

«Δημήτρια 2026» - 18η ημέρα με τον Γέροντα Νεκτάριο: «Η πνευματική άσκηση ως πηγή αγιοπνευματικής εμπειρίας»

/ [Ενορίες](#)



Συνεχίστηκαν το απόγευμα της Τετάρτης 14 Οκτωβρίου 2026, για 18η ημέρα οι εορταστικές εκδηλώσεις «[ΔΗΜΗΤΡΙΑ 2026](#)» στον [Ιερό Ναό Αγίου Δημητρίου Δήμου Αγίου Δημητρίου](#).

Μετά την τέλεση του Εσπερινού και της Ιεράς Παρακλήσεως στον Άγιο Ιωάννη τον Χρυσόστομο και στον Άγιο Δημήτριο τον Μυροβλύτη, σύμφωνα με το πρόγραμμα, ομιλητής ήταν ο **Γέροντας Νεκτάριος, Δίκαιος της Ιεράς Σκήτης του Αγίου Ανδρέα (Σεράι) Αγίου Όρους**, με θέμα: «Η πνευματική άσκηση ως πηγή αγιοπνευματικής εμπειρίας».

Ο ομιλητής ξεκίνησε τονίζοντας τη διαχρονική αναγκαιότητα του πνευματικού αγώνα: «Από τις αρχές της Εκκλησίας όλοι διαπίστωσαν ότι είναι απαραίτητη η

άσκηση στη ζωή του Χριστιανού» και διευκρίνισε: «Η άσκηση συνήθως παραπέμπει στη μοναχική ζωή, αφορά όμως όλους τους Χριστιανούς, γιατί όλοι μας θα κριθούμε από τον ίδιο Κριτή με βάση τον ίδιο νόμο». Μέσα από τα λόγια του Αγίου Σεραφείμ του Σάρωφ τόνισε πως ο σκοπός της ζωής μας είναι η απόκτηση της χάριτος του Αγίου Πνεύματος, την οποία όμως έχουν όλοι οι βαπτισμένοι Χριστιανοί.

Εν συνεχεία, ο Γέροντας Νεκτάριος ανέλυσε τα μέσα της ασκήσεως, διακρίνοντάς τα σε σωματικούς κόπους και σε νήψη και προσευχή. Συγκεκριμένα πρόσθεσε: «Η νηστεία είναι πάντα διπλή, γιατί και ο άνθρωπος είναι διπλός. Αφορά την εγκράτεια των τροφών, αλλά κυρίως την εγκράτεια των λογισμών». Ένα δεύτερο όπλο που έχουμε στη διάθεσή μας είναι η μετάνοια και η εξομολόγηση: «Η μετάνοια είναι η αλλαγή του νοός μας και σημαίνει αναγνωρίζω τα λάθη μου, κάνω προσπάθεια να εξαλείψω τους λογισμούς μου και να φτάσω στο άγιο μίσος κατά της αμαρτίας. Εξομολόγηση είναι το μυστήριο της Εκκλησίας που έρχεται να μου συγχωρέσει τις αμαρτίες μου, αλλά δεν αρκεί μόνο η εξαγόρευση των αμαρτιών μου. Χρειάζεται και προσωπικός αγώνας που πρέπει να είναι διαρκής και συνεχής».

Περνώντας στο κεφάλαιο της προσευχής, την χαρακτήρισε ως τη σημαντικότερη άσκηση: «Η προσευχή είναι αυτή που ενώνει τον πιστό με τον Χριστό. Δεν πρέπει να κάνουμε τίποτα άνευ προσευχής» και συμπλήρωσε για την ανώτερη μορφή της: «Η νοερά προσευχή δεν αφορά μόνο τους μοναχούς, αλλά τους πάντες. Είναι η συνεχής επανάληψη του αγίου ονόματος του Χριστού μας ή της Παναγίας μας και συμπύκνωση όλων των προσευχών της Εκκλησίας μας καθώς είναι συγχρόνως προσευχή δοξολογίας, ευχαριστίας, εξομολόγησης αλλά και αιτήσεως προς τον Χριστό».

Κλείνοντας, έκανε ειδική αναφορά στον προστάτη Άγιο της ενορίας: «Είμαστε εδώ για να τιμήσουμε τον Άγιο Δημήτριο. Η μυροβλυσία του είναι το επιστέγασμα της αγιότητάς του, με βασική προϋπόθεση την καθαρότητα σώματος και νοός. Ας τον μιμηθούμε, γιατί όπως λέει και ο Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος: τιμή αγίου είναι μίμηση αγίου. Αμήν».

Εν συνεχεία ακολούθησε το «Ενοριακό Αρχονταρίκι», εντός του Ιερού Ναού, όπου ο γέροντας Νεκτάριος απάντησε στα ερωτήματα που δέχτηκε από το πολυπληθές ακροατήριο.

Η 18η μέρα των εορταστικών εκδηλώσεων ολοκληρώθηκε με κατανυκτική αγρυπνία στην οποία λειτουργός και ομιλητής ο Αιδεσιμολογιώτατος

Πρωτοπρεσβύτερος π. Εμμανουήλ Παπαμικρούλης, εφημέριος του Ιερού
Ήσυχαστηρίου Μεταμορφώσεως του Σωτήρος και Αγίου Πορφυρίου Μήλεσι Αττικής.

Έψαλαν οι Πρωτοψάλτες κ. κ. Κακολύρης Αντώνιος και Χαλιαμπάλιας Σταύρος.

Περισσότερες φωτογραφίες στο άλμπουμ:

