

Project Gutenberg: Ορθόδοξες Καθημερινές Προσευχές (E-book)

Αυτό το ηλεκτρονικό βιβλίο διατίθεται δωρεάν για χρήση από οποιονδήποτε, οπουδήποτε στις Ηνωμένες Πολιτείες και στα περισσότερα άλλα μέρη του κόσμου, χωρίς σχεδόν κανέναν περιορισμό. Μπορείτε να το αντιγράψετε, να το δωρίσετε ή να το επαναχρησιμοποιήσετε σύμφωνα με τους όρους της Άδειας του Project Gutenberg που περιλαμβάνεται σε αυτό το ηλεκτρονικό βιβλίο ή διαδικτυακά στη διεύθυνση [www.gutenberg.org](#). Εάν δεν βρίσκεστε στις Ηνωμένες Πολιτείες, θα πρέπει να ελέγξετε τη νομοθεσία της χώρας στην οποία διαμένετε πριν χρησιμοποιήσετε αυτό το ηλεκτρονικό βιβλίο.

Τίτλος: Ορθόδοξες Καθημερινές Προσευχές (Orthodox Daily Prayers)

Συγγραφέας: Ανώνυμος

Ημερομηνία Έκδοσης: 16 Ιανουαρίου 2011 [EBook #34981]

Τελευταία Ενημέρωση: 25 Σεπτεμβρίου 2021

Γλώσσα: Αγγλικά

Παραγωγή: Gerard Arthus, Stephen Hutcheson, και η Online Distributed Proofreading Team

*** ΕΝΑΡΞΗ ΤΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ ΤΟΥ E-BOOK ΤΟΥ PROJECT GUTENBERG:
ΟΡΘΟΔΟΞΕΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΠΡΟΣΕΥΧΕΣ ***

ΟΡΘΟΔΟΞΕΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΠΡΟΣΕΥΧΕΣ
**ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΘΕΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗΣ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ
ΤΥΧΩΝΟΣ**

1982

Εξεδόθη

μετά της ευλογίας

TOU

Σεβασμιωτάτου

Επισκόπου

ΧΕΡΜΑΝ

Επισκόπου Φιλαδελφείας

και

Ανατολικής Πενσυλβανίας

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

- Εισαγωγή
- Πρωινή Προσευχή (Ορθρος)
- Μνημόνευση Ζώντων και Κεκοιμημένων

- Προσευχή Τραπέζης
- Ακολουθία του Αποδείπνου
- Προσευχές προ του Ύπνου
- Οι Τρεις Κανόνες
- Κανών προ της Θείας Μεταλήψεως
- Ακολουθία της Θείας Μεταλήψεως (Προπαρασκευή)
- Ευχαριστία μετά τη Θεία Μετάληψη

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

ΤΟ ΠΡΟΣΕΥΧΗΤΑΡΙΟΝ

Αυτό το Προσευχητάριο περιλαμβάνει τις πιο βασικές καθημερινές προσευχές ενός Ορθοδόξου Χριστιανού, όπως μας παραδόθηκαν κυρίως από τη Ρωσική Εκκλησία, αν και οι άλλες Ορθόδοξες παραδόσεις είναι παρόμοιες σε αυτό το θέμα.

Εδώ θα βρούμε τους Ψαλμούς του Αγίου Προφήτου και Βασιλέως Δαβίδ, την προσευχή που ο ίδιος ο Κύριος δίδαξε στους μαθητές Του, προσευχές των Πατέρων της ερήμου, των μεγάλων Ιεραρχών και Διδασκάλων της Εκκλησίας, καθώς και προσευχές αγίων πατέρων των νεότερων χρόνων.

Η έκδοση αυτών των προσευχών δεν αποσκοπεί στον περιορισμό της ελεύθερης έκφρασης της ψυχής προς τον Κτίστη, την Υπεραγία Θεοτόκο και τους Αγίους. Αντίθετα, διαβάζοντας αυτές τις προσευχές, μαθαίνουμε πώς να προσευχόμαστε· γίνονται το πρότυπο για τη δική μας προσωπική επικοινωνία με τον Θεό.

Ο ΚΑΝΩΝ ΤΗΣ ΠΡΟΣΕΥΧΗΣ

Ο όρος «Κανών Προσευχής» δεν πρέπει ποτέ να κατανοηθεί ως ένας περιοριστικός «ζουρλομανδύας» που εμποδίζει την κοινωνία μας με τον Θεό. Αυτό που μας διδάσκουν οι Κανόνες είναι η σημασία της σταθερότητας. Είναι προτιμότερο να διαβάζουμε λίγες προσευχές κάθε μέρα χωρίς παράλειψη, παρά έναν μεγάλο αριθμό προσευχών ακανόνιστα.

ΠΡΩΙΝΗ ΠΡΟΣΕΥΧΗ

Εξεγερθείς του ύπνου, στύθι μετά ευλαβείας και φόβου Θεού, ποίησον το σημείον του Σταυρού και λέγε:

Εις το όνομα του Πατρός και του Υιού και του Αγίου Πνεύματος. Αμήν.

Είτα στύθι επί μικρόν, έως ότου γαληνεύσουν όλες οι αισθήσεις σου. Μετά ποίησον τρεις μετανοίας και λέγε:

Κύριε Ιησού Χριστέ, Υἱέ του Θεού, ελέησόν με τον αμαρτωλό.

Δόξα Σοι, ο Θεός ημών, δόξα Σοι.

Βασιλεύ Ουράνιε, Παράκλητε, το Πνεύμα της Αληθείας, ο πανταχού παρών και τα πάντα πληρών, ο θησαυρός των αγαθών και ζωής χορηγός, ελθέ και σκήνωσον εν ημίν και καθάρισον ημάς από πάσης κηλίδος και σώσον, Αγαθέ, τας ψυχάς ημών.

Άγιος ο Θεός, Άγιος Ισχυρός, Άγιος Αθάνατος, ελέησον ημάς. (Εκ γ')

Δόξα Πατρί και Υιώ και Αγίω Πνεύματι, και νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Παναγία Τριάς, ελέησον ημάς. Κύριε, ιλάσθητι ταίς αμαρτίαις ημών. Δέσποτα, συγχώρησον τας ανομίας ημίν. Άγιε, επίσκεψαι και ίασαι τας ασθενείας ημών, ένεκεν του ονόματός Σου.

