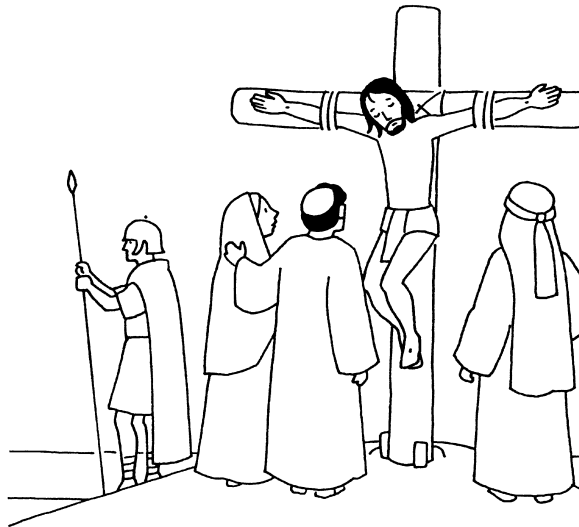




## صلیب مقدس ، راهی بسوی نجات



پاسخ این سؤال را از خود عیسی می شنویم که فرمود: «محبتی از این بزرگتر نیست که کسی جان خود را برای دوستان خود فدا کند». (انجیل یوحنا باب ۱۵ آیه ۱۳).

راز صلیب پیوند عمیق با راز خدای محبت را دارا می باشد ، خدای ما مسیحیان با مرگ تنها پسرش بر روی صلیب خواست محبت خود را برای ما به ثبوت برساند چون سرشت او محبت است.

یوحنا رسول با کلماتی خیلی شیوا و زیبا راز خدای محبت را بیان می کند ، ایشان در رساله اولش (باب ۴ آیه ۷-۹) اینطور می نویسد: «ای عزیزان ، ما باید یکدیگر را دوست بداریم ، زیرا دوستی و محبت از جانب خدا است. هر که محبت دارد فرزند خداست و خدا را می شناسد. اما آنکه محبت ندارد از خدا کاملاً بی خبر است ، زیرا خدا محبت است. و محبت خدا از این طریق به ما آشکار گردید که خدا پسر یگانه خود را به جهان فرستاد تا ما بوسیله او حیات داشته باشیم». خوب است که بدانیم در زمانیکه خداوندمان عیسی مسیح در سرزمین فلسطین می زیستند صلیب نشانه نفرت و لعنت بود چون ابزاری بود جهت اعدام جنایتکاران و خرابکاران، در ضمن انجیل می فرماید: وقتیکه عیسی بر

دوستان گرامی: مانند هر سال کلیسای مقدس به مناسبت فرا رسیدن آخرین هفته روزه پنجاهه که به هفته مقدس معروف است عید فصح مسیح را برگزار می نماید و از این راه می خواهد ایمان خود را به نجات دهنده اش ابراز کند. با برگزار کردن راز "فصح" کلیسا ، یعنی جماعت ایمانداران مسیحی ، به مرگ مسیح بر روی صلیب و رستاخیز با شکوه او تأمل و تعمق می کند تا اینکه از فیض بیکران آن بهره مند شود. اگر انجیل مقدس را با دقت مطالعه کنیم خواهیم دید که راز صلیب به شیوه های گوناگون بیان شده و از جایگاهی بسیار مهم برخوردار می باشد. خداوندمان عیسی مسیح به کرات اعلام کرد که رستاخیز او مرهون مصلوب شدن وی می باشد. او در انجیل مرقس چنین می فرماید: «آنگاه عیسی به تعلیم شاگردان پرداخت و گفت: لازم است پسر انسان متحمل رنجهای زیادی شده و به وسیله رهبران و سران کاهنان و علما طرد و کشته شود و پس از سه روز زنده گردد». (باب ۸ آیه ۳۱). جا دارد که از خودمان بپرسیم چرا از دیدگاه مسیح پیمودن راه صلیب و مصلوب شدن او تنها راهی است به سوی نجات و زندگی جاودانی؟

