

.. DAGENS BÖNER

Kristi Uppståndelses Ortodoxa församling
www.kristiuppstandelse.se



Morgonbön

I Faderns och Sonens och den Helige Andes namn. Amen.

Ära vare dig, vår Gud, ära vare dig.

Himmelske Konung, Hjälpare, Sanningens Ande! Du som är överallt och som uppfyller allt, du skatt av goda gåvor och livets givare, kom och bo i oss och rena oss från varje fläck, och fräls, du Gode, våra själar.

||: Helige Gud, Helige Starke, Helige Odödlige, förbarma Dig över oss. :|| x3

Ära vare Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Heliga Treenighet, förbarma dig över oss. Herre, rena oss från våra synder. Härskare, förlåt oss våra missgärningar. Helige, ta dig an oss och bota våra svagheter för ditt namns skull.

||: Herre, förbarma dig. :|| x3

Ära vare Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Fader vår, som är i himlarna! Helgat varde ditt namn;
tillkomme ditt rike; ske din vilja såsom i himmelen så ock
på jorden. Vårt dagliga bröd giv oss idag; och förlåt oss
våra skulder, såsom ock vi förlåta dem, oss skyldiga äro;
och inled oss icke i frestelse, utan fräls oss från den onde.

Herre, Jesus Kristus, Gud Son, förbarma dig över mig, en
syndare.

✠ Troparion till den Heliga Treenigheten ✠

Uppvaknade ur sömnen nedfaller vi för dig, du Gode, och
sjunga änglasången för dig, du Starke: Helig, helig, helig är
du, vår Gud! För Gudaföderskans skull förbarma dig över
oss.

Ära vare Fadern och Sonen och den Helige Ande.

Från min säng och ur sömnen har du rest mig upp, Herre;
upplys mitt förstånd och mitt hjärta; upplåt mina läppar, att
de må besjunga dig, Heliga Treenighet: Helig, helig, helig
är du, vår Gud! För Gudaföderskans skull förbarma dig
över oss.

Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Plötsligt kommer Domaren och allas gärningar ska då
uppenbaras; med fruktan ropar vi vid midnattstiden; helig,
helig, helig är du vår Gud! För Gudaföderskans skull
förbarma dig över oss.

||: Herre, förbarma dig. :|| x12

☞ Morgonbön till den Heliga Treenigheten ☞

Uppvaknad från sömnen tackar jag dig, Heliga Treenighet, för att du i din mångfaldiga godhet och långmodighet inte vredgats på mig, tröge och syndige, och inte låtit mig förgås i mina överträdelser utan ständigt visat mig din kärlek och uppväckt mig, där jag låg i mitt oförnuft, till att tidigt stå upp och lovprisa din makt. Upplys nu min andes ögon och upplåt mina läppar till att läras av dina Ord och förstå dina bud och uppfylla din vilja. Låt mig prisa och bekänna dig av allt mitt hjärta och lovsjunga ditt heliga namn, Fader, Son och Helig Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

☞ Den Nicenska Trosbekännelsen ☞

Jag tror på en enda Gud, allsmäktig Fader, skapare av himmel och jord, av allt vad synligt och osynligt är;

och på en enda Herre, Jesus Kristus, Guds enfödde Son, född av Fadern före all tid, ljus av ljus, sann Gud av sann Gud, född och icke skapad, av samma väsen som Fadern, på honom genom vilken allting är skapat; som för oss människor och för vår frälsnings skull har stigit ned från himmelen och tagit mandom genom den Helige Ande av jungfru Maria och blivit människa; som ock har blivit för oss korsfäst under Pontius Pilatus, lidit och blivit begravnen; som på tredje dagen har uppstått, efter skrifterna, och stigit upp till himmelen och sitter på Faderns högra sida; därifrån igenkommande i härlighet till att döma levande och döda, på vilkens rike icke skall varda någon ände;

och på den Helige Ande, Herren och livgivaren, som utgår
av Fadern, på honom som tillika med Fadern och Sonen
tillbedes och äras och som har talat genom profeterna;
och på en enda, helig, katolsk och apostolisk kyrka. Jag
bekänner ett enda dop, till syndernas förlåtelse, och
förväntar de dödas uppståndelse och den tillkommande
världens liv. Amen.

