

CHURCH PROGRAM FOR MARCH 2019

Saturday	2	1st SATURDAY OF THE SOULS Matins and Divine Liturgy	8.00-10.30am
		TRISAGIA (Memorial Services) Priests will be at Mt Gravatt Cemetery Section 3G – 11.30am-12:15pm Section 3C to Other Sections 12:15pm-1:30pm	11.30am –1.30pm
		DIVINE LITURGY IN ENGLISH	6-7.15pm
Sunday	3	MEATFARE SUNDAY <i>(last day of eating meat products before Pascha)</i> Matins and Divine Liturgy	8.00-10.30am
Saturday	9	2nd SATURDAY OF THE SOULS / 40 MARTYRS OF SEBASTE Matins and Divine Liturgy	8.00-10.30am
		DIVINE LITURGY IN ENGLISH	6-7.15pm
Sunday	10	FORGIVENESS (CHEESEFARE) SUNDAY <i>(last day of eating fish, eggs and milk products before Pascha)</i> Matins and Divine Liturgy	8.00-10.30am
		VESPERS OF FORGIVENESS (Marks the beginning of Lent – GREEK AND ENGLISH)	5-6pm
Monday	11	CLEAN MONDAY (first day of Lenten Fast) Great Compline	4-5pm
Tuesday	12	Great Compline	4-5pm
Wednesday	13	LITURGY OF THE PRESANCTIFIED GIFTS Great Compline	8.00-9.30am 4-5pm
Thursday	14	Great Compline	4-5pm
Friday	15	1st SALUTATIONS TO THE THEOTOKOS	7.00-8.15pm
Saturday	16	3rd SATURDAY OF THE SOULS ST THEODORE – MIRACLE WITH THE KOLLYVA Matins and Divine Liturgy	8.00-10.00am
		DIVINE LITURGY IN ENGLISH Followed by Procession with Icons for SUNDAY OF ORTHODOXY	6-7.15pm
Sunday	17	SUNDAY OF ORTHODOXY / SAINT ALEXIS THE MAN OF GOD Matins, Divine Liturgy and Procession with Icons	8.00-10.30am
Monday	18	Great Compline	4-5pm
Tuesday	19	Great Compline	4-5pm
Wednesday	20	LITURGY OF THE PRESANCTIFIED GIFTS Great Compline	8.00-9.30am 4-5pm
Thursday	21	Great Compline	4-5pm
Friday	22	2nd SALUTATIONS TO THE THEOTOKOS	7.00-8.15pm

Saturday	23	DIVINE LITURGY IN ENGLISH	6-7.15pm
Sunday	24	2ND SUNDAY OF LENT (ST GREGORY PALAMAS) Matins and Divine Liturgy	8.00-10.30am
		GREAT VESPERS FOR THE ANNUNCIATION OF THE THEOTOKOS	4.00pm-5.00pm
Monday	25	ANNUNCIATION OF THE THEOTOKOS Matins and Divine Liturgy	8.00-10.30am
		Great Compline	4-5pm
Tuesday	26	Great Compline	4-5pm
Wednesday	27	LITURGY OF THE PRESANCTIFIED GIFTS Great Compline	8.00-9.30am 4-5pm
Thursday	28	Great Compline	4-5pm
Friday	29	3 rd SALUTATIONS TO THE THEOTOKOS	7.00-8.15pm
Saturday	30	DIVINE LITURGY IN ENGLISH	6-7.15pm
Sunday	31	3 rd SUNDAY OF LENT - THE VENERATION OF THE HOLY CROSS Matins, Divine Liturgy & Service of Veneration	8.00-10.30am

GUIDE TO FASTING FOR MARCH 2018 and GREAT AND HOLY LENT 2019

Fasting is an integral and essential part of Orthodox Christian life. There are four major periods of fasting during the year and a number of other days in which we usually abstain from meat, dairy products, eggs, fish, wine and oil. Every Wednesday and Friday (with some exceptions) is a fasting day. If a feast day falls on a Wednesday or a Friday the fasting is relaxed as indicated. The Triodion (three-week preparation for Great Lent) begins on the 17/2/19. There is no fasting on Wednesday or Friday of that week. Please consult your spiritual father or a priest to help you apply these guidelines to your own spiritual struggle and situation. Fasting is an integral and essential part of Orthodox Christian life. It assists us in the struggle against sin and the passions by bringing our appetites under control to focus our mind and heart on prayer and repentance. Through it we remember the lost Paradise of Eden and the future Kingdom of Heaven where there is no eating and drinking.

