

Η προσευχή της μεγάλης τεσσαρακοστής

[/ Ορθόδοξη πίστη](#)



Η ευχή του Αγίου Εφραίμ του Σύρου

Ανάμεσα σ' όλες τις προσευχές και τους ύμνους της Μεγάλης Τεσσαρακοστής μπορεί να ονομαστεί η προσευχή της Μεγάλης Τεσσαρακοστής. Η Παράδοση την αποδίδει σε έναν από τους μεγάλους δασκάλους της πνευματικής ζωής, τον Άγιο Εφραίμ το Σύρο. Να το κείμενο της προσευχής:

«Κύριε και Δέσποτα της ζωής μου, πνεύμα αργίας, περιεργίας, φιλαρχίας, καί αργολογίας μή μοι δως. Πνεύμα δέ σωφροσύνης, ταπεινοφροσύνης, υπομονής καί αγάπης χάρισάι μοι τω σω δούλω. Ναί, Κύριε Βασιλεύ, δώρησαί μοι του οράν τα εμά πταίσματα, και μη κατακρίνειν τον άδελφόν μου, οτι ευλογητός ει εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν».

Τούτη η προσευχή λέγεται δύο φορές στο τέλος κάθε ακολουθίας της Μεγάλης Σαρακοστής από τη Δευτέρα ως την Παρασκευή. Την πρώτη φορά λέγοντας την

προσευχή κάνουμε μία μετάνοια σε κάθε αίτηση. Έπειτα κάνουμε δώδεκα μετάνοιες λέγοντας: «Ο Θεός, ἰλάσθητί μοι τῷ ἁμαρτωλῷ, καί ἐλέησόν με» .
Ολόκληρη η προσευχή [\(περισσότερα...\)](#)