Κύριε, ελέησον. (Εκ γ')

Πάτερ ημών ο εν τοις ουρανοίς, αγιασθήτω το όνομά Σου, ελθέτω η βασιλεία Σου, γενηθήτω το θέλημά Σου, ως εν ουρανώ και επί της γης. Τον άρτον ημών τον επιούσιον δος ημίν σήμερον και άφες ημίν τα οφειλήματα ημών, ως και ημείς αφίεμεν τοις οφειλέταις ημών· και μη εισενέγκης ημάς εις πειρασμόν, αλλά ρύσαι ημάς από του πτονηρού.

ΤΡΟΠΑΡΙΑ ΠΡΩΤΙΝΑ

Εξεγερθέντες του ύπνου προσπίππομέν Σοι, Αγαθέ, και των Αγγέλων τον ύμνον βοώμεν Σοι, Δυνατές: **Άγιος, Άγιος, Άγιος εί ο Θεός·** διά της Θεοτόκου ελέησον ημάς.

Δόξα Πατρί...

Της κλίνης και του ύπνου εξεγείρας με, Κύριε, τον νούν μου φώτισον και την καρδίαν, και τα χείλη μου άνοιξον εις το υμνείν Σε, Αγία Τριάς: **Άγιος, Άγιος, Άγιος εί ο Θεός·** διά της Θεοτόκου ελέησον ημάς.

Kai νυν...

Αθρόον ο Κριτής επελεύσεται, και εκάστου αι πράξεις γυμνωθήσονται· αλλά φόβω κράζωμεν εν τω μέσω της νυκτός: **Άγιος, Άγιος, Άγιος εί ο Θεός·** διά της Θεοτόκου ελέησον ημάς.

Κύριε, ελέησον. (Ιβ')

ΨΑΛΜΟΣ 50

Ελέησόν με, ο Θεός, κατά το μέγα έλεός Σου και κατά το πλήθος των οικτιρμών Σου εξάλειψον το ανόμημά μου.

Επί πλείον πλύνόν με από της ανομίας μου και από της αμαρτίας μου καθάρισόν με.

Ότι την ανομίαν μου εγώ γινώσκω, και η αμαρτία μου ενώπιόν μού εστι διαπαντός.

Σοί μόνω ήμαρτον και το πονηρόν ενώπιόν Σου εποίησα...

Καρδίαν καθαράν κτίσον εν εμοί, ο Θεός, και πνεύμα ευθές εγκαίνισον εν τοις εγκάτοις μου.

Μη απορρίψης με από του προσώπου Σου και το Πνεύμα Σου το Άγιον μη αντανέλης απ' εμού...

ΤΟ ΣΥΜΒΟΛΟΝ ΤΗΣ ΠΙΣΤΕΩΣ

Πιστεύω εις ένα Θεόν, Πατέρα, Παντοκράτορα, ποιητήν ουρανού και γης, ορατών τε πάντων και αοράτων.

Και εις ένα Κύριον Ιησούν Χριστόν, τον Υιόν του Θεού τον μονογενή, τον εκ του Πατρός γεννηθέντα προ πάντων των αιώνων· φως εκ φωτός, Θεόν αληθινόν εκ Θεού αληθινού, γεννηθέντα ου ποιηθέντα, ομοούσιον τω Πατρί, δι' ου τα πάντα εγένετο. Τον δι' ημάς τους ανθρώπους και δια την ημετέραν σωτηρίαν κατελθόντα εκ των ουρανών και σαρκωθέντα εκ Πνεύματος Αγίου και Μαρίας της Παρθένου και ενανθρωπήσαντα. Σταυρωθέντα τε υπέρ ημών επί Ποντίου Πιλάτου και παθόντα και ταφέντα. Και αναστάντα τη τρίτη ημέρα κατά τας Γραφάς. Και ανελθόντα εις τους ουρανούς και καθεζόμενον εκ δεξιών του Πατρός. Και πάλιν ερχόμενον μετά δόξης κρίναι ζώντας και νεκρούς, ου της βασιλείας ουκ ἔσται τέλος.

Και εις το Πνεύμα το Άγιον, το κύριον, το ζωοποιόν, το εκ του Πατρός εκπορευόμενον, το συν Πατρί και Υιώ συμπροσκυνούμενον και συνδοξάζόμενον, το λαλήσαν διά των προφητών. Εις μίαν, Αγίαν, Καθολικήν και Αποστολικήν Εκκλησίαν. Ομολογώ εν βάπτισμα εις άφεσιν αμαρτιών. Προσδοκώ ανάστασιν νεκρών. Και ζωήν του μέλλοντος αιώνος. Αμήν.

ΕΥΧΑΙ ΠΡΩΤΙΝΑΙ

Ευχή Α', του Αγίου Μακαρίου του Μεγάλου

Ο Θεός, ιλάσθητί μοι τω αμαρτωλώ, ότι ουδέν αγαθόν εποίησα ενώπιόν Σου· αλλά ρύσαι με από του πτονηρού, και γενηθήτω εν εμοί το θέλημά Σου, ίνα ακατακρίτως ανοίξω το στόμα μου το ανάξιον και αινέσω το όνομά Σου το άγιον, του Πατρός και του Υιού και του Αγίου Πνεύματος, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Ευχή Β', του αυτού Αγίου

Εκ του ύπνου εξανιστάμενος, την μεσονύκτιον ωδήν προσφέρω Σοι, Σωτήρ, και προσπίπτων βοώ Σοι· Μη νυστάξαι με εν θανάτω αμαρτίας επιτρέψης, αλλά οικτείρησόν με, ο εκουσίως σταυρωθείς· και με εν αργία κείμενον επιτάχυνον αναστήσαι, και σώσόν με εν παραστάσει και προσευχή· και μετά τον ύπνον της νυκτός, έλλαμψόν μοι ημέραν αναμάρτητον, Χριστέ ο Θεός, και σώσόν με.

