



Ἀποφθέγματα ἀββάδων

Ἀββᾶς Παῦλος

Εἶπε ὁ ἀββᾶς Παῦλος: «μὴ κατακρίνετε. πολλὰς φορές γὰρ νὰ δικαιολογήσουμε τὴν κατάκρισὴ μας λέμε μὰ τὴν ἀλήθεια λέω! Ὁ Θεὸς ὅμως δὲν εἶπε νὰ κατακρίνετε ἀλήθεια ἢ ψέμματα, εἶπε νὰ μὴν κατακρίνετε καθόλου.»

Εἶπε πάλι ὁ ἄββᾶς Παῦλος ἕνας εὐκόλος δρόμος ποὺ ὀδηγεῖ στὴν καθαρὴ καρδιὰ καὶ ἀληθινὴ ταπεινώση, καὶ ὄχι ταπεινολογία, εἶναι ἡ τήρηση τῆς ἐντολῆς «μὴ κρίνετε».

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Παῦλος: πολλοὶ προσκυνητὲς ἔρχονται καὶ μὲ ρωτᾶνε, ἔφαγα μπορῶ νὰ κοινωνήσω; Δὲν ἔχω δεῖ ὅμως κανέναν μέχρι τώρα νὰ μὲ ρωτήσει, κατέκρινα μπορῶ νὰ κοινωνήσω;

Ἀδελφοὶ ρώτησαν τὸν ἄββᾶ Παῦλο, ἂν μετὰ ἀπὸ προσευχὴ δὲν πάρουν τὴν σωστὴ ἀπόφαση σὲ ἕνα δίλημμά τους, βοηθᾶει ὁ Θεός; Καὶ εἶπε ὁ ἄββᾶς ὅτι ἕνας μοναχὸς ἔλεγε τὴν εὐχὴ (λανθασμένα) ὡς ἐξῆς «Κύριε ἡμῶν Ἰησοῦ Χριστὲ μὴ μὲ ἐλεήσεις!», καὶ ἐρχόμενος πρὸς αὐτὸν κάποιος Δεσπότης τὸν διόρθωσε. Φεύγοντας ὁ Δεσπότης καὶ μπαίνοντας στὸ καράβι ὁ μοναχὸς ξέχασε νὰ λέει τὴν εὐχὴ σωστὰ ὅπως τοῦ εἶπε ὁ Δεσπότης. Καὶ ἔτρεξε νὰ βρεῖ τὸν Δεσπότη, καὶ ἄρχισε νὰ περπατᾶει στὴν θάλασσα γιὰ νὰ τὸν φτάσει καὶ νὰ τοῦ λέει ὅτι ξέχασε νὰ τὴν λέει ὅπως τοῦ εἶπε. Καὶ ὁ Δεσπότης τοῦ ἀπάντησε ἀπὸ τὸ καράβι «λέγε τὴν εὐλογημένε ὅπως ξέρεις». Δηλαδή ὁ μοναχὸς λανθασμένως ἔλεγε τὴν εὐχὴ ἀλλὰ ἡ Χάρις τοῦ Θεοῦ ἦταν πλούσια ἐπάνω του!

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Παῦλος: «Ἄσε τὸν Θεὸ νὰ μπεῖ στὴν καρδιά σου καὶ Αὐτός ξέρει».

Εἶπαν ἀδελφοὶ στὸν ἄββᾶ Παῦλο: «ἄββᾶ εἶναι πολὺ εὐκόλο νὰ ὀδηγηθεῖ κανεὶς στὸν φανατισμό». ναι, ἀπάντησε ὁ ἄββᾶς χρειάζεται μεγάλη διάκριση γιὰ νὰ ἀκολουθήσει κανεὶς τὴν μέση ὁδὸ.

Ρωτήσανε ἀδελφοὶ τὸν ἄββᾶ Παῦλο περὶ τῆς ἐσχατολογίας, καὶ ἀπάντησε ὁ ἄββᾶς: οἱ Πατέρες δὲν μᾶς παρέδωσαν νὰ ἔχουμε μνήμη ἐσχάτων, ἀλλὰ μνήμη θανάτου.

Ἀββᾶς Μᾶρκος

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Μᾶρκος σὲ ἕναν ἀδελφὸ ποὺ τυρρανοῦνταν ἀπὸ τὸν μέγιστο πειρασμό: Νηστεία, προσευχὴ καὶ νὰ μὴν μένεις ἀργός.

