



Primacy of the Armenian Apostolic Orthodox Church
of the United Kingdom and Republic of Ireland

His Grace Bishop Hovakim Manukyan, Primate

Saint Yeghiche Armenian Church Parish

Սր Եղիշե Հայոց Եկեղեցւոյ Ծուխ

Cranley Gardens, Kensington London, SW7 3BB

t. +44 (0)20 7373 8133 Pastoral office email. info@styeghiche.org.uk

www.styeghiche.org.uk <https://www.facebook.com/StYeghiche>

SUNDAY BULLETIN

1: List of the Sunday Reading,

26th February 2017

Bulletin No 10/17

Պօղոս Առաքեալի Կողմէ Հռոմէացիներուն Գրուած Նամակէն 13:11-14

Նաեւ գիտնա՛նք ատենը՝ թէ արդէն ժամն է քունէն արթննալու, որովհետեւ հիմա մեր փրկութիւնը աւելի՛ մօտ է՝ քան երբ հաւատացինք: Գիշերը շատ յառաջացած է, ու ցերեկը՝ մօտեցած. ուրեմն թօթափէ՛նք խաւարին գործերը, ու հագնի՛նք լոյսին գրահը: Վայելչութեա՛մբ ընթանանք, ինչպէս ցերեկ ատեն, ո՛չ թէ զեխութեամբ ու արբեցութեամբ, ո՛չ թէ խառնակ անկողինով եւ ցովութեամբ, ո՛չ թէ կռիւով ու նախանձով. հապա հագե՛ք Տէր Յիսուս Քրիստոսը, եւ մի՛ մտադրէք մարմինին ցանկութիւնները գոհացնել:

The Epistle of St Paul to the Romans 13:11-14

*Do this, knowing the time, that it is already the hour for you to awaken from sleep; for now salvation is nearer to us than when we believed. The night is almost gone, and the day is near. Therefore let us lay aside the deeds of darkness and put on the armour of light. Let us behave properly as in the day, not in carousing and drunkenness, not in sexual promiscuity and sensuality, not in strife and jealousy. But put on the Lord Jesus Christ, and make no provision for the flesh in regard to *its* lusts.*

Յիսուս Քրիստոսի Աւետարանէն Ըստ Մատթէոսի 6:1-21

«Զգուշացե՛ք որ ձեր ողորմութիւնը չընէք մարդոց առջեւ՝ տեսնուելու համար անոնցմէ. այլապէս՝ վարձատրութիւն չէք ունենար ձեր Հօրմէն, որ երկինքն է:

Ուրեմն երբ ողորմութիւն ընես, փող մի՛ հնչեցներ առջեւդ, ինչպէս կեղծաւորները կ'ընեն ժողովարաններուն ու փողոցներուն մէջ, որպէսզի փառաւորուին մարդոցմէ: Ճշմարտապէս կը յայտարարեմ ձեզի. «Անոնք ունեցած կ'ըլլան իրենց վարձատրութիւնը»: Իսկ դո՛ւն՝ երբ ողորմութիւն ընես՝ ձախ ձեռքդ թող չգիտնայ աջ ձեռքիդ ի՛նչ տալը, որպէսզի քու ողորմութիւնդ գաղտնի ըլլայ. եւ քու Հայրդ՝ որ կը տեսնէ գաղտնիքը, բացայայտօրէն պիտի հատուցանէ քեզի»:

«Երբ աղօթես՝ նման մի՛ ըլլար կեղծաւորներուն, որոնք կը սիրեն աղօթել՝ կայնելով ժողովարաններուն մէջ ու հրապարակներուն անկիւնները, որպէսզի երեւնան մարդոց: Ճշմարտապէս կը յայտարարեմ ձեզի. «Անոնք ունեցած կ'ըլլան իրենց վարձատրութիւնը»: Իսկ դո՛ւն՝ երբ աղօթես՝ մտի՛ր ներքին սենեակդ, գոցե՛ դուռդ, եւ աղօթե՛ Հօրդ՝ որ գաղտնի տեղ կը գտնուի. ու Հայրդ՝ որ կը տեսնէ գաղտնիքը, բացայայտօրէն պիտի հատուցանէ քեզի:

Երբ աղօթէք, շատախօս մի՛ ըլլաք հեթանոսներուն պէս, որովհետեւ կը կարծեն թէ պիտի ընդունուին՝ իրենց շատ խօսելուն համար: Ուրեմն մի՛ նմանիք անոնց, որովհետեւ ձեր Հայրը գիտէ ձեր պէտքերը՝ դեռ դուք չխնդրած իրմէ:

