

Κάλεσμα πνευματικού αγώνα από τον Μητροπολίτη Μαντινείας κατά τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή

[Μητροπολιτικό Έργο / Ι.Μ. Μαντινείας και Κυνουρίας](#)



Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Μαντινείας και Κυνουρίας κ. Επιφάνιος απευθύνεται προς το πλήρωμα της τοπικής Εκκλησίας μέσα από το φετινό μήνυμα του για την έναρξη της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής, χαρακτηρίζοντάς την «ευλογημένο καιρό πνευματικού αγώνος» και «ιερή πορεία μετανοίας και εσωτερικής αναγεννήσεως» που οδηγεί τους πιστούς στο Πάθος και τη λαμπροφόρο Ανάσταση του Κυρίου.

Ιδιαίτερη έμφαση δίδεται στη συνειδητή συμμετοχή των πιστών στη λατρευτική ζωή της Εκκλησίας, καθώς —όπως υπογραμμίζει— «η Τεσσαρακοστή δεν βιώνεται ατομικά και απομονωμένα, αλλά εκκλησιαστικά». Οι Κατανυκτικοί Εσπερινοί, οι

Χαιρετισμοί της Θεοτόκου, οι Προηγιασμένες Θείες Λειτουργίες και η Κυριακάτικη Θεία Λειτουργία προβάλλονται ως «πνευματικοί σταθμοί» που ενισχύουν τον άνθρωπο με χάρη και δύναμη, ενώ η παρουσία στον Ναό αποτελεί «μαρτυρία πίστεως και ανάγκη ζωής».

Κεντρική θέση στην εγκύκλιο κατέχει το βαθύτερο νόημα της νηστείας. Ο Σεβασμιώτατος επισημαίνει ότι «η νηστεία δεν είναι απλή αποχή από ορισμένες τροφές», αλλά πράξη υπακοής, ταπεινώσεως και πνευματικής ελευθερίας. Η αληθινή νηστεία επεκτείνεται στην καθημερινή ζωή, ως αποχή «από την κακία, την κατάκριση, τον θυμό και την αδιαφορία», καθιστώντας την οδό εσωτερικής μεταμορφώσεως.

Επικαλούμενος τη διδαχή του Αγίου Πορφυρίου του Κουσοκαλυβίτου, υπενθυμίζει ότι ο πνευματικός αγώνας τελείται με αγάπη, διότι «η νηστεία χωρίς αγάπη γίνεται τύπος, η νηστεία με αγάπη γίνεται φως». Παράλληλα, αναφέρεται στον μακαριστό π. Ανανία Κουστίνη, ο οποίος χαρακτήριζε την Τεσσαρακοστή «άνοιξη της ψυχής», καλώντας τους πιστούς να αγωνίζονται με χαρά και ελπίδα.

Σε μια εποχή πνευματικής συγχύσεως, ο Μητροπολίτης προτρέπει σε έμπρακτη μαρτυρία πίστεως μέσω της νηστείας, της προσευχής και της τακτικής συμμετοχής στις ακολουθίες, επισημαίνοντας ότι δεν πρόκειται απλώς για παράδοση αλλά για «δρόμο σωτηρίας και ελπίδας».

Καταλήγοντας, καλεί τους πιστούς να προσέλθουν στο Μυστήριο της Ιεράς Εξομολογήσεως και στη Θεία Κοινωνία με καθαρή συνείδηση, ευχόμενος η Αγία και Μεγάλη Τεσσαρακοστή να καταστεί για όλους «καιρός ειρήνης, προσευχής, νηστείας και αληθινής μετανοίας», οδηγώντας με πίστη και αγάπη στη χαρά της Αναστάσεως.

Αναλυτικά το Μήνυμα του Μητροπολίτη Μαντινείας και Κυνουρίας κ. Επιφανίου για την έναρξη της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής 2026:

Με πατρική αγάπη απευθύνομαι προς το ευσεβές πλήρωμα της Ιεράς μας Μητροπόλεως, με την είσοδό μας στην ιερά και καταλυκτική περίοδο της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής. Πρόκειται για ευλογημένο καιρό πνευματικού αγώνος, για ιερή πορεία μετανοίας και εσωτερικής αναγεννήσεως, που μάς οδηγεί στο Πάθος και στην λαμπροφόρο Ανάσταση του Κυρίου. Ιδιαίτερως θα ήθελα να τονίσω την ανάγκη της συνειδητής και τακτικής συμμετοχής στις ιερές ακολουθίες της περιόδου αυτής. Η Τεσσαρακοστή δεν βιώνεται ατομικά και απομονωμένα, αλλά εκκλησιαστικά. Οι Κατανυκτικοί Εσπερινοί, οι Χαιρετισμοί της Υπεραγίας Θεοτόκου, οι Προηγιασμένες Θείες Λειτουργίες, το Μέγα Απόδειπνο και

η Κυριακάτικη Θεία Λειτουργία αποτελούν πνευματικούς σταθμούς που τροφοδοτούν την ψυχή με χάρη και δύναμη.