Εἶπε πάλι ὁ ἄββᾶς Μᾶρκος γιὰ τὸν μέγιστο πειρασμό: τοῦτο τὸ γένος οὐκ ἐκπορεύεται, εἰ μὴ ἐν προσευχῇ καὶ νηστεία.

Ἀββᾶς Νεκτᾶριος

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Νεκτᾶριος γιὰ τὸν μέγιστο πειρασμό: «ἔβαλες βία;»

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Νεκτᾶριος σὲ ἀδελφὸ πειραζόμενο διαρκῶς ἀπὸ τὸν μέγιστο πειρασμό: ἐδόθη μοι σκόλωψ τῆ σαρκί ἵνα μὴ ὑπεραίρομαι.

Σὲ ἄλλον ἀδελφὸ ποὺ τοῦ εἶπε γιὰ τὸν μεγάλο πόνο ποὺ εἶχε στὰ χέρια ἀπὸ τὴν χειρωνακτικὴ ἐργασία, τοῦ εἶπε: ἐδόθη μοι σκόλωψ τῆ σαρκί ἵνα μὴ ὑπεραίρομαι.

Πῆγε ἀδελφὸς στὸν ἄββᾶ Νεκτᾶριο καὶ τοῦ εἶπε: φοβᾶμαι ὅτι δὲν ἔχω φόβο Θεοῦ. Καὶ τοῦ ἀπάντησε ὁ ἄββᾶς: Μὴν τὸ λὲς αὐτὸ ἀκοῦει ὁ διάβολος. Ἐμεῖς ὅσο μποροῦμε νὰ ἀγωνιζόμαστε.

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Νεκτᾶριος: «πᾶσαν τὴν ζωὴν ἡμῶν Χριστῷ τῷ Θεῷ παραθώμεθα».

Πάλι εἶπε ὁ ἀββᾶς Νεκτᾶριος: νὰ ἀποφεύγεις τὶς αἰτίες (τῆς ἁμαρτίας).

Εἶπε ὁ ἀββᾶς Νεκτᾶριος σὲ ἕναν ἀδελφὸ ποὺ δοκιμαζόταν ἀπὸ μεγάλο πειρασμό: «πρόσεξε διότι ὁ διάβολος εἶναι παμπόνηρος».

Πῆγε ἀδελφὸς στὸν ἀββᾶ Νεκτᾶριο, σκοτισμένος ἀπὸ ἔννοιες καὶ λογισμοὺς καὶ τοῦ εἶπε ὁ ἀββᾶς: τοῦ πονηροῦ εἶναι αὐτά. Ἐμεῖς τὴν ἐλπίδα στὸν Θεὸ νὰ ἔχουμε.

Εἶπε ὁ ἀββᾶς Νεκτᾶριος σὲ ἕναν ἀδελφό: νὰ μὴν σὲ ἐκμεταλλεύονται. Πάλιν εἶπε: νὰ κάνεις ὅτι σὲ συμφέρει.

Ἀδελφὸς πῆγε στὸν ἀββᾶ Νεκτᾶριο καὶ τοῦ εἶπε, τὶ νὰ κάνω ἀββᾶ ὅταν μοῦ ἔρχονται ἐνθυμήσεις παλαιῶν ἁμαρτιῶν; Νὰ λές «ἡμαρτον».

Ἀδελφὸς διαμαρτυρήθηκε στὸν ἀββᾶ Νεκτᾶριο ὅτι ὁ πονηρὸς τοῦ φέρνει ἀπελπισία καὶ ἀπόγνωση. Μακρυνὰ ἀπὸ αὐτά, εἶπε ὁ ἀββᾶς, ἐπίρριπον ἐπὶ Κύριον τὴν μέριμνάν σου.

Πῆγε ἕνας ἀδελφὸς στὸν ἀββᾶ Νεκτᾶριο καὶ τοῦ εἶπε ὅτι 4 ἡμέρες τώρα δὲν εἶχε σαρκικὸ πόλεμο. Καὶ ἀπάντησε ὁ ἀββᾶς: Ἐ, σ' ἀφήνει νὰ ξεκουραστεῖς καὶ λίγο. Ἀργότερα θὰ σοῦ κάνει μεγάλο πόλεμο.

