



## ΕΛΛΗΝΟΡΘΟΔΟΞΗ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ ΤΟΥ ΒΑΠΤΙΣΤΟΥ

Wightman Rd, London, N8 0LY, tel: 020 8348 7104

[stjohngreekorthodoxchurch.com](http://stjohngreekorthodoxchurch.com) | ✉  
[church@stjohngreekorthodoxchurch.com](mailto:church@stjohngreekorthodoxchurch.com)

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΚΟΛΟΥΘΙΩΝ ΜΗΝΟΣ ΙΟΥΝΙΟΥ 2026

<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 1<sup>η</sup></b> 09:30 – 11:45 16:00 – 16:45	Αγίου Πνεύματος, Ιουστίνου Φιλοσόφου, Ιουστίνου Μάρτυρος Όρθρος – Θεία Λειτουργία – Αρτοκλασία – Αγιασμός Παρακλητικός Κανών Αγίου Ιωάννου
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ 7<sup>η</sup></b> 09:00 – 12:30	ΑΓΙΩΝ ΠΑΝΤΩΝ, Θεοδότου Αγκύρας, Σεβαστιανής Οσίας Όρθρος – Θεία Λειτουργία – Αρτοκλασία – Μνημόσυνα
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 8<sup>η</sup></b> 09:30 – 11:30 16:00 – 16:45	Ανακομιδή Λειψάνων Θεοδώρου του Στρατηλάτου, Καλλιόπης Μάρτυρος (Αρχή νηστείας Αγίων Αποστόλων) Όρθρος – Θεία Λειτουργία Μικρός Παρακλητικός Κανών της Υπεραγίας Θεοτόκου
<b>ΠΕΜΠΤΗ 11<sup>η</sup></b> 09:30 – 11:30	Βαρθολομαίου και Βαρνάβα των Αποστόλων, Λουκά Συμφερουπόλεως Όρθρος – Θεία Λειτουργία – Αρτοκλασία
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ 14<sup>η</sup></b> 09:00 – 12:30	Β' ΜΑΤΘΑΙΟΥ, Αγιορειτών Πατέρων, Ελισσαίου Προφήτου Όρθρος – Θεία Λειτουργία – Αρτοκλασία – Μνημόσυνα
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 15<sup>η</sup></b> 16:00 – 16:45	Μικρός Παρακλητικός Κανών της Υπεραγίας Θεοτόκου
<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19<sup>η</sup></b> 09:30 – 11:30	Ιούδα Αποστόλου του Θαδδαίου Όρθρος – Θεία Λειτουργία
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ 20<sup>η</sup></b> 10:00 – 11:15	Νικολάου του Καβάσιλα Θεία Λειτουργία στα Αγγλικά
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ 21<sup>η</sup></b> 09:00 – 12:30	Γ' ΜΑΤΘΑΙΟΥ, Ιουλιανού Μάρτυρος, Τερεντίου Ιερομάρτυρος Όρθρος – Θεία Λειτουργία – Αρτοκλασία – Μνημόσυνα
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 22<sup>α</sup></b> 16:00 – 16:45	Μικρός Παρακλητικός Κανών της Υπεραγίας Θεοτόκου
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 24<sup>η</sup></b> 09:30 – 11:30	Γενέθλιον Ιωάννου του Προδρόμου Όρθρος – Θεία Λειτουργία – Αρτοκλασία
<b>ΠΕΜΠΤΗ 25<sup>η</sup></b> 09:30 – 11:30	Φεβρωνίας Οσιομάρτυρος Όρθρος – Θεία Λειτουργία
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ 27<sup>η</sup></b> 09:30 – 11:30	Σαμψών Οσίου του Ξενοδόχου Όρθρος – Θεία Λειτουργία
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ 28<sup>η</sup></b> 09:00 – 12:30	Δ' ΜΑΤΘΑΙΟΥ, Ανακομιδή Λειψάνων Κύρου και Ιωάννου των Αναργύρων, Σεργίου Οσίου του Μαγίστρου Όρθρος – Θεία Λειτουργία – Αρτοκλασία – Μνημόσυνα
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 29<sup>η</sup></b> 09:30 – 11:30 16:00 – 16:45	Πέτρου και Παύλου των Πρωτοκορυφαίων Αποστόλων Όρθρος – Θεία Λειτουργία – Αρτοκλασία Μικρός Παρακλητικός Κανών της Υπεραγίας Θεοτόκου
<b>ΤΡΙΤΗ 30<sup>η</sup></b> 09:30 – 11:30	Σύναξις 12 Αποστόλων Όρθρος – Θεία Λειτουργία – Αρτοκλασία

