

	<p style="text-align: center;"><b>Πνευματικά Σημειώματα</b></p> <p style="text-align: center;">Τεράς Μητροπόλεως Θεσσαλονίκης</p>	<p><b>Πνευματικά Σημειώματα:</b></p> <p>Έβδομαδιαία ηλεκτρονική έκδοση Τεράς Μητροπόλεως Θεσσαλονίκης της Έκκλησίας των Γνησίων Όρθοδόξων Χριστιανών Ελλάδος</p> <p style="text-align: center;"><b>Έτος 1ο / Τεύχος: 13</b> <b>Πέμπτη 18η Απριλίου 2024</b></p> <p style="text-align: center;">Τῆς Ἁγίων Μαρτύρων Θεοδώρας καὶ Διδύμου (5η Μαρτίου π. ἡμ.)</p>
---	---	--

## Πνευματικά Σημειώματα

### Εὐαγγέλιο Κυριακῆς

#### Τῆς Ὁσίας Μητρὸς ἡμῶν Μαρίας τῆς Αἰγυπτίας

Εὐαγγέλιο (Μαρκ. ι' 32 - 45)

Τῷ καιρῷ ἐκείνῳ, παραλαμβάνει ὁ Ἰησοῦς τοὺς δώδεκα μαθητὰς αὐτοῦ, καὶ ἤρξατο αὐτοῖς λέγειν τὰ μέλλοντα αὐτῷ συμβαίνειν, ὅτι Ἴδου ἀναβαίνομεν εἰς Ἱεροσόλυμα καὶ ὁ υἱὸς τοῦ ἀνθρώπου παραδοθήσεται τοῖς ἀρχιερεῦσι καὶ γραμματεῦσι, καὶ κατακρινοῦσιν αὐτὸν θανάτῳ καὶ παραδώσουσιν αὐτὸν τοῖς ἔθνεσι, καὶ ἐμπαΐξουσιν αὐτῷ καὶ μαστιγώσουσιν αὐτὸν καὶ ἐμπτύσουσιν αὐτῷ καὶ ἀποκτενοῦσιν αὐτὸν, καὶ τῇ τρίτῃ ἡμέρᾳ ἀναστήσεται. Καὶ προσπορεύονται αὐτῷ Ἰάκωβος καὶ Ἰωάννης υἱοὶ Ζεβεδαίου λέγοντες· Διδάσκαλε, θέλομεν ἵνα ὁ ἐὰν αἰτήσωμεν ποιήσης ἡμῖν. Ὁ δὲ εἶπεν αὐτοῖς· Τί θέλετε ποιησαί με ὑμῖν; Οἱ δὲ εἶπον αὐτῷ· Δὸς ἡμῖν ἵνα εἷς ἐκ δεξιῶν καὶ εἷς ἐξ ἐυωνύμων σου καθίσωμεν ἐν τῇ δόξῃ σου. Ὁ δὲ Ἰησοῦς εἶπεν αὐτοῖς· Οὐκ οἶδατε τί αἰτεῖσθε· δύνασθε πιεῖν τὸ ποτήριον ὃ ἐγὼ πίνω, καὶ τὸ βάπτισμα ὃ ἐγὼ βαπτίζομαι βαπτισθῆναι; Οἱ δὲ εἶπον αὐτῷ· Δυνάμεθα. Ὁ δὲ Ἰησοῦς εἶπεν αὐτοῖς· Τὸ μὲν ποτήριον ὃ ἐγὼ πίνω πίεσθε, καὶ τὸ βάπτισμα ὃ ἐγὼ βαπτίζομαι βαπτισθήσεσθε· τὸ δὲ καθίσει ἐκ δεξιῶν μου καὶ ἐξ ἐυωνύμων οὐκ ἔστιν ἐμὸν δοῦναι, ἀλλ' οἷς ἠτοίμασται. Καὶ ἀκούσαντες οἱ δέκα ἤρξαντο ἀγανακτεῖν περὶ Ἰακώβου καὶ Ἰωάννου. Ὁ δὲ Ἰησοῦς προσκαλεσάμενος αὐτοὺς λέγει αὐτοῖς. Οἶδατε ὅτι οἱ

δοκοῦντες ἄρχειν τῶν ἐθνῶν κατακυριεύουσιν αὐτῶν καὶ οἱ μεγάλοι αὐτῶν κατεξουσιάζουσιν αὐτῶν. Οὐχ οὕτω δὲ ἔσται ἐν ὑμῖν, ἀλλ' ὅς ἐάν θέλῃ γενέσθαι μέγας ἐν ὑμῖν, ἔσται ὑμῶν διάκονος, καὶ ὅς ἐάν θέλῃ ὑμῶν γενέσθαι πρῶτος, ἔσται πάντων δοῦλος· καὶ γὰρ ὁ υἱὸς τοῦ ἀνθρώπου οὐκ ἦλθε διακονηθῆναι, ἀλλὰ διακονῆσαι καὶ δοῦναι τὴν ψυχὴν αὐτοῦ λύτρον ἀντὶ πολλῶν.

