

Μικρό λεξικό της περιόδου της Νηστείας

/ [Ορθόδοξη πίστη](#)



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. ([περισσότερα...](#))