

## Υπεράγαθε Δέσποινα Θεοτόκε...

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Θεολογία και Ζωή](#)



Επάκουσον της οικτράς μου δεήσεως και μη καταισχύνης με από της προσδοκίας μου, η μετά Θεόν ελπίς πάντων των περάτων της γης. Τον βρασμόν της σαρκός μου κατάσβεσον.

Τον εν τη ψυχή μου αγριώτατον· κλύδωνα κατεύνασον.

Τον πικρόν θυμόν καταπράϋνον.

Τον τύφον και την αλαζονείαν της ματαίας οϊήσεως εκ του νοός μου αφάνισον.

Τας νυκτερινάς φαντασίας των πονηρών πνευμάτων και τας μεθημερινάς των ακαθάρων εννοιών προσβολάς εκ της καρδίας μου μείωσον.

Παίδευσόν μου την γλώσσαν λαλείν τα συμφέροντα.

Δίδαξον τους οφθαλμούς μου βλέπειν ορθώς της αρετής την ευθύτητα.

Τους πόδας μου τρέχειν ανυποσκελίστως ποιήσον την μακαρίαν οδόν των του Θεού εντολών.

Τας χείράς μου αγιασθήναι παρασκεύασον, ίνα αξίως αίρω αυτάς προς τον Ύψιστον.

Κάθαρόν μου το στόμα, ίνα μετά παρρησίας επικαλήται Πατέραν, τον φοβερόν Θεόν και πανάγιον.

Άνοιξόν μου τα ώτα, ίνα ακούω αισθητώς και νοητώς τα υπέρ μέλι και κηρίον γλυκύτερα των αγίων Γραφών λόγια, και βιώ κατ αυτά από Σου κραταιούμενος.

Δια γαρ Σου, πανύμνητε και υπεράγαθε Δέσποινα, περισώζεται πάσα βροτεία φύσις  
αινούσα και ευλογούσα Πατέρα, Υιόν και Άγιον Πνεύμα, την παναγίαν Τριάδα και  
ομοούσιον, πάντοτε, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. »

Αμήν!

**Αγίου Γρηγορίου του Παλαμά**

Πηγή: [tokandylaki.blogspot.gr](http://tokandylaki.blogspot.gr)