



Κυριακάτικο δελτίο

29 Μαρτίου 2026

Bulletin du dimanche

29 mars 2026

Κυριακὴ Ε' τῶν Νηστειῶν

Μνήμη τῆς Ὁσίας Μαρίας τῆς Αἰγυπτίας



5^e dimanche du Carême

Mémoire de Sainte Marie L'Égyptienne

Θ' Ἐωθινὸν Εὐαγγέλιον (Ἰω κ' 19-31)

9^e Évangile des Matines (Jn XX, 19-31)

Ἀπολυτίκιον Ἀναστάσιμον, ἦχος α'

Tropaire de la Résurrection, ton 1

Τοῦ λίθου σφραγισθέντος ὑπὸ τῶν Ἰουδαίων καὶ στρατιωτῶν φυλασσόντων τὸ ἄκραντόν Σου Σῶμα, ἀνέστης τριήμερος Σωτήρ, δωρούμενος τῷ κόσμῳ τὴν ζωὴν. Διὰ τοῦτο αἱ Δυνάμεις τῶν οὐρανῶν, ἐβόων Σοι ζωοδότα. Δόξα τῇ Ἀναστάσει Σου Χριστέ. Δόξα τῇ οἰκονομίᾳ Σου, μόνε Φιλάνθρωπε.

La pierre ayant été scellée et les soldats gardant ton corps très pur, Tu es ressuscité le troisième jour, ô Sauveur, en donnant au monde la vie ; c'est pourquoi, Donateur de vie, les puissances célestes Te clamaient : Gloire à ta Résurrection, ô Christ, gloire à ta royauté, gloire à ton dessein de salut, Toi le seul Ami des hommes.

Ἀπολυτίκιον τῆς Ὁσίας, ἦχος πλ. δ'

Tropaire de la Sainte, ton 8

Ἐν σοὶ Μητὲρ ἀκριβῶς διεσώθη τὸ κατ' εἰκόνα λαβοῦσα γὰρ τὸν σταυρόν, ἠκολούθησας τῷ Χριστῷ, καὶ πράπτουσα ἐδίδασκες ὑπερορᾶν μὲν σαρκὸς παρέρχεται γάρ, ἐπιμελεῖσθαι δὲ ψυχῆς, πράγματος ἀθανάτου· διὸ καὶ μετὰ Ἀγγέλων συναγάλλεται Ὁσία Μαρία τὸ πνεῦμά σου.

En toi, sainte Marie, la création à l'image de Dieu a été vraiment sauvegardée, car ayant pris ta croix, tu as suivi le Christ et tu as enseigné par tes actes à dédaigner la chair car elle passe, et à prendre soin de l'âme qui est immortelle ; c'est pourquoi avec les anges se réjouit ton esprit.

Κοντάκιον, ἦχος β'

Kondakion, ton 2

Προστασία τῶν Χριστιανῶν ἀκαταίσχυντε, μεσιτεία, πρὸς τὸν Ποιητὴν ἀμετάθετε, μὴ παρίδης, ἀμαρτωλῶν δεήσεων φωνάς, ἀλλὰ πρόφθασον, ὡς ἀγαθή, εἰς τὴν βοήθειαν ἡμῶν, τῶν πιστῶς κραυγαζόντων σοι Τάχυνον εἰς πρεσβειάν, καὶ σπεῦσον εἰς ἱκεσίαν, ἢ προστατεύουσα ἀεὶ, Θεοτόκε, τῶν τιμώντων σε.

Protectrice assurée des chrétiens, médiatrice sans défaillance devant le Créateur, ne dédaigne pas les supplications des pécheurs, mais dans ta bonté empresses-toi de nous secourir, nous qui te clamons avec foi : sois prompte dans ton intercession et empressée dans ta prière, ô Mère de Dieu, qui protèges toujours ceux qui t'honorent.

Ἀπόστολος (Ἑβρ θ', 11-14)

Épître (Hb IX, 11-14)

Στίχ. Γένοιτο, Κύριε, τὸ ἔλεός σου ἐφ' ἡμᾶς, καθάπερ ἠλπίσασμεν ἐπὶ σέ.

v. Que ta miséricorde, Seigneur, soit sur nous, car nous avons espéré en toi.

Στίχ. Ἀγαλλιᾶσθε, δίκαιοι, ἐν Κυρίῳ· τοῖς εὐθέσι πρέπει αἶνεσις.

v. Exultez dans le Seigneur, vous les justes, aux hommes droits convient la louange.