**Κάθε Κυριακή, μετά το πέρας της Θείας Λειτουργίας, η Κοινότητα προσφέρει κέρασμα στον χώρο του Hall.**

**Την Δευτέρα 29 Ιουνίου, στις 12:15, θα πραγματοποιηθεί δωρεάν κοινοτικό γεύμα.**

### **Περί της νηστείας των Αγίων Αποστόλων:**

Όπως είναι γνωστό, η νηστεία δεν είναι αυτοσκοπός στην πνευματική μας ζωή αλλά εργαλείο που μας βοηθά να καθαριστούμε μεταμορφώνοντας τα πάθη μας για να φτάσουμε στην Βασιλεία του Θεού.

Μέσα στις νηστείες που έχει θεσπίσει η Εκκλησία, υπάρχει και η νηστεία των Αγίων Αποστόλων που είναι δυστυχώς άγνωστη σήμερα σε πολλούς Χριστιανούς. Στις 29 Ιουνίου, η Εκκλησία εορτάζει την εορτή των πρωτοκορουφαίων Αποστόλων Πέτρου και Παύλου. Έτσι, προς ανάμνηση του μαρτυρικού θανάτου των δύο Αποστόλων, έθεσε να υπάρχει νηστεία που δεν υπερβαίνει ποτέ τις 30 ημέρες.

Η νηστεία ξεκινά την Δευτέρα μετά την Κυριακή των Αγ. Πάντων και λήγει στις 29 Ιουνίου. Είναι κινητή εορτή (Κυριακή των Αγίων Πάντων) που η διάρκεια της εξαρτάται από πότε είναι το Πάσχα. Η νηστεία αυτή, κατά τον Μ. Αθανάσιο (4ον αιώνα) ξεκινούσε μετά την Πεντηκοστή λόγω του ότι οι Απόστολοι ξεκίνησαν το έργο τους. Κατά τις Αποστολικές Διαταγές, ξεκινούσε μετά την Κυριακή των Αγ. Πάντων όπως το εορτάζουμε και εμείς. Σε αυτή τη νηστεία, τρώμε ψάρι, κρασί και λάδι. Στις 29 Ιουνίου που τελειώνει η νηστεία, υπάρχει για τους κοσμικούς κατάλυση εις πάντα, εκτός αν είναι Τετάρτη ή Παρασκευή, οπότε έχει κατάλυση ιχθύος, και για τους μοναχούς πάντοτε κατάλυση ιχθύος.

Υπήρχαν προσπάθειες να γίνει μικρότερη η νηστεία ή και να καταλυθούν και άλλες τροφές όπως την περίπτωση του Οικ. Πατριάρχη Κωνσταντινούπολεως Ιερεμία Γ' (1719 μ.Χ.) που προσπάθησε να περιορίσει τις μέρες νηστείας σε 12 επειδή στο Φανάρι, είχε καταργηθεί η νηστεία αυτή. Απέτυχε όμως αυτή η προσπάθεια επειδή εξεργέθηκαν οι ψαράδες και μπακάληδες γιατί ζημιώνονταν αυτή τη περίοδο. Προσπάθησε πάλι κατά τη δεύτερη του πατριαρχία ο Ιωακείμ ο Γ' (1901-1912), κατά την νηστεία των Αγ. Αποστόλων, να γίνεται κατάλυση αυγών, γάλακτος και τυριού. Απέτυχε όμως αυτή η προσπάθεια λόγω της σθεναρής αντίστασης από τους μοναχούς του Αγ. Όρους.

