



HOLY GREEK ORTHODOX ARCHDIOCESE OF AUSTRALIA  
HOLY CHURCH OF ST PARASKEVI  
ST BARBARA & ST JOHN THE MERCIFUL  
PARISH OF ST ALBANS & DISTRICTS

**ADDRESS:** 22 MARSDEN CRESCENT, ST ALBANS VIC 3021

PARISH PRIEST REV. FR. DEMOSTHENES NICOLAOU: 0421 704 806

**EMAIL:** [frdemos@stparaskevi.org.au](mailto:frdemos@stparaskevi.org.au) **WEBSITE:** [www.stparaskevi.org.au](http://www.stparaskevi.org.au)

**CHURCH:** 9367 2860 – 0473 423 588 [admin@stparaskevi.org.au](mailto:admin@stparaskevi.org.au)

# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ PROGRAMME NOVEMBER



## Τι ήταν ο άρτος που τρεφόταν η Παναγία στα Άγια των Αγίων; – Εισόδια της Θεοτόκου

Η είσοδος της Θεοτόκου στον Ναό συνδέεται με θαυμαστά γεγονότα. Όταν μιλάμε για Ναό, εννοούμε τον Ναό του Σολομώντος και όταν κάνουμε λόγο για Εισόδια στον Ναό, εννοούμε την είσοδο της Θεοτόκου στα Άγια των Αγίων.

Είναι γνωστό ότι στον κυρίως Ναό του Σολομώντος εισέρχονταν Ιερείς που επιτελούσαν την λατρεία του θυμιάματος και στα Άγια των Αγίων, θα λέγαμε σήμερα εμείς στο Ιερό Βήμα εισερχόταν ο Αρχιερέυς του ενιαυτού εκείνου και μάλιστα μια φορά κατά την διάρκεια του έτους.

Όταν εορτάζουμε τα Εισόδια της Θεοτόκου στον Ναό, εννοούμε τα Εισόδια της Θεοτόκου στα Άγια των Αγίων για να παραμείνη εκεί για δώδεκα ολόκληρα χρόνια, από τριών ετών έως δεκαπέντε, ζώντας μέσα στο Φως του Θεού και βιώνοντας την θέωση. Έτσι ερμηνεύουν το γεγονός αυτό οι άγιοι Πατέρες της Εκκλησίας μας.

Ήταν λοιπόν ένα προκλητικό γεγονός, κάποιος άνθρωπος και μάλιστα ένα κορίτσι να εισέλθη σε αυτόν τον ιερό χώρο, όπου φυλάσσονταν τα πιο ιερά αντικείμενα του Ισραήλ, όπως η Κιβωτός της Διαθήκης, η Στάμνα με το Μάννα, η Ράβδος του Ααρών και βεβαίως ούτε οι Ιερείς είχαν δικαίωμα να εισέλθουν, αλλά ούτε και ο Αρχιερέυς καθημερινώς.

Μέσα στα Άγια των Αγίων η Θεοτόκος για δώδεκα χρόνια τρεφόταν από άρτο που της έφερε ο Αρχάγγελος Γαβριήλ. Αυτό αναφέρεται στην παράδοση της Εκκλησίας μας και ήταν από τα θαυμαστά γεγονότα. Σε ένα τροπάριο του εσπερινού της εορτής γράφεται: «Δί' αγγέλου εκτρέφεται». Και σε άλλο τροπάριο λέγεται: «Επουρανίω τραφείσα, Παρθένε, άρτω πιστώ εν τω Ναώ Κυρίου».

Τί ήταν αυτός ο άρτος από τον οποίο τρεφόταν η Παναγία; Ο άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς αναφερόμενος σε αυτόν τον ευλογημένο άρτο που έτρεφε την Παναγία λέγει ότι ο Θεός έστειλε «τροφήν άνωθεν απόρρητον εκεί τη Παρθένω δι' αγγέλου».

