**.**

**Μεγάλη Τεσσαρακοστή**

**ονομάζουμε την περίοδο που ξεκινά την Καθαρά Δευτέρα**

**και τελειώνει την Παρασκευή πριν από την Κυριακή των Βαΐων (40μέρες).**

**Ακολουθεί το Σάββατο του Λαζάρου και η Κυριακή των Βαΐων.**

**Οι δυο αυτές μέρες αποτελούν την εισαγωγή και το προμήνυμα της ενδόξου Αναστάσεως του Κυρίου. Μετά ξεκινά η Αγία και Μεγάλη Εβδομάδα η οποία, βέβαια, έχει το δικό της ξεχωριστό νόημα και περιεχόμενο.**

**H Μεγ. Τεσσαρακοστή είναι περίοδος έντονης πνευματικής αλλά και σωματικής προετοιμασίας για τα γεγονότα που θα ζήσουμε τη Μεγ. Εβδομάδα. Γι’ αυτό και είναι περίοδος αυστηρής νηστείας και έντονης προσευχής**

**.**

**Θυμίζουμε ότι:**

**α) η νηστεία είναι άσκηση εγκράτειας και ελευθερίας,**

**άσκηση υπακοής και ταπείνωσης, άσκηση αγάπης και φιλαδελφίας**

**,άσκηση πίστεως, αυτοκριτικής και μετάνοιας**

**, και, β) η προσευχή είναι η καλλιέργεια αγαπητικής σχέσεως με το Θεό**

**.**

**Η Εκκλησία, θέλοντας να μας προσφέρει επιπρόσθετες ευκαιρίες για προσευχή,**

**καθιέρωσε, ειδικά γι αυτή την περίοδο, μερικές ακολουθίες με κατανυκτικό περιεχόμενο.**

**Οι ακολουθίες αυτές είναι:**

**α. Του Ακαθίστου Ύμνου. (Πέντε πρώτες Παρασκευές της Μεγ.Τεσσαρακοστής)**

**β. Το Μεγάλο Απόδειπνο.(Δευτέρα -Πέμπτη τη Μεγ. Τεσσαρακοστή)**

**γ. Η Λειτουργία των Προηγιασμένων Δώρων. (Τετάρτη και Παρασκευή της Μ. Τεσ)**

**δ. Ο Κατανυκτικός Εσπερινός της Συγχώρεσης.(Κυριακές της Μεγ. Τεσσαρακ)**

**ε. Ο Μεγάλος Κανόνας του Αγ. Ανδρέα Κρήτης.(Πέμπτη της Ε’ εβδομάδας)**

**Κάθε Κυριακή της Μεγάλης Τεσσαρακοστής έχει ένα ειδικό νόημα και ένα ξεχωριστό περιεχόμενο.**

**Η πρώτη είναι η Κυριακή της Ορθοδοξίας(αναστύλωση των εικόνων, νίκη κατά των αιρέσεων, θρίαμβος ορθοδοξίας).**

**Η δεύτερη είναι αφιερωμένη στον Άγιο Γρηγόριο τον Παλαμά (ο υπερασπιστή της ορθόδοξης ησυχαστικής μεθόδου, που καθιέρωσε τη διάκριση ανάμεσα στην ουσία και τις ενέργειες του Θεού).**

 **Η Τρίτη είναι η Κυριακή της Σταυροπροσκυνήσεως (η δύναμη του σταυρού).**

 **Η τέταρτη αφιερώνεται στον άγιο Ιωάννη της Κλίμακος (αξία της ασκητικότητας)**

**.Την Πέμπτη Κυριακή η Εκκλησία μας τιμά τη μνήμη της οσίας Μαρίας της Αιγυπτίας (πρότυπο μετάνοιας).**