



ΧΑΡΟΚΟΠΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

ΣΧΟΛΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΓΕΩΓΡΑΦΙΑΣ & ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΩΝ

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΒΙΩΣΙΜΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

**Η θρησκευτική και πολιτιστική ιστορία των σπήλαιο-ασκητηρίων και οι
προσκυνηματικές διαδρομές.**

Διδακτορική Διατριβή

Χρήστος (Αρχιμανδρίτης Χρυσόστομος) Θεοτοκάτος

Αθήνα, 2022



HAROKOPIO UNIVERSITY

SCHOOL OF ENVIRONMENT, GEOGRAPHY AND APPLIED

ECONOMICS

DEPARTMENT ECONOMICS AND SUSTAINABLE DEVELOPMENT

The religious and cultural history of cave-hermitages and pilgrimage routes

Doctoral Thesis

Christos (Archimandrite Chrysostomos) Theotokatos

Athens, 2022



ΧΑΡΟΚΟΠΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

ΣΧΟΛΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΓΕΩΓΡΑΦΙΑΣ & ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΩΝ

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΒΙΩΣΙΜΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Η Διδακτορική Διατριβή εξετάστηκε από την κάτωθι Επταμελή Επιτροπή:

Θεοδωροπούλου Ελένη (Επιβλέπουσα)

Καθηγήτρια, Οικονομίας και Βιώσιμης Ανάπτυξης, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

Μητούλα Ροΐδω

Καθηγήτρια, Οικονομίας και Βιώσιμης Ανάπτυξης, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

Γεωργιτσογιάννη. Ν. Ευαγγελία

Καθηγήτρια, Οικονομίας και Βιώσιμης Ανάπτυξης, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

Σκούλτσος Σοφοκλής

Επίκουρος Καθηγητής Οικονομίας και Βιώσιμης Ανάπτυξης, Χαροκόπειο

Πανεπιστήμιο.

Κρητικός Γεώργιος

Καθηγητής του Τμήματος Γεωγραφίας του Χαροκοπέιου Πανεπιστημίου

Μεράντζας Χρήστος

Αναπλ. Καθηγητής του Τμήματος Ιστορίας και Αρχαιολογίας του

Πανεπιστημίου Πατρών

Χατζούλη Γλυκερία

Αναπλ. Καθηγήτρια του Τμήματος Θεολογίας ΑΠΘ.

Η έγκριση της διδακτορικής διατριβής από το τμήμα Οικιακής Οικονομίας και Οικολογίας του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου δεν υποδηλώνει και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα.

Ο Χρήστος (Αρχιμανδρίτης Χρυσόστομος) Θεοτοκάτος

δηλώνω υπεύθυνα ότι:

- 1)** Είμαι ο κάτοχος των πνευματικών δικαιωμάτων της πρωτότυπης αυτής εργασίας και από όσο γνωρίζω η εργασία μου δε συκοφαντεί πρόσωπα, ούτε προσβάλλει τα πνευματικά δικαιώματα τρίτων.
- 2)** Αποδέχομαι ότι η ΒΚΠ μπορεί, χωρίς να αλλάξει το περιεχόμενο της εργασίας μου, να τη διαθέσει σε ηλεκτρονική μορφή μέσα από τη ψηφιακή Βιβλιοθήκη της, να την αντιγράψει σε οποιοδήποτε μέσο ή/και σε οποιοδήποτε μορφότυπο καθώς και να κρατά περισσότερα από ένα 087 αντίγραφα για λόγους συντήρησης και ασφάλειας.
- 3)** Όπου υφίστανται δικαιώματα άλλων δημιουργών έχουν διασφαλιστεί όλες οι αναγκαίες άδειες χρήσης ενώ το αντίστοιχο υλικό είναι ευδιάκριτο στην υποβληθείσα εργασία.

Στην μνήμη:
των σπηλαιοασκητών,
των γονέων μου,
του π. Σαράντου Σαράντη.

«Μέσα στη θλίψη της απέραντης μετριότητας που μας πνίγει
από παντού, παρηγοριέμαι ότι κάπου σε κάποιο καμαράκι,
κάποιοι πεισματάρηδες αγωνίζονται να εξουδετερώσουν τη
φθορά»

Οδυσσέας Ελύτης.

(Εν λευκώ, (1992). «Τα Μικρά έψιλον»)

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Θα ήθελα να ευχαριστήσω την επιβλέπουσα Καθηγήτρια του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου κα. Θεοδωροπούλου Ελένη, διότι κατόπιν συνεργασίας και συνεννοήσεως, απεδέχθει το θέμα και τον τίτλο που επέλεξα για την παρούσα διατριβή. Επίσης, θα ήθελα να την ευχαριστήσω για τη συνεργασία, την εμπιστοσύνη, την κατανόηση, την υποστήριξη, την επίβλεψη και την επιστημονική καθοδήγηση που μου παρείχε. Ακόμη θα ήθελα να ευχαριστήσω τις Καθηγήτριες του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου, κα. Μητούλα Ρόιδω και κα. Γεωργιτσογιάννη Ευαγγελία, που αποδέχθηκαν να είναι τα υπόλοιπα μέλη της τριμελούς συμβουλευτικής επιτροπής μου. Επίσης να τις ευχαριστήσω για τη βοήθεια, τη συνεργασία, τη συμπαράσταση και τις συμβουλές που μου παρείχαν. Τέλος θα ήθελα θερμά να ευχαριστήσω και τα υπόλοιπα μέλη της εξεταστικής επιτροπής, για την ουσιαστική και κριτική θεώρηση της συγκεκριμένης διατριβής, όπως και για τις πολύτιμες συμβουλές τους. Τα συγκεκριμένα υπόλοιπα μέλη απαρτίζονται από τον Καθηγητή του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου κ. Κρητικό Γεώργιο, τον Αναπληρωτή Καθηγητή του Πανεπιστημίου Πατρών κ. Χρήστο Μεράντζα, την Αναπληρώτρια Καθηγήτρια του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης κα. Γλυκερία Χατζούλη και τον Επίκουρο Καθηγητή του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου κ. Σκούλτσο Σοφοκλή.

Οφείλω επίσης να ευχαριστήσω τον Αρχιμανδρίτη Ειρήναρχο Θεοδώρου για τη βοήθεια και τις πολύτιμες συμβουλές που μου έδωσε. Όπως επίσης στους κυρίους, Προκόπη Παπούλια (Αρχιτέκτονα), Ζήση Παπούλια (εικονολήπτη και χειριστή του drone), και τον Αρχιπυροσβέστη Χρήστο Μπαταλογιάννη κατοίκους Καλαμπάκας. Ακόμη, τους κυρίους, Γιάννη Μαυροδήμο και Κώστα Ανδρίτσο, κατοίκους Ακραιφνίου Βοιωτίας, τον κ. Σπύρο Παπαγεωργίου κάτοικο Ολομάδων Αρκαδίας, τον κ. Χρήστο Σκαλτσά κάτοικο Βρονταμάδο Λακωνίας, τον κ. Γιώργο Τσαρούχα κάτοικο Άνω Τιθορέας Φθιώτιδος, για τη βοήθεια που μου προσέφεραν ο κάθε ένας ξεχωριστά, στον τόπο τους.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Περίληψη.	27
Abstract.	28
Κατάλογος εικόνων.	29
Συντομογραφίες.	45
Εισαγωγή.	46
Κεφ.1. Ορισμοί, χαρακτηριστικά, και κατηγορίες των προσκυνηματικών διαδρομών.	54
1.1. Ορισμοί.	54
1.2. Η ιστορία του θρησκευτικού τουρισμού.	55
1.3. Τα χαρακτηριστικά και οι κατηγορίες των προσκυνηματικών διαδρομών.	56
1.4. Οι τρόποι μετακίνησης των προσκυνητών.	58
1.5. Η ιστορία των προσκυνηματικών διαδρομών.	60
1.6. Οι προσκυνηματικές διαδρομές μέσα στις Ιστορικές Περιόδους.	60
1.6.1 Οι προσκυνηματικές διαδρομές στην εποχή της Προϊστορικής περιόδου.	61
1.6.2. Οι προσκυνηματικές διαδρομές στην εποχή της Κλασικής περιόδου.	62
1.6.3. Οι προσκυνηματικές διαδρομές της Βυζαντινής και της Μεταβυζαντινής περιόδου.	63
1.6.4. Οι προσκυνηματικές διαδρομές στην εποχή της Νεότερης και Σύγχρονης Ιστορικής περιόδου.	64
Κεφ.2. Οι προσκυνηματικές διαδρομές του κόσμου, σήμερα.....	65
2.1. Τα προσκυνήματα του κόσμου.	65
2.2. Παγκόσμιες – Διεθνείς προσκυνηματικές διαδρομές, που είναι προστατευμένες από την UNESCO.	68
2.2.1. Το Camino de Santiago.	68
2.2.2 Kumano Kodo.	70
2.3. Οι Ελληνικές – Διεθνείς προσκυνηματικές διαδρομές.	70
2.3.1. Στους Αγίους Τόπους (Ισραήλ).	70
2.3.2. Στην Μονή της Αγίας Αικατερίνης στο Σινά. (Αίγυπτος)	71
2.3.3. Στο Άγιον Όρος. (Ελλάδα).	72

2.3.4. Στην Πάτμο, το νησί της Αποκάλυψης. (Ελλάδα).	73
2.3.5. Στα Μετέωρα. (Ελλάδα).	73
2.3.6. Στην Παναγία της Τήνου. (Ελλάδα).	74
2.3.7. Στον Άγιο Νεκτάριο, στην Αίγινα. (Ελλάδα).	74
2.4. Παγκόσμιες - Διεθνείς προσκυνηματικές διαδρομές.....	74
2.4.1. Στην Παναγία της Λούρδης. (Γαλλία).	74
2.4.2. Στην Παναγία της Γουαδελούπης. (Μεξικό).	75
2.4.3. Στο Βατικανό. (Βατικανό-Ιταλία).	76
2.4.4. Στη Gishen Mariam. (Αιθιοπία).	76
2.4.5. Στο Hajj. (Σαουδική Αραβία).	76
2.4.6. Στη Καρμπάλα. (Ιράκ).	77
2.4.7. Στο Βαρανάση. (Ινδία).	77
2.4.8. Στο Όρος Kailash. (Θιβέτ).	78
2.4.9. Στο Δυτικό τείχος στα Ιεροσόλυμα. (Ισραήλ).	79
2.4.10. Στο Μάτσου Πίτσου. (Περου).	79
Κεφ.3. Προσκυνηματικές Διαδρομές – Η Ιστορία των Ιερών Σπηλαίων-Ασκητηρίων.	80
3.1. Η Γεωλογία, και ο μηχανισμός γένεσης των σπηλαίων.....	80
3.2. Οι λόγοι της ανάδειξης ενός σπηλαίου ως ιερού σε παγκόσμιο επίπεδο.	82
3.3. Η έννοια του καθορισμού ενός σπηλαίου ως ιερού, στην αρχαία και στην χριστιανική περίοδο στον Ελλαδικό χώρο.....	83
3.4. Η χρονική διάρκεια της ιερότητας ενός σπηλαίου ως ιερό.	85
3.5. Τα ιερά σπήλαια-ασκητήρια στον Ελλαδικό χώρο και η προσφορά τους στην ιστορία και τον πολιτισμό.	86
3.5.1. Η άυλη πολιτιστική κληρονομιά των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων.	87
3.5.2. Υλική πολιτιστική κληρονομιά των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων.	90
3.5.3. Τα ιστορικά δεδομένα των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων.	92
3.5.4. Τα γεωλογικά δεδομένα των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων.	93
3.6. Τα είδη των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων στον Ελλαδικό χώρο.	93
3.7. Η σημασία αυτών των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων για την Ελληνική Πολιτεία και η προστασία τους.	94
Κεφ.4. Τα ιερά σπήλαια ένα παγκόσμιο φαινόμενο.	96
4.1. Τα ιερά σπήλαια στον κόσμο.	96
4.2. Τα ιερά χριστιανικά σπήλαια της Ασίας.	97

4.2.1. Το σπήλαιο της Γεννήσεως του Χριστού. Άγιοι Τόποι, Βηθλεέμ, Ισραήλ.	97
4.2.2. Το ιερό σπήλαιο της Αγίας Θέκλας, Συρία.	97
4.2.3. Η Μονή του Αγίου Χαρίτωνος, Τουρκία	97
4.2.4. Σπήλαιο-μοναστήρι της Βάρτζια, Γεωργία.	98
4.3. Τα ιερά χριστιανικά σπήλαια της Ευρώπης.	98
4.3.1. Τα σπήλαια του Μοναστηριού της Pechersk Lavra. Ουκρανία.	98
4.3.2. Το σπηλαιομονάστηρο Pskov-Pechersk. Ρωσία.	98
4.3.3. Το μοναστήρι του Αρχαγγέλου Μιχαήλ. Βουλγαρία.	98
4.3.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Άνω Savina. Σερβία.	99
4.3.5. Τα σπήλαιο-ασκητήρια Mileševa. Σερβία.	99
4.3.6. Το σπήλαιο του Αγίου Ανδρέα. Ρουμανία.	99
4.3.7. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ηλία του Σπηλαιώτου. Ιταλία.	99
4.3.8. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Γενεσίου της Θεοτόκου, στο νησί Mali Grad, Αλβανία.....	100
4.3.9. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας στο Globoko, Αλβανία.	100
4.3.10. Το σπήλαιο της Αγίας Ροζαλίας. Ιταλία.	100
4.3.11. Το ιερό σπήλαιο της Παναγίας στη Λούρδη. Γαλλία.	100
4.3.12. Ασκητήριο San Juan de Socueva. Ισπανία.	101
4.4. Τα ιερά χριστιανικά σπήλαια της Αφρικής.	101
4.4.1. Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Tigray. Αιθιοπία (Αιθιοπική Χριστιανική Εκκλησία).	101
4.5. Τα ιερά σπήλαια των υπόλοιπων Θρησκειών της Ασίας.	101
4.5.1. Μουσουλμανικά.	101
4.5.1.1. Η Ιερή Σπηλιά Hira, Σαουδική Αραβία.	101
4.5.2. Ιουδαϊκά.	101
4.5.2.1. Οι τάφοι των Πατριαρχών. Ισραήλ.	101
4.5.3. Ινδουϊστικά.	102
4.5.3.1. Τα ιερά σπήλαια Badami, Ινδία.	102
4.5.3.2. Ο σπήλαιο-ναός Meguti, Ινδία.	102
4.5.3.3. Το ιερό σπήλαιο Shri Amarnath Ji. Κασμίρ, Ινδία.	102
4.5.3.4. Το ιερό σπήλαιο Mata Vaishno Devi Ji. Κασμίρ, Ινδία.	103
4.5.4. Βουδιστικά.	103
4.5.4.1. Τα ιερά σπήλαια στο Kizil. Κίνα.	103

4.5.4.2. Τα ιερά σπήλαια Yungang. Κίνα.	103
4.5.4.3. Τα ιερά σπήλαια του Dungkar. Θιβέτ.	103
4.5.4.4. Τα σπήλαιο-ασκητήρια στη περιοχή της κοιλάδας Bamiyan. Αφγανιστάν.	103
4.5.4.5. Το ιερό σπήλαιο του Tham Khao Luang. Ταϊλάνδη.	104
4.5.4.6.. Τα ιερά σπήλαια της Pindaya. Μιανμάρ.	104
4.5.4.7. Το σπήλαιο/ασκητήριο Sanbanggul. Ν. Κορέα.	104
4.6. Τα ιερά σπήλαια των υπόλοιπων Θρησκειών Αυστραλίας, Ν. Αμερικής, Β. Αμερικής, Αφρικής.....	104
4.6.1. Ανιμιστικά (Ειδωλολατρικά).	104
4.6.1.1. Ιερό σπήλαιο Judds. Ταζμανία, Αυστραλία.	106
4.6.1.2. Οι ιερές σπηλιές στο Kenko Grande, Περού.	104
4.6.1.3. Ιερά σπήλαια Balamku ή «Jaguar God». Μεξικό.	105
4.6.1.4. Τα Τρία Αδελφά Σπήλαια (Three Sisters Caves). Κένυα.	105
ΚΕΦ.5: Τα ιερά σπήλαια και σπήλαιο-ασκητήρια στην Ελλάδα και την Κύπρο.....	105
5.1. Πρώτος κατάλογος με τις σπηλαίο-εκκλησίες και τα σπήλαιο-ασκητήρια που καταγράφηκαν και φωτογραφήθηκαν μετά από επιτόπια έρευνα.	105
5.1.1. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ.	106
5.1.2. Περιφερειακή Ενότητα ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ.	106
5.1.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ανδρέα του Ερημίτου στην Αιτωλοακαρνανία.....	106
5.1.4. Περιφερειακή Ενότητα ΑΧΑΪΑΣ.	107
5.1.4.1. Τα ασκητήρια της Μονής του Αγίου Βασιλείου στο χωριό Αμπελόκηποι Αιγιαλείας.	107
5.1.4.2. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Παναγίας των Καταθεσίων στα Χαλκιάνικα.	108
5.1.4.3. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Αγίας Τριάδος Ακράτας.	109
5.1.4.4. Η Μονή Οσίου Λεοντίου ή Παλαιομονάστηρο.	110
5.1.4.5. Το ιερό προσκύνημα της Παναγίας της Τρυπητής στο Αίγιο.	111
5.1.5. Περιφερειακή Ενότητα ΗΛΕΙΑΣ.	112
5.1.5.1. Η Μονή του Ασκητή στο Γούμερο της Ηλείας.	112
5.1.5.2. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής Σεπετού.	113
5.1.6. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ.	114
5.1.6.1. Περιφερειακή Ενότητα ΦΛΩΡΙΝΗΣ.	114

5.1.6.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στη Μεγάλη Πρέσπα στην Φλώρινα.	114
5.1.7. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΗΠΕΙΡΟΥ.	115
5.1.7.1. Περιφερειακή Ενότητα ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ.	115
5.1.7.2. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Κοιμήσεως της Θεοτόκου Κηπίνας στα Ιωάννινα.	115
5.1.8. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ.	116
5.1.8.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ.	116
5.1.8.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ακακίου, στο χωριό Άγιος Ακάκιος Καρδίτσας.	116
5.1.9. Περιφερειακή Ενότητα ΛΑΡΙΣΗΣ.	118
5.1.9.1. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων, της Λάρισας.	118
5.1.10. Περιφερειακή Ενότητα ΤΡΙΚΑΛΩΝ.	118
5.1.10.1. Η Μονή του Αγίου Νικολάου του Κοφινά ή Μπάντοβα, στα Μετέωρα.	118
5.1.10.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου στα Μετέωρα.	119
5.1.10.3. Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	120
5.1.11. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ.	121
5.1.11.1. Περιφερειακή Ενότητα ΗΜΑΘΙΑΣ.	121
5.1.11.2. Τα ασκητήρια της Μονής του Τιμίου Προδρόμου στην Βέροια Ημαθίας.	121
5.1.12. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ.	122
5.1.12.1. Περιφερειακή Ενότητα ΑΡΓΟΛΙΔΟΣ.	122
5.1.12.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Κατακεκρυμμένης στο Καραθώνα του Ναυπλίου.	122
5.1.12.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι.	123
5.1.12.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αναλήψεως του Κυρίου, στη Χούνη.	124
5.1.12.5. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στη περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού.	125
5.1.12.6. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Αγίας Παρασκευής στη περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδος.	125
5.1.12.7. Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γεωργίου, και της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στα Δίδυμα Αργολίδος.	126
5.1.12.8. Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Δημητρίου Αυγού στην Αργολίδα.	128
5.1.13. Περιφερειακή Ενότητα ΑΡΚΑΔΙΑΣ.	129

5.1.13.1. Το ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου στη Βλαχέρνα Αρκαδίας.	129
5.1.13.2. Σπήλαιο-μονάστηρο Αγίου Νικολάου Σίντζας, Λεωνίδιο.	130
5.1.13.3. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Έλωνας, στο Λεωνίδιο.	131
5.1.13.4. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Κανδύλας, στην Κανδύλα.	132
5.1.13.5. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη, στην Κερπινή.	133
5.1.13.6. Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο.	134
5.1.13.7. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας στην Βλαχέρνα.	135
5.1.13.8. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Ελεούσας στην Βλαχέρνα.	135
5.1.13.9. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου στο χωριό Λουκά της Νεστάνης.	136
5.1.13.10. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής της Κερνίτσης.	137
5.1.13.11. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Σφυρίδας, στη Μονή της Κερνίτσης.	138
5.1.14. Περιφερειακή Ενότητα ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ.	138
5.1.14.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας του Βράχου στο Κάτω Ταρσό της Κορινθίας.	138
5.1.14.2. Σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας του Βράχου Νεμέα.	139
5.1.14.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας των Καταφυγίων.	140
5.1.15. Περιφερειακή Ενότητα ΛΑΚΩΝΙΑΣ.	142
5.1.15.1. Το Παλαιομονάστηρο στο Βρονταμά της Λακωνίας.	142
5.1.15.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής Ευαγγελίστριας στο Γέρακα.	142
5.1.15.3. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας του Βράχου στο Κυπαρίσσι.	144
5.1.16. Περιφερειακή Ενότητα ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ.	144
5.1.16.1. Η σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Αναργύρων, έξω από το χωριό Θουρία της Μεσσηνίας.	144
5.1.17. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΟΣ.	146
5.1.17.1. Περιφερειακή Ενότητα ΒΟΙΩΤΙΑΣ.	146
5.1.17.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Κλήμη.	146
5.1.17.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο Αγίας Ιερουσαλήμ στην Λιβαδειά.	147
5.1.17.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης, στη Μονή της Ιερουσαλήμ στην Δαύλεια.	147
5.1.17.5. Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Νικολάου του Νέου στο Ακραιφνίο.	148

5.1.17.6. Η σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραιφνιο.	149
5.1.17.7. Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Τρίτης στο Ακραιφνιο.	150
5.1.18. Περιφερειακή Ενότητα ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ.	151
5.1.18.1. Το σπήλαιο-μονάστηρο του Γενεσίου της Θεοτόκου Στάνας, στα Άγραφα Ευρυτανίας.	151
5.1.18.2. Η σπήλαιο-εκκλησία της Μονής της Παναγίας του Προυσού.	152
5.1.19. Περιφερειακή Ενότητα ΦΘΙΩΤΙΔΟΣ.	153
5.1.19.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Άνω Τιθορέα.	153
5.1.19.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Αμφίκλεια.	154
5.1.19.3. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Προυσιώτισσας στους Βαρδάτες.	155
5.1.20. Περιφερειακή Ενότητα ΦΩΚΙΔΟΣ.	156
5.1.20.1. Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Ιερουσαλήμ της Φωκίδας.	156
5.1.21. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΝΟΤΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ.	157
5.1.21.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΕΑΣ-ΚΥΘΝΟΥ.	157
5.1.21.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Τιμοθέου Επισκόπου Ευρίπου στο Λούρο της Κέας.	157
5.1.22. ΑΓΙΟΝ ΟΡΟΣ.	158
5.1.22.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ακακίου στο Άγιον Όρος.	158
5.1.22.2. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της περιοχής των Καρουλίων.	159
5.2. Δεύτερος κατάλογος.	160
5.2.1. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ.	160
5.2.2.1. Περιφερειακή Ενότητα Βόρειου Τομέα Αθηνών.	160
5.2.2.2. Το σπήλαιο του Νταβέλη στο Πεντελικό Όρος.	160
5.2.3. Περιφερειακή Ενότητα Νήσων.	161
5.2.3.1. ΚΥΘΗΡΑ.	161
5.2.3.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ιωάννη του εν Κρημνώ, στα Κύθηρα.	161
5.2.4. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ & ΘΡΑΚΗΣ.	161
5.2.4.1. Περιφερειακή Ενότητα ΔΡΑΜΑΣ.	161
5.2.4.2. Παναγία Σπηλαιώτισσα.	161
5.2.5. Περιφερειακή Ενότητα ΕΒΡΟΥ.	161
5.2.5.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο των Αγίων Θεοδώρων στην Αλεξανδρούπολη.	161
5.2.6. Περιφερειακή Ενότητα ΚΑΒΑΛΑΣ.	162

5.2.6.1. ΘΑΣΟΣ.	162
5.2.6.2. Η ιερή σπηλιά-αγίασμα της Ιεράς Μονής Αρχαγγέλου της Θάσου.	162
5.2.7. Περιφερειακή Ενότητα ΡΟΔΟΠΗΣ.	162
5.2.7.1. Τα ασκητήρια στο Παπίκιον Όρος της Ροδόπης.	162
5.2.8. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΒΟΡΕΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ.	162
5.2.8.1. Περιφερειακή Ενότητα ΙΚΑΡΙΑΣ.	162
5.2.8.2. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Θεοσκεπάστης, στην Ικαρία.	162
5.2.8.3. Περιφερειακή Ενότητα ΛΕΣΒΟΣ.	163
5.2.8.4. ΛΕΣΒΟΣ.	163
5.2.8.5. Παναγία η Κρυφή ή Σπηλαιώτισσα.	163
5.2.9. Περιφερειακή Ενότητα ΛΗΜΝΟΣ.	163
5.2.9.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Κακαβιώτισσας, Λήμνος.	163
5.2.10. Περιφερειακή Ενότητα ΧΙΟΣ.	163
5.2.10.1. Παναγία η Σπηλιανή.	163
5.2.11.1. Περιφερειακή Ενότητα ΣΑΜΟΣ.	164
5.2.11.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Σαραντασκαλιώτισσας ή η σπηλιά του Πυθαγόρα στη Σάμο.	164
5.2.12. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ.	164
5.2.12.1. Περιφερειακή Ενότητα ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ.	164
5.2.12.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο των Αγίων Πατέρων.	164
5.2.12.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου του Κρεμαστού.	164
5.2.12.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου Βαράσοβας.	164
5.2.12.5. Σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στη Δυτική Βαράσοβα.	164
5.2.13. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ.	165
5.2.13.1. Περιφερειακή Ενότητα ΓΡΕΒΕΝΩΝ.	165
5.2.13.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικάνορα στην Ζάβορδα των Γρεβενών.	165
5.2.14.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ.	165
5.2.14.2. Το σπήλαιο της Αγίας Τριάδας, στο Μεγάλο της Καστοριάς.	165
5.2.15.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΟΖΑΝΗΣ.	165
5.2.15.2. Το Ασκητήριο του Αγίου Θεοδώρου του Τήρωνος στις Αυλές της Κοζάνης.	165
5.2.16. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΗΠΕΙΡΟΥ.	166

5.2.16.1 Περιφερειακή Ενότητα ΑΡΤΑΣ.	166
5.2.16.2. Η ιερή σπηλιά της Παναγίας της Χρυσοσπηλιώτισσας, στην Άρτα.	166
5.2.17.1. Περιφερειακή Ενότητα ΘΕΣΠΡΩΤΙΑΣ.	166
5.2.17.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Νείλου στη Θεσπρωτία.	166
5.2.18.1. Περιφερειακή Ενότητα ΠΡΕΒΕΖΗΣ.	166
5.2.18.2. Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Σώστη στη Πάργα.	166
5.2.19.ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ.	166
5.2.19.1. Περιφερειακή Ενότητα ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ.	166
5.2.19.2. Παναγία η Γορίτσα.	166
5.2.19.3. Περιφερειακή Ενότητα Τρικάλων.	167
5.2.19.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο ή Ιερά Μονή της Υπαπαντής στα Μετέωρα.	167
5.2.20. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΙΟΝΙΩΝ ΝΗΣΩΝ.	167
5.2.20.1. Περιφερειακή Ενότητα ΖΑΚΥΝΘΟΥ.	167
5.2.20.2. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλιώτισσας, στην Ζάκυνθο.	167
5.2.21.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΕΡΚΥΡΑΣ.	167
5.2.21.2. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλαιώτισσας.	167
5.2.22.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΕΦΑΛΛΗΝΙΑΣ & ΙΘΑΚΗΣ.	167
5.2.22.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Άνθιμου Κουρούκλη στην Κεφαλονιά.	167
5.2.22.2. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλαιώτισσας στην Ιθάκη.	168
5.2.23.1. Περιφερειακή Ενότητα ΛΕΥΚΑΔΟΣ.	168
5.2.23.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο των Αγίων Πατέρων στην Λευκάδα.	168
5.2.24. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ.	168
5.2.24.1. Περιφερειακή Ενότητα Θεσσαλονίκης.	168
5.2.24.2. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ.	168
5.2.25.1. Περιφερειακή Ενότητα ΠΕΛΛΑΣ.	169
5.2.25.2. Η σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Θεοδώρων στην Πέλλα.	169
5.2.26.1. Περιφερειακή Ενότητα ΠΙΕΡΙΑΣ.	169
5.2.26.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του αγίου Διονυσίου του εν Ολύμπω στην Πιερία.	169
5.2.27.1. Περιφερειακή Ενότητα ΣΕΡΡΩΝ.	169
5.2.27.2. Παναγία των Βράχων – Φανερωμένη.	169
5.2.28.1. Περιφερειακή Ενότητα Χαλκιδικής.	169

5.2.28.2. Το Αγίασμα του Αποστόλου Παύλου.	169
5.2.29. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ.	170
5.2.29.1. Περιφερειακή Ενότητα ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ.	170
5.2.29.2. Σπήλαιο-ασκητήρια του Αγιοφάραγγου – Σπήλαιο-εκκλησία Αγίου Αντωνίου.	170
5.2.30.1. Περιφερειακή Ενότητα ΛΑΣΙΘΙΟΥ.	170
5.2.30.2. Μονή Φανερωμένης.	170
5.2.31.1. Περιφερειακή Ενότητα ΡΕΘΥΜΝΟΥ.	170
5.2.31.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου στο Βένι Αμαρίου.	170
5.2.32.1. Περιφερειακή Ενότητα ΧΑΝΙΩΝ.	171
5.2.32.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ιωάννου του Ερημίτου, (Καθολικό) στο Ακρωτήριο Χανίων.	171
5.2.33. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΝΟΤΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ.	171
5.2.33.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΑΛΥΜΝΟΥ.	171
5.2.33.2. Το σπήλαιο-μοναστήρο της Παναγίας Κυράς Ψηλής στην Κάλυμνο.	171
5.2.34.1. Το ιερό-σπήλαιο της Αποκάλυψης στην Πάτμο.	171
5.2.35.1. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Καβουράδαινας στην Λέρο.	172
5.2.36.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΑΡΠΑΘΟΥ.	172
5.2.36.2. Η Παναγία η Σπηλιανή.	172
5.2.37.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΩ.	172
5.2.37.2. ΝΙΣΥΡΟΣ.	172
5.2.37.3. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλιανής στην Νίσυρο.	172
5.2.39.1. Περιφερειακή Ενότητα ΜΗΛΟΥ.	172
5.2.39.2. Οι κατακόμβες της Μήλου.	172
5.2.40.1. Περιφερειακή Ενότητα ΝΑΞΟΥ.	173
5.2.40.2. Παναγία η Σπηλιώτισσα του Ζά.	173
5.2.41.1. Περιφερειακή Ενότητα ΡΟΔΟΥ.	173
5.2.41.2. Παναγία η Σπηλιώτισσα.	173
5.2.42.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο στην περιοχή Κελλιά της Χάλκης.	173
5.2.43.1. Περιφερειακή Ενότητα ΣΥΡΟΥ.	173
5.2.43.2. Η σπήλαιο-εκκλησία Αγίου Στεφάνου στη Σύρο.	173
5.2.44. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ.	173
5.2.44.1. Περιφερειακή Ενότητα ΑΡΚΑΔΙΑΣ.	173

5.2.44.2. Το σπηλαιομονάστηρο του Τιμίου Προδρόμου στην περιοχή του Λούσιου ποταμού.	173
5.2.44.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στην περιοχή του Λούσιου ποταμού.	174
5.2.44.4. Το σπήλαιο-ασκητήριον των Ταξιαρχών στην περιοχή του Λούσιου ποταμού.	174
5.2.44.5. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας του Σαβαλά στην περιοχή του Λούσιου ποταμού.	174
5.2.44.6. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Παναγίας της Αιμουαλούς.	174
5.2.44.7. Το σπηλαιομονάστηρο της παλαιάς Μονής Φιλοσόφου στην περιοχή του Λούσιου ποταμού.	174
5.2.45.1. Περιφερειακή Ενότητα ΛΑΚΩΝΙΑΣ.	175
5.2.45.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Άι-Γιαννάκη.	175
5.2.45.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Προδρόμου.	175
5.2.45.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Άϊ-Στρατηγού στο χωριό Γούβες.	175
5.2.45.5. Ο σπηλαιώδης ναός της Ζωοδόχου Πηγής κοντά στο Μυστρά.	175
5.2.45.6. Ο σπηλαιώδης ναός του Αγίου Ιωάννου του Προδρόμου στα Τζίτζινα.	176
5.2.45.7. Το ασκητήριο της Ανάληψης στο Μυριάλη του Ταυγέτου.	176
5.2.45.8. Τα δύο σπήλαιο-ασκητήρια στην περιοχή της Παλαιοχώρας στο Χάρακα.	176
5.2.46. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΟΣ.	176
5.2.46.1. Περιφερειακή Ενότητα ΕΥΒΟΙΑΣ.	176
5.2.46.2. Ασκητήριο του οσίου Δαβίδ.	176
5.2.47.1. ΣΚΥΡΟΣ.	176
5.2.47.2. Παναγία η Σπηλιώτισσα.	176
5.2.48. ΚΥΠΡΟΣ.	177
5.2.48.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο ή η εγκλείστρα του Οσίου Νεοφύτου, στην Κύπρο.	177
Κεφ.6. Η ιστορική πορεία του ασκητισμού και η εξέλιξη των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων στο Χριστιανικό Ελλαδικό και Κυπριακό χώρο.	177
6.1. Ιστορική πορεία του ασκητισμού.	177
6.1.1. Η ιστορική πορεία του ασκητισμού στον Ελληνοκυπριακό	

χώρο.	177
6.1.2. Ποιοι άνθρωποι επέλεξαν την ασκητική ζωή.	178
6.1.3. Οι περίοδοι άνθησης του ασκητισμού.	178
6.2. Η ιστορική πορεία και εξέλιξη των ιερών σπηλαίων και ασκητηρίων.	179
6.2.1. Η ιστορική πορεία των ιερών σπηλαίων και ασκητηρίων.	179
6.2.2.1. Η ιστορική εξέλιξη των ιερών σπηλαίων.	179
6.2.2.2. Οι σπήλαιο-εκκλησίες ως απλά τοπικά προσκυνήματα.	180
6.2.2.3. Οι σπήλαιο-εκκλησίες που μετατράπηκαν σε πανελλήνια προσκυνήματα.	181
6.2.2.4. Οι σπήλαιο-εκκλησίες που μετατράπηκαν σε παγκόσμια προσκυνήματα.	181
6.2.2.5. Οι σπήλαιο-εκκλησίες που μετατράπηκαν σε σπηλαιομονάστηρα.	181
6.2.3. Η ιστορική πορεία και εξέλιξη των ασκητηρίων.	183
6.2.3.1. Τα κριτήρια επιλογής των μετακινήσεων των ασκητών στα νέα τους ασκητήρια.	183
6.2.3.2. Η ιστορική εξέλιξη των σπηλαίων-ασκητηρίων.	183
6.2.3.3. Ο ασκητής παραμένει μόνος του σε ένα μικρό σπήλαιο.	183
6.2.3.4. Ο ασκητής δέχεται νέους συνασκητές του, δημιουργώντας μια μικρή ομάδα 2-5 ατόμων.	184
6.2.3.5. Ο ασκητής να δεχθεί σταδιακά πάρα πολλούς νέους συνασκητές του.	186
6.2.3.6. Σπήλαιο-μονάστηρα στη βάση του βράχου.	186
6.2.3.7. Σπήλαιο-μονάστηρα κοντά στη βάση του βράχου.	187
6.2.3.8. Σπήλαιο-μονάστηρα κοντά στην κορυφή του βράχου.	188
6.2.3.9. Η «εγκλείστρα».	188
6.2.3.10. Οι «φυλακές».	189
6.2.3.11. Οι τρόποι δημιουργίας των σπήλαιο-ασκητηρίων.	189
6.2.3.12. Η πνευματική καθοδήγηση των ασκητών των σπήλαιο-ασκητηρίων.	191
6.2.3.13. Η οικονομική και διοικητική διαχείριση των σπήλαιο-ασκητηρίων.	191
6.2.3.14. Το ιδιοκτησιακό καθεστώς και οι δωρεές στα σπήλαιο-ασκητήρια.	191
6.2.3.15. Η πνευματική και κοινωνική προσφορά των σπήλαιο-ασκητηρίων μέσα στην ιστορία.	192
6.2.3.16. Η παρακμή και η εγκατάλειψη των σπήλαιο-ασκητηρίων.	195
6.2.3.17. Οι ασκητές στα σπήλαιο-ασκητήρια σήμερα.	198
6.2.3.18. Η χρήση των ασκητηρίων μετά την εγκατάλειψη τους μέχρι σήμερα.	198

Κεφ.7. Οι τρόποι και οι υποδομές για τις μετακινήσεις, προς στις σπήλαιο-εκκλησίες και τα σπήλαιο-ασκητήρια.	206
7.1. Οι τρόποι προσέγγισης στις σπήλαιο-εκκλησίες.	206
7.2. Οι τρόποι προσέγγισης στα σπήλαιο-ασκητήρια.	208
7.2.1. Η ιστορία της αναρρίχηση και της καταρρίχησης στα ασκητήρια.	208
7.2.2. Οι αρχικές μέθοδοι της προσέγγισης των σπήλαιο-ασκητηρίων.	209
7.2.3. Οι μόνιμες υποδομές για τις μετακινήσεις των ασκητών. στα σπήλαιο-ασκητήρια.	211
7.2.3.1. Οι εξώστες.	212
7.2.3.2. Οι κλίμακες.	213
7.2.3.2.1. Οι σκαλιστές στο βράχο κλίμακες.	213
7.2.3.2.2. Οι κτιστές κλίμακες.	215
7.2.3.2.3. Οι ξύλινες κλίμακες.....	217
7.2.3.3. Οι λαξευτοί διάδρομοι.	222
7.2.3.4. Οι γέφυρες.	225
7.2.3.5. Οι στοές.	227
7.2.3.6. Η τροχαλία, το βαρούλκο και ο εργάτης (βριζόνι).	229
7.2.3.6.1. Η τροχαλία.	229
7.2.3.6.2. Το βαρούλκο (ανέμη).	229
7.2.3.6.3. Ο εργάτης (βριζόνι).	230
7.2.4. Η κοινή χρήση αυτών των υποδομών.	231
Κεφ.8. Η αρχιτεκτονική των σπήλαιο-εκκλησιών και των σπήλαιο-ασκητηρίων.	233
8.1.Τα είδη των σπηλαίων εγκατάστασης των ασκητών και οι αρχιτεκτονικές μορφές των σπήλαιο-ασκητηρίων τους.	233
8.1.1. Τα τεχνητά ή υπόσκαφα ασκητηρία.	233
8.1.2. Τα πολύ μικρά σπήλαια.	234
8.1.3. Στα σπήλαια που είναι λίγο πιο ευρύχωρα.	237
8.1.4. Τα μεγάλα σπήλαια.	238
8.1.4.1. Η Μονή του Αγίου Δημητρίου «Αυγού».	239
8.1.4.2. Η Μονή της Παναγίας της Κηπίνας.	253
8.2. Τα υλικά κατασκευής των ασκητηρίων.	257
8.3. Η θεμελίωση των σπήλαιο-ασκητηρίων.	258

8.4. Δημιουργία στέγης.	261
8.5. Η δημιουργία του πατώματος.	264
8.6. Η δημιουργία των εξωστών.	270
8.7. Οι τρόποι σύνδεσης των ξύλων σ' αυτές τις κατασκευές.	272
8.8. Η δημιουργία των τοίχων του ασκητηρίου.	273
8.9. Η κατασκευή των τοίχων.	274
8.9.1. Οι τοίχοι από ξυλόφρακτο.	274
8.9.2. Οι τοίχοι από μπαγδάτι ή μπαγδατότοιχοι.	275
8.9.3. Τοίχοι από τσασμά ή τσασμαδότοιχοι.	276
8.9.4. Οι τοίχοι από αργολιθοδομή.	277
8.9.5. Οι τοίχοι από ωμόπλινθους.	282
8.10. Οι ξυλοδεσιές.	283
8.11. Οι στέρνες.	284
Κεφ.9. Τα σπήλαιο παρεκκλήσια και τα καθολικά-Αρχιτεκτονική διακόσμηση, Αγιογραφίες, Βραχογραφίες, Επιγραφές, Ακιδογράμματα, Αρκοσόλια, Σπηλαιοδιάκοσμος.	289
9.1. Τα παρεκκλήσια (ναῦδρια) και τα καθολικά.	289
9.1.1. Τα εντελώς αδιαμόρφωτα ναῦδρια.	289
9.1.2. Τα αδιαμόρφωτα ναῦδρια, με κτιστό τέμπλο.....	298
9.1.3. Τα μερικώς διαμορφωμένα ναῦδρια.	304
9.1.4. Τα πλήρως διαμορφωμένα ναῦδρια.	311
9.1.5. Τα διαμορφωμένα καθολικά.	314
9.2. Τέμπλα	319
9.2.1. Ξύλινα τέμπλα	319
9.2.2. Κτιστά τέμπλα.	321
9.3. Τοιχογραφίες.	325
9.3.1. Οι τοιχογραφίες στο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης στη Μονή Ιερουσαλήμ στην Δαύλεια της Βοιωτίας.	325
9.3.2. Οι τοιχογραφίες της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραίφνιο της Βοιωτίας.	326
9.3.3. Οι τοιχογραφίες του ασκηταριού της Μικρής Αναλήψεως, στους Ψαράδες της Μεγάλης Πρέσπας στην Φλώρινα.....	331
9.3.4. Οι τοιχογραφίες του μικρού παρεκκλησίου της Αναλήψεως, στη	

Μονή του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο.	333
9.4. Βραχογραφίες.	333
9.4.1. Βραχογραφίες σε εξωτερικό περιβάλλον.	333
9.4.2. Βραχογραφίες σε εσωτερικό περιβάλλον.	335
9.5. Επιγραφές.	338
9.5.1. Παλαιές επιγραφές.	338
9.5.2. Νέες επιγραφές.	339
9.6. Ακιδογραφήματα.	341
9.7. Αρκοσόλια.	343
9.8. Οστεοφυλάκια.	345
9.9. Σπηλαιοδιάκοσμος.	346
9.9.1. Ο διάκοσμος που σχηματίζεται από σταγονορροή.	347
9.9.2. Ο διάκοσμος που σχηματίζεται από τη ροή του νερού.	347
Κεφ.10. Η ζωή στα σπήλαιο-ασκητήρια μέσα από τα κείμενα των βιογράφων.	350
10.1. Οι βίοι των οσίων Ασκητών.	351
10.2. Η ζωή και τα προβλήματα διαβίωσης των ασκητών μέσα από τους βίους τους.	351
10.2.1. Ο Όσιος Ευθύμιος ο Νέος.	351
10.2.2. Ο Όσιος Πέτρος ο Αθωνίτης.	352
10.2.3. Ο όσιος Νικήτας ο Θηβαίος.	352
10.2.4. Ο Όσιος Αθανάσιος ο Μετεωρίτης.	353
10.2.5. Ο όσιος Λεόντιος ο Μονεμβασιώτης.	354
10.2.5. Ο όσιος Ιωάννης ο Ερμηίτης.	354
10.2.6. Ο Όσιος Λεόντιος ο Στεμνιτσιώτης.	355
10.2.6. Ο Όσιος Ιωσήφ ο Σπηλαιώτης.	355
Κεφ.11. Οι περιηγητές, οι πρώτοι καταγεγραμμένοι προσκυνητές στα σπήλαιο-ασκητήρια, αναφορές.	358
11.1. Οι αναφορές των περιηγητών για τους τρόπους μετακίνησης.	359
11.2.1 Οι περιγραφές της ανάβασης και της κατάβασης με το δίκτυ.	359
11.2.2. Το ατύχημα με το δίκτυ.	363
11.2.3. Οι περιγραφές της ανάβαση με τις ανεμόσκαλες.	363
11.2.4. Το ατύχημα με την ανεμόσκαλα.	366
11.2.5. Περιγραφές από τους περιηγητές, των σπήλαιο-ασκητηρίων,	

και του τρόπου ζωής των ασκητών.	367
Κεφ.12. Τα ιερά σπήλαια -ασκητήρια ως προσκυνηματικοί τόποι σήμερα.	
Προβλήματα, Λύσεις.	367
12.1. Οι προσκυνηματικές διαδρομές στα σπήλαιο-ασκητήρια σήμερα.	
Οι τρόποι προσέγγισης και τα προβλήματα τους.	370
12.1.1. Οι τρόποι προσέγγισης και ανάβασης στο βράχο των σπήλαιο-ασκητηρίων σήμερα.	370
12.1.2. Οι τρόποι προσέγγισης των σπήλαιο-ασκητηρίων.	370
12.1.2.1. Η προσέγγιση μέσω ενός δύσκολου μονοπατιού.	370
12.1.2.2. Η προσέγγιση μέσω βατών μονοπατιών.	371
12.1.2.3. Η προσέγγιση μέσω πλακοστρωμένων μονοπατιών.	373
12.1.2.4. Η προσέγγιση μέσω αμαξιτών χωματόδρομων.	375
12.1.3. Οι τρόποι ανάβασης στο βράχο των σπήλαιο-ασκητηρίων σήμερα.	376
12.1.3.1. Ανάβαση μέσω σκαλιστών στο βράχο κλιμάκων.	376
12.1.3.2. Ανάβαση μέσω κτιστών στο βράχο κλιμάκων.	377
12.1.3.3. Ανάβαση μέσω μεταλλικών κλιμάκων.	379
12.1.3.4. Ανάβαση μέσω κλιμάκων από σκυρόδεμα.	380
12.1.3.5. Ανάβαση μέσω συνδυασμού διαφορετικών τρόπων προσέγγισης.	381
12.1.3.6. Ανάβαση μέσω αναρρίχησης.	382
12.1.3.7. Ποια σπήλαιο-ασκητήρια είναι επισκέψιμα και ποια μη επισκέψιμα.....	384
12.1.4. Προέλευση των προσκυνητών, εποχές μετακίνησης τους, αφορμές του προσκυνηματος των.	386
12.1.5. Προβλήματα σχετιζόμενα με τη πρόσβαση των Προσκυνητών.	386
12.1.5.1. Η αδυναμία όλων των προσκυνητών να προσεγγίσουν τα ασκητήρια.	387
12.1.5.2. Η δημιουργία του φαινομένου του συνωστισμού σε περιορισμένους χώρους.	387
12.1.5.3. Ο κίνδυνος των καταπτώσεων βράχων ή και των κατολισθήσεων.	388
12.2. Η τεχνολογία ως λύση στα προβλήματα.	389
12.2.1. Καταγεγραμμένα προβλήματα.	389
12.2.1.1. Η δημιουργία του φαινομένου του συνωστισμού.	390
12.2.1.2. Ο κίνδυνος που διατρέχουν οι προσκυνητές, τα μνημεία και οι υποδομές, από τις καταπτώσεις βράχων ή και από τις κατολισθήσεις.	390

12.2.1.3. Η αδυναμία όλων των προσκυνητών να προσεγγίσουν τα ασκητήρια.	390
12.2.2. Οι νέες τεχνολογίες και οι εφαρμογές τους.	391
12.2.2.1. Τα Μη Επανδρωμένα Εναέρια Οχήματα (UAV) ή drones.	391
12.2.2.2. Το Σύστημα Γεωγραφικών Πληροφοριών (GIS).	391
12.2.2.3. Η Εικονική Πραγματικότητα (VR).	392
12.2.2.4. Η Αυξημένη Πραγματικότητα (AR).	392
12.2.2.5. Η Μικτή Πραγματικότητα (MR).	392
12.2.2.6. Οι Υπηρεσίες βάσει τοποθεσίας (LBS).	392
12.2.3. Οι εφαρμογές των νέων τεχνολογιών στις προσκυνηματικές Διαδρομές.	392
12.3. Τα Μη επανδρωμένα Εναέρια Οχήματα (UAV) ή drones, η χρήση, οι εφαρμογές και τα πλεονεκτήματα τους.	395
12.3.1. Τα Μη επανδρωμένα Εναέρια Οχήματα (UAV) ή drones.	395
12.3.2. Η χρήση των drones.	395
12.3.3. Τα πλεονεκτήματα της χρήσης των drones στο τουρισμό.	395
12.3.3.1. Η περιήγηση και η ξενάγηση των επισκεπτών μέσω drones.	396
12.3.3.2. Τα drones μπορούν να βοηθήσουν στη δημιουργία μιας εικονικής ξενάγησης, ή ενός εικονικού προσκυνήματος.	396
12.3.3.3. Τα drones μπορούν να συμβάλουν, στην αύξηση της ασφάλειας των επισκεπτών και των μνημείων των χώρων της πολιτιστικής κληρονομιάς.	396
12.3.3.4. Η προστασία του περιβάλλοντος και των μνημείων.	397
12.4. Οι αναγκαίες υποδομές του προσκυνηματικού τουρισμού των ιερά σπηλαίων και σπήλαιο-ασκητηρίων.	398
12.4.1. Η διαφήμιση και η ενημέρωση της προσκυνηματικής διαδρομής στους προσκυνητές.	398
12.4.2. Η ασφάλεια των προσκυνητών.	399
12.4.2.1. Οι πινακίδες σήμανσης και ενημέρωσης.	399
12.4.2.2. Σήμανση και ενημέρωση μέσω του διαδικτύου.	399
12.4.2.3. Η δημιουργία του εικονικού προσκυνήματος της διαδρομής και του εικονικού μουσείου.	400
12.4.3. Συνθήκες για την ευχάριστη, άνετη και εύκολη παραμονή των προσκυνητών στη περιοχή της προσκυνηματικής διαδρομής..	400
12.5. Ο συντονισμός της δημιουργίας και της διαχείρισης	

των υποδομών.	401
Κεφ.13. Η χρήση του «τετρακόπτερου» drone. Ένας νέος τρόπος προσέγγισης στα σπήλαιο-ασκητηρία.	403
Κεφ.14. Συζήτηση – Προτάσεις - Συμπεράσματα.	433
14.1. Συζήτηση.	433
14.2. Προτάσεις.	440
14.3. Συμπεράσματα.	442
Βιβλιογραφία.	446

Περίληψη

Η χρήση των σπηλαίων ως χώροι θρησκευτικών δραστηριοτήτων, ανάγονται από τις πρώτες χρονικές περιόδους του πολιτισμού. Στη χριστιανική θρησκεία χρησιμοποιήθηκαν ευρέως ως τόποι άσκησης και ιεροί χώροι, από τους πρώτους χριστιανικούς αιώνες μέχρι και σήμερα. Οι ασκητές μέσα σ' αυτά τα σπήλαια, που τους προσέφεραν απομόνωση και ασφάλεια, ασκήθηκαν με αυστηρότητα και ζήλο, και η ζωή τους αποτέλεσε το έναυσμα, για την ανάπτυξη του μοναστικού ιδεώδους και του συγκεκριμένου μοναχικού τρόπου ζωής. Αυτό δε το ασκητικό ρεύμα, δημιουργήθηκε από την ανάγκη κάποιων ανθρώπων για να έχουν μια συνεχόμενη επικοινωνία με το Θεό μέσω της απομόνωσής των.

Στους χώρους των σπήλαιο-ασκητηρίων τους οι ασκητές, για την επιβίωση τους, δημιούργησαν κάποιες υποδομές, όπως τα κελλιά, τα ναΰδρια, τους χώρους αποθήκευσης, τις στέρνες, τους εξώστες, κλπ. Επίσης για την ασφαλέστερη και ευκολότερη μετακίνηση τους από και προς τα ασκητήρια τους, δημιούργησαν διάφορες μηχανολογικές υποδομές. Οι βίοι των Αγίων ασκητών και τα ιστορικά κείμενα που αναφέρονται σ' αυτά, όπως επίσης οι αρχιτεκτονικές και μηχανολογικές υποδομές που κατασκεύασαν, αποτελούν τη θρησκευτική και πολιτιστική ιστορία τους. Σήμερα αυτά είναι εγκαταλειμμένα, και οι υποδομές τους, αποτελούν αρχαιολογικά, αρχιτεκτονικά, μηχανολογικά και πολιτιστικά κατάλοιπα, που είναι άξια θαυμασμού και παρατήρησης.

Τα σπήλαιο-ασκητήρια αποτελούν σήμερα ιδιαίτερα μέρη, γιατί αποπνέουν θρησκευτική κατάνυξη, ηρεμία, πνευματικό μεγαλείο και θρησκευτικό-πολιτιστικό ενδιαφέρον. Ακόμη προσενούν ιδιαίτερο μεγάλη εντύπωση και θαυμασμό, για τη θέση που κατέχουν στο χώρο του περιβάλλοντος τοπίου. Τα ασκητήρια αυτά, αποτελούσαν και αποτελούν σημεία αναφοράς προσκυνηματικών διαδρομών. Σήμερα, οι προσκυνηματικές διαδρομές σ' αυτούς τους τόπους είναι τοπικού χαρακτήρα, η δε πρόσβαση τους είναι δύσκολη, λόγω της ιδιαίτερης θέσεις που κατέχουν στο ανάγλυφο του περιβάλλοντος τους. Εκτός από τη δυσκολία πρόσβασης, υπάρχουν και άλλου είδους δυσκολίες και προβλήματα, όπως αυτές της ασφάλειας των προσκυνητών και της ασφάλειας των ασκητηρίων. Αυτές οι δυσκολίες μπορεί να ξεπεραστούν με τη βοήθεια των εφαρμογών των νέων τεχνολογιών.

Λέξεις κλειδιά: Προσκυνηματικές διαδρομές, Ασκητήρια, Μοναστηριακή Αρχιτεκτονική, Βυζαντινή Αρχαιολογία, Νέες τεχνολογίες.

Abstract

The usage of caves as areas of religion actions, are located at the very first culture time periods. In Christian religion, caves were widely used as ascetics sites and sacred lands from the origin of Christianity up to now. Inside these caves the ascetics found isolation as well safety and they struggled with rigor and diligence, so as their lives constitute the trigger for the developing of monastic ideal and the certain monastic lifestyle. And this ascetic stream was created out of some people's need in order to have an ongoing communication with God through their isolation. In the areas of their cave-hermitages, the ascetics, for their survival, constructed some infrastructure such as cells, chapels, storages areas, cisterns, balconies, e.tc.. They also created some mechanical infrastructure for their safer and easier movement to and from their ashtrays. The Holy Ascetics lives and their related historic texts, as well the architectural and mechanical infrastructure consist their religious and cultural history.

Today they are abandoned, and their infrastructure, are archaeological, architectural, mechanical and cultural remnants, that are worthy of admiral and observation.

Cave-hermitages nowadays are special locations, because they emit religious solemnity, peacefulness, spiritual splendour and religious-cultural interest. They even cause special impression and admiration for the place they occupy in the environmental landscape space. These hermitages were and are still now benchmarks of pilgrimage roots.

Today, the pilgrimage routes in these places are of local character and their access is difficult due to their special position in the topography of their environment. Apart from the difficulty of access, there are other difficulties and problems such as the safety of pilgrims and the security of the hermitages. These difficulties can be overcome with the help of new technology applications.

Keywords: Pilgrimage routes, Hermitages, Monastic Architecture, Byzantine Archeology, New technology.

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΙΚΟΝΩΝ

Κεφ. 5

Εικ. 5.1 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ανδρέα στο Χαλκιόπουλο Αιτωλοακαρνανίας.	107
Εικ. 5.2 (Προσωπικό αρχείο) Τα ασκητήρια της Μονής του Αγίου Βασιλείου στο χωριό Αμπελόκηποι Αιγιαλείας.	108
Εικ. 5.3 (Προσωπικό αρχείο) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Παναγίας των Καταθεσίων στα Χαλκιάνικα.	109
Εικ. 5.4 (Προσωπικό αρχείο). Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Αγίας Τριάδος Ακράτας.	110
Εκ. 5.5 (Προσωπικό αρχείο) Η Μονή Οσίου Λεοντίου ή Παλαιομονάστηρο στο Αίγιο.	111
Εικ. 5.6 (Προσωπικό αρχείο) Το ιερό προσκύνημα της Παναγίας της Τρυπητής στο Αίγιο.	112
Εικ. 5.7 (Προσωπικό αρχείο) Η Μονή του Ασκητή στο Γούμερο της Ηλείας.	113
Εικ. 5.8 (Προσωπικό αρχείο) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής Σεπετού.	114
Εικ. 5.9 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στη Μεγάλη Πρέσπα στην Φλώρινα.	115
Εικ. 5.10 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-μονάστηρο της Κοιμήσεως της Θεοτόκου Κηπίνας στα Ιωάννινα.	116
Εικ. 5.11 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ακακίου, στο χωριό Άγιος Ακάκιος Καρδίτσας.	117
Εικ. 5.12 (Προσωπικό αρχείο) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων, της Λάρισας.	118
Εικ. 5.13 (Προσωπικό αρχείο) Η Μονή του Αγίου Νικολάου του Κοφινά ή Μπάντοβα, στα Μετεώρα.	119
Εικ. 5.14 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου στα Μετέωρα.	120
Εικ. 5.15 (Προσωπικό αρχείο) Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	121
Εικ. 5.16 (Προσωπικό αρχείο) Τα ασκητήρια της Μονής του Τιμίου Προδρόμου στην Βέροια Ημαθίας.	122

Εικ. 5.17 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Κατακεκρυμμένης στον Καραθώνα του Ναυπλίου.	123
Εικ. 5.18 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι Αργολίδος.	124
Εικ. 5.19 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αναλήψεως του Κυρίου, στη Χούνη Αργολίδος	124
Εικ. 5.20 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στη περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού Αργολίδος.	125
Εικ. 5.21 (Προσωπικό αρχείο) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Αγίας Παρασκευής στην Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδος.	126
Εικ. 5.22 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γεωργίου, στα Δίδυμα Αργολίδος.	127
Εικ. 5.23 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στα Δίδυμα Αργολίδος.	127
Εικ. 5.24 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Δημητρίου Αυγού στην Αργολίδα.	129
Εικ. 5.25 (Προσωπικό αρχείο) Το ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου στη Βλαχέρνα Αρκαδίας.	130
Εικ. 5.26 (Προσωπικό αρχείο) Σπήλαιο-μονάστηρο Αγίου Νικολάου Σίντζας, Λεωνίδιο.	131
Εικ. 5.27 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Έλυνας, στο Λεωνίδιο.	132
Εικ. 5.28 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Κανδύλας, στην Κανδύλα.	133
Εικ. 5.29 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη, στην Κερπινή Αρκαδίας.	134
Εικ. 5.30 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο Αρκαδίας.	134
Εικ. 5.31 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας στην Βλαχέρνα Αρκαδίας.	135
Εικ. 5.32 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Ελεούσας στην Βλαχέρνα Αρκαδίας.	136
Εικ. 5.33 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου	

στο χωριό Λουκά της Νεστάνης Αρκαδίας.	136
Εικ. 5.34 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής της Κερνίτσης Αρκαδίας.	137
Εικ. 5.35 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Σφυρίδας, στη Μονή της Κερνίτσης Αρκαδίας.	138
Εικ. 5.36 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας του Βράχου στο Κάτω Ταρσό της Κορινθίας.	139
Εικ. 5.37 (Προσωπικό αρχείο) Σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας του Βράχου στην Νεμέα Κορινθίας.	140
Εικ. 5. 38 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας των Καταφυγίων.	141
Εικ. 5.39 (Προσωπικό αρχείο) Το Παλαιομονάστηρο στο Βρονταμά της Λακωνίας.	142
Εικ. 5.40 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής Ευαγγελίστριας στο Γέρακα Λακωνίας.	143
Εικ. 5.41 (Προσωπικό αρχείο) Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας του Βράχου στο Κυπαρίσσι Λακωνίας.	144
Εικ. 5.42 (Προσωπικό αρχείο) Η σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Αναργύρων, στο χωριό Θουρία της Μεσσηνίας.	145
Εικ. 5.43 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Κλήμη στο Ύπατο Βοιωτίας.	146
Εικ. 5.44 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο Αγίας Ιερουσαλήμ στην Λιβαδειά.	147
Εικ. 5.45 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης, στη Μονή της Ιερουσαλήμ στην Δαύλεια Βοιωτίας.	148
Εικ. 5.46 (Προσωπικό αρχείο) Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Νικολάου του Νέου στο Ακραίφνιο Βοιωτίας.	149
Εικ. 5.47 (Προσωπικό αρχείο) Η σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραίφνιο Βοιωτίας.	150
Εικ. 5.48 (Προσωπικό αρχείο) Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Τρίτης στο Ακραίφνιο Βοιωτίας.	151
Εικ. 5.49 (Προσωπικό αρχείο) 5.1.18.1. Το σπήλαιο-μονάστηρο του Γενεσίου της Θεοτόκου Στάνας, στα Άγραφα Ευρυτανίας.	152
Εικ. 5.50 (Προσωπικό αρχείο) Η σπήλαιο-εκκλησία της Μονής της	

Παναγίας του Προυσού.	153
Εικ. 5.51 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Άνω Τιθορέα Φθιώτιδας.	154
Εικ. 5.52 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Αμφίκλεια Φθιώτιδας.	155
Εικ. 5.53 (Προσωπικό αρχείο) Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Προυσιώτισσας στους Βαρδάτες Φθιώτιδας.	156
Εικ. 5.54 (Προσωπικό αρχείο) Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Ιερουσαλήμ στη Συκιά Φωκίδας.	157
Εικ. 5.55 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Τιμοθέου Επισκόπου Ευρίπου στο Λούρο της Κέας.	158
Εικ. 5.56 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ακακίου στο Άγιον Όρος.	159
Εικ. 5.57 (Προσωπικό αρχείο) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της περιοχής των Καρουλίων του Αγίου Όρους.	160
Κεφ. 6	
Εικ. 6.1 (Προσωπικό αρχείο) Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Τρίτης στο Ακραίφνιο της Βοιωτίας.	181
Εικ. 6.2 (Προσωπικό αρχείο). Η Ιερά Μονή Μεγάλου Σπηλαίου στα Καλάβρυτα.	182
Εικ. 6.3 (Προσωπικό αρχείο). Το ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου στη Βλαχέρνα Αρκαδίας.	184
Εικ. 6.4 (Προσωπικό αρχείο). Το σπηλαιώδες ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	185
Εικ. 6.5 (Προσωπικό αρχείο). Τα σπήλαιο-ασκητήρια και ο ναός τους στη βάση του βράχου στη Μονή Αγίας Τριάδος, Ακράτας.	185
Εικ. 6.6 (Προσωπικό αρχείο). Σπήλαιο-μοναστήρο στη βάση του βράχου.	186
Εικ. 6.7 (Προσωπικό αρχείο) Σπήλαιο-μοναστήρο κοντά στη βάση του βράχου.	187
Εικ. 6.8 (Προσωπικό αρχείο). Σπήλαιο-μοναστήρο κοντά στην κορυφή του βράχου.	188
Εικ. 6.9 (Προσωπικό αρχείο). Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στη περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδας.	190
Εικ. 6.10 (Προσωπικό αρχείο). Η κρύπτη, του κρυφού σχολείου, στο σπήλαιο- ασκητήριο της Παναγίας της Βλαχέρνας.	193

Εικ. 6.11 (Προσωπικό αρχείο). Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο Αρκαδίας.	194
Εικ. 6.12 (Προσωπικό αρχείο). Το Παλαιομονάστηρο στο Βρονταμάδο της Λακωνίας.	195
Εικ. 6.13 (Προσωπικό αρχείο). Το κατεστραμμένο σπήλαιο-ασκητήριο (μονή) του Παντοκράτορος στα Μετέωρα.	196
Εικ. 6.14: Προσωπικό αρχείο). Η Μονή των Τεσσαράκοντα μαρτύρων στην Σπάρτη της Λακωνίας.	197
Εικ. 6.15 (Προσωπικό αρχείο). Μέρος της περιοχής «Καρούλια» του Αγίου Όρους.	198
Εικ. 6.16 (Προσωπικό αρχείο). Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη στην Κερπινή της Αρκαδίας.	199
Εικ. 6.17 (Προσωπικό αρχείο). Το σπήλαιο-ασκητήριο (Ιερά Μονή) του Αγίου Νικολάου Μπάντοβα στα Μετέωρα.	200
Εικ. 6.18 (Προσωπικό αρχείο). Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γεωργίου του Μαντηλά στο χωριό Καστράκι των Μετεώρων.	201
Εικ. 6.19 (Προσωπικό αρχείο). Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι της Αργολίδος.	202
Εικ. 6.20 (Προσωπικό αρχείο). Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	203
Εικ. 6.21 (Προσωπικό αρχείο). Η σπήλαιο-εκκλησία η Παναγία «Βαρδάτες» στο χωριό Βαρδάτες της Φθιώτιδας.	204
Εικ. 6.22 (Προσωπικό αρχείο). Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της «Κατακεκρυμένης» στον Καραθώνα του Ναυπλίου.	205
Κεφ. 7.	
Εικ. 7.1 (Προσωπικό αρχείο) Η πορεία προσέγγισης ιερής σπηλιάς σε μονοπάτι και κλίμακες.	207
Εικ. 7.2 (Προσωπικό αρχείο) Η πορεία προσέγγισης ιερής σπηλιάς σε απλό μονοπάτι.	208
Εικ. 7.3 (Προσωπικό αρχείο) Αναρριχητικός πάσσαλος στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	210
Εικ. 7.4 (Προσωπικό αρχείο) Οι τεχνητές οπές επάνω στο βράχο του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	211
Εικ. 7.5 (Προσωπικό αρχείο) Ο μεγάλος ξύλινος εξώστης του ασκητηρίου του Οσίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	212

Εικ. 7.6 (Προσωπικό αρχείο) Οι ξύλινοι εξώστες του ασκητηρίου του Οσίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	213
Εικ. 7.7 (Προσωπικό αρχείο) Λαξευμένα στο βράχο πατήματα.	214
Εικ. 7.8 (Προσωπικό αρχείο) Σκαλιστά στο βράχο σκαλοπάτια.	215
Εικ. 7.9 (Προσωπικό αρχείο) Λιθόκτιστη κλίμακα.	216
Εικ. 7.10 (Προσωπικό αρχείο) Λιθόκτιστη κλίμακα.	216
Εικ. 7.11 (Προσωπικό αρχείο) Τμήμα της ανεμόσκαλας του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	217
Εικ. 7.12 (Προσωπικό αρχείο) Η αρχική στήριξη της ανεμόσκαλας μαζί με την άρθρωση της.	218
Εικ. 7.13 (Προσωπικό αρχείο) Η ανεμόσκαλα της Μονής Ρουσάνο στα Μετέωρα.	219
Εικ. 7.14 (Προσωπικό αρχείο) Η ανεμόσκαλα του σπήλαιο-ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	220
Εικ. 7.15 (Προσωπικό αρχείο) Η ανεμόσκαλα του ασκητηρίου του Αγίου Αντωνίου στα Μετέωρα.	221
Εικ. 7.16 (Προσωπικό αρχείο) Ξύλινη κλίμακα στα ασκητήρια της Μονής της Παναγίας των Καταθετών στα Χαλκιάνικα της Αχαΐας.	222
Εικ. 7.17 (Προσωπικό αρχείο) Σκαλιστός διάδρομος.	223
Εικ. 7.18 (Προσωπικό αρχείο) Σκαλιστός διάδρομος.	224
Εικ. 7.19 (Προσωπικό αρχείο) Ανασυρόμενη γέφυρα.	226
Εικ. 7.20 (Προσωπικό αρχείο) Υπόσκαφη στοά.	227
Εικ. 7.21 (Προσωπικό αρχείο) Υπόσκαφη στοά.	228
Εικ. 7.22 (Προσωπικό αρχείο) Τροχαλία.	229
Εικ. 7.23 (Προσωπικό αρχείο) Ο χώρος του βριζονίου.	230
Εικ. 7.24 (Προσωπικό αρχείο) Η κοινή χρήση των υποδομών στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	232
Εικ. 7.25 (Προσωπικό αρχείο) Η κοινή χρήση των υποδομών στη Μονή Κηπίνας.	232
Κεφ. 8	
Εικ. 8.1 (Προσωπικό αρχείο) Υπόσκαφο ασκητήριο.	234
Εικ. 8.2 (Προσωπικό αρχείο) Το πολύ μικρό σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ακακίου στη Σκήτη των Καυσοκαλυβίων στο Άγιον Όρος.	235
Εικ. 8.3 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γεωργίου στα Δίδυμα της Αργολίδος.	236

Εικ. 8.4 (Προσωπικό αρχείο) Το λίγο περισσότερο ευρύχωρο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας, στην Βλαχέρνα.	237
Εικ. 8.5 (Προσωπικό αρχείο) Το λίγο περισσότερο ευρύχωρο σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Αμφίκλεια της Φθιώτδος.	238
Εικ. 8.6 (Προσωπικό αρχείο) Το μεγάλο σπήλαιο της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	239
Εικ. 8.7 (Προσωπικό αρχείο) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	240
Εικ. 8.8 (Προσωπικό αρχείο) Η κύρια είσοδος του κτιρίου της Μονής του Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	241
Εικ. 8.9 (Προσωπικό αρχείο) Εσωτερική πετρόκτιστη κλίμακα της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	242
Εικ. 8.10(Προσωπικό αρχείο) Λίθινη κλίμακα επί του βράχου στη Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	243
Εικ. 8.11 (Προσωπικό αρχείο) Ο διάδρομος του ισογείου της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	244
Εικ. 8.12 (Προσωπικό αρχείο) Τμήμα του διαδρόμου του πρώτου ορόφου της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	245
Εικ. 8.13 (Προσωπικό αρχείο) Ο κεντρικός λιθόστρωτος διάδρομος του δεύτερου ορόφου της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	246
Εικ. 8.14 (Προσωπικό αρχείο) Ο διάδρομος του δώματος της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	247
Εικ. 8.15 (Προσωπικό αρχείο) Εσωτερικό κελλιού στο ισόγειο της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	248
Εικ. 8.16 (Προσωπικό αρχείο) Μεγάλη αίθουσα στο πρώτο όροφο στη Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	249
Εικ. 8.17 (Προσωπικό αρχείο) Ο βράχος σχηματίζει τις δύο από τις τέσσερις πλευρές ενός κελλιού της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	250
Εικ. 8.18 (Προσωπικό αρχείο) Η είσοδος του Καθολικού της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	251
Εικ. 8.19 (Προσωπικό αρχείο) Τμήμα του Καθολικού της Μονής Αγίου	

Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	252
Εικ. 8.20 (Προσωπικό αρχείο) Ο βράχος ως δομικό τμήμα του κτιρίου της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος.	253
Εικ. 8.21 (Προσωπικό αρχείο) Η ανασυρόμενη γέφυρα της Μονής Κηπίνας.	254
Εικ. 8.22 (Προσωπικό αρχείο) Το μονοπάτι προσέγγισης της Μονής Κηπίνας.	254
Εικ. 8.23 (Προσωπικό αρχείο) Η είσοδος στο Καθολικό της Μονής Κηπίνας.	255
Εικ. 8.24 (Προσωπικό αρχείο) Το καθιστικό της Μονής Κηπίνας.	256
Εικ. 8.25 (Προσωπικό αρχείο) Το αρχονταρίκι της Μονής Κηπίνας.	256
Εικ. 8.26 (Προσωπικό αρχείο) Η εστία της Μονής Κηπίνας.	257
Εικ. 8.27 (Προσωπικό αρχείο) Κελλί της Μονής Κηπίνας.	257
Εικ. 8.28 (Προσωπικό αρχείο έρευνα) Το «παντούρομα» ενός σπήλαιο-ασκητήριου.	259
Εικ. 8.29 (Προσωπικό αρχείο) Η θεμελίωση σε σπηλαιομονάστηρο.	260
Εικ. 8.30 (Προσωπικό αρχείο) Ο θεμέλιος βράχος σε σπήλαιο-ασκητήριο.	261
Εικ. 8.31 (Προσωπικό αρχείο) Μικρό «θολωτό» σπήλαιο-ασκητήριο.	262
Εικ. 8.32 (Προσωπικό αρχείο) Η ξύλινη στέγη σε σπηλαιομονάστηρο.	263
Εικ. 8.33 (Προσωπικό αρχείο) Το χωμάτινο δάπεδο σπήλαιο-ασκητηρίου.	264
Εικ. 8.34 (Προσωπικό αρχείο) Σταθερό κατακόρυφο στοιχείο από αργολιθοδομή για την έδραση πατώματος.	265
Εικ. 8.35 (Προσωπικό αρχείο) Ξύλινοι δοκοί (ποταμοί) πατώματος.	266
Εικ. 8.36 (Προσωπικό αρχείο) Πάκτωση δοκαριών εντός του βράχου.	267
Εικ. 8.37 (Προσωπικό αρχείο) Εντορμία σε δοκάρι πατώματος.	267
Εικ. 8.38 (Προσωπικό αρχείο) Ξύλινος στρωτήρας.	268
Εικ. 8.39 (Προσωπικό αρχείο) Λιθόστρωτο δάπεδο.	269
Εικ. 8.40 (Προσωπικό αρχείο) Προεκτάσεις των δοκαριών εσωτερικού πατώματος που είναι εγκιβωτισμένα στο τοίχο, για τη δημιουργία εξώστη.	270
Εικ. 8.41: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Πλάγιοι τοποθετημένοι κορμοί (αντηρίδες).	271
Εικ. 8.42: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Πάκτωση των αντηρίδων στο βράχο.	271
Εικ. 8.43 (Προσωπικό αρχείο) Δοκάρι που το ελεύθερο άκρο του, σχηματίζει ένα μισοχάρακτο σύνδεσμο.	272
Εικ. 8.44 (Προσωπικό αρχείο) Μορσότρυπα.	273

Εικ. 8.45 (Προσωπικό αρχείο) Σφηνωμένος και κάθετα τοποθετημένος στύλος εντός μορσότρυπας.	273
Εικ. 8.46 (Προσωπικό αρχείο) Τα σκέλη του κιγκλιδώματος σε εξώστη.	274
Εικ.8.47 (Προσωπικό αρχείο) Ξυλόφρακτος τοίχος.	275
Εικ. 8.48 (Προσωπικό αρχείο) Μπαγδάτι.	276
Εικ. 8.49 (Προσωπικό αρχείο) Μπαγδαδότοιχος.	276
Εικ. 8.50 (Προσωπικό αρχείο). Αργολιθοδομή εξωτερικού τοίχου από ακατέργαστους λίθους χωρίς κονίαμα.	278
Εικ. 8.51 (Προσωπικό αρχείο). Αργολιθοδομή από ακατέργαστους λίθους που συνδέονται μεταξύ τους με ενδιάμεσο κονίαμα.	278
Εικ. 8.52 (Προσωπικό αρχείο) Τοίχος από κροκαλολιθοδομή.	279
Εικ. 8.53 (Προσωπικό αρχείο). Εξωτερική ακατέργαστη αργολιθοδομή.	280
Εικ. 8.54 (Προσωπικό αρχείο) Τοξωτά ανοίγματα και αψιδώματα.	281
Εικ. 8.55 (Προσωπικό αρχείο) Κεραμοπλαστικός διάκοσμος στην εξωτερική πλευρά του τοίχου.	281
Εικ. 8.56 (Προσωπικό αρχείο) Κατασκευασμένος τοίχος με ωμόπλινθους.	282
Εικ. 8.57: Προσωπικό αρχείο) Εσωτερικές ξυλοδεσιές.	283
Εικ. 8.58 (Προσωπικό αρχείο) Δοκάρι ξυλοδεσιάς σε εσωτερική πλευρά του τοίχου.	284
Εικ. 8.59 (Προσωπικό αρχείο) Πετρόκτιστη υπόγεια στέρνα.	285
Εικ. 8.60: Προσωπικό αρχείο) Λαξευμένη στο βράχο στέρνα.	286
Εικ. 8.61 (Προσωπικό αρχείο) Πετρόκτιστη υπόγεια στέρνα.	287
Εικ. 8.62 (Προσωπικό αρχείο) Η υπέργεια πετρόκτιστη στέρνα.	288
Κεφ. 9	
Εικ. 9.1 (Προσωπικό αρχείο). Το δώμα της Μονής του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.	290
Εικ. 9.2 (Προσωπικό αρχείο). Η είσοδος της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού.	291
Εικ. 9.3 (Προσωπικό αρχείο) Ο αυλοειδής πρώτος θάλαμος της σπήλαιο-εκκλησία της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού.	292
Εικ. 9.4 (Προσωπικό αρχείο). Το όριο του πρώτου με το δεύτερο θάλαμο της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού.	293
Εικ. 9.5 (Προσωπικό αρχείο). Τα όρια της οπής της επικοινωνίας του	

πρώτου με το δεύτερο θάλαμο της σπήλαιο-εκκλησία της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.	294
Εικ. 9.6 (Προσωπικό αρχείο). Το ωοειδές σχήμα του δεύτερου θαλάμου.	295
Εικ. 9.7 (Προσωπικό αρχείο). Η υπόσκαφη κόγχη του Ιερού και της Αγίας Τραπέζης.	296
Εικ. 9.8 (Προσωπικό αρχείο). Η υπόσκαφη κόγχη της προθέσεως.	297
Εικ. 9.9 (Προσωπικό αρχείο) Η είσοδος της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής.	298
Εικ. 9.10 (Προσωπικό αρχείο) Διάγραμμα του φυσικού ανοίγματος της εισόδου της σπηλιάς της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής.	300
Εικ. 9.11 (Προσωπικό αρχείο) Ο πρώτος θάλαμος της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής.	301
Εικ. 9.12 (Προσωπικό αρχείο) Η φυσική είσοδος από το πρώτο στο δεύτερο θάλαμο.	302
Εικ. 9.13 (Προσωπικό αρχείο) Ο δεύτερος θάλαμος με το παρεκκλήσιο.	303
Εικ. 9.14 (Προσωπικό αρχείο) Η κόγχη του Ιερού με την κτιστή Αγία τράπεζα του.	304
Εικ. 9.15 (Προσωπικό αρχείο). Τα τρία σπηλαιώδη ναύδρια, στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας.	305
Εικ. 9.16 (Προσωπικό αρχείο). Το Νο 1 ναύδριο, η Αγία Τράπεζα του.	306
Εικ. 9.17 (Προσωπικό αρχείο). Το Νο 2 ναύδριο, με την κτιστή Αγία Τράπεζα και πρόθεση του.	307
Εικ. 9.18 (Προσωπικό αρχείο). Το Νο 2 ναύδριο.	307
Εικ. 9.19 (Προσωπικό αρχείο). Το Νο 2 ναύδριο.	308
Εικ. 9.20 (Προσωπικό αρχείο). Το Νο 3 ναύδριο και η Αγία Τράπεζα του.	309
Εικ. 9.21 (Προσωπικό αρχείο). Η εσωτερική επικοινωνία των παρεκκλησίων μέσω δύο τοξωτών ανοιγμάτων.	310
Εικ. 9.22 (Προσωπικό αρχείο). Το μικρό πλάτωμα της σπηλιάς για τη συγκέντρωση των ασκητών έξω από τα τρία ναύδρια.	311
Εικ. 9.23 (Προσωπικό αρχείο). Πλήρως διαμορφωμένο μικρό ναύδριο.	311
Εικ. 9.24 (Προσωπικό αρχείο). Πλήρως διαμορφωμένο μικρό ναύδριο.	312
Εικ. 9.25 (Προσωπικό αρχείο). Η κόγχη του ιερού σε ένα πλήρως διαμορφωμένο μικρό ναύδριο.	312
Εικ. 9.26 (Προσωπικό αρχείο) Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Νικολάου του Νέου στο Ακραίφνιο της Βοιωτίας.	313
Εικ. 9.27 (Προσωπικό αρχείο) Η υπόσκαφη κόγχη του ιερού του Διαμορφωμένου	

καθολικού της Μονής του Αγίου Δημητρίου Αυγού.	315
Εικ. 9.28 (Προσωπικό αρχείο). Το Διαμορφωμένο καθολικό της Μονής του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.	316
Εικ. 9.29 (Προσωπικό αρχείο). Ο τρούλος του διαμορφωμένου καθολικού.	317
Εικ. 9.30 (Προσωπικό αρχείο). Το Διαμορφωμένο καθολικό της Μονής του Αγίου Δημητρίου Αυγού.	318
Εικ. 9.31 (Προσωπικό αρχείο). Το ξύλινο τέμπλο του παρεκκλησίου του σπηλαιομονάστηρου του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο της Αρκαδίας.	319
Εικ. 9.32 (Προσωπικό αρχείο). Το ξύλινο και επιχρυσωμένο τέμπλο (18 ^{ος} αιώνας), του Ναού του σπηλαιομονάστηρου της Κηπίνας στα Ιωάννινα.	320
Εικ. 9.33 (Προσωπικό αρχείο). Το κτιστό τέμπλο της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραίφνιο της Βοιωτίας.	321
Εικ. 9.34 (Προσωπικό αρχείο) Το κτιστό τέμπλο του παρεκκλησίου των Αγίων Θεοδώρων στο σπηλαιομονάστηρο του Αγίου Δημητρίου Αυγού.	322
Εικ. 9.35 (Προσωπικό αρχείο). Το κτιστό τέμπλο του παρεκκλησίου της Μονής του Ασκητή.	324
Εικ. 9.36 (Προσωπικό αρχείο). Η εικόνα του Χριστού στο τέμπλο στο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης.	325
Εικ. 9.37 (Προσωπικό αρχείο). Η εικόνα της Παναγίας τέμπλο στο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης.	325
Εικ. 9.38 (Προσωπικό αρχείο) Η εικόνες της Παναγίας, του Χριστού και του Προδρόμου στη σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής.	327
Εικ. 9.39 (Προσωπικό αρχείο) Η εικόνα της Αγίας Ειρήνης στη σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής.	328
Εικ. 9.40 (Προσωπικό αρχείο) Η εικόνα της Αγίας Παρασκευής στη Σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής.	329
Εικ. 9.41 (Προσωπικό αρχείο) Η εικόνα του Αγίου Στεφάνου στη κόγχη του Ιερού στη σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής.	330
Εικ. 9.42 (Προσωπικό αρχείο) Οι τοιχογραφίες που βρίσκονται μέσα στη κόγχη του ιερού στο ασκητήριο της Μικρής Αναλήψεως, στις Πρέσπες.	332
Εικ. 9.43 (Προσωπικό αρχείο) Οι Άγιοι Αναργύροι Κοσμάς και Δαμιανός σε μετάλλια στο παρεκκλήσιο της Αναλήψεως.	333
Εικ. 9.44 (Προσωπικό αρχείο) Η βραχογραφία της Παναγίας της Βλαχερνίτισσας στη	

Μεγάλη Πρέσπα.	334
Εικ. 9.45 (Προσωπικό αρχείο) Η βραχογραφία της Παναγίας η Πάντων Χαρά στη Μεγάλη Πρέσπα.	335
Εικ. 9.46 (Προσωπικό αρχείο) Βραχογραφία στη σπήλαιο-εκκλησία της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στη Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού.	336
Εικ. 9.47 (Προσωπικό αρχείο) Βραχογραφία στη σπήλαιο-εκκλησία της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στη Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού.	337
Εικ. 9.48 (Προσωπικό αρχείο). Η βραχογραφία της Σταύρωσης στο θόλο του κεντρικού παρεκκλησίου στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας.	338
Εικ. 9.49 (Προσωπικό αρχείο) Η επιγραφή του δωρητή των τοιχογραφιών του κτιστού τέμπλου, της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής.	339
Εικ. 9.50 (Προσωπικό αρχείο) Η νέα επιγραφή που υπενθυμίζει τη σφαγή των κατοίκων του Βρονταμάδο της Λακωνίας στο Παλαιομονάστηρο.	340
Εικ. 9.51 (Προσωπικό αρχείο) Η νέα επιγραφή των δωρητών της κατασκευής της νέας κλίμακας των Ασκητηρίων της Μονής των Αγίων Αναργύρων.	340
Εικ. 9.52 (Προσωπικό αρχείο) Η κτητωρική επιγραφή των δωρητών της δημιουργίας των νέων εγκαταστάσεων, στο ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου, στην Παναγία Βλαχέρνα.	341
Εικ. 9.53 (Προσωπικό αρχείο) Ακιδογράφημα.	343
Εικ. 9.54 (Προσωπικό αρχείο) Ο τάφος του Οσίου Λεοντίου.	344
Εικ. 9.55 (Προσωπικό αρχείο) Αρκοσόλιο στο μικρό σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας.	345
Εικ. 9.56 (Προσωπικό αρχείο). Οστεοφυλάκιο.	346
Εικ. 9.57. (Προσωπικό αρχείο) Δημιουργία κολώνας μετά τη συνένωση σταλακτίτη με σταλαγμίτη.	348
Εικ. 9.58 (Προσωπικό αρχείο) Η μικρή λίμνη στο σπήλαιο-ασκητήριο Αγίας Ιερουσαλήμ στη Συκιά της Φωκίδας.	349
Εικ. 9.59 (Προσωπικό αρχείο) Οι Λιθωματικές λεκάνες (GOURS) στο σπήλαιο- ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στη Συκιά Φωκίδας.	350

Κεφ. 12.

Εικ. 12.1 (προσωπικό αρχείο) Τμήμα ανώμαλου μονοπατιού προσέγγισης σε σπήλαιο-ασκητήριο.	371
Εικ. 12.2 (προσωπικό αρχείο) Ομαλό μονοπάτι προσέγγισης σε σπήλαιο-ασκητηρίου.	372
Εικ. 12.3 (προσωπικό αρχείο) Ομαλό μονοπάτι προσέγγισης σε σπήλαιο-ασκητήριο.	373
Εικ. 12.4 (προσωπικό αρχείο) Πλακοστρωμένο μονοπάτι σε σπήλαιο-μονάστηρο.	374
Εικ. 12.5 (προσωπικό αρχείο) Η θέση στο βουνό χωμάτινου αμαξιτού δρόμου σπήλαιο-ασκητηρίου.	375
Εικ. 12.6 (προσωπικό αρχείο) Χωμάτινος αμαξιτός δρόμος σε σπήλαιο-ασκητήριο.	376
Εικ. 12.7 (προσωπικό αρχείο) Σκαλιστά στο βράχο σκαλοπάτια, σε σπήλαιο-ασκητήριο.	377
Εικ. 12.8 (προσωπικό αρχείο) Κτιστή κλίμακα ανόδου με 95 βαθμίδες σε σπήλαιο-ασκητήριο.	378
Εικ. 12.9 (προσωπικό αρχείο) Κτιστή κλίμακα σε σπήλαιο-ασκητήριο.	379
Εικ. 12.10 (προσωπικό αρχείο) Μεταλλική γέφυρα που έχει μεγάλη κλίση σε σπήλαιο-ασκητήριο.	380
Εικ. 12.11 (προσωπικό αρχείο) Τσιμεντένια κλίμακα σπήλαιο-ασκητηρίου.	381
Εικ. 12.12 (προσωπικό αρχείο) Νέα κλίμακα προσέγγισης σε σπήλαιο-ασκητηρίου.	382
Εικ. 12.13 (αρχείο Αρχιτεκτονικής Μπαταλογιάννη Χρήστου) Πρόσβαση σε σπήλαιο-ασκητήριο με αναρρίχηση.	383
Εικ. 12.14 (προσωπικό αρχείο) Συνωστισμός προσκυνητών εντός σπήλαιο-Ασκητηρίου.	387
Εικ. 12.15 (προσωπικό αρχείο) Συνωστισμός προσκυνητών εντός σπήλαιο-ασκητηρίου.	388
Εικ. 12.16 (προσωπικό αρχείο) Καταστροφή νέας κτιστής κλίμακας από πτώση βράχων.	389

Κεφ.13.

Εικ. 13.1 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του κ. Ζήση Παπούλια.) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου.	404
--	-----

Εικ. 13.2 (Προσωπικό αρχείο) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου.	405
Εικ. 13.3 (Προσωπικό αρχείο Η αρνητική κλήση του βράχου Πυξάρι ως προς τη βάση του.	407
Εικ. 13.4 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Η χρήση του εξώστη του τέταρτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου.	408
Εικ. 13.5 (Προσωπικό αρχείο) Τα όρια του ξύλινου εξώστη του πρώτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου.	409
Εικ. 13.6 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Η πρόσβαση στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου με τη μέθοδο της αναρρίχησης.	410
Εικ. 13.7. (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του κ. Ζήση Παπούλια) Ο εντυπωσιακός σε πλάτος και βάθος ξύλινος εξώστης της πρώτης σπηλιάς του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	411
Εικ. 13. 8 (Προσωπικό αρχείο) Ο εντυπωσιακός σε πλάτος και βάθος ξύλινος εξώστης της πρώτης σπηλιάς του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.	411
Εικ. 13.9 (Προσωπικό αρχείο) Το περίγραμμα της δεύτερης σπηλιάς του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου.	412
Εικ. 13.10 (Προσωπικό αρχείο) Το περίγραμμα του υπολείμματος του εξωτερικού τοιχίου που είναι κατασκευασμένος από μπαγδατί.	413
Εικ. 13.11 (Προσωπικό αρχείο) Ο εξώστης του τρίτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου.	414
Εικ. 13.12 (Προσωπικό αρχείο) Το περίγραμμα του μόνιμου ανοίγματος στο δάπεδο του τρίτου εξώστη για την είσοδο των ασκητών στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου.	415
Εικ. 13.13 (Προσωπικό αρχείο) Ο εξώστης του τρίτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου.	416
Εικ. 13.14 (Προσωπικό αρχείο) Ο εξώστης του τρίτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου με τμήμα από το εσωτερικό του.	417
Εικ. 13.15 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του κ. Ζήση Παπούλια) Το τέταρτο σπήλαιο του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου.	418
Εικ. 13.16 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Ο εξωτερικό τοίχος του ναυδρίου του	

ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου.	419
Εικ. 13.17 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιτυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Ο εσωτερικός χώρος του ναυδρίου.	420
Εικ. 13.18 (Προσωπικό αρχείο) Το πέμπτο σπήλαιο του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου.	421
Εικ. 13.19 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιτυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Η πορεία της αναρρίχησης από το πρώτο εξώστη στο δεύτερο με κατεύθυνση την ανεμόσκαλα.	422
Εικ. 13.20 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιτυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Η διαδικασία ανόδου από το δεύτερο σπήλαιο στο τρίτο μέσω της σταθερής ξύλινης σκάλας.	423
Εικ. 13.21 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του κ. Ζήση Παπούλια) Η αρχαία ξύλινη κλίμακα που ενώνει τον τρίτο εξώστη (3) με τον τέταρτο.	424
Εικ. 13.22 (Προσωπικό αρχείο) Οι θέσεις αγκύρωσης των αναρριχητικών βυσμάτων.	425
Εικ. 13. 23 (Προσωπικό αρχείο) Τα αναρριχητικά βύσματα αγκύρωσης, τοποθετημένα στην άκρη του θόλου του βράχου της σπηλιάς.	425
Εικ. 13.24 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιτυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Μέρος του ειδικού εξοπλισμού που χρειάζεται για την άνοδο και κάθοδο των αναρριχητών/προσκυνητών με τη μέθοδο του ιμάντα αναρρίχησης.	426
Εικ. 13.25 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιτυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Ανάβαση στο τέταρτο σπήλαιο του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου με τη βοήθεια των τροχαλιών του σχοινιού και του ιμάντα αναρρίχησης.	427
Εικ. 13.26 (προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιτυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Η έναρξη της κατάβασης από το τέταρτο σπήλαιο του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου με τη βοήθεια των τροχαλιών του σχοινιού και του ιμάντα αναρρίχησης προς τη βάση του βράχου.	428
Εικ. 13.27 (Προσωπικό αρχείο) Το «τετρακόπτερο» drone που χρησιμοποιήθηκε για την βιντεοσκόπηση.	429
Εικ. 13.28 (Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η προετοιμασία πριν την πτήση του drone στη βάση του βράχου.	430

Εικ. 13.29 (Προσωπικό αρχείο) Η αρχή της πτήσης του drone.	430
Εικ. 13.30 (Προσωπικό αρχείο) Η πτήση του drone προς το ασηκητήριο.	431
Εικ. 13.31 (Προσωπικό αρχείο) Η πτήση του drone, πλησιάζοντας το μεγάλο εξώστη του πρώτου σπηλαίου.	431
Video.13.32 (Προσφορά κατόπιν αδείας, του παραγωγού του συγκεκριμένου video, κ. Ζήση Παπούλια).	432

ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΕΣ

AMEA	Άτομα με Ειδικές Ανάγκες
UAV	Μη Επανδρωμένα Εναέρια Οχήματα ή drones.
GIS	Σύστημα Γεωγραφικών Πληροφοριών
VR	Εικονική Πραγματικότητα
AR	Αυξημένη Πραγματικότητα
MR	Μικτή Πραγματικότητα
LBS	Υπηρεσίες βάσει τοποθεσίας
PRM	Άνθρωποι με μειωμένη κινητικότητα
PwD	Άτομα με αναπηρία
GPS	Παγκόσμιο Σύστημα Εντοπισμού Θέσης

ΕΙΣΑΓΩΓΗ.

Η ιστορική πορεία των ιερών σπηλαίων, σπήλαιο-ασκητηρίων και σπηλαιομονάστηρων, είναι μακραίωνη, σημαντική και με πολλές διακυμάνσεις. Η μελέτη της μακραίωνης ιστορίας τους κατέδειξε ότι αυτά, συνήθως έχουν μία αλληλένδετη σχέση. Αυτό δε φάνηκε, επειδή πολλές ιερές σπηλιές μετατράπηκαν σε σπήλαιο-ασκητήρια, ή πολλά σπήλαιο-ασκητήρια μετατράπηκαν σε σπηλαιομονάστηρα. Τέλος, στη σημερινή εποχή που τα σπήλαιο-ασκητήρια είναι σχεδόν στο σύνολο τους εγκαταλειμμένα, έχουν μετατραπεί από τους προσκυνητές τους, σε ιερές σπηλιές. Για το λόγο αυτό, η παρούσα διατριβή τα ερεύνει ως μία οντότητα.

Αυτές οι ταπεινές και σε δυσπρόσιτα μέρη κατασκευές, έμειναν ζωντανές για πολλούς αιώνες, για μεν τις σπήλαιο-εκκλησίες χάρη στην αγάπη και την πίστη των προσκυνητών των γύρω περιοχών τους. Για δε τα σπήλαιο-ασκητήρια, χάρη στους αγώνες για πνευματική ανάταση και σωματική επιβίωση των μοναχών τους. Τα ιστορικά δεδομένα, αυτού του ιδιαίτερου τρόπου εκκλησιαστικής ζωής δεν είναι ιδιαίτερα πλούσια, είναι όμως αρκετά ώστε να γνωρίσουμε την ιστορική τους εξέλιξη.

Τα ασκητήρια ως αρχιτεκτονικές μορφές διακρίνονται μεν για την απλότητα τους, δεν παύουν όμως, να προξενούν το ενδιαφέρον της εκκλησιαστικής αρχιτεκτονικής. Τα περισσότερα απ' αυτά, επειδή κατασκευάσθηκαν από φτωχούς ασκητές με απλά οικοδομικά υλικά, θα μπορούσαν να χαρακτηριστούν ως ταπεινά κτίσματα. Τα οικοδομικά υλικά για την κατασκευή των ασκητηρίων τους, οι ασκητές τα προμηθεύονταν, από το φυσικό περιβάλλον γύρω απ' αυτά. Με αυτό το τρόπο, δημιούργησαν κατασκευές απλές αλλά λειτουργικές, που σε πολλές περιπτώσεις έμειναν ανεξίτηλες από το χρόνο. Οι χώροι και οι τόποι που επέλεξαν να κατασκευάσουν αυτά τα οικοδομήματα, πολλές φορές ήταν δυσπρόσιτοι και επικίνδυνοι στη προσέγγισή τους. Έτσι, σήμερα αυτά μας εντυπωσιάζουν αλλά και μας δημιουργούν απορία, για το πως κατάφεραν με τα μέσα της εποχής εκείνης να τα κατασκευάσουν.

Οι ασκητές χρησιμοποίησαν όλο το διαθέσιμο χώρο που τους προσέφεραν τα σπήλαια τους

για τη δημιουργία των ασκητηρίων τους. Ειδικά δε, για την κατασκευή των ναυδρίων, χρησιμοποίησαν όλη τους την ευφρευστικότητα, την πρακτικότητα και την προσαρμοστικότητα στο χώρο. Οι χώροι λατρείας αυτών των ασκητηρίων, συνήθως είναι κατάγραφοι από τοιχογραφίες ή βραχογραφίες, δίνοντας τους ένα άλλο χρώμα και μία άλλη διάσταση στο σκοτεινό περιβάλλον των σπηλαίων.

Η προσέγγιση ενός σπήλαιο-ασκητηρίου, είχε εξάρτηση από το σημείο του βράχου που βρισκόταν η σπηλιά. Αν αυτό βρισκόταν στη βάση του βράχου, τότε συνήθως η προσέγγιση του με τα πόδια ήταν σχετικά εύκολη. Αν όμως η σπηλιά βρισκόταν αρκετά ψηλότερα από τη βάση του βράχου, τότε η προσέγγιση του γινόταν μόνο με αναρρίχηση ή καταρρίχηση (από τη κορυφή του βράχου), με βασικό επακόλουθο τον κίνδυνο για τη ζωή ή τη σωματική ακεραιότητα του αναρριχητή. Με τη δημιουργία όμως των υποδομών που κατασκεύασαν και τη χρήση των ειδικών μηχανισμών, οι ασκητές μπόρεσαν να υπερκεράσουν με μεγαλύτερη ευκολία και ασφάλεια, τα φυσικά εμπόδια στις μετακινήσεις τους.

Η ζωή των ασκητών στα ασκητήρια τους, σε γενικές γραμμές μας είναι άγνωστη, λόγω της απομόνωσης τους από τους υπόλοιπους ανθρώπους. Γνωρίζουμε όμως κάποια κομμάτια της ζωής των, είτε από κείμενα που έχουν συντάξει κάποιοι απ' αυτούς, είτε από τους βιογράφους των, που ανήκαν στο στενό κύκλο των συνοδών τους. Επίσης, μια άλλη πηγή πληροφοριών για τη ζωή των και τους τρόπους μετακίνησης προς τα σπήλαιο-ασκητήρια τους, βρίσκεται και στα βιβλία των ξένων αλλά και Ελλήνων περιηγητών στον Ελλαδικό χώρο. Οι περιγραφές για τα ασκητήρια, δεν είναι πολλές ούτε και μεγάλες, πιθανώς επειδή στις περιόδους των επισκέψεων αυτών των περιηγητών, ο ασκητισμός στα σπήλαιο-ασκητήρια ήταν σε παρακμή. Οι μόνες αυτόνομες αναφορές περιηγητών για σπήλαιο-ασκητήρια, είναι από όσους επισκέφθηκαν τη περιοχή των Καρουλίων στο Άγιον Όρος. Αυτές όμως, είναι μικρές σε περιεχόμενο και ελάχιστα περιγραφικές του τρόπου ζωής των ασκητών. Βέβαια είναι γνωστό, ότι οι ασκητές δεν δημοσιοποιούσαν τον τρόπο ζωής των. Απ' αυτές όμως τις λίγες πληροφορίες, μπορούμε να σχηματίσουμε μία εικόνα. Ακόμη πληροφορίες για τον τρόπο μετακίνησης των ασκητών, από και προς τα σπήλαιο-ασκητήρια τους, μπορούμε να αντλήσουμε από τα κείμενα των περιηγητών. Αυτές οι αναφορές, βρίσκονται μέσα από τις παραστατικές διηγήσεις των για τους τρόπους και τα μέσα που χρησιμοποίησαν για να ανέβουν τους βράχους των Μετεωρίτικων μοναστηριών. Οι αναφορές που υπάρχουν για την άνοδο των περιηγητών ή την κάθοδο τους από τα Μοναστήρια των Μετεώρων, είναι πολλές, εντυπωσιακές και πανομοιότυπες.

Καλύπτουν ένα μεγάλο χρονικό φάσμα που ξεκινάει από το 18^ο και φτάνει μέχρι και τον 20^ο αιώνα. Αυτές οι πληροφορίες, μπορούν να χρησιμοποιηθούν γιατί και οι ασκητές χρησιμοποιούσαν τα ίδια μέσα για τις μετακινήσεις τους. Έτσι, έχουμε περιγραφές της ανάβασης ή της κατάβασης με το δίκτυ και με τις ανεμόσκαλες. Επίσης υπάρχουν αναφορές και περιγραφές ανθρώπινων ατυχημάτων και με τους δύο αυτούς τρόπους.

Σήμερα τα σπήλαιο-ασκητήρια στον Ελλαδικό χώρο, είναι εγκαταλειμμένα εδώ και πολλά χρόνια σχεδόν στο σύνολο τους. Η εγκατάλειψη τους από τους φυσικούς τους οικήτορες, είχε σαν αποτέλεσμα, είτε τη φθορά είτε και την καταστροφή των κτιριακών τους εγκαταστάσεων, αλλά και της εξαφάνισης των μονοπατιών που τα προσέγγιζαν. Έτσι, η προσέγγιση και η πρόσβαση τους σήμερα, παρουσιάζει ιδιαίτερες δυσκολίες και προβλήματα για τους προσκυνητές. Επίσης δυσκολίες και προβλήματα υπάρχουν, στην ασφάλεια και τη συντήρηση των ασκητηρίων.

Αυτά τα προβλήματα είναι, η αδυναμία πρόσβασης σ' αυτά από τα άτομα που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στη φυσική τους μετακίνηση, προβλήματα ασφάλειας των προσκυνητών και των ασκητηρίων, όπως και αυτό του συνωστισμού των προσκυνητών σ' αυτούς του χώρους. Καταστροφές των ασκητηρίων από κακόβουλες ανθρώπινες δράσεις. Στα πλαίσια αυτής της διατριβής, βρέθηκαν λύσεις σ' αυτά τα προβλήματα, μέσω της έρευνας της διεθνούς βιβλιογραφίας. Αυτές μπορούν να προέλθουν από τις εφαρμογές των νέων τεχνολογιών, όπως του εικονικού προσκυνήματος, της εικονικής ξενάγησης, κλπ.

Αφορμή για τη συγγραφή αυτής της διατριβής, υπήρξε το ενδιαφέρον και ο θαυμασμός των κατορθωμάτων των Αγίων ασκητών στα σπήλαιο-ασκητήρια και η εντυπωσιακή θέση που κατέχουν αυτά στο χώρο. Η επεξεργασία όλων αυτών των στοιχείων και η τεκμηρίωση τους, έγινε κατά τη διάρκεια της ολοκλήρωσης της συγκεκριμένης διατριβής. Η παρούσα διατριβή ασχολείται: α) με την καταγραφή της θρησκευτικής και πολιτιστικής ιστορίας των σπήλαιο-ασκητηρίων. β) Με την πιστοποίηση ότι οι προσκυνηματικές διαδρομές στα σπήλαιο-ασκητήρια, είναι ένα διαχρονικό φαινόμενο, ιδιαίτερα διαδεδομένο στον Ελληνοκυπριακό χώρο. γ) Με την καταγραφή των πλεονεκτημάτων ή των μειονεκτημάτων που παρουσιάζουν αυτές, όπως και προτάσεις για τις λύσεις αυτών των μειονεκτημάτων.

α) Αυτή η καταγραφή και η τεκμηρίωση της θρησκευτικής και πολιτιστικής ιστορίας των ασκητηρίων, έγινε μετά από επιτόπια έρευνα (εμπειρικό κομμάτι). Αυτό το εμπειρικό κομμάτι, πραγματοποιήθηκε μέσω της αναζήτησης, της εύρεσης και της καταγραφής, πενήντα επτά (57) σπήλαιο-ασκητηρίων, κατά βάσιν στο ορεινό ηπειρωτικό κορμό της Ελλάδος. Επίσης, αυτό συμπληρώθηκε από τις σημειώσεις και τις παρατηρήσεις που καταγράφηκαν κατά τη διάρκεια αυτής της έρευνας, στους χώρους των ασκητηρίων. Οι καταγραφές όλων των σημείων αναφοράς στο σύνολο τους, έγινε με τη βοήθεια φωτογραφικής μηχανής, ενός δε εξ αυτών, έγινε σε συνδυασμό με βιντεοσκόπηση με τη βοήθεια ενός «τετρακόπτερου» drone. Έτσι, με τη βοήθεια αυτών των μηχανών, έγινε η καταγραφή όλων των χώρων των συγκεκριμένων ασκητηρίων, σε σχέση με το περιβάλλον τους, τη θέση τους στον τόπο και το χώρο ύπαρξης των. Επίσης, των κτιριακών τους εγκαταστάσεων, των ναυδρίων τους, των αρχιτεκτονικών και εικονογραφικών τους καταλοίπων, όπως και των νεότερων επεμβάσεων που έχουν γίνει σ' αυτά.

β) Η πιστοποίηση της ύπαρξης των προσκυνηματικών διαδρομών στα σπήλαιο-ασκητήρια, στον Ελληνοκυπριακό χώρο

γ) Η καταγραφή των πλεονεκτημάτων και των μειονεκτημάτων τους, έγινε με την επεξεργασία των σημειώσεων και των παρατηρήσεων που καταγράφηκαν κατά τη διάρκεια αυτής της έρευνας, από την εμπειρία της μοναχικής προσκυνηματικής όδευσης, όλων αυτών των ξεχωριστών διαδρομών.

Η ύπαρξη αυτών των μειονεκτημάτων σε κάποια ασκητήρια, δυσκολεύουν τη πρόσβαση όλων των προσκυνητών, με αποτέλεσμα, η φυσική τους παρουσία σ' αυτά, να είναι από δύσκολη έως και αδύνατη. Μέσω δε της αναζήτησης της διεθνούς βιβλιογραφίας, έγινε προσπάθεια να προταθούν κάποιες δοκιμασμένες λύσεις, σ' αυτά.

Στη παρούσα διατριβή, καταγράφηκαν συνολικά 129 ιερές σπηλιές, σπήλαιο-ασκητήρια και σπηλαιομονάστηρα. Από το σύνολο αυτό, επιτόπια καταγραφή έγινε σε πενήντα επτά (57), ενώ των υπόλοιπων εξήντα δύο (62), η καταγραφή τους έγινε μέσω της βιβλιογραφικής αναζήτησης. Τα προαναφερθέντα 129 ιερά σπήλαια/ασκητήρια, γεωγραφικά είναι διάσπαρτα, καλύπτοντας έτσι πλήρως, τον Ελληνοκυπριακό χώρο. Εκτός από αυτά, υπάρχουν και άλλα, αλλά δεν αναφέρονται στην παρούσα διατριβή λόγω αδυναμίας πρόσβασης ή εντοπισμού τους. Γενικά, ο συνολικός αριθμός των σπήλαιο-ασκητηρίων στην Ελλάδα και την Κύπρο παραμένει άγνωστος.

Η καταγραφή και η τεκμηρίωση των πενήντα επτά (57) σπήλαιο-ασκητηρίων στον ηπειρωτικό κορμό της Ελλάδος, έγινε κατόπιν προσωπικής επιτόπιας έρευνας. Επίσης, η διάσχιση των προσκυνηματικών τους διαδρομών, όπως και η καταγραφή των πλεονεκτημάτων, των μειονεκτημάτων και των κινδύνων που παρουσιάζουν, έγινε μέσω της βιωματικής εμπειρίας, που προσωπικά αποκτήθηκε από τη διάσχιση τους. Τέλος η τεκμηρίωση και η επεξεργασία όλων αυτών των στοιχείων, έγινε κατά τη διάρκεια της ολοκλήρωσης της συγκεκριμένης διατριβής.

Ο στόχος αυτής της διατριβής είναι, η καταγραφή και η ανάδειξη της θρησκευτικής και πολιτιστικής κληρονομιάς των σπήλαιο-ασκητηρίων και των προσκυνηματικών τους διαδρομών.

Η διατριβή αυτή, χωρίζεται σε 13 κεφάλαια και τελειώνει με τη συζήτηση τις προτάσεις και τα συμπεράσματα.

Στο (1) κεφάλαιο με τίτλο «Ορισμοί, χαρακτηριστικά, και κατηγορίες των προσκυνηματικών διαδρομών», γίνεται προσπάθεια να οριστεί η έννοια τι είναι η θρησκευτική πίστη και πως εκδηλώνεται στην καθημερινότητα των ανθρώπων. Επίσης μέσω της βιβλιογραφίας, γίνεται προσπάθεια να κατανοηθούν τα χαρακτηριστικά ενός τόπου που θεωρείται ιερός και οι έννοιες προσκυνητής και προσκυνηματικές διαδρομές. Επίσης, ποια είναι τα είδη των προσκυνηματικών διαδρομών σε παγκόσμιο επίπεδο, ποιοι οι τρόποι μετακίνησης των προσκυνητών. Ακόμη, ποια είναι η ιστορική πορεία των προσκυνηματικών διαδρομών, στις σημαντικότερες περιόδους της παγκόσμιας ιστορίας.

Στο κεφάλαιο (2) με τίτλο «Οι προσκυνηματικές διαδρομές του κόσμου, σήμερα» , γίνεται αναφορά ξεχωριστά, στον αριθμό των ατόμων που προσέρχονται σε ετήσια βάση, στα προσκυνήματα που έχουν παγκόσμιο χαρακτήρα. Κατόπιν, γίνεται αναφορά στις προσκυνηματικές διαδρομές που είναι προστατευμένες από την UNESCO ως μνημεία παγκόσμιας κληρονομιάς. Έπειτα γίνεται ξεχωριστή αναφορά σε κάθε μία από τις διεθνείς προσκυνηματικές διαδρομές που βρίσκονται στον Ελλαδικό χώρο, αλλά και σ' αυτές που έχουν παγκόσμιο χαρακτήρα, ανεξαρτήτου θρησκείας.

Στο κεφάλαιο (3) με τίτλο «Προσκυνηματικές Διαδρομές – Η Ιστορία των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων», γίνεται αναφορά, για το τρόπο δημιουργίας των σπηλαίων μέσω του γεωλογικού μηχανισμού γένεσης των. Κατόπιν αναφέρεται, στους λόγους που ένα σπήλαιο αναδεικνύεται ως ιερό σε παγκόσμιο επίπεδο. Επίσης, γίνεται ξεχωριστή αναφορά στην έννοια του καθορισμού ενός σπηλαίου ως ιερού στον Ελληνικό χώρο, είτε στην αρχαία, είτε στην χριστιανική περίοδο, όπως επίσης και την χρονική διάρκεια αυτού του φαινομένου. Ακόμη, αναφορά γίνεται στην προσφορά των ιερών σπηλαίων και των σπήλαιο-ασκητηρίων στην ιστορία και το πολιτισμό. Κατόπιν γίνεται αναφορά στα είδη των ιερών σπηλαίων και των σπήλαιο-ασκητηρίων στον Ελλαδικό χώρο. Τέλος γίνεται αναφορά στη σημασία που δείχνει η Ελληνική Πολιτεία για τη προστασία τους.

Στο κεφάλαιο (4) με τίτλο «Τα ιερά σπήλαια ένα παγκόσμιο φαινόμενο» γίνεται μια παρουσίαση, των ιερών σπηλαίων όλων των θρησκειών, που έχουν παγκόσμια αναγνώριση.

Στο κεφάλαιο (5) με τίτλο «Τα ιερά σπήλαια και σπήλαιο-ασκητήρια στην Ελλάδα και την Κύπρο», υπάρχουν δύο κατάλογοι που περιλαμβάνουν σπήλαιο-ασκητήρια και ιερές σπηλιές του Ελληνοκυπριακού χώρου ανά νομό. Ο πρώτος κατάλογος περιλαμβάνει όλα τα σπήλαιο-ασκητήρια και τις ιερές σπηλιές, που έγινε επιτόπια έρευνα, καταχώρηση και φωτογράφιση, στο πλαίσιο της έρευνας για την εκπόνηση της συγκεκριμένης διατριβής. Ο κατάλογος αυτός είναι ανά νομό αλφαβητικά καταταξιμένος. Ο δεύτερος κατάλογος, περιέχει από ένα σπήλαιο-ασκητήριο ή ιερή σπηλιά από τους υπόλοιπους νομούς της Ελλάδος και την Κύπρο, που δεν περιέχει ο πρώτος, είναι δε και αυτός ανά νομό αλφαβητικά καταταξιμένος.

Στο κεφάλαιο (6) με τίτλο «Η ιστορική πορεία του ασκητισμού και η εξέλιξη των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων». Σ' αυτό το κεφάλαιο κατ' αρχήν, εξετάζεται, η ιστορική πορεία του ασκητισμού και κατόπιν η εξέλιξη των ιερών σπηλαίων και σπήλαιο-ασκητηρίων στον Ελληνοκυπριακό χώρο. Έτσι στην ιστορία του ασκητισμού γίνεται αναφορά για την περίοδο της εμφάνισης του ασκητισμού στην Εκκλησιαστική ζωή, ποιες ήταν οι αιτίες δημιουργίας του ασκητισμού, όπως και ποιοι άνθρωποι επέλεξαν να γίνουν ασκητές. Κατόπιν εξετάζεται η εξέλιξη των ιερών σπηλαίων και σπήλαιο-ασκητηρίων στον Ελληνοκυπριακό χώρο. Έτσι γίνεται αναφορά, για τα κριτήρια επιλογής των μετακινήσεων των ασκητών στα νέα τους ασκητήρια. Ακόμη, γίνεται αναφορά με ποιους τρόπους δημιουργούνταν τα σπήλαιο-ασκητήρια, ποιος είχε την πνευματική καθοδήγηση, την διοικητική και οικονομική διαχείριση και ποιο ήταν το

ιδιοκτησιακό καθεστώς τους. Επίσης, ποια ήταν η πνευματική και κοινωνική προσφορά τους. Τέλος, υπάρχει αναφορά σε ποιες περιοχές υπάρχουν ακόμη σπήλαιο-ασκητήρια με ασκητές, όπως επίσης, για τη παρακμή και την εγκατάλειψη που παρουσιάζουν πολλά απ' αυτά σήμερα, αλλά και τη νέα χρήση τους.

Στο κεφάλαιο (7) με τίτλο «Οι τρόποι και οι υποδομές για τις μετακινήσεις, προς στις σπήλαιο-εκκλησίες και τα σπήλαιο-ασκητήρια», γίνεται αναφορά, στους τρόπους που προσέγγιζαν οι άνθρωποι τα σπήλαιο-ασκητήρια και τις σπήλαιο-εκκλησίες. Κατόπιν, γίνεται μια μικρή αναφορά στην ιστορία της αναρρίχησης και καταρρίχησης στα ασκητήρια. Ύστερα, αναφέρεται στις αρχικές μεθόδους που χρησιμοποιούσαν οι ασκητές για τις μετακινήσεις τους, όπως και για τις μόνιμες υποδομές που κατασκεύασαν αυτοί για τις μετακινήσεις τους. Τέλος, γίνεται ξεχωριστή αναφορά σε κάθε μία απ' αυτές τις υποδομές.

Στο κεφάλαιο (8) με τίτλο «Η αρχιτεκτονική των σπήλαιο-εκκλησιών και των σπήλαιο-ασκητηρίων», γίνεται αναφορά στα αρχιτεκτονικά είδη των σπήλαιο-ασκητηρίων. Ταυτόχρονα για κάθε είδος απ' αυτά ξεχωριστά, παρουσιάζεται ένα αντίστοιχο σπήλαιο-ασκητήριο, μέσω φωτογραφιών και περιγραφής που προήλθαν μετά από πρωτογενή και εμπειρική έρευνα, στο πλαίσιο της συγγραφής της συγκεκριμένης διατριβής. Κατόπιν γίνεται αναφορά στα υλικά κατασκευής των ασκητηρίων, στο είδος των θεμελίων, στη στέγη τους, στα πατώματα τους, τους εξώστες τους, στους τρόπους σύνδεσης των ξύλινων κατασκευών τους, στη δημιουργία τοίχων τους (τα είδη τους, τις ξυλοδεσιές τους), και τέλος τις στέρνες συλλογής του νερού τους.

Στο κεφάλαιο (9) με τίτλο «Τα σπήλαιο παρεκκλήσια και τα καθολικά - Αρχιτεκτονική διακόσμηση – Αγιογραφίες – Βραχογραφίες – Επιγραφές – Ακιδογράμματα – Αρκοσόλια – Σπηλαιοδιάκοσμος». Εδώ γίνεται ειδική αναφορά στα ναΰδρια των σπήλαιο-ασκητηρίων. Αυτή η αναφορά ξεκινάει με τα είδη αυτών των ναΰδριων, τις αρχιτεκτονικές τους μορφές, στα είδη των τέμπλων τους και στο ζωγραφικό διάκοσμο τους. Επίσης αναφορά γίνεται στις επιγραφές και τα είδη των, για τα αρκοσόλια και τα οστεοφυλάκια που υπάρχουν σ' αυτά. Τέλος γίνεται αναφορά και για το σπήλαιο-διάκοσμο των ασκητηρίων. Όλες αυτές οι αναφορές τεκμηριώνονται, από τα ευρήματα που καταγράφηκαν και φωτογραφήθηκαν μετά από επιτόπια έρευνα.

Στο κεφάλαιο (10) με τίτλο «Η ζωή στα σπήλαιο-ασκητήρια μέσα από τα κείμενα των βιογράφων», φαίνεται η ζωή και τα προβλήματα διαβίωσης στα ασκητήρια τους, των Οσίων ασκητών μέσα από τους βίους τους.

Στο κεφάλαιο (11) με τίτλο «Οι περιηγητές, οι πρώτοι καταγεγραμμένοι προσκυνητές στα σπήλαιο-ασκητήρια, αναφορές», φαίνεται μέσα από τις αναφορές διαφόρων περιηγητών καταγεγραμμένες σε διαφορετικές χρονικές περιόδους, ο τρόπος ζωής των ασκητών. Επίσης, κατανοούμε τη διαδικασία μετακίνησης των, από και προς τα ασκητήρια τους. Έτσι έχουμε περιγραφές, για την ανάβαση ή την κατάβαση με το δίκτυο ή και με τις ανεμόσκαλες. Επίσης υπάρχουν αναφορές και περιγραφές ανθρώπινων ατυχημάτων και με τους δύο αυτούς τρόπους.

Στο κεφάλαιο (12) με τίτλο «Τα ιερά σπήλαια - ασκητήρια ως προσκυνηματικοί τόποι σήμερα. Προβλήματα-Λύσεις», γίνεται αναφορά για τις προσκυνηματικές διαδρομές στα σπήλαιο-ασκητήρια σήμερα. Ποιοι είναι οι τρόποι προσέγγισης των ασκητηρίων, ποια τα προβλήματα αυτών των μετακινήσεων (παρατίθεται φωτογραφικό υλικό, που έχει ληφθεί μετά από επιτόπια έρευνα που τεκμηριώνουν αυτούς τους τρόπους). Επίσης, γίνεται αναφορά για την προέλευση των σημερινών προσκυνητών σ' αυτά, τις εποχές μετακίνησης τους και τις αφορμές του προσκυνήματος των. Κατόπιν γίνεται μια συνολική καταγραφή των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν οι προσκυνητές αλλά και τα ασκητήρια. (παρατίθεται φωτογραφικό υλικό, που έχει ληφθεί μετά από επιτόπια έρευνα που τεκμηριώνουν αυτά τα προβλήματα). Ακόμη γίνεται αναφορά στις νέες τεχνολογίες και στις εφαρμογές τους, έτσι ώστε να χρησιμοποιηθούν ως λύσεις στα καταγεγραμμένα προβλήματα. Επίσης, γίνεται αναφορά στη χρήση των drones στις προσκυνηματικές διαδρομές και τα πλεονεκτήματα που προσφέρουν. Τέλος γίνεται αναφορά στις υποδομές που πρέπει να δημιουργήσουν οι τοπικές κοινότητες ή οι φορείς διαχείρισης αυτών των διαδρομών, που σχετίζονται με τις νέες τεχνολογίες, για την παροχή ασφάλειας στους προσκυνητές και μιας ευχάριστης, άνετης και εύκολης παραμονής τους.

Στο κεφάλαιο (13) με τίτλο « Η χρήση του «τετρακόπτερου» drone. Ένας νέος τρόπος προσέγγισης στα σπήλαιο-ασκητήρια». Σ' αυτό το κεφάλαιο, στην αρχή γίνεται μια ιστορική αναφορά και μια περιγραφή του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου που βρίσκεται στο βράχο Πυξάρι των Μετεώρων. Κατόπιν γίνεται παρουσίαση, του μοναδικού τρόπου προσέγγισης και πρόσβασης των προσκυνητών σ' αυτό, που είναι αυτός της αναρρίχησης. Τέλος στο ίδιο

κεφάλαιο, γίνεται η παρουσίαση ενός βίντεο με θέμα το συγκεκριμένο ασκητήριο, η παραγωγή του οποίου αποτέλεσε μέρος της εμπειρικής έρευνας αυτής της διατριβής. Αυτό το βίντεο γυρίστηκε με τη βοήθεια ενός «τετρακόπτερου» drone, καταγράφοντας όλα τα σπήλαια του συγκεκριμένου ασκητηρίου. Η παρουσίαση αυτού του βίντεο στους προσκυνητές που αδυνατούν να προσεγγίσουν το συγκεκριμένο ασκητήριο με το προαναφερθέντα τρόπο, μπορεί να αποτελέσει ένα εναλλακτικό τρόπο προσκύνησης.

ΚΕΦ. 1: Ορισμοί, χαρακτηριστικά και κατηγορίες των προσκυνηματικών διαδρομών.

1.1. Ορισμοί.

Η θρησκεία αποτέλεσε και αποτελεί ένα καθοριστικό παράγοντα του ανθρώπινου πολιτισμού. Κατά το Πλάτωνα, ο στόχος του ανθρώπου είναι «η ομοίωσις τω Θεώ» (Πλάτωνος Φαίδων, 1993). Σε όλους τους πολιτισμούς, η έκφραση και η εκδήλωση του θρησκευτικού συναισθήματος και ενδιαφέροντος είναι έκδηλη. Πραγματικός ορισμός της θρησκείας δεν υπάρχει. Μπορούμε όμως να πούμε ότι είναι ένα σύστημα από βιώματα, δοξασίες και πεποιθήσεις που έχουν σχέση με κάτι που θεωρείτε από τους ανθρώπους σαν Ιερό και Άγιο. Σε αυτό το σύστημα συνυπάρχουν α) η βεβαιότητα της ύπαρξης μιας απόλυτης και υπερβατικής Οντότητας, που ο άνθρωπος σαν συλλογικότητα ή και μεμονωμένα πιστεύει. β) Η πεποίθηση αυτής της βεβαιότητας από τους ανθρώπους, εκδηλώνεται μέσω των λατρευτικών εκδηλώσεων (Προσευχή, Θυσία, Λατρεία κλπ.) προς το Θείο. γ) Η προσωπική αίσθηση των πιστών ότι εξαρτώνται από το Ιερό που πιστεύουν, με αποτέλεσμα την υπακοή στο θέλημα Του. δ) Οι άνθρωποι που πιστεύουν στον ίδιο Θεό συσπειρώνονται σε μία κοινότητα. Με αυτό το σύστημα, ο άνθρωπος, προσπαθεί και αγωνίζεται να λύσει τα βαθύτερα και πιο αγωνιώδη προβλήματα του. (Γιαννουλάτος, 2015. σ. 133).

Οι άνθρωποι εκδηλώνουν την πίστη τους προς τον Θεό και με διάφορες θυσίες. Αυτή η εκδήλωση, παρουσιάζεται σε όλες τις εκφάνσεις της ανθρώπινης δραστηριότητας ανά τους αιώνες, με διάφορες μορφές. Έτσι, ο απόστολος Παύλος στην προς Ρωμαίους επιστολή του παρακαλεί του χριστιανούς, εξαιτίας της ευσπλαχνίας του Θεού προς τους ανθρώπους, να προσφέρουν τα σώματα τους θυσία ευάρεστη προς Αυτόν. (Η Καινή Διαθήκη, 1971. σ. 53-54). Μία από αυτές τις μορφές θυσίας είναι και οι προσκυνηματικές διαδρομές προς γεωγραφικές τοποθεσίες, που οι άνθρωποι τις θεωρούσαν ή τις θεωρούν ιερές. Ο πολιτισμένος άνθρωπος

πάντοτε οριοθετούσε ή οριοθετεί και σήμερα, ένα σημείο μέσα στο χώρο, που το θεωρεί ιερό, εξυπηρετώντας έτσι μία βασική του ανάγκη. (Albrecht, et al., 2018).

Ως ιερός τόπος, θα μπορούσαμε να πούμε ότι χαρακτηρίζεται, ο τόπος που έχει ταυτιστεί με τα χαρακτηριστικά της θεοφάνειας, με το αίσθημα της ψυχικής και σωματικής ασφάλειας και είναι σαφώς οριοθετημένος. Αυτός ο συγκεκριμένος τόπος μπορεί να αποτελεί π.χ., τον τόπο του μαρτυρίου ενός μάρτυρα ή τον τόπο ενταφιασμού των λειψάνων ενός αγίου ή ενός αγίου προστάτη της περιοχής ή ενός αγίου ιδρυτού (π.χ., μιας μοναστικής κοινότητας). Επίσης μπορεί να θεωρείται άγιος, εξαιτίας της εύρεσης μιας εικόνας, η εύρεσης μιας σπηλιάς που ρέει από μέσα της νερό και θεωρείται ιαματικό (αγίασμα). Ακόμη ιεροί τόποι θεωρούνται ναοί, μοναστήρια, ασκητήρια που εμπεριέχουν κάποιο ή κάποια από τα προαναφερθέντα ή ακόμη αποτελούν σημαντικά κέντρα θρησκευτικής τέχνης. Αυτός ο τόπος, μπορεί να προσφέρει το αίσθημα της ψυχικής και σωματικής ασφάλειας, λόγω της δυνατότητας του να προσφέρει στους πιστούς την πρόταση για τη βίωση ενός τρόπου ζωής των ανθρώπων διαφορετικό, που να προσεγγίζει αυτόν ενός επίγειου παραδείσου παρόμοιου με τον επουράνιο. Σημαντικό ρόλο στην αποδοχή της ιερότητας ενός χώρου, είναι και το όσο το δυνατόν μεγαλύτερο χρονικό εύρος αυτής της αποδοχής από τους πιστούς. (Παπαδόπουλος, 2002. σ. 199-204).

Οι άνθρωποι που μετακινούνται προσωρινά, από τον τόπο που διαμένουν προς ένα ιερό χώρο, με σκοπό να τον προσκυνήσουν, ονομάζονται προσκυνητές. Η έννοια του προσκυνητή ειδικά στους πρώτους χριστιανικούς αιώνες ταυτίζονταν με τη λέξη της ιεραποδημίας. Η αποδημία του προσκυνητή από τον τόπο του προς τον ιερό τόπο της επιθυμίας του, σήμαινε μια αλλαγή στον καθημερινό τρόπο ζωής τους. (Βουλγαράκη, 2016. σ. 16). Η λέξη προσκυνητής στα Αγγλικά είναι pilgrim, και προσκύνημα είναι pilgrimage. Αυτές οι λέξεις προέρχονται από τη λατινική λέξη peregrinus που σημαίνει ο προσκυνητής/ταξιδιώτης (συμπεριλαμβανομένου και του αλλοδαπού) που πορεύεται προς ένα ιερό μέρος. (Collins-Kreiner, 2018). Έτσι, σαν προσκυνηματική διαδρομή μπορούμε να ορίσουμε, το θρησκευτικό φαινόμενο της μετακίνησης ενός ή μιας πλειάδας ανθρώπων, προς ένα συγκεκριμένο τόπο που θεωρείται ιερός. Ο λόγος της μετακίνησης αυτών των ανθρώπων, είναι ότι θέλουν να ζητήσουν τη βοήθεια του Θεού ή των Αγίων της περιοχής που μετακινούνται, για να λύσουν προσωπικά τους προβλήματα. (Murray & Graham, 1997).

1.2. Η ιστορία του θρησκευτικού τουρισμού

Η θρησκεία αποτέλεσε και αποτελεί ένα καθοριστικό παράγοντα του ανθρώπινου πολιτισμού. Έτσι ο άνθρωπος από τα αρχαία χρόνια ένοιωσε την ανάγκη να οριοθετήσει μέσα σε συγκεκριμένους γεωγραφικούς χώρους σημεία που το όρισε ως ιερά. (Albrecht, et al, 2018). Έτσι οι πρώτες ενδείξεις θρησκευτικότητας που μας παραπέμπουν σε ιερούς χώρους, φαίνονται σε ορισμένα πολιτιστικά ίχνη των προϊστορικών ανθρώπων, που βρέθηκαν από την αρχαιολογική έρευνα εντός συγκεκριμένων σπηλαίων. (Παπαχατζή. 2006). Αυτή όμως η θρησκευτικότητα, είναι έντονα εμφανής στα πολιτιστικά ίχνη και τα αρχαιολογικά ευρήματα που μας άφησαν οι άνθρωποι που έζησαν στους Κλασικούς, στους Ελληνιστικούς, στους Ρωμαϊκούς, στους Βυζαντινούς χρόνους, ακόμη και στην Οθωμανική περίοδο. Στην αρχαία Ελλάδα, πολλοί άνθρωποι μετακινούνταν για να προσκυνήσουν συγκεκριμένες τοποθεσίες που θεωρούνταν για αιώνες ως ιεροί τόποι. (Μοίρα & Παράσχη, 2015. σ. 39) Το ίδιο συνέβαινε στη Βυζαντινή περίοδο (Κουρκουβάτη, 2016. σ 4-17), αλλά και στο Μεσαίωνα (Μωυσίδου, 2022. σ. 21-22).

Οι διαχρονικές αυτές μετακινήσεις των πιστών, από τους τόπους τους, προς τους ιερούς αυτούς χώρους, δημιούργησαν το θρησκευτικό τουρισμό. (Θεοδωροπούλου & Ζάβαλη, 2022). Αυτές δε οι μαζικές μετακινήσεις, είχαν ως βασικό κίνητρο την πίστη τους. (Vuconic, 2002 ; Θεοδωροπούλου & Ζάβαλη, 2022). Οι προσκυνητές στα προσκυνήματα, εκτός της αναζήτησης της Θείας Παρουσίας και της εμπύθισης τους στο προσκύνημα, αναζητούν επίσης την ενίσχυση των αισθητικών και μαθησιακών τους εμπειριών, ενώ ταυτόχρονα δημιουργούν ισχυρούς δεσμούς με τους κατοίκους και το φυσικό περιβάλλον της περιοχής. (Κουρκουβάτη, 2016. σ 138-147 ; Terzidou, et al. 2018). Η ενίσχυση των αισθητικών και μαθησιακών τους εμπειριών, γίνεται μέσω της εκτίμησης, της αρχιτεκτονικής, πολιτιστικής και καλλιτεχνικής αξίας των μνημείων των προσκυνημάτων (Vuconic, 2002 ; Θεοδωροπούλου & Ζάβαλη, 2022).

Σε όλο τον Ελλαδικό χώρο, υπάρχουν διάσπαρτα πολυάριθμα Χριστιανικά θρησκευτικά μνημεία της βυζαντινής και μεταβυζαντινής εποχής, όπως: μοναστήρια, ναοί, παρεκκλήσια (Kilipiris and Dermetzopoulos, 2016 ; Θεοδωροπούλου & Ζάβαλη, 2022), σπήλαιο-ασκητήρια, ασκητήρια και σπηλαιομονάστηρα. Σήμερα το σύνολο των θρησκευτικών τουριστών και προσκυνητών, αποτελείται από όλες τις κοινωνικές και οικονομικές τάξεις, ενώ με βάση την ηλικία τους, η πλειονότητα τους είναι ηλικιωμένοι πολίτες. (Skoultzos and Vagionis, 2015). Σύμφωνα δε με υπολογισμούς, τα τελευταία χρόνια, οι εγχώριοι προσκυνητές αυτών των ιερών χώρων, υπολογίζονται ότι υπερβαίνουν τις 300.000 ετησίως. (Redžić, 2019).

1.3. Τα χαρακτηριστικά και οι κατηγορίες των προσκυνηματικών διαδρομών.

Οι προσκυνηματικές διαδρομές σ' όλο τον κόσμο είναι πάρα πολλές, αλλά κάθε μία, έχει τα δικά της χαρακτηριστικά που τη διαφοροποιούν από τις άλλες. Υπάρχουν όμως, κάποια χαρακτηριστικά που είναι κοινά για τις περισσότερες και εξαιτίας αυτών, μπορούμε να τις κατατάξουμε και σε συγκεκριμένες κατηγορίες. Ένα κοινό χαρακτηριστικό τους είναι: 1) ο χρόνος ύπαρξης τους, (Stoddard, 1997), με αποτέλεσμα να κατατάσσονται στις κατηγορίες των α) ιστορικών, όπως π.χ., το Kumano Kodo στη χερσόνησο Kii στην Ιαπωνία που έχει ιστορία 1000 χρόνων, (Gou & Shibata, 2017. pp. 22-33). και β) των νεότερων διαδρομών, όπως π.χ., το Jesus Trail στο Ισραήλ. (Timothy & 2018). Ένα άλλο κοινό χαρακτηριστικό τους είναι: 2) ο αριθμός των θρησκειών που αντιπροσωπεύουν οι προσερχόμενοι πιστοί, με αποτέλεσμα να κατηγοριοποιούνται σε προσκυνηματικές διαδρομές α) μιας θρησκείας, όπως π.χ., αυτό της Παναγίας της Fatima στην Πορτογαλία (Roque & Forte, 2019), ή β) περισσότερων θρησκειών όπως π.χ., αυτό της Ιεράς Μονής του Αγ. Γεωργίου του Κουδουνά, που βρίσκεται στο νησί της Πριγκήπου στην περιοχή της Κων/πολης. Συγκεκριμένα, στις 23 Απριλίου που είναι η εορτή του Αγ. Γεωργίου και του Μοναστηριού, κάθε χρόνο, εκτός από τους Χριστιανούς, έρχονται και πολλές χιλιάδες μουσουλμάνοι να προσκυνήσουν την εικόνα του Αγίου. Αυτό προκαλεί ιδιαίτερη εντύπωση γιατί η Ισλαμική θρησκεία δεν αποδέχεται και δεν έχει αγίους. (Καλαβριώτη, 2018 σ. 80-86 ; Γαβρά & Σαριγιαννίδης, 2019). Τέλος ένα άλλο χαρακτηριστικό τους είναι: 3) το μήκος της διαδρομής που συνήθως διανύουν οι προσκυνητές για να φθάσουν στο προσκύνημα. (Stoddard, 1997). Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα να τις κατατάσσει στις κατηγορίες: α) οι τοπικές, όπως π.χ., αυτή του Αγίου Ιωάννου του Ρώσου στο Προκόπι της Ευβοίας που ξεκινάει από την Χαλκίδα, έχει μήκος 47 χλμ., και βρίσκεται εντός του νομού Ευβοίας. (Παλαιολόγος, 2021. σ. 47-49). β) Εντός μικρών περιοχών ενός κράτους, όπως π.χ., η διαδρομή που ενώνει το χωριό της Αμβρακίας της Αιτωλοακαρνανίας, με το Μοναστήρι της Παναγίας του Προυσού στην Ευρυτανία. Η απόσταση είναι περίπου 16 χλμ., περνάει μέσα από αρχαία μονοπάτια στο βουνό και καλύπτει δύο νομούς. (Σιάχος, 2020). γ) Οι Εθνικές, όπως π.χ., αυτής στα «Στα βήματα του Αποστόλου Παύλου» που καλύπτει τις περιοχές που πέρασε απ' την αρχαία Ελλάδα ο απόστολος Παύλος. (Καπάτση, 2018. σ. 60). Αυτές είναι το νησί της Σαμοθράκης, οι Φίλιπποι της Καβάλας, η Θεσ/νίκη, η Βέροια, η Αθήνα και τέλος η Κόρινθος. Είναι μία απόσταση πάνω από 1000 χλμ. δ) Οι διεθνείς, όπως π.χ., το Camino de Santiago στην Ισπανία, όπου οι προσκυνητές ξεκινούν από όλη την Κεντρική τη Δυτική και Ανατολική Ευρώπη,

όπως επίσης από τα Σκανδιναβικά κράτη και αυτά της Βαλτικής. (Oželis, 2022. pp. 104-121). Τέλος είναι ε) οι παγκόσμιες διαδρομές, όπως π.χ., αυτής της διαδρομής από το Παρίσι μέχρι τους Αγίους Τόπους με τα πόδια, ενώνοντας δύο Ηπείρους. (Πηγή: VATICANNEWS).

1.4. Οι τρόποι μετακίνησης των προσκυνητών.

Μια ενδιαφέρουσα πτυχή της μετακίνησης των προσκυνητών προς τα προσκυνήματα, είναι ο τρόπος που επιλέγουν να φτάσουν σ' αυτά. Σήμερα η πλειονότητα των προσκυνητών, επιλέγουν να μετακινηθούν με τα σύγχρονα μέσα μεταφοράς, είτε τα ιδιωτικά, είτε τα Μέσα Μαζικής Μεταφοράς. (Μοίρα, 2001). Εκτός όμως από αυτά, αρκετοί προσκυνητές, χρησιμοποιούν παραδοσιακούς τρόπους μετακίνησης. Αυτοί είναι: α) με τα πόδια, όπως π.χ., στη προσκυνηματική διαδρομή του Camino de Santiago στην Ισπανία. Στους πεζοπόρους της συγκεκριμένης διαδρομής του Santiago de Compostela Pilgrim Way που έχουν βαδίσει τουλάχιστον τα τελευταία 100χλμ., παραδίδεται ένα επίσημο πιστοποιητικό από τον επίσημο φορέα που διαχειρίζεται αυτή τη διαδρομή. Η εγκυρότητα αυτού του πιστοποιητικού πηγάζει από την οργάνωση και την υποδομή που έχουν δημιουργήσει οι φορείς διαχείρισης αυτών των δρόμων. (Wright, 2014. pp. 25-40). β) με άλογα, όπως π.χ., στη Σιάτιστα της Κοζάνης, κάθε χρόνο την ημέρα του Δεκαπενταύγουστου, «καβαλάρηδες» προσκυνητές, ξεκινούν απ' αυτή την κωμόπολη, προς το κοντινό μοναστήρι της Κοιμήσεως της Θεοτόκου «Μικροκάστρου», για να προσκυνήσουν τη θαυματουργική εικόνα της Παναγίας. γ) Με άμαξες, όπως π.χ., στο προσκύνημα της Dew, στην εκκλησία του El Rocío στο Almonte της Huelva στην Ισπανία. Οι κάτοικοι αυτής της περιοχής, έχουν το έθιμο, την εβδομάδα που προηγείται της Πεντηκοστής, να κατευθύνονται με στολισμένες άμαξες στην εκκλησία του El Rocío που έχει ένα μικρό άγαλμα της Παναγίας, που είναι γνωστό ως La Blanca Paloma (το Λευκό Περιστερί) για να το προσκυνήσουν. (Vázquez de la Torre, et al., 2012. pp. 23-29). δ) Με ποδήλατα, όπως π.χ., στις Γαλλικές διαδρομές του Camino de Santiago, για να φθάσουν στη Santiago de Compostela της Ισπανίας (μήκους 1000 χλμ.). (De Oliveira Neves & Esperança, 2011). Εκτός αυτών των προαναφερθέντων παραδοσιακών τρόπων προσέγγισης, υπάρχουν και κάποιοι άλλοι, που είναι πιο εξεζητημένοι, όπως: α) να προσεγγίζουν τον ιερό χώρο του προσκυνήματος γονατιστοί, όπως π.χ., στην Παναγία της Τήνου ή τη Φατίμα στην Πορτογαλία. (Terzidou, et. al, 2017 ; Roque & Forte. 2019). β) Με μετάνοιες, όπως π.χ., στην προσκυνηματική διαδρομή στο βουνό Kailash στο Θιβέτ. Αυτή, είναι μια παραδοσιακή προσκυνηματική διαδρομή μήκους 52 χλμ., διέρχεται περιμετρικά τη βάση του βουνού Kailash, σε υψόμετρο μεταξύ 4.600 - 5.500μ. Η δυσκολίες για τη διάβαση της είναι πάρα πολύ μεγάλες, λόγω του ανώμαλου εδάφους, των σκληρών

συνθηκών που επικρατούν στο βουνό και των απότομων αλλαγών των καιρικών συνθηκών. Κάποιοι προσκυνητές, διασχίζουν ολόκληρη τη διαδρομή, κάνοντας συνεχόμενα εδαφιαίες μετάνοιες, χωρίς να σταματούν σε κανένα εμπόδιο. Ταυτόχρονα πρέπει να κουβαλάνε και τον εξοπλισμό που τους χρειάζεται, για να επιβιώσουν σε αυτές τις συνθήκες στην ύπαιθρο, για περίπου τέσσερις εβδομάδες, όσο δηλαδή διαρκεί η διάσχιση της συγκεκριμένης διαδρομής με αυτό τον τρόπο. (Sarao, 2014). γ) Με αναρρίχηση, όπως π.χ., στο παρεκκλήσιο του Αγ. Γεωργίου (του Μαντηλά) στο χωριό Καστράκι της Καλαμπάκας, στη Θεσσαλία. Αυτοί οι συγκεκριμένοι προσκυνητές/αναρριχητές, μεταφέρουν τα αφιερώματα (μαντίλια) των υπόλοιπων προσκυνητών πιστών, που δεν μπορούν να ανέβουν και τα τοποθετούν στην εικόνα του Αγίου μέσα στο παρεκκλήσιο. (Θεοτέκνη μοναχή, 2017, σ. 132-135 ; Κοντή, 2007. σ. 63). Επίσης στη σπήλαιο-εκκλησία της Abuna Yemata Guh στην Αιθιοπία. Εδώ οι προσκυνητές, πρέπει να αναρριχηθούν σε ένα βράχο ύψους 100 μέτρων ξυπόλητοι, για να μπορέσουν να προσκυνήσουν τη συγκεκριμένη σπήλαιο-εκκλησία, που είναι του 5^{ου} μ.Χ., αιώνα. (Williams, 2016. pp. 83-102). Ακόμη σ' αυτές, μπορεί να υπάρχει και ο συνδυασμός κάποιων ή και όλων από τους προηγούμενους τρόπους, όταν αυτό επιβάλετε, λόγω της γεωγραφικής θέσης που βρίσκεται το προσκύνημα. Τέλος, σ' αυτούς τους τρόπους μετακίνησης των προσκυνητών, υπάρχουν και δύο άλλοι τρόποι (σύγχρονοι). Αυτούς τους τρόπους, συνήθως τους χρησιμοποιούν άτομα που έχουν ιδιαίτερα προβλήματα, με αποτέλεσμα να αδυνατούν να προσέλθουν στα προσκυνήματα με τους προαναφερθέντες τρόπους. Αυτά είναι: α) Με ένα υποκατάστατο μιας προσκυνηματικής διαδρομής, όπως είναι το «Camino του Phil». Ο ασθενής Phil Volker λόγω της ασθένειας του, αδυνατούσε να κάνει την προσκυνηματική διαδρομή του Camino de Santiago από την πόλη Μπούργκος – έως στον καθεδρικό ναό του Σαντιάγκο ντε Κομποστέλα με τα πόδια, με αποτέλεσμα να δημιουργήσει ένα υποκατάστατο της. Αυτή η διαδρομή γίνεται μέσα στο κτήμα του στην Αμερική και είναι πλήρως χαρτογραφημένη. Η Καθολική Εκκλησία επιβράβευσε τη πίστη και τη θέληση αυτού του ανθρώπου και την καθιέρωσε σαν επίσημη προσκυνηματική διαδρομή, υποκατάστατο της διαδρομής του Camino de Santiago και την ονόμασε Camino του Phil. (Barush, 2016). β) Με εικονικά μέσα (μέσω της εικονικής πραγματικότητας). Το εικονικό προσκύνημα επιτρέπει στους προσκυνητές που έχουν διάφορα προβλήματα (υγείας, οικονομικά, αναζήτησης πληροφοριών ή και περιέργειας) και δεν μπορούν να έχουν φυσική παρουσία στους πραγματικούς χώρους του προσκυνήματος, να προσομοιώσουν μέσω της εικονικής πραγματικότητας κάποιες προσκυνηματικές διαδρομές. Αυτές οι εικονικές προσομοιώσεις, μπορούν να προσφέρουν σ' αυτού του είδους τους προσκυνητές, είτε μια συνέχεια της πραγματικότητας που βίωσαν μετά από το συγκεκριμένο προσκύνημα, είτε σαν εξ

ολοκλήρου εικονικής βίωσης της προσκυνηματικής διαδρομής, χωρίς τη φυσική τους παρουσία στους συγκεκριμένους χώρους. (Mansour, 2019).

1.5. Η ιστορία των προσκυνηματικών διαδρομών.

Το φαινόμενο των προσκυνηματικών διαδρομών είναι πανάρχαιο και παγκόσμιο. Αυτό αποδεικνύεται, από τα ευρήματα των ανθρωπολόγων και των αρχαιολόγων στην Ευρώπη, την Ασία, την Αμερική και την Αυστραλία. Αυτά τα ευρήματα είναι τα menhirs, τα barrows, τα kromlechs ή το Stonehenge, αλλά και οι αρχαίες παραστάσεις στα σπήλαια και αποτελούσαν σημεία αναφοράς. Επίσης στα αρχαία χρόνια, πιστοί συγκεντρώνονταν σε διάφορες γεωγραφικές περιοχές που τις θεωρούσαν ιερές, όπως π.χ., βουνά, ελαιώνες, πηγές, ποταμούς, αλλά και ταφικά μνημεία. Αυτό το βλέπουμε, στους αρχαίους Έλληνες που θεωρούσαν σαν ιερούς χώρους, τους Δελφούς, την αρχαία Ολυμπία, την Έφεσο κλπ. Άλλοι λαοί, συγκεντρώνονταν σε ιστορικά μνημεία ή και σε ταφικά μνημεία (προφητών) όπως οι Εβραίοι. Στο Βουδισμό και τον Ινδουισμό σημαντικό ιερό γεωγραφικό σημείο είναι ο ποταμός Γάγγης. Στους Μουσουλμάνους, ιερός τόπος είναι η περιοχή της Μέκκας και τα περίχωρα της. Στη Βουδιστική Κίνα, αλλά και στον Ταοϊσμό, υπάρχουν οι προσκυνηματικές διαδρομές στα ιερά βουνά. Το ίδιο γίνεται στο Βουδισμό ή τον Σιντοϊσμό στην Ιαπωνία. Οι Χριστιανοί, πηγαίνουν στους Αγίους Τόπους. (Rinschede. 1992 ; Καμπούρη, 2020. σ.27).

