

ໂຄງການ Project Gutenberg: ບົດເລື່ອງໂຕຢ່າງ (EBook)
ບົດພາວະນາປະຈຳວັນຂອງນິກາຍອໍໂທດອກ (Orthodox Daily Prayers)

ບົດເລື່ອງໂຕຢ່າງນີ້ ແມ່ນມອບໃຫ້ແກ່ທຸກຄົນຢູ່ທຸກຫົນແຫ່ງໃນສະຫະລັດອາເມລິກາ ແລະ
ເກຣັກທຸກພາກສ່ວນໃນທົ່ວໂລກສາມາດນຳໃຊ້ໄດ້ໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າ ແລະ
ເກຣັກບວກ ບໍ່ມີຂໍ້ຈຳກັດໃດໆ. ທ່ານສາມາດສຳເລັດ, ມອບ, ຫຼື
ນຳກັບມາໃຊ້ໃໝ່ໄດ້ພາຍໃຕ້ເງື່ອນໄຂຂອງສັນຍາອະນຸຍາດ Project Gutenberg
ທີ່ຕິດມາກັບບົດເລື່ອງໂຕຢ່າງນີ້ ຫຼື ທາງອອນລາຍທີ່
www.gutenberg.org. ຖ້າທ່ານບໍ່ໄດ້ຢູ່ໃນສະຫະລັດອາເມລິກາ,
ທ່ານຈະຕ້ອງກວດສອບກົດໝາຍຂອງປະເທດທີ່ທ່ານອາໄສຢູ່
ກ່ອນທີ່ຈະນຳໃຊ້ບົດເລື່ອງໂຕຢ່າງນີ້.

- ຊື່ເລື່ອງ: ບົດພາວະນາປະຈຳວັນຂອງນິກາຍອໍໂທດອກ (Orthodox Daily Prayers)
- ຜູ້ຂຽນ: ບໍ່ລະບຸຊື່ (Anonymous)
- ວັນທີເຜິ້ມແຜ່: 16 ມັງກອນ 2011 [EBook #34981]
- ປັບປຸງຄັ້ງລ່າສຸດ: 25 ກັນຍາ 2021
- ພາສາ: ພາສາອັງກິດ
- ຄະນະຜູ້ຈັດທຳ: Gerard Arthus, Stephen Hutcheson, ແລະ
ທີມງານກວດທຳອອນລາຍ (Online Distributed Proofreading Team)

*** ເລື່ອງນີ້ຖືກນຳມາຈາກບົດເລື່ອງໂຕຢ່າງຂອງ PROJECT GUTENBERG:
ບົດພາວະນາປະຈຳວັນຂອງນິກາຍອໍໂທດອກ ***

ບົດພາວະນາປະຈຳວັນຂອງ ນິກາຍອໍໂທດອກ (ORTHODOX DAILY PRAYERS)

ສຳນັກພິມ
ສາມະເນນວິທະຍາໄລ
ນັກບຸນຕິດສນ

**(ST. TIKHON'S SEMINARY
PRESS)**

໑໙໘໒ (1982)

ຈັດພິມຂຶ້ນ
ໂດຍໄດ້ຮັບພອນ

ຈາກ

ທ່ານ
ເຈົ້າພົນລະຄຸນ,

ພະສັງຄະລາດ
ຜູ້ຊົງກົດ
ເຮີເມນ (HERMAN)

ພະສັງຄະລາດ ເຫຼົ່າ
ຟິລາເດນເຟຍ
(Philadelphia)

ແລະ

ເພນຊີວເວເນຍ
ຕາເວັນອອກ (Eastern
Pennsylvania)

ສາລະບານ

- ບົດນໍາ (Introduction)
- ບົດພາວະນາຕອນເຊົ້າ (Morning Prayers)
- ການລະນຶກເຖິງຜູ້ທີ່ມີຊີວິດຢູ່ ແລະ ຜູ້ທີ່ໄດ້ເປັນ
(Commemoration of the Living and the Departed)
- ບົດພາວະນາໃນເວລາກິນເຂົ້າ (Prayers at the Table)
- ພິທີສວມນິຕອນແລງ (Compline)

- ກ່ອນເຊົ້າ (Before Sleep)
- ກົດເກນສວດມົນສາມບົດ (The Three Canons)
- ກົດເກນການກວດກາວຮັບສົນມະຫາສະນິດ (Canon of Preparation for Holy Communion)
- ບົດພາວະນາກວດກາວຮັບສົນມະຫາສະນິດ (Prayers of Preparation for Holy Communion)
- ບົດພາວະນາຂອບພະຄຸນຫຼັງຮັບສົນມະຫາສະນິດ (Prayers of Thanksgiving after Holy Communion)

ບົດນໍາ

ກ່ອນທີ່ຈະເລີ່ມພາວະນາ

ບົດພາວະນາເຫຼົ່ານີ້ ມີ
ລວມເອົາບົດສວດປະຈຳວັນທີ່ພຣີ່ນຖານທີ່ສຸດຂອງຄຣິດສະຕຽນນິກາຍ
ອໍໂທດອກ (Orthodox),
ເຊິ່ງໄດ້ຮັບການສັບທອດມາຈາກຄຣິສຕະຈັກຮັດເຊຍເປັນສ່ວນໃຫຍ່,
ເຖິງວ່າປະເພນີອໍໂທດອກນັ້ນ ກໍມີຄວາມຄ້າຍຄືກັນຫຼາຍ.

ໃນບົດພາວະນາເຫຼົ່ານີ້, ພວກເຮົາຈະພົບກັບບົດເພງສັນລະເສີນຂອງກສັດດາວິດ,
ບົດພາວະນາທີ່ພຣີ່ເປັນເຈົ້າໄດ້ສອນເຫຼົ່ານັ້ນ, ກ່ອນທີ່
ບົດພາວະນາຂອງບັນດານັກບຸນໃນທະເລຊາຍ, ບັນດາພຣະສົງຄະລາດ ແລະ
ອາຈານຜູ້ຍິ່ງໃຫຍ່ຂອງຄຣິສຕະຈັກ.

ກົດເກນການພາວະນາ

ສິ່ງທີ່ກົດເກນເຫຼົ່ານີ້ສອນພວກເຮົາແມ່ນຄວາມສໍາຄັນຂອງຄວາມສະ
ໝັ່ງສະເໝີ.
ການອ່ານບົດພາວະນາພ້ອມໆ ເທົ່າໃດທີ່ເປັນໄປໄດ້ໃນທຸກໆມື້ ໃດຍບໍ່ຂາດ
ເປັນສິ່ງທີ່ດີກວ່າການສວດບົດໃຫຍ່ໆເປັນບາງຄັ້ງບາງຄາວຕາມອາລົມ.

ບົດພາວະນາຕອນເຊົ້າ

ເມື່ອຕົ້ນນອນ, ໃຫ້ລູກຈາກບ່ອນນອນໂດຍບໍ່ຂີ້ຄ້ານ,
ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ເຮັດໝາຍກາງເຂນ ແລະ ກ່າວວ່າ:

ໃນນາມພຣະບໍາ, ພຣະບຸດ ແລະ ພຣະຈິດສັກສິດ. ອາແມນ.

ຈາກນັ້ນໃຫ້ຢືນສະຫງົບຈັກບົດໜຶ່ງ ແລະ ກ່າວບົດພາວະນາສັ່ນ:

ຂ້າແຕ່ພຣະເຢຊູຄຣິດ, ພຣະບຸດຂອງພຣະເຈົ້າ,
ຂ້າຊົງໃຜດເມດຕາຂ້ານ ອຍຜູ້ເປັນຄົນບາບດ້ວຍເທົ່ານັ້ນ.