صلیب میخکوب شد دو جنایتکار هم برای اعدام با او بودند. (انجیل لوقا باب ۳ آیه ۳۲). لیکن از روزیکه مسیح بر صلیب بالا برده شد معنی و مفهوم آن نیز برای ما مسیحیان کاملاً عوض شد. از آن زمان به بعد صلیب به نشانه پیروزی بر مرگ و گناه تبدیل گردید و همچنین سرچشمه زندگی نوینی گشت که هرگز از بین نمی‌رود. انجیل مقدس می‌فرماید در حینیکه مسیح بر روی صلیب مُرده بود یکی از سربازان با نیزه پهلوی او را باز کرد و از آن خون و آب جاری شد (انجیل یوحنا باب ۱۹ آیه ۳۴). بر طبق تفسیر برخی از پدران کلیسا خون و آبی که از پهلوی مقدس مسیح جاری گشت مظهر دو راز بزرگ کلیسا می‌باشند، خون سمبل قربانی مقدس است و آب سمبل روح القدس می‌باشد که با دریافتن راز تعمید بر ما نازل می‌شود. ما ایمان داریم که خداوندان عیسی مسیح با خون گرانبهایش که نشانه محبت اوست ما را نجات بخشید، ایشان است آن بره خدا که آمد و با قربانی کردن جان خود بر روی صلیب گناهان ما را بخشید و راه ورود به ملکوت خدا را باز کرد راهی که به علت گناه آدم اول و سرپیچی او از کلام خدا بسته شده بود. در ادبیات کلیسایی و الهیات مسیحی صلیب به درخت حیات تشبیه شده است که به بشریت میوه رستاخیز و زندگی جاودانی را عطا نمود، میوه‌ایکه توسط آتش محبت الهی رسید و پخته شد و سرچشمه امید عظیمی برای همه آدمیان گردید.

دوستان عزیز: ما مسیحیان عادت داریم که هر روز علامت صلیب را بر خود بکشیم یا صلیب را در خانه‌ها و کلیساهای خود نصب کنیم و بر سینه‌هایمان کنیم بدون اینکه به پیام نجات بخش آن توجه داشته باشیم. پولس رسول در رساله اول به قرنتیان می‌نویسد: «پیام صلیب برای آنانیکه در راه هلاکت هستند پوچ و بی‌معنی است ولی برای ما که در راه نجات هستیم قدرت خدا است.» (باب ۱ آیه ۱۸). منظور پولس از قدرت خدا چیست؟ منظور او همان قدرتی است که مسیح توسط آن ما را نجات داد، قدرتی که به نحو احسن بر روی صلیب تجلی یافت، یعنی قدرت محبت. بر طبق انجیل مقدس تنها محبت قدرتمند است، قدرتی که توانست مرگ را که آخرین و قویترین دشمن انسان است را از بین ببرد. به یاد آریم که مسیح می‌فرماید: «اگر کسی می‌خواهد

پیرو من باشد باید دست از جان خود بشوید و هر روزه صلیب خود را بر دارد و با من بیاید» (انجیل لوقا باب ۹ آیه ۲۳).

زمانی صلیب خود را هر روزه بر می‌داریم و مسیح را از نزدیک پیروی می‌کنیم که محبت انگیزه و منشاء کارهای روزمره خودمان باشد، محبتی که بر طبق تعالیم پولس رسول: «بردبار و مهربان است، در او حسادت و تکبر نیست، خشمگین نمی‌شود و کینه در دل نمی‌گیرد، از ناراستی خوشحال نمی‌شود ولی از راستی شادمان می‌گردد، در همه حال صبور و امیدوار است و هر باری را تحمل می‌کند» (رساله اول به قرنتیان باب ۱۳ آیه ۴-۷).

به مریم مقدس مادر عیسی نگاه کنیم که در حین مرگ پسرش پای صلیب حضور داشت و در رنج و آلام او شریک شد. به آن پهلوی نیزه خورده اش تعمق می‌کرد و به یاد آن آب افتاد که مسیح در عروسی قانای جلیل و بنا به درخواست او به شراب خوب تبدیل کرده بود؛ شرابی که در شام آخر به خون پاک و نجات بخش او تغییر داد. آنوقت مریم ایمان آورد که همه نبوتها و پیشگوئیهاییکه درباره مسیح موعود گفته شد انجام گرفت. بهمین دلیل آخرین سخنیکه مسیح بر روی صلیب به زبان آورد این بود: «تمام شد» (انجیل یوحنا باب ۱۹ آیه ۳۰).