❧ Morgonpsalmen (LXX) ❧

Söndag, ps. 5

Lyssna till mina ord, Herre,
ge akt på mitt rop.
Vänd dig till ljudet av min bön, min konung och min Gud,
ty till dig skall jag frambära min bön, Herre.
Tidigt på morgonen hör du min röst,
tidigt vill jag ställa mig inför dig och skåda dig.
Ty du som inte är en Gud som vill laglöshet,
den som gör illa skall inte bo hos dig.
Lagbrytarna skall inte bestå inför dina ögon,
du hatar alla dem som handlar laglöst.
Du förgör alla som talar lögn,
blodsmän och svek, sådant avskyr Herren.
Men jag får gå in i ditt hus genom fullheten av din nåd,
jag skall falla ned inför ditt heliga tempel i fruktan för dig.
Herre, vägled mig i din rättfärdighet för mina fienders skull,
gör min väg rak inför mig.
Ty i deras mun finns ingen sanning, deras hjärta är intigt,
en öppnad grav är deras strupe, de bär svek på sina tungor.
Döm dem, Gud, låt deras planer komma på skam,
driv ut dem efter deras fulla mått av gudlöshet,
ty de har förbittrat dig, Herre.

Men låt alla glädjas som hoppas på dig,
de skall jubla för evigt och du skall bo ibland dem,
de skall jubla i dig,
alla som älskar ditt namn.

Ty du skall välsigna den rättfärdige.

Herre, liksom med en sköld har du krönt oss med
välbehag.

Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.

Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Måndag, ps. 89

Herre, du har blivit en tillflykt för oss
från släkte till släkte.

Innan bergen blev till och jorden formades och världen,
och från evighet till evighet är du.

Må du inte vända människan till förnedring,
du har sagt: "Vänd om, ni människors barn."

Ty tusen år är i dina ögon
lika dagen som igår förgick, och en nattväkt.

I ringaktning skall deras år förgå,
må de tidigt förgås som gräset.

Må det blomstra om morgonen och förgås,
må det falla av om aftonen, torka och vissna.

Ty vi har gått under i din vrede,
och av ditt raseri har vi slagits med förvirring.

Du har ställt våra missgärningar inför dig,
vår tid ligger i ditt ansiktes ljus.

Ty alla våra dagar har tagit slut, och i din vrede har vi gått under,
våra år tycktes mig som spindelväv.

Vår levnads dagar, de varar i sjuttio år,
och åttio år om de blir starka,
och det mesta av dem är arbete och möda.
Ty mildhet kom över oss, och vi skall bli fostrade.
Vem känner din vredes styrka
och kan mäta ditt raseri i fruktan för dig.
Gör alltså din högra hand uppenbar
och dem som blivit fostrade i hjärtat till vishet.
Vänd åter, Herre! Hur länge?
Låt dig bli åkallad för dina tjänares skull.
Om morgonen fylldes vi av din nåd,
vi jublade och var glada i våra dagar.
Vi fick glädja oss i gengäld för de dagar då du förnedrade oss,
de år då vi såg onda ting.
Se på dina tjänare och på dina verk
och vägled deras söner.
Må glansen från Herren vår Gud vara över oss,
och styr åt oss våra händers verk.
Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Tisdag, ps. 100

Om barmhärtighet och rätt vill jag sjunga till dig, Herre.
Jag vill sjunga och få insikt när min väg är felfri,
när kommer du till mig?
Jag vandrade i mitt hjärtas oskuld i mitt hus.
Inget laglöst lät jag komma inför mina ögon,
lagöverträdarna hatade jag.