Ευχή Γ', του αυτού Αγίου

Προς Σε, Δέσποτα Φιλάνθρωπε, εκ του ύπνου εξανιστάμενος επιτρέχω, και επί τα έργα Σου ορμώ τη ευσπλαχνία Σου· και δέομαί Σου, βοήθησόν μοι εν παντί καιρώ και εν παντί πράγματι· και ρύσαι με από πάσης κοσμικής πτονηρίας και διαβολικής ενεργείας, και σώσόν με, και είσαγέ με εις την βασιλείαν Σου την αιώνιον. Συ γαρ εί ο Ποιητής μου και παντός αγαθού Προνοητής και Χορηγός· εις Σε δε πάσα η ελπίς μου, και Σοί την δόξαν αναπέμπω, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Ευχή Δ', του αυτού Αγίου

Κύριε, ο τη πολλή Σου αγαθότητι και τοις μεγάλοις οικτιρμοίς Σου δωρησάμενός μοι τω δούλω Σου το παρελθόν της νυκτός ταύτης τμήμα αδιόδευτον από παντός κακού του αντικειμένου· Συ Αυτός, Δέσποτα, των απάντων Ποιητά, καταξίωσόν με εν τω φωτί Σου τω αληθινώ, από πεφωτισμένης καρδίας ποιείν το θέλημά Σου, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Ευχή Ε', του αυτού Αγίου

Κύριε ο Θεός ο Παντοκράτωρ, ο τον τρισάγιον ύμνον παρά των επουρανίων Σου δυνάμεων προσδεχόμενος, πρόσδεξαι και παρ' εμού του αναξίου δούλου Σου τον επιλύχνιον τούτον ύμνον, και δος μοι εν παντί έτει και ώρα της ζωής μου δοξάζειν Σε, τον Πατέρα και τον Υιόν και το Άγιον Πνεύμα, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Ευχή ΣΤ', του Μεγάλου Βασιλείου

Κύριε Παντοκράτορ, ο Θεός των δυνάμεων και πάσης σαρκός, ο εν υψηλοίς κατοικών και τα ταπεινά εφορών, ο καρδίας και νεφρούς ετάζων και τα κρυπτά των ανθρώπων σαφώς επιστάμενος, το άναρχον και αΐδιον φως...

(Σημείωση: Λόγω του μεγάλου μήκους της ευχής αυτής και των επόμενων, ακολουθεί η περίληψη των τίτλων τους στα Ελληνικά):

- **Ευχή Ζ', του αυτού Αγίου (Βασιλείου του Μεγάλου):** "Σε ευλογούμεν, Ὑψιστε Θεέ και Κύριε του ελέους..."
- **Ευχή Η', Ωδή εις την Υπεραγίαν Θεοτόκον:** "Υμνώ την χάριν σου, Δέσποινα..."
- **Ευχή Θ', εις τον Κύριον ημών Ιησούν Χριστόν:** "Πολυέλεε και πολυεύσπλαγχνε Θεέ μου..."
- **Ευχή Ι', εις τον Άγγελον Φύλακα:** "Άγιε Άγγελε, ο εφεστώς της αθλίας μου ψυχής..."

ΠΡΩΙΝΑΙ ΕΥΧΑΙ (Συνέχεια)

Ευχή ΙΑ', εις την Υπεραγίαν Θεοτόκον

Υπεραγία Δέσποινα Θεοτόκε, διά των αγίων και πανισχύρων σου δεήσεων, απέλασον απ' εμού του ταπεινού και αναξίου δούλου σου την ακηδίαν, την λήθην, την αφροσύνην, την αμέλειαν και πάντας τους ρυπαρούς, πονηρούς και βλασφήμους λογισμούς εκ της αθλίας μου καρδίας και εκ του εσκοτισμένου μου νοός. Και κατάσβεσον την φλόγα των παθών μου, ότι πτωχός ειμι και άθλιος. Ρύσαί με εκ των πολλών και δεινών αναμνήσεων και φαντασιών, και ελευθέρωσόν με από πάσης πονηράς πράξεως· ότι ευλογημένη εί από πάσας τας γενεάς, και δοξάζεται το πάντιμον όνομά σου εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Θεοτόκε Παρθένε, χαίρε κεχαριτωμένη Μαρία, ο Κύριος μετά σου· ευλογημένη σύ εν γυναιξί και ευλογημένος ο καρπός της κοιλίας σου, ότι Σωτήρα έτεκες των ψυχών ημών.

Άξιον εστίν ως αληθώς μακαρίζειν Σε την Θεοτόκον, την αειμακάριστον και παναμώμητον και μητέρα του Θεού ημών. Την τιμιωτέραν των Χερουβείμ και ενδοξοτέραν ασυγκρίτως των Σεραφείμ, την αδιαφθόρως Θεόν Λόγον τεκούσαν, την όντως Θεοτόκον, Σε μεγαλύνομεν.

ΠΡΟΣΕΥΧΗ ΤΩΝ ΓΕΡΟΝΤΩΝ ΤΗΣ ΟΠΤΙΝΑ

Κύριε, δος μοι να αντιμετωπίσω με ψυχική γαλήνη όλα όσα θα μου φέρει η σημερινή ημέρα. Δος μοι να παραδοθώ ολοκληρωτικά στο άγιο Θέλημά Σου. Για κάθε ώρα της ημέρας αυτής, οδήγησέ με και υποστήριξέ με. Όποιες ειδήσεις και αν λάβω, δίδαξέ με να τις δεχθώ με ηρεμία και με την ακλόνητη πεποίθηση ότι στα πάντα εκδηλώνεται το άγιο Θέλημά Σου.

Κατεύθυνε τις σκέψεις και τα συναισθήματά μου σε όλα μου τα έργα και τα λόγια. Στις απρόοπτες περιπτώσεις, μη με αφήσεις να ξεχάσω ότι τα πάντα προέρχονται από Εσένα.

Δίδαξέ με να συμπεριφέρομαι με ευθύτητα και σύνεση σε κάθε μέλος της οικογένειάς μου, να μην προκαλέσω σύγχυση ή λύπη σε κανέναν.