Όμως δεν ήταν ένας συνηθισμένος άρτος τον οποίον ο άγγελος έπαιρνε από κάποιο σπίτι και τον μετέφερε στην Παναγία, αλλά στην πραγματικότητα ήταν η άκτιστη ενέργεια τού Θεού, δια της οποίας, κατά τον άγιο Γρηγόριο τον Παλαμά, «την τε φύσιν κρειπτόνως ανερρώννυτο (εδυνάμωνε) και κατά σώμα των ασωμάτων καθαρωτέρα και υπερτέρα και συνετηρείτο και ετελείτο».

Είναι προφανές ότι δεν ήταν μια κτιστή τροφή, ένας υλικός άρτος, αλλά μια άλλη διαφορετική, ξένη τροφή, δηλαδή ήταν η ενέργεια του Θεού η οποία ενδυνάμωνε το σώμα της

Παναγίας για να έχη νοερά προσευχή και θεωρία Θεού. Αυτό σημαίνει ότι η Παναγία για δώδεκα χρόνια ήταν μέσα στο Φως του Θεού και είχε κοινωνία μαζί Του, είχε φθάσει στην θέωση.

Στην πραγματικότητα ζούσε όπως ζούσαν ο Αδάμ και η Εύα στον Παράδεισο πριν την πτώση, γι' αυτό και όταν την επισκέφθηκε ο άγγελος κατά τον Ευαγγελισμό για να της αναγγείλη ότι θα γίνη Μητέρα του Χριστού των απεκάλεσε Κεχαριτωμένη.

Αυτός ο άρτος από τον οποίο τρεφόταν η Παναγία δεν εξέλιπε από την Εκκλησία, εξακολουθεί να υπάρχει και σήμερα. Δεν πρόκειται για τον καθημερινό κτιστό άρτο, αλλά για τον Άρτο της Ζωής που είναι ο Ίδιος ο Χριστός.

Σε αυτόν τον Άρτο αναφερόταν ο Χριστός με τον λόγο τον οποίο απήντησε στον διάβολο στο Όρος των Πειρασμών. Όταν ο διάβολος του υπέδειξε να μεταβάλη τις πέτρες σε άρτο, Εκείνος απάντησε «ουκ επ' άρτω μόνω ζήσεται άνθρωπος, αλλ' εν παντί ρήματι εκπορευομένω διά στόματος Θεού» (Ματθ. δ', 4).

Εκτός από τον υλικό άρτο, τον οποίο γευόμαστε καθημερινώς, υπάρχει και ο πνευματικός Άρτος, ο ίδιος ο Χριστός και ο λόγος Του. Ο άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος γράφει: «Δύναται ο Θεός και ρήματι θρέψαι τον πεινώντα». Καί αυτό φαίνεται από το αγιολόγιο της

Εκκλησίας μας, πως οι άγιοι ζούσαν από αυτόν τον πνευματικό Άρτο.

Ο Χριστός με την προσευχή που μάς δίδαξε, το γνωστό «Πάτερ ημών, συμπεριέλαβε και το αίτημα: « Τον άρτον ημών τον επιούσιον δός ημίν σήμερον». Πρόκειται για τον άρτον τον αναγκαίο για την ουσία της υπάρξεώς μας, γι' αυτό και λέγεται επιούσιος.

Και επειδή η Εκκλησία τοποθέτησε την Κυριακή προσευχή με την συγκεκριμένη αυτή αίτηση κατά την διάρκεια της θείας Λειτουργίας και λίγο προ της Θείας Κοινωνίας, αυτή η αίτηση αναφέρεται κυρίως στον ευχαριστιακό άρτο, την βρώση του Σώματος και την πόση του Αίματος του Χριστού. Άλλωστε αυτός ο ίδιος ο Χριστός είπε: «Εγώ ειμι ο άρτος ο εκ τού ουρανού καταβάς», Αυτός είναι το ουράνιο Μάννα.