ແລ້ວເລີ່ມຕົ້ນບົດພາວະນາຕອນເຊົ້າດັ່ງນີ້:

ຂ້າແຕ່ ພຣະເຢຊູ ຄຣິດ, ພຣະບຸດຂອງພຣະເຈົ້າ,
ໂດຍຜ່ານການວົງວອນຂອງພຣະມານດາຜູ້ບໍລິສຸດແລະ
ບັນດານັກບຸນທັງຫຼາຍ, ຂໍຊົງໃຜດເມດຕາພວກເຮົາດ້ວຍເທີ້ນ.
ອາແມນ.

ສັນລະເສີນພຣະອົງ, ພຣະເຈົ້າຂອງພວກເຮົາ, ສັນລະເສີນພຣະອົງ.

ຂ້າແຕ່ ພຣະມາກສັດແຫ່ງສະຫວັນ, ພຣະຜູ້ປອບໂຍນ,
ພຣະຈິດແຫ່ງຄວາມຈິງ, ພຣະອົງຜູ້ສະຖິດຢູ່ທຸກຫົນແຫ່ງແລະ
ເຕັມລົ້ນໃນທຸກສິ່ງ. ຄົງແຫ່ງພຣະພອນແລະ
ພຣະຜູ້ປະທານຊີວິດ: ຂໍອັນເຊັ່ນພຣະອົງສະຖິດຢູ່ກັບພວກເຮົາ,
ຊໍາລະພວກເຮົາໃຫ້ພື້ນຈາກມືນທົນທັງປວງ, ແລະ
ຂໍຊົງໃຜດຊ່ວຍວິໄຍຂອງພວກເຮົາໃຫ້ພື້ນດ້ວຍເທີ້ນ,
ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ຊົງເມດຕາ.

ບົດພາວະນາເຖົ້າພຣະຕີເອກ (Holy Trinity)

ພຣະເຈົ້າຜູ້ສັກສິດ! ພຣະຜູ້ຊົງລິດອໍານາດສັກສິດ!
ພຣະຜູ້ເປັນອະມະຕະສັກສິດ! ຂໍຊົງໃຜດເມດຕາພວກເຮົາດ້ວຍເທີ້ນ.
(3 ເທີ້ນ)

ສັນລະເສີນພຣະບົດາ, ພຣະບຸດ ແລະ ພຣະຈິດສັກສິດ,
ທັງໃນປັດຈຸບັນ, ຕະຫຼອດໄປ ແລະ ຊົງຢູ່ພ້ອມກັນສະຫຼາຍ. ອາແມນ.

ຂ້າແຕ່ ພຣະຕີເອກອັນສັກສິດ! ຂໍຊົງໃຜດເມດຕາພວກເຮົາ!
ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ຂໍຊົງຊໍາລະບາບຂອງພວກເຮົາ!
ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ຄຸ້ມຄອງ, ຂໍຊົງອະໄພໃນຄວາມຜິດຂອງພວກເຮົາ!
ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ສັກສິດ, ຂໍຊົງຢືນຢັນຢາມ ແລະ
ຮັກສາຄວາມອົ່ວຂອງພວກເຮົາ
ເພື່ອເຫັນແກ່ພຣະນາມຂອງພຣະອົງ.

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ຂໍຊົງໃຜດເມດຕາ! (3 ເທີ້ນ)

ບົດພາວະນາພຣະບົດາ (Our Father)

ຂ້າແຕ່ ພຣະບົດາຂອງຂ້ານ້ອຍທັງຫຼາຍ ຜູ້ສະຖິດຢູ່ສະຫວັນ:
ຂໍໃຫ້ພຣະນາມຂອງພຣະອົງເປັນທີ່ສັກກາລະບູຊາ,
ຂໍໃຫ້ອານາຈັກຂອງພຣະອົງມາຕັ້ງຢູ່,
ຂໍໃຫ້ເປັນໄປຕາມພຣະປະສົງຂອງພຣະອົງ
ໃນແຜ່ນດິນໂລກເໝືອນດັ່ງໃນສະຫວັນ.
ຂໍປະທານອາຫານປະຈຳວັນແກ່ຂ້ານ້ອຍທັງຫຼາຍໃນວັນນີ້,
ຂໍຊົງອະໄພໃຫ້ຂ້ານ້ອຍເໝືອນຂ້ານ້ອຍອະໄພໃຫ້ຜູ້ນໍາຜິດ,

ຂໍຢ່າປ່ອຍໃຫ້ຂ້ານ້ອຍແພ້ການຜະຈົນ,
ແຕ່ຂໍໃຫ້ພື້ນຈາກຄວາມຊົ່ວຮ້າຍດ້ວຍເພື່ອນ.

ບົດເພງສັນລະເສີນທີ 50 (Psalm 50)

ຂ້າແຕ່ພຣະເຈົ້າ, ຂໍຊົງໃຜດເມດຕາຂ້ານ້ອຍ
ຕາມຄວາມຮັກສິນໝັ້ນຄົງຂອງພຣະອົງ;

ຂໍຊົງລົບລ້າງຄວາມຜິດຂອງຂ້ານ້ອຍ
ຕາມພຣະເມດຕາອັນຍິ່ງໃຫຍ່ຂອງພຣະອົງ.

ຂໍຊົງລ້າງຂ້ານ້ອຍໃຫ້ສະອາດຈາກຄວາມຊົ່ວຮ້າຍ, ແລະ
ຊໍາລະຂ້ານ້ອຍໃຫ້ພື້ນຈາກບາບ!

ເພາະຂ້ານ້ອຍຮູ້ຈັກຄວາມຜິດຂອງຕົນເອງດີ, ແລະ
ບາບຂອງຂ້ານ້ອຍກໍຢູ່ຕົວໝັ້ນຂ້ານ້ອຍສະເໝີ...

ຂ້າແຕ່ພຣະເຈົ້າ, ຂໍຊົງສ້າງດວງໃຈອັນບໍລິສຸດພາຍໃນຂ້ານ້ອຍ,

ແລະຂໍຊົງປະທານພຣະຈິດອັນບໍ່ບົງບໍ່ໄວ້ໃນຕົວຂ້ານ້ອຍໃໝ່.

ຂໍຢ່າຂັບໄລ່ຂ້ານ້ອຍອອກຈາກເບື້ອງພຣະພັກຂອງພຣະອົງ,

ແລະຂໍຢ່າຖອນພຣະຈິດສັກສິດຂອງພຣະອົງອອກຈາກຂ້ານ້ອຍເລີຍ.

ຂໍຊົງປະທານຄວາມສຸກແຫ່ງການຊົ່ວໃຫ້ພື້ນຂອງພຣະອົງແກ່ຂ້ານ້ອຍຄືນໃໝ່,

ແລະຊົ່ວພຣະອົງຂ້ານ້ອຍດ້ວຍພຣະຈິດທີ່ເຕັມໃຈຮັບໃຊ້.

ບົດປະກາດຄວາມເຊື່ອ (The Creed)

ຂ້າພະເຈົ້າເຊື່ອໃນພຣະເຈົ້າອົງດຽວ, ພຣະບໍດາຜູ້ສ້າງລັດອໍານາດສັກສິດ,
ພຣະຜູ້ສ້າງພື້ນຖານສະຫວັນ ແລະ ແຜ່ນດິນໂລກ, ທັງສິ່ງທີ່ເຫັນໄດ້ ແລະ
ເຫັນບໍ່ໄດ້.