Κύριε, δος μοι τη δύναμη να υποφέρω τον κόπο της επερχόμενης ημέρας και όλα τα γεγονότα που θα συμβούν σε αυτήν. Κατεύθυνε το Θέλημά μου και δίδαξέ με να προσεύχομαι, να πιστεύω, να ελπίζω, να υπομένω, να συγχωρώ και να αγαπώ. Αμήν.

ΜΝΗΜΟΝΕΥΣΙΣ ΖΩΝΤΩΝ ΚΑΙ ΚΕΚΟΙΜΗΜΕΝΩΝ

Μνήσθητι, Κύριε Ιησού Χριστέ ο Θεός ημών...

- Υπέρ της Εκκλησίας:** Μνήσθητι της Αγίας Σου Καθολικής και Αποστολικής Εκκλησίας...
- Υπέρ των Αρχών:** Μνήσθητι, Κύριε, των αρχόντων ημών και του φιλοχρίστου στρατού...
- Υπέρ των Πνευματικών Πατέρων:** Μνήσθητι του Πατρός ημών (όνομα) και πάντων των εν Χριστώ αδελφών ημών...
- Υπέρ των Κεκοιμημένων:** Μνήσθητι, Κύριε, των επ' ελπίδι αναστάσεως ζωής αιωνίου κεκοιμημένων πατέρων και αδελφών ημών, και ανάπταυσον αυτούς όπου επισκοπεί το φως του προσώπου Σου.

ΠΡΟΣΕΥΧΑΙ ΤΡΑΠΕΖΗΣ

Προ του Αρίστου (Γεύματος):

Πάτερ ημών... Κύριε ελέησον (γ')... Χριστέ ο Θεός, ευλόγησον την βρώσιν και την πόσιν των δούλων Σου, ότι Άγιος εί, πάντοτε, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Μετά το Αριστον:

Ευχαριστούμεν Σοι, Χριστέ ο Θεός ημών, ότι ενέπλησας ημάς των επιγείων Σου αγαθών· μη στερήσης ημάς και της επουρανίου Σου βασιλείας...

Προ του Δείπνου:

Φάγονται πένητες και εμπλησθήσονται, και αινέσουσι Κύριον οι εκζητούντες Αυτόν· ζήσονται αι καρδίαι αυτών εις αιώνα αιώνος.

Μετά το Δείπνο:

Δόξα Πατρί... Και νυν...

Εύφρανας ημάς, Κύριε, εν τοις ποιήμασί Σου, και εν τοις ἔργοις των χειρών Σου αγαλλιασόμεθα. Εσημειώθη εφ' ημάς το φως του προσώπου Σου, Κύριε... Εν ειρήνῃ επί το αυτό κοιμηθήσομαι και υπνώσω, ότι Σύ, Κύριε, κατά μόνας επ' ελπίδι κατώκισάς με.

Ο Ιερεύς:

Ευλογητός ο Θεός ημών, πάντοτε, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων.

(Σημείωση: Εάν δεν υπάρχει ιερέας, λέγουμε: Δι' ευχών των αγίων Πατέρων ημών, Κύριε Ιησού Χριστέ ο Θεός ημών, ελέησον ημάς!)

Ο Αναγνώστης:

Αμήν. Δόξα Σοι, ο Θεός ημών, δόξα Σοι.

Βασιλεύ Ουράνιε... (ως εν ταις πρωιναίς ευχαίς).

Τρισάγιον (Άγιος ο Θεός...).

Παναγία Τριάς...

Πάτερ ημών...

Ο Ιερεύς:

Ότι Σού εστιν η βασιλεία και η δύναμις και η δόξα, του Πατρός και του Υιού και του Αγίου Πνεύματος, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων.

Ο Αναγνώστης:

Αμήν. Κύριε ελέησον (Ιβ').

Δόξα Πατρί και Υιώ και Αγία Πνεύματι, και νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Δεύτε προσκυνήσωμεν και προσπέσωμεν τω Βασιλεί ημών Θεώ.

Δεύτε προσκυνήσωμεν και προσπέσωμεν Χριστώ τω Βασιλεί ημών Θεώ.

Δεύτε προσκυνήσωμεν και προσπέσωμεν Αυτώ Χριστώ τω Βασιλεί και Θεώ ημών.

(Ελέησόν με, ο Θεός...)

ΨΑΛΜΟΣ 69

Ο Θεός, εις την βοήθειάν μου πρόσχες· Κύριε, εις το βοηθήσαί μοι σπεύσον.

Αισχυνθήτωσαν και εντραπήτωσαν οι ζητούντες την ψυχήν μου...

Εγώ δε πτωχός ειμι και πένης· ο Θεός, βοήθησόν μοι. Βοηθός μου και ρύστης μου εί Συ·
Κύριε, μη χρονίσης.

ΨΑΛΜΟΣ 142

Κύριε, εισάκουσον της προσευχής μου, ενώτισαι την δέησίν μου εν τη αληθείᾳ Σου,
εισάκουσόν μου εν τη δικαιοσύνη Σου...

Το Πνεύμα Σου το αγαθόν οδηγήσει με εν γη ευθείᾳ· ένεκεν του ονόματός Σου, Κύριε, ζήσεις
με.

ΔΟΞΟΛΟΓΙΑ

Δόξα εν υψίστοις Θεώ και επί γης ειρήνη, εν ανθρώποις ευδοκία.

Υμνούμεν Σε, ευλογούμεν Σε, προσκυνούμεν Σε, δοξολογούμεν Σε, ευχαριστούμεν Σοι διά
την μεγάλην Σου δόξαν...

Καταξίωσον, Κύριε, εν τη νυκτί ταύτη αναμαρτήτους φυλαχθήναι ημάς.

Ευλογητός εί, Κύριε, ο Θεός των πατέρων ημών, και αινετόν και δεδοξασμένον το όνομά Σου
εις τους αιώνας. Αμήν.

Γένοιτο, Κύριε, το έλεός Σου εφ' ημάς, καθάπερ ηλπίσαμεν επί Σέ.

