

プロジェクト・グーテンベルク:正教会の日常の祈り(Orthodox Daily Prayers)電子書籍

この電子書籍は、アメリカ合衆国および世界のその他のほとんどの地域にいるすべての人々が、ほとんど制限なく無料で利用できるものです。この電子書籍に含まれている、あるいはウェブサイト www.gutenberg.org で公開されているプロジェクト・グーテンベルク・ライセンスの条項に従って、複製、配布、または再利用することができます。アメリカ合衆国以外に居住している場合は、この電子書籍を使用する前に、お住まいの国の法律を確認する必要があります。

書名:正教会の日常の祈り(Orthodox Daily Prayers)

著者:無名(Anonymous)

公開日:2011年1月16日 [EBook #34981]

最終更新日:2021年9月25日

言語:英語

制作:Gerard Arthus, Stephen Hutcheson、およびオンライン分散校正チーム(Online Distributed Proofreading Team)

*** プロジェクト・グーテンベルク電子書籍「正教会の日常の祈り」本文開始 ***

正教会の日常の祈り

聖ティホン神学校出版局

正教会の日常の祈り

聖ティホン神学校出版局

1982年

正教の主教

フィラデルフィアおよび
東ペンシルベニアの主教
閣下
ヘルマン
の祝福をもって
出版される

目次

はじめに

朝の祈り

生者と死者の記念

食事の祈り

晩祈(コンプリン)

就寝前の祈り

三つのカノン

領聖体準備のカノン

領聖体準備の祈り

領聖体後の感謝の祈り

[1]

はじめに

祈祷書について

この祈祷書には、主にロシア教会の伝統から受け継がれた、正教徒にとって最も基本的かつ日常的な祈りの言葉が収められています。もっとも、他の正教会の伝統においても、これらに関する内容は非常に共通しています。

本書の中には、聖預言者王ダヴィド(ダビデ)の聖詠、主ご自身が聖使徒たちに教えられた祈り、砂漠の父たち、教会の偉大な総主教や教師たちの祈り、そしてより現代に近い父たちの祈りを見出すことができます。

これらの祈りを発行する目的は、クリスチャンの魂が創造主、至聖なる生神女(テオトコス)、そして聖人たちに対して自由な表現を行うことを制限するためではありません。むしろ、これらの祈りを読むことによって、私たちはどのように祈るべきかを学びます。これらは私たち自身の個人的な祈りの模範となるものです。私たちはしばしば祈りたいと願いながらも、周囲の騒がしい世界に気を取られたり、恐怖や悲しみに打ちひしがれたりして、どこから手をつければよいのか分からなくなることがあります。そのような時、私たちはこの祈祷書[2]を開き、私たちが言いたかったことの多くが、先人たちの祈りの中にすでに凝縮されていることに気づくのです。そして、その後に、自分自身の心の内を注ぎ出し続けるための言葉を見つけるようになります。

祈祷書にはもう一つの贈り物があります。正教徒として、私たちは皆、同じ「体」の肢体です。私たちは教会の礼拝、特に聖体礼儀において、その合一を表明し、分かち合います。祈祷書を通じて、この合一は私たちの家庭や、正教徒がそれを読むあらゆる場所に持ち込まれます。私たち個人の祈りは、何世紀にもわたって神の民によって用いられてきた祈りの言葉の翼に乗って、神の御座へと運ばれます。私たちはもはや、孤独に祈っているのではありません。

祈りの規則

教会の歴史の中で、多くの祈りの規則(ルール)が発展してきました。絶対的に一律な規則があった場所や時代はありません。例えば、19世紀のロシアでは、修道院によって規則にはかなりの違いがありました。いくつかの基本要素はあらゆる場所で共通していました。したがって、「祈りの規則」という用語は、神との交わりを支配し制限する「拘束具」のようなものとして理解されるべきではありません。

規則が私たちに教えてくれるのは、祈りの生活における「継続性」[3]の重要性です。気まぐれに大量の祈祷文を読むよりも、毎日欠かさず数少ない祈りを捧げる方が勝っています。靈的な指導者に恵まれている人は、独自の規則を定める前にその指導者に相談すべきです。指導者がいない人は、控えめな規則から始め、それが生活の中で定期的かつ不可欠な一部となってから、少しずつ増やしていくのがよいでしょう。

翻訳について

本翻訳では、現代的でありながらも格調高い英語の形式を用いるよう努めました。可能な限り、アメリカ正教会の既存の翻訳を使用しています。例えば、「領聖体準備の祈り」は公式の聖体礼

儀本(聖ティホン神学校出版局、1977年)から、ほとんど変更せずに引用しています。その版に含まれていない聖詠、句、トロパリオン(賛詞)、および祈祷文は、伝統的な順序を完結させるために新たに翻訳して収録しました。

聖詠(詩編)は改訂標準訳(RSV)から引用し、正教会の礼拝用聖詠(七十人訳に基づく)と著しく異なる箇所には必要な修正を加えました。聖詠の番号付け[4]は、祈祷書全体を通して七十人訳に従っています。異なる聖書テキストの価値に関する研究は学者に委ねることとし、ここでの私たちの目的は、英語を話す正教徒に対し、他国の正教徒が何世代にもわたって用いてきた祈祷書に可能な限り近いものを提供することにあります。

[5]

朝の祈り

起床後、急げることなく床を離れ、心を静めた後、十字を描いて次のように唱えます：

父と子と聖神(せいしん)の名による。アミン。

その後、すべての感覚が静まるまで、しばらくの間静かに立ちます。その時、三度お辞儀(伏拝)をして、次のように唱えます：

神の子主イイスス・ハリストス、罪人なる我を憐れみたまえ。

それから、次の言葉で朝の祈りを始めます：

神の子主イイスス・ハリストス、至純なる母および衆聖人の祈りによりて、我らを憐れみたまえ。
アミン。

我が神よ、爾(なんじ)に光栄、爾に光栄。

天の王、慰め主、真理の神、至る所に在りて万を満たしたまう者、恩寵の蔵、生命の授け主よ、來たりて我らの中に住したまえ。我らを衆(もろもろ)の穢(けがれ)より潔くしたまえ。慈悲深き者よ、[6]我らの魂を救いたまえ。

聖なる神、聖なる勇毅(ゆうき)、聖なる不死(ふし)なる者よ、我らを憐れみたまえ。(3回)

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

至聖三者(しせいさんしゃ)よ、我らを憐れみたまえ。主よ、我らの罪を潔くしたまえ。主宰よ、我らの過ちを赦したまえ。聖なる者よ、爾の名のために、來たりて我らの弱きを顧み、これを癒したまえ。

主、憐れみたまえ。(3回)

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

天にまします我らの父よ、願わくは爾の名は聖とせられん。爾の国は來たらん。爾の旨(むね)は天に行わるるが如く、地にも行われん。我が日用の糧(かて)を今日(こんにち)我らに与えたまえ。我らに負債(おいめ)ある者を我らが免(ゆる)すが如く、我らの負債を免じたまえ。我らを誘惑(いざない)に導かず、なお我らを凶惡(まがこと)より救いたまえ。

[7]

(司祭がいる場合は、通常の初興文を加える)

眠りより覚めて、慈悲深き者よ、我ら爾に伏し拝み、勇毅なる者よ、天使の歌を爾に献ぐ：

聖なるかな、聖なるかな、聖なるかな、爾は神なり。生神女の祈りによりて、我らを憐れみたまえ。

光栄は父と子と聖神に帰す：

主よ、爾は我を床より起したまえり。我が心と知恵を照らし、我が唇を開きて爾を讃美せしめたまえ、至聖三者よ：聖なるかな、聖なるかな、聖なるかな、爾は神なり。生神女の祈りによりて、我らを憐れみたまえ。

今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

審判主(しんぱんしゅ)は不意に来たり、各人の行いは暴かれん。ゆえに我らは夜半に恐れを抱きて叫ぶ：聖なるかな、聖なるかな、聖なるかな、爾は神なり。生神女の祈りによりて、我らを憐れみたまえ。

主、憐れみたまえ。(12回)

眠りより覚めて、[8]至聖三者よ、爾に感謝す。爾の豊かな慈悲と忍耐により、爾は怠惰で罪深い我に怒りたまわず、我が悪徳によって我を滅ぼしたまわず。かえって、いつもの如く人類を愛したまい、絶望の中に伏していた我を起したまえり。我は早くに起き、爾の王権を讃美せん。今、我が心の目を照らし、我が唇を開きたまえ。我をして爾の言葉を学び、爾の戒めを悟り、爾の旨を行い、心の底より告白して爾を讃美し、爾の至聖なる名、父と子と聖神を今もいつも、かつ世々に至るまで光栄ならしめたまえ。アミン。

来たれ、我らの王なる神に跪(ひざます)かん。

来たれ、我らの王なる神、ハリストスに跪き、これに伏し拝まん。

来たれ、我らの王、主なる神、ハリストスご自身に跪き、これに伏し拝まん。

聖詠 第五十

神よ、爾の大きなる慈悲に依りて、我を憐れみ、

爾のあわれみの多きに依りて、我が過ちを拭い去りたまえ。

我を我が不法より全く洗い、

我が罪より我を潔くしたまえ。

我は我が過ちを知り、

我が罪は常に我が前にあればなり。

我、爾に、ただ爾にのみ罪を犯し、

爾の前に悪を行い、
爾の言葉において義とせられ、
爾の審判において潔くあらん。
見よ、我は不法のうちに形づくられ、
罪のうちに我が母は我を孕(はら)めり。
見よ、爾は心内の真実を愛したもう。
それ、我が心の奥深きところに知恵を教えたまえ。
ヒソップをもって我を潔くしたまえ、さらば我は清くならん。

[10]

我を洗いたまえ、さらば我は雪よりも白くならん。
我に喜びと楽しみを聞かせ、
爾の碎きたまいし骨を悦ばせたまえ。
我が罪より面(おもて)を背け、
我が衆(もろもろ)の不法を拭い去りたまえ。
神よ、我がうちに清き心を造り、
正直なる靈を我がうちに新にしたまえ。
我を爾の面より退けず、
爾の聖神を我より取り去りたもうなかれ。
爾の救いの喜びを我に返し、
進んで行う靈をもって我を強めたまえ。
さらば我、爾の道を不法なる者に教え、
罪人は爾のもとに立ち帰らん。
神よ、我が救いの神よ、
流血の罪より我を救いたまえ。
さらば我が舌は爾の義を讃美せん。
主よ、我が唇を開きたまえ、

さらば我が口は爾の讃美を宣(の)べ伝えん。

爾は祭祀(さいし)を好まず、

[11]

我、もし燔祭(はんさい)を献ずとも、爾は受けたもうまじければなり。

神の喜ぶ祭祀は、碎けたる靈なり。

神よ、爾は碎け謙(へりくだ)りたる心を軽んじたもうまじ。

主よ、爾の恵みによりてシオンを愛し、

エルサレムの城壁を築きたまえ。

その時、爾は義の祭祀、供物および全き燔祭を喜び、

その時、人々は爾の祭壇に子牛を献ぜん。

信経(信仰の告白)

我、信す、唯一の神、全能の父、天と地、見ゆる、および見えざる万物の造主(つくりぬし)を。

また信す、唯一の主、イイスス・ハリストス、神の独生(どくせい)の子、万世(ばんせい)の前に父より生まれ、光よりの光、真の神よりの真の神、生まれし者にて造られしに非(あら)ず、父と一体にして万物これに依(よ)りて造られ、

[12]

我ら人類のため、また我らの救いのために天より降り、聖神(せいしん)および処女(おとめ)マリヤより肉体を受け、人と成り、我らのためにポンティオ・ピラトの時に十字架につけられ、苦しみを受け、葬られ、聖書に合(かな)うて三日目に復活し、天に昇り、父の右に座(ざ)し、光栄を以(もつ)て生ける者と死せる者を審判するためにまた来たり、その国、終わることなきを。

また信す、聖神、主、生命を授くる者、父より出(い)で、父および子とともに拝まれ讃(ほ)められ、預言者を以てかつて語りし者を。

また信す、唯一、聖、公、使徒継承の教会を。我、認む、唯一の洗礼、以て罪の赦(ゆる)しを得るを。我、待ち望む、死者の復活、ならびに、来世の生命を。アミン。

第一の祈り(大マカリオス)

神よ、罪人なる我を潔くしたまえ。我、未だ爾の前に善きことをなさざればなり。我を[13]悪しき者より救い、爾の旨を我がうちに行わせたまえ。我をして、罪に定められることなく、我が不肖の唇を開きて、爾の至聖なる名、父と子と聖神を今もいつも、かつ世々に至るまで讃美せしめたまえ。アミン。

第二の祈り(大マカリオス)

眠りより覚めて、救世主よ、私は夜半の歌を爾に献ぐ。爾に伏し拝みて叫ぶ：我をして罪の眠りに落ち入らせたもうなかれ。自ら進んで十字架につけられたまえりし者よ、我を憐れみたまえ。怠惰の中に伏せる我を速やかに起し、祈りのうちに立ちて我を救いたまえ。夜の眠りの後、ハリストス神よ、罪なき一日を我が上に照らし、我を救いたまえ。

第三の祈り(大マカリオス)

眠りより覚めて、主宰よ、爾の人類を愛したもうがゆえに、私は爾のもとに走り、爾の業(わざ)を励むべく急ぐ。我、爾に祈る、あらゆる時、あらゆることにおいて我を助けたまえ。この世のあらゆる悪と惡魔の業より我を救い出したまえ。我を救い、爾の永遠の国に導きたまえ。爾は造主、万物の[14]守護者、あらゆる善の授け主なり。我がすべての望みは爾にあり、我は爾を光栄ならしむ、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

