

ΑΚΟΛΟΥΘΙΑ ΤΩΝ ΩΡΩΝ

ΩΡΑ Α'.

Εὐλογητὸς ὁ Θεὸς ἡμῶν, πάντοτε, νῦν, καὶ αἰεὶ,
καὶ εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων. Ἀμήν.

Δόξα σοι ὁ Θεὸς ἡμῶν, δόξα σοι.

Βασιλεῦ οὐράνιε, Παράκλητε, τὸ Πνεῦμα τῆς
ἀληθείας ὁ πανταχοῦ παρῶν καὶ τὰ πάντα πληρῶν
ὁ θησαυρὸς τῶν ἀγαθῶν καὶ ζωῆς χορηγός, ἐλθέ
καὶ σκηνώσον ἐν ἡμῖν καὶ καθάρισον ἡμᾶς ἀπὸ
πάσης κηλίδος καὶ σῶσον ἀγαθέ, τὰς ψυχὰς ἡμῶν.

Τρισάγιον.

Ἅγιος ὁ Θεός, ἅγιος ἰσχυρός, ἅγιος ἀθάνατος
ἐλέησον ἡμᾶς (γ').

Δόξα... Καὶ νῦν...

Παναγία Τριάς, ἐλέησον ἡμᾶς. Κύριε, ἰάσθητι
ταῖς ἁμαρτίαις ἡμῶν. Δέσποτα, συγχώρησον τὰς
ἀνομίας ἡμῖν. Ἄγιε, ἐπίσκεψαι καὶ ἴασαι τὰς
ἀσθενείας ἡμῶν, ἕνεκεν τοῦ ὀνόματός σου.

Κύριε ἐλέησον (γ').

Δόξα... Καὶ νῦν.

Πάτερ ἡμῶν, ὁ ἐν τοῖς οὐρανοῖς, ἀγιασθήτω τὸ
ὄνομά σου, ἐλθέτω ἡ βασιλεία σου, γενηθήτω τὸ
θέλημά σου ὡς ἐν οὐρανῷ καὶ ἐπὶ τῆς γῆς. Τὸν
ἄρτον ἡμῶν τὸν ἐπιούσιον δὸς ἡμῖν σήμερον καὶ
ἄφες ἡμῖν τὰ ὀφειλήματα ἡμῶν, ὡς καὶ ἡμεῖς
ἀφίεμεν τοῖς ὀφειλέταις ἡμῶν, καὶ μὴ εἰσενέγκῃς
ἡμᾶς εἰς πειρασμόν, ἀλλὰ ῥῦσαι ἡμᾶς ἀπὸ τοῦ
πονηροῦ.

Ὅτι σοῦ ἐστὶν ἡ βασιλεία, καὶ ἡ δύναμις καὶ ἡ

ΑΚΟΛΟΥΘΙΑ ΤΩΝ ΩΡΩΝ

ΩΡΑ Α'.

Εἶναι ἄξιος δοξολογίας ὁ Θεὸς μας πάντοτε· Καὶ τώρα
καὶ πάντα καὶ στοὺς αἰῶνες τῶν αἰώνων. Ἀμήν.

Δόξα σ' ἐσένα, Θεέ μας, δόξα σ' ἐσένα.

Βασιλιά Οὐράνιε, Παρηγορητή, τὸ Πνεῦμα τῆς ἀλήθειας,
ὁ ὁποῖος εἶσαι παντοῦ παρῶν, καὶ γεμίζεις τὰ πάντα, ὁ θη-
σαυρὸς τῶν ἀγαθῶν, καὶ χορηγὸς τῆς ζωῆς, ἔλα καὶ κατοίκη-
σε μέσα μας, καὶ καθάρισέ μας ἀπὸ κάθε κηλίδα, καὶ σῶσε,
Ἀγαθέ, τίς ψυχές μας.

Τρισάγιο.

Εἶσαι Ἅγιος ὁ Θεὸς Πατέρας, Ἅγιος δυνατὸς ὁ Υἱός, Ἅγιος
ἀθάνατος τὸ Ἅγιο Πνεῦμα. Ἐλέησέ μας. (Τρίς).

Δόξα... Καὶ νῦν...

Παναγία Τριάδα, ἐλέησέ μας. Κύριε, δεῖξε ἔλεος στίς
ἁμαρτίες μας. Δέσποτα, συγχώρησε τίς ἀνομίες μας. Ἄγιε,
ἔλα καὶ θεράπευσε τίς ἀσθενείες μας, γιὰ χάρη τοῦ ὀνόματός
σου.

Κύριε, ἐλέησον. (Τρίς).

Δόξα... Καὶ νῦν...

Πατέρα μας, πού κατοικεῖς στοὺς οὐρανοὺς, ἄς εἶναι
ἀγιασμένο τὸ ὄνομά σου. Ἄς ἔλθει ἡ Βασιλεία σου. Ἄς γίνει
τὸ θέλημά σου, ὅπως στὸν οὐρανὸ ἀπὸ τοὺς Ἀγγέλους, ἔτσι
καὶ στὴ γῆ ἀπὸ τοὺς ἀνθρώπους. Τὴν τροφή μας τὴν
ἀπαραίτητη γιὰ τὴ ζωὴ δῶσε μας σήμερα. Καὶ συγχώρησε σ'
ἐμᾶς τὰ ἁμαρτήματά μας, ὅπως κι ἐμεῖς συγχωροῦμε αὐτοὺς
πού ἁμάρτησαν σ' ἐμᾶς. Καὶ μὴν ἐπιτρέψεις, νά πέσουμε σέ
πειρασμό, ἀλλὰ ἀπάλλαξέ μας ἀπὸ τὸν πονηρό.

