



Suriyeli Aziz Efrem'in Duası

Rabbim ve ömrümün Efendisi, aylaklığın, bütünlüğün, hakimiyetin ve gereksiz övünge sözlerin ruhunu benden uzaklaştır. †

Dürüstlüğü, alçak gönlüllüğü, sabrın ve iyilik severliğinin ruhunu kullarına ver. †

Evet Rabbim ve Kralım, bana kendi hatalarımı görmemi ve kardeşimi yaralamamayı nasib et. Keza sonsuz dek yücelik senindir. Amin. †

TRIODION BAŞLANGICI		PAZ 9 ŞUBAT ORUÇSUZ HAFTA	Ferisi ve Vergi Mültezimi	Mektup: 2.Tim.3:10-15 İncil: Luka 18:10-14	Vergi mültezimi dua konusunda bizim örneğimizdir: kendini suçlama, yürekteki pişmanlık duyma, uzun süre ayakta durma, sürekli dua etme, merhamet dileme ve özellikle alçakgönüllülük.
		PAZ 16 ŞUBAT NORMAL ORUÇ HAFTASI	Sefih Oğul	Mektup: 1.Kor.6:12-20 İncil: Luka 15:11-32	Sefih Oğul tövbe konusunda bizim örneğimizdir: Kalbimizin değişmesi, tutkulu yaşam için vicdan azabı duymak ve O'na dönüşümünde bizi kucaklamayı bekleyen Allah'a tövbe etmek.
		CMT 22 ŞUBAT	Ruhların Cumartesi	Mektup: 1.Kor.10:23-28, 1.Sel.4:13-17 İncil: Luka 21:8-9, 25-27, 33-36	Özellikle ani ölümler, muhtaç ya da zor durumda olmaları nedeniyle anma töreni yapılamamış tüm imanlılar için ayırmıştır.
		PAZ 23 ŞUBAT ETE VEDA HAFTASI	Yargı Günü	Mektup: 1.Kor.8:8-9:2 İncil: Matta 25:31-46	En nihayetinde Mesih Yargıç'tır. O'nun dönüşü tüm beyhude ve dünyevi zevklerin sonudur. (Bugünden itibaren et yemeyi bırakıyoruz.) O'nun daveti ya da reddi, başkalarına gösterdiğimiz merhamete bağlıdır.
		CMT 1 MART	Çilekeş Pederler ve Vâlideler	Mektup: Rom.14:19-23, 16:25-27 İncil: Matta 6:1-13	Azizlerin bu yaşantıları, erdem sahasına girerken ruhlarmızda şevk uyandırmak için örnek olarak gösterilmektedir.
	PAZ 2 MART AF PAZARI PEYNİRE VEDA HAFTASI	Cennetten Kovalma	Mektup: Rom.13:11-14:4 İncil: Matta 6:14-21	Adem'in oruç tutma emrini çiğnemesi insanlığın Allah'ı terk etmesi anlamına geliyordu, bu yüzden Allah bizi cennetten sürgün etti. Şimdi bu emir bizi Allah'ın huzurunda bağışlanmaya geri götürür. Mesih'in emirlerine itaatlılık ettiğimizde (cennetten) düşüş devam eder.	

PZT 3 MART	SAL 4 MART	ÇAR 5 MART	PER 6 MART	CUM 7 MART	CMT 8 MART
Temiz Pazartesi TAM ORUÇ* Okumalar: İsa. 1:1-20, Yar. 1:1-13, Özd. 1:1-20	Temiz Salı TAM ORUÇ* Okumalar: İsa. 1:19-23, Yar. 1:14-23, Özd. 1:20-33	Temiz Çarşamba SIKI ORUÇ* Okumalar: İsa. 2:3-11, Yar. 1:24-2:3, Özd. 2:1-22	Temiz Perşembe SIKI ORUÇ* Okumalar: İsa. 2:11-21, Yar. 2:4-19, Özd. 3:1-18	Temiz Cuma SIKI ORUÇ* Okumalar: İsa. 3:1-14, Yar. 2:20-3:20, Özd. 3:19-34	Aziz Theodor'un Koliva Mucizesi ŞARAP & YAĞ Okumalar: İbr. 1:1-12, 2.Tim. 2:1-10 İncil: Mark. 2:23-3:5, Yuh. 15:17-16:2
Giritli Aziz Andreas'ın Büyük Kanonunun Birinci Bölümü ile Büyük Yatsı Duası**	Giritli Aziz Andreas'ın Büyük Kanonunun İkinci Bölümü ile Büyük Yatsı Duası**	Giritli Aziz Andreas'ın Büyük Kanonunun Üçüncü Bölümü ile Büyük Yatsı Duası**	Giritli Aziz Andreas'ın Büyük Kanonunun Sonuncu Bölümü ile Büyük Yatsı Duası**	Allahdoğuran'a Okunan Selam Beyitleri***	Koliva geleneğinin başlangıcı