## Μετάφραση Εὐαγγελίου

Ἐκεῖνο τὸν καιρὸ, πῆρε κατὰ μέρος ὁ Ἰησοῦς τοὺς δώδεκα μαθητὲς καὶ ἄρχισε νὰ τοὺς λέγει τὰ μέλλοντα νὰ τοῦ συμβοῦν, ὅτι, «ἰδοὺ ἀνεβαίνουμε στὰ Ἱεροσόλυμα καὶ ὁ Υἱὸς τοῦ ἀνθρώπου θὰ παραδοθεῖ εἰς τοὺς ἀρχιερεῖς καὶ τοὺς γραμματεῖς καὶ θὰ τὸν καταδικάσουν εἰς θάνατον καὶ θὰ τὸν παραδώσουν στοὺς ἐθνικούς. Θὰ τὸν ἐμπαίξουν καὶ θὰ τὸν μαστιγώσουν, θὰ τὸν φτύσουν καὶ θὰ τὸν θανατώσουν καὶ τὴν τρίτη ἡμέρα θὰ ἀναστηθεῖ. Καὶ τὸν πλησιάζουν ὁ Ἰάκωβος καὶ ὁ Ἰωάννης, οἱ γιοὶ τοῦ Ζεβεδαίου καὶ τοῦ λένε: «Διδάσκαλε, θέλουμε ἐκεῖνο, πὸν θὰ σοῦ ζητήσουμε, νὰ μᾶς τὸ κάνεις». Αὐτὸς τοὺς εἶπε: «Τί θέλετε νὰ σᾶς κάνω;». Ἐκεῖνοι τοῦ εἶπαν: «Δῶσε μας νὰ καθίσουμε ὁ ἓνας στὰ δεξιὰ σου καὶ ὁ ἄλλος στὰ ἀριστερά σου ὅταν ἔλθει ἡ ἡμέρα τῆς δόξης σου». Ὁ Ἰησοῦς τοὺς εἶπε: «Δὲν ξέρετε τί ζητᾶτε. Μπορεῖτε νὰ πιεῖτε τὸ ποτήρι, πὸν ἐγὼ πίνω καὶ νὰ βαπτισθεῖτε τὸ βάπτισμα, πὸν ἐγὼ βαπτίζομαι;». Ἐκεῖνοι εἶπαν: «Μποροῦμε». Ὁ Ἰησοῦς τοὺς εἶπε: «τὸ ποτήρι πὸν ἐγὼ θὰ πιῶ, θὰ τὸ πιεῖτε καὶ θὰ βαπτισθεῖτε τὸ βάπτισμα, τὸ ὁποῖο ἐγὼ βαπτίζομαι. Τὸ νὰ σᾶς βάλω ὅμως νὰ καθίσετε εἰς τὰ δεξιὰ μου ἢ εἰς τὰ ἀριστερά, δὲν εἶναι δικαίωμά μου νὰ τὸ δώσω ἀλλὰ εἶναι γιὰ ἐκείνους, γιὰ τοὺς ὁποίους ἔχει ἐτοιμαστεῖ». Καὶ ὅταν οἱ δέκα τὸ ἄκουσαν, ἄρχισαν νὰ ἀγανακτοῦν ἐναντίον τοῦ Ἰακώβου καὶ τοῦ Ἰωάννου. Ὁ δὲ Ἰησοῦς τοὺς κάλεσε καὶ τοὺς λέει: «Ἐέρετε ὅτι ἐκεῖνοι πὸν θεωροῦνται ἄρχοντες τῶν ἐθνῶν, τὰ καταδυναστεύουν, καὶ οἱ μεγάλοι ἄνδρες τοὺς τὰ καταπιέζουν. Μεταξὺ σας ὅμως δὲν θὰ συμβαίνει τὸ ἴδιο. Ἀλλὰ ἐκεῖνος πὸν θέλει νὰ γίνῃ μέγας μεταξύ σας, θὰ εἶναι ὑπηρέτης σας, καὶ

ἐκεῖνος ποὺ θέλει νὰ εἶναι μεταξύ σας πρῶτος, θὰ εἶναι δοῦλος ὄλων. Διότι καὶ ὁ Υἱὸς τοῦ ἀνθρώπου δὲν ἦρθε νὰ ὑπηρετηθεῖ ἀλλὰ νὰ ὑπηρετήσῃ καὶ νὰ δώσει τὴ ζωὴ του λύτρο διὰ πολλούς».