Ο άγιος Μάξιμος ο Ομολογητής ερμηνεύοντας αυτό το αίτημα της Κυριακής Προσευχής το συνδέει με την θεία Κοινωνία του Σώματος και του Αίματος του Χριστού και κάνει λόγο για την «τροφή του άρτου της ζωής», «ίνα νικήση τον θάνατον της αμαρτίας», από την παρούσα ζωή της θνητότητας.

Βεβαίως και αν θεωρήσουμε ότι στο αίτημα αυτό για την λήψη του άρτου αναφέρεται και ο «εφήμερος άρτος», δια του οποίου συγκροτείται η παρούσα ζωή, δεν θα αστοχήσουμε.

Με αυτόν τον Άρτο, την Χάρη και ενέργεια του Θεού, ετρέφετο η Παναγία μέσα στα Άγια των Αγίων. Με αυτόν τον Άρτο τρεφόμαστε και εμείς κάθε φορά που τελούμε την θεία Λειτουργία. Και βεβαίως για να ενεργήσει ο Άρτος αυτός, δηλαδή ο Χριστός, «εις ζωήν αιώνιον», πρέπει να ζούμε κατά τον τρόπο που ζούσε η Παναγία.

Αυτό το θαυμάσιο γεγονός που συνέβη στην Παναγία έχει πολύ μεγάλη σημασία για την ζωή μας. Ο άνθρωπος αποτελείται από ψυχή και σώμα και είναι επόμενο ότι η υλική τροφή συντηρεί και διατηρεί σε καλή κατάσταση το σώμα, ενώ η Χάρη και η ενέργεια του Θεού συντηρεί και την ψυχή και το σώμα, τον όλο άνθρωπο. Με αυτές τις προϋποθέσεις ο άνθρωπος είναι ολοκληρωμένος, έχει νόημα ζωής και ύπαρξης.

Ζούμε σε μια εποχή στην οποία γίνεται λόγος μόνο για τον υλικό άρτο και λιγότερο για τον πνευματικό Άρτο. Ο άνθρωπος στην εποχή μας είναι ένα καταναλωτικό ον που ρουφά αχόρταγα υλικά αγαθά, θεάματα, ακούσματα και νομίζει ότι έτσι θα ικανοποιήσει την πνευματική του πείνα.

Γίνεται διαρκώς λόγος για αύξηση του κατά κεφαλήν εισοδήματος. Δεν είμαστε εναντίον κάθε τι που βελτιώνει την ζωή του ανθρώπου, αλλά δεν μπορούμε να αποδεχθούμε και μια ζωή η οποία στηρίζεται μόνον στα υλικά αγαθά, γιατί σε μια τέτοια

περίπτωση ο άνθρωπος πάντοτε παραμένει ανικανοποίητος, διότι η ψυχή του ανθρώπου αναζητά άλλη τροφή και διψά για άλλο νερό. Ο Χριστός είπε «μακάριοι οι πεινώντες και διψώντες την δικαιοσύνην».

Γίνεται λόγος σήμερα για κρίση οικονομική, για πτώχευση υλική. Αλλά η κρίση στην πραγματικότητα είναι κρίση πνευματική, κρίση αξιών, ιδανικών, κρίση υπαρξιακών αναζητήσεων.

Υπάρχουν άνθρωποι που πλέουν μέσα στα πλούτη και αισθάνονται ένα κενό ύπαρξης, αντίθετα υπάρχουν άλλοι που ζούν με ολιγάρκεια και ασκητικότητα και αισθάνονται πεπληρωμένοι.

Η εορτή των Εισοδίων της Θεοτόκου στον Ναό και η διατροφή της από την ουράνια τροφή που της έφερε ο άγγελος μάς υποδεικνύει ότι πρέπει να στραφούμε περισσότερο σε αυτήν την ουράνια τροφή, τον πνευματικό ουράνιο Άρτο, διότι έτσι θα χορτάσουμε από την πνευματική πείνα.



# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2024

**Παρασκευή 1<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Ι.Ν. Παναγίας Σουμελάς, EAST KEILOR  
– Οσίου Δαβίδ τοῦ ἐν Εὐβοίᾳ

---

**Κυριακή 3<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Ε΄ Λουκά – Αναστάσιμος Ὁρθρος και Θεία  
Λειτουργία, 7:15πμ – 11:00πμ

**Δευτέρα 4<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Αγίου Γεωργίου Καρσλίδη – Ὁρθρος και  
Θεία Λειτουργία, 7:30πμ – 10:00πμ

**Πέμπτη 7<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Σύναξη Νεολαίας – Παράκληση της  
Παναγίας και Πνευματική Ομιλία, 7:00μμ – 9:00μμ

**Παρασκευή 8<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Σύναξις τῶν Παμεγίστων Ταξιαρχῶν  
Μιχαήλ και Γαβριήλ, και τῶν λοιπῶν ἁγίων ἀσωμάτων και οὐρανίων  
Ταγμάτων – Ὁρθρος και Θεία Λειτουργία, 7:30πμ – 10:00πμ

**Σαββάτο 9<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Αγίου Νεκταρίου Θαυματουργοῦ ἐν  
Αίγινης – Ὁρθρος και Θεία Λειτουργία, 7:30πμ – 10:00πμ

---

**Κυριακή 10<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Η΄ Λουκά, Αγίου Πατρὸς ἡμῶν Ἀρσενίου  
τοῦ Καππαδόκου – Αναστάσιμος Ὁρθρος και Θεία Λειτουργία, 7:15πμ –  
11:00πμ

**Δευτέρα 11<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Αγίου Μεγαλομάρτυρος Μηνᾶ – Ὁρθρος  
και Θεία Λειτουργία, 7:30πμ – 10:00πμ

☩ Σύναξη Ηλικιωμένων, 10:00πμ – 1:00μμ



Μέγας και πανηγυρικός Εσπερινός τοῦ Αγίου Ἰωάννου τοῦ  
Ἐλεήμονος, 6:00μμ – 7:30μμ



**Τρίτη 12<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Αγίου Πατρὸς ἡμῶν Ἰωάννου  
Ἀρχιεπισκόπου Ἀλεξανδρείας τοῦ Ἐλεήμονος – Πανηγυρικός  
Ὁρθρος και Θεία Λειτουργία, 7:30πμ – 10:00πμ

**Τετάρτη 13<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Αγίου Ιωάννου του Χρυσοστόμου  
Αρχιεπισκόπου Κωνσταντινουπόλεως – Όρθρος και Θεία Λειτουργία,  
7:30πμ – 10:00πμ

**Πέμπτη 14<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Αγίου Αποστόλου Φιλίππου, Έν άγίοις  
Πατρός ήμών Γρηγορίου Αρχιεπισκόπου Θεσσαλονίκης του θαυματουργού  
– Όρθρος και Θεία Λειτουργία, 7:30πμ – 10:00πμ

☞ Σύναξη Νεολαίας – Παράκληση της Παναγίας και Πνευματική Ομιλία,  
7:00μμ – 9:00μμ



**Παρασκευή 15<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Αρχή Νηστείας των  
Χριστουγέννων. Κατάλυσις ιχθύος εως 17η Δεκεμβρίου.

**Σαββάτο 16<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Αγίου Αποστόλου και Ευαγγελιστού  
Ματθαίου – Όρθρος και Θεία Λειτουργία, 7:30πμ – 10:00πμ

---

**Κυριακή 17<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Θ' Λουκά, Εν άγίοις Πατρός ήμών  
Γρηγορίου Έπισκόπου Νεοκαισαρείας του Θαυματουργού, Ιερουργούντος  
του Γέροντα Αντίπα Αγιορείτου – Αναστάσιμος Όρθρος και Θεία  
Λειτουργία, 7:15πμ – 11:00πμ

☞ Θα ακολουθήσει γεύμα και πνευματική ομιλία στην αίθουσα της  
εκκλησίας. Το γεύμα θα είναι \$50 το άτομο για να βοηθήσουμε το  
Μοναστήρι του Γέροντα. Σας παρακαλούμε να κλείσετε θέσεις.