Ευλογητός εί, Κύριε, δίδαξόν με τα δικαιώματά Σου.

Ευλογητός εί, Δέσποτα, συνέτισόν με τα δικαιώματά Σου.

Ευλογητός εί, Άγιε, φώτισόν με τοις δικαιώμασί Σου.

ΤΟ ΣΥΜΒΟΛΟΝ ΤΗΣ ΠΙΣΤΕΩΣ

(Πιστεύω εις ένα Θεόν...)

Αξιον εστίν ως αληθώς μακαρίζειν Σε την Θεοτόκον...

ΤΡΟΠΑΡΙΑ

(Τη Κυριακή εσπέρας)

Των επουρανίων στρατιών Αρχιστράτηγοι, δυσωπούμεν υμάς αεί ημείς οι ανάξιοι, ίνα ταίς υμών δεήσεσι τειχίσητε ημάς, σκέπη των πτερύγων της αϋλου υμών δόξης...

Ο των πατέρων ημών Θεός, ο ποιών αεί μεθ' ημών κατά την Σην επιείκειαν, μη αποστήσης το έλεός Σου αφ' ημών...

Των εν όλω τω κόσμω Μαρτύρων Σου, ως πορφύραν και βύσσον τα αίματα η Εκκλησία Σου στολισαμένη, δι' αυτών βοά Σοι, Χριστέ ο Θεός· τω λαώ Σου τους οικτίρμους Σου κατάπεμψον...

Δόξα Πατρί...

Μετά των Αγίων ανάπταυσον, Χριστέ, τας ψυχάς των δούλων Σου, ένθα ουκ ἐστι πόνος, ου θλίψις, ου στεναγμός, αλλά ζωή ατελεύτητος.

Kai vuv...

Διά πάντων των Αγίων και της Θεοτόκου, την Σην ειρήνην δος ημίν, Κύριε, και ελέησον ημάς, ως μόνος οικτίρμων.

ΤΡΟΠΑΡΙΑ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΟΣ (Εσπέρας)

Τη Δευτέρα Εσπέρας (εις τον Τίμιον Πρόδρομον):

Μνήμη δικαίου μετ' εγκωμίων, σοί δε αρκέσει η μαρτυρία του Κυρίου, Πρόδρομε· ανεδείχθης γαρ όντως και Προφητών σεβασμιώτερος, ότι και εν ρείθροις βαπτίσαι κατηξιώθης τον κηρυπτόμενον. Όθεν της αληθείας υπεραθλήσας, χαίρων ευηγγελίσω και τοις εν Άδῃ, Θεόν φανερωθέντα εν σαρκί, τον αίροντα την αμαρτίαν του κόσμου, και παρέχοντα ημίν το μέγα έλεος.

Τη Τρίτη Εσπέρας (εις τον Τίμιον Σταυρόν):

Σώσον, Κύριε, τον λαόν Σου και ευλόγησον την κληρονομίαν Σου, νίκας τοις Βασιλεύσι κατά βαρβάρων δωρούμενος και το Σον φυλάττων διά του Σταυρού Σου πολίτευμα.

Τη Τετάρτη Εσπέρας (εις τους Αποστόλους και τον Άγιον Νικόλαον):

Απόστολοι Άγιοι, πρεσβεύσατε τω ελεήμονι Θεώ, ίνα πταισμάτων ἀφεσιν παράσχη ταίς ψυχαίς ημών.

Kai tou Agiou: Κανόνα πίστεως και εικόνα πραότητος, εγκρατείας διδάσκαλον, ανέδειξε σε τη ποίμνη σου η των πραγμάτων αλήθεια· διά τούτο εκτήσω τη ταπεινώσει τα υψηλά, τη πτωχεία τα πλούσια, Πάτερ Ιεράρχα Νικόλαε· πρέσβευε Χριστώ τω Θεώ, σωθήναι τας ψυχάς ημών.

Τη Παρασκευή Εσπέρας (εις τους Αγίους Πάντες):

Απόστολοι, Μάρτυρες και Προφήται, Ιεράρχαι, Όσιοι και Δίκαιοι, οι καλώς τον αγώνα τελέσαντες και την πίστιν τηρήσαντες, παρρησίαν ἔχοντες προς τον Σωτήρα, υπέρ ημών Αυτόν ως αγαθόν ικετεύσατε, σωθήναι δεόμεθα τας ψυχάς ημών.

Δόξα... Και νυν...: Ως απαρχάς της φύσεως, τω φυτουργώ της κτίσεως η οικουμένη προσφέρει Σοι, Κύριε, τους θεοφόρους Μάρτυρας· ταίς αυτών ικεσίαις, εν ειρήνη βαθεία την Εκκλησίαν Σου, διά της Θεοτόκου συντήρησον, πολυέλεες.

Η ΕΥΧΗ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΕΦΡΑΙΜ ΤΟΥ ΣΥΡΟΥ

(Κατά την Μεγάλην Τεσσαρακοστήν)

Κύριε και Δέσποτα της ζωής μου, πνεύμα αργίας, περιεργίας, φιλαρχίας και αργολογίας μη μοι δως. (Μετάνοια)

Πνεύμα δε σωφροσύνης, ταπεινοφροσύνης, υπομονής και αγάπης χάρισάι μοι τω σωδούλω. (Μετάνοια)

Ναί, Κύριε Βασιλεύ, δώρησάι μοι του οράν τα εμά πταίσματα, και μη κατακρίνειν τον αδελφόν μου, ότι ευλογητός εί εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν. (Μετάνοια)

ΠΡΟΣΕΥΧΑΙ ΠΡΟ ΤΟΥ ΥΠΝΟΥ

Ευχή εις την Υπεραγίαν Θεοτόκον (Παύλου Μοναχού):

Άσπιλε, αμόλυντε, άφθορε, άχραντε, αγνή Παρθένε, Θεόνυμφε Δέσποινα... (Η μακρά αυτή ευχή αποτελεί το κλείσιμο του Αποδείπνου).

Ευχή εις τον Κύριον ημών Ιησούν Χριστόν (Αντιοχού Μοναχού):

Και δος ημίν, Δέσποτα, προς ύπνον απιούσιν, ανάπταυσιν σώματος και ψυχής· και διαφύλαξον ημάς από του ζοφερού ύπνου της αμαρτίας...