## Ἀπόστολος

Ἀπόστολος (Εβρ. θ' 11-14)

Ἀδελφοί, Χριστὸς παραγενόμενος Ἀρχιερεὺς τῶν μελλόντων ἀγαθῶν διὰ τῆς μείζονος καὶ τελειότερας σκηνῆς, οὐ χειροποιήτου, τοῦτ' ἔστιν οὐ ταύτης τῆς κτίσεως, οὐδὲ δι' αἵματος τράγων καὶ μόσχων, διὰ δὲ τοῦ ἰδίου αἵματος εἰσηλθεν ἐφάπαξ εἰς τὰ Ἅγια, αἰωνίαν λύτρωσιν εὐράμενος. Εἰ γὰρ τὸ αἷμα ταύρων καὶ τράγων καὶ σποδὸς δαμάλεως ραντίζουσα τοὺς κεκοινωμένους ἀγιάζει πρὸς τὴν τῆς σαρκὸς καθαρότητα, πόσω μᾶλλον τὸ αἷμα τοῦ Χριστοῦ, ὃς διὰ Πνεύματος αἰωνίου ἑαυτὸν προσήνεγκεν ἄμωμον τῷ Θεῷ, καθαρῆι τὴν συνείδησιν ὑμῶν ἀπὸ νεκρῶν ἔργων εἰς τὸ λατρεύειν Θεῷ ζῶντι;

## Μετάφραση Ἀποστόλου

Ἀδελφοί, ὅταν ἦλθε ὁ Χριστὸς ὡς ἀρχιερεὺς τῶν μελλοντικῶν ἀγαθῶν, μπῆκε διὰ τῆς μεγαλύτερης καὶ τελειότερης σκηνῆς, ἡ ὁποία δὲν εἶναι χειροποίητη, δὲν εἶναι δηλαδὴ ἀπὸ τὸν κόσμον τοῦτο. Μπῆκε μιὰ γιὰ πάντα εἰς τὰ Ἅγια τῶν Ἁγίων ὄχι μὲ αἷμα τράγων καὶ μόσχων ἀλλὰ μὲ τὸ δικό του αἷμα καὶ ἐξασφάλισε αἰώνια λύτρωση. Διότι ἂν τὸ αἷμα τῶν τράγων καὶ τῶν ταύρων καὶ τὸ ράντισμα μὲ στάχτη ἀπὸ δαμάλι, ἀγιάζει τοὺς μολυσμένους, ὅσον ἀφορᾷ τὴν ἐξωτερικὴ καθαρότητα, πόσο περισσότερο τὸ αἷμα τοῦ Χριστοῦ, ὁ ὁποῖος διὰ τοῦ αἰωνίου Πνεύματος, προσέφερε τὸν ἑαυτό του ἄμωμον θυσία εἰς τὸν Θεόν, θὰ καθαρῆσει τὴν συνείδησή σας ἀπὸ νεκρὰ ἔργα, ὥστε νὰ λατρεύουμε τὸν ζωντανὸ Θεό.

## Σχολιασμός Εὐαγγελίου

Πέμπτη Κυριακή τῶν Νηστειῶν καὶ πλησιάζουμε πρὸς τὴν μεγάλη Ἑβδομάδα καὶ τὰ Ἅγια Πάθη τοῦ Κυρίου. Γιὰ αὐτὰ προετοιμάζει ὁ Κύριος τοὺς μαθητὲς Του στὸ σημερινὸ εὐαγγέλιο. Παράλληλα, διδάσκει καὶ στοὺς Ἀποστόλους ἀλλὰ καὶ σὲ μᾶς, τὴν ἀρετὴ τῆς ταπείνωσης, μέσω τοῦ ἰδίου ὡς παράδειγμα.

Πῆρε ὁ Ἰησοῦς τοὺς δώδεκα μαθητὲς καὶ ἄρχισε νὰ τοὺς λέει τί μέλλει νὰ τοῦ συμβεῖ. «Ἴδου Ἀνεβαίνουμε στὰ Ἱεροσόλυμα καὶ ὁ υἱὸς τοῦ ἀνθρώπου θὰ παραδοθεῖ στοὺς ἀρχιερεῖς καὶ στοὺς γραμματεῖς καὶ θὰ τὸν καταδικάσουν σὲ θάνατο καὶ θὰ τὸν παραδώσουν στοὺς ἔθνικούς. Θὰ τὸν ἐμπαΐζουν, θὰ τὸν μαστιγώσουν, θὰ τὸν φτύσουν καὶ θὰ τὸν θανατώσουν καὶ τὴν τρίτη ἡμέρα θὰ ἀναστηθεῖ». Τὸν πλησίασαν τότε ὁ Ἰάκωβος καὶ ὁ Ἰωάννης οἱ γιοὶ τοῦ Ζεβεδαίου καὶ τοῦ εἶπαν: «Διδάσκαλε θέλουμε αὐτὸ πὸν ζητᾶμε νὰ μᾶς τὸ κάνεις». «Τί θέλετε νὰ σᾶς κάνω;» τοὺς ρώτησε ὁ Κύριος. Τοῦ εἶπαν τότε: «Δῶσε μας νὰ καθίσουμε ὁ ἓνας στὰ δεξιά σου καὶ ὁ ἄλλος στὰ ἀριστερά σου, ὅταν ἔλθει ἡ ἡμέρα τῆς δόξης σου». Εἶπε ὁ Ἰησοῦς: «Δὲν ξέρετε τί ζητᾶτε. Μπορεῖτε νὰ πιεῖτε τὸ ποτήρι, πὸν ἐγὼ πίνω καὶ νὰ βαπτισθεῖτε τὸ βάπτισμα πὸν ἐγὼ βαπτίζομαι;».

