

# Πνευματικοί ναβαδμοί

ΕΝΤΥΠΟ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΚΑΙ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

• Έτος 2<sup>ο</sup> • Αρ. Φύλλου 47 • Κυριακή 29 Μαρτίου 2026

## ΚΥΡΙΑΚΗ Ε΄ ΤΩΝ ΝΗΣΤΕΙΩΝ

«Ο Χριστός προπορεύεται – Ο δρόμος της μετάνοιας και της ελπίδας»  
«Ὁς γὰρ ἂν θέλη μέγας γενέσθαι ἐν ὑμῖν, ἔσται ὑμῶν διάκονος» (Μάρκ. 10,43)

**Η** πορεία της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής πλησιάζει πλέον προς το τέλος της. Η Εκκλησία, σαν σοφή μητέρα, γνωρίζει ότι ο άνθρωπος κουράζεται στον δρόμο της πνευματικής προσπάθειας. Γι' αυτό και πριν μπούμε στην αγία και μεγάλη εβδομάδα των Παθών, προβάλλει μπροστά μας δύο ισχυρές εικόνες: την πορεία του Χριστού προς τον Σταυρό και την συγκλονιστική μορφή της Οσίας Μαρίας της Αιγυπτίας. Το Ευαγγέλιο της Κυριακής μας δίνει μια δυνατή εικόνα: «Ἦν προάγων αὐτούς ὁ Ἰησοῦς· καὶ ἐθαμβοῦντο, καὶ ἀκολουθοῦντες ἐφοβοῦντο» (Μάρκ. 10, 32). Δηλαδή: «Ο Ιησούς προπορευόταν μπροστά τους· και εκείνοι ἔμεναν ἐκπληκτοί, ἐνῶ ὅσοι τον ἀκολουθοῦσαν φοβοῦνταν». Ο Χριστός δεν περπατά απλώς μαζί με τους μαθητές. Προπορεύεται. Πηγαίνει μπροστά. Πηγαίνει προς την Ιερουσαλήμ. Πηγαίνει προς τον Σταυρό. Η εικόνα αυτή είναι βαθιά θεολογική αλλά και βαθιά ανθρώπινη.

**Η** φράση «Ἦν προάγων αὐτούς ὁ Ἰησοῦς» αποκαλύπτει κάτι συγκλονιστικό: ο Χριστός προχωρά συνειδητά προς το Πάθος Του. Δεν οδηγείται στον Σταυρό από την τύχη ή από την ανθρώπινη κακία μόνο. Πηγαίνει ο



ίδιος. Ο άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος λέει: «Οὐχ ὡς συρόμενος, ἀλλ' ὡς ἄρχων ἐπορεύετο». Δηλαδή: «Δεν προχωρούσε σαν να τον σέρνουν, αλλά σαν άρχοντας που οδηγεί την πορεία». Ο Χριστός λοιπόν δεν είναι θύμα της ιστορίας. Είναι ο Κύριος της ιστορίας. Και αυτό έχει τεράστια σημασία για τη ζωή μας. Γιατί πολλές φορές και εμείς φοβόμαστε την πορεία της ζωής. Φοβόμαστε το αύριο. Φοβόμαστε τις δυσκολίες. Φοβόμαστε τον πόνο. Όμως το Ευαγγέλιο μάς λέει σήμερα κάτι παρηγορητικό: Δεν περπατάμε μόνοι. Ο Χριστός προπορεύεται.

**Τ**ο Ευαγγέλιο συνεχίζει: «και ἐθαμβοῦντο, και ἀκολουθοῦντες ἐφοβοῦντο». Οι μαθητές βλέπουν τον Χριστό να πηγαίνει μπροστά και φοβούνται. Δεν καταλαβαίνουν ακόμη το μυστήριο του Σταυρού. Αυτό είναι πολύ ανθρώπινο. Γιατί και εμείς πολλές φορές ακολουθούμε τον Χριστό αλλά δεν καταλαβαίνουμε το σχέδιο του Θεού, δεν βλέπουμε το τέλος της πορείας και δεν ξέρουμε γιατί συμβαίνουν ορισμένα πράγματα στη ζωή μας. Έτσι γεννιέται ο φόβος. Ο άγιος Μάξιμος ο Ομολογητής λέει μια βαθιά φράση: «Ὁ φόβος γεννᾶται ἐκ τῆς ἀγνοίας τοῦ θελήματος τοῦ Θεοῦ». Δηλαδή: Ο φόβος γεννιέται επειδή δεν γνωρίζουμε το σχέδιο του Θεού. Και πράγματι, πολλές φορές στη ζωή μας αισθανόμαστε σαν τους μαθητές: ακολουθούμε τον Χριστό, αλλά δεν καταλαβαίνουμε πού μας οδηγεί.