Ευχάι του Αγίου Ιωάννου του Χρυσοστόμου (24 αιτήσεις):

(Επιλογή)

1. Κύριε, μη στερήσης με των επουρανίων Σου αγαθών.
2. Κύριε, λύτρωσάι με των αιωνίων βασάνων.
- ...
3. Κύριε, εν μετανοίᾳ παράλαβέ με.
4. Κύριε, μη εγκαταλίπτης με.

ΠΡΟΣΕΥΧΑΙ ΠΡΟ ΤΟΥ ΥΠΝΟΥ (Συνέχεια)

Ευχή Θ', εις την Υπεραγίαν Θεοτόκον (Πέτρου Μοναχού των Στουδιτών)

Προσπίπτω Σοι, Άχραντε Μήτερ του Θεού, και δέομαι· Βασίλισσα, γιγνώσκεις ότι αδιαλείππως αμαρτάνω και παροργίζω τον Υἱόν Σου και Θεόν μου. Και όσας φοράς αν μετανοήσω, ψεύστης ενώπιον του Θεού ευρίσκομαι... Δέσποινα Θεοτόκε, ελέησόν με, ενίσχυσόν με και δος μοι το αγαθοποιείν. Γιγνώσκεις γαρ, Δέσποινα, ότι μισώ τα πονηρά μου έργα και αγαπώ τον νόμον του Θεού μου εξ όλης μου της διανοίας... Γένοιτο το θέλημα του Υἱού Σου και Θεού μου. Αυτός με σώσαι και φωτίσαι, και δώῃ μοι την χάριν του Αγίου Του Πνεύματος... Αμήν.

Ευχή Ι', εις την Υπεραγίαν Θεοτόκον

Αγαθή του αγαθού Βασιλέως Μήτερ, άχραντε και ευλογημένη Θεοτόκε Μαρία, το ζέλος του Υἱού Σου και Θεού ημών επίχεον επί την εμπαθή μου ψυχήν, και ταίς σαίς πρεσβείαις οδηγησόν με προς έργα αγαθά...

Ευχή ΙΑ', εις τον Άγιον Άγγελον τον Φύλακα

Άγγελε του Χριστού, φύλαξ μου ἀγιε, και σκέπτα των της ψυχής και του σώματός μου, πάντα μοι συγχώρησον, όσα σοι ἡμαρτον την σήμερον ημέραν· και από πάσης πονηρίας του αντικειμένου εχθρού λύτρωσάι με... Αμήν.

ΤΟ ΚΟΝΤΑΚΙΟΝ ΤΗΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ

Τη Υπερμάχω Στρατηγώ τα νικητήρια, ως λυτρωθείσα των δεινών ευχαριστήρια, αναγράφω Σοι η Πόλις Σου, Θεοτόκε· αλλ' ως ἔχουσα το κράτος απροσμάχητον, εκ παντοίων με κινδύνων ελευθέρωσον, ίνα κράζω Σοι· Χαίρε, Νύμφη ανύμφευτε.

Η ΕΥΧΗ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΙΚΙΟΥ

Η ελπίς μου ο Πατήρ, καταφυγή μου ο Υιός, σκέπη μου το Πνεύμα το Άγιον, Τριάς Αγία, δόξα Σοι.

ΕΥΧΗ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ ΤΟΥ ΔΑΜΑΣΚΗΝΟΥ

(Λεγομένη δείχνοντας την κλίνη)

Δέσποτα Φιλάνθρωπε, μή μοι η κλίνη αύτη τάφος γενήσεται; Ή έτι την ταλαίπωρόν μου ψυχήν φωτίσεις ημέρα; Ιδού μοι ο τάφος πρόκειται, ιδού μοι ο θάνατος παρέστηκε... Κύριε, σώσον με, θέλω ή ου θέλω!

ΠΡΟ ΤΗΣ ΚΑΤΑΚΛΙΣΕΩΣ

(Ασπαζόμενος τον Σταυρόν και σφραγίζοντας την κλίνην)

Αναστήτω ο Θεός, και διασκορπισθήτωσαν οι εχθροί Αυτού, και φυγετωσαν από προσώπου Αυτού οι μισούντες Αυτόν...

ΟΙ ΤΡΕΙΣ ΚΑΝΟΝΕΣ (Παρακλητικοί)

(Σύντομη απόδοση των Ειρμών και Τροπαρίων)

Ωδή Α'

- **Κανών Μετανοίας:** "Ως εν ηπείρω πεζεύσας ο Ισραήλ...". Κύριε, δος μοι κατάνυξιν ίνα θρηνήσω τας πράξεις μου.
- **Κανών εις την Θεοτόκον:** "Βαπτισθείς τω βυθώ των πειρασμών...". Δέσποινα, σώσον με τον δούλον σου.
- **Κανών εις τον Άγγελον:** "Άγγελε του Θεού, ο φύλαξ μου, πρέσβευε υπέρ εμού".

Ωδή Γ'

- **Κανών Μετανοίας:** "Ουκ έστιν Άγιος ως Σύ, Κύριε ο Θεός μου...". Η δίκαιοι χαρήσονται, οι δε αμαρτωλοί πενθήσουσι. Ψυχή μου, μετανόησον!
- **Κανών εις την Θεοτόκον:** "Στερέωσον ημάς, Θεοτόκε...". Σύ εί το στήριγμα των πιστών.

ΚΑΘΙΣΜΑΤΑ (Ήχος πλ. β' & β')

Την ημέραν την φοβεράν ενθυμούμενος, θρηνώ μου τας πράξεις τας πονηράς... Ελέησόν με, ο Θεός!

ΚΑΝΩΝ ΜΕΤΑΝΟΙΑΣ (Συνέχεια)

Ωδή Στ' (Ο Ειρμός: "Του βίου την θάλασσαν...")

