

Το τριμέρι της σιωπής στο Άγιον Όρος

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Άγιον Όρος](#) / [Γενικά Θέματα](#)



Από την Καθαρά Δευτέρα ως και την Τετάρτη οι μοναχοί του [Αγίου Όρους](#) προσεύχονται αδιάλειπτα και τηρούν σιωπή συμμετέχοντας στις πολύωρες Ιερές Ακολουθίες.

Το τυπικό αυτό που κρατά δέκα αιώνες βοηθά τους μοναχούς να υποδεχτούν την **Αγία και Μεγάλη Τεσσαρακοστή**.

Οι μοναχοί απέχουν από τα πάντα, μέχρι και από το νερό και τηρούν **πλήρη ασιτία**, μέχρι την Τετάρτη το μεσημέρι.

Το τυπικό της Μεγάλης Σαρακοστής επιβάλλει μεγαλύτερη **νηστεία**, πολλές **μετάνοιες** και περισσότερη προσευχή είτε στο Ναό είτε στο κελί.

Τα αποτελέσματα της νηστείας δίδουν στον κάθε αγωνιζόμενο πιστό την ευκαιρία να μειώσει τα πάθη και να ελκύσει ως εκ τούτου τη χάρη και την ευλογία του Θεού.