«Μποροῦμε» εἶπαν ἐκεῖνοι. Ὁ Ἰησοῦς τοὺς εἶπε: «τὸ ποτήρι πὸν ἐγὼ θὰ πιῶ, θὰ τὸ πιεῖτε καὶ θὰ βαπτισθεῖτε τὸ βάπτισμα, τὸ ὁποῖο ἐγὼ βαπτίζομαι. Τὸ νὰ σᾶς βάλω ὅμως νὰ καθίσετε εἰς τὰ δεξιά μου ἢ εἰς τὰ ἀριστερά, δὲν εἶναι δικαίωμά μου νὰ τὸ δώσω ἀλλὰ εἶναι γιὰ ἐκείνους, γιὰ τοὺς ὁποίους ἔχει ἐτοιμαστεῖ». Οἱ ὑπόλοιποι μαθητὲς ἄρχισαν νὰ ἀγανακτοῦν ἐναντίον τῶν δύο ἀδερφῶν. Ὁ Κύριος τότε τοὺς κάλεσε καὶ τοὺς λέει: «Ξέρετε ὅτι ἐκεῖνοι πὸν θεωροῦνται ἄρχοντες τῶν ἐθνῶν, τὰ καταδυναστεύουν, καὶ οἱ μεγάλοι ἄνδρες τοὺς τὰ καταπιέζουν. Μεταξὺ σας ὅμως δὲν θὰ συμβαίνει τὸ ἴδιο. Ἀλλὰ ἐκεῖνος πὸν θέλει νὰ γίνεῖ μέγας μεταξύ σας, θὰ εἶναι ὑπηρέτης σας, καὶ ἐκεῖνος πὸν θέλει νὰ εἶναι μεταξύ σας πρῶτος, θὰ εἶναι δοῦλος

ὄλων. Διότι καὶ ὁ Υἱὸς τοῦ ἀνθρώπου δὲν ἦρθε νὰ ὑπηρετηθεῖ ἀλλὰ νὰ ὑπηρετήσῃ καὶ νὰ δώσει τὴ ζωὴ του λύτρο διὰ πολλούς».

Ἄν προσπαθούσαμε νὰ περιγράψουμε τὴ ζωὴ τοῦ Κυρίου μας μὲ λίγες λέξεις, μία ἀπὸ τὶς πρῶτες πού θὰ ἐρχόταν στὸ μυαλό μας θὰ ἦταν σίγουρα ἡ ταπείνωση. Γιατί πὼς ἀλλιῶς νὰ περιγράψουμε τὸ ὅτι ὁ ἄσαρκος Θεὸς καταδέχθηκε νὰ φορέσει τὴ σάρκα πού ὁ ἴδιος ἐπλασε; Πὼς ἀλλιῶς νὰ περιγράψουμε τὸ ὅτι ὁ Παντοδύναμος Θεὸς, πού προστάζει μυριάδες ἀγγέλων, καταδέχθηκε νὰ συλληφθεῖ ἀπὸ χέρια ἀνόμων ἀνθρώπων, νὰ φυλακιστεῖ, νὰ χτυπηθεῖ καὶ νὰ ἐμπαιχθεῖ; Πὼς ἀλλιῶς νὰ περιγράψουμε τὸ ὅτι ὁ Ζωοδότης Θεός, αὐτὸς πού φύσηξε ζωὴ στὸν ἄνθρωπο, καταδέχθηκε νὰ θανατωθεῖ; Τὴν ταπείνωση αὐτὴ διδάσκει καὶ στοὺς μαθητὲς του στὸ σημερινὸ Εὐαγγέλιο.

Ἀφοῦ ὁ Κύριος ἀνήγγειλε στοὺς Ἀποστόλους τὸ Πάθος καὶ τὴν Ἀνάστασή Του, ὁ Ἰωάννης καὶ ὁ Ἰάκωβος τοῦ ζητοῦν νὰ τοὺς βάλλει δίπλα του ὅταν θὰ καθίσει ἐνδόξως στὸ θρόνο Του. Δὲν ἔχουν ἀκόμα συνειδητοποιήσει οὔτε οἱ κοντινότεροι μαθητὲς Του τὴν πραγματικὴ βασιλεία Του. Ξέρουν ὅτι μπροστὰ τους εἶναι ὁ Μεσσίας, ἀλλὰ ἀκόμα καὶ μετὰ ἀπὸ τρία χρόνια δίπλα Του, δὲν ἔχουν καταλάβει ποιά εἶναι ἡ βασιλεία Του. Πιστεύουν ἀκόμα ὅτι θὰ εἶναι μιὰ βασιλεία ἐπίγεια, σὰν αὐτὴν πού ἀκόμα καὶ σήμερα περιμένει τὸ Ἑβραϊκὸ γένος. Ὁ Κύριος ὅμως δὲν τοὺς ἀποπαίρνει, τοὺς λέει μόνο «Δὲν ξέρετε τί ζητᾶτε». Γνωρίζει τὶς καρδιές τους καὶ ξέρει ὅτι δὲν λένε κάτι τέτοιο ἀπὸ πονηριὰ ἢ ἀπὸ συμφέρον, ἀλλὰ γιατί λαχταροῦν κι αὐτοὶ νὰ ἔρθῃ ἡ ὥρα τῆς βασιλείας Του.

