



## Να μην ξεχάσω ... η Ενορία μου με καλεί.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ ΙΕΡΟΥ ΝΑΟΥ ΑΓΙΑΣ ΜΑΡΙΝΗΣ ΗΛΙΟΥΠΟΛΕΩΣ

Έτος 7<sup>ο</sup> Φύλλο 20<sup>ο</sup>

Κυριακή της Τυρινής, 14 Φεβρουαρίου 2010

Υπεύθυνος Πρεσβύτερος Σεραφείμ Δημητρίου, Αρχιμανδρίτης  
Λιγενή 20 & Αλ. Παναγούλη - τηλ. 210 9711 531 & 6977 707 404

**Το φυλλάδιο μας ηλεκτρονικά,** διαβάστε το στην ιστοσελίδα της Ενορίας μας

[www.agmarina.gr/material.html](http://www.agmarina.gr/material.html) ή ζητήστε το να σας το αποστείλουμε με email από το [agmarinailioupolis@gmail.com](mailto:agmarinailioupolis@gmail.com)

Ο Ναός μας παραμένει ανοιχτός από 7:30 το πρωί μέχρι 20:00 το βράδυ. Το γραφείο του Ναού λειτουργεί 9:30-11:30 & 18:30-19:30.  
Για κάθε διοικητική πράξη (πιστοποιητικά, άδειες γάμου), παρακαλούμε να ορίζετε συγκεκριμένη ώρα συνάντησης με τον εφημέριο.

### **ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΜΕΓΑΛΗ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΣΤΗ**

*Τι ονομάζουμε Μεγάλη Τεσσαρακοστή, η σημασία της Νηστείας στον πνευματικό αγώνα, το Τυπικό κατά την Μεγάλη Τεσσαρακοστή, η ακολουθία του Μεγάλου Αποδείπνου, η Θεία Λειτουργία των Προηγιασμένων Δώρων, Κατανυκτικοί Εσπερινοί*

Από τη Δευτέρα μετά την Κυριακή της Τυρινής αρχίζει η Μεγάλη Τεσσαρακοστή και τελειώνει την Παρασκευή πριν από το Σάββατο του Λαζάρου (σύνολο 40 ημέρες). Είναι **περίοδος αυστηρής νηστείας, εκτενών ιερών ακολουθιών και γενικώς πνευματικής περισυλλογής και μετάνοιας**. Ακολουθούν το Σάββατο του Λαζάρου και η Κυριακή των Βαΐων (συνδυετικές ημέρες της Μεγάλης Τεσσαρακοστής με τη Μεγ. Εβδομάδα). Στο τέλος του Τριωδίου βρίσκεται η Μεγάλη και Αγία Εβδομάδα, όπου η Σταύρωση και η Ανάσταση του Κυρίου μας Ιησού Χριστού, αποτελούν το κέντρο της ζωής μας και της ορθόδοξης πίστης μας.

Στην **Α' Οικουμενική Σύνοδο** οι Άγιοι Πατέρες θέσπισαν την 40ήμερη αυτή νηστεία, **κατά μίμηση της 40ήμερης νηστείας του Κυρίου στην έρημο**, ώστε προετοιμασμένοι με προσευχές και ελεημοσύνες, με νηστείες και αγρυπνίες, με δάκρυα και εξομολόγηση και καθαρή συνείδηση, να εορτάσουμε τις άγιες ημέρες των Παθών και της Αναστάσεως του Κυρίου μας.

**Νηστεύουμε για τα ιδικά μας αμαρτήματα, λέει ο Άγιος Χρυσόστομος και όχι για το Πάσχα ή τη Σταύρωση του Κυρίου μας.**

Λέγεται η Τεσσαρακοστή αυτή «**Μεγάλη**», γιατί: α. Είναι **μεγάλα τα γεγονότα** στα όποια οδηγούμαστε (Πάθη - Ανάσταση).

β. Η νηστεία την περίοδο αυτή είναι **αυστηρή** και διαφέρει από τη νηστεία της Τεσσαρακοστής των Χριστουγέννων. Δηλ. είναι **αλάδωτη** (δεν τρώμε λάδι), πλην Σαββάτου και Κυριακής. Όλες τις άλλες ημέρες τρώμε **ξηροφαγία** ή αλάδωτα φαγητά. Εννοείται ότι αυτή τη νηστεία την εφαρμόζουν **οι υγιείς**. Όσοι έχουν προβλήματα υγείας, παίρνουν ευλογία από τον Εξομολόγο, **τον Πνευματικό τους** και ρυθμίζουν το ζήτημα. Η νηστεία είναι **παθοκτόνος** και όχι σωματοκτόνος.