第四の祈り(大マカリオス)

主よ、爾の豊かな慈しみと大いなる慈愛により、爾は爾の僕(しもべ)なる我が、仇(あだ)のいかなる悪による誘惑もなく、この夜を過ごすを許したまえり。万物の主宰にして造主よ、我をして爾の真の光のうちに、照らされたる心をもって爾の旨を行わしめたまえ、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

第五の祈り(大マカリオス)

全能の主、天軍より「三聖(さんせい)の歌」を受けたまう神よ：爾の不肖の僕なる我より、この夜の歌を受けたまえ。我が一生の毎年、每刻において爾を、父と子と聖神を光栄ならしむるを与えたまえ、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

第六の祈り(大聖巴西略)

万軍の主、[15]一切の肉身の神よ、いと高き所に住したもうも、謙りたる者を顧み、人の心と情(なさけ)を洞察し、人の隠れたる秘密を明らかに知りたもう者よ。爾は始めなき光なり、変遷も変化の影もなき者なり。不死なる王よ、我ら不潔なる唇より今獻ずる祈りを受けたまえ。我らが、行い、言葉、あるいは思いにおいて、意識して、あるいは無意識に犯したる衆罪より我らを救い出したまえ。肉身と靈のあらゆる穢れより我らを潔くしたまえ。我らをして、この現在の生活の長き夜を、目覚めたる心と冷靜なる知恵をもって過ごし、爾の独生の子、我らの主、神、救世主イイスス・ハリストスの光り輝く顯現の日を待ち望ましめたまえ。その時、万物の審判主は光栄のうちに来たり、各人の行いに応じて報いたまわん。我らをして、墮落し怠惰な姿で見出されることなく、目覚め、熱心に業に励み、主の喜びと、主の光栄の神聖なる部屋に入る用意ありし者として見出さしめたまえ。そこには祝宴をなす人々の絶えざる歌声があり、爾の[16]聖顔の言いつくし難き美しさを仰ぎ見る人々の喜びは、筆舌に尽くし難し。爾は万物を照らし、聖ならしめたもう真の光なればなり。一切の被造物は、世々に至るまで爾を讃美せん。アミン。

第七の祈り(同じく大聖巴西略)

我ら爾を讃美し、いと高き神、慈悲の主よ。爾は常に、我らのために、大いなる計り知れぬこと、言ひ難き光栄と驚くべきことをなしたもう。爾は、我らの弱きを休ませ、重き肉身の労苦を和らげるために、我らに眠りを与えたまえり。爾が惡徳によって我らを滅ぼしたまわざりしを感謝す。かえって、いつもの如く人類を愛したまい、絶望の中に伏していた我らを起したまえり。我らは爾の王権を讃美せん。ゆえに我ら、爾の限りなき慈愛を請う：我が思いと目とを照らし、我が知恵を怠惰の深き眠りより覚醒させたまえ。我が唇を開き、爾の讃美をもってこれを満たしたまえ。我らを

して、絶えず爾を歌い、爾を告白せしめたまえ。万物のうちに、また万物によって崇めらるる神、始めなき父、爾の独生の子、および[17]至聖なる生命を授くる聖神とともに、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

第八の祈り(至聖なる生神女(テオトコス)への夜半の歌)

主母よ、爾の恩寵を歌い、

我が知恵に恩寵を賜わんことを願う。

ハリストスの戒めの道を

正しく歩むべく、我に教えたまえ。

歌のうちに目覚めておれるよう、我を強め、

絶望の眠りを追い払いたまえ。

我、罪の鎖に縛られたれば、

生神女よ、爾の祈りによりて我を解き放ちたまえ。

夜も昼も我を守り、

戦いを挑む仇より我を救い出したまえ。

生命の授け主なる神を生みたまいし者よ、

情欲に傷つきたる我に生命を賜え。

絶えざる光を生みたまいし者よ、

盲目なる我が魂を照らしたまえ。

主宰の驚くべき宮殿よ、

我を神聖なる神の住まいとなしたまえ。

医者を生みたまいし者よ、

情欲に満ちたる長年の我が魂を癒したまえ。

[18]

我、世の嵐に揺さぶられたれば：

我を悔い改めの道に導きたまえ。

永遠の火、

悪しき虫、および地獄より我を救い出したまえ。

我が多き罪にまみるとも、

我をして悪魔の喜びとならしめたもうなけれ。

汚れなき者よ、我を新たに作り直したまえ、

我、狂おしき罪によりて古びたればなり。

あらゆる苦難より我を遠ざけ、

万物の主宰の前に我がために祈りたまえ。

我をして、衆聖人とともに、

天国の喜びを継がしめたまえ。

至聖なる処女よ、

爾の無用な僕の声を聞きたまえ。

純潔なる者よ、我に溢るる涙を賜え、

我が魂の汚れを洗い流すために。

我が心の嘆きを、絶えず爾に捧ぐ：

主母よ、心を開きたまえ。

我が祈りの奉仕を受け入れ、

これを慈悲深き神に届けたまえ。

天使よりも高き者よ、

この世の混乱より我を引き上げたまえ。

光を運ぶ天の雲よ、

[19]

靈的な恩寵を我がうちに導きたまえ。

汚れなき者よ、我は讃美を獻ぐ、

罪によりて穢れたる我が手と唇をもって。

魂を腐敗させる害悪より我を救い出し、

ハリストスに切に願い求めたまえ。

光栄と崇拜を受けるにふさわしき主、

今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

第九の祈り(主イイスス・ハリストスへの祈り)

至大なる慈悲とあわれみに満ちたまう我が神、主イイスス・ハリストスよ！爾(なんじ)は大いなる愛のゆえに、万民を救わんとて降りて肉身を受けたまえり。救世主よ、重ねて爾に請う、恩寵によりて我を救いたまえ。もし我が功徳によりて我を救いたまわば、それは恩賜(おんし)に非(あら)ずして、ただの義務とならん。爾は實に慈愛に溢れ、言い難きあわれみを有したもう者なればなり！我がハリストスよ、爾はかつて「我を信する者は生き、永遠に死なじ」と仰せられたまえり。もし爾への信仰が絶望せる者を救うならば、見よ、我は信す！爾は我が神、我が造主(つくりぬし)なれば、我を救いたまえ。我が神よ、我が信仰をば我が業(わざ)に代えたまえ。爾を[20]義とせしむる業を、爾は我がうちに一つも見出したまわざるべければなり。我が信仰をすべてに足るものとなしたまえ。それが我がために答え、それが我を義とし、それが我をして爾の永遠の光栄に与(あずか)らしめんことを。言葉(ロゴス)よ、サタンが我を捕らえ、爾の御手と爾の群れより我を奪い去りたりとて誇らしげに語るを許したもうなけれ。我が救世主ハリストスよ、我の欲すると欲せざると拘(かかわ)らず、我を救いたまえ！我、滅びんとすれば、速やかに、速やかに來たりたまえ！爾は我が母の胎内より我が神なり。主よ、かつて我が罪を愛せし如くに、今、爾を愛するを許したまえ。また、かつて偽り者サタンのために働きたる如くに、少しの怠りもなく爾のために働くを許したまえ。我が主、我が神イイスス・ハリストスよ、我は一生の日々において、今もいつも、かつ世々に至るまで、爾のために働く。アミン。

第十の祈り(生涯の守護天使への祈り)

我が苦しめる魂と、情欲に満ちたる生涯に寄り添いたもう聖なる天使よ。罪人なる我を見捨てず、我が節制のなきがゆえに我より離れたもうなけれ。この朽ちゆく肉身の荒々しさを通して、悪しき魔が我を支配する隙を与えたもうなけれ。我が弱き[21]手に力を貸し、我を救いの道へと導きたまえ。我が苦しめる魂と肉身の見張り番、かつ保護者なる天主の聖なる天使よ。我が全生涯において爾を悲しませたる衆(もろもろ)の過ちを赦したまえ。過ぎ去りし夜に我もし罪を犯したらば、今日(こんにち)一日我を守りたまえ。逆境のあらゆる誘惑より我を遠ざけ、いかなる罪によつても神を怒らせざるよう我を保ちたまえ。我がために主に祈り、我を主への敬畏のうちに固め、主の僕(しもべ)なる我を、主の慈悲を受けるにふさわしき者とならしめたまえ。アミン。

第十一の祈り(至聖なる生神女(テオトコス)への祈り)

我が至聖なる生神女(せいしんじょ)主母よ。爾の聖にして力ある祈りによりて、爾の卑しき不肖の僕より、絶望、忘却、愚かさ、無関心、ならびに一切の穢れたる思い、邪惡にして冒瀆的な思いを、我が苦しめる心と暗き知恵より追い払いたまえ。我は貧しく、かつ慘めなれば、我が情欲の火を消したまえ。衆(もろもろ)の邪惡なる記憶と空想より我を救い出したまえ。我をあらゆる[22]悪行より解き放ちたまえ。爾は万代(よろずよ)にわたって祝せられ、爾の至高なる名は世々に至るまで光栄なればなり。アミン。

生神童貞女(せいしんどうていじょ)よ、喜べよ、恵み満てるマリヤ、主は爾と共に在り。爾は女たちにて祝せられ、爾の胎内の実(み)も祝せらる。爾は我らの魂の救い主を生みたればなり。

我らの神ハリストスの光栄ある永眠の処女なる御母よ。我らの祈りを爾の御子にして我らの神へと届けたまえ。爾によりて、主が我らの魂を救わんことを。

天使と総領天使より成る衆(もろもろ)の天軍よ、罪人なる我らのために祈りたまえ。

光栄ある使徒、預言者、致命者、ならびに衆聖人よ、罪人なる我らのために祈りたまえ。

聖_____（あなたの守護聖人の名）よ、我がために神に祈りたまえ。我は熱心に爾のもとに走り、我が魂の速やかな助け手、代祷者（だいとうしや）として爾を仰げばなり。

主よ、爾の民を救い、爾の嗣業（しきょう）に降福（こうふく）したまえ。正教徒に敵に対する勝利を与える、爾の十字架の力によりて、爾の住まいを保ちたまえ。

[23]生神女（テオトコス）よ、爾を常に幸いとし、至純（しじゅん）にして、我が神の母なる爾を福（さいわい）なりと宣（の）ぶるは、誠に當（あた）れり。爾はヘルヴィム（智天使）よりも尊く、セフィリム（熾天使）よりも並びなく光栄にして、汚（けがれ）なく神言（かみことば）を生みたまひし真（まこと）の生神女、我ら爾を崇（あが）め奉（たてまつ）る。

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

主、憐れみたまえ。（3回）

神の子主イイスス・ハリストス、至純なる母、我らの敬虔（けいけん）なる神を帶びし父たち、および衆聖人の代祷によりて、罪人なる我を救いたまえ。アミン。

（一部の敬虔な正教徒は、朝の祈りの締めくくりに、以下の「オプティナ修道院の長老たちの朝の祈り」を捧げます）

主よ、来たるべき一日がもたらす全ての出来事を、平安な心で受け入れるを与えたまえ。爾の至聖なる御旨（みむね）に、我を完全に委ねしめたまえ。

今日一日の毎刻において、あらゆる事柄において我を導き、支えたまえ。一日の中でどのような知らせを受けようとも、[24]それら全てが爾の御旨によるものであるという固き信仰と、穏やかな心をもって、それを受け入れるを我に教えたまえ。

我が全ての言葉と行いにおいて、我が思いと感情を導きたまえ。予期せぬ事態に際しても、それが全て爾より送られたるものであることを我に忘れさせたまえ。

我をして、我が家族の一人ひとりと、率直かつ知恵を持って接せしめ、誰をも当惑させず、悲しませざるよう導きたまえ。

主よ、来たるべき一日の疲労と、その全ての出来事に耐えうる力を我に与えたまえ。我が意志を導き、我に祈ること、信じること、望むこと、耐えること、赦すこと、そして愛することを教えたまえ。アミン。

[25]

生者と死者の記念

（全ての修道士と敬虔な信徒により、日々の祈りの規則の最後に読まれる）

我らの神、主イイスス・ハリストスよ。爾への信仰を正しく保つ者を救わんとて、爾が人となり、自ら進んで十字架にかかり、死を遂げたまえる、その永遠の慈悲とあわれみを記想（きそう）したまえ。爾は死より復活し、天に昇りて父なる神の右に座し、心を尽くして爾に呼びかける者の謙りた

る願いを顧みたまえ。爾の不肖の僕(しもべ)である我が、爾の全ての民のために、靈的な芳香として爾に捧げる祈りに耳を傾け、これを聞きたまえ。

まず、爾の貴(たつと)き血をもって得たまえる、唯一、聖、公、使徒継承の教会を記想したまえ。これを打ち立て、強め、広げ、[26]増やしたまえ。これに平和を与え、地獄の門もこれに打ち勝つことなきよう、世々に至るまで保ちたまえ。諸教会の紛争を鎮め、異邦人の傲慢を挫(くじ)き、異端の反乱を速やかに打ち碎き、聖神(せいしん)の力によりて、それらを無に帰せしめたまえ。

(小拝)