Διότι δική σου εἶναι ἡ Βασιλεία καὶ ἡ δύναμη καὶ ἡ δόξα,

δόξα τοῦ Πατρὸς καὶ τοῦ Υἱοῦ καὶ τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, νῦν καὶ αἰεὶ καὶ εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων. Ἀμήν.

Κύριε ἐλέησον(ιβ').

Δόξα.. Καὶ νῦν..

(Κατὰ τὴ Μεγάλην Τεσσαρακοστήν τά ὡς ἄνω παραλείπονται).

Δεῦτε προσκυνήσωμεν καὶ προσπέσωμεν τῷ Βασιλεῖ ἡμῶν Θεῷ.

Δεῦτε προσκυνήσωμεν καὶ προσπέσωμεν Χριστῷ τῷ Βασιλεῖ ἡμῶν Θεῷ.

Δεῦτε προσκυνήσωμεν καὶ προσπέσωμεν αὐτῷ, Χριστῷ τῷ Βασιλεῖ καὶ Θεῷ ἡμῶν.

Ψαλμὸς Ε' .(5).

Τὰ ῥήματά μου ἐνώτισαι, Κύριε, σύνες τῆς κραυγῆς μου·

Πρόσχες τῇ φωνῇ τῆς δεήσεώς μου ὁ Βασιλεὺς μου καὶ ὁ Θεός μου. Ὅτι πρὸς σέ προσεύξομαι, Κύριε.

Τὸ πρῶτ' εἰσακούσῃ τῆς φωνῆς μου, τὸ πρῶτ' παραστήσομαί σοι καὶ ἐπόψει μαι. Ὅτι οὐχὶ Θεὸς θέλων ἀνομίαν σὺ εἶ·

Οὐ παροικήσει σοι πονηρευόμενος οὐδέ διαμενοῦσιν παράνομοι κατέναντι τῶν ὀφθαλμῶν σου·

Ἐμίσησας πάντας τοὺς ἐργαζομένους τὴν ἀνομίαν, ἀπολεῖς πάντας τοὺς λαλοῦντας τὸ ψεῦδος.

Ἄνδρα αἱμάτων καὶ δόλιον βδελύσσεται Κύρι-

τοῦ Πατρὸς καὶ τοῦ Υἱοῦ καὶ τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, τώρα καὶ πάντοτε καὶ στοὺς αἰῶνες τῶν αἰώνων.

Ἀμήν.

Κύριε ἐλέησον(ιβ').

Δόξα.. Καὶ νῦν...

(Κατὰ τὴ Μεγάλην Σαρακοστή παραλείπονται τὰ παραπάνω).

Ἐλᾶτε, νὰ προσκυνήσουμε καὶ νὰ προσπέσουμε στό Βασιλιά μας καὶ Θεό.

Ἐλᾶτε, νὰ προσκυνήσουμε, καὶ νὰ προσπέσουμε στό Χριστό, τό Βασιλιά μας καὶ Θεό.

Ἐλᾶτε νὰ προσκυνήσουμε, καὶ νὰ προσπέσουμε, σ' αὐτόν, στόν Χριστό τόν Βασιλιά καὶ Θεό μας.

ΨΑΛΜΟΣ Ε' . (5).

Κύριε, δέξου τὰ λόγια μου στήν ἀκοή σου, κατανόησε τὴν κραυγή μου.

Πρόσεξε τὴ φωνή τῆς δεήσεώς μου, Ἐσύ ὁ Βασιλιάς καὶ Θεός μου· Διότι σ' ἐσένα θά προσευχηθῶ, Κύριε.

Τὰ ξημερώματα θά εἰσακούσεις τὴ φωνή μου. Τό πρῶτ' θά παρουσιασθῶ μπροστά σου καὶ θά μέ δεῖς μέ εὐμένεια· Διότι Ἐσύ εἶσαι Θεός, πού δέν θέλεις τὴν ἀνομία.

Δέν θά κατοικήσει κοντά σου ἄνθρωπος πού σκέπτεται πονηρά, οὔτε θά παραμείνουν παράνομοι μπροστά στά μάτια σου.

Μίσησες ὅλους πού ἐργάζονται τὴν ἀνομία, θά ἐξολοθρεύσεις ὅλους πού ψεύδονται συστηματικά.

Τόν ἄνθρωπο τόν φονιά καὶ τόν δόλιο τόν σιχαίνεται ὁ Κύριος.

ος.

Ἐγὼ δὲ ἐν τῷ πλήθει τοῦ ἐλέους σου
εἰσελεύσομαι εἰς τὸν οἶκόν σου, προσκυνήσω πρὸς
ναὸν ἅγιόν σου ἐν φόβῳ σου.

Κύριε ὁδήγησόν με ἐν τῇ δικαιοσύνῃ σου,
ἐνεκα τῶν ἐχθρῶν μου κατεύθυνον ἐνώπιόν σου
τὴν ὁδόν μου.