Ուստի դուք սա՛ պէս աղօթեցէք. «Հա՛յր մեր՝ որ երկինքն էս, քու անունդ սուրբ ըլլայ. քու թագաւորութիւնդ՝ գայ. քու կամքդ ըլլայ, ինչպէս երկինքը՝ նոյնպէս երկրի վրայ: Մեր ամէնօրեայ հացը՝ մեզի տո՛ւր այսօր. մեզի ներե՛ մեր պարտքերը, ինչպէս մենք ալ կը ներենք մեր պարտապաններուն. ու մեզ մի՛ տանի՛ր փորձութեան, հապա մեզ ազատե՛ Զարէն. որովհետեւ քո՛ւկդ են թագաւորութիւնը, զօրութիւնը եւ փառքը յաւիտեան. ամէն»: Արդարեւ եթէ դուք ներէք մարդոց իրենց յանցանքները, ձեր երկնաւոր Հայրն ալ պիտի ներէ ձեզի. իսկ եթէ դուք չներէք մարդոց իրենց

2: A short interpretation of the Gospel reading under the title The hard sayings'

յանցանքները, ձեր Հայրն ալ ձեզի պիտի չներէ ձեր յանցանքները»:

«Երբ ծով պահէք, տրտումներէս մի՛ ըլլաք՝ կեղծաւորներուն պէս. որովհետեւ իրենց երեսները կը խաթարեն, որպէսզի երեւնան մարդոց՝ թէ ծով կը պահեն: Ճշմարտապէս կը յայտարարեմ ձեզի, “Անոնք ունեցած կըլլան իրենց վարձատրութիւնը”: Բայց դու՛ն՝ երբ ծով պահես՝ օժէ՛ գլուխդ ու լուս՝ երեսդ, որպէսզի չերեւնաս մարդոց՝ ծով պահողի պէս, հապա քու Հօրդ՝ որ գաղտնի տեղ կը գտնուի: Եւ քու Հայրդ՝ որ կը տեսնէ գաղտնիքը, պիտի հատուցանէ քեզի»:

«Երկրի վրայ գանձեր մի՛ դիզէք ձեզի, ուր ցեցը եւ ժանգը կ'ապականեն, ուր գողերը պատ կը ծակեն ու կը գողնան: Հապա երկի՛նքը գանձեր դիզեցէք ձեզի, ուր ո՛չ ցեցը եւ ո՛չ ժանգը կ'ապականեն, ու ո՛չ գողերը պատ կը ծակեն եւ կը գողնան: Որովհետեւ ձեր գանձը ուր որ է, ձեր սիրտն ալ հո՛ն պիտի ըլլայ»:

The Holy Gospel of Jesus Christ according to Matthew 6:1-21

“Beware of practicing your righteousness before men to be noticed by them; otherwise you have no reward with your Father who is in heaven.

“So when you give to the poor, do not sound a trumpet before you, as the hypocrites do in the synagogues and in the streets, so that they may be honored by men. Truly I say to you, they have their reward in full. “But when you give to the poor, do not let your left hand know what your right hand is doing, so that your giving will be in secret; and your Father who sees *what is done* in secret will reward you.

“When you pray, you are not to be like the hypocrites; for they love to stand and pray in the synagogues and on the street corners so that they may be seen by men. Truly I say to you, they have their reward in full. “But you, when you pray, go into your inner room, close your door and pray to your Father who is in secret, and your Father who sees *what is done* in secret will reward you. “And when you are praying, do not use meaningless repetition as the Gentiles do, for they suppose that they will be heard for their many words. “So do not be like them; for your Father knows what you need before you ask Him.

“Pray, then, in this way: ***‘Our Father who is in heaven, Hallowed be Your name. ‘Your kingdom come. Your will be done, On earth as it is in heaven. ‘Give us this day our daily bread. ‘And forgive us our debts, as we also have forgiven our debtors. ‘And do not lead us into temptation, but deliver us from evil. [For Yours is the kingdom and the power and the glory forever. Amen.]***

“For if you forgive others for their transgressions, your heavenly Father will also forgive you. “But if you do not forgive others, then your Father will not forgive your transgressions.

“Whenever you fast, do not put on a gloomy face as the hypocrites *do*, for they neglect their appearance so that they will be noticed by men when they are fasting. Truly I say to you, they have their reward in full. “But you, when you fast, anoint your head and wash your face so that your fasting will not be noticed by men, but by your Father who is in secret; and your Father who sees *what is done* in secret will reward you.

“Do not store up for yourselves treasures on earth, where moth and rust destroy, and where thieves break in and steal. “But store up for yourselves treasures in heaven, where neither moth nor rust destroys, and where thieves do not break in or steal; for where your treasure is, there your heart will be also.

Participation In The Devine Liturgy

Please use the Divine Liturgy books that are found at the entrance to the church. These books contain the Armenian text as well as English translation in the second section.

Parishioners are also encouraged to sing with the choir, whose real purpose is to lead the congregation in singing the hymns. Also join in the recitation of the Creed (Havadamk E Me Astvadz).