Όλα αυτά τα ιερά μέρη, αποτελούσαν τότε, σημεία έλξης των ανθρώπων της εποχής εκείνης, δηλ., επιτελούσαν τότε, ότι επιτελούν σήμερα οι ναοί. Πολλά δε από αυτά τα προαναφερθέντα παλαιά ιερά προσκυνήματα, συνεχίζουν ακόμη και σήμερα, ύστερα από εκατοντάδες ή και χιλιάδες χρόνια ύπαρξης, να αποτελούν ισχυρούς πόλους έλξης για χιλιάδες ή και εκατομμύρια προσκυνητών. Αυτά είναι οι Άγιοι Τόποι, η Μέκκα, ο ποταμός Γάγγης. (Rinschede. 1992). Έτσι οι προσκυνηματικές διαδρομές, δημιουργήθηκαν εκείνα τα χρόνια, εξαιτίας της προσέλευσης πολλών ανθρώπων σ' αυτούς τους θεωρούμενους ιερούς χώρους, που πολλοί απ' αυτούς συνεχίζουν να προσελκύουν ακόμη και σήμερα εκατομμύρια προσκυνητών. Συνεπώς, αυτές οι προσκυνηματικές διαδρομές, αποτελούν μια πανάρχαια συνήθεια του ανθρώπου, ανεξάρτητα ποια θεότητα αντιπροσωπεύουν και υπάρχουν σε όλα τα μήκη και τα πλάτη της Γης. (MacCannell, 2015).

1.6. Οι προσκυνηματικές διαδρομές μέσα στις Ιστορικές περιόδους.

Σύμφωνα με τις Επιστήμες της Ιστορίας και της Αρχαιολογίας, οι περίοδοι μελέτης της ανθρώπινης ιστορίας από τη πλευρά της Ιστορικής και της Αρχαιολογικής έρευνας, χωρίζονται σε πέντε βασικές περιόδους: Α) Στην Αρχαία (Ελληνικός κόσμος – Ρωμαϊκή ιστορία) Β) Μεσαιωνική – Βυζαντινή. Γ) Των Πρώιμων νεότερων χρόνων. Δ) Της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας. Ε) Τη Νεότερη και Σύγχρονη Ιστορική περίοδο που περιλαμβάνει τον 19^ο-21^ο αιώνα. (Πηγή: Φιλοσοφική Σχολή ΕΚΠΑ).

1.6.1 Οι προσκυνηματιές διαδρομές στην εποχή της Προϊστορικής περιόδου.

Η Προϊστορική περίοδος περιλαμβάνει τις εξής τρεις εποχές: 1. την Παλαιολιθική και Μεσολιθική, (10000–6500 π.Χ.). 2. τη Νεολιθική (6500–3000 π.Χ.). 3. την Πρώιμη, Μέση και Ύστερη του Χαλκού (3200–1050 π.Χ.). Σ' αυτή τη περίοδο δηλ., από το 10000 έως το 1050 π.Χ., στο γεωγραφικό χώρο της Ελλάδος υπήρξε ο Μινωικός πολιτισμός (7000-1470 π. Χ.), ο Κυκλαδικός πολιτισμός (3200-1100 π.Χ.) και ο Μυκηναϊκός πολιτισμός (1700-1100 π. Χ.). (Παπαχατζή, 2006). Στη Μέση Ανατολή υπήρξαν οι πολιτισμοί των Σουμερίων, των Βαβυλωνίων, των Αιγυπτίων, των Εβραίων, των Φοινίκων και των Χετταίων. (Σκαλτσά, 2015. σ. 4-9). Από τα αποτελέσματα της αρχαιολογικής έρευνας, οι αρχαιολόγοι, έχουν χαρακτηρίσει κάποια σπήλαια που ζούσαν προϊστορικοί άνθρωποι ως ιερά, εξαιτίας των ευρημάτων που ανακάλυψαν. (Παπαχατζή, 2006. σ.17). Ένα απ' αυτά, είναι και το σπήλαιο Σαρακηνό στη Βοιωτία. Συγκεκριμένα, σε ένα σημείο του σπηλαίου, βρέθηκαν 10717 λίθινες χάντρες που είχαν οι περισσότερες όπτηση, ενώ σε κάποιο άλλο σημείο του, βρέθηκαν, ειδώλια και γραπτά αγγεία. Αυτά ήταν της Νεότερης Νεολιθικής Περιόδου Ι (5300-4300 π.Χ.), αλλά και της Περιόδου ΙΙ (4300-3300 π.Χ.). Τα ευρήματα αυτά, σύμφωνα με τον καθηγητή της Αρχαιολογίας Σάμψων, πιθανώς μας δείχνουν, ότι οι άνθρωποι της εποχής εκείνης, στο συγκεκριμένο σπήλαιο, έκαναν κάποιας μορφής τελετουργία ή εκφράζανε μια μορφή αρχέγονης θρησκείας. (Σάμψων. 2014. σ. 52-61). Ο Ηρόδοτος (495-425 π.Χ.), στο βιβλίο του «Ιστορίες», μιλάει για τους χιλιάδες Αιγυπτίους που μετακινούνταν με πλοiάρια στο Νείλο σαν προσκυνητές, για να προσκυνήσουν το ναό της Μέμφιδος. (Μοίρα, 2008). Στην αρχαία Αίγυπτο, στην περιοχή της Αβύδου τη τρίτη χιλιετία π.Χ., έχουμε τις πρώτες ανθρώπινες καταγραφές για προσκυνηματικές διαδρομές στην ιστορία των θρησκειών. Αυτή η πόλη, ήταν το κύριο λατρευτικό κέντρο του Οσίριδος και αποτελούσε ένα εξέχοντα τόπο ταφής. Οι άνθρωποι της εποχής, πίστευαν ότι η γειτνίαση του τάφου τους με τον Όσιρι, θα τους εξασφάλιζε κάποια προνόμια στην άλλη ζωή. Η λατρεία του Όσιρι όπως και η προσκυνηματική διαδρομή, συνεχίστηκε ακόμη και στους Ελληνιστικούς χρόνους, έτσι ώστε οι Έλληνες που κατοικούσαν στην Αίγυπτο, να διασχίζουν και αυτοί την ίδια

διαδρομή. (Φάσσα, 2014). Οι Ασσύριοι στην περιοχή της Συρίας, είχαν σαν προσκυνηματικούς τόπους το Χαλέπι και την Ιεράπολη και σ' αυτούς τους ιερούς χώρους, ερχόντουσαν προσκυνητές ακόμη και από την Αραβία. Οι αρχαίοι Βαβυλώνιοι είχαν σαν τόπους προσκυνήματος, την Βαβυλώνα αλλά και την περιοχή της *Nippur*, που λατρευόταν ο Θεός Μαρδούκ, όπως και στην πόλη Ούρ που λατρεύονταν ο Θεός Νάννα. (Rinschede, 1992).

1.6.2. Οι προσκυνηματιές διαδρομές στην εποχή της Κλασικής περιόδου.

Την Κλασική περίοδο, που περιλαμβάνει τις εξής τέσσερις χρονικές περιόδους: 1). «Σκοτεινούς αιώνες», μέσα 12^{ος}-8^{ος} π.Χ. 2). Τους Αρχαϊκούς Χρόνους, 7^{ος}-6^{ος} π.Χ., αιώνας. 3). τους Κλασικούς Χρόνους, 5^{ος}-4^{ος} π.Χ., αιώνας. 4. Τους Ελληνιστικούς Χρόνους και τους Ρωμαϊκούς Χρόνους, τέλος 4^{ου}π.Χ. – τέλος 4^{ου} μ.Χ. αιώνας. (Παπαχατζή, 2006). Σ' αυτή την περίοδο, στην αρχαία Ελλάδα, οι Έλληνες μετακινούνταν μαζικά σαν προσκυνητές, προς το Μαντείο του Απόλλωνα στους Δελφούς. Επίσης, οι ασθενείς, μετακινούντο προς το Ιερό της Επιδαύρου, για να γίνουν καλά από το Θεό Ασκληπιό, όπως επίσης στην Αρχαία Ολυμπία, την Έφεσο κλπ. (Rinschede, 1992). Το μαντείο των Δελφών δημιουργήθηκε τον 8^ο αιώνα π.Χ., και με την πάροδο του χρόνου έγινε το μεγαλύτερο προσκύνημα των Ελλήνων και όχι μόνο. Προσκυνητές απ' όλη την Ελλάδα, αλλά και από άλλα μέρη, ανεξαρτήτου τάξεως, κατέφθαναν στους Δελφούς, για να προσκυνήσουν στο Ιερό του Απόλλωνα ή για να πάρουν κάποιο χρησμό. Από τα αναθήματα που βρέθηκαν στην περιοχή του Μαντείου, πιστεύεται ότι, οι προσκυνητές ήταν από τις περιοχές της Αττικής, της Βοιωτίας, της Εύβοιας, της Αχαΐας, της Κορινθίας, της Αργολίδας, της Θεσσαλίας, της Κρήτης, αλλά και της Κύπρου. Βρέθηκαν επίσης, αναθήματα από τον Βασιλιά Κροίσο, τον Μίδα της Φρυγίας, τον Άμασι της Αιγύπτου και τον Γύγη της Λυδίας. (Πλιάκα, 2017. σ. 52-54). Η μεγαλύτερη ακμή του μαντείου υπήρξε μεταξύ του 6^{ου} και 4^{ου} αιώνα π.Χ. Το 2^ο αιώνα μ.Χ., το επισκέφθηκε ο Πausanias και περιέγραψε με λεπτομέρεια τα κτίρια του μαντείου, τις επιγραφές και τα γλυπτά. Η λειτουργία του μαντείου των Δελφών σταμάτησε το 394 μ.Χ., με διάταγμα του αυτοκράτορα Θεοδοσίου του Α'. (Γιαννάκη, 2003. σ. 171).

Οι αρχαίοι Εβραίοι αυτή την περίοδο, είχαν σαν μεγάλο προσκύνημα την Ιερουσαλήμ με το ναό αλλά και τα ιστορικά ή και τα ταφικά μνημεία (των προφητών) εντός και πέριξ αυτής. Επίσης, κάποια στην περιοχή της Γαλιλαίας, όπως και κάποια ιδιαίτερα δημοφιλή προσκυνήματα στη Βόρεια Αφρική (Rinschede, 1992). Στην Ινδία, στα Ινδουιστικά έπη Mahabharata που χρονολογούνται από το 5^ο π.Χ., αιώνα, έχουμε τις πρώτες αναφορές για τα αρχαία ινδουιστικά

προσκυνήματα τα tirtha-yatra. Ένα από τα αρχαιότερα προσκυνήματα της Ινδίας είναι ο ναός Vishnupad στο Gaya που σχετίζεται με το Θεό Vishnu και βρίσκεται στην περιοχή Gaya στο κρατίδιο του Μπιχάρ. Οι πρώτες αναφορές ότι ο ναός και η περιοχή είναι τόπος προσκυνήματος, βρίσκονται στις RigVeda_ και συγκεκριμένα στην πραγματεία Nirukta. Εκεί αναφέρεται ότι από τον 8^ο αιώνα π.Χ., ήταν προσκυνηματικός τόπος. Επίσης ένας κινέζος ταξιδιώτης ο Hsuan-tsang τον 7^ο αιώνα π.Χ., αναφέρει ότι το ιερό στην Gaya είναι ο τόπος που μπορείς να καθαρισθείς από τις αμαρτίες σου. (Singh, 2006 σ. 220-236).

1.6.3. Οι προσκυνηματιές διαδρομές της Βυζαντινής και της Μεταβυζαντινής περιόδου.

Η Βυζαντινή περίοδος χρονολογικά βρίσκεται μεταξύ των ετών 324 – 1453 μ.Χ. (Κωνσταντινίδου, 2017. σ. 24-36). Ενώ η Μεταβυζαντινή περίοδος, περιλαμβάνει την εποχή της Λατινοκρατίας (1204-1600 μ.Χ.) και την εποχή της Οθωμανικής ηγεμονίας (1453–1821 μ.Χ.). (Μπίος, 2017. σ. 12). Έτσι στην εποχή του Βυζαντίου, οι πρώτοι προσκυνητές στους Αγίους τόπους, εμφανίζονται τον 3^ο μ.Χ., αιώνα, και είναι οι Χριστιανοί κάτοικοι των γύρο περιοχών. Η αρχή για την έναρξη της συστηματικής μετακίνησης (για τα τότε δεδομένα) προσκυνητών απ’ όλη την αυτοκρατορία, αποτέλεσε η εντολή για τη δημιουργία και υλοποίηση ενός σχεδίου, δημιουργίας μεγαλοπρεπών ναών, ανάπλασης και δημιουργίας υποδομών και ξενώνων, από τον αυτοκράτορα Αγ. Κωνσταντίνο και τη μητέρα του Αγ. Ελένη. Η υλοποίηση αυτού του έργου, είχε σαν αποτέλεσμα τη δημιουργία ενός δικτύου από προσκυνηματικά κέντρα, που ήταν συνδεδεμένα με την επίγεια ζωή του Χριστού. Έτσι, οι προσκυνητές της εποχής εκείνης, είχαν τη δυνατότητα να προσκυνήσουν τον Τίμιο Σταυρό, τον Τάφο του Χριστού και την Εκκλησία της Ανάστασης. Επίσης μπορούσαν να επισκεφθούν το Όρος των Ελαιών, το ναό της Ανάληψης, όπως και το ναό της Γέννησης στη Βηθλεέμ. Τέλος, οι ίδιοι, θα μπορούσαν να βαπτισθούν στον Ιορδάνη ποταμό. (Τσουλκανάκης, 2011. σ. 13-15). Πολλοί από τους προσκυνητές που προσκυνούσαν τους Αγίους Τόπους, κατόπιν συνέχιζαν την προσκυνηματική τους πορεία και στη χερσόνησο του Σινά. Αυτό συνέβαινε, επειδή θεωρούσαν την περιοχή ως αναπόσπαστο κομμάτι της λεγομένης Αγίας Γης. Ο λόγος ήταν, επειδή σ’ αυτό το μέρος, ο Μωυσής παρέλαβε τις πλάκες με τις δέκα εντολές. Επίσης και από την ύπαρξη της «Φλεγόμενης και μη καιόμενης βάτου». Οι προσκυνητές, ξεκινούσαν συνήθως από την Ελούσα και διάνυαν σε οκτώ ημέρες, 237 χλμ., μέσα στην έρημο, για να φθάσουν στο όρος Σινά. Μετά τον 6^ο αιώνα, ο Αυτοκράτορας Ιουστινιανός, έκτισε το γνωστό Μοναστήρι της Αγίας Αικατερίνης, δημιουργώντας σ’ αυτό φρουριακές εγκαταστάσεις, για να αυξηθεί η ασφάλεια των μοναχών, των κατοίκων και των προσκυνητών της περιοχής, από τις επιδρομές των νομάδων. (Τσουλκανάκης, 2011. σ. 196-203). Στην εποχή του Μεσαίωνα από τον 12^ο αιώνα και μετά, το ταξίδι από τη Δυτική Ευρώπη για τους

Αγίους Τόπους διαρκούσε περίπου έξη επίπονους μήνες. Κάποιοι απ' αυτούς τους προσκυνητές, κατέγραψαν σε βιβλία τις εντυπώσεις τους απ' αυτό το επίπονο ταξίδι. Αυτά τα βιβλία έχουν την κοινή ονομασία "Ιερά Γεωγραφία" και κάποια απ' αυτά γράφτηκαν μεταξύ 12^{ου} και 13^{ου} αιώνα. Τα βιβλία αυτά συνέβαλαν στην αύξηση του ενθουσιασμού και του ενδιαφέροντος των ανθρώπων της εποχής εκείνης για να επισκεφθούν νέα μέρη, με βασικότερο προορισμό την προσκύνηση των Αγίων Τόπων. (Fleischer, 2000 ; Dempsey, 2018 ; Josan, 2009). Τέλος, το 19^ο αιώνα και συγκεκριμένα το 1860, ο Thomas Cook, πραγματοποιεί την πρώτη οργανωμένη προσκυνηματική περιοδεία στους Αγίους Τόπους. (Fleischer, 2000 ; Καμπούρη, 2020. σ.24). Επίσης, τον 9^ο αιώνα μ.Χ., δημιουργείται μια άλλη πολύ φημισμένη προσκυνηματική διαδρομή, αυτή του Αγίου Ιακώβου, με σημείο αναφοράς την πόλη της Γαλικίας το Σαντιάγο ντε Κομποστέλα. Στον καθεδρικό ναό αυτής της πόλης, πιστεύεται ότι είναι ο τάφος του αποστόλου Αγ. Ιακώβου του αδελφού του Αγ. Ιωάννου του Θεολόγου. Από τον 9^ο αιώνα μ.Χ., είχε αρχίσει να προσέρχονται πολύ μεγάλο πλήθος προσκυνητών απ' όλη την Ευρώπη. (Lucarno, 2016). Εξαιτίας αυτής της συνεχόμενης προσέλευσης πλήθους προσκυνητών, από διάφορα σημεία της Ευρώπης, το 1170, δημιουργήθηκε ένας ταξιδιωτικός οδηγός για τους προσκυνητές, ο λεγόμενος ως Codex Calitinus ή ως "Liber Sancti Jacobi", που περιείχε συμβουλές για τους προσκυνητές που κατευθύνονταν προς το Μπορντό της Γαλλίας. (Dempsey, 2018).

Στο Ισλάμ ο κάθε πιστός πρέπει οπωσδήποτε, μία φορά τουλάχιστον στη ζωή του να πάει να προσκυνήσει στη Μέκκα. Έτσι εξαιτίας αυτή της υποχρέωσης των Μουσουλμάνων πιστών, γι' αυτό το ταξίδι προς την Μέκκα, κάποιοι προσκυνητές απ' αυτούς, κατέγραψαν τις ταξιδιωτικές τους εμπειρίες σε βιβλία. Αυτές οι εμπειρίες υπάρχουν καταγεγραμμένες από τον 8^ο–10^ο αιώνα, με διασημότερες αυτές των Mohammed al-Andalusi (από την Ισπανία) και του Al-Tidjani (από την Τυνησία). (Mutabdzija, 2019).

1.6.4. Οι προσκυνηματιές διαδρομές στην εποχή της Νεότερης και Σύγχρονης Ιστορικής περιόδου.

Η περίοδος της Νεότερης και Σύγχρονης Ιστορικής περιόδου, περιλαμβάνετε μεταξύ του 19^{ου}-21^{ου} αιώνα. (Πηγή: Φιλοσοφική Σχολή ΕΚΠΑ). Η διαδρομές που έχουν δημιουργηθεί αυτή τη χρονική περίοδο είτε στην Ελλάδα, είτε στον υπόλοιπο κόσμο θεωρούνται νέες ή σχετικά νέες. Έτσι το 1916-17 έξω από την πόλη της Fátima της Πορτογαλίας, τρία μικρά παιδιά (βοσκοί) είδαν σε οράματα την Παναγία. Στο σημείο της εμφάνισης Της, κτίσθηκε ένα παρεκκλήσιο. Αμέσως η περιοχή αποτέλεσε σημείο αναφοράς για προσκυνητές απ' όλη την Πορτογαλία. Σήμερα

αποτελεί ένα παγκόσμιο προσκυνηματικό μέρος, για όλους τους Καθολικούς Χριστιανούς και όχι μόνο. Σήμερα, τα τρία παιδιά που είδαν τα οράματα, η Καθολική Εκκλησία, τα έχει αγιοποιήσει. (Morgan, 2009). Στην Τουρκία πριν 27 χρόνια, δημιουργήθηκε μια νέα προσκυνηματική διαδρομή που ονομάζεται του Αγίου Παύλου (St. Paul) και έχει μήκος 500 χλμ. Αυτή, καλύπτει μέρος της διαδρομής που κάλυψε ο απόστολος Παύλος στην Μ. Ασία. Ξεκινάει από το Perge που βρίσκεται κοντά στο αεροδρόμιο της Αττάλειας και περατώνετε στο Yalnar, κοντά στη λίμνη Eğirdir. (Berk, 2011. pp. 279-292).

Κάποιες προσκυνηματικές διαδρομές προϋπήρχαν, αλλά για κάποιους λόγους τα τελευταία χρόνια έπεσαν σε αφάνεια. Όταν εξέλειπαν οι συγκεκριμένοι λόγοι αυτές οι διαδρομές ξαναεμφανίσθηκαν. Τέτοιες περιπτώσεις επανεμφάνισης παλαιών προσκυνηματικών διαδρομών έχουμε στα κράτη του πρώην Συμφώνου της Βαρσοβίας. Μετά την πτώση του Ανατολικού μπλοκ και τη δυνατότητα των λαών της Ανατολικής Ευρώπης στην ελεύθερη εκδήλωση των θρησκευτικών τους πεποιθήσεων, πολλές προσκυνηματικές διαδρομές που είχαν σταματήσει, άρχισαν να ξαναεμφανίζονται. Μία απ' αυτές είναι και η προσκυνηματική διαδρομή στη Μονή της Czestochowa στην πόλη Jasna Góra στην επαρχία της Σιλεσίας της Πολωνίας. Κάθε χρόνο την ημέρα της Κοιμήσεως της Θεοτόκου (15 Αυγούστου) που γιορτάζει η Μονή, έρχονται περίπου 100.000 προσκυνητές από διάφορα μέρη του κόσμου. (Widera, 2021. pp. 191-210).

ΚΕΦ.2: Οι προσκυνηματικές διαδρομές του κόσμου, σήμερα.

2. 1. Τα προσκυνήματα του κόσμου

Οι προσκυνηματικές διαδρομές, όπως έχουμε προαναφέρει, είναι ένα διαχρονικό και παγκόσμιο φαινόμενο. Μόνο στη Δυτική Ευρώπη, το σύνολο των προσκυνηματικών σημείων αναφοράς, ανέρχεται περίπου στις 6150. (Thomas, et al., 2018 ; Lucarno, 2016). Σήμερα, γνωρίζουμε ότι το 2010, οι σημαντικότερες πληθυσμιακά θρησκείες σε όλο τον κόσμο, ήταν ο Χριστιανισμός με 2,2 δισεκατομμύρια πιστούς, ο Μωαμεθανισμός με 1.6 δισεκατομμύρια πιστούς, ο Ινδουισμός με 1 δισεκατομμύριο πιστούς, ο Βουδισμός με 500 εκατομμύρια πιστούς, οι πιστοί της Εβραϊκής θρησκείας 14 εκατομμύρια και οι πιστοί λαϊκών θρησκειών (π.χ., διαφόρων φυλών) 400 εκατομμύρια, Τέλος 58 εκατομμύρια πιστεύουν σε άλλες θρησκείες (Μπαχάϊ, Τζέιν, Σιχ, Ταοϊστές. κλπ.). (Πηγή: Pew Research Center).

Έτσι ο Χριστιανισμός αντιπροσωπεύει ως σύνολο των πιστών στο παγκόσμιο πληθυσμό το 32,8%, ο Μωαμεθανισμός το 22,5, ο Ινδουισμός το 13,8%, ο Βουδισμός το 7,2%, οι Άθεοι/ Αγνωστικιστές το 11,8%, άλλες θρησκείες το 11,8% και οι Ιουδαίοι το 0,2%. (Πηγή: WORLD ECONOMIC FORUM). Ο ακριβής αριθμός των προσκυνητών που πηγαίνουν σε όλα τα προσκυνήματα παγκοσμίως είναι πολύ δύσκολο να μετρηθεί. Ο λόγος είναι ότι υπάρχουν πολλοί παράγοντες που επηρεάζουν αυτά τα αποτελέσματα, όπως η διάκριση προσκυνητή από τουρίστα, πολλά σημεία αναφοράς σε όλο τον κόσμο δεν κρατούν στοιχεία προσέλευσης προσκυνητών, ή ακόμη τα στοιχεία που προσκομίζουν δεν είναι αξιόπιστα. Πάντως σύμφωνα με τα στοιχεία του έτους 2014 περισσότεροι από 200 εκατομμύρια προσκυνητές επισκέφθηκαν παγκοσμίως διάφορους προσκυνηματικούς χώρους. Έτσι:

Χριστιανοί προσκυνητές:

20.000.000 προσκυνητές Χριστιανοί προσκυνητές στην Παναγία της Guadalupe
στο Μεξικό.

8.000.000 Καθολικών στη Lourdes, της Γαλλίας.

8.000.000 Καθολικών στη γιορτή των της Black Nazarene στη Μανίλα στις
Φιλιππίνες.

6.600.000 Καθολικών στο Ναό της Παναγίας της Aparecida στην Βραζιλία.

5.000.000 Καθολικών στο Μοναστήρι της Παναγίας της Jasna Gora στη
Czestochowa, στην Πολωνία.

4-5.000.000 Καθολικών στη Fatima, της Πορτογαλίας.

4.000.000 Καθολικών στη World Youth Day (κάθε δύο χρόνια), στην Μανίλα το
1995.

3.000.000 Χριστιανών στο Καθεδρικό Ναό του Canterbury– St. Thomas Becket,
Αγγλία.

2.000.000 Καθολικοί στο Ναό της St. Thérèse, στη Lisieux στη Γαλλία.

1.000.000 Καθολικοί στο Santiago de Compostela, στη Γαλικία της Ισπανίας.

1.000.000 Καθολικοί στο Ναό Knock, στο χωριό County Mayo στην Ιρλανδία.

1.000.000 Καθολικοί στην Παναγία του Montserrat, στην Ισπανία.

1.000.000 Καθολικοί στο El Rocio, στο Cadiz, στην Ισπανία.

1.000.000 Χριστιανοί στους Αγίους Τόπους στην Ιερουσαλήμ στο Ισραήλ.

1.000.000 Ορθόδοξοι στο Ναό της Αγ. Παρασκευής στο Ιάσιο, στη Ρουμανία.

800.000 Καθολικοί στο Kevelaer, στη Γερμανία.

250.000 Χριστιανοί στο Μοναστήρι της Iona στη Σκωτία.

100.000 Καθολικοί στο Μοναστήρι της Taizé, στη Βουργουνδία της Γαλλίας.

100.000 Καθολικοί στην Παναγία της Walsingham Shrine, στο Norfolk, της Αγγλίας.

43.000 Αρμένιοι στο Ναό του Etchmiadzin της Αρμενίας.

20.000 Καθολικοί στο Ιερό Βουνό του Croagh Patrick στην Ιρλανδία.

Μουσουλμάνοι προσκυνητές:

15.000.000 στο Arba`een στη Karbala του Ιράκ.

3.000.000 στο κάλεσμα Bishwa Ijtema (Παγκόσμιο Κάλεσμα) της Tablighi Jamaat στο Tongi κοντά στην Dhaka του Μπανγκλαντές.

3.000.000 στο Hajj στη Μέκκα της Σαουδικής Αραβίας.

2.000.000 στο Kadhmayn, στη Βαγδάτη του Ιράκ.

1.000.000 στο δεύτερο μεγαλύτερο Tabligh Jamaat Raiwind, στο Πακιστάν.

50.000 στο φεστιβάλ του Malaudi celebrations, στο Lamu, στην Κένυα.

Ινδουιστές προσκυνητές:

100.000.000 προσκυνητές βαπτίσθηκαν στο Γάγγη ποταμό στην Ινδία τις χρονιές 2012-13.

30.000.000 προσκυνητές προσκύνησαν στο ιερό Ayyappa στο Sabarimalai της Ινδίας

10.000.000 Ινδουιστές προσκυνητές, προσκύνησαν το ναό του Tirumala Venkateswara στο Tirupati / Bala-Ji στην Ινδία.

6.000.000 στο Vrindavan, Braj στην Ινδία.

5.000.000 στο Dvaraka / Dwarka, Gujarat στην Ινδία.

1.000.000 στο Varanasi, στο Uttar Pradesh στην Ινδία.

635.000 στο σπήλαιο Amarnath, στο Κασμίρ.

Σίχ προσκυνητές:

13.000.000 Σίχ προσκυνητές, προσκύνησαν το (χρυσό Ναό) του Harmandir Sahid/Barbar Sahid στο Amritsar, στο Punjab στην Ινδία.

Βουδιστές προσκυνητές:

10.000.000 στο Βουδιστικό ιερό του Nanputuo, στο Xiamen, στην Κίνα.

250.000 Emei Shan, στην Κίνα.

43.000 Βουδιστές στο Lumbhini του Νεπάλ.

Ταοϊστές προσκυνητές:

5.000.000 Ταοϊστές στο Ιερό του Taishan στην Κίνα.

300.000 Ταοϊστές στο Ιερό Hua Shan στην Κίνα.

300.000 Ταοϊστές στο Quingcheng Shan (or Oingcheng Shan), στην Κίνα.

250.000 Emei Shan, στην Κίνα.

Εβραίοι προσκυνητές:

8.000.000 στο Δυτικό Τείχος της Ιερουσαλήμ, στο Ισραήλ.

Άλλων θρησκειών προσκυνητές:

2-3.000.000 οπαδοί της Grand Evangelical Mission (Χριστιανική Αίρεση των

Καθολικών των Φιλιππίνων) παρακολούθησαν το Iglesia ni Cristo's

(INC) στο Quirino Grandstand στην Μανίλα των Φιλιππίνων.

10.000 Κουμφουκιανιστές στην πόλη Qufu, στη Shandong, της Κίνας.

(Griffin & Raj, 2017).

Το 2019, 140 εκατομμύρια προσκυνητές, ταξίδευσαν σε 32 διαφορετικούς θρησκευτικούς προορισμούς, με το 40% απ' αυτούς στην Ευρώπη. (Peesapati, 2020).

Εξαιτίας αυτού του μεγάλου αριθμού σημείων αναφοράς, που αποτελούν προσκυνήματα, όπως και της παγκοσμιότητας του φαινομένου, δεν χρειάζεται να αναφερθούν όλες οι προσκυνηματικές διαδρομές. Σ' αυτό το κεφάλαιο θα αναφέρουμε αντιπροσωπευτικά κάποιες Ελληνικές–Διεθνείς διαδρομές και κάποιες Παγκόσμιες. Στην αρχή θα αναφέρουμε: τις Παγκόσμιες–Διεθνείς προσκυνηματικές διαδρομές, που είναι προστατευμένες από την UNESCO, τις Ελληνικές–Διεθνείς, και τις Παγκόσμιες–Διεθνείς.

2.2. Παγκόσμιες–Διεθνείς προσκυνηματικές διαδρομές, που είναι προστατευμένες από την UNESCO.

Οι προσκυνηματικές διαδρομές που είναι στη λίστα ως μνημεία παγκόσμιας κληρονομιάς είναι δύο, 1) η διαδρομή του Camino de Santiago στην Ισπανία και 2) του Kumano Kodo στην Ιαπωνία.

2.2.1. Το Camino de Santiago, Ισπανία.

Το Camino de Santiago είναι μία αρχαία προσκυνηματική διαδρομή, που έχει ως σημείο αναφοράς τον καθεδρικό ναό που είναι αφιερωμένος στον Άγιο Ιάκωβο στη πρωτεύουσα της Γαλικίας της Ισπανίας το Santiago de Compostela.

Η Γαλικία βρίσκεται στο Βορειοδυτικό άκρο της Ιβηρικής χερσονήσου. Η παράδοση αναφέρει ότι στο συγκεκριμένο ναό είναι θαμμένο το σκήνωμα του Αγίου Ιακώβου του αδελφού του Αγ. Ιωάννου του Ευαγγελιστή. Η παράδοση αναφέρει ότι, ο απόστολος Ιάκωβος κήρυξε το Ευαγγέλιο στη Γαλικία και μαρτύρησε στην Ιερουσαλήμ το 44 μ.Χ. Κατόπιν το σώμα του το μετέφεραν με ένα καράβι, αλλά κατά τη διάρκεια αυτού του ταξιδιού, έπεσε σε θαλασσοταραχή και ναυάγησε. Μετά το ναυάγιο, το σώμα του Αγίου βρέθηκε στην ακτή της Γαλικίας άθικτο και περιστοιχισμένο με κοχύλια. Εξαιτίας αυτών το κοχυλιών, το σύμβολο της διαδρομής και των προσκυνητών της είναι το κοχύλι. Μέχρι τον 9^ο αιώνα μ.Χ., αυτό το γεγονός ξεχάστηκε. Από τον 9^ο μ.Χ., αιώνα και μετά, αρχίζει η μεγάλη προσέλευση των πιστών από όλη την Ευρώπη. Έτσι στο σημείο της ταφής του Αγίου, ο βασιλιάς Alfonso II το 834 μ.Χ., έκτισε ένα καθεδρικό ναό, κατόπιν το 899 μ.Χ., ο βασιλιάς Alfonso III δίπλα από το προηγούμενο έκτισε έναν άλλον. Τέλος το 1112 μ.Χ., δίπλα απ' αυτούς, κτίστηκε ένας τρίτος με τα σχέδια που έκανε ο επίσκοπος Diego Gelmirez. Οι τρεις αυτοί ναοί, έγιναν το σημείο τερματισμού όλων των προσκυνητών.

Η κλασική διαδρομή, είναι Πανευρωπαϊκή και διέρχεται από όλα σχεδόν τα κράτη της Ευρώπης, καλύπτοντας χιλιάδες χιλιόμετρα και ονομάστηκε «Camino de Santiago». Τα κλασικά μεσαιωνικά της μονοπάτια αποτελούνται από μια σειρά μεσαιωνικών δρόμων από όλη την Ευρώπη, που στο τέλος όλοι συγκλίνουν προς τη βόρεια Ισπανία και συγκεκριμένα στη Γαλικία.

Οι Άγγλοι προσκυνητές έρχονταν με πλοία και αποβιβάζονταν στις ακτές της Γαλικίας ή της Κανταβρικής με κατεύθυνση την Compostela. Προσκυνητές από την Ευρώπη ξεκίναγαν από την Γερμανία, Πολωνία, χώρες της Βαλτικής, την Αυστρία, την Ιταλία, τα Βαλκάνια και μέσω της Γαλλίας έφταναν στα Πυρηναία Όρη. Στη Γαλλία υπάρχουν τέσσερις διαδρομές που εξυπηρετούσαν τους προσκυνητές και όλες κατευθύνονταν προς τα Πυρηναία Όρη. Όλοι αυτοί οι δρόμοι έχουν την κοινή ονομασία Camino Frances. Η κάθε μία απ' αυτές, έχει σαν όνομα, το όνομα της μεγάλης πόλης που διέρχεται. Έτσι έχουμε τέσσερις δρόμους, α) αυτόν της Toulouse που είναι ο νότιος, μέσω των Ισπανικών πόλεων Javier-Burgos-Leon και φτάνει στο Santiago de Compostela. β) της Tours, που είναι ο δρόμος της Δυτικής Γαλλίας και γ) των δύο άλλων, της Κεντρικής Γαλλίας, αυτών της Limoges και της Le Puy. Οι διαδρομές από τις πόλεις Tours, Le Puy και Limoges καταλήγουν στην πόλη Jean Pied Du Port και από εκεί μέσω των Ισπανικών πόλεων Roncevalles-Burgos-Leon καταλήγουν στο Santiago de Compostela. Το μήκος της διαδρομής από το Jean Pied Du Port έως το Santiago de Compostela είναι 790 χλμ., και διασχίζεται σε ένα μήνα περίπου. (Lucarno, 2016).

Οι τέσσερις γαλλικές διαδρομές μαζί με το κομμάτι της βόρειας Ισπανίας που είναι η συνέχεια τους και καταλήγει στη Compostela, από το 1993 είναι προστατευμένη διαδρομή και είναι μέσα στον κατάλογο παγκόσμιας κληρονομιάς της UNESCO. (Soares, 2022).

2.2.2 Kumano Kodo (Ιαπωνία).

Το Kumano Kodo είναι η αρχαιότερη προσκυνηματική διαδρομή της Ιαπωνίας. Η μεγαλύτερη της αίγλη, έφτασε κατά την περίοδο του 11^{ου} και 13^{ου} αιώνα. Κατά μήκος της διαδρομής υπάρχουν ένα πλήθος ιερών και ναών, τα περισσότερα απ' αυτά κατασκευάσθηκαν κατά την περίοδο του 11^{ου} και 13^{ου} αιώνα. (Roberts, 2022). Η διαδρομή αυτή διασχίζει την οροσειρά του Kii που βρίσκεται στη Νοτιοανατολική πλευρά της Ιαπωνίας, και συγκεκριμένα στο νομό Wakayama. Στη οροσειρά του Kii από το 794 μ.Χ., άνθισε παράλληλα ο Βουδιστικός ασκητισμός και ο Σιντοϊσμός. (Gou & Shibata, 2017. pp. 22-33). Η προσκυνηματική διαδρομή του Kumano Kodo είναι ένα σύνολο πέντε διαφορετικών διαδρομών, μέσω των οποίων ενώνονται τρία διαφορετικά ιερά. Τα ιερά αυτά είναι το Kumano Hongu Taisha στη πόλη Tanabe, το Kumano Hayatama Taisha στη πόλη Shingu και το Kumano Nachi Taisha στη πόλη Nachikatsura. Το κάθε ένα από αυτά τα ιερά είναι αφιερωμένο και συνδεδεμένα με τρεις θεότητες του Kumano Gongen. Αυτά τα τρία ιερά συνδέονται μέσω τριών διαδρομών. Η πρώτη διαδρομή είναι η Kiiji, που συνδέεται με το Κιότο και αποτελείται από τρεις υπο-διαδρομές: τη διαδρομή Nakahechi, τη διαδρομή Kohechi και τη διαδρομή Ohechi. Η δεύτερη διαδρομή είναι αυτή της Iseji και συνδέει την περιοχή Kumano με το Μεγάλο Ιερό Ise, που βρίσκεται στο νομό Mie. Τέλος, η τρίτη διαδρομή είναι αυτή της Omine Okugake και συνδέει το Kumano Hongu Taisha με την περιοχή του Yoshino, στο νομό Nara. (Prozano, et al., 2020). Δύο από τις πέντε διαδρομές του, το 2004 η UNESCO, τις έχει κατατάξει ως μνημείο παγκόσμιας κληρονομιάς. (Kato & Prozano, 2017).

2.3. Οι Ελληνικές–Διεθνείς προσκυνηματικές διαδρομές.

2.3.1. Στους Αγίους Τόπους. (Ισραήλ).

Οι Άγιοι Τόποι για τους Χριστιανούς είναι οι περιοχές της Παλαιστίνης εκατέρωθεν του ποταμού Ιορδάνη και η χερσόνησος του Σινά. Προσδιορίζονται ως Άγιοι Τόποι, επειδή σ' αυτά τα μέρη, διαδραματίστηκαν όλα τα γεγονότα θρησκευτικά και ιστορικά, που αφορούν τη ζωή και το έργο του Θεανθρώπου. (Σταύρακας & Τραΐου, 2004. σ. 50-96). Τα μέρη αυτά σήμερα είναι α) Ο

Πανάγιος Τάφος: που αποτελείται από την Αγία Αυλή, την Αγία Πόρτα, την Αγία Αποκαθήλωση, τον Γολγοθά, το Ιερό Κουβούκλιο, το Ναό της Αναστάσεως και τα Παρεκκλήσια. β) Τα Ιερά Προσκυνήματα: Αγία Βηθλεέμ, Αγία Γεσθημανή, το Όρος των Ελαιών, τα Προσκυνήματα στα Ιεροσόλυμα, τα Προσκυνήματα εκτός των Ιεροσολύμων την Ιερά Μονή Τιμίου Σταυρού, την Ιερά Μονή του Αββά Γερασίμου του Ιορδανίτου, την Ιερά Μονή του Αββά Θεοδοσίου του Κοινοβιάρχου, την Ιερά Μονή του Σαρανταρίου Όρους και Ιεριχώ, την Ιερά Μονή του Αγίου Γεωργίου του Χοτζεβίτου, τα Ιερά Προσκυνήματα στη Γαλιλαία, την Ιερά Μονή Θαβωρίου Όρους, την Ιερά Μονή των Αγίων Αρχαγγέλων Ιόππης, την Ιερά Μονή Θεοβάδιστου Όρους και τα Ιερά Προσκυνήματα στην Ιορδανία. (Σταύρακας & Τραΐου, 2004. σ. 50-96). Οι Άγιοι Τόποι στην Ιερουσαλήμ αποτελούν και σήμερα ένα κορυφαίο προσκυνηματικό δρόμο για όλους τους Χριστιανούς, με αποτέλεσμα 200 εκατομμύρια πιστοί κάθε χρόνο να τους επισκέπτονται. (Παπαδόπουλος, 2002).

Σύμφωνα με την Εκκλησιαστική Ιστορία, οι πρώτες αναφορές για ενδείξεις προσκυνητών Χριστιανών στους Αγίους Τόπους, είναι από τον Επίσκοπο των Σάρδεων της Μ. Ασίας Μελίτωνα το 190 μ.Χ. Επίσης ο Ωριγένης το 220 μ.Χ., αναφέρει ότι από τα μέρη της Αλεξάνδρειας έφευγαν προσκυνητές Χριστιανοί, για να προσκυνήσουν στα μέρη της Παλαιστίνης. (Fleischer, 2000). Ακόμη γνωρίζουμε, ότι οι χριστιανοί της Παλαιστίνης τον 3^ο αιώνα μ.Χ., συνήθιζαν να μαζεύονται για να προσευχηθούν σε σημεία που διαδραματίστηκαν σημαντικά γεγονότα από τη ζωή του Χριστού, όπως στο όρος των Ελαιών, την Γεσθημανή, στο σημείο όπου πιστεύεται ότι βαπτίσθηκε ο Χριστός στον Ιορδάνη ποταμό. (Τσουλκανάκης, 2011. σ. 13-17). Το 333 μ.Χ., κτίζεται στη Βηθλεέμ ο ναός της Γεννήσεως, με αποτέλεσμα χιλιάδες χριστιανοί να τον επισκέπτονται. Στην εποχή του Μεσαίωνα από τον 12^ο αιώνα και μετά το ταξίδι για τους Αγίους Τόπους διαρκούσε περίπου έξη επίπονους μήνες. Αναφορές για αυτό το ταξίδι υπάρχουν από κάποιο άγνωστο προσκυνητή το 13^ο αιώνα, ενώ αργότερα το 1480 ο Γερμανός φρουρός Felix Fabri, θα καταγράψει σ' ένα βιβλίο, τις εμπειρίες του απ' αυτό το ταξίδι. Τέλος, το 19^ο αιώνα και συγκεκριμένα το 1860, ο Thomas Cook, πραγματοποιεί την πρώτη οργανωμένη προσκυνηματική περιοδεία στους Αγίους Τόπους. (Fleischer, 2000). Οι Άγιοι Τόποι ανήκουν γεωγραφικά στο κράτος του Ισραήλ, το Status Quo όμως των περισσοτέρων από τα προσκυνήματα των Αγίων Τόπων, σύμφωνα με τις διεθνείς συνθήκες των Παρισίων (1856), του Βερολίνου (1878), της Κοινωνίας των Εθνών (1925) και του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών (1947), τα προστατεύουν οι Έλληνες Ορθόδοξοι Χριστιανοί. (Καραγιάννης, 2019. σ. 128-130).

2.3.2. Στη Μονή της Αγίας Αικατερίνης στο Σινά (Αίγυπτος).

Η Μονή της Αγίας Αικατερίνης βρίσκεται στη χερσόνησο του Σινά στην Αίγυπτο και συγκεκριμένα στους πρόποδες του Όρους Χόρεμπ. Σύμφωνα με την Παλαιά Διαθήκη, στο όρος αυτό, ο Μωυσής παρέλαβε από το Θεό τις πλάκες με τις Δέκα Εντολές. Το βουνό αυτό θεωρείται ιερό από τρεις Θρησκείες, την Χριστιανική, την Ιουδαϊκή και την Μουσουλμανική (Jebel Musa). Η Μονή της Αγίας Αικατερίνης, αποτελεί το παλαιότερο Χριστιανικό μοναστήρι στον κόσμο, με συνεχόμενη λειτουργία από τον 6^ο αιώνα. Η αρχιτεκτονική του κτιρίου της Μονής, παραμένει αναλλοίωτη, είναι προσαρμοσμένη στο φυσικό περιβάλλον. Έχει μια από τις πλουσιότερες βιβλιοθήκες με παλαιοχριστιανικά χειρόγραφα και εικόνες στον κόσμο. (Τραΐου, 2004. σ. 146-192 ; Χατζηφώτης, 2001. σ. 13-14, 53-69). Αποτελεί προστατευμένο Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO. (Τραΐου, 2004. σ. 146-192). Το μοναστήρι της Αγίας Αικατερίνης στο όρος Σινά (Αίγυπτος) είναι ένα από τους σημαντικότερους τόπους προσκυνηματικών διαδρομών για τους Χριστιανούς. Αυτό το οχυρωμένο μοναστήρι που το έφτιαξε ο αυτοκράτορας Ιουστινιανός τον 6^ο αιώνα, αποτελεί πόλο έλξης για τους προσκυνητές ακόμη και σήμερα. Το 1998 το επισκέφτηκαν 97.000 επισκέπτες. Με τάση αύξησης το 2017 έως και 500%. (Shackley, 1998).

2.3.3. Το Άγιον Όρος. (Ελλάδα).

Το Άγιον όρος είναι η σημαντικότερη μοναστική κοινότητα όλων των Ορθόδοξων Χριστιανών του κόσμου και μια από τις πιο γνωστές μοναστικές κοινότητες σε όλο τον κόσμο. Αποτελεί πόλο έλξης για επισκέπτες απ' όλο τον κόσμο ανεξαρτήτου Χριστιανικής ομολογίας ή πίστης. Οι μοναχοί κάτοικοι της περιοχής του Αγίου Όρους έχουν εκκλησιαστικό και κοινωνικό τρόπο ζωής, ίδιο με αυτό που επικρατούσε στην εποχή του Βυζαντίου. Στην περιοχή του Αγίου Όρους δεν επιτρέπεται να εισέλθει κανένα θηλυκό όν. (Andriotis, 2009). Ο αριθμός των μονών στο Άγιον Όρος είναι 20 και είναι οι εξής: 1) Μεγίστης Λαύρας, ιδρύθηκε το 963, 2) Βατοπαιδίου, ιδρύθηκε το 972, 3) Ιβήρων, ιδρύθηκε το 972, 4) Χιλανδαρίου, ιδρύθηκε το 1197 (είναι Σερβική), 5) Διονυσίου, ιδρύθηκε το 1375, 6) Κουτλουμουσίου, ιδρύθηκε το 12^ο αιώνα. 7) Παντοκράτορος, ιδρύθηκε το 1363, 8) Ξηροποτάμου, ιδρύθηκε το 970, 9) Ζωγράφου, ιδρύθηκε γύρω στο 973 (είναι Βουλγάρικη). 10) Δοχειαρίου, ιδρύθηκε γύρω στο 970, 11) Καρακάλου, ιδρύθηκε στις αρχές του 11ου αιώνα, 12) Φιλοθέου, ιδρύθηκε γύρω στα τέλη του 10ου αιώνα. 13) Σίμωνος Πέτρας, ιδρύθηκε το πρώτο μισό του 14ου αιώνα, 14) Αγίου Παύλου, ιδρύθηκε το δεύτερο μισό του 10ου αιώνα, 15) Σταυρονικήτα, ιδρύθηκε περίπου το 1541 16). Ξενοφώντος, ιδρύθηκε στα τέλη του 10ου αιώνα. 17) Γρηγορίου, ιδρύθηκε πριν από τα μέσα του 14ου αιώνα, 18)

Εσφιγμένου, ιδρύθηκε στα τέλη του 10ου αιώνα. 19) Αγίου Παντελεήμονος, ιδρύθηκε το 10ο αιώνα (είναι Ρωσική), 20) Κωνσταμονίτου, ιδρύθηκε τον 11^ο αιώνα. Η κάθε Μονή, αποτελεί μια ξεχωριστή προσκυνηματική διαδρομή. Οι Καρυές θεωρούνται η πρωτεύουσα του Αγίου Όρους λόγω της ύπαρξης της Ιεράς Επιστασίας, που αποτελεί το διοικητικό όργανο που συντονίζει τις ανάγκες του Αγίου Όρους σαν σύνολο, και έρχεται σε συνεννόηση με την Ελληνική πολιτεία. Επίσης υπάρχουν και 12 σκήτες. (Μυρτσιώτη, 2004. σ. 4-48 ; Χαριτόπουλος, 1997 ; Κουτουμάνος, 1996). Αποτελεί προστατευμένο μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO από το 1988. (Καλπάκης, 2004-2005. σ. 7). Ο αριθμός των καθημερινά εισερχομένων προσκυνητών είναι αυστηρά προκαθορισμένος έτσι το 2006, επισκέφτηκαν το Άγιο Όρος περίπου 78.000 άτομα, μεταξύ των οποίων ήταν και 3000 Ετερόδοξοι δηλ. το 3,8% των εισερχομένων. (Andriotis, 2009).

2.3.4. Η Πάτμος το νησί της Αποκάλυψης. (Ελλάδα).

Το νησί της Πάτμου αποτελεί ένα παν χριστιανικό προσκυνηματικό προορισμό, εξαιτίας του Σπηλαίου της Αποκάλυψης (όπου ο Άγιος Ιωάννης ο Θεολόγος το 95 μ.Χ., έγραψε το Ευαγγέλιο του και το βιβλίο της Αποκάλυψης). Σε αυτό το σπήλαιο ο όσιος Χριστόδουλος, έκτισε με την οικονομική βοήθεια του αυτοκράτορα Αλεξίου Ι Κομνηνού μία μικρή εκκλησία και πέριξ αυτής ένα Μοναστήρι που είναι αφιερωμένο στον Άγιο Ιωάννη το Θεολόγο. Αυτό το μοναστήρι διατηρείται αναλλοίωτο και λειτουργεί ως μοναστήρι για 900 χρόνια. Η βιβλιοθήκη του περιέχει ανεκτίμητους θησαυρούς σε χειρόγραφα, εικόνες, λειτουργικά έργα τέχνης και άλλα αντικείμενα. Επίσης η Χώρα της Πάτμου δημιουργήθηκε το 12^ο αιώνα και μέχρι σήμερα εξελίσσεται αδιάκοπα. Όλες οι θρησκευτικές τελετές που επιτελούνται στο νησί, χρονολογούνται από τους παλαιοχριστιανικούς χρόνους και παραμένουν αμετάβλητες. Η Χώρα της Πάτμου, η Ιερά Μονή του Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου όπως και το σπήλαιο της Αποκάλυψης, αποτελούν προστατευμένα μνημεία Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO από το 1999. (Τραΐου, 2004. σ. 98-144).

2.3.5. Τα Μετέωρα. (Ελλάδα).

Τα Μετέωρα αποτελούν την δεύτερη μοναστική πολιτεία μετά το Άγιον Όρος στην Ελλάδα. Αποτελούν παγκόσμιο πόλο έλξης, για την ιδιομορφία της γεωμορφολογίας της περιοχής των μονών όπως και της κατάνυξης και της πνευματικότητας που αποδίδουν αυτές στους επισκέπτες προσκυνητές. Ειδικότερα αποτελούν ένα πανορθόδοξο πόλο έλξης. Σήμερα στις κορυφές αυτών των πελώριων βράχων είναι κτισμένα έξι μοναστήρια, ενώ στα παλαιά χρόνια υπήρχαν τριάντα. Το

πρώτο μεγάλο μοναστήρι ιδρύθηκε από τον όσιο Αθανάσιο το Μετεωρίτη το 1350 μ.Χ., και ονομάστηκε η Μονή του Μεγάλου Μετεώρου. Κατόπιν μέχρι το 1500 μ.Χ., ιδρύθηκαν και τα υπόλοιπα. Η παρουσία του μοναχισμού σ' αυτούς τους βράχους είναι αδιάλειπτη μέχρι και σήμερα. (Βαλιανάτου, 2017. σ. 25). Τα μοναστήρια που υπάρχουν σήμερα είναι α) η Μονή Μεγάλου Μετεώρου, β) η Μονή του Βαρλαάμ, γ) η Μονή του Αγ. Νικολάου του Αναπαυσά, δ) η Μονή του Αγ. Στεφάνου και ε) η Μονή της Αγ. Τριάδος. Στα μοναστήρια αυτά υπάρχουν σημαντικότερα θρησκευτικά κειμήλια. (Σοφιανός, 2004. σ. 112-152. Η περιοχή των Μετεώρων με τις Μονές, αποτελούν, προστατευμένο μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO από το 1988. (Καλογήρου, 2004-2005. σ. 15).

2.3.6. Η Παναγία της Τήνου. (Ελλάδα.)

Η Τήνος αποτελούσε και αποτελεί τη διασημότερη προσκυνηματική διαδρομή στην Ελλάδα. Οι προσκυνητές απ' όλη την Ελλάδα αλλά και από το όλο τον κόσμο, έρχονται να προσκυνήσουν την εικόνα του Ευαγγελισμού της Παναγίας. Αυτή η εικόνα βρέθηκε τον Ιούνιο του 1822 από τη μοναχή Πελαγία σ' αυτή την τοποθεσία που υπάρχει και σήμερα ο ναός της Παναγίας. Το 2016 τους καλοκαιρινούς μήνες επισκέφθηκαν την Τήνο 225.000 προσκυνητές. Η Παναγία της Τήνου αποτελεί για τους Ορθόδοξους Χριστιανούς, ότι η Παναγία της Λούρδης στη Γαλλία και η Παναγία της Φάτιμα στην Πορτογαλία. (Terzidou, et. al., 2017)

2.3.7. Ο Άγιος Νεκτάριος, στην Αίγινα. (Ελλάδα).

Ο άγιος Νεκτάριος γεννήθηκε το 1846 στη Θράκη, έγινε Μητροπολίτης Πενταπόλεως στο Πατριαρχείο Αλεξανδρείας το 1889. Το 1904, πήγε στην Αίγινα μαζί με πνευματικά του παιδιά και εγκαταστάθηκε στο ερειπωμένο μοναστήρι της Ζωοδόχου Πηγής. Το 1907 στα ερείπια του μοναστηριού έφτιαξε τη νέα μονή της Αγ. Τριάδος. Το 1920 απεβίωσε και το 1961 έγινε η αγιοκατάταξη Του. (Λαγγής, 1979. σ. 269-297). Σήμερα δίπλα από τον τάφο Του, έξω από τη Μονή έχει κατασκευαστεί ένας πολύ μεγάλος ναός που είναι αφιερωμένος στη μνήμη του Αγίου. (Redžić, 2019). Αυτά σήμερα, αποτελούν ένα πανορθόδοξο προσκύνημα. Ορθόδοξοι πιστοί απ' όλο το κόσμο, έρχονται να προσκυνήσουν το τάφο του. Η Μονή της Αγ. Τριάδος απέχει από την πρωτεύουσα της Αίγινας 6χλμ.

2.4. Παγκόσμιες-Διεθνείς προσκυνηματικές διαδρομές.

2.4.1. Η Παναγία της Λούρδης (Γαλλία).

Το προσκύνημα της Παναγίας της Λούρδης, είναι παγκόσμιας εμβέλειας και το τρίτο μεγαλύτερο της Καθολικής Εκκλησίας. Αυτό βρίσκεται στην πόλη της Λούρδης, στα Πυρηναία Όρη, στα σύνορα με την Ισπανία. Το 1858 η δεκαπεντάχρονη Bernadette Soubirous είδε την Παναγία σε ένα σπήλαιο αυτής της περιοχής. Από τότε άρχισαν να επιτελούνται θαύματα στους πιστούς που έφθαναν στην περιοχή. Προς το τέλος του 19^{ου} αιώνα η προσέλευση των πιστών ήταν πολύ μεγάλη και οι αναφορές για θαύματα από ασθένειες ήταν εντυπωσιακή. Η Καθολική Εκκλησία, θέλοντας να αντιμετωπίσει αυτή την αυξανόμενη τάση των θαυμάτων και να ξεκαθαρίσει ποια ήταν τα πραγματικά θαύματα, το 1883 δημιούργησε μια επιτροπή, που εδρεύει στο Ιερό της Lourdes, με την ονομασία Le Bureau de Contestations Medicales (The Medical Bureau). Στην επιτροπή αυτή υπάρχουν και καθηγητές της Ιατρικής, έτσι ώστε να επιβεβαιωθεί με τον επιστημονικό τρόπο ότι έχει επιτελεσθεί ένα θαύμα. Η πιστοποίηση ενός θαύματος στη Λούρδη από αυτή τη συγκεκριμένη επιτροπή είναι πολύ χρονοβόρα, γι' αυτό μέχρι το 2013 είχαν πιστοποιηθεί 69 θαύματα. Το Ιερό της Λούρδης σήμερα είναι ένα πολύπλοκο Θρησκευτικό συγκρότημα, που αποτελείται από τρεις μεγάλες Εκκλησίες, πολλά παρεκκλήσια, δύο νοσοκομεία, ένα κέντρο υποδοχής, ένα βιβλιοπωλείο, δύο μουσεία, χώρους διαμονής και χώρους σίτισης των επισκεπτών και των εθελοντών, αλλά και 300 υπαλλήλους του Ιερού Προσκυνηματος. (Higgins & Hamilton, 2016).

2.4.2. Η Παναγία της Γουαδελούπης (Μεξικό).

Αποτελεί το μεγαλύτερο και σημαντικότερο χριστιανικό προσκύνημα στις χώρες της Λατινικής Αμερικής. Το προσκύνημα δημιουργήθηκε μετά από την εμφάνιση της Παναγίας στον Juan Diego (σήμερα είναι Άγιος της Ρωμαιοκαθολικής Εκκλησίας) που ήταν Αζτέκος στη καταγωγή. Αυτή η εμφάνιση έγινε στις 12 Δεκεμβρίου του 1531 και αποτελεί την ημερομηνία εορτασμού της παναγίας της Γουαδελούπης. Η Παναγία κατά την παράδοση μίλησε στον άνθρωπο αυτό, στην τοπική διάλεκτο των Αζτέκων τα Ναχουάτλ και του ζήτησε να χτίσει μία εκκλησία στο σημείο εμφάνισης της. Ο τοπικός Ρωμαιοκαθολικός επίσκοπος στην αρχή δεν πίστεψε την ιστορία που του αφηγήθηκε ο άγιος Juan Diego, κατόπιν όμως έδωσε εντολή να χτιστεί μια Εκκλησία σε σχήμα Βασιλικής στην περιοχή που υπέδειξε η Παναγία το 1536 και ονομάστηκε η Παναγία της Γουαδελούπης. Εξαιτίας αυτού του θαύματος, ο αυτόχθονος Αζτέκικος πληθυσμός ασπάσθηκαν το Χριστιανισμό. (Quirarte, 1992).

Σήμερα λόγω των εκατομμυρίων των πιστών που προσέρχονται να προσκυνήσουν, το 1976 δημιουργήθηκε δίπλα από την παλιά Εκκλησία, μια νέα πολύ μεγαλύτερη, για να εξυπηρετήσει

τις ανάγκες του πλήθους των πιστών. Κατά βάσει σ' αυτό το προσκύνημα πάνε ασθενείς για να γίνουν καλά. (Ramírez, 2019. pp. 338-346).

2.4.3. Στο Βατικανό (Βατικανό – Ιταλία).

Η πόλις-κράτος του Βατικανού έχει την Αγία Έδρα του Πάπα και ιδρύθηκε με τη συνθήκη του Λατερανού το 1929. (Αναστασίου, 2008. σ. 58-59). (Οι Καθολικοί Χριστιανοί, έρχονται σαν προσκυνητές στο Βατικανό, επειδή γι' αυτούς έχει ένα ισχυρό θρησκευτικό συμβολισμό. Επίσης ο Πάπας κάθε Τετάρτη ευλογεί τους πιστούς στην πλατεία του Αγίου Πέτρου). Το Βατικανό όμως δεν είναι μόνο ένα θρησκευτικό κέντρο, αποτελεί ένα πολύ μεγάλο παγκόσμιο πολιτιστικό κέντρο. Οι θρησκευτικοί, και πολιτιστικοί θησαυροί που έχει στην κατοχή του, αποτελούν ένα επιπλέον πόλο έλξης. Χαρακτηριστικά παραδείγματα είναι: η Βασιλική του Αγίου Πέτρου, τα Μουσεία του Βατικανού, η Καπέλα Σιξτίνα, οι Κήποι του Βατικανού, η Νεκρόπολη, το Κάστρο του Sant' Angelo. (Masi, 1999). Το Βατικανό αποτελεί μια προσκυνηματική διαδρομή παγκοσμίου εμβέλειας για όλους τους Καθολικούς Χριστιανούς του κόσμου και όχι μόνο. Σύμφωνα με ανακοίνωση του Βατικανού το 2013 το επισκέφτηκαν 5,5 εκατομμύρια επισκέπτες. (Štefko, et al., 2015).

2.4.4. Στη Gishen Mariam, (Αιθιοπία).

Η μεγαλύτερη προσκυνηματική διαδρομή στην Αιθιοπία είναι αυτή στην εκκλησία της Gishen Mariam που βρίσκεται στην περιοχή Amhara, που απέχει από την πόλη Dessie 80 χλμ. (Zelalem, 2020 ; Antohin, 2019). Πιστεύεται ότι μέσα στο συγκεκριμένο ναό {που είναι λαξευμένος μέσα σε ένα βράχο}, υπάρχει ένα μεγάλο τεμάχιο του τιμίου Σταυρού, που το έφερε και το τοποθέτησε το 15^ο αιώνα ο αυτοκράτορας της Αιθιοπίας Zara Yaqob. Από τότε, κάθε χρόνο στο τέλος της περιόδου των βροχών, ξεκινάει ο εορτασμός και το μεγάλο προσκύνημα. Υπολογίζεται ότι κάθε χρόνο έρχονται 350-500.000 Αιθίοπες για να προσκυνήσουν. (Gedecho, 2014 ; Chekol, 2017).

2.4.5. Στο Hajj (Σαουδική Αραβία).

Το Hajj κατευθύνει όλους τους Μουσουλμάνους πιστούς προς την πόλη της Μέκκας στη Σαουδική Αραβία. Η πόλη αυτή βρίσκεται νοτιοδυτικά της χώρας, σε υψόμετρο 700μ. από την επιφάνεια της θάλασσας. (Ascoura, 2013). Σ' αυτή την πόλη το 570 μ.Χ., γεννήθηκε ο Μωάμεθ, και το 622 μ.Χ., την κατέλαβε και κήρυξε τη θρησκεία του Ισλάμ. Κατόπιν, την αφιέρωσε στο Θεό

και την κατέστησε προσκυνηματικό κέντρο όλου του μουσουλμανικού κόσμου. Από τότε η Μέκκα αποτελεί το θρησκευτικό κέντρο του Ισλάμ. (Αναστασίου, 2008. σ. 56-57).

Στην πόλη αυτή, δεν επιτρέπεται να μπει κανένας μη Μουσουλμάνος. Είναι υποχρέωση όλων των υγείων και ενήλικων και οικονομικά ανεξάρτητων Μουσουλμάνων, τουλάχιστον μια φορά στη ζωή τους, να έρθουν από όποιο σημείο της Γης βρίσκονται, να προσκυνήσουν στη Μέκκα. Αυτό, είναι ανεξάρτητο από την εθνότητα ή το χρώμα, την κοινωνική ή της πολιτιστική κατάσταση του πιστού. (Αναστασίου, 2008. σ. 56-57). Το προσκύνημα και η προσκυνηματική διαδρομή του Hajj αποτελεί ένα από τους πέντε βασικούς πυλώνες του Ισλάμ. Η βασική υποχρέωση του προσκυνητή στη Μέκκα είναι να κάνει το tawaf, δηλ, να περιστραφεί αριστερόστροφα γύρω από το ιερό Ka'ba επτά φορές. (Μαρκέτου, 2016. σ. 14).

2.4.6. Στη Καρμπάλα (Ιράκ).

Η πόλη Καρμπάλα του Ιράκ, αποτελεί εδώ και αιώνες μετά το Hajj, το μεγαλύτερο προσκύνημα των Σιϊτών Μουσουλμάνων στο κόσμο. Το αρχαίο αυτό προσκύνημα, γίνεται για να τιμηθεί ο Ιμάμης Χουσεΐν, που ήταν εγγονός του προφήτη Μωάμεθ. Αυτός μαζί με τους 77 συντρόφους του, σκοτώθηκαν στη μάχη της Καρμπάλα, από το χαλίφη Γιαζίντ το 680 μ.Χ.,. Αυτό το προσκύνημα ονομάζεται Arbæen και γίνεται μόνο από τους Σίιτες, που πηγαίνουν να προσκυνήσουν στους τάφους των. (Moufahim & Lichrou, 2019). Κάθε χρόνο περίπου 20 εκατομμύρια Σίιτες προσκυνητές προσέρχονται σ' αυτή την πόλη σε διάστημα περίπου τριών εβδομάδων. (Nikjoo, et. al., 2020).

2.4.7. Στο Βαρανάση, (Ινδία).

Το Βαρανάσι είναι η ιερότερη πόλη ή αλλιώς το θρησκευτικό κέντρο της Ινδίας και βρίσκεται στις όχθες του ποταμού Γάγγη. Το όνομα της προέρχεται πιθανώς από τη σύμπτυξη των ονομάτων δύο παραποτάμων του Γάγγη που οριοθετούν την πόλη, των Varuna και Assi. (Singh & Rana, 2017). Σ' αυτή την πόλη, οι τρεις μεγαλύτερες θρησκείες στην Ινδία, δηλ. ο Ινδουισμός, ο Βουδισμός και ο Ζαϊνισμός, έχουν από τα αρχαία χρόνια, τα σημαντικότερα ιερά τους. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι το Βαρανάσι για τους Ινδούς, είναι ότι η Μέκκα για τους Μουσουλμάνους. Εδώ κάθε χρόνο για αιώνες, διεξάγονται οι μεγαλύτερες θρησκευτικές τελετές και εκδηλώσεις σ' όλη την Ινδία. Σ' αυτή την πόλη υπάρχουν 3000 ινδουιστικά ιερά, με κυριότερο το ναό Vishwanath που είναι αφιερωμένος στον Shiva. Επίσης για τους Ινδουιστές, ο ποταμός Γάγγης στα παρόχθια του επί της πόλης, είναι ιερός τόπος, γιατί κάθε πιστός που θα

λουστεί στα νερά του, θα καθαριστεί από τις αμαρτίες του. Επίσης οι Ινδουιστές πιστεύουν, ότι όποιος πεθάνει σ' αυτή την πόλη και η στάχτη του αφεθεί στο σημείο του Γάγγη που διέρχεται από το Βαρανάση, η ψυχή του θα παρακάμψει τη διαδικασία της μετενσάρκωσης. Έτσι, κάθε πιστός Ινδουιστής, θέλει τουλάχιστον μια φορά στη ζωή του να επισκεφθεί αυτή την ιερή πόλη, όπως και να πεθάνει σ' αυτή. Γι' αυτό το λόγο, κάθε χρόνο, συρρέουν σ' αυτή την πόλη, περίπου 1.000.000 προσκυνητές Ινδουιστές.

Για το Βουδισμό η πόλη αυτή είναι ιερή, γιατί ο Βούδας εδώ μετέδωσε για πρώτη φορά τα πιστεύω του στους πιστούς του. Αυτό το σημείο βρίσκεται 13 χλμ., έξω από την πόλη και ονομάζεται Sarnath. Αυτόν τον τόπο, (σύμφωνα με το Βούδα), ο κάθε Βουδιστής πρέπει να τον επισκεφθεί. Σ' αυτή την περιοχή κάθε χρόνο έρχονται Βουδιστές απ' όλο τον κόσμο, για να τιμήσουν την πρώτη διδασκαλία του Βούδα προς τους πιστούς του.

Για τους Ζαϊνιστές η πόλη αυτή είναι ιερή, γιατί σ' αυτή γεννήθηκε ο Parshvanatha μεταξύ 9^{ου} και 8^{ου} π.Χ., αιώνα, και η περιοχή αυτή βρίσκεται στις όχθες του Γάγγη.

Σ' αυτή την περιοχή βρίσκονται τρεις σημαντικοί ναοί των Ζαϊνιστών που πρέπει να τους επισκεφθούν, αφού πρώτα θα πρέπει να λουστούν στα νερά του Γάγγη. (Kutlutürk, 2013).

2.4.8. Στο Όρος Kailash (Θιβέτ).

Η προσκυνηματική διαδρομή γύρω από το όρος Kailash στο Θιβέτ, αποτελούσε και αποτελεί ακόμη και σήμερα μία πρόκληση στα όρια της ανθρώπινης αντοχής. Οι κύριοι προσκυνητές αυτής της διαδρομής, προέρχονται από τις θρησκείες των Ινδουιστών, των Βουδιστών, των Jainas, των Σιχ και των Βόηρος. Οι θρησκείες αυτές, πιστεύουν ότι το συγκεκριμένο βουνό, αποτελεί το κέντρο και το τόπο γέννησης του σύμπαντος. Αποτελεί, ένα από τα κύρια προσκυνήματα της Ινδίας και του Θιβέτ. Η περιμετρική διάσχιση του βουνού, γίνεται δεξιόστροφα από τους προσκυνητές που πιστεύουν στις θρησκείες των Ινδουιστών και Βουδιστών, ενώ στους Jains και Βόηρος αριστερόστροφα. Το μονοπάτι που διέρχεται περιμετρικά τη βάση του βουνού Kailash, έχει μήκος 52 km και ξεκινάει από υψόμετρο 4.600μ, ενώ το ανώτερο υψόμετρο της διαδρομής είναι τα 5.500μ. Οι δυσκολίες είναι πολύ μεγάλες, λόγω των σκληρών συνθηκών που υπάρχουν στο βουνό, του ανώμαλου εδάφους, τις απότομες αλλαγές του καιρού, της ασθένειας λόγω του μεγάλου υψομέτρου. Η παραδοσιακή περιφορά του βουνού από τους προσκυνητές μαζί με τις αποσκευές τους, γίνεται με τα πόδια σε δύο με τρεις ημέρες, κάποιοι άλλοι χρησιμοποιούν πόνι ή yaks. Ο απόλυτος παραδοσιακός τρόπος διάσχισης, είναι αυτός που ο προσκυνητής θα πρέπει να κάνει αυτά τα 52 km κάνοντας

συνεχόμενα εδαφιαίες μετάνοιες, χωρίς να αποφεύγει τις δυσκολίες του εδάφους, τους πάγους, την κακοκαιρία, τις ανωμαλίες του εδάφους. Αυτός ο τρόπος διάσχισης, διαρκεί μέχρι και τέσσερις εβδομάδες. Οι περισσότεροι Θιβητιανοί τα τελευταία χρόνια, προτιμούν να κάνουν το γύρο του ιερού βουνού αυθημερόν, με χρόνο διάσχισης περίπου δεκαπέντε έως δεκαεπτά ώρες. Πάντως, λόγω των μεγάλων δυσκολιών που υπάρχουν, λίγοι είναι αυτοί που καταφέρνουν να το διασχίσουν. Τα τελευταία χρόνια, υπάρχει και ένα άλλο εμπόδιο για την απρόσκοπτη διέλευση των προσκυνητών. Αυτό είναι, ότι μετά την Σινο-Ινδική διαμάχη το 1954, ένα μέρος αυτής της διαδρομής ανήκει στην Ινδική επικράτεια και το άλλο μέρος στην Κινεζική. Έτσι η προσέλευση Ινδών προσκυνητών σήμερα είναι πολύ περιορισμένη. Η περιφορά των προσκυνητών γύρο από το βουνό, γίνεται για τον εξαγνισμό τους από διάφορες αμαρτίες. (Sarao, 2014).

2.4.9. Στο δυτικό τείχος στα Ιεροσόλυμα (Ισραήλ).

Σήμερα, το προσκύνημα των πιστών της Ιουδαϊκής θρησκείας, γίνεται στα υπολείμματα του Δυτικού Τείχους της αρχαίας Ιερουσαλήμ στην πόλη της Ιερουσαλήμ. Αυτό είναι το κατεξοχήν σημείο αναφοράς του προσκυνηματος, όλων των Εβραίων του κόσμου. Σ' αυτό το τείχος, οι πιστοί Εβραίοι προσκυνητές, προσεύχονται, ορκίζονται, τοποθετούν τα αιτήματά τους (που είναι γραμμένα σε χαρτιά) μέσα σε σχισμές που υπάρχουν στους αρμούς των λίθων του Δυτικού Τείχους. (Collins-Kreiner, 2010).

2.4.10. Στο Μάτσου Πίτσου (Περου).

Στη Νότια πλευρά των Άνδεων και συγκεκριμένα στην περιοχή Cuzco του Περου σε μεγάλο υψόμετρο, βρίσκεται η αρχαία πόλη του Μάτσου Πίτσου των Ίνκας. Από το 1983 αποτελεί Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO. Κτίσθηκε το 15^ο αιώνα σ' αυτή την τοποθεσία και εγκαταλείφθηκε από τους Ίνκα όταν η αυτοκρατορία τους κατακτήθηκε από τους Ισπανούς το 16^ο αιώνα. Από τότε ξεχάστηκε και έμεινε ανέπαφη μέχρι και το 1911 που ανακαλύφθηκε. Η πόλη αποτελείται από 200 κατασκευές επάνω σε μία απότομη κορυφογραμμή, και αποτελούσε ένα θρησκευτικό, τελετουργικό, αστρονομικό και γεωργικό κέντρο. Μέχρι και σήμερα αποτελεί μυστήριο ο ακριβής λόγος της ύπαρξης του Μάτσου Πίτσου και η σχέση του με τις αστρονομικές γνώσεις των Ίνκας. Το Μάτσου Πίτσου αποτελεί μια μοναδική μαρτυρία του πολιτισμού των Ίνκας και από το 1983 αποτελεί Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO. (Πηγή: UNESCO). Αποτελούσε και αποτελεί ακόμη και σήμερα, μια προσκυνηματική διαδρομή για τους κατοίκους της περιοχής των Άνδεων, αλλά και για Βορειοαμερικάνους και Ευρωπαίους

επισκέπτες. Το 2009 επισκέφτηκαν τον ιερό αυτό χώρο 815.000 άνθρωποι, παρόλο το μεγάλο υψόμετρο (4000 μ.) και τη μεγάλη πεζοπορία που πρέπει να υποστεί ο επισκέπτης (70 χλμ). (Arellano, 2011).

ΚΕΦ.3: Προσκυνηματικές Διαδρομές – Η Ιστορία των Ιερών Σπηλαίων-Ασκητηρίων.

Η διάθεση των ανθρώπων, να χρησιμοποιήσουν τα σπήλαια ως χρηστικούς ή ιερούς χώρους στα αρχαία χρόνια, έγκειται στο ότι, αυτά τους πρόσφεραν ένα κλειστό και σταθερό περιβάλλον. Έτσι, προστατεύονταν από τους φυσικούς και τους περιβαλλοντικούς κινδύνους, τους προσέφεραν καθαρό νερό, όπως επίσης, κοντά σ' αυτά υπήρχε και τροφή. (Μαρή, 2001. σ. 177-188).

3.1. Η Γεωλογία, και ο μηχανισμός γένεσης των σπηλαίων.

Το φυσικό ανάγλυφο όλης της Γης, δεν είναι στατικό, αλλά συνεχώς μεταβαλλόμενο. Γεωλογικά, ο Ευρωπαϊκός χώρος, διακρίνεται στην Πανάρχαια Ευρώπη, στην Παλαιοευρώπη, την Μεσοευρώπη και την Νέο-Ευρώπη. Η Νέο-Ευρώπη δημιουργήθηκε πριν 60 εκατομμύρια χρόνια και αποτελεί το νεότερο γεωλογικό νότιο τμήμα της Ευρώπης. Αυτό περιλαμβάνει τα Πυρηναία, τις Άλπεις, την Ιταλία, την Βαλκανική χερσόνησο, την Ελλάδα, κλπ. (Απλαδά, 2013. σ. 13).

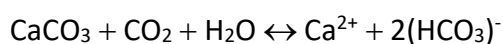
Το φυσικό ανάγλυφο της Ελλάδος, επειδή είναι νεότερης γεωλογικής ηλικίας, είναι ορεινό, με βουνά που έχουν μεγάλο υψόμετρο και έντονους κρημούς. Οι ακτογραμμές της, έχουν έντονο μαιανδροειδές σχήμα, (Βλάχος, 2006. σ. 13) και υπάρχουν πάρα πολλά ενεργά σεισμικά ρήγματα, με αποτέλεσμα πολλούς σεισμούς. (Λαζός, 2021. σ. 6-18 ; Τσερόλας, 2020. σ. 18-23). Με την πάροδο όμως του χρόνου (δηλ., σε επίπεδο εκατομμυρίων χρόνων), λόγω της γεωλογικής τους αρχαιότητας, πολλά από τα ψηλά βουνά, λόγω των μεγάλων τους κλίσεων σε συνδυασμό με το νερό της βροχής, των χειμάρρων, τον πάγο, και τον αέρα, τα πετρώματα τους αποσαθρώθηκαν και διαβρώθηκαν. Το αποτέλεσμα αυτής της διάβρωσης είναι η αλλαγή του τοπογραφικού τους ανάγλυφου. (Δημητρέλλος, 2005. σ. 18) Ο όρος διάβρωση, περιγράφει με

ποιους τρόπους η ατμόσφαιρα επιδρά στην επιφάνεια της Γης. Το αποτέλεσμα αυτών των διεργασιών, είναι η μετακίνηση εδάφους ή τμημάτων πετρωμάτων, από την επιφάνεια Γης προς άλλα σημεία της. (Κοκκίνου, 2015. σ. 36).

Οι υπαίτιοι γενεσιουργοί παράγοντες, για τη μεταβολή του ανάγλυφου της Γης μέσα στο χρόνο (δηλ., της διάβρωσης), είναι δύο ειδών: α) οι ενδογενείς και β) οι εξωγενείς. α) Οι ενδογενείς παράγοντες, είναι αυτοί που επενεργούν στο εσωτερικό της Γης δηλ., οι σεισμοί, τα ηφαίστεια. β) Οι εξωγενείς παράγοντες, είναι αυτοί που επενεργούν στην επιφάνεια της Γης, με αποτέλεσμα τη δημιουργία της αποσάθρωσης. Η αποσάθρωση, συμβαίνει εξαιτίας της δράσης της βαρύτητας και της ηλιακής ενέργειας. Δρα, διαλύοντας τα πετρώματα με φυσικοχημικό τρόπο, χωρίς όμως να τα μετακινεί από τη θέση τους και διακρίνεται, πρώτον στη μηχανική και δεύτερον τη χημική. (Βαξεβανόπουλος, 2006. σ. 27).

Πρώτον, η μηχανική αποσάθρωση, δημιουργείται εξαιτίας πολλών και διαφορετικών δυνάμεων, που αναπτύσσονται σε διαφορετικά σημεία του κάθε πετρώματος. Αυτές οι δυνάμεις, μπορούν να αναπτυχθούν εξαιτίας: α) της διαφοράς της θερμοκρασίας των πετρωμάτων που βρίσκονται στην επιφάνεια της Γης και του εσωτερικού τους, β) των υδατικών κατακρημνισμάτων, γ) του σχηματισμού πάγου, δ) της επίδρασης των φυτών, ε) της επίδρασης των αλάτων. Ακόμη εξαιτίας της επίδρασης στ) του ανέμου, ζ) των κυμάτων ή των ρευμάτων της θάλασσας και τέλος η) της επίδρασης των στάσιμων ή των ρεόντων υδάτων. (Καραγιαννόπουλος, 2014. σ. 2-5).

Δεύτερον ο χημικός μηχανισμός δημιουργίας της χημικής αποσάθρωσης είναι ο ακόλουθος. Το νερό (H₂O), κατά τη διάρκεια της μετακίνησης του στον αέρα ή στο έδαφος, εμπλουτίζεται με διοξείδιο του άνθρακα (CO₂) και μετατρέπεται σε ανθρακικό οξύ (H₂CO₃) που είναι ισχυρό οξύ. Το νερό κατόπιν, εισέρχεται μέσα στα ασβεστολιθικά πετρώματα (CaCO₃), μέσω των διάφορων επιφανειακών ή υπόγειων ρηγματώσεων τους. (Αδαμοπούλου, 2015. σ. 31-34). Εντός αυτών των ρηγματώσεων, γίνονται κάποιες χημικές αντιδράσεις που ο συνδυασμός τους, μας δίνει μια συνολική αντίδραση:



Εξαιτίας αυτής της αντίδρασης, δημιουργείται η χημική αποσάθρωση των ασβεστολιθικών πετρωμάτων δηλ., του Κάρστ. Ο γεωμορφολογικός όρος Κάρστ, προήλθε από την περιοχή Kras της Σλοβενίας. Εκεί πρώτο-παρατηρήθηκε και περιγράφηκε, το αποτέλεσμα της διαλυτικής

δράσης του νερού, σε πετρώματα όπως ο ασβεστόλιθος, το μάρμαρο και η γύψος. (Βαξεβανόπουλος, 2006. σ. 27). Το αποτέλεσμα αυτής αποσάθρωσης, φαίνεται επιφανειακά αλλά και υπόγεια. Τα επιφανειακά αποτελέσματα της χημικής αποσάθρωσης του Κάρστ, μπορούμε να τα διακρίνουμε στην επιφάνεια των πετρωμάτων ως Μεγάλες Καρστικές Μορφές, ή Μικρές Καρστικές Μορφές. Οι Μεγάλες Καρστικές Μορφές, είναι οι Δολίνες, οι Ουβάλες και οι Πόλγες. Οι Μικρές Καρστικές Μορφές χωρίζονται στις Ελεύθερες Μορφές και στις Ημιελεύθερες Μορφές. Οι Ελεύθερες Μορφές εμφανίζονται ως, Δακτυλογλυφές, ως Αμαξοτροχιές, ως Ίχνη Βροχής και ως Τεκτονικές Αυλακώσεις. Οι Ημιελεύθερες Μορφές, εμφανίζονται ως Επιφανειακές Χύτρες, ως Σπηλαιώδεις Μορφές Διάλυσης, ως Καρστικές Οπές και ως Υπόγειες Τεκτονικές Αυλακώσεις. Οι Υπόγειες Καρστικές Μορφές παρουσιάζονται με τη μορφή των Καρστικών Φρεάτων-Βαράθρων, τη μορφή των Σπηλαίων, τη μορφή των Εγκοίλων και τη μορφή των Καταβοθρών. (Ρεϊζοπούλου, 2013. σ. 23-30). Ως σπήλαιο ορίζεται, οποιαδήποτε κοιλότητα εντός των πετρωμάτων, που έχει δημιουργηθεί με φυσικό τρόπο, έχει διαστάσεις τέτοιες ώστε να χωράει ένας άνθρωπος και επικοινωνεί με την επιφάνεια της Γης μέσω ενός στομίου. (Τρίμης, 2013. σ. 5-6). Τα σπήλαια κατά βάση, δημιουργούνται πάνω σε ανθρακικά πετρώματα. Αυτά τα πετρώματα, μπορεί να είναι Ασβεστόλιθοι, Δολομιτικοί ασβεστόλιθοι, Ασβεστοίκοι δολομίτες, ή και Δολομίτες. (Δεληγιάννη-Γκολούμποβιτς, 2011. σ.93-97). Το 55% των πετρωμάτων των Ελληνικών βουνών είναι ασβεστολιθικά, με κύριο συστατικό τους το ανθρακικό ασβέστιο (CaCO_3). (Γιαννόπουλος, 2000. σ. 3, 12). Συνήθως, τα σημεία που αναπτύσσονται τα σπήλαια, είναι σε γεωλογικά ανάγλυφα που έχουν απότομες πτυχώσεις ή σε πρηνή με μεγάλη κλίση. Έτσι, τα σπήλαια τα βρίσκουμε συνήθως, σε μεγάλα υψόμετρα και σε ορεινές κοιλάδες. (Pennos, 2014. σ. 29). Τέλος υπάρχει και η τεχνητή σπηλαιογένεση. Εδώ, οι άνθρωποι από τα αρχαία χρόνια έως και σήμερα, δημιουργούν τεχνητά έγκοιλα για να καλύψουν διάφορες ανάγκες τους, όπως οικίες, αποθήκες, τάφοι, δεξαμενές, ορυχεία, λατομεία, κλπ. (Γιαννόπουλος, 2000. σ. 26).

3.2. Οι λόγοι της ανάδειξης ενός σπηλαίου ως ιερού σε παγκόσμιο επίπεδο

Οι σπηλιές, από τα αρχαία χρόνια, δημιουργούσαν ένα δέος στους ανθρώπους. Αυτό οφείλεται, επειδή ο εγκέφαλος όσων εισέρχονται εντός τους, δεν δέχεται βασικά αισθητηριακά ερεθίσματα, όπως αυτά της όρασης, και της ακοής. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, την απώλεια του

προσανατολισμού τους, αλλά και της δημιουργίας των αισθημάτων του φόβου, της αδυναμίας και της ανασφάλειας. Αυτή η κατάσταση ονομάζεται αισθητηριακή στέρηση. (Ustinova, 2009). Αυτά τα συναισθήματα, δημιουργούσαν στους ανθρώπους μια θρησκευτική ανησυχία. Αυτού του είδους η ανησυχία, ήταν που τους ωθούσαν στην αναζήτηση της απόκτησης κάποιας μορφής θεικής έμπνευσης. Έτσι, βλέπουμε από τα αρχαία χρόνια, άνθρωποι που αναζητούσαν το ιερό ή και τη φώτιση, απομονώνονταν σε έρημα μέρη, που συνήθως ήταν σπηλιές μακριά από τον κόσμο. Στα αρχαία χρόνια, οι σαμάνοι χρησιμοποιούσαν τις σπηλιές ως μέσο απομόνωσης, για να δεχθούν τη φώτιση που θα τους καθοδηγούσε στη ζωή τους. (Ustinova, 2009).

Οι Βουδιστές, τα αρχαία χρόνια πίστευαν, πως για να φθάσουν σε υψηλά πνευματικά επίπεδα, έπρεπε να βρεθούν σε ένα μοναχικό τόπο. (Sørensen, 2020). Οι Ινδουιστές, πιστεύαν αλλά και πιστεύουν, πως για να επιτύχει κάποιος το σωστό διαλογισμό, θα πρέπει να παραμείνει μόνος σε ένα ήσυχο μέρος, όπως σ' ένα σπήλαιο ή σε κάποιο βουνό. Στην Εβραϊκή παράδοση, ο προφήτης Ηλίας έμεινε σε μια σπηλιά στην έρημο, διωκόμενος από τον Ιεζάβελ και εκεί άκουσε τη φωνή του Θεού. (Ustinova, 2009). Για τους Μουσουλμάνους, υπάρχει η Ιερή Σπηλιά που ονομάζεται Χίρα (Hira) ή Χαράα που απέχει 3 χλμ., από την Μέκκα. (Μαρκέτου, 2016. σ. 6).

3.3. Η έννοια του καθορισμού ενός σπηλαίου ως ιερού, στην αρχαία και στην χριστιανική περίοδο, στον Ελλαδικό χώρο.

Η έννοια του ιερού, μπορεί να γίνει αντιληπτή, ως μια ζώνη εμπειρίας μεταξύ του θείου και του ανθρώπου. Μέσα σ' αυτήν τη ζώνη, ο άνθρωπος μπορεί να αντιληφθεί ή και να επικοινωνήσει με το θείο, έτσι ώστε να νοιώθει ασφαλής. (Γαβριλάκη, 2017.σ 170-171). Ο χαρακτηρισμός από τους αρχαιολόγους μιας σπηλιάς ως ιερής, δεν είναι απλή υπόθεση. Έτσι, για την περίοδο από την Πρώιμη Εποχή του Σιδήρου έως και στους Ελληνιστικούς χρόνους, (11^{ος}-5^{ος} π.Χ., αιώνας), βασίζονται σε εμπειρικές υποθέσεις. Αντίθετα, κατά την περίοδο των Ελληνιστικών και Ρωμαϊκών χρόνων, (4^{ος} π.Χ. - 5^{ος} μ.Χ., αιώνας) βασίζονται σε κάποιες γραπτές μαρτυρίες. (Stampolidis & Kotsonas, 2013, σ.188-200)

Από τους αρχαιολόγους, έχουν δοθεί αρκετοί ορισμοί για την έννοια και το χαρακτηρισμό ενός σπηλαίου ως ιερό. Ένας απ' αυτούς είναι και του Paul Faure, που αναφέρει ότι, για να χρησιμοποιηθεί στην αρχαιότητα ένα σπήλαιο ως ιερό θα πρέπει: α) μέσα σ' αυτό να υπάρχει νερό (ρέον ή στάσιμο). β) Να έχει ένα εντυπωσιακό εσωτερικό λιθωματικό περιβάλλον, γ) να

έχουν ανευρεθεί σ' αυτό ειδώλια, κοσμήματα αγγεία, όπλα. δ) Να έχουν ανευρεθεί στρώματα στάχτης ή εστίας φωτιάς, ε) να υπάρχουν στην αρχαία γραμματεία, αναφορές της ύπαρξης του. στ) Να είναι κοντά σε αρχαία πόλη και ζ) να υπάρχει προς την κατεύθυνση του, αρχαίο οδικό δίκτυο. (Γαβριλάκη, 2017. σ. 170-171).

Η σύνδεση της Χριστιανικής πίστης με την ιερότητα των σπηλαίων, ξεκινάει με το σπήλαιο της γέννησης του Χριστού στη Βηθλεέμ. Κατόπιν, συνεχίζεται με το Ιερό Σπήλαιο της Αποκάλυψης στην Πάτμο, όπου ο Άγιος Ιωάννης ο Θεολόγος, έγραψε το βιβλίο της Αποκάλυψης. (Ustinova, 2009). Την ίδια περίπου εποχή, ο Απόστολος Παύλος, στην προς Εβραίους επιστολή του, θέλοντας να τους δώσει κουράγιο, τους παραθέτει, τι κατάφεραν οι πρόγονοι τους οι προφήτες, για να ευχαριστήσουν το Θεό. Έτσι, αναφέρει για αγίους ανθρώπους, που περιπλανιόντουσαν στις ερημιές, στα βουνά, στα σπήλαια και τις τρύπες της Γης. (Η Καινή Διαθήκη, 1971. σ. 301).

Κατά τη διάρκεια των διωγμών, πολλά σπήλαια, αποτέλεσαν καταφύγιο των πρώτων Χριστιανών και χρησιμοποιήθηκαν είτε ως Εκκλησίες, είτε ως καταφύγια είτε ως νεκροταφεία. Απ' αυτά, άλλα ήταν φυσικά και βρίσκονταν σε απομονωμένες περιοχές. Άλλα ήταν τεχνητά, οι γνωστές κατακόμβες, που συνήθως βρίσκονταν μέσα ή κοντά σε αστικούς ιστούς.

Οι κατακόμβες, χρησιμοποιήθηκαν από τους πρώτους Χριστιανούς, ως ιεροί χώροι ή και ως νεκροταφεία. Μία απ' αυτές, υπάρχει στην πόλη της Χαλκίδας. (Παπαναστασίου, 2010. σ. 64). Κατά την περίοδο των διωγμών, πολλοί Χριστιανοί για την ασφάλεια τους, εγκαταστάθηκαν μόνιμα σε απομονωμένα σπήλαια. Αυτό έγινε βασικά, γιατί τα σπήλαια, τους έδιναν την απόκρυψη και ασφάλεια που χρειάζονταν από τους διώκτες τους. (Τζώγας, 1966. σ. 19-20). Επίσης, τους προσέφεραν την ασφάλεια από τις κλιματολογικές συνθήκες, τους κινδύνους που επικρατούσαν στο περιβάλλον που ζούσαν, αλλά και καθαρό νερό.

Με την επικράτηση του Χριστιανισμού, στα πρώτα χρόνια της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας, τα αρχαία ιερά σπήλαια σταδιακά εγκαταλείπονται. (Stampolidis and Kotsonas, 2013. σ. 192). Η οριστική τους εγκατάλειψη επήλθε, στα τέλη του 4ου αιώνα, όταν ο Αυτοκράτορας Θεοδόσιος ο Α', απαγόρευσε τη χρήση τους ως ειδωλολατρικά ιερά. (Στεφανίδης, 1978. σ. 146-147). Εκείνην την περίοδο, οι Χριστιανοί ασκητές, επιλέγουν να κατοικήσουν σε έρημα σπήλαια ή ακόμη και σε κάποια από τα εγκαταλελειμμένα αρχαία ιερά σπήλαια. (Παλιούρας, 1985. σ. 217). Αυτό φαίνεται στο σπήλαιο του Νυμφολήπτου ή Πανός ή Αρχέδημου στο Όρος του Υμηττού

κοντά στη Βάρη της Αττικής. Το σπήλαιο αυτό, λειτούργησε μέχρι τα τέλη του 4^{ου} αιώνα ως αρχαίο ιερό, κατόπιν για κάποιο χρονικό διάστημα, ως χριστιανικό ασκητήριο. (Mari, et. al, 2018).

Η βασική επιλογή των ασκητών, να επιλέξουν να κατοικήσουν σε σπήλαια, ήταν ότι σ' αυτά έβρισκαν, την απομόνωση και την ησυχία που αναζητούσαν. Επίσης, τους προσέφεραν την ασφάλεια από τις κλιματολογικές συνθήκες, τους κινδύνους που ελλόχευαν από το φυσικό περιβάλλον, αλλά και τη δυνατότητα να έχουν συνέχεια καθαρό νερό.

Ακόμη, η Παράδοση αναφέρει, ότι σε κάποιες περιπτώσεις, οι ασκητές επέλεξαν τα σπήλαια για τη μόνιμη εγκατάσταση τους και εξαιτίας κάποιου θαύματος. Ένα τέτοιου είδους θαύμα είναι και η εμφάνιση σ' αυτούς, μιας εικόνας που ήταν για πολλά χρόνια κρυμμένη σε ένα σπήλαιο που έτρεχε μέσα του νερό. Αυτή η ιστορία, φαίνεται ότι είναι κοινή σ' όλον το Χριστιανικό κόσμο. (Bugslag, 2005). Επίσης, το νερό που στάζει ή τρέχει μέσα σε μια σπηλιά, θεωρείται ως θεία εκδήλωση, όταν η παράδοση ή η ιστορία του τόπου, θεωρεί ότι μέσα στην ίδια τη σπηλιά, έζησε ή μαρτύρησε ένας άγιος ή βρέθηκε μια εικόνα. Τότε ο συγκεκριμένος χώρος (η σπηλιά) ονομάζεται αγίασμα, με αποτέλεσμα το νερό αυτό, να θεωρείται ιαματικό. Συνεπώς, αυτή η μακραίωνη σχέση του θεϊκού με το συγκεκριμένο χώρο (τη σπηλιά), δίδει την αίσθηση και την πεποίθηση στους ανθρώπους της περιοχής, ότι αυτός είναι αγιασμένος και ταυτόχρονα εξεικονίζει έναν επίγειο παράδεισο. (Παπαδόπουλος, 2002).

3.4. Η χρονική διάρκεια της ιερότητας ενός σπηλαίου ως ιερό.

Οι αρχαιολόγοι πιστεύουν, ότι τα σπήλαια στην Προϊστορική Εποχή, αποτελούσαν για τους ανθρώπους ένα βασικό λειτουργικό χώρο για να πραγματοποιούν σ' αυτά, κάποιες από τις βασικές τους ανάγκες για να επιβιώσουν. Έτσι, αυτά χρησιμοποιήθηκαν ως κατοικίες, ως αποθήκες, ή και ως χώροι εργασίας. (Μαρή, 2001. σ. 177-181)

Σε κάποια όμως απ' αυτά, λόγω των ιδιαίτερων αρχαιολογικών ευρημάτων που βρέθηκαν, οι αρχαιολόγοι υποθέτουν, ότι εντός τους πραγματοποιούντο, κάποιας πρώιμης μορφής θρησκευτικά τελετουργικά. Αυτό μπορεί να διαπιστωθεί, από τα ευρήματα που βρέθηκαν στο σπήλαιο του Σαρακινού στην Κωπαΐδα της Βοιωτίας,. Εκεί βρέθηκαν, δίπλα από περιβάλλον εστίας ή τέφρας, ειδώλια, οστά ζώων και διακοσμημένα κεραμικά. (Katsarou & Sampson, 2013). Η ιστορία όμως αυτού του σπηλαίου, όπως και πολλών άλλων σε σχέση με τη ζωή των ανθρώπων, σταματάει γύρω στα 1600 π.Χ. Πιθανώς, αυτό έγινε την εποχή εκείνη, λόγω της

αποξήρανσης της λίμνης της Κωπαΐδας, με αποτέλεσμα, την αλλαγή του τρόπου ζωής των ανθρώπων. (Σάμψων, 2014. σ. 52-61).

Σε άλλα σπήλαια, η ιστορία τους ως ιεροί χώροι, ξεκινάει από τα προϊστορικά χρόνια και επεκτείνεται μέχρι τους Βυζαντινούς χρόνους. Έτσι, το σπήλαιο της Ειλειθυίας, ήταν το κύριο σπήλαιο λατρείας της θεάς Ειλειθυίας από τη 3^η χιλιετία π.Χ., έως και τον 6^ο αιώνα μ.Χ. Η Ειλειθυία σύμφωνα με τον Όμηρο, ήταν κόρη της Ήρας και θεά των τοκετών. Έτσι, αυτό το σπήλαιο για ένα πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα, αποτέλεσε ιερό τόπο δύο πολιτισμών, αυτών του μινωικού και του ελληνικού. Επίσης, επέζησε ως ιερός χώρος σε τρεις θρησκείες, αυτής που πίστευαν οι άνθρωποι του μινωϊκού πολιτισμού, σ' αυτήν του μυκηναϊκού πολιτισμού, και σ' αυτήν του δωδεκάθεου. Το συγκεκριμένο σπήλαιο βρίσκεται ανατολικά του Ηρακλείου της Κρήτης (Κάντα & Δαβάρας, 2011. σ. 28 ; Γαβριλάκη, 2018. σ. 36 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 18). Σε άλλα σπήλαια η ιερότητα τους είναι διαχρονική, όπως στο σπήλαιο του Μελιδονίου, όπου λατρεύτηκε ο γίγαντας Τάλως, που ήταν ο προστάτης φύλακας της Κρήτης, ο Ερμής, και σήμερα η Παναγία. (Γαβριλάκη, 2018. σ. 174-250 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 95).

Σήμερα όλες οι μεγάλες θρησκείες του κόσμου, πιστεύουν εδώ και αιώνες, στην ιερότητα κάποιων σπηλαίων. Έτσι όλοι οι Χριστιανοί πιστεύουν, στην ιερότητα του σπηλαίου της Αποκάλυψης στην Πάτμο (95 μ.Χ.). (Παλιούρας, 1998. σ. 478).

Οι Μουσουλμάνοι, πιστεύουν στην ιερότητα της Σπηλιάς Hira (610 μ.Χ.), που βρίσκεται κοντά στη Μέκκα της Σαουδικής Αραβίας. (Μαρκέτου, 2016). Οι Ινδουιστές, έχουν τα σπήλαια – ναούς, που είναι λαξευμένοι στους βράχους (6^{ος} αιώνας μ.Χ.), στην περιοχή Deccan στο Badami στην περιοχή Bagalkot της Ινδίας,. (Suresh, 2018). Για τους Βουδιστές, τα σπήλαια στο Yungang Grottoes στην Κίνα (μέσα 5^{ου} – αρχές 6^{ου} μ.Χ., αιώνα) (Huadong, 2013. pp.188-191).

Οι κατακόμβες της Ρώμης (2^{ος} μ.Χ., αιώνας), είναι τεχνητά σπήλαια και όλοι οι Χριστιανών πιστεύουν στην ιερότητα τους. (Ciaburro, et. al., 2020).

3.5. Τα ιερά σπήλαια-ασκητήρια στον Ελλαδικό χώρο και η προσφορά τους στην ιστορία και το πολιτισμό.

Τα σπήλαια ως χώροι, έχουν διαδραματίσει ένα σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη του ανθρώπινου πολιτισμού. Ο χώρος, το περιβάλλον και ο φυσικός διάκοσμος των σπηλαίων,

προκαλούσαν και προκαλούν μεγάλη εντύπωση στους ανθρώπους. Εξαιτίας αυτής της έντασης των συναισθημάτων, αυτά είναι περιβεβλημένα, από θρύλους και ιστορίες. Σήμερα, σε κάθε γνωστό σπήλαιο, η τοπική παράδοση, έχει κάποιο θρύλο ή ιστορία να αναφέρει. Μέσα στις πολλές ιστορίες ή τους θρύλους που υπάρχουν, είναι και αυτές, που διηγούνται για την ιερότητα του, μέσω της Θείας Παρουσίας. Η Θεία Παρουσία, μπορεί να είναι εμφανής εντός των, είτε μέσω της εύρεσης μίας αγίας εικόνας, είτε από την ύπαρξη ενός αγιάσματος, είτε του αποτυπώματος της ζωής ενός αγίου, ή κάποιου μάρτυρα. Εξαιτίας της εμφάνισης εντός αυτών της Θείας Παρουσίας, οι άνθρωποι, δημιούργησαν γι' αυτά, αλλά και μέσα σ' αυτά, πολιτιστικά ίχνη. Απ' αυτά τα ίχνη, άλλα είναι άυλα και άλλα υλικά και ανήκουν στο σύνολο της άυλης και της υλικής πολιτιστικής κληρονομιάς. (Οικονόμου, 2017-2018). Η σημασία αυτών των πολιτιστικών ιχνών φαίνεται, από το ενδιαφέρον πολλών επιστημονικών κλάδων (αρχαιολογίας, ιστορίας, γεωλογίας, φιλολογίας, κλπ.) να τα βρουν, να τα μελετήσουν και να τα αναδείξουν. Ως άυλη πολιτιστική κληρονομιά, θεωρούνται οι διάφορες ιστορίες ή οι θρύλοι, που υπάρχουν ζωντανές εδώ και αιώνες στη συνείδηση του τοπικού πληθυσμού (πολλές φορές και όλων των Ελλήνων). (Κανελλάτου, 2017. σ. 14 ; Κορκά, 2019). Ως υλική πολιτιστική κληρονομιά θεωρούνται, όλα τα αντικείμενα ή τα κτίσματα, που έχουν μια ξεχωριστή επιστημονική, ιστορική, αισθητική, κοινωνική σημασία και σχετίζονται με την τοπική, την εθνική ή ακόμη και την παγκόσμια πολιτιστική κληρονομιά. (Οικονόμου, 2017-2018). Ξεκάθαρος διαχωρισμός του τι είναι υλική και τι άυλη πολιτιστική κληρονομιά, είναι δύσκολο να επιτευχθεί. (Κανελλάτου, 2017 ; Κορκά, 2019. σ. 41-44).

3.5.1. Η άυλη πολιτιστική κληρονομιά των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων.

Οι λαϊκές ιστορίες για την αιτία της δημιουργίας των ιερών σπηλαίων/ασκητηρίων, είναι πολλές. Από τα αρχαία χρόνια, στόχος όλων αυτών των ιστοριών είναι, να πείσουν τον ακροατή τους ότι το σπήλαιο, έγινε ιερό με θεία παρέμβαση. Έτσι, ένα από τα σημαντικότερα ιερά σπήλαια της αρχαίας Κρήτης, το Δικταίον Άντρον, περιβαλλόταν από πολλούς τέτοιους μύθους. Ένας απ' αυτούς, αναφέρει ότι εντός του η Ρέα γέννησε τον Δία. Ένας άλλος αναφέρει, ότι η αίγα Αμάλθεια (ήταν Νύμφη), ανέθρεψε μέσα σ' αυτόν τον Δία, ενώ οι Κουρήτες με τους χορούς τους και τους θορύβους που έκαναν με τα όπλα τους, κάλυπταν το κλάμα του. Άλλος μύθος λέει, ότι σ' αυτό, ο μικρός Δίας μεγάλωσε με τη βοήθεια ενός θηλυκού χοίρου ή μελισσών και περιστερών. Ακόμη, ένας άλλος μύθος αναφέρει, ότι σ' αυτό το σπήλαιο, ο Δίας έκρυψε την Ευρώπη, όταν την έκλεψε από τη Φοινίκη. Το Δικταίον Άντρον βρίσκεται πάνω από το οροπέδιο του Λασιθίου στην Κρήτη. (Μαυρίκας & Μουζάκης, 2007. σ. 171-172).

Στην εποχή του Χριστιανισμού, υπάρχουν αντίστοιχες ιστορίες για την ιερότητα των σπηλαίων/ασκητηρίων. Έτσι, πολλές απ' αυτές, αφηγούνται για τη θαυματουργική ανεύρεση μιας εικόνας, που ήταν κρυμμένη μέσα ή κοντά σε κάποιο σπήλαιο. Τα πρόσωπα που παίζουν καθοριστικό ρόλο σ' αυτές τις ιστορίες, είναι συνήθως ασκητές ή ευσεβείς χριστιανοί. Αυτοί είναι οι άξιοι, που θα λάβουν το Θείο μήνυμα της εύρεσης της εικόνας. Τα συγκεκριμένα πρόσωπα, είναι αυτά που κατόπιν θα ασκηθούν στο σπήλαιο της ιστορίας.

Αυτή η παραδοσιακή ιστορία, είναι διαδεδομένη σε πολλές περιοχές της Ελλάδος, με διαφορετικές παραλλαγές. Μία παραλλαγή της, είναι αυτή της ανεύρεσης της εικόνας της Παναγίας της Προυσιώτισσας. Αυτή βρίσκεται στη Μονή του Προυσού έξω από το Καρπενήσι. Σύμφωνα με την ιστορία, κατά την περίοδο της Εικονομαχίας, η εικόνα αυτή διασώθηκε από τη καταστροφή, από κάποιο αρχοντόπουλο που τη μετέφερε από την Προύσα της Μ. Ασίας, στην Καλλίπολη της Θράκης. Στην Καλλίπολη όμως, η εικόνα χάνεται και μετά από αιώνες, η ίδια παρουσιάσθηκε σε ένα τσοπανόπουλο στο σημείο της σημερινής της θέσης. Η αφορμή που έκανε το τσοπανόπουλο να τη βρει, ήταν το φως που έβλεπε να βγαίνει από τη σπηλιά που ήταν κρυμμένη. Στο σπήλαιο αυτό, το τσοπανόπουλο και ένας γνωστός του ασκήτευαν εκεί και αργότερα στο ίδιο σημείο κτίστηκε η Μονή του Προυσού. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2004. σ. 199-209 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ 76).

Η ίδια ιστορία με άλλη παραλλαγή, υπάρχει για την ανεύρεση της εικόνας της Παναγίας της Παναχράντου, στην ομώνυμη Μονή, στο νησί της Άνδρου. Η εικόνα, μέσα από το σπήλαιο που βρισκόταν κρυμμένη, έδωσε ένα σημείο ύπαρξης της, σε δύο ασκητές που ασκήτευαν κοντά σ' αυτήν. Αυτό το σημείο, ήταν ένα δυνατό φως που έβγαине μέσα απ' αυτό. Σ' αυτό το σπήλαιο, οι δυο ασκητές, έκτισαν το 10^ο αιώνα τη συγκεκριμένη Μονή, με τη βοήθεια του Αυτοκράτορα Νικηφόρου Φωκά. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 95-98 ; Καλογήρου, 2004-2005. σ. 56 ; Λέκκος, 1998. σ. 354).

Μια ακόμη διαφορετική εκδοχή της ίδιας ιστορίας, υπάρχει για την ανεύρεση της εικόνας της Παναγίας της Νεαμονίτισσας στη Νέα Μονή της Χίου. Εδώ η ιστορία λέει, ότι η εικόνα ήταν κρυμμένη σε ένα πυκνό δάσος και τη βρήκαν τρεις ασκητές που ασκήτευαν σε μια σπηλιά, απέναντι απ' αυτό. Οι ασκητές Νικήτας, Ιωσήφ και Ιωάννης (αυτά ήταν τα ονόματά τους), μετέφεραν την εικόνα στη σπηλιά τους, εκείνη όμως θαυματουργικά, επέστρεψε στο σημείο

που βρέθηκε. Έτσι, οι ασκητές, έφυγαν από τη σπηλιά που έμεναν και έκτισαν μια μονή στη συγκεκριμένη θέση που ήθελε η εικόνα. Η Νέα Μονή της Χίου, από το 1990 αποτελεί Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO. (Λέκκος, 1998. σ. 442 ; Στεφανοπούλου, 2004-2005. σ. 21-24)

Μια επίσης διαφορετική εκδοχή της ίδιας ιστορίας, είναι αυτή για την ανεύρεση της εικόνας της Παναγίας της Χοζοβιώτισσας, στο νησί της Αμοργού. Κατά την περίοδο της εικονομαχίας, η συγκεκριμένη εικόνα, βρισκόταν στο σπηλαιομοναστήρι του Χοζοβά, στην περιοχή της Ιεριχούς στους Αγίους Τόπους. Για να γλυτώσει όμως από τους εικονομάχους, ταξίδευσε θαυματουργικά μόνη της, επιπλέοντας στη θάλασσα μέχρι στην Κύπρο και από εκεί έως την Αμοργό. Στην Αμοργό, πάνω από το σημείο που βρέθηκε, υπήρχε ένα μεγάλο σπήλαιο. Σ' αυτό το σπήλαιο, ο αυτοκράτορας Αλέξιος Α' ο Κομνηνός, έκτισε το περίφημο Μοναστήρι της Παναγίας της Χοζοβιώτισσας. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 61-67 ; Στεφανοπούλου, 2004-2005. σ. 42-43 ; Λέκκος, 1998. σ. 354).

Μια ακόμη εκδοχή αυτής της ιστορίας είναι, αυτή που υπάρχει για το σπήλαιο-ασκητήριο του οσίου Λεοντίου πάνω από το χωριό Βλαχέρνα της Αρκαδίας. Ο όσιος Λεόντιος, ασκήτεψε στο συγκεκριμένο σπήλαιο γύρω στα 1700 μ.Χ. Η παράδοση λέει, ότι πολλά χρόνια μετά την κοίμηση του Αγίου, βρέθηκε μέσα σε μια κρύπτη στο κελί Του, μια παλιά εικόνα. Επάνω στη συγκεκριμένη εικόνα, αναγράφεται και η ονομασία της, ως «ΜΗΤΕΡΑ ΘΕΟΥ η Βλαχέρνα». Η ίδια παράδοση αναφέρει, ότι η εικόνα βρέθηκε κρυμμένη στην κρύπτη, για να γλυτώσει από τα καταστρεπτικά χέρια των Οθωμανών κατακτητών. Επίσης, η ίδια ιστορία αναφέρει ότι, το όνομα του προαναφερθέντος χωριού, οφείλεται στη συγκεκριμένη εικόνα (Γεωργιτισογιάννη, 2008. σ. 400-404).

Υπάρχουν όμως και άλλες λαϊκές ιστορίες, που συσχετίζουν την ιερότητα μιας σπηλιάς, με ιστορικά γεγονότα του τόπου. Έτσι, για τη δημιουργία του σπήλαιο-ασκητηρίου της Παναγίας του Βράχου στο Κάτω Ταρσό Κορινθίας, η παράδοση αναφέρει τα εξής. Το 1458 ο Μωάμεθ ο Πορθητής, πολιορκήσε και κατέλαβε το κάστρο του Ταρσού. Κάποιες γυναίκες του Ταρσού, για να γλυτώσουν από την ατίμωση και τη σκλαβιά, πήδηξαν από την κορυφή του βράχου. Κάποιες άλλες, τις έριξαν στον ίδιο γκρεμό οι κατακτητές. Μέσα σ' αυτές, ήταν και μια νεαρή γυναίκα μαζί με το μωρό της. Πέφτοντας, παρακάλεσε την Παναγία να σώσει αυτή και το παιδί της. Η Παναγία έκανε το θαύμα της και η γυναίκα με το μωρό της, μετά από πτώση περίπου 100μ.

βρέθηκαν σώοι και αβλαβείς στην κορυφή ενός βράχου. Η συγκεκριμένη γυναίκα, στο σημείο που έγινε το θαύμα, στη σχισμή ενός βράχου, έκτισε μια σπήλαιο-εκκλησία και την αφιέρωσε στην Παναγία. Αυτή η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας, τον 17^ο αιώνα έγινε ασκητήριο. (Ντρενογιάννης, 2006. σ. 83).

Μια άλλη ιστορία, είναι αυτή που σχετίζεται με το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Άνω Τιθορέα της Φθιώτιδας. Εδώ η παράδοση αναφέρει ότι, η ονομασία του ασκητηρίου προήλθε, επειδή σ' αυτό ασκήτεψε κάποιος μοναχός που είχε έλθει από τα Ιεροσόλυμα. (Πηγή: ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΦΘΙΩΤΙΔΟΣ).

3.5.2. Υλική πολιτιστική κληρονομιά των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων.

Η αρχαιολογική έρευνα που έχει γίνει σε κάποια σπήλαια, έχει φέρει στο φως ευρήματα, που πιθανώς αποτελούν πρώιμες ενδείξεις, ότι αυτά χρησιμοποιήθηκαν ως ιεροί χώροι. Όπως στο σπήλαιο Σαρακηνό, στην περιοχή της Κωπαΐδας στη Βοιωτία. Σ' αυτό, βρέθηκαν σε ένα συγκεκριμένο σημείο του, πολλά ειδώλια, αλλά και 10717 πέτρινες χάντρες, που οι περισσότερες είχαν όπτιση, όλα δε αυτά ανάγονται στην Πρώιμη Νεολιθική Περίοδο Ι (5300-4300 π.Χ.). (Σάμψων, 2014. σ. 52-61). Στο σπήλαιο Ιδαίον Άντρον στα Ανώγεια της Κρήτης, έχουν βρεθεί σπουδαία αρχαιολογικά ευρήματα, που πιστοποιούν ότι το συγκεκριμένο σπήλαιο υπήρξε ιερός τόπος από τα τέλη της 2^{ης} χιλιετίας π.Χ., έως και τα μέσα του 4^{ου} μ.Χ., αιώνας. Τα σπουδαιότερα ευρήματα που βρέθηκαν σ' αυτό το σπήλαιο, είναι οι εγχάρακτες αναθηματικές ασπίδες, που έχουν σφυρήλατες παραστάσεις και είναι του 5^{ου} π.Χ., αιώνα. Επίσης βρέθηκαν πολλά αγγεία (διαφόρων μεγεθών αλλά και μικρογραφικά από χρυσό), σφραγίδες από ελεφαντόδοντο, κοσμήματα και περιδέραια από ημιπολύτιμους λίθους, όπως και επιγραφές. (Σακελλαράκης, 1989. σ. 188-190). Άλλα σπουδαία αρχαιολογικά πολιτιστικά υλικά ίχνη, υπάρχουν στο σημαντικό από αρχαιολογικής άποψης, ιερό σπήλαιο του Νυμφολήπτου ή Πανός ή Αρχέδημου στον Υμηττό στη Βάρη Αττικής. Πολλά απ' αυτά, είναι λαξευμένα επάνω στα τοιχώματα του σπηλαίου. Τη διαμόρφωση του χώρου σ' αυτό το δίκωρο σπηλαίο, την έκανε κάποιος Αρχέδημος που είχε καταγωγή από την Θήρα. Ο Αρχέδημος, πίστευε ότι ήταν «νυμφόπληκτος» και έτσι λάξευσε μέσα στο σπήλαιο, υδατοδεξαμενές, βωμούς και θέσεις που τοποθετούνταν τα αφιερώματα. Επίσης, δημιούργησε βαθμίδες, ανάγλυφες παραστάσεις στα τοιχώματα του σπηλαίου, αλλά και δύο αγάλματα. Το ένα απ' αυτά, όπως γράφει η επιγραφή που υπάρχει επάνω του, απεικονίζει τον ίδιο τον καλλιτέχνη. Το σπήλαιο ήταν αφιερωμένο στις

Νύμφες, στον Πάνα και στον Απόλλωνα. Οι αναφορές για τη χρήση του ως ιερού, υπάρχουν από τα μέσα του 5^{ου} π.Χ., έως και στα τέλη του 4^{ου} μ.Χ., αιώνα. (Mari, et. al., 2018. pp. 67-76).

Ακόμη, υπάρχει η περίπτωση της χρησιμοποίησης μιας τεχνητής σπηλιάς ως ασκητήριο με αρχαιολογική τεκμηρίωση. Μια τέτοια περίπτωση, υπάρχει στο σπήλαιο του Νταβέλη ή των Αμώμων στο Πεντελικό Όρος στην Αττική. Αυτό το σπήλαιο, αποτέλεσε κατά την αρχαιότητα, λατομείο εξόρυξης μαρμάρου. Τα μάρμαρα αυτού του λατομείου, χρησιμοποιήθηκαν για την κατασκευή του Παρθενώνα και του διακόσμου του. Τον 6^ο μ.Χ., αιώνα, ενώ το λατομείο ήταν ήδη ανενεργό, μετατράπηκε σε ασκητήριο. Εξαιτίας αυτής της νέας του χρήσης, οι ασκητές μεταξύ 10^{ου} και 11^{ου} αιώνα, κατασκεύασαν κοντά στην είσοδο του σπηλαίου, δύο μικρούς ναούς, του Αγίου Σπυρίδωνα και του Αγίου Νικολάου. Σήμερα όλο το σπήλαιο, αποτελεί αρχαιολογικό μνημείο, ενός πολύ καλά διατηρημένου αρχαίου λατομείου μαρμάρου. (Πάλλης 2013).

Επίσης, τα αρχαιολογικά ευρήματα σε ιερά σπήλαια στη Βυζαντινή περίοδο είναι πολύ σημαντικά. Έτσι, στα ασκητήρια στην περιοχή «Κελλιά» της νήσου Χάλκης (6^{ος} - 7^{ος} αιώνες) στα Δωδεκάνησα, έχουν βρεθεί βραχογραφίες με βυζαντινής τεχνοτροπίας αγιογραφίες. (Σιγάλα, 2009). Επίσης αγιογραφίες του 10^{ου}-12^{ου} αιώνας, έχουν βρεθεί στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου του Κρεμαστού, στο όρος Αράκυνθος πλησίον του χωριού Κεφαλόβρυσο της Αιτωλοακαρνανίας. (Παλιούρας, 2004. σ. 187-196). Ακόμη Το σπήλαιο-ασκητήριο του Άι-Γιαννάκη, βρίσκεται εντός του τοιχώματος μιας απότομης ρεματιάς, στα όρια των κοινοτήτων των Αγίων Αναργύρων και Γερακίου του νομού Λακωνίας. Το ασκητήριο διαθέτει πολλές αρχαίες τοιχογραφίες που κάποιες απ' αυτές χρονολογούνται νωρίτερα του 10^{ου} αιώνας. (Δρανδάκης, 1988). Επίσης το σπήλαιο-ασκητήριο του Προδρόμου βρίσκεται κοντά στο χωριό Χρυσάφα του νομού Λακωνίας. Το σπήλαιο αυτό είναι μονόχωρο, μακρόστενο και ο αυλός του, αποτελεί ουσιαστικό το ναῦδριο του Αγίου Ιωάννου του Προδρόμου. Το ναῦδριο έχει πολλές τοιχογραφίες σε δύο στρώματα και οι παλαιότερες ανάγονται το 13^ο αιώνα. (Δρανδάκης, 1989-1990).

Στο εγκαταλελειμμένο σπήλαιο-μοναστήρι του Αγίου Νικολάου στην Βεράσοβα της Αιτωλοακαρνανίας, η αρχαιολογική έρευνα έφερε στην επιφάνεια ένα μικρό μοναστήρι, που ήκμασε μεταξύ 9^{ου} και 19^{ου} αιώνα μ.Χ. Αποκαλύφθηκαν διώροφα κελλιά, φωτάναμα, δεξαμενές νερού, κινητά ευρήματα, κοιμητήριο με εκατοντάδες οστά. Ακόμη βρέθηκαν, ένα μικρότερο

σπήλαιο που χρησιμοποιούνταν για εγκλείστρα (μοναδική στην Ελλάδα) και ένας τριώροφος πύργος παρατηρητήριο. (Παλιούρας, 2004. σ. 421-431. ; Δελημάρης, 2004. σ. 549-558).

Στο εσωτερικό ορισμένων σπήλαιο-ασκητηρίων, υπάρχει κτιστό τέμπλο που χωρίζει το ιερό από τον κυρίως ναό, με ωραίες αγιογραφίες, όπως αυτών στα σπήλαια του Αγίου Νικολάου του Κρεμαστού, του Οσίου Ανδρέα στο Χαλκιόπουλο Αιτωλοακαρνανίας (Παλιούρας, 2004. σ.187-196 ; Βεΐκου, 2007. σ. 333-334) και της Αγίας Σοφίας στα Κύθηρα (13^{ος} αιώνας) (Ντρενογιάννης, 2006. σ. 134). Μέσα στο ιερό σπήλαιο του Μελιδονίου, που βρίσκεται έξω από το Ρέθυμνο της Κρήτης, υπάρχει ένα ιδιαίτερο αρχαιολογικό ίχνος. Αυτό είναι, οι 2000 εγχάρακτες επιγραφές των προσκυνητών του σπηλαίου. Αυτές, ανάγονται από το 1^ο αιώνα π.Χ., και φτάνουν μέχρι τις μέρες μας. (Γαβριλάκη, 2018. σ. 174-250 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 95).

Ακόμη ένα άλλο πολιτιστικό χαρακτηριστικό των σπήλαιο-ασκητηρίων είναι και οι στέρνες συλλογής νερού. Τέτοιες υπάρχουν, στα δύο σπήλαιο-ασκητήρια στην περιοχή της Παλαιοχώρας και συγκεκριμένα στη θέση Σταυρός στο Χάρακα της Λακωνίας. (Σκάγκος, 2000. σ. 229 ; Στάγκος, 2000. σ. 449-451).

3.5.3. Τα ιστορικά δεδομένα των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων.

Υπάρχουν σπήλαιο-ασκητήρια, που η ιστορική τους πορεία, μαρτυρείται από καταγεγραμμένα ιστορικά και αρχαιολογικά τεκμήρια. Έτσι για την ιστορική πορεία του ασκητηρίου του Αγίου Νικάνορα στη Ζάβορδα των Γρεβενών (15^{ος}-16^{ος} αιώνας), υπάρχουν επίσημα και τεκμηριωμένα ιστορικά έγγραφα. Επίσης, υπάρχει άφθονο αρχαιολογικό και αρχιτεκτονικό υλικό, όπως π.χ., ο αγιογραφικός διάκοσμος του. (Σούμποτιτς & Ιουστίνο, Ιερομ, 2017. σ. 20-57). Κάποια άλλα σπήλαια, απέκτησαν την ιερότητα τους, εξαιτίας κάποιου σημαντικού ιστορικού τοπικού γεγονότος, όπως στο σπήλαιο Μιλάτου στο Λασιίθι της Κρήτης. Μέσα σ' αυτό το σπήλαιο, το 1823 έκαψαν οι Οθωμανοί τους κατοίκους του χωριού Μιλάτου. Αυτοί είχαν καταφύγει σ' αυτό, για να γλυτώσουν από τους Οθωμανούς κατακτητές. Τα τελευταία χρόνια, εντός του σπηλαίου, έχει διαμορφωθεί ένας μικρός ναός στη μνήμη των σφαγιασθέντων και είναι αφιερωμένος στον Άγιο Θωμά. (Πετροχείλου, 1970. σ. 34-35 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 56).

3.5.4. Τα γεωλογικά δεδομένα των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων.

Ένα άλλο κομμάτι των ιερών σπηλαίων, που χρήζει πάντοτε της προσοχής των ειδικών αλλά και των απλών ανθρώπων, είναι ο σπηλαιοδιάκοσμος τους. Σε κάθε σπήλαιο, οι Γεωλόγοι και οι Αρχαιολόγοι, παρατηρούν και καταγράφουν το διάκοσμο τους, δηλαδή αν είναι πλούσιος σε

σταλακτίτες, σταλαγμίτες, κουρτίνες κλπ. Τα σχήματα, τα χρώματα και τα μεγέθη που μπορούν να λάβουν αυτοί οι γεωλογικοί σχηματισμοί, είναι εντυπωσιακά. Πολλές φορές, η φαντασία των ανθρώπων, εξάπτεται έντονα μπροστά στη θέα τους. Ειδικά στα αρχαία χρόνια, κάποιους απ' αυτούς, τους χρησιμοποίησαν για τη λάξευση διαφόρων μορφών. Έτσι το σπηλαίο της Αγ. Παρασκευής, που βρίσκεται έξω από το χωριό Σκοτεινό, στο Δήμο Χερσονήσου της Κρήτης, έχει ένα εντυπωσιακό φυσικό διάκοσμο. Στην είσοδο του σπηλαίου, υπάρχουν βράχοι που έχουν πολλαπλές αποχρώσεις, ενώ εντός του, υπάρχουν πλήθος σταλαγμιτών και σταλακτιτών. Μερικοί απ' αυτούς, έχουν σχηματοποιημένες μορφές ζώων, πιθανώς δε, να είναι αποτέλεσμα αρχαίας ανθρώπινης παρέμβασης. Η ιστορία του σπηλαίου ως λατρευτικού χώρου, ξεκινάει από το 1900 π.Χ., και φτάνει έως το 4^ο μ.Χ., αιώνα. Μέσα στο σπήλαιο, υπάρχουν τα υπολείμματα μικρού Βυζαντινού ναού του 17^{ου} αιώνα, που ήταν αφιερωμένος στην Αγία Παρασκευή. Αυτός ο ναός, καταστράφηκε από τους Οθωμανούς κατακτητές και ξανακτίστηκε το 1840 σε μία νέα θέση, που βρίσκεται πάνω από το σπήλαιο. Το μέγεθος του σπηλαίου είναι πολύ μεγάλο, έχει πολλές αίθουσες, με την πρώτη, να έχει διαστάσεις 130m μήκος, 33m πλάτος και 30m ύψος. Υπάρχουν κάποιες αναφορές από συγκεκριμένους επιστήμονες, που συνδέουν το συγκεκριμένο σπήλαιο (λόγω της πολυπλοκότητάς του), με την ιστορία του Μινώταυρου και του Λαβύρινθου. (Θεοδώρου, 1998. σ.121-123).

3.6. Τα είδη των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων στον Ελλαδικό χώρο.

Σε όλον τον Ελλαδικό χώρο, υπάρχουν πάρα πολλές σπηλιές, που χρησιμοποιήθηκαν ως λατρευτικοί Χριστιανικοί χώροι. Το μέγεθος τους ποικίλει, έτσι μέσα σε μεγάλα σπήλαια υπάρχουν εδώ και αιώνες ολόκληρα μοναστήρια. Τέτοια σπηλαιομοναστήρια υπάρχουν π.χ., στην Πελοπόννησο, όπως αυτό του Μεγάλου Σπηλαίου, στα Καλάβρυτα της Αχαΐας, που κατασκευάστηκε το έτος 362 μ.Χ. (Λέκκος, 1998. σ. 120 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 20). Η Μονή της Παναγίας της «Έλωνας» στο Λεωνίδιο της Κυνουρίας, με το έτος κατασκευής της να είναι περίπου το 16^ο μ.Χ. (Λέκκος, 1998. σ. 89 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 100). Συνήθως, στους βράχους γύρω από κάποια σπηλαιομοναστήρια, υπάρχουν μικρότερες σπηλιές, που τα παλαιότερα χρόνια χρησιμοποιήθηκαν ως ασκητήρια. Αυτό φαίνεται στην Ι. Μονή του Προδρόμου, που βρίσκεται στο φαράγγι του Λούσιου ποταμού, στη Στεμνίτσα Αρκαδίας. Από 12^ο έως και το 16^ο μ.Χ., αιώνα, η σπηλιά που βρίσκεται σήμερα η Μονή, ήταν ασκητήριο. Κατόπιν, αυτό μετατράπηκε στη σημερινή Μονή. (Μουτσόπουλος, 1959. σ. 187-194). Στους γύρω από τη Μονή βράχους, αλλά και στους βράχους της απέναντι πλευράς του φαραγγιού του Λούσιου ποταμού, υπάρχουν αρκετά ασκητήρια. Τα ονόματα κάποιων απ' αυτά είναι, της Παναγίας του Σαβαλά,

(Μουτσόπουλος, 1959. σ. 194-195), των Ταξιαρχών (Μουτσόπουλος, 1959. σ. 185-187). Επίσης τα ασκητήρια της Μονής της Παναγίας της Αιμουαλούς, (Μουτσόπουλος, 1959. σ. 195-199) και η παλαιά Μονή Φιλοσόφου. (Μουτσόπουλος, 1959. σ. 169-183).

Τα σπήλαιο-ασκητήρια που βρίσκονται μέσα σε μικρού μεγέθους σπηλιές, βρίσκονται σε απότομες και κρυμνώδεις περιοχές και η πρόσβαση τους συνήθως, είναι από δύσκολη έως εξαιρετικά δύσκολη. (Δρανδάκης, 2009. σ. 353-361).

Τέτοιου τύπου σπήλαιο-ασκητήρια είναι του Τιμίου Προδρόμου στην Χρυσάφα της Λακωνίας, (Δρανδάκης, 2009. σ. 353-361), της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Αμφίκλεια της Φθιώτιδας (Γουργιώτης, 2007. σ. 281 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 28). Το Ιερό Ησυχαστήριο των Αγίων Πατέρων στην Λευκάδα. (Λέκκος, 1998. σ. 298). Τα Ασκητήρια της Μεταμορφώσεως, της Μικρής Ανάληψης και της Παναγίας της Ελεούσας που βρίσκονται στη λίμνη της Μεγάλης Πρέσπας, στη Φλώρινα. (Ενγενίδου, et. al., 1991 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 43, 49). Επίσης, το σπήλαιο-ασκητήριο της Ζωοδόχου Πηγής στον Άγιο Βασίλειο Κορινθίας. (Κουτσούκος, 2014).

Σήμερα στον Ελλαδικό χώρο, και συγκεκριμένα στο Άγιον Όρος, υπάρχουν σπήλαιο-ασκητήρια με μοναχούς που εγκαταβιώνουν μόνιμα σ' αυτά. Αυτά βρίσκονται στις περιοχές Καρούλια και Μικράς Αγίας Άννας. (Χαριτόπουλος, 1997. ; Μυρτσιώτη, 2004. σ. 4-48 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 112). Σ' αυτούς τους ιερούς χώρους του Αγίου Όρους, ο παραδοσιακός τρόπος ζωής των ερημιτών εδώ και αιώνες, συνεχίζεται και στις μέρες μας.

3.7. Η σημασία αυτών των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων για την Ελληνική Πολιτεία και η προστασία τους.

Πολλά από αυτά τα ιερά σπήλαια/ασκητήρια, έχουν μεγάλη επιστημονική, αρχαιολογική, θρησκευτική, καλλιτεχνική, γεωλογική, αρχιτεκτονική, πολιτιστική, ιστορική, αλλά και τουριστική αξία. Συνεπώς, η διαφύλαξη αυτού του μακραίωνος και ευαίσθητου πολιτιστικού πλούτου που περιέχουν, πρέπει πάντοτε να γίνεται με γνώμονα τη διατήρηση και την προστασία του. (Bednarik, 2016). Αυτή η διατήρηση και προστασία, πρέπει να συμπεριλαμβάνει και το φυσικό περιβάλλοντα χώρο τους (εντός και εκτός αυτών) όπως και τη βιοποικιλότητα του. (Metcalf, et al., 2009).

Εξαιτίας αυτής της αξίας τους, η Πολιτεία για την προστασία, τη σωστή συντήρηση και τη συνολική ανάδειξη τους, έχει θεσπίσει ειδική νομοθεσία. Αυτή περιλαμβάνεται στο νόμο 3028

του έτους 2002 με το τίτλο «Για την προστασία των Αρχαιοτήτων και εν γένει της Πολιτιστικής Κληρονομιάς». Στο άρθρο 2 του συγκεκριμένου νόμου αναφέρεται στο θέμα «Αρχαιολογικοί χώροι (Αρχαιότητες)». Έτσι βάση του νόμου, αρχαία μνημεία θεωρούνται και τα σπήλαια, αλλά και τα παλαιοντολογικά κατάλοιπα που υπάρχουν σ' αυτά και έχουν ενδείξεις ότι συνδέονται με τους ανθρώπους. Επίσης, προστατεύονται ως πολιτιστικά αγαθά και τα εντός αυτών μνημεία, που χρονολογούνται μετά το 1830 μ.Χ., λόγω της σημαντικής επιστημονικής, ιστορικής και καλλιτεχνικής σημασίας που παρουσιάζουν. (Πηγή: ΙΣΟΚΡΑΤΗΣ).

Εκτός του προαναφερθέντος νόμου, η Πολιτεία, έχει εντάξει ως προστατευμένους χώρους της Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO, κάποια ιερά σπήλαια. Αυτό έγινε, το έτος 1988, με την ένταξη της περιοχής των Μετεώρων, μαζί με το σύμπλεγμα των βράχων, των μοναστηριών και των σπήλαιο-ασκητηρίων. Επίσης το 1999, εντάχθηκε στους ίδιους προστατευμένους χώρους, το ιστορικό κέντρο (Χώρα) της Πάτμου, η Μονή του Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου, αλλά και το σπήλαιο της Αποκάλυψης. (Πηγή: ΟΔΥΣΣΕΥΣ). Υπεύθυνη για την προστασία, ανάδειξη και διαχείριση των σπηλαίων και των παλαιοντολογικών καταλοίπων της ανθρώπινης ύπαρξης, είναι η Εφορεία Παλαιοανθρωπολογίας και Σπηλαιολογίας. Αυτή ανήκει στη Γενική Διεύθυνση Αρχαιοτήτων και Πολιτιστικής Κληρονομιάς του Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού. Ο νόμος 4/2018 άρθρο 27, καθορίζει ότι το σύνολο των δραστηριοτήτων της συγκεκριμένης Εφορείας, θα πρέπει να γίνεται σε συνεργασία με την τοπική αυτοδιοίκηση και του τοπικούς φορείς. (Πηγή: Υπουργείο Πολιτισμού και Αθλητισμού).

Ο νόμος όμως από μόνος του, για την προστασία αυτών των μνημείων δεν φτάνει. Χρειάζεται το ενδιαφέρον και την έμπρακτη αγάπη της τοπικής κοινωνίας, για την προστασία των ιερών σπηλαίων/ασκητηρίων. Αυτό φάνηκε στην περίπτωση του σπήλαιο-ασκητηρίου του Αγίου Νικάνορα, στην Ζάβορδα των Γρεβενών. Το ασκητήριο αυτό, βρίσκεται κάτω από την ιστορική Μονή του Αγίου Νικάνορα και είναι του 15^{ου}-16^{ου} αιώνας. Εκτός της ιστορικής σημασίας που έχει το σύμπλεγμα Μονή-σπήλαιο-ασκητήριο, έχει και πάρα πολύ ωραίες αγιογραφίες. (Σούμποτιτς & Ιουστίνος, 2017. σ. 20-57). Το συγκεκριμένο μνημείο, θα χανότανε μέσα στα νερά της τεχνητής λίμνης που κατασκεύασε η ΔΕΗ στην περιοχή. Η κινητοποίηση όμως του πληθυσμού της περιοχής των Γρεβενών αλλά και της ευρύτερης περιοχής, των Δήμων, της Μητρόπολης των Γρεβενών και πάρα πολλών φορέων, άλλαξε τα σχέδια της ΔΕΗ. Η εταιρεία, αναγκάστηκε να ταπεινώσει το μέγιστο ύψος της λίμνης και ταυτόχρονα να συντηρήσει τον ιερό χώρο του ασκητηρίου. (Πηγή: ptolemeos.gr).

Σε πολλές περιπτώσεις, οι τοπικές κοινωνίες μέσω τοπικών συλλόγων, έχουν αναλάβει την ανιδιοτελή διαφύλαξη και συντήρηση τους. Ταυτόχρονα, συνεχίζουν τις θρησκευτικές και πολιτιστικές παραδόσεις του τόπου, που σχετίζονται με αυτά. Αυτό συμβαίνει, στο σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ, κοντά στο χωριό Βρούστι, έξω από το Άργος, που πιθανώς κτίσθηκε μετά το 1700 μ.Χ. Το συγκεκριμένο ασκητήριο, έχει σημαντική ιστορική σημασία για την περιοχή. Σύμφωνα με την παράδοση, μετά τα Ορλωφικά, αρκετοί κάτοικοι του Άργους, για να γλυτώσουν από τις σφαγές των Οθωμανών, κρύφτηκαν σ' αυτό. Επίσης, στην επανάσταση του 1821, ο τοπικός επαναστάτης καπετάν Δαγρές, το είχε ως ορμητήριο του. Σήμερα, η κτιριακή δομή του ασκητηρίου και η πρόσβαση σ' αυτό, συντηρείτε (υποτυπωδώς), χάρη στις προσπάθειες και το ενδιαφέρον των μελών ενός τοπικού συλλόγου. Ο ίδιος σύλλογος, είναι υπεύθυνος κάθε χρόνο, να προετοιμάζει και να συντονίζει τη διεξαγωγή των δύο πανηγύρεων του ασκητηρίου. Αυτές γίνονται, στις 2 Φεβρουαρίου, στην εορτή της Υπαπαντής του Σωτήρος (όποτε το επιτρέπουν οι καιρικές συνθήκες) και το καλοκαίρι στις 2 Ιουλίου την ημέρα της Κατάθεσης της Αγίας Εσθήτας της Παναγίας. (Δήμος Λυρκείας, 2010. σ 31 ; Πηγή: ΑΡΓΟΛΙΚΗ ΑΡΧΕΙΑΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ).

Υπάρχουν πολλά σπήλαιο-ασκητήρια εγκαταλειμμένα και χωρίς το ενδιαφέρον της πολιτείας αλλά και του τοπικού πληθυσμού. Σ' αυτό, μπορεί να συντελεί και ο εξαιρετικά δύσβατος τρόπος προσέγγισης σ' αυτά. Έτσι, το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Παρασκευής στο βουνό του Πάρνωννα, που βρίσκεται στο Δ.Δ. της Καστάνιτσας της Αρκαδίας είναι, εγκαταλειμμένο και ασυντήρητο. Το ασκητήριο αυτό, είναι διώροφο και έχει φρουριακή αρχιτεκτονική. (Πετρής, 2017. σ. 55-62). Υπάρχουν όμως και πολλά άλλα σπήλαιο-ασκητήρια, που εκτός του ότι έχουν εγκαταλειφθεί πλήρως, δυστυχώς το μεγαλύτερο μέρος των κτιριακών τους υποδομών έχει καταστραφεί. Ευτυχώς, σε πολλά απ' αυτά, υπάρχουν κάποια υπολείμματα από τους τοίχους του κτιρίου, ή από κάποιες υποδομές που είχαν ή και από κάποιες αγιογραφίες (βραχογραφίες). Από αυτά τα υπολείμματα, μπορεί να πιστοποιηθεί, ότι στο παρελθόν, σ' αυτά τα σπήλαια, υπήρχε μόνιμη παρουσία ασκητών. Σήμερα η πρόσβαση σ' αυτά τα σπήλαιο-ασκητήρια είναι δύσκολη έως και πάρα πολύ δύσκολη. Στα πιο πολλά γίνονται μέσω δύσβατων μονοπατιών, ενώ σε κάποια άλλα, μπορούν να τα προσεγγίσουν μόνο έμπειροι αναρριχητές. Έτσι, το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ευστρατίου στον Πραστό Αρκαδίας είναι πλήρως κατεστραμμένο. Υπάρχουν όμως, κάποια τμήματα της τοιχοποιίας, όπως, επίσης, τμήματα κάποιων υποδομών του, αλλά και υπολείμματα αγιογραφιών πάνω στο βράχο. Η πρόσβαση του γίνεται μόνο μέσω μονοπατιού. (Πετρής, 2017. σ. 103-111).

ΚΕΦ.4: Τα ιερά σπήλαια ένα παγκόσμιο φαινόμενο.

4.1. Τα ιερά σπήλαια στον κόσμο.

Όλες οι θρησκείες, διδάσκουν στους πιστούς τους, να σέβονται και να αγαπούν το φυσικό περιβάλλον, επειδή και σ' αυτό μπορούν να βιώσουν τη Θεία Παρουσία. (Kiernan, 2014). Ως φυσικό περιβάλλον εννοούμε την υδρόσφαιρα, την λιθόσφαιρα, την ατμόσφαιρα και την βιόσφαιρα. (Παπαμανώλης, 2015. σ. 14-15). Μέσα στο φυσικό περιβάλλον και συγκεκριμένα στη λιθόσφαιρα, υπάρχουν κάποιοι «τόποι», που οι πιστοί νοιώθουν εντονότερα την παρουσία του Θείου. Μέσα σ' αυτούς τους «τόπους», είναι και κάποια σπήλαια, που οι άνθρωποι τα προσδιορίζουν ως ιερά. (Kiernan, 2014). Σήμερα, όλες οι γνωστές αλλά και οι λιγότερο γνωστές θρησκείες του κόσμου, έχουν ιερά σπήλαια σε διάφορες γεωγραφικές τοποθεσίες και σε όλες τις ηπείρους της Γης. Προς απόδειξη των προαναφερθέντων, παρακάτω, καταγράφεται:

Α) Ένας μικρός κατάλογος, με περιορισμένο αριθμό χριστιανικών ιερών σπηλαίων απ' όλες τις ηπείρους, μαζί με μια περιληπτική παρουσίασή τους.

4.2 Τα ιερά χριστιανικά σπήλαια της Ασίας

4.2.1. Το σπήλαιο της Γεννήσεως του Χριστού. Άγιοι Τόποι, Βηθλεέμ, Ισραήλ (Παγκόσμιο Χριστιανικό Ιερό).

Το σπήλαιο της Γεννήσεως του Χριστού στην πόλη της Βηθλεέμ, ήταν στο μεγαλύτερο μέρος του υπόσκαφο σε φυσικό βράχο, ενώ το υπόλοιπο ήταν κτιστό. Η Αγία Ελένη το 327-333 έκτισε το ναό της Γεννήσεως του Χριστού πάνω ακριβώς από το σπήλαιο. (Τζαφέρης, 2004. σ. 69-72).

4.2.2. Το ιερό σπήλαιο της Αγίας Θέκλας. Συρία (Χριστιανικό Ορθόδοξο).

Το ιερό σπήλαιο της Αγίας Θέκλας, βρίσκεται σήμερα στην ομώνυμη Μονή Της, που βρίσκεται στη Μααλούλα της Συρίας. Η Αγία Θέκλα ήταν μαθήτρια του Αποστόλου Παύλου με καταγωγή από το Ικόνιο της Μικράς Ασίας. Θεωρείται από την Εκκλησία ως πρωτομάρτυς και ισαπόστολος και η Μονή Της είναι κτίσμα του 4^{ου} μ.Χ., αιώνας. (Şimşek & Yener, 2010. pp. 321-331).

4.2.3. Η Μονή του Αγίου Χαρίτωνος. Τουρκία (Χριστιανικό Ορθόδοξο).

Η Μονή του Αγίου Χαρίτωνος στη Σύλλη του Ικονίου, βρίσκεται 8χλμ., βορειοδυτικά από την πόλη του Ικονίου της Τουρκίας. Ο ναός και τα κελλιά της Μονής, είναι λαξευμένα στο βράχο και

χρονολογούνται από τον 9^ο αιώνα μ.Χ. Το καθολικό της Μονής είναι αφιερωμένο στην Παναγία την Σπηλαιώτισσα και είναι λαξευμένο εξ ολοκλήρου στο βράχο. Το μήκος του είναι περίπου 20μ., το πλάτος του 13μ., ενώ το άνω μέρος του είναι θολωτό με ύψος περίπου 4μ. Ο ναός αυτός ήταν αγιογραφημένος. Κτήτορας της Μονής σύμφωνα με την τοπική παράδοση είναι ο όσιος Χαρίτων. (Σαλκιτζόγλου, 2009).

4.2.4. Σπήλαιο/μοναστήρι της Βάρτζια, Γεωργία. (Χριστιανικό Ορθόδοξο).

Το Σπήλαιο/μοναστήρι της Βάρτζια, ήταν μια υπόσκαφη οργανωμένη πόλη, που τη δημιούργησε ο βασιλιάς Ταμάρ το 1185 μ.Χ., στο όρος Ερουσέτε στη Γεωργία. Ένα αιώνα μετά το 1283, ένας σεισμός που έγινε στην περιοχή, κατέστρεψε το μεγαλύτερο μέρος της. Αργότερα, όλο αυτό το οργανωμένο δίκτυο υπόσκαφων σπηλαίων, μετατράπηκε σε μοναστήρι όπου λειτουργεί μέχρι και σήμερα. (Okrostsvaridze, et al, 2022).

4.3. Τα ιερά χριστιανικά σπήλαια της Ευρώπης.

4.3.1. Τα σπήλαια του Μοναστηριού της Pechersk Lavra. Ουκρανία (Χριστιανικό Ορθόδοξο).

Το Μοναστήρι Περτσέσκαγια (Pechersk Lavra), βρίσκεται στην πόλη του Κιέβου της Ουκρανίας. Είναι ένα από τα σπουδαιότερα Μοναστήρια της Ρωσικής Ορθόδοξης Εκκλησίας και από τα σημαντικότερα προσκυνήματα του Ρωσικού λαού. Είναι δε ενταγμένο, στη λίστα παγκόσμιας κληρονομιάς της UNESCO. Ένα χαρακτηριστικό του, που το κάνει ξεχωριστό, είναι οι κατακόμβες του. Αυτές, είναι ένα σύμπλεγμα υπόσκαφων σπηλαίων, που επικοινωνούν μεταξύ τους, μέσω ενός μεγάλου συμπλέγματος υπόγειων διαδρόμων. Μέσα σ' αυτές τις σπηλιές, ζούσαν από το 1050 π.Χ., αρκετοί ασκητές. Όταν πέθαινε ο ασκητής κάποιας σπηλιάς, τότε η συγκεκριμένη σπηλιά γινότανε ο τάφος του, αφού οι υπόλοιποι ασκητές έκλειναν την είσοδο της. Σήμερα, μέσα σε αρκετούς απ' αυτούς τους τάφους, υπάρχουν 118 άφθαρτα λείψανα άγνωστων μοναχών, που οι προσκυνητές έρχονται να τα προσκυνήσουν, διασχίζοντας μεγάλο μέρος αυτών των κατακομβών. (Shults, et al, 2019).

4.3.2. Το σπηλαιομονάστηρο Pskov-Pechersk, Ρωσία. (Χριστιανικό Ορθόδοξο).

Το σπηλαιομονάστηρο Pskov-Pechersk ιδρύθηκε το 1473 βρίσκεται δε κοντά στα σύνορα Ρωσίας - Εσθονίας. Αποτελείται από ένα δαιδαλώδες σύστημα υπόγειων στοών (ασκητηρίων) μήκους τουλάχιστον 300μ. (Bertash, et, al, 2016. pp. 1829 – 1835).