主よ、聖なる正教会の総主教たち、ワシントン大主教、全米およびカナダの府主教、福(さいわい)なる_____閣下、ならびに_____の主教、敬虔なる_____閣下を、救い、かつ憐れみたまえ。爾が知性ある群れを牧るために立てたまえる司祭、輔祭(ほけい)、および全教界を。彼らの祈りにより、罪人なる我をも救い、かつ憐れみたまえ。

(小拝)

主よ、我が國の合衆国大統領、全ての文民当局、および軍隊を、救い、かつ憐れみたまえ。彼らを平和をもって囲み、爾の聖なる教会と全ての民のために、彼らの心に平和と慈愛を植え付けたまえ。彼らの平和な[27]統治のもと、我らをして真の信仰と、あらゆる敬虔と純潔のうちに、静かで穏やかな生活を送らしめたまえ。

(小拝)

主よ、我らの父(修道院長または管轄司祭の名と職位)、ならびにハリストスにおける我が衆(もろもろ)の兄弟姉妹を救い、かつ憐れみたまえ。彼らの祈りにより、慘めなる我をも憐れみたまえ。

(小拝)

主よ、我が靈父(れいふ)を救い、かつ憐れみたまえ。彼の聖なる祈りにより、我が過ちを赦したまえ。(小拝)(修道院の場合) 主よ、この聖なる共同体において働く衆の兄弟姉妹を——労働者、平信徒の職員、修道院の土地を耕す人々、ならびに全ての正教徒を、救い、かつ憐れみたまえ。(一般教会の場合) 主よ、この聖なる教会に仕える衆の兄弟姉妹を——[28]教会理事会、聖歌隊、教師、執事や清掃奉仕者、我が教会のために働く全ての人々、ならびに全ての正教徒を、救い、かつ憐れみたまえ。(小拝)(以下の祈願のうち、不適切な箇所は適宜省略する) 主よ、我が父母(存命の場合)、我が配偶者_____、我が子_____、我が兄弟姉妹、ならびに血縁の全ての親族、我が家族に近しき人々、および我が友人たちを、救い、かつ憐れみたまえ。彼らにこの世の幸いと天の恵みを与えたまえ。

(小拝)

主よ、聖山(アトス)、ロシア、アメリカ、およびその他のあらゆる場所の修道院において、不屈の信仰をもって生きる我らの父たち、兄弟姉妹を、救い、かつ憐れみたまえ。彼らの祈りにより、罪人なる我を憐れみたまえ。

(小拝)

主よ、爾の豊かな慈愛により、[29]全ての修道司祭、修道士、修道女、ならびに修道院、荒野、洞窟、高き山、塔の上、隠庵(いんあん)や岩の割れ目、海中の島々において、貞潔、敬虔、および

断食のうちに生きる人々を。また、爾の支配の及ぶあらゆる場所において、眞の信仰のうちに生き、爾に敬虔に仕え、祈りを捧げる人々を、救い、かつ憐れみたまえ。彼らの憂いにおいて重荷を軽くし、慰めを与えたまえ。彼らの戦いにおいて力と決意を与え、彼らの祈りにより、我に罪の赦しを受けたまえ。

(小拝)

主よ、老いたる者、若き者、貧しき者、孤児と未亡人、病と悲しみのうちに在る者、苦難と憂いのうちに在る者、戦争や捕囚、牢獄や流刑の地に在る人々を救い、かつ憐れみたまえ。とりわけ、爾の僕(しもべ)にして、爾の名と正教の信仰のゆえに、不信心なる異教徒、背教者、異端者により迫害を受けている人々を。彼らを記想し、訪れ、強め、慰めを与え、爾の力により、速やかな解放と自由と[30]救出を受けたまえ。

(小拝)

主よ、我らを憐れみ、我らを養い、我らに施しと安全を授け、不肖の我らに祈りを求めたる恩人たちを、救い、かつ憐れみたまえ。彼らに慈悲を垂れ、彼らの救いのための願いを聞き入れ、永遠の幸いをもって報いたまえ。

(小拝)

主よ、爾に仕え、巡礼の旅に在る全ての父たち、兄弟姉妹、および正教徒を、救い、かつ憐れみたまえ。

(小拝)

主よ、我が過ちによりつまずきを与え、救いの道より遠ざけ、邪悪かつ不当な行いへと導きたる人々を、救い、かつ憐れみたまえ。爾の神聖なる摂理により、彼らを救いの道へと呼び戻したまえ。

(小拝)

主よ、我を[31]憎み、侮辱し、害をなす人々を、救い、かつ憐れみたまえ。罪人なる我がために、彼らを滅びに至らしめたもうなかれ。

(小拝)

正教の信仰を離れ、魂を滅ぼす異端によりて盲目となりたる人々を、爾の知恵の光をもって照らし、爾の唯一、聖、公、使徒継承の教会へと再び結び合わせたまえ。

(小拝)

死者の記念

主よ、正教の全ての総主教、主教、大主教、司教たち、司祭および聖職に奉仕する人々、修道士として爾に仕えた人々、ならびに我が聖なる共同体(あるいは教会)の福(さいわい)なる創設者たちを記想したまえ。彼らに爾の永遠の住まいにおいて、衆聖人とともに安息を与えたまえ。

(小拝)

主よ、爾の世を去りたる僕、我が父母_____（他界している場合）、ならびに血縁の全ての[32]親族の魂を記想したまえ。彼らの全ての過ち、意識して犯したものも無意識に犯したものも、赦したまえ。彼らをして爾の永遠の幸いに与（あずか）らしめ、永遠かつ福なる生命を享受せしめたまえ。

（小拝）

主よ、復活の希望と永遠の生命の信仰のうちに、ここにおよび至る所に眠る、世を去りたる我らの父、兄弟姉妹、および全ての正教徒を記想したまえ。彼らをして爾の聖顔の光のもと、衆聖人とともに住ましめたまえ。爾は慈悲深く人類を愛したもう者なれば、我らをも憐れみたまえ。アミン。

（小拝）

（以下を3回唱え、その都度小拝を行う）

主よ、復活の希望と信仰のうちに我らに先立ちて眠りについた、全ての父、兄弟姉妹の罪を免じ、彼らの記憶が永遠に長らえんことを。

食事の祈り

朝食の前

至聖三者（しせいさんしや）よ、我らを憐れみたまえ。主よ、我らの罪を潔くしたまえ。主宰よ、我らの過ちを赦したまえ。聖なる者よ、爾の名のために、來たりて我らの弱きを顧み、これを癒したまえ。

光栄は父と子と聖神（せいしん）に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

主、憐れみたまえ。（3回）

ハリストス神よ、爾の僕の飲食物を祝福したまえ。爾は常に聖なればなり、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

朝食の後

爾（なんじ）はヘルヴィム（智天使）よりも尊く、セフィリム（熾天使）よりも並びなく光栄にして、汚（けがれ）なく神言（かみことば）を生みたまいし真（まこと）の生神女、我ら爾を崇（あが）め奉（たてまつ）る。

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

主、憐れみたまえ。（3回）

神は、その恩寵と人類愛によりて我らと共に在り。常に、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

昼食の前

天にまします我らの父よ、願わくは爾の名は聖とせられん。爾の国は來たらん。爾の旨（むね）は天に行わるるが如く、地にも行われん。我が日用の糧（かて）を今日（こんにち）我らに与えたま

え。我らに負債(おいめ)ある者を我らが免(ゆる)すが如く、我らの負債を免じたまえ。我らを誘惑(いざない)に導かず、なお我らを凶惡(まがこと)より救いたまえ。

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

主、憐れみたまえ。(3回)

ハリストス神よ、爾の僕の飲食物を祝福したまえ。爾は常に聖なればなり、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

昼食の後

我が神ハリストスよ、[35]爾の地上の恵みをもって我らを飽かせたまえるを感謝す。我らより爾の天の国を奪いたもうなけれ。救世主よ、爾がかつて弟子たちの間に來たりて彼らに平和を与えたまいし如くに、我らのもとにも來たりて我らを救いたまえ。

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

主、憐れみたまえ。(3回)

我らを憐れみ、その豊かな恵みをもって我らを養いたもう神は、祝せられたり。その恩寵と人類愛によりて、常に、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

夕食の前

貧しき者は食らいて飽き、主を求むる者は主を讃美せん。彼らの心はとこしえに生きん。

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

主、憐れみたまえ。(3回)

ハリストス神よ、爾の僕の飲食物を祝福したまえ。爾は常に聖なればなり、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

夕食の後

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

爾の胎(はら)は、天の食卓となりて、天よりのパン、我らの神ハリストスを宿せり。万物を養う主の言葉によれば、これを食らう者は誰であれ死ぬことなし、生神女(せいしんじょ)よ。

爾はヘルヴィムよりも尊く、セフィリムよりも並びなく光栄にして、汚なく神言を生みたまいし眞の生神女、我ら爾を崇め奉る。

主よ、爾は爾の業(わざ)をもって我らを喜ばせたまえり。我らは爾の御手の働きによりて喜び樂しもう。主よ、爾の面(おもて)の光を我らの上に照らしたまえ。爾は我が心に喜びを与えたまえり。我らは小麦と葡萄酒と油の豊かな実りによりて飽かされたり。我は安らかに伏して眠らん。主よ、ただ爾のみ我を[37]希望のうちに住まわせたまえばなり。

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

主、憐れみたまえ。(3回)

神は、その恩寵と人類愛によりて我らと共に在り。常に、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

[38]

晩祈(コンプリン)

司祭：

我らの神は祝せられたり、常に、今もいつも、かつ世々に至るまで。

(注意：司祭がいない場合、平信徒は次のように始める)

我らの父なる聖人たちの祈りによりて、我らの神、主イイスス・ハリストスよ、我らを憐れみたまえ。

誦記者：

アミン。我が神よ、爾に光栄、爾に光栄。

天の王、慰め主、真理の神、至る所に在りて万を満たしたまう者、恩寵の蔵、生命の授け主よ、來たりて我らの中に住したまえ。我らを衆(もろもろ)の穢(けがれ)より潔くしたまえ。慈悲深き者よ、我らの魂を救いたまえ。

聖なる神、聖なる勇毅(ゆうき)、聖なる不死(ふし)なる者よ、我らを憐れみたまえ。(3回)

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

至聖三者よ、我らを憐れみたまえ。主よ、我らの罪を潔くしたまえ。主宰よ、我らの過ちを赦したまえ。聖なる者よ、爾の名のために、來たりて我らの弱きを顧み、これを癒したまえ。

主、憐れみたまえ。(3回)

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

天にまします我らの父よ、願わくは爾の名は聖とせられん。爾の国は來たらん。爾の旨(むね)は天に行わるるが如く、地にも行われん。我が日用の糧(かて)を今日(こんにち)我らに与えたまえ。我らに負債(おいめ)ある者を我らが免(ゆる)すが如く、我らの負債を免じたまえ。我らを誘惑(いざない)に導かず、なお我らを凶惡(まがこと)より救いたまえ。

司祭：

國と權能と光栄は父と子と聖神のものなればなり、今もいつも、かつ世々に至るまで。

誦記者：

アミン。主、憐れみたまえ。(12回)

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

来たれ、我らの王なる神に跪(ひざます)かん。

来たれ、我らの王なる神、ハリストスに跪き、これに伏し拝まん。

来たれ、我らの王、主なる神、ハリストスご自身に跪き、これに伏し拝まん。

聖詠 第五十

神よ、爾の大きなる慈悲に依りて、我を憐れみ、

爾のあわれみの多きに依りて、我が過ちを拭い去りたまえ。

我を我が不法より全く洗い、

我が罪より我を潔くしたまえ。

我は我が過ちを知り、

我が罪は常に我が前にあればなり。

我、爾に、ただ爾にのみ罪を犯し、

爾の前に悪を行い、

[41]爾の言葉において義とせられ、

爾の審判において潔くあらん。

見よ、我は不法のうちに形づくられ、

罪のうちに我が母は我を孕(はら)めり。

見よ、爾は心内の真実を愛したもう。

それ、我が心の奥深きところに知恵を教えたまえ。

ヒソップをもって我を潔くしたまえ、さらば我は清くならん。

我を洗いたまえ、さらば我は雪よりも白くならん。

我に喜びと楽しみを聞かせ、

爾の碎きたまいし骨を悦ばせたまえ。

我が罪より面(おもて)を背け、

我が衆(もろもろ)の不法を拭い去りたまえ。

神よ、我がうちに清き心を造り、

正直なる靈を我がうちに新にしたまえ。

我を爾の面より退けず、
爾の聖神を我より取り去りたもうなかれ。
爾の救いの喜びを我に返し、
[42]進んで行う靈をもって我を強めたまえ。
さらば我、爾の道を不法なる者に教え、
罪人は爾のもとに立ち帰らん。
神よ、我が救いの神よ、
流血の罪より我を救いたまえ。
さらば我が舌は爾の義を讃美せん。
主よ、我が唇を開きたまえ、
さらば我が口は爾の讃美を宣(の)べ伝えん。
爾は祭祀(さいし)を好まず、
我、もし燔祭(はんさい)を献ずとも、爾は受けたもうまじければなり。
神の喜ぶ祭祀は、碎けたる靈なり。
神よ、爾は碎け謙(へりくだ)りたる心を軽んじたもうまじ。
主よ、爾の恵みによりてシオンを愛し、
エルサレムの城壁を築きたまえ。
その時、爾は義の祭祀、供物および全き燔祭を喜び、
その時、人々は爾の祭壇に子牛を献ぜん。

[43]

