

ΙΕΡΟΣ ΝΑΟΣ ΑΓΙΟΥ ΑΡΣΕΝΙΟΥ ΚΑΠΠΑΔΟΚΟΥ

ΙΔΡΥΜΑ ΑΡΟΔΑΦΝΟΥΣΑ

Εφημέριος: π. Ευστάθιος Σαββίδης, τηλ. 99495179

<http://www.agiosarsenios.org/>

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΚΟΛΟΥΘΙΩΝ – ΜΑΡΤΙΟΣ 2025

Ημ.	Ημέρα	Εορτή		
1	Σάββατο	Τῆς Τυρινῆς. Πάντων τῶν ἐν ἀσκήσει λαμπάντων ὁσίων πατέρων ἡμῶν· Εὐδοκίας ὁσιομάρτυρος τῆς ἀπὸ Σαμαρειτῶν· Συνεσίου ὁσίου τοῦ ἐν Λύση.		
2	ΚΥΡΙΑΚΗ	ΤΗΣ ΤΥΡΙΝΗΣ. Τῆς ἀπὸ τοῦ παραδείσου τῆς τρυφῆς ἐξορίας τοῦ πρωτοπλάστου Ἀδάμ· Νικολάου ὁσίου τοῦ Πλανᾶ· Ἡσυχίου μάρτυρος τοῦ Συγκλητικοῦ· Θεοδότου ἱερομάρτυρος, ἐπισκόπου Κυρηναίας· Γερασίμου ὁσίου τοῦ ἐν Ἰορδάνη (ἐκ μεταθέσεως).		
ΑΡΧΕΤΑΙ Η ΑΓΙΑ ΚΑΙ ΜΕΓΑΛΗ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΣΤΗ				
3	Δευτέρα	Καθαρά Δευτέρα	Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00μμ
4	Τρίτη		Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00μμ
5	Τετάρτη		- Θεία Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων Δώρων - Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00πμ 05:00μμ
6	Πέμπτη		Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00μμ
7	Παρασκευή		- Θεία Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων Δώρων - Χαιρετισμοί (Α' Στάση) ☛ αγρυπνία ☛	05:00πμ 09:00μμ
8	Σάββατο	Α' ἐβδομάδος τῶν νηστειῶν, τὸ διὰ κολλύβων θαῦμα τοῦ ἁγίου Θεοδώρου τοῦ Τήρωνος	Ἑσπερινὸς	05:00μμ
9	ΚΥΡΙΑΚΗ	Α' ΤΩΝ ΝΗΣΤΕΙΩΝ (Ὁρθοδοξίας). Τῆς ἀναστηλώσεως τῶν ἁγίων εἰκόνων· Τῶν Τεσσαράκοντα μαρτύρων τῶν ἐν τῇ λίμνῃ τῆς Σεβαστείας μαρτυρησάντων.		
10	Δευτέρα		Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00μμ
11	Τρίτη		Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00μμ
12	Τετάρτη		- Θεία Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων Δώρων - Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00πμ 05:00μμ
13	Πέμπτη		Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00μμ
14	Παρασκευή		- Θεία Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων Δώρων - Χαιρετισμοί (Β' Στάση) ☛ αγρυπνία ☛	05:00πμ 09:00μμ
15	Σάββατο		Ἑσπερινὸς	05:00μμ
16	ΚΥΡΙΑΚΗ	Β' ΤΩΝ ΝΗΣΤΕΙΩΝ. Γρηγορίου ἀρχιεπισκόπου Θεσσαλονίκης τοῦ Παλαμᾶ· Σαβίνου μάρτυρος τοῦ Αἰγυπτίου· Χριστοδούλου ὁσίου τοῦ ἐν Πάτμῳ.		
17	Δευτέρα		Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00μμ
18	Τρίτη		Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00μμ
19	Τετάρτη		- Θεία Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων Δώρων - Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00πμ 05:00μμ
20	Πέμπτη		Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00μμ
21	Παρασκευή		- Θεία Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων Δώρων - Χαιρετισμοί (Γ' Στάση) ☛ αγρυπνία ☛	05:00πμ 09:00μμ
22	Σάββατο		Ἑσπερινὸς	05:00μμ
23	ΚΥΡΙΑΚΗ	Γ' ΤΩΝ ΝΗΣΤΕΙΩΝ (Σταυροπροσκυνήσεως). Ἡ προσκύνησις τοῦ τιμίου καὶ ζωοποιοῦ Σταυροῦ· Νίκωνος ὁσιομάρτυρος καὶ τῶν αὐτοῦ ρ+θ' (199) μαθητῶν.		
24	Δευτέρα		Ἑσπερινὸς Εὐαγγελισμοῦ	05:00μμ