**Κ**αι τότε ακούγεται μια από τις πιο συγκλονιστικές προσευχές ολόκληρης της Αγίας Γραφής. Ο πατέρας φωνάζει: «Πιστεύω, Κύριε· βοήθει μου τῆ ἀπιστία». Δηλαδή: Πιστεύω, Κύριε· βοήθησέ με όμως εκεί όπου η πίστη μου είναι αδύναμη. Αυτή η φράση εκφράζει βαθιά την ανθρώπινη καρδιά. Εκφράζει τον άνθρωπο κάθε εποχής και ιδιαίτερα τον άνθρωπο της δικής μας εποχής. Ο σύγχρονος άνθρωπος πιστεύει, αλλά ταυτόχρονα αμφιβάλλει. Ελπίζει, αλλά φοβάται. Προσεύχεται, αλλά πολλές φορές παλεύει με την ανασφάλεια και την αβεβαιότητα.

**Τ**ην ίδια ημέρα η Εκκλησία προβάλλει την μορφή της Οσίας Μαρίας της Αιγυπτίας. Η ζωή της είναι από τις πιο συγκλονιστικές ιστορίες μετάνοιας. Η Μαρία έζησε στα νιάτα της μια ζωή μακριά από τον Θεό. Η ίδια ομολογεί ότι πέρασε χρόνια μέσα στην αμαρτία. Και όμως μια στιγμή άλλαξε τα πάντα. Όταν θέλησε να μπει στον Ναό της Αναστάσεως στα Ιεροσόλυμα, μια άορατη δύναμη την εμπόδιζε. Τότε κατάλαβε ότι η ζωή της την κρατούσε μακριά από τον Θεό. Σήκωσε τα μάτια της στην Παναγία και είπε: «Εάν με αφήσεις να προσκυνήσω τον Σταυρό του Υιού σου, υπόσχομαι να αλλάξω ζωή». Και τότε άνοιξε ο δρόμος. Από εκείνη τη στιγμή άρχισε μια νέα πορεία. Πέρασε 47 χρόνια στην έρημο σε μετάνοια, προσευχή και άσκηση. Η Εκκλησία την προβάλλει στο τέλος της Σαρακοστής για να μας πει ένα μεγάλο μήνυμα: Καμία ζωή δεν είναι χαμένη. Καμία αμαρτία δεν είναι μεγαλύτερη από την αγάπη του Θεού.

**Η** ζωή της Οσίας Μαρίας μάς δείχνει κάτι πολύ σημαντικό. Η μετάνοια δεν είναι απλώς ένα συναίσθημα λύπης. Είναι αλλαγή πορείας. Η λέξη «μετάνοια» σημαίνει ακριβώς αυτό: αλλαγή νου, αλλαγή κατεύθυνσης.

Όπως ο Χριστός προπορεύεται προς την Ιερουσαλήμ, έτσι και ο άνθρωπος καλείται να ξεκινήσει μια νέα πορεία προς τον Θεό. Η Μαρία δεν έμεινε στο παρελθόν της. Δεν έμεινε στην ενοχή της. Προχώρησε. Και αυτό είναι πολύ σημαντικό για τον σύγχρονο άνθρωπο. Γιατί σήμερα πολλοί άνθρωποι κουβαλούν μέσα τους βάρη: ενοχές, αποτυχίες, τραύματα, λάθη του παρελθόντος. Και πολλές φορές πιστεύουν ότι δεν μπορούν να αλλάξουν. Η Εκκλησία όμως φωνάζει: Η ζωή μπορεί να αλλάξει.