During *GREAT LENT* (11th March – 28th April this year) we abstain from meat, dairy products, eggs, fish, wine and oil from Mondays to Fridays. Wine and oil are permitted on weekends (with the exception of Holy Saturday) because the Resurrection of Christ is celebrated on every weekend.

On the Feast of the Annunciation (25th March) and on Palm Sunday (21ST April this year) fish is permitted to be eaten in celebration of these great occasions. Please consult your spiritual father or a priest to help you apply these guidelines to your own spiritual struggle and situation.'

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΙΕΡΩΝ ΑΚΟΛΟΥΘΙΩΝ ΜΑΡΤΙΟΥ 2019

Σάββατο	2	Α΄ ΨΥΧΟΣΑΒΒΑΤΟΝ Όρθρος και Θεία Λειτουργία	8.00πμ-10.30πμ
		ΤΡΙΣΑΓΙΑ στο Κοιμητήριο του MT GRAVATT <i>Τμήμα 3G – 11.30πμ-12:15μμ</i> <i>Από Τμήμα 3C προς τα υπόλοιπα Τμήματα 12:15μμ-1:30μμ</i>	11.30πμ-1.30μμ
		ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΣΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ	6μμ-7.15μμ
Κυριακή	3	ΤΗΣ ΑΠΟΚΡΕΩ Όρθρος και Θεία Λειτουργία	8.00πμ-10.30πμ
Σάββατο	9	Β΄ ΨΥΧΟΣΑΒΒΑΤΟΝ / ΤΩΝ ΕΝ ΣΕΒΑΣΤΕΙΑ 40 ΜΑΡΤΥΡΩΝ Όρθρος και Θεία Λειτουργία	8.00πμ-10.30πμ
		ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΣΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ	6μμ-7.15μμ
Κυριακή	10	ΤΗΣ ΤΥΡΟΦΑΓΟΥ Όρθρος και Θεία Λειτουργία	8.00πμ-10.30πμ
		ΕΣΠΕΡΙΝΟΣ ΤΗΣ ΣΥΓΧΩΡΗΣΕΩΣ	5μμ-6μμ
Δευτέρα	11	ΚΑΘΑΡΑ ΔΕΥΤΕΡΑ (αρχή νηστείας) Μέγα Απόδειπνον	4μμ-5μμ
Τρίτη	12	Μέγα Απόδειπνον	4μμ-5μμ
Τετάρτη	13	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΠΡΟΗΓΙΑΣΜΕΝΩΝ ΔΩΡΩΝ Μέγα Απόδειπνον	8.00πμ-9.30πμ 4μμ-5μμ
Πέμπτη	14	Μέγα Απόδειπνον	4μμ-5μμ
Παρασκευή	15	Α΄ ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ	7.00-8.15μμ
Σάββατο	16	Γ΄ ΨΥΧΟΣΑΒΒΑΤΟΝ ΔΙΑ ΚΟΛΥΒΩΝ ΘΑΥΜΑΤΟΣ ΑΓ. ΘΕΟΔΩΡΟΥ Όρθρος και Θεία Λειτουργία	8.00πμ-10.00πμ
		ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΣΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ Μετά περιφορά ιερών εικόνων επί την εορτή της Κυριακής της Ορθοδοξίας	6μμ-7.15μμ
Κυριακή	17	Α΄ ΝΗΣΤΕΙΩΝ – ΤΗΣ ΟΡΘΟΔΟΞΙΑΣ / ΑΛΕΞΙΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ ΘΕΟΥ Όρθρος, Θεία Λειτουργία και Περιφορά Εικόνων	8.00πμ-10.30πμ
Δευτέρα	18	Μέγα Απόδειπνον	4μμ-5μμ
Τρίτη	19	Μέγα Απόδειπνον	4μμ-5μμ
Τετάρτη	20	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΠΡΟΗΓΙΑΣΜΕΝΩΝ ΔΩΡΩΝ Μέγα Απόδειπνον	8.00πμ-9.30πμ 4μμ-5μμ