ແລະເຊື່ອໃນພຣະຢີຊູຄຣິດເຈົ້າ, ພຣະບຸດອົງດຽວຂອງພຣະເຈົ້າ,
ຜູ້ບຸກບັງຄັບຈາກພຣະບໍດາກ່ອນກາລະສະໄໝທົ່ວໆ.
ພຣະອົງເປັນຄວາມສະຫວ່າງຈາກຄວາມສະຫວ່າງ, ພຣະເຈົ້າແບບຈາກພຣະເຈົ້າແບບ,

ຜູ້ບັງເກີດມາໂດຍບໍ່ໄດ້ຖືກສ້າງຂຶ້ນ,
ຜູ້ມີເນື້ອເກີດດ້ວຍກັນ ບຸກລະບຸດາ,
ໂດຍຜ່ານພຣະອົງທຸກສິ່ງຈຶ່ງຖືກສ້າງຂຶ້ນ. ເພື່ອພວກເຮົາທັງຫຼາຍ ແລະ
ເພື່ອຊ່ວຍພວກເຮົາໃຫ້ພົ້ນ, ພຣະອົງໄດ້ເລັກລົງມາຈາກສະຫວັນ.
ໂດຍອໍານາດຂອງພຣະຈິດສັກສິດ,
ພຣະອົງໄດ້ຮັບເອົາກາຍໃນຄັ້ງຂອງພຣະນາງມາຣີອາ ພົມມະຈາລີ ແລະ
ໄດ້ບັງເກີດເປັນມະນຸດ. ໃນສະໄໝຂອງບອນຊີໂອປິລາໂຕ,
ພຣະອົງໄດ້ຖືກຄົງໄວ້ ກາງເຂນເພື່ອພວກເຮົາ, ພຣະອົງໄດ້ທົນທຸກທໍລະມານ
ແລະຖືກຝັງໄວ້. ໃນວັນທີ່ສາມ
ພຣະອົງໄດ້ຊົງຄືນພຣະຊົນມາໃໝ່ ຕາມພຣະຄໍາພີ. ພຣະອົງໄດ້ເລັກຂຶ້ນສະຫວັນ
ແລະສະຖິດຢູ່ເບື້ອງຂວາຂອງພຣະບໍດາ.
ພຣະອົງຈະເລັກມາໃໝ່ ດ້ວຍພຣະສະຫງ່າລາສີເພື່ອພົບພາກສາທັງຄົນເປັນ ແລະ
ຄົນຕາຍ, ແລະ ອານາຈັກຂອງພຣະອົງຈະບໍ່ມີວັນສິ້ນສຸດ.

ແລະຂ້າພະເຈົ້າເຊື່ອໃນພຣະຈິດສັກສິດ, ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ ແລະ
ພຣະຜູ້ປະທານຊີວິດ, ຜູ້ມາຈາກພຣະບໍດາ. ພຣະອົງໄດ້ຮັບການນະມັດສະການ
ແລະສັນລະເສີນຮ່ວມກັບພຣະບໍດາ ແລະ ພຣະບຸດ.
ພຣະອົງໄດ້ຮັບສິ່ງຜ່ານບັນດາປະກາສະກິດ.
ຂ້າພະເຈົ້າເຊື່ອໃນຄຣິສຕະຈັກດົວ, ສັກສິດ, ສາກົນ ແລະ
ສືບຈາກອົກຄະສາວົກ. ຂ້າພະເຈົ້າປະກາດວ່າ
ມື້ສິ້ນລ້ຽງບາບດົວເພື່ອການອະໄພບາບ.
ຂ້າພະເຈົ້າລໍຄອຍການພົ້ນຄືນມາຂອງຄົນຕາຍ ແລະ ຊີວິດໃນໂລກໜ້າ. ອາແມນ.

ບົດພາວະນາຕ່າງໆ

ບົດທີ 1 (ນັກບຸນ ມາຄາຣີອັສຜູ້ຍິ່ງໃຫຍ່):

ຂ້າແຕ່ພຣະເຈົ້າ, ຂໍຊົງຊ່ວຍຂ້ານ້ອຍຜູ້ເປັນຄົນບາບດ້ວຍເທື່ອນ,
ເພາະຂ້ານ້ອຍຍັງບໍ່ໄດ້ເຮັດສິ່ງໃດທີ່ດີ ງາມຕໍ່ໜ້າພຣະພໍ່ຂອງພຣະອົງ
ລື່ມ. ຂໍຊົງໃຜດຊ່ວຍຂ້ານ້ອຍໃຫ້ພົ້ນຈາກຄວາມຊົ່ວຮ້າຍ...

ບົດທີ 6 (ນັກບຸນ ບາຊີລຜູ້ຍິ່ງໃຫຍ່):

ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ຊົງລົດອໍານາດສັກສິດ...
ພຣະອົງເປັນຄວາມສະຫວ່າງທີ່ບໍ່ມີຈຸດເລີ່ມຕົ້ນ...
ຂໍຊົງໃຜດຮັບຄໍາພາວະນາຈາກປາກອັນມີມົນທົນຂອງພວກເຮົາ.
ຂໍຊົງບົດບໍ່ອຍພວກເຮົາໃຫ້ພົ້ນຈາກບາບທີ່ໄດ້ກະທຳລົງໄປ
ທັງໂດຍຄວາມຕັ້ງໃຈ ແລະ ບໍ່ຕັ້ງໃຈ. ຂໍຊົງຊ່ວຍຮ່າງກາຍ ແລະ
ຈິດວິນຍານຂອງພວກເຮົາໃຫ້ສະອາດ...

ບົດທີ 8 (ບົດເພງເຖິງພຣະມານດາພຣະເຈົ້າ):

ຂ້າພະເຈົ້າຂໍສັນລະເສີນພຣະຄຸນຂອງພຣະນາງ, ຂ້າແຕ່ພຣະມານດາ,
ຂໍຊົງສອນໃຫ້ຂ້າພະເຈົ້າເດີນຕາມທາງແຫ່ງບົດບັນຍັດຂອງພຣະຄຣິດ.
ຂ້າພະເຈົ້າຖືກພັນທະນາການດ້ວຍໄສ້ແຫ່ງບາບ,

ໂດຍການວົງວອນຂອງພຣະນາງ,
ຂໍຊົງບົດບໍ່ອຍຂ້າພະເຈົ້າໃຫ້ເປັນອົດສະຫະດ້ວຍເທື່ອນ!

ພຣະນາງເປັນຜູ້ນໍາພາຄວາມສະຫວ່າງມາສູ່ໂລກ,

ຂໍຊົງສ້ອງສະຫວ່າງໃຫ້ແກ່ດວງວິນຍານທີ່ມີດັບອດຂອງຂ້າພະເຈົ້າ...

ບົດທີ 9 (ເຖິງພຣະເຢຊູຄຣິດເຈົ້າ):

ຂ້າແຕ່ພຣະເຢຊູຄຣິດ, ພຣະຜູ້ຊົງເມດຕາແລະ
ສົງສານຢ່າງຫາທື່ນສູດບໍ່ໄດ້! ດ້ວຍຄວາມຮູ້ກັນຍິ່ງໃຫຍ່,
ພຣະອົງໄດ້ເສດຖະກິດມາບັງເກີດເປັນມະນຸດເພື່ອຊ່ວຍມະນຸດທັງປວງໃຫ້ພົ້ນ..
ຂ້ານ້ອຍເຊື່ອວ່າ: ຜູ້ໃດທີ່ເຊື່ອໃນພຣະອົງຈະມີຊີວິດແລະ
ບໍ່ມີວິນາຍເລີຍ.
ຂ້າໃຫ້ຄວາມເຊື່ອຂອງຂ້ານ້ອຍແທນທີ່ການກະທຳອັນບໍ່ກົມກຽວຂອງຂ້ານ້ອຍ
ດ້ວຍເທື່ອນ...

ບົດທີ 10 (ເຖິງທຸດສະຫວັນປະຈຳຕົວ)

ຂ້າແຕ່ທຸດສະຫວັນຜູ້ສັກສິດ, ຜູ້ຄຸ້ມຄອງວິນຍານແລະ
ຊີວິດອັນເດັ່ນໄປດ້ວຍກິລິດຂອງຂ້ານ້ອຍ:
ຂ້າຢູ່ປະຖົມຂ້ານ້ອຍຜູ້ເປັນຄົນບາບ, ແລະ
ຢູ່ໄດ້ເດີນໜ້າຈາກຂ້ານ້ອຍຍືນຍົງຄວາມບໍ່ຮູ້ຈັກບັງຄັບຕົນເອງຂອງຂ້ານ້ອຍ.
ຂ້າຢູ່ເປັນໂອກາດໃຫ້ມານຮ້າຍເຂົ້າມາຄອບງຳຂ້ານ້ອຍຜ່ານທາງຮ່າງກາຍທີ່
ເນື້ອເປັນອຸໂມສັນ. ຂໍຊົງຊ່ວຍພະຍາຍາມທີ່ອັນແອຂອງຂ້ານ້ອຍແລະ
ນໍາພາຂ້ານ້ອຍໄປສູ່ທາງແຫ່ງຄວາມພົ້ນດ້ວຍເທື່ອນ...