از روح القدس که روح محبت است بخواهیم تا اینکه در ایام هفته مقدس ما را نیز همانند مریم بسوی عیسی مصلوب شده هدایت کند و پس از اینکه در رنج و مرگ او شرکت کردیم در رستاخیز با شکوه او هم سهمی داشته باشیم.

خدمتگزار شما

+ رمزی گرمو

اسقف اعظم کلیسای آشوری - کلدانی کاتولیک تهران



## راز مرگ

هر انسانی بالاخره روزی با مرگ روبرو می شود. برای همگی ما ، مرگ یک چهره اسرارآمیز دارد. برآستی چرا زندگی باید بایستد؟ آیا مرگ بد است؟ آیا چیزی بعد از مرگ وجود دارد؟ معمولاً فکر می کنیم که زندگی بر خلاف مرگ است. اما هر جایی که حیات باشد ، مرگ هم هست. هر دو باهم همراهند!

### یک قانون برای همه

قانون طبیعت این است: هرچه که زنده است ، روزی می میرد ؛ گیاهان ، حیوانات و حتی انسانها. تولد ، رشد و بعد آرام آرام کهولت و مرگ.

### میزان زندگی

پروانه ها چند روزی و یا شاید چند ماهی زنده اند. سگ ها بین ده الی ۱۵ سال زندگی دارند. آدمها تا صد سال هم زنده هستند. بعضی درختان عمر بسیاری دارند مثلاً بعضی از انواع بلوط تا دو هزار سال زنده اند. بطور کلی انواع موجودات زنده ، مدت زندگی متفاوتی دارند.

### تصادفات

مردمی هستند که بر اثر بیماری و یا تصادفات زندگی خود را به پایان می رسانند. اما معمولاً انسان رفته رفته دچار سالخوردگی می شود و نهایتاً زندگی اش در این دنیا خاتمه می یابد.

### بدن خاموش می شود

وقتی شخصی می میرد ، به عبارتی اعمال حیاتبخش بدن اش از کار ایستاده اند ؛ دیگر نفس نمی کشد ، قلبش نمی تپد ، احساسی ندارد ، حرکتی نمی کند ... زندگی از تن او خارج شده و بدنش رفته رفته به خاک زمین مبدل می شود.

### یک ترس طبیعی

هر کسی خود را مهم ، تک و غیر قابل جایگزینی می داند. و تصور اینکه روزی فرا رسد که بدنش همچون تکه سنگی بی حرکت ماند و نفسی از او بر نیاید ، برایش وحشتناک است.

### ترس از جدایی

هر کدام از ما با کسانی زندگی می کند که بی نهایت دوستشان دارد. وقتی حتی فقط برای چند روزی از خانواده جدا می شویم ، تحمل اش برایمان مشکل می شود. چه رسد به اینکه عزیزی بمیرد و او را دیگر نبینیم.

### ترس از ...

هر یک از ما دچار بیماری شده ایم و یا بیماری را در اطرافمان دیده ایم. اما تصور اینکه مرگ با تن ما چه خواهد کرد ، ترسناک است.

### ترس از مرگ

درباره مرگ دیگران می شنویم و در فیلم ها کشته شدن آدمها را می بینیم. اما این فقط تصویری است راجع به دیگران! دیدن یک تن بدون جان ، کاملاً رنگ پریده و بی حرکت ، ترس فراوانی در شخص ایجاد می کند. چیز بد دیگری که خیلی رخ می دهد اینست که مثل سابق آدم در خانه اش در کنار عزیزانش نمی میرد بلکه روی تخت بیمارستان و خیلی اوقات تنها!

### رنج زیاد

مرگ یک عزیز ، بازماندگانش را زیر و رو می کند. هرچه بیشتر شخص از دست رفته نزدیک تر باشد ، بیشتر مرگ او برایمان غیر قابل قبول است. حاضر نمی شویم بپذیریم و بشدت منقلب و شوکه می شویم. اشک ، رنج و سکوت غذای ما می شوند.

## آیا مرگ پایان همه چیز است؟

بسیاری معتقدند که کسی جواب این سؤال را ندارد. این دسته درباره خدا هم همین سؤال را و همین جواب را دارند. ما مسیحیان به رستاخیز بدن‌ها ایمان داریم و ایمان ما مبنی بر رستاخیز عیسی مسیح است. شاگردان وی بعد از آنکه او را زنده ملاقات کردند به همگان این مژده را اعلام نمودند.