Είναι κάτι βασικό που πρέπει όλοι μας να γνωρίζουμε. Οι νηστείες της Εκκλησίας δεν θα πρέπει να τροποποιούνται για να βολεύουν τις θελήσεις μας αλλά να τροποποιούμαστε εμείς κατά τις νηστείες αυτές όπως τις έχει θεσπίσει η Αγία Εκκλησία μας. Βεβαίως υπάρχει και η «οικονομία» που γίνεται εκτάκτως και κατόπιν υποδείξεως πνευματικού για την καλύτερη θεραπεία του εκάστου άρρωστου πιστού. Επειδή όλοι μας, κατά έναν αυξημένο ή ελάχιστο βαθμό, είμαστε άρρωστοι πνευματικά και σωματικά, η Εκκλησία έρχεται ως να βοηθήσει τον καθέναν κατά τον βαθμό της ασθένειάς του. Πρέπει όμως όλοι μας να ακολουθούμε την γενική γραμμή της Εκκλησίας και να μην κοιτάμε την εξαίρεση, την οικονομία ως μια εύκολη λύση αλλά κατόπιν ευλογίας του πνευματικού μας, να πολεμάμε για το καλύτερο της ψυχής μας.

Εύχομαι όλοι μας να μην παραμελήσουμε και αυτή την σημαντική νηστεία της Εκκλησίας μας και να την χρησιμοποιήσουμε καταλλήλως προς την θεραπεία της ψυχής μας.



## GREEK ORTHODOX COMMUNITY OF ST JOHN THE BAPTIST

Wightman Rd, London, N8 0LY, tel: 020 8348 7104

🌐 [stjohngreekorthodoxchurch.com](http://stjohngreekorthodoxchurch.com) |

✉ [church@stjohngreekorthodoxchurch.com](mailto:church@stjohngreekorthodoxchurch.com)

### SERVICES SCHEDULE OF JUNE 2026

<b>MONDAY 1<sup>st</sup></b> 09:30 – 11:45 16:00 – 16:45	<b>Of the Holy Spirit, Justin the Philosopher, Justin the Martyr</b> Matins – Divine Liturgy – Artoklasia – Blessing of the Water Supplicatory Canon of Saint John
<b>SUNDAY 7<sup>th</sup></b> 09:00 – 12:30	<b>Of ALL SAINTS, Theodotus of Ancyra, Sebastiane the Venerable</b> Matins – Divine Liturgy – Artoklasia – Memorials
<b>MONDAY 8<sup>th</sup></b> 09:30 – 11:30 16:00 – 16:45	<b>Translation of the Relic of the Holy Great-martyr Theodore the General (Beginning of the Fast of the Holy Apostles)</b> Matins – Divine Liturgy Small Paraklesis to the Mother of God
<b>THURSDAY 11<sup>th</sup></b> 09:30 – 11:30	<b>Bartholomew and Barnabas the Apostles, Luke Archbishop of Simferopol</b> Matins – Divine Liturgy – Artoklasia
<b>SYNDAY 14<sup>th</sup></b> 09:00 – 12:30	<b>2<sup>nd</sup> of MATTHEW, All Saints of Mount Athos, Prophet Elisha</b> Matins – Divine Liturgy – Artoklasia – Memorials
<b>MONDAY 15<sup>th</sup></b> 16:00 – 16:45	Small Paraklesis to the Mother of God
<b>FRIDAY 19<sup>th</sup></b> 09:30 – 11:30	<b>Jude the Apostle Thaddaeus</b> Matins – Divine Liturgy
<b>SATURDAY 20<sup>th</sup></b> 10:00 – 11:15	<b>Nicholas Cabasilas</b> Divine Liturgy in English
<b>SUNDAY 21<sup>th</sup></b> 09:00 – 12:30	<b>3<sup>rd</sup> Of MATTHEW, Julian the Martyr, Terentius the Hieromartyr</b> Matins – Divine Liturgy – Artoklasia – Memorials
<b>MONDAY 22<sup>nd</sup></b> 16:00 – 16:45	Small Paraklesis to the Mother of God
<b>WEDNESDAY 24<sup>th</sup></b> 09:30 – 11:30	<b>Birth of John the Baptist and Forerunner</b> Matins – Divine Liturgy - Artoklasia
<b>THURSDAY 25<sup>th</sup></b> 09:30 – 11:30	<b>Febronia the Venerable Martyr</b> Matins – Divine Liturgy
<b>SATURDAY 27<sup>th</sup></b> 09:30 – 11:30	<b>Samson the Hospitable</b> Matins – Divine Liturgy
<b>SUNDAY 28<sup>th</sup></b> 09:00 – 12:30	<b>4<sup>th</sup> Of MATTHEW, Translation of the Relics of Cyrus and John the Unmercenaries, Sergius the Magister</b> Matins – Divine Liturgy – Artoklasia – Memorials
<b>MONDAY 29<sup>th</sup></b> 09:30 – 11:30 16:00 – 16:45	<b>Peter and Paul the Chief Apostles</b> Matins – Divine Liturgy – Artoklasia Small Paraklesis to the Mother of God
<b>TUESDAY 30<sup>th</sup></b> 09:30 – 11:30	<b>Synaxis of the Twelve Apostles</b> Matins – Divine Liturgy – Artoklasia