次のステップとして：

この後の「晩祈(コンプリン)」に含まれる聖詠(第69篇、第142篇など)や、就寝前の祈祷文の翻訳を続けましょうか？

聖詠 第六十九

神(かみ)よ、我を救(すく)うを顧(かえり)みたまえ。
主(しゆ)よ、速(すみ)やかに我を助けたまえ。

我が魂(たましい)を尋(たず)ね求むる者は、恥(はじ)を蒙(こうむ)りて羞(はじ)じ、

我に悪(あく)をなさんと思(おも)う者は、退(しりぞ)きて辱(はじ)しめられよ。

我に向かいて「アハ、アハ」と言う者は、その羞(はじ)に因(よ)りて、直(ただ)ちに退(しりぞ)けられよ。

すべて爾(なんじ)を尋(たず)ね求むる者は、爾に依(よ)りて喜び樂(たの)しみ、

爾の救いを愛する者は、常に「神は大(だい)なり」と言わんことを。

我は乏(とも)しく、かつ窮(きゅう)せり。神よ、速(すみ)やかに我に来たりたまえ。

爾は我が助け、我が救い主なり。主よ、遅(おく)れたもうなけれ。

聖詠 第百四十二

主よ、我が祈りを聞き、

我が願いに耳(みみ)を傾(かたむ)けたまえ。

爾の真実(しんじつ)と、爾の義(ぎ)に依(よ)りて、我に応(こた)えたまえ。

[44]爾の僕(しもべ)を審判(しんばん)に引き出したもうなけれ。

生ける者は一人として、爾の前に義とせられざればなり。

仇(あだ)は我が魂を追い、我が生命(いのち)を地に踏(ふ)みにじり、

久しき死者の如(ごと)くに、我を暗(くら)き所に住まわせたり。

我が心(こころ)は我がうちに悶(もだ)え、我が胸(むね)は我がうちに騒(さわ)げり。

我、いにしえの日を思い起こし、爾の衆(もろもろ)の業(わざ)を省(かえり)み、

爾の手(て)の働きを深く思う。

我、爾に向かいて手を伸(の)べ、我が魂は乾(かわ)ける地の如く、爾を渴望(かつぼう)す。

主よ、速やかに我に応えたまえ、我が靈(れい)は絶(た)えんとす。

爾の面(おもて)を我に隠したもうなけれ。

さらば我、墓(はか)に下(くだ)る者の如(ごと)くならん。

朝(あした)に爾の慈悲を聞かせたまえ。

[45]我、爾に依り頼(たの)めばなり。

我が歩(あゆ)むべき道を示したまえ。

我、魂を爾に拳(あ)ぐればなり。

主よ、我を仇より救い出したまえ。

我、爾のもとに隠(かく)れ場(ば)を求めたり。

爾は我が神なれば、爾の旨(むね)を行うを我に教えたまえ。

爾の仁慈(じんじ)なる靈は、我を平らかなる地に導かん。

主よ、爾の名のために、我を活(い)かしたまえ。

爾の義に依りて、我が魂を難(なん)より救い出したまえ。

爾の慈悲に依りて、我が仇を滅(ほろ)ぼし、

我が魂を苦しむる者をことごとく絶(た)ちたまえ。

我は爾の僕なればなり。

大栄光頌(だいえいこうしょう)

いと高き所には光栄、神に帰(き)し、

地(ち)には平和、人には慈愛(じあい)あらん。

我ら爾を讃美し、爾を祝し、爾を拝し、爾を光栄ならしめ、

[46]爾の大いなる光栄のゆえに、爾に感謝す。

天の王、全能の父なる主神よ。

独生(どくせい)の子、主イイスス・ハリストス、

および聖神(せいしん)よ。

主神、神の小羊、父の子、

世の罪を除く者よ、我らを憐れみたまえ。

世の罪を除く者よ、我らの祈りを受けたまえ。

父の右に座する者よ、我らを憐れみたまえ。

爾のみ聖(せい)なり、爾のみ主(しゅ)なり。

イイスス・ハリストスよ、父なる神の光栄のうちに、

いと高き者なり。アミン。

[47]日ごとに我、爾を祝し、

世々に至るまで、爾の名を讃美せん。

主よ、爾は代々にわたり、
我らの逃(のが)れ場(ば)となれり。
我、言う、「主よ、我を憐れみたまえ、
我が魂を癒したまえ、我爾に罪を犯したればなり」。
主よ、我爾に逃(のが)れ場(ば)を求めたり。
爾の旨を行うを我に教えたまえ、爾は我が神なればなり。
生命(いのち)の泉(いずみ)は爾にあり、
爾の光に依りて我らは光を見ん。
爾を知る者に、爾の慈悲を垂(た)れたまえ。
主よ、今夜(こんや)我らをして罪なく保(たも)たしめたまえ。
我らの先祖の神、主よ、爾は祝せられたり。
爾の名は世々に讃美せられ、光栄を帰(き)せらる。アミン。
主よ、爾の慈悲を我らの上に垂れたまえ、
我らの爾に依り頼むが如(ごと)くに。
主よ、爾は祝せられたり、
爾の戒(いまし)めを我に教えたまえ。
[48]主宰(しゅさい)よ、爾は祝せられたり、
爾の戒めを我に悟(さと)らせたまえ。
聖なる者よ、爾は祝せられたり、
爾の法(のり)をもって我を照らしたまえ。
主よ、爾の慈悲は永遠なり。
爾の手(て)の業(わざ)を見捨てたもうなかれ。
讃美は爾に当(あたり)り、頌徳(しょうとく)は爾に当り、
光栄は爾に当る。
父と子と聖神に、
今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

信経(信仰の告白)

我、信す、唯一の神、全能の父、天と地、見ゆる、および見えざる万物の造主(つくりぬし)を。

また信す、唯一の主、イイスス・ハリストス、神の独生(どくせい)の子、万世(ばんせい)の前に父より生まれ、光よりの光、真の神よりの真の神、生まれし者にて造られしに非(あら)ず、父と一体にして万物これに依(よ)りて造られ、我ら人類のため、また我らの救いのために天より降り、[49]聖神(せいしん)および処女(おとめ)マリヤより肉体を受け、人と成り、我らのためにポンティオ・ピラトの時に十字架につけられ、苦しみを受け、葬られ、聖書に合(かな)うて三日目に復活し、天に昇り、父の右に座(ざ)し、光栄を以(もつ)て生ける者と死せる者を審判するためにまた来たり、その国、終わることなきを。

また信す、聖神、主、生命を授くる者、父より出(い)で、父および子とともに拝まれ讃(ほ)められ、預言者を以てかつて語りし者を。また信す、唯一、聖、公、使徒継承の教会を。我、認む、唯一の洗礼、以て罪の赦(ゆる)しを得るを。我、待ち望む、死者の復活、ならびに、来世の生命を。アミン。

(注意:教会においては、ここで『八調経』による生神女(テオトコス)へのカノンが詠れます。)

(私的に晩祈を行う際は、一つ以上のカノン、あるいはアリストスを代わりに詠むことができます。)

[50](ロシア教会の伝統では、領聖(聖体拝領)を準備する者は、前夜に少なくとも三つのカノンと一つのアリストスを詠むことが推奨されています。89ページ参照。)

(一部の者は、ここで領聖体準備のカノンを詠みます。119ページ参照。)

(カノンが詠まる際は、そのカノンの「イルモス」と同じ調子で以下が歌われます。カノンがない場合は、第八調で詠むか、あるいは歌います。)

生神女(テオトコス)よ、爾(なんじ)を常に幸いとし、至純(しじゅん)にして、我が神の母なる爾を福(さいわい)なりと宣(の)ぶるは、誠に當(あた)れり。爾はヘルヴィム(智天使)よりも尊く、セフィリム(熾天使)よりも並びなく光栄にして、汚(けがれ)なく神言(かみことば)を生みたまひし真(まこと)の生神女、我ら爾を崇(あが)め奉(たてまつ)る。

(誦記者 続く:)

聖なる神、聖なる勇毅(ゆうき)、聖なる不死(ふし)なる者よ、我らを憐れみたまえ。(3回)

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

至聖三者(しせいさんしゃ)よ、我らを憐れみたまえ。主よ、我らの罪を潔くしたまえ。主宰(しゅさい)よ、我らの過ちを赦したまえ。聖なる者よ、爾の名のために、來たりて我らの弱きを顧み、これを癒したまえ。

[51]

主、憐れみたまえ。(3回)

光栄は父と子と聖神(せいしん)に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

天にまします我らの父よ、願わくは爾(なんじ)の名は聖とせられん。爾の国は來たらん。爾の旨(むね)は天に行わるるが如く、地にも行われん。我が日用の糧(かて)を今日(こんにち)我らに与えたまえ。我らに負債(おいめ)ある者を我らが免(ゆる)すが如く、我らの負債を免じたまえ。我らを誘惑(いざない)に導かず、なお我らを凶惡(まごと)より救いたまえ。

(司祭がいる場合は、通常の初興(しょきょう)を行います。)

(アミンに続き、誦記者は曜日に合わせた「トロパリ」を詠みます。)

日曜日の夜

天軍(てんぐん)の総領者(そうりょうしゃ)たちよ、不肖(ふしょう)なる我ら、常に爾らに請う。爾らの祈りにより、爾らの光栄ある翼(つばさ)の陰(かげ)をもって我らを覆(おお)いたまえ。切(せつ)に伏(ふ)し拝み、[52]「我らを窮状(きゅうじょう)より救いたまえ」と叫ぶ我らを守りたまえ。爾らはいと高き所の権能の諸将(しょしょう)なればなり。

我らの先祖の神よ、常に爾の寛容(かんよう)をもって我らに接したもう者よ、爾の慈悲を我らより取り去りたもうなけれ。彼らの祈りにより、我らの生涯を平和のうちに導きたまえ。

ハリストス神よ、爾の教会は、全世界の致命者(ちめいしゃ)たちの血を、紫の衣(ころも)の如く纏(まと)いて飾られたり。教会は爾に叫ぶ、「爾の民に爾の慈悲を注ぎ、爾の会衆(かいしゅう)に平和を、我らの魂に大いなる憐れみを与えたまえ」と。

光栄は父と子と聖神に帰す：

ハリストスよ、爾の僕(しもべ)らの魂を衆聖人とともに、病もなく、悲しみもなく、嘆きもなき、永遠の生命の所に安息せしめたまえ。

今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

主よ、衆聖人と生神女(せいしんじょ)の祈りにより、我らに爾の平和を与えたまえ。爾のみ[53]慈悲深き者なれば、我らを憐れみたまえ。

月曜日の夜

義人は讃美をもって記想(きそう)せらる。前駆(ぜんく)よ、爾には主の証(あかし)にて足れり。爾は誠に預言者よりも尊き者なり。預言せし主ご自身を、流れのうちに洗礼(さづけ)しにふさわしき者とせられればなり。真理のために喜びて苦しみを受け、爾は黄泉(よみ)に在る者らにも、肉身を現したまい、世の罪を除き、我らに大いなる憐れみを授けたまう神を宣(の)べ伝えたり。

(「我らの先祖の神よ…」から「爾のみ慈悲深き者なれば…」まで、日曜夜と同じ)

火曜日の夜

主よ、爾の民を救い、爾の嗣業(しきょう)に降福(こうふく)したまえ。正教徒に敵に対する勝利を与える、[54]爾の十字架の力によりて、爾の住まいを保ちたまえ。

(「我らの先祖の神よ…」から日曜夜と同じ)

水曜日の夜

聖なる使徒たちよ、我らの慈悲深き神に祈り、我らの魂に罪の赦しを授けたまえ。

万物の真理は、爾を信仰の鑑(かがみ)、柔軟(にゆうわ)の標(しるし)、節制(せっせい)の師(し)として群れに現したり。それにより爾は謙りによりて高きを、貧しさによりて富(とみ)を得たり。聖なる神品(しんぴん)の長、父ニコライよ、我らの魂の救いのためにハリストス神に祈りたまえ。

(「我らの先祖の神よ...」から日曜夜と同じ)

木曜日の夜

(火曜日の夜と同じ)

金曜日の夜

使徒、致命者、預言者、神品の諸長(しょちょう)、敬虔(けいけん)なる者、正しき者たちよ。善(よ)き戦いを戦い抜き、信仰を守り通したる爾らに請う。救世主の前に大胆(だいたん)なる爾ら、我らの魂の救いのために、慈悲深き主に祈りたまえ。

光栄は父と子と聖神に帰す：今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

主よ、万物を植えたもう者よ。全宇宙は、自然の初物(はつもの)として、神を帯びたる致命者たちを爾に捧ぐ。彼らの祈りと生神女の代祷(だいとう)により、至慈(じし)なる者よ、爾の教会と民を深き平和のうちに守りたまえ。

[56]

土曜日の夜

(その週の調(ちょう)に応じた主日のトロパリとコンタクを詠みます。)

第一調

ユダヤ人によりて石が封印せられ、兵士らが爾の至純なる肉身を護(まも)りし間に、救世主よ、爾は三日目に復活し、世に生命を授けたり。それゆえ天の諸権能は生命の授け主なる爾に叫ぶ、「ハリストスよ、爾の復活に光栄、爾の國に光栄、爾の摂理(せつり)に光栄、人類を愛したもう者よ」。

(光栄...今も...)