**Δευτέρα 18<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Σύναξη Ηλικιωμένων, 10:00πμ – 1:00μμ



**Πέμπτη 21<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Η ΕΝ ΤΩ ΝΑΩ ΕΙΣΟΔΟΣ ΤΗΣ  
ΔΕΣΠΟΙΝΗΣ ΗΜΩΝ ΘΕΟΤΟΚΟΥ – Όρθρος και Θεία Λειτουργία,

7:30πμ – 10:00πμ

☞ Σύναξη Νεολαίας – Παράκληση της Παναγίας και Πνευματική Ομιλία,  
7:00μμ – 9:00μμ

**Παρασκευή 22<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Βραδινή Θεία Λειτουργία του Όσιου  
Πατρός ήμών Ιακώβου Τσαλίκης, 7:00μμ – 9:00μμ

---

**Κυριακή 24<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** ΙΓ' Λουκά – Αναστάσιμος Όρθρος και  
Θεία Λειτουργία, 7:15πμ – 11:00πμ

**Δευτέρα 25<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Αγίας Μεγαλομάρτυρος Αικατερίνης – Όρθρος και Θεία Λειτουργία, 7:30πμ – 10:00πμ

☩ Σύναξη Ηλικιωμένων, 10:00πμ – 1:00μμ

**Τρίτη 26<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Όσιου Πατρός ἡμῶν Στυλιανού τοῦ Παφλαγόνος – Όρθρος και Θεία Λειτουργία, 7:30πμ – 10:00πμ

**Πέμπτη 28<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Σύναξη Νεολαίας – Παράκληση της Παναγίας και Πνευματική Ομιλία, 7:00μμ – 9:00μμ

**Παρασκευή 29<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Αγίου Φιλουμένου Αγιοταφείτου – Όρθρος και Θεία Λειτουργία, 7:30πμ – 10:00πμ

**Σαββάτο 30<sup>η</sup> Νοεμβρίου:** Ι.Ν. Αγίου Ανδρέου, SUNSHINE – Αγίου Αποστόλου Ανδρέου τοῦ Πρωτοκλήτου



## NOVEMBER PROGRAM 2024

**Friday 1<sup>st</sup> November:** Holy Church of Panagia Soumela, EAST KEILOR  
– For the Feast Day of St David of Evia

---

**Sunday 3<sup>rd</sup> November:** 5<sup>th</sup> Sunday of Luke – Resurrectional Matins and Divine Liturgy, 7:15am – 11:00am

**Monday 4<sup>th</sup> November:** St George Karslidis – Matins and Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

**Thursday 7<sup>th</sup> November:** Fellowship – Paraklesis to our Lady the Theotokos followed by a Spiritual Talk, 7:00pm – 9:00pm

**Friday 8<sup>th</sup> November:** Synaxis in honour of the Chief Commanders Michael and Gabriel, and the other holy bodiless and celestial Orders – Matins and Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

**Saturday 9<sup>th</sup> November** St Nektarios the Wonderworker – Matins and Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

---

**Sunday 10<sup>th</sup> November:** 8<sup>th</sup> Sunday of Luke, St Arsenios the Cappadocian – Resurrectional Matins and Divine Liturgy, 7:15am – 11:00am

**Monday 11<sup>th</sup> November:** St Mena the Great-Martyr – Matins and Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

☩ Elderly Gathering, 10:00am – 1:00pm



Great and Festive Vespers of St John the Merciful Patriarch of Alexandria, 6:00pm – 7:30pm



**Tuesday 12<sup>th</sup> November:** Our Holy Father St John the Merciful – Festive Matins and Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

**Wednesday 13<sup>th</sup> November:** Our Father Among the Saints John Chrysostom Archbishop of Constantinople – Matins and Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

**Thursday 14<sup>th</sup> November:** Holy Apostle Philip, St Gregory Palamas the Wonderworker and Archbishop of Thessaloniki – Matins and Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

☩ Fellowship – Paraklesis to our Lady the Theotokos followed by a Spiritual Talk, 7:00pm – 9:00pm



**Friday 15<sup>th</sup> November:** The Nativity Fast begins today for the great feast of the birth in the flesh of our Lord Jesus Christ. Fish may be consumed, except on Wednesdays and Fridays, until the 17<sup>th</sup> of December.