Ἀδελφὸς πῆγε στὸν ἀββᾶ Νεκτᾶριο καὶ τοῦ εἶπε ὅτι ὁ πονηρὸς τοῦ φέρνει κατάσταση φρίκης. Καὶ εἶπε ὁ ἀββᾶς: πρόσεχε, εἶναι παμπόνηρος.

Πῆγανε ἀδελφοὶ στὸν ἀββᾶ καὶ τοῦ εἶπανε ὅτι τοὺς σφυροκοπᾷ ὁ διάβολος μὲ ἀπελπισία καὶ λογισμοὺς, καὶ ἀπάντησε: τώρα διάβαζα μὴ δίδοτε τόπω τῷ διαβόλῳ. Μὴ φοβᾶστε δὲν θὰ σᾶς κάνει τίποτα ὁ διάβολος.

Ἀδελφὸς ρώτησε τὸν ἀββᾶ τὶ νὰ κάνει ὅταν τὸν πειράζει φοβερὸς πειρασμός. Νὰ κάνεις τὸν σταυρό σου, τοῦ ἀπάντησε.

Πάλι ἀδελφὸς διαμαρτυρήθηκε στὸν ἀββᾶ ὅτι ἔχει μεγάλο σαρκικὸ πόλεμο. Καὶ ἀπάντησε ὁ ἀββᾶς: πρόσεχε μὴ τὸ βάζεις κάτω· μὴν ἀπελπίζεσαι.

Ἀββᾶς Κωνσταντῖνος

Εἶπε ὁ ἀββᾶς Κωνσταντῖνος σὲ ἀδελφὸ πειραζόμενο ἀπὸ τὴν πορνεία: μὴν γυρίζεις γύρω-γύρω σὰν τὶς πεταλοῦδες ποὺ γυρίζουν γύρω-γύρω ἀπὸ τὸ φῶς καὶ τελικὰ καίγονται. Σὲ πειράζει κάτι, φῦγε μακρυνά!

Ἀββᾶς Ἰωάννης

Ἐγραψε ὁ ἀββᾶς Ἰωάννης: ἀπόφευγε ὡς ἀπὸ μάστιγος τοὺς τῶν πτωμάτων τόπους: καρποῦ γὰρ μὴ παρόντος, οὐ συχνῶς ὀρεγόμεθα.

Ἀββᾶς Εὐδόκιμος

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Εὐδόκιμος: «Αὐτὸς (ὁ διάβολος) μισεῖ τὸν ἄνθρωπο, ὅσο δὲν μπορεῖ νὰ φανταστεῖ ὁ ἄνθρωπος τὶ εἶδους μίσος εἶναι αὐτό».

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Εὐδόκιμος: «μετάνοια καὶ ἀγάπη λείπουν ἀπὸ τὸν διάβολο».

Ὁ ἄββᾶς Εὐδόκιμος εἶπε γιὰ τὸν πονηρό: «Αὐτὸς λέει πολλά».

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Εὐδόκιμος: «Ὁ μιλῆσας πολλάκις μετανοήσας, ὁ δὲ σιωπήσας ποτέ».

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Εὐδόκιμος: «ἀργολογία μήτηρ πάσης κακίας».

Ὁ ἄββᾶς Εὐδόκιμος εἶπε σὲ ἀδελφὸ «Ἰκετευτικᾶ νὰ παρακαλᾶς τὸν Κύριο».

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Εὐδόκιμος: «μὴν ἀφήνεις τὸν λογισμό νὰ πηγαίνει ἀπὸ 'δῶ καὶ ἀπὸ 'κεῖ».

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Εὐδόκιμος γιὰ νὰ γλυτώσει κάποιος ἀπὸ ἕναν μέγιστο πειρασμὸ: «Τοῦτο τὸ γένος δὲν ἐκπορεύεται παρὰ μὲ Νηστεία καὶ Προσευχή».