Ὅτι οὐκ ἔστιν ἐν τῷ στόματι αὐτῶν ἀλήθεια, ἡ
καρδία αὐτῶν ματαιά·

Τάφος ἀνεωγμένος ὁ λάρυγξ αὐτῶν ταῖς
γλώσσαις αὐτῶν ἐδολιοῦσαν. Κρῖνον αὐτοὺς ὁ
Θεός.

Ἀποπεσάτωσαν ἀπὸ τῶν διαβουλιῶν αὐτῶν,
κατὰ τὸ πλήθος τῶν ἀσεβειῶν αὐτῶν ἔξωσον
αὐτοὺς ὅτι παρεπίκρανάν σε Κύριε.

Καὶ εὐφρανθήσονται πάντες οἱ ἐλπίζοντες ἐπὶ
σὲ εἰς αἰῶνα ἀγαλλιάσονται καὶ κατασκηνώσεις ἐν
αὐτοῖς καὶ καυχῆσονται ἐν σοὶ πάντες οἱ
ἀγαπῶντες τὸ ὄνομά σου.

Ὅτι σὺ εὐλογῆσεις δίκαιον, Κύριε, ὡς ὄπλω
εὐδοκίας ἐστεφάνωσας ἡμᾶς.

Ψαλμὸς ΠΘ'. (89).

Κύριε καταφυγὴ ἐγενήθης ἡμῖν ἐν γενεᾷ καὶ
γενεᾷ. Πρὸ τοῦ ὄρη γενηθῆναι καὶ πλασθῆναι τὴν
γῆν καὶ τὴν οἰκουμένην καὶ ἀπὸ τοῦ αἰῶνος ἕως
τοῦ αἰῶνος σὺ εἶ.

Μὴ ἀποστρέψης ἄνθρωπον εἰς ταπεινώσιν καὶ
εἶπας ἐπιστρέψατε υἱοὶ ἀνθρώπων.

Ἐγὼ ὅμως στηριζόμενος στό πλήθος τοῦ ἐλέους σου, θά
μπῶ στόν οἶκο σου, θά προσκυνήσω μέ σεβασμό στό ναό σου
τόν ἅγιο.

Κύριε, ὁδήγησέ με μέ τῇ δικαιοσύνῃ σου, εἰς πείσμα τῶν
ἐχθρῶν μου κάνε εὐθύ τό δρόμο μου μπροστά σου.

Διότι στό στόμα τῶν ἀνόμων δέν ὑπάρχει ἀλήθεια, ἡ
καρδιά τους πάντοτε σκέπτεται τά μάταια.

Σαν τάφος ἀνοιχτός εἶναι ὁ λάρυγγάς τους, μέ τίς
γλῶσσες τους κατασκευάζουν δόλους. Κρῖνε τους, Θεέ μου.

Ἄς πέσουν στό κενό (ἄς ἀποτύχουν) τά πονηρά σχέδιά
τους. Διῶξε τους μακριά σύμφωνα μέ τό μέγεθος τῶν
ἀσεβειῶν τους, διότι σέ ἐπίκραναν, Κύριε.

Καί ἄς εὐφρανθοῦν ὅλοι ὅσοι ἐλπίζουν σ' ἐσένα· Θά
ἀγάλλονται αἰῶνια, καί θά κατασκηνώσεις ἀνάμεσά τους,
καί θά καυχῶνται ἐξ αἰτίας σου, ὅλοι πού ἀγαποῦν καί σέβο-
νται τό ὄνομά σου.

Διότι Ἐσύ θά εὐλογῆσεις τόν δίκαιο. Θά μᾶς στεφανώ-
σεις μέ τῇ χάρη σου ὡς ὄπλο.

ΨΑΛΜΟΣ ΠΘ'. (89).

Κύριε, ἔγινες γιά μᾶς καταφύγιο ἀπό γενιά σέ γενιά.
Πρῖν δημιουργηθοῦν τά ὄρη καί διαμορφωθεῖ ἡ γῆ καί ἡ
οἰκουμένη καί προαιῶνια ὑπάρχεις ἐσύ.

Μὴν ἐπιτρέψεις, νά ταπεινωθεῖ ἄνθρωπος μέ τὴν
ἁμαρτία· καί γι' αὐτό εἶπες· ἐπιστρέψετε κοντά μου
ἄνθρωποι.

Ὅτι χίλια ἔτη ἐν ὀφθαλμοῖς σου, Κύριε, ὡς ἡμέρα ἢ ἔχθες, ἣτις διήλθε καὶ φυλακὴ ἐν νυκτί.

Τὰ ἐξουδενώματα αὐτῶν ἔτη ἔσονται τὸ πρωῒ ὡσεὶ χλόη παρέλθοι.

Τὸ πρωῒ ἀνθῆσαι καὶ παρέλθοι τὸ ἑσπέρας ἀποπέσοι, σκληρυνθεῖ καὶ ξηρανθεῖ.

Ὅτι ἐξελίπομεν ἐν τῇ ὀργῇ σου καὶ ἐν τῷ θυμῷ σου ἔταράχθημεν.

Ἔθου τὰς ἀνομίας ἡμῶν ἐνώπιόν σου· ὁ αἰὼν ἡμῶν εἰς φωτισμὸν τοῦ προσώπου σου.