Inget förvänt hjärta slöt sig till mig,
om någon ond vek av från mig, så visste jag det inte.
Den som i hemlighet förtalade sin nästa,
honom fördrev jag,
den som hade en högmodig blick och ett omätligt hjärta,
med honom åt jag inte.
Mina ögon riktades mot landets trogna för att de skulle sitta
hos mig,
den vars väg var felfri, han fick tjäna mig.
Den högmodige fick inte bo i mitt hus,
den som talade orätt bestod inte inför mina ögon.
Om morgonen dödade jag alla syndare i landet
för att utrota ur Herrens stad alla som gör orätt.
Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Onsdag, ps. 3

Herre, hur många har de inte blivit, dessa som angriper mig!
Många har trätt upp mot mig.
Många säger till min själ:
”Ingen räddning finns för honom hos hans Gud.”
Men du, Herre, är min beskyddare,
du är min ära och den som höjer mitt huvud.
Med min röst ropade jag till Herren,
och han hörde mig från sitt heliga berg.
Jag lade mig och somnade in,
jag stod upp, ty Herrens beskyddar mig.
Jag skall inte frukta för myriader människor
som angriper mig från alla håll.

Stå upp, Herre, rädda mig, min Gud, ty du har slagit alla
dem som hatar mig utan skäl,
du har krossat syndarnas tänder.
Herren är räddningen,
och över ditt folk vilar din välsignelse.
Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Torsdag, ps. 62

Gud, min Gud, i gryningen kommer jag till dig,
min själ har törstat efter dig,
ständigt har min kropp törstat efter dig,
i en ofarbar och vattenlös öken.
Så har jag visat mig för dig i helgedomen
för att se din makt och din härlighet.
Ty din barmhärtighet är bättre än liv,
mina läppar skall lova dig.
Så skall jag prisa dig under mitt liv,
i ditt namn skall jag lyfta mina händer.
Må min själ bli mättad liksom av rikaste fett,
och med jublande läppar skall min mun lovprisa.
När jag tänkte på dig på min bädd,
bad jag till dig i gryningen.
Ty du har blivit min hjälpare,
och i skydd av dina vingar skall jag jubla.
Min själ håller sig intill dig,
din högra hand har fattat mig.
Förgäves sökte de ta mitt liv,
de skall gå in i jordens nedersta djup.

De skall lämnas i svärdets händer,
de skall bli byte för rävar.
Men konungen skall glädja sig i Gud, var och en som svär
vid honom skall bli prisad,
ty munnen har stoppats till på dem som talade orätt.
Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Fredag, ps. 102

Lova Herren, min själ
och allt i mig hans heliga namn.
Lova Herren, min själ,
och glöm inte bort allt han ger i gengäld.
Han som förlåter alla dina missgärningar
och botar alla dina sjukdomar,
som befriar ditt liv från förgängelse
och bekransar dig med nåd och förbarmande,
som mättar ditt begär med goda ting,
din ungdom skall förnyas som en örns.
Herren är den som visar barmhärtighet
och ger rätt åt alla förorättade.
Han lät Moses känna sina vägar,
Israels barn sin vilja.
Herren är nådig och barmhärtig,
storsint och full av förbarmande.
Han skall inte ständigt vredgas
och inte harnas för alltid.
Han handlade inte mot oss enligt våra synder
och vedergällde oss inte enligt våra missgärningar.

Ty så hög som himlen är över jorden,
så mäktig är Herrens nåd mot dem som fruktar honom.
Så långt som öster är från väster
för han våra missgärningar bort från oss.
Liksom en fader är barmhärtig mot sina söner
är Herren barmhärtig mot dem som fruktar honom.
Ty han vet vad vi är formade av,
kom ihåg att vi är stoft.
En människa, hennes dagar är som gräs,
som en markens blomma, så skall hon blomstra.
När vinden dragit förbi den, skall den inte mer vara till,
och skall inte längre veta om sin plats.
Men Herrens nåd varar från evighet till evighet mot dem
som fruktar honom,
och hans rättfärdighet mot söners söner.
För dem som håller hans förbund
och minns hans bud och handlar efter dem.
Herren har berett sin tron i himlen,
och hans välde omfattar alla.
Lova Herren, alla hans änglar, mäktiga i styrka,
som utför hans ord för att höra ljudet av hans ord.
Lova Herren, alla hans härskaror,
ni hans tjänare som utför hans vilja.
Lova Herren, alla hans verk, överallt där hans välde råder,
Lova Herren, min själ.
Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Lördag, ps. 5 (se Söndag)

