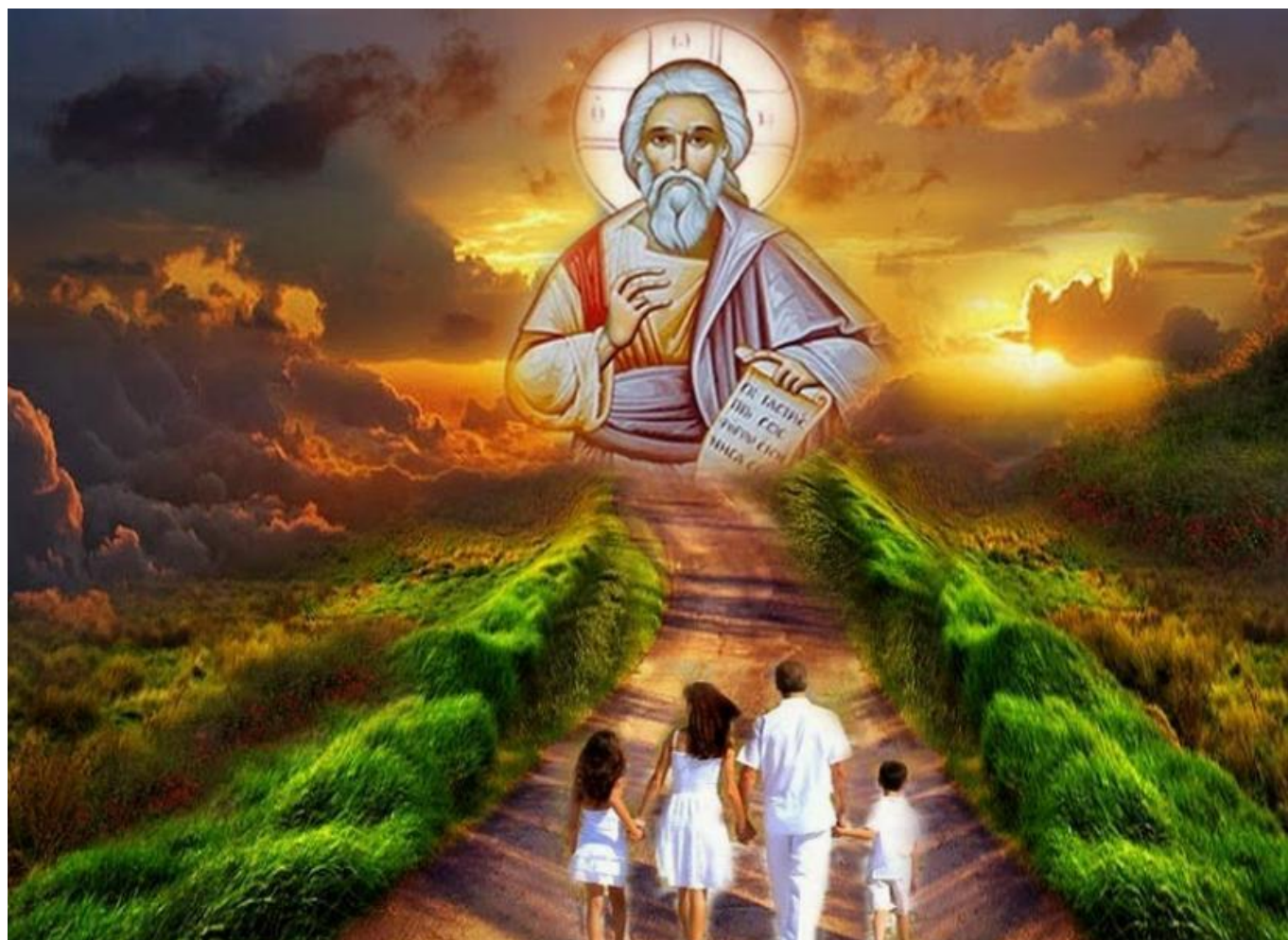


## Τρία πράγματα κάθε πρωί, για να μας φυλά ο Θεός όλη μέρα..

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Όταν ξυπνάμε το πρωί δεν χρειάζεται με το που θα ανοίξουμε τα μάτια μας να βάζουμε τα προβλήματα μας ως πρώτη προτεραιότητα. Ας φροντίσουμε την σχέση με τον Πατέρα μας πρώτα.



Πατέρας μας είναι ο Θεός και ξέρει πολύ καλύτερα από εμάς τις ανάγκες μας.

Με αυτήν την σκέψη, με αγάπη και ταπείνωση ας κάνουμε αυτά τα τρία πράγματα και όλα θα πάνε καλά.

Το πρώτο πράγμα που κάνουμε είναι να κάνουμε το σταυρό μας και να βάλουμε στο στόμα μας ένα κομμάτι αντίδωρο που έχουμε φυλάξει από τη Θεία λειτουργία. Το Αντίδωρον είναι ευλογημένος ο άρτος που βγαίνει από τα πρόσφορα που προσεκόμισαν και προσέφεραν οι πιστοί, προκειμένου να τελεσθεί η Θεία Λειτουργία (γι' αυτό και ονομασία πρόσφορο, από το ρήμα προσφέρω).

