

«Πρὸς Οἰκοδομὴν τῆς Ἐκκλησίας»
• Χρονικὰ • Ποιμαντικὲς Δραστηριότητες •
• Ἐκδηλώσεις • Συνάξεις • Ὁμιλίες •
• Κηρύγματα • Πανηγύρεις • Προσκυνήματα •
• Κοινωνικὴ Διακονία • Ἐκδόσεις •

■ Στὸ Δημαρχεῖο «Νικόλαος Λιᾶκος» τῆς Δημοτικῆς Ἑνότητος Φυλῆς

«Οἰκοδομητικὲς Συνάξεις»
Περίοδος Ι΄, 2026-2027
Σύναξις Β΄
«Ἡ Εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ»- Μέρος Γ΄
19η Ὀκτωβρίου 2026 ἐκ. ἡμ.



Τὴν **Κυριακή,** 19η Ὀκτωβρίου 2026 ἐκ. ἡμ., *† Μνήμη τοῦ Ἁγίου Προφήτου Ἰωήλ,* μὲ τὴν προτροπή, εὐλογία καὶ τὴν ἐνεργὸ παρουσία τοῦ Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτου μας κ. Κυπριανοῦ, ἐπραγματοποιήθη, ἡ **δευτέρα** τῆς **Νέας - Κ΄/20ης Περιόδου (2026-2027)** ἀπὸ τὶς **Οἰκοδομητικὲς Συνάξεις,** τὶς ὁποῖες συνδιοργανώνουν ἡ Ἱερὰ Μητρόπολίς μας Ὠρωποῦ καὶ Φυλῆς καὶ ἡ Δημοτικὴ Ἑνότης Φυλῆς, στὸ Δημαρχεῖο «Νικόλαος Λιᾶκος».

Ὅπως καὶ σὲ ὅλες τὶς Συνάξεις τῆς Περιόδου, Μέλη τοῦ Συλλόγου Ὀρθοδόξων Γυναικῶν **«Ἅγιος Φιλάρετος ὁ Ἐλεήμων»** καὶ τοῦ **Συνδέσμου Ἐθελοντῶν** τῆς Μητροπόλεώς μας, εἶχαν ἀναλάβει τὴν ἑτοιμασία τῆς **Συνάξεως** καὶ τὴν φροντίδα γιὰ τὴν ὑποδοχὴ τῶν προσερχομένων.

Στὴν **Σύναξι** παρίσταντο ὁ πολυσέβαστος Ἀρχιμανδρίτης π. Θεοδόσιος, Καθηγούμενος τῆς Ἱερᾶς Μονῆς τῶν Ἁγίων Κυπριανοῦ καὶ Ἰουστίνης, ὡς καὶ Ἱερεῖς καὶ σεβαστὲς Μοναχές-Γερόντισσες τῆς Ἱερᾶς Μητροπόλεώς μας.

* * *

Ἡ κα Αἰμιλία Γκούφα-Οὔτου, Μέλος τοῦ Διοικητικοῦ Συμ-

βουλίου τοῦ Συλλόγου Ὀρθοδόξων Γυναικῶν «**Ἅγιος Φιλάρετος ὁ Ἐλεήμων»,** ἐσημείωσε εἰσαγωγικῶς, ὅτι



«Ἀπὸ τὶς δύο τελευταῖες Συνάξεις ἐπὶ τοῦ θέματος αὐτοῦ, ἔχουμε κατανοήσει, ὅτι ἡ μαθητεία αὐτὴ δὲν θέλει περιέργεια καὶ ἐπιπολαιότητα, ἀλλὰ μία συντονισμένη ἑτοιμασία, ὥστε νὰ ἀνάψη καὶ νὰ διατηρηθῆ, ὅπως ἀναφέρατε, Σεβασμιώτατε Πατέρα μας, τὸ "τζάκι" τῆς ψυχῆς, ἡ θέρμη τῆς διαθέσεώς μας γιὰ τὴν κάθαρσι τῆς καρδιᾶς μας.