Η παρουσία μας στον Ναό δεν είναι τυπική υποχρέωση• είναι μαρτυρία πίστεως και ανάγκη ζωής. Εκεί, μέσα στο λειτουργικό κλίμα της Εκκλησίας, η καρδιά μαλακώνει, ο νους φωτίζεται και ο άνθρωπος γεύεται την ειρήνη του Χριστού.

Ιδιαίτέρως, όμως, επιθυμώ να υπογραμμίσω το μέγα πνευματικό νόημα της νηστείας. Η νηστεία δεν είναι απλή αποχή από ορισμένες τροφές. Είναι πράξη υπακοής στην Εκκλησία, πράξη ταπεινώσεως και άσκηση ελευθερίας. Όταν ο άνθρωπος περιορίζει το σώμα, ελευθερώνεται η ψυχή. Όταν συγκρατεί την επιθυμία, ενδυναμώνεται η βούληση. Όταν εγκρατεύεται, καθαρίζει ο νους.

Η αληθινή νηστεία, όμως, επεκτείνεται σε ολόκληρη τη ζωή μας. Είναι νηστεία από την κακία, από την κατάκριση, από τον θυμό και την αδιαφορία. Είναι εγκράτεια των αισθήσεων και των λογισμών. Χωρίς αυτήν την εσωτερική διάσταση, η εξωτερική νηστεία μένει ελλιπής. Με αυτήν όμως, γίνεται οδός μεταμορφώσεως.

Ο σύγχρονος άγιος της Εκκλησίας μας, ο Άγιος Πορφύριος ο Κουσοκαλυβίτης, μάς υπενθυμίζει ότι ο πνευματικός αγώνας γίνεται με αγάπη και όχι με σκληρότητα. Η νηστεία χωρίς αγάπη γίνεται τύπος, η νηστεία με αγάπη γίνεται φως. Όταν η καρδιά γεμίσει από τον Χριστό, τότε όλα αποκτούν νόημα και ειρήνη.

Στο ίδιο πνεύμα κινείται και η διδαχή του μακαριστού π. Ανανία Κουστίνη ο οποίος με την απλότητα και τη χάρη του λόγου του τόνιζε ότι η Τεσσαρακοστή είναι «άνοιξη της ψυχής». Έλεγε πως η νηστεία δεν είναι καταπίεση, αλλά ευκαιρία να ανθίσει μέσα μας η χαρά του Χριστού. Προέτρεπε να μην κάνουμε τον αγώνα βαριά και μίζερα, αλλά με ελπίδα, με χαμόγελο και με εμπιστοσύνη στη φιλανθρωπία του Θεού.

Ζώντας σε καιρούς συγχύσεως και πνευματικής χαλαρότητας, καλούμαστε να δώσουμε μαρτυρία πίστεως. Η πιστή τήρηση της νηστείας και η συστηματική συμμετοχή στις ιερές ακολουθίες δεν είναι απλώς παράδοση είναι δρόμος σωτηρίας και ελπίδας. Πατρικώς προτρέπω όλους να μη στερήσουμε από τον εαυτό μας την ευλογία αυτής της ιερής περιόδου. Να αγωνισθούμε κατά δύναμιν, με διάκριση και ταπείνωση. Να προσέλθουμε στο Μυστήριο της Ιεράς Εξομολογήσεως και να κοινωνήσουμε των Αχράντων Μυστηρίων με καθαρή συνείδηση.

Εύχομαι η Αγία και Μεγάλη Τεσσαρακοστή να γίνει για όλους μας καιρός ειρήνης, προσευχής, νηστείας και αληθινής μετανοίας.

Με πίστη και αγάπη ας βαδίσουμε την οδό που οδηγεί στη χαρά της Αναστάσεως

Καλή και ευλογημένη Αγία και Μεγάλη Τεσσαρακοστή.

Με πατρικές ευχές και αγάπη

Ο ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΗΣ

† Ο Μαντινείας και Κυνουρίας Επιφάνιος