Πρὸς Ἑβραίους Ἐπιστολῆς Παύλου τὸ ἀνάγνωσμα
Ἀδελφοί, Χριστὸς παραγενόμενος Ἀρχιερεὺς τῶν μελλόντων ἀγαθῶν διὰ τῆς μείζονος καὶ τελειοτέρας σκηνης, οὐ χειροποιήτου, τοῦτ' ἔστιν οὐ ταύτης τῆς κτίσεως, οὐδὲ δι' αἵματος τράγων καὶ μόσχων, διὰ δὲ τοῦ ἰδίου αἵματος εἰσηλθεν ἐφάπαξ εἰς τὰ Ἁγία, αἰώνιαν λύτρωσιν εὐράμενος. Εἰ γὰρ τὸ αἷμα ταύρων καὶ τράγων καὶ σποδὸς δαμάλεως ῥαντίζουσα τοὺς κεκοινωνήτους ἀγιάζει πρὸς τὴν τῆς σαρκὸς

Lecture de l'épître du saint apôtre Paul aux Hébreux
Frères, le Christ a paru comme grand prêtre des biens à venir, il a traversé un tabernacle plus grand et plus parfait, celui qui n'est pas fait de main d'homme, c'est-à-dire qui n'appartient pas à cette création, et ce n'est pas avec le sang des boucs ou des jeunes taureaux, mais avec son propre sang, qu'il est entré une fois pour toutes dans le sanctuaire, nous ayant acquis l'éternelle rédemption. Si le sang des taureaux et des boucs, si la cendre des génisses,

καθαρότητα, πόσω μᾶλλον τὸ αἷμα τοῦ Χριστοῦ, ὃς διὰ Πνεύματος αἰωνίου ἑαυτὸν προσήνεγκεν ἁμῶν τῷ Θεῷ, καθαρῶς τὴν συνείδησιν ὑμῶν ἀπὸ νεκρῶν ἔργων εἰς τὸ λατρεύειν Θεῷ ζῶντι;

Εὐαγγέλιον (Μκ ι', 32-45)

Τῷ καιρῷ ἐκείνῳ, παραλαμβάνει ὁ Ἰησοῦς τοὺς δώδεκα μαθητὰς αὐτοῦ ἤρξατο αὐτοῖς λέγειν τὰ μέλλοντα αὐτῷ συμβαίνειν, ὅτι Ἰδοὺ ἀναβαίνομεν εἰς Ἱεροσόλυμα καὶ ὁ υἱὸς τοῦ ἀνθρώπου παραδοθήσεται τοῖς ἀρχιερεῦσι καὶ γραμματεῦσι, καὶ κατακρινοῦσιν αὐτὸν θανάτῳ καὶ παραδώσουσιν αὐτὸν τοῖς ἔθνεσι, καὶ ἐμπαΐξουσιν αὐτῷ καὶ μαστιγώσουσιν αὐτὸν καὶ ἐμπτύσουσιν αὐτῷ καὶ ἀποκτενοῦσιν αὐτόν, καὶ τῇ τρίτῃ ἡμέρᾳ ἀναστήσεται. Καὶ προσπορεύονται αὐτῷ Ἰάκωβος καὶ Ἰωάννης υἱοὶ Ζεβεδαίου λέγοντες· Διδάσκαλε, θέλομεν ἵνα ὁ ἐὰν αἰτήσωμεν ποιήσης ἡμῖν. ὁ δὲ εἶπεν αὐτοῖς· Τί θέλετε ποιῆσαι με ὑμῖν; οἱ δὲ εἶπον αὐτῷ· Δὸς ἡμῖν ἵνα εἷς ἐκ δεξιῶν καὶ εἷς ἐξ εὐωνύμων σου καθίσωμεν ἐν τῇ δόξῃ σου. ὁ δὲ Ἰησοῦς εἶπεν αὐτοῖς· Οὐκ οἶδατε τί αἰτεῖσθε. δύνασθε πιεῖν τὸ ποτήριον ὃ ἐγὼ πίνω, καὶ τὸ βάπτισμα ὃ ἐγὼ βαπτίζομαι βαπτισθῆναι; οἱ δὲ εἶπον αὐτῷ· Δυνάμεθα. ὁ δὲ Ἰησοῦς εἶπεν αὐτοῖς· Τὸ μὲν ποτήριον ὃ ἐγὼ πίνω πίεσθε, καὶ τὸ βάπτισμα ὃ ἐγὼ βαπτίζομαι βαπτισθήσεσθε· τὸ δὲ καθίσει ἐκ δεξιῶν μου καὶ ἐξ εὐωνύμων οὐκ ἔστιν ἐμὸν δοῦναι, ἀλλ' οἷς ἠτοίμασται. καὶ ἀκούσαντες οἱ δέκα ἤρξαντο ἀγανακτεῖν περὶ Ἰακώβου καὶ Ἰωάννου. ὁ δὲ Ἰησοῦς προσκαλεσάμενος αὐτοὺς λέγει αὐτοῖς· Οἶδατε ὅτι οἱ δοκοῦντες ἄρχειν τῶν ἐθνῶν κατακυριεύουσιν αὐτῶν καὶ οἱ μεγάλοι αὐτῶν κατεξουσιάζουσιν αὐτῶν. οὐχ οὕτω δὲ ἔσται ἐν ὑμῖν, ἀλλ' ὃς ἐὰν θέλη γενέσθαι μέγας ἐν ὑμῖν, ἔσται ὑμῶν διάκονος, καὶ ὃς ἐὰν θέλη ὑμῶν γενέσθαι πρῶτος, ἔσται πάντων δοῦλος· καὶ γὰρ ὁ υἱὸς τοῦ ἀνθρώπου οὐκ ἦλθε διακονηθῆναι, ἀλλὰ διακονῆσαι καὶ δοῦναι τὴν ψυχὴν αὐτοῦ λύτρον ἀντὶ πολλῶν.

en effet, sanctifiés et leur procurent la pureté de la chair, combien plus le sang du Christ, qui par l'éternel Esprit s'est lui-même offert à Dieu comme victime sans tache, purifiera-t-il notre conscience de ses œuvres de mort, pour nous permettre de rendre un culte au Dieu de vie !

Évangile (Mc X, 32-45)

En ce temps-là, les disciples étaient en chemin pour monter à Jérusalem, et Jésus allait devant eux. Ils étaient troublés, et le suivaient avec crainte. Et Jésus prit de nouveau les douze auprès de lui, et commença à leur dire ce qui devait lui arriver : « Voici, nous montons à Jérusalem, et le Fils de l'homme sera livré aux principaux sacrificateurs et aux scribes. Ils le condamneront à mort, et ils le livreront aux païens, qui se moqueront de lui, cracheront sur lui, le battront de verges, et le feront mourir ; et, trois jours après, il ressuscitera. » Les fils de Zébédée, Jacques et Jean, s'approchèrent de Jésus, et lui dirent : « Maître, nous voudrions que tu fasses pour nous ce que nous te demanderons. » Il leur dit : « Que voulez-vous que je fasse pour vous ? » « Accorde-nous, lui dirent-ils, d'être assis l'un à ta droite et l'autre à ta gauche, quand tu seras dans ta gloire. » Jésus leur répondit : « Vous ne savez ce que vous demandez. Pouvez-vous boire la coupe que je dois boire, ou être baptisés du baptême dont je dois être baptisé ? » « Nous le pouvons, dirent-ils. » Et Jésus leur répondit : « Il est vrai que vous boirez la coupe que je dois boire, et que vous serez baptisés du baptême dont je dois être baptisé ; mais pour ce qui est d'être assis à ma droite ou à ma gauche, cela ne dépend pas de moi, et ne sera donné qu'à ceux à qui cela est réservé. » Les dix, ayant entendu cela, commencèrent à s'indigner contre Jacques et Jean. Jésus les appela, et leur dit : « Vous savez que ceux qu'on regarde comme les chefs des nations les tyrannisent, et que les grands les dominant. Il n'en est pas de même au milieu de vous. Mais quiconque veut être grand parmi vous, qu'il soit votre serviteur ; et quiconque veut être le premier parmi vous, qu'il soit l'esclave de tous. Car le Fils de l'homme est venu, non pour être servi, mais pour servir et donner sa vie comme la rançon de plusieurs.



Ἡ Ἱερὰ Μητρόπολις Γαλλίας σᾶς εὐχαριστεῖ γιὰ τὴν ἐνίσχυση τοῦ ἔργου της.

La Métropole Grec-Orthodoxe de France vous remercie pour votre soutien.

<https://donner.mgro.fr/> (édition du reçu fiscal facilitée) - IBAN FR96 3000 2004 4200 0000 6973 E28

MÉTROPOLE GREC-ORTHODOXE DE FRANCE

EXARCHAT DU PATRIARCAT ŒCUMÉNIQUE

✉ 7, rue Georges Bizet - 75116 PARIS

☎ + 33 (0)1 47 20 82 35 - 🌐 <https://mgro.fr/>

✉ certificats@mgro.fr (cérémonies religieuses, certificats)

✉ secretariat@mgro.fr (autre demande)