ایمان ما به ما می گوید که مرگ همچون خوابی است که با برخاستن از آن وارد حیات ابدی می شویم.

"مرگ" ما را غمگین می کند و این خیلی عادی است اما همین مرگ باعث می شود آدم چشمانش را بر زندگی بگشاید و راه خوشبخت شدن را بیابد. هرچه بیشتر سن آدم می گذرد، بیشتر متوجه می شود که زندگی چقدر کوتاه است. البته وقتی به سنین سالخوردگی می رسیم مرگ را هم نزدیک تر احساس می کنیم. این باعث می شود بفهمیم که زندگی چقدر با ارزش است و که باید از همه دقایق آن بهره برد.

## پرداختن به اصل مطلب

فکر کوتاه بودن زندگی، باعث می شود که در انتخاب هایمان دقت بیشتری کنیم. ما فقط یک زندگی داریم و مهم ترین سؤال زندگی هر انسانی، دیر یا زود، این است: چه چیز به زندگی من مفهوم می بخشد؟

## مزه حضور دیگران در زندگی شخص

وقتی یک عزیز را از دست می دهیم تازه می فهمیم که چقدر دوستش داشتیم. غصه می خوریم که چرا فلان حرف را زدیم و یا چرا فلان کار را برایش نکردیم. این تجربه تلخ باعث می شود نسبت به دیگران با دقت بیشتری رفتار کنیم.

## پیروی از راهنمایی ها

وقتی شخص یک ایماندار است، می تواند از کلام خدا استفاده کرده مفهوم زندگیش را بیابد. خدا به ما زندگی بخشیده است تا در "حکمت و قامت" رشد کنیم و قادر باشیم محبت کنیم.

## اعتماد

کسی نمی تواند بگوید بعد از مرگ دقیقاً چه چیزهایی رخ می دهد ولی آنچه که مهم است اعتماد کردن به رحمت خداست. باید همانند جینی شویم که رحم مادرش را ترک می کند و به جهان ناشناخته وارد می شود، در حالی که در آغوش مادر و پدرش از هر گزند در امان است.

### محبت هرگز نمی میرد

خیلی خوشحالم که ترا در زندگی زمینی ام، شناختم  
با اینکه هرچه زمینی است گذرا و پر عیب و محدود است.  
اکنون آنچه در اینجا از تو در من است  
محبتی خالص و پاک  
و طلوعی و بی غروب است.  
در خلال انتظار من برای پیوستن تو به ما  
درباره من آنطور که توصیف کردم بیانیدش.  
در مبارزات روزانه ات  
شکست ها و تنهایی ها،  
این مکان زیبا را تصور کن  
جایی که مرگ نیست،  
جایی که تشنگی انسان رفع می شود  
از همان سرچشمه جاودانه  
محبت و خوشبختی!

نامه یک شهید به همسرش

اگر می دانستی راز آسمان چیست  
جایی که من هستم،  
اگر می توانستی احساس کنی و ببینی  
آنچه که من می بینم و احساس می کنم  
در افق بی نهایت  
در نوری که همه چیز را می پوشاند و همه جا نفوذ می کند  
در این صورت اینقدر گریه نمی کردی  
چون می دانم چقدر دوستم می داری؛  
اینجا همگی فریفته  
خدا هستیم  
شیفته حضور پر محبتش  
آن زیبایی بی حد و مرز؛  
آنچه که در جهان مادی بود  
در مقابل شگفتی های اینجا حقیر و مسکین است.  
تنها محبت من به تو پا بر جا مانده  
محبتی در نهایت پاکی و عشق  
احساسی که در حیات مادی نشناخته بودم.

## موفق شدن در زندگی یعنی چه؟

چه طور می توان تشخیص داد که در زندگی وامانده ایم و یا زندگی ما موفق است؟ آنچه مسلم است ، زندگی مان را خودمان باید جلو ببریم یعنی مسئولش خودمان هستیم.