神よ、爾は光栄のうちに死より復活し、世を爾とともに挙げたり。人類は爾を神として讃美し、死は消え去りたり。アダムは喜び、主母(しゅぼ)よ、エヴァは鎖より解き放たれたるを喜びて叫ぶ、「ハリストスよ、爾は万人に復活を授くる者なり」。

[57]

第二調

不死の生命よ、爾は死に降りて、爾の神性の輝きをもって黄泉(よみ)を滅ぼしたり。爾が深き淵(ふち)より死者を復活せしめし時、天の諸権能は叫べり、「生命の授け主、我らの神ハリストスよ、光栄は爾に帰す」。

(光栄…今も…)

全能の救世主よ、爾が死より復活せし奇跡を見て黄泉(よみ)は戦慄(せんりつ)せり。死者は起き上がり、万物はアダムとともにこれを見て爾とともに喜び、世は我が救世主なる爾を永久(とわ)に讃美す。

第三調

天は喜び、地は楽しめ。主はその腕(かいな)をもって権能を現したまえり。主は死をもって死を踏みつけ、死者の長子(ちょうし)となり、黄泉の腹より我らを救い、世に大いなる憐れみを授けたり。

(光栄…今も…)

慈悲深き者よ、爾は今日(こんにち)[58]墓より復活し、我らを死の門より導き出したり。今日アダムは喜び、エヴァは楽しみ、預言者は祖先とともに、爾の権能の神聖なる威光を絶えず讃美す。

第四調

主の女弟子ら、天使より復活の喜びの知らせを聞き、先祖の呪(のろ)いを退けて、使徒らに誇らしく言えり、「死は打ち倒され、神ハリストスは復活し、世に大いなる憐れみを授けたり」。

(光栄…今も…)

我が救世主、贖(あがな)い主なる神は、墓より復活し、土より生まれし者を鎖より解き放てり。主は黄泉の門を碎き、主宰として三日目に復活せり。

第五調

信徒らよ、父と聖神とともに永遠に在(ま)し、我らの救いのために処女より生まれし「言葉(ロゴス)」を讃美し拝まん。主は肉身において[59]十字架に上げらるるを自ら望み、死を受け、その光栄ある復活によりて死者をよみがえらせたればなり。

(光栄…今も…)

我が救世主よ、爾は全能者として黄泉に降りてその門を碎き、造主(つくりぬし)として死者を復活せしめ、死の毒(とげ)を滅ぼしたり。人類を愛したもう者よ、爾はアダムを呪いより解き放てり。我ら皆叫ばん、「主よ、我らを救いたまえ」。

第六調

天使の諸権能は爾の墓に在り、見張りの兵士らは死人の如くなれり。マリヤは墓に立て爾の至純なる肉身を求めたり。爾は黄泉を虜(とりこ)にするも、それに傷つけられず、処女(おとめ)に会いて生命を授けたり。死より復活せし主よ、光栄は爾に帰す。

(光栄…今も…)

生命の授け主ハリストス神、その権能の御手(みて)をもって、暗き谷より全ての死者をよみがえらせ、人類に復活を授けたり。主は[60]万民の救世主、復活、生命、ならびに万物の神なればなり。

第七調

爾は十字架をもって死を滅ぼし、盜賊(とうぞく)に楽園(らくえん)を開きたり。香(におい)を持てる女たちの嘆きを喜びに変え、使徒らに「ハリストス神は復活し、世に大いなる憐れみを授けたり」と宣(の)べ伝えるを命じたまえり。

(光栄...今も...)

死の権勢はもはや人を留(とど)め得ず。ハリストス降りてその力を碎き滅ぼしたればなり。黄泉(よみ)は縛(いまし)められ、預言者は声を合わせて喜ぶ、「信する者のもとに救世主は現れたり。信徒らよ、復活へと入れ」。

第八調

慈悲深き者よ、爾はいと高きより降り、我らを苦しみより救わんとて、三日の葬りを受けたまえり。我らの生命、我らの復活なる主よ、光栄は爾に帰す。

(光栄...今も...)

[61]爾は墓より復活して死者を起こし、アダムをよみがえらせたり。エヴァは爾の復活を喜び、世は爾の死よりのよみがえりを祝す、至慈(しじ)なる者よ。

(注意:主または生神女の「大祭」の前夜は、その祭日のトロパリとコンタクを詠みます。)

(トロパリに続き、誦記者は唱えます:)

主、憐れみたまえ。(40回)

大ワシリイの祈り

あらゆる時、あらゆる場所において、天と地で拝まれ、光栄を帰せらるるハリストス神よ。寛容にして、慈悲深く、あわれみ豊かなる者。義人を愛し、罪人を憐れみ、来たるべき福(さいわい)の約束をもって、万人を救いへと呼びたまう者よ。主よ、この時に我が捧ぐる祈りを受け、我が生涯を爾の戒(いまし)めへと正したまえ。我が魂を聖にし、我が肉身を潔くし、我が思いを正し、我が知恵を清めたまえ。我をあらゆる患難(かんなん)、邪悪、および病より救い出したまえ。爾の聖なる天使をもって我らを囲(かこ)み、[62]彼らの守りと導きによりて、我らをして信仰の一一致と、爾の近づき難き光栄の知識とに至らしめたまえ。爾は世々に至るまで祝せられたればなり。アミン。

主、憐れみたまえ。(3回)

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

爾(なんじ)はヘルヴィム(智天使)よりも尊く、セフィリム(熾天使)よりも並びなく光栄にして、汚(けがれ)なく神言(かみことば)を生みたまいし真(まこと)の生神女(せいしんじょ)、我ら爾を崇(あが)め奉(たてまつ)る。

(司祭が司式する場合、誦記者は結びます:)

父よ、主の名によって祝福したまえ。

司祭：

神よ、我らをあわれみ、我らを祝福したまえ。爾の面(おもて)の光を我らの上に照らし、我らを憐れみたまえ。

(司祭がいない場合：)

我らの父なる聖人たちの[63]祈りによりて、我らの神、主イイスス・ハリストスよ、我らを憐れみたまえ。アミン。

(アミンに続き、誦記者は以下の祈りを続けます：)

(注意：大斎(だいさい)期間中の平日の多くの祈祷では、ここで「聖エフレムの祈り」を詠みます。)

聖エフレムの祈り

我が生命の主(しゅ)および主宰(しゅさい)よ、怠惰(たいだ)と、憂(うい)と、権勢欲(けんせいよぐ)と、空談(くうだん)の靈を我に与うるなかれ。(大礼拝)

欠身(けっしん)と、謙遜(けんそん)と、忍耐(にんたい)と、愛の靈を爾(なんじ)の僕(しもべ)に与えたまえ。(大礼拝)

ああ主(しゅ)王よ、我をして我が罪を見、我が兄弟(けいてい)を断ぜざるを得(え)しめたまえ、爾は世々に祝せられたればなり。(大礼拝)

神よ、罪人(つみびと)なる我を潔(きよ)くしたまえ。(12回、小礼拝を伴う)

(その後、祈祷文全体を再び詠み、最後に一度大礼拝を行います。)

[64]

修道士パウェルの至聖生神女への祈り

汚れなく、純潔にして、朽ちることなき至潔(しけつ)なる主母(しゅぼ)、神の処女なる淨配(じょうはい)よ。爾はその光栄ある誕生によりて、神なる「言葉(ロゴス)」を人類に結び合わせ、我らの迷える本性を天のものと合一(ごういつ)せしめたり。爾は絶望せる者の唯一の希望、戦う者の助け、爾のもとに走る者の速やかな援(たす)け、ならびに全ての正教徒の避難所なり。穢れたる思い、言葉、行いをもって我を全く無益なものとなし、生涯の怠惰な快樂の奴隸となれる罪深き我を忌(い)み嫌いたもうなかれ。人類を愛したもう神の母として、人愛(じんあい)をもって、罪人にして放蕩(ほうとう)なる我を憐れみたまえ。穢れたる唇をもって爾に捧ぐる我が祈りを受け、爾の母としての厚き信頼をもって、我らの主にして主宰なる爾の御子(みこ)に執成(とりな)したまえ。主をしてその慈愛の奥底を我がためにも開かしめ、[65]我が無数の過ちを顧みず、我を悔い改めへと導き、爾の戒(いまし)めの熟練せる行い手とならしめたまえ。慈悲深く、あわれみ深く、善を愛する者として、常に我が傍(かたわ)らに在(ま)したまえ。この世においては熱き代祷者(だいとうしゃ)また助け手として、仇(あだ)の襲撃を退(しりぞ)け、我を救いへと導きたまえ。我が最期の時には我が苦しめる魂を守り、邪悪なる魔の暗き幻影(げんえい)を遠ざけたまえ。審判の恐

るべき日には、我を永遠の刑罰より救い、爾の御子にして我らの神の言い難き光栄の相続人とならしめたまえ。

光栄ある生神女よ、爾の保護と執成しによりて、我をしてこれを得しめたまえ。爾の独生の子、我らの主、神、救世主イイスス・ハリストスの恩寵と人類愛とによりて。主には、始めなき父、および至聖にして仁慈(じんじ)なる生命(いのち)を授くる聖神とともに、あらゆる光栄、尊貴(そんき)、および礼拝、今もいつも、かつ世々に至るまで帰す。アミン。

[66]

修道士アンティオコスの主イイスス・ハリストスへの祈り

主宰よ、我ら眠りに就かんとする時、魂と肉身に休息を与えたまえ。罪の暗き眠りと、夜のあらゆる暗く情欲に満ちた快楽より我を守りたまえ。情欲の衝動を鎮(しず)め、悪しき者が狡猾(こうかつ)に我らに向けて放つ火の矢を消したまえ。我が肉身の反乱を宥(なだ)め、我が世俗的・物質的な思いを眠らせたまえ。神よ、我に目覚めたる知恵、清き思い、慎(つつし)み深き心、ならびにサタンのあらゆる夢(ゆめ)なき軽き眠りを与えたまえ。祈りの時には我を奮(ふる)い立たせ、爾の戒めのうちに固く立ち、爾の審判の記憶を我がうちに深く刻(きざ)ましめたまえ。この夜(よ)通り、爾を讃美するを我に許し、爾の至尊にして至大なる名、父と子と聖神を、今もいつも、かつ世々に至るまで、歌い、祝い、光栄ならしめたまえ。アミン。

(注意:教会では、晩祈はここで短い祈祷と連祷をもって終わります。)

[67]

(私的に行う場合は、そのまま「就寝前の祈り」へと移り、「主よ、我らを憐れみたまえ、我らを憐れみたまえ...」のトロパリから始めます。68ページ参照。)

[68]

就寝前の祈り

神の子、主イイスス・ハリストス、至純なる母および衆聖人の代祷によりて、我らを憐れみたまえ。アミン。

我が神よ、爾に光栄、爾に光栄。

天の王、慰め主、真理の神、至る所に在りて万を満たしたまう者、恩寵(おんちょう)の蔵(くら)、生命の授け主よ、來たりて我らの中に住したまえ。我らを衆(もろもろ)の穢(けがれ)より潔くしたまえ。慈悲深き者よ、我らの魂を救いたまえ。

聖なる神、聖なる勇毅(ゆうき)、聖なる不死(ふし)なる者よ、我らを憐れみたまえ。(3回)

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

至聖三者(しせいさんしゃ)よ、我らを憐れみたまえ。主よ、我らの罪を潔くしたまえ。主宰(しゅさい)よ、我らの過ちを赦したまえ。聖なる者よ、爾の名のために、來たりて我らの弱きを顧み、これを癒したまえ。

主、憐れみたまえ。(3回)

[69]

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

天にまします我らの父よ、願わくは爾の名は聖とせられん。爾の国は來たらん。爾の旨は天に行わるるが如く、地にも行われん。我が日用の糧を今日我らに与えたまえ。我らに負債ある者を我らが免すが如く、我らの負債を免じたまえ。我らを誘惑に導かず、なお我らを凶惡より救いたまえ。

(司祭がいる場合は初興を加えます)

(アミンの後、以下のトロパリを歌うか(第六調)、あるいは詠みます:)

主よ、我らを憐れみたまえ、我らを憐れみたまえ。我ら罪人は、いかなる弁解の言葉も持たざれば、主宰なる爾に、この祈りを捧ぐ。我らを憐れみたまえ。

光栄は父と子と聖神に帰す：

主よ、我らを憐れみたまえ、我らは爾に依り頼めばなり。我らを深く怒りたまわず、我が不法を記したもうなけれ。爾は慈悲深き者なれば、今も我らを顧み、我らを[70]仇(あだ)より救いたまえ。爾は我が神、我らは爾の民、我らは皆爾の手の業(わざ)にして、爾の名を呼び奉(たてまつ)ればなり。

今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

福(さいわい)なる生神女(せいしんじょ)よ、爾に希望を置く我らに、慈悲の門を開きたまえ。我らをして滅びることなく、爾によりて窮状(きゅうじょう)より救われしめたまえ。爾は正教徒の救いなればなり。

主、憐れみたまえ。(12回)

[51]

聖マカリイの第一の祈り(父なる神へ)

万物の造主にして永遠の王なる神よ、爾(なんじ)は我をしてこの時刻(とき)に至らしめたまえり。今日、我が行い、言葉、思いにおいて犯したる罪を赦したまえ。主よ、我が卑しき魂を肉身と靈のあらゆる汚れより潔(きよ)くしたまえ。主よ、我をしてこの夜を安らかに過ごさしめたまえ。我がこの卑しき床(とこ)より起き上がる時、我が生涯の日々に爾の至聖なる名を悦ばせ、我に向かって[71]戦いを挑む見ゆる仇(あだ)と見えざる仇を足の下に踏みひしがせたまえ。主よ、我を汚す空(むな)しき思いと悪しき情欲より我を救い出したまえ。國と權能と光栄は、父と子と聖神(せいしん)のものなればなり、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

