2 Μαρτίου 2015

ΜΙΚΡΟ ΛΕΞΙΚΟ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ ΤΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ

Ορθοδοξία και Ορθοπραξία / Θεολογία και Ζωή / Ορθόδοξη πίστη / Πεμπτουσία· Ορθοδοξία-Πολιτισμός-Επιστήμες



ΑΓΙΑ ΚΑΙ ΜΕΓΑΛΗ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΣΤΗ: Μια περίοδος του έτους κατά την οποία νηστεύουμε. Αποτελείται από δύο περιόδους νηστείας. Η πρώτη έχει έξι εβδομάδες (6 επί 7 ημέρες) και η δεύτερη είναι η Μεγάλη Εβδομάδα. Κατά τη διάρκειά της η νηστεία είναι αρκετά αυστηρή.



ΑΛΑΔΟ ΓΕΥΜΑ: Συνήθως Τετάρτη και Παρασκευή τρώμε φαγητό, χωρίς προσθήκη λαδιού. Πολλοί τρώνε λάδι μόνο τα Σαββατοκύριακα.

ΑΠΟΔΕΙΠΝΟ ΜΕΓΑ: Ακολουθία της Εκκλησίας, η οποίας διαβάζεται στα μοναστήρια μετά το δείπνο. Πολλοί χριστιανοί την διαβάζουν πριν από τον βραδινό ύπνο. Κατά την περίοδο της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής διαβάζεται κάθε απόγευμα και στους ενοριακούς Ναούς.

ΑΡΤΥΣΙΜΕΣ ΤΡΟΦΕΣ: Τροφές που δεν επιτρέπονται κατά την περίοδο της νηστείας. Βασικά πρόκειται για το κρέας και όλα τα γαλακτοκομικά. Εκτός από εξαιρέσεις και το ψάρι.

ΕΝΑΤΗ: Η έκφραση είναι «κάνω ενάτη». Σε πολλά μοναστήρια, κατά την περίοδο της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής παρατίθεται τράπεζα μόνο μία φορά την ημέρα, μετά τις τρεις το απόγευμα. Κατά το βυζαντινό τρόπο μέτρησης των ωρών η πρώτη ώρα της ημέρας ξεκινά με την ανατολή του ήλιου. Συνεπώς η ενάτη είναι γύρω στις τρεις το απόγευμα.

ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ: Γιορτή ιδιαίτερης σημασίας για της Εκκλησία και την υπόθεση της σωτηρίας του ανθρώπου. Όποια μέρα και αν πέσει τελείται Θ. Ευχαριστία και τρώγεται ψάρι.

ΚΑΤΑΛΥΣΙΣ ΙΧΘΥΟΣ: Σε εξαιρετικές περιπτώσεις επιβάλλεται να φάμε ψάρι ακόμη και αν είναι Τετάρτη ή Παρασκευή (π.χ. της Μεταμορφώσεως, της Κοιμήσεως της Θεοτόκου, των Εισοδίων). Κατά την περίοδο της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής ψάρι τρώγεται του Ευαγγελισμού και των Βαΐων.

ΚΑΤΑΛΥΣΙΣ ΟΙΝΟΥ ΚΑΙ ΕΛΑΙΟΥ: Σε όλη τη διάρκεια του έτους κάποιες ημέρες που η Εκκλησία εορτάζει τη μνήμη κάποιου πολύ μεγάλου αγίου επιτρέπεται να φάει ο

πιστός φαγητό με λάδι και να πιει κρασί ώστε να στηριχθεί.



ΚΟΥΦΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ: Η εβδομάδα που προηγείται της Μεγάλης. Κατά τη διάρκειά της δεν έχουμε κάποια ακολουθία εκτός από το Μεγάλο Απόδειπνο.

ΚΥΡΑ ΣΑΡΑΚΟΣΤΗ: Μια κούκλα φτιαγμένη από ζυμάρι. Έχει επτά πόδια, ένα για κάθε εβδομάδα της νηστείας. Δεν έχει στόμα (γιατί νηστεύουμε και αποφεύγουμε τις άσκοπες συζητήσεις), τα χέρια σταυρωμένα σε στάση προσευχής.