ບົດທີ 11 (ເຖິງພຣະມານດາພຣະເຈົ້າ)

ຂ້າແຕ່ພຣະມານດາພຣະເຈົ້າຜູ້ສັກສິດສູງສຸດ:
ດ້ວຍຄວາມວົງວອນອັນສັກສິດແລະຊົງລົດອຸປະກອນຂອງພຣະນາງ,
ຂໍຊົງຂັບໄລ່ຄວາມສິ້ນຫວັງ, ຄວາມຫຼົງລົງ, ຄວາມເຂົາປັນຍາ,
ຄວາມເມື່ອນເສຍແລະຄວາມຄຸ້ນຄຸ້ນຊື່ວຽກຢາຍທັງປວງອອກຈາກດວງໃຈແລະ
ສະຕິບັນຍາທີ່ມີດັບຂອງຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເທື່ອນ...

ບົດພາວະນາສັ້ນຕ່າງໆ

- ວັນທາມາຣິອາ: ວັນທາມາຣິອາຜູ້ເຕັມດ້ວຍພຣະຫັນສະທານ,
ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າສະຖິດຢູ່ກັບທ່ານ. ທ່ານໄດ້ຮັບພອນກວ່າສະຕິໃດໆ
ແລະພຣະບຸດໃນຄຸນຂອງທ່ານກໍໄດ້ຮັບພອນ,
ເພາະທ່ານໄດ້ບັງເກີດພຣະຜູ້ຊ່ວຍໃຫ້ພົ້ນແກ່ວິໄຍຂອງພວກເຮົາ!
 - ເຖິງນັກບຸນອຸປະຖຳ:
ຂໍຊົງວົງວອນຕໍ່ພຣະເຈົ້າເພື່ອຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເທື່ອນ,
ຂ້າແຕ່ພຣະນັກບຸນ (ຊື່ນັກບຸນຂອງທ່ານ),
ເພາະຂ້ານ້ອຍຮູ້ນຳພາພົບທ່ານຜູ້ເປັນທີ່ພົ້ນແກ່
ຜູ້ຊ່ວຍວົງວອນອັນວ່ອງໄວແກ່ວິໄຍຂອງຂ້ານ້ອຍ!
-

ການລະນຶກເຖິງຜູ້ທີ່ມີຊີວິດຢູ່ ແລະ ຜູ້ທີ່ລ່ວງລັບໄປແລ້ວ

ສໍາລັບຜູ້ທີ່ມີຊີວິດຢູ່:

- ຄຣິສຕະຈັກ: ຂ້າແຕ່ພຣະເຢຊູຄຣິດ, ຂໍຊົງລະນຶກເຖິງຄຣິສຕະຈັກດົວ, ສັກສິດ, ສາກົນ ແລະ ສືບຈາກອົກສະສາວົກ... ຂໍຊົງປະທານສັນຕິສຸກ ແລະ ບົກບ້ອງຄຣິສຕະຈັກໃຫ້ພົ້ນຈາກອຳນາດແຫ່ງນະຣົກຕະຫຼອດໄປ.
- ຜູ້ນໍາທາງສາສະໜາ: ຂໍຊົງຊ່ວຍເຫຼືອ ແລະ ເມດຕາບັນດາພຣະສົງຄະລາດ, ພຣະສົງ, ສົງຄະນານ, ກອນ ແລະ ຜູ້ຮັບໃຊ້ໃນຄຣິສຕະຈັກທັງປວງ... (ກົມຂາບ)
- ຄອບຄົວ ແລະ ຍາດຕິພົນ ນ້ອງ: ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ຂໍຊົງຊ່ວຍເຫຼືອ ແລະ ເມດຕາພົນ ແມ່ຂອງຂ້ານ້ອຍ (ຊື່), ຄູ່ຄອງ (ຊື່), ລູກໆ (ຊື່), ຍາດຕິພົນ ນ້ອງ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນ... ຂໍຊົງປະທານພຣະພອນທັງໃນໂລກນີ້ ແລະ ໂລກໜ້າແກ່ພວກເຂົາດ້ວຍເທີ້ນ. (ກົມຂາບ)

ສໍາລັບຜູ້ທີ່ລ່ວງລັບ:

- ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ຂໍຊົງລະນຶກເຖິງດວງວິນຍານຂອງຜູ້ຮັບໃຊ້ທີ່ລ່ວງລັບໄປແລ້ວ, ພົນ ແມ່ຂອງຂ້ານ້ອຍ (ຊື່), ແລະ ຍາດຕິພົນ ນ້ອງທັງປວງ. ຂໍຊົງອະໄພບາບທັງປວງໃຫ້ພວກເຂົາ, ທັງທີ່ຕັ້ງໃຈ ແລະ ບໍ່ຕັ້ງໃຈ. ຂໍໃຫ້ພວກເຂົາໄດ້ມີສ່ວນໃນຄວາມສຸກ ອັນເປັນນິດອັນຂອງພຣະອົງດ້ວຍເທີ້ນ. (ກົມຂາບ)

ຄໍາສອນທ້າຍ (ກ່າວໝົດເທື່ອ ພ້ອມກົມຂາບ):

"ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ,
ຂໍຊົງປະທານການອະໄພບາບແກ່ບັນພະບຸລຸດ ແລະ
ພົນ ນ້ອງທັງປວງຂອງພວກເຮົາ
ຜູ້ທີ່ຈາກໄປກ່ອນດ້ວຍຄວາມເຊື່ອ ແລະ
ຄວາມຫວັງໃນການພົ້ນຄົ້ນພຣະຊົນ, ແລະ
ຂໍໃຫ້ຄວາມຊົງຈໍາກໍ່ ບົວກັບພວກເຂົາຄົງຢູ່ຕະຫຼອດໄປຊົ່ວການລະນານເທີ້ນ."

ບົດພາວະນາໃນເວລາກິນເຂົ້າ (Prayers at the Table)

ກ່ອນອາຫານເຊົ້າ

ຂ້າແຕ່ພຣະຕີເອກອັນສັກສິດ,
ຂໍຊົງໃຜດເມດຕາພວກເຮົາດ້ວຍເທີ້ນ! ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ,
ຂໍຊົງຊ່ວຍບາບຂອງພວກເຮົາ! ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ຄຸ້ມຄອງ,
ຂໍຊົງອະໄພໃນຄວາມຜິດຂອງພວກເຮົາ! ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ສັກສິດ,
ຂໍຊົງຢືນຢັນ ແລະ ຮັກສາຄວາມອົ່ວ ອັນແອຂອງພວກເຮົາ
ເພື່ອເຫັນແກ່ພຣະນາມຂອງພຣະອົງ.

ຂ້າແຕ່ ພຣະເຢຊູ ຄຣິດ, ຂໍ ຊົງ ສວຍພອນອາຫານ ແລະ
ເຄື່ອງດື່ມ ຂອງ ຜູ້ ຮັບໃຊ້ ພຣະອົງ,
ເພາະພຣະອົງ ຊົງ ສັກສິດສະເໜີ, ທັງໃນບັດຈ, ບັນ ແລະ ຕະຫຼອດໄປ.
ອາແມນ.