❧ Textläsning ❧

*Om tiden tillåter läses dagens epistel i enlighet
med den ortodoxa kalendern.*

❧ Förbönerna ❧

Av evighet är din nåd och din barmhärtighet, Kristus, vår Gud, och av nåd och barmhärtighet blev du människa och värdigades lida korsfästelse och död för att frälsa dem som rätt tro på dig. Du uppstod från de döda och uppsteg till himmelen och sitter på Guds, Faderns, högra sida och ser i nåd till deras böner, som av allt hjärta åkallar dig.

Herre, böj ditt öra till mig och hör den bön, som jag, din ovärdige tjänare, frambär såsom en andlig väldoft åt dig för alla människor.

Tänk, Herre, främst på din heliga, allmänneliga och apostoliska Kyrka, vilken du har förvärvat med ditt dyrbara blod. Herre, stadfäst, styrk, utvidga och föröka henne; ge henne frid och bevara henne i evighet, obesegrad av helvetets portar. Stilla, Herre, all tvedräkt mellan dina Kyrkor, utsläck all hednisk otro, utplåna och förinta uppkomsten av all falsk lära och låt den bli till intet genom din Helige Andes kraft. +

Fräls, Herre, och förbarma dig över vår överhet, stadfäst i dess hjärtan fridsamma och goda tankar om din heliga Kyrka och allt ditt folk. Tänk, Herre, i nåd och förbarmande på vår konung *N.N.* och hela hans hus. Låt oss under vår överhet i frid få föra ett fridsamt och stilla leverne, i rätt tro och i all gudaktighet och ärbarhet. +

Fräls, Herre, och förbarma dig över deras heligheter patriarkerna, vår ärevärdige biskop *N.N.*, alla de ärevärdiga ortodoxa biskoparna samt alla präster, diakoner och ämbetsbärare, vilka du satt till att leda din andliga hjord. Genom deras förböner förbarma dig över mig och fräls mig syndare. +

Fräls, Herre, och förbarma dig över min andlige fader / moder *N.N.* och förlåt mig alla överträdelser genom hans / hennes heliga förböner. +

Fräls, Herre, och förbarma dig över mina föräldrar *N.N.*, min maka / make *N.N.*, mina bröder och systrar *N.N.* och alla mina anhängare och dem som står dem nära, samt alla mina vänner. Ge dem alla dina goda gåvor i detta liv och i det tillkommande livet. +

Fräls, Herre, och förbarma dig över alla gamla och alla unga, över alla fattiga, föräldralösa och änkor, över alla sjuka, sörjande, nödställda, lidande och olyckliga, över alla som avtjänar straff, främst över dem av dina tjänare, som förföljs för din och den ortodoxa trons skull av hedningar, gudlösa, avfällingar och vantroende. Kom till dem, Herre! Styrk dem och trösta dem och ge dem snarligen genom din kraft lättnad, frihet och räddning. +

Fräls, Herre, och förbarma dig över alla som är i tjänst, alla resande, våra fäder, bröder och systrar och över alla rättrogna kristna. +

Fräls, Herre, och förbarma dig över dem som hatar och smädar mig och dem som gör ont mot mig. Låt dem inte gå i fördärvet för min skull, ty jag är en syndare. +

Upplys med din kunskaps ljus dem som avfallit från den ortodoxa tron och förblindats av fördärvliga villoläror, och återförena dem med din heliga, allmänneliga och apostoliska kyrka. +

Här kan du be privata böner och förböner med egna ord.