BÜYÜK VE MUKADDES PERHİZ		PAZ 9 MART ŞARAP & YAĞ	Ortodoksluğun Zaferi	Mektup: İbr. 11:24-26, 32-40 İncil: Yuh. 1:43-51	Büyük Perhiz için Kilise tarafından sunulan tövbenin ilk konusu, gerçek ilahi yaşam ve kurtuluş için gerçek imanın gerekli olduğudur. Bugün ikonalarla tövne yapıyoruz ve Sinodikon'u okuyoruz.
		PAZ 16 MART ŞARAP & YAĞ	Aziz Grigori Palamas	Mektup: İbr. 1:10-2:3 İncil: Mark. 2:1-12	Tövbenin ikinci konusu Aziz Grigori Palamas'ın öğretileridir. <i>Hesychia</i> (ruhani barış ve sessizlik), deneyimli bir ruhani babanın rehberliğinde hepimizin gelişmesi gereken bir uygulamadır.
		PAZ 23 MART ŞARAP & YAĞ	Kutsal Çarmıha Hürmet	Mektup: İbr. 4:14-5:6 İncil: Mark. 8:34-9:1	Tövbenin üçüncü konusu Büyük Perhiz günlerinin merkezinde yer alır. Haç'a hürmet eder ve onu yaşamlarımızın merkezine koyarız. Öz irademizi ya da egomuzu çarmıha gerek onun (çarmıhın) yüceliğine katılabiliriz.
		SAL 25 MART BALIK, ŞARAP & YAĞ	Allahdoğuran'a Müjde	Mektup: İbr. 2:11-18 İncil: Luka 1:24-38	İlkbahar Ekinoksu'ndan sonra gün ışığının karanlığın yerini almaya başlaması gibi: Doğruluk Güneşi, karanlık dünyaya girer ve her şeyi yeniden yaratmaya başlar.
		PAZ 30 MART ŞARAP & YAĞ	Aziz Yuhanna Klimakos	Mektup: İbr. 6:13-20 İncil: Mark. 9:17-31	Tövbenin dördüncü konusu, cennete yükselmek için bize rehberlik eden büyük bir kilise atası ve manastır çobanı sunar. Keşişlerin ve keşişlerin uyguladığı "asketik" hayatın dünyadaki insanların yaklaşması gereken bir ışık olduğunu öğretir.
		PER 3 NİSAN SIKI ORUÇ*	Giritli Aziz Andreas'ın Büyük Kanonu	Okumalar: İsa. 42:5-16, Yar. 18:20-33, Özd. 16:17-17:17	Eski ve Yeni Ahit'te tövbe merceğinden analiz etme konusunda hiçbir kanon bununla kıyaslanamaz. Bugün bu kanon bütünüyle uygulanmaktadır.
		CMT 5 NİSAN ŞARAP & YAĞ	Akathist İlahisi	Mektup: İbr. 9:1-7 İncil: Luka 1:39-49, 56	Meryem Ana İstanbul'daki imanlıları birçok kez kurtararak halkına imkânsız zaferler sağlamıştır. Bugün, O'nun inançlara yönelik tüm kurtarıcı eylemlerini hatırlıyoruz.
		PAZ 6 NİSAN ŞARAP & YAĞ	Mısırlı Azize Meryem	Mektup: İbr. 9:11-14 İncil: Mark. 10:32-45	Tövbenin beşinci konusu Mısırlı Azize Meryem'i ele alarak, her ne kadar biri büyük günahların en alçak bataklığında bulunsun da, tövbe yoluyla dünya üzerinde melek gibi semavi bir yaşama yükselbileceğini göstermektedir.
		CMT 12 NİSAN ŞARAP & YAĞ	Lazar Cumartesi	Mektup: İbr. 12:28-13:8 İncil: Yuh. 11:1-45	Rab, insanların kurtuluşu için ilahi düzensizlik kozmik işleyişini açıklar. İnsanlar O'na inanarak ya da O'nu öldürmek ve gömmek isteyerek tepki gösterdiler. Biz de bu seçimle karşı karşıyayız.
	PAZ 13 NİSAN Dallar Pazarı ŞARAP & YAĞ	Rabbimizin Yeruşalim'e Girişi	Mektup: Filip. 4:4-9 İncil: Yuh. 12:1-18	Bugün Rab, Kendisini Kral olarak tanıtan peygamberlik sözlerini yerine getirmektedir. Bayramın beyiti şöyle der: "Kelâm, bir tayın üzerine oturmuş, göksel küreyi genişletiyor. Faniler akılsızlıktan (yani Kelâmsızlıktan) kurtulmaya çalışırlar."	