25	Τρίτη	Ο ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΥΠΕΡΑΓΙΑΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ. Κατάλυσις ιχθύος.	- Θεία Λειτουργία Ἰωάννου τοῦ Χρυσοστόμου - Ἑσπερινός ἀπόδοσις τῆς ἑορτῆς	07:00πμ 05:00μμ
26	Τετάρτη	Ἡ σύναξις τοῦ ἀρχαγγέλου Γαβριήλ. Κατάλυσις οἴνου καὶ ἐλαίου.	- Θεία Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων Δώρων - Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00πμ 05:00μμ
27	Πέμπτη		Μέγα Ἀπόδειπνο	05:00μμ
28	Παρασκευή		- Θεία Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων Δώρων - Χαιρετισμοί (Δ' Στάση) αγρυπνία	05:00πμ 09:00μμ
29	Σάββατο		Ἑσπερινός	05:00μμ
30	ΚΥΡΙΑΚΗ	Δ' ΤΩΝ ΝΗΣΤΕΙΩΝ. Ἰωάννου ὁσίου τοῦ Σιναΐτου, συγγραφέως τῆς Κλίμακος.		
31	Δευτέρα	* Ἀλλαγὴ ὥρας ἀποδείπνων *	Μέγα Ἀπόδειπνο	06:00μμ

Σημειώσεις:

- Κατὰ τὴν διάρκεια τῆς Μεγάλῃς Τεσσαρακοστῆς οἱ Προηγιασμένες θα ἀρχίζουσι στὶς 5:00πμ καὶ ὁ Ὁρθρος τὶς Κυριακὲς στὶς 7:00πμ, ἐνῶ ὁ Ὁρθρος τοῦ Ευαγγελισμοῦ τῆς Θεοτόκου θα ἀρχίσει στὶς 7:00πμ.
- Ὁ Ἑσπερινός καὶ τὰ Μεγάλα Ἀπόδειπνα θα τελούνται στὶς 5:00μμ. Μετὰ τὴν ἐπαναφορὰ τῆς θερινῆς ὥρας τὴν 30^η Μαρτίου, ὁ Ἑσπερινός καὶ τὰ Μεγάλα Ἀπόδειπνα θα τελούνται στὶς 6:00μμ.

Ο Δεκάλογος τῆς Σαρακοστῆς – καὶ ὄχι μόνον

- Ἀποφυγὴ προσβλητικῶν λόγων καὶ μόνον τρυφερά καὶ γλυκὰ λόγια γιὰ τοὺς ἄλλους.
- Ἀποφυγὴ τῆς δυσαρέσκειας καὶ τῆς ἀχαριστίας καὶ γέμισμα τῆς καρδιάς με εὐγνωμοσύνη.
- Ἀποφυγὴ τοῦ θυμοῦ καὶ γέμισμα τοῦ εαυτοῦ μας με πραγματικὴ εὐγένεια καὶ υπομονή.
- Ἀποφυγὴ τῆς ἀπαισιοδοξίας καὶ ἀγκάλιασμα τῆς αισιόδοξης διάθεσης.
- Ἀποφυγὴ τῆς ἀνησυχίας καὶ γέμισμα με ἐμπιστοσύνη στὸν Θεό.
- Ἀποφυγὴ τῆς γκρίνιας καὶ ἀπόλαυση τῶν απλῶν καὶ μικρῶν πραγμάτων τῆς ζωῆς.
- Ἀποφυγὴ τοῦ ἀγχους καὶ γέμισμα τοῦ χρόνου καὶ τοῦ μυαλοῦ με προσευχή.
- “Νηστεία” ἀπὸ τὴν πίκρα καὶ τὴν θλίψη καὶ γέμισμα με ἡρεμὴ χαρὰ ἀκόμα καὶ στὰ δύσκολα.
- “Νηστεία” ἀπὸ ἐγωισμό καὶ ἐξοπλισμό με συμπόνοια καὶ ἀγάπη γιὰ τοὺς ἄλλους.
- “Νηστεία” ἀπὸ ἐκδικητικὴ ἀσέβεια καὶ θράσος καὶ γέμισμα με συγχωρητικότητα καὶ συμφιλιώση.
- **Ἐξοπλισμός με “σιωπὴ” υπομονῆς καὶ γέμισμα με διάθεση νὰ ἀκούμε τοὺς ἄλλους.**

(“Διαθήκη” ἐνός ἀγίου γέροντα-ιερέα)