❧ Bön vid dagens början ❧

Herre, låt mig med bevarad själsro möta allt som den stundande dagen bär med sig. Låt mig helt och fullt foga mig i din heliga vilja. Vägled och stöd mig varje stund av dagen. Lär mig att möta allt som når mig under dagens lopp med själsro och fast förtröstan att allt sker enligt din heliga vilja. Led mina tankar och känslor i allt som jag säger och gör. Låt mig inför oförutsedda händelser inte glömma att allt är givet av dig. Lär mig att rättframt och med förstånd behandla alla och inte uppröra eller bedröva någon. Herre, ge mig kraft att bära dagens möda och allt som sker under dagens lopp. Vägled min vilja och lär mig att be. Och be du själv i mig. Amen.

❧ Slutböner ❧

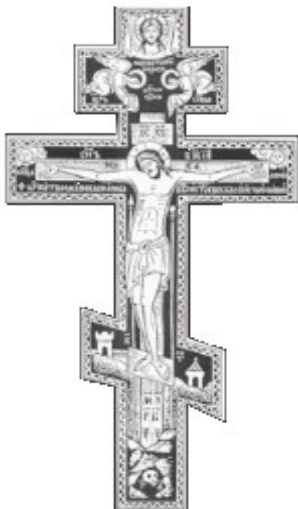
Värdigt är i sanning att prisa dig salig, Gudaföderska, du evigt saliga och helt felfria och Moder till vår Gud. Högre vördad är du än keruberna, och ojämförligt mer ärad än seraferna. Utan att fördärvas födde du Gud, Ordet. Sanna Gudaföderska, vi prisar din storhet.

Ära vare Fadern och Sonen och den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Herre, förbarma dig. :|| x3

Genom våra heliga fäders förböner, Herre Jesus Kristus vår
Gud, förbarma dig över oss och fräls oss. Amen.

• † •



Middagsbön

I Faderns och Sonens och den Helige Andes namn. Amen.

Ära vare dig, vår Gud, ära vare dig.

Himmelske Konung, Hjälpare, Sanningens Ande! Du som är överallt och som uppfyller allt, du skatt av goda gåvor och livets givare, kom och bo i oss och rena oss från varje fläck, och fräls, du Gode, våra själar.

||: Helige Gud, Helige Starke, Helige Odödlige, förbarma Dig över oss. :|| x3

Ära vare Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Heliga Treenighet, förbarma dig över oss. Herre, rena oss från våra synder. Härskare, förlåt oss våra missgärningar. Helige, ta dig an oss och bota våra svagheter för ditt namns skull.

||: Herre, förbarma dig. :|| x3

Ära vare Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Fader vår, som är i himlarna! Helgat varde ditt namn; tillkomme ditt rike; ske din vilja såsom i himmelen så ock på jorden. Vårt dagliga bröd giv oss idag; och förlåt oss våra skulder, såsom ock vi förlåta dem, oss skyldiga äro; och inled oss icke i frestelse, utan fräls oss från den onde.

Herre, Jesus Kristus, Gud Son, förbarma dig över mig, en syndare.

Kristus, vår Gud; du som i denna timme sträckte ut dina kärleksfulla armar på korset så att alla människor skulle kunna komma till dig; hjälp oss och rädda oss som ropar till dig: Ära vare dig, vår Herre.

*Be sedan dina egna böner och förböner,
och avsluta med denna bön:*

Genom våra heliga fäders förböner, Herre Jesus Kristus vår Gud, förbarma dig över oss och fräls oss. Amen.



Aftonbön

I Faderns och Sonens och Den Helige Andes namn. Amen.

Ära vare dig, vår Gud, ära vare dig.

Himmelske Konung, Hjälpare, Sanningens Ande! Du som är överallt och som uppfyller allt, du skatt av goda gåvor och livets givare, kom och bo i oss och rena oss från varje fläck, och fräls, du Gode, våra själar.

||: Helige Gud, Helige Starke, Helige Odödlige, förbarma Dig över oss. :|| x3

Ära vare Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Heliga Treenighet, förbarma dig över oss. Herre, rena oss från våra synder. Härskare, förlåt oss våra missgärningar. Helige, ta dig an oss och bota våra svagheter för ditt namns skull.

||: Herre, förbarma dig. :|| x3

Ära vare Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Fader vår, som är i himlarna! Helgat varde ditt namn; tillkomme ditt rike; ske din vilja såsom i himmelen så ock på jorden. Vårt dagliga bröd giv oss idag; och förlåt oss våra skulder, såsom ock vi förlåta dem, oss skyldiga äro; och inled oss icke i frestelse, utan fräls oss från den onde.