4.3.3. Το μοναστήρι του Αρχαγγέλου Μιχαήλ. Βουλγαρία (Χριστιανικό Ορθόδοξο).

Το σπήλαιο/μοναστήρι του Αρχαγγέλου Μιχαήλ, βρίσκεται στην περιοχή Ιβάνοβο κοντά στην πόλη Ρούσε της Βουλγαρίας και είναι κτίσμα του 13^{ου} αιώνα μ.Χ. Αυτό, βρίσκεται, μέσα σ' ένα σπηλαίο ενός μεγάλου βράχου και αποτελείται από ένα σύμπλεγμα κελλιών, 20 παρεκκλησίων και του Καθολικού του. (Rumenov & Vaskova, 2018. pp. 183-194).

4.3.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Άνω Savina. Σερβία (Χριστιανικό Ορθόδοξο).

Το σπήλαιο/ασκητήριο της Άνω Savina, ανήκει στη Μονή Studenica, που βρίσκεται κοντά στην πόλη Kraljevo, της κεντρικής Σερβίας και ιδρύθηκε το 13^ο αιώνα, από τον Άγιο Σάββα (Rastko Nemanjić). Αυτός, ήταν ένας Σέρβος πρίγκηπας που έγινε μοναχός, ασκήτεψε για κάποιο χρονικό διάστημα σ' αυτό το ασκητήριο και αργότερα έγινε ο πρώτος Αρχιεπίσκοπος της αυτοκέφαλης Ορθόδοξης Εκκλησίας της Σερβίας. Σ' αυτό το ασκητήριο, δημιουργήθηκε ολόκληρη σχολή μετάφρασης πατερικών κειμένων από τα Ελληνικά στα Κυριλλικά.

Το ερημητήριο είχε μοναχό μέχρι και το 1981. Η Μονή Studenica περιλαμβάνεται στον Κατάλογο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO. (Antić, 2020).

4.3.5. Τα σπήλαιο-ασκητήρια Mileševa. Σερβία (Χριστιανικά Ορθόδοξα).

Τα σπήλαιο/ασκητήρια Mileševa, ανήκουν στη μονή της Mileševa, που βρίσκεται κοντά στην πόλη της Prijepolje της Δυτικής Σερβίας και έχουν αγιογραφίες βραχογραφίες στα τοιχώματά τους. Τα σπήλαια/ασκητήρια της Mileševa και της Άνω Savina, έχουν μεγάλη πολιτιστική, ιστορική και καλλιτεχνική σημασία για το Σερβικό λαό. (Antić, 2020).

4.3.6. Το σπήλαιο του Αγίου Ανδρέα. Ρουμανία (Χριστιανικό Ορθόδοξο).

Το σπήλαιο του Αγίου Ανδρέα, βρίσκεται στην Κωνσταντία της Ρουμανίας. Σ' αυτό το σπήλαιο, η παράδοση αναφέρει ότι, έζησε και δίδασκε ο Απόστολος Ανδρέας. Ο Απόστολος Ανδρέας θεωρείται ως ο προστάτης της Ρουμανίας. (Ganea, 2020. pp. 354-359).

4.3.7. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ηλία του Σπηλαιώτου. Ιταλία (Χριστιανικό, Ορθόδοξο).

Σ' αυτό το σπήλαιο/ασκητήριο που βρίσκεται σε κοντινή απόσταση από το Melicuccà της Καλαβρίας, το 904 ασκήτεψε ο Όσιος Ηλίας μαζί με δύο μαθητές του. Η φήμη του Οσίου ως

μεγάλου ασκητού, αποτέλεσε πόλο έλξης και για άλλους ασκητές, με αποτέλεσμα να δημιουργηθούν, πολλά υπόσκαφα μικρά σπήλαια γύρω από το σπήλαιο του Οσίου. Στο σπήλαιο/ασκητήριο του Οσίου Ηλία του Σπηλαιώτου, υπήρχαν ασκητές μέχρι και τις αρχές του 18^{ου} αιώνα. Μέσα στη σπηλιά του Οσίου υπάρχει αγίασμα. (Tounta, 2017. pp. 101-144).

4.3.8. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Γενεσίου της Θεοτόκου στο νησί Mali Grad, Αλβανία. (Χριστιανικό, Ορθόδοξο).

Στην Αλβανία, το σπήλαιο-ασκητήριο του Γενεσίου της Θεοτόκου είναι του 14^{ου} αιώνα και βρίσκεται στο νησί Mali Grad της λίμνης Μεγάλης Πρέσπας κοντά στο χωριό Pustec. Αυτό το σπήλαιο-ασκητήριο, αποτελεί σήμερα ένα σημαντικό μνημείο γιατί έχει σημαντικά ευρήματα από αρχιτεκτονικής και αρχαιολογικής και θρησκευτικής άποψης. (Τσιγαρίδας, 2016. σ. 381-409)

4.3.9. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας στο Globoko, Αλβανία. (Χριστιανικό, Ορθόδοξο).

Κοντά στο χωριό Tumince της Αλβανίας, βρίσκεται το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας στο Globoko που είναι του 14^{ου} αιώνα. Το ασκητήριο αυτό, αποτελείται από ένα σπηλαιώδες σύμπλεγμα τεσσάρων σπηλαίων που βρίσκονται σε διαφορετικά υψομετρικά επίπεδα. Διαθέτει ναΰδριο με ωραίες τοιχογραφίες, επιγραφές και κελλιά. (Τσιγαρίδας, 2016. σ. 453-475)

4.3.10. Το σπήλαιο της Αγίας Ροζαλίας. Ιταλία (Χριστιανικό Καθολικό).

Το σπήλαιο/ασκητήριο της Αγίας Ροζαλίας βρίσκεται στο όρος Πελλεγκρίνο κοντά στην πόλη του Παλέρμο. Η Αγία, ασκήτεψε στο συγκεκριμένο σπήλαιο το 12^ο αιώνα και πέθανε σύμφωνα με την παράδοση στις 4 Σεπτεμβρίου του 1160. Το ασκητήριο της, έγινε γνωστό στους κατοίκους του Παλέρμο το 1624, εξαιτίας μιας πανώλης που μάστιζε τη συγκεκριμένη πόλη. Η Αγία, εμφανίστηκε θαυματουργικά σε δύο ανθρώπους που τους είπε να μεταφέρουν το λείψανο της από το σπήλαιο και να το λιτανέψουν στην πόλη του Παλέρμο για να λήξει η πανώλη. Από τότε μέχρι και σήμερα αυτή η λιτανεία επαναλαμβάνεται κάθε χρόνο. (Augias, 2014. pp. 59-63).

4.3.11. Το ιερό σπήλαιο της Παναγίας στη Λούρδη. Γαλλία (Χριστιανικό Καθολικό).

Σ' αυτήν την ιερή σπηλιά που βρίσκεται λίγο έξω από την πόλη της Λούρδης, στις 16 Ιουλίου του 1858, η μικρή Βερναδέτη Σουμπιρού (Αγία σήμερα) συναντήθηκε με την Παναγία 18 φορές. Το

1864, καθ' υπόδειξη της μικρής Βερναδέτ, τοποθετήθηκε στη σπηλιά ένα άγαλμα της Παναγίας όμοιο με Αυτήν που είδε η αγία Βερναδέτ. (Blanton, 1940. pp. 348-362). Σήμερα αυτό το ιερό Σπήλαιο, είναι ένα από τα μεγαλύτερα προσκυνήματα της Γαλλίας και της Καθολικής Εκκλησίας Παγκοσμίως, με 5.000.000 προσκυνητές κάθε χρόνο. (Πηγή: ΚΑΘΟΛΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗ ΣΥΡΟΥ).

4.3.12. Ασκητήριο San Juan de Socueva. Ισπανία (Χριστιανικό Καθολικό).

Το σπήλαιο/ασκητήριο του San Juan de Socueva, βρίσκεται στα Βραχώδη Όρη, νότια του δήμου Arredondo, της Cantabria, στο βόρειο τμήμα της Ισπανίας και χρονολογείται μεταξύ του 660-680 μ.Χ. Είναι αφιερωμένο στον Άγιο Ιωάννη τον Βαπτιστή και είναι το αρχαιότερο Χριστιανικό μνημείο της περιφέρειάς της Cantabria. (Llopis, et. al, 2012. pp. 107-114).

Β) Ένας μικρός κατάλογος, με βάση τις υπόλοιπες θρησκείες κάθε ηπείρου που εμπεριέχει ένα περιορισμένο αριθμό ιερών σπηλαίων.

4.4. Τα ιερά χριστιανικά σπήλαια της Αφρικής.

4.4.1. Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Tigray. Αιθιοπία (Αιθιοπική Χριστιανική Εκκλησία).

Στην περιοχή του Tigray της Αιθιοπίας, υπάρχει η Μονή του Gabriel, Deir al-Malak Ghubrail (4^{ος} -5^{ος} μ.Χ.) και γύρω απ' αυτή, σε απόσταση 2 χλμ., υπάρχουν 90 ασκητήρια. Αυτά είναι λαξευμένα στο βράχο και έχουν στα τοιχώματα τους αγιογραφίες. (Witakowski, 2012 ; Klyuev, 2020).

4.5. Τα ιερά σπήλαια των υπόλοιπων Θρησκειών της Ασίας.

4.5.1. Μουσουλμανικά:

4.5.1.1. Η ιερή σπηλιά Hira, Σαουδική Αραβία.

Η Ιερή Σπηλιά που ονομάζεται Χίρα (Hira) ή Χαράα απέχει 3 χλμ., από τη Μέκκα. Σ' αυτήν, το 610 μ.Χ., ο Μωάμεθ σε ηλικία 40 ετών, απομονώθηκε για περισυλλογή. Το αποτέλεσμα αυτής της έντονης περισυλλογής και προετοιμασίας του, ήταν η αποκάλυψη του προφητικού Του έργου, από τον αρχάγγελο Γαβριήλ μετά από πολλές «συναντήσεις» τους. Η πρώτη τους «συνάντηση», έγινε το μήνα του Ραμαζανιού και ο Αρχάγγελος του έμαθε να διαβάζει καθ' υπαγόρευση του. Τα πρώτα που διάβασε ο Μωάμεθ, είναι οι πέντε πρώτοι στίχοι του Κορανίου. Μετά απ' αυτό το γεγονός, ο Μωάμεθ ξεκινάει το προφητικό του έργο. Η σπηλιά Hira και το

βουνό όπου βρίσκεται, είναι ένας σημαντικός ιερός τόπος των Μουσουλμάνων. (Magrinyà Badiella, 2020 ; Βασιλειάδης, 2007. σ. 21-26)

4.5.2. Ιουδαϊκά:

4.5.2.1. Οι τάφοι των Πατριαρχών, Ισραήλ.

Η σπηλιά αυτή με τους πολλούς θαλάμους βρίσκεται στο κέντρο της πόλης της Χεβρώνας και αποτελεί το δεύτερο μεγαλύτερο προσκύνημα των Εβραίων μετά το Τείχος των Δακρύων. Ταυτόχρονα όμως, αποτελεί μεγάλο προσκύνημα των Μουσουλμάνων που ονομάζεται ως το Άδυτο του Αβραάμ, αλλά και των Χριστιανών. Μέσα σ' αυτήν τη σπηλιά, υπάρχουν οι τάφοι του Αβραάμ της Σάρας, του Ισαάκ της Ρεβέκας, του Ιακώβ και της Λία. (Alshweiky & Unal, 2016. pp. 709-714).

4.5.3. Ινδουϊστικά:

4.5.3.1. Τα ιερά σπήλαια Badami, Ινδία.

Τα ιερά σπήλαια Badami, βρίσκονται κοντά στην πόλη Badami, στη νότια πολιτεία Karnataka της Ινδίας. Σ' αυτήν τη βραχώδη περιοχή, υπάρχει ένα σύνολο ιερών σπηλαίων. Αυτά είναι τεχνητά σπήλαια, λαξευμένα πάνω στον κόκκινο ψαμμίτη της περιοχής. Χαρακτηριστικά τους γνωρίσματα, είναι η περίτεχνη αρχιτεκτονική τους και ο πολύπλοκος γλυπτός τους διάκοσμος, όλα δε αυτά είναι σκαλισμένα στα βράχια. Τα σημαντικότερα απ' αυτά είναι τέσσερα, το πρώτο είναι αφιερωμένος στο ζίνα. Το δεύτερο και το τρίτο είναι αφιερωμένα στον Θεό Vishṇu, ενώ το τέταρτο είναι αφιερωμένο στη Θεά Jina. Αυτοί οι σπήλαιο/ναοί, είναι από τα σημαντικότερα μνημεία και προσκυνήματα των Ινδουιστών, χρονολογούνται από τον 6^ο αιώνα μ.Χ., και από το 1984 αποτελούν μνημεία Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO. (Suresh, 2018 ; Πηγή: UNESCO).

4.5.3.2. Ο σπήλαιο-ναός Meguti, Ινδία.

Στο χωριό Aihole που βρίσκεται στην περιοχή Bagalkot της πολιτείας Karnataka της Ινδίας, υπάρχει λαξευμένος ναός στο βράχο που ονομάζεται Meguti και κατασκευάστηκε το 634 μ.Χ. Είναι ένας από τους ωραιότερους σπήλαιο/ναούς της Ινδουιστικής Ινδίας. Στην περιοχή του Aihole, υπάρχουν περίπου 70 ναοί που είναι λαξευμένοι στο βράχο. (Suresh, 2018).

4.5.3.3. Το ιερό σπήλαιο Shri Amarnath Ji. Κασμίρ, Ινδία.

Τι ιερό σπήλαιο Shri Amarnath Ji που είναι αφιερωμένο στο Θεό Shiva, βρίσκεται σε υψόμετρο 4000μ. στην περιοχή του Kashmir. Αυτό, αποτελεί ένα από τα σπουδαιότερα ιερά σπήλαια όλων των Ινδουιστών στον κόσμο. Η πρόσβαση του γίνεται με τα πόδια, μέσω ενός επικίνδυνου μονοπατιού και το ταξίδι αυτό μετ' επιστροφής διαρκεί περίπου πέντε ημέρες. Οι προσκυνητές, κάθε χρόνο έρχονται κατά χιλιάδες, για να δουν και να προσκυνήσουν, το Shivalingam που συμβολίζει το Θεό Shiva. Το Shivalingam είναι μία εντυπωσιακή σε μέγεθος φυσική παγοκολόνα ύψους 3μ., που βρίσκεται εντός του συγκεκριμένου σπηλαίου. Λόγω της δύσκολης θέσης που βρίσκεται το Shri Amarnath Ji, αρκετοί προσκυνητές πεθαίνουν κάθε χρόνο, κατά μήκος αυτής της επικίνδυνης προσκυνηματικής διαδρομής. (Poornam, 2003).

4.5.3.4. Το ιερό σπήλαιο Mata Vaishno Devi Ji. Κασμίρ, Ινδία.

Το ιερό σπήλαιο Mata Vaishno Devi Ji, βρίσκεται στα Όρη Trikuta, κοντά στην πόλη Katra στην επαρχία Jammu του Kashmir. Το σπήλαιο αυτό, είναι ένα πολύ σημαντικό ιερό των Ινδουιστών της Ινδίας. Η πρόσβαση του, γίνεται μέσω ενός δύσκολου ορεινού μονοπατιού, μήκους 12 χλμ. Το 2003, το επισκέφθηκαν πάνω από 5.000.000 προσκυνητές απ' όλα τα μέρη της Ινδίας. (Poornam, 2003).

4.5.4. Βουδιστικά:

4.5.4.1. Τα ιερά σπήλαια στο Kizil, Κίνα.

Τα 236 ιερά σπήλαια στο Kizil της επαρχίας Xinjiang της Κίνας, βρίσκονται πάνω στο δρόμο του μεταξιού. Αυτό το συγκρότημα ασκητηρίων, που έχει πολύ όμορφες βραχογραφίες της ζωής του Βούδα, αναπτύχθηκε στις περιόδους μεταξύ του 25–220 μ.Χ. και 960-1279 μ.Χ. (Liu. et al., 2019)

4.5.4.2. Τα ιερά σπήλαια Yungang, Κίνα.

Τα 252 σπήλαια Yungang, βρίσκονται κοντά στην πόλη Datong, της επαρχίας Shanxi της Κίνας. Μέσα σ' αυτά, βρέθηκαν 51.000 αγάλματα του Βούδα του 5^{ου} και 6^{ου} αιώνα μ.Χ., εξαιρετικής τέχνης. Πέντε απ' αυτά τα σπήλαια, δημιουργήθηκαν από τον Tan Yao και αποτελούν ένα κλασικό αριστούργημα της κινεζικής βουδιστικής τέχνης. (Diao, et. al. 2019. pp. 297-303).

4.5.4.3. Τα ιερά σπήλαια του Dungkar, Θιβέτ.

Στο Δυτικό Θιβέτ στην περιοχή Ngari – Tib, βρίσκονται οι ιερές σπηλιές του Βούδα του Dungkar, που έχουν πολύ ωραίες βραχογραφίες από τη ζωή του Βούδα. Αυτοί οι σπήλαιο/ναοί, θεωρούνται ως τα αρχαιότερα μνημεία του Δυτικού Θιβέτ. (Kalantari & Allinger, 2020)

4.5.4.4. Τα σπήλαιο-ασκητήρια στην περιοχή της κοιλάδας Bamiyan, Αφγανιστάν.

Αυτά, βρίσκονται στην περιοχή της κοιλάδας Bamiyan κοντά στο ομώνυμο χωριό (περίπου 200 χλμ., βορειοδυτικά της Καμπούλ). Αποτελούν ένα μεγάλο μοναστικό κέντρο με μοναστήρια και πολλά ασκητήρια, που όλα είναι λαξευμένα στο βράχο. Η περιοχή είναι παγκοσμίως γνωστή από τους δύο μεγάλους Βούδες που είναι λαξευμένοι στο βράχο. (Grün & Remondino, 2004).

4.5.4.5. Το ιερό σπήλαιο του Tham Khao Luang, Ταϊλάνδη.

Το ιερό σπήλαιο του Tham Khao Luang, βρίσκεται κοντά στην πόλη Phetchaburi της Ταϊλάνδης. Από το 15^ο αιώνα μ.Χ., είναι αφιερωμένο στον Βούδα και φημίζεται για τα πολλά αγάλματα Του που υπάρχουν εντός του. Η χρήση του σπηλαίου από τους ανθρώπους ξεκινάει από τη Νεολιθική εποχή και αυτό πιστοποιείται από την ανεύρεση στα τοιχώματα του βραχογραφιών της εποχής εκείνης. (Tan, 2018).

4.5.4.6. Τα ιερά σπήλαια της Pindaya, Μιανμάρ.

Η ιστορία αυτών των σπηλαίων ως ιερά ξεκινάει από τον 11^ο αιώνα μ.Χ. Χαρακτηριστικό τους είναι ότι εντός τους υπάρχουν πάρα πολλά αγάλματα του Βούδα. (Messer, 2007).

4.5.4.7. Το σπήλαιο-ασκητήριο Sanbanggul, Ν. Κορέα.

Το σπήλαιο/ασκητήριο Sanbanggul, βρίσκεται στη νοτιοδυτική πλευρά του βουνού Sanbangsan στο νησί Jeju-do της Νότιας Κορέας. Το σπήλαιο αυτό, έγινε ασκητήριο από το Βουδιστή μοναχό Hye-II (964-1053 μ.Χ), που είχε καταγωγή από τη δυναστεία Goryeo (918-1392μ.Χ.). Σήμερα η ιερότητα του σπηλαίου έγκειται, στην ύπαρξη εντός του, ενός αγάλματος του Βούδα (Seokgamoni-bul) και του νερού που στάζει από την οροφή του σπηλαίου. Αυτό το νερό είναι συνδεδεμένο με το μύθο της δημιουργίας του ιερού αυτού σπηλαίου. (Woo, et. al., 2013. pp. 9-50).

4.6. Τα ιερά σπήλαια της, των υπόλοιπων Θρησκειών Αυστραλίας, Ν. Αμερικής, Β. Αμερικής, Αφρικής.

4.6.1. Ανιμιστικά (ειδωλολατρικά):

4.6.1.1. Το ιερό σπήλαιο Judds, Ταζμανία. (Αυστραλία).

Το ιερό σπήλαιο Judds, βρίσκεται στην κοιλάδα του ποταμού Cracroft στη νοτιοδυτική Ταζμανία. Τα αρχαιολογικά ευρήματα που βρέθηκαν εντός του, δείχνουν ότι οι άνθρωποι της εποχής εκείνης (12.000 π.Χ.), πιθανώς χρησιμοποιούσαν το σπήλαιο ως ιερό. (Jones, et al., 1988).

4.6.1.2. Οι ιερές σπηλιές στο Kenko Grande, Περού. (Ν. Αμερική).

Οι ιερές σπηλιές στο Kenko Grande, στο Lacco, στο Lanlakuyok, στο Tambomachay στο Rumiwasi Bajo, στο Choquequilla, στο Intimachay και στο Gran Caverna βρίσκονται στο νοτιανατολικό Περού. Αποτελούσαν ιερούς τόπους των Inca, γιατί μέσω αυτών, συνδέονταν με τους προγόνους τους. Έτσι οι σπηλιές αυτές, γι' αυτούς, είχαν ένα κοσμολογικό πλαίσιο. (Gullberg & Malville, 2017).

4.6.1.3. Τα ιερά σπήλαια Balamku ή «Jaguar God», Μεξικό. (Β. Αμερική).

Το ιερό σπήλαιο Balamku ή «Jaguar God», βρίσκεται στην αρχαία πόλη Chichén Itzá των Maya, στη χερσονήσο Yucatán του Μεξικού. Μέσα σ' αυτό ανακαλύφθηκαν πρόσφατα, 150 ανέγγιχτα τελετουργικά αντικείμενα, που χρησιμοποιούνταν από τους ανθρώπους του πολιτισμού των Maya, πριν 1000 χρόνια. (Acuña, 2015).

4.6.1.4. Τα Τρία Αδελφά Σπήλαια (Three Sisters Caves), Κένυα. (Αφρική).

Τα Τρία Αδελφά Σπήλαια βρίσκονται στην περιοχή Kwale, μία από τις επτά διοικητικές περιοχές στην παράκτια Κένυα, μεταξύ της Μομπάσα και των συνόρων με τη βορειοανατολική Τανζανία. Η περιοχή αυτή εδώ και 1000 χρόνια, κατοικείται από τη φυλή Digo. Η φυλή αυτή μέχρι το 1920 ήταν ανιμιστές, ενώ σήμερα είναι Μωαμεθανοί. (Metcalf, et al., 2009). Αυτές οι τρεις σπηλιές με τις ονομασίες Pangani, Kisimani και Midenyenye, χρησιμοποιήθηκαν από τους κατοίκους της περιοχής ως ιεροί χώροι, όπου τελούσαν στις θεότητες τους, λατρευτικές συνάξεις με παραδοσιακές τελετές. Στις ίδιες σπηλιές, στην περίοδο του δουλεμπορίου (16^{ος}-20^{ος} αιώνας) και των φυλετικών συγκρούσεων (1965, 2007-2008), αποτέλεσαν σημαντικό καταφύγιο του πληθυσμού. Σήμερα η περιοχή γύρω από αυτές τις σπηλιές, αποτελεί προστατευμένη περιοχή. (Metcalf, et al., 2009)

ΚΕΦ.5: Τα ιερά σπήλαια και σπήλαιο-ασκητήρια στην Ελλάδα και την Κύπρο.

Στο κεφάλαιο αυτό, θα γίνει μια αντιπροσωπευτική αναφορά με αλφαβητική σειρά σε δύο καταλόγους, κάποιων σπηλαίο-εκκλησιών ή ασκητηρίων από πολλές περιοχές της Ελλάδος αλλά και της Κύπρου. Ο πρώτος κατάλογος περιλαμβάνει α) τις σπηλαίο-εκκλησίες και τα σπήλαιο-ασκητήρια που καταγράφηκαν και φωτογραφήθηκαν μετά από επιτόπια έρευνα (στο πλαίσιο αυτής της εργασίας). Αυτά βρίσκονται στις Περιφέρειες της Πελοποννήσου, της Στερεάς Ελλάδος, της Θεσσαλίας, όπως και στις Περιφερειακές Ενότητες των Ιωαννίνων, της Ημαθίας, της Κέας και στο Άγιον Όρος. β) Ο δεύτερος κατάλογος περιλαμβάνει σπηλαίο-εκκλησίες και σπήλαιο-ασκητήρια από τις υπόλοιπες Περιφέρειες της Ελλάδος και στην Κύπρο. Οι Περιφέρειες της Ελλάδος είναι: Αττικής, Βορείου Αιγαίου, Δυτικής Ελλάδος, Δυτικής Μακεδονίας, Ηπείρου, Θεσσαλίας, Ιονίων Νήσων, Κεντρικής Μακεδονίας, Κρήτης, Νοτίου Αιγαίου, Πελοποννήσου, Στερεάς Ελλάδος. (Πηγή: ΕΝΩΣΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ. ΕΝ.Π.Ε)

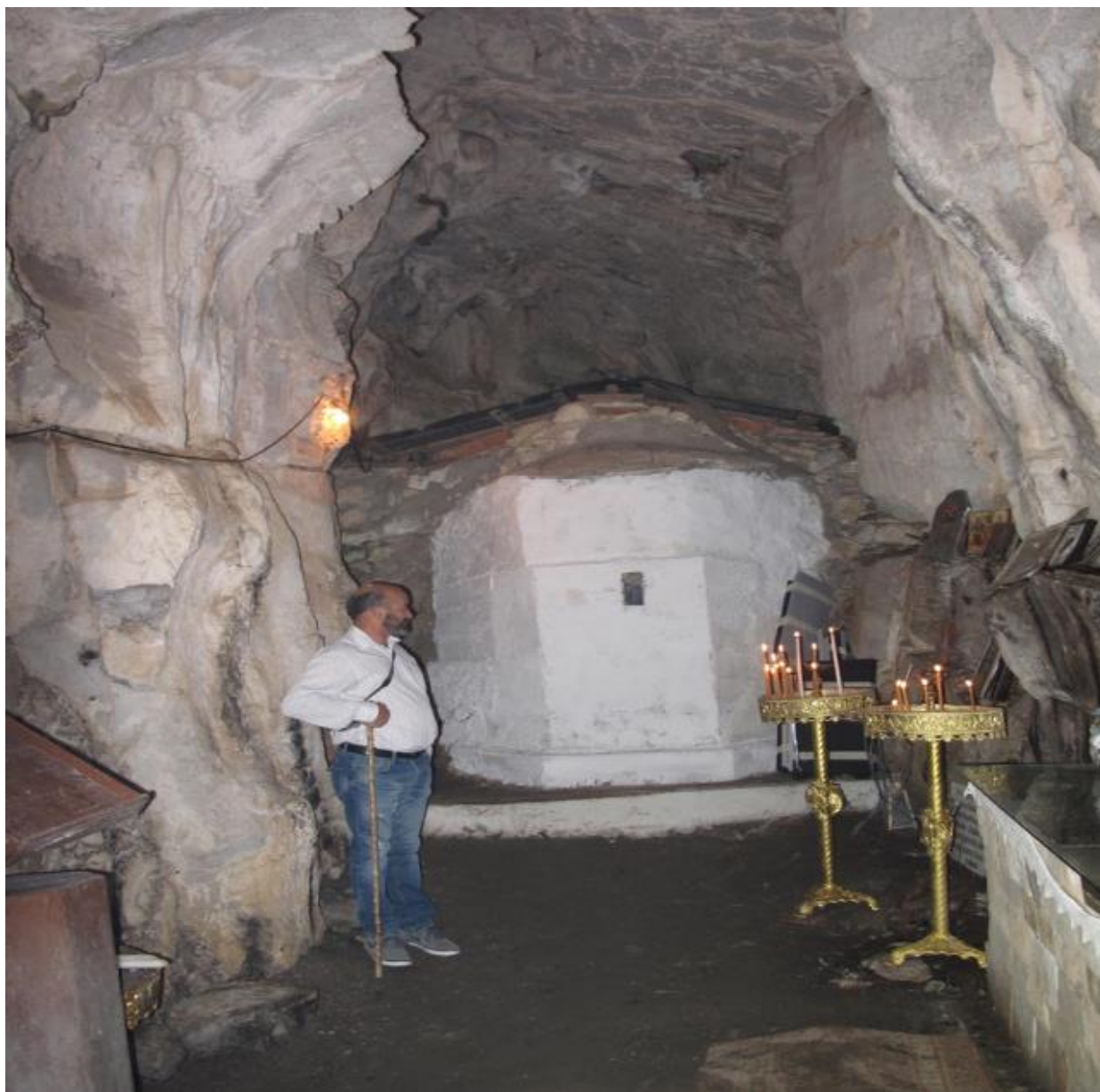
5.1. Πρώτος κατάλογος με τις σπηλαίο-εκκλησίες και τα σπήλαιο-ασκητήρια που καταγράφηκαν και φωτογραφήθηκαν μετά από επιτόπια έρευνα.

5.1.1. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

5.1.2. Περιφερειακή Ενότητα ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ

5.1.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ανδρέα του Ερημίτου στην Αιτωλοακαρνανία.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του οσίου Ανδρέα του Ερημίτου είναι μια φυσική σπηλιά βάθους 200μ., και πλάτους 5μ. Βρίσκεται μερικά χιλιόμετρα έξω από το χωριό Χαλκιοπούλο της Αιτωλοακαρνανίας, σε υψόμετρο 1520μ. Εδώ, ο Όσιος ασκήτεψε για 30 χρόνια μέχρι το 1282 που είναι το έτος της κοιμήσεως του. Μέσα στη σπηλιά υπάρχει ένας μικρός ναός, με ωραίες αγιογραφίες της εποχής του 14^{ου} αιώνα και πίσω από το ναό υπάρχει η λάρνακα της ταφής του. (Εικόνα 5.1) (Καπώνης, 2005. σ. 69-70).



(Εικόνα 5.1: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ανδρέα στο Χαλκινόπουλο Αιτωλοακαρνανίας.

5.1.4. Περιφερειακή Ενότητα ΑΧΑΪΑΣ

5.1.4.1. Τα ασκητήρια της Μονής του Αγίου Βασιλείου στο χωριό Αμπελόκηποι Αιγιαλείας.

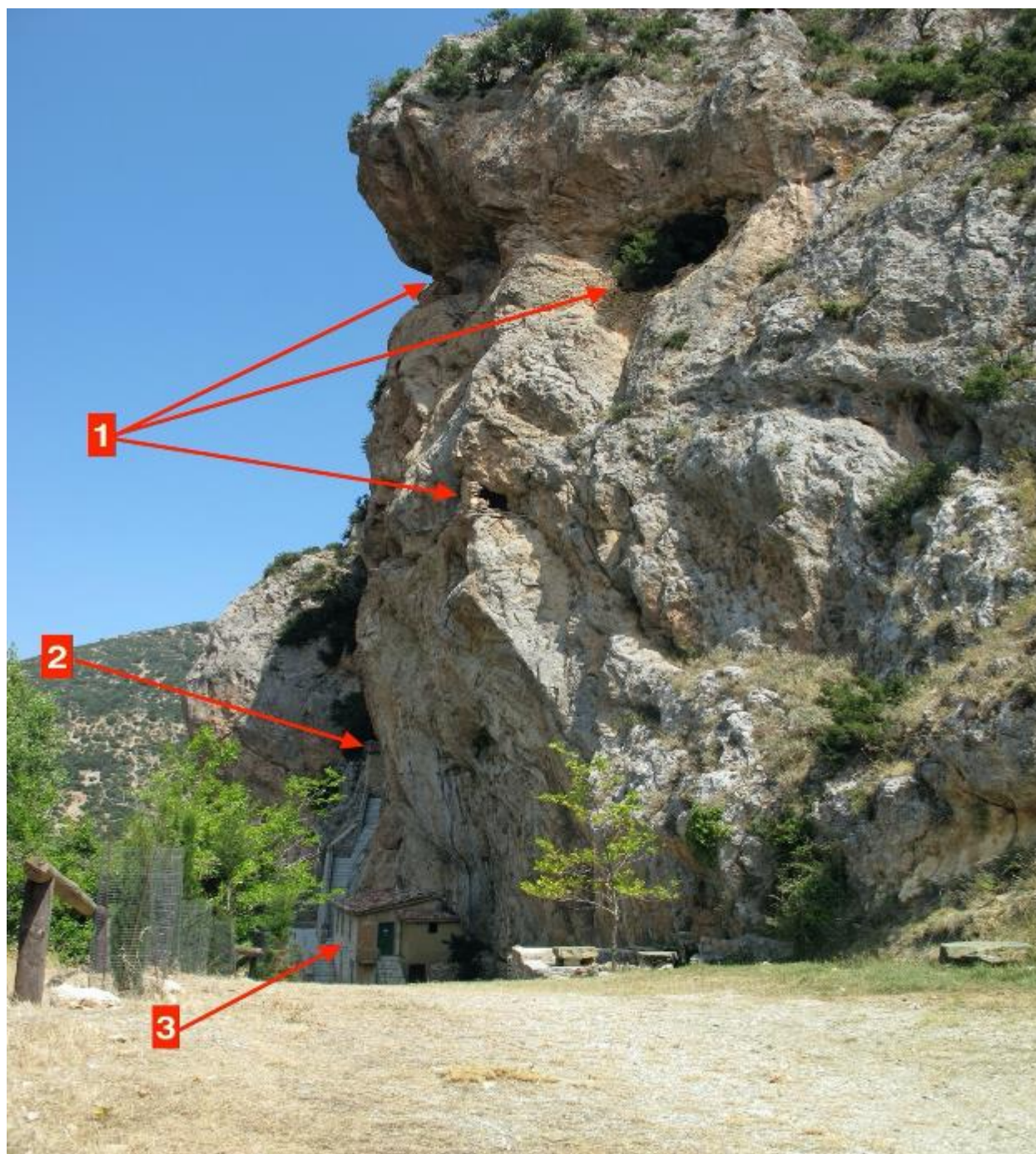
Η Μονή του Αγίου Βασιλείου βρίσκεται λίγο έξω από το χωριό Αμπελόκηποι της Αιγιαλείας. Σύμφωνα με την παράδοση, το Μοναστήρι το έκτισε την εποχή του Καποδίστρια, μια μοναχή που είχε καταγωγή από την Ακράτα με το όνομα Ελευθερία. Αυτή έκτισε το ναό και τρία κελλιά όλα μέσα στα μικρά σπήλαια του βράχου. Το μοναστήρι είχε μοναχές μέχρι το 1902 οπότε μετά εγκαταλείφθηκε. (Εικόνα 5.2) (Πηγή: agiotopia.gr).



(Εικόνα 5.2: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή του Αγίου Βασιλείου με τα σπήλαιο-ασκητήρια της, στο χωριό Αμπελόκηποι στην Αιγιαλεία.

5.1.4.2. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Παναγίας των Καταθεσίων στα Χαλκιάνικα.

Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Καταθεσίων στο χωριό Χαλκιάνικα της Αιγιαλείας. Εδώ, το Καθολικό της Μονής και των ασκητηρίων, βρίσκεται σε μικρό σπήλαιο ψηλότερα από τη βάση του βράχου, ενώ το κτίριο της Μονής, βρίσκεται στη βάση του βράχου. (Εικόνα 5.3) (Παπαμεντζελόπουλος, 2012. σ. 203-209).



(Εικόνα 5.3: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Παναγίας των Καταθεσίων στα Χαλκίανικα. 1) Τα τρία σπήλαιο-ασκητήρια, 2) Η σπήλαιο-εκκλησία των ασκητηρίων, 3) Η Μονή της Παναγίας των Καταθεσίων.

5.1.4.3. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Αγίας Τριάδος Ακράτας.

Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής Αγίας Τριάδος στην Ακράτα της Αιγιαλείας βρίσκονται 150μ. έξω από τη Μονή. Η σπήλαιο-εκκλησία των ασκητηρίων, βρίσκεται στη βάση του βράχου και είναι αφιερωμένη στους Αγίους Πάντες με έτος κτίσης το 1708. Πάνω από αυτό το παρεκκλήσιο βρίσκονται τα σπήλαιο-ασκητήρια εντός του βράχου. Σε κάποια σημεία των σπηλαίων

φαίνονται πακτωμένα ξύλινα δοκάρια υπολείμματα των ασκητηρίων. (Εικόνα 5.4) (Παπαμεντζελόπουλος, 2012. σ. 33 ; Λέκκος, 1998. σ. 146).



(Εικόνα 5.4: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Αγίας Τριάδος Ακράτας. 1) Τα σπήλαιο-ασκητήρια, 2) Η σπήλαιο-εκκλησία των ασκητηρίων.

5.1.4.4. Η Μονή Οσίου Λεοντίου ή Παλαιομονάστηρο.

Το σπήλαιο-μονάστηρο του Οσίου Λεοντίου του Μονεμβασιώτου, βρίσκεται 2 χλμ., ψηλότερα από τη Μονή των Παμμεγίστων Ταξιαρχών στο Αίγιο της Αχαΐας. Είναι κτίσμα πιθανώς του 15^{ου} αιώνας. Η ιστορία του Παλαιομονάστηρου ξεκινάει από τον 11^ο αιώνα, όπου στην ίδια θέση και λίγο ψηλότερα απ' αυτήν, υπήρχαν σπήλαιο-ασκητήρια. Σ' αυτά τα, ήλθε και ασκήτευσε ο Όσιος Λεόντιος από το 1357 έως τον θάνατο του το 1416. Ο Όσιος απέκτησε μεγάλη φήμη ως ασκητής και ως πνευματικός καθοδηγητής, με αποτέλεσμα την αύξηση των ασκητών και την δημιουργία του Παλαιομονάστηρου. (Εικόνα 5.5) (Λαμπροπούλου & Μουτζάλη, 1997 ; Κουμούση & Μουτζάλη, 2001. σ. 52-53 ; Λέκκος, 1998. σ. 124).



(Εικόνα 5.5: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-μοναστήρι με τα σπήλαιο-ασκητήρια του Οσίου Λεοντίου του Μονεμβασιώτου.

5.1.4.5. Το ιερό προσκύνημα της Παναγίας της Τρυπητής στο Αίγιο.

Η Παναγία η Τρυπητή αποτελεί επίσημα ένα Πανελλήνιο Προσκύνημα. Βρίσκεται εντός μιας σπηλιάς σ' ένα κατακόρυφο βράχο κοντά στο λιμάνι του Αιγίου. Ονομάζεται Παναγία Τρυπητή, γιατί σύμφωνα με την παράδοση, το 16^ο αιώνα, ένας ναυαγός βρήκε τη συγκεκριμένη εικόνα στη συγκεκριμένη θέση εντός ενός μικρού σπηλαίου. Ο ίδιος κατόπιν, έγινε ο πρώτος ασκητής αυτού του σπηλαίου και κατόπιν ήλθαν και άλλοι ασκητές, δημιουργώντας έτσι ένα Μοναστήρι. Αυτό υπήρχε μέχρι τις αρχές του 19^{ου} αιώνα, όπως αναφέρει και ο περιηγητής Πουκεβίλ που το επισκέφθηκε. Η σημερινή μορφή του κτίσματος υπάρχει από το 19^ο αιώνα. (Εικόνα 5.6) (Ψωμοπουλάκη, 2009. σ. 48-52).



(Εικόνα 5.6: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το ιερό προσκύνημα της Παναγίας της τρυπητής στο Αίγιο.

5.1.5. Περιφερειακή Ενότητα ΗΛΕΙΑΣ

5.1.5.1. Η Μονή του Ασκητή στο Γούμερο της Ηλείας.

Η Μονή του Ασκητή στο χωριό Γούμερο της Ηλείας, γιορτάζει την ημέρα της Κατάθεσης της Τιμίας Ζώνης της Παναγίας και βρίσκεται μέσα σε ένα παρακλάδι του φαραγγιού Γούμερου - Φολόης. Από το 2001, αποτελεί Μνημείο Φυσικής Ομορφιάς της UNESCO. (Εικόνα 5.7) (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2004. σ. 247-250).



(Εικόνα 5.7: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή του Ασκητή στο χωριό Γούμερο της Ηλείας.

5.1.5.2. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής Σεπετού.

Η Μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου Σεπετού, βρίσκεται λίγα χλμ., έξω από το χωριό Αλιφεΐρα. Η θαυματουργή εικόνα της Παναγίας παράδοση λέει, ότι βρέθηκε εντός του συγκεκριμένου σπηλαίου. Στο σπήλαιο αυτό δημιουργήθηκε ένα παρεκκλήσιο και στις πέριξ αυτού σπηλιές ασκητήρια. Αργότερα οι ασκητές της περιοχής δημιούργησαν την συγκεκριμένη Μονή. Η σπήλαιο-εκκλησία αυτή το 1914 καταστράφηκε από πυρκαγιά χωρίς να καταστραφεί η εικόνα της Παναγίας Το 1916 κατασκευάσθηκε η νέα σπήλαιο-εκκλησία που αποτελεί ακόμη και

σήμερα το καθολικό της Μονής. (Εικόνα 5.8) (Ιερά Μητρόπολις Τριφυλίας και Ολυμπίας, 2011. σ. 11-18 ; Λέκκος, 1998. σ. 157).



(Εικόνα 5.8: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου Σεπετού.

5.1.6. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

5.1.6.1. Περιφερειακή Ενότητα ΦΛΩΡΙΝΗΣ

5.1.6.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στην Μεγάλη Πρέσπα στην Φλώρινα.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στην Μεγάλη Πρέσπα, βρίσκεται λίγο έξω από το παραλίμνιο χωριό Ψαράδες και αποτελεί μέρος ενός συνόλου υπαρχόντων σπήλαιο-ασκητηρίων της περιοχής. Η πρόσβαση τους από το χωριό, γίνεται μόνο με βάρκα. Το συγκεκριμένο ασκητήριο είναι του 13^{ου} αιώνας και σώζεται σήμερα ο ναός του και υπολείμματα των κελιών των ασκητών. (Εικόνα 5.9) (Μουτσόπουλος, 2003. σ. 91-92 ; Evgenidou, et. al. 1991. pp. 42-44).



(Εικόνα 5.9: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στην Μεγάλη Πρέσπα στην Φλώρινα.

5.1.7. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΗΠΕΙΡΟΥ

5.1.7.1. Περιφερειακή Ενότητα ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

5.1.7.2. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Κοιμήσεως της Θεοτόκου Κηπίνας στα Ιωάννινα.

Το σπήλαιο-μονάστηρο της Κοιμήσεως της Θεοτόκου Κηπίνας, βρίσκεται στους Καλαρρύτες του Νομού Ιωαννίνων, στο Όρος Τζουμέρκα. Το πολύ μικρό αυτό σπήλαιο-μονάστηρο, ιδρύθηκε το 1212. Μέσα στην μακραίωνη ιστορία του, έχει να επιδείξει μεγάλο κοινωνικό έργο στην περιοχή, όπως με τη λειτουργία κρυφού σχολείου, κατασκευή γέφυρας για τους κατοίκους της περιοχής, χρησιμοποίησης της Μονής ως καταφύγιο για τη σωτηρία του τοπικού πληθυσμού από τους Οθωμανούς. (Εικόνα 5.10) (Καραμπερίδη & Κασκάνης, 2008. σ. 130-148 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 124).



(Εικόνα 5.10: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-μονάστηρο της Κοιμήσεως της Θεοτόκου «Κηπίνας» στα Ιωάννινα.

5.1.8. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

5.1.8.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ

5.1.8.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ακακίου, στο χωριό Άγιος Ακάκιος Καρδίτσας.

Ο Όσιος Ακάκιος γεννήθηκε το 1630 στο χωριό Γόλιτζα (σημερινό Άγιος Ακάκιος) της Καρδίτσας. Ο Όσιος ασκήτεψε ένα χρονικό διάστημα σε ένα μικρό σπήλαιο λίγο έξω από αυτό το χωριό. Τελείωσε τη ζωή του στο Άγιον Όρος, ασκητεύοντας για πολλά χρόνια σε ένα μικρό σπήλαιο, στην περιοχή των Καυσοκαλυβίων. (Εικόνα 5.11) (Πηγή: ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΘΕΣΣΑΛΙΩΤΙΔΟΣ ΚΑΙ ΦΑΝΑΡΙΟΦΑΡΣΑΛΩΝ).



(Εικόνα 5.11: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο Αγίου Ακακίου, στο χωριό Άγιος Ακάκιος Καρδίτσας.

5.1.9. Περιφερειακή Ενότητα ΛΑΡΙΣΗΣ

5.1.9.1. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων, της Λάρισας.

Στην εγκαταλειμμένη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας, υπάρχουν τέσσερα σπήλαιο-ασκητήρια 9^{ου} αιώνα μ.Χ., εκ των οποίων τα τρία βρίσκονται εντός του ίδιου σπηλαίου και είναι εύκολα προσβάσιμα. Αυτά είναι τρία μονοθάλαμα ναΰδρια, είναι κατάγραφα με πολύ ωραίες τοιχογραφίες, πιθανώς δε αυτά, να αποτελούσαν το ναό ή «κυριακό» για τις λειτουργικές ανάγκες των ασκητών της περιοχής. (Εικόνα 5.12) (Δρόσος, 2013. σ. 287-289).



(Εικόνα 5.12: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας.

5.1.10. Περιφερειακή Ενότητα ΤΡΙΚΑΛΩΝ

5.1.10.1. Η Μονή του Αγίου Νικολάου του Κοφινά ή Μπάντοβα, στα Μετεώρα.

Η σπήλαιο-Μονή αυτή, κτίστηκε περίπου το 1400 μ.Χ., βρίσκεται σε ύψος 55μ. από το έδαφος, μέσα σε μια ευρύχωρη κοιλότητα του βράχου και έχει θέα το χωριό Καστράκι. Κτιριακά, καταλαμβάνει όλο το χώρο του σπηλαίου, και αναπτύσσεται σε τέσσερα υψομετρικά επίπεδα. Η είσοδος στη Μονή γίνεται μέσω 5-6 λαξευμένων στο βράχο σκαλοπατιών, και κατόπιν η άνοδος στα τέσσερα διαφορετικά επίπεδα του κτιρίου γίνεται μέσω ξύλινων κλιμάκων. Στο δεύτερο και το τέταρτο επίπεδο αποτελούνται το καθ' ένα, από ένα κελί, ενώ στο τρίτο επίπεδο,

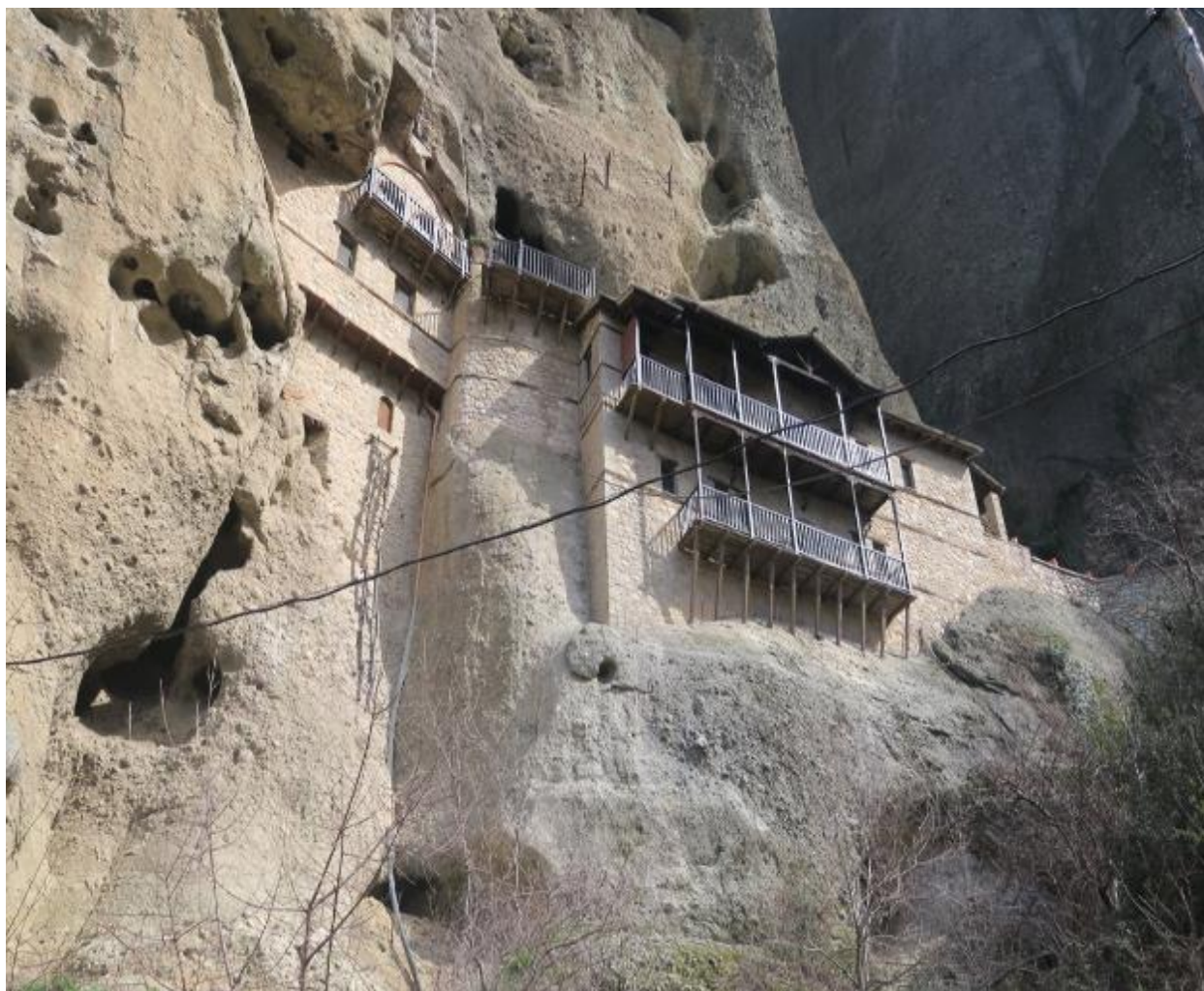
υπάρχει ένα μικρό υπόσκαφο στο βράχο καθολικό, ή στέρνα, το βριζόνι με την ανέμη, και ένας εξώστης. (Εικόνα 5.13) (Βλαχοστεργίος, 2009. σ. 55).



(Εικόνα 5.13: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή του Αγίου Νικολάου του Κοφινά ή Μπάντοβα στα Μετέωρα.

5.1.10.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου στα Μετέωρα.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου, βρίσκεται επί του βράχου Πυξάρι, στο ύψος του παρεκκλησίου του Γενεσίου της Θεοτόκου. Η περιοχή αυτή λέγεται Κοφίνια και βρίσκεται πολύ κοντά στο χωριό Καστράκι των Μετεώρων. Αναφορά της ύπαρξης αυτού του ασκητηρίου υπάρχει το 1782, στη γνωστή χαλκογραφία του μοναχού Παρθενίου από την Ελασσόνα, όπου φαίνεται και το συγκεκριμένο ασκητήριο. Σήμερα αυτό το σπήλαιο-ασκητήριο είναι πλήρως ανακαινισμένο με ταυτόχρονη προσθήκης σ' αυτό μίας νέας μικρής πτέρυγας. (Εικόνα 5.14) (Ιερά Μονή Μεγάλου Μετεώρου, 1997. σ. 24-25).



(Εικόνα 5.14: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου στα Μετέωρα.

5.1.10.3. Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

Το σύμπλεγμα των σπήλαιο-ασκητηρίων του Αγίου Γρηγορίου, αποτελείται από τρία σπήλαιο-ασκητήρια που βρίσκονται σε διαφορετικό ύψος μεταξύ τους και αναγνωρίζονται από τους ξύλινους εξώστες τους. Το πρώτο ασκητήριο βρίσκεται σε ύψος από τη βάση του βράχου με την ονομασία Πυξάρι στα 25μ., το δεύτερο στα 35μ., και το τρίτο στα 40μ. Το ασκητήριο το ίδρυσαν δύο αδέρφια ιερομόναχοι, οι Γρηγόριος και Θεοδώσιος (Άγιοι της Εκκλησίας) το 13^ο αιώνα. Εντός του σπήλαιο-ναϊδρίου του ασκητηρίου που έχει θαυμάσιες τοιχογραφίες, βρίσκονται και οι λαξευμένοι τάφοι τους. Τα ασκητήρια επικοινωνούσαν μεταξύ τους μέσω ανεμόσκαλων (μια υπάρχει μέχρι σήμερα). Αξιοσημείωτο είναι, ότι όλη η ξύλινη υποδομή των τριών ασκητηρίων, παραμένει μέχρι σήμερα ορατή και σχεδόν ακέραιη ενώ είναι 600 ετών. (Εικόνα 5.15) (Θεοτέκνη, Μοναχή, 2017. σ. 178-190).



(Εικόνα 5.15: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

5.1.11. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

5.1.11.1. Περιφερειακή Ενότητα ΗΜΑΘΙΑΣ

5.1.11.2. Τα ασκητήρια της Μονής του Τιμίου Προδρόμου στην Βέροια Ημαθίας.

Τα ασκητήρια αυτής της Μονής, ανάγονται στην εποχή του 10^{ου}-11^{ου} αιώνας. Πρώτος ασκητής αυτών των σπήλαιο-ασκητηρίων ήταν ο Όσιος Αντώνιος της Βεροίας. Κατόπιν με την αγιότητα του βίου του, μαγνήτισε και άλλους ανθρώπους, ώστε μεγάλο μέρος από αυτές τις σπηλιές, να μετατραπούν σε ασκητήρια. Σαν οργανωμένη σκήτη μετατράπηκε μετά από πολλά χρόνια και συγκεκριμένα το 14^ο αιώνα. Το 1523 με τη παραμονή στη συγκεκριμένη σκήτη του Αγίου Διονυσίου του εν Ολύμπω, τη μετατρέπεται σε Μοναστήρι και το καθολικό του αφιερώνεται στον Άγιο Ιωάννη τον Πρόδρομο. Στο χώρο αυτής της Μονής έχουν μονάσει πολύ Άγιοι, όπως ο Άγιος Αντώνιος της Βεροίας, ο Άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς, ο Άγιος Αθανάσιος ο Μετεωρίτης, ο

Όσιος Θεοφάνης ο Νέος, ο Όσιος Διονύσιος ο εν Ολύμπω, κ.ά. (Εικόνα 5.16) (Λέκκος, 1998. σ. 94-96).



(Εικόνα 5.16: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ένα από τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής Προδρόμου στην Βέροια.

5.1.12. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ

5.1.12.1. Περιφερειακή Ενότητα ΑΡΓΟΛΙΔΟΣ

5.1.12.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Κατακεκρυμμένης στον Καραθώνα του Ναυπλίου.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Κατακεκρυμμένης, βρίσκεται μέσα σ' ένα απόκρημνο βράχο της παραλίας του Καραθώνα, λίγο έξω από την πόλη του Ναυπλίου. Μέσα στο εσωτερικό του, υπάρχει μικρό παρεκκλήσιο αφιερωμένο στο Γενέσιον της Θεοτόκου, φέρει δε τοιχογραφίες. Εμφανέστερη απ' όλες, είναι αυτή του Τιμίου Προδρόμου, που φέρει τη

χρονολογία 1609 μ.Χ. Μέσα σε μια κρύπτη του ασκητηρίου, βρέθηκε μια ξύλινη κασέλα, με ανθρώπινα οστά και παλιές εικόνες. (Εικόνα 5.17) (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2004. σ. 71-72).



(Εικόνα 5.17: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της «Κατακεκρυμμένης» που βρίσκεται στον Καραθώνα του Ναυπλίου.

5.1.12.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι.

Αυτό το σπήλαιο-ασκητήριο είναι αφιερωμένο στην Αγία Ιερουσαλήμ και στην Υπαπαντή του Κυρίου. Οι κάτοικοι της περιοχής το γιορτάζουν κατά βάσιν στις 2 Ιουλίου την ημέρα της Κατάθεσης της Τιμίας Εσθήτας της Παναγίας. Βρίσκεται μερικά χλμ., έξω από το χωριό Βρούστι. Οι κάτοικοι της περιοχής το ονομάζουν «Αγιαρσαλή». Το σπήλαιο-ασκητήριο αυτό αποτέλεσε κατά την περίοδο της Οθωμανικής κατοχής σημαντικό ρόλο, για τη σωτηρία των αγωνιστών και του τοπικού πληθυσμού. (Εικόνα 5.18) (Δήμος Λυρκείας, 2010. σ 31 ; Πηγή: ΑΡΓΟΛΙΚΗ ΑΡΧΕΙΑΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ).



(Εικόνα 5.18: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι, Αργολίδος.

5.1.12.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αναλήψεως του Κυρίου, στη Χούνη.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αναλήψεως του Κυρίου, βρίσκεται λίγο έξω από το χωριό Χούνη του Άργους. (Εικόνα 5.19) (Δήμος Λυρκείας, 2010. σ 31).



(Εικόνα 5.19: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αναλήψεως του Κυρίου, στη Χούνη Αργολίδος.

5.1.12.5. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου βρίσκεται στην περιοχή Ζόγκα λίγα χλμ., έξω από το χωριό Ελληνικό. Αποτελεί Μετόχι της Ιεράς μονής Γοργοεπηκόου Νεστάνης, Μαντεινίας και είναι κτίσμα του 1536. (Εικόνα 5.20) (Αντωνακάτου & Μαύρος, 1976. σ. 118-119).



(Εικόνα 5.20: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδος.

5.1.12.6. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Αγίας Παρασκευής στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδος.

Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Αγίας Παρασκευής βρίσκονται στην περιοχή Ζόγκα του χωριού Ελληνικού, της Αργολίδος, λίγο πριν το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου. (Εικόνα 5.21) (Παπαγιάννης, 1977. σ. 577).



(Εικόνα 5.21: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Αγίας Παρασκευής στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδος. 1) Τα σπήλαιο-ασκητήρια, 2) η σπήλαιο-εκκλησία.

5.1.12.7. Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γεωργίου, και της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στα Δίδυμα Αργολίδος.

Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γεωργίου (Εικόνα 5.22),



(Εικόνα 5.22: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γεωργίου, στα Δίδυμα Αργολίδος.

και της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος (Εικόνα 5.23),



(Εικόνα 5.23: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στα Δίδυμα Αργολίδος.

Τα δύο βρίσκονται σε μικρή απόσταση από το χωριό Δίδυμα της Αργολίδος, εντός μιας μεγάλης δολίνης. Το βάθος αυτής της δολίνης (χωρίς τις προσχώσεις είναι 80μ., η διάμετρος της 150μ., και το σχήμα της κυκλικό. Η είσοδος και η κάθοδος εντός της δολίνης από την επιφάνεια του εδάφους, γίνεται διαμέσου μιάς τεχνητής στοάς που καταλήγει στο εσωτερικό της λίγα μέτρα ψηλότερα από ένα μικρό πλάτωμα του τοιχώματος της. Η κάθοδος από το χείλος της στοάς μέχρι το πλάτωμα γίνεται μέσω μίας κλίμακας. Στο πλάτωμα, αυτό εντός μια μικρής βραχοσκεπής του τοιχώματος της δολίνης, υπάρχει το ασκητήριο του Αγίου Γεωργίου. Αυτό είναι κτίσμα του 13^{ου} αιώνας και έχει τοιχογραφίες. Λίγο ανατολικότερα του Αγίου Γεωργίου, επί του τοιχώματος, υπάρχει και άλλο σπήλαιο-ασκητήριο. Στην ακριβώς απέναντι πλευρά του τοιχώματος της δολίνης από το σημείο που βρίσκεται ο Άγιος Γεώργιος, υπάρχει και το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος. (Forney, 1972. σ. 155-156 ; Ντρενογιάννης, 2006. σ. 108).

5.1.12.8. Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Δημητρίου Αυγού στην Αργολίδα.

Η Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, βρίσκεται κοντά στο χωριό Δίδυμα της Αργολίδος και είναι κτίσμα του 14^{ου} αιώνας. Η συγκεκριμένη Μονή, αναπτύχθηκε εξαιτίας της μετεξέλιξης ενός συμπλέγματος σπήλαιο-ασκητηρίων που προϋπήρχαν στο συγκεκριμένο σημείο και η σπήλαιο-εκκλησία τους έχει τοιχογραφίες του 11^{ου} αιώνας. (Εικόνα 5.24) (Πανοπούλου. 1996)



(Εικόνα 5.24: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Δημητρίου Αυγού στην Αργολίδα.

5.1.13. Περιφερειακή Ενότητα ΑΡΚΑΔΙΑΣ

5.1.13.1. Το ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου στη Βλαχέρνα Αρκαδίας.

Ο όσιος Λεόντιος, έζησε και απεβίωσε σ' αυτό το σπήλαιο-ασκητήριο, που βρίσκεται λίγο έξω από το χωριό Βλαχέρνα της Αρκαδίας. Μέσα στο ασκητήριο, υπάρχει και ο τάφος του Οσίου, που σύμφωνα με την παράδοση τον έκτισε ο ίδιος. Σήμερα το ασκητήριο του, είναι αρχιτεκτονικά πλήρως αλλοιωμένο λόγω νεότερων ανθρώπινων παρεμβάσεων. (Εικόνα 5.25) (Γεωργιτσογιάννη, 2008).



(Εικόνα 5.25: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου (εκ Στεμνίτσης) στο χωριό Βλαχέρνα της Αρκαδίας.

5.1.13.2. Σπήλαιο-μονάστηρο Αγίου Νικολάου Σίντζας, Λεωνίδιο.

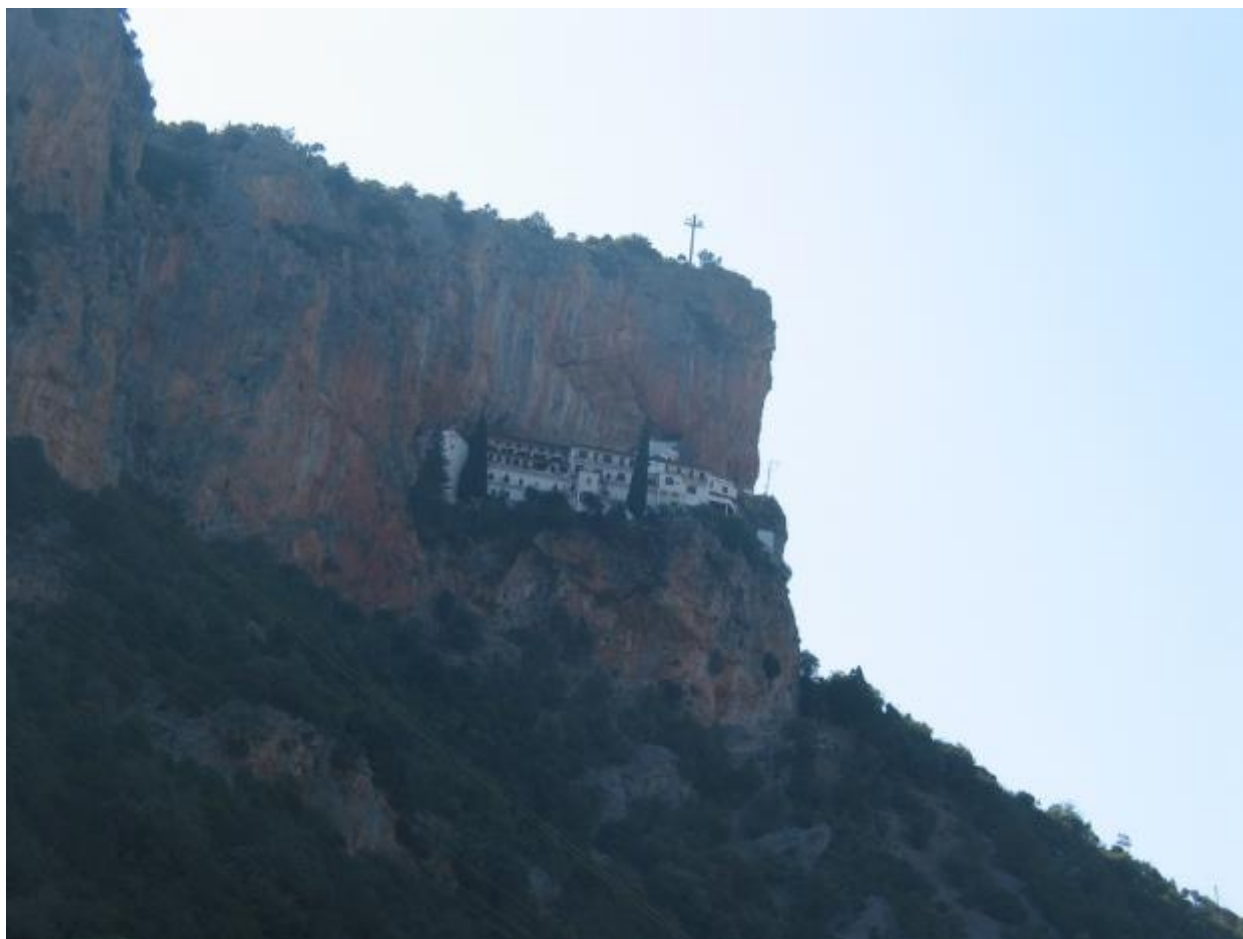
Το σπήλαιο-μονάστηρο Αγίου Νικολάου Σίντζας, βρίσκεται λίγο έξω από το Λεωνίδιο της Αρκαδίας. Τον 16^ο αιώνα στην περιοχή γύρω από το σπήλαιο που βρίσκεται η Μονή, αλλά και στο ίδιο το σπήλαιο, υπήρχαν πολλά σπήλαιο-ασκητήρια. Στα τέλη του 16^{ου} αρχές του 17^{ου} αιώνας οι ασκητές της περιοχής δημιούργησαν το συγκεκριμένο σπήλαιο-μονάστηρο. Η ονομασία Σίντζα πιθανώς προέρχεται από τη λέξη «συτζά» που στην τσακωνική διάλεκτο σημαίνει το δένδρο συκιά. Η Μονή είναι συνδεδεμένη με διάφορους τοπικούς θρύλους. (Εικόνα 5.26) (Δημητράτος, 2004-2005. σ. 30 ; Λέκκος, 1998. σ. 88).



(Εικόνα 5.26: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Σπήλαιο-μονάστηρο Αγίου Νικολάου Σίντζας, Λεωνίδιο.

5.1.13.3. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Έλωνας, στο Λεωνίδιο.

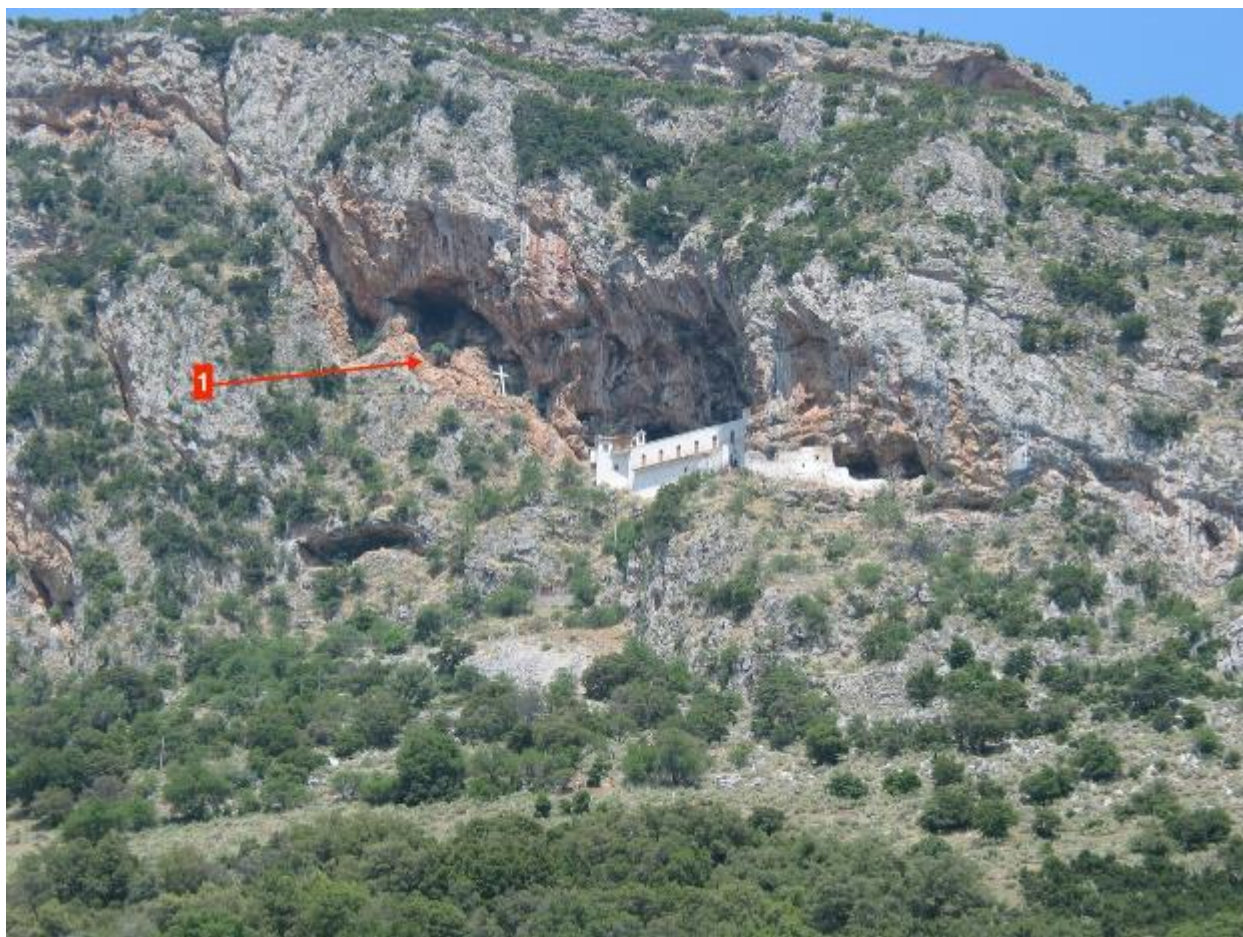
Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Έλωνας, βρίσκεται λίγα χιλιόμετρα έξω από το Λεωνίδιο, είναι κτίσμα σύμφωνα με την τοπική παράδοση του 16^ο αιώνα. Βοσκοί της περιοχής έβλεπαν το βράδυ μέσα στη σπηλιά που βρίσκεται η Μονή, ένα φως. Τελικά στο συγκεκριμένο σημείο που έβλεπαν το φως, βρήκαν την θαυματουργή εικόνα της Παναγίας, που ονομάζεται «η Έλωνα». Ο τότε επίσκοπος της περιοχής Ρέοντος και Πραστού, έστειλε, εξαιτίας της εύρεσης της εικόνας, δύο μοναχούς τους Καλλίνικο και Δοσίθεο, να ασκητέψουν στη συγκεκριμένη σπηλιά. Μετά από χρόνια άσκησης στο συγκεκριμένο σπήλαιο-ασκητήριο αυτό μετατράπηκε στο σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Έλωνας. Και οι δύο αυτοί μοναχοί σε προχωρημένοι ηλικία έγιναν μάρτυρες της πίστεως. Η Μονή έχει προσφέρει πολλά στον απελευθερωτικό αγώνα κατά του Οθωμανικού ζυγού όπως και στην προστασία του τοπικού πληθυσμού. (Εικόνα 5.27) (Λέκκος, 1998. σ. 89 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 147).



(Εικόνα 5.27: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Έλωνας, Λεωνίδιο.

5.1.13.4. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Κανδύλας, στην Κανδύλα.

Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Κανδύλας, στο χωριό Κανδύλα της Αρκαδίας, βρίσκεται 15χλμ., βόρεια του Λεβιδίου. Δεν είναι γνωστή η κτιτορική της χρονολογία απλώς είναι ιστορικά γνωστό ότι καταστράφηκε από φωτιά στην περίοδο των Ορλωφικών το 1770. Η ονομασία Κανδύλα προήλθε, σύμφωνα με την παράδοση από την εικόνα της Παναγίας που υπήρχε στο Μισόκαμπο, έφευγε θαυματουργικά και βρισκόταν εντός του συγκεκριμένου σπηλαίου. Οι κάτοικοι εύρισκαν την εικόνα εξαιτίας του φωτός που εξέπεμπε το βράδυ ένα καντήλι, που βρισκόταν στο σπήλαιο μαζί με την εικόνα. Λίγο ψηλότερα από τη Μονή μέσα σε σπήλαιο, υπάρχουν υπολείμματα από ασκητήριο. Η Μονή είναι ανακηρυγμένη ιστορικό διατηρητέο μνημείο. (Εικόνα 5.28) (Λέκκος, 1998. σ. 90)



(Εικόνα 5.28: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-μοναστήρο της Κανδύλας, στην Κανδύλα. 1) Το ασκητήριο.

5.1.13.5. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη, στην Κερπινή.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη κοντά στο χωριό Κερπινή της Αρκαδίας. (Σαραντάκης, 2008. σ. 109) (Εικόνα 5.29).



(Εικόνα 5.29: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη, στην Κερπινή.

5.1.13.6. Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινικό.

Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Νικολάου βρίσκεται λίγο έξω από το χωριό Βαλτετσινικό. Είναι κτίσμα του 1500-1550 μ.Χ. Δίπλα από το σπήλαιο-μονάστηρο υπάρχει και ένα ασκητήριο. Η σημασία του στην τοπική ιστορία της περιοχής κατά την Οθωμανική περίοδο είναι σημαντική και αξιόλογη. (Εικόνα 5.30) (Σιώμκος, 2018. σ. 677-678 ; Μουτσόπουλος, 1956. σ. 207-218).



(Εικόνα 5.30: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινικό .

5.1.13.7. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας στην Βλαχέρνα.

Τα κτιριακά υπολείμματα αυτού του σπήλαιο-ασκητηρίου μαζί με σπαράγματα τοιχογραφιών, υπάρχουν εντός μιας βραχοσκεπής που βρίσκεται λίγο ψηλότερα από το χωριό Βλαχέρνα. Κοντά και λίγο ψηλότερα απ' αυτό το σπήλαιο-ασκητήριο, υπάρχει το σπήλαιο-μοναστήρο της Παναγίας της Ελεούσης. (Εικόνα 5.31) (Πηγή: ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΜΑΝΤΙΝΕΙΑΣ ΚΑΙ ΚΥΝΟΥΡΙΑΣ).



(Εικόνα 5.31: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας, στην Βλαχέρνα.

5.1.13.8. Το σπήλαιο-μοναστήρο της Παναγίας της Ελεούσας στην Βλαχέρνα.

Το σπήλαιο-μοναστήρο της Παναγίας της Ελεούσας ή «Μονή των βράχων» βρίσκεται λίγο ψηλότερα από το χωριό Βλαχέρνα. Η ιστορία της είναι συνδεδεμένη με την τοπική ιστορία του χωριού. (Εικόνα 5.32) (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2004. σ. 118-120).



(Εικόνα 5.32: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-μοναστήρι της Παναγίας της Ελεούσας στην Βλαχέρνα.

5.1.13.9. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου στο χωριό Λουκά της Νεστάνης.

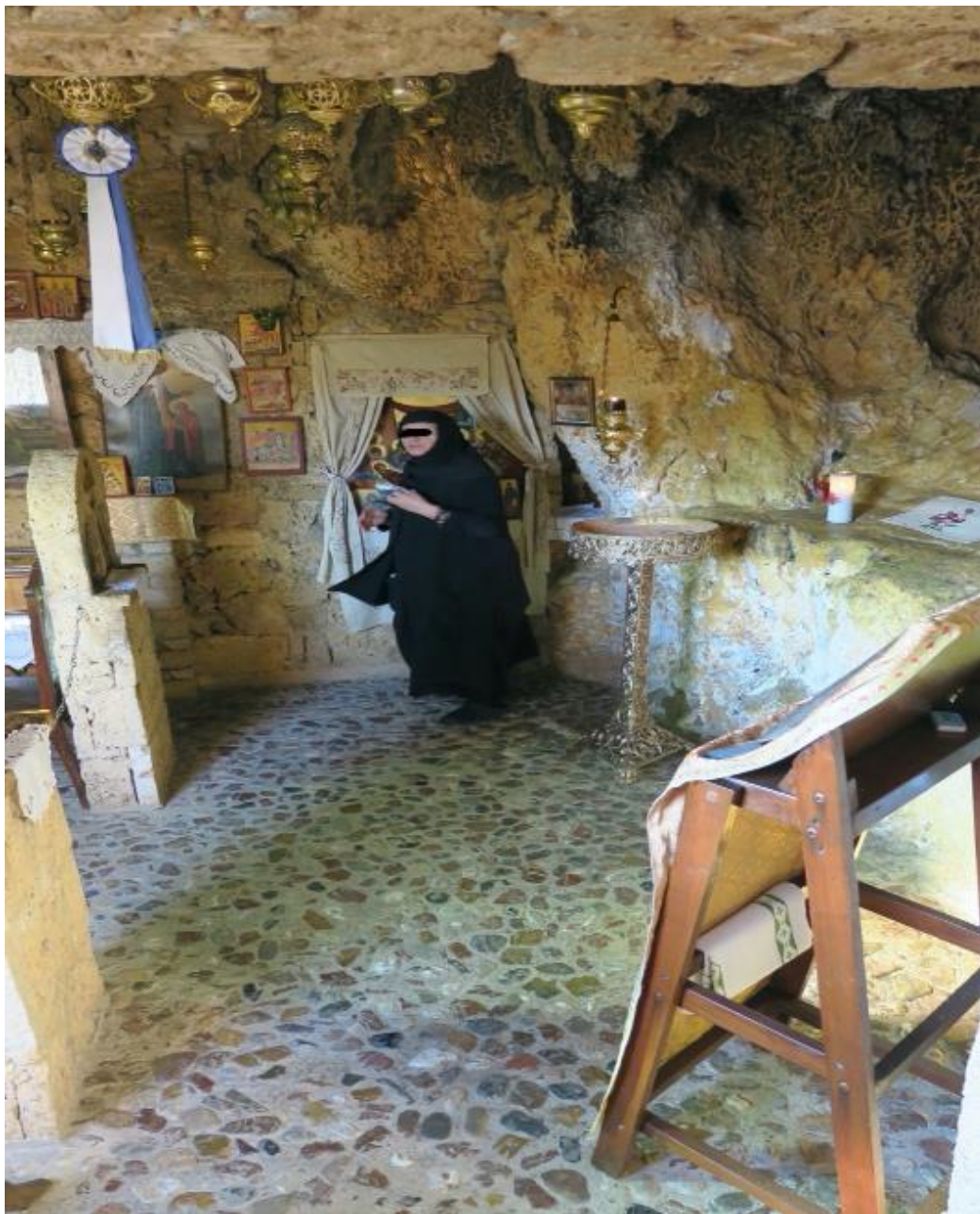
Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου που βρίσκεται έξω από το χωριό Λουκά της Αρκαδίας χρονολογείται τον 11^ο αιώνα. (Εικόνα 5.33) (Σαραντάκης, 2000. σ. 19. ; Ιερά Μονή Αγίου Νικολάου Βαρσών, 2020. σ. 55).



(Εικόνα 5.33: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά της Νεστάνης.

5.1.13.10. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής της Κερνίτσης.

Η Μονή της Παναγίας της Κερνίτσης βρίσκεται λίγο έξω από την Βυτίνα. Ο χρόνος ίδρυσης της πιθανολογείται το έτος 1115-1116. Η Μονή είναι κτισμένη στη κορυφή ενός απότομου βράχου. Λίγα δε μέτρα κάτω απ' αυτή, υπάρχει ένα μικρό σπήλαιο-ασκητήριο, που σήμερα έχει διαμορφωθεί σε σπήλαιο-εκκλησία. Μέσα σ' αυτό, βρέθηκε η θαυματουργική εικόνα της Παναγίας, που είναι η έφορος και προστάτιδα της Μονής. (Εικόνα 5.34) (Ιερά Μονή Κερνίτσης, 2016. σ. 79 ; Λέκκος, 1998. σ. 94)



(Εικόνα 5.34: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής Κερνίτσης.

5.1.13.11. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Σφυρίδας, στη Μονή της Κερνίτσης.

Αυτό το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Σφυρίδας, βρίσκεται μέσα σε μια δασώδη χαράδρα λίγο ψηλότερα από τη συγκεκριμένη Μονή. Ιστορικά στοιχεία δεν υπάρχουν, ο ναός του ασκητηρίου τιμάται στις 23 Αυγούστου την ημέρα της Απόδοσης της Κοιμήσεως της Θεοτόκου. Η παράδοση λέει, ότι στην περίοδο της Οθωμανικής κατοχής η μοναχοί της μονής Κερνίτσης το χρησιμοποιούσαν για καταφύγιο. Η παράδοση αναφέρει ότι, η ονομασία Σφυρίδα προέρχεται εξαιτίας της «σφυρηλάτισης του βράχου» που έγινε για να δημιουργηθεί το ασκητήριο στη σημερινή του μορφή. (Εικόνα 5.35) (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2004. σ. 179-181 ; Ιερά Μονή Κερνίτσης, 2016. σ. 90-92 ; Μουτσόπουλος, 1956. σ. 207- 209).



(Εικόνα 5.35: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Σφυρίδας, στη Μονή της Κερνίτσης.

5.1.14. Περιφερειακή Ενότητα ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ

5.1.14.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας του Βράχου στο Κάτω Ταρσό της Κορινθίας.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας του Βράχου, βρίσκεται λίγο έξω από το χωριό Κάτω Ταρσός, στην περιοχή του Φενεού της Κορινθίας. Σύμφωνα με την παράδοση, το ασκητήριο

δημιουργήθηκε το 1458 από μια γυναίκα της περιοχής, μετά από ένα θαύμα που της έκανε η Παναγία, κατά τη κατάληψη του κάστρου του Ταρσού από τον Μωάμεθ Β' τον Πορθητή. (Εικόνα 5.36) (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2004. σ. 347-348 ; Ντρενογιάννης, 2006. σ. 83).

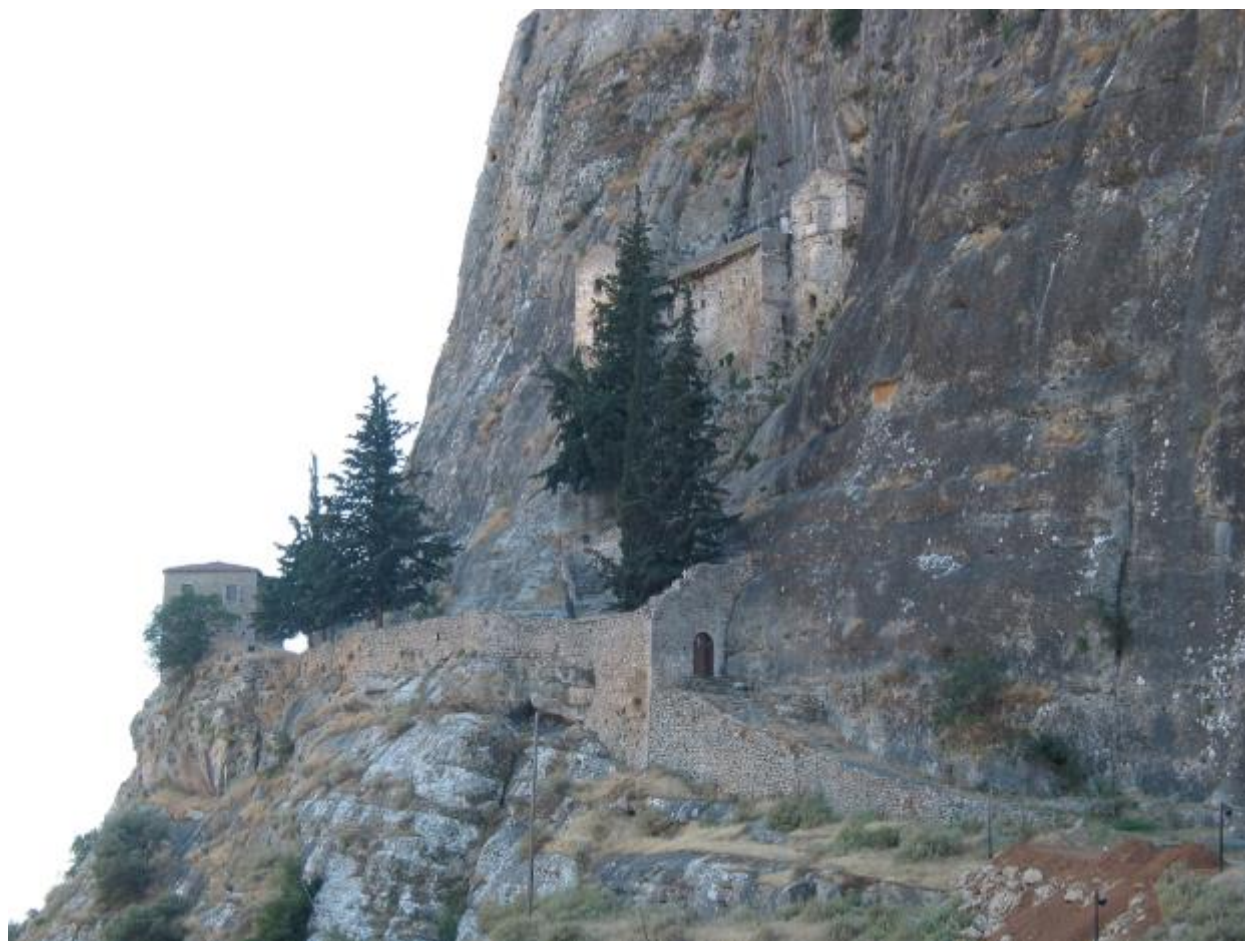


(Εικόνα 5.36: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας του Βράχου στο χωριό Κάτω Ταρσός, Κορινθίας.

5.1.14.2. Σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας του Βράχου Νεμέα.

Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας του Βράχου, βρίσκεται σε ένα σπήλαιο του βράχου του Πολυφέγγους λίγο έξω από την Νέα Νεμέα. Ο βράχος αυτός έχει πολλά σπήλαια που από τον 11^ο αιώνα και μετά, πολλά απ' αυτά, χρησιμοποιήθηκαν ως ασκητήρια στους μεσοβυζαντινούς χρόνους. Αυθεντικά τεκμήρια για τη χρονολογία της ίδρυσης της Μονής δεν υπάρχουν. Υπολογίζεται ότι είναι κτίσμα της μεταβυζαντινής περιόδου και πιθανώς είναι του 16^{ου}-17^{ου} αιώνα. Υπάρχουν όμως γραπτά κείμενα της ύπαρξης της Μονής για τον σημαντικό ρόλο που

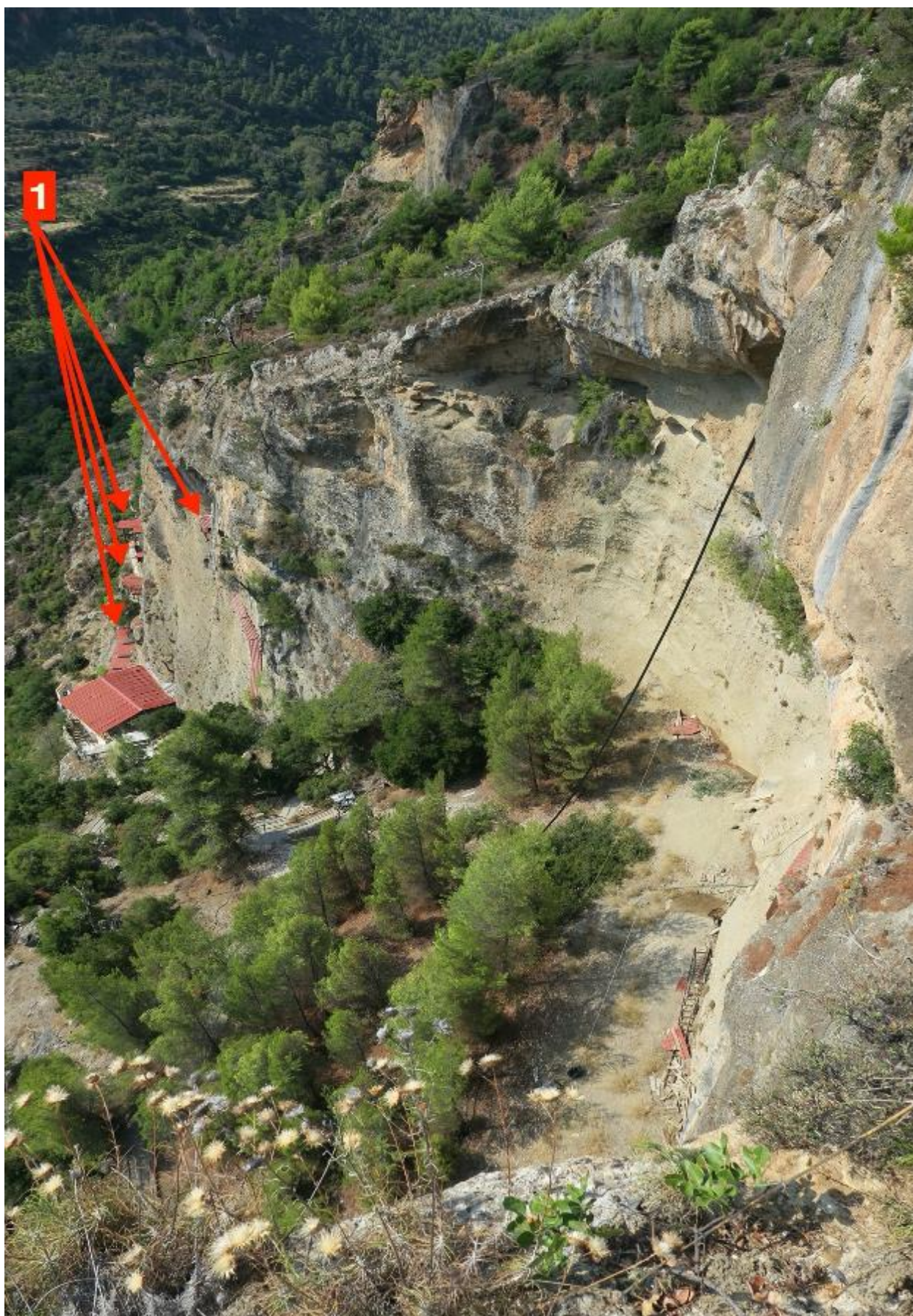
έπαιξε στην ευόδωση της Επανάστασης του 1821. (Εικόνα 5.37) (Αθανασούλης & Σιώμκος, 2014. σ. 242 -245 ; Λέκκος, 1998. σ. 42).



(Εικόνα 5.37: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-μοναστήρι της Παναγίας του βράχου Νεμέα.

5.1.14.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας των Καταφυγίων.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας των Καταφυγίων βρίσκεται κοντά στο χωριό Ζάχολη. Η σπήλαιο-εκκλησία του, είναι κτίσμα του 1782 και σ' αυτό υπήρχε μία ασκήτρια μέχρι το 1880. Το 1969 για την προσέγγιση των προσκυνητών προς το ασκητήριο, κατασκευάστηκαν σκαλιστά σκαλοπάτια στους βράχους. Η προσέγγιση του σήμερα είναι αδύνατη λόγω εργασιών. (Εικόνα 5.38) (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2004. σ. 317-320 ; Ράλλη, 2018. σ. 27).



(Εικόνα 5.38: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Παναγίας των Καταφυγίων.

5.1.15. Περιφερειακή Ενότητα ΛΑΚΩΝΙΑΣ

5.1.15.1. Το Παλαιομονάστηρο στο Βρονταμά της Λακωνίας.

Το σπήλαιο-μονάστηρο της Ζωοδόχου Πηγής ή «Παλαιομονάστηρο» βρίσκεται 5 χλμ., έξω από το χωριό Βρονταμά της Λακωνίας. Είναι κτίσμα του 12^{ου} αιώνας μ.Χ., και ο σπηλαιώδης ναός του είναι τρισυπόστατος, αφιερωμένος στην Παναγία, τον Άγιο Νικόλαο και το μεγαλομάρτυρα Νικήτα. Μέσα στο σπηλαιώδη χώρο της Μονής, στις 15 Σεπτεμβρίου του 1825, θυσιάστηκαν 400 κάτοικοι του Βρονταμάδο από το στρατό του Ιμπραήμ. (Εικόνα 5.39) (Δρανδάκη, 2009, σ. 561-594).



(Εικόνα 5.39: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-Μονάστηρο «Παλαιομονάστηρο» στο χωριό Βρονταμάδες της Λακωνίας.

5.1.15.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής Ευαγγελίστριας στο Γέρακα.

Η Μονή της Ευαγγελίστριας είναι κτίσμα του 19^{ου} αιώνας και κτίσθηκε από τον Αγιορείτη μοναχό Γεώργιο Κυριακό ή Στουρνάρο. Αυτός ασκήτευσε σε ένα μικρό σπήλαιο-ασκητήριο κάτω ακριβώς από τη θέση της σημερινής Μονής. (Εικόνα 5.40) (Λέκκος, 1998. σ. 111 ; Τσαντούλας, 2004-2005. σ. 46-47).



(Εικόνα 5.40: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής Ευαγγελιστρίας στο Γέρακα.

5.1.15.3. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας του Βράχου ή Τριχερούσα στο Κυπαρίσσι.

Λίγο έξω από τον παλιό οικισμό του Κυπαρισσιού βρίσκεται κτισμένο ψηλά στο βράχο, μέσα σε μία βραχοσκεπή, το μικρό σπήλαιο-εκκλησάκι της Παναγίας του βράχου. (Εικόνα 5.41) (Δημητράτος, 2004-2005. σ. 44).



(Εικόνα 5.41: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας του Βράχου στο Κυπαρίσσι.

5.1.16. Περιφερειακή Ενότητα ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ

5.1.16.1. Η σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Αναργύρων, έξω από το χωριό Θουρία της Μεσσηνίας.

Η σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Αναργύρων, βρίσκεται έξω από το χωριό Θουρία της Μεσσηνίας, στο μέσο της διαδρομής του επαρχιακού δρόμου Θουρίας-Πολιανής. Η τοπική ιστορία αναφέρει ότι, ο Παπαφλέσσας κρυβόταν απ' τους Οθωμανούς κατακτητές, μέσα σ' αυτό το σπήλαιο. (Πηγή: Anagnostis.org). Εντός του σπηλαίου, υπάρχει μικρό παρεκκλήσιο αφιερωμένο στους Αγίους Αναργύρους. (Εικόνα 5.42)



(Εικόνα 5.42: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Αναργύρων στον επαρχιακό δρόμο Θουρίας–Πολιανής στη Μεσσηνία.

5.1.17. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

5.1.17.1. Περιφερειακή Ενότητα ΒΟΙΩΤΙΑΣ

5.1.17.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Κλήμη.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Κλήμη, βρίσκεται στη Μονή Μεταμορφώσεως του Σωτήρος «Σαγματά», στο χωριό Ύπατο της Βοιωτίας. Ο Όσιος, έζησε τον 11^ο αιώνα, και στο σπήλαιο αυτό, ασκήθηκε για μεγάλο χρονικό διάστημα έως το τέλος της ζωής του. Ο Όσιος είναι ο ιδρυτής της Μονής Σαγματά και στην άκρη του γκρεμού του ασκητηρίου του, βρίσκεται και ο τάφος του. (Εικόνα 5.43) (Ιερωνύμου, 2005. σ. 258-267).



(Εικόνα 5.43: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Κλήμη στη Μονή Μεταμορφώσεως του Σωτήρος «Σαγματά» στο Ύπατο της Βοιωτίας.

5.1.17.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο Αγίας Ιερουσαλήμ στην Λιβαδειά.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ βρίσκεται λίγο έξω από τη πόλη της Λιβαδειάς επάνω σε ένα απόκρημνο βράχο, στην αρχή της χαράδρας «Βαρσάμω» και η προσέγγιση του γίνεται μέσω 700 σκαλοπατιών. (Εικόνα 5.44) (Ντρενογιάννης, 2007. σ. 21).



(Εικόνα 5.44: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο Αγίας Ιερουσαλήμ στην Λιβαδειά.

5.1.17.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης, στη Μονή της Ιερουσαλήμ στην Δαύλεια.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης, βρίσκεται σε μικρή απόσταση από τη Μονή της Ιερουσαλήμ στην Δαύλεια. Αυτό το ασκητήριο αποτελείται από τον μικρό ναό και το κελί του ασκητή. Πιθανώς οι πρώτοι οικιστές του ασκητηρίου να ήταν ασκητές από τα

Ιεροσόλυμα. Ο ναός του έχει πολύ ωραίες τοιχογραφίες του 17^{ου} αιώνας. (Εικόνα 5.45) (Ιερωνύμου, 2005. σ. 375-376 ; Λέκκος, 1998. σ. 294-296).



(Εικόνα 5.45: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης, στη Μονή της Ιερουσαλήμ στην Δαύλεια.

5.1.17.5. Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Νικολάου του Νέου στο Ακραίφνιο.

Ο σπηλαιώδης αυτός ναός είναι του 17^{ου} αιώνας, βρίσκεται μέσα σε μία βραχοσκεπή κοντά στο χωριό Ακαραίφνιο. Κτιριακά βρίσκεται σε κακή κατάσταση, και σώζεται μέρος του κτιστού τέμπλου του, τμήμα του νότιου τοίχους του με τοιχογραφίες και το δάπεδο του.

(Εικόνα 5.46) (Αγγέλου, 2006. σ. 116).



(Εικόνα 5.46: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Νικολάου του Νέου στο Ακραίφνιο.

5.1.17.6. Η σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραίφνιο.

Η σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής, βρίσκεται κοντά στο χωριό Ακραίφνιο, μέσα σ' ένα διθάλαμο σπήλαιο που οι θάλαμοι αυτοί επικοινωνούν μεταξύ τους μέσω ενός στενού και χαμηλού φυσικού περάσματος. Ο εσωτερικός σκοτεινός θάλαμος του σπηλαίου, αποτελεί το συγκεκριμένο παρεκκλήσιο. Έχει κτιστό τέμπλο με πολύ ωραίες τοιχογραφίες του 14^{ου} αιώνας. (Εικόνα 5.47) (Ιερωνύμου, 2005. σ. 430).



(Εικόνα 5.47: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραίφνιο.

5.1.17.7. Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Τρίτης στο Ακραίφνιο.

Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Τρίτης είναι κτίσμα του 13^{ου} αιώνας και έχει μια τοιχογραφία της Παναγίας. Η σπήλαιο-εκκλησία αυτή, βρίσκεται βόρεια του χωριού Ακραίφνιο της Βοιωτίας. Πιθανώς είναι αφιερωμένη στην Παναγία και ονομάζεται Αγία Τρίτη, γιατί γιορτάζεται από τους κατοίκους του χωριού τη Τρίτη ημέρα του Πάσχα. (Εικόνα 5.48) (Αγγέλου, 2006. σ. 113-114).



(Εικόνα 5.48: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Τρίτης στο Ακράϊφνιο.

5.1.18. Περιφερειακή Ενότητα ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ

5.1.18.1. Το σπήλαιο-μοναστήρο του Γενεσίου της Θεοτόκου Στάνας, στα Άγραφα Ευρυτανίας.

Το σπήλαιο-μοναστήρο του Γενεσίου της Θεοτόκου Στάνας, βρίσκεται κοντά στο χωριό Επινιανά της περιοχής των Αγράφων στην Ευρυτανία. Η τοπική παράδοση αναφέρει ότι, το 12^ο αιώνα στο βάθος της σπηλιάς της Μονής, βρέθηκε από κτηνοτρόφους της περιοχής με θαυματουργικό τρόπο, η εικόνα της Παναγίας. Η ονομασία Στάνα δόθηκε στην εικόνα, γιατί πιστεύεται ότι αυτή βρισκόταν στο χωριό Στάνα της Αμφιλοχίας. Κατά την περίοδο όμως της οικονομικής κρίσης, μεταφέρθηκε στη συγκεκριμένη σπηλιά για να διασωθεί. Το καθολικό της Μονής που καταλαμβάνει το μεγαλύτερο μέρος της σπηλιάς, είναι κτίσμα του 15^{ου} ή 16^{ου} αιώνας, έχει ωραίες αγιογραφίες και πολύ ωραίο ξύλινο τέμπλο. Η συγκεκριμένη Μονή αποτελεί το θρησκευτικό κέντρο της περιοχής των Αγράφων. (Εικόνα 5.49) (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2004. σ. 209-210 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 137).



(Εικόνα 5.49: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-μονάστηρο του Γενεσίου της Θεοτόκου Στάνας, στα Άγραφα της Ευρυτανίας.

5.1.18.2. Η σπήλαιο-εκκλησία της Μονής της Παναγίας του Προυσού.

Η σπήλαιο-εκκλησία της Μονής της Παναγίας του Προυσού, αποτελεί τμήμα και παρεκκλήσιο του καθολικού της Ιεράς Μονής. Σύμφωνα με την παράδοση, το 829 μ.Χ., κατά την περίοδο της Εικονομαχίας, η εικόνα βρισκόταν στην πόλι της Προύσας. Κάποιος ευσεβής νέος για να γλυτώσει από τη καταστροφή, τη μετέφερε ως την Καλλίπολη της Θράκης όπου και την έχασε. Αυτή όμως βρέθηκε μετά από λίγο καιρό, με θαυματουργικό τρόπο από κάποιους βοσκούς στη σημερινή της θέση. Ο νέος αυτός έμαθε ενώ κατοικούσε στην Υπάτη της Φθιώτιδας, έμαθε για την ανεύρεση της εικόνας. Αυτός ήρθε στο σπήλαιο αυτό και έγινε ασκητής. Το ασκητήριο αυτό μετεξελίχτηκε στη σημερινή Μονή. (Εικόνα 5.50) (Λέκκος, 1998. σ. 248-250 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 98-99).



(Εικόνα 5.50: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Η σπήλαιο-εκκλησία της Μονής της Παναγίας του Προουσού

5.1.19. Περιφερειακή Ενότητα ΦΘΙΩΤΙΔΟΣ

5.1.19.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Άνω Τιθορέα.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στον Παρνασσό, πάνω από την Άνω Τιθορέα της Φθιώτιδας. Είναι ένα σπήλαιο-ασκητήριο που πιθανώς το δημιούργησαν μοναχοί που ήρθαν από τα Ιεροσόλυμα τον 8^ο αιώνα για να αποφύγουν τις διώξεις των Σαρακηνών ή των εικονομάχων της περιόδου εκείνης. (Εικόνα 5.51). (Πηγή: ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΦΘΙΩΤΙΔΟΣ).



(Εικόνα 5.51: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ πάνω από την Άνω Τιθορέα της Φθιώτιδας.

5.1.19.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Αμφίκλεια.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Αμφίκλεια βρίσκεται μέσα στη χαράδρα του Παρνασσού με το όνομα «Βαρσάμο», σε υψόμετρο 920μ. Είναι κτίσμα του 12^{ου} αιώνα και αποτέλεσε καταφύγιο των κατοίκων της Αμφίκλειας στην εποχή του Οθωμανικού ζυγού. (Εικόνα 5.52) (Γουργιώτης, 2007. σ. 281 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 28).



(Εικόνα 5.52: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Αμφίκλεια.

5.1.19.3. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Προυσιώτισσας στους Βαρδάτες.

Στο σπηλαιώδη ναό της Παναγίας με το προσωνύμιο «Βαρδάτες» ή «Προυσιώτισσας», που βρίσκεται λίγο έξω από το χωριό Βαρδάτες της Φθιώτιδας κατά την τοπική παράδοση βρέθηκε η εικόνα της Παναγίας της Προυσιώτισσας. Η ιερή αυτή σπηλιά, βρίσκεται κάτω ακριβώς από τη διέλευση της παλαιάς σιδηροδρομικής γραμμής Αθήνας – Λαμίας – Θεσσαλονίκης. (Εικόνα 5.53). (Πηγή: (Πηγή: ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΦΘΙΩΤΙΔΟΣ).

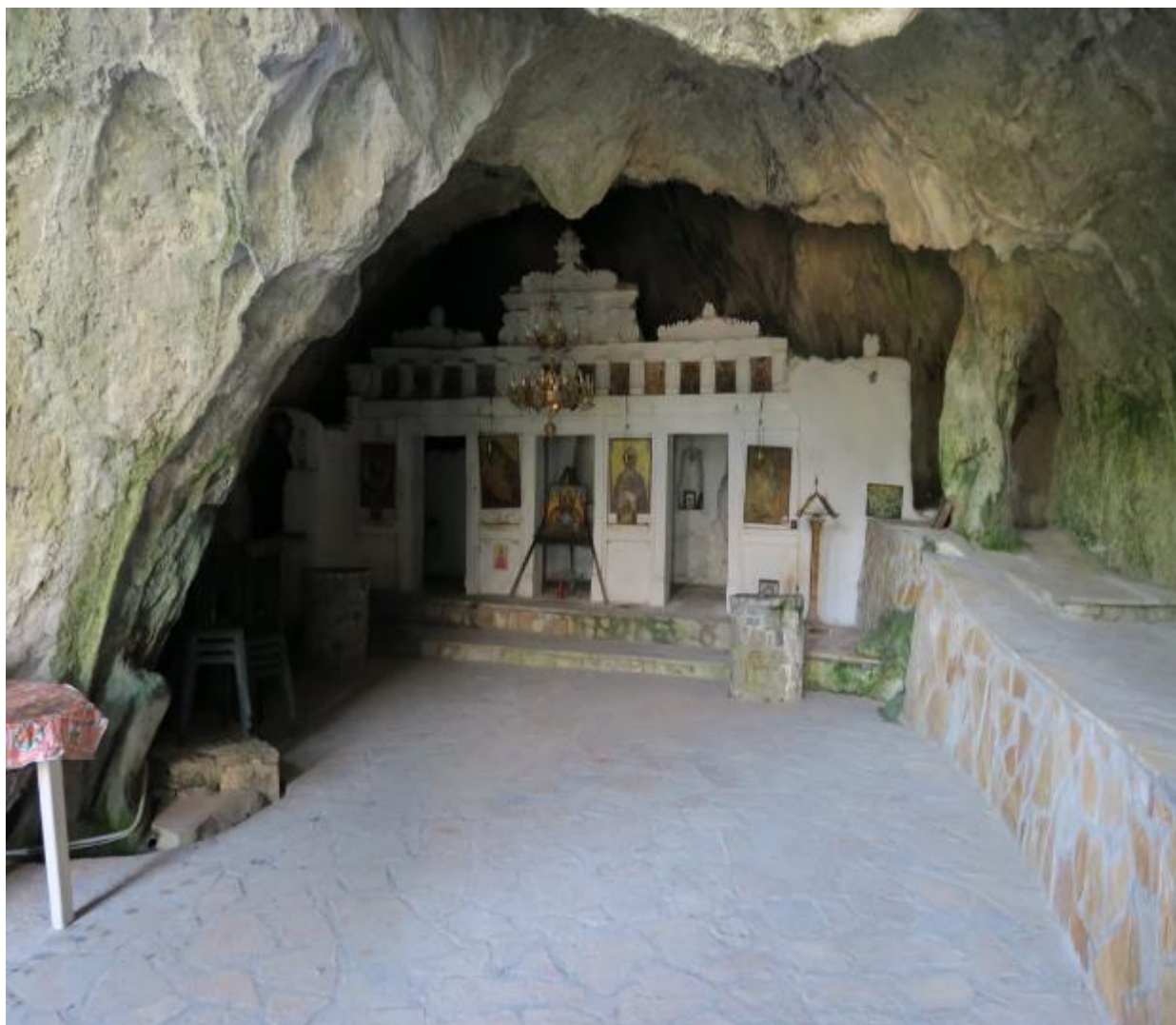


(Εικόνα 5.53: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Προυσιώτισσας στους Βαρδάτες.

5.1.20. Περιφερειακή Ενότητα ΦΩΚΙΔΟΣ

5.1.20.1. Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Ιερουσαλήμ της Φωκίδας.

Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Ιερουσαλήμ, βρίσκεται στο Όρος Γκιώνα σε υψόμετρο 1100μ., κοντά στο χωριό Συκιά Φωκίδος. Πίσω από το Ιερό του ναού (μέσα στο σπήλαιο) υπάρχει μικρή λίμνη και σταλακτίτες. Δίπλα από τη συγκεκριμένη σπήλαιο-εκκλησία υπάρχει και δεύτερη σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Δημητρίου. (Εικόνα 5.54) (Ντρενογιάννης, 2007. σ.66-67).



(Εικόνα 5.54: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στο χωριό Συκιά της Φωκίδας.

5.1.21. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΝΟΤΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ

5.1.21.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΕΑΣ-ΚΥΘΝΟΥ

5.1.21.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Τιμοθέου Επισκόπου Ευρίπου στο Λούρο της Κέας.

Ο Άγιος Τιμόθεος Επίσκοπος Ευρίπου, γεννήθηκε στον Κάλαμο Αττικής το 1510. Είναι ο κτήτορας της Μονής Πεντέλης στην Αττική. Λίγο πριν το τέλος της ζωής του, πέρασε στο νησί της Κέας επειδή τον κυνηγούσαν οι Οθωμανοί κατακτητές. Στην Κέα εγκαταστάθηκε στην ερειπωμένη μονή του Αγίου Ιωάννου Προδρόμου στην περιοχή Λούρου, ενώ τα καλοκαίρια ασκήτευε σε ένα σπήλαιο λίγο χαμηλότερα από τη Μονή. (Εικόνα 5.55). Στο σημείο που βρίσκεται το ασκητήριο, έκανε ένα θαύμα και ανέβλυσε από τα βράχια νερό. Εκοιμήθει στο σπήλαιο το 1590 σε ηλικία 80 ετών. (Εικόνα 5.55) (Θέμελης, 1982 ; Λαγγής, 1980. σ. 293-297).



(Εικόνα 5.54: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Τιμοθέου Επισκόπου Ευρίπου στο Λούρο της Κέας.

5.1.22. ΑΓΙΟΝ ΟΡΟΣ

5.1.22.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ακακίου στο Άγιον Όρος.

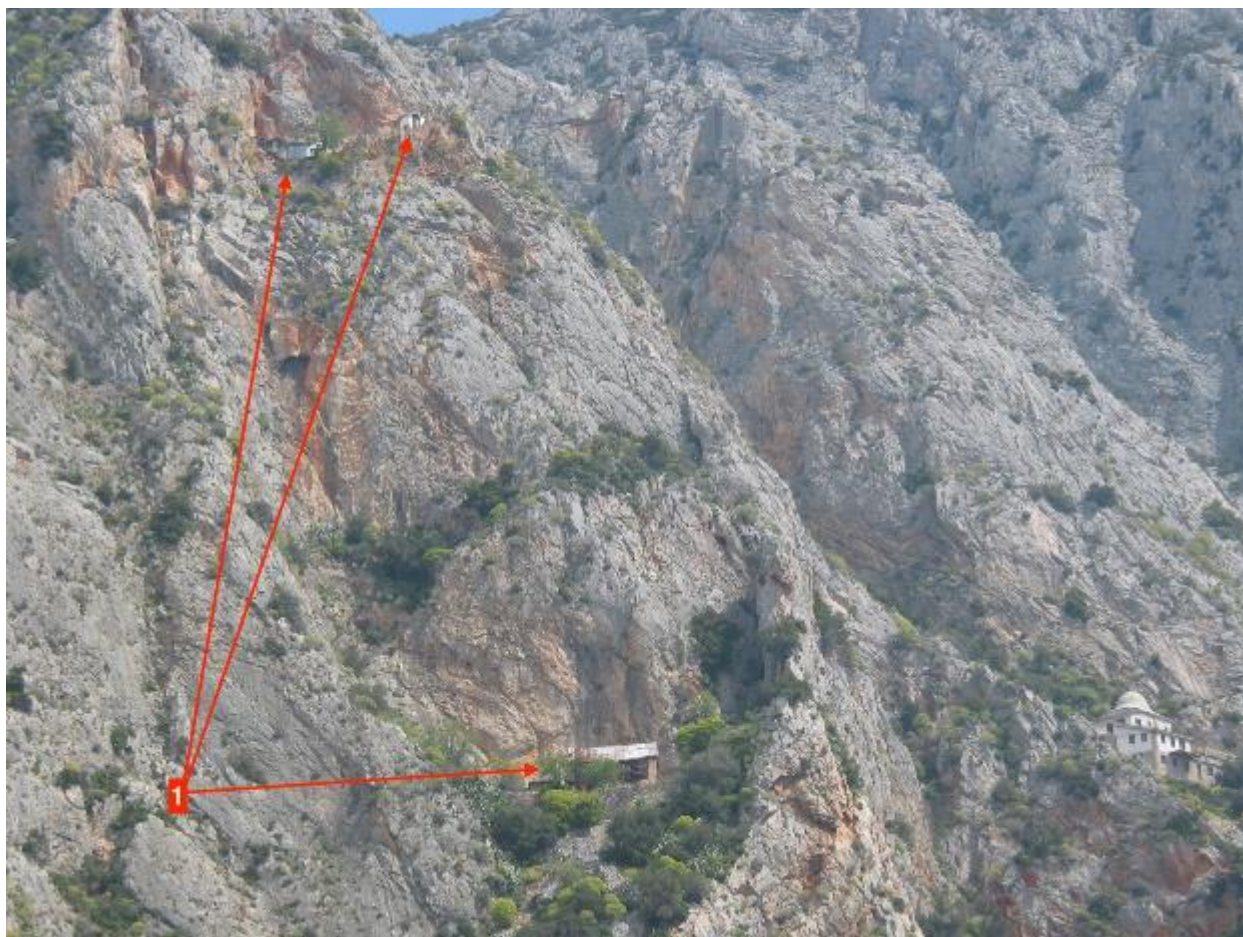
Σ' αυτό το σπήλαιο-ασκητήριο που βρίσκεται στη σκήτη των Καυσοκαλυβίων στο Άγιον Όρος, έζησε και ασκήθηκε ο Άγιος Ακάκιος (1630-1730). Λόγο της αρετής και της φήμης του ως οσίου ανδρός, ήρθαν πάρα πολλοί άνθρωποι να συνασκηθούν μαζί του, με αποτέλεσμα να δημιουργηθεί η Σκήτη των Καυσοκαλυβίων. (Εικόνα 5.55) (Πατάπιος, Μοναχός Καυσοκαλυβίτης, 2012. σ. 90-97).



(Εικόνα 5.55: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ακακίου στη Σκήτη των Καυσοκαλυβίων του Αγίου Όρους.

5.1.22.2. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της περιοχής των Καρουλίων.

Η περιοχή των Καρουλίων είναι μια απόκρημνη βραχώδης περιοχή νοτιοδυτικά της χερσονήσου του Αγίου Όρους και ανήκει διοικητικά στη Μονή της Μεγίστης Λαύρας. Στη βραχώδη και άνυδρη αυτή περιοχή, υπάρχουν πολλές σπηλιές όπου πολλοί ασκητές έχουν δημιουργήσει πριν πολλά χρόνια σπήλαιο-ασκητήρια. Η περιοχή ονομάστηκε Καρούλια, εξαιτίας της χρησιμοποίησης από τους ασκητές, καρούλια για τη μεταφορά των απαραίτητων αγαθών και υλικών από τα προσβάσιμα σημεία του βράχου, στα ασκητήρια τους. (Εικόνα 5.56) (Ντρενογιάννης, 2007. σ. 112).



(Εικόνα 5.56: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τα σπήλαιο-ασκητήρια των της περιοχής των Καρουλίων του Αγίου Όρους.

5.2. Δεύτερος κατάλογος

Ο δεύτερος κατάλογος περιλαμβάνει τις σπηλαίο-εκκλησίες και τα σπήλαιο-ασκητήρια από τις υπόλοιπες Περιφέρειες της Ελλάδος και την Κύπρο.

5.2.1. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ

5.2.2.1. Περιφερειακή Ενότητα Βόρειου Τομέα Αθηνών

5.2.2.2. Το σπήλαιο του Νταβέλη στο Πεντελικό Όρος.

Το σπήλαιο του Νταβέλη στο Πεντελικό όρος, οι ασκητές το χρησιμοποίησαν ως ασκητήριο, μεταξύ του 10^{ου} και 11^{ου} αιώνας. Για τις λειτουργικές τους δε ανάγκες, κατασκεύασαν δύο μικρούς ναούς κοντά στην είσοδο του. Αυτοί, είναι αφιερωμένοι στους Αγίους Σπυρίδωνα και Νικόλαο. (Πάλλης, 2013).

5.2.3. Περιφερειακή Ενότητα Νήσων

5.2.3.1. ΚΥΘΗΡΑ.

5.2.3.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ιωάννη του εν Κρημνώ, στα Κύθηρα.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ιωάννη του εν Κρημνώ, βρίσκεται στο Καψάλι των Κυθήρων, σε ύψος 100μ από τη θάλασσα. Στην είσοδο του ασκητηρίου, υπάρχει επιγραφή που αναφέρει ότι ανακαινίστηκε από το μοναχό Ιωαννίκιο το 1725. Μια παράδοση αναφέρει ότι, ο Άγιος Ιωάννης ο θεολόγος επιστρέφοντας από την Ρώμη, σταμάτησε σ' αυτό το σπήλαιο. Εδώ ξεκίνησε τη συγγραφή της Αποκάλυψης, την τελείωσε όμως στην Πάτμο. (Τσαντούλας, 2004-2005. σ. 20 ; Στεφανοπούλου, 2004-2005. σ. 60-61).

5.2.4. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ & ΘΡΑΚΗΣ

5.2.4.1. Περιφερειακή Ενότητα ΔΡΑΜΑΣ

5.2.4.2. Παναγία Σπηλαιώτισσα - σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Μάρκου στην Δράμα.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Μάρκου στην Πετρούσα του Νομού της Δράμας, βρίσκεται στις υπώρειες του Φαλακρού Όρους. Στο σπήλαιο-ασκητήριο αυτό, υπάρχουν δύο χρηστικοί θάλαμοι, ο πρώτος και μεγαλύτερος που φωτίζεται με φυσικό φως, εμπεριέχει δύο αρχαίες κτιστές δεξαμενές νερού, με το νερό της μίας εκ των δύο να λαμβάνετε από τους προσκυνητές έως και σήμερα, ως αγίασμα. Εντός του ίδιου θαλάμου, υπάρχουν τα ερείπια ναού που ήταν αφιερωμένος στην Παναγία την Σπηλαιώτισσα και ήταν αγιογραφημένος. Η δεύτερη αίθουσα, έχει πολλά αφιερωματικά-επικλητικά ακιδογραφήματα διαφόρων εποχών, όπως του 11^{ου}-12^{ου}, 15^{ου}, 17^{ου}, 18^{ου}, 19^{ου} αλλά και στις αρχές του 20^{ου} αιώνα. Σήμερα το ασκητήριο αποτελεί προσκυνηματικό τόπο του τοπικού πληθυσμού, ειδικά την 25^η Απριλίου ή την Τρίτη της Διακαινησίμου. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2010. σ. 242-243).

5.2.5. Περιφερειακή Ενότητα ΕΒΡΟΥ

5.2.5.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο των Αγίων Θεοδώρων στην Αλεξανδρούπολη.

Το σπήλαιο-ασκητήριο των Αγίων Θεοδώρων βρίσκεται κοντά στο χωριό Άβαντα λίγο έξω από την πόλη της Αλεξανδρούπολης. Το σπήλαιο-ασκητήριο αυτό, έχει δύο επίπεδα, στο πρώτο το μικρότερο, θεωρείται ως ο πρόναος του ναού, στο δεύτερο σε υψηλότερη θέση βρίσκεται ο κυρίως ναός. Ο σπηλαιώδης ναός έχει κτιστό τέμπλο και αξιόλογη τοιχογράφηση. Αυτές δε οι αγιογραφίες είναι δύο φάσεων, η πρώτη ανάγεται στον 11^ο αιώνα ενώ η δεύτερη στον 12^ο-13^ο αιώνα. (Καραμανίδης, 2006. σ. 71 ; Ντρενογιάννης, 2006. σ. 54-81).

5.2.6. Περιφερειακή Ενότητα ΚΑΒΑΛΑΣ

5.2.6.1. ΘΑΣΟΣ

5.2.6.2. Η ιερή σπήλαια-αγίασμα της Ιεράς Μονής Αρχαγγέλου της Θάσου.

Η Ιερά Μονή Αρχαγγέλου, βρίσκεται κοντά στο χωριό Θεολόγος στην άκρη ενός παραθαλάσσιου γκρεμού. Στο γκρεμό, κάτω από τη Μονή, υπάρχει το συγκεκριμένο μικρό σπήλαιο-αγίασμα. Η ιστορία του αγιάσματος, συνδέεται με την ιστορία της ζωής του ασκητή Λουκά. Αυτός ασκήτευε σε ένα σπήλαιο, κοντά στη θέση της σημερινής Μονής. Ο Αρχάγγελος Μιχαήλ με θαυματουργικό τρόπο, δώρισε στον Όσιο Λουκά, στην άνυδρη περιοχή που ζούσε, μια πηγή με άφθονο νερό. Στο σημείο αυτό, ο Όσιος το 1110 μ.Χ., έκτισε ένα μικρό παρεκκλήσιο που υπάρχει. Σύμφωνα με την παράδοση, οι Οθωμανοί κατακτητές προσπάθησαν να μιάνουν αυτή την πηγή-αγίασμα, με αποτέλεσμα αυτή να στερέψει σ' αυτό το σημείο και να βγει στη σημερινή θέση που βρίσκεται το μικρό σπήλαιο-αγίασμα. (Λέκκος, 1998. σ. 425-427 ; Τσαντούλας, 2004-2005. σ. 30-31)

5.2.7. Περιφερειακή Ενότητα ΡΟΔΟΠΗΣ

5.2.7.1. Τα ασκητήρια στο Παπίκιον Όρος της Ροδόπης.

Σύμφωνα με ιστορικές αναφορές αλλά και σύγχρονα αρχαιολογικά ευρήματα, στο Παπίκιο Όρος του Νομού Ροδόπης, υπήρχε μεγάλη και ακμάζουσα ασκητική και μοναστική κοινότητα. Αυτή η κοινότητα υπήρξε κατά την περίοδο του 11^{ου}-13^{ου} αιώνα της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας. Από τα μέσα όμως του 13^{ου} αιώνα, άρχισε η παρακμή της, με αποκορύφωση τα τέλη του 14^{ου} αιώνα οπότε και εξαφανίζεται από την ιστορία. Το 1984 οι αρχαιολογικές έρευνες στην περιοχή αυτή, έφεραν στο φως σημαντικά ευρήματα. Έτσι, έξω από τα χωριά Σώστης, Κερασιά, Ληνός και Μίσχος, βρέθηκαν δύο εκτεταμένα μοναστηριακά ευρήματα όπως και τρεις μονόχωρους ναούς που πρέπει να αποτελούσαν καθολικά κάποιων μικρών μονών. Οι ιστορικές αναφορές είναι αρκετές και μάλιστα αναφέρονται ότι και ο Άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς έμεινε ένα μικρό χρονικό διάστημα στο Παπίκιο Όρος. (Καμπά, 2014. σ. 51-52).

5.2.8. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΒΟΡΕΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ

5.2.8.1. Περιφερειακή Ενότητα ΙΚΑΡΙΑΣ

5.2.8.2. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Θεοσκέπαστης, στην Ικαρία.

Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Θεοσκέπαστης, βρίσκεται στην Ιερά Μονή Οσίας Θεοκτίστης της Λεσβίας, που αυτή βρίσκεται κοντά στο χωριό Πηγή της Ικαρίας. Αυτό το

εκκλησάκι, βρίσκεται μεταξύ δύο μεγάλων επικλινών βράχων, που αποτελούν ταυτόχρονα και την οροφή του. Εντός αυτής της μικρής σπήλαιο-εκκλησίας, σε διαμορφωμένο χώρο, υπάρχουν τα Λείψανα της Οσίας Θεοκτίστης. Αυτή η μικρή σπήλαιο-εκκλησία δέχεται προσκυνητές απ' όλο τον κόσμο. (Πετράτου, 2014. σ. 28-29).

5.2.8.3. Περιφερειακή Ενότητα ΛΕΣΒΟΣ

5.2.8.4. ΛΕΣΒΟΣ

5.2.8.5. Παναγία η Κρυφτή ή Σπηλαιώτισσα.

Είναι ένα σπηλαιώδες ναΰδριον, χωρίς φυσικό φωτισμό, που βρίσκεται κοντά στο χωριό Παλαιοχώρι Πλωμαρίου. Εντός του σπηλαίου σε σχισμή του βράχου, αναβλύζει αγίασμα. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 67)

5.2.9. Περιφερειακή Ενότητα ΛΗΜΝΟΣ

5.2.9.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Κακαβιώτισσας, Λήμνος.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Κακαβιώτισσας, βρίσκεται κοντά στο χωριό Ζεματά της Λήμνου. Στη σπηλιά αυτή υπήρχε παλαιοχριστιανικός ναός ενώ στη Βυζαντινή περίοδο έζησαν σ' αυτήν και στις γύρω σπηλιές ασκητές. Οι ασκητές αυτοί, έκτισαν αυτόν το ναό, που έχει την ιδιαιτερότητα να μην έχει σκεπή. Το 1305 αυτός ο ναός, περιήλθε στην ιδιοκτησία της Ιεράς Μονής Μεγίστης Λαύρας του Αγίου Όρους και αποτελεί μέχρι σήμερα μετόχι της. Η παράδοση αναφέρει, ότι ο τελευταίος ασκητής της περιοχής, πριν φύγει για να ασκητέψει στο Άγιον Όρος, έδωσε την εικόνα της Παναγίας το Ρόδον το Αμάραντο που υπήρχε σ' αυτό το ναό, σε ένα ποιμένα που είχε το ποιμνιοστάσιο του κοντά στη σπηλιά. Αυτός ήταν από την οικογένεια Μουμτζή που ζούσε στο χωριό Κοντιά. Ο ασκητής ζήτησε από αυτόν, να γιορτάζει την εικόνα της Παναγίας στο συγκεκριμένο ναό, κάθε Τρίτη του Πάσχα. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 85. ; Τσαντούλας, 2004-2005. σ. 20-21).

5.2.10. Περιφερειακή Ενότητα ΧΙΟΣ

5.2.10.1. Παναγία η Σπηλιανή.

Η σπήλαιο-εκκλησία αυτή, βρίσκεται στην περιοχή του Απερίου, είναι αγιογραφημένη και χρονολογείται από το 1528. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 252).

5.2.11. Περιφερειακή Ενότητα ΣΑΜΟΣ

5.2.11.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Σαραντασκαλιώτισσας ή η σπηλιά του Πυθαγόρα στη Σάμο.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Σαραντασκαλιώτισσας ή «η σπηλιά του Πυθαγόρα» στη Σάμο, έχει αυτή την ονομασία, εξαιτίας α) του μικρού ναού που υπάρχει εντός του και β) εξαιτίας των σαράντα σκαλιστών σκαλοπατιών που υπάρχουν για την προσέγγιση του. Μέσα στο σπήλαιο, υπάρχει μικρή κτιστή δεξαμενή, που γεμίζει με νερό που στάζει από την οροφή του σπηλαίου και θεωρείται αγίασμα. Η ιστορία του ασκητηρίου ξεκινάει από το 10^ο αιώνα μ.Χ., όταν εγκαταστάθηκε σ' αυτήν ο Όσιος Παύλος ο νεότερος ή ο εν Λάτρω. Σ' αυτό το σπήλαιο, υπάρχει η τοπική παράδοση που λέει ότι, ο Πυθαγόρας ο Σάμιος, χρησιμοποίησε το σπήλαιο ως σπουδαστήριο ή ως (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 108.)

5.2.12. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

5.2.12.1. Περιφερειακή Ενότητα ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ

5.2.12.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο των Αγίων Πατέρων.

Στη βορειανατολική πλευρά του Όρους Βαράσοβα, υπάρχει το σπήλαιο-ασκητήριο των Αγίων Πατέρων, εντός του οποίου σήμερα σώζονται, κάποιοι ερειπωμένοι τοίχοι από λιθοδομή, όπως και τέσσερις αγιογραφίες που χρονολογούνται μεταξύ του 9^{ου}-12^{ου} αιώνας. (Παλιούρας, 2004. σ.176-177 ; Βεΐκου, 2007. σ. 333-334 ; Δελημάρης, 2004. σ. 549-558).

5.2.12.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου του Κρεμαστού.

Στο όρος Αράκυνθος πλησίον του χωριού Κεφαλόβρυσο βρίσκεται το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου του Κρεμαστού. Αποτελείται από δύο μικρά σπήλαια, στο πρώτο σώζονται ένα μικρό μονόχωρο ναΰδριο με λιθόκτιστο τέμπλο και μια πλατιά λίθινη στέρνα, το δε δεύτερο σπήλαιο, βρίσκεται βορειότερα του πρώτου. Στα δύο αυτά σπήλαια σώζονται τοιχογραφίες του 10^{ου}-12^{ου} αιώνας. (Παλιούρας, 2004. σ.187-196 ; Βεΐκου, 2007. σ. 333-334).

5.2.12.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου Βαράσοβας.

Στη νότια πλευρά του όρους Βαράσοβα υπάρχει το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικόλαο και βρίσκεται κοντά στο χωριό κάτω Βασιλική. Σ' αυτό έζησαν μια μικρή αδελφότητα που αριθμούσε περίπου 9-10 ασκητές, από τον 9^ο – 19^ο αιώνα. Σ' αυτό υπήρχαν διώροφα κελιά που έφραζαν το στόμιο της σπηλιάς δίνοντας του φρουριακό χαρακτήρα, μικρό καθολικό,

δεξαμενή νερού, μαγειρείο, φούρνος, τράπεζα, δοχείο. Τέλος, πιθανώς στο βόρειο τοίχο του βράχου της σπηλιάς να υπήρχε και μία εγκλείστρα. (Παλιούρας, 2004. σ.421-432 ; Βεΐκου, 2007. σ. 333-334 ; Δελημάρης, 2004. σ. 549-558)

5.2.12.5. Σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στη Δυτική Βαράσοβα.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στη Δυτική Βαράσοβα βρίσκεται κοντά στο χωριό Γαλατάς. Σήμερα εντός του σπηλαιού σώζονται τα ερείπια μονόχωρου ναΐσκου χωρίς ίχνη τοιχογραφιών και μιας δεξαμενής που ανάγονται στους βυζαντινούς χρόνους. (Δελημάρης, 2004. σ. 549-558)

5.2.13. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

5.2.13.1. Περιφερειακή Ενότητα ΓΡΕΒΕΝΩΝ

5.2.13.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικάνορα στην Ζάβορδα των Γρεβενών.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικάνορα στην Ζάβορδα των Γρεβενών, δημιουργήθηκε από τον όσιο Νικάνορα το 16^ο αιώνα. Κατόπιν ο ίδιος, ίδρυσε στην κορυφή του Καλλίστρατου όρους, την Ιστορική Μονή της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, Ζάβορδα. Το ασκητήριο και η Μονή του Οσίου, αποτελούν ένα από τα σπουδαιότερα προσκυνήματα της ευρύτερης περιοχής. (Σιγάλα, 1991, σ. 7-31).

5.2.14.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

5.2.14.2. Το σπήλαιο της Αγίας Τριάδας, στο Μεγάλο της Καστοριάς.

Το σπήλαιο της Αγίας Τριάδας Μεγάλο στο χωριό Γέρμα της Καστοριάς, παρουσιάζει συνεχόμενα ίχνη ζωής από την Νεολιθική εποχή, την εποχή του Χαλκού, την Βυζαντινή, την Οθωμανική, αλλά και την σημερινή. Το σπήλαιο τα τελευταία 200 χρόνια είναι διαμορφωμένο σε εκκλησία που είναι αφιερωμένη στην Αγ. Τριάδα. (Τρίμης, 2013. σ. 72-88).

5.2.15.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΟΖΑΝΗΣ

5.2.15.2. Το Ασκητήριο του Αγίου Θεοδώρου του Τήρωνος στις Αυλές της Κοζάνης.

Το ασκητήριο αυτό, πήρε το όνομα του σύμφωνα με την προφορική παράδοση της περιοχής, από ένα άγιο ασκητή, που έζησε και κοιμήθηκε σ' αυτό και ονομαζόταν Θεόδωρος. Το ασκητήριο όμως αυτό, είναι αφιερωμένο και γιορτάζει στον Άγιο Θεόδωρο τον Τήρωνα. Ο εξωτερικός ναός του ασκητηρίου, πιθανώς να είναι μεταξύ του 11^{ου} ή 12^{ου} αιώνα, ενώ κάποιες τοιχογραφίες του πιθανώς να είναι του 14^{ου} αιώνα. Σ' αυτό το ασκητήριο, εκτός της κεντρικής

σπηλιάς με την εκκλησία του, υπάρχουν ψηλότερα απ' αυτό, δύο ακόμη μικρότερα σπήλαιο-ασκητήρια (Νικολαΐδου, 2017. σ. 38-44).

5.2.16. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΗΠΕΙΡΟΥ

5.2.16.1 Περιφερειακή Ενότητα ΑΡΤΑΣ

5.2.16.2. Η ιερή σπηλιά της Παναγίας της Χρυσοσπηλιώτισσας, στην Άρτα.

Η ιερή σπηλιά της Παναγίας της Χρυσοσπηλιώτισσας, βρίσκεται εντός της Μονής του Γενεθλίου της Θεοτόκου Χρυσοσπηλιώτισσας, στο χωριό Γουριανά των Τζουμέρκων της Άρτας. Το καθολικό της Μονής, είναι κτίσμα του 11^{ου} αιώνας, έχει όμως ανακαινισθεί το 1663 και έχει πολύ ωραίες τοιχογραφίες. Η τοπική ιστορία αναφέρει ότι σε άγνωστη εποχή, ένας βοσκός της περιοχής, βρήκε τη συγκεκριμένη εικόνα της Παναγίας εντός του σπηλαίου με θαυματουργικό τρόπο. Στο σημείο αυτό στην αρχή κτίσθηκε μικρός ναός και κατόπιν το συγκεκριμένο μοναστήρι. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2005. σ. 93-95).

5.2.17.1. Περιφερειακή Ενότητα ΘΕΣΠΡΩΤΙΑΣ

5.2.17.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Νείλου στη Θεσπρωτία.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Νείλου, βρίσκεται απέναντι από τη Μονή του Γηρομερίου, κοντά στο δρόμο από Φιλιάτες προς Τσαμαντά, στη Θεσπρωτία. Ο βράχος που βρίσκεται το συγκεκριμένο ασκητήριο του Οσίου Νείλου, έχει και άλλα σπήλαιο-ασκητήρια. Στο ασκητήριο του Οσίου Νείλου υπάρχουν, μια τοιχογραφία του 14^{ου} αιώνας (Αρχάγγελος), αλλά και βραχογραφίες σε διάσπαρτα σημεία του. (Ντελής, 2019. σ. 6-7).

5.2.18.1. Περιφερειακή Ενότητα ΠΡΕΒΕΖΗΣ

5.2.18.2. Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Σώστη Πάργας.

Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Σώστη βρίσκεται σε κοντινή σχετικά απόσταση από την Πάργα. Η πρόσβαση της γίνεται από θαλάσσης. (ΖΕΝΑΪ, 2022. σ. 29).

5.2.19. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

5.2.19.1. Περιφερειακή Ενότητα ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ

5.2.19.2. Παναγία η Γορίτσα.

Είναι μια σπήλαιο-εκκλησία που βρίσκεται περίπου 4 χλμ., ανατολικά από την πόλη του Βόλου, στην κορυφή ενός λόφου με την ονομασία Γορίτσα. Εντός του σπηλαίου βρέθηκε η ομώνυμη εικόνα της Παναγίας. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2005. σ. 371-372).

5.2.20.1. Περιφερειακή Ενότητα Τρικάλων.

5.2.20.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο ή Ιερά Μονή της Υπαπαντής στα Μετέωρα.

Το σπήλαιο-ασκητήριο ή η Ιερά Μονή της Υπαπαντής, βρίσκεται στα Μετέωρα, είναι κτίσμα του 14^{ου} αιώνα και σήμερα αποτελεί μετόχι της Μονής του Μεγάλου Μετεώρου. Το καθολικό του, είναι αφιερωμένο στην Ανάληψη του Κυρίου και είναι κατάγραφο από πολύ ωραίες τοιχογραφίες. Το ασκητήριο αυτό, σήμερα είναι πλήρως ανακαινισμένο. (Σοφιανός & Δεριζιώτης, 2011. σ. 21-36).

5.2.21. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΙΟΝΙΩΝ ΝΗΣΩΝ

5.2.21.1. Περιφερειακή Ενότητα ΖΑΚΥΝΘΟΥ

5.2.21.2. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλιώτισσας, στην Ζάκυνθο.

Η ιστορία της σπήλαιο-εκκλησίας της Παναγίας της Σπηλιώτισσας, στη Μονή Σπηλιώτισσας στην Ζάκυνθο, ξεκινάει το 1548 όταν βρέθηκε εντός του συγκεκριμένου σπηλαίου, η μικρή εικόνα της Παναγίας. Ο μοναχός Ιωαννίκιος Κοψιδάς, προς τιμήν αυτής της εικόνας, κοντά στο σπήλαιο, έκτισε το Μοναστήρι της Παναγίας της Σπηλιώτισσας, όπου φυλάσσεται μέχρι σήμερα. (Λέκκος, 1998. σ. 321 ; Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 284-285).

5.2.22.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΕΡΚΥΡΑΣ

5.2.22.2. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλαιώτισσας Νέου Φρουρίου.

Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλαιώτισσας Νέου Φρουρίου, βρίσκεται εντός ενός σπηλαίου στο Νέο Φρούριο της πόλης της Κερκύρας, στο λόφο του Αγίου Μάρκου. Η τοπική παράδοση αναφέρει, ότι το 1400 εντός του συγκεκριμένου σπηλαίου, βρέθηκαν δύο λίθινες πλάκες, όπου ήταν ζωγραφισμένη σ' αυτές, η εικόνα της Παναγίας. Μετά απ' αυτό το γεγονός, το σπήλαιο αυτό μετατράπηκε στη συγκεκριμένη σπήλαιο-εκκλησία. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 357-359)

5.2.21.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΕΦΑΛΛΗΝΙΑΣ & ΙΘΑΚΗΣ

5.2.21.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Άνθιμου Κουρούκλη στην Κεφαλονιά.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Άνθιμου Κουρούκλη στην Κεφαλονιά, βρίσκεται στη Μονή Αγίας Παρασκευής Λέπεδων κοντά στο Ληξούρι. Ο Όσιος Άνθιμος γεννημένος στο Ληξούρι της Κεφαλονιάς το 1717, ασκήτεψε στο σπήλαιο αυτό από το 1759 μέχρι το θάνατο του στα 1782.

Κατά την περίοδο της άσκησής του στο σπήλαιο αυτό, ανοικοδόμησε και τη Μονή της Αγίας Παρασκευής Λέπεδων. (Μωυσέως, μοναχού, 2008. σ. 493-494).

5.2.22.3. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλαιώτισσας στην Ιθάκη.

Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλαιώτισσας στην Ιθάκη, βρίσκεται στο νότιο άκρο του νησιού, και η προσέγγιση του γίνεται μέσω ενός μονοπατιού. Η τοπική παράδοση αναφέρει ότι, μέσα στη σπηλιά πριν πολλά χρόνια, δύο οικογένειες που εργάζονταν στη συγκεκριμένη περιοχή, είδαν ένα φως να βγαίνει από τη σπηλιά. Μπαίνοντας μέσα βρήκαν, τη μικρή εικόνα της Παναγίας. Αυτοί τη μετέφεραν στο χωριό Περαχώρι, η εικόνα όμως μεταφερόταν θαυματουργικά ξανά στη σπηλιά. Αυτό έγινε τρεις φορές, οπότε το χωριό αποφάσισε να κτίσει αυτό το σπήλαιο-εκκλησάκι και να τοποθετήσει την εικόνα της Παναγίας. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλαιώτισσας γιορτάζει στις 2 Ιουλίου και αποτελεί σημαντικό προσκύνημα του νησιού. (Πηγή: ΓΕΩΠΑΡΚΟ ΚΕΦΑΛΟΝΙΑΣ ΙΘΑΚΗΣ).

5.2.23.1. Περιφερειακή Ενότητα ΛΕΥΚΑΔΟΣ

5.2.23.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο των Αγίων Πατέρων στην Λευκάδα.

Το σπήλαιο-ασκητήριο των Αγίων Πατέρων στην Λευκάδα βρίσκεται κοντά στην Νικιάνα. Η τοπική ιστορία αναφέρει ότι, το ασκητήριο αυτό το ίδρυσαν τρεις Πατέρες απ' αυτούς που πήραν μέρος στην Α' Οικουμενική Σύνοδο στην Νίκαια της Βιθυνίας το 325 μ.Χ. Αυτοί οι τρεις Πατέρες μετά τη Σύνοδο, ακολούθησαν το τότε Επίσκοπο της Λευκάδας Αγάθαργο και εγκαταβίωσαν μέχρι το τέλος της ζωής τους σ' αυτή τη σπηλιά. Σήμερα ο χώρος του σπήλαιο-ασκητηρίου, αποτελεί μετόχι της Μονής του Αγίου Γεωργίου στους Σκαρούς της Λευκάδος. (Λέκκος, 1998. σ. 298).

5.2.24. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

5.2.24.1. Περιφερειακή Ενότητα Θεσσαλονίκης

5.2.24.2. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Στην περιοχή του Χορτιάτη της Θεσσαλονίκης και συγκεκριμένα από την κοινότητα του Χορτιάτη μέχρι στο κάστρο του Κισσού, στην περίοδο του Βυζαντίου, υπήρχαν διάσπαρτα ασκητήρια και μονές. Σήμερα στην περιοχή δεσπόζει η γυναικεία Μονή της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος. (Bakirtzis, 2013. pp. 113-123).

5.2.25.1. Περιφερειακή Ενότητα ΠΕΛΛΑΣ

5.2.25.2. Η σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Θεοδώρων στην Πέλλα.

Η σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Θεοδώρων βρίσκεται σε παραλίμνια θέση της Βεγορίτιδος, λίγο έξω από το χωριό Περαία της Πέλλας. Στο χωριό πριν την ανταλλαγή, κατοικούσαν Οθωμανοί. Μαρτυρίες των πρώτων προσφύγων που έφτασαν στο χωριό, αναφέρουν ότι οι Οθωμανοί τους είπαν ότι το μέρος που βρέθηκε η εικόνα, αυτοί το θεωρούσαν ιερό και το ονόμαζαν «Αγία Πέτρα». (Πηγή: edessacity.gr).

5.2.26.1. Περιφερειακή Ενότητα ΠΙΕΡΙΑΣ

5.2.26.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του αγίου Διονυσίου του εν Ολύμπω στην Πιερία.

Αυτό το σπήλαιο-ασκητήριο βρίσκεται μέσα στο φαράγγι του Ενιπέα στον Όλυμπο σε υψόμετρο 900μ., κοντά στο Λιτόχωρο Πιερίας. Ο όσιος Διονύσιος ο εν Ολύμπω ασκήθηκε και σ' αυτό το σπήλαιο-ασκητήριο. Το 1542 σε μικρή απόσταση από το ασκητήριο του, έκτισε τη Μονή της Αγίας Τριάδος, που σήμερα φέρει το όνομα του. Αυτή καταστράφηκε από τους Γερμανούς κατακτητές. (Καλογήρου, 2004-2005. σ. 40).

5.2.27.1. Περιφερειακή Ενότητα ΣΕΡΡΩΝ

5.2.27.2. Παναγία των Βράχων – Φανερωμένη.

Η ύπαρξη αυτού του προσκυνήματος που βρίσκεται κοντά στην Οινούσα Σερρών, ταυτίζεται με την ανεύρεση μιας βραχογραφίας (απεικονίζει την Παναγία), εντός μιας αβαθούς βραχοσκεπής. Η βραχογραφία έχει και επιγραφή, που αναφέρει το έτος χρονολόγησης της (1382), όπως και το όνομα του δωρητή και δημιουργού της, που ήταν το αυτό πρόσωπο. Δίπλα από τη βραχογραφία υπάρχει αγίασμα. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2010. σ. 166-167).

5.2.28.1. Περιφερειακή Ενότητα Χαλκιδικής

5.2.28.2. Το Αγίασμα του Αποστόλου Παύλου.

Το Αγίασμα του Αποστόλου Παύλου βρίσκεται στην Κασσάνδρα και είναι μια λαξευμένη υπόγεια στο βράχο στοά, μήκους 19μ., που καταλήγει σε ένα υπόγειο θάλαμο. (Καραστέργιος, 2016. σ. 7-8 ; Ντρενογιάννης, 2008. σ 141).

5.2.29. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ

5.2.29.1. Περιφερειακή Ενότητα ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

5.2.29.2. Σπήλαιο-ασκητήρια του Αγιοφάραγγου – Σπήλαιο-εκκλησία Αγίου Αντωνίου.

Το Αγιοφάραγγο καταλήγει στο Λιβυκό πέλαγος και στα τοιχώματα του υπάρχουν πλήθος σπηλαίων όπου ασκήτεψαν για εκατοντάδες χρόνια πολλοί ασκητές. Στο τέλος του φαραγγιού προς τη θάλασσα υπάρχει ο ναός του Αγίου Αντωνίου κτίσμα του 14^{ου} αιώνας όπου τμήμα του ιερού του βρίσκεται εντός μικρού σπηλαίου. Ο ναός αυτός αποτελούσε το «Καθολικόν» των ασκητών. Δίπλα από το ναό του Αγίου Αντωνίου υπάρχει το σπήλαιο-ασκητήριο με την ονομασία «Γουμενόσπηλιος» όπου

ασκήτευε ο καθοδηγητής των υπολοίπων σκητών της περιοχής. Μάλιστα δε, υπάρχει ο θρύλος, ότι μία η δύο φορές το χρόνο στην περιοχή όπου βρίσκεται ο «Γουμενόσπηλιος» γινόταν σύναξη όλων των ασκητών του φαραγγιού και ο αριθμός τους έφτανε τους 300. (Ψιλάκης, 1998. σ. 69-70)

5.2.30.1. Περιφερειακή Ενότητα ΛΑΣΙΘΙΟΥ

5.2.30.2. Μονή Φανερωμένης.