ຫຼັງອາຫານເຊື້ອ

ພຣະນາງ ຊົງກົດກວ່າ ພວກເຄຣູບິນ (Cherubim) ແລະ
ຊົງສະຫງ່າລາສີກວ່າ ພວກເຊຣາຟິນ (Seraphim).
ພຣະນາງ ຜູ້ ບັງເກີດພຣະຄໍາແຫ່ງພຣະເຈົ້າ ໂດຍຍັງຄົງຄວາມບໍລິສຸດ,
ດ: ຂ້າແຕ່ ພຣະມານດາພຣະເຈົ້າແທ້, ພວກເຮົາຂໍສັນລະເສີນພຣະນາງ.

ກ່ອນອາຫານສວຍ

(ສວດບົດ ພຣະບົດາຂອງຂ້ານ ອຍທັງຫຼາຍ)

ຂ້າແຕ່ ພຣະເຢຊູ ຄຣິດ, ຂໍ ຊົງ ສວຍພອນອາຫານ ແລະ
ເຄື່ອງດື່ມ ຂອງ ຜູ້ ຮັບໃຊ້ ພຣະອົງ... ອາແມນ.

ຫຼັງອາຫານສວຍ

ພວກເຮົາຂອບພຣະຄຸນພຣະອົງ, ຂ້າແຕ່ ພຣະເຢຊູ ຄຣິດ,
ທັງ ຊົງໃຫ້ພວກເຮົາ ອີ້ມໝໍ້ ລາວ ດ້ວຍພຣະພອນແຫ່ງໂລກນີ້.
ຂໍຢູ່ໃຫ້ພວກເຮົາ ຂາດຈາກອານາຈັກສະຫວັນ ຂອງພຣະອົງເລີຍ...
ອາແມນ.

ກ່ອນອາຫານແລງ

ຄົນທຸກຄົນຈະໄດ້ກິນຈົນເຮື້ມ, ແລະ
ຜູ້ທຸກໆ ສະແຫວງຫາພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ ຈະສັນລະເສີນພຣະອົງ;
ຂໍໃຫ້ ດວງໃຈຂອງພວກເຮົາ ມີຊີວິດຢູ່ຕະຫຼອດໄປ!

ຫຼັງອາຫານແລງ

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ,
ພຣະອົງ ຊົງເຮັດໃຫ້ພວກເຮົາ ຊື່ນຊົມ ຍິນດີດ້ວຍກິດຈະການຂອງພຣະອົງ.
ພຣະອົງ ຊົງປະທານຄວາມສຸກໄວ້ໃນໃຈຂອງຂ້ານ ອຍ...
ຂ້ານ ອຍຈະນອນລົງ ແລະ ຫຼັບໄປຢູ່ ທຸກໆ ເບື້ອງ;
ເພາະມີພົງພຣະອົງ ຈົດບົດໃຫ້ຂ້ານ ອຍ ອາໄສຢູ່ ດ້ວຍຄວາມ
ມຫວັງ.

ບົດເພງສັນລະເສີນ (Psalms)

ບົດເພງສັນລະເສີນທິ ຜົນ (Psalm 69)

ຂ້າແຕ່ ພຣະເຈົ້າ, ຂໍ ຊົງໃຜດຊ່ວຍຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເທື່ອນ!

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ຂໍ ຊົງຟ້າວມາຊ່ວຍຂ້ານ້ອຍ!

ຂໍໃຫ້ ຜູ້ທີ່ ສະແຫວງຫາພຣະອົງໄດ້ ຊື່ ນຊົມຍົນດີໃນພຣະອົງ!

ຂ້ານ້ອຍນີ້ ທຸກຍາກ ແລະ ຂັດສົນ; ຂ້າແຕ່ ພຣະເຈົ້າ,
ຂໍ ຊົງຟ້າວມາຫາຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເທື່ອນ!

ບົດເພງສັນລະເສີນທິ 142 (Psalm 142)

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ຂໍ ຊົງຟ້າວມາຊ່ວຍຂ້ານ້ອຍ;

ຂໍ ຊົງ ບົງໂສດຟ້າວມາ ຈົ່ງວອນຂອງຂ້ານ້ອຍ ດ້ວຍຄວາມສັດຊື່ ແລະ
ຄວາມທົ່ວທຸກ ຂອງພຣະອົງ!

ຂໍ ຍ່າ ຕັດສິນຜູ້ ຮັບໃຊ້ ຂອງພຣະອົງ;
ເພາະບໍ່ມີ ຜູ້ໃດທີ່ ມີ ຊີວິດ ຢູ່ ຈະບໍ່ລົງສຸດຕໍ່ ໜ້າພຣະອົງ
ດັ່ງນັ້ນ.

...ຂໍ ຊົງສອນໃຫ້ ຂ້ານ້ອຍ ເຮັດຕາມພຣະປະສົງຂອງພຣະອົງ,
ເພາະພຣະອົງເປັນພຣະເຈົ້າຂອງຂ້ານ້ອຍ!

ຂໍໃຫ້ ພຣະຈິດອັນດີ ງາມຂອງພຣະອົງ ນຳພາຂ້ານ້ອຍໄປໃນທາງທີ່ ບໍ່
ບົງທຸກ ດ້ວຍເທື່ອນ.

ບົດເພງສັນລະເສີນພຣະເຈົ້າ (The Doxology)

ສັນລະເສີນພຣະເຈົ້າໃນສະຫວັນຊັ້ນຟ້າສູງສຸດ,

ແລະ ສັນຕິສຸກໃນແຜ່ນດິນໂລກແກ່ມະນຸດຜູ້ມີຈິດໃຈດີ.

ພວກເຮົາສັນລະເສີນພຣະອົງ! ພວກເຮົາຖວາຍພອນພຣະອົງ!

ພວກເຮົາສົມໃສ່ພຣະອົງ! ພວກເຮົາສັນລະເສີນພຣະສະຫງ່າລາສີພຣະອົງ!

ພວກເຮົາຂອບພຣະຄຸນພຣະອົງ ເພາະພຣະສະຫງ່າລາສີອັນຍິ່ງໃຫຍ່ຂອງພຣະອົງ!

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ພຣະມາກສັດແຫ່ງສະຫວັນ,
ພຣະເຈົ້າພຣະບໍດີຜູ້ຊົງລົດອຸກາດສຸກສິດ!

ຂ້າແຕ່ ພຣະເຢຊູ ຄຣິດ, ພຣະບຸ ດອົງດົວຂອງພຣະເຈົ້າ, ແລະ ພຣະຈິດສັກສິດ!

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ ເປັນເຈົ້າ, ພຣະເຈົ້າ, ລູກແກ້ຂອງພຣະເຈົ້າ,
ພຣະບຸ ດຂອງພຣະບິດາ,

ພຣະອົງຜູ້ ຊົງລົບລ້າງບາບຂອງໂລກ, ຂໍ ຊົງໃຜດເມດຕາພວກເຮົາດ້ວຍເກື້ອນ!

ພຣະອົງຜູ້ ຊົງລົບລ້າງບາບຂອງໂລກ,
ຂໍ ຊົງຮັບຄຳວ່າວຽນຂອງພວກເຮົາດ້ວຍເກື້ອນ.

ພຣະອົງຜູ້ ສະຖິດຢູ່ ເບື້ອງຂວາຂອງພຣະບິດາ,
ຂໍ ຊົງໃຜດເມດຕາພວກເຮົາດ້ວຍເກື້ອນ!

ເພາະມີພົງພຣະອົງອົງດົວທີ່ ສັກສິດ,
ມີພົງພຣະອົງອົງດົວທີ່ ເປັນພຣະຜູ້ ເປັນເຈົ້າ,

ມີພົງພຣະອົງອົງດົວ, ຂ້າແຕ່ ພຣະເຢຊູ ຄຣິດ, ຜູ້ ສູງສຸດ
ໃນພຣະສະຫງ່າລາສີ ຂອງພຣະເຈົ້າພຣະບິດາ. ອາແມນ!