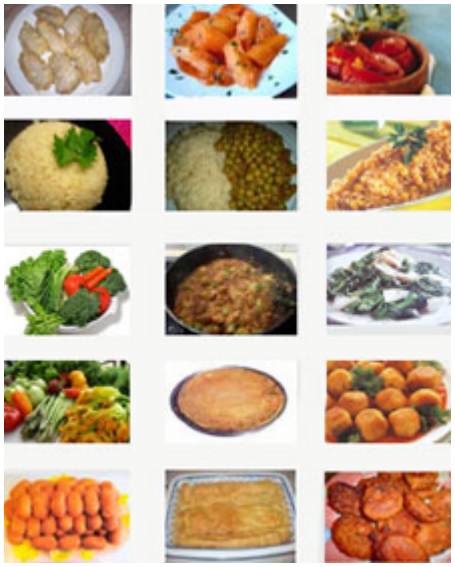
ΜΕΓΑΛΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ: Η εβδομάδα που λήγει το Μ. Σάββατο. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει αυστηρή νηστεία και ακολουθίες πρωί και βράδυ.

ΜΕΓΑΛΟΣ ΚΑΝΟΝΑΣ: Ένα εντυπωσιακό ποιητικό έργο του Αγ. Ανδρέου επισκόπου Κρήτης. Αποτελείται από εκατοντάδες τροπάρια, που αναφέρονται σε ολόκληρη την ανθρώπινη ιστορία, από την Πτώση και έπειτα. Μεταξύ πολλών άλλων αναφέρεται και στην μετάνοια. Ψάλλεται το απόγευμα της Τετάρτης πριν από τον Ακάθιστο Ύμνο.

ΝΗΣΤΕΙΑ: Ετυμολογικά σημαίνει δεν τρώγω (νή+εσθίω). Πρακτικά δεν πρόκειται για μία περίοδο τέλειας ασιτίας, αλλά για μία περίοδο κατά την οποία περιορίζουμε την ποσότητα και την ποικιλία των γευμάτων μας, ώστε να στρέψουμε την προσοχή μας στην προσευχή και τη μετάνοια.



ΝΗΣΤΗΣΙΜΕΣ ΤΡΟΦΕΣ: Όσπρια, θαλασσινά, φρούτα, λαχανικά, σοκολάτα υγείας, σόγια, λαδερά, μέλι, μαρμελάδα, ζυμαρικά, χαλβάς, ταχίνι, ξηροί καρποί, ψωμί, φρυγανιές, παξιμάδι.



ΞΗΡΟΦΑΓΙΑ: Ημέρα κατά την οποία δεν τρώμε λάδι.

ΠΡΟΗΓΙΑΣΜΕΝΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ: Ορθότερα αποκαλείται Θ. Λειτουργία των Προηγιασμένων Τιμίων Δώρων. Λόγῳ του πένθιμου χαρακτήρα της περιόδου της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής δεν τελείται το αναστάσιμο μυστήριο της Θ. Ευχαριστίας τις καθημερινές. Έτσι, προαγιάζεται Άγιος Άρτος κατά την κυριακάτικη Θ. Λειτουργία, φυλάσσεται σε ειδικό σκεύος και προσφέρεται στους πιστούς κατά τη διάρκεια της εβδομάδας.

ΤΡΙΩΔΙΟ: Βιβλίο της Εκκλησίας, το οποίο περιέχει τις ακολουθίες της περιόδου από τον εσπερινό του Τελώνου και του Φαρισαίου μέχρι το Μεγάλο Σάββατο.

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ ΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΑΣ: Η Ακολουθία του Ακαθίστου Ύμνου συνδυασμένη και

Απόδειπνο. Ψάλλεται κατά τις Παρασκευές της νηστείας. Ξεκινά από την Παρασκευή μετά την Καθαρά Δευτέρα. Τις τέσσερεις πρώτες Παρασκευές διαβάζεται τμηματικά ο Ακάθιστος Ύμνος, ενώ την πέμπτη ολόκληρος.

Πηγή: agapienxristou.blogspot.ca