Ὅτι πᾶσαι αἱ ἡμέραι ἡμῶν ἐξέλιπον καὶ ἐν τῇ ὀργῇ σου ἐξελίπομεν.

Τὰ ἔτη ἡμῶν ὡς ἀράχνη ἐμελέτων.

Αἱ ἡμέραι τῶν ἐτῶν ἡμῶν ἐν αὐτοῖς ἑβδομήκοντα ἔτη· ἐὰν δὲ ἐν δυναστείαις ὀγδοήκοντα ἔτη καὶ τὸ πλεῖον αὐτῶν κόπος καὶ πόνος, ὅτι ἐπῆλθε πραότης ἐφ' ἡμᾶς καὶ παιδευθησόμεθα.

Τίς γινώσκει τὸ κράτος τῆς ὀργῆς σου καὶ ἀπὸ τοῦ φόβου σου τὸν θυμὸν σου ἐξαριθμῆσθαι;

Τὴν δεξιάν σου οὕτω γνώρισόν μοι καὶ τοὺς πεπαιδευμένους τῇ καρδίᾳ ἐν σοφίᾳ.

Ἐπίστρεψον Κύριε· ἕως πότε; καὶ παρακλήθητι ἐπὶ τοῖς δούλοις σου.

Ενεπλήσθημεν τὸ πρωῒ τοῦ ἐλέους σου, Κύριε,

Διότι χίλια ἔτη, Κύριε, μπροστά στά μάτια σου εἶναι ὅπως ἡ χθεσινὴ ἡμέρα, πού πέρασε, καὶ ὅπως μιά νυχτερινὴ βάρδια (τέσσερις ὥρες).

Ἡ ἐξουθενημένη (ἢ ταλαίπωρη) ζωὴ τῶν ἀνθρώπων διαρκεῖ μόνο λίγα ἔτη, τὸ πρωῒ ἐμφανίζεται ὡς χλόη πού προσπερνᾷ.

Τὸ πρωῒ ἀνθίζει καὶ περνᾷ, τὸ βράδυ πέφτει, σκληρύνεται καὶ ξηραίνεται.

Ἔτσι καὶ ἐμεῖς σβήνουμε μπροστά στήν ὀργή σου, καὶ μᾶς πιάνει ταραχὴ μπροστά στό θυμό σου.

Τοποθέτησες τίς ἀνομίες μας μπροστά σου· Ὀλόκληρη ἡ ζωὴ μας βρίσκεται κάτω ἀπὸ τὴ λάμψη τοῦ προσώπου σου.

Διότι ὅλες οἱ ἡμέρες μας ἐξαφανίσθηκαν, καὶ μπροστά στήν ὀργή σου χαθήκαμε.

Τὰ χρόνια τῆς ζωῆς μας φαίνονται ὡς ἀράχνη· χάθηκαν·

Ἡ διάρκεια τῆς ζωῆς μας ἐδῶ εἶναι ἑβδομήντα ἔτη, καὶ ἐὰν κάποιος ἔχει γερὴ κράση ὀγδόντα ἔτη, καὶ τὸ περισσότερο ἀπ' αὐτὰ εἶναι κόπος καὶ ταλαιπωρία· Διότι ἔρχεται κατάπτωση τῶν δυνάμεων ἐπάνω μας καὶ ταλαιπωρούμεθα.

Ποιὸς γνωρίζει τὴ δύναμη τῆς ὀργῆς σου; Καὶ ποιὸς μπορεῖ μέ σεβασμό, νά μετρήσει τὸ θυμό σου;

Κάνε με νά γνωρίσω τὴν τιμωρητικὴ δύναμη τοῦ δεξιοῦ σου χεριοῦ, καὶ αὐτούς πού εἶναι ἐκπαιδευμένοι στήν καρδιά μέ τὴν πνευματικὴ σοφία, γιὰ νά ὠφεληθῶ.

Γύρισε Κύριε τὸ πρόσωπό σου πρὸς ἐμᾶς· Μέχρι πότε θά εἶσαι ὀργισμένος μαζί μας; Δεῖξε εὐμένεια στίς παρακλήσεις τῶν δούλων σου.

Εὐαρεστήθηκες νά γεμίσουμε γρήγορα, Κύριε, ἀπὸ τὸ

καὶ ἠγαλλιασάμεθα καὶ εὐφρανθήμεν. Ἐν πάσαις ταῖς ἡμέραις ἡμῶν εὐφρανθήμεν ἀνθ' ὧν ἡμερῶν ἐταπείνωσας ἡμᾶς ἐτῶν ὧν εἶδομεν κακὰ.

Καὶ ἴδε ἐπὶ τοὺς δούλους σου καὶ ἐπὶ τὰ ἔργα σου καὶ ὀδήγησον τοὺς υἱοὺς αὐτῶν.

Καὶ ἔστω ἡ λαμπρότης Κυρίου τοῦ Θεοῦ ἡμῶν ἐφ' ἡμᾶς, καὶ τὰ ἔργα τῶν χειρῶν ἡμῶν κατεύθυνον ἐφ' ἡμᾶς, καὶ τό ἔργον τῶν χειρῶν ἡμῶν κατεύθυνον.

Ψαλμὸς Ρ'. (100).