«Μπορεῖτε νὰ πιεῖτε τὸ ποτήρι, πού ἐγὼ πίνω καὶ νὰ βαπτισθεῖτε τὸ βάπτισμα, πού ἐγὼ βαπτίζομαι;». Μπορεῖτε νὰ πάρετε τὸ βάπτισμα τοῦ αἵματος τὸ ὁποῖο περιμένει ἐμένα; Μπορεῖτε νὰ πάθετε ἐσεῖς γιὰ μένα, ὅπως θὰ πάθω κι ἐγὼ γιὰ ἐσᾶς καὶ μαζί σας καὶ γιὰ ὅλο τὸ ἀνθρώπινο γένος; «Μποροῦμε» λένε οἱ Ἀπόστολοι καὶ ὄντως οἱ περισσότεροι θὰ πιοῦν τὸ ποτήρι τοῦ μαρτυρίου. Οἱ ἔντεκα ἀπὸ τοὺς δώδεκα Ἀποστόλους μαρτύρησαν

ἀκολουθῶντας ὅλοι τὸ παράδειγμα τοῦ Κυρίου μας. Ἐμεῖς μποροῦμε; Ἐμεῖς μποροῦμε νὰ ἀκολουθήσουμε τὸ παράδειγμα τοῦ Χριστοῦ μας; Μποροῦμε νὰ πάρουμε τὸν σταυρό μας καὶ νὰ τὸν ἀκολουθήσουμε; Μήπως ἔχουμε ξεχάσει κι ἐμεῖς ὅτι σὲ αὐτὸ τὸν κόσμο δὲν ἦρθαμε γιὰ νὰ καλοπεράσουμε ἢ γιὰ νὰ δοξαστοῦμε; Ἦρθαμε νὰ ἀκολουθήσουμε τὸ παράδειγμα τοῦ Σωτῆρα μας, νὰ ἀντιμετωπίσουμε τὶς δυσκολίες, τὶς δοκιμασίες καὶ τοὺς πειρασμοὺς, ὥστε νὰ μπορέσουμε νὰ μετέχουμε κι ἐμεῖς τῆς ἐπουράνιας δόξας τοῦ Θεοῦ.

Πὼς θὰ μπορέσουμε ὁμως νὰ δοξαστοῦμε κι ἐμεῖς στὴν αἰώνια ζωή; Τὴν ἀπάντηση μᾶς τὴ δίνει ὁ Κύριος λίγο παρακάτω: «Ἐκεῖνος ποὺ θέλει νὰ εἶναι μεταξύ σας πρῶτος, θὰ εἶναι δοῦλος ὄλων. Διότι καὶ ὁ Υἱὸς τοῦ ἀνθρώπου δὲν ἦρθε γιὰ νὰ ὑπηρετηθεῖ ἀλλὰ γιὰ νὰ ὑπηρετήσῃ καὶ νὰ δώσῃ τὴ ζωὴ του λύτρο διὰ πολλούς». Ὁ Κύριος μᾶς δίδασκε κυρίως μὲ τὸ παράδειμά Του καὶ μετὰ μὲ τὰ λόγια Του. Ἦρθε σὲ αὐτὸν τὸν κόσμο μόνο γιὰ τὸ δικό μας συμφέρον, γιὰ νὰ ὑπηρετήσῃ ἐμᾶς. Ἦρθε, πῆρε τὶς ἁμαρτίες μας καὶ μᾶς ἄνοιξε τὴν πύλη τῆς οὐράνιας βασιλείας.

Ἦκανε τὸν ἑαυτό του δοῦλο δικό μας, γιὰ νὰ μᾶς λυτρώσῃ καὶ αὐτὸ ζητάει κι ἀπὸ μᾶς. Μᾶς ζητάει νὰ ταπεινωθοῦμε, νὰ ρίξουμε τὸ ἐγὼ μας, νὰ γίνουμε κι ἐμεῖς δοῦλοι του πλησίον μας, ὥστε νὰ μπορέσουμε κι ἐμεῖς νὰ μποῦμε μαζί Του στὴν οὐράνιο βασιλεία. Σὲ λίγες μέρες, ξεκινάει ἡ Μεγάλῃ Ἑβδομάδα καὶ θὰ θυμηθοῦμε καὶ πάλι τὸ τί πέρασε ὁ Κύριός μας, ἀπὸ τὰ δικά μας χέρια, μόνο καὶ μόνο γιὰ νὰ μᾶς σώσῃ. Εὐχομαι ἡ ἐνθύμηση αὐτὴ νὰ μὴν μείνῃ μόνο στὸ μυαλό μας, ἀλλὰ νὰ προχωρήσῃ καὶ στὴν καρδιά μας, νὰ μᾶς τὴν ξυπνήσῃ, ὥστε νὰ ἀκολουθήσουμε κι ἐμεῖς τὸ παράδειγμα τοῦ Χριστοῦ. Νὰ γίνῃ καὶ ἡ δική μας ζωὴ μιὰ σταυρική πορεία, ἡ ὁποία θὰ μᾶς ὀδηγήσῃ στὴν αἰώνιο ζωὴ. Ἀμήν.