ຄໍາອະທິຖານປະຈຳຄືນ:

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ ເປັນເຈົ້າ, ຂໍ ຊົງໃຜດໃຫ້ພວກເຮົາໃນຄືນນີ້
ໄດ້ຮັບການປົກປ້ອງໃຫ້ພົ້ນຈາກບາບທັງປວງ!

ຂໍໃຫ້ ພຣະເມດຕາຂອງພຣະອົງສະຖິດຢູ່ ກັບພວກເຮົາ,
ເໝືອນດັ່ງທີ່ ພວກເຮົາວາງຄວາມຫວັງໄວ້ໃນພຣະອົງ.

ຂໍ ຊົງສອນໃຫ້ຂ້ານ້ອຍເຂົ້າໃຈບົດບັນຍັດຂອງພຣະອົງ!

ຂໍ ຊົງສ້າງສະຫວ່າງໃຫ້ຂ້ານ້ອຍດ້ວຍກິດເກນຂອງພຣະອົງ!

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ ເປັນເຈົ້າ,
ພຣະເມດຕາຂອງພຣະອົງຄົງຢູ່ ຕະຫຼອດໄປ!
ຂໍ ຢ່າປະລະຜົນງານແຫ່ງພຣະຫິດຂອງພຣະອົງເລີຍ!

ພິທີສວດມືນຕອນແລງ (Compline)

(ບົດປະກາດຄວາມເຊື່ອ - ສວດຄືກັນກັບພາກເຊື່ອ)

ບົດເພງສັນລະເສີນພຣະມານດາພຣະເຈົ້າ (Theotokos):

ພຣະນາງຊົງກວັດກວ່າພວກເຮົາບິນແລະ
ຊົງສະຫງ່າລາສີກວ່າພວກເຮົາຟື້ນຢ່າງຫາທິ້ງ ບົບບໍ່ໄດ້.

ພຣະນາງຜູ້ບັງເກີດພຣະຄໍາແຫ່ງພຣະເຈົ້າໂດຍຍັງຄົງຄວາມບໍລິສຸດ,
ດ: ຂໍ້ແຕ່ພຣະມານດາພຣະເຈົ້າແທ້, ພວກເຮົາຂໍສັນລະເສີນພຣະນາງ.

ບົດເພງ (Troparia) ສໍາລັບຄືນວັນອາທິດ

ເຖິງເຫຼົ່າທຸກສະຫວັນ:

ພວກເຮົາຜູ້ບໍ່ສົມຄວນ, ຂໍວົງວອນຕໍ່ພວກທ່ານ,
ຂໍ້ແຕ່ເຫຼົ່າອຸມມາທຸກສະຫວັນ: ດ້ວຍຄໍາວົງວອນຂອງພວກທ່ານ,
ຂໍຊົງປົກປ້ອງພວກເຮົາພາຍໃຕ້ປົກຄອງນຊົງສະຫງ່າລາສີ.
ຂໍຊົງຊ່ວຍພວກເຮົາໃຫ້ພົ້ນຈາກໄພອັນຕະລາຍທັງປວງ.

ເຖິງບັນດານັກບຸນ:

ຂໍ້ແຕ່ພຣະເຈົ້າແຫ່ງບັນພະບຸລຸດ, ພຣະອົງຜູ້ຊົງເມດຕາພວກເຮົາສະເໝີ:
ຂໍຢູ່ຖອນພຣະເມດຕາອອກຈາກພວກເຮົາ,
ແຕ່ຂໍຊົງນຳພາຊີວິດຂອງພວກເຮົາໃຫ້ມີສັນຕິສຸກ
ໂດຍຜ່ານຄໍາວົງວອນຂອງບັນດານັກບຸນດ້ວຍເຫຼົ່ານັ້ນ.

ສໍາລັບຜູ້ລ່ວງລັບ:

ຂໍ້ແຕ່ພຣະຄຣິດ,
ຂໍຊົງປະທານການພັກຜ່ອນແກ່ດວງວິນຍານຂອງຜູ້ຮັບໃຊ້ພຣະອົງ
ຮ່ວມກັບບັນດານັກບຸນ, ໃນບ່ອນທີ່ບໍ່ມີຄວາມເຈັບປ່ວຍ,
ບໍ່ມີຄວາມເສົ້າໃສ່ກະຕຸ້ນການຈຸ້ມວ່າ,
ແຕ່ມີພົງຊີວິດອັນເປັນນິລັນຕອນ.

ບົດເພງປະຈໍາວັນ (Daily Troparia)

- ຄືນວັນຈັນ (ເຖິງນັກບຸນຢູ່ກຊາງບັບຕິສະຕາ):
ຄວາມຊົງຈໍາຂອງຜູ້ທີ່ບັງເກີດໄດ້ຮັບການສັນລະເສີນ...
ທ່ານເປັນຜູ້ປະກາດພຣະເຈົ້າໃຫ້ແກ່ຜູ້ທີ່ຢູ່ໃນແດນມໍລະນາ...
ຂໍຊົງວົງວອນເພື່ອພວກເຮົາດ້ວຍເຫຼົ່ານັ້ນ.
- ຄືນວັນອັງຄານ (ເຖິງພຣະມາກກຸເຊນ):
ຂໍ້ແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ຂໍຊົງຊ່ວຍປະຊາກອນຂອງພຣະອົງໃຫ້ພົ້ນ
ແລະອວຍພອນມໍລະດົກຂອງພຣະອົງ...
ຂໍປະທານໄຊຊະນະແກ່ຄຣິດສະຕູບົນອໍໂທດອກເໝືອນດັບທັງປວງ.
- ຄືນວັນພຸດ (ເຖິງເຫຼົ່າອົງຄະສາວົກແລະນັກບຸນນິໂອລສ):
ຂໍ້ແຕ່ເຫຼົ່າອົງຄະສາວົກຜູ້ສັກສິດ,
ຂໍຊົງວົງວອນຕໍ່ພຣະເຈົ້າຜູ້ຊົງເມດຕາ
ເພື່ອປະທານການອະໄພບາບແກ່ວິໄນຂອງພວກເຮົາ...
ຂໍ້ແຕ່ທ່ານພົ້ນໂອລສ,
ຂໍຊົງວົງວອນເພື່ອຄວາມພົ້ນຂອງພວກເຮົາດ້ວຍເຫຼົ່ານັ້ນ.
- ຄືນວັນສຸກ (ເຖິງບັນດານັກບຸນແລະຜູ້ຕາຍ):
ຂໍ້ແຕ່ເຫຼົ່າອົງຄະສາວົກ, ນັກບຸນຜູ້ຍອມສະລະຊີວິດແລະ
ປະກາສະກິດ... ຂໍຊົງວົງວອນຕໍ່ພຣະຜູ້ຊົງດຶງມາ
ເພື່ອຄວາມພົ້ນຂອງວິໄນພວກເຮົາ.

ບົດເພງປະຈຳວັນເສົາ (Troparia & Kontakia ຕາມທຳນອງ 1-8)

(ຕົວຢ່າງບາງທຳນອງ)

- ທຳນອງທີ 1: ເມື່ອຫົນຖືກປັດກາດໂດຍພວກຢົວ...
ພຣະອົງໄດ້ຟື້ນຄືນພຣະຊົນໃນວັນທີສາມ, ປະທານຊີວິດແກ່ໂລກ...
ສັ່ນລະເສີນການຟື້ນຄືນພຣະຊົນຂອງພຣະອົງ, ຂ້າແຕ່ພຣະຄຣິດ!
- ທຳນອງທີ 2: ເມື່ອພຣະອົງເສດລົງສູ່ຄວາມຕາຍ,
ຂ້າແຕ່ຊີວິດອັນເປັນອະມະຕະ,
ພຣະອົງໄດ້ທຳລາຍນະຣົກດ້ວຍລັດສະໝີແຫ່ງພຣະເຈົ້າຂອງພຣະອົງ!

