

ものいみ

## 齋 について

聖体礼儀という祭りを迎える準備として飲食を慎み諸欲を遠ざけ神への依存を自覚し<sup>神の方向に向き直る</sup>悔い改めるための生活を<sup>ものいみ</sup>齋 と云います。

信者でない人は齋する必要はありません。洗礼を控えた人は祭りに預かる準備として齋が必要です。

齋中は祈祷に専念して食事を節制し贅沢を控え、忍耐して諸欲を退ける術を身に付けます。肉体的な<sup>いざな</sup>誘いばかりでなく<sup>たましい</sup>霊<sup>こころ</sup>への試みを受けるので疑問を感じたら司祭に相談して解決します。

水曜日の<sup>ユダ</sup>イウダの裏切と金曜日の主の十字架を経て日曜日の復活があることを記憶するために水曜日と金曜日は齋します。イウダばかりでなく他の聖使徒等も主を置き去りにして逃げたように、私達も普段の生活で主を置き去りにしたことを<sup>かいかい</sup>悔改します。

<sup>おおものいみ</sup>大齋は<sup>過越</sup>聖大パスハを迎えるための重要な期間です。

齋中は肉・魚・卵・乳製品・油・酒を断ちます。最初の年は肉だけを断ちます。聖詠を毎日一カフィズマ読みます。人に施しをします。翌年はチーズやミルクも断ちます。長い年月をかけて高い所を目指します。厳しい齋では絶えず祈祷しながらパン・野菜・果物・蜂蜜・水・塩などで生活します。完全を目指すなら修道院に入ります。