Ἐλεος καὶ κρίσιν ἄσομαί σοι, Κύριε. Ψαλῶ καὶ συνήσω ἐν ὁδῷ ἀμώμῳ· πότε ἤξεις πρὸς με;

Διεπορευόμεν ἐν ἀκακίᾳ καρδίας μου ἐν μέσῳ τοῦ οἴκου μου.

Οὐ προετιθέμην πρὸ ὀφθαλμῶν μου πρᾶγμα παράνομον· ποιῶντας παραβάσεις ἐμίσησα·

Οὐκ ἐκολλήθη μοι καρδία σκαμβή· ἐκκλίνοντος ἀπ' ἐμοῦ τοῦ πονηροῦ οὐκ ἐγίνωσκον·

Τὸν καταλαλοῦντα λάθρα τὸν πλησίον αὐτοῦ, τοῦτον ἐξεδίδωκον·

Ὑπερηφάνῳ ὀφθαλμῷ καὶ ἀπλήστῳ καρδία τούτῳ οὐ συνήσθιον·

Οἱ ὀφθαλμοί μου ἐπὶ τοὺς πιστοὺς τῆς γῆς τοῦ συγκαθῆσθαι αὐτοὺς μέτ' ἐμοῦ, πορευόμενος ἐν

ἔλεός σου. Ἄς σκιρτήσουμε ἀπὸ χαρᾶ καὶ ἀγαλλίαση. Ὅλες τίς ἡμέρες τῆς ζωῆς μας. Εἶθε νὰ εὐφρανθοῦμε γιὰ ἐκείνες τίς ἡμέρες πού μᾶς ταπείνωσες, γιὰ τὰ ἔτη πού δοκιμάσαμε θλίψεις·

Κοίταξε μέ συμπάθεια τοὺς δούλους σου τοὺς Ἰσραηλίτες· τὰ ἔργα σου πού ἔκανες γι' αὐτούς, καὶ ὀδήγησε τοὺς ἀπογόνους τοῦ Ἰακώβ σὲ δρόμους σωτηρίας.

Καὶ ἄς εἶναι ἡ λαμπρὴ συμπάθεια σοῦ, τοῦ Κυρίου καὶ Θεοῦ μας ἐπάνω μας, καὶ τὰ ἔργα τῶν χειρῶν μας κατευόδωσέ τα γιὰ τό καλό μας, καὶ τὴν ἐργασία τῶν χειρῶν μας κατευόδωσέ την.

ΨΑΛΜΟΣ Ρ'. (100).

Θά ὑμνήσω, Κύριε, τό ἔλεός σου καὶ τὴ δικαιοσύνη σου. Θά ψάλω καὶ θά κατανοήσω ποιός εἶναι καθαρός, ἄψογος δρόμος· Πότε θά ἔλθεις κοντά μου;

Μέσα στὴν οἰκογένειά μου συμπεριφέρθηκα χωρὶς κακία στὴν καρδιά μου.

Δέν ἀνέχθηκα μπροστά στά μάτια μου πρᾶγμα παράνομο· Μισοῦσα ὅλους, πού ἔκαναν παραβάσεις.

Δέν προσκολλήθηκε κοντά μου ἄνθρωπος μέ διαστρεβλωμένη καρδιά· Ὅταν κάποιος πονηρός, ἀπὸ ἐκείνους πού ἤθελαν νὰ μέ πλησιάσουν, ἀπομακρυνόταν ἀπὸ μένα ἀπογοητευμένος, δέν εἶχα κἄν ἀντιληφθεῖ τὴν παρουσία του.

Ἐκεῖνον πού κατέκρινε κρυφά τὸν πλησίον του, τὸν ἔδωχνα.

Μέ ἄνθρωπο, ὁ ὁποῖος εἶχε ὑπερήφανα μάτια καὶ πλεονεξία στὴν καρδιά, δέν ἔτρωγα μαζί του.

Τὰ μάτια μου ἦταν στραμμένα πρὸς τοὺς πιστοὺς ἀνθρώπους, γιὰ νὰ καθίσουν μαζί μου· Ὅποιος ἀκολουθοῦσε

ὁδῶ ἀμώμῳ οὗτός μοι ἐλειτούργει.

Οὐ κατῶκει ἐν μέσῳ τῆς οἰκίας μου ποιῶν ὑπερηφανίαν, λαλῶν ἄδικα οὐ κατεύθυνεν ἐνώπιον τῶν ὀφθαλμῶν μου.

Εἰς τὰς πρωΐας ἀπέκτεινον πάντα τοὺς ἁμαρτωλοὺς τῆς γῆς τοῦ ἐξολοθρεῦσαι ἐκ πόλεως Κυρίου πάντα τοὺς ἐργαζομένους τὴν ἀνομίαν.

Δόξα... Καὶ νῦν...

Ἀλληλούια (γ'). Δόξα σοι ὁ Θεός (γ').

Κύριε, ἐλέησον (γ').

Δόξα Πατρί...

Τό πρωῖ εἰσάκουσον τῆς φωνῆς μου, ὁ Βασιλεύς μου καὶ ὁ Θεός μου.

Στιχ. Τὰ ῥήματά μου ἐνώτισαι, Κύριε, σύνες τῆς κραυγῆς μου.

Στίχ. Ὅτι πρὸς σέ προσεύξομαι, Κύριε, τὸ πρωῖ εἰσακούσῃ τῆς φωνῆς μου.