Η πρώτη ημέρα της Μεγάλης Τεσσαρακοστής λέγεται «**Καθαρά Δευτέρα**», καθώς και όλη η πρώτη εβδομάδα «**Καθαρά Εβδομάς**», επειδή οι πιστοί «**καθαίρονται δια της νηστείας**». Ήδη «**Το Στάδιον των αρετών ηνέωκται οί βουλόμενοι αθλήσαι...**» μπορούν να εισέλθουν στον πνευματικό αγώνα, για να λάβουν αμάραντο «**στέφανον παρά του Παμβασιλέως Χριστού...**».

Η «Καθαρά Δευτέρα» είναι για πολλούς **αργία** και ως πρώτη ημέρα της Τεσσαρακοστής επιβάλλεται να την αρχίσουμε σωστά με τον πρωινό εκκλησιασμό. Το απόγευμα τελείται το πρώτο Μέγα Απόδειπνο.

### **Η σημασία της Νηστείας στον πνευματικό αγώνα**

Δυστυχώς σήμερα η νηστεία έχει πολύ παραμεριστεί. **Ελάχιστοι μάλιστα δίδουν σημασία στην κανονική νηστεία**. Η αξία της όμως, όπως την τονίζει ο **Μέγας Βασίλειος**, είναι πολύ μεγάλη:

«**Η νηστεία έχει ηλικία ίση με την ανθρωπότητα, διότι νομοθετήθηκε στον Παράδεισο**. Από τον καρπόν του δένδρου... δεν θα φάγετε είπε ο Θεός στους Πρωτοπλάστους. Και επειδή δεν τηρήθηκε ή νηστεία αυτή, εκδιωχθήκαμε από τον Παράδεισο... Ο **Μωυσής** μετά από νηστεία έλαβε τις πλάκες του Νόμου στο Σινά. Ο **Ησαΐ** για λίγο φαγητό επώλησε τα πρωτοτόκια στον Ιακώβ. Η νηστεία έκανε ακατανίκητο τον **Σαμψών**.

Η νηστεία γεννά Προφήτες, κάμνει ισχυρότερους τους ισχυρούς, κάμνει σοφούς τους νομοθέτες. Η νηστεία αγιάζει τον αφιερωμένο στον Θεό και καθιστά τον Ιερέα ικανό να προσφέρει θυσίαν. Η νηστεία έσβησε τη δύναμη του πυρός, έφραξε στόματα λεόντων, αναβιβάζει την προσευχή στον ουρανό. **Η νηστεία είναι πρόδος των οίκων, μητέρα της υγείας, παιδαγωγός των νέων, στολισμός των πρεσβυτέρων...**

Του νηστεύοντος οι οφθαλμοί είναι ήρεμοι, το βάδισμα σεμνό, το πρόσωπο σοβαρό, οι λόγοι του μετρημένοι, η καρδιά του καθαρά... **Αν θέλεις να κάνεις ισχυρό το πνεύμα σου, χαλιναγωγήσε με νηστεία την σάρκα σου...** Μην νομίσεις ότι η νηστεία περιορίζεται στις τροφές. **Πραγματική νηστεία είναι η νηστεία των πέντε αισθήσεων.** Τι το όφελος να νηστεύεις από τροφές και να ευρίσκεσαι σε φιλονικίες ή διαμάχες με τους δικούς σου, να κατατρώγεις τον αδελφόν σου με την γλώσσα σου, να βλέπεις άσεμνα θεάματα, να ακούεις μουσική ή πράγματα που σε βλάπτουν και να μεθά ή ψυχή σου όχι με οίνο, αλλά με θυμόν!...».

*Το κείμενο είναι από **xfeg.org***

*Συνεχίζεται*

## ΛΑΤΡΕΥΤΙΚΗ ΖΩΗ

*Εφημέριος Εβδομάδος: πρεσβύτερος Σεραφείμ Δημητρίου*  
πρωινή εφημερία 9-12: πρεσβύτερος Βασίλειος Ταξιαρχιώτης

**Καθαρά Εβδομάδα, νηστεία ανέλαιος (φαγητά χωρίς λάδι).**

**Όταν δεν τρώμε λάδι, δεν τρώμε μαλάκια, οστρακοειδή και ταραμάδες.**

**Κατάλυση Οίνου & Ελαίου Σαββατοκύριακο.**

**Πρόγραμμα ακολουθιών εβδομάδος**

### Κατανυκτικός Εσπερινός της συγχωρήσεως

Σήμερα Κυριακή της Τυρινής, 14 Φεβρουαρίου και ώρα 6:00, στο Ναό μας, θα τελεσθεί ο Κατανυκτικός Εσπερινός της συγχωρήσεως. Μετά το τέλος του Εσπερινού, όλοι θα ζητήσουμε τη συγχώρεση από αλλήλων, ασπαζόμενοι τη δεξιά των κληρικών & ανταλλάσσοντας μεταξύ μας, ασπασμό αγάπης & συγχωρήσεως.