Herre, Jesus Kristus, Gud Son, förbarma dig över mig, en syndare.

❧ Tacksamhetstroparier ❧

Nu när dagen kommit till sitt slut tackar jag dig, Herre, och jag ber dig att kvällen och natten skall vara utan synd; skänk det åt mig, Frälsare, och rädda mig.

Ära vare Fadern och Sonen och den Helige Ande.

Nu när dagen är över ärar jag dig, Mästare, och jag ber att kvällen och natten skall vara utan överträdelser; skänk det åt mig, Frälsare, och rädda mig.

Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Nu när dagen löpt sin bana prisar jag dig, Helige, och ber att kvällen och natten skall få vara stilla; skänk det åt mig, Frälsare, och rädda mig.

||: Herre, förbarma dig. :|| x12

✧ Bön om förlåtelse ✧

Herre vår Gud, förlåt mig vad jag denna dag har syndat i ord, gärning och tanke, ty du är god och älskar människan. Ge mig en stilla och ostörd sömn, och befria mig från den ondes inflytande och frestelser. Res mig åter upp i rätt tid, att jag må ära dig; ty du är välsignad med din enfödde Son och din allraheligaste Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

✧ Den Nicenska Trosbekännelsen ✧

Jag tror på en enda Gud, allsmäktig Fader, skapare av himmel och jord, av allt vad synligt och osynligt är;

och på en enda Herre, Jesus Kristus, Guds enfödde Son, född av Fadern före all tid, ljus av ljus, sann Gud av sann Gud, född och icke skapad, av samma väsen som Fadern, på honom genom vilken allting är skapat; som för oss människor och för vår frälsnings skull har stigit ned från himmelen och tagit mandom genom den Helige Ande av jungfru Maria och blivit människa; som ock har blivit för oss korsfäst under Pontius Pilatus, lidit och blivit begravnen; som på tredje dagen har uppstått, efter skrifterna, och stigit upp till himmelen och sitter på Faderns högra sida; därifrån igenkommande i härlighet till att döma levande och döda, på vilkens rike icke skall varda någon ände;

och på den Helige Ande, Herren och livgivaren, som utgår av Fadern, på honom som tillika med Fadern och Sonen tillbedes och äras och som har talat genom profeterna; och på en enda, helig, katolsk och apostolisk kyrka.

Jag bekänner ett enda dop, till syndernas förlåtelse, och förväntar de dödas uppståndelse och den tillkommande världens liv. Amen.

☞ Aftonpsalmen (LXX) ☞

Söndag, ps. 69

Gud, skynda till min hjälp,
Herre, kom snart och rädda mig.
Må de alla stå med skam och blygas,
de som är ute efter mitt liv.
Må de vika tillbaka och blygas,
de som vill ont mot mig.
Må de genast vika tillbaka med skam,
de som säger till mig: ”Rätt åt dig.”
Må alla de som söker dig jubla och glädja sig över dig,
och de som älskar din frälsning må alltid säga: ”Högt
prisad vare Gud.”
Men jag är fattig och arm,
Gud hjälp mig.
Du är min hjälpare och räddare,
Herre, dröj inte.
Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Måndag, ps. 142

Herre, hör min bön, lyssna till min bön i din sanning,
hör mig i din rättfärdighet.
Gå inte till doms med din tjänare,
ty inför dig skall inget levande räknas rättfärdigt.