**Ο** σύγχρονος άνθρωπος ζει μέσα σε έναν κόσμο γεμάτο ταχύτητα, άγχος και ανασφάλεια. Πολλοί άνθρωποι αισθάνονται μόνοι, κουρασμένοι και χωρίς ελπίδα. Η ζωή μοιάζει συχνά με έναν δρόμο χωρίς προορισμό. Και όμως το Ευαγγέλιο της Κυριακής αυτής μάς θυμίζει: Υπάρχει κάποιος που προπορεύεται. Ο Χριστός περπατά μπροστά. Ακόμη και όταν δεν Τον βλέπουμε. Ακόμη και όταν δεν καταλαβαίνουμε. Ο άγιος Ισαάκ ο Σύρος λέει: «Ο Θεός προηγείται τῆς ὁδοῦ τοῦ ἀνθρώπου». Δηλαδή: Ο Θεός προηγείται στον δρόμο του ανθρώπου. Αυτό σημαίνει ότι πριν από κάθε δοκιμασία της ζωής μας, ο Χριστός έχει ήδη περάσει από εκεί.

**Τ**ο μήνυμα αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για την οικογένεια. Η σύγχρονη οικογένεια δοκιμάζεται από οικονομικές δυσκολίες, από άγχος και πίεση, από συγκρούσεις και κυρίως από την απουσία επικοινωνίας. Πολλές φορές οι άνθρωποι στο ίδιο σπίτι ζουν σαν ξένοι. Όμως όταν ο Χριστός προπορεύεται στη ζωή μιας οικογένειας, τότε αλλάζει η πορεία. Τι σημαίνει πρακτικά αυτό; Σημαίνει να υπάρχει προσευχή στο σπίτι, να υπάρχει συγχώρηση, να υπάρχει διάλογος και κυρίως να υπάρχει ταπείνωση. Η οικογένεια γίνεται τότε μια μικρή Εκκλησία. Και τα παιδιά μεγαλώνουν βλέποντας ότι η πίστη δεν είναι θεωρία αλλά ζωή.

**Α**δελφοί μου, βρισκόμαστε λίγες ημέρες πριν από την Μεγάλη Εβδομάδα. Ο Χριστός προχωρά προς την Ιερουσαλήμ. Προχωρά προς τον Σταυρό. Αλλά ο Σταυρός δεν είναι το τέλος. Ο Σταυρός οδηγεί στην Ανάσταση. Αυτό είναι το μεγάλο μήνυμα της πίστης μας. Και αυτό είναι το μεγάλο μήνυμα της ζωής της Οσίας Μαρίας της Αιγυπτίας. Η ζωή της ξεκίνησε μέσα στο σκοτάδι. Αλλά τελείωσε μέσα στο φως.

**Η** Κυριακή της Οσίας Μαρίας της Αιγυπτίας είναι μια Κυριακή ελπίδας. Μας θυμίζει τρεις μεγάλες αλήθειες: Πρώτον, ότι ο Χριστός προπορεύεται στον δρόμο της ζωής μας. Δεύτερον, ότι η μετάνοια μπορεί να αλλάξει ακόμη και την πιο δύσκολη ζωή και τρίτον, ότι ο δρόμος του Σταυρού οδηγεί πάντοτε στην Ανάσταση. Γι' αυτό, ακόμη κι αν κουρασθήκαμε στον δρόμο της Σαρακοστής, ας μην σταματήσουμε. Ο Χριστός προπορεύεται. Ας Τον ακολουθήσουμε. Και τότε η πορεία μας δεν θα οδηγήσει στην απελπισία, αλλά στο φως της Αναστάσεως.





# Εφημεριακή Διακονία




Από 30 Μαρτίου έως 5 Απριλίου 2026



ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΩΡΑ	ΙΕΡΕΣ ΑΚΟΛΟΥΘΙΕΣ	ΙΕΡΟΣ ΝΑΟΣ
Δευτέρα 30-03	6.30 π.μ. 6.00 μ.μ.	Όρθρος-Ώρες-Εσπερινός Μ. Απόδειπνο-Ομιλία	Ι.Ν. Αγίας Τριάδος
Τρίτη 31-03	6.30 π.μ. 6.00 μ.μ.	Όρθρος-Ώρες-Εσπερινός Μ. Απόδειπνο	Ι.Ν. Αγίας Τριάδος
Τετάρτη 01-04	7.00 π.μ. 6.00 μ.μ.	Όρθρος-Ώρες-Αγιασμός Εσπερινός & Προηγιασμένη	Ι.Ν. Αγίας Τριάδος
Πέμπτη 02-04	6.30 π.μ. 6.00 μ.μ.	Όρθρος-Ώρες-Εσπερινός Μ. Απόδειπνο	Ι.Ν. Αγίας Τριάδος
Παρασκευή 03-04	6.30 π.μ. 6.00 μ.μ.	Όρθρος-Ώρες-Εσπερινός Προηγιασμένη Λειτουργία Ο Κανόνας του Λαζάρου	Ι.Ν. Αγίας Τριάδος
Σάββατο † Του Λαζάρου 04-04	7.00 π.μ. 5.00 μ.μ.	Όρθρος-Θεία Λειτουργία Εσπερινός	Ι.Ν. Αγίας Τριάδος
Κυριακή † Των Βαΐων 05-04	6.30 π.μ. 7.00 π.μ. 6.00 μ.μ. 7.30 μ.μ.	Ακολουθία Μεσονυκτικού Όρθρος-Θεία Λειτουργία Εσπερινός Ακολουθία του Νυμφίου	Ι.Ν. Αγίας Τριάδος