Καὶ νῦν... Θεοτοκίον.

Τὶ σέ καλέσωμεν, ὦ Κεχαριτωμένη; οὐρανόν; ὅτι ἀνέτειλας τὸν ἥλιον τῆς δικαιοσύνης. Παράδεισον; ὅτι ἐβλάστησας τὸ ἄνθος τῆς ἀφθαρσίας. Παρθένον; ὅτι ἔμεινας ἀφθορος· ἀγνήν Μητέρα; ὅτι ἔσχες σαῖς ἀγίαις ἀγκάλαις υἱόν, τὸν πάντων Θεόν. Αὐτὸν ἰκέτευε, σωθῆναι τὰς ψυχὰς ἡμῶν.

Τὰ διαβήματά μου κατεύθυνον κατὰ τὸ λόγιόν σου, καὶ μὴ κατακυριεύσάτω μου πᾶσα ἀνομία.

Λύτρωσαί με ἀπὸ συκοφαντίας ἀνθρώπων, καὶ

τὸν ἄμεμπτο δρόμο, αὐτὸς γινόταν συνεργάτης μου.

Δέν ἐγκαταστάθηκε μέσα στό σπίτι μου, ἄνθρωπος πού ἦταν ὑπερήφανος· Ἄνθρωπος πού μιλοῦσε ἄδικα, δέν εὐδοκίμοῦσε (δέν πρόκοβε) μπροστά στά μάτια μου.

Κατά τὰ πρωῖνά δικάζα καὶ καταδίκαιζα σέ θάνατο ὅλους τοὺς παρανόμους τῆς γῆς, γιά νά ἐξολοθρεύσω ἀπό τὴν πόλη τοῦ Κυρίου (τὴν Ἱερουσαλήμ), ὅλους πού διέπρατταν τὴν ἀνομία.

Δόξα... Καὶ νῦν...

Ἀλληλούια (γ'). Δόξα σοι ὁ Θεός (γ').

Κύριε ἐλέησον (γ').

Δόξα Πατρί...

Τό πρωῖ εἰσάκουσε τὴ φωνή μου, Βασιλιά μου καὶ Θεέ μου.

Στίχ. Τὰ λόγια μου, Κύριε, δέξου τα στά αὐτιά σου, κατανόησε τὴν κραυγή μου.

Στίχ. Ἐπειδὴ προσεύχομαι σ' ἐσένα, Κύριε, τὸ πρωῖ θά ἀκούσεις τὴ φωνή μου.

Καὶ νῦν... Θεοτοκίον.

Πῶς νά σέ ὀνομάσουμε, Χαριτωμένη; οὐρανό; διότι ἀνέτειλες τὸν ἥλιο τῆς δικαιοσύνης. Παράδεισο; διότι βλάστησες τὸ ἄνθος τῆς ἀφθαρσίας. Παρθένο; διότι ἔμεινες ἀγνή. Ἄγνή Μητέρα; διότι κράτησες στίς ἀγκάλαις σου ὡς Υἱό τὸν Θεό τῶν πάντων· Αὐτὸν ἰκέτευε, νά σωθοῦν οἱ ψυχές μας.

Κατεύθυνε τὰ βήματά μου σύμφωνα μέ τὴν ὑπόσχεσή σου, καὶ ἄς μὴ μέ κυριεύσει καμμιά ἀνομία.

Λύτρωσέ με ἀπὸ κάθε συκοφαντία ἀνθρώπων, καὶ ἐγώ

φυλάξω τὰς ἐντολάς σου.

Τὸ πρόσωπόν σου ἐπίφανον ἐπὶ τὸν δούλον σου, καὶ δίδαξόν με τὰ δικαιώματά σου.

Πληρωθήτω τὸ στόμα μου αἰνέσεώς σου, Κύριε, ὅπως ὑμνήσω τὴν δόξαν σου, ὅλην τὴν ἡμέραν τὴν μεγαλοπρέπειάν σου.

Τρισάγιον. (Σελίς 15-16).

Κοντάκιον:

Τῇ Δευτέρᾳ, Τρίτῃ καὶ Πέμπτῃ:

Τὴν ὑπερένδοξον τοῦ Θεοῦ Μητέρα, καὶ τῶν ἁγίων Ἀγγέλων ἁγιωτέραν, ἀσιγήτως ὑμνήσωμεν καρδιά καὶ στόματι, Θεοτόκον αὐτὴν ὁμολογοῦντες, ὡς κυρίως γεννήσασαν Θεὸν σεσαρκωμένον, καὶ πρεσβεύουσιν ἀπαύστως ὑπὲρ τῶν ψυχῶν ἡμῶν.

Τῇ Τετάρτῃ καὶ Παρασκευῇ.

Ταχὺ προκατάλαβε, πρὶν δουλωθῆναι ἡμᾶς, ἐχθροῖς βλασφημοῦσί σε, καὶ ἀπειλοῦσιν ἡμῖν, Χριστέ ὁ Θεὸς ἡμῶν, ἀνελε τῷ Σταυρῷ σου, τοὺς ἡμᾶς πολεμοῦντας, γνώτωσαν πῶς ἰσχύει, Ὁρθοδόξων ἢ Πίστις, πρεσβεΐαις τῆς Θεοτόκου, μόνη φιλάνθρωπε.