Ty fienden har förföljt min själ,
han förödmjukade min själ till jorden, han satte mig i
mörkret som tidsålderns döda.
Min ande greps av leda över mig,
mitt hjärta förvirrades i mig.
Jag tänkte på gamla dagar och begrundade alla dina verk,
jag begrundade dina händers verk.
Jag sträckte ut mina händer mot dig,
min själ var som vattenlös mark.
Hör mig snart, Herre, min själ har svikit mig,
vänd inte ditt ansikte från mig så att jag blir lik dem som
går ned i avgrunden.
Gör din barmhärtighet tidigt känd för mig,
ty till dig har jag satt mitt hopp,
Herre, lär mig känna den väg jag skall gå,
ty till dig har jag lyft min själ.
För mig ut från mina fiender, Herre,
ty till dig har jag tagit min tillflykt.
Lär mig att göra din vilja, ty du är min Gud,
din gode Ande skall leda mig på en rak väg.
För ditt namns skull, Herre, skall du söka mig,
i din rättfärdighet skall du föra min själ ut ur mitt bekymmer.
Och i din nåd skall du utrota mina fiender
och förgöra alla som förtrycker min själ, ty din tjänare är jag.
Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Tisdag, ps. 140

Herre, jag har ropat till dig,
lyssna till mig.
Må min bön stiga som ett rökoffer inför dig,
mina händers upplyftande är ett aftnonoffer.
Sätt, Herre, en vakt för min mun,
och en omgivande dörr för mina läppar.
Må mitt hjärta inte vika av till ondskans ord för att ge
ursäkter för synder med människor som handlar laglöst,
och inte skall jag beblanda mig med deras utvalda.
Den rättfärdige skall fostra mig i barmhärtighet
och vederlägga mig,
må han inte gjuta syndarens olja över mitt huvud,
ty ännu är också min bön i deras välvilja.
Deras domare blev uppslukade,
de skall höra mina ord, ty de har blivit ljuva.
Liksom jordklumpar bröts sönder över marken,
så skingrades deras ben i dödsriket.
Ty mot dig, Herre, Herre, ser mina ögon,
till dig har jag satt mitt hopp, ta inte bort mitt liv.
Bevara mig för en snara som de har lagt ut för mig,
och från deras stötesten som handlar laglöst.
Syndarna skall falla i sitt nät,
men jag förblir i ensamhet till dess jag går över.
Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Onsdag, ps. 129

Ur djupen har jag ropat till dig, Herre, Herre, hör min röst,
låt dina öron vändas till mitt böneljud.

Om du, Herre, skall vaka över laglösheter,

Herre, vem kommer att bestå?

Ty hos dig finns försoningen. För ditt namns skull har jag
väntat, Herre,

min själ har väntat på ditt ord.

Min själ har hoppats på Herren från morgonväkten till
nattväkten,

från morgonväkten må Israel hoppas på Herren.

Ty hos Herren finns nåd,

och mycken återlösning hos honom.

Och han skall friköpa Israel

från alla dess laglösheter.

Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.

Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Torsdag, ps. 129 (se Onsdag)

Fredag, ps. 16

Herre, hör min rättfärdighet, lyssna till min bön,
ge akt när jag åkallar dig med läppar utan svek.

Låt min dom komma från ditt ansikte,

låt mina ögon se din rättvisa.

Du har rannsakat mitt hjärta, du har granskat det om natten,
du har prövat mig i eld, men ingen orätt fanns hos mig.

Ja, min mun skall inte tala människoverk,

genom dina läppars ord har jag kunnat vandra svåra vägar.

Styr mina steg på dina stigar
så att mina fötter inte vacklar.
Jag har ropat, ty du har hört mig, Gud,
böj ditt öra till mig och lyssna till mina ord.
Utför underbara nådeverk, du som räddar dem som hoppas
på dig
från dem som står emot din högra hand.
Bevara mig som en ögonsten,
beskydda mig under dina vingars skugga
mot de gudlösa som plågar mig.
Mina fiender har omgett min själ.
De är fast i sin förstockelse,
deras mun har talat övermod.
De har kastat ut mig, nu omger de mig,
de håller sina ögon riktade mot jorden.
De har kastat sig över mig som ett lejon redo för rov,
som en lejonunge i sitt gömsle.
Stå upp, Herre, genskjut dem och fäll dem,
rädda min själ från den gudlöse, ditt svärd från fienderna
till din hand.
Herre, avskilj dem medan de lever från de få på jorden.
Deras buk är fylld av dina förråd,
de har blivit mättade av söner
och har sänt det övriga till sina barn.
Men jag skall visa mig inför ditt ansikte i rättfärdighet,
jag skall bli mättad när din härlighet visar sig.
Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

Lördag, ps. 50

Förbarma dig över mig, Gud, i ditt stora förbarmande,
utplåna min missgärning i din stora barmhärtighet.