聖アンティオコスの第二の祈り(主イスス・ハリストスへ)

父なる神の全能なる「言葉(ロゴス)」、至全(しそん)なるイイスス・ハリストスよ、爾の大いなる慈悲のゆえに、爾の僕(しもべ)なる我を決して見捨てず、常に我がうちに住したまえ。我が群れの良き牧者イイススよ、我を蛇(へび)の反乱に渡したもうなけれ。我がうちに滅びの種あるがゆえに、我をサタンの意のままに捨て置きたもうなけれ。拝まれるべき主神、聖なる王イイスス・ハリストスよ、爾がかつて弟子たちを聖にしたまいし爾の聖神(せいしん)と、不变の光をもって、我が

眠りの間も我を守りたまえ。主よ、不肖なる爾の僕に、その床において爾の救いを与えたまえ。爾の聖なる福音の智慧(ちえ)の光をもって我が知恵を照らし、爾の十字架の愛をもって我が魂を、爾の言葉の純潔をもって我が心を、爾の受難の無欲をもって我が肉身を照らしたまえ。爾の謙遜をもって我が思いを守り、爾を光栄ならしむるにふさわしき時に我を起こしたまえ。爾は始めなき父および爾の至聖なる神とともに、世々に至るまで至尊なる光栄を帰せらるる者なればなり。アミン。

第三の祈り(聖神へ)

天の王、慰め主、真理の神よ、罪人なる爾の僕を憐れみたまえ。不肖なる我を免(ゆる)したまえ。今日、我が人性と、あるいは人倫にもとる行いにおいて犯したる全ての罪を赦したまえ。獸(けだもの)にも劣る我が自覺的・無自覺的、既知・未知の罪、少壯(わかき)の時よりの罪、また悪しき誘惑、軽率、絶望より生じたる罪を赦したまえ。もし我が爾の名によって誓い、あるいは思いにおいて爾を冒瀆(ぼうとく)したならば、あるいは誰かを責め、何事かに憤(いきどお)り、あるいは怒りのあまりに誹(そし)り、人を悲しませたならば。あるいは偽りを言い、不必要に眠り、助けを求める貧しき者を軽んじたならば。あるいは我が兄弟を[73]悲しませ、彼らといさかい、あるいは誰かを裁いたならば。あるいは我慢ならぬ高慢、自惚(うぬぼ)れ、短気に陥ったならば。あるいは祈りの時に、我が知恵がこの世の邪惡に惑わされたならば。あるいは淫らなる思いを抱き、暴飲暴食し、あるいは狂おしく笑ったならば。あるいは悪しきを思い、他人の美しさを見て心に傷を負ったならば。あるいは不適切な言葉を口にし、我が罪は数え切れぬほどに多いにもかかわらず、兄弟の過ちを嘲(あざわら)ったならば。あるいは祈りを怠り、その他我が思い出し得ぬあらゆる惡を行ったならば。造主(つくりぬし)なる主よ、絶望せる不肖の僕なる我を憐れみたまえ。爾の仁慈と人類愛によりて、我を赦し、免じ、容赦したまえ。さらば罪深く放蕩にして悲惨なる我も、安らかに臥(ふ)して眠り、憩(いこ)いを得ん。我をして父と独生の子とともに、爾の至尊なる名を、今もいつも、[74]かつ世々に至るまで挾し、歌い、讃美せしめたまえ。アミン。

聖マカリイの第四の祈り

大いなる恵みの授け主、人類を愛したもう不滅の王、主よ、我何を爾に捧げ、何を爾に報(むく)い得んや。我は爾を悦ばするに怠惰にして善きこと一つもなさざるに、爾は我をしてこの一日の終わりに至らしめ、悔い改めと魂の救いを命じたまえり。善き業(わざ)を欠ける罪人なる我を憐れみたまえ。数なき罪に汚れたる我が墮(お)ちたる魂を支えたまえ。この世のあらゆる悪しき思いを我より取り去りたまえ。唯一の無罪なる者よ、今日、我が既知・未知のうちに、言葉、行い、思い、あるいは我が五感のいずれかを通じて犯したる罪を赦したまえ。爾ご自身の神聖なる権能と人類愛、言い難き力をもって、敵のあらゆる攻撃より我を覆(おお)い守りたまえ。神よ、我が無数の罪を潔くし、潔くしたまえ。主よ、願わくは我を[75]悪しき者の罠より救い、情欲に満ちたる我が魂を救いたまえ。爾が光栄のうちに来たるとき、爾の御面(おもて)の光をもって我を照らしたまえ。我をして、断罪されることなく、幻影(まぼろし)に惑わされることなく、眠りに就かせたまえ。爾の僕の思いを乱れながらしめ、サタンのあらゆる働きを我より遠ざけたまえ。我が心の理知ある眼を照らし、我をして死の眠りに陥らしめざれ。我が魂と肉身の導き手、守り手なる平和の天使を遣わし、我を仇(あだ)より救い出したまえ。我が床より起き上がる時、爾に感謝の祈りを捧げん。しかし、主よ、意志と良心において乏しき罪人なる爾の僕の願いを聞きたまえ。我が起き上がる時、爾の言葉を学ぶを得させたまえ。爾の天使をして、魔の絶望を我より遠ざけしめたまえ。至純なる生神女(せいしんじょ)マリヤを、我ら罪人の代祷者(だいとうしゃ)として与えられたる爾の至聖なる名を、我に祝せしめ、彼女を讃美し、光栄ならしめしたまえ。彼女が我らのために祈る時、これを受けたまえ。彼女は爾の人類への愛を映し出し、祈るを止めざるを知ればなり。彼女の執成(とりなし)と[76]尊き十字架の印(しるし)、ならびに衆聖人の祈りによりて、我が神ハリス

トスよ、我が悲惨なる魂を憐れみたまえ。爾は聖にして、世々に至るまで至尊なる光栄を帰せらるる者なればなり。アミン。

第五の祈り

我らの神、主よ、今日我が行い、言葉、思いにおいて犯したる全ての罪を、爾は仁慈にして人類を愛したもう者なれば、赦したまえ。我に安らかなる、乱れなき眠りを与えたまえ。守護の天使を遣わし、我をあらゆる害より守りたまえ。爾は我が魂と肉身の保護者なればなり。我らは爾、父と子と聖神に、今もいつも、かつ世々に至るまで光栄を帰す。アミン。

第六の祈り

我らが信じ、その名をあらゆる名に勝(まさ)りて呼び奉る、我らの神、主よ。眠りに就く我らの魂と肉身に安らぎを与えたまえ。あらゆる幻影と暗き快楽より我らを守りたまえ。情欲の衝動を抑(おさ)え、[77]肉身の燃ゆる興奮を鎮めたまえ。我らをして、言葉と行いにおいて潔く生きしめたまえ。徳(とく)ある生涯を歩み、約束されたる爾の恵みより離れざるを得させたまえ。爾は世々に祝せられたればなり。アミン。

聖イオアン・ズラトウスト(金口イオアン)の第七の祈り

(昼夜の二十四時間に応じた短い祈り)

(昼の十二座:)

1. 主よ、爾の天の恵みより我を離したもうなけれ。
2. 主よ、永遠の苦しみより我を救いたまえ。
3. 主よ、知恵、思い、言葉、行いにおいて罪を犯したる我を赦したまえ。
4. 主よ、あらゆる無知、忘却、臆病、および石の如き無感覚より我を救いたまえ。
5. 主よ、あらゆる誘惑より我を救いたまえ。
6. 主よ、悪しき情欲により暗くなつたる我が心を照らしたまえ。
7. 主よ、我は人として罪を犯したり。爾は仁慈なる神として、我が魂の弱きを見て我を憐れみたまえ。
8. 主よ、爾の至聖なる名を光栄ならしめんがため、我が助けに爾の恩寵を送りたまえ。
9. [78]主イイスス・ハリストスよ、爾の僕なる我を生命(いのち)の書に記し、我に善き終焉(しゅうえん)を与えたまえ。
10. 我が神、主よ。我、爾の前に未だ善きこと一つもなさざれど、爾の恩寵によりて善き始まりをなすを得させたまえ。
11. 主よ、爾の恩寵の露(つゆ)を我が心に注ぎたまえ。
12. 天地の主よ、爾の国において、罪深く羞(はじ)ずべき汚れし爾の僕を記想したまえ。アミン。

(夜の十二座:)

1. 主よ、悔い改めのうちに我を受けたまえ。
2. 主よ、我を見捨てたもうなけれ。
3. 主よ、我を試みに遭(あ)わせたもうなけれ。
4. 主よ、我に善き思いを与えたまえ。
5. 主よ、我に涙と、死の記想と、悔い改めを与えたまえ。
6. 主よ、我に我が罪を告白する決意を与えたまえ。
7. 主よ、我に謙遜、純潔、および従順を与えたまえ。

8. [79]主よ、我に忍耐、勇気、および柔軟を与えたまえ。
9. 主よ、我がうちに善の根、すなわち爾を畏(おそ)れる心を植えたまえ。
10. 主よ、我をして魂と思いの全てをもって爾を愛し、万事において爾の旨を行わしめたまえ。
11. 主よ、我ある種の人々、悪魔、情欲、およびその他不相応なるあらゆるものより守りたまえ。
12. 主よ、爾の欲したもうままに行われるを知れば、罪人なる我が上にも爾の旨の行われんことを。爾は世々に祝せられたればなり。アミン。

我が主イイスス・ハリストスへの第八の祈り

神の子、主イイスス・ハリストスよ。爾の至尊なる母、無形の天使たち、預言者、前駆(ぜんく)にして洗礼者なるイオアン、神の智慧に照らされたる使徒たち、光り輝く勝利の致命者たち、敬虔にして神を帯びたる父たち、および衆聖人の祈りによりて、悪魔の今の襲撃より我を救い出したまえ。しかし、我が造主よ。爾は罪人の死を[80]望まず、彼が立ち帰りて生きるを望みたもう者なれば、悲惨にして不相応なる我に悔い改めの恩寵を与えたまえ。我を生きたまま黄泉(よみ)へと引き込まんと口を開けし、貪欲なる蛇の頸(あぎと)より我を救いたまえ。しかし、我が慰め主よ。我ら悲惨なる者のために、朽ちるべき肉身を纏いたまいし主よ。我を悲惨より救い、我が苦しめる魂に慰めを与えたまえ。爾の戒(いまし)めを全うし、惡しき業を捨て、爾の福(さいわい)を得る心を我がうちに植えたまえ。主よ、我爾に依り頼めり、我を救いたまえ。

ストウディトの修道士ペトルによる、至聖生神女への第九の祈り

神の至純なる母よ、悲惨なる我は爾の前に伏して祈る。王后(おうこう)よ、爾は我が絶えず罪を犯し、爾の御子にして我が神を悲しませるを知りたまえ。我、幾度(いくど)悔い改むとも、神の前には偽り者となり、戦慄(せんりつ)をもって悔い改む。神が我を動かしたもうも、一時間後にはまた同じ過ちを繰り返すにあらずや。我が主母、生神女よ、[81]これを熟知せる爾に祈る。我を憐れみ、我を強め、善を行うを得させたまえ。生神女よ、爾は我が自らの悪しき行いを忌(い)み、知恵の全てをもって神の法を愛するを知りたまえ。されど、至純なる主母よ、我はいかにして我が忌むところを愛し、善なるものに背(そむ)き得るのかを知らず。至純なる者よ、我が意志の行われんを許したもうなけれ、それは不相応なればなり。爾の御子にして我が神の旨の行われんことを。主をして我を救い、照らし、その聖神(せいしん)の恩寵を我に授けしめたまえ。さらば我、この時より罪を犯すを止め、残されたる生涯を爾の御子の従順のうちに過ごさん。主には、始めなき父、および至聖にして仁慈なる生命を授くる靈とともに、あらゆる光栄、尊貴、および威光、今もいつも、かつ世々に至るまで帰す。アミン。

至聖生神女への第十の祈り

仁慈なる王の仁慈なる母、至純にして至福なる生神女マリヤよ。爾の御子にして我らの神の慈悲を、我が情欲に満ちたる魂に注ぎたまえ。爾の祈りによりて我を[82]善き業へと導きたまえ。さらば我、残されたる生涯を汚れなく過ごし、唯一至純にして至福なる生神女なる爾によりて、楽園(らくえん)を見出さん。

聖なる守護天使への第十一の祈り

ハリストスの天使、我が聖なる守護者、我が魂と肉身の保護者よ。今日我が犯したる全ての罪を赦したまえ。我を戦いを挑む仇(あだ)のあらゆる悪より救い、我が神をいかなる罪によても悲しませざらしめたまえ。罪人にして不相応なる爾の僕たる我がために祈り、至聖三者、主イイスス・ハリストスの母、および衆聖人の仁慈と慈悲にふさわしき者と我をせしめたまえ。アミン。

(続いて、生神女への以下のコンタクを詠みます：)

勝利の総領者、我ら爾の僕(しもべ)は、窮状(きゅうじょう)より救われしを以(もつて)、感謝の歌を爾、生神女に献ず。爾は勝つべからざる権能を有すれば、我らを衆(もろもろ)の難(なん)より救い、我らをして「慶(よろこ)べよ、不婚の淨配(じょうはい)よ」と歌わしめたまえ。

[83]