### یک مدل تحمیلی!

وقتی به برنامه های تلویزیونی نگاه می کنیم ، به فیلم ها به مجله ها و انواع تبلیغات ... هر کدام تجویزاتی و تبلیغات درباره یک زندگی موفق دارند:

داشتن یک شغل خوب

درآمد زیاد

اسم و رسم داشتن

خانواده تشکیل دادن

زیبا و سالم بودن

یک خانه بزرگ داشتن

ولی آیا اینها هدف زندگی اند ، اینها یعنی موفقیت؟

آنچه که مسلم است باید بدنبال مفهوم زندگی باشیم و هدف آن را دریابیم در جهت آن تلاش کنیم. در این صورت دست نیافتن به بعضی از موارد فوق نمی تواند برای شخص دلیل " بدبختی " باشد. البته هر کس می خواهد درآمدش به اندازه کافی باشد تا زندگی آبرومندی داشته باشد و یا اسم و رسم دار باشد و سربلند ... اما رسیدن به همه چیز ، کار هر کس نیست و نه معیاری برای موفق و یا ناموفق بودن.

هر کس باید برای خود مفهومی از خوشبختی داشته باشد.

در زندگی هر کس چیزهایی هستند که خودش انتخاب می کند و چیزهایی هستند که خودش نمی تواند انتخاب کند مثل زمان میلادش ، محل میلادش ...

و اما قبول وقایع غیر منتظره

تلاش و دقت در شناخت خویشتن

و بالاخره فهمیدن مفهوم انتخاب کردن و انجام آن!

انسان را آزاد و پخته می گردانند.

## زندگی زیبا

برای موفق شدن در زندگی کسی نمی تواند برای دیگری نسخه بنویسد. اما در اینجا دیدگاههای مختلف را ارائه می دهیم تا شما جنبه های متفاوتی را در نظر داشته باشید:

### می توان فقط زندگی کرد ، بدون آنکه در پی موفقیت بود

غالباً آنقدر در پی موفقیت های زندگی هستیم که زندگی کردن را فراموش می کنیم. در هر حال هیچکس مجبور نیست حتماً به درآمد بالا برسد و یا همیشه نفر اول صف باشد!

### راضی بودن به آنچه که در دسترس است و استفاده مفید از آن

معمولاً به آنچه نداریم فکر می کنیم و خیال می کنیم که بدون آن هم خوشبخت نمی شویم. اما اگر یاد بگیریم به آنچه داریم بنگریم و آن را بها دهیم ، این هم هنر خوشبخت بودن است.

### آموختن هنر محبت کردن و هنر چگونه پذیرفتن محبت دیگران

وقتی آدم کسی را محبت می کند و خودش هم تحت محبت دیگران قرار می گیرد ، این خود دلیلی برای علاقه مندی به زندگی است. محبت قوت زندگی کردن است ؛ عین خون در رگهای بدن - قلب موتور بدن است و چه بهتر که این موتور راضی و نیرومند کار کند.

## پذیرفتن وقایع و موقعیت های زندگی

همه ما دوست داریم به رویاهایمان در زندگی برسیم. اما می دانیم که همیشه همه چیز مطابق میل ما نیست شاید هم درست برعکس آن باشد. اگر قادر باشیم در زندگی خود را با موقعیت های مختلف انطباق دهیم ، این هم هنر موفق زیستن است.

## از " زمان حال " لذت بردن

گاهی آدم از انجام آنچه در جریان است لذت نمی برد و فقط فکرش بدنبال آن چیزی است که باید انجام دهد. در حالی که "زمان حال " در زندگی روزانه ما جبران گذشته و بنای آینده است. تلف نکردن زمان حال یعنی لذت بردن از زندگی روزانه!

## امیدوار بودن

سختی ها در زندگی بشر هرگز کم نمی آیند. باید هربار بیاموزیم که به آینده امیدوار باشیم. هر باری که خود را زمین خورده می یابیم ، فوراً بلند شویم و به جلو حرکت کنیم.

## پرداختن به اصل

اگر بتوانید به عمق وجودتان دست یابید و آنچه که برای شما مهمترین است کشف کنید ، یعنی آنچه که برایش ساخته شدید ، و برای دست یابی به آن زندگی تان را برنامه ریزی کنید ، شاید بتوان گفت که این برآستی یک نسخه برای رسیدن به سعادت است.

## **زندگی به سوی خدا باز می گردد**

برای ایمانداران مسیحی ، خدا زندگی را آفریده و به آن مفهوم می بخشد. یک مسیحی ایمان دارد که خدا با روح القدس اش زندگی بشر را بسوی کمال و پُری آن هدایت می کند.