Κύριε ἐλέησον Μ'. (40κις).

Ὁ ἐν παντὶ καιρῷ καὶ πάσῃ ὥρᾳ ἐν οὐρανῷ καὶ ἐπὶ γῆς προσκυνούμενος καὶ δοξαζόμενος Χριστὸς ὁ Θεός, ὁ μακρόθυμος, ὁ πολυέλεος, ὁ πολυεύσπλαγχνος, ὁ τοὺς δικαίους ἀγαπῶν καὶ τοὺς ἁμαρτωλοὺς ἐλεῶν, ὁ πάντα καλῶν πρὸς σωτηρίαν διὰ τῆς ἐπαγγελίας τῶν μελλόντων

θά τηρήσω τίς ἐντολές σου.

Τὸ πρόσωπό σου ἐμφάνισέ το σ' ἐμένα τό δούλο σου, καὶ δίδαξέ με τίς ἐντολές σου.

Ἄς γεμίσει τό στόμα μου ἀπό τόν ὕμνο σου, Κύριε, γιά νά ὑμνήσω τή δόξα σου ὅλη τήν ἡμέρα, τή μεγαλοπρέπειά σου.

Τρισάγιο. (Σελίδα 15-16).

Κοντάκιο:

Δευτέρᾳ, Τρίτῃ καὶ Πέμπτῃ.

Τὴν ὑπερένδοξη Μητέρα τοῦ Θεοῦ, καὶ ἁγιώτερη ἀπό τοὺς ἁγίους Ἀγγέλους, ἅς τὴν ὑμνοῦμε ἀκατάπαυστα μέ τὴν καρδιά καὶ τό στόμα, ὁμολογώντας τὴν Θεοτόκο, ἐπειδὴ κυρίως γέννησε Θεὸ σαρκωμένο, καὶ πρεσβεῦει γιά τίς ψυχές μας.

Τετάρτῃ καὶ Παρασκευῇ.

Πρόφθασε γρήγορα, πρὶν ὑποδουλωθοῦμε σέ ἐχθροὺς πού βλαφημοῦν ἐσένα καὶ ἀπειλοῦν ἐμᾶς, Χριστέ Θεέ μας· Βγάλε ἀπό τή μέση, αὐτοὺς πού μᾶς πολεμοῦν· Ἄς γνωρίσουν, πόση δύναμη ἔχει ἡ πίστη τῶν ὀρθοδόξων, μέ τίς πρεσβεΐες τῆς Θεοτόκου, μόνη φιλάνθρωπε.

Κύριε, ἐλέησον. Μ'. (40 φορές).

Χριστέ Θεέ μας, ἐσύ πού σέ κάθε καιρό καὶ κάθε ὥρα προσκυνεῖσαι καὶ δοξάζεσαι στόν Οὐρανὸ καὶ στή γῆ, πού εἶσαι μεγάλψυχος, πολυέλεος, πολυεύσπλαχνος, πού ἀγαπᾶς τοὺς δικαίους καὶ ἐλεεῖς τοὺς ἁμαρτωλοὺς, πού καλεῖς ὅλους στή σωτηρία μέ τὴν ὑπόσχεση τῶν μελλοντικῶν ἀγαθῶν· Ἐσύ ὁ ἴδιος, Κύριε, δέξου μέ συμπά-

ἀγαθῶν, αὐτός Κύριε, πρόσδεξαι καὶ ἡμῶν ἐν τῇ ὥρᾳ ταύτῃ τὰς ἐντεύξεις καὶ ἴθυνον τὴν ζωὴν ἡμῶν πρὸς τὰς ἐντολάς σου. Τὰς ψυχὰς ἡμῶν ἀγιάσον, τὰ σώματα ἄγνισον, τοὺς λογισμοὺς διόρθωσον, τὰς ἐννοίας κάθαρσον καὶ ῥῦσαι ἡμᾶς ἀπὸ πάσης θλίψεως, κακῶν καὶ ὀδύνης. Τείχισον ἡμᾶς ἀγίοις σου Ἀγγέλοις, ἵνα τῇ παρεμβολῇ αὐτῶν φρουρούμενοι καὶ ὀδηγούμενοι καταντήσωμεν εἰς τὴν ἐνότητα τῆς πίστεως καὶ εἰς τὴν ἐπίγνωσιν τῆς ἀπροσίτου σου δόξης· ὅτι εὐλογητὸς εἶ εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων. Ἀμήν.

Κύριε ἐλέησον γ'.

Δόξα... Καὶ νῦν...

Τὴν Τιμιωτέραν τῶν Χερουβίμ, καὶ ἔνδοξοτέραν ἀσυγκρίτως τῶν Σεραφίμ, τὴν ἀδιαφθόρως Θεὸν Λόγον τεκοῦσαν, τὴν ὄντως Θεοτόκον, σὲ μεγαλύνομεν.

Ἐν ὀνόματι Κυρίου εὐλόγησον, πάτερ.

Ὁ Θεὸς οἰκτειρήσαι ἡμᾶς καὶ εὐλογήσαι ἡμᾶς, ἐπιφάναι τὸ πρόσωπον αὐτοῦ ἐφ' ἡμᾶς καὶ ἐλεήσαι ἡμᾶς.

