

DE VESPERS VAN ZONDAGAVOND

bij: HEER IK ROEP .. 6 stichieren uit de oktoich en het mineon.

APOSTICHEN niet van de oktoich, maar het idiomelon, twee keer:

t. 8 / Door be^ge^er^te hebben wij ons na^ak^t ge^ma^ak^t. * Om een bitter genot zijn wij ten val gebr^ach^t, * en werden wij van God verban⁻nen. * Laat ons dan omkeren tot het berou^w, * de zintuigen die in oorlog zijn, rei⁻nigen * door ons over te geven aan de tijd van het Vas⁻ten; * door het hart te vestigen op de hoop der gena⁻de, * en niet op spijs, zonder nut voor een goede lev^enswand^el.* Dan wordt ons tot maaltijd het Gods⁻lam, * in de heilige, lichtbrengde Nacht van de Verrijzenis: * het Offer dat voor ons is gesl^ach^t, * dat als Spijs aan de leerlingen ge^ge^ven is, * in de avond van het grote Myste⁻rie, * en dat het duister der onwetendheid verdrijft ** in het Licht van zijn Opstanding. /

Ik hef mijn ogen tot U, Die in de hemel woont. Zie, zoals de ogen van dienaars, op de handen van hun meesters, zoals de ogen van dienaressen, op de handen van hun meesteres, zo zien onze ogen naar de Heer onze God, totdat Hij zich over ons ontfermt.

en we herhalen het idiomelon: Door begeerte ..

Ontferm U over ons, o Heer, ontferm U over ons: wij zijn overladen met verachting, onze ziel is er geheel en al van vervuld. Wij zijn de hoon der rijkaards, de verachting der hoogmoedigen. *en het volgende martyrikon:*

t. 8 / Martelaren des He⁻ren, * gij heiligt iedere plaats en geneest alle kwa⁻len. ** Sm^ee^k ook nu dat onze zielen uit de strikken van de vijand worden gered. /

Eer ... Nu en ...

t. 8 / De hemelen bezingen u, * be^geⁿadigde Moeder en ongehuwde Bruid. * En ook wij verheerlijken uw onnaspeurlijk ba⁻ren ** Moeder Gods, bid dat onze zielen mogen worden gered. /

Na deze zondag onthouden we ons van vlees, tot Pasen; wel is deze week op alle dagen, dus ook op woensdag en vrijdag, zuivel toegestaan.

METTEN VAN MAANDAG

KATHISMA *Na de eerste psalmlezing zingen we de kathisma-zangen (de rouwmoedige) uit de oktoïch (zie appendix). Na de tweede psalmlezing zingen we:*

tr- t.1 _Het voorpórtaal van de goddelijke vasten is geopend: * laten wij daardoor vol ijver binnentreden, * en onze lichamen heiligen * door ons te onthouden van spijs en hartstochten. * Want wij zijn onderdanen van Christus, * Die heel de wereld roept tot het hemels Koninkrijk. * Wijden wij dan van heel het jaar de tienden * aan de Koning van de hële wêreld ** opdat wij in liefde Zijn opstanding mogen schouwen. _

Eer... *herhalen* ; Nu en ... *theotokion*:

tropaar - t.1 _ Strek uw heilige handen uit, * waarmee gij, alheilige Maagd, de Schepper gedragen hebt, * Die in zijn Godheid ons vlees heeft aangenomen; * en bid tot Hem dat Hij ons verlost * van bekoringen, hartstochten en gevaren, * nu wij u in liefde prijzen en tot u roepen: * Eer aan Hem, Die in u woning nam, * eer aan Hem Die uit u tevoorschijn trad; ** eer aan Hem, Die ons door uw baren heeft bevrijd. _

DE CANONS *We zingen deze week de twee canons van de oktoïch en die van het mineon. Alleen in daar waar drie-oden-canons voorgeschreven zijn (vandaag de 1^e, 8^e en 9^e), laten we de twee canons van de oktoïch weg; we gebruiken daar van de canon van het mineon 6 troparen, incl. irmos, en dan de 8 troparen van het triodion. Tot slot zingen we de irmos van de laatst gelezen canon.*

In de praktijk wordt in Griekenland meestal (zo ook in Asten) deze week de oktoïch weggelaten. En zingen we dus de canons van het mineon en het triodion.