## یک زندگی موفق

انجیل به ما می آموزد که عیسی یک زندگی ساده ای داشت و در کمال فروتنی و محبت نسبت به دیگران زیست. عیسی مالک چیزی نبود ، مردم زیادی دور او جمع شدند چون سخنان و رفتارش و معجزاتش ایشان را جذب می کرد. اما در عین حال بسیاری هم بودند که او را رد کردند و او را به صلیب کشیدند.

آیا برآستی عیسی زندگی موفق داشت؟

بله ، ما مسیحیان ایمان داریم که عیسی علیرغم مصلوب شدنش بسیار موفق بود ، زیرا بر حسب اراده پدر زیست و نهایتاً از مرگ برخاسته و امروز با ما زیست می کند. مفهوم زندگی عیسی ، "محبت" بود و آن را در کمالش به انسانها بخشید.

"محبت" گنجی است توصیف ناپذیر

برای ما مسیحیان عیسی پسر خدای زنده است.

او با سخنان و رفتارش در زندگی ، راه بازگشتن به خانه پدر آسمانی را به ما نشان داد.

راهی که عیسی به ما نشان می دهد با راهی که جامعه جلوی پای اعضایش می گذارد ، همیشه یکی نیستند.

عیسی ما را آموخت: «با دیگران چنان رفتار کنید که می خواهید ایشان با شما رفتار کنند»

«محبتی از این بالاتر نیست که انسان زندگی خود را در راه دیگری بدهد»

برای عیسی موفقیت زندگی بشر در اندوخته مالی و مادی او نیست بلکه در محبتی است که شخص در زندگیش به عمل آورده است.



۱- عیسی سوار یک الاغ شده و به اورشلیم می آید. این پسر کوچولو برای عیسی سرود می خواند. پدر و مادرها هم شاخه های درخت بدست گرفته اند تا نشان بدهند که آنها هم خوشحال هستند. آنها همه می خواهند عیسی پادشاه آنها باشد. (لوقا ۱۹)



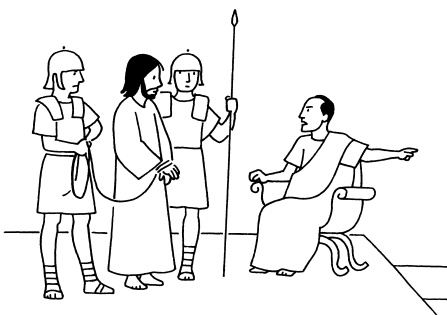
۲- عیسی پاهای یکی از شاگردانش را می شوید. معمولاً آدمهای بزرگ فقط پاهای خود را می شویند. آنها دوست ندارند پاهای دیگران را بشویند. ولی ما باید مثل عیسی به مردم کمک کنیم، حتی وقتی خوشمان نمی آید این کار را بکنیم. (یوحنا ۱۳)

۳- عیسی با شاگردان خوب خود شام می خورد. این را «شام آخر» می گویند. او به شاگردانش می گوید که بزودی یهودا سربازها را می آورد تا او را ببرند. بعد او را می کشند. عیسی کشته شد تا ما را نجات بدهد. (لوقا ۲۲)

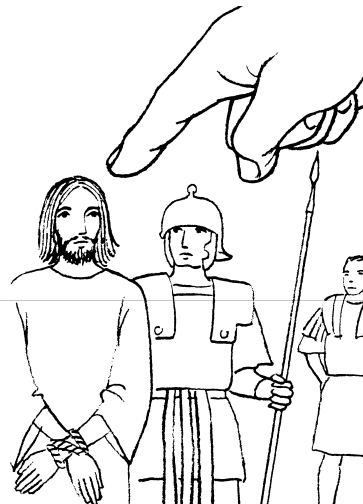


۴- عیسی دعا می کند. او می داند که بزودی برای گناهان ما کشته می شود. او از خدا می خواهد که به او کمک کند. او حاضر است بمیرد اگر این خواست خدا باشد. من و تو هم باید مثل عیسی باشیم. ما همیشه باید آنچه خدا می خواهد بکنیم. (لوقا ۲۲)