3: List of the Feasts celebrated in the Armenian church

Մեծ Պահք

Այս տարի փետրվարի 15-ից սկսվում է Մեծ Պահքի շրջանը: Այն տևում է 48 օր՝ Բուն Բարեկենդանից մինչև Ս. Հարության (Զատիկ) տոնի նախօրեն: Այս տարի Ս. Հարության տոնը կնշվի ապրիլի 5-ին:

Պահքի շրջանում օգտագործում են բացառապես բուսական ծագում ունեցող սննդամթերք: Պահքի ընթացքում հրաժարվում են ոչ միայն որոշակի կերակուրներից, այլև մոլի սովորություններից, շատախոսությունից, ստախոսությունից, հայհոյանքից և այլ մեղքերից:

Կերակրից հրաժարվելն առանց մեղքից հետ կանգնելու՝ անօգուտ է: Մատանան միշտ պահքի մեջ է, ոչինչ չի ուտում, բայց մեղք գործելուց չի դադարում և չի հոգնում, - ասում է Ս. Գրիգոր Տաթևացին: Լեռան քարոզումն Քրիստոս պահքի մասին ասում է. Երբ ծով պահեք, տրտմերես մի լինեք կեղծավորների նման, որոնք իրենց երեսներն այլանդակում են, որպեսզի մարդկանց այնպես երևան, թե ծով են պահում, ճշմարիտ եմ ասում ձեզ, այդ իսկ է նրանց վարձը, այսինքն՝ մարդկանց երևալը և նրանցից գովվելը: Այլ երբ դու ծով պահես, օծի քո գլուխը և լվա քո երեսը, որպեսզի չերևաս մարդկանց ծով պահող, այլ քո Հորը, գաղտնաբար, և քո հայրը, որ տեսնում է, ինչ որ ծածուկ է, կհատուցի քեզ (Մատթ. 6:16-18): Մեր Տերը սովորեցնում է, թե ինչ ոգով է պետք այն կատարել: Ինչպես հիվանդությունն է ազդում մարմնի վրա, այնպես էլ մեղքն է ազդում հոգու վրա: Պահեցողությունը չէ, որ մեղքը քավում է: Աստված է քավիչը: Սակայն պահեցողությունը կարևոր է քավչարար այս սրբագործության մեջ: Զոջումը, աղոթքը, ապաշխարանքը հիմնական պայմաններն են Աստծո բուժիչ և քավիչ գործությունն ստանալու:

Պահքի 40 օրը խորհրդանշում է անապատում Քրիստոսի քառասնօրյա աղոթքի, ծոմապահության և ապաշխարության շրջանը: Իր մկրտությունից հետո Հիսուս .հոգով անապատ առաջնորդվեց ու քառասուն օր փորձվեց սատանայից: Չկերավ ու չխմեց այն օրերին (Ղուկ. 4:1-3): Հիսուս Իրեն ծոմապահության ենթարկեց մարդկային ցեղի փրկության համար, մարդկության փոխարեն Ինքն ապաշխարեց, որպեսզի բոլոր պահեցողություն անողների ապաշխարանքն իմաստ և իրականություն ստանան շնորհիվ Իր ծոմապահության: Քառասնօրյա պահքին հաջորդում է պահոց ևս մեկշաբաթյա շրջան՝ Ավագ շաբաթը: Այդ է պատճառը, որ քառասնօրյա կոչվող պահքը 48 օր է տևում:

Մեծ Պահքն ունի յոթ կիրակի, յոթ հիշարժան օրեր. Բուն բարեկենդան, Արտաքսում, Անառակի, Տնտեսի, Դատավորի, Գալստյան և Ծաղկազարդ:

Մեծ Պահքն այս տարի կիսվում է մարտի 11-ին և կոչվում է միջինք: Պահքն այդ օրը չեն ընդհատում: Պարզապես ժողովրդական սովորության համաձայն՝ այդ օրը բաղարջից պահոց գաթա են պատրաստում:

Մեծ Պահքի շրջանում վաղնջական կանոններով արգելված են եղել պսակադրությունները և մատաղը: Սակայն Վազգեն Ա կաթողիկոսի շրջաբերականով խիստ անհրաժեշտության դեպքում թույլատրվեց պսակադրություն կատարել Մեծ Պահքի շաբաթ և կիրակի օրերին, բացառապես Ավագ շաբաթվա բոլոր օրերի:

Եկեղեցական տոնացույցի համաձայն տարին բաժանվում է տոնական և պահոց օրերի: Պահոց 158 օրերի մեծ մասը կարճատև պահքեր են՝ օրապահքեր (չորեքշաբթի և ուրբաթ օրերը՝ ի հիշատակ Հիսուս Քրիստոսի մատնության և չարչարանքների) և շաբաթապահքեր, իսկ առավել ժողովրդականություն վայելող և ամենաերկարատև պահքը Մեծ կամ Քառասնորդական պահքն է: Ի՞նչ է պահքը: Առաջին իմաստով այն կամավոր ինքնազրկումն ու զսպվածությունն է սննդի նկատմամբ: Եկեղեցական ավանդության համաձայն՝ երեք տեսակի պահքեր գոյություն ունեն: Առաջինը սովորական պահքն է՝ կենդանական ծագում ունեցող սննդից (բացառությամբ մեղրի) և ոգելից խմիչքներից հրաժարումը: Երկրորդը սրբապահքն է՝ հրաժարումը նաև բուսական ծագման՝ ընդհուպ մինչև սոսկ աղուհացով սնվելը (Մեծ պահքի շրջանը կոչվում է նաև Աղուհացի շրջան): Երրորդը ծոմն է՝ միառժամանակ ընդհանրապես հրաժարումը սննդից և անգամ ջրից: Իհարկե, կարելի է նկատի առնել պահքի օգտակարությունը նաև բժշկական տեսակետից, հատկապես Մեծի պահոց շրջանում, քանի որ զարնանամուտն առանց ճարպային, կենդանական