**Saturday 16<sup>th</sup> November:** Holy Apostle and Evangelist Matthew – Matins and Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

---

**Sunday 17<sup>th</sup> November:** 9<sup>th</sup> Sunday of Luke, Gregory the Wonderworker Bishop of Neocaesarea, Presided by Elder Antipas of Mt Athos – Resurrectional Matins and Divine Liturgy, 7:15am – 11:00am

☩ There will be a Luncheon Fundraiser in the Hall to follow and Elder Antipas will give a Spiritual Talk. All proceeds raised are to help the Elder's Monastery, \$50 per person.



**Monday 18<sup>th</sup> November:** Elderly Gathering, 10:00am – 1:00pm



**Thursday 21<sup>st</sup> November:** THE ENTRANCE OF OUR LADY  
THE THEOTOKOS INTO THE TEMPLE – Matins and Divine Liturgy,  
7:30am – 10:00am

☞ Fellowship – Paraklesis to our Lady the Theotokos followed by a Spiritual  
Talk, 7:00pm – 9:00pm

**Friday 22<sup>nd</sup> November:** Evening Liturgy in honour of St Iakovos  
Tsalikis, 7:00pm – 9:00pm

---

**Sunday 24<sup>th</sup> November:** 13<sup>th</sup> Sunday of Luke – Resurrectional Matins  
and Divine Liturgy, 7:15am – 11:00am

**Monday 25<sup>th</sup> November:** St Katherine the Great Martyr – Matins and  
Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

☞ Elderly Gathering, 10:00am – 1:00pm

**Tuesday 26<sup>th</sup> November:** St Stylianos of Paphlagonia – Matins and  
Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

**Thursday 28<sup>th</sup> November:** Fellowship – Paraklesis to our Lady the  
Theotokos followed by a Spiritual Talk, 7:00pm – 9:00pm

**Friday 29<sup>th</sup> November:** St Philoumenos the New-Martyr of Jacob's Well  
– Matins and Divine Liturgy, 7:30am – 10:00am

**Saturday 30<sup>th</sup> November:** Holy Church of St Andrew, SUNSHINE – For  
the Feast Day of St Andrew the First-Called Apostle



## What was the bread that the Virgin ate in the Holy of Holies? – Entrance of the Theotokos into the Temple

The Entrance of the Theotokos into the Temple is associated with miraculous events. When we talk about the Temple, we mean Solomon's Temple and when we talk about the Entrance into the Temple, we mean the entry of the Virgin into the Holy of Holies.

It is known that in the main Temple of Solomon there were Priests who burned the incense of worship and in the Holy of Holies, today we would say, in the Holy Altar, the High Priest went in only once a year.

When we celebrate the Entrance of the Theotokos into the Temple, we mean the Entry of the Theotokos into the Holy of Holies, to remain there for twelve full years, from three years to fifteen, living in the Light of God and experiencing theosis. This is how the Holy Fathers of our Church interpret this fact.

It was therefore a provocative event, for a person and even a girl to enter this holy place, where the most sacred objects of Israel were kept, such as the Ark of the Covenant, the Jar of Manna, the Rod of Aaron; even the Priests did not have a right to enter, and neither the High Priest daily.

Inside the Holy of Holies, the Virgin Mary for twelve years was nourished by bread brought to her by the Archangel Gabriel. This is mentioned in the tradition of our Church and was one

of the miraculous events. In a hymn of the vespers of the feast it is written: "A holy Angel provides her food". And in another troparion it is said: "Being fed heavenly food, O Virgin, having faithfully been given bread in the Temple of the Lord".