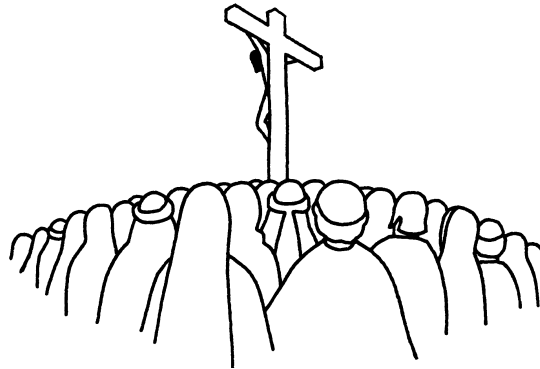
۵- حالا یک چیز غمگین اتفاق می افتد. یهودا و سربازان آمده اند تا عیسی را بگیرند و ببرند. تمام شاگردان عیسی فرار کرده اند چون می ترسیدند. آنها کوشش نکردند به عیسی کمک کنند. (لوقا ۲۲)



۶- سربازها عیسی را پیش رئیسشان که اسمش پیلاتس است آورده اند. پیلاتس می تواند عیسی را آزاد کند. ولی این کار را نمی کند، چون می ترسد مردم از این کار خوششان نیاید. پس دستور می دهد که عیسی را بکشند. (لوقا ۲۳)



۷- سربازها عیسی را می کشند. عیسی روی صلیب می میرد. چرا آنها او را می کشند؟ آیا او کار بدی کرده؟ نه! عیسی می میرد چون من و تو کارهای بدی کرده ایم. عیسی می گذارد خدا او را تنبیه کند برای گناهان ما. (لوقا ۲۳)



### اخبار و تقویم کلیسای

- یکشنبه ۲۳ اسفند ۸۸ = ۱۴ مارس ۲۰۱۰، پنجم روزه.  
رساله: رومیان فصل ۱۲ آیه ۱-۲۱  
انجیل: یوحنا فصل ۷ آیه ۳۷ الی فصل ۸ آیه ۱۲-۲۰
- جمعه ۲۸ اسفند ۸۸ = ۱۹ مارس ۲۰۱۰، عید حضرت یوسف، نماز این عید در کلیسای حضرت یوسف ساعت ۱۰ صبح برگزار می گردد.
- یکشنبه ۱ فروردین ۸۹ = ۲۱ مارس ۲۰۱۰، ششم روزه.  
رساله: رومیان فصل ۱۴ آیه ۱۰-۲۳  
انجیل: یوحنا فصل ۹ آیه ۳۹ الی فصل ۱۰ آیه ۱-۲۱
- یکشنبه ۸ فروردین ۸۹ = ۲۸ مارس ۲۰۱۰، هفتم روزه. عید اوشعنا. تمام این هفته پرهیز از گوشت.  
رساله: رومیان فصل ۱۱ آیه ۱۳-۲۴  
انجیل: یوحنا فصل ۲۰ آیه ۱-۲۲
- پنجشنبه ۱۲ فروردین ۸۹ = ۱ آوریل ۲۰۱۰، پنجشنبه مقدس. نماز در کلیسای حضرت یوسف ساعت ۱۶:۰۰ برگزار می گردد.
- جمعه ۱۳ فروردین ۸۹ = ۲ آوریل ۲۰۱۰، جمعه مقدس. پرهیز از گوشت و چربی و روزه تا ظهر.  
نماز در کلیسای حضرت یوسف ساعت ۱۷:۰۰ و در کلیسای حضرت مریم ساعت ۱۷:۰۰ برگزار می گردد.
- شنبه ۱۴ فروردین ۸۹ = ۳ آوریل ۲۰۱۰، شنبه مقدس. نماز در کلیسای حضرت یوسف ساعت ۲۳:۰۰ و در کلیسای حضرت مریم ساعت ۱۹:۰۰ برگزار می گردد.
- یکشنبه ۱۵ فروردین ۸۹ = ۴ آوریل ۲۰۱۰، عید رستاخیز مسیح. نماز در کلیسای حضرت یوسف ساعت ۱۰:۰۰ صبح و در کلیسای حضرت مریم ساعت ۱۰:۰۰ صبح برگزار می گردد.
- دوشنبه ۱۶ فروردین ۸۹ = ۵ آوریل ۲۰۱۰، دوشنبه رستاخیز مسیح. نماز در کلیسای حضرت مریم ساعت ۱۰:۰۰ صبح برگزار می گردد.