## Δρώμενα

Τὸ Σάββατο Δ΄ Νηστειῶν στὶς 13 Ἀπριλίου ὑλοποιήθηκε ἡ πρώτη ἀθλητικὴ δράση τῶν κατηχητικῶν σχολείων τῆς

Μητροπόλεώς μας στὸ Περιβαλλοντικὸ Πάρκο Θέρμης. Ἡ προετοιμασία τῆς ξεκίνησε μὲ τὴ συνεργασία κληρικῶν, γονέων καὶ παιδιῶν σὲ ἓναν χῶρο πρασίνου ποὺ θυμίζει κατασκήνωση. Ἡ ἐμψύχωση τῶν παιδιῶν πραγματοποιήθηκε μέσα ἀπὸ παιχνίδια προσομοίωσης τῆς κατασκήνωσης, ὅπως survivor game, παιχνίδια ἀντοχῆς κλπ., τὰ ὁποῖα δημιούργησαν ὁμορφες στιγμές, σὰν αὐτὲς ποὺ μόνο μιὰ κατασκήνωση μπορεῖ νὰ προσφέρει. Τὸ πιὸ σημαντικὸ ἦταν τὰ συναισθήματα τῶν παιδιῶν, γεμᾶτα καλὴ διάθεση, χαρὰ καὶ ζωντάνια. Στὴν παροῦσα δράση παραβρέθησαν οἱ ἱερεῖς π. Γρηγόριος Πρυνιάς, π. Κωνσταντῖνος Νιζιούδης, π. Ῥαφαὴλ Ἀβραμίδης καὶ π. Ἀντώνιος Ἀβραμίδης καθὼς καὶ οἱ κατηχητὲς τῆς Μητροπόλεώς μας.



## Παράινέσεις Ἁγίων

### Ἡ νηστεία μέσον γιὰ ἐπιτυχία τῆς ἀγνότητος

Ὅποιος νηστεύει καὶ προσεύχεται, ἐνισχύεται πολὺ στὸν ἀγῶνα γιὰ τὴ διατήρηση τῆς ἠθικῆς καθαρότητος.

(Ἱεροῦ Χρυσοστόμου, Περί κενοδοξίας καὶ ἀνατροφῆς τῶν τέκνων, 80, ΕΠΕ 30, 692)

Νά μαθαίνει (τό παιδί) νά νηστεύει, ὄχι βεβαίως πάντοτε, ἀλλά τουλάχιστον δύο ἡμέρες τῆς ἐβδομάδας, τὴν Τετάρτη καί τὴν Παρασκευή.

(Ἱεροῦ Χρυσοστόμου, Περὶ κενοδοξίας καί ἀνατροφῆς τῶν τέκνων, 79, ΕΠΕ 30, 694)

### **Ἡ νηστεία περιορίζει τὸ διασκορπισμὸ τοῦ νοῦ καί τῆς ψυχῆς καί βοηθᾷ τὴν αὐτοσυγκέντρωση**

Ἡ νηστεία εἶναι χρήσιμη, γιατί περιορίζει τίς μέριμνες τῆς ψυχῆς καί μέ τό νά ἀνακόπτει τὴν ἀμέλεια, πού πολιορκεῖ το νοῦ, βοηθεῖ πολὺ στήν αὐτοσυγκέντρωση.

(Ἱεροῦ Χρυσοστόμου, Περὶ παρθενίας, λ', 2, ΜG 48, 554)

### **Ἡ νηστεία μαζί μέ τὴν προσευχή ἐξαγιαρίζει**

Θα πεῖ κάποιος, ἂν ἔχουμε πίστη, τί χρειάζεται ἡ νηστεία; Χρειάζεται γιατί καί ἡ νηστεία μαζί μέ τὴν πίστη προσφέρει πολὺ μεγάλη δύναμη. Γιατί χαρίζει μεγάλη εὐσέβεια καί φιλοσοφημένη σκέψη καί μεταβάλλει τὸν ἄνθρωπο σέ ἄγγελο, ὥστε νά μπορεῖ νά ἀγωνίζεται ἐναντίον τῶν πονηρῶν ἀσωμάτων δυνάμεων, αὐτό ὅμως δέν μπορεῖ νά τό κάνει μόνη τῆς ἡ νηστεία, ἀλλά χρειάζεται καί προσευχή, καί μάλιστα ἡ προσευχή εἶναι πρώτη. Αὐτός πού νηστεύει εἶναι ἀνάλαφρος καί ἔχει φτερά (βρίσκεται πάντοτε σέ διέργεση πνευματική) καί προσεύχεται μέ ἄγρυπνο πνεῦμα καί σβήνει τίς πονηρές ἐπιθυμίες καί ἐξευμενίζει τό Θεό καί ταπεινώνει τὴν ψυχὴ πού ὑπερηφανεύεται. Γι'αὐτό καί οἱ Ἀπόστολοι σχεδόν πάντοτε ἐνήστευαν.