սննդի անցկացնելը դրական ազդեցություն է ունենում օրգանիզմի վրա: Սակայն սխալ է այն մտայնությունը, թե պահքը սոսկ դիետա է՝ նիհարելու կամ որոշակի հիվանդություններից ձերբազատվելու համար: Պահքը չի սահմանափակվում միայն կենդանական սննդից հրաժարումով. այն առաջին հերթին հոգեկան ու բարոյական ամեն տեսակի ախտերից ու մոլություններից, մեղանշական մտքերից, խոսքերից ու գործերից մաքրվելն է, զոջմամբ ու ապաշխարությամբ աստվածահաճո և առաքինի կյանքին դառնալը: Պահքը շրջանում կարևոր է հոգևոր շնորհների ու հատկապես եղբայրասիրության մեջ գորանալը, քանի որ, ինչպես Եզնիկ Կողբացին է ասում..Մեկը կարող է կենդանու միս չուտել, բայց անընդհատ իր եղբոր միսը ծամել: Այս պարագային կարևոր է նաև մեկ այլ ծայրահեղությունից զգուշանալը. պահք պահելը չպետք է պատճառ դառնա պահեցողության մեջ տկարացող մեր եղբայրակցին դատելու. Ով ուտում է, թող չարհամարհի նրան, ով չի ուտում, իսկ ով չի ուտում, թող չդատի նրան, ով ուտում է (Հռոմ.14:3): Պահքի կարևորությունը առավել հարազատորեն ըմբռնելու համար պիտի ընդգծենք այն հանգամանքը, որ այն օրինադրվել է դեռևս դրախտում, և Աստծու կողմից մարդուն տրված առաջին պատվիրանը եղել է հենց պահք պահելը. Դրախտում ամեն ծառի պտուղներից կարող ես ուտել, բայց բարու եւ չարի գիտութեան ծառից մի կերեք, որովհետեւ այն օրը, երբ ուտեք դրանից, մահկահացու կդառնաքե (Ծննդ.2:16-17):

Ի տարբերություն այլ եկեղեցիների, որոնք պարզապես թվակարգում են Մեծ պահքի 7 կիրակիները, Հայաստանյայց եկեղեցին սուրբգրային հիմք ունեցող յուրահատուկ անուններով ու խորհուրդներով է օժտել այդ կիրակիները: Դրանով նրանք կազմել են խորհրդանշական մի շղթա՝ արտացոլելով մարդու դրախտային կյանքի, պատվիրանագանցության ու անկման, աստվածորոնողության և աստվածային նախախնամությամբ փրկագործության ողջ ընթացքը: Պահքերի (բացառությամբ օրապահքերի) նախորդ օրերը կոչվում են քարեկենդանե, իսկ Մեծ Պահքին նախորդում է Բուն Բարեկենդանը: Բարի կենդանություն, այսինքն՝ բարի, անհոգ և երջանիկ կյանք. այս իմաստն է ամփոփված քարեկենդանե անվան մեջ, որ առավելագույնս արտահայտված ենք տեսնում Բուն Բարեկենդանի խորհրդում, որը Մեծ Պահքի առաջին կիրակին է և պատկերում է մարդու դրախտային երանավետ կյանքը: Այս խորհուրդը երևում է անգամ սննդի օգտագործման մեջ, քանի որ Բուն Բարեկենդանը կենդանական և ճոխ ուտելիք գործածելու վերջին օրն է: Մեծ պահքի երկրորդ կիրակին կոչվում է Արտաքսման և խորհրդանշում է մարդու՝ դրախտից արտաքսվելը և Աստծո տեսությունից զրկվելը: Հենց սա է խորհրդանշում ողջ Մեծ Պահքի շրջանում եկեղեցիների վարագույրների փակ մնալը և Ս. Հաղորդությունից հավատացյալների անմասն մնալը: Երրորդ կիրակին կոչվում է Անառակի և մատնանշում է առ Աստված դառնալու և կորուսյալ դրախտը գտնելու կարեվորագույն նախապայմանը՝ ապաշխարանքը: Չորրորդ՝ Տնտեսի կիրակին, ուսուցանում է նյութական հարստության տնօրինման կերպի դերը հավիտենական փրկության կամ կորստյան մեջ: Հինգերորդ՝ Դատավորի կիրակին, պատգամում է հարատև աղոթքի անփոխարինելի նշանակությունը փրկության համար: Վերջին՝ Գալստյան կիրակին, ամփոփում է Քրիստոսի ինչպես Ս. Գալստյան խորհուրդը, այնպես էլ Երկրորդ գալստյան խոստումը:

Մեծ Պահքին անմիջապես հաջորդող շաբաթը կոչվում է Ավագ Շաբաթ և ընդգրկում է Փրկչի երկրային կյանքի վերջին կարևորագույն իրողությունները՝ հաղթական մուտքը Երուսաղեմ (Ծաղկազարդ), Վերջին Ընթրիքը, Մատնությունը, Չարչարանքները, Խաչելությունը, Մահը, Թաղումը և ի վերջո հրաշափառ Հարությունը՝ Ս. Զատիկը:

Բուն Բարեկենդան

Սովորաբար Բարեկենդան է կոչվում շաբաթապահքերի և Մեծ պահքի նախընթաց օրը: Բարեկենդանին թույլատրվում են չափավոր վայելքներ, խրախճանքներ, խաղեր եւ ուտեստներ՝ ի հետևություն Եղիային ուղղված հրեշտակի խոսքի. Ելիք, կեր, որովհետև երկար ճանապարհ ես գնալու ե (Թագ. 19:7): Բարեկենդան բառացի նշանակում է կենդանություն, բարի կյանք:

Մեծ պահքի բարեկենդանը կոչվում է Բուն Բարեկենդան, քանի որ նախորդում է ամենաերկար պահքին: Բարեկենդանը մարդու երջանկության հիշատակն է, որը դրախտում վայելում էին Ադամն ու Եվան: Այն նաև դրախտային կյանքի օրինակն է, որտեղ մարդուն արտոնված էր ճաշակել բոլոր պտուղները, բացառությամբ բարու և չարի՝ գիտության ծառի պտղից, որը պահքի խորհրդանիշն է:

Բարեկենդանն առաքինությունների արտահայտությունն է: Այդ օրը մարդիկ սգից անցնում են ուրախության, չարչարանքից՝ խաղաղության: Այս ընկալմամբ է, որ յուրաքանչյուր քրիստոնյա հոգու խոնարհումով, ապաշխարությամբ, պահքով և ողորմության հույսով սկսում է Մեծ պահքի 40-օրյա ճանապարհը: Այն տևում է 48 օր՝ Բուն Բարեկենդանից մինչև Ս. Հարության՝ Զատիկի տոնը:

Պահքի շրջանում օգտագործում են բացառապես բուսական ծագում ունեցող սննդամթերք: Պահքի ընթացքում հրաժարվում են ոչ միայն որոշակի կերակուրներից, այլև մոլի սովորություններից, շատախոսությունից, ստախոսությունից, հայիոյանքից և այլ մեղքերից: Կերակրից հրաժարվելն առանց մեղքից հետ կանգնելու անօգուտ է: .Լեռան քարոզումն Քրիստոս պահքի մասին ասում է. «Երբ ծով պահեք, տրտմերես մի լինեք կեղծավորների նման, որոնք իրենց երեսներն այլանդակում են, որպեսզի մարդկանց այնպես երևան, թե ծով են պահում, ճշմարիտ եմ ասում ձեզ, այդ իսկ է նրանց վարձը, այսինքն՝ մարդկանց երևալը և նրանցից գովվելը: Այլ երբ դու՝ ծով պահես, օծի քո գլուխը և լվա քո երեսը, որպեսզի չերևաս մարդկանց ծով պահող, այլ քո Հորը՝ գաղտնաբար, և քո հայրը, որ տեսնում է, ինչ որ ծածուկ է, կհատուցի քեզ» (Մատթ. 6:16-18):

Մեր Տերը սովորեցնում է, թե ինչ ոգով է պետք այն կատարել: Ինչպես հիվանդությունն է ազդում մարմնի վրա, այնպես էլ մեղքն է ազդում հոգու վրա: Պահեցողությունը չէ, որ մեղքը քավվում է, այլ Աստված է քավիչը: Սակայն պահեցողությունը կարևոր է քավչարար այս սրբագործության մեջ: Զոջումը, աղոթքը, ապաշխարանքը հիմնական պայմաններն են Աստծո բուժիչ և քավիչ գործությունն ստանալու: Մեծ Պահքի 40 օրը խորհրդանշում է անապատում Քրիստոսի քառասնօրյա աղոթքի, ծոմապահության և ապաշխարության շրջանը: Իր մկրտությունից հետո Հիսուս .հոգով անապատ առաջնորդվեց ու քառասուն օր փորձվեց սատանայից: Չկերավ ու չխմեց այն օրերին (Դուկ. 4:1-3):

Հիսուս Իրեն ծոմապահության ենթարկեց մարդկային ցեղի փրկության համար, մարդկության փոխարեն Ինքն ապաշխարեց, որպեսզի բոլոր պահեցողություն անողների ապաշխարանքն իմաստ և իրականություն ստանան շնորհիվ Իր ծոմապահության: Քառասնօրյա պահքին հաջորդում է պահոց ևս մեկշաբաթյա շրջան՝ Ավագ շաբաթը: Այդ է պատճառը, որ քառասնօրյա կոչվող պահքը 48 օր է տևում: Մեծ Պահքն ունի յոթ կիրակի, յոթ հիշարժան օրեր՝ Բուն բարեկենդան, Արտաքսում, Անառակի, Տնտեսի, Դատավորի, Գալստյան և Ծաղկազարդ: Ժողովրդական սովորության համաձայն՝ Մեծ Պահքի կիսվելու՝ Միջինքի օրը, բաղարջից պահոց գաթա են պատրաստում, որի մեջ մետաղադրամ են դնում: Սովորության համաձայն՝ բաժին հասնող մետաղադրամը հաջողություն է բերում: Մեծ Պահքի շրջանում վաղնջական կանոններով արգելված են եղել պսակադրությունները և մատաղը: Սակայն Վազգեն Ա կաթողիկոսի շրջաբերականով թույլատրվեց պսակադրություն կատարել Մեծ Պահքի շաբաթ և կիրակի օրերին, բացառապես Ավագ շաբաթվա բոլոր օրերի:

Եկեղեցական տոնացույցի համաձայն տարին բաժանվում է տոնական և պահոց օրերի: Պահոց 158 օրերի մեծ մասը կարճատև պահքեր են՝ օրապահքեր (չորեքշաբթի և ուրբաթ օրերը՝ ի հիշատակ Հիսուս Քրիստոսի մատնության և չարչարանքների) և շաբաթապահքեր, իսկ առավել ժողովրդականություն վայելող և ամենատեղաբարձր պահքը Մեծ կամ Քառասնորդական պահքն է: Ինչ է պահքը? Առաջին իմաստով այն կամավոր ինքնազրկումն ու զսպվածությունն է սննդի նկատմամբ: Եկեղեցական ավանդության համաձայն՝ երեք տեսակի պահքեր գոյություն ունեն:

Առաջինը սովորական պահքն է՝ կենդանական ծագում ունեցող սննդից (բացառությամբ մեղրի) և ոգելից խմիչքներից հրաժարումը: Երկրորդը սրբապահքն է՝ հրաժարումը նաև բուսական ծագման, սակայն ճոխ ու համադամ ուտելիքից՝ ընդհուպ մինչև սոսկ աղուհացով սնվելը (Մեծ պահքի շրջանը կոչվում է նաև Աղուհացից շրջան): Երրորդը ծոմն է՝ միառժամանակ ընդհանրապես հրաժարումը սննդից և անգամ ջրից:

Իհարկե, կարելի է նկատի առնել պահքի օգտակարությունը նաև բժշկական տեսակետից, հատկապես Մեծի պահոց շրջանում, քանի որ զարնանամուտն առանց ճարպային, կենդանական սննդի անցկացնելը դրական ազդեցություն է ունենում օրգանիզմի վրա: Սակայն սխալ է այն մտայնությունը, թե պահքը սոսկ դիետա է՝ նիհարելու կամ որոշակի հիվանդություններից ձերբազատվելու համար: Պահքը չի սահմանափակվում միայն կենդանական սննդից հրաժարումով. այն առաջին հերթին հոգեկան ու բարոյական ամեն տեսակի խխտերից ու մոլություններից,

մեղանշական մտքերից, խոսքերից ու գործերից մաքրվելն է, զղջմամբ ու ապաշխարությամբ աստվածահաճո և առաքինի կյանքին դառնալը: Պահոց շրջանում կարևոր է հոգևոր շնորհների ու հատկապես եղբայրասիրության մեջ գործնալը, քանի որ, ինչպես Եզնիկ Կողբացին է ասում.<<Մեկը կարող է կենդանու միս չուտել, բայց անընդհատ իր եղբոր միսը ծամել>>: Այս պարագային կարևոր է նաև մեկ այլ ծայրահեղությունից զգուշանալը. պահք պահելը չպետք է պատճառ դառնա պահեցողության մեջ տկարացող մեր եղբայրակցին դատելու. <<Ով ուտում է, թող չարհամարհի նրան, ով չի ուտում, իսկ ով չի ուտում, թող չդատի նրան, ով ուտում է>> (Հռոմ.14:3): Պահքի կարևորությունը առավել հարազատորեն ըմբռնելու համար պիտի ընդգծենք այն հանգամանքը, որ այն օրինադրվել է դեռևս դրախտում, և Աստծու կողմից մարդուն տրված առաջին պատվիրանը եղել է հենց պահք պահելը. <<Դրախտում ամեն ծառի պտուղներից կարող ես ուտել, բայց բարու եւ չարի գիտութեան ծառից մի կերեք, որովհետեւ այն օրը, երբ ուտեք դրանից, մահկահացու կդառնաք>> (Ծննդ.2:16-17):

Ի տարբերություն այլ եկեղեցիների, որոնք պարզապես թվակարգում են Մեծ պահքի 7 կիրակիները, Հայաստանյայց եկեղեցին սուրբգրային հիմք ունեցող յուրահատուկ անուններով ու խորհուրդներով է օժտել դրանք, որով նրանք կազմել են խորհրդանշական մի շղթա՝ արտացոլելով մարդու դրախտային կյանքի, պատվիրանագանցության ու անկման, աստվածորոնողության և աստվածային նախախնամությամբ փրկագործության ողջ ընթացքը:

Պահքերի (բացառությամբ օրապահքերի) նախորդ օրերը կոչվում են <<բարեկենդան>>, իսկ Մեծ Պահքին նախորդում է Բուն Բարեկենդանը: Բարի կենդանություն, այսինքն՝ բարի, անհոգ և երջանիկ կյանք. այս իմաստն է ամփոփված <<բարեկենդան>> անվան մեջ, որ առավելագույնս արտահայտված ենք տեսնում Բուն Բարեկենդանի խորհրդում, որը Մեծ Պահքի առաջին կիրակին է և պատկերում է մարդու դրախտային երանավետ կյանքը: Այս խորհուրդը երևում է անգամ սննդի օգտագործման մեջ, քանի որ Բուն Բարեկենդանը կենդանական և ճոխ ուտելիք գործածելու վերջին օրն է: Մեծ պահքի երկրորդ կիրակին կոչվում է Արտաքսման և խորհրդանշում է մարդու՝ դրախտից արտաքսվելը և Աստծո տեսությունից զրկվելը: Հենց սա է խորհրդանշում ողջ Մեծ Պահքի շրջանում եկեղեցիների վարագույրների փակ մնալը և Ս. Հաղորդությունից հավատացյալների անմասն մնալը: Երրորդ կիրակին կոչվում է Անառակի և մատնանշում է առ Աստված դառնալու և կորուսյալ դրախտը գտնելու կարեվորագույն նախապայմանը՝ ապաշխարանքը: Չորրորդ՝ Տնտեսի կիրակին, ուսուցանում է նյութական հարստության տնօրինման կերպի դերը հավիտենական փրկության կամ կորստյան մեջ: Հինգերորդ՝ Դատավորի կիրակին, պատգամում է հարատև աղոթքի անփոխարինելի նշանակությունը փրկության համար: Վերջին՝ Գալստյան կիրակին, ամփոփում է Քրիստոսի ինչպես Ա. Գալստյան խորհուրդը, այնպես էլ Երկրորդ գալստյան խոստումը: Մեծ Պահքին անմիջապես հաջորդող շաբաթը կոչվում է Ավագ Շաբաթ և ընդգրկում է Փրկչի երկրային կյանքի վերջին կարևորագույն իրողությունները՝ հաղթական մուտքը Երուսաղեմ (Ծաղկագարդ), Վերջին Ընթրիքը, Մատնությունը, Չարչարանքները, Խաչելությունը, Մահը, Թաղումը և ի վերջո հրաշափառ Հարությունը՝ Ս.Զատիկը:

Reverence Required

Please be advised that, according to the tradition of the Armenian Church, members of the congregation are strongly reminded to refrain from walking in and out of the Sanctuary while services are in progress.

You are **especially** reminded **not to do so** during

- 1) **The Chanting of the Gospel,**
- 2) **Recitation of the Creed (Havadamk),**
- 3) **The Challis Procession,**
- 4) **The Hymn “Der Voghormya”, and**
- 5) **Distribution of the Holy Communion.**

Eve of Great Lent or Great Barekendan

The Armenian Church has defined the period of Great Lent as a time of abstinence and repentance for the faithful. Each Sunday during this period is named after an event in the Holy Bible that contains the message of the day. According to the calendar, the days prior to weekly fasts, as well as Great Lent, (with the exception of the fast preceding Holy Nativity) are called Barekendan. The word Barekendan means “good living” or “good life”, as we are called to live cheerfully, joyfully, and to be happy on these days preceding fasting periods.

On these days of Barekendan, the angel’s words addressed to the prophet Elijah are fulfilled: “Arise and eat, otherwise the journey will be too great for you” (1 Kings 19:7). The Armenian Church thus allows her faithful to organize games, festivals, carnivals and large, plentiful meals to observe the feast, as it is followed by a period of fasting and abstinence.

The Eve of Great Lent, as Great Barekendan is also called, commemorates the human bliss, which Adam and Eve enjoyed in the Garden of Eden. It also symbolizes the heavenly right, according to which, mankind could eat all types of fruit, except the fruit of the Tree of Knowledge of Good and Evil. Barekendan is the manifestation of the virtues of the soul, through which people can transform mourning to joy, and torment to peace. It is with this comprehension, with bowing of our souls, penitence, fasting and hope for mercy, that each Christian individual should take his first step on the long, 40 day journey of Great Lent, culminating with the Glorious Resurrection of our Lord Jesus Christ.

The period starting from the day following the Great Barekendan and lasting till the Feast of the Glorious Resurrection of Our Lord Jesus Christ, is called Great Lent. In the period of the Great Lent, people, refraining from bodily pleasures and sins, get prepared for the Feast of the Glorious Resurrection of Our Lord Jesus Christ by means of abstinence and repentance. Both spiritual and moral and bodily abstinence are considered to be important. Our church fathers have called the period of the Great Lent as “Karasnordats”, as the period of fasting lasts 40 days. This period of the Great Lent is also called “Salt and bread”, as in the past during the period of the Great Lent people have eaten only salt and bread.

In the New and old Testaments there are many testimonies concerning the period of Great Lent. Moses fasted for forty days and only then received the Lord’s rules and canons. However, this period is related to 40-day period of temptation of Christ in the desert, following which our Church fathers established this period of fasting.