**Every Sunday, following the conclusion of the Divine Liturgy, the Community offers refreshments in the Hall.**

**On Monday, June 29, at 12:15 p.m., a free community meal will be offered.**

**Concerning the Fast of the Holy Apostles:**

As is well known, fasting is not an end in itself in our spiritual life, but rather a spiritual tool that helps us purify ourselves by transforming our passions, so that we may attain the Kingdom of God.

Among the fasts established by the Church is the Fast of the Holy Apostles, which unfortunately remains unknown today to many Christians. On June 29, the Church celebrates the feast of the Holy Chief Apostles Peter and Paul. Thus, in remembrance of the martyrdom of these two Apostles, the Church established a fast which never exceeds thirty days.

The fast begins on the Monday after the Sunday of All Saints and ends on June 29. Since the Sunday of All Saints is a movable feast, the duration of the fast depends on the date of Pascha (Easter). According to Saint Athanasius the Great (4th century), this fast originally began after Pentecost, because that was when the Apostles began their ministry. According to the Apostolic Constitutions, however, it began after the Sunday of All Saints, as we continue to observe it today. During this fast, fish, wine, and oil are permitted. On June 29, when the fast concludes, the laity may partake of all foods unless the feast falls on a Wednesday or Friday, in which case fish is permitted. For monastics, fish is always permitted on that day.

Throughout history, there have been attempts to shorten the fast or to permit additional foods. One such case involved the Ecumenical Patriarch of Constantinople Jeremiah III of Constantinople (1719 A.D.), who attempted to reduce the fasting period to twelve days because the fast had already been abolished in the Phanar. However, this attempt failed because the fishermen and grocers reacted strongly, as they suffered financial losses during that period. Later, during his second patriarchate, Joachim III of Constantinople (1901–1912) attempted to permit the consumption of eggs, milk, and cheese during the Apostles' Fast. This effort also failed due to the strong opposition of the monks of Mount Athos.

This is something essential that we should all know and understand clearly. The fasts of the Church should not be altered in order to suit our own desires; rather, we ourselves should be transformed through these sacred fasts as they have been established by the Holy Church. Of course, there is also the principle of "oikonomia" (pastoral dispensation), which is applied in exceptional circumstances and under the guidance of one's spiritual father for the spiritual benefit and healing of each believer. Since all of us, to a greater or lesser extent, suffer from spiritual and bodily infirmities, the Church comes to help every person according to the degree of their weakness. Nevertheless, we should all follow the general rule and guidance of the Church and not look to exceptions or dispensations as an easy solution, but rather, with the blessing of our spiritual father, strive continually for what is spiritually beneficial for our souls.

I pray that none of us will neglect this important fast of our Holy Church, but that we may use it properly for the healing and salvation of our souls.