(Ἱεροῦ Χρυσοστόμου, Εἰς Ματθ., ὁμιλ. ΝΖ', 4, ΜG 58, 563)

### **Ἡ νηστεία εἶναι παιδαγωγὸς νέων καί γερόντων**

Ἡ νηστεία εἶναι ἡ γαλήνη τῶν ψυχῶν μας, τὸ στόλισμα καί ἡ εὐπρέπεια τῶν γερόντων, ἡ παιδαγωγὸς τῶν νέων, ὁ δάσκαλος

τῶν συνετῶν καὶ σωφρόνων, ἐκείνη πού στολίζει κάθε ἡλικία καὶ κάθε χαρακτήρα σάν μέ κάποιο ὠραῖο στέμμα.

(Ἱεροῦ Χρυσοστόμου, Εἰς Γεν., ὁμιλ. Β', 1, MG 53, 27)

## Βίοι Ἁγίων

**Τῆ Ε' (5ῃ) τοῦ μηνὸς Ἀπριλίου μνήμη τῆς Ὁσίας Μητρὸς ἡμῶν Θεοδώρας τῆς ἐν Θεσσαλονίκη.**

Ἡ ὁσία Θεοδώρα ἀπὸ νεαρῆ ἡλικία ἀφιερώθηκε στὸν θεὸ καὶ ἔγινε μοναχὴ. Μὲ τὸν ἀγῶνα τῆς ἀπέκτησε πλῆθος ἀρετῶν μὲ κορωνίδα ὅλων αὐτὴν τῆς ὑπακοῆς. Τόση ἦταν μάλιστα ἡ ὑπακοή τῆς πὺν ἀκόμα καὶ μετὰ θάνατον συνέχισε νὰ τὴν ἐξασκεῖ, ὅπως μᾶς φανερώνει τὸ θαῦμα τὸ ὁποῖο ἔγινε.

Μετὰ τὴν κοίμηση τῆς Θεοδώρας κοιμήθηκε καὶ ἡ ἡγουμένη τῆς, ἡ ὁποία καὶ αὐτὴ ἔζησε ζωὴ πνευματικὴ καὶ καθαρὴ. Κατὰ τὸν ἐνταφιασμό τῆς, ἀνοίχτηκε ὁ τάφος τῆς Θεοδώρας, ὥστε νὰ ἐνταφιαστεῖ ἐκεῖ καὶ ἡ ἡγουμένη. Τότε, ὡς τοῦ θαύματος, ὅλοι οἱ παρευρισκόμενοι, εἶδαν τὸ σκῆνωμα τῆς Ἁγίας Θεοδώρας, νὰ παραμερίζει, ὥστε νὰ χωρέσει νὰ ἐνταφιαστεῖ μαζί τῆς καὶ ἡ ἡγουμένη τῆς. Ἀπὸ τότε πολλὰ θαύματα ἔχουν γίνεῖ στουὺς πιστοὺς πὺν ζητοῦν τὴν πρεσβεῖα τῆς.

**Τῆ αὐτῆ ἡμέρα μνήμη τῶν Ἁγίων Μαρτύρων Θεοδώρας καὶ Διδύμου.**

Ἡ Θεοδώρα καὶ ὁ Δίδυμος ἔζησαν κατὰ τὴν ἐποχὴ τῶν αὐτοκρατόρων Διοκλητιανοῦ καὶ Μαξιμιανοῦ οἱ ὁποῖοι ἦταν καὶ οἱ δύο μεγάλοι διῶκτες τῶν Χριστιανῶν.

Ἡ παρθένος Θεοδώρα συνελήφθη ὅταν ξεκίνησε ὁ διωγμὸς καί, ἀφοῦ χτυπήθηκε βάνουσα, ρίχθηκε στὴ φυλακὴ. Μετὰ λίγες ἡμέρες, ὁ ἡγεμόνας τῆς Ἀλεξάνδρειας, Εὐστράτιος, διέταξε νὰ ἀποφυλακιστεῖ ἡ Ἁγία, ἀλλὰ νὰ κλειστεῖ σὲ πορνεῖο, στὸ ὁποῖο ἔστειλε μάλιστα ἀσεβεῖς νέους, μὲ τὴν ἐντολὴ νὰ σπιλώσουν τὴν Θεοδώρα.

Ὅταν τὸ ἔμαθε αὐτὸ ὁ γενναῖος Δίδυμος, ὁ ὁποῖος ἦταν ἐπιφανὴς στρατιωτικὸς θέλησε νὰ γλυτώσει τὴν Θεοδώρα ἀπὸ τὴν

ἀτίμωση. Ντύθηκε μὲ τὴ στρατιωτικὴ του στολὴ καὶ πῆγε στὸ πορνεῖο ζητῶντας τὴν Θεοδώρα. Τὴ συμβούλεψε τότε νὰ βάλει τὴ στολὴ του καὶ νὰ βγεῖ ἔξω, χωρὶς νὰ τὴν καταλάβουν, πρᾶγμα ποὺ ὄντως ἔγινε. Ἔτσι γλύτωσε ἡ Θεοδώρα, ὁ δὲ Ἅγιος παρέμεινε στὴ θέση τῆς περιμένοντας τὴν τιμωρία του.