Κατά την ώρα που γίνεται η ακολουθία της προσκομιδής προφέρονται άρτοι (πρόσφορα), συνήθως τρία ή πέντε για να εξαχθούν οι μερίδες των εννέα ταγμάτων. Πρώτα εξάγεται ο αμνός Δεύτερον εξάγεται η τριγωνική μερίδα της Θεοτόκου. Τρίτον εξάγονται οι μερίδες των εννέα ταγμάτων. Πρώτα εξάγεται ο αμνός που συμβολίζει και τυποί το σώμα του Κυρίου μας Ιησού Χριστού.

Μετά το αντίδωρο θα πρέπει να πίνουμε αγιασμό.

Αγιασμός αποκαλείται η ιδιαίτερη, έκτακτη ακολουθία της Ορθόδοξης Εκκλησίας

που υπενθυμίζει τη Βάπτιση του Χριστού στον Ιορδάνη ποταμό και κατά την οποία ο ιερέας καθαγιάζει το νερό με ευχές, επίκληση του Αγίου Πνεύματος και τριπλή εμβάπτιση του Τιμίου Σταυρού μέσα στο νερό.

Το τελευταίο που κάνουμε είναι η παρακάτω πρωινή προσευχή με εμπιστοσύνη στο Θέλημα Του ώστε να μας φυλά όλη μέρα και να μας δίνει τη δύναμη να αντιμετωπίσουμε ότι κακό βρεθεί στο διάβα μας.

Δι' ευχών των Αγίων Πατέρων ημών, Κύριε Ιησού Χριστέ ο Θεός ημών, ελέησον ημάς. Αμήν.

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 σκηνώσον εν ημίν, και καθάρισον ημάς από πάσης κηλίδος, και σώσον, Αγαθέ, τας ψυχάς ημών.

(Το Τρισάγιον)

Άγιος ο Θεός, Άγιος Ισχυρός, Άγιος Αθάνατος, ελέησον ημάς. (Τρις).

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

Παναγία Τριάς, ελέησον ημάς. Κύριε ιλάσθητι ταις αμαρτίαις ημών, Δέσποτα, συγχώρησον τας ανομίας ημίν, Αγιε επίσκεψαι και ίασαι τας ασθαινείας ημών, ένεκεν του ονόματός Σου. Κύριε, ελέησον. Κύριε, ελέησον. Κύριε, ελέησον.

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

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

(Μετά τα παρόντα τριαδικά)

Εξεγερθέντες του ύπνου προσπίπτομέν Σοι, Αγαθέ, και τον Αγγέλων τον ύμνον βοώμεν Σοι, Δυνατέ. Άγιος, Άγιος, Άγιος ει ο Θεός, δια της Θεοτόκου ελέησον ημάς.

Δόξα Πατρί και Υιώ και Αγίω Πνεύματι.

Της κλίνης και του ύπνου εξεγείρας με, Κύριε, τον νουν μου φώτισον, και την καρδίαν και τα χείλη μου άνοιξον, εις το υμνείν Σε, Αγία Τριάς. Άγιος, Άγιος, Άγιος ει ο Θεός, δια της Θεοτόκου ελέησον ημάς.

Και νυν, και αεί, και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Αθρόον ο Κριτής επελεύσεται, και εκάστου αι πράξεις γυμνωθήσονται. Αλλά φόβω κράζομεν εν τω μέσω της νυκτός. Άγιος, Άγιος, Άγιος ει ο Θεός, δια της Θεοτόκου ελέησον ημάς.

Κύριε, ελέησον ιβ' (12).

(Ευχαριστήριες ευχές)

Εκ του ύπνου εξανιστάμενος, ευχαριστώ Σοι, Αγία Τριάς, ότι δια την πολλήν Σου αγαθότητα και μακροθυμίαν, ουκ ωργίσθης εμοί τω ραθύμω και αμαρτωλώ, ουδέ συναπώλεσάς με ταις ανομίαις μου, αλλ' εφιλανθρωπέυσω συνήθως και προς απόγνωσιν κείμενον ήγειράς με, εις το ορθρίσαι και δοξολογήσαι το κράτος Σου. Και νυν φώτισόν μου τα όμματα της διανοίας, άνοιξόν μου το στόμα, του μελετάν τα λόγια Σου, και συνιέναι ταις εντολαίς Σου, και ποιείν το θέλημά Σου, και ψάλλειν Σοι εν εξομολογήσει καρδίας, και ανυμνείν το πανάγιον όνομά Σου, του Πατρός και του Υιού και του Αγίου Πνεύματος, νυν, και αεί, και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Δόξα Σοι, Βασιλεύ, Θεέ Παντοκράτορ, ότι τη θεία Σου και φιλανρώπω προνοία ηξίωσάς με τον αμαρτωλόν και ανάξιον εξ ύπνου αναστήναι και τυχείν της εισόδου του αγίου Σου οίκου. Δέξαι Κύριε, και την φωνήν της δεήσεώς μου, ως των Αγίων και νοερών Σου δυνάμεων, και ευδόκησον εν καρδία καθαρά και πνεύματι ταπεινώσεως, προσενεχθήναι Σοι την εκ των ρυπαρών χειλέων μου αίνεσιν. Όπως καγώ κοινωνός γένωμαι των φρονίμων παρθένων, εν φαιδρά λαμπηδόνη της ψυχής μου, και δοξάζω Σε, τον εν Πατρί και Πνεύματι δοξαζόμενον Θεόν Λόγον. Αμήν.

Δι' ευχών των Αγίων Πατέρων ημών, Κύριε Ιησού Χριστέ ο Θεός ημών, ελέησον ημάς. Αμήν

Πηγή: [iellada.gr](http://iellada.gr)