Ρώτησε ἀδελφὸς τὸν ἄββᾶ Εὐδόκιμο γιὰ τὴν εὐχή καὶ τοῦ εἶπε: ἐσὺ νὰ τὴν λές «Κύριε ἡμῶν Ἰησοῦ Χριστὲ ἐλέησόν με», ἐπιμένοντας στὸ «ἡμῶν» λέγοντας Κύριος ποιανοῦ;

Εἶπε ὁ ἄββᾶς Εὐδόκιμος ὅτι γιὰ νὰ γίνῃ ἡ νοερὰ προσευχὴ καρδιακὴ παίρνει πολὺ χρόνο. Καὶ ὅταν ἀποκτήσεις τὴν καρδιακὴ προσευχὴ αἰσθάνεσαι πόνο στὴν καρδιά.

Ἀββᾶς Μάρκος ὁ Ασκητής

Επειδὴ πολλές φορές θελήσατε νὰ μάθετε πὼς ὁ νόμος εἶναι πνευματικός(1) κατὰ τὸν Απόστολο, καὶ τι πρέπει νὰ γνωρίζουν καὶ νὰ κάνουν ἐκεῖνοι που θέλουν νὰ τὸν φυλάξουν, πάνω σ' αὐτὸ τὸ ζήτημα θὰ σας πῶ κατὰ τὴ δύναμή μου.

Πρώτα-πρώτα γνωρίζομε ὅτι ὁ Θεὸς εἶναι ἀρχὴ κάθε καλοῦ καὶ μεσότητα καὶ τέλος. Το καλὸ δὲν εἶναι δυνατό νὰ πράττεται ἢ νὰ πιστεύεται, παρὰ μόνο με τὴν ἔνωση με τὸν Ἰησοῦ Χριστό καὶ με τὴν ἐμπνευση τοῦ Ἁγίου Πνεύματος.

Κάθε αγαθὸ, κατ' οἰκονομίαν ἔχει χαριστεῖ στους ἀνθρώπους. Κι ἐκεῖνος που πιστεύει ἐτσι δὲν θὰ το χάσει ποτέ.

Ἡ βέβαιη πίστη εἶναι ἕνας πύργος. Ὁ Χριστὸς γίνεται τα πάντα στὸν πιστεύοντα.

Σε κάθε προσπάθειά σου, βάλῃ ἀρχὴ τὸν Θεὸ που εἶναι ἡ ἀρχὴ κάθε αγαθοῦ, γιὰ νὰ γίνῃ κατὰ Θεὸν ἐκεῖνο που αποφάσισες νὰ κάνεις.

Ὅποιος ἔχει ταπεινοφροσύνη καὶ ἐργασία πνευματικὴ, ὅσα διαβάξει στὶς θείες Γραφές, ὅλα θὰ τα ἐνοήσῃ γιὰ τὸν εαυτό του καὶ ὄχι γιὰ ἄλλον.

Να παρακαλείς το Θεό να ανοίξει τα μάτια της ψυχής σου, για να δεις την ωφέλεια της προσευχής και της μελέτης εκείνης που εφαρμόζεται στην πράξη.

Εκείνος που έχει κάποιο πνευματικό χάρισμα και συμπαθεί εκείνους που δεν έχουν, με τη συμπάθεια φυλάγει το χάρισμα. Ο αλαζόνας και υπερήφανος θα το χάσει από τους αλαζονικούς λογισμούς του.

Το στόμα του ταπεινόφρονα λέει την αλήθεια. Εκείνος που αντιλέγει στην αλήθεια είναι όμοιος με τον υπηρέτη εκείνον που ράπισε τον Κύριο στο πρόσωπο.

Μη γίνεις μαθητής εκείνου που επαινεί τον εαυτό του, για να μη μάθεις υπερηφάνεια αντί ταπείνωση.

Μην υψηλοφρονήσεις επειδή εννοείς τις Γραφές, για να μην περιπέσεις στο πνεύμα της βλασφημίας.

Μην προσπαθείς να λύσεις κάποιο δύσκολο πρόβλημα με φιλονεικία, αλλά με τα μέσα που επιβάλλει ο πνευματικός νόμος, δηλαδή με την υπομονή, την προσευχή και την απλότητα της ελπίδας.

Εκείνος που προσεύχεται σωματικά χωρίς να έχει ακόμη γνώση πνευματική, είναι τυφλός που φωνάζει: «Υιέ Δαβίδ ελέησόν με».

Ο άλλοτε τυφλός όταν θεραπεύτηκε η τύφλωσή του και είδε τον Κύριο, δεν τον αποκάλεσε πλέον υιό του Δαβίδ, αλλά αφού Τον ομολόγησε «Υιό Θεού», Τον προσκύνησε.