MUKADDES HAFTA	PZT 14 NİSAN	SAL 15 NİSAN	ÇAR 16 NİSAN	PER 17 NİSAN	CUM 18 NİSAN	CMT 19 NİSAN
	Erdemli Hz. Yusuf SIKI ORUÇ* Okumalar: Matta 21:18-43; 24:3-35	10 Bakire SIKI ORUÇ* Okumalar: Matta 22:15-23:39; 24:36-26:2	Rab'ın Mesh Edilmesi SIKI ORUÇ* Okumalar: Yuhanna 12:17-50; Matta 26:6-16	Fısıh Yemeği ŞARAP & YAĞ* Okumalar: 1.Kor. 11:23-32; Mt.26:2-20; Yuh.13:3-17; Mt. 26:21-39; Lk. 22:43-44; Mt. 26:40-27:2	Kutsal Çile TAM ORUÇ* Okumalar: 12 İncil	Mesih'in Hades'e İnişi ŞARAP* Okumalar: Rom. 6:3-11; Matta 28:1-20
	İncir Ağacının Kurutulması	10 Bakire Meseli	Yağ Sürme Gizemi Fahişeler tarafından Rab'ın Mür ile Mesh Edilmesi	Ayakların Yıkınması, Gizemli Akşam Yemeği, Rabbin Getsemani Bahçesindeki Duası ve İhanet	Rab'ın Mukaddes ve Kurtaran Çilesi	Rab'ın Bedeninin Gömülmesi ve Hades'e İnişi

PASKALYA		PAZ 20 NİSAN ORUÇ YOK	Mukaddes ve Büyük Paskalya Rab İsa Mesih'in Kıyamı MESİH DIRİLDİ!	BEYAZ HAFTA Yenilenme Haftası ORUÇSUZ HAFTA Agape Akşam Duası Tüm hafta Paskalya ilahileri okunur. Cum-Hayat Veren Pınar	† Secde. *Büyük Perhiz için bu oruç kuralları geleneksel uygulamadır, ancak birinin durumunda ve koşullarına göre uygulanır. Her biri ideale yaklaşmak için filotimo (Allah ve sevdiklerimiz için mücadele sevgisi) ile mücadele etmeli, bunun için de ruhani pedere danışmak gerekir. Temiz Hafta: Yiyecek veya su yok(tam oruç); Çar: Önceden kutsanmış amaçları liturjiden sonra sıkı oruca uygun 1 öğün; Per: Büyük Yatsı duasından sonra kuru gıda ve su; Cum: Akathist'ten sonra sıkı oruca uygun 1 öğün. Oruç Boyunca Haftasonu: Şarap, yağ ve kabuklu deniz ürünleri serbesttir. Dallar Pazarı: Bazı gelenekler bu güne balığa izin veriyor. Kutsal Hafta: Pzt-Çar: Akşam duasından sonra sıkı oruca uygun 1 öğün yemek; Per: Akşam duasından sonra oruca (şarap, yağ ve kabuklu deniz ürünleri serbest) uygun 1 öğün yemek; Cum: Yiyecek veya su yok(tam oruç); Cmt: Ayından sonra oruca uygun yemek yenilebilir (Şarap içilebilir ama yağ ve kabuklu deniz ürünleri yenemez). **Akşam Yemeğinden Sonraki İbadet. ***Akathist İlahisi Cumartesi'ne kadar her Cuma Selam Beyitleri söylenir.
----------	--	---------------------------------	--	--	---