DRIE-ODEN-CANON - TOON I - VAN JOZEF

EERSTE ODE

t.1 Laat ons een overwinningslied zingen ...

Helder straalt heden het voorfeest der onthouding, het voorspel van de vastentijd. Laten wij erheen snellen, broeders, vol vertrouwen en grote vurigheid.

De aartsvader Adam heb ik nagevolgd door mijn overtredingen, en daardoor ben ik uit het paradijs van de vreugde verbannen. Maar nu val ik in berouw voor U neer en klaag: Heer, red mij.

Nu begint de tijd van rouwmoedigheid en inkeer, van het zich verwijderen van het kwade en het zich onthouden van hartstochten. Laten wij ons beijveren om te breken met onze slechte daden.

theotokion Verblind door de nacht der zonde, vlucht ik tot u, die Christus, de Zon der gerechtigheid, hebt gebaard voor hen die in het duister zijn, en ik smeeek u: Vrouwe, red mij.

EN NOG EEN ANDERE DRIE-ODEN-CANON *met dezelfde irmos*

Zie, de poort van berouw is voor ons geopend, gij allen die God bemint. Laten wij ons haasten erdoor binnen te treden voordat Christus deze voor ons sluit om onze onwaardigheid.

De lente wordt aangekondigd door deze verheven week van de voorvasten, die een begin maakt met onze reiniging, en die zowel ons lichaam als onze zielen verlicht.

Eer...

Onvermengde, ongeschapen, heilige Drieheid; boven alles goede Eenheid, Vader, Zoon en éénwezenlijke Geest: red ons altijd, die U gelovig vereren.

Nu en ... *theotokion*

De wetten der natuur zijn in u overwonnen, alreine Maagd; want zonder man hebt gij God als Kind gebaard, terwijl gij zelf daarbij ongerept en geheel rein zijt gebleven.

tot slot de irmos:

t.1 _ Laat ons allen een overwinningslied zingen voor God, * Die grote wonderen deed * door zijn opgehe - ven rechterhand; * en Die Israël heeft gered: ** want Hij heeft Zich verheer - lijkt. _

ACHTSTE ODE

t.1 Hem voor Wie de engelen ...

Mijn gehele leven heb ik verspild, zoals de Verloren Zoon, en ik heb mijzelf tot slaaf gemaakt van harde en listige meesters. Maar nu verlang ik ernaar tot Uw barmhartigheid terug te keren; o Christus, veracht mij niet!

Mijn levenswijze is verachtelijk en slecht; maar onuitputtelijk is Uw barmhartige ontferming, menslievende Verlosser. Geef tijd voor berouw aan mij, die U erom vraag en U met liefde bezing.

Kaïns onzalige levenswandel heb ik liefgehad, ik heb de waardigheid van mijn geest gedood. Daarom sidder ik, Weldoener, voor Uw gericht: veroordeel mij niet mét hem in eeuwigheid.

theotokion Alomgeprezen Maagd, gij alleen zijt voor de gelovigen een sterke hulp bij God. Maak mij vrij uit de duisternis en van de straf die hen te wachten staat, die een slecht leven leiden.

EN DE ANDERE CANON

t.1 Wij offeren U de hymne der onlichamelijken ...

Nu is het de tijd van inkeer; laten wij daarmee vol vreugde een begin maken, broeders, en laat ons roepen: Zegent alle werken des Heren de Heer.

Nu wij ons heden van voedsel onthouden, laten wij ons haasten om ook waardig berouw te hebben over onze zonden: Zegent alle werken des Heren de Heer.

Zegenen wij de Vader, de Zoon en de Heilige Geest.

Ere zij U, onzichtbare, heilige Drieheid; aanbeden in Eenheid. U vereren wij in geloof: red Uw dienaren uit alle nood.

Nu en ... *theotokion:*

Verheug u, alzalige, reine Maagd; verheug u, Moeder en dienstmaagd van de Heer; verheug u, bescherming van de wereld, gezegende Moeder Gods, lichtstralende Maria.