Άββᾶς Εφραιμ ο Συρος

Αδερφε, αν συμβη ν'αρρωστησης, μη γραφης ποτε στους συγγενεις ή στους γνωστους και φιλους σου να σου στείλουν φαρμακα ή τροφιμα. Γιατι μαθαινεις ετσι να καταφευγης στη ανθρωπινη προστασια, σε νεκρη με αλλα λογια βοηθεια. Στηριξε στον Θεον τις ελπιδες σου. Υπομενε περιμενοντας το ελεος του να σε κυβερνηση σε ολα. Εκεινος που επετρεψε, για ψυχικη σου ωφελεια, να αρρωστησης να εισαι βεβαιος, πως θα προνοηση για σενα. Δε θα επιτρεψη ποτε, το λεγει η Γραφη, να δοκιμασης πιο μεγαλο πειρασμο απο οσο χειρις δυναμι να σηκωσης. Φροντισε λοιπον ν'αρσης σ'Αυτον που μεριμνα για σενα.

Ο Αββας Μωϋσης καποτε αποφασισε να κατοικηση σε μια απροσιτη σπηλια, στη ριζα μιας αποτομης προεξοχης του βουνου. Ανεβαινε και συλλογιζοταν:

- Καλα ολα τ'αλλα, μα που θα βρισκω νερο σε τουτο τον ξεροτοπο;
- Τολεγε και το ξαναλεγε κι αρχισε να κλονιζεται. Τοτε ακουσε φωνη να του λεγη;
- Προχωρει αμεριμνος και αφησε αυτη τη φροντιδα σε μενα.

Πηρε θαρρος κι εκανε κατοικια του το σπηλαιο. Υστερα απο λιγο καιρο πηγαν να τον ιδουν δυο συνασκηται του απο τη σκητη. Δεν του βρισκοταν παρα ενα μικρο σταμνι νερο που το ξοδεψε να βραση λιγες φακες για να τους φιλοξενηση. Αρχισε τοτε να στεναχωριεται και με φανερη αδημονια εμπαينه κι εβγαينه στο σπηλαιο και παρακαλουσε τον Θεο για νερο.

Ξαφνικα εκει που δεν το περιμενε κανεις, ενα συννεφο παρασυρμενο απο τον ανεμο πηγε κι εσταθηκε πανω απο τη σπηλια κι ερριξε τοση βροχη, οση χρειαστηκε να γεμιση ολα του τα σταμνια ο Μωϋσης.

Οι Γεροντες, που δεν τους διεφυγε η αδημονια του, τον ρωτησαν υστερα απο το φαγητο:

- Τι ειχες παθει το πρωϊ και πηγαινοερχουσουν με τοση ανησυχια;
- Εκανα δικαστηριο με τον Θεον, αποκριθηκε με αφελεια ο Αιθιοψ. Του υπενθυμιζα πως ειχε αναλαβει τη φροντιδα μου και επρεπε οπωσδηποτε να μου εβρισκε νερο να πουν οι δουλοι Του. Και να που ο Αγαθος Δεσποτης αναγκαστηκε να στείλη.

Ο Θεός δεν επιτρέπει, έλεγε ο **Μεγας Αντωνιος**, μεγάλους πειρασμούς στους σημερινούς ανθρώπους, γιατί είναι ασθενέστεροι από τους παλαιότερους και δεν κάνουν υπομονή.

Αν ο Χριστιανός, έλεγε ο **Αββάς Αγάθων**, έφερνε κάθε στιγμή στο νού του την κρίσι που ακολουθεί τον θάνατο, δε θ'αμάρτανε με τόση ευκολία.

Τρία πράγματα, δυσκολεύεται πολύ ν'αποκτήσει ο χριστιανός, γράφει ο **Αββάς Ησαΐας ο Αναχωρητής**, το πένθος, τα δάκρυα και τη διαρκή μνήμη του θανάτου. Κι όμως, αυτά συγκρατούν όλες τις άλλες αρετές.

Ειδικότερα για την ενθύμησι του θανάτου γράφει:

Όποιος κατορθώνει να λέγη κάθε μέρα στον εαυτό του: σήμερα είναι η τελευταία ημέρα της ζωής μου, ουδέποτε θ'αμαρτήση θεληματικά προς τον Θεό.

