



## Η Εκκλησία «αναφέρει» τον άνθρωπο και την κτίση στο Θεό!

### ΑΠΟΣΤΑΣΜΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΥΧΗ ΤΗΣ ΑΝΑΦΟΡΑΣ

«Σου προσφέρουμε ακόμα αυτή τη λογική και αναίμακτη λατρεία και σε παρακαλούμε και δεόμεστε και ικετεύουμε· στείλε το Άγιο Πνεύμα σου επάνω σ εμάς κι επάνω σ αυτά εδώ τα δώρα. Και κάμε αυτόν τον άρτο τίμιο σώμα του Χριστού σου. Αμήν. Κι αυτόν τον οίνο, που είναι μέσα σε τούτο το ποτήριο, τίμιο αίμα του Χριστού σου. Αμήν. Και κάμε τούτη τη μεταβολή με το Άγιο Πνεύμα σου. Αμήν. Αμήν. Αμήν.

Ωστε σε κείνους που μεταλαβαίνουν να γίνουν για να γαληνέψει η ψυχή τους, για να συγχωρεθούν οι αμαρτίες τους, για να λάβουν τις δωρεές του Αγίου Πνεύματος, για να πάρουν θέση στη βασιλεία των ουρανών, για να έχουν παρρησία ενώπιόν σου κι όχι για να αμαρτήσουν και να κατακριθούν. Ακόμα σου προσφέρουμε τη λογική αυτήν εδώ λατρεία για κείνους που αναπαύθηκαν με πίστη, προπάτορες, πατέρες, πατριάρχες, προφήτες, απόστόλους, κήρυκες, ευαγγελιστές, μάρτυρες, ομολογητές, ασκητές, και για κάθε δίκαιο άνθρωπο που τελειώθηκε με πίστη.

Ξεχωριστά για την παναγία, άχραντη, υπερευλογημένη, ένδοξη κυρία μας Θεοτόκο και αιειπάρθενο Μαρία.

Του αγίου Ιωάννου, προφήτου, προδρόμου και βαπτιστού· των αγίων, ενδόξων και πανευφήμων Αποστόλων του αγίου... ου και την μνήμην επιτελούμεν, και πάντων σου των Αγίων, ων ταις ικεσίαις επίσκεψαι ημάς, ο Θεός. Και μνήσθητι πάντων των κεκοιμημένων επ ελπίδι αναστάσεως ζωής αιωνίου... και ανάπαυσον αυτούς, ο Θεός ημών, όπου επισκοπεί το φως του προσώπου σου. Μνήσθητι, Κύριε, πάσης επισκοπής ορθοδόξων, των ορθοτομούντων τον λόγον της σής αληθείας, παντός του πρεσβυτερίου, της εν Χριστώ διακονίας και παντός ιερατικού τάγματος. Έτι προσφερομέν σοι την λογικήν ταύτην λατρείαν υπέρ της οικουμένης· υπέρ της αγίας, καθολικής και αποστολικής Εκκλησίας· υπέρ των εν αγνεία και σεμνή πολιτεία διαγόντων· υπέρ των πιστοτάτων και φιλοχρίστων ημών Βασιλέων, παντός του παλατίου και του στρατοπέδου αυτών. Δος αυτοίς, Κύριε, ειρηνικόν το βασίλειον, ίνα και ημείς, εν τη γαλήνη αυτών, ήρεμον και ησύχιον βίον διάγωμεν, εν πάση ευσεβεία και σεμνότητι.

Εν πρώτοις μνήσθητι, Κύριε, του αρχιεπισκόπου ημών... ον χάρισαι ταις αγίαις σου Εκκλησίαις εν ειρήνη, σώων, έντιμον, υγιά μακροημερεύοντα και ορθοτομούντα τον λόγον της σής αληθείας.

**Διάκονος:** Και ων έκαστος κατά διάνοιαν έχει, και πάντων και πασών.

**Χορός:** Και πάντων και πασών.

**Ιερεύς:** Μνήσθητι, Κύριε, της πόλεως, εν ή παροικούμεν και πάσης πόλεως και χώρας και των πίστει οικούντων εν αυταίς. Μνήσθητι, Κύριε, πλεόντων, οδοιπορούντων, νοσούντων, καμνόντων, αιχμαλώτων και της σωτηρίας αυτών. Μνήσθητι, Κύριε, των καρποφορούντων εν ταις αγίαις σου Εκκλησίαις και μεμνημένων των πενήτων, και επί πάντα ημάς τα ελέη σου εξαπόστειλον.

Και dos ημίν, εν ενί στόματι και μια καρδιά, δοξάζειν και ανυμνεΐν το πάντιμον και μεγαλοπρεπές όνομά σου, του Πατρός και του Υιού και του Αγίου Πνεύματος, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν».

# Πώς να κοινωνήσω σωστά, κατάλληλα προετοιμασμένος / η;



- Συμμετέχω τακτικά στο ιερό μυστήριο της μετάνοιας και της εξομολόγησης, για να καθαρίζεται η ψυχή μου, με την Χάρη του Θεού, από την αμαρτία.
- Φροντίζω να φάω κάτι νησίστιμο την προηγούμενη ημέρα.
- Προσέχω να μη νιώθω κάτι κακό εναντίον άλλου ανθρώπου -ζήλεια, θυμό, οργή... Αν συμβαίνει αυτό, φροντίζω να αποκαταστήσω τη σχέση μου μαζί του.
- Αφιερώνω περισσότερο χρόνο στην προσευχή μου την προηγούμενη μέρα και το πρωί, πριν πάω στην εκκλησία.
- Συμμετέχω από νωρίς στη Θεία Λειτουργία -όχι την τελευταία στιγμή... Δεν παίζω την ώρα της Θ. Λειτουργίας, αλλά παρακολουθώ με προσοχή και προσευχή όσα γίνονται.
- Μέχρι την ώρα που θα κοινωνήσω μένω νηστικός. Όταν πλύνω τα δόντια μου, προσέχω να μην καταπιώ ούτε νερό.

## Όταν θα πλησιάσω για να κοινωνήσω...

- α. Δεν σπρώχνω για τη σειρά ούτε βιάζομαι να τρέξω πρώτος στο Άγιο Ποτήριο.
- β. Κάνω τον Σταυρό μου.
- γ. Πιάνω με το χέρι μου το «μάκτρο», το κόκκινο μαντήλι δηλαδή, και το βάζω κάτω από το σαγόνι μου.
- δ. Ανοίγω το στόμα μου πολύ καλά.
- ε. Όταν αφήσει τη Θεία Κοινωνία στο στόμα μου ο ιερέας, καταπίνω καλά.
- στ. Σκουπίζομαι με το «μάκτρο» και το δίνω στον επόμενο.
- ζ. Παίρνω αντίδωρο και επιστρέφω στη θέση μου μέχρι το τέλος της Θείας Λειτουργίας.
- η. Ευχαριστώ το Θεό που με αξίωσε πάλι να δεχθώ μέσα μου και πάλι το Σώμα και το Αίμα του Χριστού μας!