Ὅταν ἓνας ἀπὸ τοὺς νέους ποὺ ἔστειλε ὁ ἡγεμόνας ἦρθε στὸ πορνεῖο καὶ εἶδε τὸν Δίδυμο στὴν θέση τῆς Θεοδώρας, ἐνημέρωσε ἀμέσως τὸν Εὐστράτιο. Αὐτὸς ἔστειλε ἀμέσως στρατιῶτες νὰ συλλάβουν τὸν Ἅγιο, οἱ ὁποῖοι τὸν ὀδήγησαν μπροστὰ του. «Πῶς τόλμησες νὰ κάνεις κάτι τέτοιο;» τὸν ρώτησε ὁ ἡγεμόνας. Ἀπάντησε τότε ὁ Δίδυμος: «Ἐπειδὴ εἶμαι Χριστιανός, τώρα περιμένω δύο στεφάνια ὡς ἀνταμοιβή. Τὸ ἓνα γιατί γλύτωσα τὴν παρθένο ἀπὸ τὰ ἄτιμα χέρια σας καὶ τὸ ἄλλο γιατί ἀποκαλύφθηκα μπροστὰ σας ὡς Χριστιανός». Ὁ Εὐστράτιος τότε, γεμᾶτος ὀργῆ, διέταξε νὰ κοπεῖ τὸ κεφάλι τοῦ Ἁγίου, ἀλλὰ καὶ νὰ ριχθεῖ τὸ σῶμα του στὴν πυρὰ, ὡς διπλὴ τιμωρία γιὰ τὶς πράξεις του.

Ἡ Ἁγία Θεοδώρα, συνελήφθη καὶ πάλι ἀργότερα καὶ μαρτύρησε ριχθεῖσα καὶ αὐτὴ στὴν πυρὰ. Κέρδισε ἔτσι καὶ αὐτὴ τὸν στέφανο τοῦ μαρτυρίου.

## Ἀνακοινώσεις

> Ἐδῶ μπορεῖτε νὰ δεῖτε τὴν ὁμιλία τοῦ ποιμενάρχου μας ἢ ὁποῖα ἐκφωνήθηκε στὸν Ἱερὸ Ναὸ Τιμίου Σταυροῦ καὶ Ἀναλήψεως στὸν Εὐόσμο τῆς Θεσσαλονίκης.

<https://vimeo.com/manage/videos/931933473/privacy>

Κωδικὸς πρόσβασης > [24040702](#)

> Τὴν Ε΄ Κυριακῇ τῶν Νηστειῶν, τῆς ὁσίας Μητρὸς ἡμῶν Μαρίας τῆς Αἰγυπτίας, στὴν αἴθουσα τοῦ Καθηδρικοῦ Ἱεροῦ Ναοῦ τῶν Ἁγίων Τριῶν Ἱεραρχῶν Θεσσαλονίκης στὶς 7:00μμ θὰ πραγματοποιηθεῖ ὁμιλία μὲ θέμα «ὁ ἐσωτερικὸς διάλογος τοῦ ἀνθρώπου μὲ τὸν ἑαυτό του καὶ μὲ τὸν Θεό».

Κεντρικὸς ὁμιλητὴς ὁ ποιμενάρχης μας, ὁ Παναγιώτατος  
Μητροπολίτης Θεσσαλονίκης κ. Γρηγόριος.

Θὰ ὑπάρχει καὶ δυνατότητα γιὰ ἐξ ἀποστάσεως συμμετοχὴ στὴν  
ὁμιλία, μέσω τῆς πλατφόρμας ZOOM. Ὅσοι ἐπιθυμεῖτε νὰ  
παρακολουθήσετε τὴν ὁμιλία ἐξ ἀποστάσεως, μπορείτε νὰ  
στείλετε μήνυμα στὸ [imthesgrafeio@gmail.com](mailto:imthesgrafeio@gmail.com) μὲ θέμα  
«Συμμετοχὴ» καὶ νὰ δηλώσετε ὄνομα, ἐπώνυμο, τηλέφωνο, ἔτσι  
ὥστε νὰ σᾶς ἀποστείλουμε τὸν σύνδεσμο μετάδοσης τῆς  
ὁμιλίας ZOOM.

**«Πνευματικά Σημειώματα»**

Ἱερᾶς Μητροπόλεως Θεσσαλονίκης  
τῆς Ἐκκλησίας τῶν Γνησίων Ὁρθοδόξων Χριστιανῶν Ἑλλάδος  
e-mail: [imthesgrafeio@gmail.com](mailto:imthesgrafeio@gmail.com)

Ἵπεύθυνος Ἔκδοσης:

† Πρεσβύτερος Ὀνούφριος Ἀβραμίδης τηλ: 6989286400  
ἐφημέριος Ἱ. Ν. Ἁγίου Γεωργίου Κατερίνης