Tvätta mig helt ren från min missgärning,
och rena mig från min synd.

Ty jag känner min missgärning,
och min synd står alltid inför mig.

Endast mot dig har jag syndat
och gjort det som är ont inför dig,
för att du skall vara rättfärdig i dina ord
och segra när du dömer.

Ty se, i laglöshet blev jag avlad,
och i synd har min mor burit mig.

Ty se, du har älskat sanning,
det dolda och hemliga i din vishet har du uppenbarat för mig.

Bestänk mig med isop, så blir jag ren,
tvätta mig, så blir jag vitare än snö.

Låt mig höra jubel och glädje,
de ben som var förnedrade skall jubla.

Vänd ditt ansikte från mina synder,
och utplåna alla mina missgärningar.

Skapa i mig, Gud, ett rent hjärta,
och ge mig på nytt en redbar ande i mitt inre.

Stöt inte bort mig från ditt ansikte,
och ta inte ifrån mig din heliga Ande.

Låt mig få jubla över din räddning,
och stärk mig med en ande som leder.

Jag skall lära de laglösa dina vägar,
och de gudlösa skall vända om till dig.

Rädda mig från blodsutgjutelser, Gud, min räddnings Gud,
min tunga skall jubla över din rättfärdighet.

Herre, öppna mina läppar,
så skall min mun förkunna ditt lov.
Ty hade du önskat offer, hade jag gett dig,
brännoffer skall inte glädja dig.
Ett offer åt Gud är en förkrossad ande,
ett förkrossat och ödmjukt hjärta skall Gud inte förakta.
Gör väl mot Sion, Herre, i din godhet,
så att Jerusalems murar byggs upp.
Då skall rättfärdighetens offer glädja dig,
offergåvor och brännoffer, då skall de offra tjurar på ditt altare.
Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Halleluja, halleluja, halleluja, ära vare dig, Gud. :|| x3

✧ Textläsning ✧

*Om tiden tillåter, läses dagens evangelium i enlighet
med den ortodoxa kalendern.*

✧ Förbönerna ✧

(Se morgonbönen.)

Här kan du be privata böner och förböner med egna ord.

✧ En bön ✧

Kristus vår Gud, du som i alla tider och varje timma, i himmelen och på jorden, tillbeds och äras; du som är tålmodig, nådefull och barmhärtig; du som älskar de rättfärdiga och är nådig mot syndarna; du som kallar alla till frälsning genom löftena om de välsignelser som skall komma; ta, Herre, emot våra böner i denna stund, led våra liv enligt dina budord. Helga våra själar och

kroppar, tillrättavisa våra tankar; befria oss från allt lidande, all ondska och nöd. Omge oss med dina heliga änglar, så att vi genom deras ledning och beskydd kan nå enheten i tron och kunskapen om din ouppnåeliga härlighet, ty du är välsignad i evigheters evighet. Amen.

❧ Slutböner ❧

Värdigt är i sanning att prisa dig salig, Gudaföderska, du evigt saliga och helt felfria och Moder till vår Gud. Högre vördad är du än keruberna, och ojämförligt mer ärad än seraferna. Utan att fördärvas födde du Gud, Ordet. Sanna Gudaföderska, vi prisar din storhet.

Ära vare Fadern och Sonen och den Helige Ande.
Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

||: Herre, förbarma dig. :|| x3

Genom våra heliga fäders förböner, Herre Jesus Kristus vår Gud, förbarma dig över oss och fräls oss. Amen.

• + •

❧ Bön före insomnandet ❧

I dina händer, Herre Jesus Kristus, min Gud, överlämnar jag min kropp och själ. Välsigna mig, förbarma dig över mig och skänk mig evigt liv. Amen.