Loven, zegenen en aanbidden wij ... en de irmos:

t. 1 _ Wij offeren u de h^uymnè der onlichamelij^uken, *
zoals de j^ongelingen deden in de vu^uur-^oven, * en roe^u - mend
zingen^u wij: ** Z^egent, alle werken des Heren de Heer. _

NEGENTE ODE

t.1 Laat ons verheffen de stralende wolk ...

Laat ons in vreedzame gezindheid en met een oprecht gemoed de gewijde tijd van de heilige vasten verwelkomen, gelovigen. Laat ons vergeving vragen voor wat wij elk hebben gezondigd, zodat wij deel mogen krijgen aan de eeuwige vreugde.

Ziet, nu is het de tijd van het berouw: Nu is het voorfeest en de voorbeiding tot de vasten. Sta op, mijn ziel, verzoen u met uw Weldoener en God door dringende smekingen, opdat ge waarlijk het rechtvaardige, huiveringwekkende oordeel moge ontvluchten.

Laat ons allen de ingang en het voorportaal van de vasten niet ontheiligen door onmatigheid en dronkenschap, maar reinigen wij onze gedachten om vurig binnen te treden, zodat wij op waardige wijze de kransen der onbederfelijkheid en de vrucht van ons zwoegen mogen ontvangen.

theotokion Houd niet op om te smeken tot de Algoede, Die alleen onze zwakheid kent, dat wij die u vereren bevrijd mogen worden van pest, hongersnood, aardbeving en allerlei ellende, o Moeder Gods, hoop van alle aardgeborenen.

EN DE ANDERE CANON

t.1 Gij zijt de poort uit Ezechiëls visioen ...

De tijd van het berouw is aangebroken, mijn ziel, wees dus niet zorgeloos. Geef brood aan de armen, en bid dag en nacht en te allen tijde tot de Heer, opdat Hij u moge redden.

Nu wij ons van vlees en andere spijzen gaan onthouden, laten wij dan ook een einde maken aan elke onvrede met onze naaste, en aan ontucht, leugen en iedere zonde.

Eer ...

De beginloze Godheid vereer ik als Eén van natuur, maar in Drie Personen; ik verheerlijk de Vader, de Zoon en de Heilige Geest, Eénheid in Drieheid, ondeelbaar en tezamen-tronend.

Nu en ... *theotokion*

Gij, Maagd, zijt de roem, de hoop en de bescherming der gelovigen; zonder ophouden verheerlijken wij u met zangen en liederen, Moeder Gods Maria: bewaar Uw dienaren.

tot slot: irmos t. 1 _ Gij zijt de Poort uit Ezechiëls vi - sioen *
 waardoor niemand binnentrad dan God alleen: **
 u verheffen wij met hymnen, Moe - der Gods en Maagd. _

APOSTICHEN

t. 3-Ldn ∟ Altijd is het vasten goed * voor wie het op zich neemt en ten uitvoer brengt * want de overmoed der demonen is voor de vastenden bevreesd, * maar de engelen die ons leven bewaken, * blijven met nog meer ijver bij ons ** wanneer wij ons reinigen door het vasten. ∟

Heer, vervul ons 's morgens met Uw barmhartigheid; dan zullen wij juichen en ons verheugen. Geef dat wij ons mogen verheugen over al onze dagen; ook over de dagen dat Gij ons vernederd hebt, over de jaren waarin wij rampen zagen. Zie toch neer op Uw dienaren, op Uw werken, en leid hun kinderen.

en we herhalen: Altijd is het vasten goed ...

Moge de luister van de Heer onze God over ons stralen. Maak voor ons recht het werk van onze handen; ja, maak recht het werk van onze handen. *martyrikon:*

t. 3-Ldn ∟ Komt alle volkeren, laat ons de gedachtenis e - ren * van de heilige zegedragende martelaren, * die tot een schouwspel geworden zijn voor engelen en mensen. * Zij hebben van Christus de zegekrans ontvangen, ** en zij bidden voor onze zielen. _

Eer ... Nu en ... *theotokion:*

t. 3-Ldn ∟ Zonder zaad hebt gij ontvangen door de Heilige Geest, * daarom bezingen en verheerlijken wij u: ** verheug u, al-heilige Maagd. _