Fasting may be of three kinds: usual fasting, rigorous abstinence and absolute fasting. In case of usual fasting people can eat only food of vegetable origin. In case of rigorous fasting people refuse to eat any food even of vegetable origin. And in case of absolute fasting people refuse to eat any kind of food, including even bread and water.

During the period of the Great Lent curtains in the churches are closed in commemoration of the fact that after sinning Adam was exiled from Eden and the doors were closed before him.

Must I fast before taking Holy Communion?

The answer to this question is YES. St. Paul has the following to say about this matter in 1 Corinthians 11:27 and 29:

27. Whoever, therefore, eats the bread or drinks the cup of the Lord in an unworthy manner will be guilty of profaning the body and blood of the Lord.

29. For anyone who eats and drinks without discerning the body eats and drinks judgement upon himself.

The pious Christian must approach the Holy Altar with a clean mind, body and heart. Confession, penance and fasting are the tools for cleansing one’s insides.

In his Winter Sermons St. Gregory of Datev (14th century) urges all Christians to confess or admit the sins they have committed every Sunday, while they still remember what they have done or said during the week. Failing to confess or admit one’s sins leaves one in his/her sinful state. Receiving Holy Communion in such a state indicates that the person treats the Holy Sacrament as a formality. According to the fathers of our Church, such irresponsibility and lack of reverence turns the Communion that the person receives from being the life-giving body of Christ to a “judgement upon” oneself. This point is emphasised in their writings. In fact, verse 27 from 1 Corinthians is quoted in a homily attributed to the fifth century Armenian theologian Catholicos Hovhannes Mantagoonee, Homilies, Venice, 1860, p.170.

If a person is required to eat breakfast for health reasons, he/she may do so before receiving Holy Communion. The dietary rule also does not apply to people who are bedridden or hospitalised.

4: Հոգեհանգիստ - Memorial Service

A memorial service at St Yeghiche Armenian Church is requested:

By Istepanian and Khachikian Families for the soul of their Father and Grandfather the late **VAROOJAN KRIKOR KHACHIKIAN**, on the 40th day memorial of his passing, who passed away in Basra Iraq on 21st January 2017, and for all the old and new deceased members of the **Khachikian** and **Istepanian** Families.

May the Lord rest the souls of the deceased members of our community in peace and console their loved ones with the comforting power of His Holy Spirit.

St Yeghiche Armenian Church is looking for people of all ages to be alter servers and choir members. If you would like to be in the choir and be uplifted by singing our beautiful "Sharagans" (hymns) just come to church on any Sunday.

ՈՂՋՈՅՆ Ս ՊԱՏԱՐԱԳԻ – KISS OF PEACE

ՈՂՋՈՅՆ ՏՈՒՔ ՄԻՄԵԱՆՑ, *Voghchooyn dook mimiantz*, Give greetings to one another,

ՔՐԻՍՏՈՍ Ի ՄԷՋ ՄԵՐ ՅԱՅՏՆԵՑԱՒ, *Kristos ee metch mer haidnetzav*,

Christ is revealed among us,

ՕՐՀՆԱՆ Է ՅԱՅՏՆՈՒԹԻՒՆՆ ՔՐԻՍՏՈՍԻ, *Orhnial eh haidnootiunn kristosi*,

ENQUIRIES:

For ecclesiastical/parish matters including requests for Christenings, Home Blessing (Dnorhnek), Donations in Lieu of Flowers, arrangements for Marriages and other church administrative matters please contact Mr Viken Haladjian, phone: **07970 146 280** or **020 7373 8133** or by emailing info@styeghiche.org.uk
Alternatively please approach a member of the Parish Council at church every Sunday after Badarak.

Requiem Service (Hokehankisd)

For Requiem Service (Hokehankisd), please call the church office at **020 7373 8133**, or e-mail us your request to info@styeghiche.org.uk by Thursday, in order to include the name(s) of your beloved one(s) in the Sunday bulletin. There is no set monetary amount for requesting Hokehankisd; any amount donated is appropriate and appreciated.

Please remember our Church in your prayers.

ANNOUNCEMENT:

Your kind donations are gratefully accepted:

In order to meet the ever increasing church functioning expenses, The St Yeghiche Parish Council would like to appeal to all members of the community for their annual membership dues and generous donations. Please complete this form and hand your donation to the members of the Parish Council at the side entrance of the Church. Alternatively please post your cheque to: St Yeghiche Armenian Church Parish c/o Dr. Setrag Karanfilian, 13b Cranley Gardens, Kensington London, SW7 3BB. Please make your cheques payable to: "St Yeghiche Armenian Church".

Alternatively you can arrange a standing order or donation by bank transfer to our St Yeghiche Armenian Church Parish Ltd Account at:

HSBC, Acc.no: 42674432, Sort code: 40-02-26, IBAN: GB73MIL40022642674432, BIC: MIDLGB2106F

I wish to arrange a standing order/make a donation £to the St Yeghiche Arm. Church Parish.

Name:

Address:

Tel:.....Email:.....