- **Τροπάρια:**
 - Εν ασωτίᾳ τον βίον μου δαπανήσας, το σκότος της αμαρτίας περιεβλήθην. Δέσποτα Πολυέλεε, ρύσαί με της δουλείας του εχθρού και δος μοι σύνεσιν του ποιείν το θέλημά Σου.
 - Τίς εποίησεν οία εγώ εποίησα; Ως χοίρος εν βορβόρω καλινδούμενος, ούτως εδούλευσα τη αμαρτία. Κύριε, ανάγαγέ με εκ του βυθού τούτου και δος μοι καρδίαν του τηρείν τας εντολάς Σου.
 - **Θεοτοκίον:** Άχραντε Θεοτόκε, πρέσβευε τω Υιώ Σου και Θεώ ημών, ίνα δώη μοι μετάνοιαν και ρύσηταί με των δεινών.

Κοντάκιον (Ήχος πλ. β')

Ψυχή μου, ψυχή μου, τί αμαρτίαις πλουτείς; Τί το θέλημα του διαβόλου ποιείς; Εν τίνι την ελπίδα τίθης; Παύσαι τούτων και επίστρεψον προς τον Θεόν, κράζουσα· Ελεήμον Κύριε, ελέησόν με τον αμαρτωλόν.

Ο Οίκος

Ενθυμού, ψυχή μου, την πικράν ώραν του θανάτου και την φοβεράν κρίσιν του Κτίστου σου· αγγελοι γαρ απότομοι παραλήψονταί σε και εις το πυρ το αιώνιον απαξουσιν. Προ του τέλους ούν μετανόησον.

Ωδή Ζ' (Ο Ειρμός: "Δροσοβόλον μεν την κάμινον...")

- **Τροπάρια:**

- Μη ελπίσης, ψυχή μου, επί πλούτω φθαρτώ... κράξον· Χριστέ ο Θεός, ελέησόν με τον ανάξιον!
- Μνήσθητι, ψυχή μου, της αιωνίου ζωής και της Βασιλείας των Ουρανών... και του σκότους του εξωτέρου.
- Μη πεποίθεις, ψυχή μου, επί υγεία σώματος και κάλλει ρέοντι... οράς γαρ ότι και οι ισχυροί και οι νέοι αποθνήσκουσι.

Ωδή Η' (Ο Ειρμός: "Εκ φλογός τοις Οσίοις δρόσον επήγασας...")

- **Τροπάρια:**

- Πώς μη θρηνήσω, όταν εννοήσω τον θάνατον; Είδον γαρ τον αδελφόν μου εν τω τάφω ἀδοξον και ἀμορφον. Τί ούν προσδοκώ; Δος μοι, Κύριε, μετάνοιαν προ του τέλους.
- Πιστεύω ότι ἔρχη κρίναι ζώντας και νεκρούς, και πάντες εν τη τάξει αυτών παραστήσονται. Πού εγώ ευρεθήσομαι; Κύριε, δος μοι μετάνοιαν προ του τέλους.

Ωδή Θ' (Ο Ειρμός: "Θεόν ανθρώποις ιδείν αδύνατον...")

- **Τροπάρια:**

- Προς υμάς νυν καταφεύγω, Άγγελοι, Αρχάγγελοι και πάσαι αι επουράνιοι Δυνάμεις... πρεσβεύσατε τω Κτίστη ρυσθήναί με των αιωνίων βασάνων.
- Προς υμάς νυν θρηνώ, Άγιοι Πατριάρχαι, Βασιλείς και Προφήται, Απόστολοι και Ιεράρχαι... βοηθήσατέ μοι εν τη κρίσει.

ΑΚΟΛΟΥΘΙΑ ΤΗΣ ΘΕΙΑΣ ΜΕΤΑΛΗΨΕΩΣ

(Κανών της Θείας Μεταλήψεως - Ήχος β')

Ωδή Α'

- **Στίχος:** Καρδίαν καθαράν κτίσον εν εμοί, ο Θεός, και πνεύμα ευθές εγκαίνισον εν τοις εγκάτοις μου.
- **Τροπάριον:** Άρτος ζωής αιώνιος γενέσθω μοι το Σώμα Σου το Άγιον, και το Τίμιον Αίμα Σου, Κύριε, και νόσων πολυτρόπων ιατήριον.

Ωδή Γ'

- **Τροπάριον:** Δάκρυά μοι παράσχου, Χριστέ, τον ρύπον της καρδίας μου καθαίροντα· όπως ευαρέστως, εν φόβω και πίστει, προσέρχωμαι Δέσποτα τη Μεταλήψει των Θείων Δώρων Σου.

ΕΥΧΑΙ ΤΗΣ ΘΕΙΑΣ ΜΕΤΑΛΗΨΕΩΣ

Ευχή Α' (Μεγάλου Βασιλείου):

Δέσποτα Κύριε Ιησού Χριστέ, ο Θεός ημών, η πηγή της ζωής και της αθανασίας... Ήμαρτον, Κύριε, ήμαρτον εις τον ουρανόν και ενώπιόν Σου, και ουκ ειμί άξιος ατενίσαι εις το ύψος της δόξης Σου... αλλ' ως εδέξω την Πόρνην, τον Ληστήν, τον Τελώνην και τον Άσωτον, δέξαι καμέ...

Ευχή Β' (Αγίου Ιωάννου του Χρυσοστόμου):

Κύριε ο Θεός μου, οίδα ότι ουκ ειμί άξιος, ουδέ ικανός, ίνα υπό την στέγην εισέλθης του οίκου της ψυχής μου, διότι έρημός εστι και κατερριπωμένος... αλλ' ως εξ ύψους εταπείνωσας Σεαυτόν δι' ημάς, συμπαράμεινον και τη ταπεινώσει μου...

Ευχή Στ' (Αγίου Συμεών του Νέου Θεολόγου):

Από ρυπαρών χειλέων, από βδελυράς καρδίας, από ακαθάρτου γλώσσης, εκ ψυχής ερρυπωμένης, δέξαι δέησιν, Χριστέ μου... Ιδού, προσέρχομαι τω Σώματί Σου και τω Αίματί Σου... Ω του φρικτού μυστηρίου! Χόρτος ών, Πυρός μεταλαμβάνω, και ξένως δροσίζομαι, ως ο βάτος πάλαι η φλεγομένη και μη καιομένη...