Εὐχὴ τοῦ Ὁσίου Ἐφραίμ.

Κύριε, καὶ Δέσποτα τῆς ζωῆς μου, πνεῦμα ἀργίας, περιεργίας, φιλαρχίας, καὶ ἀργολογίας μὴ μοι δῶς.

Πνεῦμα δὲ σωφροσύνης, ταπεινοφροσύνης, ὑπομονῆς καὶ ἀγάπης, χάρισαί μοι τῷ σῶ δούλῳ.

Ναί, Κύριε Βασιλεῦ, δώρησαί μοι τὸ ὄρα̅ν τὰ ἐμὰ πταιίσματα, καὶ μὴ κατακρίνειν τὸν ἀδελφόν

Θεῖα καὶ τίς δικές μας προσευχές αὐτὴ τὴν ὥρα, καὶ καθοδήγησε τὴ ζωὴ μας σύμφωνα μὲ τίς ἐντολές σου. Ἀγίασε τίς ψυχές μας, ἐξάγνισε τὰ σώματά μας, διόρθωσε τοὺς λογισμοὺς μας, καθάρισε τὰ διανοήματά μας, γλύτωσέ μας ἀπὸ κάθε θλίψη καὶ ἀπὸ συμφορές καὶ πόνο. Περιτείχισέ μας μὲ τοὺς ἀγίους σου Ἀγγέλους, ὥστε φρουρούμενοι καὶ ὀδηγούμενοι ἀπὸ τὸ στράτευμά τους, νὰ φθάσουμε στὴν ἐνότητα τῆς πίστεως καὶ στὴν τέλεια γνώση τῆς ἀπρόσιτης (ἀπλησίαστης) δόξας σου. Διότι εἶσαι δοξασμένος στοὺς αἰῶνες τῶν αἰώνων. Ἀμήν.

Κύριε, ἐλέησον (γ').

Δόξα... Καὶ νῦν ...

Ἐσένα, πού εἶσαι τιμιώτερη ἀπὸ τὰ Χερουβίμ καὶ ἀσύγκριτα ἀνώτερη ἀπὸ τὰ Σεραφίμ, πού γέννησες, χωρὶς νὰ φθαρεῖς, τὸ Λόγο τοῦ Θεοῦ, τὴν ἀληθινὴ Θεοτόκο, ἐσένα μεγαλύνουμε.

Στὸ ὄνομα τοῦ Κυρίου εὐλόγησέ μας, πάτερ.

Ὁ Θεὸς νὰ μᾶς σπλαχνισθεῖ, καὶ νὰ μᾶς εὐλογήσει. Νὰ ἐμφανίσει τὸ πρόσωπό του σ' ἐμᾶς, καὶ νὰ μᾶς ἐλεήσει.

Εὐχὴ τοῦ Ἁγίου Ἐφραίμ.

Κύριε καὶ Δέσποτα τῆς ζωῆς μου, πνεῦμα ἀργίας, περιεργίας, ἀρχομανίας καὶ φλυαρίας μὴ μοῦ δώσεις.

Ἀντίθετα, χάρισε σ' ἐμένα τὸ δοῦλο σου πνεῦμα συνέσεως, ταπεινοφροσύνης, ὑπομονῆς καὶ ἀγάπης.

Ναί, Κύριε Βασιλιά, δώρισέ μου τὸ νὰ βλέπω τὰ δικά μου σφάλματα, καὶ νὰ μὴ κατακρίνω τὸν ἀδελφό μου, διότι εἶσαι

μου, ὅτι εὐλογητὸς εἶ, εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων.

Ἀμήν. (Δίς).

Εὐχή.

Χριστέ, τὸ φῶς τὸ ἀληθινόν, τὸ φωτίζον καὶ ἀγιάζον πάντα ἄνθρωπον ἐρχόμενον εἰς τὸν κόσμον, σημειωθήτω ἐφ' ἡμᾶς τὸ φῶς τοῦ προσώπου σου, ἵνα ἐν αὐτῷ ὀψώμεθα φῶς τὸ ἀπρόσιτον, καὶ κατεύθυνον τὰ διαβήματα ἡμῶν πρὸς ἐργασίαν τῶν ἐντολῶν σου, πρεσβείαις τῆς παναχράντου σου Μητρός, καὶ πάντων σου τῶν ἁγίων. Ἀμήν.

ἄξιος δοξολογίας στοὺς αἰῶνες τῶν αἰώνων.

Ἀμήν. (Δίς).

Εὐχή.

Χριστέ, ἐσύ τὸ φῶς τὸ ἀληθινό, πού φωτίζεις καὶ ἀγιάζεις κάθε ἄνθρωπο πού ἔρχεται στὸν κόσμο, ἄς σημειωθεῖ σ' ἐμᾶς τὸ φῶς τοῦ προσώπου σου, ὥστε μέσα ἀπ' αὐτό νά δοῦμε τὸ ἀπρόσιτο (ἄφθαστο, ἀπλησίαστο) φῶς καὶ κατεύθυνε τὴν πορεία τῆς ζωῆς μας στὴν τήρηση τῶν ἐντολῶν σου, μέ τίς πρεσβείες (τίς δεήσεις) τῆς πάναγνης Μητέρας σου, καὶ ὅλων σου τῶν Ἁγίων. Ἀμήν.