***Τ**ὰ παραδείγματα, τὰ ὁποῖα ἀναφέρατε λειτούργησαν βέβαια ὡς "καυσόξυλα" στὴν προοπτικὴ αὐτή.*

***Ε**ἴμαστε ἕτοιμοι νὰ Σᾶς ἀκολουθήσουμε στὸ ἑπόμενο βῆμα τῆς εἰσαγωγῆς μας στὴν ἱερὴ αὐτὴ ἐργασία».*

* * *

Ὁ Σεβασμ. Μητροπολίτης μας ἔλαβε τὸν λόγο καὶ ἀναφέρθηκε σὴν προτροπὴ τοῦ Κυρίου μας στὸν νεκρὸ υἱὸ τῆς πονεμένης χήρας τῆς Ναΐμ, *«**Ν**εανίσκε, σοὶ λέγω, ἐγέρθητι!...»*, καὶ προσέθεσε: *«**Α**ὐτὴ ἡ μυστικὴ φωνὴ τοῦ Σωτῆρός μας Χριστοῦ ἀκούγεται συνεχῶς ἀπὸ τοὺς καλοπροαιρέτους πιστοὺς Χριστιανούς, οἱ ὁποῖοι ποθοῦν τὴν πνευματική τους ζωοποίησι, τὴν ψυχική τους ἀνάστασι.*

***Σ**τὴν προοπτικὴ αὐτὴ συνεχίζουμε τὴν ἀναφορά μας στὴν Εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ, ἡ ὁποία μὲ τὴν συνεχῆ καὶ ἐπίμονη ἄσκησί της μᾶς δίδει πάλι τὴν Ψυχὴ τῆς ψυχῆς μας, δηλαδὴ τὴν Χάρι τοῦ Ἁγίου Πνεύματος».*

Μὲ τὴν βοήθεια κειμένων ἀπὸ τὴν Φιλοκαλία τῶν νηπτικῶν Πατέρων, ὁ Σεβασμ. Ὁμιλητὴς ἐξήγησε πὼς στὸ ἅγιο Βάπτισμα μᾶς δόθηκε ἡ Χάρις τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, τὴν ὁποίαν ὅμως λόγῳ τῆς ἀμελείας, τῆς ἀγνοίας καὶ τῆς καλλιεργείας τῶν παθῶν δὲν ἀφήνουμε νὰ *φανερωθῆ*, καὶ παραμένει *ἀνενέργητος*.



Μὲ τὴν τήρησι τῶν Ἐντολῶν καὶ τὴν προσευχὴ καθαρίζεται ἡ καρδιά μας καὶ ἀναδύεται ἡ ἐνέργεια τῆς Χάριτος. **Κ**ατὰ τὸν Ἅγιο Μᾶρκο τὸν Ἀσκητή, *«**Ὁ***

Χριστός, ἐπειδὴ εἶναι τέλειος Θεός, δώρησε τέλεια τὴν Χάρι τοῦ Ἁγίου Πνεύματος σὲ ὅσους βαπτίσθηκαν. Αὐτὴ ἡ Χάρις δὲν δέχεται προσθήκη ἀπὸ μᾶς, ἀλλὰ ἀποκαλύπτεται καὶ φανερώνεται σὲ μᾶς ἀνάλογα μὲ τὴν ἐργασία τῶν Ἐντολῶν...».



Ἐν συνεχείᾳ, ὁ Σεβασμιώτατος ἀναφέρθηκε σὲ ἕνα δῶρο τοῦ Ἀειμνήστου Πατρός, Γέροντος καὶ Μητροπολίτου μας (†), ἕνα πήλινο πιατάκι διακοσμημένο,μὲ τὸ ἀποστολικὸ ρητό: *«Ἐμμένετε εἰς τὴν προσευχήν».*

«Τῇ προσευχῇ προσκαρτερεῖτε, γρηγοροῦντες ἐν αὐτῇ ἐν εὐχαριστίᾳ». «Μᾶς προθυμοποιεῖ ὁ ἅγιος Ἀπόστολος, διότι τὸ ἔργο τῆς προσευχῆς καὶ μάλιστα τῆς Εὐχῆς τοῦ Ἰησοῦ, εἶναι ἐπίπονο...», καθὼς ὁ *Νοῦς* μας ἔχει συνηθίσει νὰ ἐπιδίδεται στὸν μετερωρισμό, στὸν σκορπισμὸ καὶ στὴν περιέργεια, καὶ στὰ πρῶτα στάδια δυσκολεύεται νὰ περιορισθῇ στὴν «φυλακὴ» τῆς *Καρδίας.*