Η Μονή Φανερωμένης βρίσκεται 22χλμ., έξω από την πόλη του Αγίου Νικολάου στην περιοχή Γουρνιά. Αιτία της ίδρυσης της Μονής, ήταν η ανεύρεση της εικόνας της Παναγίας εντός ενός σπηλαίου από ένα βοσκό πιθανώς το 13^ο αιώνα. Στο συγκεκριμένο σπήλαιο ονομάστηκε της Παναγίας της Φανερωμένης, όπου και ανεγέρθηκε ναός με την ίδια επωνυμία που αποτελεί μέχρι σήμερα τμήμα των κτιριακών εγκαταστάσεων της συγκεκριμένης Μονής. (Ψιλάκης, 1998. σ. 104)

5.2.31.1. Περιφερειακή Ενότητα ΡΕΘΥΜΝΟΥ

5.2.31.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου στο Βένι Αμαρίου.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου βρίσκεται σε μεγάλο υψόμετρο κοντά στο χωριό Παντάνασσα. Εντός του σπηλαίου σώζονται μέχρι σήμερα το ναύδριο του, μερικά κελλιά, κάποιοι κοινόχρηστοι χώροι, το οστεοφυλάκιο των ασκητών. Επίσης εντός του σπηλαίου υπάρχουν σταλακτίτες και αγίασμα. Το ασκητήριο αυτό σήμερα ανήκει στη Μονή Αρκαδίου. (Ψιλάκης, 1998. σ. 165-166)

5.2.32.1. Περιφερειακή Ενότητα ΧΑΝΙΩΝ

5.2.32.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ιωάννου του Ερημίτου, (Καθολικό) στο Ακρωτήριο Χανίων.

Το σπήλαιο-ασκητήριο ή «η Σπηλιά του Αγίου Ιωάννη του Ερημίτη», βρίσκεται στο ερειπωμένο Μοναστήρι του Καθολικού. Το Μοναστήρι και το ασκητήριο αυτό, βρίσκονται σ' ένα φαράγγι που ονομάζεται Αυλάκι και βρίσκεται στη βόρεια πλευρά του Ακρωτηρίου «Κύαμον ή Μελέχα» των Χανίων στην Κρήτη. Αυτά σήμερα, αποτελούν εξαρτήματα της Μονής του Γουβερνέτο. Το σπήλαιο έχει πλούσιο διάκοσμο από σταλακτίτες και σταλαγμίτες και έχει βάθος 150μ. Στο τέλος του σπηλαίου, υπάρχει ο τάφος του Οσίου Ιωάννου του Ερημίτου, που ασκήτεψε σ' αυτή τη σπηλιά όπου και πέθανε. Στο σημείο του τάφου του, υπάρχει παρεκκλήσιο, με σκαλισμένη στο βράχο την Αγία του Τράπεζα. Στο σπήλαιο αυτό έχουν βρεθεί παλαιολιθικά και νεολιθικά ευρήματα. (Θεοδώρου, 1998. σ. 118-119).

5.2.33. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΝΟΤΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ

5.2.33.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΑΛΥΜΝΟΥ

5.2.33.2. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας Κυράς Ψηλής στην Κάλυμνο.

Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας Κυράς Ψηλής στην Κάλυμνο, βρίσκεται βόρεια από το Βαθύ. Τη δημιουργία αυτής της μονή, την συνοδεύει ο τοπικός θρύλος. Αυτός αναφέρει, ότι εντός του σπηλαίου της Μονής, ένας βοσκός βρήκε την εικόνα της Παναγίας και οι κάτοικοι του χωριού, έκτισαν μία μικρή εκκλησία προς τιμή της Παναγίας. Σήμερα δε αυτή η εκκλησία, αποτελεί τμήμα της εγκαταλελειμμένης Μονής της Παναγίας της Ψηλής. (Κωνσταντοπούλου-Δωρή, 2001. σ. 208).

5.2.34.1. Το ιερό-σπήλαιο της Αποκάλυψης στην Πάτμο.

Το ιερό-σπήλαιο της Αποκάλυψης στην Πάτμο, βρίσκεται στο μέσο της απόστασης της διαδρομής που συνδέει το λιμάνι της Σκάλας του νησιού με τη Χώρα. Σ' αυτό το σπήλαιο σύμφωνα με την παράδοση, το 95 μ.Χ., βρήκε καταφύγιο και συνέγραψε το Βιβλίο της Αποκάλυψης ο Άγιος Ιωάννης ο Θεολόγος. Το σπήλαιο, το Μοναστήρι του Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου, αλλά και όλο το νησί της Πάτμου, αποτελούν Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 333).

5.2.35.1. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Καβουράδαινας στην Λέρο.

Το σπήλαιο-εκκλησάκι της Παναγίας της Καβουράδαινας βρίσκεται μέσα σε μια βραχώδη σχισμή στον Ξηρόκαμπο της Λέρου. Η ιστορία του είναι συνδεδεμένη με την τοπική παράδοση, που αναφέρει ότι κάποιος ψαράς που έψαχνε για καβούρια, βρήκε την εικόνα της Παναγίας που την κράταγε με τις δαγκάνες του ένα καβούρι, μέσα στη σπηλιά. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 337 ; Τραΐου, 2004. σ. 98-144 ; Χατζιφώτη, 1995. σ. 45-47).

5.2.36.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΑΡΠΑΘΟΥ

5.2.36.2. Η Παναγία η Σπηλιανή.

Η Παναγία η Σπηλιανή είναι ένα σπηλαιώδες ναΰδριον του 1528. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 252).

5.2.37.1. Περιφερειακή Ενότητα ΚΩ

5.2.37.2. ΝΙΣΥΡΟΣ

5.2.37.3. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλιανής στην Νίσυρο.

Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Σπηλιανής σήμερα αποτελεί το καθολικό της ομώνυμης Μονής, που βρίσκεται στο Μανδράκι της Νισήρου. Η τοπική παράδοση αναφέρει ότι, η ιστορία αυτής της σπήλαιο-εκκλησίας ανάγεται στο 1400 μ.Χ. Συγκεκριμένα, ένας γεωργός την εποχή εκείνη, βρήκε την εικόνα της Παναγίας εντός μιας σπηλιάς. Αυτός, τη μετέφερε στο Ναό της Παναγίας της Ποταμίτισσας, η εικόνα όμως εξαφανίσθηκε και βρέθηκε κατόπιν εντός της σπηλιάς που σήμερα βρίσκεται. Εξαιτίας αυτού του γεγονότος, οι κάτοικοι έκτισαν ένα εκκλησάκι προς τιμή της Παναγίας μέσα σ' αυτό το σπήλαιο, που αποτελεί σήμερα το καθολικό της συγκεκριμένης Μονής. (Λέκκος, 1998. σ. 517 ; Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 328-331).

5.2.39.1. Περιφερειακή Ενότητα ΜΗΛΟΥ

5.2.39.2. Οι κατακόμβες της Μήλου.

Οι κατακόμβες της Μήλου, βρίσκονται κάτω από το χωριό Τρυπητή της Μήλου. Πρόκειται για ένα νεκροταφείο, που αποτελείται από ένα σύμπλεγμα υπόσκαφων ευρύχωρων αιθουσών και διαδρόμων. Αυτοί οι διάδρομοι έχουν συνολικό μήκος 200μ. Υπάρχουν δύο μεγάλες αίθουσες η Α και η Β και τα κινητά κτερίσματα που έχουν ανευρεθεί είναι του 1^{ου} έως και του 6^{ου} αιώνας. (Στεφανοπούλου, 2004-2005. σ. 50 ; Τσαντούλας, 2004-2005. σ. 12-13 ; Γερούση, 2004. σ. 142-147).

5.2.40.1. Περιφερειακή Ενότητα ΝΑΞΟΥ

5.2.40.2. Παναγία η Σπηλιώτισσα του Ζά.

Αυτό είναι ένα σπηλαιώδες ναΰδριον, που βρίσκεται στο όρος Ζά (Ζεύς) και είναι αφιερωμένο στην Ζωοδόχο Πηγή. Στην αρχαιότητα στο σπήλαιο αυτό λατρευόταν ο Ζεύς. Στο εσωτερικό του σπηλαίου, υπάρχει δεύτερο ναΰδριον, που είναι αφιερωμένο στη Ζωοδόχο Πηγή.

(Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 244)

5.2.41.1. Περιφερειακή Ενότητα ΡΟΔΟΥ

5.2.41.2. Παναγία η Σπηλιώτισσα.

Είναι ένα σπηλαιώδες ναΰδριον που βρίσκεται κάτω από την Ακρόπολη της Λίνδου.

(Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 390)

5.2.42.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο στην περιοχή Κελλιά της Χάλκης.

Το σπήλαιο-ασκητήριο αυτό, βρίσκεται σε ένα μικρό ορμίσκο με την ονομασία «Κελλιά», στις βορειοανατολικές ακτές της Χάλκης. Αποτελείται από δύο ασκηταριά, το ένα βρίσκεται εντός ενός μικρού σπηλαίου και το άλλο είναι κτιστό. Στο ασκητήριο αυτό υπάρχουν τοιχογραφίες, μερικές απ' τις οποίες, βρίσκονται σε σχετικά καλή κατάσταση και χρονολογούνται από τα μέσα του 6^{ου} αιώνα. (Σιγάλα .2009).

5.2.43.1. Περιφερειακή Ενότητα ΣΥΡΟΥ

5.2.43.2. Η σπήλαιο-εκκλησία Αγίου Στεφάνου στη Σύρο.

Η σπήλαιο-εκκλησία Αγίου Στεφάνου στη Σύρο, βρίσκεται κοντά στον οικισμό Γαλησσά. Σύμφωνα με την παράδοση, το εκκλησάκι το έκτισε κάποιος Στέφανος από τον Γαλησσά ως τάμα, μετά από τη διάσωση του στη θάλασσα από ένα τεράστιο χταπόδι που τον τράβηξε στην θάλασσα. (Τούλιου, 2020).

5.2.44. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ

5.2.44.1. Περιφερειακή Ενότητα ΑΡΚΑΔΙΑΣ

5.2.44.2. Το σπηλαιομονάστηρο του Τιμίου Προδρόμου στην περιοχή του Λούσιου ποταμού.

Η Ιερά Μονή του Προδρόμου, που βρίσκεται στο φαράγγι του Λούσιου ποταμού, στη Στεμνίτσα Αρκαδίας. Από τον 12^ο έως και τον 16^ο μ.Χ., αιώνα, η σπηλιά που βρίσκεται σήμερα η Μονή, ήταν ασκητήριο. Κατόπιν, αυτό μετατράπηκε στη σημερινή Μονή. Έχει δύο ναΰδρια ο αρχαιότερος είναι λαξευμένος εντός του βράχου και είναι αφιερωμένος στον Ιωάννη τον

Πρόδρομο και ο νεότερος που είναι θολοσκεπής. Και τα δύο ναύδρια έχουν περίπου τις ίδιες διαστάσεις, φέρουν τοιχογραφίες και του δευτέρου ανάγονται τον 18^ο αιώνα. Η Μονή έπαιξε εθνικό ρόλο κατά τη διάρκεια της απελευθέρωσης μας από την Οθωμανική κατοχή. (Μουτσόπουλος, 1959. σ. 187-194).

5.2.44.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στην περιοχή του Λούσιου ποταμού.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, βρίσκεται εντός ενός μικρού έγκυλου διαστάσεων 3Χ4 μ., δυτικότερα της Μονής του Προδρόμου. Η πρόσοψη του ασκητηρίου αποτελείται από τοίχο κατασκευασμένο από αργολιθοδομή και διάτρητος απο πολεμίστρες. Εντός του σώζεται ίχνη εικόνας του Χριστού (Μουτσόπουλος, 1959. σ. 185).

5.2.44.4. Το σπήλαιο-ασκητήριον των Ταξιαρχών στην περιοχή του Λούσιου ποταμού.

Το σπήλαιο-ασκητήριον των Ταξιαρχών βρίσκεται και αυτό δυτικότερα της Μονής Προδρόμου. Φέρει ίχνος αγιογραφίας, που πιθανώς απεικόνιζε την Θεοτόκο. Πέριξ αυτού του σπήλαιο-ασκητηρίου υπάρχουν και άλλα ασκητήρια. (Μουτσόπουλος, 1959. σ. 185-187).

5.2.44.5. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας του Σαβαλά στην περιοχή του Λούσιου ποταμού.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας του Σαβαλά, βρίσκεται στην αριστερή όχθη του Λούσιου ποταμού, εντός ενός μικρού σπηλαίου Όλο το σπήλαιο αποτελεί ένα θολοσκέπαστο ναύδριο που οι εσωτερικές του διαστάσεις είναι 2Χ3,2μ. (Μουτσόπουλος, 1959. σ. 194-195)

5.2.44.6. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Παναγίας της Αιμυαλούς

Η Μονή της Παναγίας της Αιμυαλούς, βρίσκεται κοντά στην Δημητσάνα της Αρκαδίας και δημιουργήθηκε στη θέση παλαιότερων σπήλαιο-ασκητηρίων. Το καθολικό της Μονής βρίσκεται εντός σπηλαίου είναι τοιχογραφημένο και η κτητορική του επιγραφή αναφέρει το έτος 1608. (Μουτσόπουλος, 1959. σ. 195-199)

5.2.44.7. Το σπηλαιομονάστηρο της παλαιάς Μονής Φιλοσόφου στην περιοχή του Λούσιου ποταμού.

Το σπηλαιομονάστηρο της παλαιάς Μονής Φιλοσόφου βρίσκεται κοντά στην Δημητσάνα Αρκαδίας. Η ανέγερση του ανάγεται 10^ο αιώνα, επί αυτοκράτορος Νικηφόρου Φωκά. Πριν την

ίδρυση του συγκεκριμένου σπηλαιομοναστηριου στη συγκεκριμένη θέση υπήρχαν ασκητήρια. Η Μονή αρχιτεκτονικά έχει φρουριακό χαρακτήρα, διέθετε δε, καθολικόν, κελλιά, βοηθητικά κτίσματα και κιστέρνες. Το καθολικόν είναι τοιχογραφημένο (Μουτσόπουλος, 1959. σ. 169-183).

5.2.45.1. Περιφερειακή Ενότητα ΛΑΚΩΝΙΑΣ

5.2.45.2. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Άι-Γιαννάκη

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Άι-Γιαννάκη, βρίσκεται εντός του τοιχώματος μιας απότομης ρεματιάς, στα όρια των κοινοτήτων των Αγίων Αναργύρων και Γερακίου του νομού Λακωνίας. Το ασκητήριο διαθέτει πολλές αρχαίες τοιχογραφίες που κάποιες απ' αυτές χρονολογούνται νωρίτερα του 10^{ου} αιώνας. (Δρανδάκης, 1988).

5.2.45.3. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Προδρόμου.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Προδρόμου βρίσκεται κοντά στο χωριό Χρυσάφα του νομού Λακωνίας. Το σπήλαιο αυτό είναι μονόχωρο, μακρόστενο και ο αυλός του αποτελεί ουσιαστικό το ναύδριο του Αγίου Ιωάννου του Προδρόμου. Το ναύδριο αυτό έχει πολλές τοιχογραφίες σε δύο στρώματα και οι παλαιότερες ανάγονται τον 13^ο αιώνα. (Δρανδάκης, 1989-1990).

5.2.45.4. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Άϊ-Στρατηγού στο χωριό Γούβες.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Άϊ-Στρατηγού, βρίσκεται εντός ενός μικρού σπηλαίου κοντά στο χωριό Γούβες στην Λακωνία και κτιριακά αποτελείται από δύο ορόφους. Στον επάνω όροφο υπάρχει το ναύδριο του, που φέρει τοιχογραφίες χρονολογούμενες τον 14^ο αιώνα. (Δρανδάκης, 1994 ; Πηγή: ΚΑΣΤΡΟΛΟΓΟΣ Κάστρα της Ελλάδας)

5.2.45.5. Ο σπηλαιώδης ναός της Ζωοδόχου Πηγής κοντά στον Μυστρά.

Το ασκητήριο αυτό βρίσκεται κοντά στο χωριό Πικουλιάνικα βόρεια του παλαιού Μυστρά. Το άνοιγμα του σπηλαίου φράσσεται από τον εξωτερικό τοίχο του ασκητηρίου. Το ναύδριο του είναι τοιχογραφημένο και οι αγιογραφίες αυτές χρονολογούνται περίπου τον 14^ο αιώνα. Αξιοσημείωτο είναι ότι σε ένα βορεινό τοίχο του ασκητηρίου οι τοιχογραφίες φέρουν πλήθος ακιδογραμμάτων που χρονολογούνται μεταξύ του 1638-1676 δείχνοντας έτσι, πόσοι πολλοί ήταν οι προσκυνητές στο ασκητήριο τον 17^ο αιώνα. (Δρανδάκης, 2009. σ. 489-504).

5.2.45.6. Ο σπηλαιώδης ναός του Αγίου Ιωάννου του Προδρόμου στα Τζίτζινα.

Το ασκητήριο αυτό βρίσκεται λίγο έξω και άνωθεν του χωριού Τζίτζινα της Λακωνίας. Σύμφωνα με την παράδοση αυτό ιδρύθηκε πριν 400 χρόνια και τη θέση του την υπέδειξε ο ίδιος ο Άγιος Πρόδρομος. Το χείλος της σπηλιάς φράσεται από τοίχο αργολιθοδομής ύψους 9 μέτρων φρουριακού χαρακτήρα. Κάποια δομικά του στοιχεία, δείχνουν ότι κατασκευάσθηκε στο υστεροβυζαντινούς χρόνους. Το ασκητήριο αποτελείται από πέντε ορόφους που ο καθένας έχει μικρό ύψος και βάθος. Η είσοδος από τη βάση του βράχου στο ασκητήριο, γίνεται μέσω κτιστής κλίμακας 21 βαθμίδων. Η πρόσβαση σε κάθε όροφο γίνεται μέσω ξύλινων κλιμάκων. Το ναύδριο του έχει τοιχογραφίες σε διάφορα στρώματα. Πιθανώς οι αρχαιότερες να είναι του 14^{ου} αιώνας. (Δρανδάκης, 2009. σ. 715-734).

5.2.45.7. Το ασκητήριο της Ανάληψης στο Μυριάλη του Ταυγέτου.

Το σπήλαιο-ασκητήριο αυτό βρίσκεται πάνω από τον Μυστρά στο όρος του Ταυγέτου. Το σπήλαιο αυτό είναι μεγάλο και ευρύ, και η είσοδος του, φράσεται από τοίχο, το δε ναύδριο του, έχει τοιχογραφίες του 13^{ου} αιώνας. (Δρανδάκης, 2009. σ. 735-749 ; Fundic' & Kappas, 2013).

5.2.45.8. Τα δύο σπήλαιο-ασκητήρια στην περιοχή της Παλαιοχώρας στον Χάρακα.

Τα δύο σπήλαιο-ασκητήρια στην περιοχή της Παλαιοχώρας και συγκεκριμένα στη θέση Σταυρός στον Χάρακα της Λακωνίας. (Στάγκου, 2000. σ. 229). Σ' αυτά, σώζονται υπολείμματα τοίχων αργολιθοδομών με επικάλυψη υδραυλικού κονιάματος, που αποτελούσαν υδατοδεξαμενές, αλλά και σκαλιστές στο βράχο βαθμίδες. (Στάγκου, 2000. σ. 449-451)

5.2.46. ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

5.2.46.1. Περιφερειακή Ενότητα ΕΥΒΟΙΑΣ

5.2.46.2. Ασκητήριο του οσίου Δαβίδ

Το σπήλαιο-ασκητήριο αυτό όπου ασκούσαν ο όσιος Δαβίδ για περισσότερη ησυχία, βρίσκεται σε μικρή απόσταση από τη μονή του. (Λέκκος, 1998. σ. 401-403).

5.2.47.1. ΣΚΥΡΟΣ.

5.2.47.2. Παναγία η Σπηλιώτισσα.

Είναι ένα σπηλαιώδες ναύδριον που βρίσκεται κοντά στο χωριό Καλλικρίνιον και τιμάτε στο Γενέσιον της Θεοτόκου. Εντός του σπηλαίου βρέθηκαν από τους αρχαιολόγους αντικείμενα της παλαιοιλικής εποχής. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 505)

5.2.48. ΚΥΠΡΟΣ

5.2.48.1. Το σπήλαιο-ασκητήριο ή η εγκλείστρα του Οσίου Νεοφύτου, στην Κύπρο.

Το σπήλαιο-ασκητήριο ή η εγκλείστρα του Οσίου Νεοφύτου, βρίσκεται στην ομώνυμη Μονή του. Αυτή βρίσκεται κοντά στο χωριό Τάλα στην Κύπρο και αποτελεί μέχρι σήμερα, ένα από τα μεγαλύτερα προσκυνήματα της Κύπρου. Ο Όσιος Νεόφυτος το 1156 μ.Χ., εγκαταστάθηκε σε μια φυσική σπηλιά και έζησε εκεί για 55 χρόνια μέχρι τον θάνατο του. Αυτή τη σπηλιά ο Όσιος τη διαμόρφωσε σε ένα ασκητήριο με δύο χώρους, την Εκκλησία και το κελί του (Mango and Hawkins, 1966 ; Παπαγωγίου, 1999. σ. 33-96).

ΚΕΦ.6: Η ιστορική πορεία του ασκητισμού και η εξέλιξη των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων στον Χριστιανικό Ελλαδικό και Κυπριακό χώρο.

Η ιστορική πορεία των ιερών σπηλαίων-ασκητηρίων είναι μακραίωνη, σημαντική και με πολλές διακυμάνσεις. Αυτές οι ταπεινές και σε δυσπρόσιτα μέρη κατασκευές, έμειναν ζωντανές για πολλούς αιώνες, για μεν τις σπήλαιο-εκκλησίες χάρη στην αγάπη και την πίστη των πιστών των γύρω περιοχών τους. Για δε τα σπήλαιο-ασκητήρια, χάρη στους αγώνες για πνευματική ανάταση και σωματική επιβίωση των μοναχών τους. Τα ιστορικά δεδομένα, αυτού του ιδιαίτερου τρόπου εκκλησιαστικής ζωής δεν είναι ιδιαίτερα πλούσια, είναι όμως αρκετά ώστε να γίνει μια μικρή αναφορά στην ιστορική τους εξέλιξη.

6.1. Η ιστορική πορεία του ασκητισμού.

6.1.1. Η ιστορική πορεία του ασκητισμού στον Ελληνοκυπριακό χώρο.

Στην Χριστιανική θρησκεία, ο ερημιτισμός (ασκητισμός) αποτελούν την αρχική μορφή του μοναχισμού. Ο Μέγας Αντώνιος, αποτελεί το σύμβολο των ερημιτών στην Εκκλησιαστική Ιστορία. (Μαντζαρίδης, 1990. σ. 93) Ο ερημιτισμός (ασκητισμός) ως φαινόμενο στην Χριστιανική Θρησκεία, ξεκινάει τον 3^ο μ.Χ., αιώνα στις ερήμους της Αιγύπτου, της Συρίας, της Παλαιστίνης και της Μεσοποταμίας, ως αντίδραση, στην κρίση της εκκλησιαστικής ζωής που υπήρχε εκείνη της εποχής. Οι άνθρωποι αυτοί, ακολούθησαν αυτόν το τρόπο ζωής, για να νικήσουν τους πειρασμούς του διαβόλου, έχοντας σαν πρότυπο, το πως αντιμετώπισε το διάβολο ο ίδιος ο Χριστός όταν πήγε στην έρημο. (Φειδάς, 1996. σ. 40).

6.1.2. Ποιοι άνθρωποι επέλεξαν την ασκητική ζωή.

Η επιλογή των ανθρώπων να ακολουθήσουν την μοναχική ζωή είναι μια καθαρά προσωπική επιλογή του κάθε ανθρώπου και σχετίζεται με την απόφαση του να κερδίσει την αιώνια ζωή. Οι άνθρωποι αυτοί επέλεξαν να ζήσουν σαν ασκητές, εξαιτίας της δυνατότητας της εξασφάλισης μ' αυτό τον τρόπο της ηρεμίας, της μεγαλύτερης ελευθερίας, της ασφάλειας από τα κακοποιά στοιχεία αλλά και πιθανώς της σωτηρίας της ψυχής τους. (Παπαγεωργίου, 2013. σ. 35-37) Οι λαϊκοί που επέλεξαν να ζήσουν σαν ασκητές, προέρχονταν απ' όλες τις κοινωνικές τάξεις. Χαρακτηριστικό παράδειγμα ο Βασιλιάς των Τρικάλων Όσιος Ιωάννης Ούρεσης Παλαιολόγος (1349-1422/3). Ο Όσιος αφού βασίλευσε δύο χρόνια, αποσύρθηκε από τη βασιλεία του και έγινε μοναχός και υποτακτικός του Οσίου Αθανασίου του Μετεωρίτου, λαμβάνοντας το μοναχικό όνομα Ιωάσαφ. (Θεοτέκη, Μοναχή, 2017. σ. 64). Επίσης ο Όσιος Λεόντιος (14^{ος} αιώνας) που ασκήτευσε στα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Ταξιαρχών στην Αιγιαλεία της Αχαΐας, καταγόταν από επιφανή οικογένεια της Μονεμβασίας. (Λαμπροπούλου & Μουτζαλή, 1997. σ. 326). Άλλες κοινωνικές τάξεις ήταν αυτές των στρατιωτικών, όπως πχ., ο όσιος Πέτρος ο Αθωνίτης (Μωυσέως μοναχού, 2008. σ. 123-125), των δημοσίων υπαλλήλων και των εμπόρων. Τέλος οι περισσότεροι απ' τους ασκητές ήταν άνθρωποι των λαϊκών στρωμάτων, όπως τεχνίτες, αγρότες κλπ. (Παπαγεωργίου, 2013. σ. 37) Επίσης από πλευράς ηλικίας, εκτός των νέων ή των ώριμων λαϊκών, υπήρχαν και ηλικιωμένοι που επέλεξαν να περάσουν τα τελευταία χρόνια της ζωής τους ως ασκητές. (Παπαγεωργίου, 2013. σ. 36) Επίσης και από πλευράς φύλου δεν υπήρχαν διαφορές όπως πχ., η οσία Κύρα που έζησε τον 5^ο αιώνα στην Βέροια (σημερινό Χαλέπι) της Συρίας κλεισμένη μέσα σ' ένα σπήλαιο μαζί με τη συνασκήτρια της Μαράνα. (Λαγγής, 1980. σ. 557-559).

6.1.3. Οι περίοδοι άνθησης του ασκητισμού.

Στον Ελλαδικό και Κυπριακό χώρο, υπήρξαν κάποιες χρονικές περίοδοι που ο ασκητισμός ήταν σε άνθηση όπως: α) στην εποχή της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας και συγκεκριμένα τον 6^ο- 7^ο αιώνα. Αυτή η άνθηση στην συγκεκριμένη περίοδο, προήλθε εξαιτίας του μεταναστευτικού κύματος ασκητών, που προέρχονταν από τα μοναστικά Κέντρα της Αιγύπτου, του Σινά και της Παλαιστίνης. Εκείνη την εποχή οι ασκητές αυτοί, υφίσταντο τις καταστροφικές συνέπειες των επιδρομών των Αράβων, των Βλεμμύων και των Σαρακηνών. Εξαιτίας αυτών των γεγονότων, ένα μέρος αυτών των ασκητών, μετανάστευσαν σε άλλες ησυχότερες περιοχές της Βυζαντινής αυτοκρατορίας, όπως στην Μικρά Ασία (στο όρος Λάτρος κοντά στην Πέργαμο, στο όρος

Όλυμπος της Βιθυνίας κλπ.), αλλά και στο Άγιον Όρος, στα νησιά του Αιγαίου, στην Κύπρο. (Μαντζαρίδης, 1990. σ. 100-101 ; Τσορμπατζόγλου, 1993. σ. 80). Σήμερα, ένα απ' αυτά τα ασκητήρια, υπάρχει στο νησί της Χάλκης των Δωδεκανήσων, στην περιοχή που ονομάζεται «κελλιά». Οι αγιογραφίες που υπάρχουν σ' αυτό, χρονολογούνται, του 6^{ου} ή του 7^{ου} αιώνας. (Σιγάλα. 2009). β) Στην περίοδο του 9^{ου}-10^{ου} αιώνα υπάρχει μια αύξηση του ασκητικού ιδεώδους. Αυτό συντελεί στη μετακίνηση ασκητών και τη δημιουργία νέων ασκητικών κέντρων στο Άγιον Όρος, στο Όρος των Κελλίων στην Θεσσαλία, στην Δυτική Στερεά, στην Πελοπόννησο, και στα νησιά. (Πανοπούλου, 1996. σ. 79- 83). γ) Κατά τον 14^ο και 15^ο αιώνα, εξαιτίας του φόβου και της ανασφάλειας που υπήρχε στους μοναχούς του Αγίου Όρους, από τις ληστρικές επιδρομές, των Καταλανών και των πειρατών. (Fanelli, 2014. σ. 12-43 ; Μεργιαλή-Σαχά, 2010. σ. 227-234).

Έτσι, εκείνη τη χρονική περίοδο, ο Όσιος Αθανάσιος ο Μετεωρίτης μαζί με το γέροντα του Γρηγόριο, έφυγαν από το Άγιον Όρος και εγκαταστάθηκαν σε έναν από τους βράχους των Μετεώρων τον επονομαζόμενο «Στύλο». (Σοφιανού, 1990. σ. 105 ; Μεργιαλή-Σαχά, 2010. σ. 227-234). δ) Κατά την περίοδο της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας, εξαιτίας του φόβου και της ανασφάλειας που υπήρχε, από τους ληστές και τους πειρατές. (Παπαμεντζελόπουλος, 2012. σ. 27, 33).

6.2. Ιστορική πορεία και εξέλιξη των ιερών σπηλαίων και ασκητηρίων.

6.2.1. Η ιστορική πορεία και εξέλιξη των ιερών σπηλαίων και ασκητηρίων.

6.2.2.1. Η ιστορική πορεία και εξέλιξη των ιερών σπηλαίων.

Οι ιερές σπήλαιο-εκκλησίες, συνήθως αποκτούσαν την ιερότητα τους μετά από την εύρεση σ' αυτές κάποιου ιερού αντικειμένου (πχ., εικόνας) όπως πχ., στο Πανελλήνιο Προσκύνημα της Παναγίας της Τρυπητής στο Αίγιο της Αχαΐας. Σύμφωνα με την παράδοση, τον 16^ο αιώνα μέσα στη μικρή σπηλιά, που είναι σήμερα το προσκύνημα, βρέθηκε με θαυματουργικό τρόπο η εικόνα της Παναγίας. (Ψωμοπουλάκη, 2009. σ. 48-52).

Η ιστορική πορεία των ιερών σπηλαίων στο γεωγραφικό χώρο της Ελλάδος και της Κύπρου στην περίοδο του χριστιανισμού, εξαρτάται από το εάν κατοικήθηκαν μόνιμα ή όχι. Εάν δεν κατοικήθηκαν μόνιμα, αυτές μετατράπηκαν σε σπήλαιο-εκκλησίες, με τη δημιουργία εντός τους, κάποιου παρεκκλησίου. Αυτά τα παρεκκλήσια κατασκευάσθηκαν είτε: α) από τους κατοίκους της περιοχής, όπως π.χ., στο σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας Κυράς Ψηλής στην

Κάλυμνο (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 208). Είτε β) από τον πιστό που βρήκε το ιερό αντικείμενο π.χ., την εικόνα, όπως στη σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Καβουράδαινας στην Λέρο. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 337 ; Τραΐου, 2004. σ. 98-144 ; Χατζιφώτη, 1995. σ. 45-47). Είτε γ) εξαιτίας κάποιου τάματος κάποιου πιστού, μετά από θαυματουργική σωτηρία της ζωής του, όπως π.χ., τη σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Στεφάνου στη Σύρο. (Τούλιου, 2020). Επίσης, σπήλαιο-εκκλησίες κατασκευάσθηκαν από τους κατοίκους μιας περιοχής, εξαιτίας κάποιου θρύλου, ή κάποιας τοπικής παράδοσης, όπως π.χ., αυτή στη σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Σοφίας που βρίσκεται στο Τοπολιανό Φαράγγι στην Επαρχία Κισάμου στην Κρήτη. (Ντρενογιάννης, 2007. σ. 153).

Τέλος έχουμε και κατασκευή σπήλαιο-εκκλησιών, εξαιτίας ενός ιστορικού γεγονότος, με χορηγούς την κοινότητα της περιοχής, όπως π.χ., τη σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Θωμά στο σπήλαιο Μιλάτου, που έγινε στη μνήμη των θυμάτων της περιοχής από τους Οθωμανούς, στο Οροπέδιο του Λασιθίου στην Κρήτη. (Πετροχείλου, 1970. σ. 34-35 ; Ντρενογιάννης, 2007. σ. 56).

Η ιστορική πορεία αυτών των σπήλαιο-εκκλησιών μπορεί να είναι η εξής: είτε κάποια απ' αυτά, να παρέμειναν μέχρι σήμερα ως απλά τοπικά προσκυνήματα, είτε κάποια άλλα, με την πάροδο των χρόνων, μετετράπησαν σε μεγάλα πανελλήνια προσκυνήματα. Είτε να αποκτήσουν παγκόσμιο χαρακτήρα και προβολή, είτε τέλος αυτά, έγιναν ασκητήρια και κατόπιν σπήλαιο-μονάστηρα.

6.2.2.2. Οι σπήλαιο-εκκλησίες ως απλά τοπικά προσκυνήματα.

Όπως π.χ., η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Τρίτης στο Ακράϊφνιο της Βοιωτίας. (Εικόνα 6.1) (Αγγέλου, 2006. σ. 113-114)



(Εικόνα 6.1: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Τρίτης στο Ακραίφνιο της Βοιωτίας.

6.2.2.3. Οι σπήλαιο-εκκλησίες που μετατράπηκαν σε πανελλήνια προσκυνήματα.

Κάποιες απ' αυτές τις σπήλαιο-εκκλησίες, με την πάροδο των χρόνων, μετετράπησαν σε μεγάλα πανελλήνια προσκυνήματα, όπως αυτό της Παναγίας της Τρυπητής στο Αίγιο της Αχαΐας. (Ψωμοπουλάκη, 2009. σ. 48-52).

6.2.2.4. Οι σπήλαιο-εκκλησίες που μετατράπηκαν σε παγκόσμια προσκυνήματα.

Κάποιες απ' αυτές τις σπήλαιο-εκκλησίες με την πάροδο του χρόνου απέκτησαν παγκόσμιο χαρακτήρα και προβολή, όπως π.χ., το ιερό σπήλαιο της Αποκάλυψης στην Πάτμο. (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 333).

6.2.2.5. Οι σπήλαιο-εκκλησίες που μετατράπηκαν σε σπήλαιο-μονάστηρα.

Κάποια άλλα ιερά σπήλαια, έγιναν ασκητήρια και στο τέλος σπήλαιο-μονάστηρα. Αυτό συνέβη με τη Μονή του Μεγάλου Σπηλαίου στα Καλάβρυτα της Αχαΐας. Μέσα σ' αυτό το σπήλαιο το 362 μ.Χ., βρέθηκε η εικόνα της Παναγίας από τους Αγίους μοναχούς Συμεών και Θεόδωρο. Αυτοί, βρήκαν την εικόνα κατόπιν υπόδειξης της Παναγίας και με τη βοήθεια της Οσίας Ευφροσύνης, που ήταν βοσκοπούλα στη περιοχή της σπηλιάς. Στην αρχή, σ' αυτό το ιερό

σπήλαιο ασκήτεψαν οι δύο Άγιοι, αλλά λόγω της μεγάλης προσέλευσης νέων ασκητών, δημιουργήθηκε η Μονή του Μεγάλου Σπηλαίου. (Εικόνα 6.2) (Λέκκος, 1998. σ 120).



(Εικόνα 6.2: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Η Ιερά Μονή Μεγάλου Σπηλαίου στα Καλάβρυτα.

Μέσα στη μακραίωνη ιστορία των σπήλαιο-εκκλησιών και των σπήλαιο-ασκητηρίων, υπάρχουν περίοδοι, όπου αυτά κατοικήθηκαν για περιορισμένο χρονικό διάστημα, από τους κατοίκους των γύρω περιοχών. Αυτό έγινε λόγω ειδικών και έκτακτων καταστάσεων, όπως π.χ., στην περίοδο της Οθωμανικής κατοχής, χρησιμοποιήθηκαν ως κρυψώνες, για την αποφυγή εκδικητικών σφαγών από τους κατακτητές (Καππάς, 2011).

Οι σπήλαιο-εκκλησίες σήμερα, συνεχίζουν να έχουν αναλλοίωτη την ίδια ιστορική πορεία εδώ και αιώνες. Αυτά τα ταπεινά προσκυνήματα, συνεχίζουν ακόμη και σήμερα να συντηρούνται και να παραμένουν λειτουργικά από τους κατοίκους των γύρω περιοχών τους υπό την καθοδήγηση των τοπικών Ενοριακών Ναών τους, όπως π.χ., της Παναγίας της Καβουράδαινας στη Λέρο. (Ντρενογιάννης, 2007. σ. 123 ; Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2001. σ. 337 ; Τραΐου, 2004. σ. 98-144 ; Χατζιφώτη, 1995. σ. 45-47).

6.2.3. Η ιστορική πορεία και εξέλιξη των ασκητηρίων.

6.2.3.1. Τα κριτήρια επιλογής των μετακινήσεων των ασκητών στα νέα τους ασκητήρια.

Τα πρώτα και βασικά κριτήρια αυτών των μοναχών που έφευγαν από τα ασκητήρια ή τις μονές τους για την ανεύρεση νέων ασκητηρίων στον Ελλαδικό χώρο, ήταν: 1) η σχετική ασφάλεια της περιοχής, 2) η δυνατότητα για επικοινωνία και 3) η πνευματικότητα του συγκεκριμένου τόπου. (Πανοπούλου, 1996. σ. 101) Εκτός απ' αυτά, υπήρχαν και άλλα όπως: α) η καλή πνευματική φήμη που είχε στο κόσμο κάποιος ασκητής, (Τσορμπατζόγλου, 1993. σ. 78) όπως π.χ., η φήμη του Οσίου Νικάνωρα ή του Οσίου Αθανασίου του Μετεωρίτου. (Σούμποτιτς & Ιουστίνος, Ιερομόναχος, 2017. σ. 20 ; Γουλούλης, 2017. σ. 80). β) Η δυνατότητα σε κάποιες περιοχές, της απόκτησης πλήρους ιδιοκτησίας των ασκητών στα ασκητήρια τους. Αυτό δε το προνόμιο, αποτέλεσε θέλγητρο για πολλούς μοναχούς ή συνοδείες από το Άγιον Όρος, να μετακομίσουν στα Μετέωρα. (Βοζιατζίδης, 1925. σ. 172 ; Γουλούλης, 2017. σ. 85). γ) Εξαιτίας της συνήθειας που υπάρχει στον ορθόδοξο μοναχισμό, οι μοναχοί να μετακινούνται. (Αγορίτσας, 2019. σ. 34 ; Παπαχρυσάνθου, 2004 σ. 51-52 ; Τσορμπατζόγλου, 1993. σ. 79) δ) Τα προνόμια των απαλλαγών (π.χ., φορολογικών, κλπ.) επί Οθωμανικής Αυτοκρατορίας (Λαμπροπούλου & Μουτζαλή, 1997. σ. 327). ε) Εξαιτίας της ανεύρεσης με θαυματουργικό τρόπο εντός μιας σπηλιάς, ενός ιερού αντικειμένου (π.χ., μιας εικόνας), όπως π.χ., η Μονή του Μεγάλου Σπηλαίου στα Καλάβρυτα της Αιγιαλείας. (Λέκκος, 1998. σ 120).

6.2.3.2. Η ιστορική εξέλιξη των σπηλαίων-ασκητηρίων.

Η ιστορική εξέλιξη των σπήλαιο-ασκητηρίων είχε την εξής πορεία: είτε ο ασκητής παραμένει μόνος του σε ένα μικρό σπήλαιο. Είτε ο ασκητής δέχεται νέους συνασκητές του, δημιουργώντας μια μικρή ομάδα 2-5 ατόμων την «αδελφότητα». Είτε Ο ασκητής να δεχθεί σταδιακά πάρα πολλούς νέους συνασκητές του. Είτε ο ασκητής να παραμείνει έγκλειστος στο σπήλαιο. Τέλος μια ειδική κατηγορία είναι αυτή της φυλακής.

6.2.3.3. Ο ασκητής παραμένει μόνος του σε ένα μικρό σπήλαιο.

Ο ασκητής παραμένει μόνος του σε ένα μικρό σπήλαιο (Αγορίτσας, 2019. σ. 34), μέχρι το θάνατο του, όπου συνήθως θάβεται εντός του και κατόπιν αυτό μένει ανενεργό. (Νικονάνος, 1997. σ. 125-129). Όπως π.χ., στο ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου στη Βλαχέρνα της Αρκαδίας. (Εικόνα 6.3) (Γεωργιτσογιάννη, 2008. σ. 402-404 ; Σιγάλα, 2009. σ. 157)



(Εικόνα 6.3: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου στη Βλαχέρνα Αρκαδίας.

6.2.3.4. Ο ασκητής δέχεται νέους συνασκητές του, δημιουργώντας μια μικρή ομάδα 2-5 ατόμων.

Ο ασκητής δέχεται νέους συνασκητές του, δημιουργώντας μια μικρή ομάδα 2-5 ατόμων την «αδελφότητα» (Αγορίτσας, 2019. σ. 34). Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα την ανάγκη δημιουργίας εντός του σπηλαίου παρεκκλησίου και νέων κελλιών (δωματίων) για την παραμονή τους. Σε περίπτωση που το σπήλαιο δεν διέθετε ελεύθερους χώρους για την κατασκευή του παρεκκλησίου «καθολικό», και των νέων κελλιών τους τότε είτε: έσκαβαν ένα νέο χώρο εντός του (αν υπήρχε αυτή η δυνατότητα) (Παπαγεωργίου, 1999. Παρ. 99), όπως π.χ., στην εγκλείστρα του Οσίου Νεοφύτου στην Κύπρο. (Mango and Hawkins, 1966). Είτε εύρισκαν άλλα σπήλαια κοντά σ' αυτό, όπως στα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνα 6.4) (Θεοτέκη, Μοναχή, 2017. σ. 178-190).



(Εικόνα 6.4: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπηλαιώδες ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

Σε άλλες περιπτώσεις, το παρεκκλήσιο τους ελλείψει χώρου, μπορεί να κατασκευαζόταν στη βάση του βράχου των σπηλαίων τους. (Βοζιατζίδου, 1925. σ. 164) όπως στα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής Αγίας Τριάδος Ακράτας. (Εικόνα 6.5) (Παπαμεντζελόπουλος, 2012. σ. 33).



(Εικόνα 6.5: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τα ασκητήρια (2,3,4,5) και ο ναός (καθολικό) τους στη βάση του βράχου (1), στη Μονή Αγίας Τριάδος, Ακράτας.

6.2.3.5. Ο ασκητής να δεχθεί σταδιακά πάρα πολλούς νέους συνασκητές του.

Ο ασκητής να δεχθεί σταδιακά πάρα πολλούς νέους συνασκητές του, με αποτέλεσμα, την αδυναμία εξεύρεσης ελεύθερων χώρων ή νέων σπηλαίων για τη στέγασή τους. Εξαιτίας αυτού του προβλήματος οι ασκητές κατασκεύαζαν σπήλαιο-μονάστηρα είτε: στη βάση του βράχου (Παπαμεντζελόπουλος, 2012. σ. 43), είτε κοντά στη βάση του βράχου, είτε στην κορυφή του βράχου των σπηλαίων (Μότσιου, 1998. σ. 74).

6.2.3.6. Σπήλαιο-μονάστηρα στην βάση του βράχου.

Η λύση σ' αυτό το πρόβλημα συνήθως, δινόταν με τη δημιουργία ενός μοναστηριού. στη βάση του βράχου που πλαisiώνει τα σπήλαιο-ασκητήρια, όπως π.χ., η Μονή Αγίου Δημητρίου «Αυγού» στα Δίδυμα της Αργολίδας. (Εικόνα 6.6) (Κοντή, 2014)



(Εικόνα 6.6: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). η Μονή Αγίου Δημητρίου «Αυγού» στα Δίδυμα της Αργολίδας.

6.2.3.7. Σπήλαιο-μονάστηρα κοντά στη βάση του βράχου.

Μια Μονή που βρίσκεται κοντά στη βάση του βράχου, είναι αυτή της Μονής της Κοιμήσεως της Θεοτόκου «Σεπετού», Ηλείας. Η Μονή βρίσκεται τρία χιλιόμετρα έξω από το χωριό Καλλιθέα Ηλείας, πάνω στο δρόμο Πύργου-Ανδρίτσαινας. (Εικόνα 6.7) (Ιερά Μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου Σεπετού, 2011. σ. 19-27).



(Εικόνα 6.7: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) η Μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου «Σεπετού», Ηλείας.

6.2.3.8. Σπήλαιο-μονάστηρα κοντά στην κορυφή του βράχου.

Μονή που βρίσκεται στην κορυφή του βράχου των ασκητηρίων. είναι αυτή του Μονή του Αγίου Νικάνωρος, που βρίσκεται στην κορυφή του Όρους Καλλίστρατον, ενώ το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου, βρίσκεται κοντά στους πρόποδες του ιδίου Όρους. (Εικόνα 6.8) (Σούμποτιτς & Ιουστίνος, Ιερομόναχος, 2017. σ. 25-28).



(Εικόνα 6.8: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). 1) Η Μονή της Ζάβορδας που έκτισε ο Άγιος Νικάνορας στην κορυφή του «Καλλίστρατου Όρους» στα Γρεβενά. 2) Η θέση που βρίσκεται το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικάνορος στη βάση του βράχου (σήμερα βρίσκεται λίγα μέτρα πάνω από την επιφάνεια του νερού της τεχνητής λίμνης του Ιλαρίωνα).

6.2.3.9. Η εγκλείστρα.

Υπάρχει και μία ιδιόμορφη κατάσταση και αρκετά σπάνια στον Ελλαδικό και τον Κυπριακό χώρο, αυτή της «εγκλείστρας». Η εγκλείστρα, ήταν ένα μικρό σπήλαιο που μέσα του ζούσε ένας

ασκητής, χωρίς να βγαίνει έξω απ' αυτό. Η τροφοδοσία του στα προς το ζην του τα παρείχαν άλλοι συνασκητές του σε προσδιορισμένα απ' τον «έγκλειστο» μοναχό χρονικά διαστήματα μέσα από μια μικρή οπή. Ο χρόνος παραμονής του ασκητή στην εγκλείστρα συνήθως καθορίζονταν από τον ίδιο. Οι ασκητές αυτοί, έπαιρναν αυτή την απόφαση, για να μπορούν να προσεύχονται με μεγαλύτερη αυτοσυγκέντρωση και χωρίς περισπασμούς. (Παπαγεωργίου, 2013. σ. 13) Στον Ελλαδικό χώρο έχει βρεθεί μία εγκλείστρα στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στο βουνό Βαράσοβα της Αιτωλοακαρνανίας (9^{ος}-18^{ος} αιώνας). Αυτή επικοινωνούσε με το υπόλοιπο ασκητήριο μέσω μιας ξυλοκατασκευής (Παλιούρας, 2004. σ. 431-432). Επίσης στο Κυπριακό γεωγραφικό χώρο, υπάρχει η εγκλείστρα του Οσίου Νεοφύτου που βρίσκεται στη Μονή του Οσίου Νεοφύτου στην Νέα Πάφο. (Mango and Hawkins, 1966 ; Παπαγεωργίου, 1999. σ. 33-96).

6.2.3.10. Οι «φυλακές».

Επίσης πρέπει να αναφερθεί και μια διαφορετική χρήση των σπήλαιο-ασκητηρίων από τους ασκητές, αυτής της φυλακής. Σ' αυτού του είδους τα σπήλαιο-ασκητήρια, απομονώνονταν κάποιοι ασκητές από τους υπόλοιπους συνασκητές τους, (με ή χωρίς τη θέληση τους) εξαιτίας κάποιου παραπτώματος που είχαν υποπέσει. Όπως π.χ., στο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας των Φυλακών που βρίσκεται στο Στύλο των Σταγών απέναντι από τη Νότια πλευρά της Μονής Ρουσάνο στα Μετέωρα. Τη φυλακή αυτή, την περιγράφει το 1859 ο Ρώσος περιηγητής Αρχιμανδρίτης Πορφύριος Ουσπένσκι. Το σπήλαιο και η περιοχή γύρο του ακόμη και σήμερα, ονομάζεται από τους κατοίκους της περιοχής ως «η Φυλακή των Καλογήρων». (Θεοτέκνη Μοναχή, 2017. σ. 141-143).

Τέλος, σήμερα σχεδόν όλα τα σπήλαιο-ασκητήρια (εκτός ελάχιστων εξαιρέσεων στο Άγιον Όρος και στα Μετέωρα), αλλά και ένα μεγάλο ποσοστό σπήλαιο-μονάστηρων, έχουν εγκαταλειφθεί.

6.2.3.11. Οι τρόποι δημιουργίας των σπήλαιο-ασκητηρίων.

Οι πρώτοι ασκητές, έκτιζαν τα ασκητήρια μόνοι τους. (Αγορίτσας, 2019.σ. 48) Αυτό φαίνεται, στο κείμενο της διαθήκης του ιερομόναχου Νεόφυτου, για τη Μονή της Υπαπαντής (πρώην ασκητήριο) στα Μετέωρα. (Γουλούλης, 2017. σ. 87-88). Επίσης, αυτό φαίνεται στην κτητορική επιγραφή του ναού του ασκητηρίου του οσίου Γρηγορίου στη Δούπιανη των Μετεώρων, που βρίσκεται στο υπέρθυρο της εισόδου του (Θεοτέκνη, Μοναχή, 2017. σ. 178-190). Σε άλλες περιπτώσεις ο ασκητής ξεκινούσε τη κατασκευή με ίδια μέσα και σε ύστερο χρόνο συνέχιζε τη

κατασκευή με την οικονομική στήριξη από πιστούς λαϊκούς. (Αγορίτσας, 2019 σ. 52-53). Υπάρχουν όμως και αναφορές, για την ύπαρξη χρηματοδοτών στην ανακαίνιση ασκητηρίων εκ θεμελίων, όπως πχ., στη περίπτωση του σπήλαιου-ασκητηρίου του Αγίου Νικολάου στην περιοχή Ζόγκα, του Ελληνικού της Αργολίδος. Υπάρχει η παράδοση που αναφέρει ότι, ο Τούρκος Σελήμ εφέντης Χατζή Μέτογλου, που ήταν επιφανής κάτοικος και πρόκριτος του Ναυπλίου, ήθελε να αποκτήσει διακαώς και ένα αρσενικό τέκνο. Έτσι απευθύνθηκε σε ένα μοναχό με το όνομα Γεράσιμος, που ανήκε στη Μονή Τσιπιανών (σημερινή Μονή Νεστάνης στην Αρκαδία). Αυτός ο μοναχός δέχθηκε να προσευχηθεί για το αίτημα του Σελήμ, με μία προϋπόθεση. Αν ευοδωθεί το αίτημα του, ο Σελήμ να ανακαινίσει το συγκεκριμένο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου και να δωρίσει τα κτήματα της γύρω περιοχής του ασκητηρίου, στη Μονή των Τσιπιανών. (Εικόνα 6.9) (Παπαγιάννης, 1977. σ. 578-579).



(Εικόνα 6.9: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Του σπήλαιου-ασκητηρίου του Αγίου Νικολάου στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδος.

6.2.3.12. Η πνευματική καθοδήγηση των ασκητών των σπήλαιο-ασκητηρίων.

Τα ασκητήρια που αποτελούνταν από ένα ασκητή δεν είχαν κάποιο τρόπο οργάνωσης. (Μαντζαρίδης, 1990.σ. 97). Αντίθετα, στα ασκητήρια που είχαν πάνω από δύο μοναχούς, υπήρχε ένας απ' αυτούς που τον ονόμαζαν όλοι «ηγούμενο» ή «πρώτο» και εκτελούσε χρέη ως πνευματικού τους καθοδηγητή. (Γουλούλης, 2017. σ. 82, 84 ; Μαντζαρίδης, 1990. σ. 97 ; Τσορμπατζόγλου, 1993. σ. 78, Αγορίτσας, 2019. σ. 36). Αυτός καθόριζε αν η ζωή των πνευματικών του παιδιών (και πιθανώς όλης της ασκητικής κοινότητας που κατεύθυνε) θα ακολουθούσαν την ατομική άσκηση ή την κοινοβιακή ζωή. (Παπαχρυσάνθου, 2004 σ. 117). Η αντικατάσταση του «ηγούμενου», συνήθως γινότανε μετά το θάνατο του, είτε από πρόσωπο που όριζε ο ίδιος λίγο πριν πεθάνει, είτε μετά από συναπόφαση των υπολοίπων ασκητών. (Θεοτέκη, Μοναχή, 2017. σ. 77-91 ; Πανοπούλου, 1996. σ. 98 ; Μαντζαρίδης, 1990. σ. 97). Σύμφωνα δε με τους μοναχικούς κανόνες (όροι κατά πλάτος) του Μ. Βασιλείου, η επίσημη ανάληψη των καθηκόντων του νεοεκλεγμένου ηγουμένου, γινόταν (και γίνεται) μετά την έγκριση της ανάληψης αυτής από τον επιχώριο επίσκοπο. (Παπαγεωργίου, 2013. σ. 18). Οι φημισμένοι για την αγιότητα τους ασκητές, αποτελούσαν πόλο έλξης για τους μοναχούς ή του υποψήφιους μοναχούς, αλλά και για τους λαϊκούς όλων των τάξεων. Οι λαϊκοί πηγαίναν στα ασκητήρια τους, για να πάρουν την ευλογία τους και να επικοινωνήσουν μαζί τους, (Αγορίτσας, 2019, σ. 38 ; Μότσιου, 1998. σ. 70-71).

6.2.3.13. Η οικονομική και διοικητική διαχείριση των σπήλαιο-ασκητηρίων.

Ο ηγούμενος ταυτόχρονα, ασκούσε και τη διοίκηση του ασκητηρίου και επέβλεπε τα οικονομικά του. (Αγορίτσας, 2019 σ. 47). Βέβαια επειδή το πνεύμα του ασκητισμού επιβάλλει την εγκράτεια στον τρόπο ζωής, και οι μοναχικοί κανόνες απαγορεύουν την απόκτηση προσωπικής περιουσίας, οι οικονομικές ανάγκες των ασκητών συνήθως ήταν περιορισμένες. (Τσορμπατζόγλου, 1993. σ. 91)

6.2.3.14. Το ιδιοκτησιακό καθεστώς και οι δωρεές στα σπήλαιο-ασκητήρια.

Στην αρχή, η εγκατάσταση των ασκητών στους ορεινούς και άγονους τόπους των σπήλαιο-ασκητηρίων, συνήθως, γινόταν με τη μέθοδο της κατάληψης. (Τσορμπατζόγλου, 1993. σ. 113) Κατόπιν, μέσω κάποιων προνομίων, κάποιοι απ' αυτούς, αποκτούσαν την πλήρη ιδιοκτησία του σπηλαίου και της γύρω περιοχής του, είτε από τον τοπικό πολιτικό ή στρατιωτικό άρχοντα της περιοχής, είτε ακόμη και από τους ίδιους τους Σουλτάνους. (Αγορίτσας, 2019. σ. 57) Αυτά τα προνόμια οι ασκητές τα αποκτούσαν συνήθως, μετά από επισκέψεις λαϊκών στα ασκητήρια

τους, προς πνευματική τους ωφέλεια. Συνήθως οι άρχοντες και οι πλούσιοι επισκέπτες, παραχωρούσαν προς βοήθεια τους, είτε οικονομικά είτε διοικητικά προνόμια είτε, ακόμη, και χρήματα. (Αγορίτσας, 2019 σ. 52 ; Μότσιου. 1998 74-75) Τέτοιες παραχωρήσεις φαίνονται σε διάφορους κώδικες, όπως π.χ., στο «Σύγγραμμα Ιστορικών» ή «Χρονικόν των Μετεώρων». (Γουλούλης, 2017. σ. 80) ή στη «Συνοπτική Ιστορία της Μονής των Ταξιαρχών» (Ηριωτάκη. 2019. σ. 30) κλπ. Οι ασκητές εξαιτίας αυτού του προνομίου, είχαν την πλήρη ιδιοκτησία των ασκητηρίων τους και το νόμιμο δικαίωμα, να τα παραχωρούν, είτε σε συνασκητές τους είτε σε άλλους ασκητές. (Βοζιατζίδου, 1925. σ. 172 ; Γουλούλης, 2017. σ. 85). Αυτό φαίνεται σε κώδικα του 14^{ου} αιώνα, όπου ο ασκητής Νείλος, παραχώρησε ως ιδιοκτήτης, το ασκητήριο του Αγίου Δημητρίου της Δουπιάνης στα Μετέωρα, στον ασκητή Ιγνάτιο. Κατόπιν ο ασκητής Νείλος, μετά από αίτηση του Ιγνατίου, του παραχώρησε και τα κτήματα που βρίσκονταν μπροστά από το ασκητήριο (Γουλούλης, 2017. σ. 87)

6.2.3.15. Η πνευματική και κοινωνική προσφορά των σπήλαιο-ασκητηρίων μέσα στην ιστορία.

Οι μετακινήσεις των ασκητών στις προαναφερθείσες περιόδους άνθησης του ασκητισμού στον Ελλαδικό-Κυπριακό χώρο, βοήθησαν στην πνευματική στήριξη του τοπικού πληθυσμού που εγκαθίσταντο, αλλά και στη διάδοση του ησυχασμού το 14^ο αιώνα έξω από τα όρια του Αγίου Όρους. (Γουλούλης, 2012. σ. 152). Πολλά απ' αυτά τα σπήλαιο-ασκητήρια, είχαν κοινωνική δράση, ειδικά στην περίοδο του Οθωμανικού ζυγού, ακολουθώντας μια πρακτική και παράδοση που ξεκινούσε από τη Βασιλειάδα το Μεγάλου Βασιλείου και συνεχιζόταν στα Μοναστήρια. (Τσορμπατζόγλου, 1993. σ. 92). Έτσι μέσα σ' αυτά (εντός κρυπτών) λειτουργούσαν κρυφά σχολεία, όπως π.χ., στο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Βλαχέρνας, στη Βλαχέρνα της Αρκαδίας. (Εικόνα 6.10) (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2004. σ. 118-120).



(Εικόνα 6.10: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Η κρύπτη, του κρυφού σχολείου, στο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Βλαχέρνας, στη Βλαχέρνα της Αρκαδία

Μια άλλη κοινωνική και ιστορική δράση αυτών των ασκητηρίων, είναι η διάσωση του άμαχου τοπικού πληθυσμού των γύρω περιοχών, στην περίοδο της Οθωμανικής αυτοκρατορίας, από σφαγές. Αυτό έγινε πχ., και στο σπήλαιο-μονάστηρο (ασκητήριο) του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο της Αρκαδίας. Εδώ οι κάτοικοι του Βαλτετσινίκο, κρύφτηκαν στη Μονή του Αγίου Νικολάου, για να σωθούν από τα στρατεύματα του Ιμπραήμ το Σεπτέμβριο του 1826. Ο Ιμπραήμ μετά από τριήμερη πολιορκία, δεν κατάφερε να το καταλάβει και αποχώρησε με μεγάλες απώλειες. (Εικόνα 6.11) (Μουτσόπουλος, 1956. σ. 207-218).



(Εικόνα 6.11: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο Αρκαδίας.

Αντίθετα στο ασκητήριο της Ζωοδόχου Πηγής ή Παλαιομονάστηρο που είναι κοντά στο χωριό Βρονταμάδο στη Λακωνία, τον Αύγουστο του 1825, 400 άμαχοι κάτοικοι του συγκεκριμένου χωριού, κατέφυγαν σ' αυτό, για να γλυτώσουν από τα στρατεύματα του Ιμπραήμ. Τελικά, βρήκαν όλοι μαρτυρικό θάνατο εντός του, από τα στρατεύματα του. (Εικόνα 6.12) (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2004. σ. 412-415).



(Εικόνα 6.12: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το Παλαιομονάστηρο στο Βρονταμάδο της Λακωνίας.

Άλλη κοινωνική δράση σε πολλαπλό επίπεδο έχουμε στο σπήλαιο-μονάστηρο της Κηπίνας (18^{ος} αιώνας), που βρίσκεται κοντά στο χωριό Καλαρρύτες των Ιωαννίνων. Η κοινωνική δράση της Μονής στην περιοχή, περιλάμβανε, τη λειτουργία κρυφού σχολείου, τη χρηματοδότηση κατασκευής γεφυριού στη συγκεκριμένη περιοχή, όπως και ότι αποτέλεσε καταφύγιο του τοπικού πληθυσμού σε δύσκολες εποχές. (Καραμπερίδη & Κασκάνης, 2008 ; Πηγή: ΙΕΡΑ ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΗ ΑΘΗΝΩΝ).

6.2.3.16. Η παρακμή και η εγκατάλειψη των σπήλαιο-ασκητηρίων.

Η πρώτη και βασική αιτία παρακμής των ασκητηρίων ήταν και είναι η καταπάτησης από τους ερημίτες-ασκητές τους, της πρώτης τους αρχής, δηλ., το να ζουν μόνοι με τον Θεό, χωρίς κάποιας μορφής οργάνωση. (Τσορμπατζόγλου, 1993. σ. 93 ; Μαντζαρίδης, 1990. σ. 95) Η ανάγκη της συγκατοίκησης και της συνάσκησης των ασκητών στον ίδιο χώρο, δημιούργησε την ανάγκη της οργάνωσης της ζωής τους, μέσω κοινά αποδεκτών κανόνων. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα, την εξαφάνιση των ασκητηρίων και τη δημιουργία ή των σκητών (λαύρες) ή των μοναστηριών. (Μαντζαρίδης, 1990. σ. 95) Συνεπώς, η δημιουργία μονών δίπλα από σπήλαιο-ασκητήρια, συνδέεται και με την κατά περιόδους υποχώρηση του αναχωρητικού μοναχισμού. (Εγγενίδου, et al. 1991., pp 67-71). Όπως αυτό συνέβη τον 15^ο αιώνα, στα ασκητήρια που υπήρχαν στις δυτικές όχθες της λίμνης Μεγάλης Πρέσπας. Οι ασκητές αυτοί, μετεγκαταστάθηκαν στη νεοϊδρυθείσα Μονή της Παναγίας της Πορφύρας, στο νησί του Αγίου Αχιλλείου της Μικρής

Πρέσπας. (Ενγενίδου, et al., 1991. pp 67-71) Άλλες αιτίες παρακμής και εγκατάλειψης των ασκητηρίων, μπορούμε να αναφέρουμε: 1) Τις εσωτερικές διαμάχες μεταξύ των αδελφοτήτων των ασκητηρίων (Αγορίτσας, 2019. σ. 62-65). 2) Τις κτηματικές τους διαφορές, και τη δήμευση της περιουσίας τους επί Οθωμανικής Αυτοκρατορίας. (Αγορίτσας, 2019. σ. 64). 3) Την έλλειψη ισχυρής προστασίας και ασφάλειας από τους κρατικούς θεσμούς της εποχής (Κουκουσάς, 2020. σ. 4-5 ; Παπαμεντζελόπουλος, 2012. σ. 33) 4) Την βαριά φορολογία των Τούρκων, (Σμυρλής, 2011. σ. 1 ; Βλαχοστέργιος, 2009. σ. 38), 5) τις επιδρομές των Τουρκαλβανών, (Θεοτέκνη μοναχή, 2017. σ. 232-234 ; Βλαχοστέργιος, 2009. σ. 38). 6) Τις προστριβές των ηγουμένων με τους Μητροπολίτες και τους άρχοντες (Βοζιατζίδου, 1925. σ. 177 ; Βλαχοστέργιος, 2009. σ. 38 ; Πανοπούλου, 1996. σ. 98).

Έτσι βάση των προηγούμενων αιτίων, στα τέλη του 14^{ου} έως στις αρχές του 15^{ου} αι., στην περιοχή των Μετεώρων, όπως αναφέρει το «Χρονικό των Μετεώρων», πολλά ασκητήρια ερημώθηκαν. Εξ αιτίας αυτού του γεγονότος, τα ασκητήρια του Παντοκράτορος (Εικόνα 6.13), της Υπαπαντής, του Καλλίστρατου και της Αγίας Τριάδος αφανίσθηκαν και τα αντικείμενα τους διαρπάγησαν. (Αγορίτσας, 2019. σ. 57).



(Εικόνα 6.13: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το κατεστραμμένο σπήλαιο-ασκητήριο (μονή) του Παντοκράτορος στα Μετέωρα. 1) Τα κτιριακά του υπολείμματα.

Ένας άλλος λόγος εγκατάλειψης αυτών των ασκητηρίων ή των σπήλαιο-εκκλησιών, είναι η καταστροφή της περιοχής από διάφορα φυσικά φαινόμενα όπως πχ., πλημμύρες. Αυτό συνέβη

στην ασκητική κοινότητα και του παλαιομοναστηριου στην περιοχή του ρέματος του Σωφρόνη. Αυτό βρίσκεται λίγο έξω από την Σπάρτη, κοντά στη Μονή των Τεσσαράκοντα Μαρτύρων. Υπάρχει η υπόθεση σύμφωνα με την παράδοση, που αναφέρει ότι η ασκητική αυτή κοινότητα, αναγκάστηκε να καταφύγει στη νέα Μονή των Τεσσαράκοντα Μαρτύρων, εξαιτίας της καταστροφής των εγκαταστάσεων της, από κάποια πλημμύρα. (Εικόνα 6.14) (Πηγή: ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΜΟΝΕΜΒΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΣΠΑΡΤΗΣ).



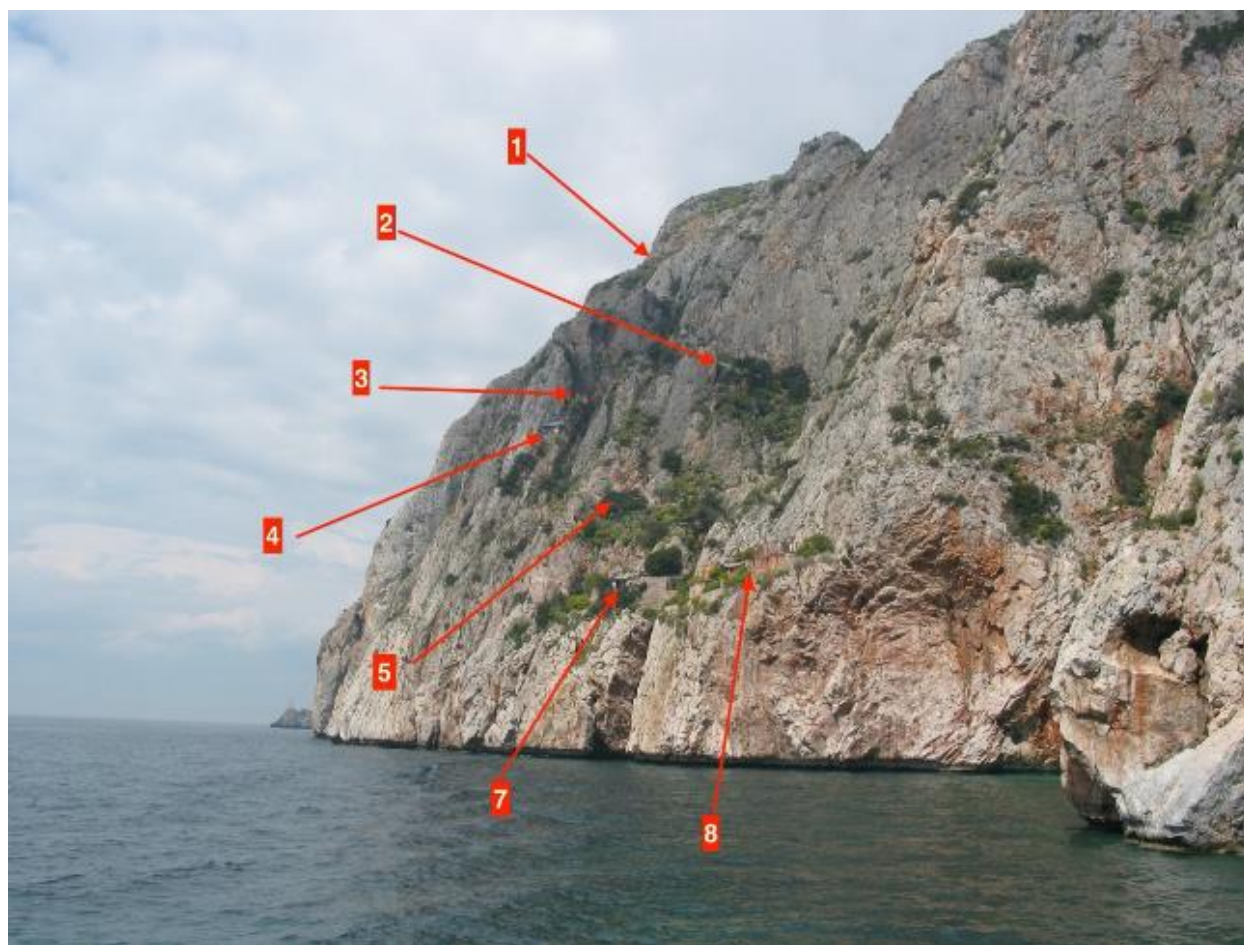
(Εικόνα 6.14: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Η Μονή των Τεσσαράκοντα μαρτύρων που βρίσκεται λίγο έξω από την Σπάρτη της Λακωνίας.

Επίσης από κατολισθήσεις βράχων, (Παπαμεντζελόπουλος, 2012. σ. 43) ή και καταρρεύσεις βράχων σε σπήλαια, όπως αυτό έχει συμβεί στο σπηλαιώδη ναό με την ονομασία «η σπηλιά του Ροκάνη», που είναι της ύστερης βυζαντινής περιόδου και βρίσκεται στη θέση «Ψωμάκια» στο Κάστρο της Κυλλήνης στην Ηλεία. Αυτός ο ναός έχει σχεδόν καταστραφεί, εξαιτίας της κατάρρευσης της οροφής του. (Αθανασούλης, 2006. σ. 75). Επίσης το ίδιο συνέβη τα τελευταία χρόνια, στη Μονή της Παναγίας της Κρεμαστής στο χωρίο Λάνθη του Νομού Ηλείας. Η Μονή αυτή δημιουργήθηκε το 1601 μ.Χ., πάνω σε σαθρό έδαφος, με αποτέλεσμα, εξαιτίας των συχνών κατολισθήσεων, να αντιμετωπίζει συχνές καταστροφές στις κτιριακές της

εγκαταστάσεις,. Έτσι και το 1976, μία ανάλογη κατολίσθηση κατάστρεψε ολοσχερώς το σπηλαιώδη ναό που αποτελούσε το καθολικό της, με αποτέλεσμα τη κατασκευή νέου το 1985. (Πετράκος, 2018).

6.2.3.17. Οι ασκητές στα σπήλαιο-ασκητήρια σήμερα.

Σήμερα υπάρχουν κάποια σπήλαιο-ασκητήρια στο Άγιον Όρος και συγκεκριμένα στην περιοχή των Καρουλίων, όπου ζούνε κάποιοι ασκητές. (Εικόνα 6.15) (Ντρενογιάννης, 2007. σ. 112 ; Πηγή: The Guardian.com).



(Εικόνα 6.15: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Μέρος της περιοχής «Καρούλια» του Αγίου Όρους με εμφανή κάποια σπήλαιο-ασκητήρια 1,2,3,4,5,6,7,8.

6.2.3.18. Η χρήση των ασκητηρίων μετά την εγκατάλειψή τους μέχρι σήμερα

Τα σπήλαιο-ασκητήρια μετά την εγκατάλειψή τους από τους ασκητές, άλλα καταστράφηκαν και άλλα χρησιμοποιήθηκαν από τον τοπικό πληθυσμό για να καλύψουν δικές τους ανάγκες. Αυτές οι ανάγκες μπορεί να ήταν, είτε η προστασία του τοπικού πληθυσμού από επιδρομές των κατακτητών της πατρίδας, είτε και ως ποιμνιοστάσια. (Πετρής ιερέυς, 2017. σ. 79) Έτσι το ασκητήριο στο ρέμα του Σωφρόνη, που βρίσκεται κοντά στη Μονή των Τεσσαράκοντα

Μαρτύρων έξω από την Σπάρτη, οι ντόπιοι το ονομάζουν μέχρι σήμερα «Καταφύγι» ή «Κρυφό Σχολειό». Την ονομασία «Καταφύγι», την πήρε απ' αυτούς, επειδή χρησιμοποιήθηκε ως καταφύγιο στην περίοδο των Ορλοφικών, όπως και από τις επιδρομές του Ιμπραήμ κατά τα έτη 1825-1826. (Καππάς, 2011). Εξαιτίας της νέας αυτής χρήσης των ασκητηρίων, οι κάτοικοι δημιούργησαν αρχιτεκτονικές αλλαγές σ' αυτά τα κτίρια, όπως π.χ., τις πολεμίστρες. (Πετρής, 2017. σ. 62) Αυτές οι πολεμίστρες φαίνονται π.χ., στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη κοντά στο χωριό Κερπινή της Αρκαδίας. (Εικόνα 6.16).



(Εικόνα 6.16: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη στην Κερπινή της Αρκαδίας. (1) Οι πολεμίστρες.

Επίσης, στην περίοδο της Γερμανικής κατοχής το 1943, οι Γερμανοί κατακτητές βομβάρδισαν στην περιοχή των Μετεώρων τη Μονή του Αγίου Νικολάου Μπάντοβα, που ιδρύθηκε τον 14^ο αιώνα. (Εικόνα 6.17) (Θεοτέκνη, Μοναχή, 2017. σ.158).



(Εικόνα. 6.17: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο (Ιερά Μονή) του Αγίου Νικολάου Μπάντοβα στα Μετέωρα.

Μια άλλη χρήση αυτών των σπήλαιο-ασκητηρίων ήταν ως κρησφύγετο των αγωνιστών της απελευθέρωσης της Ελλάδος από τον Οθωμανικό ζυγό. Χαρακτηριστική είναι η περίπτωση του ιερέα Ευθύμιου Βλαχάβα (παπα-Βλαχάβα), φημισμένου αγωνιστή των Χασίων και της γύρω περιοχής. Αυτός είχε σαν ορμητήριο του, το ασκητήριο του Αγίου Δημητρίου που βρίσκεται στους βράχους των Μετεώρων. Εξαιτίας αυτού του γεγονότος, στρατεύματα Τουρκαλβανών του Αλή πασά επιτέθηκαν στη Μονή και την κατέστρεψαν ολοσχερώς με τη βοήθεια ενός τηλεβόλου. (Θεοτέκνη, Μοναχή, 2017. σ. 228-234).

Μια άλλη χρήση αυτών των σπήλαιο-ασκητηρίων μετά την εγκατάλειψη τους από τους ασκητές, είναι αυτής ως ποιμνιοστάσια. Πολλοί κτηνοτρόφοι χρησιμοποίησαν ή χρησιμοποιούν ακόμη και σήμερα, αυτά τα ασκητήρια ως ποιμνιοστάσια. Αυτό αναφέρει ο καθηγητής της Αρχαιολογίας του Πανεπιστημίου των Ιωαννίνων Αθανάσιος Παλιούρας, όταν πρωτοξεκίνησε την ανασκαφική του έρευνα στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στη Βαράσοβα της Αιτωλοακαρνανίας.(Πηγή: Aitolioakarnania BEST.gr). Το ίδιο παρουσιάστηκε και στο ασκητήριο της Αγίας Παρασκευής στην περιοχή της Καστάνιτσας της Βόρειας Κυνουρίας στην Αρκαδία, όπως και στο ασκητήριο της Ζάγκολης, στην ίδια περιοχή κοντά στον οικισμό της Φούσκας. (Πετρής, 2017. σ. 62, 79).

Σήμερα τα περισσότερα σπήλαιο-ασκητήρια, συνεχίζουν να αποτελούν για τους ντόπιους κατοίκους της περιοχής, σημείο αναφοράς, ευλάβειας και θρησκευτικής κατάνυξης. Έτσι σε κάποια σπήλαιο-ασκητήρια, ο πληθυσμός που ζει περίξ αυτών, την ημέρα που γιορτάζει το παρεκκλήσιο του, τελούν Θεία Λειτουργία και κατόπιν διοργανώνουν ποικίλες εορταστικές εκδηλώσεις. Αυτό συμβαίνει, στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γεωργίου του Μαντηλά στο Καστράκι των Μετεώρων. Στην εορτή του Αγίου Γεωργίου υπάρχει παράδοση που ξεκινάει από την εποχή της Τουρκοκρατίας και φτάνει μέχρι τις μέρες μας. Οι πιστοί να τοποθετούν στη σπηλιά του ασκητηρίου τα αφιερώματα τους που είναι μαντήλια. Αυτά τα μαντήλια τα ανεβάζουν και τα τοποθετούν αναρριχητές προσκυνητές λόγω του απότομου βράχου και του μεγάλου ύψους που βρίσκεται το ασκητήριο. (Εικόνα. 6.18) (Θεοτέκνη Μοναχή, 2017. σ. 127-135 ; Λαχλάλι Λάμπρι. 2012. σ. 55).



(Εικόνα. 6.18: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γεωργίου του Μαντηλά στο χωριό Καστράκι των Μετεώρων

Στις 2 Ιουλίου που γιορτάζεται η κατάθεση της Αγίας Εσθήτας της Παναγίας, είναι καθιερωμένη, εδώ και πάρα πολλά χρόνια από τους κατοίκους της γύρο περιοχής, να εορτάζεται το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ, στο χωριό Βρούστι της Αργολίδος. Αυτό φαίνεται μετά από επιτόπια έρευνα. (Εικόνα. 6.19).



(Εικόνα. 6.19: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι της Αργολίδος την ημέρα της εορτής του στις 2 Ιουλίου.

Στις μέρες μας, οι μοναχοί των Μονών της Αγίας Τριάδος και του Μεγάλου Μετεώρου στα Μετέωρα, μετά από πενήντα χρόνια, ανέβηκαν με την βοήθεια των ανδρών της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Καλαμπάκας, στο παρεκκλήσιο του ασκητηρίου του Οσίου Γρηγορίου, που βρίσκεται σε ύψος 40μ. και λειτούργησαν (Εικόνα. 6.20) (Πηγή: ANTILOGOSNeWS).



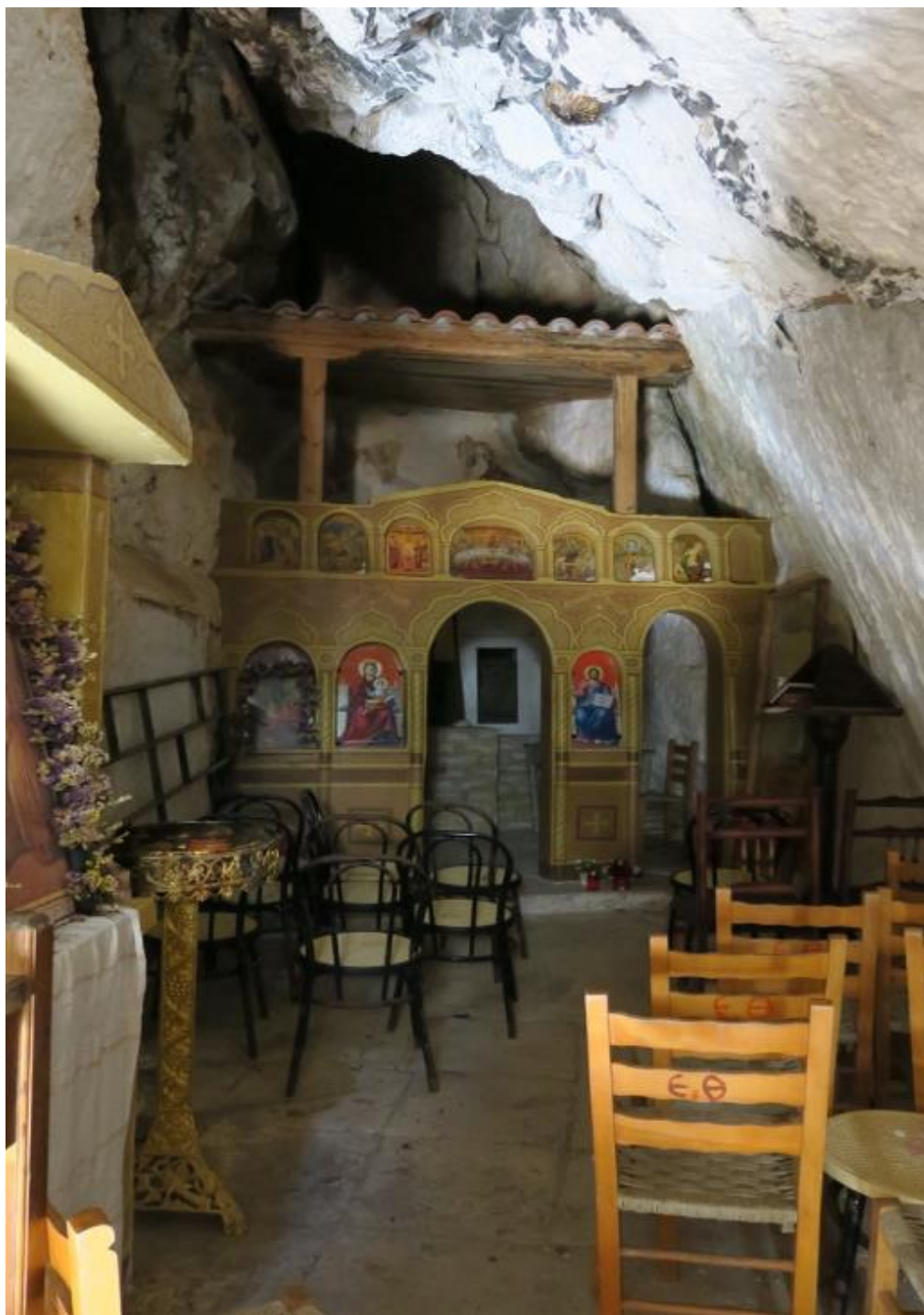
(Εικόνα. 6.20: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. 1) Η θέση της σπήλαιο-εκκλησίας.

Οι σιδηροδρομικοί υπάλληλοι του ΟΣΕ θεωρούν ως ιερό τους τόπο, το σπηλαιώδη ναό της Παναγίας με το προσωνύμιο «Βαρδάτες» ή «Προυσιώτισσας», που βρίσκεται λίγο έξω από το χωριό Βαρδάτες της Φθιώτιδας. Η ιερή σπηλιά που βρέθηκε η εικόνα της Παναγίας, βρίσκεται κάτω ακριβώς από τη διέλευση της παλαιάς σιδηροδρομικής γραμμής Αθήνας–Λαμίας–Θεσσαλονίκης. Γι' αυτόν τον λόγο είχαν αναλάβει την ανακαίνιση των εγκαταστάσεων του. (Εικόνα. 6.21). (Πηγή: NewsNowgr.com).



(Εικόνα. 6.21: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). 1) Η σπήλαιο-εκκλησία η Παναγία «Βαρδάτες» στο χωριό Βαρδάτες της Φθιώτιδας. 2) Η παλαιά σιδηροδρομική γραμμή Αθήνας – Λαμίας-Θεσ/νίκης. 3) Η κλίμακα προσέγγισης του σπηλαίου. 4) Οι εγκαταστάσεις του προσκυνήματος.

Μάλιστα, κάθε φορά που διερχόταν το τρένο από το σημείο αυτό, ο μηχανοδηγός της αμαξοστοιχίας, ενεργοποιούσε τον ηχητικό σηματοδότη εις ένδειξη σεβασμού και χαιρετισμού. Άλλοτε σταμάταγε το συρμό για λίγο, προς τιμή της Παναγίας. (Πηγή: iLamia). Επίσης το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της «Κατακεκρυμένης» στον Καραθώνα του Ναυπλίου, τα νεότερα χρόνια, το είχε υπό την προστασία του και το φρόντιζε, ο επαγγελματικός κλάδος των υποδηματοποιών του Ναυπλίου. Δυστυχώς αυτό σταμάτησε τα τελευταία χρόνια, λόγω της σημαντικής μείωσης του αριθμού των μελών του. Αυτό το έργο σήμερα το έχει αναλάβει ο Ιερός Ναός της Ευαγγελιστρίας του Ναυπλίου. (Εικόνα. 6.22) (Πηγή: ORTHODOXIA.INFO).



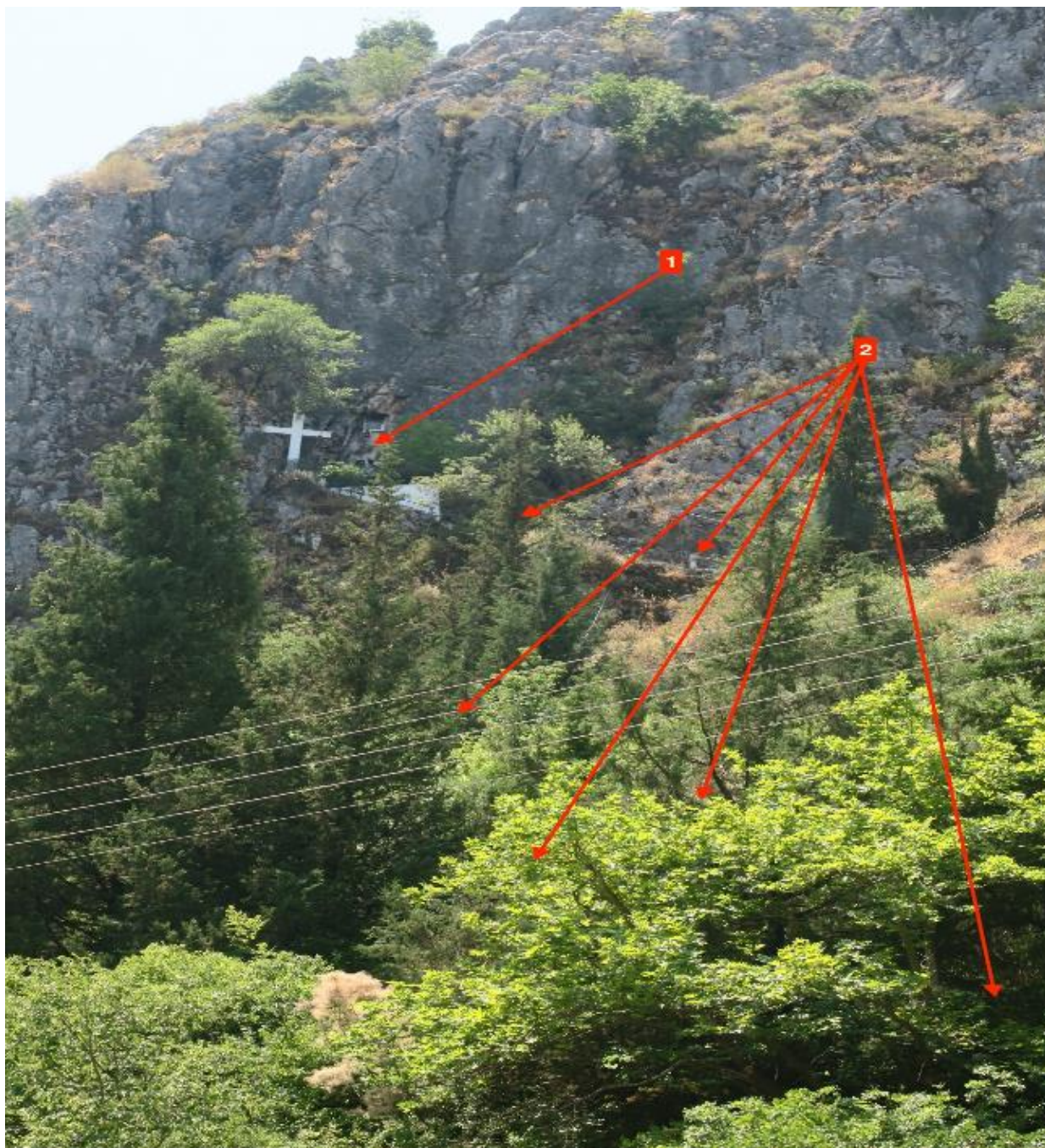
(Εικόνα. 6.22: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της «Κατακεκρυμένης» στον Καραθώνα του Ναυπλίου.

ΚΕΦ.7: Οι τρόποι και οι υποδομές για τις μετακινήσεις, προς στις σπήλαιο-εκκλησίες και τα σπήλαιο-ασκητήρια.

Η προσέγγιση μιας σπήλαιο-εκκλησίας ή ενός σπήλαιο-ασκητηρίου, εξαρτιόταν από το σημείο στο βράχο που βρισκόταν η σπηλιά. Αν βρισκόταν στη βάση του βράχου, τότε συνήθως η προσέγγιση της με τα πόδια ήταν σχετικά εύκολη. Αν όμως η σπηλιά βρισκόταν αρκετά ψηλότερα από τη βάση του βράχου, τότε η προσέγγιση της χωρίς τις ανθρώπινες υποδομές, γινόταν μόνο με αναρρίχηση ή καταρρίχηση με βασικό επακόλουθο τον κίνδυνο για τη ζωή ή τη σωματική ακεραιότητα του αναρριχητή. Με τη δημιουργία όμως των υποδομών από τους ασκητές και τη χρήση ειδικών μηχανισμών, μπόρεσαν να υπερκεράσουν με μεγαλύτερη ευκολία και ασφάλεια τα φυσικά εμπόδια στις μετακινήσεις τους. Αυτά διαπιστώθηκαν από την επιτόπια έρευνα των πενήντα επτά προαναφερθέντων σπήλαιο-ασκητηρίων.

7.1. Οι τρόποι προσέγγισης στις σπήλαιο-εκκλησίες.

Η προσέγγιση σε κάποιες ιερές σπηλιές γίνονταν μέσω ενός συνδυασμού μονοπατιού και πολλών σκαλοπατιών. Όπως π.χ., στην Ιερή σπηλιά «το Στεφάνι της Παναγίας», στον Πύργο Ιθώμης στην Καρδίτσα. (Εικόνα 7.1) (Κωνσταντοπούλου- Δωρή, 2005. σ. 436-437)



(Εικόνα 7.1: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Ιερή σπηλιά το Στεφάνι της Παναγίας, στον Πύργο Ιθώμης στην Καρδίτσα. 1) Το Ιερό σπήλαιο, 2) η πορεία του μεικτού μονοπατιού προσέγγισης με τις κλίμακες.

Σε κάποιες άλλες, η προσέγγιση γίνονταν μέσω ενός απλού μονοπατιού, όπως πχ., στη σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Νικολάου του νέου στο Ακραιφνίο της Βοιωτίας. (Εικόνα 7.2) (Αγγέλου, 2006. σ. 116).



(Εικόνα 7.2: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Νικολάου του νέου στο Ακραίφνιο της Βοιωτίας και το μονοπάτι προσέγγισης της.

7.2. Οι τρόποι προσέγγισης στα σπήλαιο-ασκητήρια.

Η προσέγγιση των ασκητηρίων, συνήθως γίνονταν με τέσσερις τρόπους: 1) Με ανοδική πορεία, δηλ., από τη βάση του βράχου και προς τα πάνω, με τη μέθοδο της αναρρίχησης. 2) Με καθοδική πορεία, δηλ., από τη κορυφή του βράχου και προς τα κάτω, με τη μέθοδο της καταρρίχησης. 3) Με οριζόντια πορεία, στο ίδιο ύψος που βρίσκεται το ασκητήριο. 4) Τέλος υπάρχουν και σπήλαιο-ασκητήρια που βρίσκονται στη βάση του βράχου οπότε η πρόσβαση τους είναι εύκολη. Οι τρεις πρώτοι τρόποι προσέγγισης, σε πολλά σπήλαιο-ασκητήρια ακόμη και σήμερα σε πολλά απ' αυτά, είναι δύσκολοι, επικίνδυνοι αλλά και εντυπωσιακοί.

7.2.1. Η ιστορία της αναρρίχησης και της καταρρίχησης στα ασκητήρια.

Η πρώτη έγγραφη αναφορά αναρρίχησης στην ιστορία υπάρχει στον Αρριανό, στην αναφορά του Αλεξάνδρου «Ανάβασις». Αυτή έγινε από 300 στρατιώτες του Αλεξάνδρου, για την κατάληψη του κάστρου που βρισκόταν πάνω στον Σογδιανό βράχο. (Αρριανός, 2012). Τον 11^ο μ.Χ., αιώνα, ο βιογράφος του Αγίου Αθανασίου του Μετεωρίτη αναφέρει ότι με τη βοήθεια ενός οδηγού, (πιθανώς βοσκού), ο άγιος αναρριχήθηκε σε ένα σπήλαιο ενός βράχου των Μετεώρων

και παρέμεινε εκεί ασκητεύοντας για ένα χρόνο. (Θεοτέκνη μοναχή, 1978. σ. 28). Αυτή η διαδικασία αναρρίχησης, στη περίπτωση του Οσίου Αθανασίου του Μετεωρίτου, κράτησε χρόνια. Έτσι στην αρχή, ασκήτεψε σε ένα σπήλαιο-ασκητήριο, που βρίσκεται στη βάση του βράχου του «Στύλου». (Σοφιανού, 1990. σ. 108) Κατόπιν για ένα χρονικό διάστημα, έμεινε σε ένα άλλο σπήλαιο, που βρισκόταν σε ένα βράχο που ονομαζόταν «Πλατύλιθος» ή «Μεγάλο Μετέωρο» και σε χαμηλότερο ύψος από την κορυφή του. Στο τέλος εγκαταστάθηκε στην κορυφή του συγκεκριμένου βράχου. (Σοφιανού, 1990. σ. 108).

Η πρώτη αρχαία μαρτυρία αναρριχητικής προσπάθειας ασκητών, έχει βρεθεί στα Μετέωρα και συγκεκριμένα στον βράχο, με την ονομασία ο «Πύργος του Διαβόλου». Αυτή είναι ένας αναρριχητικός πάσσαλος του 14^{ου} αιώνα μ.Χ., που εντοπίστηκε σε ύψος 45 μέτρων. (Καλογήρου, 2004-2005. σ. 38). Επίσης η παράδοση αναφέρει ότι, στην περιοχή των Μετεώρων πάλι, τον 14^ο αιώνα, στρατιώτες του Σέρβου ηγεμόνα Στέφανου Ντουσάν κατόπιν διαταγής του, κατάφεραν να τοποθετήσουν στην κορυφή του βράχου με την ονομασία «Άγιον Πνεύμα», έναν μεταλλικό σταυρό με διαστάσεις 1,80X0,80cm. Το 1975 ο σταυρός αυτός κατέβηκε από την κορυφή του συγκεκριμένου βράχου, με τη βοήθεια ελικοπτέρου και φυλάσσεται στη Μονή Βαρλαάμ των Μετεώρων. (Θεοτέκνη μοναχή, 2017. σ. 120-121). Επίσης, υπάρχει μία γραπτή αναφορά για μια κατάβαση που έγινε στα Μετέωρα το 1346-7 μ.Χ., και συγκεκριμένα στο βράχο με την ονομασία «Στύλος». Ένας καστροφύλακας των Σταγών με το όνομα Πασχάλης, κατέβηκε δεμένος με σχοινί από τη κορυφή του συγκεκριμένου βράχου μέχρι σε ένα σπήλαιο. Αυτός, οριοθέτησε αυτό το σπήλαιο ότι βρισκόταν, στη βόρεια πλευρά του βράχου και απέναντι από τις Σταγές (σημερινή Καλαμπάκα). (Βοζιατζίδου, 1925. σ. 175-176).

7.2.2. Οι αρχικές μέθοδοι της προσέγγισης των σπήλαιο-ασκητηρίων.

Η ανάβαση των ασκητών, πιθανολογείται ότι γινόταν με τον εξής τρόπο. Οι ασκητές πριν ξεκινήσουν, επέλεξαν το σπήλαιο που ήθελαν να εγκατασταθούν. Κατόπιν, σχεδίαζαν την αναρριχητική τους πορεία που θα ακολουθούσαν προς αυτό. Στα απότομα κομμάτια των βράχων, οι ασκητές, σκαρφάλωναν ελεύθερα, χρησιμοποιώντας ως στήριγμα, τις φυσικές εσοχές και προεξοχές των βράχων. Στα δύσκολα σημεία όπου ο βράχος παρουσίαζε μεγάλη κλίση, χρησιμοποιούσαν ξύλινους ή σιδερένιους πασσάλους. (Θεοτέκνη μοναχή, 2017. σ. 57-58). Ένας τέτοιος αναρριχητικός πάσσαλος, μετά από επιτόπια έρευνα, διαπιστώθηκε στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνα 7.3).



(Εικόνα 7.3: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Αναρριχητικός πάσσαλος στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

Στους πασσάλους αυτούς, στήριζαν μακριές σκάλες και στη κορυφή τους σφήνωναν (πάκτωναν) νέους πασσάλους. Τέλος οι ασκητές, κουβαλούσαν μαζί τους και σχοινί, που θα τους βοηθούσε στη καταρρίχηση τους, δένοντας το πάνω στους πασσάλους. Συνεπώς οι πάσσαλοι αυτοί, έπαιζαν σημαντικό ρόλο. Αυτοί οι πάσσαλοι, πακτώνονταν μέσα σε σχισμές του βράχου ή σε κατασκευασμένες απ' αυτούς οπές. (Θεοτέκη, Μοναχή, 2017. σ. 57-58). Τέτοιες κατασκευασμένες οπές στο βράχο, διαπιστώθηκαν μετά από επιτόπια έρευνα στο ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου στα Μετέωρα. (Εικόνα 7.4)



(Εικόνα 7.4: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Οι τεχνητές οπές επάνω στο βράχο του ασκητηρίου του Αγίου Αντωνίου στα Μετέωρα.

Όταν έφταναν στο σπήλαιο που επιθυμούσαν, τοποθετούσαν εντός του ένα ακόμη πάσσαλο που θα τους επέτρεπε την καταρρίχηση τους ή την ανάσυρση των πρώτων υλικών που θα χρειάζονταν. Η καταρρίχηση σε γενικές γραμμές είναι ευκολότερη από την αναρρίχηση, αρκεί το σχοινί καταρρίχησης να είναι καλό και ασφαλώς αγκυρωμένο. (Θεοτέκνη, Μοναχή, 2017. σ. 57-58).

Οι ασκητές στην περιοχή των Καρουλίων του Αγίου Όρους, ακόμη και σήμερα, χρησιμοποιούν για τη καταρρίχηση στα ασκητήρια τους, αντί για σχοινί, αλυσίδες. (Πηγή: ΟΡΘΟΔΟΞΙΑ).

7.2.3. Οι μόνιμες υποδομές για τις μετακινήσεις των ασκητών στα σπήλαιο-ασκητήρια.

Οι ασκητές για να κάνουν ασφαλέστερο, ευκολότερο και γρηγορότερο τον καθημερινό τρόπο μετακίνησης τους, δημιούργησαν μόνιμες υποδομές. Αυτές οι υποδομές, τους βοηθούσαν κατά τις μετακινήσεις τους, να υπερκεράσουν, τα μεγάλα φυσικά εμπόδια που είχαν να αντιμετωπίσουν. Αυτά ήταν, οι μεγάλες κλήσεις του εδάφους, το μεγάλο ύψος, τα χάσματα του εδάφους, κλπ. Οι μόνιμες αυτές υποδομές ήταν: 1) οι εξώστες, 2) οι σκάλες, 3) οι λαξευτοί διάδρομοι, 4) οι γέφυρες, 5) οι στοές, 6) η τροχαλία το βαρούλκο και ο εργάτης (βριζόνι).

7.2.3.1. Οι εξώστες.

Οι εξώστες συνήθως κατασκευάζονταν σε ασκητήρια που βρισκόταν σε μεγάλο ύψος από τη βάση του βράχου. Επάνω σ' αυτούς οι ασκητές, μπορούσαν με ασφάλεια, να ανασύρουν από τη βάση του βράχου, όλα τα απαραίτητα υλικά που χρειάζονταν. (Σούμποτις & Ιουστίνος, Ιερομόναχος, 2017. σ. 31-33). Επίσης παρείχαν στους ασκητές, επιπλέον ελεύθερο χώρο (στον πολύ περιορισμένο χώρο που ζούσαν), αλλά και τη δυνατότητα να επικοινωνούν και με γειτονικά τους σπήλαια. (Κοσβύρα, 2018. σ. 34). Οι εξώστες είχαν διάφορα μεγέθη, μερικοί δε, είχαν μεγάλες διαστάσεις σε πλάτος και βάθος, όπως αυτός στο ασκητήριο του Οσίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνα 7.5).



(Εικόνα 7.5: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ο μεγάλος ξύλινος εξώστης του ασκητηρίου του Οσίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

Διάφορα μεγέθη εξωστών, διαπιστώθηκαν στο ασκητήριο του Οσίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. Αυτό το ασκητήριο διαθέτει τέσσερις εξώστες σε διαφορετικά ύψη και διαφορετικό μεταξύ τους μέγεθος. (Εικόνα 7.6)



(Εικόνα 7.6: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Οι πολλαπλοί και διαφορετικών μεγεθών, ξύλινοι εξώστες του ασκητηρίου του Οσίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

7.2.3.2. Οι κλίμακες.

Οι κλίμακες ήταν η βασική υποδομή για τις μετακινήσεις των ασκητών από και προς τα σπήλαιο-ασκητήρια τους. Αυτές ήταν τριών ειδών: I) οι σκαλιστές στο βράχο, II) οι πετρόκτιστες και III) οι ξύλινες.

7.2.3.2.1 Οι σκαλιστές στο βράχο κλίμακες.

Οι σκαλιστές στο βράχο είναι δυο ειδών: τα πατήματα και τα σκαλιστά σκαλοπάτια.

Τα πατήματα, είναι σκαλιστές κοιλάνσεις επάνω στο βράχο, λαξευμένες από τους ασκητές σε σωστές αποστάσεις μεταξύ τους, έτσι ώστε αυτοί, να μπορούσαν να τοποθετήσουν τις άκρες των ποδιών τους εντός τους, δημιουργώντας έτσι μια υποτυπώδη σκάλα. (Κοσβύρα, 2018. σ. 34). Πατήματα διαπιστώθηκαν ότι υπάρχουν, στο ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου, έξω από το χωριό Λουκά στην Αρκαδία. (Δυστυχώς στο σημείο που υπάρχουν αυτά τα τελευταία χρόνια, έχει τοποθετηθεί μεταλλική κλίμακα, για την ευκολότερη προσέγγιση των προσκυνητών, με αποτέλεσμα να μην είναι εύκολα ορατά). (Εικόνα 7.7).



(Εικόνα 7.7: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Λαξευμένα στο βράχο πατήματα, για την προσέγγιση στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά Αρκαδίας.

Οι σκαλιστές κλίμακες, είναι ένα σύνολο σκαλιστών στο βράχο σκαλοπατιών, δημιουργώντας έτσι επάνω στο βράχο μια κλίμακα. (Βλαχοστεργίος, 2009. σ. 55). Τέτοια σκαλιστά σκαλοπάτια υπάρχουν στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου Μπάντοβα στα Μετέωρα. (Εικόνα 7.8).



(Εικόνα 7.8: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Σκαλιστά στο βράχο σκαλοπάτια, στο ασκητήριο του Αγίου Νικολάου Μπάντοβα στα Μετέωρα.

7.2.3.2.2. Οι κτιστές κλίμακες

Οι κτιστές κλίμακες κατασκευάζονταν με λίθους που συνδέονταν μεταξύ τους με λάσπη. Αυτές συνήθως, συνέδεαν τα σπήλαιο-ασκητήρια με τη βάση του βράχου, όπως στο «παλαιομονάστηρο» της Μονής των Παμμεγίστων Ταξιαρχών Αιγιαλείας. Εδώ υπάρχει παλαιά λιθόκτιστη κλίμακα 54 βαθμίδων. (Εικόνα 7.9). (Πηγή: ΚΑΣΤΡΟΛΟΓΟΣ Κάστρα της Ελλάδας).



(Εικόνα 7.9: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η λιθόκτιστη κλίμακα των 54 βαθμίδων, που κατασκευάστηκε το 1810 στο Παλαιομονάστηρο της Μονής Ταξιάρχων στο Αίγιο.

Σε άλλες περιπτώσεις συνέδεαν τη Μονή με το Καθολικό, όπως αυτή που διαπιστώθηκε μετά από επιτόπια έρευνα, στη Μονή της Παναγίας των Καταθεσίων στα Χαλκιάνικα της Αιγιαλείας, με αντίστοιχη λιθόκτιστη κλίμακα 50 βαθμίδων που οδηγεί από τη βάση του βράχου στη σπήλαιο-εκκλησία (καθολικό) της Μονής. (Εικόνα 7.10)

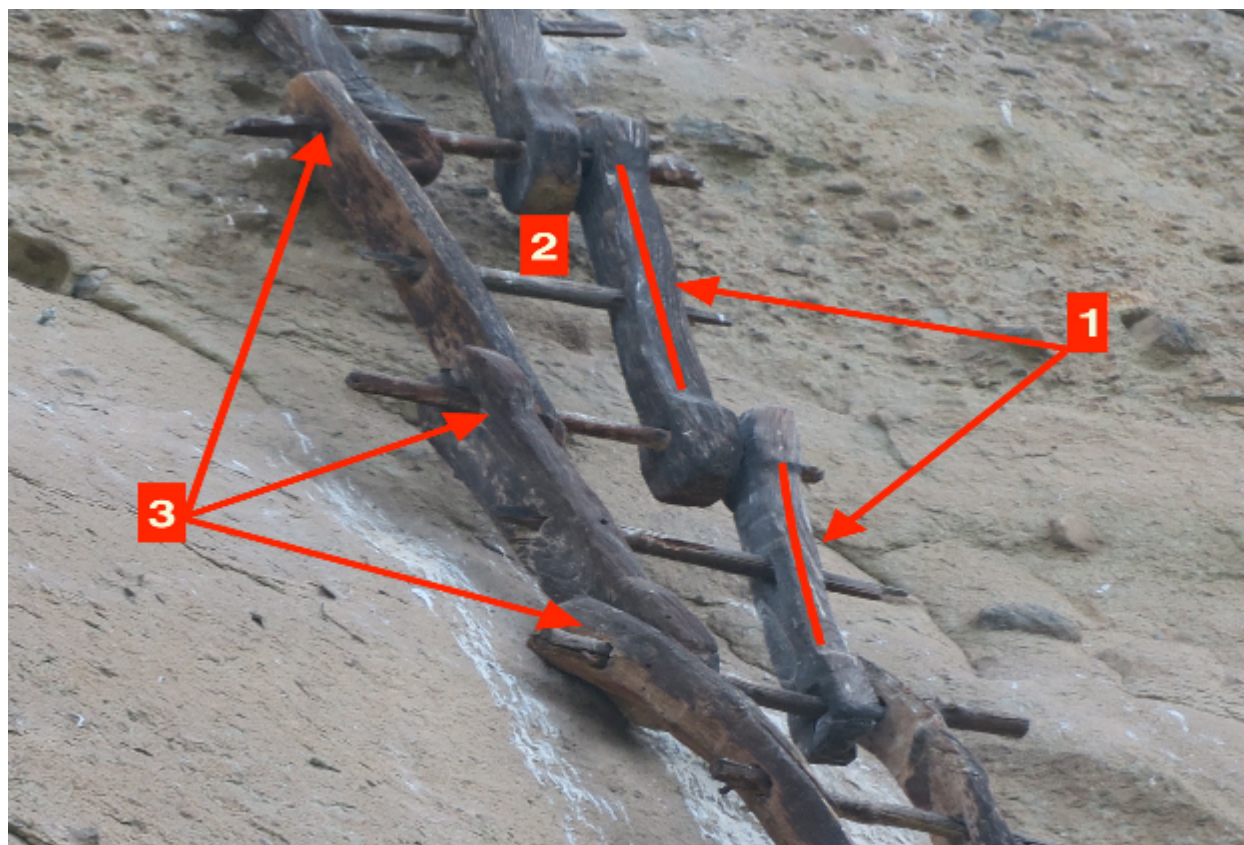


(Εικόνα 7.10: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η λιθόκτιστη κλίμακα που οδηγεί στη σπήλαιο-εκκλησία (καθολικό) της Μονής της Παναγίας των Καταθεσίων στα Χαλκιάνικα της Αιγιαλείας.

7.2.3.2.3. Οι ξύλινες κλίμακες.

Οι ξύλινες κλίμακες είναι δύο ειδών: οι ανεμόσκαλες (εύκαμπτες) και οι σταθερές.

Οι ανεμόσκαλες, ήταν η υποδομή που δημιούργησαν οι ασκητές στα ασκητήρια τους, για να μπορούν να τα προσεγγίζουν ή να αποχωρούν απ' αυτά, χωρίς τις μεθόδους της αναρρίχησης. Με τις ανεμόσκαλες, οι ασκητές μπορούσαν να μετακινηθούν, χωρίς να εξαρτώνται από τους υπόλοιπους συνασκητές τους. (Θεοτέκη, Μοναχή, 2017. σ. 171). Οι ανεμόσκαλες αποτελούνταν, από οριζόντια και κάθετα ξύλα, που ήταν όλα συναρμολογημένα με τη μορφή του «θηλυκώματος». Είχαν ακόμη και πολλαπλές αρθρώσεις έτσι ώστε να είναι ευπροσάρμοστες στο ανάγλυφο του βράχου που εφάπτονταν, όπως αυτή που διαπιστώθηκε στο ασκητήριο του οσίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνα 7.11). (Σούμποτιτς & Ιουστίνος, Ιερομόναχος, 2017. σ. 33-34).



(Εικόνα 7.11: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τμήμα της ανεμόσκαλας του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα μαζί με τις αρθρώσεις της,. 1) Δύο από τα κάθετα σκέλη της ανεμόσκαλας 2), η θέση των οριζόντιων σκελών. 3) Οι αρθρώσεις των δύο σκελών.

Το βασικό σημείο της ευκαμπτότητας τους, ήταν η άρθρωση που έφεραν στο αρχικό σημείο στήριξης τους. (Βλαχοστεργίος, 2003. σ. 461). Αυτού του είδους η άρθρωση, διαπιστώθηκε, στην ανεμόσκαλα του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνα 7.12).



(Εικόνα 7.12: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η αρχική στήριξη της ανεμόσκαλας μαζί με την άρθρωση της, στον εξώστη του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. 1) Τα σκέλη της αρχικής στήριξης της ανεμόσκαλας, 2) Τα βασικά τμήματα της άρθρωσης της, 3) τμήμα της ανεμόσκαλας, 4) δοκάρι του εξώστη.

Οι ανεμόσκαλες ξεκινούσαν από το έδαφος και τα κάθετα σκέλη τους, στηρίζονταν σε δύο πακτωμένους πασσάλους στο βράχο, που απείχαν από το έδαφος 5-10μ. Αν η ανεμόσκαλα συνέχιζε ακόμη ψηλότερα, τότε αυτή είχε νέα στήριξη, που γινόταν πάλι μετά από 5-10μ., με δύο νέους πασσάλους. (Κοσβύρα, 2018. σ. 50-51). Το μήκος τους, ήταν από λίγα μέτρα έως και δεκάδες. Τέτοιου είδους μεγάλες σε μήκος ανεμόσκαλες, υπήρχαν σε Μονές των Μετεώρων όπως: α) στη «Μονή της Υψηλοτέρα ή των Καλλιγράφων» (κατεστραμμένης σήμερα), με 100 βαθμίδες, β) στη «Μονή του Γενεσίου της Θεοτόκου ή Νέας Μονής» (κατεστραμμένης σήμερα) με 75 βαθμίδες. Η άνοδος στην συγκεκριμένη μονή ήταν δύσκολη και επικίνδυνη. γ) Στη «Μονή της Υπαπαντής ή της Αναλήψεως» (ασκητήριο), με μήκος 50μ., και 60 βαθμίδες. (Βλαχοστεργίος, 2009. σ. 42-44).

Οι πολύ μεγάλες σε μήκος ανεμόσκαλες, δεν ήταν συνεχόμενες, αλλά διακεκομμένες, είτε με σημεία ανάπαυσης του αναρριχητή, είτε για αλλαγή της θέσης της ανεμόσκαλας. Λόγω δε του μεγάλου μήκους τους και της αδυναμίας τους να εφάπτονται συνεχόμενα με το βράχο, κατά τη

διάρκεια της ανάβασης, ή της κατάβασης, ή ακόμη και της εξόδου του αναβάτη απ' αυτήν προς στον εξώστη, αιωρούνταν. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα, την αύξηση του φόβου, αλλά και του κινδύνου της πτώσης ή ατυχήματος του αναβαίνοντος. (Βλαχοστέργιος, 2003. σ. 461).

Τέλος, οι ανεμόσκαλες λόγω της ευκαμψία τους, οι ασκητές είχαν την δυνατότητα να ανασηκώνουν το τελευταίο άκρο τους (αυτό που έφτανε στο ασκητήριο). Αυτό γινόταν με την βοήθεια ενός μηχανισμού ανάσυρσης (βαρούλκο) και μίας αλυσίδας. Αυτό το πλεονέκτημα των ανεμόσκαλων, έδινε τη δυνατότητα στους ασκητές, να μπορούν να αποκλείουν οποιονδήποτε ανεπιθύμητο (π.χ., ληστή) να ανέλθει στο ασκητήριό τους. (Γρηγορίου, 2011. σ. 305-320). Την ύπαρξη πολλαπλών ανεμόσκαλων σε διαφορετικά επίπεδα, με το τελευταίο τμήμα τους να ανασηκώνεται με σχοινί, το έχει καταγράψει σε σκίτσο του, ο Ρώσος μοναχός και περιηγητής Βασίλειος Μπάρσκυ. Αυτό έγινε το 1745 κατά την επίσκεψη του στη Μονή του Βαρλαάμ στα Μετέωρα. (Σαμπατάκης, 2017. σ. 96).

Τη διαδικασία της ανάσυρσης της ανεμόσκαλας, την αναφέρει και ο περιηγητής Ussing το 1846, όταν επισκέφθηκε τη Μονή του Βαρλαάμ στα Μετέωρα. (Αλεξόπουλος, 2003. σ. 50-51). Τέτοια ανεμόσκαλα με την αλυσίδα ανάσυρσης της, διαπιστώθηκε μετά από επιτόπια έρευνα στη Μονή του Ρουσάνο στα Μετέωρα. (Εικόνα 7.13)



(Εικόνα 7.13: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Η ανεμόσκαλα της Μονής Ρουσάνο στα Μετέωρα 2) η αλυσίδα ανάσυρσης της.

Υπήρχαν διάφορα σχέδια ανεμόσκαλας, κάποια απ' αυτά σώζονται μέχρι σήμερα σε Μοναστήρια των Μετεώρων όπως αυτά που διαπιστώθηκαν μετά από επιτόπια έρευνα, στη Μονή του Ρουσάνο (Εικόνα 7.13), στο ασκητήριο του Οσίου Γρηγορίου (Εικόνα 7.14) και στο ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου (Εικόνα 7.15) κλπ.

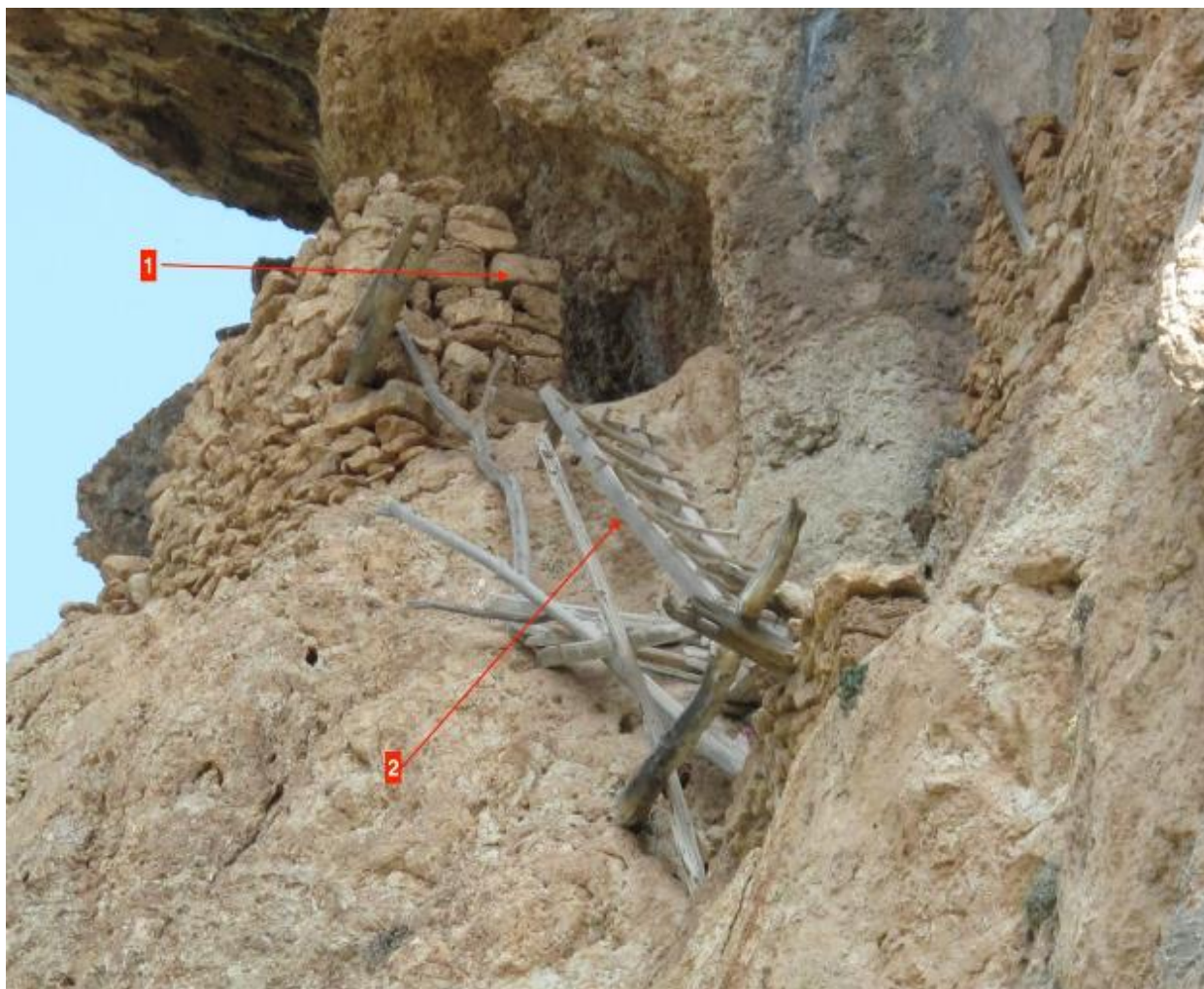


(Εικόνα 7.14: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η ανεμόσκαλα του σπήλαιου-ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.



(Εικόνα 7.15: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η ανεμόσκαλα του ασκητηρίου του Αγίου Αντωνίου στα Μετέωρα.

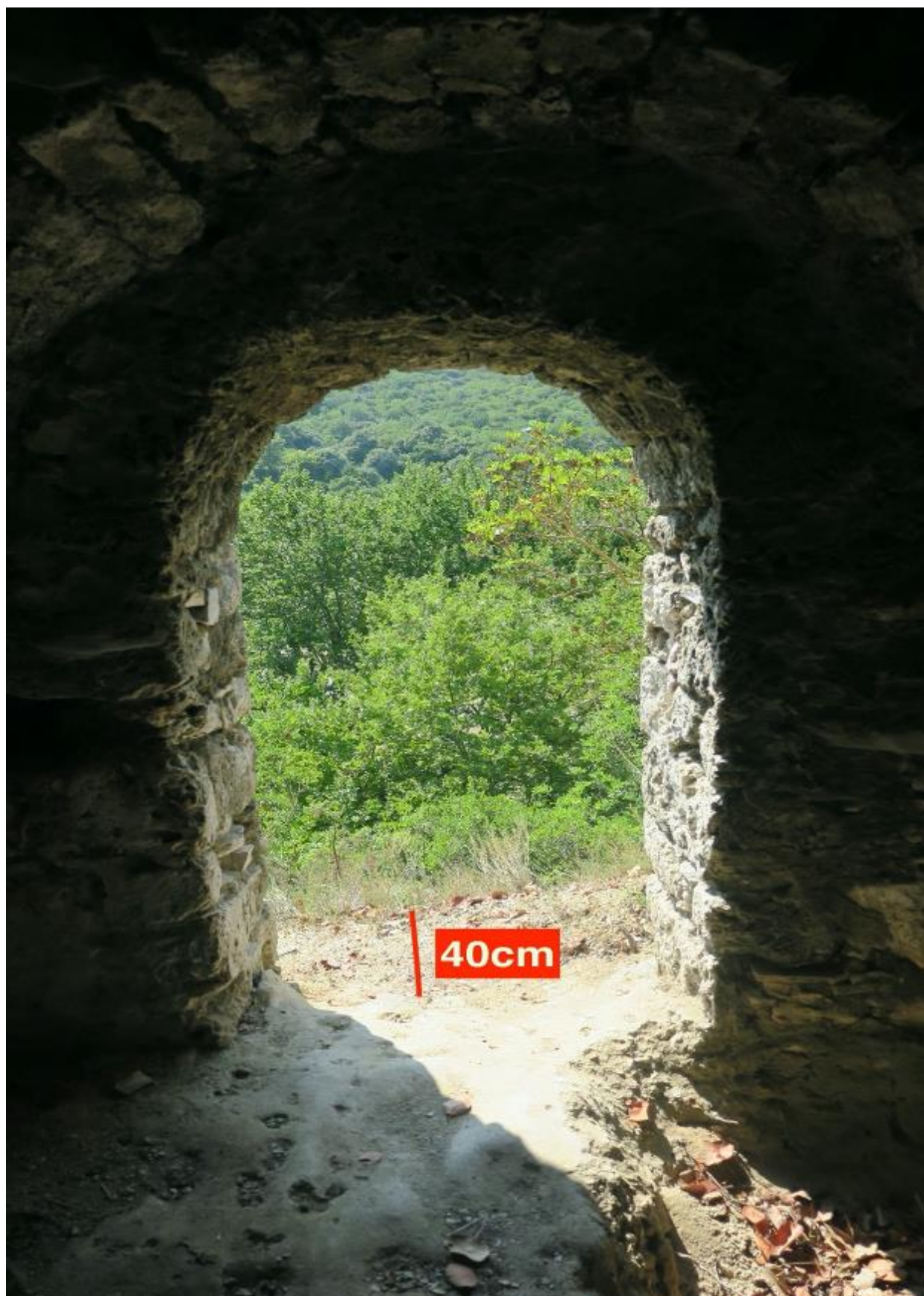
Οι σταθερές ξύλινες κλίμακες, είχαν διάφορα μήκη και βαθμίδες, όπως αυτή που σώζεται στα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Καταθετών στα Χαλκιάνικα της Αχαΐας. (Εικόνα 7.16).



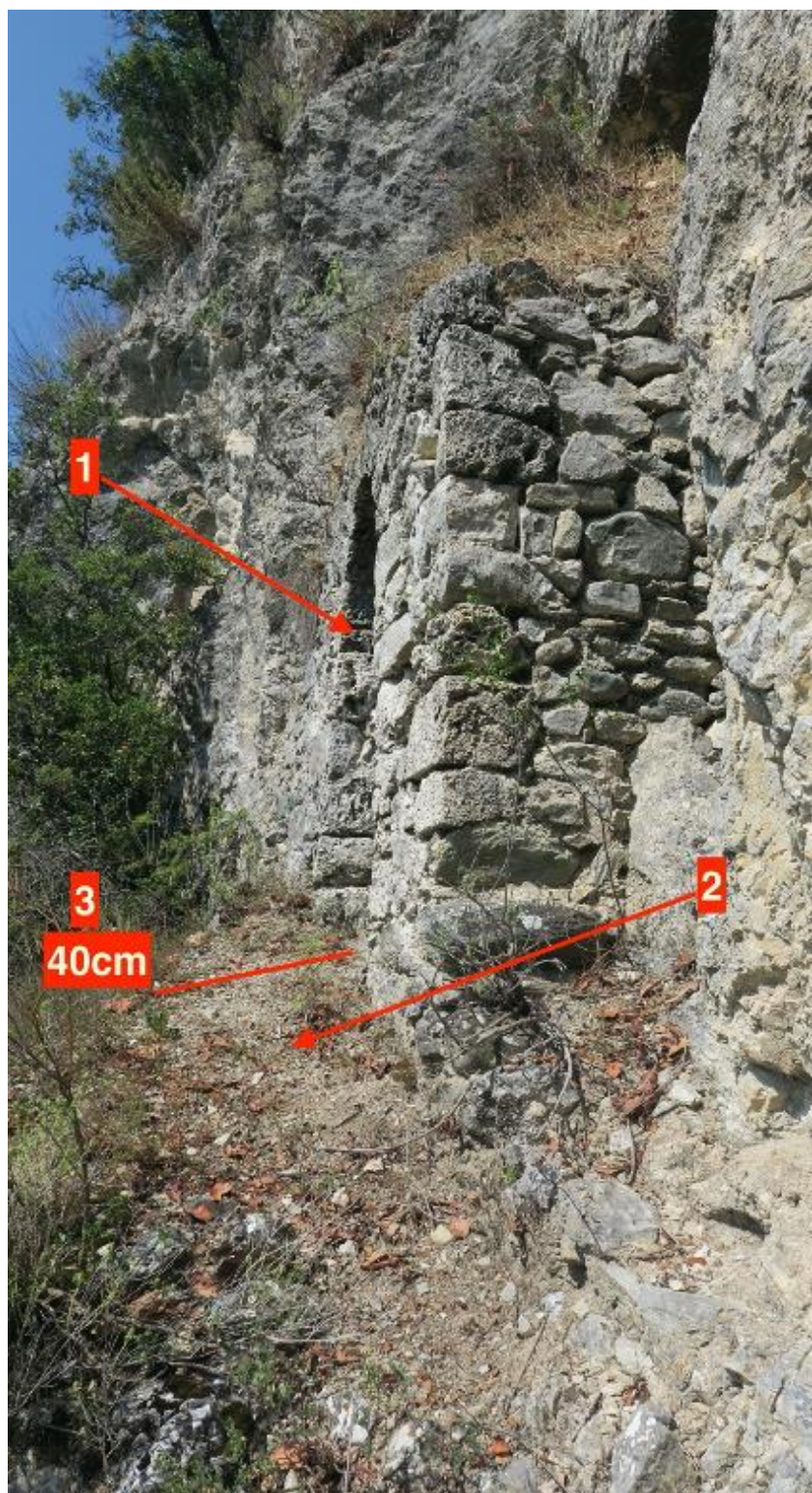
(Εικόνα 7.16: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τα ασκητήρια της Μονής της Παναγίας των Καταθετών στα Χαλκιάνικα της Αχαΐας. 1) Το ασκητήριο, 2) η κλίμακα.

7.2.3.3. Οι λαξευτοί διάδρομοι.

Ένας άλλος τρόπος μετακίνησης των ασκητών στα σπήλαιο-ασκητήρια τους, που βρίσκονταν σε μεγάλο ύψος από τη βάση του βράχου, ήταν τα λαξευμένα στο βράχο μονοπάτια. (Θεοτέκη, Μοναχή, 2017. σ. 102). Αντίστοιχο μονοπάτι, διαπιστώθηκε στο 4^ο σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής Αγίων Αναργύρων, στην Αγιά της Λάρισας. (Εικόνες 7.17, 7.18) (Τσολάκης, 2011).



(Εικόνα 7.17: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Σκαλιστός διάδρομος με πλάτος 40cm., στο βράχο του 4^{ου} σπήλαιου-ασκητήριου της Μονής των Αγίων Αναργύρων, στην Αγιά της Λάρισας.

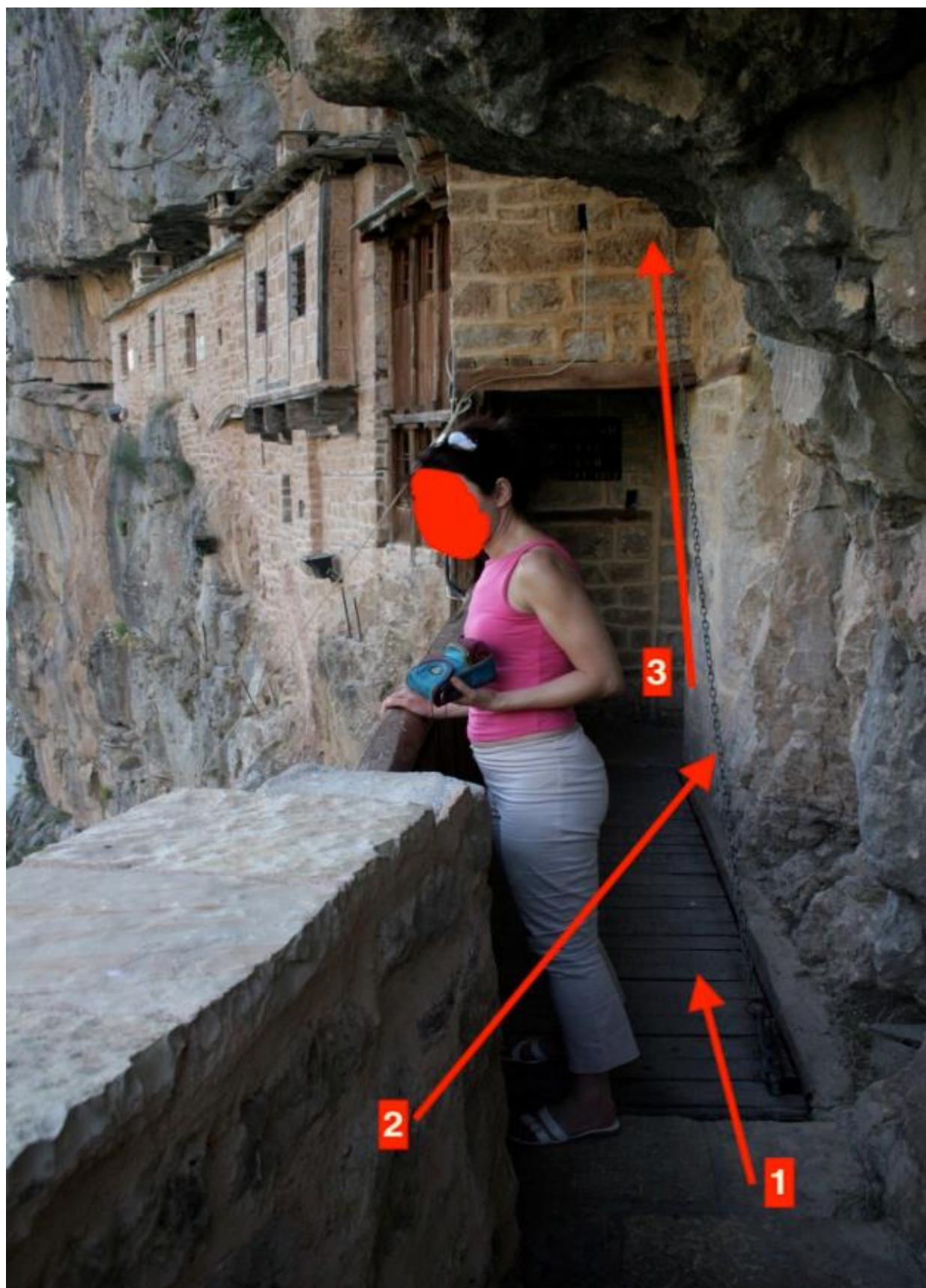


(Εικόνα 7.18: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Σκαλιστός διάδρομος στο βράχο του 4^{ου} σπήλαιο-ασκητηρίου της Μονής των Αγίων Αναργύρων, στην Αγιά της Λάρισας. 1) Η είσοδος του σπήλαιο-ασκητηρίου, 2) το σκαλιστό μονοπάτι, 3) το πλάτος του μονοπατιού 40 cm.

Ίδιου τύπου σκαλιστά μονοπάτια υπάρχουν και στα ασκητήρια της περιοχής των Καρουλίων του Αγίου Όρους, με πλάτος 50 cm. (Πηγή: ΟΡΘΟΔΟΞΙΑ).

7.2.3.4. Οι γέφυρες.

Με τις ξύλινες γέφυρες οι ασκητές, μπορούσαν να διαβούν, μεγάλα χάσματα που έβρισκαν στη πορεία τους προς τα ασκητήρια. Επίσης σε κάποιες περιπτώσεις, οι ξύλινες γέφυρες, ήταν μονόπλευρα ανασηκώμενες με τη βοήθεια ενός σχοινιού ή αλυσίδας και ενός βαρούλκου. (Βλαχοστέργιος, 2003. σ. 467-469). Ο Σουηδός πάστορας και περιηγητής Sturtzenbecker, κατά την επίσκεψη του το 1784 στα Μετέωρα, αναφέρει ότι στο μοναστήρι του Αγίου Στεφάνου στα Μετέωρα, ο εισερχόμενος στη Μονή, έπρεπε να διέλθει από μία γέφυρα, με μήκος που το υπολόγιζε στα 10 μ. (Σαμπατάκης, 2017). Τέτοια γέφυρα υπήρχε, επίσης στο Μοναστήρι του Ρουσάνο στα Μετέωρα, (Θεοτέκνη, μοναχή, 2018. σ. 440). Τέλος, στο σπηλαιμονάστηρο της Κηπίνας στα Ιωάννινα, διαπιστώθηκε μετά από επιτόπια έρευνα ότι υπάρχει ξύλινη ανασυρόμενη γέφυρα. (Εικόνες 7.19).



(Εικόνα 7.19: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η είσοδος της Μονής Κηπίνας στα Ιωάννινα. (1) Η ανασυρόμενη γέφυρα 2) η αλυσίδα ανάσυρσης (3) Ο χώρος του μηχανισμού ανάσυρσης της γέφυρας.

7.2.3.5. Οι στοές.

Μια άλλη υποδομή που βοηθούσε την επικοινωνία των ασκητών μεταξύ των ασκητηρίων ή των ασκητηρίων με τον υπόλοιπο κόσμο, είναι και οι στοές. Στο βίο του Οσίου Αθανασίου του Μετεωρίτου, αναφέρεται ότι ο Όσιος, ζήτησε από ένα άρχοντα της περιοχής, να χρηματοδοτήσει την κατασκευή μίας στοάς, η δημιουργία της οποίας, θα μείωνε τα σκαλοπάτια της κλίμακας που προσέγγιζε τη Μονή. (Μότσιου, 1998. σ. 74-75). Σήμερα η προσέγγιση της Μονής του Μεγάλου Μετεώρου στα Μετέωρα, γίνεται μέσα από ένα δίκτυο λαξευμένων στο βράχο μονοπατιών, κλιμάκων και στοών. (Εικόνα 7.20).



(Εικόνα 7.20: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η υπόσκαφη στοά στο λαξευμένο μονοπάτι προσέγγισης της Μονής του Μεγάλου Μετεώρου.

Επίσης, διαπιστώθηκε (μετά από επιτόπια έρευνα) να υπάρχει τεχνητή στοά στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη στην Κερπινή της Αρκαδίας, που χρησίμευε για την επικοινωνία δύο ασκητηρίων. (Εικόνα 7.21).



(Εικόνα 7.21: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η υπόσκαφη στοά που ενώνει τον εσωτερικό χώρο του ασκητηρίου Αγιοταξιάρχης στην Κερπινή Αρκαδίας, με το διπλανό του μικρό σπήλαιο-ασκητήριο

7.2.3.6. Η τροχαλία, το βαρούλκο και ο εργάτης (βριζόνι).

Η τροχαλία, το βαρούλκο και ο εργάτης, αποτελούσαν τα βασικά εργαλεία των ασκητών για την ευκολότερη και ασφαλέστερη ανύψωση αντικειμένων και φορτίων. (Σούμποτις & Ιουστίνος, Ιερομόναχος, 2017. σ. 33-34).

7.2.3.6.1. Η τροχαλία.

Με τη ξύλινη τροχαλία, οι ασκητές μπορούσαν να σηκώνουν αντικείμενα που δεν είχαν μεγάλο βάρος, από τη βάση του βράχου στο ασκητήριο. Αυτό γινόταν με τη βοήθεια ενός σχοινιού που πέρναγε μέσα από την τροχαλία και ενός διχτυού ή ενός ζεμπιλιού, που τοποθετούσαν μέσα τους τα αντικείμενα. Η ξύλινη τροχαλία ήταν μόνιμα τοποθετημένη στο ψηλότερο σημείο της οροφής του ασκητηρίου. (Βλαχοστέργιος, 2003. σ. 464). Αντίστοιχη τροχαλία διαπιστώθηκε στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνα 7.22).



(Εικόνα 7.22: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η τροχαλία στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

7.2.3.6.2. Το βαρούλκο, (ανέμη).

Το βαρούλκο ήταν μία χειροκίνητη ξύλινη ανέμη, που το κύριο σκέλος της (ο στρόφαλος), ήταν οριζόντια τοποθετημένος. Στα άκρα του, έφερε κάθετα τοποθετημένα κάποιο αριθμό αδραχιτών, για την περιστροφή του από τους ασκητές.

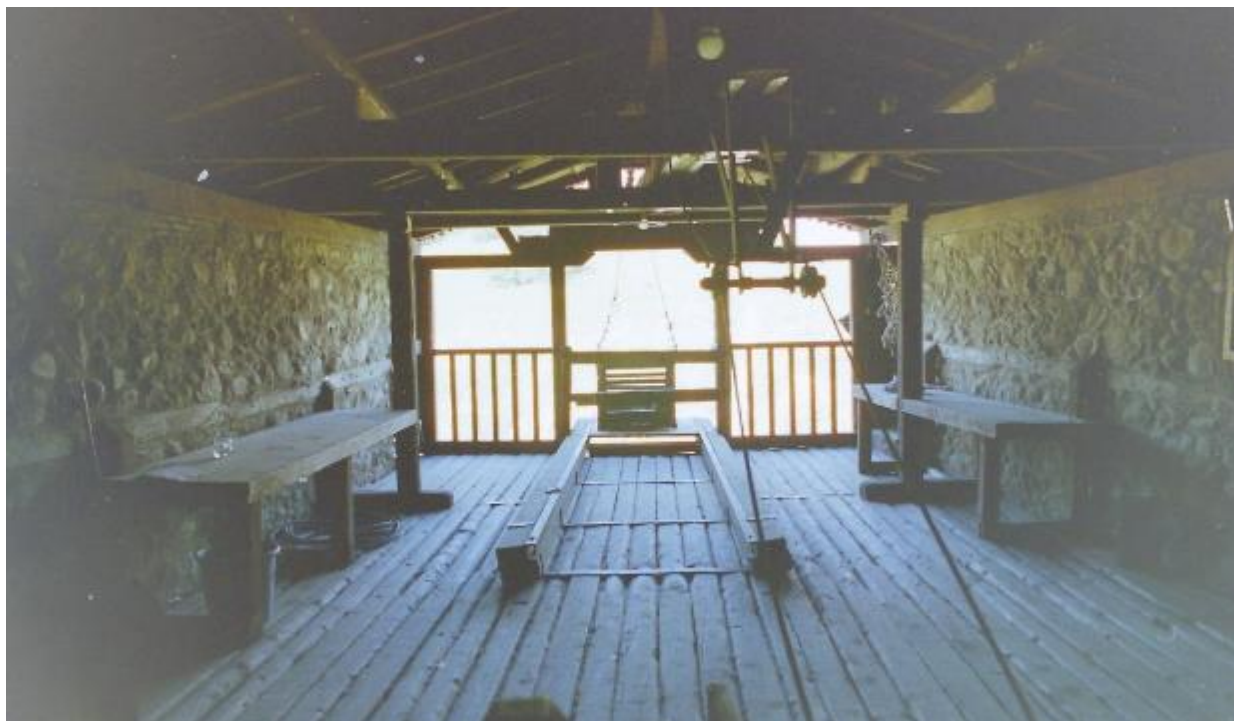
Στο κύριο σκέλος του, ήταν δεμένο ένα σχοινί ή αλυσίδα, που κατά την περιστροφή του σκέλους τυλίγονταν επάνω του. Στην ελεύθερη άκρη του σχοινιού, υπήρχε δεμένος ένας γάντζος.

(Βλαχοστέργιος, 2003. σ. 467-469) Ανέμη υπάρχει στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικάνορα στα Γρεβενά. (Σούμποτιτς & Ιουστίνος Ιερομόναχος, 2017. σ. 31-33)

7.2.3.6.3. Ο εργάτης, (βριζόνι).

Αυτός ο χειροκίνητος ανυψωτικός μηχανισμός (βριζόνι), βοηθούσε τους ασκητές να ανεβάζουν βαριά και ογκώδη οικοδομικά υλικά, προμήθειες, ή ακόμη και ανθρώπους. Με αυτό τον τρόπο οι ασκητές ή και οι επισκέπτες είχαν ένα εναλλακτικό τρόπο να ανέβουν στο ασκητήριο γρήγορα και χωρίς κόπο. Αυτό το διαπιστώνει και ο Σουηδός λουθηρανός πάστορας και περιηγητής Sturtzenbecker, κατά την επίσκεψη του στη Μονή του Βαρλαάμ στα Μετέωρα το 1784. (Σαμπατάκης, 2017).

Για τη σωστή λειτουργία ενός βριζονιού, υπήρχαν κάποιες βασικές προϋποθέσεις, που ήταν: α) το πρανές του βράχου κάτω από το σημείο τοποθέτησης του, να έχει ελεύθερη και κατακόρυφη επιφάνεια μέχρι τη βάση του. β) Το σημείο τοποθέτησης του να έχει εύκολη πρόσβαση. γ) Στο σημείο που έχει τοποθετηθεί, ο βράχος να έχει μία εσοχή. (Εικόνα 7.23) (Βλαχοστέργιος, 2009. σ. 162-163). Αντίστοιχος μηχανισμός βριζονιού διαπιστώθηκε στη Μονή του Μεγάλου Μετεώρου στα Μετέωρα. (Εικόνα 7.23).



(Εικόνα 7.23: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή του Μεγάλου Μετεώρου στα Μετέωρα. Ο χώρος του βριζονιού.

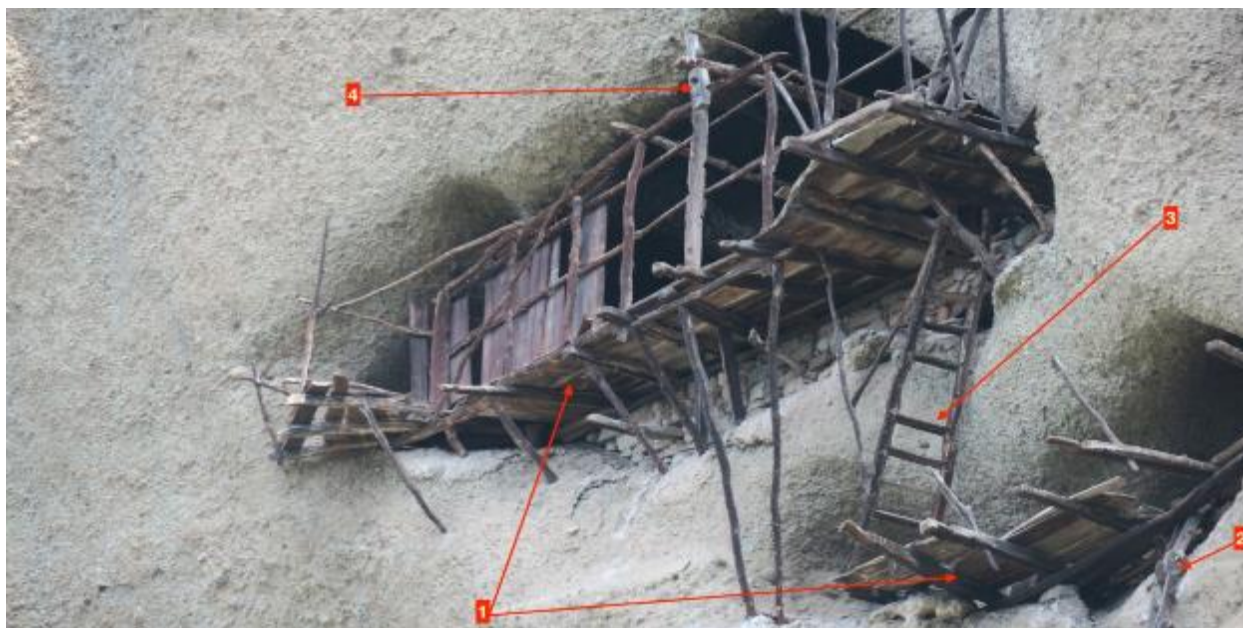
Ενδεικτικό της λειτουργικότητας και της χρησιμότητας του βριζονίου για τους ασκητές, είναι η μαρτυρία του περιηγητή Berrenberg το 1897. Αυτός αναφέρει, ότι το μήκος του σχοινιού που διέθετε το βριζόνι της Μονής Βαρλαάμ των Μετεώρων, ήταν 103,6μ. (Βλαχοστέργιος, 2009. σ. 162-163). Ο εργάτης (βριζόνι), αποτελούνταν από ένα χονδρό ξύλινο κύλινδρο, τοποθετημένο κάθετα σε ένα δοκάρι του δαπέδου και σε ένα αντίστοιχο δοκάρι στην οροφή. Η τοποθέτηση αυτού του κυλίνδρου σ' αυτά τα δοκάρια ήταν τέτοια, που του επέτρεπε να μπορεί να περιστρέφεται γύρω από τον εαυτό του. Η περιστροφή αυτή, γινόταν με τη βοήθεια ξύλινων μοχλών τα «αδράχτια», που ήταν τοποθετημένα κάθετα στο κύλινδρο και τα έσερναν οι ασκητές. Με την περιστροφή του βριζονιού, τυλίγονταν στον κύλινδρο το σχοινί που ήταν δεμένο επάνω του και με αυτό ανέσυραν τα αντικείμενα. (Βλαχοστέργιος, 2003. σ. 463) Το δοκάρι της οροφής είχε πολύ μεγάλο μήκος, σε σημείο που το ελεύθερο άκρο του, να εξέχει αρκετά από το χείλος του γκρεμού. Στο κάτω μέρος της ελεύθερης άκρη του (προς το γκρεμό), υπήρχε κρεμασμένη μια τροχαλία, απ' όπου πέρανε το σχοινί της ανάσυρσης. (Δημακόπουλος, 1979. σ. 286). Η μία πλευρά του σχοινιού αυτού, ήταν δεμένη στο κύλινδρο του βριζονιού και η άλλη, το ελεύθερο άκρο, κατέληγε σε έναν μεταλλικό άγκιστρο (γάντζο). Σ' αυτό το γάντζο, κρέμαγαν το δίχτυ ή το κοφίνι, που περιείχε τα αντικείμενα. (Κοσβύρα, 2018. σ. 54).

Το σχοινί της τροχαλίας, του βαρούλκου, του βριζονιού και του διχτυού, ήταν από караβόσχοινο. Τα κοφίνια ήταν κατασκευασμένα από μαλακά ξύλα πλεγμένα μεταξύ τους. (Κοσβύρα, 2018. σ. 54-55).