Πέμπτη	21	Μέγα Απόδειπνον	4μμ-5μμ
Παρασκευή	22	Β' ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ	7.00-8.15μμ
Σάββατο	23	ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΣΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ	6μμ-7.15μμ
Κυριακή	24	Β' ΝΗΣΤΕΙΩΝ – ΓΡΗΓΟΡΙΟΥ ΠΑΛΑΜΑ Ορθρος και Θεία Λειτουργία	8.00-10.30πμ
ΕΣΠΕΡΙΝΟΣ ΤΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΥ ΤΗΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ 4.00-5.00μμ			
Δευτέρα	25	ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ Ορθρος και Θεία Λειτουργία	8.00-10.30πμ
		Μέγα Απόδειπνον	4μμ-5μμ
Τρίτη	26	Μέγα Απόδειπνον	4μμ-5μμ
Τετάρτη	27	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΠΡΟΗΓΙΑΣΜΕΝΩΝ ΔΩΡΩΝ Μέγα Απόδειπνον	8.00πμ-9.30πμ 4μμ-5μμ
Πέμπτη	28	Μέγα Απόδειπνον	4μμ-5μμ
Παρασκευή	29	Γ' ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ	7.00-8.15μμ
Σάββατο	30	ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΣΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ	6μμ-7.15μμ
Κυριακή	31	Γ' ΝΗΣΤΕΙΩΝ – ΤΗΣ ΣΤΑΥΡΟΠΡΟΣΚΥΝΗΣΕΩΣ Ορθρος και Θεία Λειτουργία μετά προσκύνησης σταυρού	8.00-10.30πμ

ΟΔΗΓΟΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΓΙΑ ΚΑΙ ΜΕΓΑΛΗ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΣΤΗ 2019

Η νηστεία είναι αναπόσπαστο και ουσιαστικό μέρος της Ορθόδοξης Χριστιανικής ζωής. Υπάρχουν τέσσερις μεγάλες περιόδους νηστείας κατά τη διάρκεια του έτους και ένας αριθμός άλλων ημερών, που συνήθως απέχουμε από το κρέας, τα γαλακτοκομικά προϊόντα, τα αυγά, τα ψάρια, το κρασί και το λάδι. Η Τετάρτη και η Παρασκευή (με ορισμένες εξαιρέσεις) είναι ημέρες νηστείας. Αν μια ημέρα εορτής συμπίπτει με μια Τετάρτη ή Παρασκευή, η νηστεία είναι χαλαρή όπως υποδεικνύεται παρακάτω.

Το Τριώδιο (τρεις εβδομάδες προετοιμασία για την Αγία και Μεγάλη Τεσσαρακοστή), αρχίζει στις 17/2/19. Δεν απαιτείται νηστεία την Τετάρτη ή την Παρασκευή της Α' εβδομάδας του Τριωδίου. Παρακαλούμε, συμβουλευτείτε τον πνευματικό σας πατέρα ή έναν ιερέα για να σας βοηθήσει να εφαρμόσετε αυτές τις κατευθυντήριες γραμμές, για τον δικό σας πνευματικό αγώνα και κατάσταση.

Η νηστεία μας βοηθάει στον αγώνα κατά της αμαρτίας και τα πάθη, φέρνοντας σε έλεγχο τις ορέξεις μας, για να επικεντρώσουμε το μυαλό και την καρδιά μας στην προσευχή και στη μετάνοια. Μέσα από αυτό θυμούμαστε τον χαμένο Παράδεισο της Εδέμ και τη μελλοντική Βασιλεία των Ουρανών όπου δεν υπάρχει φαγητό ή ποτό.

Κατά τη διάρκεια της ΑΓΙΑΣ και ΜΕΓΑΛΗΣ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΣΤΗΣ (εφέτος 11η Μαρτίου – 28η Απριλίου) απέχουμε από το κρέας, τα γαλακτοκομικά προϊόντα, τα αυγά, τα ψάρια, το κρασί και το λάδι από Δευτέρα μέχρι Παρασκευή. Κρασί και λάδι επιτρέπονται τα Σαββατοκύριακα (με εξαίρεση το Άγιο και Μεγάλο Σάββατο), γιατί αυτές τις ημέρες γιορτάζεται η Ανάσταση του Χριστού.

Για την Εορτή του Ευαγγελισμού (25 Μαρτίου) και την Κυριακή των Βαΐων (εφέτος στις 21η Απριλίου) επιτρέπεται η κατανάλωση ψαριών για τον εορτασμό των μεγάλων αυτών εορτών. Παρακαλούμε, συμβουλευτείτε τον πνευματικό σας πατέρα ή έναν ιερέα για να σας βοηθήσει να εφαρμόσετε αυτές τις κατευθυντήριες γραμμές, για τον δικό σας πνευματικό αγώνα και κατάσταση.