



ΜΗΝΙΑΙΟΝ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΝ **ΙΕΡΟΥ ΝΑΟΥ** ΑΓΙΟΥ ΛΑΖΑΡΟΥ ΛΑΡΝΑΚΟΣ

## Η ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΝΗΣΤΕΙΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΟΥ ΕΔΕΣΣΗΣ ΠΕΛΛΗΣ ΚΑΙ ΑΛΜΩΠΙΑΣ ΙΩΗΛ

Ε ένα από τα τροπάρια του εσπερινού ο ιερός υμνογράφος τονίζει πως πρέπει να αναλάβουμε την πνευματική νηστεία.

Ποιά είναι η πνευματική νηστεία; Νά μή λαλούμε δόλια κατά του πλησίον, νά μή σκανδαλίζουμε τόν αδελφό μας, αλλά νά φαιδρύνουμε μέ τήν μετάνοια τήν λαμπάδα τής ψυχής μας καί μέ δάκρυα νά βοηθήσουμε στόν Θεό: «Αφες ἡμίν τά παραπτώματα ἡμών, ὡς φιλόανθρωπος». Ἄς ἐξετάσουμε τήν Πνευματική νηστεία καί πως τήν ἐπεξηγοῦν πλατύτερα οἱ Πατέρες τής Ἐκκλησίας μας.

Γιά τή νηστεία ἀπό τισ τροφές πολλές φορές ἔχουμε ἀκούσει. Ἡ σωματική νηστεία εἶναι ἓνα μέσο, γιά νά πολεμήσουμε τά πάθη μας. Γιά Παράδειγμα, ἡ δαιμονική ἐνέργεια δέν φεύγει ἀπό τόν ἄνθρωπο, «εἰ μὴ ἐν προσευχῇ καί νηστεία».

Κανείς ἀπό τοὺς ἁγίους δέν ἀρίστευσε παρά μέσα στήν προσευχή καί τή νηστεία. «Συνηλικιώτις ἐστὶ τῆς ἀνθρωπότητος· νηστεία ἐν τῷ

παραδεισῷ ἐνομοθετήθη», γράφει ὁ Μέγας Βασίλειος. Ἡ νηστεία σάν νά εἶναι «πατρώος κλήρος», πατρική κληρονομιά, μεταδίδεται ἀπό γενεά σέ γενεά μέχρι σήμερα. «Νηστεία προφήτας γεννά, δυνατοῦς ρώννουσι, νηστεία νομοθέτας σοφίζει, ψυχῆς ἀγαθόν φυλακτήριον, σώματος σύνοικος ἀσφαλῆς, ὄπλον ἀριστεύουσι, ἀθληταίς γυμνάσιον.

Τούτο πειρασμούς ἀποκρούεται, τούτο ἀλείφει πρὸς εὐσέβειαν, νήψεως σύνοικος, ευφροσύνης δημιουργός», θά προσθέσει.

Ἡ ἀληθινή ὁμως καί πνευματική νηστεία εἶναι ἀνώτερη ἀπό τήν σωματική. Εἶναι ἡ ἀλλοτρίωση τῶν κακῶν, εἶναι ἡ λύση κάθε συνδέσμου ἀδικίας, εἶναι ἡ συγχώρηση τοῦ πλησίον. Πῶς εἶναι δυνατό νά νηστεύει κανείς ἀπό κρέατα καί νά κατατρώγει τόν ἀδελφό του μέ δόλια χεῖλη; «Οἴνου ἀπέχεις, ἀλλ' ὕβρεων οὐ κρατεῖς; Τὴν ἐσπέραν ἀναμένεις εἰς μετάληψιν, ἀλλὰ δαπανεῖς τήν ἡμέραν εἰς δικαστήρια;»

Νηστεία εἶναι τό κατὰ Θεόν πέν-



θος. Τό μεγαλύτερο αγαθό πού μπορεί νά έχει ένας άνθρωπος είναι ό Θεός. Ή επίκοινωνία τού ανθρώπου μέ τόν Θεό είναι τό ύψιστο αγαθό. Ό Θεός είναι ή μακαριότητα, ή χαρά, τό φώς, ή ζωή, ή αλήθεια. Ό,τι είναι ό Θεός σέ απόλυτο βαθμό, είναι καί ή εικόνα τού Θεού σέ σχετικό. Στόν Παράδεισο είχαμε ό,τι είχε ό Θεός, αλλά σέ σχετικό βαθμό. Όταν λοιπόν συγκρίνει κανείς τή ζωή τού Παραδείσου μέ τή ζωή τήν άθλια καί γεμάτη άμαρτίες πού περνάμε σήμερα, είναι δυνατό νά μή νηστεύει καί νά μήν πενθεί συνέχεια; Από μικρόθεοι γίναμε δούλοι τών παθών. Όρθώς ό υμνογράφος λέγει πώς μέ δάκρυα κραυγάζουμε στόν Χριστό. «Αφες ήμίν τά παραπτώματα ημών ως φιλόανθρωπος». Ή νηστεία μάς υπενθυμίζει τά αγαθά πού έχουμε χάσει. Είναι μιά ένδειξη ότι προσδοκούμε καί πάλι τόν Παράδεισο.