7.2.4. Η κοινή χρήση αυτών των υποδομών.

Η κάθε μια απ' αυτές τις υποδομές, μπορεί να χρησιμοποιούνταν μεμονωμένα σε κάθε ασκητήριο. Μπορούσε όμως, να χρησιμοποιούνταν συνδυαστικά και με άλλες, από τις προαναφερθείσες υποδομές. Αυτές οι υποδομές διαπιστώθηκε (μετά από επιτόπια έρευνα) ότι χρησιμοποιούνταν συνδυαστικά στα εξής σπήλαιο-ασκητήρια/μοναστήρια:

α) στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου, όπου συνυπάρχουν συνδυαστικά: 1) εξώστες σε διαφορετικά επίπεδα, 2) ανεμόσκαλες, για την άνοδο και κάθοδο των ασκητών από τη βάση του βράχου στον πρώτο εξώστη, αλλά και μεταξύ του πρώτου με τον δεύτερο εξώστη. 3) Σκάλες ξύλινες, για την μετακίνηση των ασκητών από έναν εξώστη σε έναν άλλο, που βρίσκονται σε διαφορετικά υψομετρικά επίπεδα μεταξύ τους. 4) Ξύλινη τροχαλία, τοποθετημένη επάνω στη ξύλινη βάση της, που αυτή βρίσκεται στην άκρη ενός εξώστη. (Εικόνα 7.24).



(Εικόνα 7.24: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. 1) Εξώστες σε διαφορετικά επίπεδα 2) Ανεμόσκαλα, 3) Ξύλινη σκάλα, για την επικοινωνία δύο σπήλαιο-ασκητηρίων σε διαφορετικό επίπεδο. 4) Η ξύλινη τροχαλία επάνω στη ξύλινη βάση της.

β) Στο σπηλαιομοναστήρο της Κηπίνας, υπάρχει ο συνδυασμός υπόσκαφου μονοπατιού και ανασυρόμενης γέφυρας. (Εικόνα 7.25).



(Εικόνα 7.25: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Η Μονή Κηπίνας, 2) η ανασυρόμενη γέφυρα, (3) το υπόσκαφο στο βράχο μονοπάτι που συνδέει τη Μονή.

ΚΕΦ.8: Η αρχιτεκτονική των σπήλαιο-εκκλησιών και των σπήλαιο-ασκητηρίων

Τα παλαιά λιθόκτιστα κτίρια στον Ελλαδικό χώρο, παρουσιάζουν έντονο ιστορικό ενδιαφέρον από τη πλευρά της αρχιτεκτονικής. Αυτό γίνεται, γιατί όλα αυτά τα κτίρια, έχουν κατασκευασθεί με μεθόδους και τεχνογνωσία που προϋπήρχε στη περιοχή της Βαλκανικής, εδώ και σαράντα αιώνες. Ενώ ταυτόχρονα, η συσσωρευμένη αυτή αρχιτεκτονική γνώση, συνεχώς εμπλουτιζόταν και εξελισσόταν με νέες τεχνικές αλλά και επιρροές. (Παπαδόπουλος, 2015. σ. 424-425). Τα ασκητήρια ως αρχιτεκτονικές μορφές διακρίνονται για την απλότητα τους, δεν παύουν όμως, να προξενούν το ενδιαφέρον της εκκλησιαστικής αρχιτεκτονικής. (Τσολάκης, 2011). Τα περισσότερα απ' αυτά, επειδή κατασκευάσθηκαν από φτωχούς ασκητές με απλά οικοδομικά υλικά, θα μπορούσαν να χαρακτηριστούν ως ταπεινά κτίσματα. Αυτά τα οικοδομικά υλικά, οι ασκητές τα προμηθεύονταν, από το φυσικό περιβάλλον γύρω από το ασκητήριο τους. Με αυτό τον τρόπο δημιούργησαν κατασκευές απλές και λειτουργικές, που σε πολλές περιπτώσεις έμειναν ανεξίτηλες από το χρόνο. Οι χώροι και οι τόποι που επέλεξαν να κατασκευάσουν αυτά τα οικοδομήματα, πολλές φορές ήταν τόσο δυσπρόσιτοι και επικίνδυνοι στη προσέγγισή τους, που ακόμη και σήμερα προκαλούν εντύπωση και απορία, πως κατάφεραν οι ιδρυτές τους με τα μέσα της εποχής εκείνης να τα κατασκευάσουν.

8.1. Τα είδη των σπηλαίων εγκατάστασης των ασκητών και οι αρχιτεκτονικές μορφές των σπήλαιο-ασκητηρίων τους.

Τα σπήλαια που επέλεξαν οι ασκητές για να εγκαταστήσουν τα ασκητήρια τους ήταν είτε φυσικά, είτε τεχνητά ή υπόσκαφα.

8.1.1. Τα τεχνητά ή υπόσκαφα ασκητήρια.

Αυτά τα ασκητήρια, τα κατασκεύαζαν οι ασκητές λαξεύοντας τον βράχο και ανάγονται στην βυζαντινή περίοδο. (Νικονάνος, 1997). Υπόσκαφο ασκητήριο διαπιστώθηκε ότι υπάρχει (μετά από επιτόπια έρευνα) στα Δίδυμα της Αργολίδος και είναι αφιερωμένο στη Μεταμόρφωση του Σωτήρος. (Εικόνα 8.1).



(Εικόνα 8.1: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το Υπόσκαφο ασκητήριο που υπάρχει στα Δίδυμα της Αργολίδος και είναι αφιερωμένο στη Μεταμόρφωση του Σωτήρος.

Τα σπήλαιο-ασκητήρια, ανάλογα με το μέγεθος του σπηλαίου που είναι εγκαταστημένα, χωρίζονται στις εξής κατηγορίες: στα πολύ μικρά, στα λίγο πιο ευρύχωρα και στα μεγάλα.

8.1.2. Τα πολύ μικρά σπήλαια.

Στα πολύ μικρά σπήλαια, ο ασκητής είτε ζει: α) σε μια μικρή φυσική κοιλότητα χωρίς καμία υποδομή (Νικονάνος, 1997), όπως π.χ., στο ασκητήριο του Αγίου Ακακίου που βρίσκεται στη Σκήτη των Καυσοκαλυβίων στο Άγιον Όρος και επιβεβαιώθηκε μετά από επιτόπια έρευνα. (Εικόνα 8.2).



(Εικόνα 8.2: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ακακίου στη Σκήτη των Καυσοκαλυβίων στο Άγιον Όρος.

Είτε β) ο ασκητής να έχει φράξει την είσοδο της σπηλιάς, ή ακόμη να έχει κτίσει μια κόγχη, μία Αγία Τράπεζα και να έχει δημιουργήσει κάποιες βραχογραφίες. (Νικονάνος, 1997). Όπως αυτό που διαπιστώθηκε μετά από επιτόπια έρευνα στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γεωργίου στα Δίδυμα της Αργολίδος. (Εικόνα 8.3).



(Εικόνα 8.3: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γεωργίου στα Δίδυμα της Αργολίδος. 1) Ο βράχος ως τμήμα του ασκητηρίου, 2) Τοίχος που φράζει την είσοδο της σπηλιάς, 3) Κτιστή Αγία Τράπεζα, 4) βραχογραφία.

Τα ασκητήρια που βρίσκονται εντός πολύ μικρών σπηλαίων, δεν έχουν κάποια αρχιτεκτονική μορφή. (Νικονάνος, 1997).

8.1.3. Στα σπήλαια που είναι λίγο πιο ευρύχωρα.

Στην περίπτωση αυτή, λόγω της μεγαλύτερης ευρυχωρίας του σπηλαίου είτε: α) κατασκευάζεται ένα ανεξάρτητο παρεκκλήσιο ή κάποιοι από τους τοίχους του, να εφάπτονται με τα τοιχώματα του σπηλαίου. (Νικονάνος, 1997). Αυτού του είδους το ασκητήριο διαπιστώθηκε μετά από επιτόπια έρευνα στο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας στην Βλαχέρνα στην Αρκαδία. (Εικόνα 8.4). Τα ασκητήρια αυτού του τύπου, έχουν περίπου μια κοινή αρχιτεκτονική μορφή. (Νικονάνος, 1997).



(Εικόνα 8.4: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας, στην Βλαχέρνα. 1) Δύο τοίχοι του παρεκκλησίου εφάπτονται στα τοιχώματα του σπηλαίου.

Είτε β) το ασκητήριο βρίσκεται εντός του σπηλαίου και όλοι οι τοίχοι του παρεκκλησίου είναι κατασκευασμένοι από αργολιθοδομή που επενδύει τα τοιχώματα του βράχου. Οι τοίχοι του παρεκκλησίου είναι επιχρισμένοι με κονίαμα. Οι ναοί αυτών των σπήλαιο-ασκητηρίων έχουν πολλές αρχιτεκτονικές μορφές γιατί το σχέδιο τους ακολουθεί την φυσική διαμόρφωση που έχει το σπήλαιο. (Νικονάνος, 1997). Αυτού του είδους το ασκητήριο διαπιστώθηκε μετά από επιτόπια έρευνα, στο ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Αμφίκλεια της Φθιώτιδος. (Εικόνα 8.5).



(Εικόνα 8.5: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Αμφίκλεια της Φθιώτιδος

8.1.4. Τα μεγάλα σπήλαια.

Αυτά που ήταν κατασκευασμένα σε μεγάλα σπήλαια, είχαν τη δυνατότητα τα κτίσματα τους, να είναι μεγαλύτερα και στις τρεις διαστάσεις του χώρου. Βέβαια, τα σχέδια αυτών των αρχιτεκτονικών δομών, έπρεπε να προσαρμοσθούν στον προσφερόμενο χώρο και στο σχήμα του σπηλαίου. Έτσι, οι χώροι αυτών των κατασκευών, ήταν σαφώς μεγαλύτεροι από την πρώτη και δεύτερη κατηγορία, αλλά όχι μεγάλοι. Οι κτιριακές τους εγκαταστάσεις, συνήθως ήταν πιο πολύπλοκες, διαθέτοντας ναό, κελλιά, διαδρόμους, αποθήκες, εστία, αρχονταρίκι και στέρνα. (Βεΐκου, 2007. σ. 335-337). Αυτά τα κτιριακά συγκροτήματα, ήταν όλα λιθόκτιστα και συνήθως κάποιες πλευρές τους τις αποτελούσε ο βράχος. Χαρακτηριστικά αυτών των κατασκευών ήταν: η λειτουργική σύζευξη του οικοδομήματος με τον βράχο, η πολυπλοκότητα της διαρρύθμισης των εσωτερικών τους χώρων, η στενότητα τους και η πρακτικότητα στην εκμετάλλευση όλων των διαθέσιμων χώρων. Χαρακτηριστικά παράδειγμα τέτοιων οικοδομημάτων είναι α) η Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού στην Αργολίδα και β) η Μονή της Κηπίνας στα Ιωάννινα. Παρουσιάζονται αυτά τα δύο σπηλαιομοναστήρια, μέσω των φωτογραφιών που ελήφθησαν μετά από επιτόπια έρευνα, επειδή δεν έχουν υπάρξει μέχρι σήμερα, επιβλαβείς επεμβάσεις που να αλλοιώνουν την κτιριακή τους δομή και αρχιτεκτονική.

8.1.4.1. Η Μονή του Αγίου Δημητρίου «Αυγού».

Η Μονή του Αγίου Δημητρίου «Αυγού» βρίσκεται στα Δίδυμα της Αργολίδας. Είναι κτισμένη εντός μιας φυσικής κοιλότητας ενός απότομου βράχου, συμπεριλαμβάνοντας μ' αυτό τον τρόπο, κάποια σπήλαιο-ασκητήρια και δύο σπήλαιο-εκκλησίες αυτές, του Αγίου Δημητρίου και της Μεταμορφώσεως (11^{ος} αιώνας). (Κοντή, 1983). Αυτό το κτίσμα αποτελείται από ισόγειο, πρώτο, δεύτερο όροφο και δώμα. (Εικόνα 8.6) (Ιωαννίδου, 1992. σ. 97-106).



(Εικόνα 8.6: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. 1) Ισόγειο, 2) πρώτος όροφος, 3) δεύτερος όροφος, 4) δώμα, 5) Σημείο ύπαρξης του Καθολικού της Μονής αφιερωμένο στον Άγιο Δημήτριο. 6) Σημείο ύπαρξης του σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος. 7) Σπήλαιο-ασκητήριο.

Είναι κτίσμα των μεταβυζαντινών χρόνων, το σχήμα της είναι πυργοειδές με φρουριακά χαρακτηριστικά και έχει τις εξής διαστάσεις, μήκος 12,80, ύψος 11,50 και μέγιστο πλάτος 12,50μ. (Εικόνα 8.7).



(Εικόνα 8.7: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. Το τριώροφο κτίριο της Μονής με το πυργοειδές και φρουριακού τύπου κτίριο της, εντός του κοιλώματος του βράχου.

Η ανεπάρκεια λειτουργικών χώρων στο συγκεκριμένο κτίριο, όπως μαγειρείου, ηγουμενείου, κλπ., υποδηλώνουν ότι υπήρχαν και άλλα κτίρια δίπλα απ' αυτό. (Ιωαννίδου, 1992. σ. 97-106). Εντός του κτιρίου της Μονής, η επικοινωνία των ορόφων μεταξύ τους, γίνεται μέσω πετρόκτιστων ή σκαλιστών στο βράχο κλιμάκων (Εικόνες: 8.8, 8.9, 8.10).



(Εικόνα 8.8: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. 1) Η κύρια είσοδος του κτιρίου της Μονής, 2) η εσωτερική κλίμακα ανόδου στο 1^ο όροφο, 3) διάδρομος ισογείου.



(Εικόνα 8.9: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. Πετρόκτιστη κλίμακα.



(Εικόνα 8.10: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. Η λίθινη κλίμακα επί του βράχου.

Η επικοινωνία των κελλιών του κάθε ορόφου, γίνεται μέσω ξεχωριστών στενών διαδρόμων (Εικόνες: 8.11, 8.12, 8.13, 8.14).



(Εικόνα 8.11: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. Ο διάδρομος του ισογείου με εμφανή τη στενότητα του.



(Εικόνα 8.12: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. 1) Τμήμα του διαδρόμου του πρώτου ορόφου, 2) είσοδος κελλιού, 3) κλίμακα προς δεύτερο όροφο.



(Εικόνα 8.13: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. Ο κεντρικός λιθόστρωτος διάδρομος του δευτέρου ορόφου 1) Η είσοδος στο Καθολικό 2) οι εισόδους των κελιών, 3) η λίθινη κλίμακα προς το δώμα.



(Εικόνα 8.14: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. Ο διάδρομος του δώματος.

Οι διάδρομοι αυτοί, φέρνουν σε επικοινωνία τα κελλιά και την αίθουσα (Εικόνες 8.15, 8.16, 8.17)



(Εικόνα 8.15: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. Εσωτερικό κελλιού στο ισόγειο.

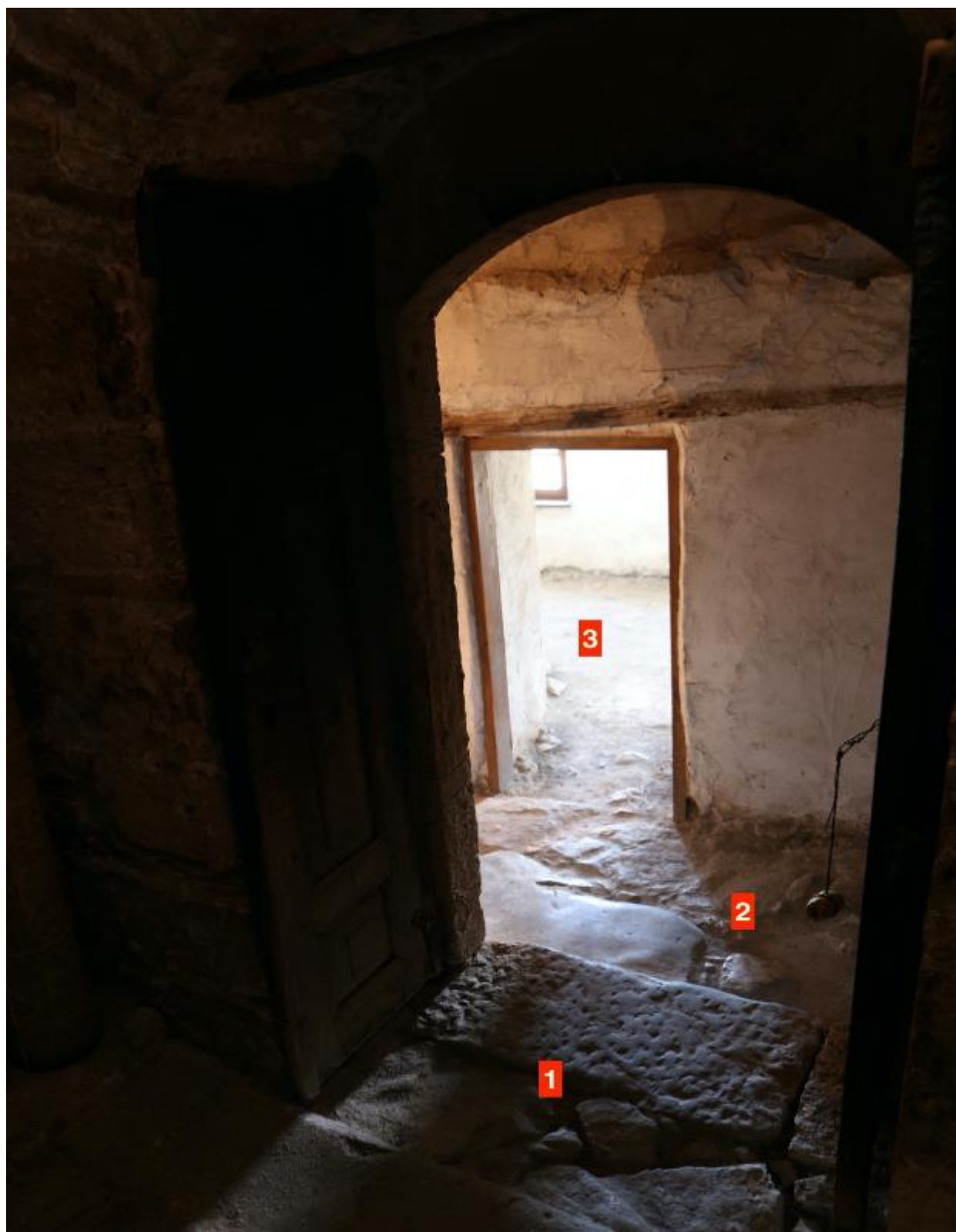


(Εικόνα 8.16: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. Μεγάλη αίθουσα στον πρώτο όροφο.



(Εικόνα 8.17: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. 1) Κελλί, 2) ο βράχος που σχηματίζει τις δύο από τις τέσσερις πλευρές του κελλιού, 3) κλίμακα σκαλισμένη επάνω στον βράχο.

Στο δεύτερο όροφο, υπάρχει το σπήλαιο με το καθολικό της Μονής (Εικόνες: 8.18, 8.19, 8.20).



(Εικόνα 8.18: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. 1) Η είσοδος του Καθολικού, 2) ο κεντρικός διάδρομος, 3) κελί.



(Εικόνα 8.19: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. Τμήμα του Καθολικού της Μονής.

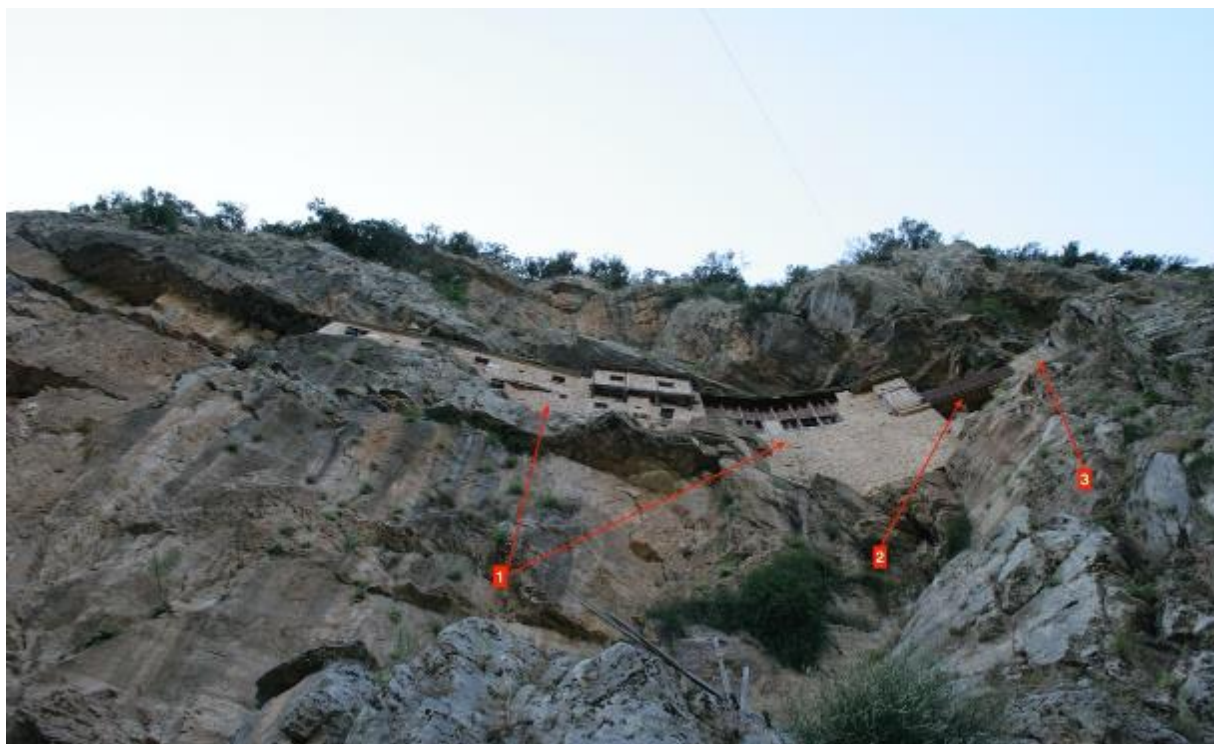


(Εικόνα 8.20: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στα Δίδυμα της Αργολίδος. Ο βράχος ως δομικό τμήμα του κτιρίου

8.1.4.2. Η Μονή της Παναγίας της Κηπίνας.

Η Μονή της Παναγίας της Κηπίνας, είναι ένα μικρό σπηλαιομονάστηρο, κατασκευασμένο εξ ολοκλήρου εντός ενός σπηλαίου, που βρίσκεται επί του δρόμου Κηπίνας – Καλαρρυτών στο νομό Ιωαννίνων. Η προσέγγιση της, γίνεται μέσω ενός λαξευτού στο βράχο μονοπατιού, και η είσοδος σ' αυτήν, διαμέσου μιας ανασυρόμενης ξύλινης γέφυρας μήκους τεσσάρων μέτρων.

(Εικόνες: 8.21, 8.22, 8.23)



(Εικόνα 8.21: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Η Μονή Κηπίνας, 2) η ανασυρόμενη γέφυρα (3) το υπόσκαφο στο βράχο μονοπάτι που συνδέει τη Μονή.



(Εικόνα 8.22: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή Κηπίνας και το μονοπάτι προσέγγισης της.

Η γέφυρα αυτή, εξασφάλισε στη Μονή τη μέγιστη ασφάλεια, έτσι ώστε στη μακραίωνη ιστορία της, να μην καταληφθεί ποτέ από κανένα εισβολέα. Το καθολικό της, βρίσκεται εντός του σπηλαίου και ο θόλος του, δημιουργήθηκε από τη σμίλευση του βράχου. Πίσω από το καθολικό

της Μονής, υπάρχει η συνέχεια του σπηλαίου (Εικόνα 8.22), με το μήκος του να φθάνει στα 240μ., εντός του οποίου, υπάρχουν σταλακτίτες και σταλαγμίτες.



(Εικόνα 8.23: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή της Κηπίνας. 1) Η είσοδος στο Καθολικό της Μονής. 2) Η είσοδος στα ενδότερα του σπηλαίου.

Το σπήλαιο αυτό στην αρχή ήταν ασκητήριο και πιθανώς το 13^ο αιώνα, μετατράπηκε στη σημερινή Μονή. Δυστυχώς, δεν υπάρχουν πολλά ιστορικά στοιχεία για το συγκεκριμένο μοναστήρι. Η περίοδος ακμής του φαίνεται ότι ήταν το 18^ο αιώνα, εποχή όπου ανέπτυξε ταυτόχρονα και μεγάλη κοινωνική δράση, που ωφέλησε τη γύρο περιοχή. Αρχιτεκτονικά, η Μονή διαθέτει δύο ορόφους, με καθιστικό (Εικόνα 8.24), αρχονταρίκι (Εικόνα 8.25), εστία (Εικόνα 8.26), κελλιά (Εικόνα 8.27), καθολικό, όλα δε είναι ανακαινισμένα. (Ντρενογιάννης, 2007. σ. 124-129 ; Μποτίνη, 2010. σ. 121 ; Καραμπερίδη & Κασκάνης, 2008 ; Πηγή: ΙΕΡΑ ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΗ ΑΘΗΝΩΝ).



(Εικόνα 8.24: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή της Κηπίνας. Το καθιστικό της Μονής.



(Εικόνα 8.25: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή της Κηπίνας. Το αρχονταρίκι της Μονής.



(Εικόνα 8.26: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή της Κηπίνας, η εστία



(Εικόνα 8.27: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η Μονή της Κηπίνας. Κελλί.

8.2. Τα υλικά κατασκευής των ασκητηρίων.

Οι κατασκευές αυτές, συνήθως ήταν φτωχές πλην όμως καλοφτιαγμένες, έχοντας σαν βάση τους το ξύλο και τους λίθους. Τα ασκητήρια, που η σπηλιά τους βρισκόταν σε μεγάλο ύψος από τη βάση του βράχου, συνήθως ήταν κατασκευασμένα από ξύλο. Αυτό γινότανε για πρακτικούς

λόγους, επειδή τα ξύλινα υλικά μπορούσαν να μεταφερθούν πολύ πιο εύκολα και να συναρμολογηθούν επιτόπου, σε αντίθεση με τα υπόλοιπα βαριά οικοδομικά υλικά. (Φραντζεσκάκης, 2021 σ. 28.). Τα ασκητήρια που ήταν στη βάση ή σε μικρότερο ύψος από το έδαφος, κατασκευάζονταν από λίθους. Τα οικοδομικά υλικά που χρησιμοποιούσαν για την κατασκευή αυτών των κτιρίων, συνήθως ήταν, λίθοι ακατέργαστοι ή ελαφρώς κατεργασμένοι, ξύλα, χώμα, άχυρα, κλπ., υλικά που τα προμηθεύονταν από το φυσικό περιβάλλον της περιοχής. (Σούμποτιτς & Ιουστίνος Ιερομόναχος, 2017. σ. 19. ; Τσουρλίνη, 2019. σ. 60-61). Τα ξύλα που χρησιμοποιούνταν για τα φέροντα στοιχεία αυτών των κτιρίων (δοκάρια πατωμάτων, προβόλων, στέγης, ξυλοδεσιές), είτε ήταν από δρύ, είτε από βελανιδιά ή ακόμη και από καστανιά. Αυτά τα τρία είδη ξύλων επιλέγονταν, λόγω των πολύ καλών χαρακτηριστικών που είχαν, δηλ., επειδή ήταν πολύ σκληρά ξύλα, δεν προσβάλλονταν εύκολα από έντομα και δεν σάπιζαν. (Οικονόμου, 2007. σ.346-349).

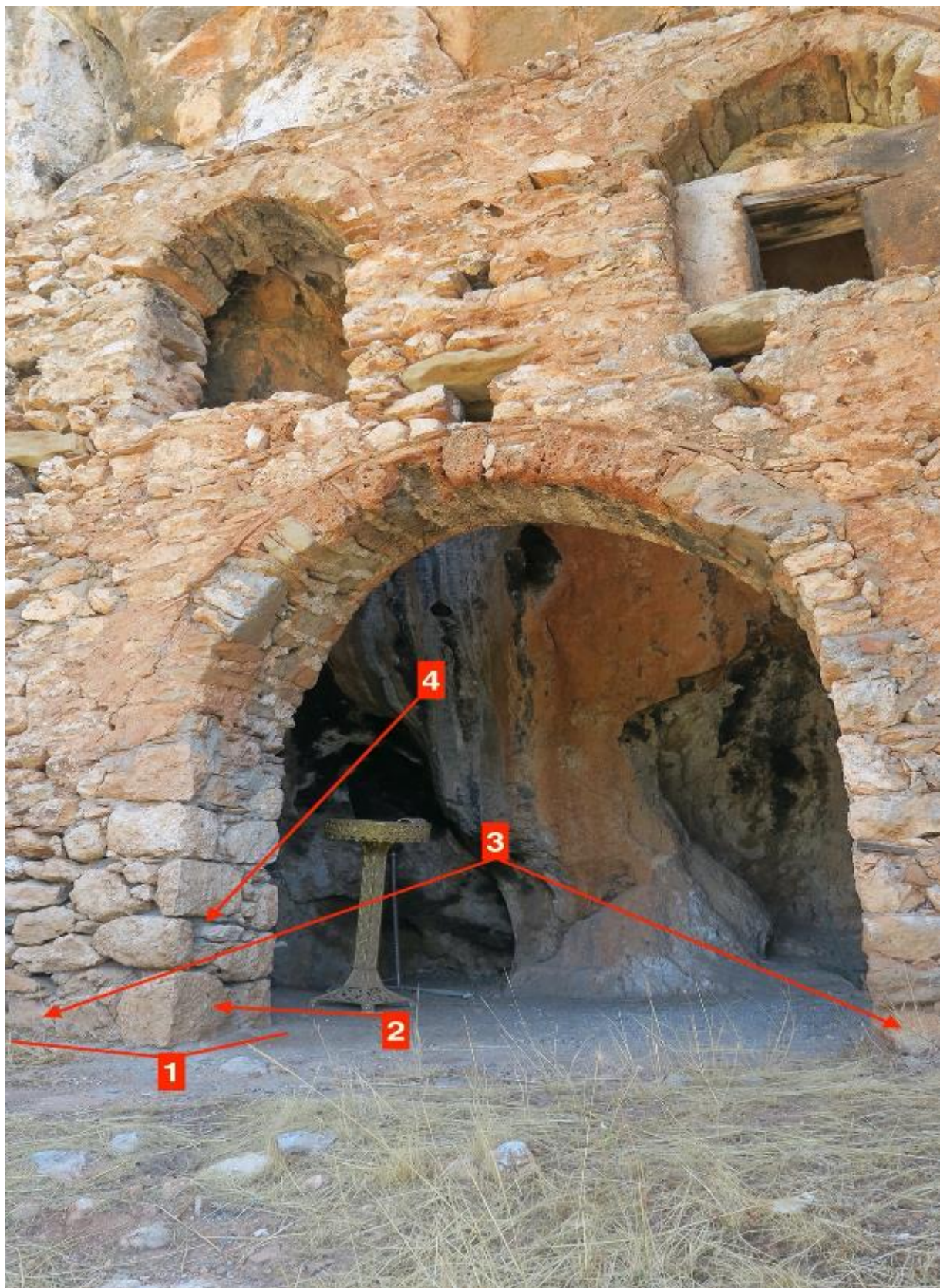
8.3. Η θεμελίωση των σπήλαιο-ασκητηρίων.

Συνήθως οι κατασκευές των ασκητηρίων που ήταν ψηλά από τη βάση του βράχου, δεν ήταν θεμελιωμένες, αλλά στηρίζονταν σε ένα ξύλινο πλέγμα από δοκάρια, που κατά τους βυζαντινούς ονομάζονταν «παντουρώματα». Αυτό το πλέγμα, μετέφερε ομαλά και ομοιόμορφα στο έδαφος, τις πιέσεις του βάρους του κτιρίου. (Μουτσόπουλος, 2003. σ. 96). Αυτό διαπιστώθηκε σε ένα από τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Παναγίας των Καταθεσίων στα Χαλκιάνικα της Αιγιαλείας. (Εικόνα 8.28)



(Εικόνα 8.28: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Παναγίας των Καταθεσίων στα Χαλκίανικα. Στοιχεία από το «παντούρωμα» ενός από τα ασκητήρια. 1) Δύο κάθετα δοκάρια, 2) οριζόντιο δοκάρι παράλληλο με το χείλος της σπηλιάς, 3) το σπήλαιο-ασκητήριο.

Αντίθετα η θεμελίωση των σπήλαιο-ασκητηρίων που βρίσκονταν είτε σε μικρό ύψος από τη βάση του βράχου είτε στη βάση του, κατασκευάζονταν με λιθοδομή από αργούς ή λαξευμένους λίθους με ταυτόχρονη χρήση συνδετικού κονιάματος. Δηλαδή οι κατασκευαστές ακολουθούσαν τη παραδοσιακή αρχιτεκτονική που επικρατούσε εδώ και αιώνες στην περιοχή των Βαλκανίων. (Παπαδόπουλος, 2015. σ. 424-425). Αυτή η τεχνική διαπιστώθηκε στα εξής σπήλαιο-ασκητήρια: α) στο Παλαιομονάστηρο, στο Βρονταμάδο της Λακωνίας, όπου η θεμελίωση του έχει γίνει, με λαξευμένους και ακατέργαστους λίθους και μεταξύ τους συνδετικό κονίαμα. (Εικόνα 8.29)



(Εικόνα 8.29: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το παλαιομονάστηρο στο Βρονταμάδο της Λακωνίας. 1) Η θεμελίωση, 2) λαξευμένος λίθος, 3) ακατέργαστοι λίθοι, 4) συνδετικό κονίαμα.

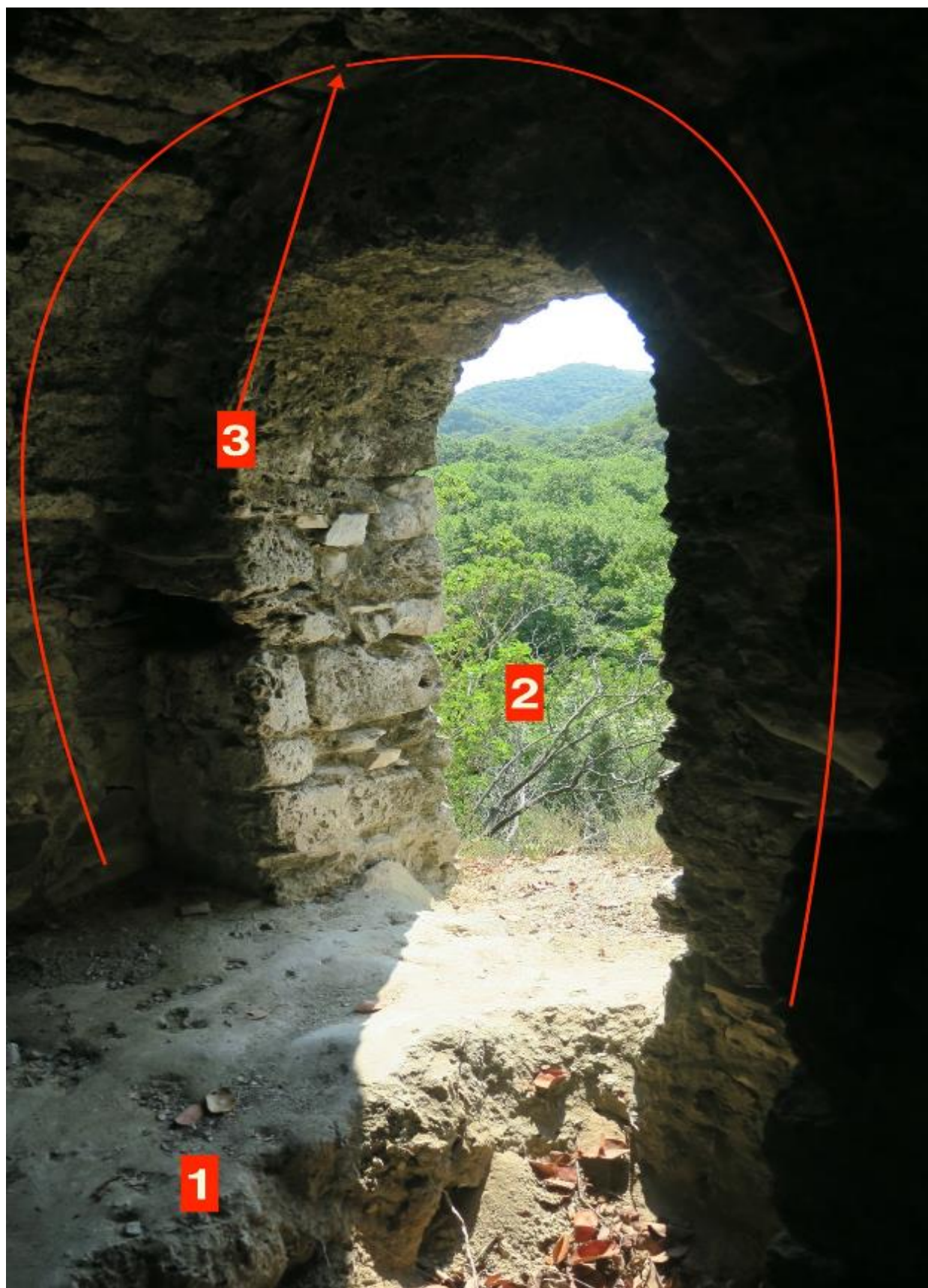
β) Στο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας, στην Βλαχέρνα Αρκαδίας όπου τα θεμέλια του είναι τοποθετημένα επάνω στον βράχο, και ο τοίχος αποτελείται από ακατέργαστους λίθους και συνδετικό κονίαμα.(Εικόνα 8.30).



(Εικόνα 8.30: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας, στην Βλαχέρνα Αρκαδίας. 1) Ο θεμέλιος βράχος, 2) ακατέργαστοι λίθοι, 3) το συνδετικό κονίαμα.

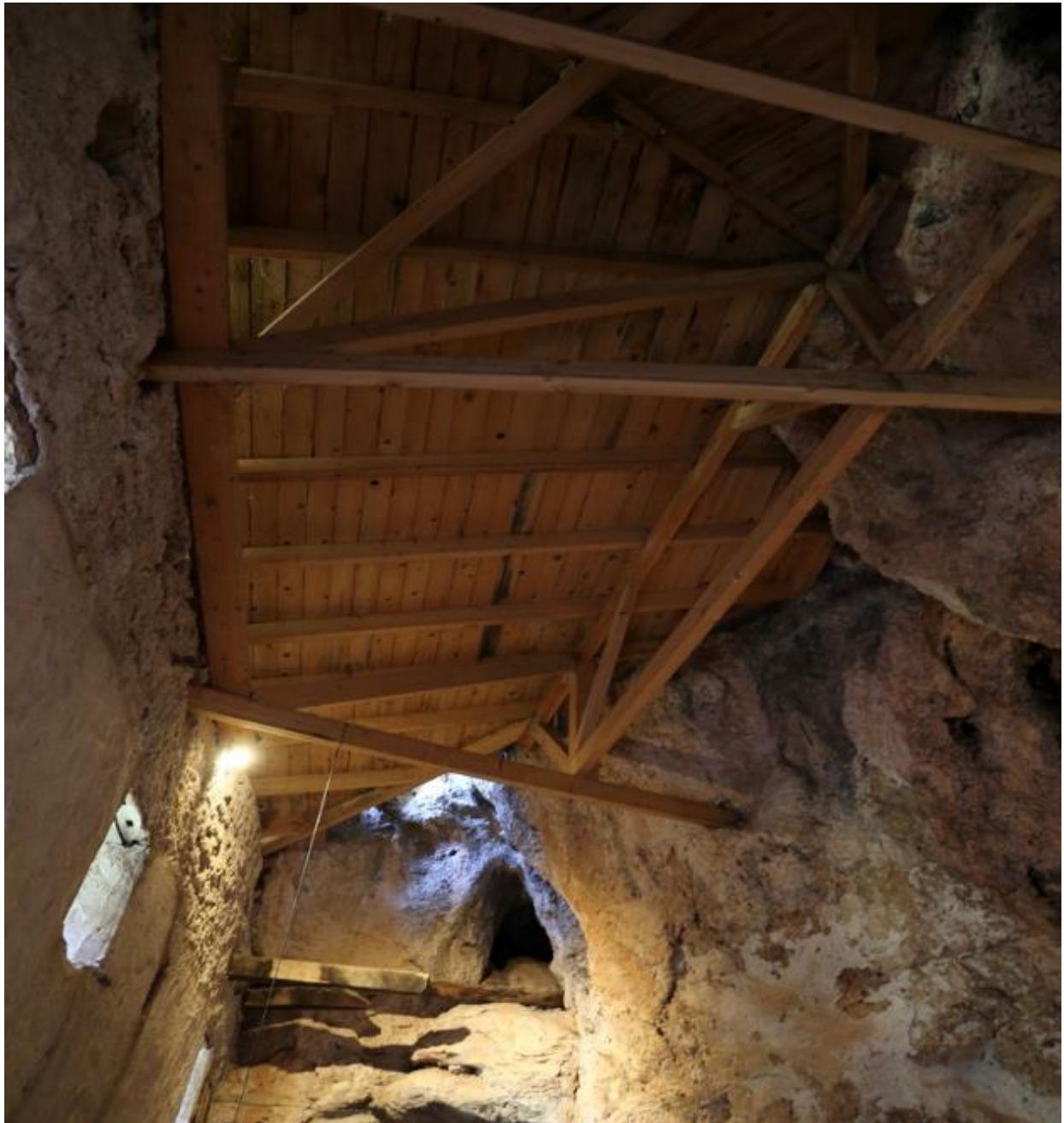
8.4. Δημιουργία στέγης.

Συνήθως στα μικρά σπήλαιο-ασκητήρια, δεν κατασκεύαζαν στέγη, γιατί αυτήν την αντικαθιστούσε ο θόλος του σπηλαίου. Σε περιπτώσεις όμως που ο θόλος του σπηλαίου ήταν κατά πολύ υψηλότερος του ασκητηρίου, ή τμήμα του ασκητηρίου εξείχε από το χείλος του σπηλαίου, τότε δημιουργούσαν στέγη. Συνήθως οι στέγες ήταν κατασκευασμένες είτε από ξύλο, που επικαλύπτονταν από κεραμίδια ή από σχιστόπλακες ή και από αχυρόχορτα (Τσουρλίνη, 2019. σ. 58). Άλλοτε πάλι από κατεργασμένους ή ακατέργαστους λίθους τοποθετημένους έτσι ώστε, να σχηματίζουν ένα θόλο (τα λεγόμενα καμαρόσκεπα) (Δρόσος. 2013. σ. 288). Αυτού του είδους στέγης διαπιστώθηκε στο 4^ο ή μικρό «θολωτό» σπήλαιο-ασκητήριο στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας. (Εικόνα 8.31).



(Εικόνα 8.30: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το μικρό «θολωτό» σπήλαιο-ασκητήριο στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας. 1) Το εσωτερικό του ασκητηρίου, 2) Η είσοδος του, 3) ο θόλος της σκεπής του εσωτερικά.

Ο παραδοσιακός τρόπος κατασκευής των στεγών στον ελληνικό χώρο, ήταν αυτός της «καθιστής στέγης» που ήταν διαδεδομένος από τη βυζαντινή περίοδο. Αυτό ο τύπος της στέγης, αποτελείτο από ένα σύστημα κεκλιμένων δοκαριών που στηρίζονταν επάνω σε υποστυλώματα. Όλο αυτό το σύστημα, εδράζεται επάνω στους υποκείμενους και ενδιάμεσους τοίχους, με αποτέλεσμα την ομοιόμορφη μεταφορά των φορτίων σ' αυτούς. (Δόδουρα, 2015. σ. 114). Μια τέτοια στέγη, (νέας όμως κατασκευής) διαπιστώθηκε στο σπηλαιομονάστηρο του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινικό της Αρκαδίας. (Εικόνα: 8.32).



(Εικόνα 8.32: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπηλαιομονάστηρο του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινικό της Αρκαδίας. Η νέα ξύλινη στέγη της Μονής.

8.5. Η δημιουργία του πατώματος.

Τα πατώματα των ασκητηρίων ήταν: είτε χωμάτινα, είτε λιθόστρωτα είτε ξύλινα. Σε κάποια σπήλαιο-ασκητήρια, το πάτωμα τους ήταν από χώμα, όπως διαπιστώθηκε στο σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ακακίου στα Καυσοκαλύβια του Αγίου Όρους. (Εικόνα 8.33).



(Εικόνα 8.33: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το χωμάτινο δάπεδο του σπήλαιο-ασκητηρίου του σπήλαιο-ασκητήριου του Οσίου Ακακίου στα Καυσοκαλύβια του Αγίου Όρους.

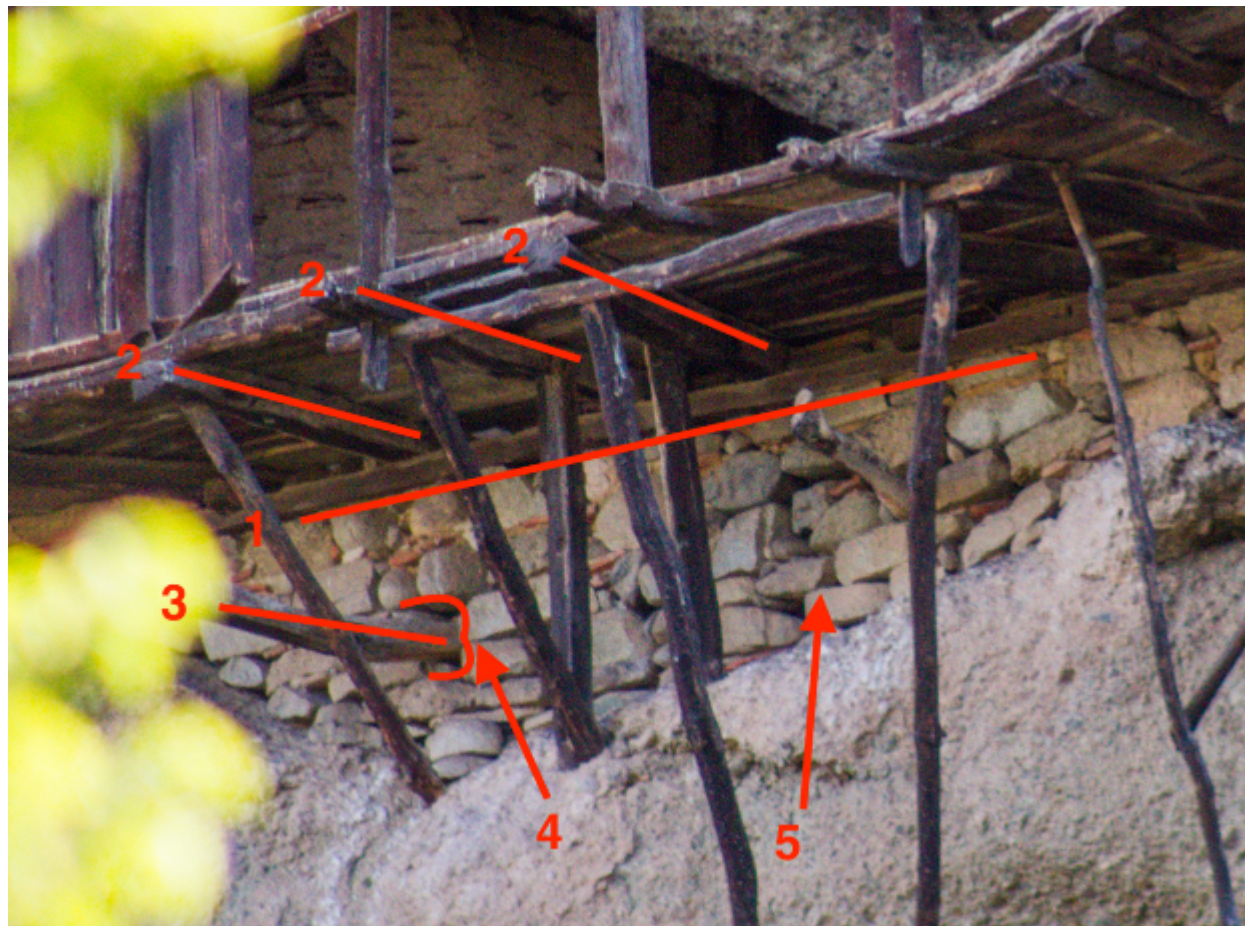
Συνήθως όμως, τα περισσότερα είχαν πάτωμα, γιατί η κατασκευή του, δημιουργούσε τις συνθήκες, για την ευκολότερη και ασφαλέστερη παραμονή του ασκητή στο σπήλαιο. Επίσης, από αρχιτεκτονικής άποψης, επειδή τα πατώματα μεταφέρουν ομοιόμορφα, όλα τα κατακόρυφα φορτία του κτιρίου και ταυτόχρονα προσδίδουν σ' αυτό, οριζόντια ακαμψία. (Οικονόμου, 2007. σ. 355-356). Για να δημιουργηθούν οι προαναφερθείσες προϋποθέσεις, πρέπει το ξύλινο πάτωμα να συγκρατείται και να εδράζεται, σε σταθερό κατακόρυφο στοιχείο, όπως π.χ., κάποιος τοίχος από αργολιθοδομή. (Φραντζεσκάκης, 2021 σ. 32-33). Αυτός ο τοίχος, συνήθως αποτελείτο, από ακανόνιστους λίθους σχηματίζοντας ένα ισοϋψές πλαίσιο. Στα μεγάλα κενά που άφηναν στις μεταξύ τους συνδέσεις αυτοί οι λίθοι, τοποθετούσαν άφθονο αργιλοκονίαμα, ή ακόμη κεραμίδια και μικρές πέτρες, βοηθώντας έτσι τη σωστότερη συνοχή τους. (Σωτηρίου-Δωριβόνη, 2001. σ. 158 ; Πολυράβας, 2012. σ. 41). Αυτό διαπιστώθηκε στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνα 8.34).



(Εικόνα 8.34: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου. 1) Ο τοίχος με την αργολιθοδομή που έχει δημιουργηθεί για την επίτευξη της οριζοντίωσης του ξύλινου δαπέδου. 2) Ακατέργαστοι λίθοι, 3) κεραμίδια, 4) άφθονο αργιλοκονίαμα.

Επάνω σ' αυτό το ισοϋψές πλαίσιο, τοποθετούσαν έναν ξύλινο στρωτήρα που διέτρεχε όλο το μήκος του. Επάνω στο στρωτήρα, τοποθετούνταν τα ξύλινα δοκάρια (οι ποταμοί) του πατώματος και ταυτόχρονα αυτά, τα εγκιβώτιζαν εντός του κατακόρυφου τοίχου. Με αυτόν το

τρόπο, ο στρωτήρας μείωνε την πίεση που ασκούσαν τα δοκάρια στον κατακόρυφο τοίχο και τα δοκάρια του πατώματος σταθεροποιούνταν στο στρωτήρα και στους τοίχους. (Φραντζεσκάκης, 2021 σ. 33). Αυτό διαπιστώθηκε στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνα 8.35).



(Εικόνα 8.35: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Στοιχεία ξύλινου δαπέδου στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. Ο ξύλινος στρωτήρας (1) που επικάθονται οι ξύλινοι δοκοί (ποταμοί) (2) του πατώματος, δοκάρι (3) που είναι εγκιβωτισμένο (4) στον κατακόρυφο τοίχο (5) που επικάθεται ο στρωτήρας.

Σε άλλες περιπτώσεις, όταν οι πρόβολοι αυτών των δοκών κατευθύνονταν προς τον βράχο, τότε τους πάκτωναν εντός τεχνητών οπών στον βράχο. Αυτό διαπιστώθηκε στο ασκητήριο στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη στην Κερπινή της Αρκαδίας. (Εικόνα 8.36)



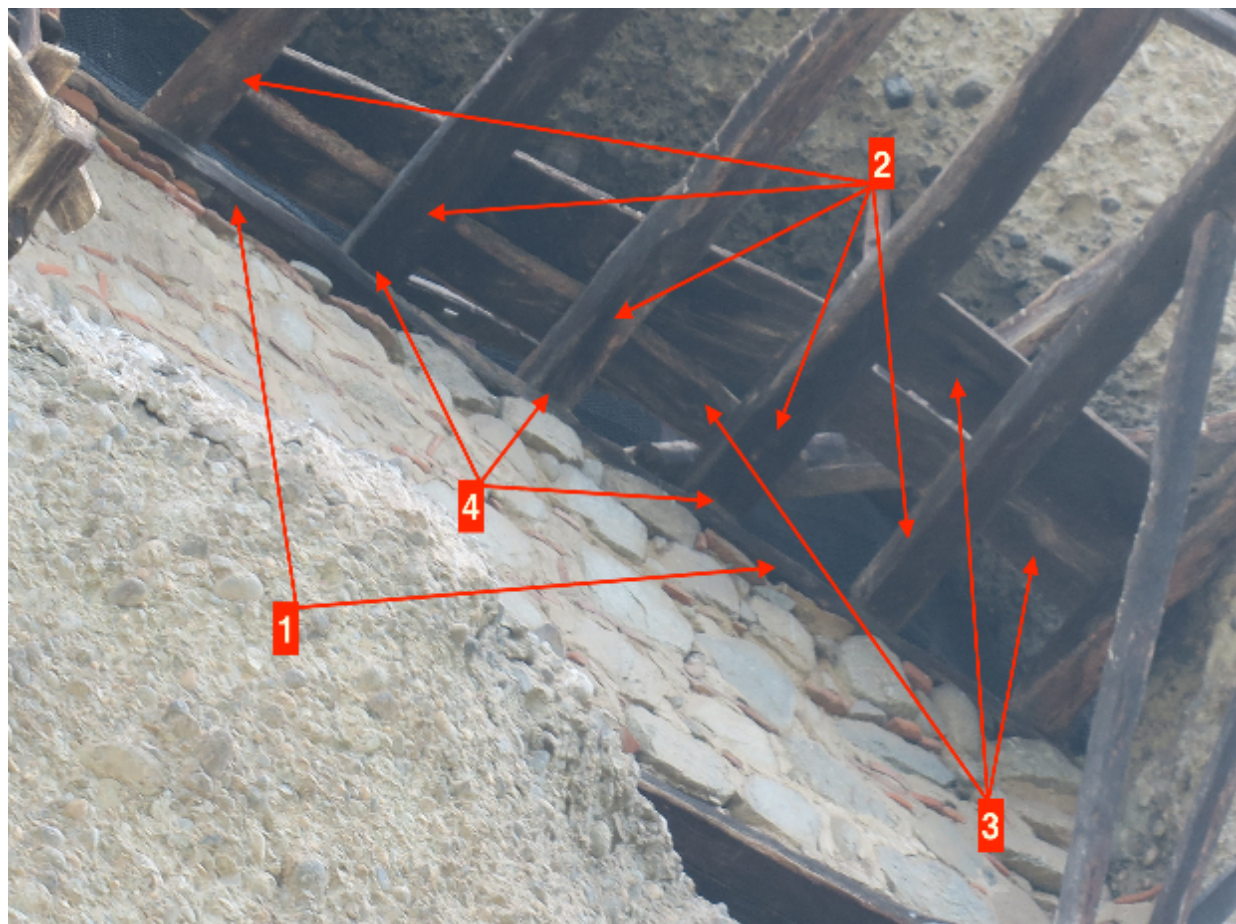
(Εικόνα 8.36: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη στην Κερπινή της Αρκαδίας. 1, 2) Δοκάρια πατώματος, 1,3) Δοκάρια εξώστου. 4) Πάκτωση δοκαριών εντός του βράχου. 5) Διέλευση και στήριξη των δοκαριών του εξώστη μέσω εγκιβωτισμού τους, στο κατακόρυφο φέρον στοιχείο (εξωτερικός τοίχος ασκητηρίου).

Τα ξύλινα δοκάρια που πατώματος, θηλύκωναν εντός κατάλληλων εντορμιών, που βρίσκονταν στην άνω επιφάνεια του στρωτήρα. (Θεοχαρόπουλος, 2009. σ. 16). Αυτό διαπιστώθηκε στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνα 8.37)



(Εικόνα 8.37: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Εντορμία σε δοκάρι πατώματος, στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα

Επάνω σ' αυτά τα ξύλινα δοκάρια (ποταμοί), τοποθετούνταν οι σανίδες του πατώματος. (Παπαδόπουλος, 2015. σ. 426). Αυτό διαπιστώθηκε στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνα: 8.38)



(Εικόνα: 8.38: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου. 1) Ο ξύλινος στρωτήρας που εδράζεται στον τοίχο με την οριζόντια επιφάνεια. 2) Τα ξύλινα δοκάρια του δαπέδου (ποταμοί) 3) οι σανίδες του πατώματος. 4) Οι θέσεις των εντορμιών που θηλुकώνουν τα δοκάρια του πατώματος επάνω στο στρωτήρα.

Σε άλλες περιπτώσεις, το κενό εντός του ισοϋψούς πλαισίου, πληρώνονταν με χώμα και κατόπιν επάνω του τοποθετούσαν λίθους, δημιουργώντας έτσι ένα λιθόστρωτο πάτωμα. (Τσέφος, 2001. σ. 222). Αυτό διαπιστώθηκε στο σπηλαιομονάστηρο του Αγίου Δημητρίου Αυγού. (Εικόνα: 8.39).



(Εικόνα 8.39: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Λιθόστρωτο δάπεδο σε διάδρομο του πρώτου ορόφου της μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού.

8.6. Η δημιουργία των εξωστών.

Ο λόγος της ύπαρξης των εξωστών, είναι: α) η εξασφάλιση περισσότερου χώρου, πέραν των ορίων του οικήματος, β) η δυνατότητα κατόπτευσης του χώρου γύρω από το κτίριο για λόγους ασφαλείας. (Μαμαλούκος, 2012 ; Θεοχαρόπουλος, 2009. σ. 30) Η χρήση των εξωστών ξεκινάει την εποχή της αρχαίας Ελλάδας, συνεχίστηκε εκτεταμένα στο Βυζάντιο, με επιστέγασμα αυτής της χρήσης το 16^ο αιώνα μ.Χ. (Μαμαλούκος, 2012 ; Θεοχαρόπουλος, 2009. σ. 29) Για να υπάρξει δυνατότητα δημιουργίας ξύλινων εξωστών, πρέπει οι πρόβολοι των δοκαριών του ξύλινου πατώματος ενός ορόφου, να προεκτείνονται πέραν των ορίων του τοίχου του κτίσματος. Επάνω δε σ' αυτά τα ελεύθερα δοκάρια, τοποθετούσαν τις σανίδες του δαπέδου. (Θεοχαρόπουλος, 2009. σ. 29). Οι εξώστες συνήθως, είναι αρχιτεκτονικό χαρακτηριστικό των ασκητηρίων που βρίσκονται σε σχετικά μεγάλο ύψος από το έδαφος. Τέτοιες προεκτάσεις δοκαριών διαπιστώθηκαν στο ασκητήριο του Αγίου Ταξιάρχη στην Κερπινή Αρκαδίας. (Εικόνα: 8.40)

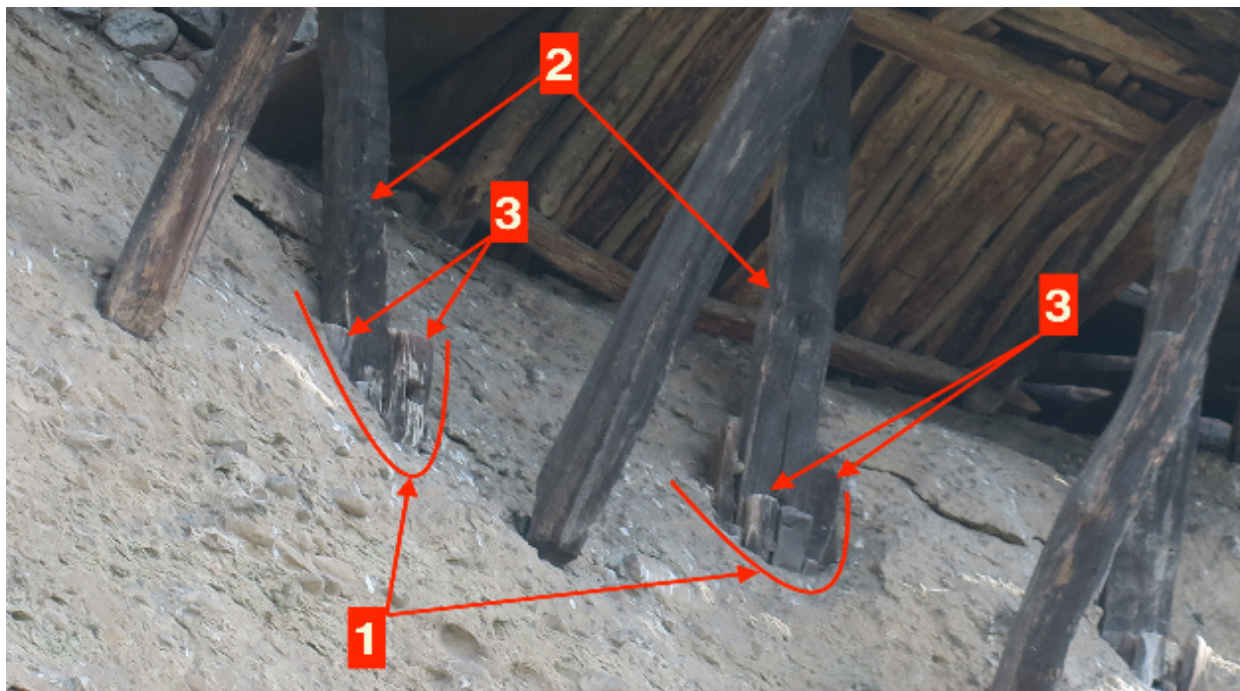


(Εικόνα: 8.40: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη στην Κερπινή της Αρκαδίας. Οι προεκτάσεις των δοκαριών του εσωτερικού πατώματος εγκιβωτισμένα στον τοίχο, για τη δημιουργία εξώστη.

Για την ενίσχυση της στήριξης των εξωστών, χρησιμοποιούνταν οι αντηρίδες. Αυτές ήταν ξύλινοι κορμοί πλάγια τοποθετημένοι και σφηνωμένοι μεταξύ των δοκαριών του εξώστη και της υποκείμενης λιθοδομής ή του βράχου ή και καρφωμένες στη ξυλοδεσιά του τοίχου. (Θεοχαρόπουλος, 2009. σ. 16). Αυτές οι αντηρίδες διαπιστώθηκαν στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. (Εικόνες 8.41, 8.42).



(Εικόνα: 8.41: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου με το φέροντα σκελετό του πατώματος και τον εξώστη. 1) Οι προεκτάσεις των δοκαριών του εσωτερικού πατώματος που δημιουργούν τον εξώστη 2) οι σανίδες του πατώματος, 3) οι πλάγιοι τοποθετημένοι κορμοί (αντηρίδες), που στηρίζονται είτε στον βράχο είτε στη λιθοδομή .



(Εικόνα: 8.42: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου με εμφανή την πάκτωση των αντηρίδων. 1) Οι τεχνητές οπές στον βράχο, 2) η πάκτωση των αντηρίδων εντός των τεχνητών οπών, 3) τοποθετημένες πολλαπλές ξυλόσφηνες εντός των οπών στο βράχο για την καλύτερη συγκράτηση και στερέωση των αντηρίδων.

8.7. Οι τρόποι σύνδεσης των ξύλων σ' αυτές τις κατασκευές.

Η σύνδεση και η συγκράτηση των αντηρίδων με τα δοκάρια του εξώστη, γινότανε με τη μορφή του «θηλυκώματος» », δημιουργώντας έτσι την αρχική κατασκευή. Γ' αυτό το λόγω οι ασκητές, σχηματοποιούσαν τα ελεύθερα άκρα π.χ., των αντηρίδων κατόπιν επεξεργασίας, στη μορφή του μισοχάρακτου συνδέσμου. (Οικονόμου, 2007. σ. 364). Αυτού του είδους οι σύνδεσμοι διαπιστώθηκαν στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα (Εικόνα: 8.43).



(Εικόνα 8.43: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Δοκάρια που το ελεύθερο άκρο του, σχηματίζει ένα μισοχάρακτο σύνδεσμο που θηλυκώνει ένα άλλο δοκάρια, στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

Στα δοκάρια του πατώματος αλλά και του εξώστη, δημιουργούσαν σε προκαθορισμένες θέσεις, τεχνητές οπές τις λεγόμενες «μορσότρυπες». Μέσα σ' αυτές τις οπές, σφήνωναν (πάκτωναν) και κάρφωναν κατακόρυφα ξύλα, τους στύλους (Τζέλιου, 2014. σ. 18-19). Μορσότρυπες και στύλοι, διαπιστώθηκαν στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα (Εικόνα: 8.45, 8.46).



(Εικόνα 8.44: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Μορσότρυπα σε ελεύθερη άκρη δοκαριού εξώστη, στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

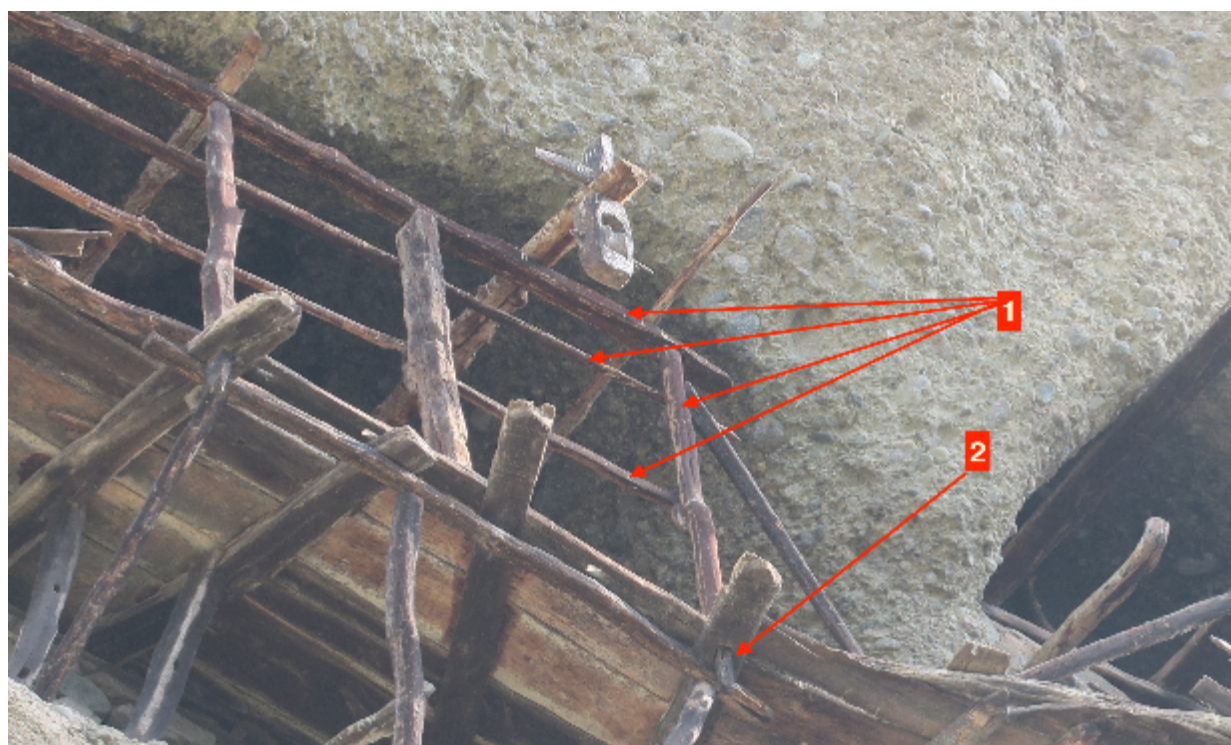


(Εικόνα 8.45: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Ελεύθερο άκρο δοκαριού εξώστη, 2) μορσότρυπα, 3) σφηνωμένος και κάθετα τοποθετημένος στυλός, στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

8.8. Η δημιουργία των τοίχων του ασκητηρίου.

Με την τοποθέτηση αυτών των κάθετων στύλων, δημιουργούσαν τη βάση για την κατασκευή είτε ενός ξυλόφρακτου σκελετού που θα στήριζε την όψη του ασκητηρίου, είτε το σκελετό των

εσωτερικών τοίχων του ασκητηρίου, είτε ακόμη τη βάση για τη δημιουργία ενός κιγκλιδώματος ασφαλείας του εξώστου. (Τζέλιου, 2014. σ. 19-20). Αυτού του είδους οι σύνδεσμοι διαπιστώθηκε στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα (Εικόνα: 8.46).



(Εικόνα: 8.46: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Τα σκέλη του κιγκλιδώματος σε εξώστη, 2) κάθετα σφηνωμένο σε μορσότρυπα του δοκαριού, τεμάχιο ξύλου, τμήμα του κιγκλιδώματος του εξώστη, στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

8.9. Η κατασκευή των τοίχων.

Οι εξωτερικοί τοίχοι που καλύπτουν το στόμιο της σπηλιάς συνήθως ήταν από αργολιθοδομή. Οι εσωτερικοί τοίχοι ήταν, είτε από τσασμά είτε από μπαγδατί. Σε κάποια ασκητήρια όμως που βρίσκονταν σε μεγάλο ύψος από το τη βάση του βράχου, μπορεί οι εξωτερικοί αλλά και οι εσωτερικοί τοίχοι τους να ήταν κατασκευασμένοι, είτε από ξυλόφρακτο, είτε από τσασμά, είτε από μπαγδατί είτε από ωμόπλινθους.

8.9.1. Οι τοίχοι από ξυλόφρακτο.

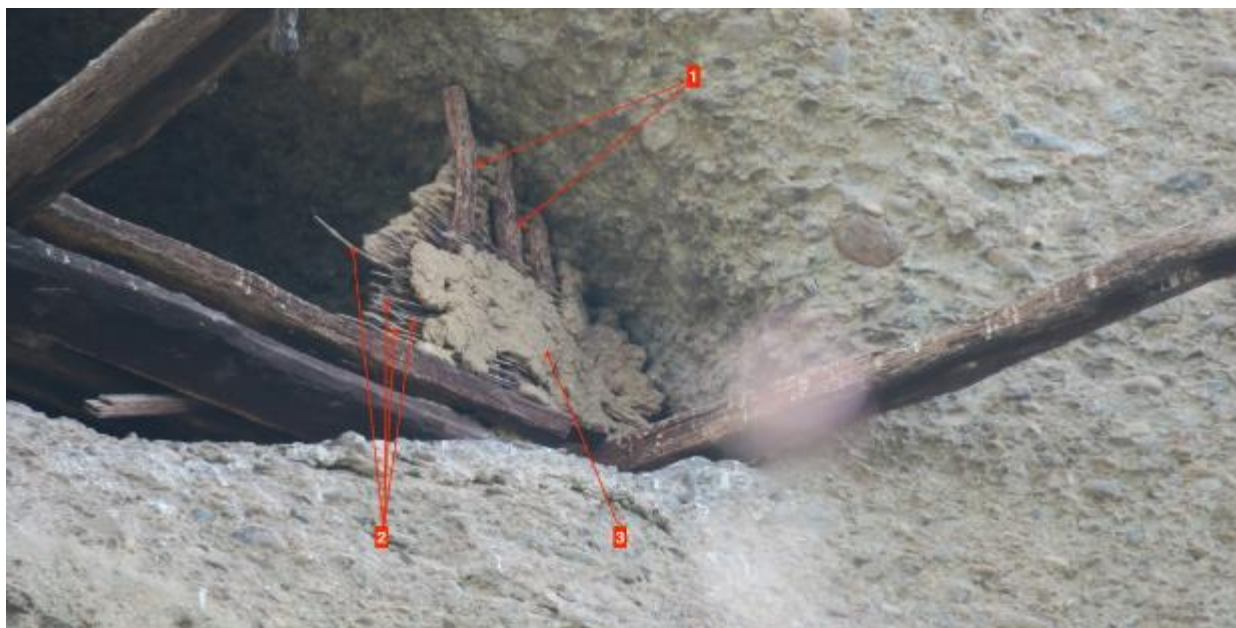
Οι τοίχοι αυτοί ήταν αμιγώς ξύλινοι, δηλ., αποτελούνταν από σανίδες που ήταν καρφωμένες κάθετα στο βασικό σκελετό. (Χατζητουλούσης, 2006. σ. 146). Ξυλόφρακτος τοίχος διαπιστώθηκε στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα (Εικόνα: 8.47).



(Εικόνα 8.47: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. 1) Οι τάβλες του δαπέδου 2) Ο ξυλόφρακτος τοίχος, 3) παράθυρο.

8.9.2. Οι τοίχοι από μπαγδάτι ή μπαγδατότοιχοι.

Το μπαγδάτι ή μπαγδατότοιχος, είναι μια ξύλινη πλεκτή κατασκευή, που αποτελείται από ένα συνδυασμό αλληλοπλεγμένων κατακόρυφων (παχέων) και οριζόντιων (λεπτών) ξύλων. Πάνω σ' αυτή τη ξύλινη κατασκευή υπάρχει επικολλημένη λάσπη που είναι ανακατεμένη με χαλίκι και λεπτά ξύλα. (Πολυράβας. 2012. σ. 39-40). Μπαγδαδότοιχοι διαπιστώθηκαν: α) στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα (Εικόνα: 8.48), όπως και σ' ένα εγκαταλελειμμένο ασκητήριο στη σκήτη της Δούπιανης στα Μετέωρα. (Εικόνα: 8.49).



(Εικόνα 8.48: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Υπολείμματα από μπαγδάτι στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. 1) κατακόρυφα (παχιά) ξύλα, 2) οριζόντια (λεπτά) ξύλα, 3) υπόλειμμα λάσπης.



(Εικόνα 8.49: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Εσωτερικός μπαγδαδότοιχος, σε σπήλαιο-ασκητήριο στη σκήτη της Δούπιανης στα Μετέωρα.

8.9.3. Τοίχοι από τασμά ή τασμαδότοιχοι.

Οι τοίχοι από τασμά οι λεγόμενοι τασμαδότοιχοι, αποτελούνταν από ένα ξύλινο σκελετό σε συνδυασμό με ακατέργαστες μικρές πέτρες ή συμπαγών οπτοπλίνθων. Αυτός ο ξύλινος σκελετός, περιλαμβάνει μια ξύλινη κατασκευή με σχήμα πλαισίου, που εντός της πληρώνεται

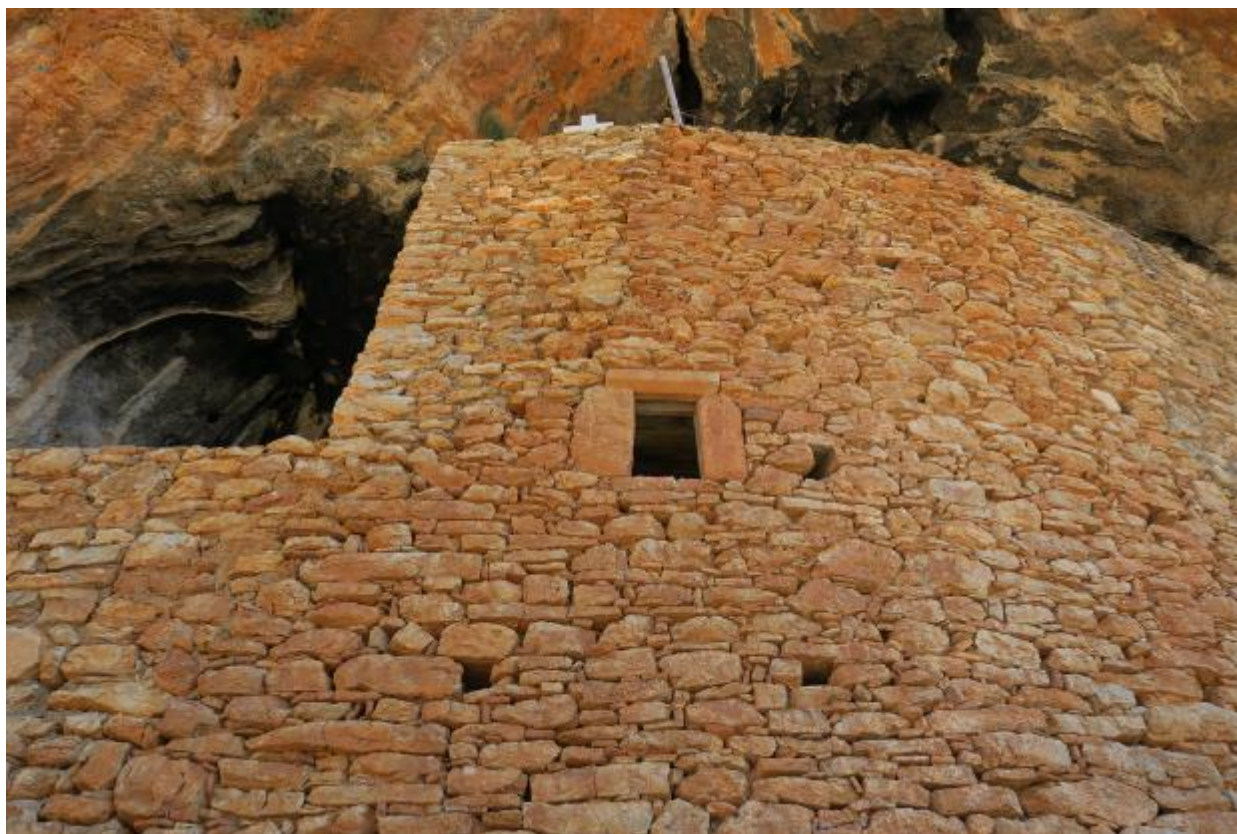
με τα προαναφερθέντα υλικά (πέτρες ή πλίνθοι). Το σύνολο αυτού του πλαισίου, επιχρίεται με λάσπη, σε όλες τις πλευρές του. (Παπαδόπουλος, 2015. σ. 426).

Οι τσασμαδότοιχοι και οι μπαγδατότοιχοι, επειδή είναι βαρύτεροι του ξύλινου τοίχου, συνήθως τους τοποθετούσαν και τους στερέωναν επί του εδάφους. Αυτούς τους χρησιμοποιούσαν είτε ως εξωτερικούς είτε και σαν διαχωριστικούς τοίχους των δωματίων. Αυτού του είδους οι παραδοσιακές κατασκευές, δεν επηρεάζονται από το κάθισμα των θεμελίων του κτιρίου και χαρακτηρίζονται ως ελαφριές, γερές, μακροχρόνιες και αντισεισμικές. (Σαββοπούλου-Κατσίκη, 2011. σ. 146 ; Πολυράβας, 2012. σ. 39-40).

8.9.4. Οι τοίχοι από αργολιθοδομή.

Οι πιο συνηθισμένοι τύποι λιθοδομών σ' αυτού του είδους τις κατασκευές ήταν οι ξηρολιθοδομές, οι αργολιθοδομές και οι κροκαλολιθοδομές. Οι ξηρολιθοδομές αποτελούνται από λίθους που δεν έχουν υποστεί καμία κατεργασία χωρίς να έχουν μεταξύ τους κανένα συνδετικό κονίαμα. Οι αργολιθοδομές αποτελούνται από λίθους που έχουν υποστεί κάποιας μορφής κατεργασία ή ακόμη και από ακατέργαστους λίθους που συνδέονται μεταξύ τους με ενδιάμεσο κονίαμα. Οι κροκαλολιθοδομές αποτελούνται από φυσικούς στρογγυλεμένους λίθους που βρίσκονται συνήθως σε κοίτες ποταμών. Οι αργολιθοδομές αποτελούσαν το συνηθέστερο τρόπο κατασκευής, λόγω χαμηλότερου κόστους. (Μαργαρίτη, 2019. σ. 27-29).

Τέτοιου είδους λιθοδομές διαπιστώθηκαν στα ασκητήρια: α) αργολιθοδομή χωρίς κονίαμα, στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδος. (Εικόνα: 8.50). β) Αργολιθοδομή με κονίαμα, στο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας, στην Βλαχέρνα Αρκαδίας (Εικόνα: 8.51) και γ) κροκαλολιθοδομή, σε σπήλαιο-ασκητήριο στην περιοχή «Κοφίνια» των Μετεώρων, (Εικόνα: 8.52).



(Εικόνα 8.50: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδος. Η αργολιθοδομή του εξωτερικού τοίχους του, που αποτελείται από ακατέργαστους λίθους χωρίς κονίαμα.



(Εικόνα: 8.51: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τοίχος με αργολιθοδομή που αποτελείται από ακατέργαστους λίθους που συνδέονται μεταξύ τους με ενδιάμεσο κονίαμα. Σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας, στην Βλαχέρνα Αρκαδίας.



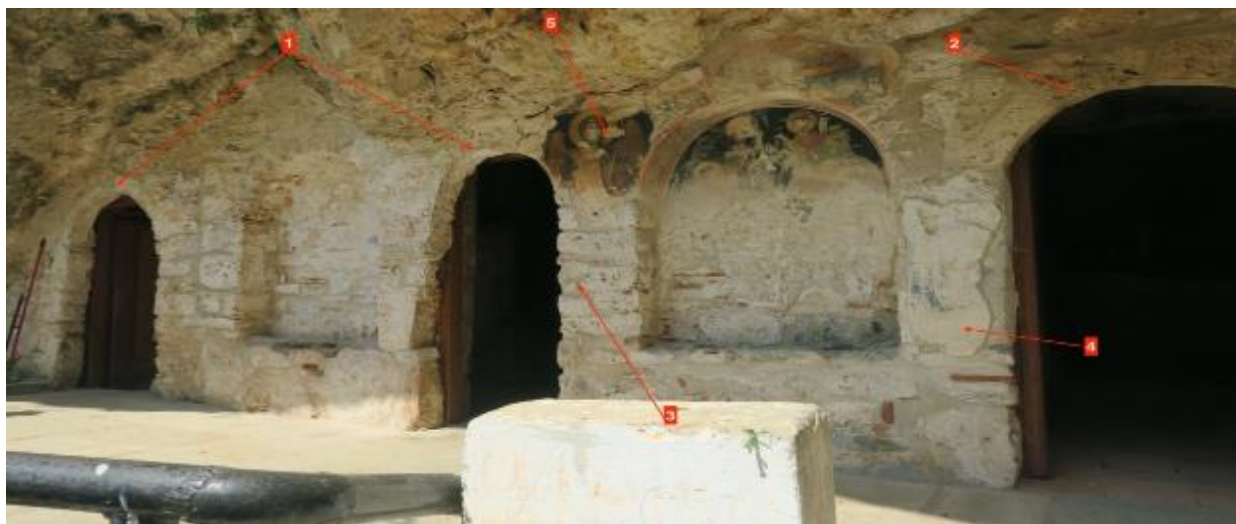
(Εικόνα: 8.52: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τοίχος από κροκαλολιθοδομή σε σπήλαιο-ασκητήριο στην περιοχή «Κοφίνια» των Μετεώρων.

Ο λίθινος τοίχος των ασκητηρίων που βρισκόταν στο όριο του χείλους της σπηλιάς και απομόνωνε το εξωτερικό περιβάλλον από το εσωτερικό χώρο του ασκητηρίου, συνήθως δεν είχε παράθυρα. Για είσοδο συνήθως, άφηναν ένα ορθογώνιο άνοιγμα, που το οριοθετούσαν με την τοποθέτηση ξυλοκατασκευής αναλόγου σχήματος. (Κουρίλας, 1929. σ. 36). Είσοδο με ορθογώνιο άνοιγμα διαπιστώθηκε μετά από επιτόπια έρευνα, στα σπήλαιο-ασκητήρια της Αγίας Παρασκευής στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδος (Εικόνα: 8.53).



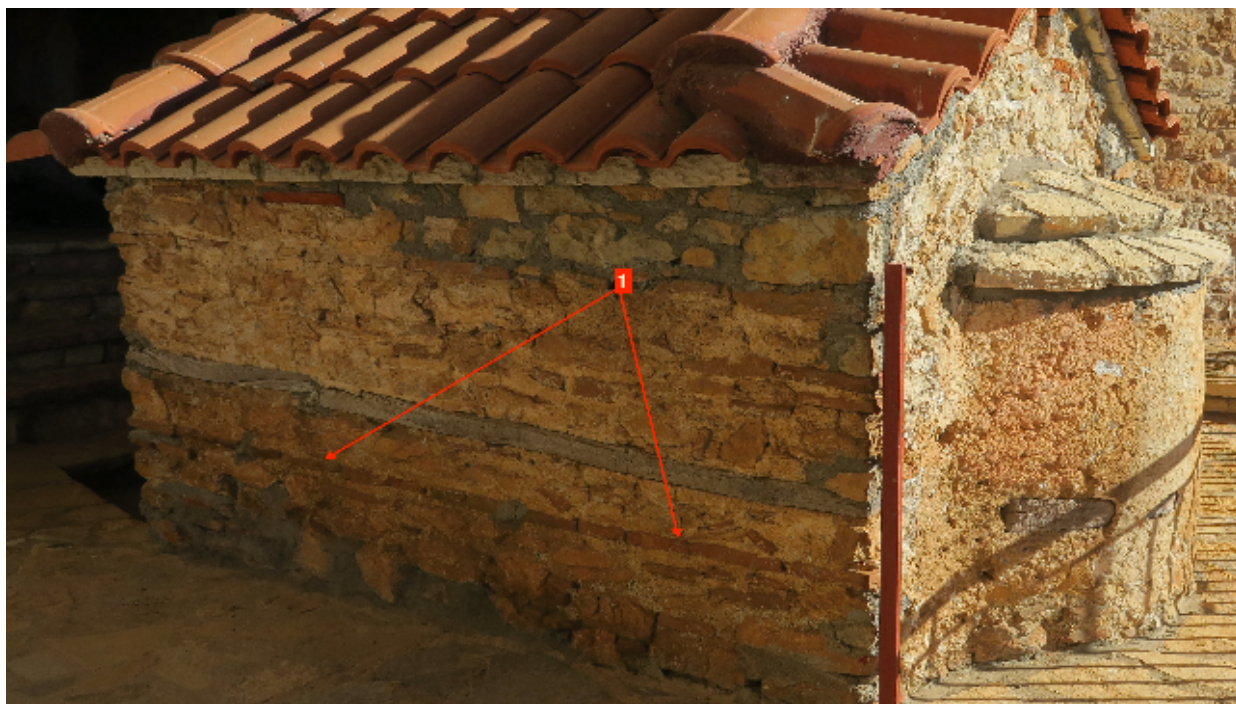
(Εικόνα: 8.53: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Ένα από τα σπήλαιο-ασκητήρια της Αγίας Παρασκευής στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, της Αργολίδος. Η εξωτερική ακατέργαστη αργολιθοδομή που φράζει την είσοδο του σπηλαίου. Το μικρό άνοιγμα της εισόδου του ασκητηρίου, που οριοθετείτε από την αριστερή πλευρά του με πελεκημένους λίθους, η άνω πλευρά της με οριζόντιο λίθινο πρέκι. Η δεξιά πλευρά οριοθετείτε από το βράχο.

Υπήρχαν όμως και περιπτώσεις, που οι ασκητές διέθεταν μεγαλύτερη οικονομική άνεση, με αποτέλεσμα οι λιθοδομές των ασκητηρίων τους, να περιλαμβάνουν δουλεμένους λίθους ή και πωρόλιθους. Με τους πωρόλιθους οι ασκητές, δημιουργούσαν στις προσόψεις των ασκητηρίων τους, τοξωτά ανοίγματα και αψιδώματα. Επίσης περνούσαν με επίχρισμα τα τοιχώματα και κατόπιν τα αγιογραφούσαν (Νικονάνος, 1997). Τέτοια πλαστική διάρθρωση σε τοίχους ασκητηρίου, διαπιστώθηκε στα ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων, στην Αγία της Λάρισας. (Εικόνα: 8.54)



(Εικόνα: 8.54: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας. 1) Τοξωτά ανοίγματα και αψιδώματα, 2) πωρόλιθοι, 3) δουλεμένοι λίθοι, 4) επίχρισμα, 5) αγιογραφίες.

Επίσης, σε άλλα σπήλαιο-ασκητήρια, η εξωτερική τους λιθοδομή, περιείχε κεραμοπλαστικό διάκοσμο. Σε κάποια απ' αυτά, ο διάκοσμος αυτός αποτελείται, από μια οριζόντια σειρά τούβλων που συνυπάρχει στη λιθοδομή με λίθους. (Τρυψιάνη-Ομήρου, 2012.σ. 128). Τέτοιος κεραμοπλαστικός διάκοσμος διαπιστώθηκε στο παρεκκλήσιο του ασκητηρίου του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά της Αρκαδίας (Εικόνα: 8.55).



(Εικόνα 8.55: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Κεραμοπλαστικός διάκοσμος στην εξωτερική πλευρά του τοίχου, στο παρεκκλήσιο του σπήλαιο-ασκητηρίου του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά της Αρκαδίας.

Σε άλλα όμως, ο κεραμοπλαστικός τους διάκοσμος ήταν πλούσιος, όπως στο σπήλαιο-ασκητήριο του Προδρόμου στο ρέμα του Σωφρόνη, λίγο έξω από τη Μονή των Τεσσαράκοντα Μαρτύρων στην Λακωνία. (Δρανδράκης, 1992 ; Γερολύμου, 2017. σ. 93-98 ; Λέκκος, 1998. σ. 101).

8.9.5. Οι τοίχοι από ωμόπλινθους.

Οι κατασκευές τοίχων από ωμόπλινθους ξεκινάει από την 8^η χιλιετία π.Χ., και φθάνει μέχρι τις μέρες μας. Χρησιμοποιούνται συνήθως για τη δημιουργία χαμηλού κόστους κατασκευών και ήταν πολύ διαδεδομένες σε ιδιωτικές κατοικίες στις χώρες της Βαλκανικής κατά την περίοδο του 19^{ου} και του 20^{ου} αιώνα. (Πάχτα, 2011. σ. 17-19). Αντίστοιχη κατασκευή τοίχων με ωμόπλινθους, διαπιστώθηκε ότι υπάρχει, στο ασκητήριο (παλαιομονάστηρο) του Οσίου Λεοντίου, πάνω από τη Μονή Ταξιαρχών στην περιοχή του Αιγίου της Αχαΐας. (Εικόνα: 8.56)



(Εικόνα 8.56: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Κατασκευασμένος τοίχος με ωμόπλινθους, στο ασκητήριο (παλαιομονάστηρο) του Οσίου Λεοντίου, πάνω από τη Μονή Ταξιαρχών στην περιοχή του Αιγίου της Αχαΐας.

8.10. Οι ξυλοδεσιές.

Σε πολλές λίθινες κτιριακές κατασκευές των σπήλαιο-ασκητηρίων, για την ενίσχυση της λιθοδομής του κτιρίου, χρησιμοποιούσαν τις ξυλοδεσιές. Αυτές, αποτελούνταν από δύο επιμήκη ξύλινα δοκάρια, που τοποθετούνταν μεταξύ τους, παραλλήλως και ισόϋψα εντός της λιθοδομής, αλλά ταυτόχρονα παράλληλα και με το έδαφος. Αυτά τα δοκάρια, έτρεχαν όλο το μήκος των τοίχων και ενώνονταν μεταξύ τους με κλάπες. Οι ξυλοδεσιές φαίνονταν στην εξωτερική πλευρά του τοίχου, ενώ στην εσωτερική του πλευρά, συνήθως ήταν επικαλυμμένες με επίχρισμα. Τοποθετούνταν μεμονωμένα η και σε διάφορες θέσεις, είτε στο ύψος της ποδιάς του παραθύρου, ή του πρεκιού της πόρτας, του πρεκιού του παραθύρου, στο ύψος της στέγης ή στο ύψος του πατώματος. (Εικόνες: 8.57, 8.58) (Χριστίδης, 1995. σ. 207 ; Παλυβού, 1999. σ. 61-63) Τέτοιου είδους ξυλοδεσιές διαπιστώθηκαν ότι υπάρχουν: α) σε σπήλαιο-ασκητήριο στην περιοχή «Κοφίνια» των Μετεώρων και β) στο παρεκκλήσιο του σπήλαιο-ασκητηρίου του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά της Αρκαδίας.



(Εικόνα 8.57: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Σπήλαιο-ασκητήριο στην περιοχή «Κοφίνια» των Μετεώρων. Εξωτερικές ξυλοδεσιές (1), (2), (3), σε διαφορετικά σημεία και ύψη της λιθοδομής του ασκητηρίου.



(Εικόνα 8.58: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Δοκάρι ξυλοδεσιάς στην εσωτερική πλευρά του τοίχου που ήταν επικαλυμμένη, στο παρεκκλήσιο του σπήλαιο-ασκητήριου του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά της Αρκαδίας.

8.11. Οι στέρνες.

Οι στέρνες αποτελούν διαχρονικά, σε μέρη που το νερό δεν είναι σε αφθονία, ένα από τα πολυτιμότερα στοιχεία της ζωής των ανθρώπων. (Σιγάλα, 2011. σ. 203 ; Αρακαδάκη, 2006. σ. 139). Η συλλογή του νερού σ' αυτές, γίνεται μέσω διαφόρων τύπων υδρορροών και αγωγών, που είτε είναι κτιστοί, είτε σκαλισμένοι στο βράχο. (Παλιούρας, 2004. σ.73 ; Λόντρα, 2014 σ. 27-31 ; Φωτόπουλος, 2016. σ. 32-34). Οι στέρνες συνήθως, είναι πετρόκτιστοι κλειστοί υπόγειοι χώροι, με τα εσωτερικά τους τοιχώματα να είναι επενδυμένα με υδραυλικό κονίαμα και στη κορυφή τους φέρουν πετρόκτιστο στόμιο. Στη βάση αυτού του στομίου, υπάρχει μία οπή, μέσω της οποίας διέρχεται το συλλεγόμενο νερό. Αυτή η οπή συνήθως φραζόταν από κάποιο θάμνο, με σκοπό να διυλίζει υποτυπωδώς το εισερχόμενο νερό. (Σιγάλα, 2011. σ. 204-205). Αντίστοιχη στέρνα διαπιστώθηκε ότι υπάρχει στο Παλαιομονάστηρο στο Βρονταμάδο της Λακωνίας (Εικόνα: 8.59)



(Εικόνα 8.59: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Πετρόκτιστη υπόγεια στέρνα, 2) το πετρόκτιστο στόμιο της, 3) η θέση της οπής της εισόδου του νερού, μαζί με τον συλλέκτη της, 4) κτιστή υδρορροή, στο Παλαιομονάστηρο στο Βρονταμάδο της Λακωνίας

Σε άλλες περιπτώσεις, λίγο χαμηλότερα από την οπή, δημιουργούσαν μια πολύ μικρών διαστάσεων και βάθους στέρνα, όπου μέσα της έρεε το νερό από την υδρορροή. Ο πυθμένας αυτής της μικρής στέρνας βρίσκεται χαμηλότερα από την οπή της εισόδου του στομίου και το όριο πλήρωσης της βρίσκεται λίγο ψηλότερα από το στόμιο της οπής του στομίου. Έτσι το νερό που συγκεντρώνεται στη μικρή στέρνα, αφού κατακάτσουν απ' αυτό τα ξένα σώματα, ρέει μέσω της οπής εντός της δεξαμενής. (Αρακαδάκη, 2006. σ. 139-140). Οι στέρνες στην Ελλάδα είτε είναι κτιστές (υπόγειες ή υπέργειες) είτε πελεκητές. Τις πελεκητές τις δημιουργούν σε βράχους που είναι αδιαπέραστοι από το νερό. Αντίστοιχη λαξευμένη στο βράχο στέρνα, διαπιστώθηκε ότι υπάρχει λίγο πριν από το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Λιβαδειά της Βοιωτίας. (Εικόνα: 8.62).



(Εικόνα 8.60: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Λαξευμένη στο βράχο στέρνα, στο σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Λιβαδειά της Βοιωτίας.

Οι κτιστές στέρνες, είτε είναι υπόγειες είτε υπέργειες Αυτού του είδους οι δύο στέρνες διαπιστώθηκαν ότι υπάρχουν: α) κτιστή υπόγεια στο Παλαιομονάστηρο στο Βρονταμάδο της Λακωνίας (Εικόνα: 8.61), β) κτιστή υπέργεια του σπήλαιου-ασκητηρίου της Αγίας Ιερουσαλήμ, στο Βρούστι της Αργολίδος (Εικόνα: 8.64).



(Εικόνα 8.62: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Πετρόκτιστη υπόγεια στέρνα, στο Παλαιομονάστηρο στο Βρονταμάδο της Λακωνίας. 1) Το πετρόκτιστο στόμιο της, 2) ο θάλαμος της εισόδου του νερού, 3) ο συλλέκτης του νερού, 4) η κτιστή υδρορροή.



(Εικόνα 8.63: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η υπέργεια πετρόκτιστη στέρνα, του σπήλαιο-ασκητηρίου της Αγίας Ιερουσαλήμ, στο Βρούστι της Αργολίδος.

Οι στέρνες αυτές είναι κτισμένες με πέτρες και συνδετικό υλικό, το λεγόμενο «κουρασάνι». Αυτό αποτελείται από ασβέστη, τριμμένο κεραμίδι και τσιμεντοκονίαμα. Σε άλλες περιπτώσεις, για καλύτερη στεγανοποίηση έκαναν το «υάλωμα» ή «άλειμμα». Το άλειμμα γινόταν με τον εξής τρόπο, άπλωναν σε όλη την εσωτερική επιφάνεια της στέρνας, θηραϊκή γη που είχαν πρώτα επεξεργασθεί. (Πρέκα, 2016. σ. 44-49).

ΚΕΦ.9: Τα σπήλαιο παρεκκλήσια και τα καθολικά-Αρχιτεκτονική διακόσμηση-Αγιογραφίες-Βραχογραφίες-Επιγραφές-Ακιδογράμματα-Αρκοσόλια-Σπηλαιοδιάκοσμος

Ο Ιερός Ναός σαν χώρος, είναι το βασικό σημείο της ζωής των χριστιανών. Είναι δε βασικό σημείο, γιατί εντός του, τελείται η Θεία Λειτουργία, που αποτελεί το κέντρο της λειτουργικής και λατρευτικής ζωής των. Συνεπώς, οι χριστιανοί έδειχναν και δείχνουν ένα ιδιαίτερο ζήλο, για τη κατασκευή και τον ευπρεπισμό των ναών τους. Οι ασκητές για να μπορέσουν να κατασκευάσουν τα παρεκκλήσια που θα εξυπηρετούσαν τις λειτουργικές τους ανάγκες, χρησιμοποίησαν όλη τους την εφευρετικότητα, την πρακτικότητα και την προσαρμοστικότητα. Με αυτόν τον τρόπο, μπόρεσαν να χρησιμοποιήσουν και τον ελάχιστο διαθέσιμο χώρο που τους προσέφεραν τα σπήλαια τους, για τη δημιουργία αυτών των ναυδρίων. Σε μερικές δε περιπτώσεις, είναι απορίας άξιον, πως μπόρεσαν τα ίδια τα σπήλαια, να τα μετατρέψουν σε χώρους λατρείας. Οι χώροι λατρείας αυτών των ασκητηρίων, συνήθως είναι κατάγραφοι από τοιχογραφίες ή βραχογραφίες, δίνοντας τους ένα άλλο χρώμα και μία άλλη διάσταση στο σκοτεινό περιβάλλον των σπηλαίων. (Παλιούρας, 2004. σ.73)

9.1. Τα παρεκκλήσια (ναύδρια) και τα καθολικά.

Αυτά τα παρεκκλήσια και τα καθολικά, από αρχιτεκτονικής πλευράς μπορούν να χωριστούν στις εξής κατηγορίες: α) στα εντελώς αδιαμόρφωτα χωρίς σχεδόν καμία υποδομή ναύδρια, β) στα αδιαμόρφωτα με κτιστό τέμπλο ναύδρια, γ) στα μερικώς διαμορφωμένα ναύδρια, δ) στα πλήρως διαμορφωμένα ναύδρια, ε) στα διαμορφωμένα καθολικά.

9.1.1. Τα εντελώς αδιαμόρφωτα ναύδρια.

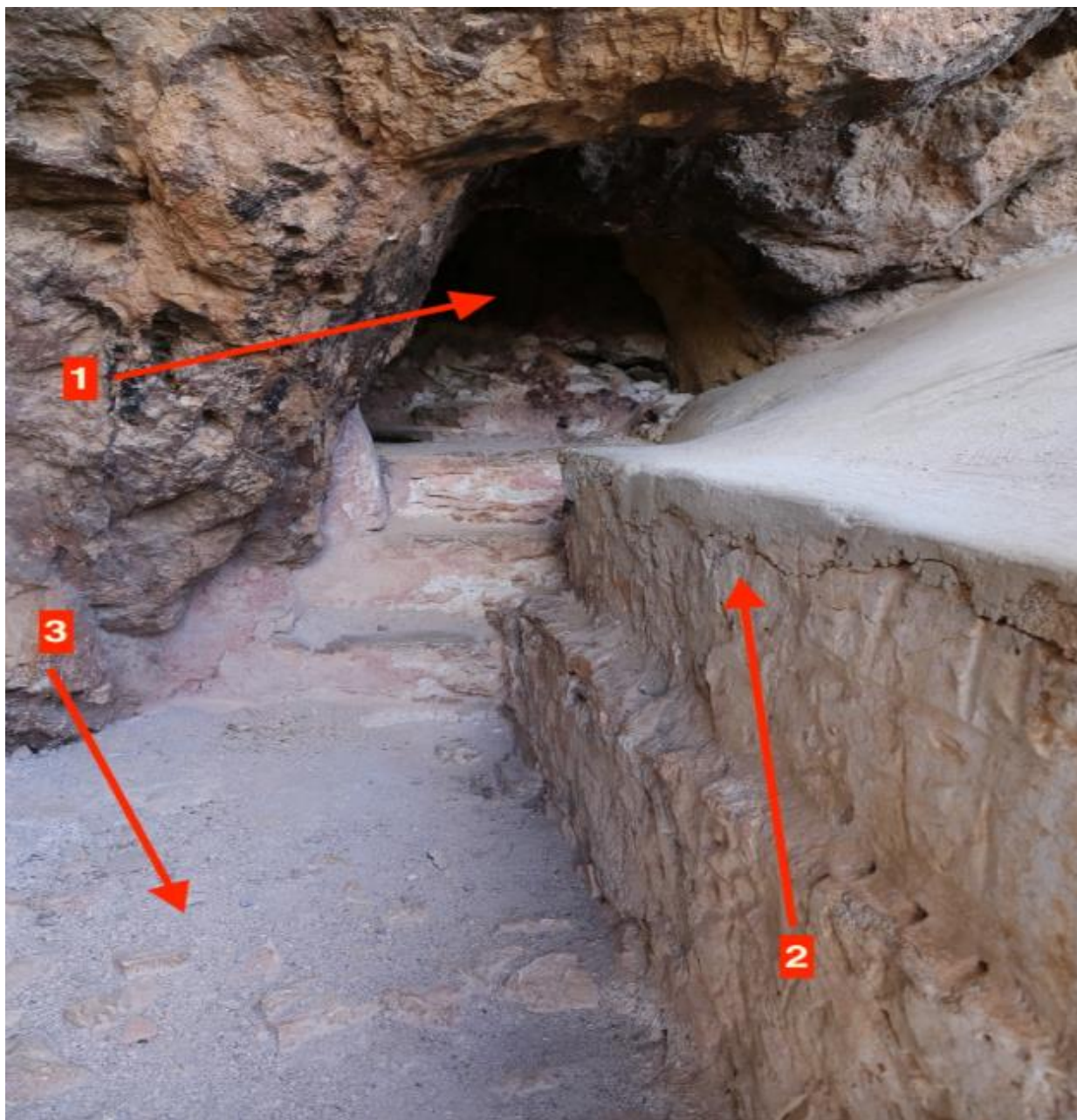
Αυτά δεν έχουν σχεδόν καμία υποδομή, και τα όρια τους, ορίζονται αποκλειστικά από τους βράχους του σπηλαίου. Η μόνη υποδομή που έχουν είναι συνήθως οι λαξευμένες Αγίες Τράπεζες και οι Προθέσεις τους. Αντίστοιχος τύπος ναυδρίου έχει καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα, στη σπήλαιο-εκκλησία της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος. Η Μονή Αυγού, κτίσμα του 14^{ου} αιώνας, συγκροτήθηκε επάνω σε σπηλαιώδη υπόσκαφο χώρο., με τοιχογραφίες του 11^{ου} αιώνας. Αυτός ο σπηλαιώδης χώρος, ήταν ασκητήριο, που αργότερα οι ασκητές του, αποτέλεσαν τον πυρήνα της μετέπειτα μονής. (Πανοπούλου, 1996 ; Ιωαννίδου, 1992)

Επί του δώματος της μονής Αυγού, προέχει ο τρούλος του καθολικού της και δίπλα του, υπάρχει ένα κτιστό προσκυνητάρι του Αγίου Δημητρίου. Δίπλα από τον αριστερό τοίχο του προσκυνηταριού, υπάρχει μικρός διάδρομος που οδηγεί στην είσοδο της σπήλαιο-εκκλησίας. (Εικόνα 9.1)



(Εικόνα 9.1: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το δώμα της Μονής του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος. 1) Το προσκυνητάρι του Αγίου Δημητρίου, 2) ο τρούλος του ναού του Αγίου Δημητρίου, 3) Η κατεύθυνση προς την είσοδο της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος.

Όπισθεν του προσκυνηταριού, υπάρχει μικρό στόμιο σπηλιάς (Ιωαννίδου, 1992), με μέγεθος, περίπου 1,5 μ. ύψος και 1 μ. πλάτος, που αποτελεί την φυσική είσοδο της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος. (Εικόνα 9.2)



(Εικόνα 9.2: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). 1) Ο διάδρομος επί του δώματος για την είσοδο της σπήλαιο-εκκλησίας. 2) Ο αριστερός τοίχος του προσκυνηταριού, 3) η είσοδος της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.

Η είσοδος αυτή, οδηγεί εντός ενός μικρού σπηλαίου αυλοειδούς περίπου σχήματος, που αποτελείται από δύο θαλάμους, σε διαφορετικά επίπεδα. (Ιωαννίδου, 1992). Ο πρώτος θάλαμος, (αυτός της εισόδου), έχει πλάτος περίπου 1 μ., ύψος 2-2,5 μ., και μήκος περίπου 3μ. Η πορεία του είναι ελαφρά ανηφορική, με αδιέξοδη κατάληξη και στο δάπεδο του έχει σκαλοπάτια. (Εικόνα 9.3)



(Εικόνα 9.3: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Ο αυλοειδής πρώτος θάλαμος (όπως φαίνεται από το δεύτερο θάλαμο) της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος

Στο σημείο του αδιεξόδου του πρώτου θαλάμου, υπάρχει σύγχρονη κλίμακα με 10 σκαλοπάτια, που η άνοδος της, οδηγεί μέσω μιας φυσικής οπής, στο δεύτερο θάλαμο του συγκεκριμένου σπηλαίου. Αυτός δε είναι μικρότερος σε διαστάσεις από τον πρώτο. Στο σημείο του αδιεξόδου, δεν υπάρχουν στοιχεία που να συνηγορούν στην ύπαρξη σκαλιστής κλίμακας. Πιθανώς στα

παλιά τα χρόνια, για την άνοδο των ασκητών στο δεύτερο θάλαμο, να υπήρχε ξύλινη κλίμακα. (Εικόνα 9.4).



(Εικόνα 9.4: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). 1) Το όριο του πρώτου θαλάμου 2) Η νέα κλίμακα για την άνοδο στο δεύτερο θάλαμο. 3) Ο δεύτερος θάλαμος, της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.

Το ύψος που χωρίζει τα δύο επίπεδα των θαλάμων, είναι περίπου στα 2 μ. Οι διαστάσεις της οπής είναι περίπου, πλάτος 1 μ. και βάθος 1,5 μ. Ο δεύτερος θάλαμος έχει μήκος μαζί με την

οπή περίπου 2μ. πλάτος περίπου 1,5 μ. και ύψος 2-2,5 μ. Ο εισερχόμενος στο δεύτερο θάλαμο έχει ένα πολύ μικρό επίπεδο πλατώμα για να σταθεί, βάθους 50 εκ. και πλάτους 1,5 μ. (Εικόνα 9.5)



(Εικόνα 9.5: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). 1) Το βάθος της οπής εισόδου, 1,5μ., 2) Το πλάτος (1,5μ) του μικρού επιπέδου πλατώματος, 3) το βάθος του μικρού επιπέδου πλατώματος του δεύτερου θαλάμου, της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.

Ο δεύτερος αυτός θάλαμος είναι εντελώς σκοτεινός, έχει σχήμα περίπου ωοειδές και ύψος 2-2,5 μ. (Εικόνα 9.6)



(Εικόνα 9.6: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το ωοειδές σχήμα του δεύτερου θαλάμου της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.

Μόλις ο εισερχόμενος σταθεροποιηθεί σ' αυτό το μικρό οριζόντιο πλάτωμα και αφού χρησιμοποιήσει τεχνητό φωτισμό, αντικρίζει δύο πολύ μικρά υπόσκαφα έγκυλα επί του βράχου.

Το ένα βρίσκεται στο μέσο του θαλάμου, είναι το πιο ευρύχωρο, η βάση του είναι επίπεδη και βρίσκεται σε ύψος περίπου 70εκ., από το έδαφος του δεύτερου θαλάμου. Αυτό το έγκυλο, αποτελεί την κόγχη του Ιερού και η βάση του, την Αγία Τράπεζα της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος. (Εικόνα 9.7)



(Εικόνα 9.7: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). 1) Η υπόσκαφη κόγχη του Ιερού, 2) η υπόσκαφη Αγία Τράπεζα 3) Το ύψος της υπόσκαφης Αγίας Τράπεζας από το έδαφος του θαλάμου, της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.

Αριστερά της Αγίας Τραπεζής, στο ίδιο ύψος μ' αυτήν υπάρχει και άλλο μικρότερο υπόσκαφο έγκυλο με επίπεδη επιφάνεια που χρησίμευε ως χώρος για την Προσκομιδή των Τιμίων Δώρων. (Εικόνα 9.8)



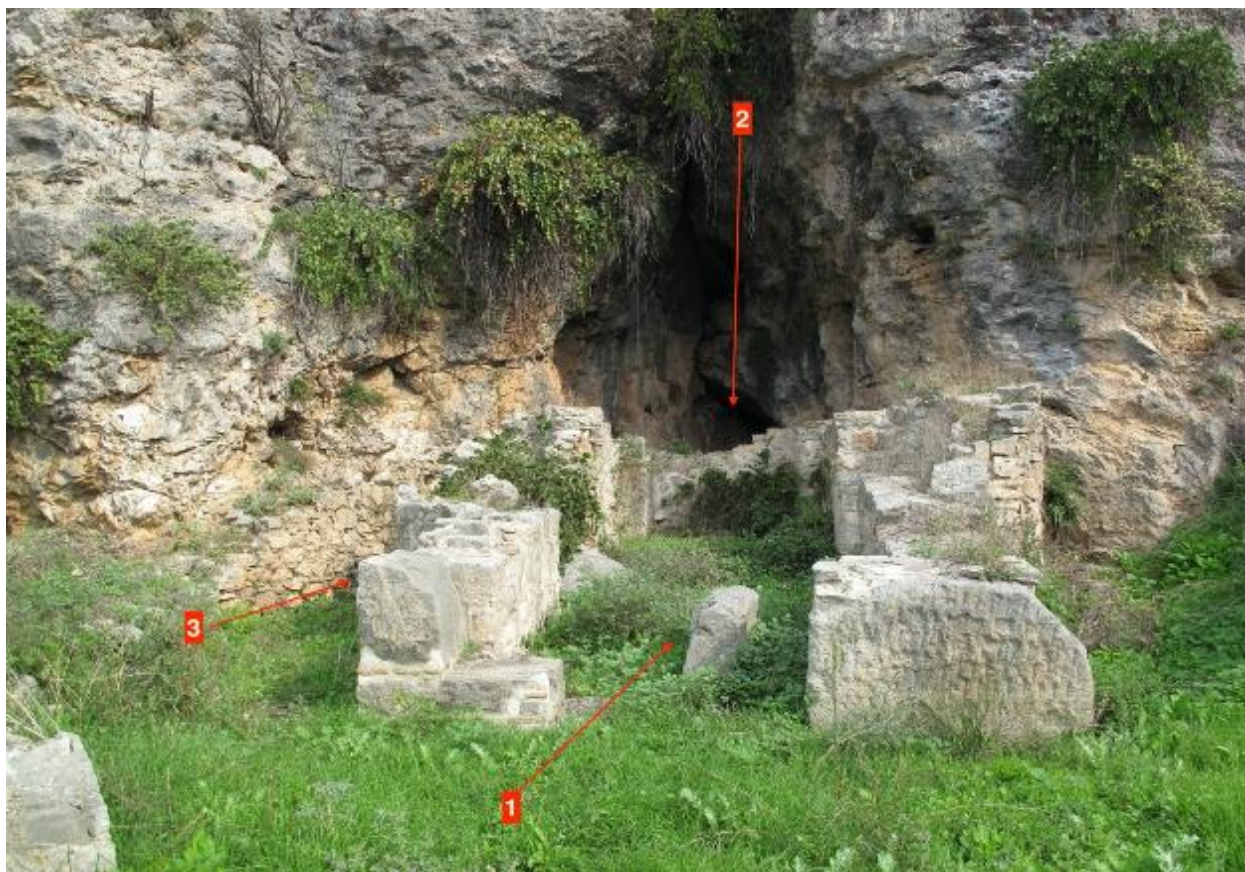
(Εικόνα 9.8: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το μικρότερο υπόσκαφο έγκυλο με την επίπεδη βάση που βρίσκεται δεξιότερα της Αγίας Τραπέζης και χρησιμοποιούταν ως χώρος για την Προσκομιδή των Τιμίων Δώρων, στη σπήλαιο-εκκλησία της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.

Όλα τα τοιχώματα του δευτέρου θαλάμου, που αποτελούνται από τον βράχο του σπηλαίου, είναι κατάγραφα από αγιογραφίες.

Συνεπώς, οι ασκητές του συγκεκριμένου ασκητηρίου, χρησιμοποιούσαν τη συγκεκριμένη σπηλιά ως Εκκλησία τους, αξιοποιώντας όλες τις ιδιαιτερότητες του σχήματος και του χώρου που τους προσέφερε το συγκεκριμένο σπήλαιο. Έτσι, ο εσωτερικός (δεύτερος) μικρός θάλαμος χρησιμοποιήθηκε ως το ιερό, ενώ ο κατώτερος θάλαμος ως ο ναός για τους εκκλησιαζομένους ασκητές. Σήμερα η Μονή είναι κηρυγμένο διατηρητέο ιστορικό μνημείο από του Υπουργείο Πολιτισμού. (Κοντή, 2014).

9.1.2. Τα αδιαμόρφωτα ναΰδρια, με κτιστό τέμπλο.

Σ' αυτά τα ναΰδρια, τα όρια τους ορίζονται αποκλειστικά από τους βράχους του σπηλαίου, έχοντας όμως ως υποδομή ένα κτιστό τέμπλο και λαξευμένες ή κτιστές Αγία Τράπεζα και την Πρόθεση. (Δρανδάκης, 2009. σ. 353-361). Αντίστοιχο του τύπου αυτού ναΰδριο έχει καταγραφεί, στο σπηλαιώδη ναό της Παναγίας «Ζωοδόχου Πηγής», που βρίσκεται δίπλα από τον επαρχιακό δρόμο Αλιάρτου – Ακραιφνίου. Το σπήλαιο αυτό, αποτελείται από δύο σκοτεινούς θαλάμους, που επικοινωνούν μεταξύ τους μέσω μιας στενής φυσικής εισόδου. Μπροστά από την είσοδο του σπηλαίου, υπάρχουν τα υπολείμματα του ναού του Αγ. Βλασίου. (Εικόνα 9.9) (Ιερωνύμου, 2000. σ. 1-13).



(Εικόνα 9.9: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Τα υπολείμματα του ναού του Αγίου Βλασίου, 2) η είσοδος της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής, 3) το πέρασμα για την είσοδο της σπήλαιο-εκκλησίας.

Ο Ιερός Ναός του Αγ. Βλασίου, βρίσκεται μπροστά από την είσοδο που σπηλαίου της σπηλαιοεκκλησίας. Σήμερα, αυτό που υπάρχει από το ναό, είναι οι τοίχοι του, που φθάνουν στο ύψος των 50cm από το έδαφος, δίνοντας όλο το περίγραμμα του, ενώ πάνω τους, υπάρχουν υπολείμματα αγιογραφιών. Χρονολογείται στους μεσοβυζαντινούς χρόνους (Κώτσου, 2011. σ. 20-23).

Η είσοδος από το εξωτερικό περιβάλλον, στον πρώτο θάλαμο του σπηλαίου, γίνεται μέσω μιας φυσικής διόδου, διαστάσεων 2m πλάτους και 1,20m ύψους. Αυτή έχει προσανατολισμό Βορειοδυτικά (ο μικρός τοίχος από αργολιθοδομή και η ξύλινη πόρτα που φράσουν την είσοδο του σπηλαίου, είναι σύγχρονη και αυθαίρετη παρέμβαση, ευλαβών πιστών της περιοχής) (Εικόνα 9.10).



(Εικόνα 9.10: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Διάγραμμα του φυσικού ανοίγματος της εισόδου της σπηλιάς της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής, που είχε πλάτος 2μ και ύψος 1,20μ. Φαίνεται ο σύγχρονος τοίχος και η ξύλινη πόρτα που έφραξαν την είσοδο. 2) Ο διάδρομος προσέγγισης της εισόδου της σπηλιάς. 3) Η κόγχη του ιερού του παρεκκλησίου του Αγίου Βλασίου.

Ο πρώτος θάλαμος είναι διαστάσεων 5m μέγιστο μήκος, 2,20m μέγιστο πλάτος και περίπου 3,80m μέγιστο ύψος. Ο πρώτος θάλαμος έχει ομαλό χωμάτινο δάπεδο και δεν έχει κάτι το αξιόλογο να επιδείξει. (Εικόνα 9.11)



(Εικόνα 9.11: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ο πρώτος θάλαμος της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραιφνιο της Βοιωτίας.

Στην Ανατολική πλευρά του πρώτου θαλάμου υπάρχει άλλη μία φυσική δίοδος πλάτους 1,60m και ύψους 0,98m που μέσω αυτής υπάρχει επικοινωνία με το δεύτερο θάλαμο (Εικόνα 9.12).



(Εικόνα 9.12: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η φυσική είσοδος από τον πρώτο θάλαμο στο δεύτερο, της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραιφνιο της Βοιωτίας.

Μέσα στο θάλαμο αυτό βρίσκεται το παρεκκλήσιο της Παναγίας «Ζωοδόχου Πηγής». Το μήκος αυτού του (δεύτερου) θαλάμου από την είσοδο του έως το τέρμα του είναι περίπου 9,85m, το μέγιστο πλάτος είναι 5,24m και το μέγιστο ύψος του είναι 7,20m. Όλος ο χώρος του δευτέρου θαλάμου αποτελεί τη σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας «Ζωοδόχου Πηγής». (Εικόνα 9.13)



(Εικόνα 9.13: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ο δεύτερος θάλαμος με το παρεκκλήσιο, της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακράϊφνιο της Βοιωτίας.

Η απόσταση του τέμπλου έως την Αγία Τράπεζα του ναού, (αυτό βρίσκεται στο τέρμα του ανατολικού τοιχώματος του σπηλαίου) είναι 3,80m και το μέγιστο πλάτος του 2,70m. Το δάπεδο και του δευτέρου θαλάμου είναι χωμάτινο και ομαλό. (Εικόνα 9.14).



(Εικόνα 9.14: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η κόγχη του Ιερού με τη κτιστή Αγία τράπεζα του, της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραιφνιο της Βοιωτίας.

9.1.3. Τα μερικώς διαμορφωμένα ναῦδρια.

Αυτά τα ναῦδρια, τα όρια τους προσδιορίζονται σε ένα συνδυασμό βράχου και κτιστών τοίχων. Έτσι, κάποιες πλευρές αυτών των κτισμάτων αποτελούν μέρος του βράχου της σπηλιάς και

κάποιες άλλες από τοίχους από αργολιθοδομή. Εδώ, μπορεί να συνυπάρχουν είτε κτιστές είτε λαξευμένες στο βράχο Αγία Τράπεζα και πρόθεση, όπως επίσης κτιστό ή ξύλινο τέμπλο. (Δρανδάκης, 2009. σ. 353-361). Αντίστοιχα ναΰδρια έχουν καταγραφεί στα ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων στην Αγία της Λάρισας. Εδώ, εντός ενός σχετικά ευρύχωρου σπηλαιίου, υπάρχουν τρία μικρά ναΰδρια, τα οποία επικοινωνούν μεταξύ τους. Αυτά είναι μονοθάλαμα, επάλληλα και έχουν σχήμα ακανόνιστα ορθογώνιο. Ο πρόσθιος τοίχος που φράζει το στόμιο της σπηλιάς και των παρεκκλησίων, είναι κοινός, έχοντας τρεις ξεχωριστές εισόδους, μία για κάθε ναό. Ο ίδιος, πλαγίως της μεσαίας εισόδου, φέρει δύο τυφλά αψιδώματα και τμήματα αγιογραφιών. (Εικόνα 9.15)



(Εικόνα 9.15: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τα τρία σπηλαιώδη ναΰδρια, στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγία της Λάρισας. α) Η είσοδος του πρώτου ναΰδριου, κατά σειρά μόλις φτάνει ο προσκυνητής (No 1), β) του δεύτερου (No 2) και γ) του τρίτου (No 3). δ) Τα δύο τυφλά αψιδώματα, ε) τα τμήματα των αγιογραφιών

Οι διαστάσεις του καθ' ενός ναΰδριου είναι, του (No 1), 2μ. πλάτος και 6,20μ. βάθος. Του (No.2), 3,60μ.×6,20μ. και του (No.3), 2,20×3,90μ. Και τα τρία παρεκλήσια είναι κατάγραφα με βραχογραφίες και τοιχογραφίες που ανάγονται το 12^ο -13^ο αιώνα. (Εικόνες 9.16, 9.17, 9.18, 9.19) (Νικονάνος, 1997).



(Εικόνα 9.16: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τα τρία σπήλαιο-ασκητήρια παρεκκλήσια στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγία της Λάρισας. Το Νο 1 ναΐδριο, η Αγία Τράπεζα του



(Εικόνα. 9.17: Προσωπικό αρχείο μετά από επιτόπια έρευνα). Τα τρία σπήλαιο-ασκητήρια παρεκκλήσια στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας. Το Νο 2 ναΰδριο, με τη κτιστή Αγία Τράπεζα και την πρόθεση του.

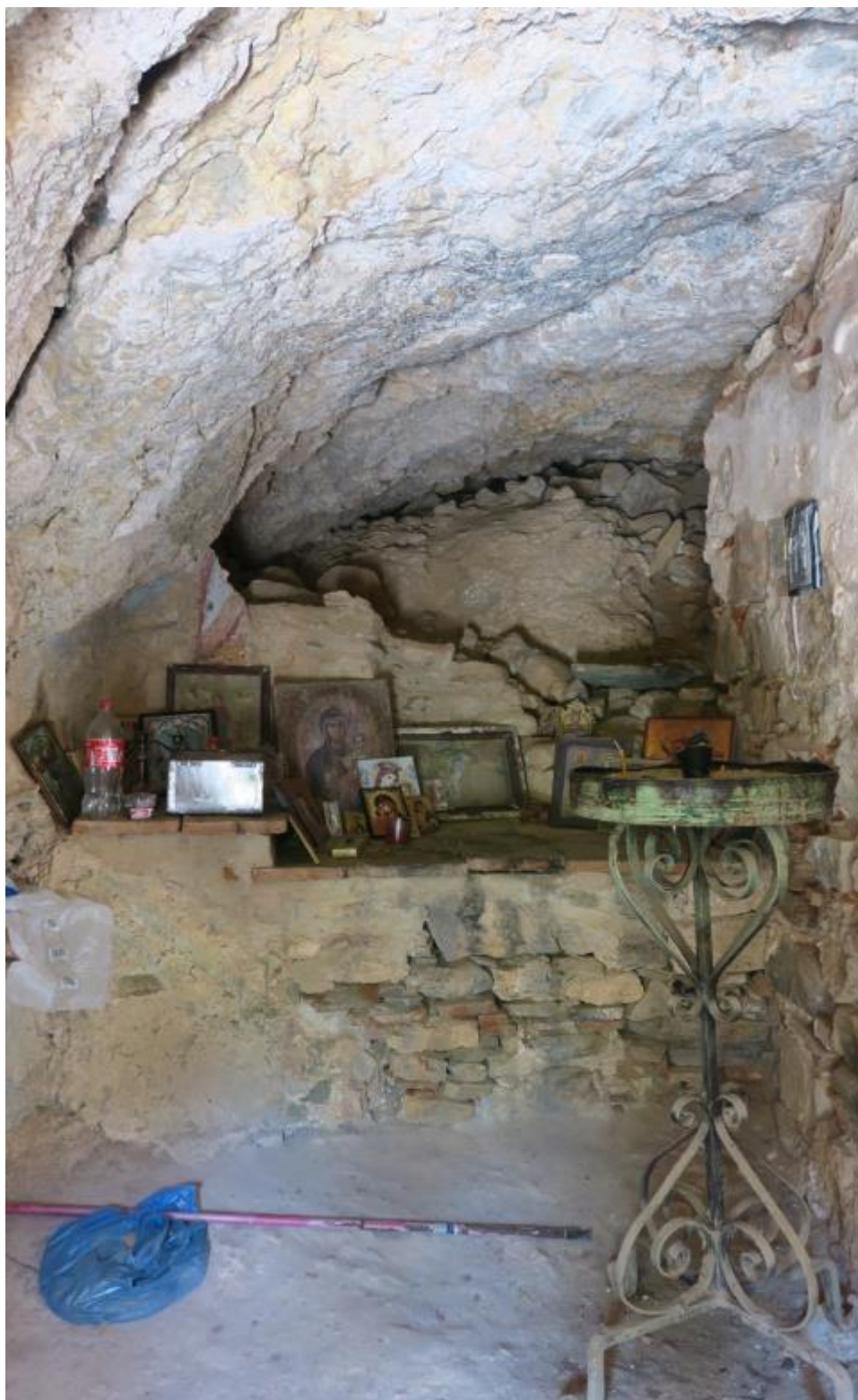


(Εικόνα. 9.18: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τα τρία σπήλαιο-ασκητήρια παρεκκλήσια στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας. Το Νο 2 ναΰδριο.



(Εικόνα. 9.19: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τα τρία σπήλαιο-ασκητήρια παρεκκλήσια στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας. Το Νο 2 ναύδριο.

Αυτά τα παρεκκλήσια είναι κτιστά, εκτός από την οροφή τους και την βόρεια πλευρά του παρεκκλησίου Νο 3, που την αποτελεί ο φυσικός βράχος της σπηλιάς. (Εικόνα. 9.20)



(Εικόνα. 9.20: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τα τρία σπήλαιο-ασκητήρια παρεκκλήσια στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας. Το Νο 3 ναΰδριο και η Αγία Τράπεζα του. Την οροφή και τον βόρειο τοίχο του, την αποτελούν ο βράχος της σπηλιάς.

Και τα τρία ναΰδρια επικοινωνούν μεταξύ τους εσωτερικά, μέσω δύο τοξωτών ανοιγμάτων. (Εικόνα. 9.21).



(Εικόνα. 9.21: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τα τρία σπήλαιο-ασκητήρια παρεκκλήσια στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας. Η εσωτερική επικοινωνία των παρεκκλησίων μέσω δύο τοξωτών ανοιγμάτων.

Εμπρός από τον εξωτερικό τοίχο των ναυδρίων, υπάρχει μικρό πλάτωμα που προέχει από το χείλος της σπηλιάς και φτάνει έως τα όρια του γκρεμού. Πιθανώς, αυτό το πλάτωμα, χρησίμευε ως ελεύθερος χώρος για τη συγκέντρωση των ασκητών, που ασκήτευαν στους γύρω βράχους, για να συμμετάσχουν στην παρακολούθηση της Θείας Λειτουργίας. (Εικόνα. 9.22) (Τσολάκης, 2011).



(Εικόνα. 9.22: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τα τρία σπήλαιο-ασκητήρια παρεκκλήσια στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας. Το μικρό πλάτωμα της σπηλιάς για τη συγκέντρωση των ασκητών έξω από τα τρία ναΰδρια.

9.1.4. Τα πλήρως διαμορφωμένα ναΰδρια.

Αυτά είναι τα ναΰδρια που οριοθετούνται όλες οι πλευρές τους, από κτιστούς τοίχους και η οροφή τους είναι τεχνητά κατασκευασμένη (λίθινη ή ξύλινη). Αντίστοιχο ναΰδριο έχει καταγραφεί, στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου στο χωριό Λουκά της Αρκαδίας. (Εικόνες 9.23, 9.24, 9.25)



(Εικόνα 9.23: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το μικρό ναΰδριο του σπήλαιο-ασκητηρίου του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά της Αρκαδίας.



(Εικόνα 9.24: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το μικρό ναΰδριο του σπήλαιου-ασκητηρίου του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά της Αρκαδίας.



(Εικόνα 9.25: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το μικρό ναΰδριο του σπήλαιου-ασκητηρίου του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά της Αρκαδίας. Η κόγχη του Ιερού.

Ανάλογο ναῦδριο, έχει καταγραφεί, η σπήλαιο-εκκλησία του Αγ. Νικολάου του Νέου (17^{ος} αιώνας). Είναι κατεστραμμένη, στα δε υπολείμματα των τοίχων της, υπάρχουν ωραίες αγιογραφίες (Εικόνα 9.26). (Βαρβαρούσης, 2010. σ. 219).



(Εικόνα 9.26: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Νικολάου του Νέου στο Ακραίφνιο της Βοιωτίας.

9.1.5. Τα διαμορφωμένα καθολικά.

Αυτά αποτελούν της κύριες εκκλησίες των σπηλαιομονάστηρων. Συνήθως, αυτές είναι πιο ευρύχωρες από τα προαναφερθέντα ναΰδρια, το δε αρχιτεκτονικό τους σχέδιο και ο διάκοσμός τους, είναι αρτιότερος. Αντίστοιχο καθολικό έχει καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα, στο σπηλαιομονάστηρο του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στην Ερμιονίδα της Αργολίδος. Αυτός ο σπήλαιο-ναός είναι μονόχωρος, δισυπόστατος και βρίσκεται εντός ενός σπηλαίου, που το χείλος της εισόδου του, καλύπτεται πλήρως από το κτιριακό συγκρότημα της Μονής. Επειδή είναι μονόχωρος και δισυπόστατος, ουσιαστικά, είναι σαν να έχουν συνενωθεί δύο ναοί στον ίδιο χώρο. Επίσης έχουν δύο διαφορετικές υπόσκαφες κόγχες σαν Ιερά και είναι δομημένοι με τούβλα, καλύπτοντας έτσι τον βράχο της σπηλιάς. Ο κύριος ναός (καθολικό) είναι αφιερωμένος στον Άγιο Δημήτριο και δεύτερος στους Αγίους Θεοδώρους. Οι διαστάσεις του καθολικού είναι 3,95μ. πλάτος×4,25μ. βάθος και ύψος 3,50μ. Το βορινό τμήμα του, προεξέχει από το χείλος της σπηλιάς κατά 1, 60μ., ενώ ο δεύτερος ναός, είναι αφιερωμένος στους Αγίους Θεοδώρους. Από το υλικό της δόμησης των, συμπεραίνεται η χρονολογία της πρώτης φάσης της κατασκευής των ναών ανάγονται στο πρώτο ήμισυ του 16^{ου} αιώνα. Οι συγκεκριμένοι ναοί φέρουν τοιχογραφίες. (Εικόνες 9.27, 9.28, 9.29, 9.30) (Ιωαννίδου, 1992).



(Εικόνα 9.27: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Η Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος. Η υπόσκαφη κόγχη του Ιερού του καθολικού της Μονής που είναι αφιερωμένο στον Άγιο Δημήτριο.



(Εικόνα 9.28: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το Καθολικό της Μονής του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.



(Εικόνα 9.29: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Ο τρούλος του Καθολικού της Μονής του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.



(Εικόνα 9.30: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Τμήμα του Καθολικού του Αγίου Δημητρίου με το παρεκκλήσιο των Αγίων Θεοδώρων, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.

9.2. Τέμπλα.

Ο Άγιος Γρηγόριος ο Θεολόγος αναφέρει ότι, το τέμπλο μέσα στον Ιερό Ναό, συμβολίζει το σύνορο μεταξύ του προσωρινού κόσμου που ζούμε, με τον ουράνιο. (Δαρδαμάνη, 2009. σ. 63).

Τα τέμπλα αυτών των σπήλαιο-εκκλησιών συνήθως ήταν: 1) ξύλινα και 2) κτιστά.

9.2.1. Ξύλινα τέμπλα.

Ξύλινο τέμπλο, έχει καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα, στο παρεκκλήσιο του σπηλαιομοναστηρίου του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο της Αρκαδίας. Αυτό είναι ένα μικρό σε διαστάσεις τέμπλο, με τριμερή διάταξη, Ωραία Πύλη με βημόθυρα και θύρα για την Πρόθεση. Η βάση του, αποτελείται από σανιδένιους ταμπλάδες, πάνω δε απ' αυτή, υπάρχουν οι δεσποτικές εικόνες που χωρίζονται μεταξύ τους με διαχωριστικούς κιονίσκους. Πάνω από τις εικόνες, υπάρχει η επίστεψη του τέμπλου και πάνω στην επίστεψη, βρίσκεται ο σταυρός και οι δράκοντες. Το τέμπλο συνολικά, είναι διακοσμημένο με φυτικά θέματα, που θυμίζουν οθωμανικό μπαρόκ. Αυτά τα μοτίβα, χρησιμοποιήθηκαν στην εκκλησιαστική τέχνη, την περίοδο των ύστερων βυζαντινών χρόνων. Η διακόσμηση από τα βημόθυρα και το σταυρό έχει πέσει σχεδόν όλη. (Εικόνα 9.31) (Σιώμκος, 2018. σ. 677-678).



(Εικόνα 9.31: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το ξύλινο τέμπλο του παρεκκλησίου του σπηλαιομονάστηρου του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο της Αρκαδίας.

Στη Μονή Κηπίνας έχει καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα, ένα ωραίο ξυλόγλυπτο τέμπλο, διακοσμημένο με ωραία φυτικά κοσμήματα που είναι επιχρυσωμένα. (Εικόνα 9.32).

Το τέμπλο και οι πολύ ωραίες εικόνες, είναι κατασκευασμένα το 18^ο αιώνα και αποτελούν και τα δύο έργα του Ιωάννη από την Σαγιάδα. (Καραμπερίδη & Κασκάνης, 2008 ; Πηγή: ΙΕΡΑ ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΗ ΑΘΗΝΩΝ).



(Εικόνα 9.32: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το ξύλινο και επιχρυσωμένο τέμπλο (18^{ος} αιώνας), του Ναού του σπηλαιομονάστηρου της Κηπίνας στα Ιωάννινα.

9.2.2. Κτιστά τέμπλα.

Τα κτιστά τέμπλα πρωτοεμφανίστηκαν στους μονόχωρους ναούς, την περίοδο της ύστερης βυζαντινής εποχής, δηλ., από το 13^ο αιώνα και μετά, σε περιοχές όπως το Αιγαίο, την Νότια Ελλάδα, και τη Σερβία. Το παλαιότερο χτιστό τέμπλο στην Ελλάδα, έχει εντοπιστεί στο ναό του Αρχαγγέλου Μιχαήλ (1278 μ.Χ.) στο χωριό Πολεμίτα της Μάνης. Η αιτία ή οι αιτίες της εμφάνισης του κτιστού τέμπλου στους ναούς δεν είναι απολύτως εξακριβωμένη. Πιθανώς να σχετίζεται με τη στόχευση να δοθεί στο ποίμνιο η αίσθηση, ότι η Θεία Λειτουργία έχει ένα μυστικό χαρακτήρα. Συνεπώς εντός του ναού πρέπει να υπάρχει η διάκριση μεταξύ του ιερού και του κοσμικού. (Μαΐλης, 2015).

Το κτιστό τέμπλο της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραίφνιο της Βοιωτίας, που έχει καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα, έχει μόνο Ωραία Πύλη. Το πλάτος του τέμπλου είναι 3,36m, ενώ το πλάτος της ωραίας πύλης, είναι 0,65m και το ύψος της είναι 1,56m. Το τέμπλο είναι κτισμένο πάνω στο νοτιοανατολικό τοίχωμα του θαλάμου και η βορειοανατολική του πλευρά είναι ελεύθερη (πιθανώς λόγω εσκεμμένης καταστροφής του) και απέχει από το άλλο τοίχωμα του θαλάμου περίπου 1,89m. (Εικόνα 9.33).



(Εικόνα 9.33: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το κτιστό τέμπλο της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραίφνιο της Βοιωτίας.

Επίσης, το κτιστό τέμπλο του παρεκκλησίου των Αγίων Θεοδώρων της Μονής Αγίου Δημητρίου Αυγού στην Αργολίδα, που έχει καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα, διαθέτει μόνο Ωραία Πύλη και πέριξ αυτής δύο τυφλά αψιδώματα με ενσωματωμένες τοιχογραφίες. (Εικόνα 9.34).



(Εικόνα 9.34: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το κτιστό τέμπλο του παρεκκλησίου των Αγίων Θεοδώρων στο σπηλαιομονάστηρο του Αγίου Δημητρίου Αυγού στην Αργολίδα. Φαίνονται, η Ωραία Πύλη και τα δύο τυφλά αψιδώματα με τις ενσωματωμένες αγιογραφίες.

Τέλος, έχει καταγραφεί, κτιστό τέμπλο και στο παρεκκλήσιο της Παναγίας (Κατάθεσης της Τιμίας Ζώνης) της Μονής του Ασκητή στο Γούμερο της Ηλείας, (Εικόνα 9.35)



(Εικόνα 9.35: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Η Μονή του Ασκητή, ο πρώτος θάλαμος του σπηλαίου που αποτελεί τη σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας (Κατάθεση της Τιμίας Ζώνης). Το κτιστό τέμπλο του παρεκκλησίου (σκεπασμένο).

9.3. Τοιχογραφίες.

9.3.1. Οι τοιχογραφίες στο σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης στη Μονή Ιερουσαλήμ στην Δαύλεια της Βοιωτίας.

Το κτιστό τέμπλο του ναυδρίου αυτού, που έχει καταγραφεί, είναι κατάγραφο από πολύ ωραίες αγιογραφίες, που χρονολογούνται από το 17^ο αιώνα και η τεχνοτροπία τους είναι της Κρητικής Σχολής. Ο Χριστός εικονίζεται με τον τύπο του βυζαντινού Παντοκράτορα, ενώ η Παναγία εικονίζεται ως βρεφοκρατούσα (Εικόνες 9.36, 9.37) (Ιερωνύμου, 2005 σ. 375-376).



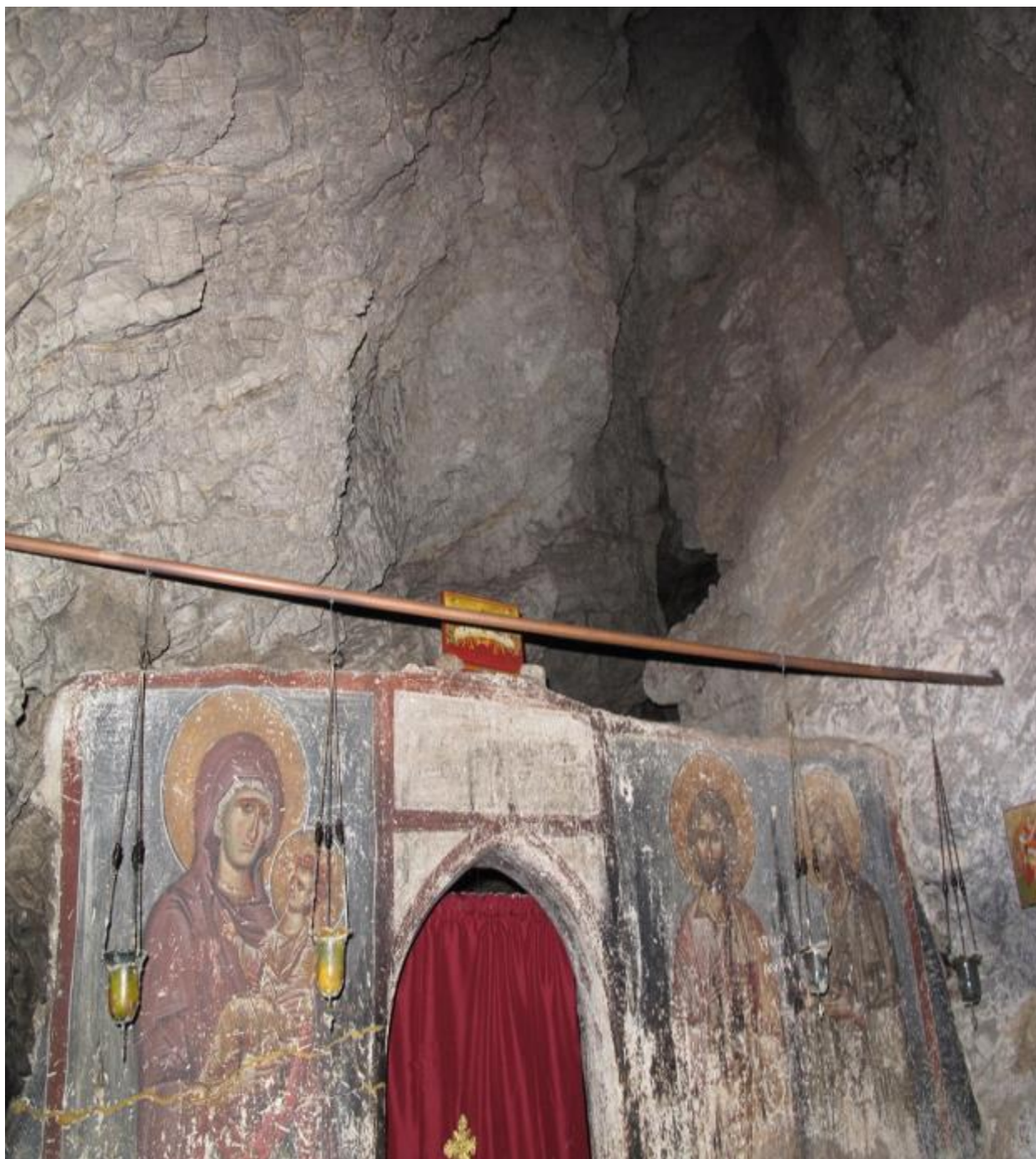
(Εικόνα 9.36: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης στη Μονή Ιερουσαλήμ στην Δαύλεια της Βοιωτίας. Η εικόνα του Χριστού στο τέμπλο.



(Εικόνα 9.37: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης στη Μονή Ιερουσαλήμ στην Δαύλεια της Βοιωτίας. Η εικόνα της Παναγίας της βρεφοκρατούσης στο τέμπλο.

9.3.2. Οι τοιχογραφίες της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραιφνίο της Βοιωτίας.

Οι τοιχογραφίες αυτές, που έχουν καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα, βρίσκονται στο κτιστό τέμπλο είναι αμφίπλευρα τοποθετημένες. Στην εμπρόσθια επιφάνεια του, υπάρχει η Παναγία η «βρεφοκρατούσα», ο Χριστός και ο Αγ. Ιωάννης ο Πρόδρομος (Εικόνα 9.38). Στο πίσω μέρος του τέμπλου υπάρχουν οι αγίες, Ειρήνη (Εικόνα 9.39) και Παρασκευή (Εικόνα 9.40). Επίσης πάνω από την Αγία Τράπεζα υπάρχει η Παναγία η «Πλατυτέρα» και ο Χριστός με τη μορφή της «Άκρας Ταπείνωσης» (Εικόνα 9.41). Τέλος υπάρχουν και οι μορφές του πρωτομάρτυρα Στεφάνου και του Αγ. Ιγνατίου του Θεοφόρου.



(Εικόνα 9.38: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η εικόνες της Παναγίας της βρεφοκρατούσης, του Χριστού και του Προδρόμου, στην πρόσθια πλευρά του κτιστού τέμπλου, της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραίφνιο της Βοιωτίας.



(Εικόνα 9.39: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η εικόνα της Αγίας Ειρήνης στην πίσω πλευρά του κτιστού τέμπλου, της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραιφνιο της Βοιωτίας.



(Εικόνα 9.38: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η εικόνα της Αγίας Παρασκευής, στην πίσω πλευρά του κτιστού τέμπλου, της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακράϊφνιο της Βοιωτίας.



(Εικόνα 9.41: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η εικόνα του Αγίου Στεφάνου στη κόγχη του Ιερού, της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραιφνιο της Βοιωτίας.

Οι αιοιογραιοφίες είναι του 13^{ου} μ.Χ., αιώνα και αυτό φαίνεται από επιγραφή που υπάρχει στην πρόσοψη του τέμπλου. Αυτές είναι εξαιρετικής τέχνης, θυμίζοντας αντίστοιχες που υπάρχουν στο Πρωτάτο του Αγίου Όρους. (Ιερωνύμου, 2005 σ. 430-432).

9.3.3. Οι τοιογραιοφίες του ασηηταριού της Μικρής Αναλήψεως, στους Ψαράδες της Μεγάλης Πρέσπας στην Φλώρινα.

Οι τοιογραιοφίες αυτές, έχουν καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα, βρίσκονται μέσα στη κόγχη του ιερού και παρουσιάζουν: την Παναγία την Βλακερνίτισσα, το Μελισμό και τους ιεράρχες, τον Άγιο Ιωάννη τον Χρυσόστομο και τον Μέγα Βασίλειο. Στο πέταλο πάνω από τη κόγχη υπάρχει η Πεντηκοστή και στη καμάρα πάνω από το ιερό η Ανάληψη (Εικόνα 9.42).

Οι τοιογραιοφίες αυτές είναι έργα του 15^{ου} αιώνα. (Μουτσόπουλος, 2003. σ. 93-94 ; Enyeniδου, et. al., 1991. pp. 62-65).



(Εικόνα 9.42: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Πρέσπες, Ψαράδες. Το ασκητήριο της Μικρής Αναλήψεως. Οι τοιχογραφίες που βρίσκονται μέσα στη κόγχη του ιερού.