What was this bread from which the Virgin was fed? St. Gregory Palamas, referring to this blessed bread that nourished the Virgin Mary, says that God sent "nourishment from above, hidden there to the Virgin by an angel."

But it was not an ordinary bread that the angel took from some house and carried to the Virgin Mary, but in reality it was the uncreated energy of God, through which, according to St. Gregory Palamas, "by nature is more superior and strengthening, and according to the bodiless powers, more pure and superior, and is preserved and perfect".

It is obvious that it was not a created food, a material bread, but another different, foreign food, that is, it was the energy of God which strengthened the body of the Virgin to have noetic prayer and theoria of God. This means that for twelve years the Virgin Mary was in the Light of God and had communion with Him, she had reached theosis.

In fact, she lived as Adam and Eve lived in Paradise before the fall, which is why when the angel visited her during the Annunciation to announce that she

would become the Mother of Christ, she was called Full of Grace.

This bread from which the Virgin was nourished did not disappear from the Church, it still exists today. It is not about the daily bread, but about the Bread of Life which is Christ Himself.

This Bread was referred to by Christ in the dialogue with which he answered the devil on the Mount of Temptation. When the devil instructed him to turn the stones into bread, He replied, "Man shall not live by bread alone, but by every word that proceeds from the mouth of God" (Matthew 4:4).

In addition to the material bread, which we taste daily, there is also the spiritual Bread, Christ Himself and His Word. St. John Chrysostom writes: "God is mighty, and with a word he feeds the hungry." And this can be seen from the liturgy of our Church, that the saints lived from this spiritual Bread.

Christ, with the prayer he taught us, the well-known "Our Father, included the request: "Give us our daily bread today". It is about the bread necessary for the essence of our existence, that is why it is called necessary.

And because the Church placed a Sunday prayer with this specific request during the Divine Liturgy and shortly before Holy Communion, this request mainly refers to the Eucharistic bread, the eating of the Body and the drinking of the Blood of Christ. After all, this same Christ said: "I am the Bread that

came down from heaven", He is the heavenly Manna.

Saint Maximus the Confessor, interpreting this request of the Lord's Prayer, connects it with the Holy Communion of the Body and Blood of Christ and speaks of the, "Food of the bread of life", "so that you may overcome the death of sin", from the present life of mortality.

Of course, even if we consider that this request to receive the bread also refers to the "ephemeral bread", through which the present life is constituted, we will not fail.

With this Bread, the Grace and energy of God, the Virgin was nourished in the Holy of Holies. We also feed on this Bread every time we celebrate the Divine Liturgy. And of course, in order for this Bread, that is, Christ, to act "in eternal life", we must live in the way that the Virgin Mary lived.

This wonderful event that happened to Panagia is very important for our lives. Man consists of soul and body and it follows that material food sustains and keeps the body in good condition, while the Grace and energy of God sustains both soul and body, the whole man. With these conditions man is complete, he has a meaning of life and existence.

We live in an age in which there is only talk of material bread and less of spiritual Bread. Man in our time is a consuming being who sucks in insatiable material goods, spectacles,

hearings and thinks that this way he will satisfy his spiritual hunger.

There is constant talk of increasing per capita income. We are not against everything that improves man's life, but we cannot accept a life that is based only on material goods, because in such a case man always remains unsatisfied, because man's soul seeks other food and thirsts for other water. Christ said "blessed are those who hunger and thirst for righteousness".

There is talk today of an economic crisis, of material bankruptcy. But the

crisis in reality is a spiritual crisis, a crisis of values, ideals, a crisis of existential pursuits.

There are people who live in wealth and feel a void of existence, on the contrary there are others who live in simplicity and asceticism and feel fulfilled.

The feast of the Entry of the Virgin into the Temple and her feeding from the heavenly food brought to her by the angel indicates to us that we must turn more to this heavenly food, the spiritual heavenly Bread, because that is how we will be satisfied from spiritual hunger.