Εκείνος όμως που περιμένει πως έχει πολλά ακόμη χρόνια να ζήσει, δίχως άλλο θα περιπλεχθή στα βρόχια της αμαρτίας. Ο Θεός αγιάζει την ψυχή, που διαρκώς προετοιμάζεται να λογοδοτήσει για τις πράξεις της.

Όποιος λησμονεί την κρίσι μένει στη δουλεία της αμαρτίας.

ΠΡΟΣΕΥΧΗ ΜΑΝΑΣΣΗ ΒΑΣΙΛΕΩΣ ΤΗΣ ΙΟΥΔΑΙΑΣ

Κύριε παντοκράτορ, ο Θεός τών Πατέρων ημών, τού Αβραάμ, καί Ισαάκ, καί Ιακώβ, καί τού σπέρματος αυτών τού δικαίου, ο ποιήσας τόν ουρανόν καί τήν γήν σύν παντί τώ κόσμω αυτών, ο πεδήσας τήν θάλασσαν τώ λόγω τού προσταγματος, σου, ο κλείσας τήν άβυσσον, καί σφραγισάμενος αυτήν τώ φοβερώ καί ενδόξω ονόματί σου, όν πάντα φρίσσει καί τρέμει από προσώπου τής δυνάμεώς σου, ότι άστεκτος η μεγαλοπρέπεια τής δόξης σου, καί ανυπόστατος η οργή τής επί αμαρτωλοίς απειλής σου, αμέτρητόν τε καί ανεξιχνίαστον τό έλεος τής επαγγελίας σου, Σύ γάρ ει Κύριος ύπιστος, εύσπλαγχνος, μακρόθυμος, καί πολυέλεος, καί μετανιών επί κακίας ανθρώπων, Σύ, Κύριε, κατά τό πλήθος τής χρηστότητός σου επηγγείλω μετάνοιαν, καί άφεςιν τοίς ημαρτηκόσι σοι, καί τώ πλήθει τών οικτιρμών σου ώρισας μετάνοιαν αμαρτωλοίς εις σωτηρίαν, Σύ ούν, Κύριε, ο Θεός τών δυνάμεων, ουκ έθου μετάνοιαν δικαίοις, τώ Αβραάμ, καί Ισαάκ, καί Ιακώβ, τοίς ουχ ημαρτηκόσι σοι, αλλ' έθου μετάνοιαν επ' εμοί τώ αμαρτωλώ, διότι ήμαρτον υπέρ αριθμόν ψάμμου θαλάσσης, Επλήθυναν αι ανομίας μου, Κύριε, επλήθυναν αι ανομίας μου, καί ουκ ειμι άγιος ατενίσαι, καί ιδείν τό υψος τού ουρανού, από τού πλήθους τών αδικιών μου, κατακαμπτόμενος πολλώ δεσμώ σιδηρώ, εις τό μή ανανεύσαι τήν κεφαλήν μου, καί ουκ έστι μοι άνεσις, διότι παρώργισα τόν θυμόν σου, καί τό πονηρόν ενώπιόν σου εποίησα, μή ποιήσας τό θέλημά σου, καί μή φυλάξας τά προστάγματά σου, Καί νύν, κλίνω γόνυ καρδίας, δεόμενος τής παρά σου χρηστότητος, Ημάρτηκα, Κύριε, ημάρτηκα, καί τάς ανομίας μου εγώ γινώσκω, αλλ' αιτούμαι δεόμενος, Άνες μοι, Κύριε, άνες μοι, καί μή συναπολέσης με ταίς ανομίαις μου, μηδέ εις τόν αιώνα μηνίσας τηρήσης τά κακά μοι, μηδέ καταδικάσης με εν τοίς κατωτάτοις τής γής, διότι σύ ει Θεός, Θεός τών μετανοούντων, καί εν εμοί δείξεις πάσαν τήν αγαθωσύνην σου, ότι ανάξιον όντα, σώσεις με κατά τό πολύ έλεός σου, καί αινέσω σε διά παντός εν ταίσημέραις τής ζωής μου, Ότι σέ υμνει πάσα η δύναμις τών ουρανών, καί σου εστιν η δόξα εις τούς αιώνας τών αιώνων. Αμήν.