9.3.4. Οι τοιχογραφίες του μικρού παρεκκλησίου της Αναλήψεως, στη Μονή του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο.

Οι τοιχογραφίες αυτές έχουν καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα και είναι λαϊκής τεχνοτροπίας (Εικόνα 9.43). Αυτές, ανάγονται στο 18^ο αιώνα και ακολουθούν την τεχνοτροπία της κρητικής σχολής. (Σιώμκος, 2018. σ. 680-681).



(Εικόνα 9.43: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Μονή Αγίου Νικολάου Βαλτετσινίκο Αρκαδίας. Η απεικόνιση των Αγίων Αναργύρων Κοσμά και Δαμιανού σε μετάλλια στο παρεκκλήσιο της Αναλήψεως.

9.4. Βραχογραφίες.

Υπάρχουν δύο ειδών βραχογραφίες: α) αυτές που έχουν κατασκευασθεί σε εξωτερικό περιβάλλον και είναι εκτεθειμένες στα φυσικά φαινόμενα. β) Αυτές που βρίσκονται εντός προστατευμένων από τα φυσικά φαινόμενα χώρων.

9.4.1. Βραχογραφίες σε εξωτερικό περιβάλλον.

Τέτοιου είδους βραχογραφία έχει καταγραφεί κοντά στο χωριό Ψαράδες της Μεγάλης Πρέσπας στην Φλώρινα και αναπαριστά την Παναγία τη Βλαχερνίτισσα. Η βραχογραφία αυτή βρίσκεται λίγο έξω από το συγκεκριμένο χωριό, σε ένα κάθετο βράχο. Πιθανώς, το σημείο που βρίσκεται η εικόνα, παλαιότερα να αποτελούσε κάποιο λατρευτικό χώρο. Στη συγκεκριμένη εικόνα, η

Παναγία απεικονίζεται σε στάση δέησης, με σοβαρό πρόσωπο, έχει στο στήθος της το Χριστό σε προτομή, φέρει πορφυρό μαφόριο και έχει δύο επιγραφές. (Εικόνα 9.44).

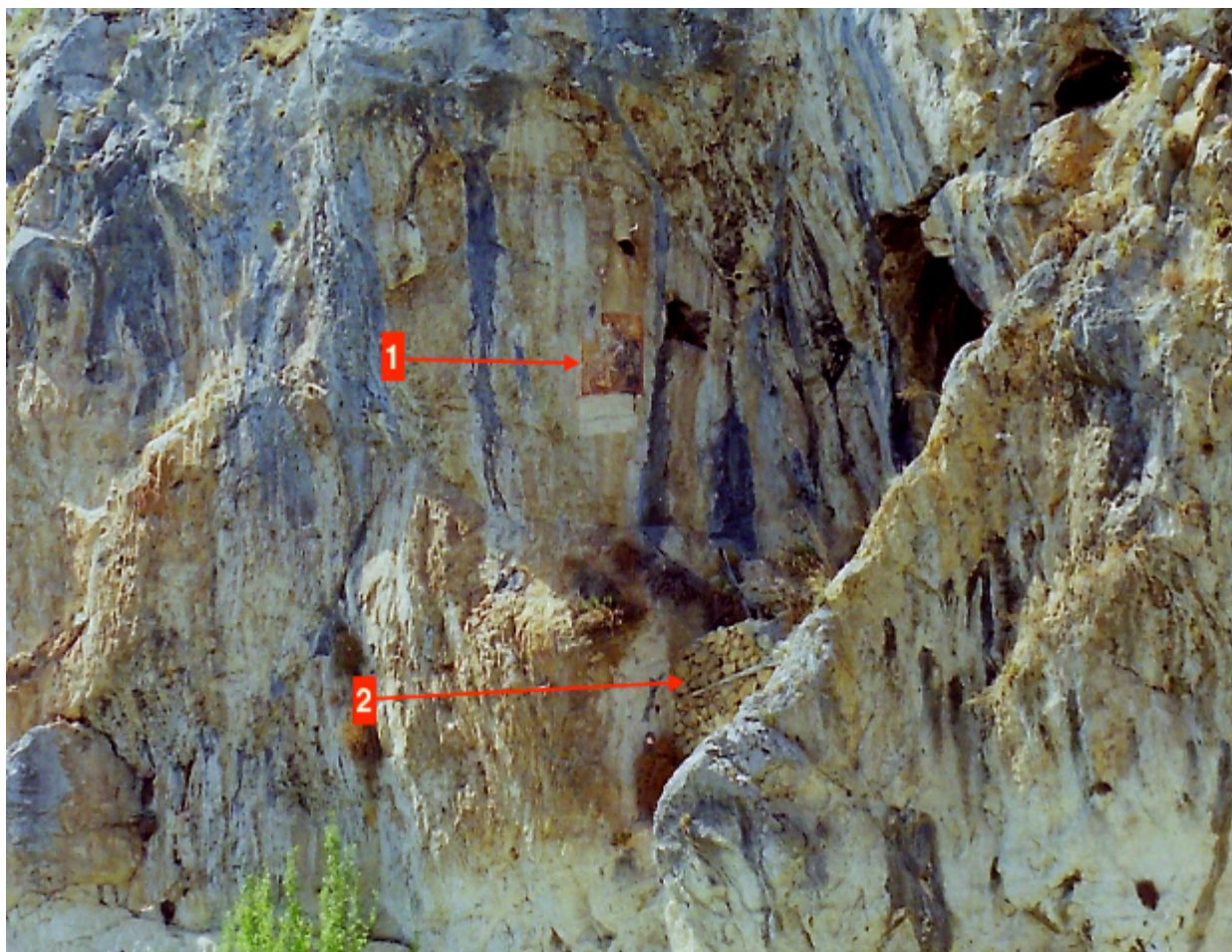
Από τις δύο επιγραφές, η μία αναφέρει την ονομασία της εικόνας «Μήτηρ Θεού, η Μεγάλη Παναγία». Η δεύτερη επιγραφή βρίσκεται στο πάνω μέρος της κόγχης της εικόνας και αναφέρει το έτος που έγινε η ανακαίνιση 6960 (από κτίσεως του κόσμου) και το ζευγάρι που την έκανε. Μετά από υπολογισμό των ερευνητών, η συγκεκριμένη χρονολογία είναι αντίστοιχη των ετών 1452-56, ή του 1399 μ.Χ. (Μουτσόπουλος, 2003. σ. 87-89 ; Evgenidou, et. al. 1991. pp. 50-53).



(Εικόνα 9.44: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Μεγάλη Πρέσπα. Η βραχογραφία της Παναγίας της Βλαχερνίτισσας. (1450 μ.Χ.)

Επίσης, έχει καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα, και μια άλλη βραχογραφία που βρίσκεται 300μ., μακρύτερα από αυτή της Παναγίας της Βλαχερνίτισσας, και ονομάζεται Παναγία η Πάντων Χαρά, είναι δε καλά διατηρημένη. Κάτω ακριβώς από αυτή τη βραχογραφία, υπάρχει υπόλειμμα τοίχου, πιθανώς κάποιου ασκητηρίου (Εικόνα 9.45).

Σύμφωνα με την αφιερωματική της επιγραφή, χρονολογείται το 1372μ.Χ. Η Παναγία σ' αυτή τη βραχογραφία απεικονίζεται ως δεξιοκράτουσα. (Μουτσόπουλος, 2003. σ. 89-90 ; Evgenidou, et. al. 1991. pp. 50-53).



(Εικόνα 9.45: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Μεγάλη Πρέσπα, 1) η βραχογραφία της Παναγίας η Πάντων Χαρά (1372 μ.Χ.), 2) τοίχος κατεστραμμένου ασκητηρίου.

9.4.2. Βραχογραφίες σε εσωτερικό περιβάλλον.

Τέτοιες βραχογραφίες έχουν καταγραφεί μετά από επιτόπια έρευνα, στη σπήλαιο-εκκλησία της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού στην Αργολίδα. Εντός του δευτέρου θαλάμου που αποτελεί το ιερό, υπάρχουν τρεις ολόσωμες βραχογραφίες (Εικόνες 9.46, 9.47) Αυτές δε ανάγονται το 11^ο -12^ο αιώνα. (Ιωαννίδου, 1992. σ. 101)



(Εικόνα 9.46: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στην Αργολίδα. Μία από τις τρεις ολόσωμες βραχογραφίες της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος.



(Εικόνα 9.47: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Μονή Αγίου Δημητρίου Αυγού στην Αργολίδα. Οι άλλες δύο από τις τρεις ολόσωμες βραχογραφίες της σπήλαιο-εκκλησίας της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος.

Στα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας και συγκεκριμένα στο μεσαίο από τα τρία επάλληλα ναΰδρια, καταγράφηκε μετά από επιτόπια έρευνα βραχογραφία στο θόλο της οροφής του. Σ' αυτή τη βραχογραφία, αναπαριστάται ο

Εσταυρωμένος Χριστός, πλαισιωμένος από τις μορφές της Παναγίας, του Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου και των μυροφόρων γυναικών (Εικόνα 9.48).

Οι εκφράσεις όλων αυτών των προσώπων, όπως και η στάση των σωμάτων των, απεικονίζουν τον πόνο που τους διακατέχει. Οι βραχογραφίες αυτές μαζί με τις υπόλοιπες του θόλου της οροφής του παρεκκλησίου, χρονολογούνται προς το τέλος του 12^{ου} αιώνας. (Τσολάκης, 2011. σ. 45-53).



(Εικόνα 9.48: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Η βραχογραφία της Σταύρωσης στο θόλο του κεντρικού παρεκκλησίου στη Μονή των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας.

9.5. Επιγραφές.

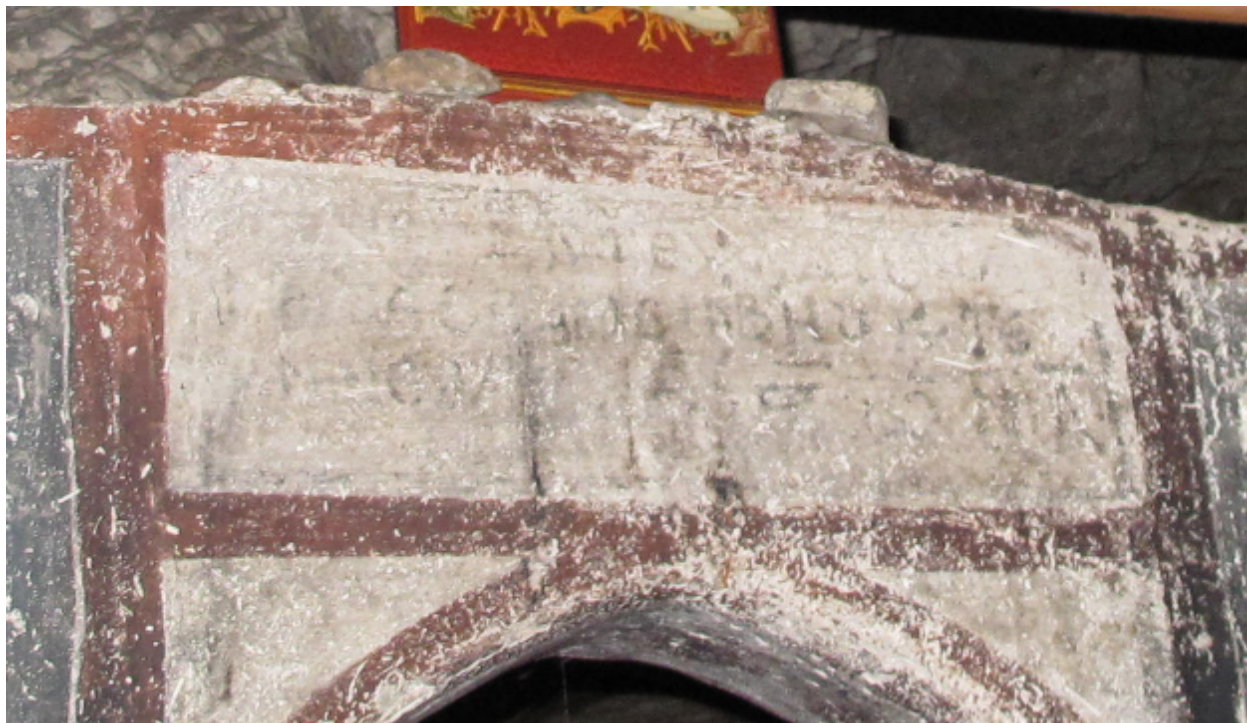
Η επιγραφολογία είναι ένας σημαντικός κλάδος της αρχαιολογίας, που ασχολείται με τις επιγραφές. Η μελέτη των επιγραφών, πολλές φορές είναι σημαντικότερη για την σωστή καταγραφή της ιστορίας της ανθρώπινης παρουσίας και δραστηριότητας σε ένα χώρο ή ένα τόπο. (Ρουσόπουλος, 2010. σ. 92). Για πρακτικούς λόγους οι επιγραφές μπορούν να χωριστούν: α) στις παλαιές και β) του πρόσφατου παρελθόντος.

9.5.1. Παλαιές επιγραφές.

Η μακραίωνη παρουσία των ανθρώπων στις σπήλαιο-εκκλησίες και τα σπήλαιο-ασκητήρια μέχρι σήμερα, έχει αφήσει πολλές επιγραφές με διαφορετική θεματολογία, όπως π.χ., αυτές των κτητορικών, των δωρητών, των επισκευαστών κλπ.

Έτσι, μετά από επιτόπια έρευνα στη σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακράϊφνιο της Βοιωτίας, καταγράφηκε στο κτιστό της τέμπλο, πάνω από την Ωραία Πύλη μία επιγραφή. (Εικόνα

9.49). Αυτή αναφέρει «ΔΕΗΣΙΣ ΔΟΥΛΟΥ ΑΝΔΡΕΟΥ ΙΕΡΕΩΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΣΥΜΒΙΟΥ ΚΑΙ ΤΕΚΝΩΝ ΕΝ ΕΤΕΙ 6841» Το έτος αυτό προσμετράτε εκκλησιαστικά από κτίσεως κόσμου και αντιστοιχεί με το έτος 1333 μ.Χ. (Ιερωνύμου, 2005 σ. 430-432).



(Εικόνα 9.49: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η επιγραφή του δωρητή των τοιχογραφιών του κτιστού τέμπλου, της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακράϊφνιο της Βοιωτίας.

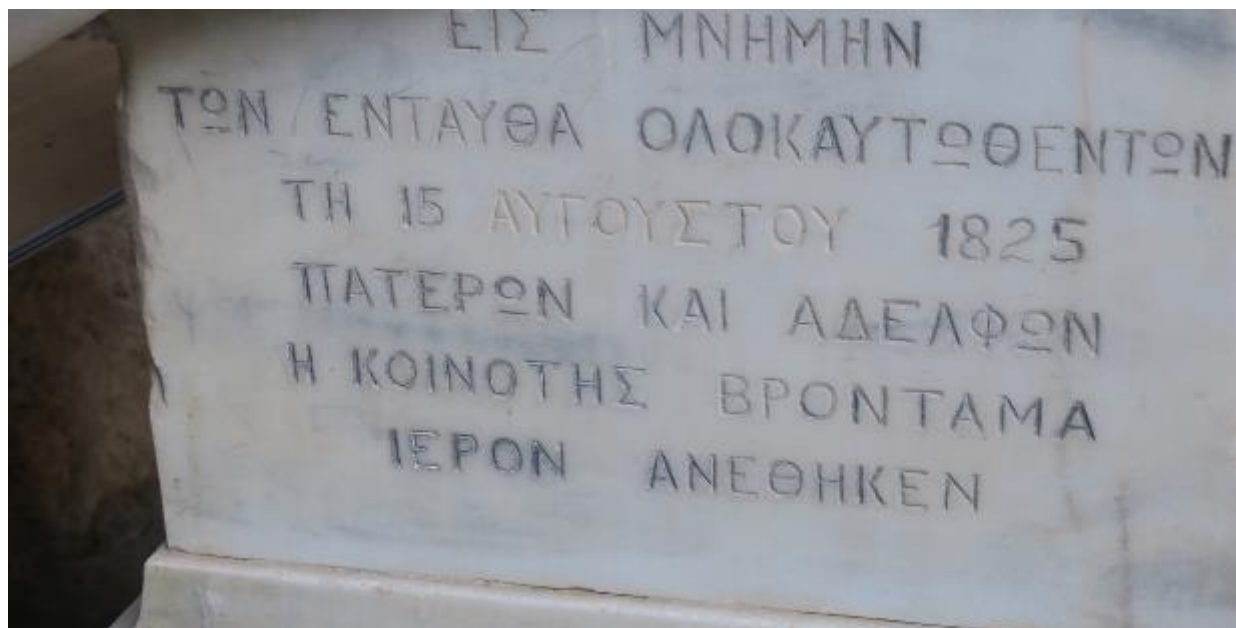
Επίσης στο ασκητήριο του Αγίου Νικάνορα στη Ζάβορδα των Γρεβενών υπάρχουν διάφορες κτητορικές επιγραφές επάνω στις τοιχογραφίες του ναού. (Σούμποτις, & Ιουστίνος Ιερομόναχος, 2017. σ. 135-137).

9.5.2. Νέες επιγραφές.

Οι επιγραφές του πρόσφατου παρελθόντος, υπενθυμίζουν στους σύγχρονους επισκέπτες-προσκυνητές των σπήλαιο-εκκλησιών ή των σπήλαιο-ασκητηρίων, είτε για κάποια ιστορικά γεγονότα που συνέβησαν σ' αυτούς τους χώρους, είτε για κάποιες ανακαινίσεις, ή κατασκευές, ή και επισκευές που συνέβησαν πρόσφατα. (Βλαχοστέργιος, 2009. σ. 66).

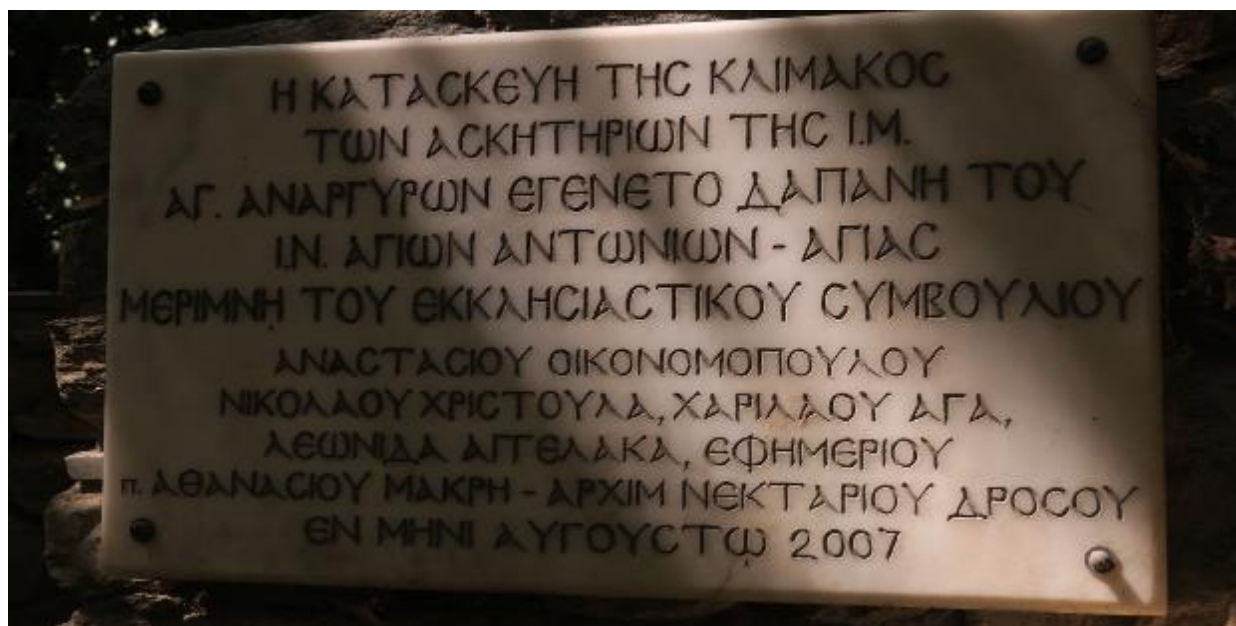
Έτσι στο σπήλαιο-ασκητήριο του Παλαιομονάστηρου στο Βρονταμάδο της Λακωνίας καταγράφηκε μία νέα επιγραφή, που υπενθυμίζει στους νεότερους και στους επισκέπτες-

προσκυνητές, τη θυσία των κατοίκων του Βρονταμά από τους Οθωμανούς κατακτητές, στις 15 Αυγούστου του 1825. (Εικόνα 9.50)



(Εικόνα 9.50: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η νέα επιγραφή που υπενθυμίζει τη σφαγή των κατοίκων του Βρονταμάδο της Λακωνίας το 1825, στο Παλαιομονάστηρο.

Επίσης στα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων, καταγράφηκε η επιγραφή που υπενθυμίζει, ότι η κατασκευή της νέας κλίμακας για την πρόσβαση των προσκυνητών στα συγκεκριμένα σπήλαιο-ασκητήρια, έγινε με δαπάνη της τοπικής ενορίας και του εκκλησιαστικού συμβουλίου του Ιερού Ναού της περιοχής. (Εικόνα 9.51)



(Εικόνα 9.51: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η νέα επιγραφή των δωρητών της κατασκευής της νέας κλίμακας των Ασκητηρίων της Μονής των Αγίων Αναργύρων, στην Αγιά της Λάρισας.

Τέλος καταγράφηκε η νέα κτητορική επιγραφή των δωρητών της δημιουργίας των νέων εγκαταστάσεων, στο ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου, με την ονομασία Παναγία Βλαχέρνα, που βρίσκεται στην Βλαχέρνα της Αρκαδίας. (Εικόνα 9.52).



(Εικόνα 9.52: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η κτητορική επιγραφή των δωρητών της δημιουργίας των νέων εγκαταστάσεων, στο ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου, με την ονομασία Παναγία Βλαχέρνα, στην Βλαχέρνα της Αρκαδίας.

9.6. Ακιδογραφήματα.

Ιστορικά στοιχεία για τις σπήλαιο-εκκλησίες και τα σπήλαιο-ασκητήρια εκτός από τις επιγραφές, αντλούμε και από τα ακιδογραφήματα. Με τα ακιδογραφήματα, αντλούμε συνήθως ιστορικά δεδομένα για τους απλούς (ανώνυμους) προσκυνητές, που επισκέφθηκαν αυτούς τους ιερούς αυτούς χώρους. Αυτοί, άφησαν ανεξίτηλο στο χρόνο το όνομα τους, τον λόγο ή και την ημερομηνία της επίσκεψης στους σ' αυτούς τους χώρους, ή τον τόπο καταγωγής τους, κλπ. Αυτό έγινε, χαράζοντας τα προαναφερθέντα στοιχεία, επάνω στους βράχους ή τις τοιχογραφίες των ασκητηρίων ή των σπήλαιο-εκκλησιών. (Σούμποτιτς & Ιουστίνος Ιερομόναχος, 2017. σ. 131-137).

Στο ασκητήριο του Αγίου Νικάνορα στη Ζάβορδα των Γρεβενών υπάρχει κτητορική επιγραφή επάνω στο βράχο, όπως επίσης υπάρχουν περίπου εκατό ακιδογραφήματα επισκεπτών από το 16^ο αιώνα μέχρι σήμερα, χαραγμένες είτε στο βράχο, είτε επάνω στις τοιχογραφίες. (Σούμποτιτς & Ιουστίνος Ιερομόναχος, 2017. σ. 131-137).

Μέσα στο ιερό σπήλαιο του Μελιδονίου, που βρίσκεται έξω από το Ρέθυμνο της Κρήτης, υπάρχει ένα ιδιαίτερο αρχαιολογικό ίχνος. Αυτό είναι, οι 2000 εγχάρακτες επιγραφές των προσκυνητών του σπηλαίου. Αυτές, ανάγονται από το 1^ο αιώνα π.Χ., και φτάνουν μέχρι τις μέρες μας. (Γαβριλάκη, 2018. σ. 174-250).

Στη σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραιφνίο της Βοιωτίας, σε ένα ακιδογράφημα αναγράφεται «ΠΑΠΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΠΟ ΜΑΥΡΟΜΑΤΙ ΤΗ 31 ΜΑΡΤΙΟΥ 1839 ΤΗΣ ΖΩΟΔΟΧΟΥ ΠΗΓΗΣ ΕΛΕΙΤΟΥΡΓΗΣΑ». (Ιερωνύμου, 2005 σ. 430-432). Επίσης στην ίδια σπήλαιο-εκκλησία καταγράφηκε ένα άλλο νεότερο ακιδογράφημα, και βρίσκεται επάνω στη τοιχογραφία του Χριστού που βρίσκεται πάνω στο κτιστό τέμπλο. (Εικόνα 9.53)



(Εικόνα 9.53: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ακιδογράφημα επάνω στην εικόνα του Χριστού που βρίσκεται στο κτιστό τέμπλο της σπήλαιο-εκκλησίας της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραιφνιο της Βοιωτίας.

9.7. Αρκοσόλια.

Μέσα σ' αυτές τις σπήλαιο-εκκλησίες πολλές φορές, θάβονταν είτε οι κήτορες των ασκητηρίων είτε κάποιοι ασκητές. (Ιωακείμ, 2018).

Έτσι και στο σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου στην Βλαχέρνα της Αρκαδίας, ο κήτορας του ασκητηρίου ο όσιος Λεόντιος, ήταν θαμμένος εντός της σπήλαιο-εκκλησίας του ασκητηρίου του. (Γεωργιτσογιάννη, 2008). Αυτό δε καταγράφηκε στο συγκεκριμένο σπήλαιο-ασκητήριο. (Εικόνα 9.54)



(Εικόνα 9.54: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ο τάφος του Οσίου Λεοντίου εντός της σπήλαιο-εκκλησίας του ασκητηρίου του Οσίου Λεοντίου στην Βλαχέρνα της Αρκαδίας.

Στα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων στην Αγία της Λάρισας, το μικρότερο απ' αυτά, αποτελείται από δύο χώρους. Το σχήμα του πρώτου χώρου μοιάζει με ακανόνιστο τετράπλευρο, έχοντας περίπου 1,80μ. πλάτος και 2,60μ. περίπου μήκος. Αυτό το κτίσμα έχει και τους τέσσερις τοίχους του λιθόκτιστους. Ο δυτικός τοίχος, έχει ένα τοξωτό άνοιγμα που συνδέει τον πρώτο χώρο με έναν δεύτερο μικρότερο, που έχει πλάτος 0,70μ και μήκος 1,85μ. Το δάπεδο αυτού του χώρου είναι χωμάτινο και έχει ένα βαθούλωμα 0,45μ. Πιθανώς σ' αυτό το χώρο να γίνονταν οι ταφές των ασκητών που έζησαν στο συγκεκριμένο ασκητήριο. (Εικόνα 9.55) (Τσολάκης, 2011. σ. 33-64). Αυτό δε καταγράφηκε μετά από επιτόπια έρευνα στο συγκεκριμένο σπήλαιο-ασκητήριο (Εικόνα 9.55).



(Εικόνα 9.55: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ο τάφος στο μικρό σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής των Αγίων Αναργύρων στην Αγιά της Λάρισας.

9.8. Οστεοφυλάκια.

Στη σπήλαιο-εκκλησία της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος καταγράφηκε ότι υπάρχει οστεοφυλάκιο. Η θέση του βρίσκεται, λίγο αριστερότερα της Αγίας Τραπέζης και στο ύψος του δαπέδου του δευτέρου θαλάμου. Εκεί υπάρχει ένα ακόμη μικρό υπόσκαφο έγκυλο, που περιέχει ανθρώπινα οστά. Προφανώς αυτό θα αποτελούσε το οστεοφυλάκιο των ασκητών. (Εικόνα 9.56)



(Εικόνα 9.56: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα). Το μικρό υπόσκαφο έγκυλο αριστερότερα της Αγίας Τραπέζης που βρίσκεται στο ύψος του δαπέδου του δεύτερου θαλάμου και χρησιμοποιούταν σαν οστεοφυλάκιο, στη σπήλαιο-εκκλησία της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στη Μονή του Αγίου Δημητρίου Αυγού, στα Δίδυμα της Αργολίδος.

9.9. Σπηλαιοδιάκοσμος.

Ο φυσικός διάκοσμος των σπηλαίων, δημιουργούσε και δημιουργεί το θαυμασμό των ανθρώπων διαχρονικά. Τα φυσικά αντικείμενα της διακόσμησης αυτής, χωρίζονται σε δύο κατηγορίες: α) σε αυτά που δημιουργούνται εξαιτίας της σταγονορροής και β) σε αυτά που δημιουργούνται εξαιτίας της ροής του νερού.

9.9.1. Ο διάκοσμος που σχηματίζεται από σταγονορροή.

Αυτός είναι τριών ειδών: 1) σ' αυτόν που κρέμεται από την οροφή του σπηλαίου και έχει τη μορφή είτε των σταλακτιτών είτε των κουρτίνων και 2) σ' αυτόν που σχηματίζεται στο δάπεδο της σπηλιάς και έχουν τη μορφή των σταλακτιτών. (Ρεϊζοπούλου, 2013. σ. 67-69). 3) Ένας άλλος σχηματισμός, είναι αυτός με τη μορφή των κολόνων. Αυτός είναι το αποτέλεσμα της συνένωσης ενός σταλαγμίτη με έναν σταλακτίτη (Αλεξούλη-Λειβαδίτη, 2008. σ 91).

9.9.2. Ο διάκοσμος που σχηματίζεται από τη ροή του νερού.

Αυτού του είδους ο διάκοσμος, παίρνει τη μορφή είτε των GOURS (Λιθωματικές λεκάνες), είτε των «καταρρακτών», είτε του «επίπαγου» (Γιαννόπουλος, 2000. σ. 68-69). Αυτός ο φυσικός διάκοσμος των σπηλαίων, απαντάται και σε κάποιες σπήλαιο-εκκλησίες και σπήλαιο-ασκητήρια.

Έτσι στη σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Αναργύρων στο δρόμο Θουρίας – Πολιανής στην Μεσσηνία καταγράφηκε μία κολώνα λίγο μετά την είσοδο του σπηλαίου. (Εικόνα 9.57)



(Εικόνα 9.57: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Αναργύρων Μεσσηνία. Δημιουργία κολώνας μετά τη συνένωση σταλακτίτη με σταλαγμίτη.

Στο σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Συκιά της Φωκίδας, καταγράφηκαν, μία μικρή λίμνη πίσω από το ιερό της σπήλαιο-εκκλησίας (Εικόνα 9.58), ενώ στο βάθος του σπηλαίου, πίσω από την κόγχη του ιερού, υπάρχουν σχηματισμοί Λιθωματικών λεκάνων (GOURS). Η προσέγγιση του σημείου αυτού, γίνεται μέσω μιας μεταλλικής γέφυρας. (Εικόνα 9.59).



(Εικόνα 9.58: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Σπήλαιο-ασκητήριο Αγίας Ιερουσαλήμ στη Συκιά της Φωκίδας. Η μικρή λίμνη και η μεταλλική γέφυρα για την διέλευση των προσκυνητών, με κατεύθυνση το εσωτερικό του σπηλαίου και τις Λιθωματικές λεκάνες (GOURS).



(Εικόνα 9.59: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Οι Λιθωματικές λεκάνες (GOURS) στο σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στη Συκιά Φωκίδας.

ΚΕΦ.10: Η ζωή στα σπήλαιο-ασκητήρια μέσα από τα κείμενα των βιογράφων.

Η ζωή των ασκητών στα ασκητήρια τους, σε γενικές γραμμές μας είναι άγνωστη, λόγω της απομόνωσης τους από τους υπόλοιπους ανθρώπους. Γνωρίζουμε όμως κάποια κομμάτια της ζωής των, είτε από κείμενα που έχουν συντάξει κάποιοι απ' αυτούς είτε από τους βιογράφους των. Συνήθως οι βιογράφοι των, ανήκαν στο στενό κύκλο των συνοδών αυτών των ασκητών και ασχολήθηκαν με τη καταγραφή των πνευματικών αγώνων και κατορθωμάτων των Οσίων Ασκητών και λιγότερο με τα προβλήματα και αγώνα που έκαναν οι ασκητές για την επιβίωση τους ως άνθρωποι. Η παρούσα εργασία (χωρίς να υποτιμά τον πνευματικό αγώνα των Οσίων Ασκητών της Εκκλησίας μας), ασχολείται και καταγράφει στο παρών κεφάλαιο, για τις ανάγκες της παρούσας εργασίας, από τους βίους των Οσίων Ασκητών, τα προβλήματα που αντιμετώπισαν για τη διαβίωση τους.

10.1. Οι βίοι των οσίων Ασκητών.

Οι πληροφορίες που διαθέτουμε γι' αυτή την κατηγορία των μοναχών είναι λίγες, γιατί αυτοί συνειδητά προσπαθούσαν να ζουν στην αφάνεια και την απομόνωση από τους άλλους ανθρώπους. Μετά από μία σταχυολόγηση διαφόρων βίων ασκητών, παρατίθενται κάποιοι απ' αυτούς, που αναφέρονται στον καθημερινό τρόπο ζωής τους και τις δυσκολίες που αντιμετώπιζαν. Αυτοί οι βίοι είναι:

- α) Του Οσίου Ευθυμίου του Νέου
- β) Του Οσίου Πέτρου του Αθωνίτου
- γ) Του Οσίου Νικήτα του Θηβαίου
- δ) Του Οσίου Αθανασίου του Μετεωρίτου
- ε) Του Οσίου Λεοντίου του Μονεμβασιώτου
- στ) Του Οσίου Ιωάννη του Ερημίτου
- ζ) Του Οσίου Λεοντίου του Στεμνιτσιώτου
- η) Του Οσίου Ιωσήφ του Ησυχαστού

Οι όσιοι, Ευθύμιος ο Νέος, Πέτρος ο Αθωνίτης και Νικήτας ο Θηβαίος έζησαν μεταξύ 8^{ου} και 11^{ου} αιώνα. Οι όσιοι, Αθανάσιος ο Μετεωρίτης και Λεόντιος ο Μονεμβασιώτης, έζησαν μεταξύ του 14^{ου} και 15^{ου} αιώνα. Οι όσιοι, Ιωάννης ο Ερημίτης και Λεόντιος ο Στεμνιτσιώτης μεταξύ 17^{ου} και 18^{ου} αιώνα και τέλος ο όσιος Ιωσήφ ο Ησυχαστής το 21^ο αιώνα.

10.2. Η ζωή και τα προβλήματα διαβίωσης των ασκητών μέσα από τους βίους τους.

10.2.1. Ο Όσιος Ευθύμιος ο Νέος.

Ο Όσιος Ευθύμιος ο Νέος γεννήθηκε στην περιοχή της Άγκυρας στην Μ. Ασία το 823 μ.Χ. (Μωυσέως, 2008. σ. 129) Το βίο του συνέγραψε ο μαθητής του, ο Επίσκοπος Βασίλειος, και αναφέρει ότι όταν πρωτοπήγε ο Όσιος στον Άθω (859-863 μ.Χ.), αποφάσισε με το συνασκητή του Ιωσήφ, να ζήσουν σαν ερημίτες. Έτσι για 40 μέρες μέσα στο χειμώνα (πιθανώς ως άσκηση στη διάρκεια της Μ. Σαρακοστής), έζησαν στην ύπαιθρο του Άθωνα, τρώγοντας μόνο ωμά άγρια χόρτα και υποφέροντας από το κρύο. Μετά από αυτή τους την άσκηση, αποφάσισαν οι δυο τους, να ζήσουν απομονωμένοι σε ένα σπήλαιο απ' αυτά που υπάρχουν άφθονα στην νότια πλευρά της χερσονήσου του Άθωνα. Κατά την περίοδο της παραμονής τους στο σπήλαιο, οι δυο τους δεν μιλούσαν μεταξύ τους, παρά μόνο στην κοινή προσευχή ή όταν συζητούσαν μεταξύ τους ψυχοφελείς ιστορίες. Κοιμόντουσαν επάνω στο χώμα, δεν άναβαν φωτιά, και τρέφονταν

με άγρια φρούτα που τα μάζευαν από τη γύρω περιοχή του σπηλαίου. Στο τέλος του πρώτου χρόνου παραμονής τους στο σπήλαιο, τα τρίχινα ρούχα τους έγιναν κουρέλια, το σώμα τους γέμισε πληγές και τους έτρωγαν οι ψείρες και άλλα ζώφια. Στο τέλος αυτού του χρόνου ο Ιωσήφ δεν άντεξε άλλο, έφυγε πήγε και βρήκε την υπόλοιπη αδελφότητα. Ο Όσιος Ευθύμιος, έμεινε μόνος του στη συγκεκριμένη σπηλιά για άλλα δύο χρόνια, ακολουθώντας το ίδιο πρόγραμμα ζωής που προαναφέραμε. Αυτός ο άθλος του Οσίου, προκάλεσε το θαυμασμό και το πνευματικό ενδιαφέρον πολλών άλλων μοναχών και λαϊκών. Αυτοί ήθελαν να τον μιμηθούν, προσεγγίζοντας τον και ζητώντας του, να τους επιτρέψει να ζήσουν μαζί του στο σπήλαιο. Αυτό όμως το γεγονός κατέστρεψε την ησυχία και την απομόνωση του Οσίου. (Παπαχρυσάνθου, 2004. σ. 96-99 ; Courilas, 1947. σ. 25-26)

10.2.2. Ο Όσιος Πέτρος ο Αθωνίτης.

Ο Όσιος Πέτρος ο Αθωνίτης, αποτελεί μία από τις εμβληματικότερες μορφές του Αγίου Όρους. Τον βίο του τον έγραψε τον 9^ο αιώνα, ένας Σιναΐτης μοναχός με το όνομα Νικόλαος. Η ιστορία της ζωής του, και το μικρό σπήλαιο που ασκήθηκε για 53 χρόνια, αποτελούν από μόνα τους σημεία αναφοράς για όλους τους Χριστιανούς. Σύμφωνα με τις αναφορές των βιογράφων του, έζησε σε απόλυτη απομόνωση, χωρίς ενδύματα (αφού είχαν καταστραφεί), με μόνη προστασία από το ψύχος τα μακριά μαλλιά και τα γένια του, που έφταναν μέχρι τα γόνατα του. Η καθημερινή τροφή του ήταν διάφορα βότανα. Ένα χρόνο πριν την εκδημία του, τον συνάντησε (από τύχη) ένας κυνηγός που αποτέλεσε και τον μοναδικό μάρτυρα της ύπαρξης αυτού του μεγάλου ασκητή. Ένα χρόνο αργότερα, ο ίδιος ο κυνηγός μαζί με δύο άλλους μοναχούς προσήλθε στη σπηλιά του για να τον συναντήσουν, αλλά τον βρήκαν είδη νεκρό. (Μωυσέως, 2008. σ. 123-125).

10.2.3. Ο όσιος Νικήτας ο Θηβαίος.

Ο όσιος Νικήτας ο Θηβαίος, γεννήθηκε στην Θήβα της Βοιωτίας τον 11^ο αιώνα. Το σπήλαιο-ασκητήριο του βρίσκεται στις πλαγιές του Όρους Ελικώνας, στην περιοχή της αρχαίας Όστειας. Σ' αυτό το ασκητήριο, έζησε μέχρι το θάνατο του το 1079 μ.Χ., με προσευχή και άσκηση. Καθημερινά περιδιάβαινε τη γύρω περιοχή, σε αναζήτηση της τροφής του, ενώ η ανάπαυση του ήταν ελάχιστη. Στη σπηλιά του ασκητηρίου του, έκτισε ο ίδιος ναΰδριο με νάρθηκα που τον αφιέρωσε στον Χριστό, αλλά και κελλιά για τους συνασκητές του. (Ιερωνύμου, 2005. σ. 246).

10.2.4. Ο Όσιος Αθανάσιος ο Μετεωρίτης.

Ο Όσιος Αθανάσιος ο Μετεωρίτης (1302 – 1380 μ.Χ.) γεννήθηκε στην Νέα Πάτρα (Υπάτη) της Φθιώτιδος. Στην αρχή, ασκήτευσε στο Άγιον Όρος στη σκήτη του Μαγουλά, μαζί με το γέροντα του Γρηγόριο (1332 μ.Χ.). Αναγκάστηκαν όμως να φύγουν από την έρημο του Αγίου Όρους, εξαιτίας του μεγάλου κινδύνου που διέτρεξαν, να αιχμαλωτιστούν από τους Αγαρηνούς πειρατές. (Μωυσέως, 2008, σ. 287-288) Μετά από περιπλάνηση των δύο στα μέρη της Μακεδονίας ψάχνοντας για νέο ασφαλές μέρος για νέο ασκητήριο, ο Επίσκοπος των Σερβίων Ιάκωβος, τους συνέστησε να πάνε στην περιοχή των Σταγών (Καλαμπάκα) όπου εκεί θα εύρισκαν αυτό που ζητούσαν. Όταν έφθασαν στους βράχους των Μετεώρων, αναφέρει ο βιογράφος τους, εκτός από έναν ηλικιωμένο ασκητή που ζούσε επαιτώντας σε ένα σπήλαιο, με το όνομα Τρυφερός, βρήκαν να κατοικούν στα βράχια πολλοί γύπες και κοράκια. Μετά από μικρό χρονικό διάστημα από την εγκατάστασή τους σε κάποιο βράχο, ο γέροντας Γρηγόριος απογοητεύθηκε και αποφάσισε να κατέβει από τον βράχο που ήταν το σπήλαιο τους και να φύγει. Τότε ο όσιος Αθανάσιος τον παρακάλεσε να μείνει, λέγοντας του ότι ο Θεός δεν θα τους αφήσει χωρίς αυτά που χρειάζονται για να ζήσουν. Ο όσιος Γρηγόριος τελικά πείσθηκε να παραμείνει. Κατόπιν, η φήμη των δύο σπήλαιο-ασκητών, εξαπλώθηκε γρήγορα σε όλη την περιοχή, με αποτέλεσμα να έρχονται μεγάλος αριθμός ανθρώπων, άλλοι για να συνασκητεύσουν μαζί τους, άλλοι για να ωφεληθούν πνευματικά. Έτσι, οι δύο ασκητές απέκτησαν και άλλους συνασκητές. Η προσέλευση όμως του κόσμου και των άλλων ασκητών χάλασε την ησυχία του οσίου Αθανασίου. Έτσι, αυτός με την ευλογία του γέροντος Γρηγορίου, ανέβηκε σε ένα ψηλότερο σπήλαιο για να μένει μόνος για πέντε ημέρες της εβδομάδας και μετά να κατεβαίνει και να συνασκητεύει με τους υπόλοιπους. Δυστυχώς όμως, το νέο σπήλαιο που επέλεξε ο Όσιος ήταν κοντά στο χωριό των Σταγών και ο θόρυβος του τον ενοχλούσε. Έτσι, έκτισε ένα κελί στη βάση του βράχου που είχε μεγάλη ησυχία. Εκεί έμενε 6 μέρες μόνος του και την Κυριακή πήγαινε με τους υπόλοιπους συνασκητές του, για την Θεία Λειτουργία. Δυστυχώς σε αυτό το κελί που έμενε, μετά από λίγο καιρό, του επιτέθηκαν ληστές για να τον ληστέψουν. Τον έσωσε όμως, ένας άλλος ασκητής που ασκήτευε σε ένα σπήλαιο στον απέναντι απ' αυτόν βράχο. Αυτός μόλις τους αντιλήφθηκε, τους έδιωξε με τη σφεντόνα του. Έτσι, μετά απ' αυτό το γεγονός, ο Όσιος ανέβηκε σε ένα άλλο σπήλαιο, αρκετά ψηλά από το έδαφος που του παρείχε ασφάλεια. Σ' αυτό το σπήλαιο, κατοικούσε πρότερα ένας άλλος ασκητής που είχε έλθει από το Άγιον Όρος και είχε παραμείνει σ' αυτό μικρό χρονικό διάστημα. Επειδή όμως αρρώστησε, κατέβηκε στη βάση του βράχου όπου και πέθανε μετά από μικρό χρονικό διάστημα. Ο Όσιος, έζησε για ένα χρονικό διάστημα σ' αυτή τη σπηλιά και κατόπιν ανέβηκε στην κορυφή αυτού του βράχου όπου

υπήρχε άφθονος ελεύθερος χώρος. Εκεί ασκήτευσε κάποιο χρονικό διάστημα μόνος του και κατόπιν με την έλευση όλο και περισσότερων ασκητών δημιούργησε τη Μονή του Μεγάλου Μετεώρου. (Σοφιανού, 1990. σ. 104 -109) Ο Όσιος εκτός των θρησκευτικών του καθηκόντων, ως καθημερινό του εργόχειρο, είχε το πλέξιμο καλαθιών. Αυτά τα καλάθια, κατόπιν τα μοίραζε «σαν ευλογία» στους προσκυνητές που τον επισκέπτονταν. (Γουλούλης, 2012. σ. 156) Ο όσιος Αθανάσιος ο Μετεωρίτης ανέθεσε στους υποτακτικούς συνασκητές του, εκτός των θρησκευτικών τους καθημερινών καθηκόντων, να ασχολούνται καθημερινά και με την αμπελοκαλλιέργεια, έτσι ώστε να μπορούν να καλύπτουν τις βιοποριστικές τους ανάγκες. (Σοφιανός, 1990. σ. 51-52)

10.2.5. Ο όσιος Λεόντιος ο Μονεμβασιώτης.

Ο όσιος Λεόντιος ο Μονεμβασιώτης (1377- 1452 μ.Χ.) γεννήθηκε στην Μονεμβασιά και είχε καταγωγή από την οικογένεια των Παλαιολόγων. Στην αρχή ασκήθηκε στο Άγιον Όρος και κατόπιν στο σπήλαιο-ασκητήριο, που βρίσκεται ΝΔ του Αιγίου, στους πρόποδες του βουνού Κλωκού, ή στη δεξιά όχθη του ποταμού Σελινούντος. Αυτό σήμερα βρίσκεται σε μικρή απόσταση άνωθεν της Μονής των Παμμεγίστων Ταξιαρχών έξω από το Αίγιο του νομού Αχαΐας και ονομάζεται Παλαιομονάστηρο ή του Οσίου Λεοντίου. (Τσιουράκη, 1971 ; Παπαμεντζελόπουλος, 2022. σ. 312 ; Μωυσέως, 2008. σ. 351-352). Ο βιογράφος του αναφέρει, ότι τον πρώτο καιρό της παραμονής του στο ασκητήριο αυτό, ο Όσιος υπέφερε από το κρύο του χειμώνα και τη ζέστη του καλοκαιριού. (Ηριωτάκη, 2019. σ. 30).

10.2.5. Ο όσιος Ιωάννης ο Ερημίτης.

Ο όσιος Ιωάννης ο Ερημίτης, έζησε γύρω στο 15^ο-16^ο μ.Χ., αιώνα, και η καταγωγή του ήταν από της Αίγυπτο. Ασκήτευσε μαζί με άλλους 98 ασκητές σε διάφορες περιοχές της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας (Αίγυπτο, Μ. Ασία, Κύπρο, Κρήτη) αναζητώντας την ησυχία. Στην Κρήτη όλοι αυτοί οι ασκητές, ασκήτευσαν σε διάφορα σπήλαια της Κρήτης. Επειδή όμως ο Όσιος αναζητούσε την απόλυτη ησυχία και απομόνωση, έφυγε από τους υπόλοιπους και ασκήτευσε μόνος στο Φαράγγι του Καθολικού. Αυτό βρίσκεται κοντά στη μονή του Γουβερνέτου, στο Ακρωτήριο των Χανίων. Λόγω της εξαντλητικής νηστείας που ακολουθούσε, η τροφή του αποτελείτο από άγρια χόρτα και χαρούπια, αδυνατούσε να βαδίζει σε όρθια στάση και βάδιζε με τα τέσσερα. Έτσι, ένα βράδυ ενώ είχε βγει σε αναζήτηση της τροφής του, ένας βοσκός που βρισκόταν σ' εκείνη την περιοχή, μέσα στο σκοτάδι τον θεώρησε ως θήραμα και τον τόξευσε, τραυματίζοντας τον βαρύτατα. Ο τραυματισμένος Όσιος, επέστρεψε στο σπήλαιο του. Ο βοσκός

ψάχνοντας να βρει το θεωρούμενο απ' αυτόν θήραμα του, όταν βγήκε το φως, ακολουθώντας τις σταλαγματιές του αίματος, βρήκε έκπληκτος εντός της σπηλιάς, τον τραυματισμένο και αιμορραγούντα Όσιο Ιωάννη να προσεύχεται. Τότε ο βοσκός του ζήτησε να τον συγχωρέσει. Ο Όσιος τον συγχώρεσε και του ζήτησε να αποχωρήσει από το σπήλαιο. Ο Όσιος απεβίωσε μόλις ο βοσκός έβγαινε από τη σπηλιά, με αποτέλεσμα ο βοσκός να ακούσει αγγελικές ψαλμωδίες, που επιβεβαίωσαν την οσιακή του κοίμηση του Ιωάννου. (Θεοδώρου, 1998. σ. 211-212).

10.2.6. Ο Όσιος Λεόντιος ο Στεμνιτσιώτης.

Ο Όσιος Λεόντιος ο Στεμνιτσιώτης έζησε στην περίοδο της Οθωμανικής κατοχής και καταγόταν από την Στεμνίτσα της Αρκαδίας. Στοιχεία του βίου του, περιλαμβάνονται στον Κτητορικό Κώδικα της Μονής του Τιμίου Προδρόμου. Αυτή η μονή βρίσκεται στην Αρκαδία, μεταξύ της Δημητσάνας και της Στεμνίτσας, μέσα στο φαράγγι του Λούσιου ποταμού. Το σύνολο των γνώσεων μας για τη ζωή του του Οσίου εκτός του συγκεκριμένου Κώδικα, είναι οι τοπικές παραδόσεις και οι προφορικές μαρτυρίες. Σύμφωνα μ' αυτές, η καθημερινές ασχολίες του Οσίου ήταν, να καλλιεργεί ένα μικρό κήπο λίγο έξω από το ασκητήριο του και να μεταφέρει νερό από την πηγή του ασκητηρίου του, μέχρι τον δρόμο που περνούσε δίπλα από τις υπόρριες του βουνού του. Αυτό το νερό το κουβαλούσε με ένα ασκί και το άδειαζε μέσα σε ένα πιθάρι που το είχε τοποθετήσει δίπλα από τον δρόμο κάτω από ένα μεγάλο δένδρο. Στο πιθάρι είχε τοποθετήσει και ένα κύπελο, έτσι ώστε οι διψασμένοι οδοιπόροι, να μπορούν να πίνουν και να ξεδιψάσουν. Κάθε δε φορά που επέστρεφε ο Όσιος από την περιοχή που ήταν το πιθάρι και κατευθύνονταν προς το ασκητήριο του, κουβαλούσε και μια πέτρα από την συγκεκριμένη περιοχή, με σκοπό να κτίσει τον τάφο του. Επίσης στο σημείο της πηγής που ήταν κοντά στο ασκητήριο του, είχε κατασκευάσει μια μικρή δεξαμενή που είχε μαρμάρινη γούρνα. (Γεωργιτσογιάννη, 2008).

10.2.6. Ο Όσιος Ιωσήφ ο Σπηλαιώτης.

Ο Όσιος Ιωσήφ, είναι ένας νέος Άγιος της Εκκλησίας μας που αγιοποιήθηκε στις 9/3/2020. Ο Όσιος γεννήθηκε στις Λεύκες της Πάρου το 1898. Ασκήτευσε στο Άγιον Όρος από το 1921 έως και την κοίμηση του στις 15/8/1959. Τον βίο του τον έγραψε, ένα από τα πνευματικά του παιδιά και συνασκητής του, ο Γέροντας Ιωσήφ ο Βατοπαιδινός. Επιπλέον στοιχεία υπάρχουν για τη ζωή του συγκεκριμένου Οσίου υπάρχουν και στον βίο ενός άλλου σύγχρονου Αγίου και πνευματικού του παιδιού του οσίου Εφραίμ από τα Κατουνάκια του Αγίου Όρους. Σύμφωνα με τις δύο αναφορές, ο Όσιος πρώτα έζησε σε ένα μικρό σπήλαιο-ασκητήριο στην περιοχή του

Αγίου Βασιλείου που βρίσκεται πάνω από τα Κατουνάκια. Η περιοχή του Αγίου Βασιλείου, βρίσκεται σε υψόμετρο 600μ., σε μια πολύ απότομη, άνυδρη και κατάξερη πλαγιά, που καταλήγει στη θάλασσα. Ο Όσιος και η μικρή τότε συνοδεία του, εγκαταβίωναν ο καθένας ξεχωριστά, σε πολύ μικρά και ανεξάρτητα κελάκια, που βρίσκονταν επάνω σε ένα μικρό πλάτωμα της απότομης πλαγιάς. Το κάθε κελί, απείχε από το άλλο μικρή απόσταση για λόγους ησυχίας. Οι τοίχοι αυτών των κελιών, ήταν κατασκευασμένοι από τσασμά (πλεγμένα ξύλα επικαλυμμένα με λάσπη) και ως στέγη είχαν λαμαρίνες. (Ι. Ησυχαστήριο «Άγιος Σεραφείμ». 2000. σ. 38.) Κατόπιν, ο Όσιος έφυγε από τον Άγιο Βασίλειο και εγκαταστάθηκε σε ένα άλλο μικρό σπήλαιο, στην περιοχή της μικράς Αγίας Άννας, γιατί εκεί θεωρούσε ότι θα έχει περισσότερη ησυχία. (Ιωσήφ, 2001. σ. 114) Η μετακίνηση τους αυτή, έγινε το χειμώνα του 1938, στο σπήλαιο αυτό δεν υπήρχε η παραμικρή υποδομή, με αποτέλεσμα αυτή η μετεγκατάσταση τους, να γίνει κάτω από εξαιρετικά δυσμενείς συνθήκες. Το μόνο που βρήκαν από τους προηγούμενους ασκητές, ήταν οι δυο μικρές στέρνες νερού. Αυτοί τότε, τις καθάρισαν και διόρθωσαν τα λούκια που συνέλεγαν το νερό από τους βράχους προς αυτές. (Ιωσήφ, 2001. σ. 117) Λόγω δε της επιδείνωσης της υγείας του Οσίου εκείνη την περίοδο, η μετακινήσεις του ήταν τρομερά δύσκολες. Οι στοιχειώδεις υποδομές για την παραμονή τους στο νέο σπήλαιο έπρεπε να γίνουν γρήγορα και κάτω από δυσκολότατες συνθήκες. Έτσι, σχεδόν χωρίς καμία άλλη βοήθεια, με τα στοιχειώδη μέσα που διέθεταν, έφτιαξαν πρόχειρες κατασκευές. (Ιωσήφ, 2001. σ. 129) Ο μόνος που τους βοήθησε εκείνο τον καιρό, ήταν ο Όσιος Εφραίμ ο Κατουνακιώτης. Αυτός κουβαλούσε στην πλάτη του κοκκινόχωμα, από την περιοχή των Καρουλίων ως στο σπήλαιο τους, που θα χρησίμευε για τη κατασκευή των κελιών τους. (Ι. Ησυχαστήριο «Άγιος Σεραφείμ». 2000. σ. 43.) Στην αρχή έκτισαν μια μάντρα με μια μικρή εξώπορτα. Κατόπιν έκτισαν εντός του σπηλαίου, ένα πάρα πολύ μικρό ναΐδριο. Τέλος, έκτισαν ένα μικρό καλύβι με ξύλα βέργες και πηλό (τσασμάς) και το χώρισαν σε τρία πάρα πολύ μικρά κελλάκια διαστάσεων το καθ' ένα 1,80 X 1,50μ. Αυτό το μικρό κτίσμα εξείχε από το σπήλαιο, έτσι ώστε να μην καταλαμβάνει το βαθύτερο χώρο του σπηλαίου, για να το χρησιμοποιήσουν σαν αποθήκη. (Ιωσήφ, 2001. σ. 117-118). Όλα τα οικοδομικά υλικά που χρειαζόνταν είτε για τη κατασκευή είτε για τη συντήρηση αυτών των στοιχειωδών κατασκευών, τα μετέφεραν με την προσωπική τους αγχοφορία. (Ιωσήφ, 2001. σ. 120). Επίσης, με τον ίδιο τρόπο μετέφεραν τις αναγκαίες προμήθειες για να ζήσουν (Ιωσήφ, 2001. σ. 90-91) ή ακόμη του νερού που χρειαζόνταν. (Ιωσήφ, 2001. σ. 106). Οι τόποι αυτοί, ήταν ακατάλληλοι για κατοίκηση, εξαιτίας: α) του απαραμύθητου της περιοχής, β) της μεγάλης και απότομης κλίσης της πλαγιάς. γ) Εξαιτίας του ελάχιστου επίπεδου ελεύθερου χώρου και δ) των συνεχόμενων κατολισθήσεων

βράχων, επέβαλαν στους ασκητές για την προστασία τους, να κρύβονται μέσα στα σπήλαια τους. Η προσέγγιση τους στο σπήλαιο, γινόταν από τη κορυφή του βράχου, κατεβαίνοντας την πολύ απότομη πλαγιά, με κίνδυνο να καταλήξουν μέσα στη θάλασσα που τελείωνε ο βράχος. (Ιωσήφ, 2001. σ. 118). Ένα από τα βασικά προβλήματα που αντιμετώπιζαν στην παραμονή τους σ' αυτό το σπήλαιο-ασκητήριο, ήταν και έλλειψη χώρου. Όλα σ' αυτό το ασκητήριο ήταν πολύ στενά. (Ιωσήφ, 2001. σ. 118). Οι προσπάθειες τους για να βελτιώσουν την ποιότητα της ζωής τους σ' αυτό τον πολύ στενό και μικρό χώρο τόσοι άνθρωποι, ήταν μεγάλες. Δυστυχώς όμως, η οικονομική ανέχεια και η έλλειψη στη συγκεκριμένη περιοχή των κατάλληλων οικοδομικών υλικών, τους αύξανε την απαιτούμενη εργασία και τον κόπο. Αυτός ο αυξημένος κόπος σε συνδυασμό, με τις κακές συνθήκες υγιεινής, την έλλειψη του νερού, την έλλειψη σωστής και σε επάρκεια ποσότητα τροφής αλλά και ξεκούρασης, είχαν σαν αποτέλεσμα την επιδείνωση της υγείας των. (Ιωσήφ, 2001. σ. 133) Συγκεκριμένα, η διατροφή τους την Μεγάλη Τεσσαρακοστή, εκτός Σαββάτου και Κυριακής, αποτελείτο από 75 δράμια βρασμένο αλεύρι με αλάτι και νερό. Αυτόν το χυλό, τον τοποθετούσαν στο προσωπικό τους κονσερβοκούτι για να τον φάνε. Την ποσότητα που χωρούσε το κονσερβοκούτι τους, την κατανάλωναν μία φορά την ημέρα. Τα Σαββατοκύριακα, υπήρχε μαγειρεμένο φαγητό και λίγο ψωμί. Η εξάντληση για τους μη μυημένους νέους ασκητές, ήταν μεγάλη. (Ιωσήφ, 2001. σ. 130). Όταν ήρθε ένας νέος λαϊκός για να μονάσει μαζί τους, ο όσιος Ιωσήφ του είπε αρχικά, ότι δεν είχε ελεύθερο χώρο κάπου για να μείνει. Οι συνθήκες διαμονής των ήταν πολύ σκληρές και απαραμύθητες, που δεν είχαν ούτε ρούχα για να αλλάξουν. (Ιωσήφ, 2001. σ. 119-120). Το καθημερινό πρόγραμμα του Οσίου Ιωσήφ και της συνοδείας του, ήταν απaréγκλιτο. Έτσι, εργάζονταν μέχρι το μεσημέρι (ότι εργασία έπρεπε να γίνει), κατόπιν σταματούσαν για τον εσπερινό που τον έκαναν με το κομποσχοίνι (μόνος του ο καθένας) ή και λίγη ανάγνωση. Κατόπιν, έπαιρναν το φαγητό τους το απόγευμα και κοιμόντουσαν για τρεις ώρες ως τη δύση του ηλίου. Μετά σηκωνόντουσαν, αρχίζοντας την αγρυπνία τους, κάνοντας προσευχή με το κομποσχοίνι έως και τα μεσάνυχτα. Ύστερα, ξεκινούσαν την Θεία Λειτουργία στο ναό. (Ι. Ησυχαστήριο «Άγιος Σεραφείμ». 2000. σ. 40.) Αν δεν είχαν Θεία Λειτουργία, τότε οι νέοι ασκητές συνομιλούσαν και συμβουλευόνταν με τον γέροντα Ιωσήφ. (Ιωσήφ, 2001. σ. 120-122). Το εργόχειρο (η εργασία) τους, ήταν η κατασκευή ξύλινων χρηστικών σκευών (κουτάλια κλπ.). (Ιωσήφ, 2001. σ. 110-111). Εκείνα όμως τα χρόνια, αυτό το εργόχειρο δεν άφηνε χρήματα. Έτσι αναγκάζονταν και δουλεύαν σε μοναστήρια για το μάζεμα των ελιών, φουντουκιών, στον τρύγο, στους κήπους, κλπ. (Ιωσήφ, 2001. σ. 126) Η έλλειψη των χρημάτων, οι πάρα πολλές στερήσεις, η στενότητα του χώρου, το απαραμύθητο της περιοχής του ασκητηρίου, ή έλλειψη σωστής και σε ποσότητα διατροφής, οι συνεχόμενες

αχθοφορίες σε σαθρά εδάφη με πολύ μεγάλες κλήσεις, αλλά και ή έλλειψη ανάπαυσης, είχαν σαν αποτέλεσμα τις συχνές και εμφανείς αιμοπτύσεις, γαστρορραγίες, δερματοπάθειες κλπ. (Ιωσήφ, 2001. σ. 93-94, 132)

Η απόφαση του οσίου Ιωσήφ και της συνοδείας του, να κατοικήσουν σ' αυτόν τον απαραμύθητο τόπο, δηλ., στο σπήλαιο-ασκητήριο της Μικράς Αγίας Άννας, ξεκινούσε από μια βασική του επιθυμία. Αυτή ήταν, να παραμένουν ανεντόπιστοι, από τους υπόλοιπους ανθρώπους, ώστε να έχουν την ησυχία τους για να αγωνιστούν στην προσευχή. (Ιωσήφ, Μοναχού. 2001. σ. 114). Βασική αρχή του οσίου Ιωσήφ για το πως έπρεπε να ζουν αυτός και η συνοδεία του, ήταν να ασχολούνται όσο το δυνατόν λιγότερο με τα γήινα που είναι προσωρινά και όσο το δυνατόν περισσότερο με τα πνευματικά. Έτσι ο Όσιος απέφευγε έντονα ότι δεν ήταν αναγκαίο (Ιωσήφ, 2001. σ. 145)

ΚΕΦ. 11: Οι περιηγητές, οι πρώτοι καταγεγραμμένοι προσκυνητές στα σπήλαιο-ασκητήρια, αναφορές.

Μια πηγή πληροφοριών για τη ζωή των ασκητών και τους τρόπους μετακίνησης προς τα σπήλαιο-ασκητήρια τους, βρίσκεται και στα βιβλία των ξένων αλλά και Ελλήνων περιηγητών στον Ελλαδικό χώρο. Οι περιγραφές αυτές, δεν είναι πολλές ούτε και μεγάλες, πιθανώς επειδή στις περιόδους των επισκέψεων αυτών των περιηγητών, ο ασκητισμός στα σπήλαιο-ασκητήρια ήτανε σε ύφεση. Έτσι τα ασκητήρια εκείνη την εποχή δεν αποτελούσαν στόχο επίσκεψης των προσκυνητών.

Οι μόνες αυτόνομες αναφορές περιηγητών για σπήλαιο-ασκητήρια, είναι από όσους επισκέφθηκαν την περιοχή των Καρουλίων στο Άγιον Όρος. Αυτές όμως είναι, μικρές σε περιεχόμενο και ελάχιστα περιγραφικές του τρόπου ζωής των ασκητών. Βέβαια είναι γνωστό, ότι οι ασκητές δεν δημοσιοποιούσαν και δεν δημοσιοποιούν τον τρόπο ζωής των. Αυτές όμως οι λίγες πληροφορίες είναι ικανές να σχηματίσουμε μία εικόνα. Πληροφορίες για τον τρόπο μετακίνησης των ασκητών, από και προς τα σπήλαιο-ασκητήρια τους, μπορούμε να αντλήσουμε από τα κείμενα των περιηγητών. Αυτές οι αναφορές βρίσκονται μέσα από τις παραστατικές διηγήσεις των για τους τρόπους και τα μέσα που χρησιμοποίησαν για να ανέβουν τους βράχους των Μετεωρίτικων μοναστηριών. Οι αναφορές που υπάρχουν για την άνοδο των περιηγητών ή την κάθοδο τους από τα Μοναστήρια των Μετεώρων είναι πολλές εντυπωσιακές και

πανομοιότυπες. Καλύπτουν ένα μεγάλο χρονικό φάσμα που ξεκινάει από το 18^ο αιώνα και φτάνει μέχρι και τον 20^ο αιώνα. Αυτές οι πληροφορίες, μπορούν να χρησιμοποιηθούν γιατί και οι ασκητές χρησιμοποιούσαν τα ίδια μέσα για τις μετακινήσεις τους.

11.1. Οι αναφορές των περιηγητών για τους τρόπους μετακίνησης.

Μέχρι τις πρώτες δεκαετίες του 20^{ου} αιώνα, στα μοναστήρια των Μετεώρων (οι σκήτες ήταν είδη εγκαταλειμμένες) το ανέβασμα σ' αυτά ειδικά, για τους προσκυνητές ήταν μια επικίνδυνη και επίπονη διαδικασία. Έτσι οι επισκέπτες προσκυνητές ήταν πολύ λίγοι. Εξαιτίας αυτού του λόγου, υπάρχουν ελάχιστες αναφορές στην Νεοελληνική Λογοτεχνία. (Θεοτέκη Μοναχή, 1978. σ. 46-47).

Για να ανέβει κάποιος προσκυνητής σ' αυτά τα απόκρημνα σπήλαιο-ασκητήρια ή τις μονές, θα έπρεπε να επιλέξει να ανέβει είτε από τις εναλλασσόμενες ανεμόσκαλες, είτε με τον ανυψωτικό μηχανισμό του μπαίνοντας στο δίχτυ. Από τις αναφορές των προσκυνητών, όσοι έμπαιναν στο δίχτυ, έκλεινα τα μάτια τους και υπέμεναν τους κλυδωνισμούς, με την αγωνία μήπως κοπή το δίχτυ. Η ανάβαση μέσω της ανεμόσκαλας είχε το πρόβλημα ότι σε κάθε πάτημα έτριζε, ενώ όταν φυσούσε αυτή κυμάτιζε. Η ανάβαση υπ' αυτές τις συνθήκες γινόταν μόνο από τους τολμηρούς προσκυνητές. (Θεοτέκη Μοναχή, 1978. σ. 47). Οι αναφορές των περιηγητών θα χωριστούν σε τρεις υποδιαίρεσεις: 1) σ' αυτές που αναφέρονται στην ανάβαση ή της κατάβασης με το δίχτυ, 2) σ' αυτές που αναφέρονται στην ανάβαση με τις ανεμόσκαλες και 3) σ' αυτές που περιγράφουν οπτικά οι περιηγητές, το πεδίο των σπήλαιο-ασκητηρίων, όπως και τον τρόπο ζωής τους.

11.2.1 Οι περιγραφές της ανάβασης και της κατάβασης με το δίχτυ.

Το 1776 ο Αρχιεπίσκοπος Ράτσας Γεράσιμος, ήλθε σαν εξόριστος στα Μετέωρα. Αναφέρει το μεγάλο φόβο που ένοιωσε όταν είδε το ύψος που θα έπρεπε να ανέβει με το δίχτυ για να φτάσει στη Μονή Βαρλαάμ. Έτσι για να αποφύγει την υψοφοβία του, παρακάλεσε να του δέσουν τα μάτια. (Θεοτέκη Μοναχή, 1978. σ.99) Το 1859 ο αρχιμανδρίτης Πορφύριος Ουσπένσκη επισκέπτεται τα Μετέωρα και συγκεκριμένα τη Μονή του Ρουσάνο. Η ανάβαση του στη Μονή έγινε με το δίχτυ και την περιγράφει ως εξής. Μπήκα μέσα στο δίχτυ και όταν αυτό κρεμάστηκε διπλώθηκε το σώμα μου τόσο πολύ που τα μάτια μου ακουμπούσαν στα γόνατα μου. Όση ώρα διαρκούσε ή άνοδος μου και εγώ έβλεπα το ύψος και το κενό συνεχώς να αυξάνεται, με κυρίευε το δέος, ο φόβος και ο τρόμος. Οι προσευχές μου ήταν συνεχόμενες. (Θεοτέκη Μοναχή, 1978. σ. 455).

Ο ίδιος Αρχιμανδρίτης το 1896 επισκέφθηκε ξανά τα Μετέωρα και αναφέρει πάλι με πολύ παραστατικό τρόπο, τον τρόπο που ένοιωσε όταν μπήκε ξανά μέσα στο δίκτυ για να ανέβει αυτή τη φορά στη Μονή του Μεγάλου Μετεώρου. Όμως αυτή τη φορά, ένοιωσε με εντονότερο τρόπο, την αγωνία, επειδή κατά την άνοδο του με το δίκτυ, αυτό παλλόταν εδώ και εκεί, ενώ ταυτόχρονα αυτός προσευχόταν συνέχεια, για να αποφύγει τον ίλιγγο, όπως τον είχε συμβουλευσει ο ηγούμενος της μονής προηγουμένως. Μόλις δε έφτασε στην κορυφή, οι μοναχοί τον τράβηξαν προς τη ξύλινη πλατφόρμα, αλλά εκείνη τη στιγμή, αυτός αναποδογύρισε μέσα στο δίκτυ, βλέποντας έτσι ανάποδα το κενό μέχρι τη βάση του βράχου. Εκείνη τη στιγμή αναφέρει, ότι έχασε τις αισθήσεις του. Τελικά οι μοναχοί, τον έσυραν μέσα με ασφάλεια και τον έβγαλαν από το δίκτυ. Μόλις συνήλθε, οι μοναχοί του έδωσαν να πιεί ένα ποτήρι με νερό. Αφού το ήπιε και συνήλθε, ζήτησε από τον ηγούμενο να τον οδηγήσει αμέσως στην Εκκλησία. Μόλις μπήκε μέσα, έπεσε αμέσως στην εικόνα του Χριστού κλαίγοντας με αναφιλητά, ευχαριστώντας τον Θεό που τον έσωσε. (Θεοτέκνη Μοναχή, 1978. σ. 47-48).

Μια άλλη καταγεγραμμένη εμπειρία παρόμοια με αυτή του Ρώσσου αρχιμ. Ονουφρίου Ουспенσκη, περιγράφει το 1932 και ο θεολόγος καθηγητής Θεόδωρος Κοντερής. Αυτός λοιπόν αναφέρει ότι πήρε το θάρρος να κατέβει με το δίκτυ, όταν έμαθε από τον ηγούμενο π. Νίκανδρο, ότι την προηγούμενη μέρα, κατέβηκε και η δεσποινίς Έλλη Μελισσάκη κόρη του Σιδηροδρομικού Σταθμάρχου των Τρικάλων. Αφού πρώτα δ' αυτοψίας δοκίμασε ο ίδιος την ασφάλεια του συρματόσχοινου του βριζονίου, τότε κάθισε σταυροειδώς εντός του δικτύου. Οι μοναχοί αφού έδεσαν το συρματόσχοινο με το δίκτυ, το ώθησαν στο καινό. Όταν δε αισθάνθηκε ότι αιωρούνταν στο κενό σε τέτοιο ύψος, τον κυρίευσε ο φόβος. Επίσης, καθώς κατερχόταν με αργό τρόπο, αυτός προσέκρουε στο βράχο και με το ένα του πόδι που εξέιχε από το δίκτυ, απωθούσε το σώμα του από αυτόν. Αναφέρει δε ότι στα λίγα λεπτά που κράτησε η κάθοδος του, αυτός προσευχόταν συνέχεια. (Θεοτέκνη Μοναχή, 2018. σ. 347-349).

Ο Ρώσος αρχιμανδρίτης Αντώνιος, το 1865 επισκέφθηκε τα Μετέωρα και στη ταξιδιωτική περιγραφή που συνέταξε, περιγράφει και την εμπειρία που δοκίμασε να ανέβει και να κατέβει από το μοναστήρι του Ρουσάνο με το δίκτυ. Έτσι αναφέρει ότι ένας Ρώσος συνταξιδιώτης του, μόλις αντίκρισε την ανεμόσκαλα, χωρίς δισταγμό αμέσως άρχισε να την ανεβαίνει. Οι φωνές του π. Αντωνίου και του οδηγού του, να τον αποτρέψουν σ' αυτό που πήγαινε να κάνει, δεν στάθηκαν δυνατές να τον μεταπείσουν. Έβλεπαν λοιπόν, τον συνταξιδιώτη του, να ανεβαίνει

την ανεμόσκαλα και ενώ αυτός βρισκόταν σε ύψος σε ύψος τουλάχιστον 10μ. η σκάλα ταλαντευόταν έντονα. Εκείνη τη στιγμή, από ένα μικρό παράθυρο του μοναστηριού, ένας μοναχός, φωνάζει στον αναρριχητή της σκάλας, δίνοντας του κουράγιο και λέγοντας του, ότι η σκάλα είναι ασφαλής. Στο τέλος αυτός φθάνει στη μονή και με τη βοήθεια του προαναφερθέντος μοναχού ολοκληρώνει την ανάβαση του. Αμέσως μετά, ο ίδιος μοναχός, ρίχνει το δίχτυ κάτω για να ανέβουν ο π. Αντώνιος και ο οδηγός του π. Σωφρόνιος, που ήταν από το Μετεωρίτικο μοναστήρι του Αγίου Στεφάνου. Αφού έφθασε το δίχτυ στη βάση του βράχου, ο οδηγός του Ρώσσου μοναχού, προσπαθεί με όλα τα επιχειρήματα που διαθέτει να τον πείσει ότι όλα είναι υπό έλεγχο και ασφαλή και δεν χρειάζεται να φοβάται. Για να γίνει πειστικότερος προς αυτόν, του υπόσχεται ότι θα μπει μαζί του στο δίχτυ, αυτός (ο οδηγός) θα καθίσει από κάτω και ο Ρώσος ιερωμένος από πάνω του, ώστε αν πέσουν, ο Ρώσος να πέσει πάνω στον οδηγό του και να γλυτώσει. Τελικά ο Ρώσος (π. Αντώνιος), πείθεται και μπαίνουν μέσα στο δίχτυ όπως του είπε ο οδηγός. Δυστυχώς όμως, όπως αναφέρει, τα πράγματα δεν εξελίχθηκαν έτσι όπως επιθυμούσαν και οι δύο, γιατί όταν το δίχτυ άρχισε να ανυψώνεται, έγινε κάποια ταλάντωση του δικτιού, με αποτέλεσμα οι δυο τους να μετακινηθούν απότομα μέσα στο δίχτυ και να αλλάξουν στάση. Έτσι ο Ρώσος (π. Αντώνιος), βρέθηκε από κάτω και ο οδηγός του ο π. Σωφρόνιος, βρέθηκε από πάνω του, ενώ ταυτόχρονα κατά την άνοδο τους, κτύπησαν και σε κάποιο βράχο. Τελικά, όταν έφτασαν στην κορυφή, τους τράβηξαν μέσα. Αφού τους ελευθέρωσαν από το δίχτυ, ο Ρώσος ιερομόναχος προσπάθησε να μετακινηθεί για να χαιρετίσει τον ηγούμενο που στέκονταν πιο πέρα, αλλά αυτό στάθηκε αδύνατον. Έπρεπε να περάσουν κάποια λεπτά της ώρας, ώστε να του φύγει ο τρόμος που είχε στα πόδια του, εξαιτίας του φόβου του. Αφού συνήλθε σηκώθηκε και χαιρέτισε τον ηγούμενο της μονής.

Κατόπιν, ο ίδιος περιγράφει και την κάθοδο τους από τη μονή, που έγινε με τον ίδιο τρόπο. Βέβαια τώρα όπως περιγράφει ο ίδιος, λόγω της προηγούμενης εμπειρίας του με την άνοδο του, η κάθοδος έγινε με μεγαλύτερη ψυχραιμία απ' αυτόν. Μάλιστα αναφέρει, ότι ήξερε και πως να τοποθετήσει το σώμα του μέσα στο δίχτυ, ώστε να μην επαναληφθεί ή προηγούμενη ανατροπή του. Έτσι, χωρίς τρεμούλα στα πόδια του, σε λίγα λεπτά έφθασε στη βάση του βράχου. Κατόπιν, παρακολουθούσε και την κάθοδο του συντρόφου του (αυτού που προηγουμένως είχε ανέβει από την ανεμόσκαλα) με το δίχτυ. Ο σύντροφος του, μόλις έφτασε στη βάση του βράχου, του εκμυστηρεύτηκε, ότι το δίχτυ ήταν ασυγκρίτως ευκολότερο και ασφαλέστερο από την ανεμόσκαλα. (Θεοτέκνη Μοναχή, 2018. σ. 460-463).

Ο Adolphe-Napoleon Didron Γάλλος αρχαιολόγος και καθηγητής της βυζαντινής εικονογραφίας, επισκέφτηκε την Ελλάδα για επιστημονικούς λόγους στο χρονικό διάστημα από το 1839 έως το 1840. Μέσα στα ταξίδια του, επισκέφθηκε και τις Μονές των Μετεώρων. Όταν δε είδε αυτά τα μοναστήρια κτισμένα πάνω τους βράχους, απορούσε πως έφθασαν οι μοναχοί σ' αυτές τις κορυφές. Αναφέρει ότι στη Μονή Βαρλαάμ, υπάρχει ένας ανυψωτικός μηχανισμός με τη χρήση βαρούλκου, που το περιστρέφουν συνήθως δέκα μοναχοί. Το βαρούλκο αυτό, με τη βοήθεια ενός σχοινιού, ανυψώνει ένα δίχτυ. Αναφέρει δε, πως αυτό το σχοινί στη συγκεκριμένη μονή, έχει μήκος 50 μ. Η ανάβαση με αυτόν τον τρόπο, διαρκεί τεσσεράμισι λεπτά και η κατάβαση δυόμισι λεπτά. Ο ίδιος και ο Έλληνας οδηγός του, αναφέρουν το φόβο που ένιωσαν κατά την άνοδο και την κάθοδο τους μ' αυτό. Ο ίδιος αναφέρει, ότι αυτός ο τρόπος προσέγγισης σ' αυτά μοναστήρια είναι και ο ευκολότερος. (Γρηγορίου, 2011. σ. 305-320).

Ο περιηγητής J. L. Ussing, το 1849 στο ταξίδι του στην Θεσσαλία, όταν έφθασε στη βάση του βράχου που βρίσκεται η Μονή Βαρλαάμ στα Μετέωρα, υπολόγισε δε ότι αυτή, απείχε από τη βάση του βράχου περίπου 30 μ. Επίσης παρατήρησε, ότι για την άνοδο των ανθρώπων προς τη μονή, υπήρχε μία ξύλινη σκάλα κατασκευασμένη από χοντρά δρύινα ξύλα ύψους περίπου 15 μ. Αυτή λοιπόν η σκάλα, σταματούσε στη μέση του βράχου χωρίς διέξοδο. Για την συνέχεια της ανόδου του αναρριχητή, οι μοναχοί από το μοναστήρι, έπρεπε να ρίξουν από τη Μονή μία ανεμόσκαλα που κι' αυτή, ήταν κατασκευασμένη από δρύινα ξύλα. Αυτή η ανεμόσκαλα, έφτανε δίπλα από το τέλος της σταθερής σκάλας. Έτσι, ο αναρριχητής συνέχιζε την άνοδο του μέχρι το μοναστήρι. Υπήρχε όμως και άλλος τρόπος ανόδου στη Μονή, αυτός με το δίχτυ. Με το δίχτυ ανέβαζαν στη Μονή εκτός από ανθρώπους, τρόφιμα, αποσκευές και κάθε είδους αντικείμενο που χωρούσε μέσα σ' αυτό. Ο ίδιος όμως, αποφάσισε να ανέβη με το δίχτυ. Έτσι λοιπόν, αυτός και ο οδηγός του, άρχισαν να φωνάζουν από κάτω, για να τους δουν οι μοναχοί και να ρίξουν το δίχτυ. Όταν τους άκουσαν, κατέβασαν το δίχτυ και μπήκαν μέσα και οι δύο. Αναφέρει δε, ότι όταν άρχισαν να τους ανεβάζουν, το δίχτυ άρχισε να αιωρείται παλιδρομόντας, με αποτέλεσμα πολλές φορές να κτυπήσουν επάνω στο βράχο. Μετά όμως από λίγο το δίχτυ σταθεροποιήθηκε και ανέβηκαν ήρεμα. (Αλεξόπουλος, 2003. σ. 50-51)

11.2.2. Το ατύχημα με το δίχτυ.

Ο περιηγητής J. L. Ussing, το 1849 στο ταξίδι του στην Θεσσαλία, όταν επισκέφθηκε τη Μονή Βαρλαάμ στα Μετέωρα, έμαθε για ένα θανατηφόρο ατύχημα που έγινε το 1813 κατά την διάρκεια καθόδου με το δίχτυ. Αναφέρει, ότι οι μοναχοί της Μονής Βαρλαάμ του είπαν, ότι στην

συγκεκριμένη μονή εκείνη την εποχή δεν επιτρεπόταν η είσοδος σε γυναίκες, όπως και η αποδοχή δώρων από τους επισκέπτες. Μία όμως γυναίκα, θέλοντας να δώσει η ίδια ένα δώρο στη Μονή, μεταμφιέστηκε σαν άνδρας και μπήκε στη Μονή. Οι μοναχοί, χωρίς να γνωρίζουν ότι ο προσκυνητής είναι γυναίκα, αποδέχτηκαν το δώρο της, παρά το αντίθετο του κανόνα της Μονής. Όταν όμως οι μοναχοί κατεβάζανε τον συγκεκριμένο δωρητή με το δίχτυ, ο μηχανισμός του βαρούλκου μπλόκαρε και η γυναίκα έμεινε κρεμασμένη και αιωρούμενη μέσα στο δίχτυ για τρεις μέρες. Δυστυχώς, στο τέλος το σχοινί έσπασε και η γυναίκα έπεσε επάνω στους βράχους τραυματισμένη βαρύτατα, με αποτέλεσμα να αποβιώσει μετά από 24 ώρες. (Αλεξόπουλος, 2003. σ. 53)

11.2.3. Οι περιγραφές της ανάβαση με τις ανεμόσκαλες.

Η ανάβαση με τις ανεμόσκαλες ήταν ακόμη πιο επικίνδυνη σε σύγκριση με το δίχτυ. Ο προαναφερθείς προηγούμενος Γάλλος Adolphe-Napoleon Didron, κάνει και μια εκτενή περιγραφή για τις ανεμόσκαλες. Έτσι, παρατηρεί, ότι οι ανεμόσκαλες στη Μονή Βαρλαάμ επειδή είναι κινούμενες, έχουν τη δυνατότητα να αγκαλιάζουν τη μορφολογία του βράχου που ακουμπούν. Επίσης, όταν κάποιος ανεβαίνει στην ανεμόσκαλα, αυτή αρχίζει να πάλετε, με αποτέλεσμα να κτυπάει με δύναμη στους βράχους που ακουμπάει. Αυτός ο κτύπος, δημιουργεί ένα θόρυβο, όμοιο με αυτόν που προκαλούν τα κύματα της θάλασσας όταν κτυπούν ένα καράβι. Επίσης παρατηρεί, ότι η σύνδεση της μονής με τη βάση του βράχου, γίνεται μέσω δύο συνεχόμενων ανεμόσκαλων. Το πάνω άκρο της πρώτης ανεμόσκαλας βρίσκεται σταθερά συνδεδεμένο επί του βράχου στο μέσο του ύψους με τη Μονή ενώ το κάτω της άκρο βρίσκεται στη βάση του βράχου. Το πάνω άκρο της δεύτερης ανεμόσκαλας, βρίσκεται σταθερά συνδεδεμένο με τον εξώστη της μονής, ενώ το κάτω της άκρο, καταλήγει ελεύθερο δίπλα (σχεδόν εφαιπτόμενο) από το σταθερό σημείο πρόσδεσης της πρώτης ανεμόσκαλας. Το ελεύθερο σκέλος της δεύτερης ανεμόσκαλας, μέσω μιας αλυσίδας που είναι συνδεδεμένο, δύναται να ανυψωθεί και να αποθηκευτεί εντός μίας καταπακτής του εξώστη. Η ανύψωση αυτής, γίνεται με τη βοήθεια ενός βαρούλκου που μαζεύει την αλυσίδα και βρίσκεται εντός της μονής. Με αυτόν το τρόπο οι μοναχοί, αποτρέπουν την πρόσβαση των κλεφτών στη Μονή. (Γρηγορίου, 201. σ. 305-320)

Η πρώτη περιγραφή ανόδου με ανεμόσκαλα, ανήκει στην Αγγλίδα Isabel J Armstrong το 1893 και την κατέγραψε μαζί με άλλες εμπειρίες της στο ταξίδι της στην Ελλάδα στο βιβλίο της «Two Roving Englishwomen in Greece». Η συγκεκριμένη περιηγήτρια-προσκυνήτρια, περιγράφει

αρκετά παραστατικά την όλη προσπάθεια της, να ανέβει τις ανεμόσκαλες της Μονής της Αγίας Τριάδος στα Μετέωρα. Έτσι αναφέρει, ότι αυτή και η συνοδεία της, θέλοντας να δοκιμάσουν εξ αρχής την αίσθηση του κινδύνου και τις αντοχές τους σ' αυτόν, απέκλεισαν αμέσως την άνοδος τους με το δίχτυ. Παρακάτω δε αναφέρει, ότι εξ όψεως ή άνοδος αυτή με τις ανεμόσκαλες δεν τους φαίνονταν και ιδιαίτερα δύσκολη επειδή τις συνέκρινε με άλλες ανεμόσκαλες που είχε ήδη ανέβει.

Στην αρχή της διήγησης της, αναφέρει γενικά τη διαδρομή που ακολουθούσαν οι ανεμόσκαλες σε σχέση με τον βράχο της μονής. Έτσι γράφει, ότι η συνολική διαδρομή για την άνοδο τους σ' αυτήν, αποτελούνταν από ένα συνδυασμό ανεμόσκαλων και λαξευμένων στο βράχο μονοπατιών με τη μορφή ανοιχτής σήραγγας. Το άνοιγμα δε αυτών των σηράγγων βρισκόταν από την πλευρά του γκρεμού. Στο τέλος της κάθε σήραγγας, ξεκινούσε μια νέα ανεμόσκαλα. Αναφέρει ακόμη, επειδή ο νέος αναβάτης αυτών των ανεμόσκαλων, δεν γνωρίζει την πορεία τους, δεν είχε την αίσθηση πότε τελειώνουν. Κάθε φορά που θεωρεί ο αναβάτης ότι έχει φθάσει στο τέλος της σκάλας, τότε συνειδητοποιεί ότι αυτή συνεχίζεται. Επίσης αναφέρει, ότι οι αντανakλάσεις του φωτός, σε συνδυασμό με τα πιο σκοτεινά μέρη, κατά τη διάρκεια της ανάβασης, τους δυσκόλευαν ακόμη περισσότερο, διότι δεν έβλεπαν.

Ακόμη αναφέρει άλλη μια τρομακτική εμπειρία από την άνοδο τους με τις ανεμόσκαλες, όταν αυτές αιωρούνταν. Αυτό δε συνέβαινε, επειδή αυτές δεν ήταν πολύ σταθερά ασφαλισμένες επάνω στο βράχο, έτσι σε κάθε κίνηση του αναβάτη τους, αιωρούνταν, δίνοντας την τρομακτική αίσθηση στον ανερχόμενο, ότι θα ξεκολλήσουν και θα πέσουν επάνω του.

Τέλος αναφέρεται και σε ένα ακόμη πρόβλημα που αντιμετώπισε λόγω της ενδυμασίας της. Συγκεκριμένα, το μακρύ της φόρεμα, την εμπόδιζε στην άνοδο της στις σκάλες. Έτσι, αναφέρει ότι ο καλύτερος τρόπος που βρήκε για να αποφύγει αυτό το πρόβλημα, ήταν να κρατάει την άκρη του φορέματος της με τα δόντια, να γέρνει το σώμα της προς τα πίσω και να κινεί τα χέρια της το ένα μετά το άλλο για να ανέβει. Όλα αυτά όμως συντονισμένα, γιατί με τη θέση που έπαιρνε κατά την ανάβαση της, κινδύνευε να κτυπήσει το σαγόνι της με τα πόδια της.

Όλες αυτές οι δυσκολίες, τους επέτειναν το φόβο και το άγχος, με αποτέλεσμα να θεωρούν ότι τα σκαλοπάτια της ανεμόσκαλας δεν θα τελείωναν ποτέ. Κατόπιν αναφέρει ότι, εξαιτίας όλων αυτών των καταστάσεων και συναισθημάτων και ενώ ανέβαιναν, ακούστηκε μια δυνατή φωνή

που προεχόταν από το ξεναγό τους, που τους έλεγε ότι «κόλλησε» (από το φόβο του) και δεν μπορούσε να ανέβει άλλο. Έτσι ούτε ανέβαινε προς τα πάνω, ούτε μπορούσε να γυρίσει προς τα πίσω. Ο «ημιονηγός» τους που βρισκόταν πίσω του, με τις φωνές του, του έδινε κουράγιο για να συνεχίσει την άνοδο του. Αφού έφθασαν σώοι στη Μονή της Αγίας Τριάδος, όλοι τους πήγαν στην εκκλησία και προσευχήθηκαν. Στο τέλος, όλοι έλεγαν ότι θα προτιμούσαν να πεθάνουν στο μοναστήρι, παρά να κατέβουν με τον ίδιο τρόπο. (Θεοτέκνη Μοναχή, 2018. σ. 322-325).

Τις ίδιες εμπειρίες και τα ίδια συναισθήματα κατά την άνοδο του με τις ανεμόσκαλες στο μοναστήρι της Αγίας Τριάδος στα Μετέωρα, περιγράφει στα απομνημονεύματά του, ο αγωνιστής και ιστορικός του 1821, Νικόλαος Κασομούλης. Ο ίδιος αναφέρει ότι το 1822, φιλοξενήθηκε στην συγκεκριμένη Μονή. Έτσι αναφέρει, ότι όταν έφτασε στη βάση του βράχου της μονής της Αγίας Τριάδος, ήταν εξαντλημένος σωματικά επειδή ήταν νηστικός οκτώ μέρες και άυπνος. Λέει παρακάτω, πως αντίκρουσε στη βάση του βράχου της μονής, μία σταθερή σκάλα 40 βαθμίδων που ακουμπούσε επάνω του. Για τη συνέχεια της ανόδου, δίπλα από το τέλος της σταθερής αυτής σκάλας, σε πολύ μικρή απόσταση απ' αυτήν, ξεκινούσε μία ανεμόσκαλα. Ο Κασομούλης, μόλις είδε ότι για να συνεχίσει, έπρεπε να κάνει αυτή την αλλαγή της θέσης από σκάλα σε σκάλα, σε τέτοιο ύψος και χωρίς στήριγμα τρόμαξε. Ξεκίνησαν την άνοδο τους, πρώτα αυτός και κατόπιν ο οδηγός του. Μόλις έφτασε στο σημείο της αλλαγής, από την σταθερή σκάλα στην ανεμόσκαλα και είδε το κενό από κάτω του, αναφέρει ότι απελπίστηκε. Τότε, αφού έσυρε την ανεμόσκαλα με τα χέρια του, ώστε να πλησιάσει προς αυτόν, πάτησε τα πόδια του σ' αυτήν κρατώντας την σφικτά. Τότε αναφέρει, ότι ο τρόμος του ήταν πολύ μεγάλος, γιατί η ανεμόσκαλα άρχισε να πάλλεται συνεχόμενα στο κενό, μέχρι να σταθεροποιηθεί στη θέση της. Ήταν τέτοιος ο φόβος που ένοιωσε, που αναφέρει ότι ακόμη και τώρα (που γράφει τα απομνημονεύματά του) νοιώθει το φόβο στη ψυχή του. Αντίθετα, ο οδηγός του έχοντας κάνει αυτή την ανάβαση πάρα πολλές φορές, ανέβαινε όπως και σε μια φυσιολογική σκάλα. Μάλιστα δε, του έδινε λεκτικά θάρρος, αλλά και του κρατούσε τα πόδια στηρίζοντας τον. Η κατάβαση τους όμως έγινε με το δίκτυ. (Θεοτέκνη Μοναχή, 2018. σ. 343-345).

Ο Σουηδός πάστορας και περιηγητής Adolf Fredrik Sturtzenbecker, το 1784 επισκέφθηκε την Θεσσαλία και τα μοναστήρια των Μετεώρων. Όταν ίδιος αντίκρουσε τις ανεμόσκαλες, δεν πίστευε ότι αυτές χρησιμοποιούνται από τους μοναχούς. Θεωρούσε, ότι ο μόνος τρόπος ανόδου στις μονές των Μετεώρων, αποτελούσε το δίκτυ. Αντίθετα οι μοναχοί όσων μοναστηριών

επισκέφθηκε, του έλεγαν ότι οι ανεμόσκαλες χρησιμοποιούνται και από τους μοναχούς αλλά και από τους λαϊκούς. Πείσθηκε μόνο, όταν είδε με τα μάτια του κάποιον να ανεβαίνει τις σκάλες με άνεση και χωρίς φόβο. (Σαμπατάκης, 2017. σ 97).

Όταν ο Έλληνας αρχαιολόγος Αλ. Φιλαδελφεύς επισκέφθηκε τα Μετέωρα το 1897, και είδε τους μοναχούς να ανεβαίνουν τις ανεμόσκαλες, ανέφερε ότι αυτοί, ξεπερνούσαν κατά πολύ τους Αλпинιστές της εποχής του. (Θεοτέκνη Μοναχή, 1978. σ. 48-49).

Το 1892 η περιηγήτρια Αμαλία Παπασπύρου αναφέρει τα συναισθήματα που ένιωσε όταν αντίκρουσε τους τρόπους που είχε σαν επιλογή να ανέβει στο Μοναστήρι της Αγίας Τριάδος στα Μετέωρα. Όταν λοιπόν έφτασε στη βάση του βράχου που βρίσκεται η μονή, βρέθηκε στο δίλημμα με ποιόν τρόπο έπρεπε να ανέβει τον βράχο. Είχε δύο επιλογές προσέγγισης που και οι δύο της προκαλούσαν τρόμο. Ο πρώτος ήταν να μπει μέσα στο δίχτυ και να την ανυψώσουν με τον ανυψωτικό μηχανισμό. Η δεύτερη ήταν να επιλέξει να ανέβει με τις ανεμόσκαλες που στηρίζονταν στο βράχο. Αναφέρει δε ότι η άνοδος με τις ανεμόσκαλες ήταν πιο πολύπλοκη, γιατί μόλις τελείωνε η ανεμόσκαλα, έπρεπε ο προσκυνητής να περάσει μία ξύλινη γέφυρα, αμέσως μετά μία κρεμαστή ξύλινη γέφυρα που βρίσκεται εντός μίας οπής εντός του βράχου. Η ίδια αναφέρει ότι η αίσθηση του περάσματος αυτού όταν αντικρίζει ο αναρριχόμενος το φως, μοιάζει με το πέραςμα του Άδη. Οι εμπειρότεροι σ' αυτές τις αναβάσεις συνοδοί της συγκεκριμένης προσκυνήτριας, τη διαβεβαίωσαν ότι η άνοδος με τις ανεμόσκαλες ήτο η ασφαλέστερη. Τελικά η συγκεκριμένη αποφάσισε να μην ανέβη. (Θεοτέκνη Μοναχή, 2018. σ. 322)

11.2.4. Το ατύχημα με την ανεμόσκαλα.

Το σπήλαιο-ασκητήριο της Υπαπαντής ή της Αναλήψεως του Κυρίου, ήταν έρημο για πολλά χρόνια. Η μόνη δυνατότητα πρόσβασης σ' αυτό ήταν η ξύλινη ανεμόσκαλα του. Το 1911 μ.Χ., προσπάθησε να ανέβει ο μοναχός του Μεγάλου Μετεώρου Ευγένιος, για να ανάψει τα κανδήλια του ναού. Δυστυχώς κατά την άνοδο του, η ασυντήρητη για χρόνια ανεμόσκαλα, έσπασε, με αποτέλεσμα το θανάσιμο τραυματισμό του. (Θεοτέκνη Μοναχή, 1978. σ. 222)

11.2.5. Περιγραφές από τους περιηγητές, των σπήλαιο-ασκητηρίων, όπως και του τρόπου ζωής των ασκητών.

Ο Άγγλος περιηγητής Aaron Hill το 1703 ταξίδευσε στον Ελληνικό χώρο της τότε Οθωμανικής Αυτοκρατορίας, όταν έφτασε στο νησί της Πάτμου αναφέρει για μια απρόσμενη συνάντηση που είχε. Ανεβαίνοντας λοιπόν μόνος του προς το Μοναστήρι του Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου, στο μονοπάτι λίγο πριν τη Μονή, βρήκε μια καλύβα εντός μιας σπηλιάς και θεώρησε ότι μέσα της, θα κατοικούσε κάποιος ασκητής. Πάνω από τη πόρτα της καλύβας, υπήρχε η επιγραφή στα λατινικά “Hic et in coelo quies” (εδώ και στον ουρανό η γαλήνη). Μπαίνοντας μέσα, αντίκρουσε με τη βοήθεια του φωτός που παρείχε ένα λυχνάρι, στη μέση του κελλιού ένα μαύρο φέρετρο, με έναν άνθρωπο μέσα του ξαπλωμένο. Αυτός, μόλις αντιλήφθηκε την παρουσία του περιηγητή, ανασηκώθηκε και τον ρώτησε στα ιταλικά, ποιος είναι και επίσης αμέσως μετά, του είπε αν είσαι χριστιανός καλωσόρισες! Ο περιηγητής του εξήγησε ότι ήταν Άγγλος, που ήθελε να επισκεφθεί το μοναστήρι. Τότε ο ασκητής, του συστήθηκε ότι ονομάζονταν Αντώνιος Ιακώβου Μαλαβίζος και είχε καταγωγή από την Ζάκυνθο. Ασκήτευε δε σ’ αυτή τη σπηλιά τριάντα δύο χρόνια και ζούσε με αγριόριζες και έπινε νερό από την πηγή. Του εξήγησε δε, ότι κοιμόταν στη μαύρη νεκροκάσσα, για να μην ξεχνάει πόσο μάταια είναι η ζωή των ανθρώπων. Ο περιηγητής αμέσως μετά, επισκέφθηκε και το σπήλαιο της Αποκάλυψης. (Σιμόπουλος, 2008 σ. 61)

Ο Ρώσος περιηγητής Βασίλι Γκρηγκόροβιτς Μπάρσκι, στο δεύτερο του ταξίδι, στο Άγιον Όρος το 1744, περιγράφει τα σπήλαιο-ασκητήρια των Καρουλίων. Αναφέρει πως για να φτάσει ο προσκυνητής στα ασκητήρια, πρέπει να προσέχει πάρα πολύ να μην πέσει στον γκρεμό. Επίσης διηγείται επίσης την προσπάθεια του να κατέβει, και τον φόβο του να μην γλιστρήσει. Έτσι, για να μπορέσει να περάσει από τους βράχους που κρέμονταν πάνω από τη θάλασσα και να φτάσει στα ασκητήρια, πιανόταν απ’ όπου έβρισκε, με αποτέλεσμα να ξεσκίζει τα χέρια και τα πόδια του. Απορούσε δε, πως μπορούσαν οι ασκητές να ανεβαίνουν και να κατεβαίνουν αυτούς τους φοβερούς γκρεμούς, φορτωμένοι με τα απαραίτητα γι’ αυτούς πράγματα. Περιγράφει επίσης ένα ασκητήριο που έμεναν τρεις καλοπροαίρετοι Έλληνες ασκητές, αναφέροντας ότι βρίσκεται επάνω σε ένα μικρό πλάτωμα, που αυτοί με πολύ δυσκολία μπόρεσαν και το ισοπέδωσαν. Το μικρό αυτό ασκητήριο είχε μία μικρή εκκλησία και κελλιά. Οι ασκητές των Καρουλίων, έπιναν βρόχινο νερό και τρεφόντουσαν από άγρια λάχανα που φύτρωναν στις σχισμές των βράχων. Ζούσαν πολύ φτωχικά από το εργόχειρο τους και τις ελεημοσύνες. Αναφέρει ακόμη η ονομασία της περιοχής Καρούλια, οφείλεται, στη συνήθεια των ασκητών να κρεμούν από ένα ψηλό βράχο ένα κοφίνι, που στέκεται πάνω από την επιφάνεια της θάλασσας. Οι περαστικοί μοναχοί ή και

οι ψαράδες με τις βάρκες τους κάθε φορά που περνούν, αφήνουν και κάτι σε τρόφιμα για να τους βοηθήσουν. Ο καθένας ότι έχει. Κάθε βράδυ ένας από τους ασκητές με ένα καρούλι, σηκώνει το καλάθι για να πάρει ότι τους έχουν αφήσει δοξάζοντας τον Θεό. Τέλος, αναφέρει πόσο ωφελήθηκε, από τις συζητήσεις που είχε με αυτούς τους ενάρετους ασκητές των Καρουλίων. (Μπάρσκι, 2009. σ. 254-255)

Ο Νίκος Καζαντζάκης το 1914 μαζί με τον Άγγελο Σικελιανό, επισκέφθηκαν το Άγιον Όρος. Την ίδια περίοδο, ο Καζαντζάκης μόνος του, επισκέφθηκε και ένα σπήλαιο-ασκητήριο στα Καρούλια, για να συναντήσει και να εξομολογηθεί στον ασκητή που ζούσε σ' αυτό, με το όνομα Μακάριος ο Σπηλαιώτης. Η περιγραφή του τόπου των Καρουλίων από τον ίδιο είναι χαρακτηριστική. Αναφέρει ότι ανάμεσα στους βράχους αυτού του άγριου τόπου που καταλήγει απότομα στη θάλασσα, ζουν και προσεύχονται μέσα σε σπηλιές, ασκητές ο ένας μακριά από τον άλλον. Οι ασκητές αυτού του τόπου, είναι οι πιο άγιοι του Αγίου Όρους. Για να ζήσουν, κρεμούν με ένα σκοινί ένα καλάθακι πάνω από την επιφάνια της θάλασσας. Οι περαστικοί με τις βάρκες τους, αφήνουν μέσα σ' αυτό, λίγο ψωμί, λίγες ελιές, ότι έχουν, βοηθώντας τους έτσι, ώστε να μην πεθάνουν από την πείνα. Επίσης αναφέρει, ότι πολλοί απ' αυτούς τρελαίνονται, επειδή νομίζουν ότι απέκτησαν φτερά και μπορούν να πετάξουν, με αποτέλεσμα, πολλοί απ' αυτούς που το τόλμησαν, να πέφτουν στον γκρεμό και να σκοτώνονται. Περιγράφει δε τα ασκητήρια τους, σαν μαύρες τρύπες στον γκρεμό. Όταν έφτασε στο ασκητήριο του π. Μακαρίου, μόλις μπήκε μέσα, αναφέρει ότι του μύρισε χώμα ανακατεμένο με λιβάνι. Ο εσωτερικός χώρος του ασκητηρίου ήταν σκοτεινός και διέκρινε από μια σχισμάδα του βράχου, ότι εντός του υπήρχε μόνο ένα σταμνάκι. (Καζαντζάκης, 1963. σ. 241-243)

Ο Γιώργος Θεοτοκάς στην επίσκεψη του στο Άγιον Όρος το 1960, πέρασε και από την περιοχή των Καρουλίων. Αυτός περιγράφει το θέαμα που αντίκρυσε μέσα από το πλοiάριο που βρισκόταν ως εξής. Σ' αυτό το άγριο και άνυδρο μέρος, ζούνε μέσα στην απόλυτη ησυχία, οι «εξτρεμιστές» του μοναχισμού. Είναι οι μόνοι, που ζουν όπως οι αρχαίοι ασκητές στην περιοχή της Αιγύπτου. Η υλική τους ζωή, έχει περιοριστεί στο ελάχιστο, ζουν με το τριμμένο τους ράσο, έχουν απλώς ένα σκεπασμένο χώρο για να κοιμούνται, τρώγουν κανένα παξιμάδι, ξηρούς καρπούς, κανένα άγριο λάχανο και πίνουνε βρόχινο νερό. Η εργασία τους είναι, είτε να πλέκουν καλάθια, είτε να κατασκευάζουν ξύλινους σταυρούς, είτε κομπολόγια, που τα πουλούν ή τα ανταλλάσσουν με τρόφιμα. Οι μετακινήσεις τους σ' αυτούς τους απότομους και σαθρούς γκρεμούς προς τη κορυφή του βράχου των Καρουλίων, γίνεται με τη βοήθεια ανεμόσκαλων και

αλυσίδων. Τέλος, αναφέρει τη γνωστή ιστορία της ονομασίας αυτής της περιοχής ως Καρούλια. Η συνομιλία του με ένα Ρώσο ασκητή (πρώην στρατιωτικό) είναι εντυπωσιακή. (Θεοτοκάς, 1963. σ. 259-261)

Ο περιηγητής J. L. Ussing, το 1849 στο ταξίδι του στην Θεσσαλία, πηγαίνοντας να επισκεφθεί τη Μονή του Βαρλαάμ στα Μετέωρα από την Καλαμπάκα, πέρασε μπροστά από το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου του Μπάντοβα. Περιγράφοντας το ασκητήριο αυτό, αναφέρει ότι τα οικοδομήματα του, έχουν καταλάβει όλο το σπήλαιο. Παρατήρησε δε ότι, η μόνη είσοδος σε αυτό το ασκητήριο, είναι μία ανεμόσκαλα που είναι κατασκευασμένη από πλεγμένα δρύινα ξύλα. Απορεί δε, πως οι πρώτοι ασκητές κατάφεραν να ανέβουν στο σπήλαιο. (Αλεξόπουλος, 2003. σ. 49)

Ο Ρώσος περιηγητής Βασίλι Γκρηγκόροβιτς Μπάρσκι, στο δεύτερο ταξίδι του στο Άγιον Όρος το 1744, αναφέρει ότι πέρασε από το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Νείλου του Αγιορείτου και εντυπωσιάστηκε από τη θέση της σπηλιάς και το ύψος του κάθετου βράχου που βρισκόταν και που κατέληγε στη θάλασσα. (Μπάρσκι, 2009. σ. 260)

Ο γνωστός αγιογράφος Ράλλης Κοψίδης, μαθητής του Φώτη Κόντογλου, έχει καταγράψει σε σκίτσο του, τις ξύλινες σκάλες του σπήλαιο-ασκητηρίου της Παναγίας της Σφυρίδας, που σήμερα είναι εξάρτημα της Μονής της Παναγίας της Κερνίτσης. Αυτό βρίσκεται λίγο έξω από την Βυτίνα της Αρκαδίας. Λίγο αργότερα, το 1955, για την ασφαλέστερη προσέλευση των προσκυνητών στο ασκητήριο, κατασκευάσθηκε μία κτιστή κλίμακα. Αυτή η κατασκευή όμως, κατέστρεψε το τελευταίο τεκμήριο της παραδοσιακής προσέλευσης στο ασκητήριο με ανεμόσκαλα. (Ιερά Μονή Κερνίτσης, 2016. σ. 90-91).

ΚΕΦ.12: Τα ιερά σπήλαιο-ασκητήρια ως προσκυνηματικοί τόποι σήμερα. Προβλήματα- Λύσεις

12.1. Οι προσκυνηματικές διαδρομές στα σπήλαιο-ασκητήρια σήμερα. Οι τρόποι προσέγγισης και τα προβλήματα τους.

Σήμερα τα σπήλαιο-ασκητήρια στον Ελλαδικό χώρο, είναι εγκαταλειμμένα σχεδόν στο σύνολο τους, εδώ και πολλά χρόνια. Αυτή η εγκατάλειψη τους από τους φυσικούς τους οικήτορες, είχε σαν αποτέλεσμα, τη φθορά ή και την καταστροφή των κτιριακών τους εγκαταστάσεων, αλλά και της εξαφάνισης των μονοπατιών που τα προσέγγιζαν. Συνεπώς, σήμερα η προσέγγιση και η πρόσβαση τους, παρουσιάζει ιδιαίτερες δυσκολίες, ειδικά για τα άτομα που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στη φυσική τους μετακίνηση. (Πετρής, 2017 σ. 15-16).

12.1.1. Οι τρόποι προσέγγισης και ανάβασης στον βράχο των σπήλαιο-ασκητηρίων σήμερα.

12.1.2. Οι τρόποι προσέγγισης των σπήλαιο-ασκητηρίων.

Η προσέγγιση των προσκυνητών στα σπήλαιο-ασκητήρια σήμερα γίνεται: α) μέσω δύσκολων μονοπατιών, β) μέσω βατών μονοπατιών γ) μέσω πλακοστρωμένων μονοπατιών, δ) μέσω αμαξιτών χωματόδρομων. Στις περισσότερες των περιπτώσεων τελική προσέγγιση σ' αυτού του είδους των ασκητηρίων, γίνεται μέσω κτιστών ή μεταλλικών κλιμάκων.

12.1.2.1. Η προσέγγιση μέσω ενός δύσκολου μονοπατιού.

Η προσέγγιση μέσω ενός δύσκολου μονοπατιού γίνεται πχ., στο σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Άνω Τιθορέα Φθιώτιδος. Εδώ ο προσκυνητής πρέπει να διέλθει μέσα από ένα πυκνό δάσος και να ακολουθήσει ένα έντονα ανηφορικό μονοπάτι (Εικόνα 12.1)



(Εικόνα 12.1: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Τμήμα του ανώμαλου μονοπατιού προσέγγισης του σπήλαιο-ασκητηρίου της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Άνω Τιθορέα Φθιώτιδος.

12.1.2.2. Η προσέγγιση μέσω βατών μονοπατιών.

Η προσέγγιση μέσω βατών μονοπατιών, όπως πχ., στο σπήλαιο-ασκητήριο της «Παναγίας της Σφυρίδας» στη Βυτίνα Αρκαδίας. (Εικόνα 12.2)



(Εικόνα 12.2: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το ομαλό μονοπάτι προσέγγισης του σπήλαιου-ασκητηρίου της Παναγίας της Σφυρίδας στην Βυτίνα της Αρκαδίας.

Στο σπήλαιο-ασκητήριο του «Οσίου Ανδρέα του Ερημίτου» στο Χαλκινόπουλο Αιτωλοακαρνανίας, που βρίσκεται σε υψόμετρο 1500μ. (Εικόνα 12.3)



(Εκόνιο 12.3: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το ομαλό μονοπάτι προσέγγισης στο σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ανδρέα του Ερημίτου στο Χαλκινόπουλο της Αιτωλοακαρνανίας.

12.1.2.3. Η προσέγγιση μέσω πλακοστρωμένων μονοπατιών.

Η προσέγγιση μέσω πλακοστρωμένων μονοπατιών, όπως π.χ., στο σπήλαιο-μονάστηρο της «Παναγίας της Ελεούσας», στην Βλαχέρνα Αρκαδίας. (Εικόνα 12.4)



(Εικόνα 12.4: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το πλακοστρωμένο μονοπάτι στο σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Ελεούσας στη Βλαχέρνα της Αρκαδίας. 1) το σπήλαιο-μονάστηρο.

12.1.2.4. Η προσέγγιση μέσω αμαξιών χωματόδρομων.

Σήμερα για την ευκολότερη προσέγγιση των προσκυνητών δημιουργήθηκαν νέοι αμαξιοί χωματόδρομοι. Αυτό φαίνεται στο σπήλαιο-ασκητήριο της «Αγίας Ιερουσαλήμ» στο Βρούστι Αργολίδος. (Εικόνες 12.5, 12.6)



(Εικόνα 12.5: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Η τοποθεσία στο βουνό, του σπήλαιο-ασκητηρίου της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι Αργολίδος. 2) Η θέση του χωμάτινου αμαξιτού δρόμου του σπήλαιο-ασκητηρίου.



(Εικόνα 12.6: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ο χωμάτινος αμαξιτός δρόμος του σπήλαιου-ασκητηρίου της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι Αργολίδος.

12.1.3. Οι τρόποι ανάβασης στον βράχο των σπήλαιου-ασκητηρίων σήμερα.

Στις περισσότερες των περιπτώσεων, η πρόσβαση γίνεται είτε από το χωματόδρομο, είτε από το μονοπάτι μέχρι το ασκητήριο, προϋποθέτει ανάβαση επάνω στο βράχο. Έτσι σε αρκετά ασκητήρια έχουν δημιουργηθεί διαφόρων τύπων κλίμακες. Αυτές μπορεί να είναι: α) είτε σκαλιστές στο βράχο, β) είτε κτιστές, γ) είτε μεταλλικές, δ) είτε τσιμεντένιες, ε) είτε μέσω ενός συνδυασμού όλων των προαναφερθέντων τύπων, στ) είτε μέσω αναρρίχησης.

12.1.3.1. Ανάβαση μέσω σκαλιστών στο βράχο κλιμάκων.

Σκαλιστές στο βράχο κλίμακες, υπάρχουν στο σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Λιβαδειά Βοιωτίας. Το ασκητήριο αυτό προσεγγίζεται από ένα μονοπάτι που διαθέτει 700 σκαλοπάτια εκ των οποίων τα τελευταία είναι σκαλιστά στο βράχο. (Εικόνα 12.7).



(Εικόνα 12.7: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Σκαλιστά στο βράχο σκαλοπάτια, στο ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στη Λιβαδειά της Βοιωτίας.

12.1.3.2. Ανάβαση μέσω κτιστών στο βράχο κλιμάκων.

Κτιστές κλίμακες, όπως αυτή που υπάρχει στο σπήλαιο-ασκητήριο της Αναλήψεως του Κυρίου, στη Χούνη Αργολίδος με 160 πολύ απότομες βαθμίδες. (Εικόνες: 12.8, 12.9)



(Εικόνα 12.8: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η πορεία της κλίμακας ανόδου (160) βαθμίδες) στο σπήλαιο-ασκητήριο της Αναλήψεως του Κυρίου στη Χούνι της Αργολίδος.



(Εικόνα 12.9: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η κτιστή κλίμακα του σπήλαιο-ασκητήριο της Αναλήψεως του Κυρίου, στην Χούνι της Αργολίδος.

12.1.3.3. Ανάβαση μέσω μεταλλικών κλιμάκων.

Μεταλλικές κλίμακες, όπως αυτή που υπάρχει στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά Αρκαδίας. (Εικόνα 12.10).



(Εικόνα 12.10: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η τελευταία κλιμακωτή μεταλλική γέφυρα που έχει μεγάλη κλίση και προσεγγίζει την είσοδο του σπήλαιου-ασκητηρίου του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά Αρκαδίας.

12.1.3.4. Ανάβαση μέσω κλιμάκων από σκυρόδεμα.

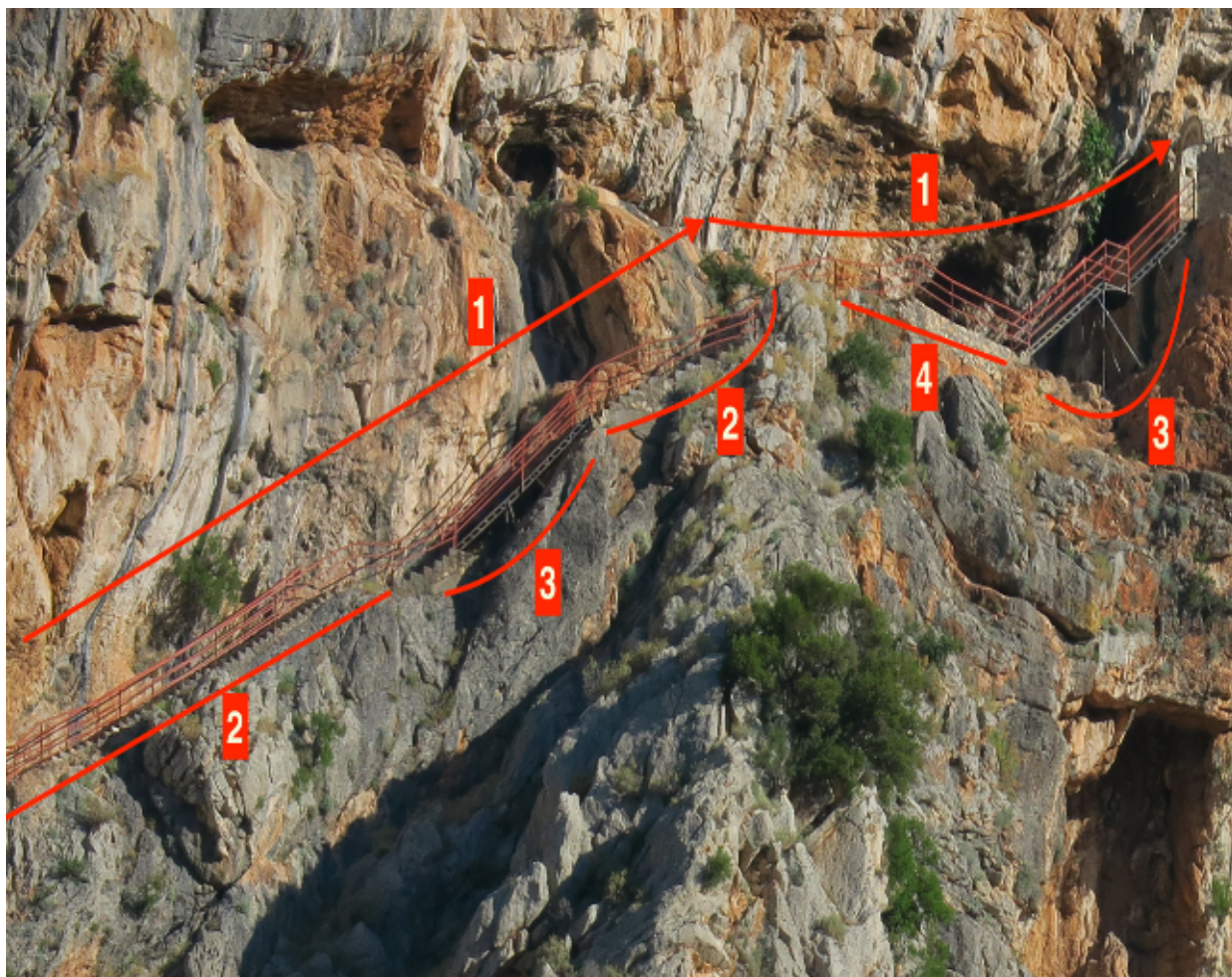
Κλίμακες προσέγγισης από σκυρόδεμα, όπως π.χ., υπάρχει στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη στην Κερπινή Αρκαδίας. Η κατασκευή αυτής της κλίμακας, διευκόλυνε την είσοδο των σύγχρονων προσκυνητών στο ασκητήριο, δυστυχώς όμως, το αισθητικό της αποτύπωμα, σε συνδυασμό με την αρχιτεκτονική του ασκητηρίου, είναι αρνητικό. (Εικόνα 12.11)



(Εικόνα 12.11: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η χωρίς αρχιτεκτονική μελέτη τσιμεντένια κλίμακα για την είσοδο στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη, στην Κερπινή της Αρκαδίας. Αυτή η κλίμακα, εξυπηρετεί τις ανάγκες των πιστών για την είσοδο τους στο ασκητήριο, αλλά δεν δένει αισθητικά με το μνημείο.

12.1.3.5. Ανάβαση μέσω συνδυασμού διαφορετικών τρόπων προσέγγισης.

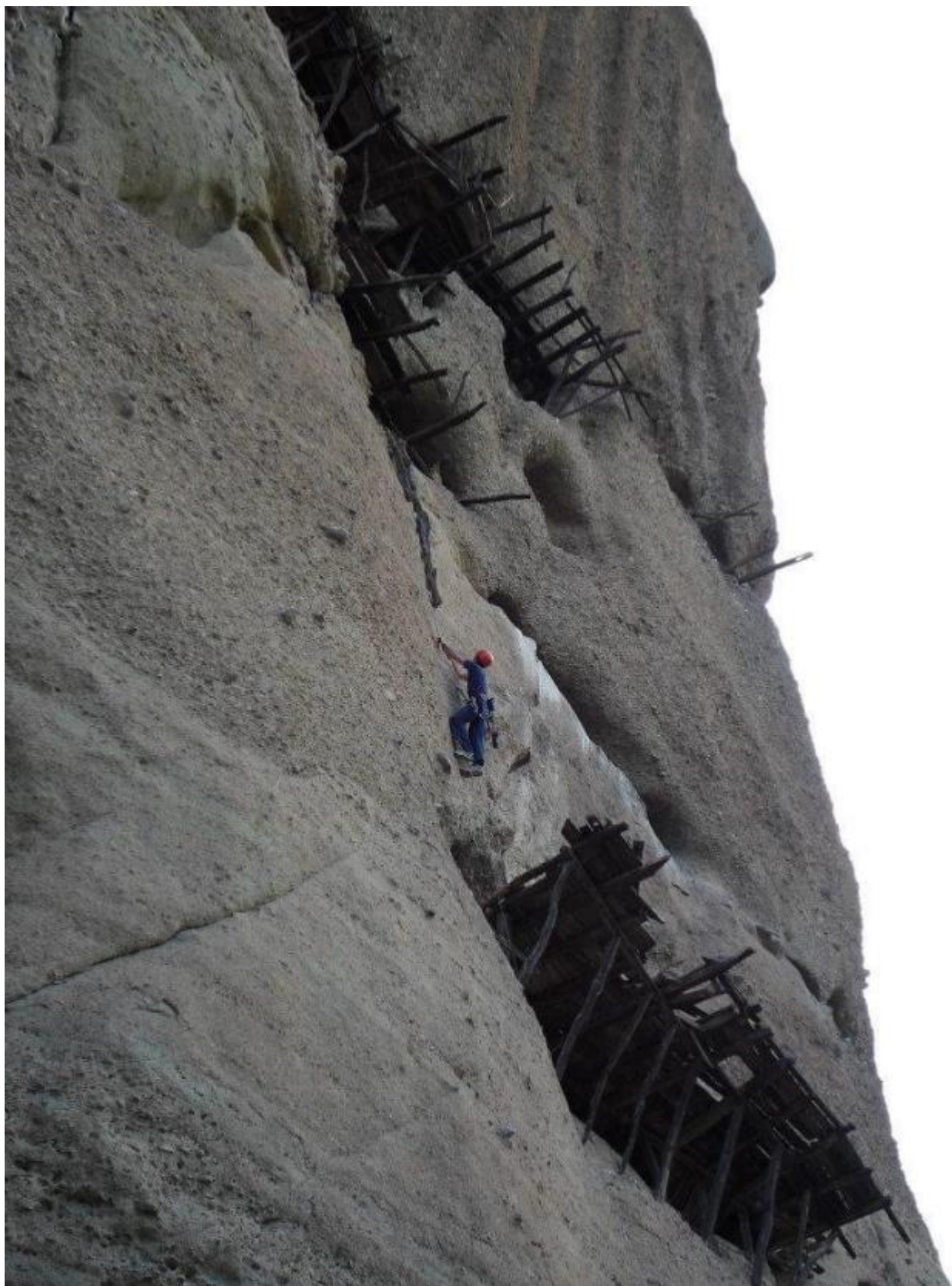
Συνδυασμός πλακοστρωμένου μονοπατιού, μαζί με κτιστή κλίμακα και μεταλλικές κλιμακωτές γέφυρες με μεγάλη κλίση, υπάρχει στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά Αρκαδίας. (Εικόνα 12.12)



(Εικόνα 12.12: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Τμήμα της πορείας της νέας κλίμακας προσέγγισης του σπήλαιου-ασκητηρίου του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά Αρκαδίας. Αποτελείται από 2) λιθόκτιστες κλίμακες, 3) κλιμακωτές μεταλλικές γέφυρες, 4) πλακοστρωμένους διαδρόμους.

12.1.3.6. Ανάβαση μέσω αναρρίχησης.

Τέλος, υπάρχουν κάποια εξ αυτών, που η πρόσβαση τους είναι αδύνατη για το μεγαλύτερο ποσοστό των προσκυνητών. Οι μόνοι που μπορούν να τα προσεγγίσουν, είναι οι αναρριχητές.
(Εικόνα 12.13)



(Εικόνα 12.13: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα. Στο συγκεκριμένο ασκητήριο, η πρόσβαση σ' αυτό, γίνεται μόνο από αναρριχητές.

12.1.3.7. Ποια σπήλαιο-ασκητήρια είναι επισκέψιμα και ποια μη επισκέψιμα.

Βάση της επιτόπιας έρευνας και παρατήρησης των 57 σπήλαιο-ασκητηρίων και σπηλαιομονάστηρων στον ηπειρωτικό κορμό της Ελλάδος, αναφέρονται τα επισκέψιμα και τα μη επισκέψιμα σπήλαιο-ασκητήρια.

(Επισκέψιμα σπήλαιο-ασκητήρια, είναι αυτά που έχουν τις υποδομές, για την είσοδο των προσκυνητών εντός τους, χωρίς την χρήση αναρριχητικών τεχνικών).

ΕΠΙΣΚΕΨΙΜΑ ΣΠΗΛΑΙΟ-ΑΣΚΗΤΗΡΙΑ

1. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ανδρέα του Ερημίτου στο Χαλκικόπουλο Αιτωλοακαρνανίας.
2. Τα ασκητήρια της Μονής του Αγίου Βασιλείου στο χωριό Αμπελόκηποι Αχαΐας.
3. Η Μονή Οσίου Λεοντίου ή Παλαιομονάστηρο στη Μονή Ταξιαρχών Αχαΐας.
4. Το ιερό προσκύνημα της Παναγίας της Τρυπητής στο Αίγιο Αχαΐας.
5. Η Μονή του Ασκητή στο Γούμερο Ηλείας.
6. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής Σεπετού Ηλείας.
7. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος στην Μεγάλη Πρέσπα Φλώρινας.
8. Το σπηλαιομονάστηρο της Κοιμήσεως της Θεοτόκου Κηπίνας στα Ιωάννινα.
9. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ακακίου, στο χωριό Άγιος Ακάκιος Καρδίτσας.
10. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής των Αγίων Αναργύρων, της Λάρισας.
11. Η Μονή του Αγίου Νικολάου του Κοφινά ή Μπάντοβα, στα Μετεώρα Τρικάλων.
12. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου στα Μετέωρα Τρικάλων.
13. Τα ασκητήρια της Μονής του Τιμίου Προδρόμου στην Βέροια Ημαθίας.
14. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Κατακεκρυμμένης στον Καραθώνα Αργολίδος.
15. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι Αργολίδος.
16. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αναλήψεως του Κυρίου, στη Χούνη Αργολίδος.
17. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Νικολάου στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού Αργολίδος.
18. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Αγίας Παρασκευής στην περιοχή Ζόγκα του Ελληνικού, Αργολίδος.
19. Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γεωργίου, και της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στα Δίδυμα Αργολίδος.
20. Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Δημητρίου Αυγού Αργολίδος.

21. Το ασκητήριο του Οσίου Λεοντίου στη Βλαχέρνα Αρκαδίας.
22. Σπήλαιο-μονάστηρο Αγίου Νικολάου Σίντζας, Λεωνίδιο Αρκαδίας.
23. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Έλωνας, στο Λεωνίδιο Αρκαδίας.
24. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Κανδύλας, στην Κανδύλα Αρκαδία.
25. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγιοταξιάρχη, στην Κερπινή Αρκαδίας.
26. Το σπήλαιο-μονάστηρο του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινίκο Αρκαδίας.
27. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Καταφυγιώτισσας στην Βλαχέρνα Αρκαδίας.
28. Το σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας της Ελεούσας στην Βλαχέρνα Αρκαδίας.
29. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου στο χωριό Λουκά της Νεστάνης Αρκαδίας.
30. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής της Κερνίτσης Βυτίνα Αρκαδίας.
31. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Σφυρίδας, στη Μονή της Κερνίτσης Αρκαδία.
32. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας του Βράχου στο Κάτω Ταρσό Κορινθίας.
33. Σπήλαιο-μονάστηρο της Παναγίας του Βράχου, Νεμέα Κορινθίας.
34. Το Παλαιομονάστηρο στο Βρονταμά Λακωνίας.
35. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Μονής Ευαγγελίστριας στο Γέρακα Λακωνίας.
36. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας του Βράχου στο Κυπαρίσσι Λακωνίας.
37. Η σπήλαιο-εκκλησία των Αγίων Αναργύρων, έξω από το χωριό Θουρία της Μεσσηνίας.
38. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Κλήμη στη Μονή Σαγματά, Βοιωτίας.
39. Το σπήλαιο-ασκητήριο Αγίας Ιερουσαλήμ στην Λιβαδειά Βοιωτίας.
40. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Παναγίας της Φανερωμένης, στη Μονή της Ιερουσαλήμ στην Δαύλεια Βοιωτίας.
41. Η σπήλαιο-εκκλησία του Αγίου Νικολάου του Νέου στο Ακραίφνιο Βοιωτίας.
42. Η σπήλαιο-εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής στο Ακραίφνιο Βοιωτίας.
43. Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Τρίτης στο Ακραίφνιο Βοιωτίας.
44. Το σπήλαιο-μονάστηρο του Γενεσίου της Θεοτόκου Στάνας, στα Άγραφα Ευρυτανίας.
45. Η σπήλαιο-εκκλησία της Μονής της Παναγίας του Προυσού Ευρυτανίας.
46. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Άνω Τιθορέα Φθιώτιδος.
47. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Άνω Τιθορέα Φθιώτιδος.
48. Το σπήλαιο-ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στην Αμφίκλεια Φθιώτιδος.
49. Η σπήλαιο-εκκλησία της Παναγίας της Προυσιώτισσας στους Βαρδάτες Φθιώτιδος.
50. Η σπήλαιο-εκκλησία της Αγίας Ιερουσαλήμ στη Συκιά Φωκίδας.
51. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Τιμοθέου Επισκόπου Ευρίπου στο Λούρο Κέας.
52. Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Ακακίου στη Σκήτη των Καυσοκαλυβίων Αγίου Όρους.

53. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της περιοχής των Καρουλίων Αγίου Όρους.

ΜΗ ΕΠΙΣΚΕΨΙΜΑ ΣΠΗΛΑΙΟ-ΑΣΚΗΤΗΡΙΑ

1. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Παναγίας των Καταθεσίων στα Χαλκιάνικα Αχαΐας.
2. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Μονής της Αγίας Τριάδος Ακράτας Αχαΐας.
3. Τα σπήλαιο-ασκητήρια της Παναγίας των Καταφυγίων στο Δερβένι Κορινθίας.
4. Τα σπήλαιο-ασκητήρια του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα Τρικάλων.

12.1.4. Προέλευση των προσκυνητών, εποχές μετακίνησης τους, αφορμές του προσκυνήματος των.

Σήμερα οι προσκυνητές αυτών των απομονωμένων τόπων, συνήθως προέρχονται από τους κατοίκους των γύρω περιοχών, ή απ' αυτούς που κατάγονται απ' αυτές τις περιοχές, αλλά ζουν μόνιμα είτε σε κάποιο αστικό κέντρο είτε και στο εξωτερικό. Σε μερικές περιπτώσεις όμως, οι προσκυνητές προέρχονται και απ' όλη την Ελλάδα ή και το εξωτερικό, όπως π.χ., στα ασκητήρια στη λίμνη της Μεγάλης Πρέσπας στην Φλώρινα, στο Ασκητήριο του Αγίου Νικάνορα στην Ζάβορδα των Γρεβενών, ή στο σπήλαιο της Αποκάλυψης στην Πάτμο. Η προσέλευση των προσκυνητών, γίνεται είτε μεμονωμένα είτε μαζικά. Η χρονική περίοδος που μεταβαίνουν σ' αυτά, είναι από τα τέλη της Άνοιξης, μέχρι και στα μέσα του Φθινοπώρου, τότε που ο καιρός το επιτρέπει. Οι μετακινήσεις των προσκυνητών, γίνονται είτε μεμονωμένα, είτε μαζικά. Μεμονωμένα, γίνεται συνήθως, από τους κατοίκους της περιοχής, είτε για να επιτελέσουν το «τάμα τους», είτε για να προσευχηθούν και να βοηθηθούν από την κατάνυξη και την ησυχία που προσφέρει το ασκητήριο. Μαζική προσέλευση προσκυνητών, υπάρχει, είτε την ημέρα που πανηγυρίζει το παρεκκλήσιο του ασκητηρίου, είτε στη τέλεση του μυστηρίου της βαπτίσεως κάποιου παιδιού (συνήθως αυτών που είναι ταμένα). Συνήθως μετά την τέλεση αυτών των μυστηρίων, ακολουθούν πολιτιστικά δρώμενα και κοινή τράπεζα των παρευρισκόμενων, σε χώρο κατάλληλο (πάντοτε έξω του ασκητηρίου). (Tzedopoulos, et al., 2018. pp. 21-22).

12.1.5. Προβλήματα σχετιζόμενα με την πρόσβαση των προσκυνητών

Τα προβλήματα αυτά σχετίζονται: α) με την αδυναμία όλων των προσκυνητών να προσεγγίσουν τα ασκητήρια. β) Με την δημιουργία του φαινομένου του συνωστισμού σε περιορισμένους χώρους. γ) Με τον κίνδυνο των καταπτώσεων βράχων ή και κατολισθήσεων.

12.1.5.1. Η αδυναμία όλων των προσκυνητών να προσεγγίσουν τα ασκητήρια.

Η φυσική θέση των σπήλαιο-ασκητηρίων και οι υπάρχουσες υποδομές που διαθέτουν για την προσέγγιση των προσκυνητών, δεν επιτρέπουν σε όλους τους προσκυνητές να προσέλθουν σ' αυτά. Βασικές αιτίες είναι, τα ανώμαλα με μεγάλες και απότομες υψομετρικές διαφορές μονοπάτια. Οι μεγάλες σε μήκος και απότομες σε κλίση σκάλες. Εξαιτίας αυτών των εμποδίων, κάποιες κατηγορίες προσκυνητών, αδυνατούν να τις προσπελάσουν. Αυτές οι κατηγορίες είναι: οι ηλικιωμένοι, οι άνθρωποι με κινητικά προβλήματα, τα ΑΜΕΑ, οι ασθενείς, οι έγκυοι, τα παιδιά, κλπ.

12.1.5.2. Η δημιουργία του φαινομένου του συνωστισμού σε περιορισμένους χώρους.

Ο συνωστισμός των προσκυνητών ενέχει κινδύνους για την ασφάλεια των προσκυνητών μέσα και έξω από το ασκητήριο, αλλά και κινδύνους για το ίδιο το μνημείο. Αυτό φαίνεται στο σπήλαιο -ασκητήριο της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι Αργολίδας, (Εικόνα 12.14), όπως και στο σπήλαιο-ασκητήριο του Οσίου Ανδρέα του σπηλαιώτου στο Χαλκιόπουλο Αιτωλοακαρνανίας (Εικόνα 12.15).



(Εικόνα 12.14: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Συνωστισμός προσκυνητών εντός του σπήλαιο-ασκητηρίου της Αγίας Ιερουσαλήμ στο Βρούστι Αργολίδος.



(Εικόνα 12.15: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Συνωστισμός προσκυνητών εντός του σπήλαιου-ασκητηρίου του Αγίου Ανδρέου του Ερημίτου, στο Χαλκιόπουλο Αιτωλοακαρνανίας.

12.1.5.3. Ο κίνδυνος των καταπτώσεων βράχων ή και των κατολισθήσεων.

Οι καταπτώσεις βράχων ή οι κατολισθήσεις, αποτελούν φυσικά φαινόμενα που συμβαίνουν συχνά σ' αυτού του είδους τα εδάφη. Λόγου δε του κινδύνου επικίνδυνων ατυχημάτων αλλά και καταστροφών των υποδομών, πρέπει να χρήζουν ιδιαίτερης προσοχής. Αυτό φαίνεται π.χ., από την καταστροφή που έχουν υποστεί η κτιστή σκάλα και τα μεταλλικά της κιγκλιδώματα, μετά από την πτώση βράχων, στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά Αρκαδίας. (Εικόνα 12.16)



(Εικόνα 12.16: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η νέα κτιστή κλίμακα στο σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Βασιλείου στο Λουκά Αρκαδίας. 1) Η καταστροφή του αριστερού μεταλλικού κιγκλιδώματος μετά από πτώση βράχων. 2) Η καταστροφή σκαλοπατιών της κτιστής κλίμακας μετά από την πτώση των βράχων

12.2. Η τεχνολογία ως λύση στα προβλήματα

12.2.1. Καταγεγραμμένα προβλήματα

Σήμερα, τα μνημεία της πολιτιστικής κληρονομιάς του κάθε τόπου, κινδυνεύουν από την άναρχη ανθρώπινη δραστηριότητα και από φυσικούς παράγοντες. (Tache, et al., 2018). Η άναρχη ανθρώπινη δραστηριότητα σ' αυτούς του χώρους, παρουσιάζεται και με τη μορφή του συνωστισμού των επισκεπτών, δημιουργώντας και στους ίδιους τους επισκέπτες, αρνητική εντύπωση. (Enseñat-Soberanis, et al, 2019). Τα βασικά προβλήματα που δημιουργούνται από την προσέλευση των προσκυνητών (επισκεπτών) είναι: α) Η δημιουργία του φαινομένου του συνωστισμού. β) Ο κίνδυνος που διατρέχουν οι προσκυνητές, τα μνημεία και οι υποδομές, από τις καταπτώσεις βράχων ή και από τις κατολισθήσεις. γ) Η αδυναμία όλων των προσκυνητών να προσεγγίσουν τα ασκητήρια.

12.2.1.1. Η δημιουργία του φαινομένου του συνωστισμού.

Οι αρχαιολογικοί χώροι (ναοί, μοναστήρια, κλπ.), επειδή θεωρούνται περιοχές πολιτιστικής κληρονομιάς, αποτελούν ένα ευαίσθητο περιβάλλον. Τα εκθέματα αυτών των χώρων είναι ευαίσθητα, λόγω της φθοράς που έχουν υποστεί εξαιτίας της παλαιότητάς τους. Η προσέλευση στους χώρους αυτούς, μεγάλου αριθμού επισκεπτών και ο συνωστισμός τους, ενέχει κινδύνους, όπως φθοράς αυτών των εκθεμάτων, υποβάθμισης του φυσικού τους περιβάλλοντος, αλλά και δημιουργίας ατυχημάτων. (Aziz & Siang, 2014 ; Ioannidis & Vozikis, 2007 ; Jiang, et al., 2022).

12.2.1.2. Ο κίνδυνος που διατρέχουν οι προσκυνητές, τα μνημεία και οι υποδομές, από τις καταπτώσεις βράχων ή και από τις κατολισθήσεις.

Τα σπήλαιο-ασκητήρια στον Ελλαδικό χώρο, συνήθως βρίσκονται σε καρστικές περιοχές, που τα πρηνή τους έχουν μεγάλες κλήσεις. (Pennos, 2014 σ. 29). Οι περιοχές αυτές, λόγω της διάβρωσης και των σεισμικών ρηγματώσεων του κάρστ (ασβεστολιθικών πετρωμάτων), δημιουργούνται μετακινήσεις τμημάτων αυτών των ασβεστολιθικών πετρωμάτων είτε με τη μορφή καταπτώσεων βράχων είτε με τη μορφή κατολισθήσεων. (Κοκκίνου, 2015. σ. 36). Αυτά τα γεωλογικά φαινόμενα, μπορεί να δημιουργήσουν πολύ σοβαρά ατυχήματα σε ανθρώπους, αλλά και μεγάλες καταστροφές στις ανθρώπινες κατασκευές. Οι νέες τεχνολογίες, μπορούν να βοηθήσουν στην αύξηση της ασφάλειας των επισκεπτών από ατυχήματα, αλλά και της προστασίας των υποδομών από καταπτώσεις βράχων ή των κατολισθήσεων. Αυτό μπορεί να γίνει, με την συγκριτική μελέτη, των συνεχόμενων μετρήσεων του εδάφους της περιοχής και των αντίστοιχων αεροφωτογραφιών της ίδιας περιοχής, που λαμβάνονται σε τακτικά χρονικά διαστήματα από drone. Μέσω αυτής της συνεχόμενης παρακολούθησης της συνοχής και της ακεραιότητας των βράχων, υπάρχει η δυνατότητα αποτροπής ατυχημάτων και καταστροφών, είτε μέσω του αποκλεισμού περιοχών, είτε μέσω τεχνικών παρεμβάσεων στήριξης ή αντιστήριξης επικίνδυνων σημείων. (Vladev, 2019).

12.2.1.3. Η αδυναμία όλων των προσκυνητών να προσεγγίσουν τα ασκητήρια.

Η αδυναμία όλων των προσκυνητών να προσεγγίσουν τα ασκητήρια. Συνήθως, η πρόσβαση στα ιστορικά μνημεία, είναι ιδιαίτερα δύσκολη, όχι μόνο για τους απλούς επισκέπτες αλλά και για τα άτομα της τρίτης ηλικίας, τους αδύναμους και τα ΑΜΕΑ. Αυτό το πρόβλημα επιδεινώνεται περισσότερο, όταν η υψομετρική διαφορά του μνημείου ή και της τοποθεσίας του, από τη σημείο πρόσβασης των επισκεπτών, είναι μεγάλη. (Naniopoulos, et al., 2015) Το ίδιο ισχύει και

στα σπήλαια-ασκητηρία, επειδή αυτά βρίσκονται σε μεγάλα υψόμετρα ή σε ορεινές κοιλάδες, που το ανάγλυφο τους χαρακτηρίζεται από απότομες πτυχώσεις ή πρανή με μεγάλη κλίση. (Pennos, 2014. σ. 29). Τα Ηνωμένα Έθνη, οι Ευρωπαϊκές αλλά και οι Εθνικές οδηγίες, αναφέρουν ότι είναι θεμελιώδες δικαίωμα των ανθρώπων με μειωμένη κινητικότητα (PRM), οι έγκυες, τα μικρά παιδιά, οι ηλικιωμένοι, αλλά και τα άτομα με αναπηρία (PWD), να έχουν ισότιμη δυνατότητα πρόσβασης και να μπορούν να επισκεφθούν πχ., έναν αρχαιολογικό χώρο. (Ioannidis & Vozikis, 2007 ; Nanioroulos, et al., 2015). Η αντιμετώπιση αυτού του προβλήματος, μπορεί να γίνει μέσω του εικονικού προσκυνήματος με τη βοήθεια της (VR) τεχνολογίας. (Mansour, 2019).

12.2.2. Οι νέες τεχνολογίες και οι εφαρμογές τους

Οι νέες τεχνολογίες μέσω εξειδικευμένων εφαρμογών τους, χρησιμοποιούνται από διάφορους επιστημονικούς κλάδους, όπως π.χ., αυτών της αρχαιολογίας, της αρχιτεκτονικής, της γεωλογίας, του τουρισμού κλπ. Ο τουριστικός κλάδος, χρησιμοποιεί τις εξής νέες τεχνολογίες: α) Τα Μη Επανδρωμένα Εναέρια Οχήματα (UAV) ή drones. β) το Σύστημα Γεωγραφικών Πληροφοριών (GIS), γ) την Εικονική Πραγματικότητα (VR), δ) την Αυξημένη Πραγματικότητα (AR), ε) την Μικτή Πραγματικότητα (MR) και στ) τις Υπηρεσίες Βάσει Τοποθεσίας (LBS).

12.2.2.1. Τα Μη Επανδρωμένα Εναέρια Οχήματα (UAV) ή drones.

Τα μη επανδρωμένα εναέρια οχήματα (UAV) ή drones. Τα μη επανδρωμένα εναέρια οχήματα (UAV) ή με την κοινή ονομασία drones, είναι πτητικές μηχανές, που πετούν είτε αυτόνομα, είτε μέσω τηλεκατεύθυνσης και μπορούν να φέρουν ως εξοπλισμό τους, διάφορους αισθητήρες. (Likhanizadeh, et al., 2020).

12.2.2.2. Το Σύστημα Γεωγραφικών Πληροφοριών (GIS).

Το Σύστημα Γεωγραφικών Πληροφοριών (GIS). Αυτό το σύστημα συλλέγει πληροφορίες, που σχετίζονται με καταστάσεις που εξελίσσονται στο χώρο. Κατόπιν το ίδιο αφού τις αποθηκεύει, κατόπιν τις διαχειρίζεται τις αναλύει και στο τέλος τις αποδίδει προς αξιοποίησης σε διάφορους επιστημονικούς κλάδους, όπως π.χ., της Γεωγραφίας. Έτσι, τα αποτελέσματα των πολλαπλών πληροφοριών του (GIS), ο κλάδος της Γεωγραφίας μπορεί να τα αποδώσει, είτε σε χάρτες, είτε σε διαδραστικούς χάρτες, κλπ. (Nurhasan, et al., 2019 ; Donaldson, et al., 2015).

12.2.2.3. Η Εικονική Πραγματικότητα (VR).

Η Εικονική Πραγματικότητα (VR). Στην εικονική πραγματικότητα (VR), ο παρατηρητής ή χρήστης, μπορεί να αισθανθεί μέσω της εμβύθισης του, την προσομοίωση ενός πραγματικού ή φανταστικού περιβάλλοντος, χωρίς τη συναντίληψη του φυσικού κόσμου. Έτσι μέσω αυτής της εμβύθισης του, μπορεί να επισκεφθεί ένα χώρο πολιτιστικής κληρονομιάς, χωρίς τη φυσική του παρουσία. (Godovych, et al., 2022 ; Albourae, et al., 2017).

12.2.2.4. Η Αυξημένη Πραγματικότητα (AR).

Η Αυξημένη Πραγματικότητα (AR). Η Αυξημένη Πραγματικότητα (AR) είναι η τεχνολογία, που δίνει τη δυνατότητα στον άνθρωπο μέσω των αισθητηρίων οργάνων του και της φυσικής αντίληψης του φυσικού κόσμου, να λαμβάνει εικονικές πληροφορίες. Μ' αυτόν τον τρόπο, ο άνθρωπος, μπορεί να κατανοήσει ευκολότερα, πληροφορίες που λαμβάνει πάνω σε θέματα τουρισμού, εκπαίδευσης κλπ. (Hudson, et al., 2019 ; Choi, 2014).

12.2.2.5. Η Μικτή Πραγματικότητα (MR).

