***Про уклін і хресне знамення***

**Для хресного знамення, ми складаємо пальці правої руки так: три пальці (великий, вказівний і середній) складаємо разом кінцями рівно, а два останніх (безіменний і мізинець) пригинаємо до долоні.
 Складені разом три перші пальці засвідчують нашу віру в Бога Отця, Бога Сина і Бога Святого Духа як Єдиносущну і Нероздільну Трійцю, а два пальці, пригнуті до долоні, означають, що Син Божий по втіленні Своєму, будучи Богом, став людиною, тобто означають дві Його природи - Божу і людську.**

****Хреститися треба не поспішаючи: покласти хресне знамення на чоло (1), на живіт (2), на праве плече (3) і потім на ліве(4). Опустивши праву руку, можна робити уклін.**

**Про тих же, які хрестять себе всією п'ятірнею або кланяються, що не закінчивши на собі знамення хреста, або махають рукою своєї по повітрю або по грудях своїх , святитель Іоанн Златоуст сказав: «Тому неістовому маханню біси радіють». Навпаки, хресне знамення, що здійснюється правильно і неквапливо, з вірою і благоговінням, лякає бісів, заспокоює гріховні пристрасті і привертає Божественну благодать.**

**Усвідомлюючи свою гріховність і недостоїнство перед Богом, ми, в знак нашого смирення, супроводжуємо нашу молитву поклонами. Вони бувають поясними, коли нахиляється до пояса, і земні, коли, кланяючись і стаючи на коліна, торкаємося головою землі.**