ບົດພາວະນາຂອງນັກບຸນບາຊິລຜູ້ຍິ່ງໃຫຍ່ (Saint Basil the Great)

ຂ້າແຕ່ພຣະເຢຊູຄຣິດ, ພຣະເຈົ້າຂອງພວກເຮົາ,
ພຣະອົງຜູ້ໄດ້ຮັບການນະມັດສະການແລະສັ່ນລະເສີນໃນທຸກເວລາແລະ
ທຸກແຫ່ງຫົນ; ພຣະອົງຜູ້ຊົງມີຄວາມອົດທົນແລະ
ເມດຕາຢ່າງຫຼາຍທີ່ສຸດບໍ່ໄດ້... ຂໍຊົງຮັບຄຳພາວະນາຂອງພວກເຮົາໃນເວລານີ້,
ແລະນຳພາຊີວິດຂອງພວກເຮົາໃຫ້ເດີນຕາມທາງແຫ່ງບຸນນັກບຸນຂອງພຣະອົງ.
ຂໍຊົງຊ່ວຍລະວັດນິຍາມແລະຮ່າງກາຍຂອງພວກເຮົາໃຫ້ບໍລິສຸດ...
ຂໍຊົງປົກປ້ອງພວກເຮົາດ້ວຍເຫຼົ້າທຸດສະຫວັນຜູ້ສັກສິດດ້ວຍເທື່ອນ.

ບົດພາວະນາຂອງນັກບຸນເອຟຣາອິມ (Saint Ephraim)

(ໃຊ້ໃນຊ່ວງມະຫາພອນ - Great Lent)

1. ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າແລະພຣະຜູ້ຄຸ້ມຄອງຊີວິດຂອງຂ້ານ້ອຍ!
ຂໍຊົງຖອນຈິດວິນຍານແຫ່ງຄວາມຂຶ້ນຄ້ານ, ຄວາມໝັດຫວັງ,
ຄວາມບໍ່ອຳນາດແລະການເວົ້າຂວັນອອກຈາກຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເທື່ອນ.
(ກຶມຂາບ)
2. ແຕ່ຂໍຊົງປະທານຈິດວິນຍານແຫ່ງຄວາມບໍລິສຸດ, ຄວາມຖືກອຸມຕົວ,
ຄວາມອົດທົນແລະຄວາມຮັກແຫ່ງຜູ້ຮັບໃຊ້ຂອງພຣະອົງ. (ກຶມຂາບ)
3. ແມ່ນແລ້ວ, ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າແລະພຣະມາກສິດ!
ຂໍຊົງໃຫ້ຂ້ານ້ອຍເປັນຄວາມຜິດຂອງຕົນເອງແລະ
ບໍ່ຕິດສິນພົນ ອຸ່ງຂອງຕົນ,
ເພາະພຣະອົງຊົງໄດ້ຮັບການສັ່ນລະເສີນຕະຫຼອດໄປເປັນນິດ. ອາແມນ.
(ກຶມຂາບ)

ບົດພາວະນາກ່ອນເຂົ້ານອນ (Prayers Before Sleep)

ບົດວົງວອນເຖິງພຣະມານດາພຣະເຈົ້າ (ໂດຍພຣະສົງ ປໂລ)

ຂ້າແຕ່ພຣະນາງຜູ້ບໍລິສຸດ, ພົມມະຈາລີຜູ້ເປັນຄູ່ຂອງພຣະເຈົ້າ!
ດ້ວຍການບຸກຜັດອັນສະຫງ່າລາສີຂອງພຣະນາງ, ພຣະນາງໄດ້ເຮັດໃຫ້ພຣະເຈົ້າ
ແລະມະນຸດກູ້ໄປຈາກການໄຫຼດົວກັບຕົນ.
ພຣະນາງເປັນຄວາມຫວັງດົວຂອງຜູ້ທີ່ສິ້ນຫວັງ...

ຂໍຢູ່ າເມີນເສຍຕໍ່ ຂ້ານ ອຍຜູ້ ເປັນຄົນບາບ,
ຜູ້ ທີ່ ເຮັດໃຫ້ ຕົນເອງບໍ່ ມີ ຄ່າ ດ້ວຍຄວາມຄິດ ແລະ
ການກະທຳ ທີ່ ສົກກະປົກ...
ຂໍ ຊົງຊ່ວຍປົກປ້ອງ ວິນຍານຂອງຂ້ານ ອຍໃນຍາມຈະສິ້ນໃຈ, ແລະ
ຂໍໃຫ້ ຂ້ານ ອຍໄດ້ ຮັບມໍລະດົກແຫ່ງ ສະຫວັນ ຂອງພຣະບຸດ ຂອງພຣະນາງ ດ້ວຍ
ທັງ ນັ້ນ.

ບົດພາວະນາເຖິງພຣະເຢຊູ ຄຣິດ (ໂດຍນັກບຸນ ອັນຕົໂອກັດ)

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ ເປັນເຈົ້າ, ໃນຂະນະທີ່ ພວກເຮົາ ກໍ່ າລັງຈະນອນ,
ຂໍ ຊົງປະທານການພັກຜ່ອນແກ່ ຮ່າງກາຍ ແລະ ວິນຍານຂອງພວກເຮົາ.
ຂໍ ຊົງປົກປ້ອງພວກເຮົາໃຫ້ ພົ້ນຈາກການຫຼົບໄຫຼ ໃນບາບ...
ຂໍ ຊົງປະທານສະຕິ ບໍ່ ນຍາທິ ແຈ້ງ ໃສ່ ຄວາມຄູ້ ດທົບ ບໍ່ ລົງສຸດ ແລະ
ການນອນຫຼັບ ທີ່ ສະຫງົບ ໂດຍບໍ່ ມີ ສິ່ງ ຊົງ ວຮ້າຍມາລົບກວນ...
ເພື່ອໃຫ້ ພວກເຮົາ ຕື່ມ ນັ້ນ ມາສັນລະເສີນພຣະນາມຂອງພຣະອົງ: ພຣະບໍດາ,
ພຣະບຸດ ແລະ ພຣະຈິດສັກສິດ. ອາແມນ.

ບົດພາວະນາປະຈຳ ວັນ (ຕອນກ່ອນນອນ)

(ເລີ່ມ ດ້ວຍບົດສວດພື້ນຖານ: ພຣະບໍດາຂອງຂ້ານ ອຍທັງຫຼາຍ,
ບົດຖວາຍພອນພຣະຕື່ອກ)

ບົດເພງ (Troparia - ທ່ານອງ 6):

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ ເປັນເຈົ້າ, ຂໍ ຊົງໃຜດເມດຕາພວກເຮົາ ດ້ວຍເທີ້ນ,
ເພາະພວກເຮົາ ເປັນຄົນບາບທີ່ ບໍ່ ມີ ຂໍ້ ອ້າງໃດໆ...
ຂໍ ຊົງຢູ່ າພັງໂກດຮ້າຍຕໍ່ ພວກເຮົາ,
ແຕ່ ຂໍ ຊົງເປັນ ພວກເຮົາ ດ້ວຍຄວາມສົງສານ ແລະ
ຊ່ວຍພວກເຮົາໃຫ້ ພົ້ນຈາກສູດຕູ້...
ເພາະພວກເຮົາ ທັງຫຼາຍເປັນຜົນງານແຫ່ງ ພຣະຫັດຂອງພຣະອົງ.