Η Μικτή Πραγματικότητα (MR). Στη Μικτή Πραγματικότητα (MR), ο άνθρωπος χρήστης, βρίσκεται σε ένα υβριδικό περιβάλλον, όπου συνυπάρχει, αλληλεπιδρά και αισθάνεται ταυτόχρονα, τα φυσικά και τα εικονικά υποκείμενα και αντικείμενα, χωρίς τη δυνατότητα να τα ξεχωρίσει. (Lampropoulos, et al., 2020 ; Werner, 2019).

12.2.2.6. Οι Υπηρεσίες βάσει τοποθεσίας (LBS).

Οι Υπηρεσίες βάσει τοποθεσίας (LBS), παρέχουν στους επισκέπτες εξατομικευμένες πληροφορίες σε πραγματικό χρόνο, που σχετίζονται με την γεωγραφική τοποθεσία που βρίσκονται. Επίσης οι (LBS) βοηθούν πολύ στη διαχείριση του βιώσιμου τουρισμού. (Ali & Frew, 2014).

12.2.3. Οι εφαρμογές των νέων τεχνολογιών στις προσκυνηματικές διαδρομές.

Μερικές από τις πολλές εφαρμογές αυτών των τεχνολογιών στον τουρισμό είναι η ψηφιακή ξενάγηση και το εικονικό προσκύνημα. Η χρήση της ψηφιακής ξενάγησης, μπορεί να γίνει στους ελεύθερους ή στους κλειστούς αρχαιολογικούς χώρους, στα μουσεία, όπως και σε οποιοδήποτε πολιτιστικού ή τουριστικού ενδιαφέροντος χώρο. Η χρήση της γίνεται μέσω της (AR) τεχνολογίας και στο μέλλον μπορεί να υποκατασταθούν οι ξεναγοί. Αυτό δε θα γίνει, επειδή αυτού του

είδους η ξενάγηση, γίνεται εξατομικευμένα και στη γλώσσα ενδιαφέροντος του κάθε προσκυνητή. (Tussyadiah, et al., 2018 ; Likhanizadeh, et al., 2020 ; Dieck and Jung, 2017).

Το εικονικό προσκύνημα, είναι η προσομοίωση μιας προσκυνηματικής διαδρομής στο διαδίκτυο. Αυτή την προσομοίωση, συνήθως την παρακολουθούν, είτε για πνευματικούς λόγους, είτε για λόγους υγείας, είτε για λόγους σωματικής αδυναμίας, είτε για λόγους έλλειψης ελεύθερου χρόνου, είτε για εκπαιδευτικούς ή είτε και για οικονομικούς λόγους. (MacWilliams, 2002 ; Xiarhos, 2016)

Οι αρχαιολογικοί χώροι (ναοί, μοναστήρια, κλπ.) θεωρούνται περιοχές πολιτιστικής κληρονομιάς, αποτελώντας έτσι ένα ευαίσθητο περιβάλλον. Η ευαισθησία αυτή, προέρχεται εκ του ότι, τα αρχαιολογικά εκθέματα έχουν υποστεί φθορές, εξαιτίας της μακραίωνης ιστορίας τους. Δυστυχώς όμως, ο συνωστισμός των επισκεπτών στους αρχαιολογικούς χώρους, αυξάνει τις πιθανότητες για τη δημιουργία είτε φθοράς των εκθεμάτων, είτε υποβάθμισης του φυσικού τους περιβάλλοντος, είτε και ατυχημάτων. (Aziz & Siang, 2014 ; Ioannidis & Vozikis, 2007). Οι κίνδυνοι αυτοί, μπορεί να μειωθούν, με τη βοήθεια των εφαρμογών των νέων τεχνολογιών όπως του (GIS) (Makhadmenh, et al., 2020), (VR), (AR), (MR). (Aziz and Siang., 2014). Αυτές οι εφαρμογές, έχουν τη δυνατότητα να μειώσουν τις βλαπτικές επιπτώσεις του μεγάλου αριθμού επισκεπτών στα κτίρια ή και στα αντικείμενα που είναι χαρακτηρισμένα ως πολιτιστικοί θησαυροί.

Με το εικονικό προσκύνημα μέσω της (VR), μπορεί να αποφευχθεί ο συνωστισμός των επισκεπτών (προσκυνητών), ενώ ταυτόχρονα μπορούν να επισκεφθούν εικονικά αυτούς τους χώρους, τα άτομα που έχουν προβλήματα στη κίνηση τους. (Dwivedi & Narula, 2020).

Με την (AR) τεχνολογία, οι πληροφορίες της ξενάγησης μπορούν να μεταδοθούν στους επισκέπτες μέσω των tablet ή των smartphones τους, με έναν διαδραστικό και ευχάριστο τρόπο. Επίσης, αυτού του είδους η ξενάγηση, μπορεί να γίνει σε εξατομικευμένο επίπεδο, προσαρμοζόμενη στην ηλικία, το φύλο, το μορφωτικό του επίπεδο όπως ακόμη και στη γλώσσα της αρεσκειάς του επισκέπτη/προσκυνητή. Μπορεί ακόμη, να πλοηγήσει τους επισκέπτες, στους χώρους πολιτιστικής κληρονομιάς, να μεταδώσει όλες τις πληροφορίες των πινακίδων με διαδραστικό τρόπο, αντικαθιστώντας έτσι τις πινακίδες. (Cranmer & Jung, 2014). Με την ίδια

τεχνολογία, μπορεί να γίνει ψηφιακή και εξατομικευμένη ξενάγηση σε ΑΜΕΑ όπως π.χ., σε άτομα με προβλήματα ακοής ή και όρασης. (Sheehy, et al., 2019).

Η (MR), μπορεί να προσφέρει σε πολλούς προσκυνητές, μια εναλλακτική μορφή πρόσβασης σ' αυτούς τους χώρους. (Aziz and Siang, 2014). Έτσι, μέσω της τεχνολογίας (MR), μπορεί να γίνει με λεπτομερή τρόπο, η ψηφιακή μοντελοποίηση μιας δομημένης αρχιτεκτονικής κατασκευής, όπως πχ., ενός ναού, ενώ ταυτόχρονα εντός της, να υπάρχουν ψηφιακές ανθρώπινες μορφές (avatar) που κινούνται εκτελώντας διάφορες δραστηριότητες. (Hampson, 2017). Αυτού του είδους η ψηφιακή μοντελοποίηση μιας δομημένης αρχιτεκτονικής κατασκευής με την ταυτόχρονη ύπαρξη avatar εντός της, με τη χρήση της (MR), έχει παρουσιαστεί στους προσκυνητές του Καθεδρικού Ναού του Κατένμπουρι στην Αγγλία. Έτσι, οι προσκυνητές παρατήρησαν, τέσσερις χώρους του Καθεδρικού Ναού, που σχετίζονται με τη ζωή του Θωμά Μπέκετ (άγιος της Καθολικής Εκκλησίας). Ταυτόχρονα, εντός αυτών των χώρων συνυπήρχαν ψηφιακές ανθρώπινες μορφές (avatar), που κινούνταν εκτελώντας διάφορες δραστηριότητες. Τα avatar αυτά, προσομοίαζαν προσκυνητές της εποχής του μεσαίωνα. Έτσι μέσω αυτής της τεχνολογίας, οι επισκέπτες του ναού σήμερα, μπορούν να ζήσουν, την προσκυνηματική εμπειρία των προσκυνητών (avatar) του ίδιου χώρου αλλά στην εποχή του μεσαίωνα. (Hampson, 2017). Σύμφωνα με μελέτες που ασχολήθηκαν με την αίσθηση της ικανοποίησης των τουριστών, μετά την αλληλεπίδραση τους με τα τουριστικά αξιοθέατα μέσω των smartphones τους, με τη βοήθεια της (AR) και της (MR), ήτανε θετική, συμβάλλοντας έτσι, θετικά στη συνολική τουριστική εμπειρία. (Tussyadiah, et al., 2018 ; Hudson, et al., 2019 ; Zaušková, et al., 2016).

Οι Υπηρεσίες βάσει τοποθεσίας (LBS), έχουν τη δυνατότητα, να ενημερώνουν και να εκπαιδεύουν τους επισκέπτες/προσκυνητές, ώστε να έχουν τη συμπεριφορά που αρμόζει κατά την επίσκεψή τους, σε ευαίσθητους χώρους και περιβάλλοντα. Επίσης, μπορούν να τους ενημερώνουν, για τα προϊόντα που μπορούν να καταναλώνουν ή να αγοράζουν στις συγκεκριμένες περιοχές που βρίσκονται. (Ali & Frew, 2014). Με αυτό τον τρόπο, οι ηλικιωμένοι, οι αδύναμοι, οι ασθενείς επισκέπτες/προσκυνητές, μπορούν να βιώσουν και αυτοί, την αίσθηση της προσκύνησης ενός χώρου, που σε φυσιολογικές συνθήκες είναι αδύνατον να επισκεφθούν. (Xiarhos, 2016).

12.3. Τα Μη επανδρωμένα Εναέρια Οχήματα (UAV) ή drones, η χρήση, οι εφαρμογές και τα πλεονεκτήματά τους.

12.3.1. Τα Μη επανδρωμένα Εναέρια Οχήματα (UAV) ή drones

Τα UAV ή drones είναι πτητικές μηχανές, που πετούν είτε αυτόνομα μέσω της τεχνητής νοημοσύνης που διαθέτουν, είτε μέσω τηλεκατεύθυνσης, από χειριστή που βρίσκεται στο έδαφος. (Kim, et al., 2018 ; Skondras, et al., 2018). Αυτά ταξινομούνται σε διάφορες κατηγορίες όπως: α) από τον τρόπο που ίπτανται (σταθερών ή περιστρεφόμενων πτερύγων), β) το μέγεθος τους, γ) την αυτονομία τους, δ) το ύψος της πτήσης που επιτυγχάνουν, ε) το σκοπό της χρήσης τους. (Rao, et al., 2016 ; Klemas, 2015). Τα δεδομένα των αισθητήρων τους, καταγράφονται σε πραγματικό χρόνο, σε ένα σύστημα καταγραφής (σκληρός δίσκος) ενός υπολογιστή, ή ενός tablet, ή ενός smartpone. Συνεπώς, ένα (UAV), μαζί με το επίγειο σύστημα ελέγχου του και το σύστημα καταγραφής των δεδομένων του, και τους αισθητήρες του, αποτελεί ένα σύνολο, που ονομάζεται Μη Επανδρωμένο Εναέριο Σύστημα (UAS). Οι βασικοί αισθητήρες ενός drone είναι: το GPS, τα όργανα ελέγχου, επικοινωνίας και εγγραφής. (Tsiamis, et al., 2019). Επιπλέον μπορεί να μεταφέρει κάμερα, χημικούς, ακουστικούς, υδρομετρικούς και θερμογραφικούς αισθητήρες. (Ivošević, et al., 2015).

12.3.2. Η χρήση των drones.

Η χρήση αυτών των συσκευών, μπορεί να είναι για στρατιωτικούς σκοπούς (Luppicipini & So, 2016), για αστυνόμευση και επιτήρηση συνόρων (Roma, 2017). Επίσης χρησιμοποιούνται για ερευνητικούς σκοπούς (Manfreda, et al., 2018), στην έρευνα και διάσωση (Karaca, et al., 2018), για εμπορικούς σκοπούς (Khan et al., 2017), Ακόμη χρησιμοποιούνται στον τουρισμό (Likhanizadeh, et al., 2020), στην αρχαιολογία, στην αρχιτεκτονική (Tache, et al., 2018) στην τεκμηρίωση της πολιτιστικής κληρονομιάς (Fiz, et al, 2022) κλπ. Συνήθως, τα μικρά σε μέγεθος (UAV), χρησιμοποιούνται για τη συλλογή δεδομένων χωρίς μεγάλο κόστος, όπως για τις φυσικές καταστροφές, στην γεωργία, για τον εντοπισμός ατόμων με άνοια, την αρχαιολογία, την διαφύλαξη της πολιτιστικής κληρονομιάς, κλπ. (Tsiamis, et al., 2019 ; Fiz, et al, 2022).

12.3.3. Τα πλεονεκτήματα της χρήσης των drones στον τουρισμό

Τα drones μπορεί να χρησιμοποιηθούν σε χώρους πολιτιστικής κληρονομιάς είτε: α) για την περιήγηση και ξενάγηση των επισκεπτών, β) για να βοηθήσουν στη δημιουργία μιας εικονικής ξενάγησης, ή ενός εικονικού προσκυνήματος. γ) Για να συμβάλουν στην αύξηση της ασφάλειας

των επισκεπτών και των μνημείων των χώρων της πολιτιστικής κληρονομιάς. δ) Για την προστασία του περιβάλλοντος και των μνημείων.

12.3.3.1. Η περιήγηση και η ξενάγηση των επισκεπτών μέσω drones.

Η περιήγηση και η ξενάγηση των επισκεπτών μπορεί να γίνει με αυτά, εξαιτίας της δυνατότητας που έχουν να ίπτανται και να αιωρούνται με πολύ μεγάλη ακρίβεια, (Likhanizadeh, et al., 2020) και ότι φέρουν κάμερα (απλή ή και 360°), για βιντεοσκόπηση. (De Paiva, 2017). Χάρη σ' αυτές τους τις δυνατότητες, μπορούν να βιντεοσκοπούν ή να φωτογραφίζουν διάφορα σημεία ενδιαφέροντος, όπως πχ., των εκθεμάτων ενός αρχαιολογικού χώρου. (De Paiva, 2017). Επίσης χάρη τις πτητικές τους δυνατότητες και τη κάμερα τους, μπορούν να τραβήξουν βίντεο ή φωτογραφίες, από θέσεις ή και γωνίες, που ένας απλός παρατηρητής θα ήταν αδύνατον να τραβήξει. (Likhanizadeh, et al., 2020). Έτσι οι επισκέπτες, μπορούν να περιηγηθούν αλλά και να ξεναγηθούν σε πραγματικό χρόνο, με τη βοήθεια των drones, μέσω των βίντεο ή των φωτογραφιών που λαμβάνουν. (De Paiva, 2017). Ταυτόχρονα, το ψηφιακό υλικό που μεταδίδουν αυτά στους επισκέπτες (σε πραγματικό χρόνο), μπορεί ταυτόχρονα, να εμπλουτίζεται και με πρόσθετο υλικό. Αυτό το νέο υλικό, μπορεί να παρουσιάζεται με τη μορφή 3D, είτε μέσω της επαυξημένης πραγματικότητας (AR), ή είτε μέσω της μεικτής πραγματικότητας (MR). (Skondras, et al., 2018).

12.3.3.2. Τα drones μπορούν να βοηθήσουν στη δημιουργία μιας εικονικής ξενάγησης, ή ενός εικονικού προσκυνήματος.

Τα drones μπορούν να βοηθήσουν στη δημιουργία μιας εικονικής ξενάγησης, ή ενός εικονικού προσκυνήματος, διότι το ψηφιακό υλικό της βιντεοσκόπησης που έχουν τραβήξει, μπορεί να μεταδοθεί μέσω του διαδικτύου. Αυτό το υλικό, μετά από κατάλληλη επεξεργασία, μπορούν να το παρακολουθήσουν ως εικονικό προσκύνημα, άνθρωποι που δεν έχουν τη δυνατότητα να παρευρεθούν στον συγκεκριμένο χώρο. Όπως π.χ., ηλικιωμένοι, ΑΜΕΑ, ασθενείς, άτομα με κινητικά προβλήματα, έγκυοι, παιδιά, ή την οικονομική, ή ακόμη και τον ελεύθερο χρόνο να επισκεφθούν αυτούς τους τόπους. (Likhanizadeh, et al., 2020)

12.3.3.3. Τα drones μπορούν να συμβάλουν, στην αύξηση της ασφάλειας των επισκεπτών και των μνημείων των χώρων της πολιτιστικής κληρονομιάς.

Τα «τετρακόπτερα» drones μπορούν να συμβάλουν, στην αύξηση της ασφάλειας των επισκεπτών στα σπήλαιο-ασκητήρια, από τις κατολισθήσεις ή τις καθιζήσεις ή και από τις

καταπτώσεις βράχων. Αυτό μπορεί να συμβεί μέσω της αεροφωτογράφισης του εδάφους του κάθε σπήλαιο-ασκητηρίου. Κατόπιν, οι γεωλόγοι αξιοποιούν αυτές τις αεροφωτογραφίες, σε συνδυασμό με τους χάρτες της περιοχής, που έχουν προέλθει από τη γεωλογική και σεισμολογική έρευνα. Με αυτόν τον τρόπο, μπορούν να προληφθούν σοβαρά ατυχήματα στους προσκυνητές, αλλά και καταστροφές στα μνημεία ή τις υποδομές τους. (Vladev, 2019).

12.3.3.4. Η προστασία του περιβάλλοντος και των μνημείων.

Η προστασία του περιβάλλοντος και των μνημείων μπορεί να επιτευχθεί, με τη βοήθεια των drones και του εικονικού τουρισμού, λόγω της μείωσης των προσερχομένων επισκεπτών και την αποφυγή του συνωστισμού. Με αυτόν τον τρόπο δημιουργούνται οι προϋποθέσεις, για μια πιο ισορροπημένη και λιγότερο βλαπτική επισκεψιμότητα σε ευαίσθητους οικολογικά χώρους και χώρους πολιτιστικής κληρονομιάς. (Likhanizadeh, et al., 2020). Βασικός παράγοντας για την επιτυχή αποστολή των drones, είναι η σωστή επιλογή και ο σωστός σχεδιασμός της διαδρομής που θα διασχίσει το κάθε ένα, έτσι ώστε, να καλύψει με την πτήση του, όλα τα σημεία ενδιαφέροντος σε βίντεο. Όλος αυτός ο μηχανισμός μετάδοσης και παρουσίασης, γίνεται μέσω της αρχιτεκτονική 5G. (Skondras, et al., 2018).

Συνεπώς, η πολιτιστική κληρονομιά, προστατεύετε και αναδεικνύεται καλύτερα, μέσω των βιντεοσκοπίσεων των χώρων, των μηχανισμών μετάδοσης και παρουσίασης των από τα drones. Αυτό συμβαίνει γιατί συμβάλει: α) Στον έλεγχο των μνημείων μετά από μία έκτακτη κατάσταση, όπως πχ., σεισμό, φωτιά, πλημύρα κλπ. β) Στον τυπικό καθημερινό έλεγχο του κάθε μνημείου για την αντιμετώπιση διαφόρων προβλημάτων σε σχέση μ' αυτό. γ) Δίνει τη δυνατότητα στις ομάδες των επισκεπτών, εκτός της φυσικής τους πρόσβασης στο μνημείο, να επιλέξουν και την εικονική του ξενάγηση. ε) Οι επισκέπτες μπορούν να επιλέξουν, κάποια μνημεία να τα παρακολουθήσουν μέσω της εικονικής επίσκεψης και κάποια άλλα μέσω της φυσικής παρουσίας των. στ) Οι ίδιοι, μέσω της εικονικής ξενάγησης, μπορούν να επισκεφθούν μνημεία ή περιοχές που είναι εξαιρετικά δυσπρόσιτες, (Skondras, et al., 2018 ; De Paiva, 2017), ενώ ταυτόχρονα να τους δώσει την ενσυναίσθηση, ότι τις προσεγγίζουν (π.χ., σαν αναρριχητές ή σαν ορειβάτες, κλπ.) (Kim, et al., 2018). Επίσης, ζ) μπορούν να προσεγγίσουν μέσω της ενσυναίσθησης, περιοχές που είναι απαγορευμένες για λόγους ασφαλείας, αλλά ιδιαίτερου πολιτιστικού ενδιαφέροντος. (Kim, et al., 2018). η) Μπορούν οι υπεύθυνοι του χώρου, να ελέγχουν την κίνηση των τουριστών (σε ποια σημεία δείχνουν μεγαλύτερο ενδιαφέρον άρα βρίσκονται συγκεντρωμένοι, ενώ σε άλλα δεν είναι, άρα δεν δείχνουν ιδιαίτερο ενδιαφέρον).

Μέσω αυτής της παρατήρησης, μπορεί να γίνει διαφορετικός ο σχεδιασμός της ξενάγησης ή να δοθεί περισσότερη έμφαση στα αδύνατα σημεία ενδιαφέροντος (Rusdi, et al., 2019). Θ) Επίσης, βοηθάνε τον εικονικό τουρισμό, την τουριστική διαφήμιση, και την εικονική ξενάγηση. (Mirk and Hlavacs, 2015). ι) Υπάρχει η δυνατότητα στα drones η πτήση τους να μην ελέγχεται μόνο από τον υπεύθυνο πτήσης του, αλλά και από άλλα άτομα ταυτόχρονα (π.χ., επισκέπτες) (De Paiva, 2017)

12.4. Οι αναγκαίες υποδομές του προσκυνηματικού τουρισμού, των ιερών σπηλαίων και σπήλαιο-ασκητηρίων

Οι υποδομές που χρειάζονται να γίνουν σ' αυτού του είδους τις προσκυνηματικές διαδρομές, είναι στα εξής πεδία: 1) της διαφήμισης της, και της ενημέρωσης των προσκυνητών. 2) Της ασφάλειας των, και 3) της δημιουργίας συνθηκών για την ανετότερη, ευκολότερη και ευχάριστη παραμονή τους. Πολλές από τις υποδομές που χρειάζονται να γίνουν στα προαναφερθέντα πεδία, μπορούν να καλυφθούν, μέσω των επενδύσεων στις νέες τεχνολογίες. Η προώθηση και εφαρμογή αυτών, μπορεί να βοηθήσει στη λύση προβλημάτων που απασχολούν γενικά το τουρισμό, αλλά και ειδικά το προσκυνηματικό τουρισμό. (DeAscaniis and Cantoni, 2016). Η χρήση των εφαρμογών των νέων τεχνολογιών (GPS, GIS, VR, AR, MR, drones, κλπ.), γίνεται εύκολα, μέσω των smartphones και των tablets. Με τις συσκευές αυτές, οι περισσότεροι άνθρωποι μπορούν να επικοινωνούν, να έχουν νέους τρόπους αλληλεπίδρασης με το περιβάλλον, να προσεγγίζουν και να μαθαίνουν τον κόσμο, σχεδόν σε όλες του τις εκφάνσεις, όπως πχ., τα μνημεία της πολιτιστικής κληρονομιάς. (Boboc, et al., 2019)

12.4.1. Η διαφήμιση και η ενημέρωση της προσκυνηματικής διαδρομής στους προσκυνητές.

Η δημόσια προβολή μιας προσκυνηματικής διαδρομής τοπικού χαρακτήρα για την προσέλκυση νέων προσκυνητών είναι σημαντική. Σήμερα, η προβολή αυτή γίνεται μέσω του διαδικτύου με τη δημιουργία ενός ξεχωριστού ιστότοπου ή μέσω των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης. (Καμπούρη, 2020. σ.76). Μέσα σ' αυτόν, θα υπάρχουν όλες οι πληροφορίες που αφορούν την προσκυνηματική διαδρομή, όπως την ιστορία της, την ιστορία των σημείων αναφοράς της και τους Αγίους που έζησαν σ' αυτά τα ασκητήρια. Επίσης την ιστορία, τους άλλους αρχαιολογικούς χώρους, τα ιστορικά μνημεία και κτίρια, τις τοπικές παραδόσεις, και τις γιορτές της περιοχής. (Kádár & Benedek, 2017) Ακόμη, τους τρόπους που μπορεί να έρθει ο κάθε προσκυνητής, από τον τόπο διαμονής του έως την συγκεκριμένη περιοχή. Πληροφορίες για τη παραμονή του, τη

διανυκτέρευση του, την εστίαση του κλπ. Ακόμη μπορεί να δει σε video και φωτογραφίες όλα τα σημεία αναφοράς της διαδρομής. (Hernandez, et al., 2006 ; Stefko, et al., 2015). Επίσης θα παρέχονται πληροφορίες για τον εξοπλισμό που χρειάζεται να έχουν, τους κανόνες ασφαλείας που πρέπει να ακολουθούν στην οδοιπορία τους στην φύση, για την ασφάλεια τους. (Lopez, 2013 ; Fernandes, et al., 2018). Με αυτόν τον τρόπο, οι προσκυνητές θα είναι καλύτερα προετοιμασμένοι για την πραγματοποίηση της προσκυνηματικής διαδρομής. (Fernandes, et al., 2017). Η διαφήμιση της κάθε διαδρομής, μπορεί να συμπεριληφθεί και σε άλλους ιστότοπους, όπως των διαφόρων Μητροπόλεων, των Ενοριών, των ορειβατικών και πεζοπορικών συλλόγων. Ακόμη μπορεί γίνει μέσω του Facebook, του YouTube ή και του Pinterest. (Štefko, et al., 2014).

12.4.2. Η ασφάλεια των προσκυνητών.

Η ασφάλεια των προσκυνητών εκτός της ενημέρωσης τους, εξαρτάται και από άλλες παραμέτρους που χρίζουν προσοχής. Αυτές είναι, η σωστή σήμανση των δρόμων και των μονοπατιών, όπως και η συνεχόμενη ενημέρωση τους κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας των. Αυτή η ενημέρωση μπορεί να γίνει είτε: α) μέσω πινακίδων, είτε β) μέσω του διαδικτύου. γ) Στη δημιουργία του εικονικού προσκυνήματος της διαδρομής και του εικονικού μουσείου.

12.4.2.1. Οι πινακίδες σήμανσης και ενημέρωσης.

Αυτές οι πινακίδες, θα πρέπει να είναι ευανάγνωστες και τοποθετημένες σε σωστά σημεία, έτσι ώστε να ενημερώνονται εύκολα και να ακολουθούν τη σωστή κατεύθυνση. Μέσα στις πληροφορίες που θα τους παρέχουν, θα είναι και αυτές των προειδοποιήσεων για τους κινδύνους που μπορεί να διατρέχουν (Fernandes, et al., 2018).

12.4.2.2. Σήμανση και ενημέρωση μέσω του διαδικτύου.

Οι προσκυνητές κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας τους, μπορούν να λαμβάνουν διαδικτυακά μέσω των GIS του GPS, του (LBS), του Google Earth ή του Virtual Earth χρήσιμες πληροφορίες. Αυτές μπορεί να είναι, για τη πλοήγηση τους, για έκτακτα καιρικά φαινόμενα ή έκτακτες καταστάσεις στη περιοχή και τα σημεία αυτοπροστασίας που μπορούν να καταφύγουν. Επίσης, μπορούν να λαμβάνουν και άλλου είδους πληροφορίες, όπως πχ., για την ιστορία της περιοχής, την χλωρίδα και την πανίδα της, ή για την αλλαγή του τοπίου της περιοχής ή του μονοπατιού, μετά από ένα γεωλογικό γεγονός. (Statuto, et al., 2014 ; Čech, et al., 2019). Για να υπάρχει αυτή η δυνατότητα της προσφοράς αυτών των υπηρεσιών μέσω του διαδικτύου, προϋποθέτει την

ύπαρξη κατά μήκος όλης της διαδρομής, ενός ισχυρού και σταθερού σήματος της κινητής τηλεφωνίας και του GPS.

12.4.2.3. Η δημιουργία του εικονικού προσκυνήματος της διαδρομής και του εικονικού μουσείου.

Η δημιουργία του εικονικού προσκυνήματος της διαδρομής και του εικονικού μουσείου, είναι οι επενδύσεις που θα βοηθήσουν πρώτιστα, τους ανθρώπους που αντιμετωπίζουν κινητικά προβλήματα. Μέσα σ' αυτό το εικονικό μουσείο, αυτοί οι προσκυνητές, όπως και οι υπόλοιποι, μπορούν να έχουν μια εικονική διέλευση της διαδρομής με πρόσβαση στο ασκητήριο και ξενάγηση τους, μέσω των τεχνολογιών της (VR) τεχνολογίας. (Tussyadiah, et al., 2018). Μέσα σ' αυτό το μικρό ψηφιακό μουσείο οι προσκυνητές θα μπορούν να δουν τα σημεία αναφοράς της διαδρομής, σε video, σε φωτογραφίες, σε φωτογραφίες 360°, όπως και όλα τα υπόλοιπα πολιτιστικά στοιχεία της περιοχής. (Hernandez, et al., 2006 ; Aziz & Siang, 2014 ; Ali & Frew, 2014). Μέσα στον ίδιο χώρο και τη βοήθεια των (GIS, AR) τεχνολογιών, μπορούν να δώσουν τη δυνατότητα στους επισκέπτες εξατομικευμένα, να δουν μέσω επικάλυψης, διευκρινιστικούς πίνακες, που θα περιέχουν όλες τις πληροφορίες για την ιστορία της περιοχής, στο πραγματικό περιβάλλον. Αυτό μπορεί να γίνει, μέσω των smartphones τους ή μέσω οθονών HMD ή μέσω των ειδικών έξυπνων γυαλιών και με τη βοήθεια της αυτόματης πλοήγησης. Αυτοί οι διευκρινιστικοί πίνακες παρουσιάζονται εξατομικευμένα στον κάθε επισκέπτη, είτε οπτικά είτε ακουστικά με φωνητική επεξήγηση. Ο κάθε επισκέπτης έχει τη δυνατότητα, να επιλέξει τη γλώσσα της αρεσκείας του. Με αυτόν τον τρόπο, μπορεί η ξενάγηση, να γίνει με εντελώς ψηφιακό τρόπο. (Tussyadiah, et al., 2018).

Η ικανοποίηση των επισκεπτών εξαιτίας της χρήσης αυτών των ευκολιών, διαπιστώνεται π.χ., στα μικρά μουσεία. Αυτό δε φαίνεται, εξαιτίας της αύξησης του χρόνου παραμονής των επισκεπτών στο μουσείο, αλλά και το θετικό αντίκτυπο του μουσείου προς την κοινωνία. Το αποτέλεσμα αυτής της ευχαρίστησης, είναι η αύξηση των επισκεπτών και των οικονομικών των μικρών μουσείων και η αειφόρος ανάπτυξη των. (Dieck and Jung, 2017).

12.4.3. Συνθήκες για την ευχάριστη, άνετη και εύκολη παραμονή των προσκυνητών στην περιοχή της προσκυνηματικής διαδρομής.

Τα σημεία εκκίνησης και τερματισμού μιας προσκυνηματικής διαδρομής είναι οι πλησιέστεροι προς τα ασκητήρια οικισμοί. Αυτοί οι οικισμοί μπορεί να είναι, είτε ένα χωριό, είτε μια

κωμόπολη, είτε μια πόλη. Σ' αυτούς τους οικισμούς, στην αρχή, οι προσκυνητές θα ετοιμασθούν για τη διάσχιση της διαδρομής προς το ασκητήριο, ενώ στην επιστροφή, είτε θα σταθούν να ξεκουραστούν, να φάνε, να ξεναγηθούν και πιθανώς και να διανυκτερεύσουν. Συνεπώς, σ' αυτούς τους οικισμούς, θα πρέπει να υπάρχουν όλες οι υποδομές που είναι ικανές να παράσχουν στους προσκυνητές μια ευχάριστη, άνετη και εύκολη παραμονή. Μέσα σ' αυτές τις υποδομές είναι και οι επενδύσεις στις νέες τεχνολογίες και στις εφαρμογές τους.

Έτσι λοιπόν όλοι οι οικισμοί αυτοί, θα πρέπει να συνδεθούν στο σύστημα πλοήγησης, πληροφόρησης και ξενάγησης των προσκυνητών, μέσω του συστήματος πληροφοριών των (GIS), (VR), (AR), (MR) και (LBS). Με αυτό τον τρόπο, οι προσκυνητές, θα λαμβάνουν όλες τις χρηστικές πληροφορίες που χρειάζονται, για την πλοήγηση τους, τη ξενάγηση τους, τις αγορές τους, τη διασκέδαση τους, τη σίτιση τους και τη διανυκτέρευση τους διαδικτυακά. Για να γίνει αυτό, πρέπει όλες οι υποδομές όπως, Δημόσιες Υπηρεσίες, Υπηρεσίες Άμεσης Ανάγκης, ξενοδοχεία, ξενώνες, εστιατόρια, καφέ, αρχαιολογικοί χώροι, κλπ., να συνδεθούν στα συστήματα παροχής πληροφοριών των (GIS), (VR), (AR), (MR) και (LBS). Μέσω αυτών των συστημάτων οι προσκυνητές, θα λαμβάνουν σε πραγματικό χρόνο, οποιαδήποτε πληροφορία χρειάζονται που είναι σχετική με την πλοήγηση τους, τη ξενάγηση τους, ή τη ενημέρωση τους. Με τον τρόπο αυτό οι οικισμοί αυτοί, θα μετατραπούν σε «έξυπνα-ες» χωριά, ή κωμοπόλεις ή και οι πόλεις (Ramos, et al., 2018 ; Čorejová, et al., 2021).

Οι πληροφορίες αυτές, θα μεταδίδονται στους ενδιαφερόμενους μέσω της δημιουργίας μιας βάσης δεδομένων και ενός Web-GIS της κάθε διαδρομής. Η εφαρμογή τους, θα πρέπει να είναι απλή και κατανοητή, για να τη χρησιμοποιούν μέσω των smartphones τους όλοι οι επισκέπτες ακόμη και αυτοί που δεν είναι εξοικειωμένοι. (Statuto, et al., 2014 ; Antunes & Amaro, 2016 ; Boukouvalas, et al., 2018).

12.5. Ο συντονισμός της δημιουργίας και της διαχείρισης των υποδομών

Σήμερα για να υπάρξει προστασία της πολιτιστικής κληρονομιάς ενός τόπου, πρέπει αυτά τα μνημεία, να ενταχθούν στην καθημερινότητα των ανθρώπων ως χρηστικά, με ένα βιώσιμο τρόπο. Για να επιτευχθεί αυτός ο στόχος, πρέπει οι κάτοικοι της περιοχής και ειδικά οι νέοι που αποτελούν το μέλλον, να αποδεχθούν αυτό το στόχο, και να ακολουθήσουν τις πολιτικές που

τον προωθούν. (Lappa & Georgitsoyanni, 2016 ; Georgitsoyianni, et al., 2013). Αυτές οι πολιτικές, πρέπει να βασίζονται σε ένα σωστά μελετημένο αναπτυξιακό τουριστικό σχέδιο προσαρμοσμένο στις ανάγκες της κάθε περιοχής. Αυτό, θα μπορέσει να δώσει το έναυσμα σε ιδιώτες και δημόσιους φορείς, για τη δημιουργία βιώσιμης ανάπτυξης στην περιοχή, μέσω των δράσεων τους, για την προστασία και την ανάδειξη, των πολιτιστικών και φυσικών των πόρων της περιοχής. (Kantzoura & Mitoula, 2016 ; Καμπούρη, 2020. σ.76).

Η επίτευξη αυτού του στόχου από μεν τους ιδιώτες, θα γίνει μέσω της αύξησης της τοπικής επιχειρηματικότητας (Mitoula & Stathouloropoulos, 2017), από δε την πλευρά του κράτους, μέσω των δημόσιων επενδύσεων. (Tuan, 2019). Η Εκκλησία (ως ειδικό τμήμα του δημόσιου τομέα) ενδιαφέρεται για την πνευματική (πρωτίστως) αλλά και υλική ευημερία των Ελλήνων. Γι' αυτό τον σκοπό, συνεργάζεται με όλες τις κρατικές, τις κοινωνικές υπηρεσίες και φορείς, αλλά και τους ιδιώτες. (Georgitsoyanni, et al., 2014). Έτσι, μπορεί και αυτή να διαδραματίσει ένα αναπτυξιακό ρόλο, ειδικά σε μικρές κοινότητες που βρίσκονται σε δυσπρόσιτες και απομονωμένες περιοχές (Kilipiris & Dermetzopoulos, 2016). Ακόμη, σημαντικό ρόλο για την επίτευξη αυτού του στόχου, μπορούν να διαδραματίσουν οι τοπικές εθελοντικές ομάδες, οι τοπικοί σύλλογοι και οι πιστοί των τοπικών Ενοριών (Balestrieri & Congiu, 2017).

Οι επενδύσεις αυτές όμως, δεν θα πρέπει να γίνονται αποσπασματικά και μεμονωμένα, αλλά συντονισμένα. Ο συντονισμός όλων αυτών των προαναφερθέντων φορέων, μπορεί να γίνει μέσω της δημιουργίας ενός ξεχωριστού φορέα. Αυτός θα συντονίζει τις Υπηρεσίες του Δημοσίου, τις κατά τόπου Μητροπόλεις, τους παραγωγικούς φορείς, τα τοπικά επιμελητήρια και τους διάφορους συνεταιρισμούς και συλλόγους. (Lucarno, 2016). Επίσης ο ίδιος φορέας θα είναι υπεύθυνος, σε θέματα εκπαίδευσης και ευαισθητοποίησης του τοπικού πληθυσμού σε θέματα που σχετίζονται με την προστασία της πολιτιστικής κληρονομιάς, του περιβάλλοντος, κλπ. (Mitoula, et al., 2013).

Ο θρησκευτικός τουρισμός, βοηθάει στη βελτίωση και στην ανάπτυξη της αγροτικής οικονομίας, και στην αύξηση του εισοδήματος των αγροτών που ζουν σε χωριά. (Mahmoudi, et al., 2015).

Έτσι στα θέματα εκπαίδευσης του τοπικού πληθυσμού, θα συμπεριληφθούν προγράμματα κατάρτισης των αγροτών και των κτηνοτρόφων, σε θέματα πάνω στον αγροτουρισμό, στην βιολογική γεωργία και κτηνοτροφία. (Theodoropoulou, et al., 2009 ; Kiper, et al., 2016). Με την

εκπαίδευση αυτή, οι αγρότες και οι κτηνοτρόφοι, θα μπορούν να ασχοληθούν και με τον αγροτουρισμό, έτσι ώστε να προσφέρουν στους επισκέπτες νέα προϊόντα, βοηθώντας μ' αυτόν τον τρόπο στη βιώσιμη ανάπτυξη της περιοχής τους. (Theodoropoulou, 2004).

Έτσι με το συντονισμό όλων των προαναφερθεισών ενεργειών του φορέα, στον τομέα της ασφάλειας των προσκυνητών, (Fernandes et al., 2017), της σωστής διαφήμισης της διαδρομής και των προαναφερθεισών αναβαθμισμένων προσφερόμενων υπηρεσιών, θα επιφέρουν, την ανάπτυξη της τοπικής παραγωγικότητας. (Kádár & Benedek, 2017). Επίσης, θα δημιουργηθούν οι προϋποθέσεις, έτσι ώστε το προϊόν (η προσκυνηματική διαδρομή) και οι υπηρεσίες που θα παρέχονται στους επισκέπτες (προσκυνητές), να είναι εντός ενός οικολογικά αποδεκτού περιβάλλοντος (Economidou & Mitoula, 2018). Αυτό θα έχει σαν αποτέλεσμα, την διεύρυνση της τοπικής οικονομίας τους καλοκαιρινούς μήνες, την διατήρηση των παραδόσεων και της πολιτιστικής κληρονομιάς του τόπου. (Theodoropoulou, et al., 2008).

ΚΕΦ.13: Η χρήση του «τετρακόπτερου» drone. Ένας νέος τρόπος προσέγγισης στα σπήλαιο-ασκητηρία.

Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα αποτελεί σήμερα ένα ανόθευτο και ανέγγιχτο μνημείο της ιστορίας του ασκητισμού στον Ελλαδικό χώρο. Αυτό έχει συμβεί, λόγω της αδυναμίας πρόσβασης σ' αυτό μετά τη καταστροφή της ανεμόσκαλας του που το συνέδεε με τη βάση του βράχου. Το συγκεκριμένο ασκητήριο βρίσκεται στην περιοχή «Κοφίνια» στη βορειοανατολική πλευρά του βράχου που έχει την ονομασία «Πυξάρι». Το ασκητήριο αυτό βρίσκεται στον ίδιο βράχο με το ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου σε θέση ψηλότερη από αυτή του Αγίου Αντωνίου. (Εικόνα 13.1)



(Εικόνα 13.1: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του κ. Ζήση Παπούλια) 1) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου στον βράχο Πυξάρι των Μετεώρων. 2) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Αντωνίου.

Το ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου αποτελείται ένα σύνολο πέντε (5) διαφορετικών μικρών σπηλαίων, που βρίσκονται στον ίδιο βράχο, σε κοντινή απόσταση αλλά σε διαφορετική υψομετρική θέση μεταξύ τους. (Εικόνα 13.2)



(Εικόνα 13.2: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το σπήλαιο-ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου με τις θέσεις στον βράχο των (5) διαφορετικών σπηλαίων του.

Η ιστορία αυτού του ασκητηρίου, δεν είναι πλήρως γνωστή. Γνωρίζουμε ότι οι κτήτορες αυτού του σπήλαιο-ασκητηρίου είναι οι αυτάδελφοι ιερομόναχοι Γρηγόριος και Θεοδόσιος. Η επιβεβαίωση αυτή, έρχεται από την κτητορική επιγραφή που υπάρχει εντός του ναυδρίου του ασκητηρίου. Αυτή αναφέρει (σε μετάφραση) ότι: «Η ανέγερσης του ναυδρίου του ασκητηρίου που είναι αφιερωμένο στην Θεοτόκο, έγινε από τον ιερομόναχο Γρηγόριο και τον αυτάδελφο του ιερομόναχο Θεοδόσιο, αρχιερατεύοντος Ματθαίου της επισκοπής των Σταγών, το έτος 1343/1344 μ.Χ.» Επίσης εντός του ναυδρίου του ασκητηρίου, το 1972 βρέθηκαν οι λαξευμένοι τάφοι των συγκεκριμένων Αγίων. Ακόμη στις τοιχογραφίες του εξωτερικού τοίχου του ναυδρίου, βρέθηκαν αγιογραφημένοι οι δύο αυτάδελφοι ιερομόναχοι φέροντες φωτοστέφανο. Σ' αυτές

τις δύο αγιογραφίες, υπάρχουν από μία επιγραφή που αναφέρουν (σε μετάφραση) «Δέηση του δούλου του Θεού Γρηγορίου του αμαρτωλού και κτήτορος. Μνήσθητι Κύριε των γονέων μου Μανουήλ ιερέως και της συμβίου αυτού Άννης και των τέκνων αυτών». Η δεύτερη αναφέρει (σε μετάφραση) «Δέηση του δούλου του Θεού Θεοδοσίου ιερομονάχου». (Θεοτέκη μοναχή, 2010. σ. 178-188).

Η ξύλινες κατασκευές που έχουν κατασκευασθεί στα σπήλαια του ασκητηρίου, (εξώστες, ξυλόφρακτα, στηθαία, ανεμόσκαλες, σκάλες πατώματα, ξύλινη τροχαλία, κλπ.), είναι 600 ετών και λειτουργικές. Αυτό, πιθανώς έχει συμβεί, επειδή όλες αυτές οι ξύλινες κατασκευές δεν βρέχονται, επειδή ο βράχος στο συγκεκριμένο σημείο έχει αρνητική κλήση ως προς τη βάση του. (Εικόνα 13.3) (Θεοτέκη, Μοναχή. 2017.σ . 178-190).



(Εικόνα 13.3: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Η αρνητική κλήση του βράχου Πυξάρι ως προς τη βάση του. 2) Η θέση του εξώστη του πρώτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου. 3)Η θέση του εξώστη, του τέταρτου σπηλαίου. Είναι εμφανής η αρνητική κλήση του βράχου με αποτέλεσμα την προστασία όλων των ξυλοκατασκευών του ασκητηρίου από τα νερά της βροχής.

Η λειτουργικότητα όλων αυτών των ξυλοκατασκευών φαίνεται, επειδή σήμερα οι αναρριχητές τις χρησιμοποιούν ως σημεία στήριξης των. (Εικόνα 13.4)



(Εικόνα 13.4: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Η χρήση του εξώστη του τέταρτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου από τους αναρριχητές.

Η πρώτη σπηλιά, βρίσκεται περίπου 25 μέτρα ψηλότερα από τη βάση του βράχου (Θεοτέκη μοναχή, 2010. σ. 178-188). Η επικοινωνία της με τη βάση του βράχου, γινόταν είτε με αναρρίχηση ή καταρρίχηση, είτε με τη βοήθεια ανεμόσκαλας. (Εικόνα 13.5)



(Εικόνα 13.5: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Τα όρια του ξύλινου εξώστη του πρώτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου. Φαίνεται η απόσταση από τη βάση του βράχου που είναι περίπου 25 μέτρα.

Αυτή η ανεμόσκαλα σήμερα έχει καταστραφεί, με αποτέλεσμα η πρόσβαση σ' αυτό να γίνεται μέσω της αναρρίχησης από αναρριχητές. (Εικόνα 13.6)



(Εικόνα 13.6: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Η πρόσβαση στο ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου με τη μέθοδο της αναρρίχησης.

Η συγκεκριμένη σπηλιά-ασκητήριο, έχει έναν εντυπωσιακά μεγάλο σε πλάτος και βάθος ξύλινο εξώστη. (Εικόνα 13.7)

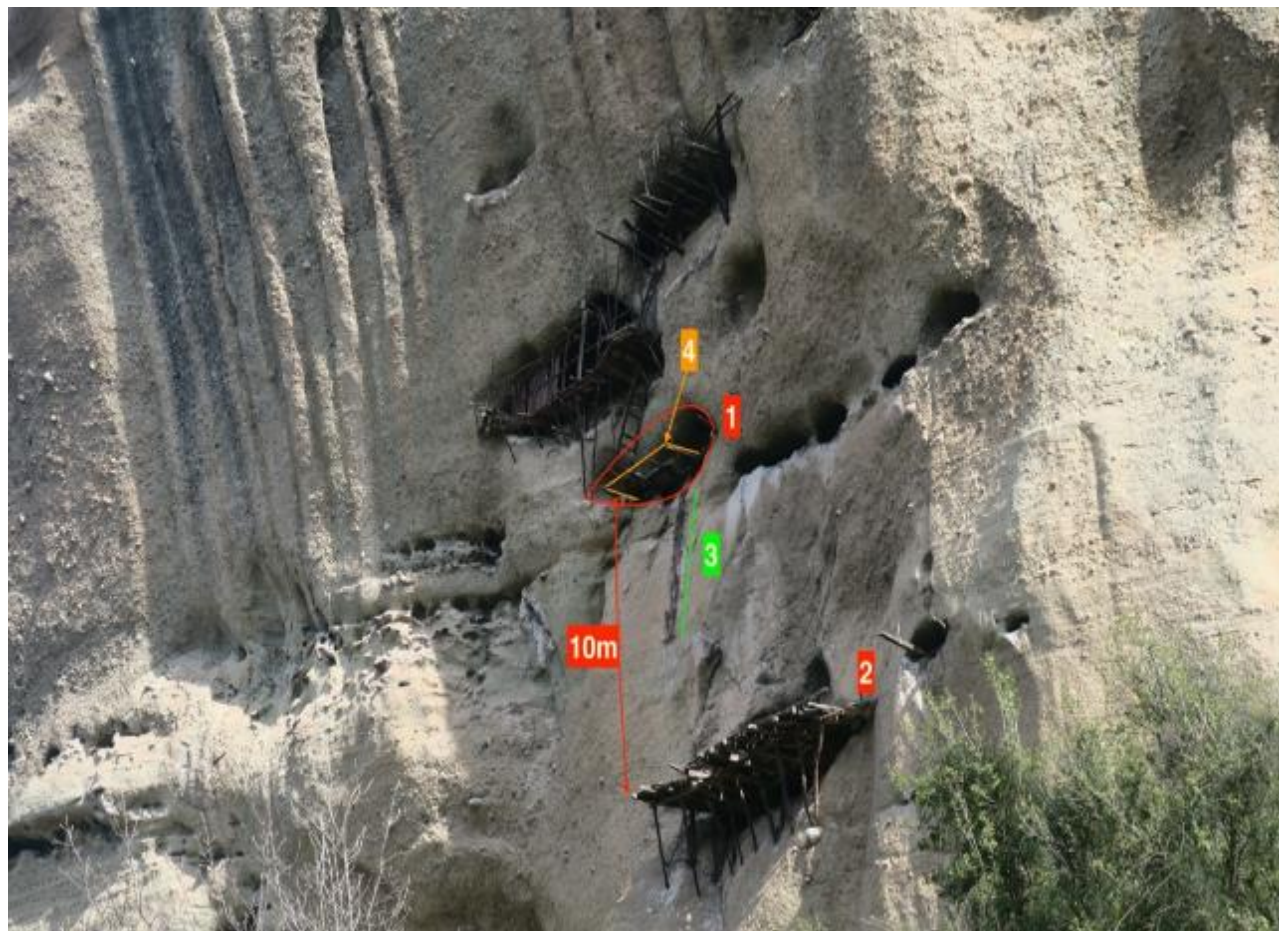


(Εικόνα 13.7: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του κ. Ζήση Παπούλια) Ο εντυπωσιακός σε πλάτος και βάθος ξύλινος εξώστης της πρώτης σπηλιάς του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.



(Εικόνα 13.8: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ο εντυπωσιακός σε πλάτος και βάθος ξύλινος εξώστης της πρώτης σπηλιάς του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

Η δεύτερη σπηλιά στο ίδιο ασκητηρίο, βρίσκεται περίπου στα 35 μέτρα ψηλότερα από τη βάση του βράχου, με αποτέλεσμα η υψομετρική διαφορά του εξώστη της πρώτης σπηλιάς με τον εξώστη της δεύτερης να είναι περίπου 10 μέτρα. Η μεταξύ τους επικοινωνία αυτών των δύο σπηλαίων γινόταν μέσω μιας ανεμόσκαλας τα υπολείμματα της οποίας υπάρχουν μέχρι σήμερα. (Εικόνα 13.9)



(Εικόνα 13.9: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Το περίγραμμα της δεύτερης σπηλιάς του ασκητηρίου. 2) Ο εξώστης της πρώτης σπηλιάς του ασκητηρίου με την υψομετρική απόσταση που τις χωρίζει. 3) Το υπόλοιπο της ανεμόσκαλας που συνέδεε τη πρώτη με τη δεύτερη σπηλιά. 4) Το περίγραμμα του εξώστη της δεύτερης σπηλιάς

Ο εσωτερικός χώρος του δεύτερου σπηλαίου από το εξωτερικό περιβάλλον, απομονωνόταν με ένα τοίχο κατασκευασμένο από μπαγδατί, υπολείμματα του οποίου σώζονται σήμερα στη δεξιά άκρη του σπηλαίου. Η χρήση αυτού του σπηλαίου πιθανώς να ήταν είτε ως κελί είτε ως βοηθητικός χώρος. (Εικόνα 13.10)



(Εικόνα 13.10: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Το περίγραμμα του υπολείμματος του εξωτερικού τοίχου του δεύτερου σπηλαίου, που είναι κατασκευασμένος από μπαγδατί. 2) Οι στρωτήρες που ακουμπούν τα δοκάρια του πατώματος και του εξώστη όπως και ο τοίχος από μπαγδατί.

Το τρίτο σπήλαιο βρίσκεται λίγο ψηλότερα από το δεύτερο και συγκεκριμένα βρίσκεται περίπου στα 38 μέτρα ψηλότερα από τη βάση του βράχου. Συνεπώς η απόσταση μεταξύ των εξωστών των δύο σπηλαίων είναι περίπου στα 3 μέτρα. Η μεταξύ τους επικοινωνία, γίνεται ακόμη και σήμερα με μια σταθερή ξύλινη κλίμακα δέκα βαθμίδων και η άνοδος στον εξώστη γίνεται μέσω μόνιμου ανοίγματος στο δάπεδο του εξώστη της τρίτης σπηλιάς. (Εικόνες 13.11, 13.12)



(Εικόνα 13.11: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Ο εξώστης του τρίτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου 2) Ο εξώστης του δεύτερου σπηλαίου. Οι δύο αυτοί εξώστες βρίσκονται μεταξύ τους σε υψομετρική διαφορά 3 μέτρων. 3) Η σταθερή ξύλινη κλίμακα δέκα βαθμίδων που επιτρέπει ακόμη και σήμερα την μεταξύ τους επικοινωνία. 4) Το περίγραμμα του μόνιμου ανοίγματος στο δάπεδο του τρίτου εξώστη για την είσοδο των ασκητών.



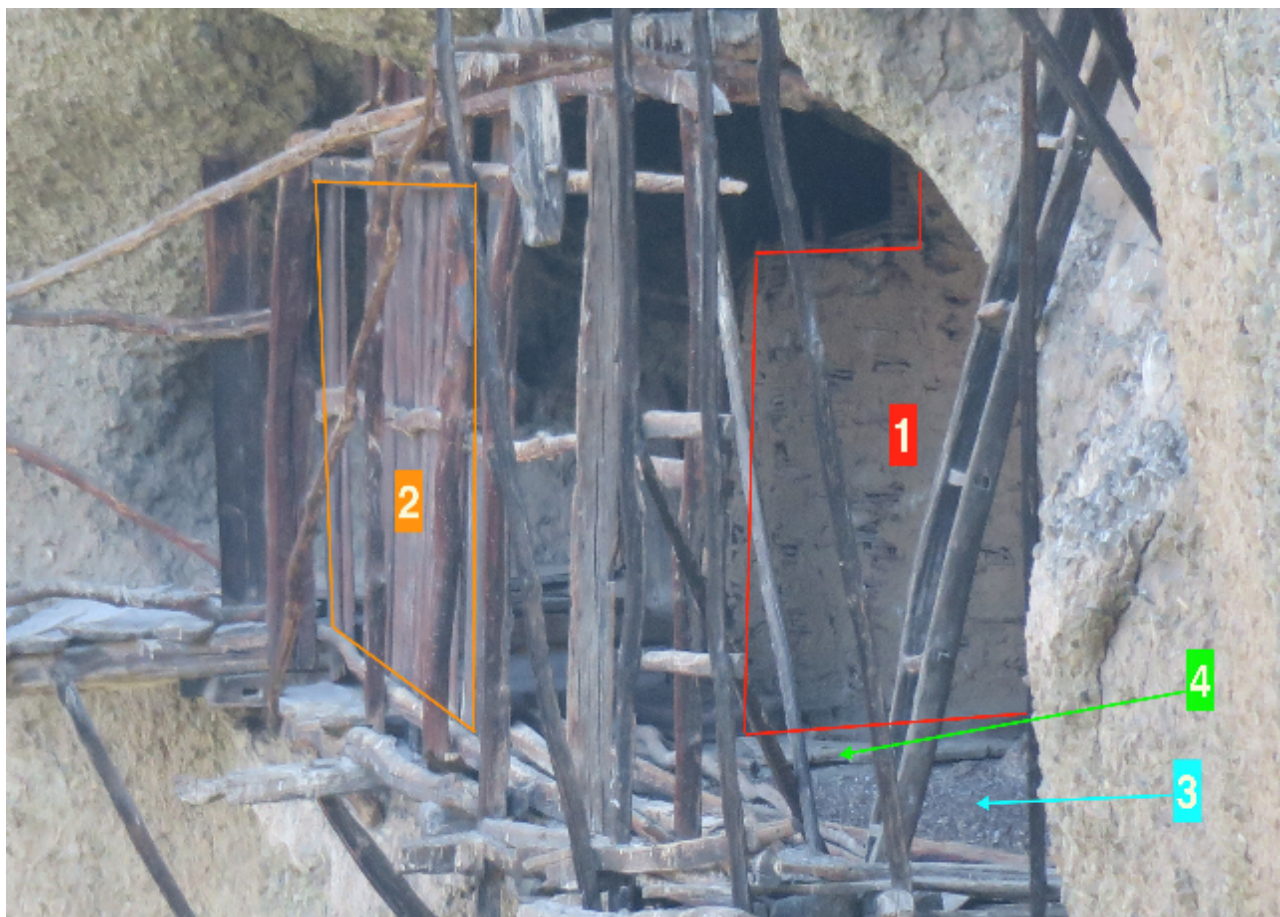
(Εικόνα 13.12: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το περίγραμμα του μόνιμου ανοίγματος στο δάπεδο του τρίτου εξώστη για την είσοδο των ασκητών από το δεύτερο εξώστη μέσω της ξύλινης σκάλας, του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου.

Σ' αυτό το σπήλαιο εκτός από τον εξώστη, υπάρχει ξυλόφρακτος τοίχος με παράθυρο, ξύλινα κιγκλιδώματα, όπως επίσης η ξύλινη τροχαλία με τη βάση στήριξης της, που χρησίμευε για την ανέλκυση αντικειμένων από τη βάση του βράχου. (Εικόνα 13.13)



(Εικόνα 13.13: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ο εξώστης του τρίτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου 1) Με κόκκινη γραμμοσκίαση, το περίγραμμα του ξύλινου κιγκλιδώματος ασφαλείας με τα οριζόντια και τα κάθετα ξύλα. 2) Με πορτοκαλί γραμμοσκίαση, τα όρια του ξύλινου φράκτη και το όριο του παραθύρου του. 3) Με πράσινη γραμμοσκίαση, η ξύλινη τροχαλία (μέσα στο πράσινο πλαίσιο), όπως και το οριζόντιο και το κάθετο δοκάρι που την στηρίζουν.

Εντός του τρίτου σπηλαίου, πίσω ακριβώς από το ξύλινο φράκτη, υπάρχει τοίχος κατασκευασμένος από μπαγδατί, που στηρίζεται στις τάβλες του δαπέδου. Επίσης, υπάρχει τμήμα του δαπέδου του σπηλαίου, που δεν καλύπτεται από τάβλες αλλά αποτελείται από χώμα.



(Εικόνα 13.14: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Ο εξώστης του τρίτου σπηλαίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου με τμήμα από το εσωτερικό του. 1) Με κόκκινη γραμμοσκίαση, το περίγραμμα του τοίχους από μπαγδατί. 2) Με πορτοκαλί γραμμοσκίαση, τα όρια του ξύλινου φράκτη του εξώστη. 3) Το τμήμα του δαπέδου του σπηλαίου που καλύπτεται από χώμα. 4) Τμήμα του δαπέδου του σπηλαίου που καλύπτεται από τάβλες και ακουμπά ο τοίχος από μπαγδατί.

Το τέταρτο σπήλαιο βρίσκεται σε υψομετρική απόσταση από τη βάση του βράχου περίπου στα 40 μέτρα (Θεοτέκνη μοναχή, 2010. σ. 178-188), και η απόσταση μεταξύ του τρίτου εξώστη και του τέταρτου είναι περίπου 2 μέτρα. Η επικοινωνία μεταξύ αυτών των δύο εξωστών, γίνεται από μία σταθερή ξύλινη σκάλα με έξη βαθμίδες που είναι λειτουργική μέχρι σήμερα. (Εικόνα 13.15)



(Εικόνα 13.15: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του κ. Ζήση Παπούλια) 1) Το τέταρτο σπήλαιο του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου. 2) Ο εξώστης του τρίτου ασκητηρίου με υψομετρική διαφορά περίπου στα 2 μέτρα. 3) Η ξύλινη σταθερή σκάλα των 7 βαθμίδων για την επικοινωνία των δύο εξωστών.

Αυτή η σπηλιά έχει εντός της το ναυδριο του ασκητηρίου, που είναι αφιερωμένο στην Κοίμηση της Θεοτόκου. Ο πρόσθιος τοίχος του ναυδρίου είναι κατασκευασμένος από αργολιθοδομή και είναι διακοσμημένος όπως και όλο το εσωτερικό του, με αρχαίες τοιχογραφίες. Αυτές δε είναι μακεδονικής τεχνοτροπίας, υψηλής τέχνης και σχετικά καλά διατηρημένες. Τέλος υπάρχει ο ξύλινος σκελετός του τέμπλου και οι λαξευμένοι τάφοι των δύο κτητόρων. (Εικόνες 13.16, 13.17)



(Εικόνα 13.16: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Ο εξωτερικό τοίχος του ναυδρίου του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου, με την είσοδο του και τις τοιχογραφίες του.



(Εικόνα 13.17: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Ο εσωτερικός χώρος του ναυδρίου με εμφανή τον τοιχογραφικό του διάκοσμο και το σκελετό του ξύλινου τέμπλου.

Το πέμπτο ασκητήριο βρίσκεται λίγο δεξιότερα του τέταρτου στο ίδιο ύψος μ' αυτό και σε μικρή απόσταση από το τέταρτο. Πιθανώς ο εξώστης του τέταρτου ήταν συνδεδεμένος με τον εξώστη του πέμπτου σπηλαίου. Η χρήση αυτού του σπηλαίου πιθανώς να ήταν είτε ως κελλί είτε ως βοηθητικός χώρος. (Εικόνα 13.18)



(Εικόνα 13.18: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Το πέμπτο σπήλαιο του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου, με εμφανή τα δοκάρια του κατεστραμμένου εξώστη του. 2) ο εξώστης του τέταρτου σπηλαίου.

Σήμερα η πρόσβαση των προσκυνητών σ' αυτό το εγκαταλειμμένο εδώ και αιώνες ασκητήριο, μετά τη καταστροφή της ανεμόσκαλας του που συνέδεε το πρώτο σπήλαιο με τη βάση του βράχου, γίνεται μόνο με αναρρίχηση.

Η διαδικασία της αναρρίχησης προς αυτό, ξεκινάει από τη βάση του βράχου, κάτω από τον εξώστη του πρώτου σπηλαίου και οδεύει προς τον πρώτο εξώστη. Αφού διέλθουν από αυτόν, ανέρχονται προς το δεύτερο σπήλαιο με πορεία προς το υπόλοιπο της υπάρχουσας ανεμόσκαλας. (Εικόνα 13.19)



(Εικόνα 13.19: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Η πορεία της αναρρίχησης από τον πρώτο εξώστη στο δεύτερο με κατεύθυνση την ανεμόσκαλα.

Μόλις ο αναρριχητής φθάσει στην ανεμόσκαλα, τη χρησιμοποιεί για την άνοδο του στο δεύτερο εξώστη. Η μετάβαση του από το δεύτερο εξώστη στον τρίτο γίνεται μέσω της μόνιμης ξύλινης σκάλας που επικοινωνούν αυτοί. (Εικόνα 13.20)



(Εικόνα 13.20: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου). Η διαδικασία ανόδου από το δεύτερο σπήλαιο στο τρίτο μέσω της σταθερής ξύλινης σκάλας. α) Ο αναρριχητής (1) έχει φτάσει στο ύψος του δευτέρου εξώστη (1) αφού πρώτα χρησιμοποίησε για την άνοδο του, το υπόλοιπο της ανεμόσκαλας του ασκητηρίου (1). β) Ο αναρριχητής (2) αφού διήλθε τον εξώστη του δευτέρου σπηλαίου (1) είναι έτοιμος να ανέβει την σταθερή ξύλινη σκάλα (2) για την άνοδο του στον εξώστη του τρίτου σπηλαίου (2). Η είσοδος του σ' αυτόν τον εξώστη, γίνεται μέσω της μόνιμης διόδου που το περίγραμμα των ορίων της φαίνεται γραμμοσκιασμένο με κόκκινο χρώμα.

Η άνοδος του αναρριχητή από τον τρίτο εξώστη στον τέταρτο, γίνεται πάλι μέσω της σταθερής σκάλας που ενώνει τους δύο εξώστες. (Εικόνα 13.21)

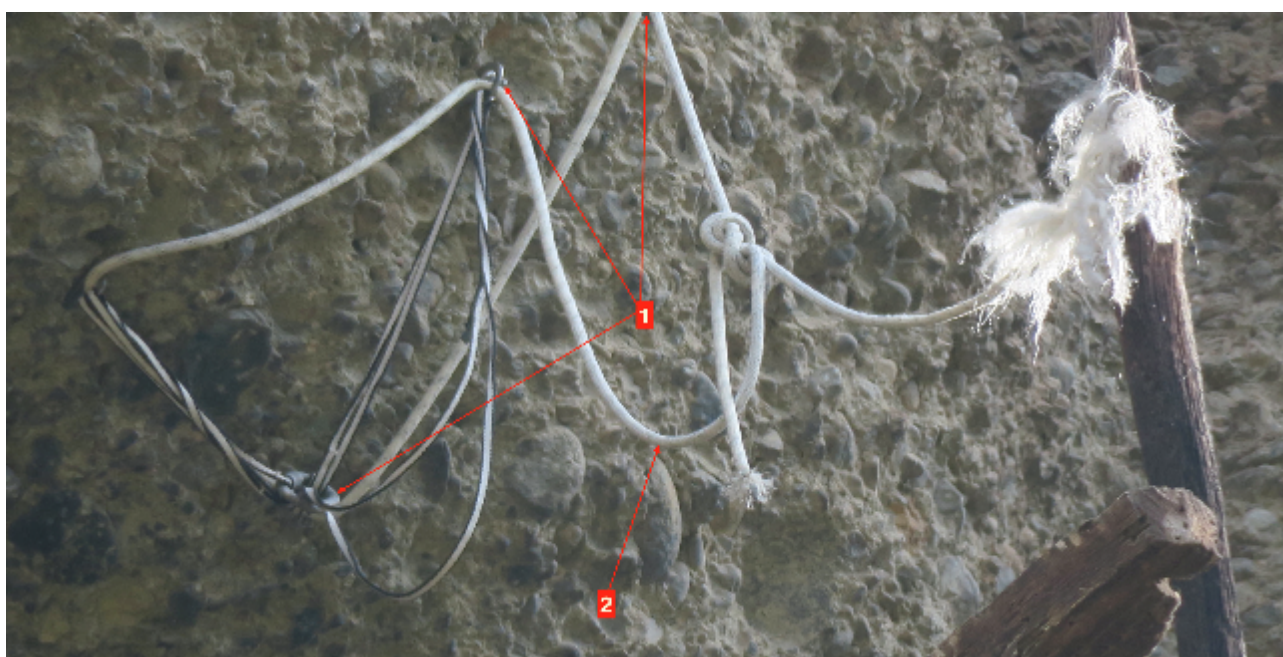


(Εικόνα 13.21: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του κ. Ζήση Παπούλια) 1) Η αρχαία ξύλινη κλίμακα που ενώνει τον τρίτο εξώστη (3) με τον τέταρτο (4) και διέρχονται οι αναρριχητές. 2) Η σταθερή ξύλινη σκάλα που επικοινωνεί ο δεύτερος εξώστης με τον τρίτο.

Αφού αναρριχηθεί ο αναρριχητής/προσκυνητής στο τέταρτο σπήλαιο, τότε αυτός ή αυτοί, μπορούν να μεταφέρουν και άλλους προσκυνητές με τη μέθοδο των τροχαλιών. Αυτό μπορεί να συμβεί, επειδή σε ένα από τα ακραία σημεία της οροφής του τέταρτου σπηλαίου, που εξέχει και βλέπει απρόσκοπτα τη βάση του βράχου, έχουν τοποθετηθεί αναρριχητικά βύσματα αγκύρωσης. (Εικόνες 13.22, 13.23)



(Εικόνα 13.22: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) 1) Η θέση της προεξοχής του βράχου της τέταρτης σπηλιάς σε σχέση με τη βάση του βράχου. Μέσα στο κόκκινο περίγραμμα, οι θέσεις αγκύρωσης των αναρριχητικών βυσμάτων. 2) Κομμάτι από το αναρριχητικό σχοινί της προηγούμενης αναρρίχησης.



(Εικόνα 13.23: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το τέταρτο σπήλαιο του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου, 1) Τα αναρριχητικά βύσματα αγκύρωσης, τοποθετημένα στην άκρη του θόλου του βράχου της σπηλιάς. 2) Το υπόλοιπο του σχοινιού, που χρησιμοποιήθηκε για την ανάβαση και την κατάβαση προσκυνητών με τη βοήθεια του αναρριχητικού ιμάντα.

Σ' αυτά τα βύσματα, στερεώνονται μέσω ασφαλειών αναρρίχησης, ειδικές τροχαλίες. (Εικόνα 13.24)



(Εικόνα 13.24: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Μέρος του ειδικού εξοπλισμού που χρειάζεται για την άνοδο και κάθοδο των αναρριχητών/προσκυνητών με τη μέθοδο του μάντα αναρρίχησης. 1) Αναρριχητική τροχαλία, 2) διαφόρων τύπων αναρριχητικές ασφάλειες (καραμπίνερ), 3) διάφορα αναρριχητικά σχοινιά.

Με τη βοήθεια αυτών των τροχαλιών, ενός αναρριχητικού σχοινιού και ενός μάντα αναρρίχησης/καταρρίχησης, μπορούν να έχουν ευκολότερη πρόσβαση στο ασκητήριο και άλλοι προσκυνητές. Αυτός ο τρόπος, ουσιαστικά αποτελεί μια παραλλαγή του παραδοσιακού τρόπου που υπήρχε σ' αυτού του είδους τα ασκητήρια, με το δίχτυ και το βρυζόνι. (Εικόνα 13.25)



(Εικόνα 13.25: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Ανάβαση στο τέταρτο σπήλαιο του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου με τη βοήθεια των τροχαλιών του σχοινιού και του ιμάντα αναρρίχησης.

Η καταρρίχηση από το ασκητήριο προς τη βάση του βράχου γίνεται με την ίδια μέθοδο. (Εικόνα 13.26)



(Εικόνα 13.26: προσφορά κατόπιν αδείας από το αρχείο του Αρχιπυροσβέστη Μπαταλογιάννη Χρήστου) Η έναρξη της κατάβασης από το τέταρτο σπήλαιο του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου με τη βοήθεια των τροχαλιών του σχοινιού και του ιμάντα αναρρίχησης προς τη βάση του βράχου.

Αυτοί οι δύο παραδοσιακοί τρόποι πρόσβασης σ' αυτό το ασκητήριο, (αναρρίχηση ή αναρριχητικός ιμάντας), αποτελούν μια πρόκληση των ψυχικών και των σωματικών δυνατοτήτων του κάθε προσκυνητή. Ασφαλώς όμως, οι μη εξοικειωμένοι σ' αυτού του είδους τους κινδύνους, τις προκλήσεις και τις καταπονήσεις, θα αρνηθούν να επιχειρήσουν αυτού του είδους την πρόσβαση.

Στο πλαίσιο της έρευνας αυτής της διατριβής, αναζητήθηκε μια λύση στο συγκεκριμένο πρόβλημα, δηλ., της αδυναμίας των προσκυνητών να έχουν πρόσβαση και να δουν το συγκεκριμένο ασκητήριο. Η λύση αυτού του προβλήματος αναζητήθηκε μέσω των εφαρμογών των νέων τεχνολογιών και συγκεκριμένα, η χρησιμοποίηση ενός «τετρακόπτερου» drone, για τη βιντεοσκόπηση των 5 σπηλαίων του ασκητηρίου

Έτσι για τις ερευνητικές ανάγκες αυτής της διατριβής, χρησιμοποιήθηκε ένα «τετρακόπτερο» drone, της εταιρείας DJI τύπου ULTRA LIGHT 249g (Εικόνα 13.27)



(Εικόνα 13.27: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Το «τετράκόπτερο» drone που χρησιμοποιήθηκε για τη βιντεοσκόπηση όλων των σπηλαίων του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου

Το drone χρησιμοποιήθηκε για την επί τόπου βιντεοσκόπηση και φωτογράφιση από αέρος, των σπηλαίων του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στο βράχο Πυξάρι στα Μετέωρα. Η ημερομηνία εκτέλεσης της πτήσης, ήταν η 11η Απριλίου του 2022, χειριστής του drone και βιντεολήπτης ήταν ο κ. Ζήσης Παπούλιας. Η πτήση πραγματοποιήθηκε στις 12 μμ., με δυσχερείς καιρικές συνθήκες (ισχυροί άνεμοι) και η χρονική της διάρκεια, ήταν 1 λεπτό και 36 δευτερόλεπτα. (Εικόνα 13.28, 13.29, 13.30, 13.31)



(Εικόνα 13.28: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η προετοιμασία πριν την πτήση του drone στη βάση του βράχου Πυξάρι, κάτω ακριβώς από το ασκητήριο του Αγίου Γρηγορίου.



(Εικόνα 13.29: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η αρχή της πτήσης του drone.



(Εικόνα 13.30: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η πτήση του drone προς το ασκητήριο.



(Εικόνα 13.31: Προσωπικό αρχείο, μετά από επιτόπια έρευνα) Η πτήση του drone, πλησιάζοντας τον μεγάλο εξώστη του πρώτου σπηλαίου, του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου στα Μετέωρα.

Το αποτέλεσμα αυτής της βιντεοσκόπησης, ήταν η δημιουργία ενός βίντεο, που φαίνεται παρακάτω.



(video: προσφορά κατόπιν αδείας, του παραγωγού του συγκεκριμένου video, κ. Ζήση Παπούλια)
[Για να ξεκινήσει η αναπαραγωγή του video, παρακαλώ κάντε διπλό κλικ εντός του πλαισίου της άνωθεν εικόνας].

Εκ του αποτελέσματος του συγκεκριμένου βίντεο με τη βοήθεια των νέων τεχνολογιών και συγκεκριμένα ενός drone και της βιντεοκάμερας του, μπορούμε να έχουμε την παραγωγή και κατόπιν την παρουσίαση, ενός βίντεο ή και εικόνων, των συγκεκριμένων πέντε σπηλαίων του ασκητηρίου του Αγίου Γρηγορίου. Με αυτό τον τρόπο, οι προσκυνητές του εν λόγω ασκητηρίου, μπορούν να δουν από κοντά και στο ίδιο ύψος με αυτά, τις λεπτομέρειες των κτιριακών εγκαταστάσεων του κάθε σπηλαίου, όπως επίσης των εξωστών, των ξυλόφρακτων, των τοίχων κλπ. Όλα αυτά, με ασφάλεια και άνεση, εντός ενός χώρου που θα μπορούσε να βρίσκεται κάπου κοντά στο ασκητήριο και θα είναι ειδικά διαμορφωμένος, γ' αυτού του είδους τις παρουσιάσεις.

ΚΕΦ. 14: Συζήτηση – Προτάσεις - Συμπεράσματα

14.1. Συζήτηση.

Η ιεροποίηση κάποιων σπηλαίων, είναι ένα διαχρονικό και παγκόσμιο φαινόμενο, που καλύπτει όλες τις θρησκείες, είτε αυτές είναι ανιμιστικές είτε πολυθεϊστικές, είτε μονοθεϊστικές. Από αρχαιολογικής άποψης, οι λόγοι που ένα σπήλαιο αναγνωρίζεται ως ιερό, δεν είναι πλήρως διευκρινισμένοι. Μέσω της αρχαιολογίας, γνωρίζουμε από ενδείξεις, ότι τα πρώτα ιερά σπήλαια εμφανίζονται στην Πρώιμη Εποχή του Σιδήρου. Από τότε, το φαινόμενο των ιερών σπηλαίων, συνεχίζεται διαχρονικά μέχρι και τις ημέρες μας. Μάλιστα μερικά σπήλαια, παρέμειναν σαν ιερά, συνεχόμενα για χιλιάδες χρόνια και με διαφορετικές θρησκείες. Επίσης, σήμερα υπάρχουν ιερά σπήλαια, που αναγνωρίζονται ταυτόχρονα από περισσότερες της μιας θρησκείες. Στον Χριστιανικό κόσμο, το πρώτο σπήλαιο που θεωρήθηκε ως ιερό, ήταν αυτό της Γέννησης του Χριστού, ενώ στον Ελληνοκυπριακό χώρο, ως πρώτο Χριστιανικό Ιερό Σπήλαιο, θεωρείται αυτό της Αποκάλυψης στην νήσο Πάτμο. Τα σπήλαια ως χώροι άσκησης των χριστιανών, άρχισαν να χρησιμοποιούνται στους πρώτους χριστιανικούς χρόνους, στις ερήμους της Αιγύπτου και της Παλαιστίνης. Στον Ελληνοκυπριακό χώρο, τα πρώτα σπήλαιο-ασκητήρια, δημιουργήθηκαν 5^ο-6^ο αιώνα μ.Χ., στα νησιά της Κύπρου, της Κρήτης και των Δωδεκανήσων, από ασκητές που έφυγαν από την Αίγυπτο και την Παλαιστίνη. Έτσι, η πορεία των σπηλαίων-ασκητηρίων, στον Ελληνοκυπριακό χώρο έχει ιστορικό βάθος, ενώ ο αριθμός τους είναι πολύ μεγάλος. Αυτά, δεν περιορίζονται σε μια συγκεκριμένη γεωγραφική περιοχή, αλλά καλύπτουν όλο τον γεωγραφικό χώρο της Ελλάδας και της Κύπρου. Δυστυχώς όμως, σήμερα δεν υπάρχει μια πλήρης καταγραφή όλων των σπήλαιο-ασκητηρίων όπως και της ακριβούς θέσης των. Επίσης, απ' όσα είναι καταγεγραμμένα, συστηματικές αρχαιολογικές ή ιστορικές έρευνες έχουν γίνει σε ελάχιστα. Τα ευρήματα δε αυτών των ερευνών, εκτός ελαχίστων περιπτώσεων, δεν ήτανε ούτε πολλά ούτε εντυπωσιακά. Η έλλειψη τεκμηρίων σ' αυτούς τους χώρους, οφείλεται σε δύο βασικούς παράγοντες. Ο πρώτος οφείλεται στον εκκλησιαστικό τρόπος ζωής που επέλεξαν να ακολουθήσουν οι ασκητές, σ' όλη τους τη ζωή. Αυτός, ήταν η αμεριμνησία από τα καθημερινά προβλήματα, όπως επίσης η αφάνεια και η αποχή, από τα κοινωνικά δρόμενα και δραστηριότητες των υπόλοιπων ανθρώπων. Ο δεύτερος οφείλεται, στη μακροχρόνια ερήμωση τους, με αποτέλεσμα, την κτιριακή καταστροφή τους, και τη λεηλάτηση του εξοπλισμού τους. Τα τεκμήρια που έχουμε σήμερα, για να αντλήσουμε πληροφορίες, προέρχονται: α) από την παράδοση, β) τα ιστορικά κείμενα, (βίους των Αγίων, τα θεολογικά κείμενα και τις επιστολές

κάποιων Αγίων ασκητών), γ) τα αρχαιολογικά και αρχιτεκτονικά ευρήματα. Από αυτά τα τεκμήρια, μπορούμε να κατανοήσουμε, γιατί οι ασκητές, επέλεξαν να ζήσουν σ' αυτούς τους απόμακρους και επικίνδυνους τόπους, με ποιο τρόπο επιβίωσαν τόσους αιώνες, πως οργανώθηκαν, αλλά και πως έφτασαν κάποιοι απ' αυτούς στην αγιότητα. Επίσης με πιο τρόπο επέδρασαν αλλά και επιδρούν και σήμερα στην κοινωνία. α) Για πολλά σπήλαιο-ασκητήρια υπάρχουν διάφορες παραδοσιακές ιστορίες τοπικού χαρακτήρα, για τον τρόπο που αυτά τα σπήλαια απέκτησαν την ιδιότητα του ιερού και κατόπιν έγιναν ασκητήρια. Οι λαϊκές αυτές ιστορίες, μοιάζουν πολύ μεταξύ τους σε όλο τον Ελληνοκυπριακό χώρο, και η πηγή προέλευσης των, χάνεται μέσα στον χρόνο. Η συνηθέστερη απ' αυτές (σε διαφορετικές παραλλαγές), είναι αυτή της χαμένης εικόνας που βρέθηκε με θαυματουργικό τρόπο, από κάποιο/α πιστό/η σε κάποιο σπήλαιο. Εξαιτίας αυτού του γεγονότος, το σπήλαιο αυτό, αναδεικνύεται ως ιερό, και ο/η ευλογημένος/η, που βρίσκει την εικόνα, ασκητεύει στο συγκεκριμένο σπήλαιο. Απ' αυτές τις ιστορίες (π.χ., για τη χαμένη εικόνα), άλλες βασίζονται σε πραγματικά γεγονότα, αφού η ανευρεθείσα εικόνα είναι υπαρκτή, όπως ακόμη γνωστή είναι και η πηγή της ιστορίας της, αλλά και τα/το πρόσωπα/ο, που βρήκαν την εικόνα. Σε άλλες, ενώ η εικόνα είναι υπαρκτή, η ιστορία της ανεύρεσης της, δεν τεκμηριώνεται και έτσι είναι αποδεκτή ως μέρος της παράδοσης του τόπου. Η αιτία του ατεκμηρίωτου αυτών των παραδοσιακών ιστοριών, πιθανώς να προέρχεται από το λόγο, ότι οι ασκητές θέλοντας να παραμείνουν αφανείς από τον τοπικό πληθυσμό, πιθανώς να μην έδιναν σημεία ζωής σ' αυτούς, για να έχουν εξασφαλισμένη την ησυχία και την απομόνωση τους. Έτσι, ο τοπικός πληθυσμός μάθαινε για την ύπαρξη τους, λίγο πριν το θάνατο τους ή και μετά απ' αυτόν. Επίσης, λόγω της άσκησης της αρετής της σιωπής από τους ασκητές, αυτοί κατά την επαφή τους με τους ανθρώπους των γύρω περιοχών, θα μιλούσαν με αυτούς για τα απολύτως αναγκαία, όπως π.χ., τους έδιναν κάποιες πνευματικές συμβουλές. Έτσι, οι πληροφορίες που θα είχαν οι ντόπιοι, για τη καταγωγή των ασκητών, το πότε ήρθαν, πως ζούσαν, πως αγωνίζονταν, μάλλον θα ήταν ελάχιστες ή και ανύπαρκτες. Εξαιτίας δε αυτής της έλλειψης πληροφοριών, σε συνδυασμό με το σεβασμό που ένοιωθαν προς αυτούς και στα ασκητήρια τους, η ιστορία τους με τα χρόνια, πέρανε στη σφαίρα του μύθου. Αυτή η παράδοση, είναι έντονη και ζωντανή ακόμη και σήμερα. Αυτό φαίνεται από την ευλάβεια που τρέφουν γι' αυτά, οι κάτοικοι των χωριών ή και των πόλεων που βρίσκονται κοντά σ' αυτά. Όπως επίσης εκ του ότι, ακόμη και σήμερα, αποτελούν γι' αυτούς, τόπους προσκυνήματος. Αυτή δε η θρησκευτική ευσέβεια τους, δεν εκδηλώνεται μόνο φραστικά, αλλά και έμπρακτα. Ο έμπρακτος σεβασμός των κατοίκων προς αυτούς τους χώρους, φαίνεται ακόμη και σήμερα, είτε από τα τοπικά προσκυνήματα που κάνουν εδώ και πάρα πολλά χρόνια προς αυτά. Είτε από τις

βαπτίσεις των παιδιών τους σ' αυτά επειδή τα έχουν «ταμένα». β) Τα ιστορικά στοιχεία για την πορεία αυτών των ασκητηρίων στον Ελληνοκυπριακό χώρο, αντλούνται κατά βάσιν, είτε από τους βίους των Αγίων που έζησαν σ' αυτά, είτε από τις αναφορές διαφόρων περιηγητών, ή προσκυνητών. Συνήθως δε, οι βιογράφοι των Αγίων ασκητών ήταν και συνασκητές των. Σύμφωνα δε με αυτούς τους βίους, η απόφαση των ασκητών να αποσυρθούν σε αυτούς τους απρόσιτους και απαραμύθητους τόπους, είχε σαν βάση δύο λόγους. Ο πρώτος ήταν καθαρά πνευματικός, δηλ., για να απομονωθούν από τους υπόλοιπους ανθρώπους όσο το δυνατόν περισσότερο, έτσι ώστε απερίσπαστοι να μπορέσουν να συναντήσουν το Θείο. Ο δεύτερος λόγος, ήταν καθαρά ανθρώπινος, σχετιζόταν δε, με τη σωματική τους ασφάλεια και ελευθερία. Αυτό δε συνέβαινε, εξαιτίας των επιθέσεων που δέχονταν οι ασκητές, από τους πειρατές, τους κλέφτες ή και από τους βάρβαρους εισβολείς, σε διάφορες περιόδους της Βυζαντινής και Οθωμανικής Αυτοκρατορίας. Οι αναφορές από τους βίους των Αγίων ασκητών (Βίος του Αγίου Αθανασίου του Μετεωρίτου, του Οσίου Νείλου του Αγιορείτου, κλπ.), ή και των περιηγητών, ήταν χαρακτηριστικές, της αγωνίας και του φόβου που ένοιωθαν.

Επίσης, σύμφωνα με τις ίδιες διηγήσεις, οι δυσκολίες και τα εμπόδια, που αντιμετώπιζαν τον πρώτο καιρό της εγκατάστασης τους στα σπήλαια-ασκητήρια τους, ήταν πάρα πολύ μεγάλες. Έτσι, έπρεπε να αντιμετωπίσουν, τα καιρικά φαινόμενα, τις κατολισθήσεις, την πείνα, την δίψα, την ανέχεια, τις αρρώστιες και την κούραση. Το μέγεθος αυτών των προβλημάτων, μετριαζόταν μετά την κατασκευή από τους ίδιους, των πρόχειρων και ταπεινών κατασκευών που έφτιαχναν εντός αυτών των σπηλαίων. Επίσης, σύμφωνα πάλι με τις αναφορές των βιογράφων και των περιηγητών, οι καθημερινές τους μετακινήσεις από και προς τα σπήλαια-ασκητήρια τους, αποτελούσε γι' αυτούς, μία δύσκολη, επικίνδυνη, επίπονη, αλλά ταυτόχρονα άκρως εντυπωσιακή διαδικασία. Οι αιτίες αυτών των επικίνδυνων δυσκολιών, ήταν τα φυσικά εμπόδια που έπρεπε να υπερκεράσουν, όπως π.χ., οι μεγάλες και απότομες υψομετρικές διαφορές, τα μεγάλα χάσματα του εδάφους, κλπ. Αυτά τα εμπόδια στην αρχή, τα ξεπερνούσαν αποκλειστικά με τη μέθοδο της αναρρίχησης και της καταρρίχησης. Αργότερα όμως, οι προσβάσεις τους γίνονταν, μέσω τεχνικών και μηχανικών υποδομών που κατασκεύαζαν. Αυτές δε ήταν: οι εξώστες, οι σκάλες (ανεμόσκαλες, σταθερές), οι λαξευτοί διάδρομοι, οι σκαλιστές σκάλες, οι γέφυρες, οι στοές, οι τροχαλίες, τα βαρούλκα και οι εργάτες (βριζόνια). Με τη χρήση αυτών των υποδομών, οι μετακινήσεις των ασκητών, έγιναν ασφαλέστερες, λιγότερο επικίνδυνες, μειώνοντας έτσι και το χρόνο των μετακινήσεων τους. Βέβαια, ενώ αυτές οι κατασκευές θεωρούνταν ασφαλείς για τους ασκητές, οι περιηγητές/προσκυνητές που τις χρησιμοποίησαν, είχαν διαφορετική γνώμη.

Το φαινόμενο του περιηγητισμού, δημιουργήθηκε στη Δύση στην περίοδο της αναγέννησης. Πολλοί επιφανείς αλλά και άσημοι άνθρωποι, επισκέπτονταν διάφορες περιοχές της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας, είτε για προσωπικούς λόγους, είτε μέσω αποστολών (φανερές ή μυστικές) ξένων κυβερνήσεων προς την Οθωμανική εξουσία. Μέσω αυτών των ταξιδιωτικών τους κειμένων, διασώθηκαν χρήσιμες πληροφορίες για τη ζωή, τις καθημερινές δραστηριότητες, την ανθρωπογεωγραφία, κλπ., των ανθρώπων του τότε υπόδουλου Ελλαδικού χώρου. Μεταξύ αυτών, υπάρχουν και χρήσιμες πληροφορίες για τα μοναστήρια (ειδικά των Μετεώρων), το τρόπο ζωής και τις καθημερινές συνήθειες των μοναχών. Έτσι, οι αναφορές αυτές, αποτελούν τις έγγραφες εντυπώσεις θρησκευτικών τουριστών της εποχής εκείνης.

Βασικά, το ενδιαφέρον των περιηγητών, σ' αυτού του είδους τα ταξίδια, επικεντρωνότανε (αν εξαιρεθούν αυτοί που προσέρχονταν με δόλιους σκοπούς), στην πολιτιστική, καλλιτεχνική, αρχιτεκτονική, αρχαιολογική και κοινωνική παρατήρηση και έρευνα. Περιηγητές αυτού του είδους, ξεκινούσαν είτε από την Δυτική Ευρώπη, είτε από την Ρωσία, είτε αργότερα και από το νεοσύστατο Ελληνικό κράτος. Οι εντυπώσεις όλων των περιηγητών, ανεξαρτήτου καταγωγής ή προέλευσης είναι κοινές. Αυτό φαίνεται στα ζητήματα της παρατήρησης του τοπίου, της αρχιτεκτονικής των κτιρίων, του πολιτισμού, και του τρόπου προσέγγισης των προσκυνητών στις μονές των Μετεώρων. Ο έντονος θαυμασμός για το άγριο του τοπίου, η απορία πως έφτασαν σ' αυτούς τους τόπους οι πρώτοι μοναχοί και πως κτίστηκαν αυτά τα κτίρια επάνω σ' αυτούς τους απότομους βράχους είναι κοινός. Επίσης όλοι ανεξαιρέτως, εκφράζουν την απορία τους, πως ήταν δυνατόν οι μοναχοί να ανεβαίνουν και να κατεβαίνουν σ' αυτά τα μοναστήρια με τις ανεμόσκαλες και τα δίκτυα. Οι περισσότεροι δε απ' αυτούς, χρησιμοποίησαν και οι ίδιοι τις ανεμόσκαλες αλλά και το δίκτυ, για την πρόσβαση τους σ' αυτά. Οι περιγραφές του φόβου που ένιωσαν κατά την ανάβαση ή την κατάβαση τους με τις ανεμόσκαλες ή τα δίκτυα, είναι πανομοιότυπες και εντυπωσιακές. Δυστυχώς, οι προαναφερθέντες περιηγητές, δεν επισκέφθηκαν κανένα σπήλαιο-ασκητήριο των Μετεώρων. Αυτό έγινε, είτε λόγο του ότι, αυτά ήταν εγκαταλειμμένα, είτε επειδή δεν τους ενδιέφερε να τα επισκεφθούν. Οι περιγραφές όμως του τρόπου λειτουργίας των ανεμόσκαλων και των δικτύων, τις θέσεις που αυτά κατείχαν στα βράχια, αλλά και των συναισθημάτων που ένοιωθαν οι ίδιοι όταν τα χρησιμοποίησαν, αποτελούν οδηγό για να κατανοήσουμε, πως ήταν οι αντίστοιχοι μηχανισμοί που χρησιμοποιούσαν για τις μετακινήσεις τους οι ασκητές στα σπήλαιο-ασκητήρια. γ) Η αρχιτεκτονική δομή και εμφάνιση του κάθε σπήλαιο-ασκητηρίου, είναι μοναδική. Αυτό έγινε, επειδή οι ασκητές, προσαρμόζαν το σχήμα, την κτιριακή δομή και την χωροθέτηση των

ασκητηρίων τους, στις μοναδικές διαστάσεις και το σχήμα που είχε το κάθε σπήλαιο. Τα υλικά που χρησιμοποιούσαν για την κατασκευή αυτών των υποδομών ήταν απλά, και τα προμηθεύονταν από τη γύρω περιοχή του ασκητηρίου τους. Συνήθως, αυτά ήταν ακατέργαστες ή ελαφρά κατεργασμένες πέτρες, άχυρα, ξύλα (κατεργασμένα ή ακατέργαστα) και κοκκινόχωμα. Τα ασκητήρια που βρίσκονταν σε μεγάλο ύψος από τη βάση του βράχου, οι κατασκευές αυτές είχαν σαν βάση το ξύλο και τη λάσπη (ξυλοκατασκευές, μπαγδάτι, κλπ.). Επίσης, χαρακτηριστική ήταν η προσπάθεια των ασκητών, που ασκήτευαν σε ασκητήρια μικρού μεγέθους και βρίσκονταν σε μεγάλο ύψος, να αποκτήσουν περισσότερους ελεύθερους χώρους. Αυτό το επετύγχαναν με τεχνικά μέσα, δηλ., μέσω της κατασκευής των εξωστών, δημιουργώντας έτσι από αρχιτεκτονικής άποψης, ένα πρωτότυπο και εντυπωσιακό σύνολο. Αντίθετα στα ασκητήρια που βρίσκονται κοντά στη βάση του βράχου της σπηλιάς, οι περιφερικοί τοίχοι τους, ήταν φτιαγμένοι από αργολιθοδομές, ενώ τα εσωτερικά τους χωρίσματα, συνήθως ήταν από μπαγδάτι ή και τσασμά. Στα μεγάλα σπήλαια, οι κατασκευές από αρχιτεκτονικής άποψης, ήταν πιο οργανωμένες και πλησίαζαν περισσότερο στα συνήθη εκκλησιαστικά αρχιτεκτονικά πρότυπα της εποχής τους, σε συνάρτηση όμως πάντα με το σπήλαιο. Χαρακτηριστικό όλων αυτών των κτιριακών κατασκευών, ήταν η στενότητα όλων των χώρων και πολλές φορές η δαιδαλώδης επικοινωνία τους. Σε όλα τα ασκητήρια, υπήρχε τουλάχιστον ένα ναΰδριο, που θα κάλυπτε τις λειτουργικές ανάγκες των ασκητών. Ήταν δε, τόσο μεγάλη η ανάγκη των ασκητών για την κατασκευή ενός ναΰδριου, που σε κάποιες περιπτώσεις, τα δημιουργούσαν, εντός πολύ μικρών σπηλαίων χωρίς σχεδόν καμία υποδομή. Σ' αυτές τις περιπτώσεις, τα τοιχώματα αυτών των σπηλαίων, αποτελούσαν και τους τοίχους των ναΰδριών τους. Σε άλλες περιπτώσεις, στα σπήλαια που υπήρχε μεγαλύτερος χώρος και οι ασκητές είχαν μεγαλύτερη οικονομική άνεση, δημιουργούσαν εν μέρη ή και εξ ολοκλήρου κτιστά ναΰδρια. Η εμφάνιση, η χωροθέτηση και η λειτουργικότητα αυτών των ναΰδριών, δεν ακολουθούσε τα συνήθη εκκλησιαστικά αρχιτεκτονικά πρότυπα της εποχής τους. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι, ο ότι προσανατολισμός του ιερού τους, σε πολλά απ' αυτά, δεν είχε Ανατολική κατεύθυνση. Αυτό δε γινόταν, επειδή ο ναός, έπρεπε να ακολουθήσει την προσφερόμενη φυσική φορά του θαλάμου του σπηλαίου, ανεξαρτήτως γεωγραφικής του κατεύθυνσης. Αυτή η ιδιομορφία, φαίνεται πολύ έντονα στα ασκητήρια που βρίσκονται εντός σπηλαίων με μικρές διαστάσεις. Μερικά από τα προαναφερθέντα ναΰδρια, έφεραν και αρχιτεκτονική διακόσμηση (τοξωτά ανοίγματα επικοινωνίας, τυφλά αψιδώματα, κλπ.), τέμπλα (χτιστά ή ξύλινα), τοιχογραφίες ή και βραχογραφίες. Οι τοιχογραφίες ή οι βραχογραφίες μερικών απ' αυτά, είναι χαρακτηρισμένες ως εξαιρετικής τέχνης. Πολλά απ' αυτά, φέρουν επιγραφές, είτε ζωγραφιστές, είτε σκαλιστές,

είτε εγχάρακτες. Μέσω αυτών των επιγραφών, αντλούνται πληροφορίες για την εποχή της εγκαινίων των ναυδρίων, ή των τοιχογραφιών τους, το όνομα του κτήτορος ή του δωρητή, όπως επίσης διάφορες πληροφορίες για τους επισκέπτες του ασκητηρίου. Πολλές φορές μέσα σ' αυτά τα ναύδρια, υπάρχει και ο τάφος του κτήτορος ή των ασκητών του. δ) Η επίδραση των ασκητών και των ασκητηρίων τους στην κοινωνία, θεωρητικά ήταν περιορισμένη λόγω του τρόπου ζωής που επέλεξαν οι ασκητές. Σε πολλές όμως περιπτώσεις, αυτοί είχαν σημαντική και αξιόλογη κοινωνική προσφορά. Έτσι, πολλοί ασκητές, βοηθούσαν τους συνανθρώπους τους, ανεξαρτήτου τάξεως, είτε σε πνευματικό, είτε σε υλικό επίπεδο. Η πνευματική τους προσφορά ήταν σε θέματα εξομολόγησης, πνευματικής καθοδήγησης και συμβουλών, όπως επίσης μέσω των θεολογικών τους συγγραμμάτων, των επιστολών, αλλά και των βίων τους. Μ' αυτό τον τρόπο, πολλά απ' αυτά τα ασκητήρια, σε πολλές περιπτώσεις, αποτέλεσαν πνευματικούς φάρους, ιδιαίτερα στις περιόδους, που οι Έλληνες υφίσταντο τις συνέπειες της μακροχρόνιας υποδούλωσής των. Η υλική τους προσφορά έγκειται, στην ασφάλεια που προσέφεραν (ως καταφύγια) στους κατοίκους των τοπικών κοινωνιών, από τον αφανισμό και τον εξαπονδρισμό κατά την περίοδο των διωγμών της Οθωμανικής κατοχής (π.χ., Ορλοφικά). Επίσης στην εκπαίδευση, μέσω των κρυφών σχολείων, τη δημιουργία κοινωφελών έργων, αλλά και στη φιλανθρωπία. Τα σπήλαιο-ασκητήρια μετά τη δημιουργία του Ελληνικού κράτους, παρήκμασαν και εγκατελείφθηκαν, με αποτέλεσμα οι υποδομές τους, με την πάροδο του χρόνου να υποστούν πολλές φθορές ή και να καταστραφούν εντελώς. Πολλά δε απ' αυτά, ξεχάστηκαν ακόμη και από τον τοπικό πληθυσμό, με αποτέλεσμα να καταστραφούν και να χαθούν και τα μονοπάτια τους. Κάποια άλλα όμως, υπάρχουν και συντηρούνται από τις τοπικές ενορίες και τους τοπικούς συλλόγους, επειδή η ιστορία τους, συνδέθηκε άρρηκτα με την τοπική ιστορία ή την παράδοση της περιοχής. Κάποια άλλα υπάρχουν και συντηρούνται, επειδή αποτελούν μετόχια ή εξαρτήματα κάποιων κυρίαρχων μονών. Σήμερα, η προσέγγιση σ' αυτά τα ασκητήρια γίνεται, είτε μέσω των αρχαίων μονοπατιών, είτε μέσω αμαξιτών χωματόδρομων. Η πρόσβαση όμως εντός του σπήλαιο-ασκητηρίου, γίνεται σχεδόν πάντοτε, με ανάβαση μέσω κάποιας κλίμακας. Οι κλίμακες αυτές, (στα προσβάσιμα ασκητήρια), συνήθως είναι λιθόκτιστες και έχουν κατασκευασθεί τα τελευταία χρόνια, για την ευκολότερη και ασφαλέστερη πρόσβαση των προσκυνητών. Δυστυχώς όμως, επειδή οι κατασκευές αυτές, έγιναν χωρίς εμπειριστατωμένες μελέτες, αλλοίωσαν, την αισθητική του περιβάλλοντος και την αρχιτεκτονική του ασκητηρίου. Επίσης, κατέστρεψαν ή εξαφάνισαν, τις αρχαίες υποδομές που υπήρχαν για την πρόσβαση σ' αυτά με τον παραδοσιακό τρόπο (πατήματα, λαξευμένες στο βράχο σκάλες, ανεμόσκαλες, σκάλες ξύλινες, κλπ.). Οι συντηρήσεις, οι επισκευές των μονοπατιών, των χωματόδρομων, των

κλιμάκων, αλλά και των ασκητηρίων, συνήθως γίνονται μετά από καλοπροαίρετες και ανιδιοτελείς πρωτοβουλίες των τοπικών ενοριών και συλλόγων. Δυστυχώς όμως, λόγω άγνοιας και μικρών οικονομικών δυνατοτήτων των προαναφερθέντων, αυτά τα έργα γίνονται χωρίς σχέδιο, αποσπασματικά και πολλές φορές με λάθος τρόπο. Αυτό συμβαίνει, επειδή τα αρμόδια όργανα της Πολιτείας, δεν δείχνουν το ανάλογο ενδιαφέρον, είτε ελλείψει ενδιαφέροντος είτε ελλείψει σχετικών κονδυλίων. Υπάρχουν όμως και περιπτώσεις, που τα αρμόδια όργανα της Πολιτείας, σε συνεργασία με τους τοπικούς φορείς και Μητρόπολη, έχουν επέμβει σωστικά, με αξιοσημείωτα αποτελέσματα, όπως πχ., στη συντήρηση και ανακαίνιση του σπήλαιου-ασκητηρίου του Αγίου Νικάνορα στην περιοχή της Ζάβορδας στα Γρεβενά.

Σήμερα, η προέλευση των προσκυνητών αυτών των ασκητηρίων είναι, είτε από τους μόνιμους κατοίκους των γύρω περιοχών, είτε απ' αυτούς που κατάγονται από αυτές τις περιοχές, αλλά οι τόποι διαμονής των, βρίσκονται στα αστικά κέντρα ή και στο εξωτερικό. Οι μετακινήσεις αυτών προς τα ασκητήρια, γίνονται είτε μονωμένα, είτε μαζικά. Οι μεμονωμένοι προσκυνητές πηγαίνουν, είτε για την εκπλήρωση κάποιου αιτήματος τους, είτε για την επιτέλεση του «τάματος» τους, είτε τέλος για να νοιώσουν και να απολαύσουν την ηρεμία, την κατάνυξη και την ησυχία του ασκητηρίου. Μαζική προσέλευση προσκυνητών γίνεται, είτε κατά την ημέρα που πανηγυρίζει το ναΰδριο του ασκητηρίου, είτε κατά τη τέλεση του μυστηρίου της βαπτίσεως κάποιου παιδιού «τα ταμένα». Την ημέρα που εορτάζει το ναΰδριο, εκτός από το μυστήριο της Θείας Λειτουργίας και των υπόλοιπων θρησκευτικών τελετών, συνήθως υπάρχουν και πολιτιστικά δρώμενα. Αυτά πραγματοποιούνται σε χώρο (κατάλληλα διαμορφωμένο) έξω από τα ασκητήρια. Συνήθως οι εορταστικές αυτές εκδηλώσεις, ολοκληρώνονται μετά τη τέλεση της Θείας Λειτουργίας, με την παράθεση κοινής τράπεζας σε όλους τους προσκυνητές. Οι εποχές που συνήθως γίνονται αυτού του είδους τα προσκυνήματα, είναι από τα τέλη της Άνοιξης έως και τα μέσα του Φθινοπώρου. Η επιλογή αυτού του χρονικού διαστήματος γίνεται για τους εξής πρακτικούς λόγους. Οι καιρικές συνθήκες αυτή τη χρονική περίοδο είναι καταλληλότερες και ασφαλέστερες. Επίσης γιατί στην περίοδο του Καλοκαιριού, επιστρέφουν στα χωριά τους, οι άνθρωποι που κατάγονται απ' αυτά, αλλά μένουν μόνιμα είτε στα αστικά κέντρα είτε στο εξωτερικό. Τέλος, την περίοδο αυτή, το χρονικό διάστημα της ημέρας, είναι μεγαλύτερο από αυτό της νύκτας. Η διάσχιση με τα πόδια αυτών των προσκυνηματικών διαδρομών είτε μέσω των αρχαίων μονοπατιών, είτε μέσω των χωματόδρομων, αποτελεί μια ευχάριστη εμπειρία, γιατί οι προσκυνητές μέσα στη φύση και την ησυχία, μπορούν να προσευχηθούν καλύτερα και να απολαύσουν το μεγαλείο του Θεού.

14.2. Προτάσεις.

Η επαφή του ανθρώπου με τη φύση, ιδιαίτερα αυτών που δεν είναι εξοικειωμένοι με αυτή, κρύβει αρκετούς κινδύνους, κάποιοι δε απ' αυτούς μπορεί να είναι και επικίνδυνοι. Οι κίνδυνοι αυτοί μπορεί να είναι εξαιτίας των απότομων αλλαγών του καιρού, της υπερβολικής ζέστης, των κατολισθήσεων ή των πτώσεων βράχων, της αφυδάτωσης, του αποπροσανατολισμού, του κινδύνου από τα δήγματα ερπετών και εντόμων, από τους ποιμενικούς σκύλους, από τα άγρια ζώα της φύσης (λύκους, τσακάλια, αγριόχοιρους, κλπ.) Τέλος, ένας άλλος κίνδυνος που σχετίζεται με την έκθεση των προσκυνητών στο φυσικό περιβάλλον, είναι η φυσική τους κατάσταση και υγεία. Τα άτομα με κλονισμένη υγεία ή κακή φυσική κατάσταση, πρέπει να αποφεύγουν αυτού του είδους τις δραστηριότητες. Επίσης για μια ασφαλή πεζοπορία υπάρχουν κάποιοι βασικοί κανόνες που αν τηρούνται, μειώνουν σε μεγάλο βαθμό αυτούς τους κινδύνους. Αυτοί είναι: α) για λόγους ασφαλείας, να μην βρισκόμαστε μόνοι στο φυσικό περιβάλλον αλλά με συνοδοιπόρους. β) Σε περίπτωση που δεν γνωρίζουμε τη περιοχή διάσχισης, καλό είναι να υπάρχει στην ομάδα ένας έμπειρος οδηγός. γ) Να υπάρχει πάντοτε σωστή προετοιμασία πριν τη διάσχιση της προσκυνηματικής διαδρομής (π.χ., μελέτη όλων των πληροφοριών που είναι διαθέσιμες για να αποφευχθούν λάθη, επιλογή του σωστού εξοπλισμού και της σωστής οργάνωσής του, κλπ.). δ) Ο οδοιπόρος κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας δεν πρέπει να ξεπερνάει τα όρια του και δεν χρειάζεται να βιάζεται. Αυτοί οι βασικοί κανόνες, αποτελούν τα εχέγγυα για την επιτυχή έκβαση της διάσχισης κάθε προσκυνηματικής διαδρομής. Όλες οι απαραίτητες πληροφορίες που σχετίζονται με την κάθε προσκυνηματική διαδρομή, και τον εξοπλισμό που χρειάζεται να διαθέτει ο πεζοπόρος προσκυνητής, μπορούν να αποκτηθούν είτε μέσω του διαδικτύου, είτε μέσω των παραδοσιακών Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης (ΜΜΕ) ή και από τα σχετικά βιβλία. Μέσω δε του διαδικτύου, η εξεύρεση και η άντληση των πληροφοριών, μπορεί να γίνει ευκολότερα, όπως π.χ., από εξειδικευμένους ιστότοπους της συγκεκριμένης διαδρομής (αν υπάρχει), είτε του συγκεκριμένου δήμου που βρίσκεται αυτή, ή της ενορίας, ή της μονής ή της Μητρόπολης της περιοχής της. Επίσης, πολλές πληροφορίες μπορούν να αντληθούν, από τους ιστότοπους, περιηγητικών, πεζοπορικών ή και ορειβατικών συλλόγων. Άλλες πληροφορίες μπορούν να αντληθούν, μέσω των YouTube, Pinterest, Google maps, Google earth, κλπ.

Η πρόσβαση των προσκυνητών εντός των σπήλαιο-ασκητηρίων γίνεται πρώτα μέσω τις ανόδους των από κτιστές κλίμακες. Οι κλίμακες αυτές, σε άλλα ασκητήρια αποτελούνται από λίγες βαθμίδες, σε άλλα από δεκάδες, ενώ σε κάποιες άλλες από εκατοντάδες. Συνεπώς, ο κάθε

υποψήφιος προσκυνητής, πριν αποφασίσει να διασχίσει τη διαδρομή της επιθυμίας του, θα πρέπει πρώτα να εξετάσει και να προσμετρήσει τους προαναφερθέντες κινδύνους και τις δυσκολίες που υπάρχουν, αλλά και να τηρήσει τους προαναφερθέντες κανόνες. Για τα άτομα που δεν έχουν το σωματικό και το ψυχικό σθένος να υποστούν όλες αυτές τις δοκιμασίες, οι σύγχρονη τεχνολογία μπορεί να τους δώσει τη δυνατότητα, να αισθανθούν και να απολαύσουν με άλλο τρόπο, το προσκύνημα στο ασκητήριο που επιθυμούν. Αυτό μπορεί να γίνει, με τη χρήση των νέων τεχνολογιών (GPS, GIS, VR, AR, MR και LBS, drones). Με βάση τη διεθνή βιβλιογραφία, η χρήση των εφαρμογών των νέων τεχνολογιών στον θρησκευτικό-προσκυνηματικό τουρισμό, μπορούν να δώσουν λύσεις σε πολλά από τα προαναφερθέντα προβλήματα και δυσκολίες. Για μεν σ' αυτούς που αδυνατούν να πάνε στην προσκυνηματική διαδρομή και το ασκητήριο της επιθυμίας των, μπορούν να τα βιώσουν όλα αυτά, μέσα σ' ένα ειδικά διαμορφωμένο κτίριο. Αυτό το κτίριο, που θα βρίσκεται στο χωριό ή την πόλη, απ' όπου θα ξεκινάει η κάθε προσκυνηματική διαδρομή, θα λειτουργεί σαν ψηφιακό μουσείο. Εντός του, οι προσκυνητές που δεν μπορούν να πάνε να προσκυνήσουν το ασκητήριο, μπορούν να δουν τη διαδρομή και το ασκητήριο, είτε σε βιντεοπροβολή, είτε σε έκθεση φωτογραφιών ή και φωτογραφιών 360°. Επίσης στον ίδιο χώρο αυτοί μπορούν να βιώσουν όλη την προσκυνηματική διαδρομή αλλά και το ασκητήριο μέσω του εικονικού προσκυνήματος. Το εικονικό προσκύνημα δημιουργείται και μεταδίδεται μέσω των νέων τεχνολογιών (VR) και (MR) με τη βοήθεια λήψεων και από drones. Αυτό, μπορεί να δώσει αρκετά καλά αποτελέσματα εμπύθισης και εικονικής παρακολούθησης, σε άτομα με κινητικά προβλήματα, ασθενείς, ΑΜΕΑ, εγκύους, μικρά παιδιά, κλπ. Το εικονικό προσκύνημα μπορεί επίσης να βοηθήσει στην οικολογική εκπαίδευση και στην ευαισθητοποίηση του τοπικού πληθυσμού. Να προετοιμάσει τους πεζοπόρους προσκυνητές της προσκυνηματικής διαδρομής καλύτερα πριν τη διάσχιση της, παρακολουθώντας οι ίδιοι τη διαδρομή μέσω του εικονικού προσκυνήματος. Επίσης μπορεί να συμβάλλει, στην εκπαίδευση των επισκεπτών μαθητών και φοιτητών σε οικολογικά θέματα, στην προστασία του περιβάλλοντος, αλλά και στην προστασία των ζώων που διαβιούν μέσα στα σπήλαιο-ασκητήρια (πχ., νυχτερίδες). Για δε τους πεζοπόρους προσκυνητές, η χρήση των νέων τεχνολογιών, μπορεί να φανεί χρήσιμη στον σωστό προσανατολισμό τους, μέσω του (GPS) και του Google Maps. Επίσης μέσω των εφαρμογών του (GIS) και της (AR) οι πεζοπόροι προσκυνητές μπορούν να έχουν στη διάθεση τους κατά μήκος της διαδρομής, όλες τις χρήσιμες γι' αυτούς πληροφορίες, αντικαθιστώντας έτσι τις παραδοσιακές ταμπέλες. Τέλος, εντός του ασκητηρίου, μέσω των ίδιων εφαρμογών, οι προσκυνητές μπορούν να έχουν στη διάθεση τους

εξατομικευμένα με ψηφιακό τρόπο, όλες τις πληροφορίες της ξενάγησης στη γλώσσα της αρεσκείας των.

14.3. Συμπεράσματα.

Η ιστορία των σπήλαιο-ασκητηρίων στον Ελληνοκυπριακό χώρο έχει βάθος, που ξεκινάει από το 5^ο-6^ο αιώνα και συνεχίζεται μέχρι τις μέρες μας. Αυτή η ιστορική τους πορεία, χαρακτηρίζεται από περιόδους ακμής και παρακμής. Λόγω όμως του ιδιόρρυθμου και ανοργάνωτου τρόπου ζωής των ασκητών τους, σήμερα δεν έχουμε πολλά γραπτά ιστορικά στοιχεία, είτε για το χρόνο δημιουργίας των είτε για τον τρόπο ζωής των ασκητών των. Υπάρχουν κάποια γραπτά ιστορικά κείμενα, όπως π.χ., κάποιοι βίοι Αγίων ασκητών, ή αναφορές περιηγητών, που αναφέρουν κάποια από τα προβλήματα και τις δυσκολίες που αντιμετώπιζαν αυτοί, στην καθημερινή τους ζωή. Σύμφωνα δε με αυτές τις αναφορές, συμπεραίνουμε ότι, οι ασκητές των σπήλαιο-ασκητηρίων, αντιμετώπιζαν τα μεγαλύτερα προβλήματα κατά την πρώτη περίοδο της εγκατάστασης τους σ' αυτά. Αυτό γίνεται κατανοητό, επειδή αυτοί, δεν είχαν καμία υποδομή για την επιβίωση τους. Οι συνθήκες ζωής των, πριν δημιουργήσουν τις πρώτες στοιχειώδεις υποδομές, αλλά και μετέπειτα, ήταν πραγματικά τραγικές. Οι ασκητές, ήταν εκτεθειμένοι στα στοιχεία της φύσης, όπως το κρύο, τη ζέστη, από την έλλειψη νερού, τις κατολισθήσεις, κλπ. Οι υποδομές τους στην αρχή, ήταν πρόχειρα φτιαγμένες από ελαφρά υλικά, που τα προμηθεύονταν από τη γύρω περιοχή τους, κουβαλώντας τα μόνοι τους. Η διατροφή τους ήταν ελάχιστη, η κούραση από την επιτέλεση όλων των θρησκευτικών τους καθηκόντων και των αναγκαιών εργασιών για την επιβίωση τους, πολύ μεγάλη. Οι κακές συνθήκες υγιεινής, η στενότητα του χώρου που ζούσαν, η μη σωστή και επαρκής διατροφή, σε συνδυασμό με την έλλειψη ύπνου και ξεκούρασης, δημιουργούσαν τις κατάλληλες συνθήκες για την επιβάρυνση της υγείας τους. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα την εμφάνιση σ' αυτούς, σοβαρών νοσημάτων. Είναι πάντως απορίας άξιον (με την ανθρώπινη λογική), πως μπορούσαν να επιβιώσουν οι ασκητές, σε τέτοιες συνθήκες. Γι' αυτό, η Εκκλησία διαχρονικά μέσω των πιστών της, έχει τους Οσίους ασκητές, πολύ ψηλά σε υπόληψη και σεβασμό. Οι ασκητές, θέλοντας να αντιμετωπίσουν αυτά τα προβλήματα και να βελτιώσουν τις συνθήκες διαβίωσης των, κατασκεύαζαν με υλικά που προμηθεύονταν από τη φύση, απλές κατασκευές. Αυτές τις κατασκευές, άλλες τις χρησιμοποίησαν ως ναΰδρια και άλλες ως μόνιμη κατοικία τους. Αυτές οι απλές αρχιτεκτονικές κατασκευές, προκαλούν ακόμη και σήμερα το θαυμασμό για το δημιουργικό θάρρος και την ευρηματικότητα που επέδειξαν αυτοί ως κατασκευαστές. Σήμερα, πολλές απ' αυτές τις κατασκευές, ξεχωρίζουν για την άρτια στατικότητα τους, την εντυπωσιακή

χωροθέτηση τους και την ιδιαίτερη αρχιτεκτονική και ζωγραφική τους διακόσμηση. Θαυμασμό επίσης προκαλούν, οι υποδομές που δημιούργησαν οι ίδιοι, για να εξασφαλίσουν την ασφάλεια των μετακινήσεων τους, από και προς τα ασκητήρια. Αυτές ήταν, οι εξώστες, οι σκάλες (ανεμόσκαλες, σταθερές), οι λαξευτοί διάδρομοι, οι σκαλιστές σκάλες, οι γέφυρες, οι στοές, οι τροχαλίες, τα βαρούλκα και οι εργάτες (βριζόνια). Η ενεργητικότητα όμως αυτών των ασκητών, δεν εξαντλήθηκε αποκλειστικά και μόνο, στον προσωπικό τους πνευματικό και σωματικό αγώνα. Οι ίδιοι, σύμφωνα με τα ιστορικά κείμενα (βίοι Αγίων ασκητών, αναφορές περιηγητών, κλπ.) αλλά και της παράδοσης, πολλές φορές προσέφεραν στους συνανθρώπους τους, την πνευματική και τη σωματική βοήθεια που χρειάζονταν. Έτσι πολλοί άνθρωποι, επισκέπτονταν αυτά τα ασκητήρια, είτε για να εξομολογηθούν, είτε για να πάρουν τις ευλογίες ή τις συμβουλές των ασκητών τους. Τα ίδια τα σπήλαια-ασκητήρια ως χώροι, στην περίοδο της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας, έγιναν καταφύγια, για την προστασία του άμαχου πληθυσμού των γύρω περιοχών. Επίσης στην ίδια περίοδο, κάποια απ' αυτά χρησιμοποιήθηκαν και ως κρυφά σχολεία. Σήμερα, τα ασκητήρια αυτά σχεδόν στο σύνολο τους είναι έρημα, συνεχίζουν όμως να αποπνέουν ιερότητα, γιατί αυτή έχει μεταλαμπαδευτεί μέσω της τοπικής παράδοσης, στους κατοίκους των γύρω περιοχών. Έτσι, οι προσκυνητές τους είναι κάτοικοι των γύρω περιοχών και προσέρχονται σ' αυτά, είτε για την κατάνυξη και την ηρεμία που νοιώθουν, είτε γιατί σε κάποια απ' αυτά έζησαν άγιοι της Εκκλησίας μας. Είτε γιατί η ιστορία των, είναι συνδεδεμένη με την τοπική ιστορία, μέσω ιστορικών γεγονότων ή και παραδόσεων. Είτε για να δουν και να θαυμάσουν τα ξεχωριστά, θρησκευτικά, πολιτιστικά, αρχιτεκτονικά χαρακτηριστικά του κάθε ασκητηρίου. Η ιερότητα αυτών των χώρων, σε συνδυασμό με την πολιτιστική κληρονομιά που διαθέτουν, μπορούν να προσελκύσουν (στις προσκυνηματικές τους διαδρομές), καινούργιους προσκυνητές από άλλες περιοχές του Ελληνοκυπριακού χώρου. Αυτό το εγχείρημα μπορεί να επιτευχθεί, μόνο με τη συναίνεση όλων των εμπλεκόμενων φορέων και του τοπικού πληθυσμού. Η προσέλκυση αυτών των νέων προσκυνητών, μπορεί να γίνει, μέσω της διαφήμισης των πλεονεκτημάτων που διαθέτουν αυτού του είδους τα προσκυνήματα. Αυτά δε είναι ότι: α) οι περιοχές αυτές, είναι παρθένες από τη πλευρά του μαζικού προσκυνηματικού τουρισμού. β) Οι χώροι αυτοί, προσφέρονται για προσευχή, γιατί αποπνέουν θρησκευτική κατάνυξη και έχουν ησυχία. γ) Το φυσικό τους περιβάλλον, είναι ανόθευτο και καθαρό. δ) Συνήθως στα ασκητήρια αυτά, υπάρχει άπλετη θέα. ε) Η θέση των κτιριακών τους υποδομών στο χώρο, προκαλεί το θαυμασμό αλλά και αρχιτεκτονικό ενδιαφέρον. στ) Σε πολλά απ' αυτά τα ασκητήρια, ο αγιογραφικός τους διάκοσμος είναι αξιοπρόσεκτος και παρουσιάζει καλλιτεχνικό ενδιαφέρον. ζ) Υπάρχει αρχαιολογικό, ιστορικό και γεωλογικό ενδιαφέρον. η)

Αυτού του είδους οι προσκυνηματικές διαδρομές, μπορούν να γίνουν συνδυαστικά και με άλλες εναλλακτικές μορφές τουρισμού, όπως ορειβάσια, αναρρίχηση, πεζοπορία, ποδήλατο βουνού, διάσχιση της διαδρομής με άλογα, παρατήρηση άγριας ζωής, εκπαιδευτικός τουρισμός, παρατήρηση της άγριας πανίδας ή χλωρίδας, κλπ.) Δυστυχώς όμως, οι διαδρομές αυτές, έχουν και κάποια μειονεκτήματα, όπως: α) οι ιεροί αυτοί χώροι σήμερα, δεν είναι λειτουργικά ζωντανοί, επειδή δεν μένουν πια σ' αυτούς μόνιμα οι ασκητές. Συνεπώς οι προσκυνητές δεν μπορούν να λειτουργηθούν σ' αυτά, ή όσοι θέλουν να εξομολογηθούν ή να συμβουλευθούν κάποιον από τους ασκητές. β) Εντός των ασκητηρίων, δεν υπάρχουν, λείψανα Αγίων, θαυματουργές εικόνες κλπ. Αυτά (αν υπάρχουν), για λόγους ασφαλείας φυλάσσονται είτε στις τοπικές Μητροπόλεις, είτε στις κυρίαρχες μονές που ανήκουν, είτε στις πλησιέστερες ενορίες της περιοχής. γ) Υπάρχουν ζητήματα ασφαλείας των προσκυνητών, γιατί αυτοί είναι εκτεθειμένοι στο φυσικό περιβάλλον. δ) Υπάρχει αδυναμία πρόσβασης σε όλους τους προσκυνητές, εξαιτίας του δύσβατου της περιοχής των σπήλαιο-ασκητηρίων. Σ' αυτά τα μειονεκτήματα (εκτός του πρώτου), μπορούν να δοθούν λύσεις μέσω των εφαρμογών των νέων τεχνολογιών (GPS), (GIS), (VR), (AR), (MR), (LBS) και drones. Το κύριο πλεονέκτημα των εφαρμογών των νέων τεχνολογιών στον θρησκευτικό-προσκυνηματικό τουρισμό, είναι η άμεση προσβασιμότητα τους απ' όλους, μέσω των δικτύων της κινητής τηλεφωνίας. Οι παρεχόμενες υπηρεσίες και πληροφορίες αυτών των εφαρμογών, μεταδίδονται σε πραγματικό χρόνο, στους προσκυνητές μέσω των smartphones ή των tablets τους. Σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία, οι εφαρμογές αυτών των τεχνολογιών από τους προσκυνητές, είχε θετικά αποτελέσματα στους τομείς: α) της μείωσης του συνωστισμού και του θορύβου που δημιουργούν οι προσκυνητές στους χώρους ενδιαφέροντος. β) Της δυνατότητας σε όλους τους προσκυνητές, να διασχίσουν οποιασδήποτε διαδρομή και να έχουν πρόσβαση στα ασκητήρια. γ) Της μείωσης των κινδύνων που σχετίζονται με ατυχήματα από την πλευρά των προσκυνητών. δ) Της μείωσης των κινδύνων της φθοράς ή της καταστροφής των ασκητηρίων, είτε εξαιτίας φυσικών παραγόντων είτε της σκοπούμενης ανθρώπινης παρέμβασης. ε) Της μείωσης του κινδύνου της περιβαλλοντικής επιβάρυνσης της περιοχής. στ) Στη δυνατότητα των προσκυνητών, να επικοινωνούν μεταξύ τους μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, ανταλλάσσοντας μεταξύ τους, τις εμπειρίες τους, και τις εντυπώσεις τους για το ασκητήριο που βρίσκονται. ζ) Στην ενισχυμένη αλληλεπίδραση των επαγγελματιών της περιοχής και των προσκυνητών, μέσω του (LBS), σε θέματα ενημέρωσης και διαφήμισης των τοπικών προϊόντων και υπηρεσιών. η) Στην αναζήτηση αγνοουμένων, τραυματιών, συντονισμού σε έκτακτες καταστάσεις μέσω των drones. Οι εφαρμογές αυτών των τεχνολογιών, μπορούν να καλύψουν σε μεγάλο βαθμό τα προαναφερθέντα μειονεκτήματα

αυτών των διαδρομών, σε τέτοιο σημείο, που όλοι οι προσκυνητές να μείνουν ικανοποιημένοι. Οι επενδύσεις που θα χρειαστούν να γίνουν, για να λειτουργήσουν οι εφαρμογές αυτών των νέων τεχνολογιών, θα δημιουργήσουν τις προϋποθέσεις μιας βιώσιμης ανάπτυξης αυτών των περιοχών.

Έτσι οι προσκυνηματικές διαδρομές στα σπήλαιο-ασκητήρια, μπορούν να αναπτυχθούν προς όφελος και των προσκυνητών αλλά και του τοπικού πληθυσμού. Βασικό όμως μέλημα, όλων όσων θα συμμετάσχουν σ' αυτού του είδους την ανάπτυξη, είναι να προσπαθήσουν, να διατηρηθεί ανόθευτος, ο πρωταρχικός σκοπός αυτού του είδους των διαδρομών. Αυτός δε ο σκοπός είναι, οι προσκυνητές που θα έρχονται να διασχίσουν αυτές τις διαδρομές, να έχουν σαν στόχο τους, «την αναζήτηση του Θείου». Για να συμβεί αυτό, πρέπει όλοι (προσκυνητές, κάτοικοι και φορείς), να σεβαστούν, να προστατέψουν και να διατηρήσουν, την ιερότητα του χώρου, την ησυχία της περιοχής, το περιβάλλον, τα κτίσματα και τα κειμήλια των ασκητηρίων. Για να συμβούν όλα αυτά, χρειάζεται απ' όλους, συμπεριφορά που ταιριάζει στην ιερότητα αυτών των χώρων, αποφυγή του συνωστισμού, αυξημένη αίσθηση της δημόσιας ασφάλειας, καθαριότητα όλων των χώρων της διαδρομής και των ασκητηρίων.

Συνεπώς, η μακραίωνη ιστορία και τα πολιτιστικά κατάλοιπα των σπήλαιο-ασκητηρίων στον Ελληνοκυπριακό χώρο, μπορούν σήμερα να συνεχίσουν να υπάρχουν μέσω μιας νέας ιδιότητας τους, αυτής του καθαρά προσκυνηματικού χώρου. Εξαιτίας δε αυτής, της νέας τους ιδιότητας, μπορούν να συντηρούνται και να φυλάσσονται από τις τοπικές κοινωνίες (εκκλησιαστικές και δημοτικές) «επ' ωφελεία» και των δύο, έτσι ώστε αυτά, να διατηρηθούν και στο μέλλον. Αυτό δε θα συμβαίνει, μέχρις ότου αυτά, ξαναποκτήσουν τους φυσικούς τους οικήτορες, που δεν είναι άλλοι, από τους ασκητές τους.

Συνεπώς, οι νέες τεχνολογίες μέσω των εφαρμογών τους (GIS, VR, AR, MR, MAR και LBS, drones), μπορούν να προσφέρουν σε όλους τους προσκυνητές των σπήλαιο-ασκητηρίων, υψηλού επιπέδου υπηρεσίες. Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα, την ενίσχυση της θρησκευτικής, πνευματικής και πολιτιστικής εμπειρία που θα αποκτήσουν, όπως επίσης το αίσθημα της ικανοποίησης από την ποιότητα και το επίπεδο των προσφερόμενων υπηρεσιών.

Βάσει των προαναφερθέντων, οι επενδύσεις που θα χρειαστούν να γίνουν σ' αυτές τις περιοχές, για να λειτουργήσουν οι εφαρμογές αυτές, θα δημιουργήσουν τις κατάλληλες προϋποθέσεις για τη δημιουργία βιώσιμης ανάπτυξης αυτών των περιοχών.

Βιβλιογραφία

Βιβλιογραφία Ελληνική

Αγγέλου, Χ. (2006). Ακραίφνιο Κωπαΐδα Ιστορία-Λαογραφία. Αυτοέκδοση. Θεσσαλονίκη. σ. 113-114, 116.

Αγορίτσας, Δ. (2019). Μετέωρα: Από τη σκήτη των Σταγών στον Οργανωμένο Κοινοβιακό Βίο. Παράδοση και Εξέλιξη. *Βυζαντινά*. 36. σ. 33-34, 36, 48.

[https://www.academia.edu/42093820/Μετέωρα. Από τη Σκήτων των Σταγών στον οργανωμένο κοινοβιακό βίο. Παράδοση και εξέλιξη Meteora. From the Skete of Stagoi to the Coenobiotic Monasticism. Tradition and Progression](https://www.academia.edu/42093820/Μετέωρα.Από_τη_Σκήτων_των_Σταγών_στον_οργανωμένο_κοινοβιακό_βίο._Παράδοση_και_εξέλιξη_Meteora._From_the_Skete_of_Stagoi_to_the_Coenobiotic_Monasticism._Tradition_and_Progression)

Αδαμοπούλου, Μ. (2015). *Υδροχημικά και ιστοτοπικά χαρακτηριστικά των υπόγειων νερών της παράκτιας περιοχής του Θορικού, Λαυρίου*. (Διπλωματική εργασία). Αθήνα: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο. Τμήμα Μηχανικών Μεταλλείων-Μεταλλουργών. Διεπιστημονικό πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Επιστήμη και Τεχνολογία Υδάτινων Πόρων». σ. 31-34.

<https://dspace.lib.ntua.gr/xmlui/handle/123456789/42467>

Αθανασούλης, Δ. (2006). *Η ναοδομία στην Επισκοπή Ωλένης κατά την μέση και την ύστερη βυζαντινή περίοδο*. (Διδακτορική Διατριβή). Τόμος Α'. Θεσσαλονίκη. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας. Τομέας Αρχαιολογίας σ. 75.

<http://ikee.lib.auth.gr/record/66388/files/Vol%201.pdf>

Αθανασούλης, Δ. & Σιώμκος, Ν. (2014). Μονή Παναγίας του Βράχου. *Αρχαιολογικό Δελτίο*. 69. Β'(1^α). σ. 242 – 245.

[https://www.academia.edu/44856592/ATHANASOULIS D et al The archaeological and restoration work of the 25th Ephorate of Byzantine Antiquities in Arcadia Argolid and Corinthia 2010 2014 in Greek](https://www.academia.edu/44856592/ATHANASOULIS_D_et_al_The_archaeological_and_restoration_work_of_the_25th_Ephorate_of_Byzantine_Antiquities_in_Arcadia_Argolid_and_Corinthia_2010_2014_in_Greek)

Αλεξόπουλος, Τ. (2003). J. L. Ussing. ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΗΝ ΘΕΣΣΑΛΙΑ ΤΟ 1864. (2^ο ΣΤΗ ΔΥΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΙΑ). ΘΕΣΣΑΛΙΚΟ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ. 43. σ. 49, 50-51, 53. <http://www.thessaliko.gr/pages/043-tomos.pdf>

Αλεξούλη – Λειβαδίτη, Α. (2008). *Γενική Γεωλογία Γεωμορφολογία*. [ηλεκτρονικό βιβλίο] Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο. Σχολή Μηχανικών Μεταλλείων – Μεταλλουργών Τομέας Γεωλογικών Επιστημών. Αθήνα. σ. 91.
[https://acadinfo.central.ntua.gr/gram/anakoin.nsf/2cbef269aa99d707c2256f1c003fc4cf/fcf47bbd9a142cd8c225754600399103/\\$FILE/Biblio_Geomorphologias_17-07-2008.pdf](https://acadinfo.central.ntua.gr/gram/anakoin.nsf/2cbef269aa99d707c2256f1c003fc4cf/fcf47bbd9a142cd8c225754600399103/$FILE/Biblio_Geomorphologias_17-07-2008.pdf)

Αναστασίου, Μ. (2008). «ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ». (Διπλωματική Εργασία). Πειραιάς: ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΙΡΑΙΩΣ. Τμήμα Οργάνωσης & Διοίκησης Επιχειρήσεων. Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών. MBA Tourism Management. σ. 56-59.
<https://dione.lib.unipi.gr/xmlui/bitstream/handle/unipi/2558/Anastasiou.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Αντωννάκου, Ν & Μαύρος, Τ. (1976). *Ελληνικά Μοναστήρια Πελοπόννησος Μονές Αργολίδος*. τομ. Α. Αυτοέκδοση. σ. 118-119.

Αντωνίου, Α. (2004) *ΛΑΣΙΘΙ*. Παραδοσιακοί Οικισμοί από την ΗΜΕΡΗΣΙΑ. 13. σ. 35.

Απλαδά, Ε. (2013). *Χλωρίδα και Βλάστηση των Οικοσυστημάτων του Όρους Γκιώνα*. Αξιολόγηση-Προστασία-Διαχείριση. (Διδακτορική Διατριβή). Πάτρα. Πανεπιστήμιο Πατρών. Τμήμα Βιολογίας. Τομέας Βιολογίας Φυτών. σ. 13.
<https://nemertes.library.upatras.gr/jspui/handle/10889/7227>

Αρακαδάκη, Μ. (2006). *Νοφαλιάς Μεραμπέλου*. Συμβολή στην Αρχιτεκτονική των Ορεινών Οικισμών της Κρήτης. [ηλεκτρονικό βιβλίο]. Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης. Νεάπολης Κρήτης. Νεάπολη. σ. 139-140. <http://repository.edulll.gr/edulll/handle/10795/1224>

Αρριανός. (2012). Αρριανός, Αλεξάνδρου Ανάβασις (4.18.4-4.19.3). [ηλεκτρονικό βιβλίο] *Μνημοσύνη Ψηφιακή Βιβλιοθήκη της Αρχαίας Ελληνικής Γραμματείας*. Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων. Κέντρο Ελληνικής Γλώσσας. Τόμος 4^{ος}.

https://www.greeklanguage.gr/digitalResources/ancient_greek/library/browse.html?text_id=74&page=91

Βακαλόπουλος, Α. (1977). Ιστορικές έρευνες έξω από τα τείχη της Θεσσαλονίκης. *ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΑ. Σύγγραμμα Περιοδικόν της Εταιρείας Μακεδονικών Σπουδών*. 17.

Βαλιανάτου. Μ. (2017) «*Η αναπτυξιακή συμβολή των Μετεώρων ως τόπος θρησκευτικού τουρισμού*». (Διπλωματική Εργασία). Βόλος: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. Πολυτεχνική Σχολή. Τμήμα Μηχανικών Χωροταξίας, Πολεοδομίας και Περιφερειακής Ανάπτυξης Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών. «Ευρωπαϊκές Σπουδές στην Περιφερειακή Ανάπτυξη». σ. 25.
<https://core.ac.uk/download/pdf/150725699.pdf>

Βαξεβανόπουλος, Μ. (2006). *Τεκτονικές συνθήκες σπηλαιογένεσης στο σπήλαιο «Μελισσότρυπα» Κεφαλόβρυσου Ελασσόνας*. (Διπλωματική Εργασία). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών Γεωλογίας & Γεωπεριβάλλοντος. Κλάδος Ειδίκευσης Τεκτονική & Στρωματογραφία. σ. 27, 28.

<http://ikee.lib.auth.gr/record/66835/files/gri-2007-085.pdf>

Βαρβαρούσης, Π. (2010). *Η Αρχαία Αλίαρτος Ιστορία και Πολιτισμός*, Παπαζήση, Αθήνα. σ. 219.

Βασιλειάδης, Ν. (2007). *Ορθοδοξία, Ισλάμ και Πολιτισμός*. Αδελφότης Θεολόγων ο «Σωτήρ». Αθήνα. σ. 21-26. ISBN. 978-618-5107-41-3

Βατικιώτης, Κ. (2004). *ΘΕΣΣΑΛΙΑ Βόλος – Πήλιο – Μετέωρα – Αμπελάκια*. Επτά Ημέρες Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ. σ. 94.

Βεΐκου, Μ. (2007). *Οικιστικές θέσεις στην βυζαντινή Ήπειρο από τον 7^ο έως τον 12^ο αιώνα: μια τοπογραφία του μετασχηματισμού*. (Διδακτορική Διατριβή). Αθήνα: Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ) Σχολή Φιλοσοφική. Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας. Τομέας Αρχαιολογίας και Ιστορίας της Τέχνης. Τόμος 1. σ. 335-337.

<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/21806?lang=el#page/348/mode/2up>

Βλάχος, Α. (2006). *Χλωρίδα Βλάστηση και Οικολογία του Ορεινού Συγκροτήματος των Βαρδουσίων*. (Διδακτορική Διατριβή). Πάτρα: Πανεπιστήμιο Πατρών. Τμήμα Βιολογίας Τομέας Βιολογίας Φυτών. Εργαστήριο Οικολογίας Φυτών. σ. 14.

<https://nemertes.library.upatras.gr/jspui/handle/10889/1124>

Βλαχοστέργιος, Ι. (2003). Το Χρονικό των Οδών των Προσπελάσεων στην Ιερά Μονή Βαρλαάμ Μετεώρων. Αρχαιολογικό Έργο Θεσσαλίας και Στερεάς Ελλάδας. *Πρακτικά επιστημονικής συνάντησης*. Υπουργείο Πολιτισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. Τόμος 1. Βόλος. σ. 461, 463, 464, 467-469, 478.

[https://www.academia.edu/41666463/Archaeological Work of Thessaly and Central Greece 1 2003 publ 2006 Vol 1 Thessaly entire book](https://www.academia.edu/41666463/Archaeological_Work_of_Thessaly_and_Central_Greece_1_2003_publ_2006_Vol_1_Thessaly_entire_book)

Βλαχοστέργιος, Ι. (2009). *Μονή Βαρλαάμ Μετεώρων Συμβολή στη Μοναστηριακή Αρχιτεκτονική*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Σχολή-Τμήμα Αρχιτεκτόνων. Τομέας Ιστορίας Αρχιτεκτονικής, Ιστορίας της Τέχνης, Αρχιτεκτονικής Μορφολογίας και Αναστήλωσης. σ. 42, 42-44, 43-44, 55, 66, 162-164.

<https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/19285>

Βοζιατζίδου, Ι. (1925). Το χρονικόν των Μετεώρων, ιστορική ανάλυσις και ερμηνεία. *Επετηρίς Εταιρείας Βυζαντινών Σπουδών*. Β` (25). σ. 164, 166-167, 175-176.

<https://ir.lib.uth.gr/xmlui/bitstream/handle/11615/14614/article.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Βουλγαράκη, Α. (2016). *Οι μαρτυρίες του Οδοιπορικού της Αιθερίας για τη σύγχρονη του Ιεροσολυμιτική Λατρεία*. (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Θεολογική Σχολή. Τμήμα Ποιμαντικής και Κοινωνικής Θεολογίας. Τομέας Λατρείας, Αρχαιολογίας και Τέχνης. σ. 16.

<http://ikee.lib.auth.gr/record/287573/files/GRI-2017-18447.pdf>

Γαβρά, Ε & Σαριγιαννίδης, Ι. (2019). ΑΓΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ Ο ΚΟΥΔΟΥΝΑΣ. Ο ΑΓΙΟΣ ΧΡΙΣΤΙΑΝΩΝ ΚΑΙ ΜΟΥΣΟΥΛΜΑΝΩΝ. *ΚΟΣΜΟΣ*. 6. σ. 357-370.

<https://ejournals.lib.auth.gr/kosmos/article/view/8385/8101>

Γαβριλάκη, Ε. (2017). *Η διαχρονική χρήση των σπηλαίων της δυτικής Κρήτης από τη Νεολιθική περίοδο έως σήμερα: η περίπτωση του σπηλαίου Μελιδονίου*. (Διδακτορική Διατριβή). Αθήνα: Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ). Τμήμα: Ιστορίας και Αρχαιολογίας.. σ. 170-171. <https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/44663#page/170/mode/2up>

Γερούση, Ε. (2004). *Νησιά του Αιγαίου. Σύρος – Τήνος - Μήλος*. Επτά Ημέρες Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ. σ. 142-147.

Γιαννάκη, Σ. (2003). *Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΧΡΗΣΜΩΝ ΤΟΥ ΜΑΝΤΕΙΟΥ ΤΩΝ ΔΕΛΦΩΝ ΣΤΗΝ ΕΔΡΑΙΩΣΗ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΩΝ ΑΡΧΑΙΩΝ ΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ* (συνεπικουρία των άλλων μαντείων). (Διδακτορική Διατριβή). Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού. σ. 171. <https://ikee.lib.auth.gr/record/11596/files/gri-2004-433.pdf>

Γιαννόπουλος, Β. (2000), *Συμβολή στη Μελέτη Σύγχρονων και Παλαιών Περιβαλλόντων των Πλέον Σημαντικών Ελληνικών Σπηλαίων*. (Διδακτορική Διατριβή). Αθήνα: Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Σχολή Θετικών Επιστημών. Τμήμα Γεωλογίας. Τομέας Ιστορικής Γεωλογίας και Παλαιοντολογίας. σ. 3, 12, 26, 68-69. <https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/21699?lang=el#page/2/mode/2up>

Γιαννουλάτος, Α. Αρχιεπίσκοπος. (2015). *Οι Θρησκείες Α΄*, Εγκυκλοπαιδικοί Θησαυροί, Εκδοτική Αθηνών, Αθήνα, σ. 133.

Γερολύμου, Κ. (2017). *Ενσφράγιστη πλίνθος από το θέατρο της Σπάρτης εντοιχισμένη σε βυζαντινό ασκητήριο στα Χρύσαφα Λακωνίας. Κτίτωρ αφιέρωμα στον δάσκαλο Γεώργιο Βελένη*. Μυγδονία. Θεσσαλονίκη. σ. 93-98. [https://www.academia.edu/34929209/Ενσφράγιστη πλίνθος από το θέατρο της Σπάρτης εντοιχισμένη σε βυζαντινό ασκητήριο στα Χρύσαφα Λακωνίας Κτίτωρ Αφιέρωμα στον δάσκαλο Γεώργιο Βελένη Θεσσαλονίκη 2017 93 98](https://www.academia.edu/34929209/Ενσφράγιστη_πλίνθος_από_το_θέατρο_της_Σπάρτης_εντοιχισμένη_σε_βυζαντινό_ασκητήριο_στα_Χρύσαφα_Λακωνίας_Κτίτωρ_Αφιέρωμα_στον_δάσκαλο_Γεώργιο_Βελένη_Θεσσαλονίκη_2017_93_98)

Γεωργιτσογιάννη, Ε. (2008). Όσιος Λεόντιος ο Στεμνιτσίωτης. *Πρακτικά Ιστορικού Συμποσίου στη Μνήμη του Νοεμάρτυρα Δημητρίου*. Τρίπολη. 19-21 Σεπτεμβρίου. σ. 400-404.
<http://www.520greeks.com/wp-content/uploads/2012/09/osios-leontio-o-stemnitsiotis.pdf>

Γουλούλης, Σ. (2012). «Από το Άγιον Όρος στα Μετέωρα. Μετακένωση του Ησυχασμού και βυζαντινή πολιτική συγκυρία» *Ιστορική Γεωγραφία της Ελλάδος και της Ανατολικής Μεσογείου*. Συλλογικός Τόμος. Σταμούλη. Θεσσαλονίκη. σ. 152. <https://www.academia.edu/7011917>

Γουλούλης, Σ. (2017). Αρχαιοδίφες της Σκήτης Σταγών: το Σύγγραμμα ιστορικών (p. 1529) και ο Πρώτος Νείλος. *Θεολογία*. 4. σ. 79-99, 152, 156.
http://www.ecclesia.gr/greek/press/theologia/material/2017_4_6_goulouli.pdf

Γουργιώτης, Α. (2007). *Η ανάπτυξη του ορεινού χώρου: το παράδειγμα εφαρμογής της Αράχωβας*. (Διδακτορική Διατριβή). Βόλος: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. Πολυτεχνική Σχολή. Τμήμα Μηχανικών Χωροταξίας, Πολεοδομίας και Περιφερειακής Ανάπτυξης. σ. 281.
<https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/15205>

Γρηγορίου, Α. (2011). Το ταξίδι του Adolphe-Napoleon Didron στη Θεσσαλία (1839). *Θεσσαλικό Ημερολόγιο*. 59. σ. 305-320.
https://www.thessaliko.gr/pages/059_didron_1839.pdf

Δαρδαμάνη, Μ. (2009). *Σύμβολα και Συμβολισμοί κατά τα Λειτουργικά Υπομνήματα*. (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Θεολογική Σχολή. Τμήμα Ποιμαντική και Κοινωνικής Θεολογίας. σ. 63.
<http://ikee.lib.auth.gr/record/115341/files/dardamani.pdf>

Δεληγιάννη-Γκολούμποβιτς, Μ. (2011). «Καρστική γεωμορφολογική εξέλιξη στη Δυτική Ελλάδα: Η περίπτωση της περιοχής του Ξηρόμερου». (Διδακτορική Διατριβή). Αθήνα: Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο. Τμήμα Γεωγραφίας. σ. 93-97.
<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/27327?lang=el#page/1/mode/2up>

Δελημάρης, Ι., (2004). Η ΒΑΡΑΣΟΒΑ ΚΑΙ ΤΑ ΜΝΗΜΕΙΑ ΤΗΣ. Αρχαιολογικά δεδομένα βυζαντινής και μεταβυζαντινής περιόδου. *Πρακτικά Β' Διεθνούς Ιστορικού και Αρχαιολογικού Συνεδρίου Αιτωλοακαρνανίας*. (Β' Τόμος). Αγρίνιο. 29-31 Μαρτίου. σ. 549-558.

Δημακόπουλος, Ι. (1979). Έρευνες στην αρχιτεκτονική της Μονής Σινά (πιν. 103-112) *Δελτίον Χριστιανικής Αρχαιολογίας*. 9. σ. 286.

<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltion/article/view/4551/4327>

Δημητράτος, Σ. (2004-2005) Άγιος Νικόλαος Σίντζας. Περιηγήσεις ΚΥΝΟΥΡΙΑ. Έκδοση εφημερίδας ΗΜΕΡΗΣΙΑ. 30. σ. 37.

Δημητράτος, Σ. (2004-2005). ΠΑΝΑΓΙΑ ΤΡΙΧΕΡΟΥΣΑ. Περιηγήσεις ΜΟΝΕΜΒΑΣΙΑ. Έκδοση εφημερίδας ΗΜΕΡΗΣΙΑ. 30. σ. 44.

Δημητρέλλος, Γ. (2005). Γεωβοτανική Έρευνα του Όρους Τυμφρηστού (ΒΔ Στερεά Ελλάδα) *Χλωρίδα – Βλάστηση - Αξιολόγηση – Διαχείριση*. Διδακτορική Διατριβή. Πάτρα: Πανεπιστήμιο Πατρών. Τμήμα Βιολογίας. Τομέας Βιολογίας Φυτών. σ. 18.

<https://nemertes.library.upatras.gr/jspui/handle/10889/264>

Δήμος Λυρκείας. (2010). *Λυρκεία*. Δήμος Λυρκείας Αργολίδα. Υπουργείο Πολιτισμού και Τουρισμού. Ελληνικός Οργανισμός Τουρισμού. σ. 31.