«Ἀφοῦ λοιπὸν προηγηθῇ ἡ μακρὰ περίοδος τοῦ ἀθλήματος τῆς Ἀδιαλείπτου Προσευχῆς, πάντοτε ὅμως μὲ τὴν ταυτόχρονη ἄσκησι ὅλων τῶν θεωτικῶν Ἐντολῶν καὶ τὴν συνεχῆ μετάληψι τῶν Ἀχράντων Μυστηρίων, εἰσερχόμεθα μὲ φόβον Θεοῦ καὶ βαθειὰ ταπείνωσι, καὶ ὁπωσδήποτε μὲ τὴν εὐλογία καὶ καθοδήγησι τοῦ πνευματικοῦ μας Πατρός, στὸ στάδιο τῆς προσπαθείας γιὰ τὴν ἄσκησι τῆς καθ' αὐτὸ "Ἱερᾶς καὶ Νοερᾶς Προσευχῆς"...

Στὴν ἐργασία αὐτή, δηλαδὴ τὴν προσπάθεια τῆς ἐπιστροφῆς καὶ παραμονῆς τοῦ Νοῦ στὸν "θάλαμόν" του, τὸν "οἶκον" του, δηλαδὴ στὴν Καρδιά, πρέπει νὰ ἐπιμείνουμε σταθερὰ καὶ ὑπομονετικά, διότι δὲν ὑπάρχει ἄλλος τρόπος, γιὰ νὰ καθαρισθῇ ὁ Νοῦς καὶ νὰ ἑνωθῇ μὲ τὸν Θεόν.

Ὁ Σεβασμ. Μητροπολίτης μας περιέγραφε πρακτικὰ τὸν τρόπο τῆς ἐργασίας τῆς *Νοερᾶς καὶ Καρδιακῆς Προσευχῆς.*



Τέλος, ἀνέφερε πάλιν ἕνα παράδειγμα, σύγχρονό μας μέσα στὸν κόσμο, *«ὥστε νὰ μὴ ἀμφιβάλῃ τυχὸν κάποιος Ἀδελφός μας ἢ Ἀδελφή μας, ὅτι ἡ καλλιέργεια τῆς Εὐχῆς τοῦ Ἰη-*

σοῦ εἶναι μόνο γιὰ τοὺς Μοναχοὺς καὶ τὶς Μοναχές, στὰ Μοναστήρια»...



* * *

Κατὰ τὴν συζήτησι, ἡ ὁποία ἀκολούθησε τὴν Εἰσήγησι τοῦ Σεβασμ. Ποιμένα μας, ὁ σεβαστὸς Γέροντας π. Θεοδόσιος ἐπεσήμανε, ὅτι ἡ προσπάθεια γιὰ τὴν ἄσκησι τῆς *Εὐχῆς* ἀπαιτεῖ ταπεινὸ φρόνημα καὶ ὑπομονή. **Ὅ**σοι δὲν διάθετουν αὐτὲς τὶς προϋποθέσεις ἀρχίζουν τὸν ἀγῶνα μὲ ζῆλο, ἀλλὰ ἀποθαρρύνονται, ὅταν συναντοῦν τὶς δυσκολίες τοῦ ἐγχειρήματος – περισπασμό, νύστα, κόπωσι, ξηρότητα πνευματική...

Ἐπίσης ἐπεσήμανε, ὅτι καὶ μόνο ἡ προσπάθεια νὰ ἐπιμένουμε στὴν ἄσκησι τῆς ἀδιαλείπτου προσευχῆς, ἔστω καὶ ἂν δὲν προχωροῦμε σὲ βαθύτερα στάδια, μᾶς περιφρουρεῖ ἀπὸ ἁμαρτωλὲς ἀπασχολήσεις τοῦ νοῦ, τῆς φαντασίας καὶ τῶν αἰσθήσεων.

* * *

Ἡ Γ' Σύναξις ἔχει προγραμματισθῆ γιὰ τὴν Κυριακή, 16η/29η Νοεμβρίου 2026.

Θὰ ὁμιλήση καὶ πάλιν ὁ Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας.

Ἡ Διάλεξις θὰ ἔχη ὡς θέμα: «**Ἡ Εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ**» - Μέρος Δ'.

† Γ.Ἰ.Μ.

- Ἐδῶ μπορεῖτε νὰ ἀναγνώσετε τὴν ***Εἰσήγησι.***
- **Ἡ** Εἰσήγησις ἔχει μαγνητοσκοπηθῆ καὶ ἀναρτήθηκε στὴν Ἱστοσελίδα τῆς Ἱερᾶς Μητροπόλεώς μας ***(βλ. ἐδῶ).***