Ό Εύθύμιος Ζιγαβινός λέγει πώς πρέπει νά ελέγχουμε μέ ακρίβεια τή διάνοια μας. Νά ψάχνουμε μήπως έχουμε πέσει σέ διάφορα παραπτώματα, κατακρίσεις, διαβολές καί συκοφαντίες.

Νά ποιά είναι ή Πνευματική νηστεία.

Ό Μέγας Βασίλειος τονίζει· «Νά ξεπλύνεις τήν ψυχή σου από τά άμαρτήματα. Νά χρισθείς μέ τό μύρο τού Χριστού. Άντί νά επιδεικνύεις τήν σωματική νηστεία, φρόντισε μαζί μέ αυτήν νά άπαλλαγείς καί από τά άμαρτήματά σου». Προσθέτει επίσης ότι υπάρχουν άγγελιοι του Θεού πού άπογράφουν τούς νηστευτές.

Δυστυχώς πολλοί χριστιανοί νηστεύουν τήν πρώτη καί τήν τελευ-

ταία εβδομάδα τών νηστειών.

Αυτή ή συνήθεια ύπάρχει από παλιά. Ο άγιος Συμεών ό Νέος Θεολόγος τό 1000 μ.Χ. τήν όνόμασε ενέργεια του διαβόλου ύποδεικνύοντας ότι ό διάβολος προτρέπει σ' αυτήν τήν κακή συνήθεια. Ό άγιος συνιστά νά νηστεύουμε όπως τήν πρώτη, έτσι καί τήν δεύτερη εβδομάδα, «και καθεξής όμού και τας λοιπάς», δηλαδή νά νηστεύουμε μέ τόν ίδιο τρόπο όλες τίς εβδομάδες της Μεγάλης Τεσσαρακοστής.

Μαζί όμως μέ τά σωματικά θά πρέπει νά προσέχουμε καί τά πνευματικά. Νά ελέγξουμε τήν άκράτεια τής γλώσσας μας, τούς πονηρούς όφθαλμούς μας, τούς άπρεπείς λογισμούς, τά πονηρά μας έργα. Όταν νηστεύουμε μόνον από τροφή, εύκολα ύπερηφανευόμαστε, ενώ όταν νηστεύουμε σωματικά καί πνευματικά, άξιωνόμαστε τήν χάρη του Θεού.

Άς άγωνισθούμε τόν καλό αυτόν άγώνα, γιά νά ζήσουμε μέ τόν Θεό. Άμήν.

**ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΗ ΚΙΤΙΟΥ  
Ο ΑΓΙΟΣ ΛΑΖΑΡΟΣ**

Μηνιαίον περιοδικόν

Εκδότης:

Εκκλησιαστική Επιτροπή Ιερού Ναού

Αγίου Λαζάρου

Τηλ: 24652498

[http: www.agioslazaros.org.cy](http://www.agioslazaros.org.cy)

Ηλεκτ. Διεύθ.: [info@agioslazaros.org.cy](mailto:info@agioslazaros.org.cy)

**MΑΡΤΙΟΣ 2023**

**Διανέμεται δωρεάν**

# ΜΑΡΤΙΟΣ 2023

Όρθρος - Θεία Λειτουργία 6:15 π.μ.  
Εσπερινός 5:00 μ.μ.

## ΘΕΙΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ - ΕΟΡΤΕΣ

### ΤΕΤΑΡΤΗ 1 ΜΑΡΤΙΟΥ

Αγίας οσιομάρτυρος Ευδοκίας  
Όρθρος - Όρες - Εσπερινός  
Προηγιασμένη Θεία Λειτουργία  
6:00π.μ.  
Τετάρτη Απόγευμα  
Μέγα Απόδειπνο: 5:00μ.μ.

### ΠΕΜΠΤΗ 2 ΜΑΡΤΙΟΥ

Μέγα Απόδειπνο: 5:00μ.μ.

### ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 3 ΜΑΡΤΙΟΥ

Πρωί: Όρθρος - Όρες - Εσπερινός  
Προηγιασμένη Θεία Λειτουργία  
6:00π.μ.  
Εσπέρας: Μικρό Απόδειπνο: 5.00μ.μ.  
Α' στάση των Χαιρετισμών: 5:30μ.μ.  
Επανάληψη:  
Α' στάση των Χαιρετισμών: 7:30μ.μ.

### ΣΑΒΒΑΤΟΝ 4 ΜΑΡΤΙΟΥ

Ανάμνησις του δια κολλύβων  
θαύματος του Αγίου  
μεγαλομάρτυρος Θεοδώρου  
του Τύρωνος.  
Οσίου Μάρκου του Αθηναίου  
Οσίου Γερασίμου του Ιορδανίτου  
Θεία Λειτουργία Αγίου Ιωάννου  
του Χρυσοστόμου 6:15 π.μ.

### ΚΥΡΙΑΚΗ Α' ΤΩΝ ΝΗΣΤΕΙΩΝ 5 ΜΑΡΤΙΟΥ (ΟΡΘΟΔΟΞΙΑΣ)

Μνήμην επιτελούμεν  
της αναστηλώσεως των αγίων  
και σεπτών Εικόνων.  
Θεία Λειτουργία Μεγάλου Βασιλείου.  
Λιτανεία Αγίων Εικόνων  
Θα γίνουν μνημόσυνα.  
Κατανυκτικός Εσπερινός 5:00μ.μ.

### ΔΕΥΤΕΡΑ 6 ΜΑΡΤΙΟΥ

ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

### ΤΡΙΤΗ 7 ΜΑΡΤΙΟΥ

ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

### ΤΕΤΑΡΤΗ 8 ΜΑΡΤΙΟΥ

Όρθρος - Όρες - Εσπερινός 6:00π.μ.  
Επί τη ιερά μνήμη των αγίων  
τεσσαράκοντα ματύρων  
ΠΡΟΗΓΙΑΣΜΕΝΗ  
ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ 7:30π.μ.  
ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

### ΠΕΜΠΤΗ 9 ΜΑΡΤΙΟΥ

ΤΩΝ ΑΓΙΩΝ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΝΤΑ  
ΜΑΡΤΥΡΩΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΗ ΛΙΜΝΗ ΤΗΣ  
ΣΕΒΑΣΤΕΙΑΣ ΜΑΡΤΥΡΗΣΑΝΤΩΝ  
Επί τη εορτή των αγίων  
Τεσσαράκοντα ματύρων τελείται  
Προηγιασμένη Θεία Λειτουργία:  
6:00π.μ.  
Οι εορτάζοντες θα φέρουν τις  
γιορτές τους Πέμπτη πρωί  
Σήμερα γίνεται κατάλυσις  
Οίνου και Ελαίου

### ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10 ΜΑΡΤΙΟΥ

Εσπερινός και Προηγιασμένη  
Θεία Λειτουργία: 7:15π.μ.  
Μνημόσυνο  
του ήρωα μαθητή  
Δημητράκη Δημητριάδη.  
Του μνημοσύνου θα προστεί  
ο πανιερότατος Μητροπολίτης Κιτίου  
κ. Νεκτάριος: 8:15π.μ.  
Μετά το μνημόσυνο θα γίνει  
εκδήλωση από τους μαθητές του  
Δημοτικού Σχολείου Καλογερά προς  
τιμή του ήρωα μαθητή.  
ΜΙΚΡΟ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00 μ.μ. και  
Β' Στάση των Χαιρετισμών 5:30μ.μ.  
Επανάληψη  
Β' Στάση των Χαιρετισμών 7:30μ.μ.

**ΣΑΒΒΑΤΟ 11 ΜΑΡΤΙΟΥ**

Αγίου Σωφρονίου Πατριάρχου  
Ιεροσολύμων - Θεία Λειτουργία  
Αγίου Ιωάννου του Χρυσοστόμου

**ΚΥΡΙΑΚΗ Β' ΤΩΝ ΝΗΣΤΕΙΩΝ  
12 ΜΑΡΤΙΟΥ**

ΑΓΙΟΥ ΓΡΗΓΟΡΙΟΥ ΤΟΥ ΠΑΛΑΜΑ  
Θεία Λειτουργία  
Μεγάλου Βασιλείου  
Κατανυκτικός Εσπερινός 5.00μ.μ.

