

## Η καθημερινή ζωή των μοναχών

[/ Γενικά](#)



**Χωρίζεται σε 3 μέρη:** Οκτώ ώρες για μελέτη και ατομική προσευχή, οκτώ ώρες για εργασία και οκτώ για ανάπαυση.

Η προσευχή είναι δύο ειδών, η ατομική και η κοινή. Η ατομική προσευχή που λέει ο μοναχός από μέσα του είναι συνήθως η φράση «**Κύριε Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού ελέησόν με**» όπου την λέει παράλληλα με το κομποσκοίνι του.

Η Κοινή Προσευχή είναι οι Ακολουθίες του Μεσονυκτίου, του Όρθρου, της Θείας Λειτουργίας, των Ωρών, του Απόδειπνου και του Εσπερινού. Οι αγρυπνίες τις Κυριακές και τις ημέρες των εορτών διαρκούν περισσότερες ώρες ώστε οι ώρες προσευχής των μοναχών να αυξάνονται.

Οι μοναχοί κατά την διάρκεια της μελέτης τους συνήθως διαβάζουν Ευεργετικό, Πηδάλιο, Βιογραφίες Αγίων, συγγράμματα πατέρων και άλλα. Πολλοί μοναχοί μάλιστα μελετούν τόσο πολύ ώστε να γνωρίζουν από έξω ολόκληρη την Παλαιά και την Καινή Διαθήκη.

Οι εργασίες ή αλλιώς τα διακονήματα μοιράζονται στους μοναχούς συνήθως ανάλογα με τις γνώσεις που κατέχουν, Ενδεικτικά αναφέρουμε κάποια όπως

επιστάτες, αρσανάρης, αμπελικός, πορτάρης, αρχοντάρης, νοσοκόμος,  
βιβλιοθηκάριος, μάγειρας, τραπεζάρης, καμπανάρης και άλλα πολλά.

**Πηγή:** [xristianos.gr](http://xristianos.gr)