我らの神ハリストスの、光栄ある常存(じょうぞん)の処女(しょじょ)なる母よ。我らの祈りを爾の御子にして我らの神に届けたまえ。爾によりて、主が我らの魂を救いたわんがために。

我が全ての希望を爾に置く、神の母よ。爾の保護のうちに我を守りたまえ。

生神女よ、爾の助けと執成しを求むる罪人なる我を軽んじたもうなけれ。我が魂は爾に依り頼む、我を憐れみたまえ。

(聖イオアニキオスの祈りも詠みます：)

我が希望は父、我が避難所は子、我が保護は聖神(せいしん)なり。至聖三者よ、爾に光栄。

生神女(テオトコス)よ、爾を常に幸いとし、至純にして、我が神の母なる爾を福(さいわい)なりと宣(の)ぶるは、誠に当(あた)れり。爾はヘルヴィム(智天使)よりも尊く、セフリム(熾天使)よりも並びなく光栄にして、汚(けがれ)なく神言(かみことば)を生みたまひし真の生神女、我ら爾を崇(あが)め奉(たてまつ)る。

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。[84]アミン。

主、憐れみたまえ。(3回)

主よ、祝福したまえ。

神の子、主イイスス・ハリストス、爾の至純なる母、我らの敬虔にして神を帯びたる父たち、および衆聖人の祈りによりて、罪人なる我を救いたまえ。アミン。

ダマスコの聖イオアンの祈り(就寝の床を指して：)

人愛(じんあい)なる主よ、この床(とこ)は我が棺(ひつぎ)とならんか。あるいは爾は今一日、我が悲惨なる魂を照らしたまわんか。見よ、棺は我が前にあり、死は我が前にあり。主よ、我は爾の審判と、終わりなき苦しみを畏(おそ)る。されど我は惡を行うを止めず。我は常に爾、我が神、ならびに爾の至純なる母、および全ての天軍と我が聖なる守護天使を悲しませり。主よ、我は爾の人愛にふさわしからざるを知る。誠に我はあらゆる定罪と苦しみを受けるに値(あた)れり。されど主よ、我が欲すると欲せざるとにかかわらず、我を救いたまえ。爾が[85]義人を救いたもうは、大いなることにはあらず。爾が純潔なる者を憐れみたもうも、驚くべきことにはあらず。彼らは爾の慈悲を受けるにふさわしければなり。罪人なる我が上にも、爾の慈悲の驚くべきことを現したまえ。我が邪悪さが爾の言い難き仁慈と慈悲に勝(まさ)ることながらんがために、爾の人愛をこのように現したまえ。爾の欲したもままに、我が生涯を整えたまえ。

(床に就かんとする時：)

我が神ハリストスよ、我をして死の眠りに陥らしめず、我が仇(あだ)が「我は彼に勝てり」と言うを得ざらしめんがため、我が眼を照らしたまえ。

光栄は父と子と聖神に帰す：

神よ、我が魂の助け手となれ。我は多くの罠(わな)の間を歩めばなり。仁慈なる者よ、それより我を救い出し、人愛の主よ、我を救いたまえ。

今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

聖なる天使たちよりも聖なる、神の至尊なる母を常に讃美せん。我らは心と唇をもって、[86]彼女を生神女と告白せん。彼女は誠に我らのために受肉せし神を生み、我らの魂のために絶えず祈ればなり。

(十字架に接吻し、床の頭から足、左右へと十字架の印を結びながら「尊き十字架への祈り」を詠みます：)

神は起き上がり、その仇(あだ)は散らされよ。主を憎む者はその御面(おもて)の前より逃げ去れ。煙(けむり)の消え去るが如(ごと)く、彼らを消し去りたまえ。火の前に蠟(ろう)の溶けるが如く、神を愛し、十字架の印を自らに記し、喜びて「慶(よろこ)べよ、至尊にして生命を授くる主の十字架よ、我らの主イイスス・ハリストスの権能によりて魔を追い払う者よ」と言う者の前より、罪人は滅び去れ。主は十字架につけられ、黄泉(よみ)に降り、魔の力を踏みつけ、あらゆる仇を追い払うためにその尊き十字架を我らに与えたまえり。至尊にして生命を授くる主の十字架よ、至聖なる処女(おとめ)生神女および衆聖人とともに、永久(とわ)に我を助けたまえ。アミン。

神よ、我が自覺的・無自覺的、言葉、行い、既知・未知、昼夜、[87]知恵と思いのうちに犯したる全ての罪を、免(ゆる)し、拭(ぬぐ)い、赦したまえ。爾は仁慈にして人愛の主なれば、我らに全ての罪の赦しを与えたまえ。

人愛の主よ、我らを憎み、我らを害する者を赦したまえ。恩を施す者に善(ぜん)を報いたまえ。我が兄弟および親族に、救いと永遠の生命のためのあらゆる願いを叶(かな)えたまえ。患難(かんなん)にある者を顧み、彼らを癒したまえ。海をゆく者を導きたまえ。旅する者に同行したまえ。正教徒の戦いを助けたまえ。我らに仕え、我らを慈(いつく)しむ者に罪の赦しを与えたまえ。不肖なる我らに祈りを託(たく)せし者を、爾の大いなる慈悲によりて憐れみたまえ。主よ、我らに先立ちて眠りし先祖、兄弟を記想し、爾の御面(おもて)の光の照らす所に彼らを安息せしめたまえ。主よ、囚(とら)われの身にある我らの兄弟を記想し、彼らをあらゆる災厄より救い出したまえ。主よ、爾の聖なる教会において実を結び、善き業を行う者を記想し、彼らに救いと[88]永遠の生命の願いを叶えたまえ。主よ、爾の卑しき罪人にして不相応なる僕たる我らをも記想したまえ。爾の知恵の光をもって我が知恵を照らし、至純なる主母、生神女、常存の処女マリヤ、および衆聖人の祈りによりて、我を爾の戒(いまし)めの道に導きたまえ。爾は世々に至るまで祝せられたればなり。アミン。

カノン(規則)の翻訳について：

これに続く「三つのカノン(三歌節)」の翻訳もこのまま続けましょうか？それぞれの頌(オド)が長くなりますが、必要であれば順次進めてまいります。

第五歌節

初興(しょきょう)：仁慈(じんじ)なる者よ、爾(なんじ)に請う。朝(あした)より爾を仰ぐ者の魂を爾の神聖なる光をもって照らしたまえ。さらば彼らは、罪の暗闇より呼び出されたる真(まこと)の神、神の言(ことば)なる爾を知らん。

悔改のカノン

- 我が神、我を憐れみたまえ。
悲惨なる者よ、汝(なんじ)はいかに自らの罪によりて、偽り、誹(そそ)り、悪業、脆弱(ぜいじやく)、および獸(けだもの)の如き情欲の奴隸となりしかを思い起せ。我が罪深き魂よ、これこそ汝の望みなりしか。
- 我が神、我を憐れみたまえ。
我が手足は震えり。我是その全てをもって罪を犯したればなり。目は見ることで、耳は聞くことで、舌は悪を語ることで、我は全身を地獄に渡したり。我が罪深き魂よ、これこそ汝の望みなりしか。
- 我が神、我を憐れみたまえ。
救世主よ、爾は放蕩息子(ほうとうむすこ)を受け入れ、悔い改めたる盜賊を迎えたまえり。ただ我のみが罪の怠惰に圧(お)しひしがれ、悪業に身を任せたり。我が罪深き魂よ、これこそ汝の望みなりしか。
- 至聖なる生神女(せいしんじょ)よ、我らを救いたまえ。
全人類の驚くべき速やかな助け手なる神の母よ、不肖(ふしょう)なる我を助けたまえ。これこそ我が罪深き魂の望むところなればなり。

生神女のカノン

- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
喜びの源(みなもと)を生みたまいし至純なる者よ、爾の朽ちぬ喜びを我らに与え、我が心を喜びにて満たしたまえ。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
永遠の救世主、ならびに知恵に勝(まさ)る平和を生みたまいし至純なる神の母よ、我らをあらゆる害より救い出したまえ。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
神聖にして永遠なる光を生みたまいし神の淨配(じょうはい)よ、爾の輝きをもって、我が過ちの暗闇を鎮(しず)めたまえ。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
至純なる者よ、爾の訪(おとな)いをもって我が魂の弱きを癒し、爾の祈りによりて我に全快を与えたまえ。

守護天使のカノン

- 神の聖なる天使、我が守護者よ、罪人なる我がために神に祈りたまえ。
我が聖なる保護者よ、爾は神の前に大胆(だいたん)なるを以(もつ)て、我を害する諸々の惡より我を救わんことを主に祈りたまえ。
- 神の聖なる天使、我が守護者よ、罪人なる我がために神に祈りたまえ。
神より我に与えられたる光り輝く天使、我が導き手、守護者よ、我が魂を燁然(さんぜん)と照らしたまえ。

- 光栄は父と子と聖神(せいしん)に帰す:
我、罪の悪しき重荷のうちに眠る間(ま)も、神の天使よ、目覚めたる守り手として我を護り、爾の祈りによりて我を呼び覚まし、主を讃美せしめたまえ。
- 今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。
信徒の希望、不婚の神の母マリヤよ。仇(あだ)の驕(おご)りを挫(くじ)き、爾を歌う者に喜びを与えたまえ。

第六歌節

初興：誘惑(いざない)の嵐に荒れ狂う「生命(いのち)の海」を見て、我は爾の安らかなる港に逃れ、叫ぶ。至慈(しじ)なる者よ、我が生命を滅びより救い出したまえ。

悔改のカノン

- 我が神、我を憐れみたまえ。
我はこの世の生涯を放蕩(ほうとう)に過ごし、魂を暗闇に委(ゆだ)ねたり。今、仁慈なる主宰(しゅさい)に請う。我を仇(あだ)の束縛より解き放ち、爾の旨(むね)を行う知恵を与えたまえ。
- 我が神、我を憐れみたまえ。
我が行うが如きことをなす者が他にあらんや。泥(どろ)にまみれる豚の如く、我もまた罪に仕えたり。主よ、我をこの泥沼より引き上げ、爾の戒めを全うする心を与えたまえ。
- 我が神、我を憐れみたまえ。
悲惨なる者よ、汝の過ちを思い起こし、神を仰ぎ見よ。涙と嘆きをもって造主(つくりぬし)の前に伏せ。仁慈なる主は、汝にその旨を知る心を与えたもうべし。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
生神女よ、見ゆる仇と見えざる仇のあらゆる害より我らを守りたまえ。至純なる者よ、我が祈りを受け、これを爾の御子(みこ)に届けたまえ。さらば主は我が上に爾の旨を行う心を与えたもうべし。

生神女のカノン

- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
処女(おとめ)よ、我が本性は死と朽(く)ちることの奴隸なりしが、爾の御子にして主宰は、自ら死に就(つ)きて我をその両者より救いたまえり。仇の悪業より我を救わんことを主に祈りたまえ。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
処女よ、爾は我が生涯の代祷者(だいとうしゃ)、堅固(けんご)なる守り手にして、誘惑の反乱を鎮め、魔の策謀を追い払う者なるを知れば、我は滅びの情欲より救われんことを絶えず爾に祈る。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
至潔(しけつ)なる者よ、我らは爾を避難所の壁、魂の最も全(まったく)き救いとして得たり。人の数なき憂(うれ)いも爾には大いなるにあらず、我らは常に爾の光のうちに喜ぶ。主母(しゅぼ)よ、今我らを情欲と患難(かんなん)より救いたまえ。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
我は病の床に伏し、我が肉身に癒(い)え薬(ぐすり)なし。神と世の救世主を生みたまいし仁慈なる者よ、我を病の滅びより起こしたまえ。

守護天使のカノン

- 神の聖なる天使、我が守護者よ、罪人なる我がために神に祈りたまえ。
神より我が良き守護者として与えられたる聖なる天使よ、爾に請う。我をあらゆる誘惑より救い出したまえ。
- 神の聖なる天使、我が守護者よ、罪人なる我がために神に祈りたまえ。
仁慈なる者よ、我が心を照らし、教え導きたまえ。聖なる天使よ、爾に請う。常に健やかなる思いを抱くよう我を教えたまえ。
- 光栄は父と子と聖神に帰す：
我が守護者よ、我が心を今の騒がしき事どもより救い、我を強めて目覚めを保たせ、我を不思議なる生命の静寂(じま)へと導きたまえ。
- 今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。
生神女よ、神の言(ことば)は爾のうちに住し、爾を人類の「天への梯子(はしご)」として現したまえり。爾によりて、いと高き所に在(ま)す主は我らのもとへ降りたまえり。

主、憐れみたまえ。(3回)

光栄は父と子と聖神に帰す、今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。

コンタク(第六調)

我が魂よ、何ゆえに罪をもって自らを富ませるか。何ゆえに魔の望むままに行うか。汝は何に希望を置くか。これら全てを止め、神に立ち帰り、涙して叫べ。「慈悲深き主よ、罪人なる我を憐れみたまえ」。

イコス

我が魂よ、死の苦しき時刻(とき)と、造主にして神の恐るべき審判を思え。天使らは汝を捕らえ、永遠の火へと導かんと脅(おど)せり。それゆえ死ぬ前に悔い改めて叫べ。「主よ、罪人なる我を憐れみたまえ」。

第七歌節

初興：天使は敬虔(けいけん)なる青年たちのために、炉の火を涼しき露(つゆ)に変えたり。迫害者を焼き尽くせし神の旨は、また捕らわれの者に「我らの父の神は祝せられたり」と叫ばせたり。

