

# Οδηγίες για προσευχή με κομποσχοίνι



*Αγαπητοί μας αδελφοί.*

*Σαλπίζουμε εγερτήριο σάλπισμα.*

*Οι εχθροί μας δαίμονες δεν κοιμούνται και εργάζονται ακατάπαυστα να μας ρίξουν στις αμαρτίες και εξαιτίας αυτών και των παθών μας στα βάθη της κόλασης. Με άλλο τρόπο δεν μπορούμε να τους αντιμετωπίσουμε παρά μόνο με την προσευχή. Η ανάγνωση πνευματικών βιβλίων είναι καλή και ωφέλιμη· η ανάγνωση ή παρακολούθηση των ακολουθιών της Εκκλησίας μας βοηθούν όσους έχουν τη δυνατότητα να τα κάνουν.*

*Για τους πολλούς όμως ένας τρόπος που μπορεί να αντικαταστήσει τους άλλους τρόπους προσευχής είναι με το κομποσχοίνι. Σε κάθε κόμπο επικαλείσαι το όνομα του Κυρίου Ιησού λέγοντας τη σύντομη ευχή «Κύριε Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού, ελέησον με» ή απλώς «Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησον με». Θα αρχίσεις με το: Δι' ευχών των αγίων πατέρων ημών, Κύριε Ιησού Χριστέ, ο Θεός ημών, ελέησον ημάς. Αμήν. Δόξα σοι ο Θεός, Βασιλεύ ουράνιε, Τρισάγιον, Παναγία Τριάς, Πάτερ ημών. Τον Ν΄ ψαλμόν. Μια σύντομη αυτοσχέδια προσευχή μια φορά την ημέρα με σύντομη δοξολογία, ευχαριστία, εξομολόγηση, αίτηση αφέσεως των αμαρτιών σου, ενισχύσεως σου και των εν Χριστώ αδελφών σου στον αγώνα τον καλό, και προσευχή με κομποσχοίνι όπως παρακάτω:*

**Α΄. Ο Εσπερινός** με κομποσχοίνι ή με το ρολόι χωρίς κομποσχοίνι ( κομποσχοίνι των 300 κόμπων=τριακοσάρι, κομποσχοίνι των 100 κόμπων=εκατοστάρι).

Τρία τρακοσάρια του Χριστού ή 15 λεπτά με το ρολόι.

Ένα τρακοσάρι της Παναγίας ή 5 λεπτά με το ρολόι.

Ένα εκατοστάρι του Αγίου της ημέρας ή 5 λεπτά με το ρολόι.

Ένα εκατοστάρι του Αγίου της ενορίας ή 2 λεπτά με το ρολόι.

Ένα εκατοστάρι του Αγίου της εβδομάδος ή 2 λεπτά με το ρολόι.

**Β΄. Το Απόδειπνον**, το ίδιο ως ο Εσπερινός με επιπλέον 2 τρακοσάρια της Παναγίας ή 10 λεπτά με το ρολόι.

**Γ΄. Μεσονυκτικόν**, τέσσερα τρακοσάρια του Χριστού σε 15 λεπτά με το ρολόι και ένα τρακοσάρι της Παναγίας ή 5 λεπτά με το ρολόι.

**Δ΄. Όρθρος**, εννέα τρακοσάρια του Χριστού ή 1 ώρα με το ρολόι, τρία τρακοσάρια της Παναγίας ή 15 λεπτά με το ρολόι. Από ένα εκατοστάρι του αγίου της ημέρας, της ενορίας και της εβδομάδος ως στον εσπερινό, ή από δύο λεπτά, και επιπλέον ένα τρακοσάρι των Αγίων Πάντων ή 5 λεπτά με το ρολόι.

**Ε΄. Θεία Μετάληψις**, τέσσερα τρακοσάρια του Χριστού ή 15 λεπτά. Ένα τρακοσάρι της Παναγίας ή 5 λεπτά.

**ΣΤ΄. Παράκλησις στον Χριστό**, την Παναγία ή σε Άγιο. Δύο τρακοσάρια ή δέκα λεπτά.

**Ζ΄. Ώραι 1η, 3η, 6η και 9η**, έξι τρακοσάρια του Χριστού ή ½ ώρα, δύο τρακοσάρια της Παναγίας ή 10 λεπτά.

Αν έχεις πολλή ελεύθερη ώρα ταξιδεύοντας στο λεωφορείο, ή οπουδήποτε βρίσκεσαι, αντί να πιάσεις κουβέντα με τον ένα ή τον άλλο, κοίταξε το ρολόι σου, κλείσου στον εαυτό σου και λέγε την ευχή όπως είπαμε πιο πάνω.

Με την συνήθεια, την ασταμάτητη προσοχή και την αδιάλειπτη προσευχή γίνεσαι δύσκολος στόχος του πονηρού. Μαζί με αυτά, η καλλιέργεια της αγάπης, της ευσπλαχνίας, της πίστης, της συμπόνοιας, της κατάνυξης, της αυτοκατηγορίας, της ελπίδας στον Θεό, της τακτικής εξομολόγησης και Θείας Κοινωνίας, αποκτάς ένα γερό οπλοστάσιο και καθιστάς τον εαυτό σου θωρακισμένο με την χάρη του Θεού και σχεδόν απρόσβλητον από τα θανατηφόρα βέλη του διαβόλου. Ο Κύριος είπε: «Άνευ εμού ου δύνασθε ποιείν ουδέν». Γι' αυτό γνωρίζοντας την ασθένεια σου ταπεινώσου, και έχε εις τον Θεό την ελπίδα σου ίνα μη καταισχυνθής και δόξαζε κατά πάντα τω Πατρί και τω Υιώ και τω Αγίω Πνεύματι νυν και αεί και εις τους αιώνας. Αμήν.

### **Στα κομποσχοίνια:**

Του Χριστού λέμε: Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησον με.

Της Παναγίας λέμε: Υπεραγία Θεοτόκε, σώσον με.

Του Αγίου της ημέρας: Άγιε... πρέσβευε υπέρ εμού.

Του Αγίου της ενορίας: Άγιε... πρέσβευε υπέρ εμού.

Του Αγίου της εβδομάδος: Άγιε... πρέσβευε υπέρ εμού.

Δευτέρα: Άγιοι Αρχάγγελοι, πρεσβεύσατε υπέρ εμού.

Τρίτη: Βαπτιστά του Χριστού, πρέσβευε υπέρ εμού.

Τετάρτη και Παρασκευή: Σταυρέ του Χριστού, σώσον με τη δυνάμει σου.

Πέμπτη: Άγιοι Απόστολοι, πρεσβεύσατε υπέρ εμού και, Άγιε Νικόλαε, πρέσβευε υπέρ εμού.

Σάββατο: Άγιοι Πάντες, πρεσβεύσατε υπέρ εμού.

Κυριακή: Παναγία Τριάς (ο Θεός), ελέησον με.

Για τον Άγγελο Φύλακα: Άγιε Άγγελε μου, φύλαξε με.

(έκδοση «Ορθόδοξος Κυψέλη», Θεσσαλονίκη).

Όπως μπορεί να διαπιστώσει ακόμη κι ο πιο κακόπιστος αναγνώστης, οι Ιουδαιοχριστιανοί ουδεμία χρεία έχουν τών άθεων, αιρετικών, αλλόπιστων κ.ά. για να γελοιοποιήσουν την πίστη τους. Τα καταφέρνουν μια χαρά κι από μόνοι τους...

Τελικά ο Χριστιανισμός, τα έχει όλα και συμφέρει. Ακόμη και προσευχή με...ογκοχρέωση ή...χρονοχρέωση...