Στη συνέχεια & ώρα 7 στην αίθουσα Δεξιώσεων του Ναού μας θα γίνει κατά τον Μοναστηριακό τύπο, το Δείπνο της Τυρινής.

**Όλοι καθαρίζοντας τα σπίτια μας από κάθε τι αρτύσιμο, ας το πάρουμε μαζί μας στο Ναό, να το μοιραστούμε με άλλους αδελφούς ενοριίτες σ' αυτό το δείπνο αγάπης.**

**Όρθρος, Ώρες, Εσπερινός**

Δευτέρα 15/2, Τρίτη 16/2, Πέμπτη 18/2 από τις 7:30 π.μ.

### ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ

Δευτέρα 15/2, Τρίτη 16/2, Πέμπτη 18/2 στις 5:30 το απόγευμα.

**Την Τετάρτη 17/2 και κάθε Τετάρτη Μ. Απόδειπνο στις 9 το βράδυ**

### ΠΡΟΗΓΙΑΣΜΕΝΗ ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

**Τρίτη 16/2**, Παναγίας Οστρομπράμσκας, Φλαβιανού Κων/λεως

**Τετάρτη 17/2**, Θεοδώρου του Τήρωνος, θα τελεσθούν

δύο προηγιασμένες και στις 7.30 π.μ. και στις 6.00 μ.μ..

**Μόνο για την πρώτη εβδομάδα θα τελεστεί και πρωινή προηγιασμένη και την Τετάρτη, για να κοινωνήσουν και όσοι θα κάνουν τριήμερο αποχής φαγητού ή Ενάτες.**

**Παρασκευή 19/2**, Φιλοθέης της Αθηναίας, 7.30 π.μ.

### Η ΜΝΗΜΗ ΤΗΣ ΑΓΙΑΣ ΦΙΛΟΘΗΣ ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΙΑΣ προστάτιδος των Ενοριακών Φιλοπτώχων Ταμείων

Η μνήμη της Οσιομάρτυρος Φιλοθέης, θα εορτασθεί στο Ναό μας, στις 18/2 και ώρα 5:30 μ.μ με Εσπερινό και Αρτοκλασία υπέρ Υγείας, των απόρων & εμπεριστάτων αδελφών ενοριτών, των μελών της Διοικητικής Επιτροπής, των εθελοντριών και εθελοντών της Διακονίας των Πτωχών, στο συσσίτιο, στον έρανο της Αγάπης, αλλά & όλων των αρωγών του φιλόθεου αυτού έργου.

Την επομένη 19/2 θα τελεσθεί η Προηγιασμένη Θεία Λειτουργία και επιμνημόσυνη δέηση υπέρ αναπαύσεως των διατελεσάντων Προέδρων και Μελών της Διοικητικής Επιτροπής, των αρωγών του ΕΦΤ και των διακονηθέντων απόρων και εμπεριστάτων ενοριτών.

### Δέηση υπέρ των κεκοιμημένων:

Παρασκευή 19/2, ώρα 5.00 μ.μ. &

Σάββατο 20/2, μετά τη Θεία Λειτουργία, ώρα 9.00 π.μ.

### Χαιρετισμοί της Θεοτόκου (3 ακολουθίες):

Παρασκευή 19 Φεβρουαρίου 5:30 μ.μ. στον Άγιο Νεκτάριο

7:00 μ.μ. και 9:00 μ.μ., στην Αγία Μαρίνα

### ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

Σάββατο 20/2, Διά κολλύβων θαύμα Αγ. Θεοδώρου, 7.30 π.μ.

**Κυριακή Ορθοδοξίας 21/2 & κάθε Κυριακή 2 Θείες Λειτουργίες**

**Α΄ Θεία Λειτουργία 6:30–10:00π.μ.** Ναός Αγ. Μαρίνης,

**Β΄ Θεία Λειτουργία 9:45–11:00π.μ** Παρεκκλήσι Αγ. Νεκταρίου.

Μην ξεχάστε να φέρετε ένα μικρό εικόνισμα για την λιτανεία.

**Κάθε Τετάρτη Της Μεγάλης Τεσσαρακοστής** ο Ναός μας παραμένει ανοιχτός από τις 7:30 το πρωί μέχρι 22:00 το βράδυ.

ΠΡΟΣΚΥΝΗΣΗ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩ ΝΑΩ ΙΕΡΩΝ ΛΕΙΨΑΝΩΝ 7:30 – 22:00

ΠΡΟΗΓΙΑΣΜΕΝΗ ΣΤΙΣ 18:00 ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ ΣΤΙΣ 21:00