悔改のカノン

- 我が神、我を憐れみたまえ。
我が魂よ、朽ちるべき富にも、不正に得たる物にも希望を置くな。汝はそれを誰に残しゆくかを知らぬなればなり。ただ叫べ。「ハリストス神よ、不肖(ふしょう)なる我を憐れみたまえ」。
- 我が神、我を憐れみたまえ。
我が魂よ、衆聖人のために備えられたる永遠の生命と天国、ならびに悪人のために用意されたる外(そと)の暗闇と神の憤(いきどおり)を思い起こせ。そして叫べ。「ハリストス神よ、不肖なる我を憐れみたまえ」。

- 我が神、我を憐れみたまえ。
我が魂よ、肉身の健康にも、移ろいゆく美しさにも頼るな。汝は健やかなる者も若き者も、死にゆくを見るにあらずや。ただ叫べ。「ハリストス神よ、不肖なる我を憐れみたまえ」。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
我が魂よ、生神女の前に伏して祈れ。彼女は悔い改める者の速やかなる助け手なればなり。彼女は爾の御子ハリストス神に願い、主は不肖なる汝を憐れみたもうべし。

生神女のカノン

- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
救世主よ、爾は我らの救いを成し遂げんとて、処女の胎(はら)に宿り、彼女を世の代祷者(だいとうしゃ)として現したまえり。我らの父の神は祝せられたり。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
至純なる母よ、信仰をもって叫ぶ我らが、過ちと魂の汚れより救われんことを、爾が生みたまいし仁慈なる主に祈りたまえ。我らの父の神は祝せられたり。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
爾は自らを生みし者を、癒しの源、堅固なる柱、ならびに「我らの父の神は祝せられたり」と叫ぶ者の悔い改めの門として現したまえり。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
我らの救世主ハリストスを生みたまいし処女、生神女よ。愛をもって爾の保護を求むる者に、肉身の脆弱(ぜいじやく)と魂の病からの癒しを与えたまえ。

守護天使のカノン

- 神の聖なる天使、我が守護者よ、罪人なる我がために神に祈りたまえ。
神の天使よ、我を憐れみ、我がために主に祈りたまえ。主は爾を、我が生涯の助け手、導き手、守護者として永久(とわ)に与えたまえればなり。
- 神の聖なる天使、我が守護者よ、罪人なる我がために神に祈りたまえ。
聖なる天使よ、神は我が悲惨なる魂を純潔のうちに爾に委ねたまえり。旅路において盗賊(魔)にこれを殺さしめず、悔い改めの道へと導きたまえ。
- 光栄は父と子と聖神に帰す：
我は悪しき思いと行いにより、全く羞(はじ)ずべき魂を携(たずさ)えて来たれり。我が導き手よ、速やかに我のもとに来たり、善き思いによる癒しを与え、我を常に正しき道へと導きたまえ。
- 今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。
生神女よ、いと高き所の位格(いかく)ある智慧(ちえ)よ。「我らの父の神は祝せられたり」と叫ぶ者に、神聖なる智慧と力を注ぎたまえ。

第八歌節

初興：爾は敬虔なる青年たちのために火の中より涼しき露を湧き出させ、義人の犠牲を水をもつて焼き尽くしたり。ハリストスよ、爾はただ御旨(みむね)のみをもって万事をなしたもう。我らは世々に爾を崇め奉る。

悔改のカノン

- 我が神、我を憐れみたまえ。
死を思うとき、我いかにして泣かざるを得んや。我は我が兄弟たちが、光栄もなく形も失

せて墓に横たわるを見たり。我何を期待し、何を望み得るや。主よ、最期の時が来る前に、我に悔い改めのみを与えたまえ。(2回)

- 我が神、我を憐れみたまえ。
我は爾が、生ける者と死せる者を審(さば)くために来たり、老いたるも若きも、主(あるじ)も君主(きみ)も、処女(おとめ)も司祭も、全ての者が自らの座(くら)に立つを信ず。我はいずこに我が身を見出さんや。ゆえに叫ぶ。主よ、最期の時が来る前に、我に悔い改めを与えたまえ。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
至純なる生神女よ、不肖なる我が祈りを受けたまえ。我を不意の死より守り、最期の時が来る前に、我に悔い改めを与えたまえ。

生神女のカノン

- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
処女よ、爾の助けを必要とし、世々に爾を歌い崇める者を軽んじたもうなかれ。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
処女よ、爾は我が魂の弱きと肉身の病を癒したもう。さらば至純なる爾を世々に光栄ならしめん。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
処女よ、爾は、信仰をもって爾を歌い、爾の言い難き誕生を光栄とする者に、数なき癒しを注ぎたまえり。
- 至聖なる生神女よ、我らを救いたまえ。
処女よ、爾は誘惑の策謀と情欲の攻撃を追い払いたもう。ゆえに我らは爾を世々に歌い奉る。

守護天使のカノン

- 神の聖なる天使、我が守護者よ、罪人なる我がために神に祈りたまえ。
神より遣わされたる至仁(しじん)なる天使よ、我が生涯を強め、我を決して見捨てたもうなかれ。
- 神の聖なる天使、我が守護者よ、罪人なる我がために神に祈りたまえ。
我が魂の導き手、守護者なる、至福にして仁慈なる天使よ。我は世々に爾を歌い奉る。
- 我らは父と子と聖神を崇め奉る：
全人類が審(さば)かれ、善きも悪しきも全ての業が試されるその日に、我が保護、我が城壁となりたまえ。
- 今もいつも、かつ世々に至るまで。アミン。
常存の処女、神の母よ。爾の僕(しもべ)の助け、また静寂となりたまえ。我を決して爾の奉仕より離れざらしめたまえ。

第九歌節

初興(しょきょう)：

天使の軍勢すら仰ぎ見る能(あた)わざる神を、見る者はなし。されど、至純なる爾(なんじ)を介して、受肉したる「神の言(ロゴス)」は人類に現れたまえり。我らは天軍とともに主を崇(あが)め、爾を福(さいわい)なりと宣(の)ぶ。

悔改(かいかい)のカノン

- 神よ、我を憐れみたまえ。
神の御座(みくら)を囲む天使、大天使、および全ての天軍よ、今、我は爾らに向かう。我が魂を永遠の苦しみより救い出すよう、造主(つくりぬし)に祈りたまえ。
- 神よ、我を憐れみたまえ。
聖なる師父、王、預言者、使徒、教父、ならびにハリストスに選ばれたる者たちよ、今、我は爾らの前に涙を流す。審判の日、我が魂が仇(あだ)の権力より救われるよう、我を助けたまえ。
- 神よ、我を憐れみたまえ。
全世界のために祈る致命者(ちめいしゃ)、隠修士、処女、義人、および衆聖人よ、今、我は爾らに向かって手を広ぐ。我が死の時刻(とき)に、主が我を憐れみたもうよう祈りたまえ。
- 至聖なる生神女(せいしんじょ)よ、我らを救いたまえ。
生神女よ、我を助けたまえ。我は爾に大いなる希望を置けばなり。爾の御子(みこ)に祈りたまえ。主が降りて生ける者と死せる者を裁きたもう時、不肖(ふしょう)なる我をもその右に置きたまわんがために。

聖体礼儀(領身領血)に備うるカノン

(通常、聖体拝領の前夜に詠されます)

第一歌節(第二調)

- 神よ、我がうちに潔(いさぎよ)き心を造り、我がうちに正しき靈(れい)を新(あらた)にしたまえ。
主よ、爾の「聖体」と「尊き血」が、我に永遠の生命(いのち)の糧(かて)となり、あらゆる憂いからの癒しとならんことを。
- 我を爾の御面(みおもて)の前より退(しりぞ)けず、爾の聖神(せいしん)を我より取り去られたもうなけれ。
ハリストスよ、悪業に汚れ、呪わるべき不肖なる我を、爾の至純なる聖体と神聖なる宝血(ほうけつ)に与(あづか)るにふさわしき者としたまえ。

第三歌節

- 神よ、我がうちに潔き心を造り.....
ハリストスよ、我が心の汚れを潔くせんがため、我に涙を与えたまえ。さらば我、善き良心をもって潔くされ、畏(おそ)れと信仰をもって爾の神聖なる賜物に与らん。

聖体拝領(領身)前の祈り

(聖詠22、23、115番等を詠みし後、師父たちの祈りを捧げます)

- 第一の祈り(大聖ワシリイ)：
「主宰(しゅさい)にして神、生命と不滅の源なるイイスス・ハリストスよ.....主よ、我は罪を犯したり。天に対して、また爾の御前(みまえ)に罪を犯したり。我は爾の光栄の高きを仰ぎ見るにふさわしからず.....されど、かつて爾が遊女、盜賊、税吏、および放蕩息子を受け入れたまいし如く、我をも受け入れたまえ.....」

- 第二の祈り(聖金口イオアン)：
「我が神、主よ。我が魂の家は荒れ果て、崩れ落ちたれば、爾が我が魂の屋根の下に宿りたもうに我はふさわしからぬを知る……されど、爾は我らのために高き所より降りたまえり。我が卑しき身の上にも降りたまえ……」
- 第六の祈り(新神学者聖シメオン)：
「汚れたる唇、卑しき心、潔からぬ舌、および汚れし魂より発する我が願いを聞いたまえ、我がハリストスよ……我はあの遊女よりも多く罪を犯したり……されど我を退けたもうなかれ……見よ、我は爾の肉(しん)を食し、爾の血を飲まんとす……おお、驚くべき奇跡かな！塵芥(ちりあくた)なる我、奥義なる『火』に与りて、なお焼かれざるは……」

正教会の領身への備え

正教会の伝統における聖体拝領(領身)の準備は非常に厳格であり、肉体と精神の両面での備えが求められます。

要求事項	詳細
斎(ものいみ)	肉、乳製品、卵を控える(通常1~3日前より)。拝領当日の午前零時より完全絶食。
痛悔(告白)	通常、事前に司祭に罪を告白し、領身の許可(祝福)を得る必要がある。
祈り	「三つのカノン」および「聖体拝領前の祈り」を完遂する。
和解	怒りやわだかまりのある隣人と和解していかなければならない。

次なるステップ：祈りの中で象徴的に使われる「火(神性)」、「露(慰め)」、「茨(罪)」などの意味について、さらに詳しく解説いたしましょうか？

領身前の祈り(続き)

- 第九の祈り(聖金口イオアン)：
「我が神、主イイスス・ハリストスよ、罪深く無益にして不相応なる爾の僕(しもべ)の……少壯(わかき)の時より今日この時まで、自覺的あるいは無自覺的に犯したる全ての過ちを、拭(ぬぐ)い去り、解き放ち、潔くし、赦したまえ……爾は王にして、父と聖神とともに、権能と光栄を世々に帰せらるる者なればなり。」

- 第十の祈り(ダマスコの聖イオアン):

「我は爾の聖所の門の前に立てども、未だ悪しき思いを捨て去らず。されどハリストスよ、爾が税吏を義とし、カナンの女を憐れみ、盜賊に天国の門を開きたまひし如く、爾の深い愛を我が上にも開きたまえ……爾の全き聖体を受ける我を焼きたもうなかれ。ただ我を受け入れ、我が靈を照らしたまえ……」

領身に近づく時の祈り

(密やかに唱えます)

「見よ、我は神聖なる結びつきに近づくなり。

造主よ、与(あずか)る我を焼きたもうなけれ、

爾は不相応なる者を焼き尽くす『火』なればなり。

ただ我が全ての汚れを潔くしたまえ。」

(続いて唱えます:)

「神の子よ、今日、我を爾の機密(奥義)の晚餐(ばんさん)の陪席者(ばいせきしや)として受け入れたまえ。我は仇に機密を明かさず、イウダの如き接吻(くちづけ)を爾に与えず、ただ盜賊の如く爾を言い表わさん。『主よ、爾の国において我を記憶したまえ』」

領身後の感謝の祈り

導入:

「神に光栄、我が神に光栄、神に光栄！」(3回)

「我が神、主よ。罪人なる我を退けず、爾の聖なる奥義に与るにふさわしき者としたまひしを感謝せん……願わくはこれが我が魂と肉身の癒しとなり、あらゆる仇を退け、我が心の眼を照らさんことを……」

- 聖シメオン・メタフラステスの祈り:

「爾は自ら進みて、我が糧(かて)となりたまえり。爾は不相応なる者を焼き尽くす火なり。造主よ、我を焼かず、我が手足、血管、心臓へと透徹(とうてつ)したまえ。罪の茨(いばら)を焼き尽くし……我が膝と身体を強め、五感を照らしたまえ……」

聖体礼儀の奉仕者たちの讃詞(トロパリ)

奉神礼(典礼)	聖人	内容の要旨

聖金ロイオアンの礼儀	聖金ロイオアン	爾の唇より発せし恩寵は灯台の如く宇宙を照らし……我らに三位一体の神を拝むを教えたり。
大聖ワシリイの礼儀	大聖ワシリイ	爾の説教は全地に響き渡り……爾は教会の堅固なる基礎として現れたまえり。
先行聖体礼儀	聖グレゴリイ	真理は爾を、信仰の規範、柔和の象徴、節制の師として群れに現したまえり。

結び

生神女(テオトコス)讃歌:

「ヘルヴィムよりも尊く、セラフィムよりも並びなく光榮にして、汚れなく神言(かみことば)を生みたまいし真(まこと)の生神女、我ら爾を崇め奉る。」

愛と祈りをもって、PayPalを通じてのご支援をお願いいたします: paypal.me/lukengo12