[Ορθόδοξη Πρωινή Προσευχή](#)
[orthodoxia.online](#)

Από του ύπνου εξεγερθείς, εξαναστάς της κλίνης, στήθι μετ' ευλαβείας και φόβου Θεού, ποίησον το σημείον του τιμίου Σταυρού και ειπέ

Ο Θεός ιλάσθιτη μοι τω αμαρτωλώ και ελέησον με.

Εις το όνομα του Πατρός και του Υιού και του Αγίου Πνεύματος. Αμήν.

Δόξα σοι, Χριστέ ο Θεός, η ελπίς ημών, δόξα σοι.

Βασιλεύ ουράνιε, Παράκλητε, το Πνεύμα της αληθείας, ο πανταχού παρών και τα πάντα πληρών, ο θησαυρός των αγαθών και ζωής χορηγός, ελθέ και σκήνωσον εν ημίν και καθάρισον ημάς από πάσης κηλίδος, και σώσον, Αγαθέ τας ψυχάς ημών.

'Αγιος ο Θεός, άγιος Ισχυρός, άγιος Αθάνατος, ελέησον ημάς (3)

Δόξα Πατρί και Υιώ και αγίω Πνεύματι. Και νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Παναγία Τριάς, ελέησον ημάς. Κύριε, ιλάσθητι ταις αμαρτίαις ημών. Δέσποτα συγχώρησον τας ανομίας ημίν. 'Αγιε επίσκεψαι και ίασαι τας ασθενείας ημών, ένεκεν του ονόματός σου. Κύριε, ελέησον, Κύριε, ελέησον. Κύριε ελέησον.

Δόξα… Και νύν…,

Πάτερ ημών ….’Οτι σου εστιν… Αμήν.

Κύριε, ελέησον (12). Δόξα… Και νύν…

Δεύτε, προσκυνήσομεν και προσπέσωμεν τω βασιλεί ημών Θεώ.

Δεύτε, προσκυνήσομεν και προσπέσωμεν Χριστώ τω βασιλεί ημών Θεώ.

Δεύτε, προσκυνήσομεν και προσπέσωμεν Χριστώ τω βασιλεί και Θεώ ημών.

Ελέησον με ο Θεός, κατά το μέγα έλεός σου και κατά το πλήθος των οικτιρμών σου εξάλειψον το ανόμημά μου. Επί πλείον πλύνον με από της ανομίας μου και από της αμαρτίας μου καθάρισον με. ‘Οτι την ανομίαν μου εγώ γινώσκω, και η αμαρτία μου ενώπιον μου εστί διά παντός. Σοι μόνω ήμαρτον και το πονηρόν ενώπιον σου εποίησα, όπως αν δικαιωθής εν τοις λόγοις σου, και νικήσης εν τω κρίνεσθαί σε. Ιδού γάρ εν ανομίαις συνελήφθην και εν αμαρτίαις εκίσσησε με η μήτηρ μου. Ιδού γαρ αλήθειαν ηγάπησας, τα άδηλα και τα κρύφια της σοφίας σου εδήλωσάς μοι. Ραντιείς με υσσώπω και καθαρισθήσομαι, πλυνείς με, και υπέρ χιόνα λευκανθήσομαι. Ακουτιείς μοι αγαλλίασιν και ευφροσύνην, αγαλλιάσονται οστέα τεταπεινωμένα. Απόστρεψον το πρόσωπον σου από των αμαρτιών μου, και πάσας τας ανομίας μου εξάλειψον.

Καρδίαν καθαράν κτίσον εν εμοί ο Θεός, και πνεύμα ευθές εγκαίνισον εν τοις εγκάτοις μου. Μη απορρίψης με από του προσώπου σου, και το Πνεύμα σου το άγιον μη

αντανέλης απ’ εμού. Απόδος μοι την αγαλλίασιν του σωτηρίου σου και πνεύματι ηγεμονικώ στήριξόν με. Διδάξω ανόμους τας οδούς σου, και ασεβείς επί σε επιστρέψουσι.

Ρύσαι με εξ αιμάτων ο Θεός, ο Θεός της σωτηρίας μου, αγαλλιάσεται η γλώσσα μου την δικαιοσύνην σου. Κύριε τα χείλη μου ανοίξεις, και το στόμα μου αναγγελεί την αίνεσιν σου. ‘Οτι ει ηθέλησας θυσίαν, έδωκα άν, ολοκαυτώματα ουκ ευδοκήσεις. Θυσία τω Θεώ πνεύμα συντετριμμένον, καρδίαν συντετριμμένην και τεταπεινωμένην ο Θεός ουκ εξουδενώσει. Αγάθυνον, Κύριε, εν τη ευδοκία σου την Σιών, και οικοδομηθήτω τα τείχη Ιερουσαλήμ. Τότε ευδοκήσεις θυσίαν δικαιοσύνης, αναφοράν και ολοκαυτώματα, τότε ανοίσουσιν επί το θυσιαστήριον σου μόσχους.