Πίνακας Προετοιμασίας για τη Θεία Κοινωνία

Η προετοιμασία για τη Θεία Μετάληψη στην Ορθόδοξη παράδοση είναι πνευματική και σωματική άσκηση.

Απαίτηση	Λεπτομέρειες
Νηστεία	Αποχή από κρέας, γαλακτοκομικά και αυγά (συνήθως 1-3 ημέρες πριν). Πλήρης αποχή από τροφή και νερό από τα μεσάνυχτα.
Εξομολόγηση	Απαραίτητη η συμμετοχή στο Μυστήριο της Μετανοίας για την άδεια συμμετοχής στο Ποτήριο της Ζωής.

Προσευχή	Ανάγνωση των "Τριών Κανόνων" (Παρακλητικών) και της "Ακολουθίας της Θείας Μεταλήψεως".
Συγχώρευση	Πλήρης συμφιλίωση με όσους μας πίκραναν ή πικράναμε.

ΟΙ ΕΥΧΕΣ ΤΗΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ (Συνέχεια)

Ευχή Θ' (Αγίου Ιωάννου του Χρυσοστόμου):

«Κύριε Ιησού Χριστέ ο Θεός μου, ἀνες, ἀφες, ιλάσθητι και συγχώρησόν μοι τω αμαρτωλώ και αχρείω και αναξίω δούλω Σου... πάντα τα παραπτώματά μου, όσα Σοι εκ νεότητος μου μέχρι της παρούσης ημέρας και ώρας ήμαρτον, είτε εν γνώσει είτε εν αγνοίᾳ...»

Ευχή Ι' (Αγίου Ιωάννου του Δαμασκηνού):

«Πρό των θυρών του ναού Σου παρέστηκα, και των δεινών λογισμών ουκ αφίσταμαι· αλλ' ο Χριστέ ο Θεός, ο τον Τελώνην δικαιώσας, και την Χαναναίαν ελεήσας, και τω Ληστή παραδείσου πύλας ανοίξας, ἀνοιξόν μοι τα σπλάγχνα της φιλανθρωπίας Σου... Μη με καταφλέξης τον τολμώντα μεταλαμβάνειν Σου το πανάγιον Σώμα· αλλ' ως εδέξω και εφώτισας...»

ΠΡΟ ΤΗΣ ΘΕΙΑΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

(Στίχοι ψαλλόμενοι μυστικώς)

«Ιδού βαδίζω προς θείαν Κοινωνίαν.

Πλαστουργέ, μη φλέξης με τη μετουσία·

Πυρ γαρ υπάρχεις τους αναξίους φλέγον.

Αλλ' ούν κάθαρον πάσης με κηλίδος.»

(Και η ομολογία)

«Του Δείπνου Σου του μυστικού, σήμερον, Υἱέ Θεού, κοινωνόν με παράλαβε· ου μη γαρ τοις εχθροίς Σου το Μυστήριον είπω· ου φίλημά Σοι δώσω, καθάπερ ο Ιούδας· αλλ' ως ο Ληστής ομολογώ Σοι· Μνήσθητί μου, Κύριε, εν τη Βασιλεία Σου.»

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΑ ΜΕΤΑ ΤΗ ΘΕΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

(Μετά τη μετάληψη, ο πιστός λέγει)

Δόξα Σοι ο Θεός! Δόξα Σοι ο Θεός! Δόξα Σοι ο Θεός!

Ευχή Α':

«Ευχαριστώ Σοι, Κύριε ο Θεός μου, ότι ουκ απώσω με τον αμαρτωλόν, αλλ' αξιόν με γενέσθαι των αγιασμάτων Σου μετουχόν επετρεψας... Γενέσθω μοι ταύτα εις ίασιν ψυχής τε και σώματος, εις αποτροπήν παντός εναντίου, εις φωτισμόν των οφθαλμών της καρδίας μου...»

Ευχή Συμεών του Μεταφραστού:

«Ο δούς τροφήν μοι σάρκα Σην εκουσίως, **Πυρ** τυγχάνων και φλέγων τους αναξίους, μη δή φλέξης με, ώ Πλαστουργέ μου· μάλλον δε δίελθε προς μελών μου συνθέσεις, εις πάντας αρμούς, εις νεφρούς, εις καρδίαν. Φλέξον δ' ακάνθας των όρων μου σφαλμάτων... Πήξον τα γόνατα, σύν δε τοις οστέοις. Αισθήσεων φώτισον απλήν πεντάδα...»

ΑΠΟΛΥΤΙΚΙΑ ΤΩΝ ΑΓΙΩΝ

Λειτουργία	Άγιος	Κύριο Μήνυμα
Ιωάννου Χρυσοστόμου	Άγ. Ιωάννης Χρυσόστομος	«Η εκ του στόματός σου καθάπερ πυρσός εκλάμψασα χάρις, την οικουμένην εφώτισεν... Τριάδα ομοούσιον προσκυνείν.»
Μεγάλου Βασιλείου	Μέγας Βασίλειος	«Εις πάσαν την γην εξήλθεν ο φθόγγος σου... τον θεσμόν της Εκκλησίας εκόσμησας.»
Προηγιασμένων	Άγ. Γρηγόριος Διάλογος	«Κανόνα πίστεως και εικόνα πραότητος, εγκρατείας διδάσκαλον, ανέδειξε σε τη ποίμνη σου η των πραγμάτων αλήθεια.»

ΚΑΤΑΚΛΕΙΔΑ

«Άξιόν εστιν ως αληθώς, μακαρίζειν **Σε την Θεοτόκον, την αειμακάριστον και πταναμώμητον και Μητέρα του Θεού ημών. Την τιμιωτέραν των Χερουβείμ και ενδοξοτέραν ασυγκρίτως των Σεραφείμ, την αδιαφθόρως Θεόν Λόγον τεκούσαν, την όντως Θεοτόκον, Σε μεγαλύνομεν.**»

Παρακαλώ υποστηρίξτε με μέσω PayPal με αγάπη και προσευχές: paypal.me/lukengo12