**ΔΕΥΤΕΡΑ 13 ΜΑΡΤΙΟΥ**

ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

**ΤΡΙΤΗ 14 ΜΑΡΤΙΟΥ**

ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

**ΤΕΤΑΡΤΗ 15 ΜΑΡΤΙΟΥ**

Όρθρος - Όρες - Εσπερινός 6:00π.μ.  
ΠΡΟΗΓΙΑΣΜΕΝΗ  
ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ 7:30π.μ.  
ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

**ΠΕΜΠΤΗ 16 ΜΑΡΤΙΟΥ**

ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 17 ΜΑΡΤΙΟΥ**

Όρθρος - Όρες - Εσπερινός 6:00π.μ.  
ΠΡΟΗΓΙΑΣΜΕΝΗ  
ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ 7:30π.μ.  
Εσπέρας: Μικρό Απόδειπνο  
Γ' Στάση των Χαιρετισμών 5:30μ.μ.  
Επανάληψη  
Γ' Στάση των Χαιρετισμών 7:30μ.μ.

**ΣΑΒΒΑΤΟ 18 ΜΑΡΤΙΟΥ**

Αγίου Κυρίλλου Αρχιεπισκόπου  
Ιεροσολύμων  
Θεία Λειτουργία 7:30π.μ.

**ΚΥΡΙΑΚΗ Γ' ΤΩΝ ΝΗΣΤΕΙΩΝ  
19 ΜΑΡΤΙΟΥ**

**(ΣΤΑΥΡΟΠΡΟΣΚΥΝΗΣΕΩΣ)**  
Θεία Λειτουργία Μεγάλου Βασιλείου  
Κατανυκτικός Εσπερινός 5:00μ.μ.

**ΔΕΥΤΕΡΑ 20 ΜΑΡΤΙΟΥ**

ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

**ΤΡΙΤΗ 21 ΜΑΡΤΙΟΥ**

ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

**ΤΕΤΑΡΤΗ 22 ΜΑΡΤΙΟΥ**

Όρθρος - Όρες - Εσπερινός 6:00π.μ.  
ΠΡΟΗΓΙΑΣΜΕΝΗ  
ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ 7:30π.μ.  
ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

**ΠΕΜΠΤΗ 23 ΜΑΡΤΙΟΥ**

ΜΕΓΑ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 24 ΜΑΡΤΙΟΥ**

Σήμερα δεν τελείται Προηγιασμένη  
Θεία Λειτουργία  
Παρασκευή Εσπέρας:  
**ΠΑΝΗΓΥΡΙΚΟΣ ΕΣΠΕΡΙΝΟΣ ΓΙΑ ΤΟΝ  
ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟ ΤΗΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ: 5:00μ.μ.**  
Μετά το νυν απολύεις διαβάζεται  
Δ' Στάση των Χαιρετισμών 6:00μ.μ.  
Δεν θα επαναληφθούν ο εσπερινός  
της Θεοτόκου και η Δ' Στάση  
των Χαιρετισμών

**ΣΑΒΒΑΤΟ 25 ΜΑΡΤΙΟΥ**

**ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ**  
Θεία Λειτουργία Αγίου Ιωάννου  
του Χρυσοστόμου 6:15π.μ.  
**Εθνική εορτή.**  
Δοξολογία στον Ιερό Ναό  
Παναγίας Φανερωμένης 10.00π.μ.  
Κατάλυσις Ιχθύος

**ΚΥΡΙΑΚΗ Δ' ΤΩΝ ΝΗΣΤΕΙΩΝ  
26 ΜΑΡΤΙΟΥ**

Αγίου Ιωάννου του συγγραφέως της  
Κλίμακος  
Η σύναξις του Αρχαγγέλου Γαβριήλ  
Θεία Λειτουργία Μεγάλου Βασιλείου  
6:15π.μ.

**ΔΕΥΤΕΡΑ 27 ΜΑΡΤΙΟΥ**

Μέγα Απόδειπνο 5:00μ.μ.

**ΤΡΙΤΗ 28 ΜΑΡΤΙΟΥ**

Μέγα Απόδειπνο 5:00μ.μ.

**ΤΕΤΑΡΤΗ 29 ΜΑΡΤΙΟΥ**

ΜΙΚΡΟ ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ 5:00μ.μ.  
και Ακολουθία ΜΕΓΑΛΟΥ ΚΑΝΟΝΟΣ

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 31 ΜΑΡΤΙΟΥ**

Παρασκευή Εσπέρας: 6:30μ.μ.  
Ακολουθία ΑΚΑΘΙΣΤΟΥ ΥΜΝΟΥ  
Ο Ακάθιστος Ύμνος δεν θα επαναληφθεί