Δόξα… Και νύν…

Πιστεύω εις ένα Θεόν, Πατέρα παντοκράτορα, ποιητήν ουρανού και γης, ορατών τε πάντων και αοράτων. Και εις ένα κύριον Ιησούν Χριστόν, τον Υιόν του Θεού τον μονογενή, τον εκ του Πατρός γεννηθέντα προ πάντων των αιώνων. Φώς εκ φωτός, Θεόν αληθινόν εκ Θεού αληθινού γεννηθέντα, ου ποιηθέντα, ομοούσιον τω Πατρί, δι ού τα πάντα εγένοτο. Τον δι’ ημάς τους ανθρώπους και διά την ημετέραν σωτηρίαν κατελθόντα εκ των ουρανών και σαρκωθέντα εκ Πνεύματος Αγίου και Μαρίας της Παρθένου και ενανθρωπίσαντα. Σταυρωθέντα τε υπέρ ημών επί Ποντίου Πιλάτου, και παθόντα και ταφέντα. Και αναστάντα τη τρίτη ημέρα, κατά τας Γραφάς. Και ανελθόντα εις τους ουρανούς, και καθεζόμενον εκ δεξιών του Πατρός, Και πάλιν ερχόμενον μετά δόξης κρίναι ζώντας και νεκρούς, ου της βασιλείας ουκ έσται τέλος.

Και εις το Πνεύμα το άγιον, το κύριον, το ζωοποιόν, το εκ του Πατρός εκπορευόμενον, το σύν Πατρί και Υιώ συμπροσκυνούμενον και συνδοξαζόμενον, το λαλήσαν διά των προφητών. Εις μίαν, αγίαν, καθολικήν, και αποστολικήν εκκλησίαν. Ομολογώ εν βάπτισμα εις άφεσιν αμαρτιών. Προσδοκώ ανάστασιν νεκρών. Και ζωήν του μέλλοντος αιώνος. Αμήν.

Εξεγερθέντες του ύπνου προσπίπτομέν σοι,

Αγαθέ και των Αγγέλων τον ύμνον βοώμεν σοι, Δυνατέ, ‘Αγιος, Αγιος, Αγιος εί ο Θεός. Δια της Θεοτόκου ελέησον ημάς.

Δόξα…

Της κλίνης και του ύπνου εξεγείρας με, Κύριε, τον νουν μου φώτισον, και την καρδίαν και τα χείλη μου άνοιξον, εις το υμνείν σε, αγία Τριάς, ‘Αγιος ‘Αγιος, ’Αγιος εί ο Θεός. Διά της Θεοτόκου ελέησον ημάς.

Και νύν…

Αθρόον ο Κριτής επιλεύσεται, και εκάστου αι πράξεις γυμνωθήσονται, αλλά φόβω κράξωμεν εν τω μέσω της νυκτός, ‘Αγιος, ‘Αγιος, ‘Αγιος ει ο Θεός. Διά της Θεοτόκου ελέησον ημάς.

Κύριε ελέησον (12)

Εκ του ύπνου εξανιστάμενος ευχαριστώ σοι, αγία Τριάς, ότι διά την πολλήν σου αγαθότητα και μακροθυμίαν, ουκ ωργίσθης εμοί τω ραθύμω και αμαρτωλώ, ουδέ συναπώλεσας με ταις ανομίαις μου, αλλ’ εφιλανθρωπεύσω συνήθως και προς απόγνωσιν κείμενον ήγειράς με εις το ορθρίσαι και δοξολογήσαι το κράτος σου. Και νυν φώτισον μου τα όμματα της Διανοίας, άνοιξον μου το στόμα, του μελετάν τα λόγια σου και συνιέναι τας εντολάς σου και, ποιείν το θέλημά σου, και ψάλλειν σοι εν εξομολογήσει καρδίας και ανυμνείν το πανάγιον όνομά σου, του Πατρός και του Υιού και του αγίου Πνεύματος, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Σε ευλογούμεν, ύψιστε Θεέ και Κύριε του ελέους, τον ποιούντα αεί μεθ' ημών μεγάλα τε και ανεξιχνίαστα, ένδοξα τε και εξαίσια, ων ουκ έστιν αριθμός, τον παρασχόντα ημίν τον ύπνον εις ανάπαυσιν της ασθενείας ημών, και άνεσιν των κόπων της πολυμόχθου σαρκός. Ευχαριστούμεν σοι, ότι ου συναπόλεσας ημάς ταις ανομίαις ημών, αλλ' εφιλανθρωπεύσω συνήθως, και προς απόγνωσιν κειμένους ήγειρας ημάς εις το δοξολογήσαι το κράτος σου. Διό δυσωπούμεν την ανείκαστον σου αγαθότητα, φώτισον ημών τούς της διανοίας οφθαλμούς, και τον νουν ημών εκ του βαρέος ύπνου της ραθυμίας ανάστησον. 'Ανοιξον ημών το στόμα και πλήρωσον αυτό της σης αινέσεως, όπως άν δυνηθώμεν απερισπάστως άδειν τε και ψάλλειν, και εξομολογείσθαι σοι τω εν πάσι και υπό πάντων δοξαζόμενω Θεώ, τω ανάρχω Πατρί, συν τω μονογενεί σου Υιώ και τω παναγίω και αγαθώ και ζωοποιώ σου Πνεύματι, νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Υπερένδοξε, αειπάρθενε, ευλογημένη Θεοτόκε, προσάγαγε την ημετέραν προσευχήν τω Υιώ σου και Θεώ ημών, και αίτησαι ίνα σώσει διά σου τας ψυχάς ημών.

Η ελπίς μου ο Πατήρ, καταφυγή μου ο Υιός, σκέπη μου το Πνεύμα το άγιον. Τριάς αγία, δόξα σοι.

Την πάσαν ελπίδα μου εις σε ανατίθημι, Μήτερ του Θεού, φύλαξον με υπό την σκέπην σου.

Δι' ευχών των αγίων Πατέρων ημών, Κύριε Ιησού Χριστέ, ο Θεός ημών, ελέησον ημάς. Αμήν.

Ευλογημένη ημέρα