## Πνευματικοί Αναβαδμοί

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΝΤΥΠΟ  
ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΚΑΙ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ  
ΙΕΡΟΥ ΚΑΘΕΔΡΙΚΟΥ ΝΑΟΥ ΑΓΙΑΣ ΤΡΙΑΔΟΣ  
ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

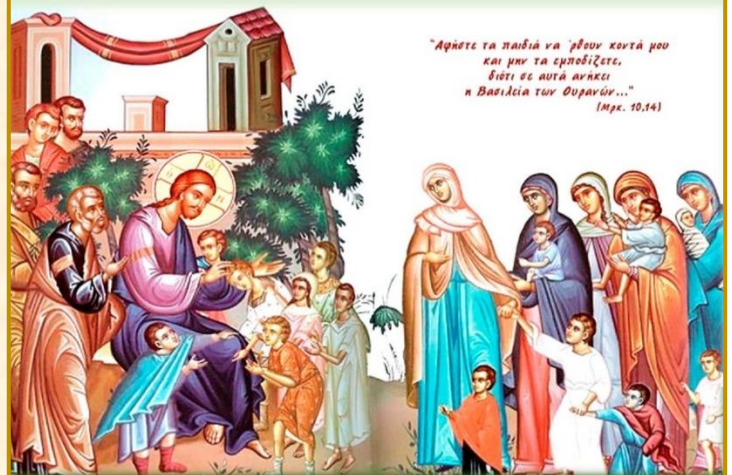
- ▶ Εκδότης: Ιερός Καθεδρικός Ναός Αγίας Τριάδος  
☎ 2841022762 ✉ agiatriada.a.n@gmail.com
- ▶ Ιστοσελίδα: [www.agiatriada.gr](http://www.agiatriada.gr)
- ▶ Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης:  
- ▶ Υπεύθυνος έκδοσης, σύνταξης & εκτύπωσης: Πρωτ. Βασίλειος Περούλακης 

### ΕΦΗΜΕΡΙΟΙ ΙΕΡΟΥ ΝΑΟΥ

- ▶ Πρωτ. Βασίλειος Περούλακης ☎ 6945554435  
Προϊστάμενος – Πρόεδρος του Εκκλ. Συμβουλίου  
και Πρόεδρος Μονάδος Φροντίδος Ηλικιωμένων
- ▶ Πρωτ. Ευάγγελος Παχυγιαννάκης ☎ 2841028036  
Αρχιερατικός Επίτροπος Β' Περιφέρειας
- ▶ Πρωτ. Νεκτάριος Μπανταλάκης ☎ 6944502864  
Πρόεδρος Φιλοπτώχου Ταμείου

## ΚΑΤΗΧΗΤΙΚΕΣ ΜΕΑΝΙΚΕΣ ΣΥΝΑΞΕΙΣ

ΙΕΡΟΥ ΚΑΘΕΔΡΙΚΟΥ ΝΑΟΥ ΑΓΙΑΣ ΤΡΙΑΔΟΣ  
ΠΟΛΕΩΣ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ



"Αφέστε τα παιδιά να ῥθουν κοντά μου  
και μην τα εμποδίζετε,  
διότι σε αυτά ανήκει  
η Βασιλεία των Ουρανών..."  
(Ματ. 10,14)

ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

Κάθε Σάββατο στις 11.00 π.μ.

ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ – ΛΥΚΕΙΟΥ

Κάθε Κυριακή στις 11.00 π.μ.

στην αίθουσα του Ιερού Ναού της Αγίας Τριάδος

Φέρτε τα παιδιά σας κοντά στον Χριστό!