<https://issuu.com/propela/docs/lyrkeia>

Δόδουρα, Χ. (2015). *Αποκατάσταση του Αρχοντικού Νερατζοπούλου στη Σιάτιστα*. (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. ΔΠΜΣ στην Προστασία, Συντήρηση και Αποκατάσταση Μνημείων Πολιτισμού. σ. 104, 114.

<http://ikee.lib.auth.gr/record/285104/files/GRI-2016-17440.pdf>

Δρανδάκης, Ν. (1988). Ο σπηλαιώδης ναός του Άι-Γιαννάκη στα Ζούπενα. *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας*. 13(Δ). σ.79-92.

<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltion/article/view/4622/4398>

Δρανδάκης, Ν. (1989-1990). Ο σπηλαιώδης ναός του Προδρόμου κοντά στη Χρυσάφα της Λακεδαίμονος. *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας*. 15(Δ). σ. 179-196.
<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltion/article/view/4670/4446>

Δρανδράκης, Ν. (1992). Το Παλαιομονάστηρο των Αγίων Σαράντα στην Λακεδαίμονα και το ασκηταριό του. *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας*. 16Δ'. σ. 115-138.
<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltion/article/view/4686>

Δρανδάκης, Ν. (2009) ΣΠΗΛΑΙΩΔΕΙΣ ΝΑΟΙ ΛΑΚΩΝΙΑΣ ΒΥΖΑΝΤΙΝΩΝ ΧΡΟΝΩΝ. *ΛΑΚΩΝΙΚΑΙ ΣΠΟΥΔΑΙ. ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΝ ΣΥΓΓΡΑΜΜΑ ΤΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΛΑΚΩΝΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ*, ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ, 17(Δ), σ. 353-361, 489 – 504, 561 – 594, 715 – 734, 735 – 749.
https://www.academia.edu/37040958/N_B_Δρανδάκη_Μάνη_και_Λακωνία_Δ_N_B_Drandaki_Mani_and_Laconia_vol_IV_ed_Ch_Konstantinidi_Athens_2009_pdf

Δρόσος, Ν. Αρχιμ. (2013). *Οι επισκοπές Βεσαίνης, Χαρμένων και Κατριάς: Η Εκκλησιαστική Περιφέρεια Αγιάς κατά τη Βυζαντινή και Μεταβυζαντινή Περίοδο*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας. Τομέας: Αρχαίας Ελληνικής Ρωμαϊκής Βυζαντινής και Μεσαιωνικής Ιστορίας. σ. 288.
<http://ikee.lib.auth.gr/record/133699/files/GRI-2014-11745.pdf>

ΖΕΝΑΪ, Ε. (2022). *Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ-ΑΛΒΑΝΙΑΣ ΜΕΣΩ ΕΝΟΣ ΔΙΚΤΥΟΥ ΠΟΛΕΩΝ. ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ*. (Διπλωματική εργασία). Νεάπολις Πάφου: School of Economics and Computer Science. Department of Economics and Business. Master of Business Administration (MBA) in Tourism. σ. 29.
<http://hephaestus.nup.ac.cy/bitstream/handle/11728/12194/Download%20thesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ηρωτάκη, Σ. (2019). *Τα αγιολογικά κείμενα για τον όσιο Λεόντιο τον εκ Μονεμβασίας*. (Διπλωματική εργασία). Καλαμάτα: Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου. Σχολή Ανθρωπιστικών Επιστημών και Πολιτισμικών Σπουδών. Τμήμα Φιλολογίας. Ινστιτούτο Έρευνας Βυζαντινού Πολιτισμού. Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Βυζαντινός Κόσμος: Η Σχέση του με την Αρχαιότητα και το Νεότερο Ελληνισμό». σ. 30.
<https://amitos.library.uop.gr/xmlui/handle/123456789/5287>

Η Αγία Γραφή. (2004). *Βασιλειών Γ΄*. Η Αγία Γραφή. Αδελφότης Θεολόγων η «ΖΩΗ». Αθήναι. 16. σ. 314.

Η Καινή Διαθήκη. (1971). *Προς Εβραίους επιστολή*. Η Καινή Διαθήκη, Αδελφότης Θεολόγων η «Ζωή», Αθήνα, σελ. 301.

Η Καινή Διαθήκη. (1971). *Προς Ρωμαίους επιστολή*. *ΙΒ΄/1*. Η Καινή Διαθήκη. Αδελφότης Θεολόγων η «Ζωή». Αθήνα. σ. 53-54.

Θέμελης, Χ, Μητροπολίτης Μεσσηνίας. (1982). Ευβοϊκή αγιολογία. *ΘΕΟΛΟΓΙΑ*. ΝΓ΄. σ. 389.
https://www.ecclesia.gr/greek/press/theologia/material/1982_2_2_Themelis.pdf

Θεοδώρου. Ε, Αρχιμ. (1998). *Γουβερνέτο Το μοναστήρι της ιστορίας και των αναμνήσεων*. Αυτοέκδοση. Αθήνα. σ. 118-119, 121-123, 211-212.

Θεοδωροπούλου, Ε. Ζάβαλη, Μ. (2022). *Εναλλακτικός Τουρισμός- Πολιτιστικά Μονοπάτια και Διαδρομές Οίνου*. [ηλεκτρονικό βιβλίο] Ελληνικά Ακαδημαϊκά Ηλεκτρονικά Συγγράμματα και Βοηθήματα. www.kalipos.gr

Θεοτέκνη, Μοναχή. (1978). *Το Πέτρινο Δάσος των Μετεώρων*. Ιερά Μονή Αγίου Στεφάνου Μετεώρων. Αθήνα. σ. 47, 47-49, 99, 222.

Θεοτέκνη, Μοναχή. (2017). *Το Πέτρινο δάσος Τόμος α΄. Ιερά Ασκητήρια*. Ιερό Κοινόβιο Αγίου Στεφάνου. Άγια Μετέωρα. σ. 52-58, 64, 77-91, 102, 127-135, 132-135, 141-143, 171, 178-190, 228-234.

Θεοτέκνη, μοναχή. (2018). *Το Πέτρινο δάσος τόμος β΄. Ιερά Μοναστήρια*. Ιερό Κοινόβιο Αγίου Στεφάνου. Άγια Μετέωρα. σ. 178-188, 322, 322-325, 343-345, 347-349, 440, 460-463.

Θεοτοκάς, Γ. (1963). Η Έρημος. Από το βιβλίο «Οδοιπορικό του Αγίου Όρους». *Νέα Εστία*. 875. Αθήνα. σ.259-262.
<http://www.ekebi.gr/magazines/showimage.asp?file=102663&code=2048&zoom=800>

Θεοχαρόπουλος, Α. (2009). *Οι ξύλινες κατασκευές στη παραδοσιακή Πηλιορείτικη Αρχιτεκτονική*. (Διπλωματική εργασία). Πάτρα: Πανεπιστήμιο Πατρών. Πολυτεχνική Σχολή. Τμήμα Πολιτικών Μηχανικών. σ. 16, 29, 30.

<https://nemertes.library.upatras.gr/jspui/handle/10889/2914>

Ιερά Μονή Αγίου Νικολάου Βαρσών. (2020) Προσκυνηματικός Οδηγός Ιεράς Μονής Αγίου Νικολάου Βαρσών. Ιερά Μονή Αγίου Νικολάου Βαρσών. Τρίπολη. σ. 55.

Ιερά Μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου Σεπετού. (2011). *Ιερά Μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου Σεπετού*. Ιερά Μητρόπολις Τριφυλίας και Ολυμπίας. σ. 19-27.

Ιερά Μονή Κερνίτσης, (2016). *Ιερά Διήγησις Παναγία η Κερνιτσιώτισσα*. Ιερά Μονή Κερνίτσης. Βυτίνα Γορτυνίας. σ. 79, 90-92.

Ιερά Μητρόπολις Τριφυλίας και Ολυμπίας. (2011). *Ιερά Μονή Κοιμήσεως Θεοτόκου Σεπετού*. Ιερά Μητρόπολις Τριφυλίας και Ολυμπίας. σ. 11-18.

Ιερά Μονή Μεγάλου Μετεώρου. (1997) Μοναστική Πολιτεία των Βράχων. ΑΓΙΑ ΜΕΤΕΩΡΑ. Τόπος Ιερός, Αναλλοίωτος και Απαραβίαστος. Ιερά Μονή Μεγάλου Μετεώρου. Άγια Μετέωρα. σ. 24-25.

Ιερωνύμου, Μητροπολίτη Θηβών και Λεβαδείας. (2005). *Χριστιανική Βοιωτία. Α΄*. Κέντρο Αρχαιολογικών, Ιστορικών και Θεολογικών Μελετών. Λιβαδειά. σ. 246, 258-267, 375-376, 430-432.

Ιερωνύμου Μητροπολίτου Θηβών και Λεβαδείας. (2000). *Η Ζωοδόχος Πηγή της Κωπαΐδος και οι Καταλανοί*. Γ΄ Διεθνές Συνέδριο Βοιωτικών Μελετών. 4-8 Σεπτεμβρίου 1996,. Επετηρίς της Εταιρείας Βοιωτικών Μελετών, Αθήνα, Γα΄. σ. 1-13.

http://reader.ekt.gr/bookReader/show/index.php?lib=GRLIV&path=GRLIV_000000000000070156#page/30/mode/2up

Ιωακείμ, Φ. Αρχιμ. (2018) «Ο πρώιμος Μοναχισμός-Ασκητισμός στην Κύπρο». *Διεθνές Συνέδριο «Μοναχισμός Ρωσίας και Κύπρου: Κοινοί πνευματικοί δεσμοί»*, 1-2/2/2018, Λευκωσία.
<https://auth.academia.edu/FOTIOSIOAKEIM>

Ιωαννίδου, Ν. (1992). Ο ναός του Αγίου Δημητρίου (Αυγού) στα Δίδυμα της Ερμιωνίδας. *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας*. 16Δ'. σ. 97-106.
<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltion/article/view/4684>

Ιωσήφ, Μοναχού. (2001). *Ο Γέροντας Ιωσήφ ο Ησυχαστής*. Ιερά Μονή Βατοπαιδίου, Άγιον όρος. σ. 90-91, 93-94, 110-111, 114, 117-118, 119-120, 120-122, 126, 129, 130, 132, 133, 145.

Ι. Ησυχαστήριο «Άγιος Σεραφείμ». (2000). *Γέροντας Εφραίμ ο Κατουνακιώτης*. Ι. Ησυχαστήριο «Άγιος Σεραφείμ» Κατουνάκια Αγίου Όρους. Α'. σ. 38, 40, 43.

Καζαντζάκης, Ν. (1963). Στα Καρούλια. Άπο τήν «Άναφορά στόν Γκρέκο». *Νέα Εστία*. 875. σ. 241-243. <http://www.ekebi.gr/magazines/ShowImage.asp?file=102644&code=5556>

Καλαβριώτη, Α. (2018). «Ο ΠΡΟΣΚΥΝΗΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΕΝΩΝΕΙ ΧΡΙΣΤΙΑΝΟΥΣ ΚΑΙ ΜΟΥΣΟΥΛΜΑΝΟΥΣ. ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ: Η ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΤΟΥ ΚΟΥΔΟΥΝΑ, ΣΤΗΝ ΠΡΙΓΚΗΠΟ». (Διπλωματική εργασία). Βόλος: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας Τμήμα Μηχανικών Χωροταξίας Πολεοδομίας και Περιφερειακής Ανάπτυξης και Τμήμα Οικονομικών Επιστημών. Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών. «Σχεδιασμός και Ανάπτυξη Τουρισμού και Πολιτισμοί». σ. 80-86.
<https://ir.lib.uth.gr/xmlui/bitstream/handle/11615/48370/17346.pdf?sequence=1>

Καλογήρου, Π. (2004-2005). *ΜΕΤΕΩΡΑ*. ΠΕΡΙΗΓΗΣΕΙΣ με την ΗΜΕΡΗΣΙΑ. 7. Αθήνα. σ. 15, 38.

Καλπάκης, Δ. (2004-2005). *ΑΓΙΟΝ ΟΡΟΣ*. ΠΕΡΙΗΓΗΣΕΙΣ με την ΗΜΕΡΗΣΙΑ. 58. Αθήνα σ. 7.

Καμπά, Μ. (2014). *Ανάλυση και αξιολόγηση του αρχαιολογικού τοπίου της βυζαντινής περιόδου στο Παπίκιο όρος*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσσαλονίκη: ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ. ΤΜΗΜΑ ΔΑΣΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ. ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΛΙΒΑΔΙΚΗΣ ΟΙΚΟΛΟΓΙΑΣ. σ. 51-52. <http://ikee.lib.auth.gr/record/134561/files/GRI-2014-12586.pdf>

Καμπούρη, Ζ. (2020) *Ο θρησκευτικός Τουρισμός στη Θεσσαλονίκη. Η Πολιτιστική Διαδρομή Κυρίλλου και Μεθοδίου του Συμβουλίου της Ευρώπης ως Εργαλείο Ανάπτυξης*. (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Σχολή: Οικονομικών και Πολιτικών Επιστημών. Τμήμα: Οικονομικών Επιστημών. Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Τουρισμός και Τοπική Ανάπτυξη». σ. 24, 27, 76.

<http://ikee.lib.auth.gr/record/321854?ln=el>

Κανελλάτου, Π. (2017). *UNESCO & Άυλη Πολιτιστική Κληρονομιά. Κριτική Μελέτη ως προς την Ένταξη Στοιχείων στο Ελληνικό Εθνικό Ευρετήριο. Περίπτωση Φακέλου «Ηπειρώτικο Πολυφωνικό Τραγούδι»*. (Διπλωματική εργασία). Αθήνα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο. Σχολή Κοινωνικών Επιστημών. Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών «Διοίκηση Πολιτισμικών Μονάδων». σ.14. <https://apothesis.eap.gr/handle/repo/34129>

Κάντα, Α & Δαβάρας, Κ. (2011). *ΕΛΟΥΘΙΑ ΧΑΡΙΣΤΗΙΟΝ ΤΟ ΙΕΡΟ ΣΠΗΛΑΙΟ ΤΗΣ ΕΙΛΕΙΘΥΙΑΣ ΣΤΟΝ ΤΣΟΥΤΣΟΥΡΟ*. Δήμος Μίνωα Πεδιάδας. Ηράκλειο. σ. 28.

Καππάς, Μ. (2011). Ο ναός του Αγίου Νικολάου στο ρέμα του Σωφρόνη Λακωνίας. *Βυζαντινά Σύμμεικτα*. 21. σ. 256-257.

<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/bz/article/viewFile/3769/3610.pdf>

Καπάτση, Μ. (2018). *Θρησκευτικός Τουρισμός στην Ελλάδα: Θεσσαλονίκη «Στα βήματα του Αποστόλου Παύλου»*. (Διπλωματική Εργασία). Θεσσαλονίκη: ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΑΝΟΙΚΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ. ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ MSc. σ. 60. <https://apothesis.eap.gr/handle/repo/37302>

Καπώνης, Ν. (2005). *Η Ναοδομική Αρχιτεκτονική του Δεσποτάτου της Ηπείρου, την περίοδο της δυναστείας των Κομνηνών Αγγέλων (1204-1318)*. (Διδακτορική Διατριβή). Ιωάννινα: Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων. Φιλοσοφική Σχολή. Τμήμα Ιστορίας-Αρχαιολογίας. σ. 69-70. <https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/13781>

Καραγιάννης, Η. (2019). *Πόλη και Ταυτότητες: Μια ανάγνωση της σημερινής «Ελληνικής» Κοινότητας της Ιερουσαλήμ*. (Διπλωματική εργασία). Βόλος: ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ. ΣΧΟΛΗ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ. ΤΜΗΜΑ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΝΘΡΩΠΟΛΟΓΙΑΣ. Π.Μ.Σ.: ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΣΤΙΣ ΙΣΤΟΡΙΚΕΣ, ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΟΛΟΓΙΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ. σ 128-130.

<https://ir.lib.uth.gr/xmlui/handle/11615/51090>

Καραγιαννόπουλος, Ν. (2014). *Επίδραση του Σχήματος του Τεμάχους στις Καταπτώσεις Βράχων*. (Διπλωματική εργασία). Αθήνα: Εθνικό Μετσόβιο πολυτεχνείο. Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών. «Σχεδιασμός και Κατασκευή Υπόγειων Έργων». σ. 2-5.

https://dspace.lib.ntua.gr/xmlui/bitstream/handle/123456789/39437/karagiannopoulosn_shapeeffect.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Καραμανίδης, Ι. (2006). *Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΑΚΗΣ (ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ, ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ, ΠΡΟΒΛΕΨΕΙΣ)*. (Διδακτορική διατριβή). Θεσσαλονίκη: ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΜΗΜΑ ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ. σ. 71.

<https://dspace.lib.uom.gr/bitstream/2159/374/4/karamanidis.pdf>

Καραμπερίδη, Α & Κασκάνης, Α. (2008) *Ιερά Μονή Κηπίνας – ιστορία και τέχνη. Πρακτικά Α΄ Επιστημονικού Συνεδρίου για τα Τζουμέρκα: ο τόπος, η κοινωνία, ο πολιτισμός, διάρκειες και τομές*. Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων. σ. 130-148.

Κοκκίνου, Ε. (2015). *Περιβαλλοντική Γεωλογία και Γεωτεχνολογία*. Ελληνικά Ακαδημαϊκά Ηλεκτρονικά Συγγράμματα και Βοηθήματα. σ. 36.

https://www.researchgate.net/publication/298887627_Environmental_Geology_and_Geotechnology_in_Greek

Κοντή. Β. (2014). Συμβολή στην Ιστορική Γεωγραφία του Νομού Αργολίδας. *Βυζαντινά Σύμμεικτα*. 5. σ. 169-202, 182-183.

<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/bz/article/viewFile/3496/3356>

Κορκά, Α. (2019). *Άυλη Πολιτιστική Κληρονομιά – Συγκριτική Μελέτη Δικαίων*. (Διδακτορική Διατριβή). Αθήνα: Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Νομική Σχολή. σ. 41- 44.

<https://pergamos.lib.uoa.gr/uoa/dl/frontend/file/lib/default/data/2877486/theFile>

Κοσβύρα, Ε. (2018). *Μετεώρα: Εργαστήριο Καλλιγραφίας & Μελέτης των Μετεωρίτικων Κωδίκων. Η Οικοδομική των Ασκηταριών*. (Διπλωματική εργασία). Βόλος: Τμήμα Αρχιτεκτόνων Μηχανικών, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. σελ. 32, 32-34, 34, 50-51, 54, 54-55.

<https://core.ac.uk/download/pdf/161657283.pdf>

Καραστέργιος, Χ. (2016). Ο ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΠΑΥΛΟΣ ΚΑΙ Η ΙΕΡΙΣΣΟΣ. *ΠΑΓΧΑΛΚΙΔΙΚΟΣ ΛΟΓΟΣ*. 28. (Ιούλιος-Αύγουστος-Σεπτέμβριος). σ. 7-8.

Κοντή, Μ. (2007). *Ανακαλύψτε την Ελλάδα. ΘΕΣΣΑΛΙΑ Λίμνη Πλαστήρα – Μετέωρα – Ελάτη – Περούλι – Ασπροπόταμος - Αργιθέα*. Ειδική Έκδοση Εφημερίδας ΤΑ ΝΕΑ. 7. σ. 63.

Κουκουσάς, Β. (2020). Η επίσκεψη του Πορφυρίου Ουσπένσκι στα Μετέωρα κατά το 1859. Η άλυτος του Αγίου Πέτρου. *Eusebius Lab International Working Paper 2020/12*. σ. 4.

<https://www.meteora.net.gr/wp-content/uploads/2021/04/Koukousas-2-7-2020.pdf>

Κουμούση, Α & Μουτζάλη, Α. Α., (2001) Παλαιά μονή Ταξιαρχών Αιγιαλείας. *Εικοστό πρώτο Συμπόσιο Βυζαντινής και Μεταβυζαντινής Τέχνης. Χριστιανική Αρχαιολογική Εταιρεία*. 4-6 Μαΐου, Αθήνα.σ.52-53.

https://www.academia.edu/41840346/A_Κουμούση_Α_Μουτζάλη_Παλαιά_Μονή_Ταξιαρχών_Αιγιαλείας?email_work_card=title

Κουρίλας, Ε. (1929) *Ιστορία του Ασκητισμού, Αθωνίται*. Θεσ/νίκη. Τόμος Α', σελ 36.

<https://olympias.lib.uoi.gr/jspui/handle/123456789/7161?mode=full>

Κουρκουβάτη, Π. (2016). *Οι απαρχές του χριστιανικού προσκυνήματος. Αναζητήσεις και μεταμορφώσεις*. (Διδακτορική Διατριβή). Βόλος: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. Τμήμα Ιστορίας, Αρχαιολογίας και Κοινωνικής Ανθρωπολογίας. σ 4-17.

<https://ir.lib.uth.gr/xmlui/handle/11615/47194>

Κουτσούκος, Ι. (2014) *ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΠΕΡΙΗΓΗΣΗ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ*. Από το 2600 π.Χ. έως σήμερα. Αυτοέκδοση. Αθήνα.

Κουτουμάνος, Η. (1996). *ΑΓΙΟΝ ΟΡΟΣ Το Περιβάλλον της Παναγίας όπως το βλέπει ... ο Ουρανός*. ΟΛΥΜΠΙΑ. Θεσ/νίκη.

Κωνσταντινίδου, Δ. (2017). *Η ΑΝΑΔΕΙΞΗ ΤΩΝ ΑΞΙΟΘΕΑΤΩΝ ΤΗΣ ΒΥΖΑΝΤΙΝΗΣ ΕΠΟΧΗΣ: ΜΙΑ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ. ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ ΚΑΙ ΕΜΠΛΟΥΤΙΣΜΟΥ ΤΗΣ ΕΠΩΝΥΜΙΑΣ ΤΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ (CITY BRANDING)*. (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Πανεπιστήμιο Μακεδονίας. Τμήμα Οργάνωσης και Διοίκησης Επιχειρήσεων του Πανεπιστημίου Μακεδονίας, Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών στο Μάνατζμεντ Τουριστικών Επιχειρήσεων και Οργανισμών. σ. 24-36.

<https://dspace.lib.uom.gr/bitstream/2159/21993/3/KonstantinidouDespoinaMsc2017.pdf>

Κωνσταντοπούλου- Δωρή, Π. (2001) *Η πολυώνυμος Δέσποινα και τα επώνυμα προσκυνήματα της προσωνυμίας. Νησιωτική Ελλάς Νήσοι Ανατολικού και Βόρειου Αιγαίου Δωδεκάνησος – Σποράδες*. 1. Αυτοέκδοση. Αθήνα. σ. 67, 85, 108, 141-144, 203-204, 208, 252, 273-274, 317, 328-331, 333, 337, 390, 426, 432, 505.

Κωνσταντοπούλου- Δωρή, Π. (2001) *Η πολυώνυμος Δέσποινα και τα επώνυμα προσκυνήματα της προσωνυμίας. Νησιωτική Ελλάς. ΚΥΚΛΑΔΕΣ -ΝΗΣΟΙ ΑΡΓΟΣΑΡΩΝΙΚΟΥ*. 2. Αυτοέκδοση. Αθήνα. σ. 61-67, 89-90, 95-98, 145, 244, 306, 387.

Κωνσταντοπούλου- Δωρή, Π. (2010) *Η πολυώνυμος Δέσποινα και τα επώνυμα προσκυνήματα της προσωνυμίας. ΑΓΙΟΝ ΟΡΟΣ – ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ – ΑΝΤ. ΡΩΜΥΛΙΑ - ΠΟΝΤΟΣ*. 9. Αυτοέκδοση. Αθήνα. σ. 93-95, 166-167, 242-243.

Κωνσταντοπούλου- Δωρή, Π. (2005) *Η πολυώνυμος Δέσποινα και τα επώνυμα προσκυνήματα της προσωνυμίας. ΗΠΕΙΡΟΣ – ΘΕΣΣΑΛΙΑ - ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΣ*. 7. Αυτοέκδοση. Αθήνα. σ. 93-95, 371-372, 436-437, 466-469.

Κωνσταντοπούλου- Δωρή, Π. (2001) *Η πολυώνυμος Δέσποινα και τα επώνυμα προσκυνήματα της προσωνυμίας. ΝΗΣΙΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΣ. ΚΡΗΤΗ – ΝΗΣΟΙ ΙΟΝΙΟΥ*. 3. Αυτοέκδοση. Αθήνα. σ. 284-285, 357-359.

Κωνσταντοπούλου- Δωρή, Π. (2004). *Η πολυώνυμος Δέσποινα και τα επώνυμα προσκυνήματα της προσωνυμίας. ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΣ ΣΤΕΡΕΑ ΕΛΛΑΣ – ΕΥΒΟΙΑ*. 6. Αυτοέκδοση. Αθήνα. σ. 199-209.

Κωνσταντοπούλου- Δωρή, Π. (2004). *Η πολυώνυμος Δέσποινα και τα επώνυμα προσκυνήματα της προσωνυμίας. ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΣ. ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ*. 4. Αυτοέκδοση. Αθήνα. σ. 71-72, 118-120, 179-181, 247-250, 317-320, 347-348.

Κώτσου, Ε. (2011). Ναός του Αγίου Βλασίου. Βοιωτία 1^η Εφορία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων. *Αρχαιολογικό Δελτίο*. 56-59 (2001-2004), Β'2. Αθήνα σ. 20-23. <https://pdfcoffee.com/-56-59-x272-pdf-free.html>

Λαγγής, Μ. Επίσκοπος. (1980). *Όσιος Τιμόθεος Αρχιεπίσκοπος Ευρίπου*. Ο Μέγας Συναξαριστής της Ορθοδόξου Εκκλησίας. Μην Άυγουστος. Αυτοέκδοση. Αθήνα. 5. σ. 293-297.

Λαγγής, Μ. Επίσκοπος. (1980). *Όσιοι Γυναίκες ΜΑΡΑΝΑ και ΚΥΡΑ*. Ο Μέγας Συναξαριστής της Ορθοδόξου Εκκλησίας. Μην Φεβρουάριος. Αυτοέκδοση. Αθήνα. 5. σ. 557-559.

Λαγγής, Μ, Επίσκοπος. (1979). *Ο Μέγας Συναξαριστής της Ορθοδόξου Εκκλησίας. Μην Νοέμβριος*. Τόμος ΙΑ΄. Έκδοσις 5. Αυτοέκδοση. Αθήνα. σ. 269-297.

Λαζός, Η. (2021). *Συμβολή στη Μελέτη Ενεργών Ρηγμάτων του Ελληνικού Χώρου με τη Χρήση Γεωδαιτικών Μεθόδων*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Σχολή Θετικών Επιστήμων. Τμήμα Γεωλογίας. σ. 6-18.
<https://ikee.lib.auth.gr/record/327093/files/GRI-2021-29690.pdf>

Λαμπροπούλου, Α. & Μουτζάλη, Α. (1997). Ο Μεσοβυζαντινός Ναός του Αγίου Νικολάου Αιγιαλείας Συμβολή στην Ιστορία της Μονής Ταξιαρχών. *ΣΥΜΜΕΙΚΤΑ*. 11. σ. 323-350.
<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/bz/article/view/3623/3483>

Λαχλάλι Λάμπρι, Π. (2012). *Ο Θρησκευτικός Τουρισμός στη Δυτική Θεσσαλία [ΤΡΙΚΑΛΑ-ΚΑΛΑΜΠΑΚΑ (ΜΕΤΕΩΡΑ)]*. (Διπλωματική εργασία). Αθήνα: Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο. Τμήμα

Οικιακής Οικονομίας και Οικολογίας. Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Βιώσιμη Ανάπτυξη». σ. 55. <https://estia.hua.gr/file/lib/default/data/4864/theFile>

Λόντρα, Π. (2014). *Διαστασιολόγηση Δεξαμενών Ομβρίων Υδάτων στην Ελλάδα για Αστική Χρήση*. (Διπλωματική εργασία). Αθήνα: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο. Διεπιστημονικό – Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Επιστήμη & Τεχνολογία Υδατικών Πόρων». σ. 27-31. <https://dspace.lib.ntua.gr/xmlui/handle/123456789/39581>

Λέκκος, Ε. (1998). *ΤΑ ΜΟΝΑΣΤΗΡΙΑ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΥ Ιστορία Παράδοση Τέχνη ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ, ΝΗΣΙΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ*. ΙΧΝΗΛΑΤΗΣ. Τόμος Β'. Πειραιάς. σ. 42, 88, 89, 90, 94, 101, 111, 120, 124, 146, 157, 298, 321, 354, 391, 401-493, 425-427, 442, 517.

Λέκκος, Ε. (1998). *ΤΑ ΜΟΝΑΣΤΗΡΙΑ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΥ Ιστορία Παράδοση Τέχνη. ΘΡΑΚΗ, ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ, ΗΠΕΙΡΟΣ, ΘΕΣΣΑΛΙΑ, ΣΤΕΡΕΑ ΕΛΛΑΔΑ*. ΙΧΝΗΛΑΤΗΣ. Τόμος Α'. Πειραιάς. σ. 94-96, 153-155, 248-250, 294-296.

MacCannell, D. (2015). *Ο Τουρίστας. Ανάλυση της σύγχρονης κοινωνίας*. (μτφρ. και επιμ. Θεοδωροπούλου Ελένη), Παρισιάνου Α.Ε. Αθήνα.
https://scholar.google.gr/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=Ο+Τουρίστας.+Ανάλυση+της+σύγχρονης+κοινωνίας&btnG=

Μαΐλης, Α. (2015). Τα χτιστά τέμπλα της Κρήτης (14^{ος} – 15^{ος} αιώνας). Επαρχιακή λύση ή ομολογία πίστεως; *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας*. σ. 111-144
<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltion/article/view/5228/9292>

Μαμαλούκος, Σ. (2012). Παρατηρήσεις στην Οικοδομική Ιστορία και την Αρχιτεκτονική των Οχυρώσεων του Κάστρου της Λιβαδειάς. *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας*. σ. 7-20. <https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltion/article/view/4811/4587>

Μαργαρίτη, Μ. (2019). *Επισκευές και Ενισχύσεις Κατασκευών από Τοιχοποιία με Χρήση Συνθετών Υλικών Ανόργανης Βάσης*. (Διπλωματική Εργασία). Αθήνα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο. Διαχείριση Τεχνικών Έργων. σελ. 28-29.

<https://apothesis.eap.gr/bitstream/repo/45164/1/102792.%20ΜΑΡΓΑΡΙΤΗ%20ΜΑΡΙΝΑ%20Διπλωματική%20εαπ%202019.pdf>

Μαρή, Α. (2001). *Η νεολιθική εποχή στο Σαρωνικό: μαρτυρίες για τη χρήση του σπηλαίου του Ευριπίδη στην Σαλαμίνα με βάση την κεραμική της νεώτερης και τελικής νεολιθικής.* (Διδακτορική Διατριβή). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Φιλοσοφική Σχολή. Τμήμα Ιστορίας & Αρχαιολογίας. σ. 177-188.

<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/24258#page/188/mode/2up>

Μαντζαρίδης, Γ. (1990). *Κοινωνιολογία του Χριστιανισμού.* Αδελφοί Κυριακίδη. Θεσσαλονίκη. σ. 93, 95.

Μαρκέτου, Μ. (2016). *Η διαδρομή του Ισλάμ μετά το Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο έως σήμερα στην Ευρωπαϊκή Ένωση.* (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Πανεπιστήμιο Μακεδονίας. Τμήμα Διεθνών και Ευρωπαϊκών Σπουδών. Π.Μ.Σ. Ευρωπαϊκές Πολιτικές Νεολαίας Εκπαίδευσης και Πολιτισμού. Διπλωματική εργασία. Θεσσαλονίκη. σ. 6, 14.

<https://dspace.lib.uom.gr/bitstream/2159/20257/3/MarketouMariannaMsc2016.pdf>

Μεργιαλή-Σαχά, Σ., (2010) Πειρατές και Ασκητές: Το φαινόμενο της πειρατείας μέσα από τα αγιολογικά κείμενα της Παλαιολόγειας εποχής. *Ιόνιος Λόγος*. 2. σ. 227-234

Μοίρα, Π. (2008). «Η παράμετρος της θρησκείας στον πολιτιστικό τουρισμό». *Αγορά Χωρίς Σύνορα*. 13(2). σ. 152-166. <https://docplayer.gr/3787148-Moira-polyxeni-2008-i-parametros-tis-thriskeias-ston-politistiko-toyrismo-agora-horis-synora-tomos-13-2-sel-152-166.html>

Μοίρα, Π & Παράσχη, Α. (2015). Από το προσκύνημα στο θρησκευτικό-πολιτισμικό τουρισμό: Μελέτη περίπτωσης «Ζάκυνθος». *e-Περιοδικό Επιστήμης & Τεχνολογίας*. 3(10). σ. 39.

http://ejst.uniwa.gr/issues/issue_41/Moira_41.pdf

Μότσιου, Χ. (1998). *Οι Άγιοι των Μετεώρων.* (Διδακτορική Διατριβή). Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Σχολή Θεολογική. Τμήμα Ποιμαντικής και Κοινωνικής Θεολογίας. σ. 71, 73, 74, 75, 76, 77.

<https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/10660>

Μουτσόπουλος, Κ, (1959). *Η Αρχιτεκτονική των Εκκλησιών και των Μοναστηριών της Γορτυνίας*. Βιβλιοθήκη της εν Αθήναις Αρχαιολογικής Εταιρείας. Αριθ. 38. Αθήνα. σ.169-228, 207-209, 209-218. https://www.archetai.gr/images/pdfs/bae/BAE_38.pdf

Μουτσόπουλος, Κ, Ν. (2003) *Βυζαντινά και Μεταβυζαντινά Μνημεία της Μακεδονίας. Εκκλησίες του Νομού Φλώρινας*. Μαλλιάρης Παιδεία. Θεσσαλονίκη. σ. 87-89, 89-90, 90, 91-92, 96, 93-109.

Μπάρσκι, Β. (2009). *Τα ταξίδια στο Άγιον Όρος 1725-1726, 1744-1745*. Αγιορείτικη Εστία – Μουσείο Μπενάκη. Μυγδονία. Θεσ/νίκη. Α'. σ. 254-255, 260.

Μπίος, Σ. (2017). «*Ιστορική εξέλιξη του ελληνικού αστικού δικαίου. Από την επανάσταση του 1821 έως τη σύνταξη αστικού κώδικα*». (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ. ΤΜΗΜΑ ΒΑΛΚΑΝΙΚΩΝ, ΣΛΑΒΙΚΩΝ ΚΑΙ ΑΝΑΤΟΛΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ. ΣΧΟΛΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ. Πρόγραμμα. Μεταπτυχιακών Σπουδών στις Γλώσσες & τον Πολιτισμό των Χωρών της Νοτιοανατολικής Ευρώπης. Κατεύθυνση: Κοινωνικές, Πολιτισμικές και Πολιτικές Δομές στη Νοτιοανατολική Ευρώπη. σ. 12.

<https://dspace.lib.uom.gr/bitstream/2159/20428/4/BiosStylianoscsc2017.pdf>

Μποτίνη, Α. (2010). Προοπτικές του θρησκευτικού τουρισμού στα Τζουμέρκα. *Ημερίδα: «Συμβολή του Εθνικού Μετσόβιου Πολυτεχνείου στην ολοκληρωμένη ανάπτυξη των Τζουμέρκων»* Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο. Μετσόβιο Κέντρο Διεπιστημονικής Έρευνας. Συνεδριακό κέντρο Κοινότητας Συρράκου. Συρράκο 17 Ιουλίου. σ. 121.

<https://katharoskalamas.files.wordpress.com/2018/09/2010-dimos-tzoumerkou.pdf>

Μπούμπουλης, Ν. (1978). «*ΜΝΗΜΕΣ ΑΠΟ ΤΟ ΒΑΛΤΕΤΣΙΝΙΚΟ ΚΑΙ ΤΑ ΓΥΡΩ ΧΩΡΙΑ*». Βιβλιοθήκη του Συλλόγου των εν Αθήναις Βαλτετσινιωτών «Κοίμησις της Θεοτόκου». Αθήνα.

Μυρτσιώτη, Γ., (2004). *Κέντρα Ορθοδοξίας. Άγιον Όρος- Άγιοι Τόποι – Πάμμος – Όρος Σινά*. Επτά Ημέρες Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ. σ. 4-48.

Μωυσέως, μοναχού. (2008). *Οι Άγιοι του Αγίου Όρους*. Μυγδονία. Θεσσαλονίκη. σ. 123-125, 129, 287-288, 351-352, 493-494.

Μωυσίδου, Σ. (2022). «Σαντιάγο ντε Κομποστέλα, ο ιστορικός δρόμος του Αγίου Ιακώβου σε μία σύγχρονη διαδρομή στο γαλλικό μονοπάτι». (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ. ΤΜΗΜΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ. Δ. Π. Μ. Σ. ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΤΟΠΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ. σ. 21-22. <https://ikee.lib.auth.gr/record/341776/files/GRI-2022-36558.pdf>

Νικονάνος, Ν. (1997). Βυζαντινοί Ναοί της Θεσσαλίας. Από τον 10^ο αιώνα ως την Κατάκτηση της Περιοχής από τους Τούρκους το 1393. Συμβολή στη Βυζαντινή Αρχιτεκτονική. *Αρχαιολογικό Δελτίο*. 26(B). σ. 123-141, 124.

<https://docplayer.gr/50207534-Vyzantinoi-naoi-tis-thessalias.html>

Ντελής, Μ, Αρχιμ. (2019). Τα Ιερά Προσκυνήματα και οι Προσκυνηματικοί Δρόμοι της Ιεράς Μητροπόλεως Παραμυθίας. Φιλιατών και Γηρομερίου. Δ' Πανελλήνιον Συνέδριον Προσκυνηματικών Περιηγήσεων. Ήπειρος Προσέγγιση στα Θρησκευτικά Μνημεία και τον Πολιτισμό της Νέοι Δρόμοι στους Μοναδικούς Προσκυνηματικούς Προορισμούς της. Άρτα, Νοέμβριος 8-10. σ. 6-7.

http://ecclesia.gr/greek/holySynod/commitees/tourism/d_proskynimata.pdf

Ντρενογιάννης, Γ., (2006). Ανακαλύψτε την Ελλάδα. ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ, Μέσα Μάνη – Έξω Μάνη – Μονεμβάσια – Νεάπολη - Κύθηρα. Ειδική Έκδοση Εφημερίδας ΤΑ ΝΕΑ. 3. σ. 134.

Ντρενογιάννης, Γ., (2007). Ανακαλύψτε την Ελλάδα. ΠΡΕΣΠΑ Καστοριά – Φλώρινα - Πέλλα. Ειδική Έκδοση Εφημερίδας ΤΑ ΝΕΑ. 8. σ. 43, 49.

Ντρενογιάννης, Γ., (2007). Ανακαλύψτε την Ελλάδα. ΣΤΕΡΕΑ ΕΛΛΑΔΑ Καρπενήσι – Αράχοβα – Άγραφα – Παρνασσός - Φωκίδα. Ειδική Έκδοση Εφημερίδας ΤΑ ΝΕΑ. 9. σ. 21, 28, 66-67, 98-99, 137.

Ντρενογιάννης, Γ., (2007). Ανακαλύψτε την Ελλάδα. ΒΟΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗ Ηράκλειο – Λασιθί – Ρέθυμνο - Χανιά. Ειδική Έκδοση Εφημερίδας ΤΑ ΝΕΑ. 10. σ. 56, 95, 153.

Ντρενογιάννης, Γ., (2007). Ανακαλύψτε την Ελλάδα. ΝΟΤΙΑ ΚΡΗΤΗ Ηράκλειο – Λασιθί – Ρέθυμνο - Χανιά. Ειδική Έκδοση Εφημερίδας ΤΑ ΝΕΑ. 11. σ. 18.

Ντρενογιάννης, Γ., (2007). *Ανακαλύψτε την Ελλάδα. Δωδεκάνησα Ρόδος – Πάτμος – Σύμη – Λέρος – Κάρπαθος - Καστελλόριζο*. Ειδική Έκδοση Εφημερίδας ΤΑ ΝΕΑ. 13. σ. 123.

Ντρενογιάννης, Γ., (2007). *Ανακαλύψτε την Ελλάδα. Θράκη Δέλτα Έβρου Πομακοχώρια – Ροδόπη – Έβρος*. Ειδική Έκδοση Εφημερίδας ΤΑ ΝΕΑ. 17. σ. 19.

Ντρενογιάννης, Γ., (2007). *Ανακαλύψτε την Ελλάδα. ΕΙΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ 4Χ4 30 Διαδρομές σε όλη την Ελλάδα*. Ειδική Έκδοση Εφημερίδας ΤΑ ΝΕΑ. 22. σ. 145-147.

Ντρενογιάννης, Γ., (2008). *Ανακαλύψτε την Ελλάδα. ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ, Χαλκιδική – Σιθωνία – Κασσάνδρα - Κεντρική*. Ειδική Έκδοση Εφημερίδας ΤΑ ΝΕΑ. 23. σ. 141.

Ντρενογιάννης, Γ. (2007). *ΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΜΟΝΑΣΤΗΡΙΑ*. ΤΑ ΝΕΑ. Αθήνα. σ. 76, 100, 124.

Οικονόμου, Α. (2007). *Συγκριτική διερεύνηση της αρχιτεκτονικής συγκρότησης και περιβαλλοντικής συμπεριφοράς των παραδοσιακών κατοικιών του 19^{ου} αιώνα στην Φλώρινα*. (Διδακτορική Διατριβή). Αθήναι: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο (ΕΜΠ). Σχολή Αρχιτεκτόνων Μηχανικών. σ. 346-349 355-356, 364.

<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/19960?lang=el#page/386/mode/2up>

Οικονόμου, Α. (2017-2018). Πολιτιστική Κληρονομιά, Υλική και Άυλη: Δύο Όψεις του Ίδιου Νομίσματος; Το Παράδειγμα της Αγροδιατροφικής Παράδοσης. *Εθνολογία*. 17. σ. 5-38.

<https://idaology.gr/wp-content/uploads/2020/12/OIKONOMOY-POLITISTIKI-KLHRONOMIA-ETHNOLOGIA.pdf>

Παλαιολόγος, Η. (2021). «Προοπτικές Τουριστικής Ανάπτυξης Περιφερειακής Ενότητας Ευβοίας». (Διπλωματική εργασία). Πειραιάς: Πανεπιστήμιο Πειραιώς, Τμήμα Οργάνωσης & Διοίκησης Επιχειρήσεων. Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών στην Διοίκηση. σ. 47-49.

https://dione.lib.unipi.gr/xmlui/bitstream/handle/unipi/13523/palaiologos_demt1824.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Παλιούρας, Α. (2004). *Βυζαντινή Αιτωλοακαρνανία*. Ίφιτος. Αργίριο. σ. 79, 176-177, 187-196, 421-432.

<https://archive.org/details/paliouras-byzantine-aitoloakarnania/Paliouras%2C%20Byzantine%20Aitoloakarnania%20%28Παλιουρας%2C%20Βυζαντινη%20Αιτωλοακαρνανια%29/page/n33/mode/2up>

Παλιούρας, Α. (1998). *Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου Πάτμου και το σπήλαιο της Αποκάλυψης*. ΤΑ ΜΟΝΑΣΤΗΡΙΑ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΥ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ, ΝΗΣΙΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ. Τόμος Β'. ΙΧΝΗΛΑΤΗΣ. Αθήνα. σ. 478.

Παλιούρας, Α. (1985). Έκθεση για την ανασκαφή του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων στην Κάτω Βασιλική Αιτωλίας. *Δωδώνη*. Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων. Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας. Χρονικό του Πανεπιστημιακού Έτους 1984-1985. 14. σ. 217.

<https://olympias.lib.uoi.gr/jspui/handle/123456789/6077>

Πάλλης, Γ. (2013). Τοπογραφικά του αθηναϊκού πεδίου κατά τη μέση βυζαντινή περίοδο (9^{ος}-12^{ος} αιώνας). *Βυζαντινά Σύμμεικτα*. 23. σ.122-125.

<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/bz/article/view/3826>

Παλυβού, Κ. (1999). *Ακρωτήρι Θήρας: Οικοδομική Τέχνη και Μορφολογικά Στοιχεία στην Υστεροκυκλαδική Αρχιτεκτονική*. (Διδακτορική Διατριβή). Αθήναι: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο (ΕΜΠ). Σχολή Αρχιτεκτόνων Μηχανικών. Επιστήμες Μηχανικού και Τεχνολογίας. Επιστήμη Πολιτικού Μηχανικού. σ. 61-63.

<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/0974?lang=el#page/1/mode/2up>

Πανοπούλου, Α. (1996). Ο μοναχισμός στην Πελοπόννησο κατά την μέση Βυζαντινή Περίοδο. *Πρακτικά του Διεθνούς Συμποσίου που διοργανώθηκε στα πλαίσια του Προγράμματος «Οι δρόμοι του ορθόδοξου μοναχισμού: Πορευθέντες μάθετε»*. Υπουργείο Πολιτισμού. Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών. Ινστιτούτο Βυζαντινών Ερευνών. Αθήνα. σ. 94.

https://www.academia.edu/41042786/Ο_μοναχισμός_στην_Πελοπόννησο_κατά_τη_μέση_βυζαντινή_περίοδο [Monasticism in the middle byzantine Peloponnese](https://www.academia.edu/41042786/Monasticism_in_the_middle_byzantine_Peloponnese)

Παπαγεωργίου, Α., (1999) *Λαξευτά Ασκητήρια και Μοναστήρια της Κύπρου*. Επετηρίδα Κέντρου Μελετών Ιεράς Μονής Κύκκου. 4. Κέντρο Μελετών Ιεράς Μονής Κύκκου. σ. 33-96

Παπαγεωργίου, Α. (1999). *Λαξευτά Ασκητήρια και Μοναστήρια της Κύπρου*. Επετηρίδα Κέντρου Μελετών Ιεράς Μονής Κύκκου 4. (Ανάτυπον). Κέντρο Μελετών Ιεράς Μονής Κύκκου. Παραπομπή 99. <https://alioshabielenberg.com/wp-content/uploads/2021/04/Papageorgiou - Laxefta-askitiria.pdf>

Παπαγεωργίου, Κ. (2013). *Μοναχισμός και Κοινωνία κατά την Πρωτοβυζαντινή Περίοδο*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης (Α.Π.Θ) Σχολή Φιλοσοφική. Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας. Τομέας Αρχαίας Ελληνικής, Ρωμαϊκής, Μεσαιωνικής και Βυζαντινής Ιστορίας. σ. 13, 18, 35, 36, 37.
<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/29049?lang=el#page/16/mode/2up>

Παπαγιάννης, Α. (1977). *Μαντινειακά Μοναστήρια. Η Συμβολή τους στον Απελευθερωτικό Αγώνα του 1821 και ο Ιωσήφ Ανδρούσας*. Ιστορία και Λαογραφία του Μοριά. Αθήνα. σ. 577, 578-579.

Παπαδόπουλος, Σ. (2002) Ο χώρος ως τόπος άγιος. Μια ανθρωπολογική προσέγγιση, *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας*, ΚΓ΄, 199-204.
<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltion/article/view/4202>

Παπαδόπουλος, Μ. (2015). Τοπικά Ιστορικά Δομικά Συστήματα στη Θράκη και την ευρύτερη περιοχή της Βαλκανικής. Σεγής, Μ. Ζαφείρης, Κ. Ναξίδου, Ε. Μπακιρτζής, Γ & Farrington, Α. *Όψεις της Ιστορίας και του πολιτισμού της Θράκης*. (σ. 424-426). Κομοτηνή. Σχολή Κλασικών και Ανθρωπιστικών Σπουδών Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης. Περιφερειακή Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Αν. Μακεδονίας-Θράκης.
[https://www.academia.edu/43290015/Όψεις της Ιστορίας και του Πολιτισμού της Θράκης συλλογικός τόμος επιστημονική επιμέλεια](https://www.academia.edu/43290015/Όψεις_της_Ιστορίας_και_του_Πολιτισμού_της_Θράκης_συλλογικός_τόμος_επιστημονική_επιμέλεια)

Παπαναστασίου, Α. (2010) .«*Αστική Ανάπτυξη μέσω Αστικής Ανάπλασης Παράκτιων Περιοχών: Η Περίπτωση της Χαλκίδας*». (Διπλωματική εργασία). Αθήνα: Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο. Τμήμα Οικιακής Οικονομίας και Οικολογίας. Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών «Βιώσιμη Ανάπτυξη». Κατεύθυνση Τοπικής Ανάπτυξης. σ. 64.
<https://estia.hua.gr/file/lib/default/data/8300/theFile>

Πάλλης, Γ. (2013). Τοπογραφικά του αθηναϊκού πεδίου κατά τη μέση βυζαντινή περίοδο (9^{ος}-12^{ος} αιώνας). *Βυζαντινά Σύμμεικτα*. 23. σ.122-125.

<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/bz/article/view/3826>

Παπαμανώλης, Ν. (2015). *Δομική φυσική και αρχές περιβαλλοντικού σχεδιασμού κτιρίων*. [ηλεκτρονικό βιβλίο] *Κάλλιπος*. σ. 14-15. <https://repository.kallipos.gr/handle/11419/5407>

Παπαμεντζελόπουλος, Κ. (2012). «*Η Μονή της Αγίας Τριάδας Ακράτας (Μητρόπολη Καλαβρύτων και Αιγιαλείας)*». Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Θεολογική Σχολή–Τμήμα Θεολογίας. Τομέας Εκκλησιαστικής Ιστορίας, Χριστιανικής Γραμματείας, Αρχαιολογίας και Τέχνης. σ. 33, 203-209.

<http://ikee.lib.auth.gr/record/129505/files/GRI-2012-8918.pdf>

Παπαμεντζελόπουλος, Κ. (2022). *Επισκοπή Κερνίτσης, κατόπιν Μητρόπολη Καλαβρύτων και Αιγιαλείας. Ιστορία και Διοικητικές Μεταβολές*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης – Τμήμα Θεολογίας. Πρόγραμμα Διδακτορικών Σπουδών. σ. 312. <https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/50921>

Παπαχρυσάνθου, Δ. (2004). *Ο Αθωνικός μοναχισμός Αρχές και Οργάνωση*. Μορφωτικό Ίδρυμα Εθνικής Τραπέζης. α` Ανατύπωσης. Αθήνα. σ. 96-99, 117.

Παπαχατζή, Ν. (2006). *Η θρησκεία στην αρχαία Ελλάδα*, Εκδοτική Αθηνών. Αθήνα Γ`. σ. 17. ISBN 960-213-147-0

Πατάπιος, Μοναχός Καυσοκαλυβίτης. (2012). *Άγιον Όρος Βηματίζοντας στον τόπο και την ιστορία του*. Ι. Καλύβη Αγίου Ακακίου Καυσοκαλυβίων. Άγιον Όρος. σ. 90-97.

Πάχτα, Β. (2011). *Μελέτη Εξέλιξης Τεχνολογίας Κονιαμάτων*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Πολυτεχνική Σχολή. Τμήμα Πολιτικών Μηχανικών. Τομέας Επιστήμης και Τεχνολογίας των Κατασκευών. Τομέας Επιστήμης και Τεχνολογίας των Κατασκευών. Εργαστήριο Δομικών Υλικών. σ. 17-19.

<http://ikee.lib.auth.gr/record/125996/files/GRI-2011-6361.pdf>

Πετράκος, Δ, Αρχιμ. (2018). *ΠΕΡΙΗΓΗΣΗ ΣΤΑ ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΑ ΜΝΗΜΕΙΑ ΤΗΣ Ι. ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ ΗΛΕΙΑΣ*. Γ΄ Πανελλήνιον Συνέδριο Προσκυνηματικών Διαδρομών. «Από την Αρχαία Ολυμπία στην Σύγχρονη Ηλεία». Ιερά Σύνοδος της Εκκλησίας της Ελλάδος. Συνοδικόν Γραφείον Προσκυνηματικών Διαδρομών. Πύργος Νοέμβριος, 2-4.

https://www.ecclesia.gr/greek/holysynod/committees/tourism/c_synedrio_petrakos.pdf

Πετράτου, Μ. (2014). «*ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΦΥΣΙΟΓΝΩΜΙΑ ΤΗΣ ΝΗΣΟΥ ΙΚΑΡΙΑΣ*» (Διπλωματική εργασία). Αθήνα: ΧΑΡΟΚΟΠΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ. ΤΜΗΜΑ ΟΙΚΙΑΚΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΛΟΓΙΑΣ. Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών. «Εκπαίδευση και Πολιτισμός». Κατεύθυνση «Αγωγή και Πολιτισμός». σ. 28-29.

<https://estia.hua.gr/file/lib/default/data/17225/theFile>

Πετροχείλου, Α. (1970). ΣΠΗΛΑΙΟΝ ΜΙΛΑΤΟΥ ΜΕΡΑΒΕΛΟΥ. *Δελτίον Ελληνικής Σπηλαιολογικής Εταιρείας*. 6(10). σ. 34-35. <http://geolib.geo.auth.gr/index.php/bssg/article/view/5925/5722>

Πολυράβας, Γ. (2012). Στοιχεία δόμησης παραδοσιακών κτιρίων στην περιοχή του Νομού Σερρών. Εντοπισμός και καταγραφή σε χάρτες διατηρούμενων κτισμάτων. *Χωρογραφίες*. 3(1). σ. 39-40, 41, 42. <http://civilgeo.teicm.gr/ojs/index.php/Chorografies/article/view/37>

Πετρή, Γ. Ιερέυ. (2017). *Τα ασκητήρια της Κυνουρίας. Μια καταγραφή των υλικών καταλοίπων του ασκητικού μοναχισμού στην Κυνουρία*. Μίλητος. Αθήνα. σ. 15-16, 55-62, 103-111.

Πλάτων, (1993). *Φαίδων (ἢ Περί ψυχῆς)*. Ελληνική Γραμματεία «Οι Έλληνες». Κάκτος. Αθήνα. ISBN 978-960-352-203-4

Πλιάκα, Σ. (2017). *Ο Τουρισμός και η Φιλοξενία στην Αρχαία Ελλάδα*. (Διπλωματική εργασία). Βόλος: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τμήμα Οικονομικών Επιστημών, Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών. Σχεδιασμός και Ανάπτυξη Τουρισμού και Πολιτισμού. σ. 52-54. <https://ir.lib.uth.gr/xmlui/bitstream/handle/11615/48021/15798.pdf?sequence=1>

Πρέκα, Μ. (2016). *Διερεύνηση της αποδοτικότητας ομβροδεξαμενών στη νήσο Θήρα*. (Διπλωματική εργασία). Αθήνα: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο. Σχολή Πολιτικών Μηχανικών. Τομέας Υδατικών Πόρων και Περιβάλλοντος. Διπλωματική. σ. 44-49.

https://dspace.lib.ntua.gr/xmlui/bitstream/handle/123456789/42941/Πρέκα_Μυρτώ_Πτυχιακή_Εργασία_Αποδοτικότητα_Ομβροδεξαμενών_Στη_Θήρα_Μάρτιος_2016.pdf?sequence=1

Ράλλη, Α. (2018). *ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΟΡΕΙΝΩΝ ΠΕΡΙΟΧΩΝ. ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΜΕΣΑ ΤΗΣ ΕΕ. ΤΟ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΞΥΛΟΚΑΣΤΡΟΥ-ΕΥΡΩΣΤΙΝΗΣ*. (Διπλωματική εργασία). Κόρινθος: Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου. Σχολή Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών. Τμήμα Πολιτικής Επιστήμης και Διεθνών Σχέσεων. Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «ΤΟΠΙΚΗ ΚΑΙ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΣΗ». σ. 27.

<https://amitos.library.uop.gr/xmlui/handle/123456789/4094>

Ρουσόπουλος, Π. (2010). *Ανάπτυξη Προηγμένων Μεθόδων Αναγνώρισης Προτύπων και Μαθηματική Θεμελίωση για τον Εντοπισμό του Τρόπου Δημιουργίας και της Ταυτότητας του Δημιουργού Σημαντικών Αρχαιολογικών Ευρημάτων*. (Διδακτορική διατριβή). Αθήνα: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο. Σχολή Ηλεκτρολόγων Μηχανικών και Μηχανικών Υπολογιστών. Τομέας Επικοινωνιών Ηλεκτρονικής & Συστημάτων Πληροφορικής. σ. 92.

<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/24963?lang=el#page/102/mode/2up>

Ρεϊζοπούλου, Α. (2013) *Καρστική Γεωμορφολογία της Ανατολικής Ορθύος. Η περιοχή Μέγα-Λάκκου, Νεροσπηλιάς*. (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Σχολή Θετικών Επιστημών. Τμήμα Γεωλογίας. Τομέας Φυσικής & Περιβάλλοντικής Γεωγραφίας. σ. 23-30, 67-69. <http://ikee.lib.auth.gr/record/132744/files/GRI-2013-11082.pdf>

Σαββοπούλου-Κατσίκη, Ξ. (2011). *Μεταβυζαντινή εκκλησιαστική αρχιτεκτονική στο νομό Γρεβενών: συμβολή στη μοναστηριακή αρχιτεκτονική στη Δυτική Μακεδονία από τον 15^ο έως το 19^ο αιώνα*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης (ΑΠΘ). Σχολή Πολυτεχνική. Τμήμα Αρχιτεκτόνων Μηχανικών. Τομέας Ιστορίας της Αρχιτεκτονικής, Ιστορίας της Τέχνης, Αρχιτεκτονικής Μορφολογίας και Αναστήλωσης. σ. 146, 168. <https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/28690?lang=el#page/168/mode/2up>

Σακελλαράκης, Ι. (1989). Η ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ ΤΟΥ ΙΔΑΙΟΥ ΑΝΤΡΟΥ. Α΄ ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΣΠΗΛΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΣΥΜΠΟΣΙΟ. 21-23 Απριλίου 1989. Ηράκλειο Κρήτης. σ. 188-190.

<http://geolib.geo.auth.gr/index.php/bssg/article/view/6314/6103>

Σάμψων, Α. (2014). *Το σπήλαιο Σαρακηνού Βοιωτίας. Συμβολή στην προϊστορία της Κεντρικής Ελλάδος*. Πανεπιστήμιο Αιγαίου. Εργαστήριο Περιβαλλοντικής Αρχαιολογίας. Δήμος Ορχομενού. Αθήνα. σ. 52-61.

Σαλκιτζόγλου, Τ. (2009), Η Μονή του Αγίου Χαρίτωνος στη Σύλλη του Ικονίου (Ένας διάλογος Ορθοδοξίας–Ισλάμ στον 13^ο αιώνα). *Δελτίο Κέντρου Μικρασιατικών Σπουδών*. 16. σ. 119-164.

<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltiokms/article/viewFile/2393/2159>

Σαμπατάκης, Β. (2017). Ένας Σουηδός Πάστορας στην Θεσσαλία του 1784. *Τρικαλινά*. 37. σ. 97, 83-102. https://drive.google.com/file/d/1glC44uhmO4HFefMk7rjBWpA_BfkWQJhC/view

Σαραντάκης, Π. (2000). *Αρκαδία, τα μοναστήρια και οι εκκλησίες της, οδοιπορικό 10 αιώνων*. Αυτοέκδοση. Αθήνα, σ. 19.

Σαραντάκης, Π. (2008). *Περιήγηση Αρκαδίας. Ιστορικός Ταξιδιωτικός Οδηγός*. Οιάτης. Αθήνα. σ. 109.

Σιάχος, Ι. (2020). *Ιστορία της Αμβρακίας και το Ληξιαρχείο της από το 1800*. Σύλλογος των Απανταχού Αμβρακιωτών «Οι Παμμεγίστοι Ταξιάρχαι».. Αθήνα.

Σιγάλα, Μ. (2009). Τα Κελλιά της Χάλκης Δωδεκανήσου. Η χρονολόγηση των τοιχογραφιών και η σημασία τους. *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας*. 30(Δ΄). σ. 149-158.

<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltion/article/view/4380>

Σιγάλα, Μ. (2011). *Η Χάλκη από την παλαιοχριστιανική εποχή μέχρι και το τέλος της περιόδου της ιπποτοκρατίας (5^{ος} αιώνας-1523): μνημεία, αρχιτεκτονική, τοπογραφία, κοινωνία*. (Διδακτορική Διατριβή). Αθήνα: Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ). Φιλοσοφική Σχολή. Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας. σ. 203-206.

<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/27763?lang=el#page/212/mode/2up>

Σιγάλα, Σ, Μητροπολίτου Γρεβενών. (1991) *Ιερά Μονή Οσίου Νικάνορος και το Κειμηλιοφυλάκιον Αυτής*. Αυτοέκδοση. Γρεβενά. σ. 7-31.

Σιμόπουλος, Κ. (2008). *Οι Ξένοι Ταξιδιώτες στην Ελλάδα 1700 – 1800*. Πιρόγα. Αθήνα. Τόμος Β΄. Δεκάτη Έκδοση. σ. 44-45, 48, 61, 195,

Σιώμκος, Ν. (2018). Η αναδιαμόρφωση ενός υστεροβυζαντινού ναού κατά τη μεταβυζαντινή περίοδο. Οι τοιχογραφίες της μονής του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινικό Αρκαδίας. Ζυμή, Ε. Καραπαναγιώτου, Α-Β & Ξανθοπούλου, Μ. *Το Αρχαιολογικό Έργο στην Πελοπόννησο (ΑΕΠΕΛ1)*. (σ. 677-678). Καλαμάτα. Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου.

[https://www.academia.edu/37992826/ Η αναδιαμόρφωση ενός υστεροβυζαντινού ναού κατά τη μεταβυζαντινή περίοδο Οι τοιχογραφίες της μονής του Αγίου Νικολάου στο Βαλτετσινικό Αρκαδίας Πρακτικά του Διεθνούς Συνεδρίου Το Αρχαιολογικό Έργο στην Πελοπόννησο 1ο ΑΕΠΕΛ Τρίπολη 7 11 11 2012 Καλαμάτα 2018 σ 677 687](https://www.academia.edu/37992826/)

Σμυρλής, Κ. (2011). Το Άγιον Όρος μέσα στην Οθωμανική αυτοκρατορία κατά τον 15^ο αιώνα. *ΣΤ΄ Διεθνές Επιστημονικό Συνέδριο Αγιορείτικης Εστίας «Το Άγιον Όρος στον 15^ο και 16^ο αιώνα*. 25-27 Νοεμβρίου. Θεσσαλονίκη. σ. 1.

https://www.agioritikiestia.gr/images/articles/2016_synedria/6-perilipseis.pdf

Σκάγκος, Ν. (2000) Ιστορικές και αρχαιολογικές μαρτυρίες από τον Χάρακα Λακωνίας, *ΙΣΤΟΡΙΚΟΓΕΩΓΡΑΦΙΚΑ*, 8, σ. 229.

[https://www.academia.edu/4600436/N Ι Σκάγκος Ιστορικές και αρχαιολογικές μαρτυρίες από τον Χάρακα Λακωνίας](https://www.academia.edu/4600436/N_Ι_Σκάγκος_Ιστορικές_και_αρχαιολογικές_μαρτυρίες_από_τον_Χάρακα_Λακωνίας)

Σκάγκος, Ν. (2001-2002) Κυπαρίσσι Λακωνίας. Αρχαιολογική έρευνα. *Πελοποννησιακά - Παράρτημα 24 (2001-2002)*. Πρακτικά ΣΤ΄ Διεθνούς Συνεδρίου Πελοποννησιακών Σπουδών, Β΄, Τρίπολις, Σεπτέμβριος 24-29. σ. 446-451. <https://independent.academia.edu/NektariosSkagkos>

Σκαλτσά, Ε. (2015). *Ιστορία της Φαρμακευτικής*. [ηλεκτρονικό βιβλίο] Κάλλιπος, Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. σ. 4-9.

https://repository.kallipos.gr/bitstream/11419/5096/2/02_chapter_1.pdf

Στεφανίδης, Β. Αρχιμ. (1978). *Εκκλησιαστική Ιστορία*. «Αστήρ» Αθήνα. σ. 146-147.

Σούμποτιτς, Γ. & Ιουστίνος, Ιερομόναχος. (2017). *Ζάβορδα. Το ασκηταριό του Αγίου Νικάνορα*. Ινστιτούτο Βυζαντινών Ερευνών της Σερβικής Ακαδημίας Επιστημών και Τεχνών,. Μονογραφίες 46. Βελιγράδι. σ. 19, 20-57, 20, 28, 31-39, 33-34, 131-137, 162-165.

http://www.byzinst-sasa.rs/srp/uploaded/PDF%20izdanja/zavorda_web.pdf

Σοφιανού, Δ. (1990). *Ο Όσιος Αθανάσιος ο Μετεωρίτης*. Ιερά Μονή Μεγάλου Μετεώρου (Μεταμορφώσεως). Μετέωρα. σ. 51-52, 104, 105, 108, 109.

Σοφιανός, Ζ, Δ & Δεριζιώτης, Λ. (2011). *Η Ιερά Μονή της Υπαπαντής των Μετεώρων*. Ακαδημία Αθηνών. Κέντρο Έρευνας του Μεσαιωνικού και Νέου Ελληνισμού. Εκ Κληροδοσίας Αναστασίου. Κ. Ορλάνδου. Αθήνα. σ. 21-36.

Σοφιανός, Δ. (2004). *ΘΕΣΣΑΛΙΑ Βόλος – Πήλιο – Μετέωρα – Αμπελάκια.. Επτά Ημέρες Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ*. σ. 112-152.

Σταύρακας, Β & Τραΐου, Ε., (2004). *Κέντρα Ορθοδοξίας. Άγιον Όρος- Άγιοι Τόποι – Πάτμος – Όρος Σινά*. Επτά Ημέρες Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ. σ. 50-96.

Στεφανοπούλου, Δ. (2004-2005) *ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΟΙΚΙΣΜΟΙ ΚΕΦΑΛΟΝΙΑ – ΙΘΑΚΗ – ΛΕΥΚΑΔΑ – ΠΑΞΟΙ – ΚΥΘΗΡΑ από την ΗΜΕΡΗΣΙΑ*. ΗΜΕΡΗΣΙΑ Α.Ε.Ε. Αθήνα. 5. σ. 60-61

Στεφανοπούλου, Δ. (2004-2005) *ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΟΙΚΙΣΜΟΙ ΧΙΟΣ ΛΕΣΒΟΣ από την ΗΜΕΡΗΣΙΑ*. ΗΜΕΡΗΣΙΑ Α.Ε.Ε. Αθήνα. 9. σ. 21-24.

Στεφανοπούλου, Δ. (2004-2005) *ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΟΙΚΙΣΜΟΙ ΣΕΡΙΦΟΣ – ΣΙΦΝΟΣ – ΜΗΛΟΣ – ΚΙΜΩΛΟΣ από την ΗΜΕΡΗΣΙΑ*. ΗΜΕΡΗΣΙΑ Α.Ε.Ε. Αθήνα. 8. σ. 50.

Στεφανοπούλου, Δ. (2004-2005) *ΜΟΝΗ ΧΟΖΟΒΙΩΤΙΣΣΑΣ. ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΟΙΚΙΣΜΟΙ ΠΑΡΟΣ – ΝΑΞΟΣ – ΑΜΟΡΓΟΣ από την ΗΜΕΡΗΣΙΑ*. ΗΜΕΡΗΣΙΑ Α.Ε.Ε. Αθήνα. 14. σ. 42-43.

Σωτηρίου-Δωριβόνη, Ι. (2001). *Η αρχιτεκτονική των κατοικιών της ανώτερης τάξης της Μυτιλήνης (1850-1930)*. Διαδακτορική Διατριβή. Αθήνα: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο (ΕΜΠ). Σχολή Αρχιτεκτόνων Μηχανικών. σ 158.

<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/12866?lang=el#page/280/mode/2up>

Τζώγας, Χ. (1966). *Μονάς–Μοναχισμός*. Θρησκευτική και Ηθική Εγκυκλοπαίδεια. 9. Αθήναι. σ. 19-22. <https://eclass.uoa.gr/modules/document/file.php/SOCTHEOL179/170321234409.pdf>

Τούλιου, Α. (2018). Σύρος. Αρχοντοπούλα του Αιγαίου. *ΕΠΑΘΛΟ*. 116. <https://epathlo.gr/suros>

Τραϊού, Ε. (2004). *Κέντρα Ορθοδοξίας. Άγιον Όρος- Άγιοι Τόποι – Πάτμος – Όρος Σινά*. Επτά Ημέρες Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ. σ. 98-144, 146-192.

Τρίμμης, Κ. (2013). *Αρχαιολογία Σπηλαίων και Γεωγραφικά Συστήματα Πληροφοριών το Παράδειγμα των Σπηλαίων στο Νομό Καστοριάς*. (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας. Τομέας Αρχαιολογίας και Ιστορίας της Τέχνης. σ. 5-6. <http://ikee.lib.auth.gr/record/134029/files/GRI-2014-12059.pdf>

Τζαφέρης, Β., (2004). *Κέντρα Ορθοδοξίας. Άγιον Όρος- Άγιοι Τόποι – Πάτμος – Όρος Σινά*. Επτά Ημέρες Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ. σ. 69-72.

Τζαφέρης, Β., (1988). *ΑΓΙΟΙ ΤΟΠΟΙ*. Ε. ΤΖΑΦΕΡΗ Α.Ε. Αθήνα. Έκδοσις Β. σ. 200-209, 212-219.

Τζέλιου, Α. (2014). *Ανελαστική Ανάλυση Ξυλόπηκτων τοιχοποιιών με απλή διαγώνια δικτύωση*. (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Πολυτεχνική Σχολή-Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών “Προστασία, Συντήρηση και Αποκατάσταση Αρχιτεκτονικών Μνημείων”. σ. 18-19, 19-20.

<http://ikee.lib.auth.gr/record/136172/files/GRI-2015-14112.pdf>

Τρυψιάνη-Ομήρου, Ρ-Σ. (2012). *Υλικά και τρόποι δομής στα βυζαντινά μνημεία της Θεσσαλονίκης*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης (ΑΠΘ). Σχολή Πολυτεχνική. Τμήμα Αρχιτεκτόνων Μηχανικών. Τομέας Ιστορίας της Αρχιτεκτονικής, Ιστορίας της Τέχνης, Αρχιτεκτονικής Μορφολογίας και Αναστήλωσης. σ. 128.

<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/30500?lang=el#page/128/mode/2up>

Τσαντούλας, Α., (2004-2005). *Στην Ελαφόνησο, τα Κύθηρα και το Μικρό Άγιον Όρος*. ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΟΙ ΟΔΗΓΟΙ «ΗΜΕΡΗΣΙΑ». Εφημερίδα ΗΜΕΡΗΣΙΑ. Αθήνα. 20.

Τσαντούλας, Α. (2004-2005). *Στην Χίο και τις Οινούσες*. Ταξιδιωτικοί Οδηγοί «ΗΜΕΡΗΣΙΑ». 36. σ. 16-17.

Τσαντούλας, Α. (2004-2005) *Στη Μήλο και την Κίμωλο*. Ταξιδιωτικοί Οδηγοί «ΗΜΕΡΗΣΙΑ». 43. σ. 12-13.

Τσερόλας, Π. (2020). *Λεπτομερής μελέτη των κλαστικών αποθέσεων στα νησιά του Ιονίου Πελάγους, η σχέση τους με την Ιόνια λεκάνη προχώρας και την λεκάνη προχώρας της Πίνδου. Η συνεισφορά τους στην ανάπτυξη πεδίων υδρογονανθράκων στην Απούλεια πλατφόρμα*. (Διδακτορική Διατριβή). Πάτρα: Πανεπιστήμιο Πατρών. Τμήμα Γεωλογίας. σ. 18-23.

<https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/48804>

Τσέφος, Κ. (2001). *Μοναστηριακή αρχιτεκτονική στο Ζαγόρι της Ηπείρου (1430 – 1913)*. (Διδακτορική Διατριβή). Ιωάννινα: Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων. Σχολή Φιλοσοφική. Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας. σ. 222.

<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/13429?lang=el#page/226/mode/2up>

Τσιγαρίδας, Ν, Ε. (2016). *Καστοριά Κέντρο Ζωγραφικής της Εποχής των Παλαιολόγων (1360-1450)*. Εταιρεία Μακεδονικών Σπουδών. Θεσσαλονίκη. σ. 381-409, 453-475.

Τσολάκης, Β. (2011). *Η Μονή των Αγίων Αναργύρων και τα Ασκηταριά των γύρω βράχων στην περιοχή της Αγιάς*. Θεσσαλικό Ημερολόγιο. 60. σ. 33-64, 45-53, 62-64.

<http://www.thessaliko.gr/pages/060-tomos.pdf>

Τσορμπατζόγλου, Γ. (1993). *Η Κοινωνική Διάσταση της Εικονομαχίας Συμβολή στη Διερεύνηση των Αιτίων της Εικονομαχίας*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσσαλονίκη: Θεολογική Σχολή Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης. Τμήμα Ποιμαντικής. σ. 78, 79, 80, 91, 92, 93, 113.
<https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/3733>

Τσουλκανάκης, Δ. (2011). *“Η βυζαντινή παρουσία στους Αγίους Τόπους από το Μέγα Κωνσταντίνο έως την αραβική κατάκτηση”*. (Διδακτορική διατριβή). Βόλος: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. Σχολή Επιστημών του Ανθρώπου. Τμήμα Ιστορίας, Αρχαιολογίας και Κοινωνικής Ανθρωπολογίας. σ. 13-17.
<https://ir.lib.uth.gr/xmlui/bitstream/handle/11615/41984/9826.pdf?sequence=1>

Τσιουράκη, Β. (1971). Ανέκδοτα Έγγραφα περί της Μονής Ταξιαρχών Αιγίου. *Μνήμων*. 1. σ. 165-174. <https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/mnimon/article/view/8097>

Τσουρλίνη, Α. (2019). *«Διερεύνηση των δυνατοτήτων επεμβάσεων σε κτίρια κατοικίας ορεινών παραδοσιακών οικισμών με βάση τις αρχές του περιβαλλοντικού σχεδιασμού. Βιοκλιματικός ανασχεδιασμός υφιστάμενου κτιρίου σε παραδοσιακό οικισμό στην περιοχή του Π. Αγ. Αθανάσιου, Ν. Πέλλας»*. (Διπλωματική εργασία). Πάτρα: «Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο» «Περιβαλλοντικός Σχεδιασμός Πόλεων και Κτιρίων». σ. 58, 60-61.
https://apothesis.eap.gr/bitstream/repo/42522/1/Τσουρλίνη_Ανδρέου_Παραδοσιακός%20Αν_ασχεδιασμός%20Κτιρίου_ΤΕΛΙΚΟ.pdf

Φάσσα, Ε. (2014). Προσκυνήματα στον Σάραπι. Χαρτογραφώντας τους προσκυνηματικούς τόπους του Σαράπιδος στην Αίγυπτο. *Τεκμήρια*. 12. σ. 181-182. DOI: [10.12681/tekmeria.314](https://doi.org/10.12681/tekmeria.314)
<https://epublishing.ekt.gr/en/5131/Τεκμήρια/14032>

Φειδάς, Β. (1996). Η ιστορική πορεία του ορθόδοξου μοναχισμού από την Πρώτη Εκκλησία ως τις μέρες μας. Τάσεις του Ορθόδοξου Μοναχισμού 9^{ος}–20^{ος} Αιώνες. *Πρακτικά του Διεθνούς Συμποσίου που διοργανώθηκε στα πλαίσια του Προγράμματος «Οι δρόμοι του ορθόδοξου μοναχισμού: Πορευθέντες μάθετε»*. Υπουργείο Πολιτισμού. Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών. Ινστιτούτο Βυζαντινών Ερευνών. Αθήνα. σελ. 40. <https://helios-eie.ekt.gr/EIE/handle/10442/7362>

Φραντζεσκάκης, Α. (2021). *Ο Ρόλος των Ξύλινων Δαπέδων στην Δυναμική Συμπεριφορά Κτιρίων από Φέρουσα Τοιχοποιία*. (Διπλωματική εργασία). Χανιά: Πολυτεχνείο Κρήτης. Σχολή

Αρχιτεκτόνων Μηχανικών: Π.Μ.Σ.: Χώρος, Σχεδιασμός και Δομημένο Περιβάλλον. σ. 28, 32-33.

<https://dias.library.tuc.gr/view/89573>

Φωτόπουλος, Χ. (2016). *Οικονομοτεχνική μελέτη εφαρμογής συστήματος Ενυδρειοπονίας σε αστικό περιβάλλον. Κοινωνικό οικονομικοί παράγοντες μετατροπής βιοτεχνικής εγκατάστασης σε αειφόρο σύστημα αγαθών και υπηρεσιών*. (Διπλωματική εργασία). Αθήνα: Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Τμήμα Αγροτικής Οικονομίας και Ανάπτυξης. Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων & Διατροφής του Ανθρώπου. Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών. Οργάνωση και Διοίκηση Επιχειρήσεων Τροφίμων & Γεωργίας. σ. 32-34

http://dspace.aua.gr/xmlui/bitstream/handle/10329/6390/Fotopoulos_C.pdf?sequence=16

Χαριτόπουλος, Σ. (1997). *Άγιον Όρος. Οι Άγιοι Τόποι της Μακεδονίας*. χ.έ.

Χατζητουλούσης, Σ. (2006). *Το ξύλο ως αρχαιολογικό υλικό στην προϊστορία. Το παράδειγμα του νεολιθικού λιμναίου οικισμού στο Δισπηλιό Καστοριάς*. (Διδακτορική Διατριβή). Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Τμήμα Αρχαιολογίας & Ιστορίας. Τομέας: Αρχαιολογίας. σελ. 119, 146.

<https://ikee.lib.auth.gr/record/60690/files/gri-2006-889.pdf>

Χατζηφώτης, Ι. (2001). *Άγιοι Τόποι και Μονή Σινά*. Αλκυών. Αθήνα. σ. 13-14, 53-69

Χατζιφώτη, Λ. (1995). *Αριστουργήματα της Πάτμου*. Κουμουνδουρέα. Αθήνα. σ. 45-47.

Χριστίδης, Β. (1995). *Η αρχιτεκτονική του Χωριού Κουκούλι Ζαγορίου*. (Διδακτορική Διατριβή). Αθήνα: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο. Σχολή Αρχιτεκτόνων Μηχανικών. σ. 207, 209-210.

<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/5250?lang=el#page/208/mode/2up>

Ψιλάκης, Ν. (1998). *Βυζαντινές Εκκλησίες και Μοναστήρια της Κρήτης*. ΚΑΡΜΑΝΩΡ. Ηράκλειο. σ. 69-70, 104, 165-166.

Ψωμοπουλάκη, Α. (2009). *ΤΑ ΜΟΝΑΣΤΗΡΙΑ ΤΗΣ ΙΕΡΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ ΚΑΛΑΒΡΥΤΩΝ ΚΑΙ ΑΙΓΙΑΛΕΙΑΣ*. (Διπλωματική εργασία). Θεσ/νίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Θεολογική Σχολή. Τμήμα Ποιμαντικής Θεολογίας και Κοινωνικής Θεολογίας. σ.48-52, 50

<https://ikee.lib.auth.gr/record/115365?ln=el>

Βιβλιογραφία Διεθνής

Acuña, MJ. (2015). Royal Death, Tombs, and Cosmic Landscapes: Early Classic Maya Tomb Murals from Río Azul, Guatemala. *Maya Archaeology* 3. pp. 168–185.

<https://www.mesoweb.com/articles/Acuna/RoyalDeath.pdf>

Andriotis, K. (2009). Sacred Site Experience – A Phenomenological Study. *Annals of Tourism Research*, 36(1). pp. 64-84. doi.org/10.1016/j.annals.2008.10.003

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S016073830800114X>

Antić, A. (2020). Anchorite Sacred Caves in Serbia: Balancing Between Pilgrimage and Religious Tourism Development. *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*. 8(4). pp. 14-25. <https://arrow.tudublin.ie/cgi/viewcontent.cgi?article=1368&context=ijrtp>

Albrecht, J. Degelmann, C. Gasparini, V. Gordon, R. Patzelt, M. & Petridou, G. (2018). “Religion in the making: the Lived Ancient Religion approach”. *Religion*. 48(4). pp. 568-593.

<https://doi.org/10.1080/0048721X.2018.1450305>

Albourae, T. Armenakis, C. Kyan, M. (2017). Architectural Heritage Visualization Using Interactive Technologies. The International Archives of the Photogrammetry, Remote Sensing and Spatial Information Sciences. Volume XLII-2/W5, 26th International CIPA. August–September. Ottawa. Canada.

<https://pdfs.semanticscholar.org/a288/fc44a31c8299a11866d639b4eb0076a18418.pdf>

Ali, A and Frew, J. (2014). Technology innovation and applications in sustainable destination development. *Information Technology & Tourism*. 14(4). pp. 265- 290.

https://shura.shu.ac.uk/9168/1/ali_Technology_innovation_and_applications_in_sustainable_destination_development.pdf

Alshweiky, R & Unal, GZ. (2016). An approach to risk management and preservation of cultural heritage in multi identity and multi managed sites: Al-Haram Al-Ibrahimi/Abraham's Tombs of the Patriarchs in Al-Khalil/Hebron. *Journal of Cultural Heritage*. pp. 709-714.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1296207416300607>

Antohin, A. (2019). Preserving the Intangible: Orthodox Christian Approaches to Spiritual Heritage. *Religions*. 10(5). 336; <https://doi.org/10.3390/rel10050336>
<https://www.mdpi.com/2077-1444/10/5/336>

Antunes, A & Amaro, S, (2016). Pilgrims' Acceptance of a Mobile App for the Camino de Santiago. Proceedings of the International Conference Information and Communication Technologies in Tourism 2016. 2-5 February. Bilbao. Spain. pp. 509-521.
https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-28231-2_37

Arellano, A. (2011) Tourism in poor regions and social inclusion: the porters of the Inca Trail to Machu Picchu, *World Leisure Journal*, 53:2, 104-118. DOI: 10.1080/04419057.2011.580551
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/04419057.2011.580551>

Ascoura, E. (2013) Impact of Pilgrimage (Hajj) on the Urban Growth of the Mecca, *Journal of Educational and Social Research*, 3 (2). pp. 255-263.
<http://www.richtmann.org/journal/index.php/jesr/article/view/163>

Augias, C. (2014). *PALERMO ON THE BORDER BETWEEN TOW WORLDS. The Secrets of Italy: Places, and Hidden Histories*. Rizzoli ex libris. New York. pp. 59-63.
https://books.google.gr/books?id=bJPgAgAAQBAJ&pg=PA61&lpg=PA61&dq=cave+Saint+Rosalia+Palermo&source=bl&ots=arz6SO6KcY&sig=ACfU3U0tgBkEQMpR6_KWDww6APsUUujeVQ&hl=en&sa=X&ved=2ahUKEwiHrKmpmqn8AhX9S_EDHRwzD0c4jAEQ6AF6BAgTEAM#v=onepage&q=cave%20Saint%20Rosalia%20Palermo&f=false

Aziz, A and Siang, G. (2014). Virtual Reality and Augmented Reality Combination as a Holistic Application for Heritage Preservation in the UNESCO World Heritage Site of Melaka. *International Journal of Social Science and Humanity*. 4(5). pp. 333-338.
<https://pdfs.semanticscholar.org/98ce/5050c07c9e938275f619e3e8f525a1931102.pdf>

Bakirtzis, N. (2013). *Locating Byzantine Monasteries: Spatial Considerations and Strategies in the Rural Landscape*. Experiencing Byzantium. Papers from the 44th Spring Symposium of Byzantine Studies, Newcastle and Durham, April 2011, Eds. Cl. Nesbitt and M. Jackson. Taylor & Francis Group T&F e Books. pp. 113-123.

https://www.academia.edu/6342522/Locating_Byzantine_Monasteries_Spatial_Considerations_and_Strategies_in_the_Rural_Landscape

Balestrieri, M. and Congiu, T. (2017). Rediscovering Rural Territories by Means of Religious Route Planning, sustainability. 9 (3). <https://www.mdpi.com/2071-1050/9/3/363>

Balomenou C., Poulaki P. and Lagos D. (2015) Religious Tourism in Greece and regional development: The case of Samos Island, *55th Congress of the European Regional Science Association: "World Renaissance: Changing roles for people and places"*, 25-28 August 2015, Lisbon, Portugal, European Regional Science Association (ERSA), Louvain-la-Neuve.

<https://www.econstor.eu/handle/10419/124677>

Bednarik, G. (2016). Art in caves *Zeitschrift für Geomorphologie*. 60(2). pp. 139-152. https://www.researchgate.net/profile/RobertBednarik/publication/311725025_Art_in_caves/links/5857f27408aeffd7c4fb94ab/Art-in-caves.pdf

Berk, F M. (2011). ST. PAUL TRAIL: THE POINT IN WHICH THE FAITH AND NATURE TOURISM MERGE. 1st International, 4th National Egidir Tourism Symposium and Lakes Districts Values Workshop. 1-4 December 2011. pp. 279-292.

https://scholar.google.gr/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=ST.+PAUL+TRAIL%3A+THE+POINT+IN+WHICH+THE+FAITH+AND+NATURE+TOURISM+MERGE&btnG=

Barush, K. (2016). The Root of the Route: Phil's Camino Project and the Catholic Tradition of Surrogate Pilgrimage, *Practicalmatters*. 9.

https://www.academia.edu/27167991/The_Root_of_the_Route_Phil's_Camino_Project_and_the_Catholic_Tradition_of_Surrogate_Pilgrimage

Bertash, A. Keypen-Warditz, D. Levoshko, S. (2016). Orthodox cave churches and monasteries of the V-XX centuries in Russia and Ukraine: architectural traditions and technologies. *Procedia Engineering*. 165. pp. 1829 – 1835.

<https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1877705816342916?token=7F500C4E23B101371F129BB81A913F4D7D92C115FEFEC632148042A184D82EC09AD230E568543CEFB94A61B5D56AE448&originRegion=eu-west-1&originCreation=20230102134555>

Blanton, S. (1940). ANALYTICAL STUDY OF CURE AT LOURDES. *The Psychoanalytic Quarterly*. 9(3). pp. 348-362.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/21674086.1940.11925431?journalCode=upaq20>

Bugslag, J. (2005). Local Pilgrimages and Their Shrines in Pre-Modern Europe, *Peregrinations: Journal of Medieval Art and Architecture*. 2 (1). pp. 1-27.

<https://digital.kenyon.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1023&context=perejournal>

Boboc, G. Duguleana, M. Voinea, D. Postelnicu, C-C, Popovici, D. and Carrozzino, M. (2019). Mobile Augmented Reality for Cultural Heritage: Following the Footsteps of Ovid among Different Locations in Europe. *Sustainability*. 11(4). <https://www.mdpi.com/2071-1050/11/4/1167>

Boukouvalas, L. Grigorakis, G. Tsatsaris, A. (2018). Cultural Routes in Kynouria of Arcadia: Geospatial Database Design and Software Development for Web Mapping of the Spatio-Historical Information. *Heritage*. 1(1). pp. 142-162. <https://www.mdpi.com/2571-9408/1/1/10>

Čech, V. Košová, V. and Pira, M. (2019). Brestovská Cave as a new locality for speleotourism in Slovakia. *Acta Geoturistica*. 10(1). pp. 91-101.

https://geotur.tuke.sk/pdf/2019/n1/09_Cech_v10_n1.pdf

Chekol. B, (2017) Veneration and elation as proceeds of pilgrimage: A practice in exemplar orthodox churches of Addis Ababa, *Cogent Arts & Humanities*, 4(1), pp.111.

<http://dx.doi.org/10.1080/23311983.2016.1277453>

<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/23311983.2016.1277453>

Ciaburro, G. Berardi, U. Lannace, G. Trematerra, A and Puyana-Romero, V. (2020). The catacombs of Rome (2nd AD, century), are artificial caves. *Building Acoustics*. 28(4).

<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1351010X20967571>

Choi, S. (2014). The Conjugation Method of Augmented Reality in Museum Exhibition. *International Journal of Smart Home*. 8(1). pp. 217-228.

https://gvpress.com/journals/IJSH/vol8_no1/23.pdf

Čorejová, T. Haľamová, E. Madleňák, R. and Neszmélyi, G. (2021). The concept of smart city and the perceptions of urban inhabitants: a case study from Žilina, Slovakia. *Hungarian Geographical Bulletin*. 70(2). pp. 113–128. <https://ojs.mtak.hu/index.php/hungeobull/article/view/5519>

Collins-Kreiner, N. (2010) Current Jewish pilgrimage tourism: Modes and models of Development. *TOURISM*. 58(3). pp. 259-270. <https://hrcak.srce.hr/62779>

Collins-Kreiner, N. (2018). Pilgrimage-Tourism: Common Themes in Different Religions, *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*. 6(i).

<https://arrow.tudublin.ie/cgi/viewcontent.cgi?article=1226&context=ijrtp>

Courilas, E. (1947). Ἀθως Μοναχικός Βίος και Πολίτευμα. *LA CROIX*. ATHENES – BOSTON. σ. 25-26. <https://olympias.lib.uoi.gr/jspui/bitstream/123456789/7121/1/BK.K324a.pdf>

Cranmer, E. & Jung, T. (2014). Augmented Reality (AR): Business Models in Urban Cultural Heritage Tourist Destinations. *APacCHRIE Conference*. 21-24 May. Kuala Lumpur. Malaysia.

https://www.researchgate.net/profile/Timothy_Jung2/publication/276269706_Augmented_Reality_AR_Business_Models_in_Urban_Cultural_Heritage_Tourist_Destinations/links/5553be9908ae980ca6085af7.pdf

DeAscaniis, S & Cantoni, L. (2016). Pilgrims in the Digital Age: a research manifesto. *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*. 4(3). pp. 1-5.

<https://arrow.tudublin.ie/cgi/viewcontent.cgi?article=1129&context=ijrtp>

- Dempsey, C. (2018). A Brief Look at Medieval Maps and Travel Guides. *Geography*. 101. <https://www.geographyrealm.com/a-brief-look-at-medieval-maps-and-travel-guides/>
- De Oliveira Neves, M. & Esperança, P. (2011). Bike Usage and Cycle Tourism: The Pattern of Portuguese Associated Bike Riders. *Tourism & Management Studies*. 1. pp. 1919-200. <https://www.redalyc.org/pdf/3887/388743867019.pdf>
- DePaiva, G. Dias, D. Guimaraes, de Paiva. M. Trevelin, C. (2017). Immersive Ground Control Station for Unmanned Aerial Vehicles. *17th International Conference on Computational Science and Applications (ICCSA 2017)* 3 – 6 July . Trieste. Italy. pp. 595-604. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-62392-4_43
- Diao, C. Li, Z. Zhang, Z. Ning, B. He. Y. (2019). TO ACHIEVE REAL IMMERSION: THE 3D VIRTUAL AND PHYSICAL RECONSTRUCTION OF CAVE 3 AND CAVE 12 OF YUNGANG GROTTOES. *The International Archives of the Photogrammetry, Remote Sensing and Spatial Information Sciences* Volume XLII-2/W9, 2019 8th Intl. Workshop 3D-ARCH "3D Virtual Reconstruction and Visualization of Complex Architectures". 6–8 February 2019. Bergamo. Italy. pp. 297-303. <https://pdfs.semanticscholar.org/070b/44aac674a90ef4d9d696539e47dc5fb52800.pdf>
- Dieck, C. and Jung, T. (2017). Value of Augmented Reality at Cultural Heritage Sites: A Stakeholder Approach. *Journal of Destination Marketing & Management*. 6 (2). pp. 110-117. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2212571X16300774>
- Donaldson, C. Gregory, N. & Murrieta-Flores, P. (2015). Mapping Wordsworthshire': A GIS Study of Literary Tourism in Victorian Lakeland. *Journal of Victorian Culture*. 20(3). pp. 287-307. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13555502.2015.1058089>
- Dwivedi, P. Narula, A. (2020). Religious communities in Simulated Sacred Spaces: a Study of Pilgrimages in Digital Media. *Journal of Content, Community & Communication*. 11. pp. 260-267. https://www.amity.edu/gwalior/jccc/pdf/june_19.pdf
- Economou, A. & Mitoula, R. (2018). Tourism development and impact on the environment in the Region of Attica (Greece). *IPASJ International Journal of Management (IJJM)*. 6(4). pp. 19-25. <https://ipasj.org/IJJM/Volume6Issue4/IJCS-2018-04-04-6.pdf>

Enseñat-Soberanis, M. Frausto-Martínez, O. and Gándara-Vázquez, M. (2019). A visitor flow management process for touristified archaeological sites. *JOURNAL OF HERITAGE TOURISM*. 14(4). pp. 340-357.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1743873X.2018.1529179?journalCode=rjht20>

Evgenidou, D. Kanonidis, I. Papazotos, T. (1991). *THE MONUMENTS OF PRESPA*. Ministry of Culture Archaeological Receipts Fund. Athens. pp. 42-44, 50-53, 67-71.

Fanelli, M. (2014). *Le élites ecclesiastiche bizantine di fronte alla minaccia turca nel xiv sec.: L'ATHOS, Gregorio Palamas, Giovanni VI Cantacuzeno e il patriarca Callisto I*. Αγιορείτικη Βιβλιοθήκη. pp. 12-43.

Fernandes, C. Silva, G. Gómez-Ullate, M. (2017). Rethinking pilgrimage routes within the context of safe environments. *9th Annual International Religious Tourism and Pilgrimage Conference*. 28June – 1July. Armeno. Orta Lake. Italy. pp. 19-25.

<https://arrow.tudublin.ie/irtp/2017/concerns/5/>

Fiz, I. J. Martin, M. P. Cuesta, R. Subias, E. Codina, D and Cartes, A. (2022). Examples and Results of Aerial Photogrammetry in Archeology with UAV: Geometric Documentation, High Resolution Multispectral Analysis, Models and 3D Printing. *Drones*. 6(3) 59. <https://www.mdpi.com/2504-446X/6/3/59>

Fleischer, A. (2000). The tourism behind the pilgrim in the Holy Land. *Hospitality Management*. 19(3). pp. 311-326.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0278431900000268?via%3Dihub>

Forney, GG. (1972). Caves an karst of the Argolic Peninsula Greece. *Δελτίον Ελληνικής Σπηλαιολογικής Εταιρείας*. 7(11). σ. 155-156.

<http://geolib.geo.auth.gr/index.php/bssg/article/view/6019>

Ganea, L. (2020). ON HOSPITALS, HEALTHCARE CENTERS AND PATRON SAINTS. *JOURNAL OF ROMANIAN LITERARY STUDIES*. 23. pp. 354-359.
https://ibn.idsi.md/sites/default/files/j_nr_file/Journal%20of%20romanian%20literary%20studies%202020%2023.pdf#page=354

Gedecho. K, (2014) Religious tourism potential of Gishen Derbe Kerbe Mariam, Ethiopia, *African Journal of Hospitality, Tourism and Leisure*. 3(1). pp. 1-14.
https://www.researchgate.net/profile/Ermias-Gedecho/publication/335422778_Religious_Tourism_Potential_of_Gishen_Derbe_Kerbe_Mariam_Ethiopia/links/5d65191292851c619d798b27/Religious-Tourism-Potential-of-Gishen-Derbe-Kerbe-Mariam-Ethiopia.pdf

Fundic', L & Kappas, M. (2013) STAUROPROSKYNESIS: AN ICONOGRAPHIC THEME AND ITS CONTEXT. *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας*. 34(Δ'). σ. 141-156.
<https://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/deltion/article/view/5177>

Georgitsoyanni, E. Mitoula, R. Malindretos, G & Passas, T. (2014). THE SOCIAL OFFER OF THE ORTHODOX CHURCH, IN THE MUNICIPALITY OF AIGALEO IN GREECE. *JOURNAL "SUSTAIBABLE DEVELOPMENT, CULTURE, TRADITIONS"*. 1a(2a). pp. 8-15.
<http://sdct-journal.com/index.php/2015-10-18-22-23-19/2014-volume-1-a/345-the-social-offer-of-the-orthodox-church-in-the-municipality-of-aigaleo-in-greece>

Georgitsoyianni, E. Mortaki, S & Mpoukouvala, S. (2013). THE CULTURAL HERITAGE OF TIRNAVOS AND ITS IMPACT ON THE LOCAL ADOLESCENTS. *JOURNAL "SUSTAIBABLE DEVELOPMENT, CULTURE, TRADITIONS"*. 1, pp. 7-25. <http://sdct-journal.com/index.php/2015-10-18-22-23-19/2013-volume-1-a/321-the-cultural-heritage-of-tirnavos-and-its-impact-on-the-local-adolescents>

Godovykh, Baker & C. Fyall, A. (2022). VR in Tourism: A New Call for Virtual Tourism Experience amid and after the COVID-19 Pandemic. *Tourism and hospitality*. 3(1).
<https://www.mdpi.com/2673-5768/3/1/18/htm>

Gou, S & Shibata, S. (2017). Using visitor-employed photography to study the visitor experience on a pilgrimage route – A case study of the Nakahechi Route on the Kumano Kodo pilgrimage network in Japan. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*. 18. pp. 22-33.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2213078017300063>

Greenia, G. Williamsburg, W & Williamsburg, M. (2019). Bartered Bodies: Medieval Pilgrims and the Tissue of Faith. *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*. 7(1).

<https://arrow.dit.ie/cgi/viewcontent...>

Griffin, K. A & Raj, R. (2017) Editorial : The Importance of Religious Tourism and Pilgrimage: reflecting on definitions, motives and data. *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*, 5(3), pp 1-9.

<https://arrow.tudublin.ie/cgi/viewcontent.cgi?article=1219&context=ijrtp>

Grün, A. & Remondino, F. (2004). Photogrammetric Reconstruction of the Great Buddha of Bamiyan, Afghanistan. *The Photogrammetric Record*. 19(107). pp. 177–199.

https://www.researchgate.net/profile/FabioRemondino/publication/227635047_Photogrammetric_Reconstruction_of_the_Great_Buddha_of_Bamiyan_Afghanistan/links/5a46b34caca272d2945ecc1d/Photogrammetric-Reconstruction-of-the-Great-Buddha-of-Bamiyan-Afghanistan.pdf

Gullberg, S. & Malville, K. (2017). Caves, Liminality, and the Sun in the Inca World. *Culture and Cosmos*. 21(1). pp. 192-214. http://www.cultureandcosmos.org/pdfs/21/CCv21_13Gullberg.pdf

Hampson, L. (2017). Remembrance of Things Past: Recreating the Lost World of Medieval Pilgrimage to St. Thomas Becket in Canterbury and the Use of Digital Media in Public Access. *Peregrinations: Journal of Medieval Art and Architecture*. 6(2). pp. 65-71.

https://eprints.whiterose.ac.uk/134163/1/Remembrance_of_Things_Past_Recreating_the_Lost_World_of_Medieval.pdf

Hernandez, L. Blanco, D & Mihura, R. (2006). From computer animation to virtual reality. Virtual heritage installations in the Galicia Dixital exhibition. *ICM 3rd International Conference of Museology*. Mytilene. Greece. June 5-8.

https://www.researchgate.net/publication/275714026_From_computer_animation_to_virtual_reality_Virtual_heritage_installations_in_the_Galicia_Dixital_exhibition

Higgins, L & Hamilton, K. (2016). Mini-Miracles: Transformations of Self from Consumption of the Lourdes pilgrimage. *Journal of Business Research*. 69(1). pp. 25-32.

<https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2015.07.017>

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0148296315003082>

Huadong, G. (2013). *Atlas of Remote Sensing for World Heritage: China*. Verlag Berlin. Springer. pp.188-191. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-642-32823-7_26

Hudson, S. Matson-Barkat, S. Pallamin, N & Jegou, G. (2019). With or without you? Interaction and immersion in a virtual reality experience. *Journal of Business Research*. 100. pp. 459-486.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0148296318305514>

Jones, R. Cosgrove, R. Allen, J. Cane, S. Kiernan, K. Webb, S. Loy, T. West, D & Stadler, E. (1988). An Archaeological Reconnaissance of Karst Caves within the Southern Forests. *Australian Archaeology*. pp. 1-23. DOI: 10.1080/03122417.1988.12093139

https://www.researchgate.net/profile/Richard-Cosgrove-3/publication/251236960_An_Archaeological_Reconnaissance_of_Karst_Caves_within_the_Southern_Forests_Region_of_Tasmania_September_1987/links/00b7d51ef8a116dfef000000/An-Archaeological-Reconnaissance-of-Karst-Caves-within-the-Southern-Forests-Region-of-Tasmania-September-1987.pdf

https://www.researchgate.net/profile/Richard-Cosgrove-3/publication/251236960_An_Archaeological_Reconnaissance_of_Karst_Caves_within_the_Southern_Forests_Region_of_Tasmania_September_1987/links/00b7d51ef8a116dfef000000/An-Archaeological-Reconnaissance-of-Karst-Caves-within-the-Southern-Forests-Region-of-Tasmania-September-1987.pdf

Ioannidis, Ch & Vozikis, Th. (2007). Application of a GIS for the Accessibility of Archaeological Sites by Visitors With Disability and Visitors With Reduced Mobility, *21 International CIPA Symposium*. Athens. Greece. October 01-06.

<https://www.isprs.org/PROCEEDINGS/XXXVI/5-C53/papers/FPL011.pdf>

Ivošević, B. Han, Y-G. Cho, Y. & Kwon, O. (2015). The use of conservation drones in ecology and wildlife research. *Journal of Ecology and Environment*. 38. pp. 113–188.

<https://www.researchgate.net/publication/277578027> The use of conservation drones in ecology and wildlife research

Irimias, A. & Michalko, G. (2013). Religious tourism in Hungary – an integrative framework. *Hungarian Geographical Bulletin*. 62. (2) pp. 175-196.

<https://ojs.mtak.hu/index.php/hungeobull/article/view/2953>

Jiang, W. Zhang, Q & Wang, K. (2022). Digital Protection Technology of Cultural Heritage Based on ArcGIS Geographic Information Technology Algorithm. *Security & Communication Networks*.

<https://www.hindawi.com/journals/scn/2022/3844626/>

Josan, J. (2009). Pilgrimage – a Rudimentary form of Modern Tourism. *GeoJournal of Tourism and Geosites*. 2(4). pp. 160-168. [http://gtg.webhost.uoradea.ro/PDF/GTG-2-2009/07 OK loana.pdf](http://gtg.webhost.uoradea.ro/PDF/GTG-2-2009/07_OK_loana.pdf)

Kádár, M & Benedek, I. (2017). The Branding and Promotion of Cultural Heritage. Case Study About the Development and Promotion of a Touristic Heritage Route in the Carpathian Basin. *Journal of Media Research*. 10. 3(29). pp. 80-102.

<https://www.mrjournal.ro/docs/R2/29JMR6.pdf>

Kalantari, C. & Allinger, E. (2020). The spiritusl quest of the Buddha in the Dungkar cave temple – Indian sources and Western Tibetan image-making. Part 1: the narrative cycle from Tusita heaven up to the Enlightenment. *Etudes mongoles & siberiennes centrasiatiques & tibetaines*.

51. <https://doi.org/10.4000/emscat.4308>

<https://journals.openedition.org/emscat/4308#tocfrom1n1>

Kantzoura, E. & Mitoula. R. (2016). CULTURAL TOURISM AND CULTURAL ROUTES. AS ACASE STUDY: THE CITY OF TRIKALA. *JOURNAL "SUSTAIBABLE DEVELOPMENT, CULTURE, TRADITIONS"* 1a. pp. 80-94. <http://sdct-journal.hua.gr/index.php/en/2015-10-18-22-23-19/2016-volume-1-a/375-cultural-tourism-and-cultural-routes-as-a-case-study-the-city-of-trikala>

Karaca, Y. Cicek, M. Tatli, O. Sahin, A. Pasli, S. Beser, M. F. & Turedi, S. (2018). The potential use of unmanned aircraft systems (drones) in mountain search and rescue operations. *American Journal of Emergency Medicine*. 36(4). pp. 583–588.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0735675717307507>

Kato, K & Prozano, N. (2017). Spiritual (walking) tourism as a foundation for sustainable destination development: Kumano-kodo pilgrimage, Wakayama, Japan. *Tourism Management Perspectives*. 24. pp. 243-251. <https://doi.org/10.1016/j.tmp.2017.07.017>

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2211973617300764>

Katsarou, S & Sampson, A. (2013). A, *Perspectives of Symbolism And Ritualism For The Late Neolithic Communities at Sarakenos Cave, Boeotia*. In: F. Mavridis & J. Jensen (eds.), *Stable Places and Changing Perceptions: Cave Archaeology in Greece and Adjacent Areas*. (pp. 142-152). BAR International Series 2558201. Oxford.

https://www.academia.edu/26632477/Perspectives_of_symbolism_and_ritualism_for_the_Late_Neolithic_communities_at_Sarakenos_Cave

Khan, A. Ectors, W. Bellemans, T. Janssens, D & Wets, G. (2017). UAV-Based Traffic Analysis: A Universal Guiding Framework Based on Literature Survey. *Transportation Research Procedia*. 22. pp. 541–550. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352146517301783>

Kiernan, K. (2014). Landforms as Sacred Places: Implications for Geodiversity and Geoheritage. *Geoheritage*. DOI 10.1007/s12371-014-0128-6. https://www.researchgate.net/profile/Kevin-Kiernan2/publication/263618668_Landforms_as_Sacred_Places_Implications_for_Geodiversity_and_Geoheritage/links/56355f9908aeb786b702c54b/Landforms-as-Sacred-Places-Implications-for-Geodiversity-and-Geoheritage.pdf

Kim, J. Jeong, Y. Park, S. Ryu, K & Oh, G. (2018). *A Survey of Drone use for Entertainment and AVR (Augmented and Virtual Reality)*. In Jung, TM. Claudia tom Dieck (edit) *Augmented Reality and Virtual Reality Empowering Human. Place and Business*. (pp. 339-352). Switzerland. Springer. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-64027-3_23

Kiper, T. Uzun, O. & Topal, K. T. (2016). A METHOD APPROACH FOR IDENTIFYING THEMATIC FOOTPATHS IN ECOTOURISM: KIYIKOY PABUCDERE AND KAZANDERE BASINS. *Fresenius Environmental Bulletin*. 25(12a). pp. 6139-6150.

https://www.researchgate.net/publication/327049559_A_method_approach_for_identifying_thematic_footpaths_in_ecotourism_Kiyikoy_pabucdere_and_Kazandere_basins

Kilipiris, F. & Dermetzopoulos, A. (2016). Streets of Orthodoxy: Developing religious tourism in the Mount Paiko area, Central Macedonia, Greece. *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*. 4(7). pp. 31-37. <https://arrow.tudublin.ie/ijrtp/vol4/iss7/5/>

Klemas, V. (2015). Coastal and environmental remote sensing from unmanned aerial vehicles: An overview. *Journal. of Coastal. Research*. 31(5). pp. 1260–1267.

https://www.researchgate.net/publication/282400173_Coastal_and_Environmental_Remote_Sensing_from_Unmanned_Aerial_Vehicles_An_Overview

Klyuev, S. (2020). *The Results of New Studies of the Rock-Hewn Churches of the Historical Regions of Endärta and Tämben (Tigray Region, Ethiopia)*. The 2nd International Conference on Architecture: Heritage, Traditions and Innovations (AHTI 2020). Moscow. Russia. February 26-27. DOI <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200923.008>

Kumar, S. & Singh, R (2017). Rationales for inscribing "The Heritage sites, Riverfront and Pilgrimages Routes of Ayodhya " in the UNESCO World Heritage List. Sthapatyam. *Indian Journal of Architecture and Art*. 4(1). pp. 21-46.

https://scholar.google.gr/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=Rationales+for+inscribing+%22The+Heritage+sites%2C+Riverfront+and+Pilgrimages+Routes+of+Ayodhya+%22+in+the+UNESCO+World+Heritage+List.+Sthapatyam+Indian&btnG=

Kutlutürk, C. (2013). Significance of Varanasi in terms of Indian religions. *Journal Of Humanities And Social Science*. 10(2). pp 36-40.

https://scholar.google.gr/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=Significance+of+Varanasi+in+terms+of+Indian+religions&btnG=

Lampropoulos, G. Keramopoulos, E. & Diamantaras, K. (2020). Enhancing the functionality of augmented reality using deep learning, semantic web and knowledge graphs: A review. *Visual Informatics*. 4 (1). pp. 32-42.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2468502X20300012>

Lappa, Al. & Georgitsoyanni, E. (2016). "Integrating Cultural Heritage into Contemporary Life. The Perspective of Local Communities: The Case of Arcadia, Greece". *Eurasian Journal of Social Sciences*. 4(1). pp. 39-49.

[https://www.researchgate.net/publication/292337468 Integrating Cultural Heritage into Contemporary Life The Perspective of Local Communities The Case of Arcadia Greece](https://www.researchgate.net/publication/292337468_Integrating_Cultural_Heritage_into_Contemporary_Life_The_Perspective_of_Local_Communities_The_Case_of_Arcadia_Greece)

Likhanizadeh, S. Golabi, M. Hesami, S & Rjoub, H. (2020). The Potential Use of Drones for Tourism in Crises: A Facility Location Analysis Perspective. *Risk and Financial Management*. 13(10). 246.

<https://www.mdpi.com/1911-8074/13/10/246>

Llopis, J. Verdu, A. Torres Barchino, A. Serra Lluch, J. Garcia Codoner, A & Higon Calvet, J. L. (2012). *EXCAVATED SHRINES IN THE IBERIAN PENINSULA. THE RUPESTRAN SETTLEMENTS IN THE CIRCUM-MEDITERRANEAN AREA*. In Crescenzi, C & Caprara, R. (ed). *THE RUPESTRAN SETTLEMENTS IN THE CIRCUM-MEDITERRANEAN AREA*. (pp.107-115). Firenze. Tipografia il David.

<https://www.archeofriuli.it/wp-content/uploads/2016/11/habitat%20rupestre.pdf>

Crescenzi, C & Verdiani, G. (2013). *The CHRIMA project: Investigating the rupestran architecture in the Mediterranean area*. 17th International Conference on Cultural Heritage and New Technologies. (CHNT 17, 2012). Viena. November, 5-7.

https://www.academia.edu/4843842/Giorgio_Verdiani_Carmela_Crescenzi_The_CHRIMA_project_Investigating_the_rupestran_architecture_in_the_Mediterranean_area

Liu, L. He, J. Ye, M. Zhu, Z. Zhong, Q. & Yang, J. (2019). Spectral Characterization of Pigment from the No. 1 Cave, Kizil Cave-Temple Complex. *Journal of Spectroscopy*.

<https://www.hindawi.com/journals/jspec/2019/8502524/>

Lopez, L. (2013). How Long Does the Pilgrimage Tourism Experience to Santiago de Compostela Last? *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*. 1(1). pp.1-14.

<https://arrow.tudublin.ie/cgi/viewcontent.cgi?article=1003&context=ijrtp>

Lucarno, G. (2016). The Camino de Santiago de Compostela (Spain) and The Via Francigena (Italy): a comparison between two important historic pilgrimage routes in Europe. *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*. 4(7). pp. 48-58.

<https://arrow.tudublin.ie/cgi/viewcontent.cgi?article=1174&context=ijrtp>

Luppici, R. & So, A. (2016). A technoethical review of commercial drone use in the context of governance, ethics, and privacy. *Technology in Society*. 46. pp. 109–119.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0160791X16300033>

MacWilliams, W. (2002). Virtual Pilgrimages on the Internet. *Religion*. 32. pp. 315–335.

doi:10.1006/reli.2002.0408

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0048721X02904082>

Magrinyà, Badiella. C. (2020). Experiencing the limits The cave as a transitional space. *Approaching Esotericism and Mysticism: Cultural Influences. Scripta Instituti Donneriani Aboensis*. 29. pp. 147–168.

<https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1455086/FULLTEXT01.pdf>

Mahmoudi, H. Ghasemi, M. & Shayan, H. (2015). An analysis of the effects of religious tourism on economic development in rural settlements. Case study: hinterland of Mashhad County. *Arid Regions Geography Studies*. 5(20). <http://journals.hsu.ac.ir/jarhs/article-1-687-en.pdf>

Makhadmeh, A. Al-Badarneh, M. Rawashdeh, A. and Al-Shorman, A. (2020). Evaluating the carrying capacity at the archaeological site of Jerash (Gerasa) using mathematical GIS modeling. *Space Science*. 23(2). pp. 159-165.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1110982318302503>

Manfreda, S. McCabe, F. Miller, E. Lucas, R. Pajuelo Madrigal, V. Mallinis, G. Ben Dor, E. Helman, D. Estes, L & Ciraolo, G. (2018). On the Use of Unmanned Aerial Systems for Environmental Monitoring. *Remote Sensing*. 10. pp. 641. <https://www.mdpi.com/2072-4292/10/4/641>

Mango, C and Hawkins , E., (1966) The Hermitage of St. Neofytos ant Its Wall Paintings. *Dumbarton Oaks Papers*. Trustees for Harvard University. 20. pp. 119-206.

<https://www.jstor.org/stable/1291245>

Mansour, N. (2019). When Pilgrimage Meets Digital Religion and Virtual Sacred Architecture. *The Reflective Practitioner*. 4. pp. 106-115.

<http://cas.upm.edu.ph/journals/index.php/the-reflective-practitioner/article/view/63>

Mari, A. Andritsanos, V. Chatzitheodorou, T & Chatzitheodorou, G. (2018). THE CAVE OF THE NYMPHOLEPT AT VARI – FAST CREATION OF A 3D SIMULATION MODEL OF AN IMPORTANT CULT CAVE IN ATTICA, GREECE. *3rd CAA-GR Conference*. Limassol, Cyprus, 2018 pp. 67-76.

https://scholar.google.gr/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=THE+CAVE+OF+THE+NYMPHOLEPT+AT+VARI++FAST+CREATION+OF+A+3D+SIMULATION+MODEL+OF+AN+IMPORTANT+CULT+CAVE+IN+ATTICA%2C+GREECE&btnG=

Masi, S. (1999). *ART AND HISTORY ROME and the VATICAN. SPECIAL EDITION FOR THE NEW MILLENNIUM*. BONECHI. Firenze. Italia.

Metcalfe, K. French-Constant, R & Gordon, I. (2009). Sacred sites as hotspots for biodiversity: the Three Sisters Cave complex in coastal Kenya. *Oryx*. Published online by Cambridge University Press: 11 December 2009.

<https://www.cambridge.org/core/journals/oryx/article/sacred-sites-as-hotspots-for-biodiversity-the-three-sisters-cave-complex-in-coastal-kenya/34AF6B65211FFE4CBF8A6DFEFDBCDC31>

Messer, B. (2007). Myanmar: A Comparison Between Past and Present. What is Happening in the Field of Architectural Heritage Conservation: the Techniques Used, the Principles of Preservation Applied and the Relative Plans for Heritage Management. *XXI International CIPA Symposium*. 01-06 October, Athens. Greece.

<https://www.isprs.org/PROCEEDINGS/XXXVI/5-C53/papers/FP098.pdf>

Mirk, D. & Hlavacs, H. (2015). Virtual tourism with drones: Experiments and lag compensation. *In Proceedings of the First Workshop on Micro Aerial Vehicle Networks, Systems, and Applications for Civilian Use*. New York: Association for Computing Machinery. pp. 45–50.
<https://dl.acm.org/doi/10.1145/2750675.2750681>

Mitoula, R. Theodoropoulou, E. Sardianou, E. and Sarafi. V. (2013). The contribution of development agencies in sustainable local development. A case study of the Municipality of Lake Plastiras, Greece. 2013 Conference: Eurasia Business and Economics Society, *10th EBES Conference*. 23-25 May. Istanbul. Turkey.

<https://www.researchgate.net/publication/311650888> The contribution of development agencies in the sustainable local development A case study of the Municipality of Lake Plastiras Greece

Mitoula, R. & Stathoulopoulos, T. (2017). THE KNOWLEDGE INTENSIVE INFRASTRUCTURE AS LEVERAGE REGIONAL DEVELOPMENT SPECIALIZATION - THE CASE OF THE UNIVERSITY OF CENTRAL GREECE ON LIVADIA "SUSTAINABLE DEVELOPMENT, CULTURE, TRADITIONS" 1a. pp. 7-14.
<http://sdct-journal.hua.gr/index.php/2015-10-18-22-23-19/2017-volume-1-a/386-the-knowledge-intensive-infrastructure-as-leverage-regional-development-specialization-the-case-of-the-university-of-central-greece-on-livadia>

Morgan, D. (2009). *Aura and the Inversion of Marian Pilgrimage: Fatima and Her Statues*. Moved by Mary. The Power of Pilgrimage in the Modern World. Routledge.
<https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781315248615-5/aura-inversion-marian-pilgrimage-fatima-statues-david-morgan>

Moufahim. M & Lichrou. M, (2019) Pilgrimage, consumption and rituals: Spiritual authenticity in a Shia Muslim pilgrimage, *Turism Management*, 70, pp. 322-332.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0261517718302012>

Murray, M. and Graham, B. (1997). 'Exploring the dialectics of route-based tourism: the Camino de Santiago'. *Tourism Management*. 18(8). pp.513–524.
http://wtir.awf.krakow.pl/attachments/article/92/SantiagoDeCompostella_Spain.pdf

Mutabdzija, Z. (2019). Idea of God or Geography Between Christianity and Islam in the Period of the Middle Ages: Reflexions on the Example of three Cities. *International Scientific Conference Geobalcanica*. 13th to 14th June 2019. Sofia, Bulgaria. pp 321-332. DOI: [10.18509/GBP.2019.40](https://www.researchgate.net/publication/335580728_IDEA_OF_GOD_OR_GEOGRAPHY_BETWEEN_CHRISTIANITY_AND_ISLAM_IN_THE_PERIOD_OF_THE_MIDDLE_AGES_REFLEXIONS_ON_THE_EXAMPLE_OF_THREE_CITIES)
https://www.researchgate.net/publication/335580728_IDEA_OF_GOD_OR_GEOGRAPHY_BETWEEN_CHRISTIANITY_AND_ISLAM_IN_THE_PERIOD_OF_THE_MIDDLE_AGES_REFLEXIONS_ON_THE_EXAMPLE_OF_THREE_CITIES

Naniopoulos, A. Tsalis, P. Papanikolaou, E. Kalliagra, A. and Kourmpeti, C. (2015). Accessibility improvement interventions realised in Byzantine monuments of Thessaloniki. Greece. *Journal of Tourism Futures*. 1(3). pp. 254-268. DOI 10.1108/JTF-03-2015-0008.
<https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/JTF-03-2015-0008/full/pdf?title=accessibility-improvement-interventions-realised-in-byzantine-monuments-of-thessaloniki-greece>

Nikjoo, A, Sharifi-Tehrani, M, Karoubi, M and Siyamiyan, A, (2020) From Attachment to a Sacred Figure to Loyalty to a Sacred Route: The Walking Pilgrimage of Arbäeen, *Religions*, 11, 145. doi:10.3390/rel11030145. <https://www.mdpi.com/2077-1444/11/3/145>

Nurhasan, U. Pradibta, H. Suryadi, S. B. and Alfinda, A. (2019). Smart tourist guide application for the introduction of Malang city tourism potential using hybrid technology. *4th Annual Applied Science and Engineering Conference IOP Publishing Journal of Physics: Conference Series*. 24 April. Bali. Indonesia. <https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1742-6596/1402/6/066051/pdf>

Okrostsvaridze, A. Gamkrelidze, I. Tormey, D. Boichenko, G. Gogoladze, S. Gabrielashvili, R. (2022). VARDZIA, LESSER CAUCASUS, GEORGIA: SUTABLE AREA TO ASPIRING A GEOPARKA. 16th European Geoparks Conference. 26-30 September. Berbania, Italy.
[http://eprints.iliauni.edu.ge/11742/1/Abst.%2016th%20Geopark 22 Verbania%2C%20Italy.pdf](http://eprints.iliauni.edu.ge/11742/1/Abst.%2016th%20Geopark%20Verbania%2C%20Italy.pdf)

Oželis, R. (2022). Formation of the Pilgrimage Route through Lithuania to Santiago de Compostela. *Religiski-Filizofiski raksti*. 1. pp. 104-121.
<https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=1076926>

Peesapati, H. (2020). Implementation of Sustainable Practices Through Religious Tourism or Pilgrimage. *SSRN Electronic Journal*.

https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3648029

Pennos, C. (2014). *Landscape evolution of Menikio Mountain (Macedonia, Greece) based on morphological and sedimentological analyses of caves*. Aristotle University of Thessaloniki. School of Geology. Department of Physical & Environmental Geography. Ph.D. Thesis. Thessaloniki. pp. 29. http://ikee.lib.auth.gr/record/134864/files/PENNOS_PHD.pdf

Poonam, C. (2003). Mata Vaishnodevi Ji and Sri Amarnath Ji, their intangible values. *ICOMOS Open Archive*. <http://openarchive.icomos.org/id/eprint/486/>

Prozano, R.N., Kato, K., & Cheer, M. J. (2020) Visitor diversification in pilgrimage destinations: comparing national and international visitors through means-end, *Tourism Geographies* <https://doi.org/10.1080/14616688.2020.1765013>
<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/14616688.2020.1765013?needAccess=true>

Quirarte, J. (1992) Sources of Chicano Art: Our Lady of Guadalupe, *Explorations in Ethnic Studies*, 15 (1) 13.
https://scholarscompass.vcu.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=https://scholar.google.gr/scholar?start=10&q=the+pilgrimage+to+Our+Lady+of+Guadeloupe&hl=el&as_sdt=0,5&httpsredir=1&article=1443&context=ees

Ramos, F. Trilles, S. Torres-Sospedra, J. and Perales, F. J. (2018). New Trends in Using Augmented Reality Apps for Smart City Contexts, ISPRS. *International Journal of Geo-Information*. 7(12), 478. <https://www.mdpi.com/2220-9964/7/12/478>

Ramírez, P. (2019). On “The insertion of the new into the old” by Cesare Brandi in a Mexican monument. *Conversacione*. 7. pp. 338-346.
https://www.iccrom.org/sites/default/files/publications/2020-05/the_insertion_of_the_new.pdf

Rao, B. Gopi, G., & Maione, R. (2016). The societal impact of commercial drones. *Technology in Society*. 45. pp. 83–90.

https://www.researchgate.net/publication/298427201_The_societal_impact_of_commercial_drones

Roma, A. (2017). Drones and popularisation of space. *Space Policy*. 41. pp. 65–67.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0265964616301011>

Redžić, D. (2019) Religious tourism as a factor of tourism development in Greece: A case study of the monastery of St. Nektarios on Aegina, *Hotel and Tourism Management*, 7(1) pp. 105-114. doi:10.5937/menhottur1901105R

https://pdfs.semanticscholar.org/4f12/931dc015db63bdae02e3bb76fcbdedd90117.pdf?_ga=2.35835872.1949458393.1602097426-611309849.1602097426

Rinschede, G. (1992). Forms of Religious Tourism. *Annals of Tourism Research*. 19. pp. 51-67.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/016073839290106Y>

Roque, M. & Forte, J. (2019). “All Roads Lead to Fatima”: Religious Tourism at the Sanctuary of Our Lady of the Rosary. *Handbook of Research on Socio-Economic Impacts of Religious Tourism and Pilgrimage*. pp 54-71. DOI: 10.4018/978-1-5225-5730-2.ch004

https://dspace.uevora.pt/rdpc/bitstream/10174/24894/1/Roque_et-al_2018_all-roads-lead-to-fatima_religious-tourism.pdf

Rumenov, D & Vaskova, S. (2018). UNESCO'S WORLD HERITAGE PROPERTIES IN NORTH EAST BULGARIA – A PROJECT PROPOSAL FOR THEIR POPULARIZATION. *QUAESTUS MULTIDISCIPLINARY RESEARCH JOURNAL*. 8. pp. 183-194. <http://www.quaestus.ro/wp-content/uploads/2012/03/rumenov.vaskova.pdf>

Rusdi, J. Salam, S. Abu, N. Sahib, S. Naseer, M. Abdullah, A. (2019). Drone Tracking Modelling Ontology for Tourist Behavior. *International Conference on Electronics Representation and Algorithm (ICERA 2019)*. 29-30 January Yogyakarta, Indonesia. IOP Publishing IOP Conf. Series: Journal of Physics: Conf. Series 1201 (2019) 012032

<https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1742-6596/1201/1/012032/pdf>

Sarao, S. (2014) Pilgrimage to Mt Kailash: The Abode of Lord Shiva, *Dialogue*, 16 (2), pp 214 – 231. http://asthabharati.org/Dia_Oct%20014.pdf#page=214

Shackley, M. (1998) A golden calf in sacred space?: The future of St Katherine's monastery, Mount Sinai (Egypt), *International Journal of Heritage Studies*, 4(3-4), pp 124-134. doi.org/10.1080/13527259808722230
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13527259808722230>

Sheehy, K. Garcia-Carrizosa, H. Rix, J. Seale, J. and Hayhoe, S. (2019). Inclusive museums and augmented reality. Affordances, participation, ethics and fun. *The International Journal of the Inclusive Museum*. 12(4). pp. 67–85. <http://oro.open.ac.uk/62234/>

Shults, R. Bilous, M. & Kovtun, V. (2019.) *Monitoring and Preservation of the Kyiv Pechersk Lavra caves. The International Archives of the Photogrammetry, Remote Sensing and Spatial Information Sciences, Volume XLII-2/W11, 2019 GEORES 2019 – 2nd International Conference of Geomatics and Restoration*. 8–10 May. 2019, Milan. Ital., pp. 1053-1058. <https://d-nb.info/1185650458/34>

Skondras, E. Siountri, K. Michalas, A. Vergados, D. D. (2018). A Route Selection Scheme for supporting Virtual Tours in Sites with Cultural Interest using Drones. *9th International Conference on Information, Intelligence, Systems and Applications (IISA)*. 23-25 July 2018. Zakynthos. Greece. <https://ieeexplore.ieee.org/abstract/document/8633594>

Şimşek, C & Yener, B. (2010). An ivory relief of Saint Thecla. *ADALYA*. XII . pp. 321-331. http://acikerisim.pau.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/11499/26996/Simsek_C.-Yener_B._An_Ivory_Relief_of_Sa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Suresh, K. (2018). Liḡodbhava Sculptures of Chālukyas of Badami. *Purānveshaëa: Indian Journal of Archaeology and Tradition*. 2(1). pp. 107 – 112. https://scholar.google.gr/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=%29.+Liḡodbhava+Sculptures+of+Cḡalukyas+of+Badami.+Purānveshaëa&btnG=

Singh, Rana. B. (2006). *Pilgrimage in Hinduism: Historical Context and Modern Perspectives*; in, Timothy, Dallen J. and Olsen, Daniel H., (eds.) *Tourism, Religion, and Spiritual Journeys*. Routledge- Taylor & Francis Group, London & New York: pp. 220-236. ISBN 13: 9-78-0-415-35445-5. https://www.researchgate.net/publication/285468286_Pilgrimage_in_Hinduism_Historical_context_and_modern_perspectives

Singh. R. P.B and Rana. P. S. (2017). Varanasi: Sustainable Development Goals, Smart City Vision and Inclusive Heritage Development. *Social Sciences*. 7(1-2), pp. 219-236. https://www.researchgate.net/publication/319987754_Varanas_i_Sustainable_Development_Goals_Smart_City_Vision_and_Inclusive_Heritage_Development

Skoultzos S. & Vagionis N., (2015) Cultural and Religious Tourism as Parts of Greek Tourism Product, IMIC2015: 1st International Conference on Experiential Tourism,| Santorini, Greece. October, 09-11. https://www.kepe.gr/index.php/en/research/recent-publications/reports/item/2866-ek_77_en.html

Soares, J R R. Remoaldo, P. Perinotto, A R C. Gabriel, L P M C. Lezcano-Gonzalez, M E and Sanchez-Fernandez, M-D. (2022). Residents' Perceptions Regarding the Implementation of a Tourist Tax at a UNESCO World Heritage Site: A Cluster Analysis of Santiago de Compostela (Spain). *Land* 2022, 11(2), 189. <https://www.mdpi.com/2073-445X/11/2/189>

Sørensen, H. (2020). "On Meditation Caves and Cave-dwelling Ascetics in Dunhuang, 9th to 13th Centuries," *BuddhistRoad Paper*. 5(1). pp. 1-38. <https://omp.ub.rub.de/index.php/BuddhistRoad/catalog/download/150/127/744-1?inline=1>

Stampolidis, N. and Kotsonas, A. (2013) *Cretan Caves Sanctuaries OF The Early Iron Age To The Roman Period*. Mavridis. F & Jensen. T. J (edit) (pp. 188-200) *Stable Places and Changing Perceptions: Cave Archaeology in Greece*. Oxford: Archaeopress BAR International Series 2558. https://www.academia.edu/5168866/Cretan_cave_sanctuaries_of_the_Early_Iron_Age_to_the_Roman_period_in_F_Mavridis_and_J_T_Jensen_ed_Stable_places_and_changing_perceptions_Cave_archaeology_in_Greece_BAR_IS_2558_Oxford_188_200

Statuto, D. Gatto, A. Tortora, A. & Picuno, P. (2014). *The use of a Geographical Information System to Identify and Valorize some Pathways Along the "Herculia Way"*. International Conference "The European Pilgrimage Routes for promoting sustainable and quality tourism in rural areas". Florence – Italy. December 4-6.

https://www.researchgate.net/profile/Dina_Statuto/publication/273455286_THE_USE_OF_A_GEOGRAPHICAL_INFORMATION_SYSTEM_TO_IDENTIFY_AND_VALORIZE_SOME_PATHWAYS_ALONG_THE_HERCULIA_WAY/links/5502df690cf24cee39fd466f.pdf

Štefko, R. Kiráľová, A & Mudrík, M. (2015). Strategic Marketing Communication in Pilgrimage Tourism *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 175. pp 423-430.

<https://www.researchgate.net/publication/273579893>

Stoddard, R. (1997). Defining and Classifying Pilgrimages. *University of Nebraska – Lincoln. Geography Faculty Publications*. 34. pp 41-60.

<https://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1001&context=geographyfacpub>

Tache, A, Sandu, I. Popescu, O-C & Petrișor, I-A. (2018). UAV solutions for the Protection and Management of Cultural Heritage. Case Study: Halmyris Archaeological Site. *International Journal of Conservation Science*. 9(4). pp. 795-804. https://ijcs.ro/public/IJCS-18-68_Tache.pdf

Tan, N. (2018). Rock art at the cave of a thousand Buddhas, Luang Prabang, Lao PDR. *Archaeological Research in Asia*. 15. pp. 129-136.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2352226717300843>

Terzidou, M. Scarles, C & Saunders, N. (2017). Religiousness as tourist performances: A case study of Greek Orthodox pilgrimage. *Annals of Tourism Research*. 66. pp. 116-129.

doi.org/10.1016/j.annals.2017.06.009

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0160738317300932#!>

Terzidou, M, Scarles, C. & Saunders, N.K.M. (2018). The complexities of religious tourism motivations: Sacred places, vows and visions. *Annals of Tourism Research*. 70. pp.54-65.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0160738318300173>

Tzedopoulos, Y. Kamara, A. & Lampada, D. (2018). Tracing Roots and Routes of Religious Tourism in Rural Areas of Greece: The Case of the "Footsteps of St. Paul". Alvarez-Garcia, J. Dela la Cruz de; Rio Rama, M & Gomez-Ullate, M. *Handbook of research on Socio-Economic Impacts of Religious Tourism and Pilgrimage*. (pp. 19-37). Hershey, USA: IGI Global.

https://www.academia.edu/37352900/Tracing_Roots_and_Routes_of_Religious_Tourism_in_Rural_Areas_of_Greece_The_Case_of_the_Footsteps_of_St_Paul

Theodoropoulou, H. Mitoula, R. Astara, O. & Kaldis, P. (2008). Applied Issues of Agritourism Cooperation and Sustainable Endogenous Development. *American Journal of Applied Sciences*. 5(11). pp. 1588-1594.

https://www.researchgate.net/publication/26517238_Applied_Issues_of_Agritourism_Cooperation_and_Sustainable_Endogenous_Development

Theodoropoulou, H. Mitoula, R & Vamvakari, M. (2009). Sustainable Regional Development. *Journal of Social Sciences*. 5(2). pp. 80-84. <https://thescipub.com/abstract/jssp.2009.80.84>

Theodoropoulou, E. (2004). The influence of agritourism on the human and social environment: The cases of Trikala and Ikaria in Greece. (Pre)Proceedings of the 6th European Symposium of the International Farming Systems Association. Vila Real. Portugal. April 4-7.

https://www.researchgate.net/publication/253709412_The_influence_of_agritourism_on_the_human_and_social_environment_The_cases_of_Trikala_and_Ikaria_in_Greece

Thomas. S, White. G & Samuel. A, (2018). To pray and to play: Post-postmodern pilgrimage at Lourdes. *Tourism Management*. 68. pp. 412-422.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0261517718300712>

Timothy, D. J & Ron, A. S. (2018). *Christian tourism in the Middle East. Holy Land and Mediterranean perspectives*. Routledge Handbook on Tourism in the Middle East and North Africa.1. London. Routledge.

<https://www.taylorfrancis.com/books/edit/10.4324/9781315624525/routledge-handbook-tourism-middle-east-north-africa-dallen-timothy?refId=f5176087-710e-42df-8570-4b82ea6c52c5&context=ubx>

Tsiamis, N. Efthymiou, L & Tsagarakis, P. K. (2019). A Comparative Analysis of the Legislation Evolution for Drone Use in OECD Countries. *Drones*. 3(4). 75.

<https://www.mdpi.com/2504-446X/3/4/75/htm>

Tuan, V. (2019). ANALYZING FACTORS AFFECTING TOURISM SUSTAINABLE DEVELOPMENT TOWARDS VIETNAM IN THE NEW ERA. *European Journal of Business and Innovation Research*. 7(1). pp. 30-42. <https://www.eajournals.org/wp-content/uploads/Analyzing-Factors-Affecting-Tourism-Sustainable-Development-towards-Vietnam-In-The-New-Era.pdf>

Tounta, E. (2017). Conflicting Sanctities and the Construction of Collective Memories in Byzantine and Norman Italo-Greek Southern Calabria: Elias the Younger and Elias Speleotes. *BREPOLSONline*. 135(1). pp. 101-144.

<https://www.brepolsonline.net/doi/epdf/10.1484/J.ABOL.4.2017006?role=tab>

Tussyadiah, I. Jung, T & Dieck, M. Ct. (2018). Embodiment of Wearable Augmented Reality Technology in Tourism Experiences. *Journal of Travel Research*. 57 (5). pp. 597-611.

<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0047287517709090>

Ustinova, Y. (2009). Cave Experiences and Ancient Greek Oracles. *Time and Mind The Journal of Archeology, Connciousness and Culture*. 2(3). pp. 265–286. DOI:0.2752/175169609x124645299

https://www.academia.edu/1072768/Cave_Experiences_and_Ancient_Greek_Oracles

Vladev, D. (2019). *Current Risky Geomorphological Processes for tourists in the Area of the Madara. Historical - Archeological Reserve. Second International Scientific Conference CHALLENGES OF TOURISM AND BUSINESS LOGISTICS IN THE 21ST CENTURY "ISCTBL 2019"* Gevgelia, North Macedonia. September 13.

https://www.researchgate.net/profile/Rositsa-Vladeva/publication/344580656_ISCTBL_2019_-_Proceedings_book/links/5f81717b458515b7cf74d4d2/ISCTBL-2019-Proceedings-book.pdf#page=105

Vukonic, B. (2002). Religion, Tourism and Economics: A Convenient Symbiosis. *Tourism Recreation Research*. 27(2). pp. 59-64.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02508281.2002.11081221>

Vázquez de la Torre, M G. Naranjo, L M P & Carranza, R C. (2012). Analysis of the Pilgrim Profile in Spain: Two Case Studies. *International Journal of Applied Science and Technology*. 2(4). pp. 23-29. <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=208e78ac97fc54968111d71ad71cbe22979388d9>

Werner, P. (2019). Review of Implementation of Augmented Reality into the Georeferenced Analogue and Digital Maps and Images. *Information*. 10(1). 12. <https://www.mdpi.com/2078-2489/10/1/12/htm>

Widera, M. (2021). Pilgrimages from the District of Wieluń to the Jasna Góra Monastery (1921-1939). *Studia Theologizno-Historyczne Slaska Opolskiego*. 41(2). pp. 191-210. <https://www.cceeol.com/search/article-detail?id=1024198>

Williams, F. (2016). Landforms, Monuments and Hidden Churches of Tigray. In: *Understanding Ethiopia. Geology and Scenery*. Switzerland. Springer. pp. 83-102. https://doi.org/10.1007/978-3-319-02180-5_11

Witakowski, W. (2012). Ethiopian Monasticism. *Patristica Nordica Annularia*. pp. 33-55. <https://journals.lub.lu.se/pna/article/view/15077/13642>

Wright, J. (2014). The Pilgrimage to Santiago de Compostela, Spain. *Focus on Geography*. 57(1). pp. 25-40. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/foge.12026>

Woo, KS. Sohn, YK. Yoon, SH. Ahn, US & Spate, A. (2013). *Jeju Island Geopark - A Volcanic Wonder of Korea*. Geoharitage, Geoparks and Geotourism. Switzerland. Springer. pp. 9-50. <https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-642-20564-4>

Xiaoying Guo, X. Jiang, W. Zhang, Q & Wang, K. (2022). Digital Protection Technology of Cultural Heritage Based on ArcGIS Geographic Information Technology Algorithm. *Security & Communication Networks*. pp. 1-10. <https://www.hindawi.com/journals/scn/2022/3844626/>

Xiarhos, M. (2016). Authenticity and the Cyber Pilgrim. *Journal of Religion & Society*. 18. <https://dspace2.creighton.edu/xmlui/bitstream/handle/10504/91849/2016-28.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Zaušková, A. Grib, L. Hliboký, M & Kyselica, P. (2016). Innovative use of Marketing Communication Tools in Promoting Pilgrimage Sites. *European Journal of Science and Theology*. 12(1). pp. 223-230. http://www.ejst.tuiasi.ro/Files/56/21_Zauskova_et_al.pdf

Zelalem, G. (2020). Impacts of Pilgrimage Tourism: The case of Gishen Debre Kerbe Mariam. *Abyss. J. Bus. Soc. Sci.* 5 (2). pp. 31-41. <https://journals.wu.edu.et/index.php/ajbs/article/view/198/139>

Ιστότοποι

ΑΡΓΟΛΙΚΗ ΑΡΧΕΙΑΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ: Αγία Ρουσαλή Βρουστίου. 2021. Ανακτήθηκε από: <https://argolikivivliothiki.gr/2014/03/20/holy-jerusalem/>

Anagnostis. org: Ταξίδια. Που στη Μεσσηνία κρυβόταν ο Παπαφλέσσας από τους Τούρκους. Δείτε το εκκλησάκι μέσα στη σπηλιά. 2022. Ανακτήθηκε από: <https://www.anagnostis.org/category/taxidia/>

agiotopia.gr: Η σκαμμένη στο βράχο Ιερά Μονή Αγίου Βασιλείου Αιγιαλείας. 2022. Ανακτήθηκε από: http://www.agiotopia.gr/2020/02/blog-post_10.html

Φιλοσοφική Σχολή ΕΚΠΑ. Τμήμα Ιστορία και Αρχαιολογίας: Η ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΤΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΩΝ ΚΛΑΔΩΝ ΤΗΣ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ. 2022. Ανακτήθηκε από: <http://www.arch.uoa.gr/stoxoi.html>

ΑΝΤΙΛΟΓΟΣNeWS: Θεία λειτουργία πραγματοποιήθηκε στη σκήτη του Αγίου Γρηγορίου Μετεώρων. 2022. Ανακτήθηκε από: http://www.antilogosnews.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=4923:2014-05-25-07-53-00&catid=54&Itemid=27

Aitoloakarnania BEST.gr: Το σπήλαιο του Αγίου Νικολάου στη Βαράσοβα (ΦΩΤΟ + VIDEO) 2021. Ανακτήθηκε από: <https://aitoloakarnaniabest.gr/index.php/component/k2/item/58971-to-spilaio-tou-agiou-nikolaou-sti-varasova-foto-video>

Υπουργείο Πολιτισμού και Αθλητισμού: Εφορεία Παλαιοανθρωπολογίας – Σπηλαιολογίας. 2021. Ανακτήθηκε από: <https://www.culture.gov.gr/el/ministry/SitePages/viewyphresia.aspx?iID=1784>

ΕΝΩΣΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ ΕΝ.Π.Ε: Οι Περιφέρειες της Ελλάδας. 2022. Ανακτήθηκε από: <https://www.enpe.gr/el/perifereies>

ptolemeos.gr: Ιστορική Θεία Λειτουργία στη σπηλαιοσκήτη του Οσίου Νικάνορος στη Ζάβορδα, μετά από 100 και πλέον χρόνια! (BΙNTEO 19΄- ΦΩΤΟ). 2021. Ανακτήθηκε από: <https://e-ptolemeos.gr/istoriki-thia-litourgia-sti-spileoskiti-tou-osiou-nikanoros-sti-zavorda-meta-apo-100-ke-pleon-chronia-vinteo-19-foto/>

edessacity.gr: ΑΞΙΟΘΕΑΤΑ. Άγιος Θεόδωρος στην Περαιά Έδεσσας. 2021. Ανακτήθηκε από: http://www.edessacity.gr/civilization/edessa-religious/2017/ed500-1-edessa-religious-peraia-events-agtheodoros_el.htm

ΚΑΘΟΛΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗ ΣΥΡΟΥ: Παναγία της Λούρδης. 2022. Ανακτήθηκε από: <https://episkopisyrou.gr/i-panagia-tis-lourdis/>

ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΦΘΙΩΤΙΔΟΣ: Σπηλαιώδεις Ναοί του όρους Οίτη. 2021. Ανακτήθηκε από: <http://www.imfth.gr/content/spilaiodeis-naoi-toy-oroys-oiti>

ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΜΑΝΤΙΝΕΙΑΣ ΚΑΙ ΚΥΝΟΥΡΙΑΣ: Ιερά Μονή Παναγίας Ελεούσας Βλαχέρνας. 2021. Ανακτήθηκε από: <https://immk.gr/2018/06/25/ιερά-μονή-παναγίας-ελεούσας-βλαχέρνα/>

ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΘΕΣΣΑΛΙΩΤΙΔΟΣ ΚΑΙ ΦΑΝΑΡΙΟΦΑΡΣΑΛΩΝ: Τοπική Αγιολογία. Βίος και πολιτεία του Αγίου Ακακίου του Καυσοκαλυβίτου. 2021. Ανακτήθηκε από: <https://www.imthf.gr/index.php/agiologia/74-agios-akakios>

ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΜΟΝΕΜΒΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΣΠΑΡΤΗΣ: Ι. Μ.Τεσσαράκοντα Μαρτύρων. 2022. Ανακτήθηκε από: http://www.immspartis.gr/?page_id=1041

ilamia: Γιορτάζει η Παναγία Προυσιώτισσα στις Βαρδάτες (Φωτογραφίες & video)2021. Ανακτήθηκε από: <https://www.ilamia.gr/2021/08/22/giortazei-i-panagia-proysiotissa-stis-vardates-fotografies/>

ΚΑΣΤΡΟΛΟΓΟΣ Κάστρα της Ελλάδας: Παλαιομονάστηρο Οσίου Λεοντίου. 2022. Ανακτήθηκε από: <https://www.kastra.eu/castlegr.php?kastro=leontios>

ΓΕΩΠΑΡΚΟ ΚΕΦΑΛΟΝΙΑΣ ΙΘΑΚΗΣ: Τα μονοπάτια της Ιθάκης. 2022. Ανακτήθηκε από: <https://kefaloniageopark.gr/node/308>

ΚΑΣΤΡΟΛΟΓΟΣ Κάστρα της Ελλάδας: Ασκηταριό στο Μαριόρεμα. 2022. Ανακτήθηκε από: <https://www.kastra.eu/castlegr.php?kastro=mariorema>

NewsNowgr.com: Λαμία: Η Παναγία μέσα στο βράχο που έσωσε τρένο από εκτροχιασμό! 2022. Ανακτήθηκε από: <https://www.newsnowgr.com/article/1385322/lamia-i-panagia-mesa-sto-vraxo>

ΟΔΥΣΣΕΥΣ. Υπουργείο Πολιτισμού και Αθλητισμού: Ελληνικά Μνημεία Παγκόσμιας Κληρονομιάς. 2021. Ανακτήθηκε από: <http://odysseus.culture.gr/h/2/gh21.html>

ORTHODOXIA.INFO: Η Παναγία η Κατακεκρυμένη στην Καραθώνα Ναυπλίου. 2021. Ανακτήθηκε από: <https://orthodoxia.info/news/>

Pew Research Center: The Global Religious Landscape. 2022. Ανακτήθηκε από: <https://www.pewresearch.org/religion/2012/12/18/global-religious-landscape-exec/>

ΟΡΘΟΔΟΞΙΑ: Αγιορείτικα διηγήματα του π. Σαββάτιου. Μέρος Γ. 2022. Ανακτήθηκε από: <https://gr.pravoslavie.ru/138321.html>

ΙΕΡΑ ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΗ ΑΘΗΝΩΝ: ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΟΙ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΙ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΙ. Ιερά Μονή Κηπίνας. Ανακτήθηκε από:
http://www.religiousgreece.gr/epirus-thessaly/-/asset_publisher/bD2layf9w5H8/content/iera-mone-kepinas

The Guardian.com: The holy mountain: monks of Mount Athos- photo essay. 2022. Ανακτήθηκε από: https://www.theguardian.com/artanddesign/2017/jan/05/the-holy-mountain-monks-of-mount-athos-photo-essay?CMP=fb_gu

UNESCO: Historic Sanctuary of Machu Picchu. 2020. Ανακτήθηκε από:
<https://whc.unesco.org/en/list/274/>

UNESCO: Evolution of Temple Architecture – Aihole-Badami- Pattadakal. 2022. Ανακτήθηκε από:
<https://whc.unesco.org/en/tentativelists/5972/>

VATICANNEWS: 5.000 Km on foot: thanks be to God. 2020. Ανακτήθηκε από:
<https://www.vaticannews.va/en/world/news/2019-06/stories-vatican-news-jerusalem-paris-pilgrimage.html>

ΙΣΟΚΡΑΤΗΣ. ΤΡΑΠΕΖΑ ΝΟΜΙΚΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΩΝ ΔΣΑ: ΝΟΜΟΣ 3028 Τίτλος: Για την Προστασία των Αρχαιοτήτων και εν γένει της Πολιτιστικής Κληρονομιάς. 2021. Ανακτήθηκε από:
<https://www.wipo.int/edocs/lexdocs/laws/el/gr/gr228el.pdf>

WORLD ECONOMIC FORUM: ROLES OF RELIGION. These are all the worlds major religions in one map. 2022. Ανακτήθηκε από: <https://www.weforum.org/agenda/2019/03/this-is-the-best-and-simplest-world-map-of-religions>