ບົດພາວະນາຂອງນັກບຸນ ມາຄາຣີ ອັສຜູ້ ຢື່ນໃຫຍ່ (ບົດທີ 1)

ຂ້າແຕ່ ພຣະເຈົ້າຜູ້ ເປັນນົລັດຕອນ ແລະ ມາກສັດແຫ່ງ ສັບພະສິ່ງ!
ຂໍ ຊົງອະໄພບາບທັງປວງທີ່ ຂ້ານ ອຍໄດ້ ກະທຳໃນມື້ນີ້ ທັງ ດ້ວຍການກະທຳ,
ວາຈາ ແລະ ຄວາມຄູ້ ດ. ຂໍ ຊົງຊ່ວຍວິນຍານຂອງຂ້ານ ອຍໃຫ້ ບໍ່ ລົງສຸດ...
ຂໍໃຫ້ ຂ້ານ ອຍໄດ້ ນອນຫຼັບຢູ່ າເປັນສຸກໃນຄືນນີ້
ເພື່ອຈະຕື່ມ ຂຶ້ນມາຮັບໃຊ້ ພຣະນາມອັນສັກສິດຂອງພຣະອົງ.

ບົດພາວະນາເຖິງພຣະຈິດສັກສິດ (ບົດທີ 3)

ຂ້າແຕ່ ພຣະມາກສັດແຫ່ງ ສະຫວັນ, ພຣະຜູ້ ປອບໂຍນ, ພຣະຈິດແຫ່ງ ຄວາມຈິງ:
ຂໍ ຊົງເມດຕາຂ້ານ ອຍຜູ້ ເປັນຄົນບາບ!
ຂໍ ຊົງອະໄພບາບທັງປວງທີ່ ຂ້ານ ອຍໄດ້ ເຮັດໃນມື້ນີ້ ...
ບໍ່ ວ່າຈະເປັນການຜິດຖ້າງກັນ, ການຕັດສິນຄືນອີ້ນ, ຄວາມຈອງຫອງ, ຫຼື
ຄວາມຄູ້ ດທີ່ ບໍ່ ດີ ... ຂໍ ຊົງປະທານການພັກຜ່ອນ ແລະ
ສັນຕິສຸກແກ່ ຂ້ານ ອຍດ້ວຍເທີ້ນ.

ບົດພາວະນາຂອງນັກບຸນຢ່ວນ ຄຣິໂຊສຕົມ (24 ຊົ່ວໂມງ)

(ຕົວຢ່າງບາງສ່ວນ)

- ສໍາລັບກາງເວັນ: ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ,
ຂໍຢືນໃຫ້ຂ້ານ້ອຍຂາດຈາກພຣະພອນແຫ່ງສະຫວັນ...
ຂໍຊົງອະໄພບາບທີ່ຂ້ານ້ອຍໄດ້ເຮັດຜິດໃນໃຈແລະວາຈາ...
- ສໍາລັບກາງຄືນ: ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ,
ຂໍຊົງຮັບຂ້ານ້ອຍໄວ້ໃນການເປັນຄົນກັບໃຈໃໝ່...
ຂໍຊົງປະທານຄວາມຖໍ້າອຸມຕົວ, ຄວາມບໍລິສຸດແລະ
ຄວາມເຊື່ອພໍ້ໃຈແກ່ຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເທີ້ນ.

ບົດປຶດທ້າຍ

- ເຖິງທຸກສະຫວັນປະຈໍາຕົວ: ຂ້າແຕ່ ທຸກສະຫວັນຂອງພຣະຄຣິດ,
ຜູ້ປົກປ້ອງວິນຍານແລະຮ່າງກາຍຂອງຂ້າພະເຈົ້າ:
ຂໍຊົງອະໄພບາບທີ່ຂ້າພະເຈົ້າເຮັດໃນມື້ນີ້ແລະ
ປົກປ້ອງຂ້າພະເຈົ້າໃຫ້ພົ້ນຈາກມານຮ້າຍ...
- ບົດຂອງນັກບຸນອົໂອນິກອັສ: "ຄວາມຫວັງຂອງຂ້ານ້ອຍແມ່ນພຣະບິດາ;
ທັງພໍ່ຂອງຂ້ານ້ອຍແມ່ນພຣະບຸດ;
ການປົກປ້ອງຂອງຂ້ານ້ອຍແມ່ນພຣະຈິດສັກສິດ:
ຂ້າແຕ່ ພຣະຕີເອກອັນສັກສິດ, ສັນລະເສີນພຣະອົງ!"

ອາແມນ.

ບົດພາວະນາຂອງນັກບຸນຢ່ວນແຫ່ງດາມັດ

(ກ່າວໃນຂະນະທີ່ຊີ້ໄປທາງບ່ອນນອນ)

ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ພຣະອົງຜູ້ຊົງຮັກມະນຸດ,
ບ່ອນນອນນີ້ຈະເປັນໂລງສົບຂອງຂ້ານ້ອຍຫຼືບໍ່? ຫຼື
ພຣະອົງຈະຊົງສ້າງສະຫວັນວິນຍານທີ່ທຸກຍາກຂອງຂ້ານ້ອຍດ້ວຍວັນໃໝ່
ອີກວັນໜຶ່ງ? ເບິ່ງແມ່: ໂລງສົບຢູ່ຕໍ່ໜ້າຂ້ານ້ອຍ,
ຄວາມຕາຍຢູ່ຕໍ່ໜ້າຂ້ານ້ອຍ! ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ,
ຂ້ານ້ອຍຢ້ານກົວການຕັດສິນແລະ
ການທົດລະມານອັນບໍ່ມີທັງສິ່ງສຸດຂອງພຣະອົງ,
ແຕ່ຂ້ານ້ອຍກໍຍັງບໍ່ເຊົາເຮັດຄວາມຊື່ວ... ຂ້າແຕ່ ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ,
ຂໍຊົງຊ່ວຍຂ້ານ້ອຍໃຫ້ພົ້ນບໍ່ວ່າຂ້ານ້ອຍຈະສະໜັກໃຈຫຼືບໍ່ກໍຕາມ!

ເມື່ອຈະເອນຕົວລົງນອນ

ຂ້າແຕ່ ພຣະເຢຊູ ຄຣິດ—ພຣະເຈົ້າ, ຂໍຊົງສ້າງສະຫວັນດວງຕາຂອງຂ້ານ້ອຍ,
ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຂ້ານ້ອຍຫຼົບໄປໃນຄວາມຕາຍແລະ
ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ສັດຕູຂອງຂ້ານ້ອຍກ່າວໄດ້ວ່າ: "ເຮົາໄດ້ໄຊຊະນະມັນແລ້ວ."

ບົດພາວະນາເຖິງພຣະມາກາງເຂນອັນສັກສິດ

(ເຮັດໝາຍກາງເຂນໃສ່ 'ບ' ອັນນອນ ແລະ ຕົ້ນເອງ)

ຂໍໃຫ້ພຣະເຈົ້າຊົງລຸກຂຶ້ນ ແລະ
ຂໍໃຫ້ສັດຕູຂອງພຣະອົງແຕກກະຈັດກະຈາຍໄປ!
ຂໍໃຫ້ຜູ້ທີ່ກົດຊົງພຣະອົງຕ້ອງຫຼົບໜີໄປຕໍ່ໜ້າພຣະອົງ!
ເໝືອນດັ່ງຄວັນທີ່ຈາກຫາຍໄປ, ຂໍໃຫ້ພວກເຂົາຈາກຫາຍໄປ.
ເໝືອນດັ່ງຂີ້ເຜີຍທີ່ລະລາຍຕໍ່ໜ້າໄຟ,
ຂໍໃຫ້ຄົນບາບຕ້ອງພົ້ນໄປຕໍ່ໜ້າຜູ້ທີ່ຮັກພຣະເຈົ້າ... ວັນນາ
ພຣະມາກາງເຂນອັນຊົງຄູ່, ນຄືວ່າ ແລະ ປະທານຊີວິດຂອງພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ,
ຜູ້ຂັບໄລ່ຜິດຮ້າຍດ້ວຍອຸປະກອນຂອງພຣະເຢຊູ ຄຣິດເຈົ້າຂອງພວກເຮົາ.

ບົດພາວະນາລະນຶກເຖິງຄົນທັງປວງ

ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ພຣະອົງຜູ້ຊົງຮັກມະນຸດ,
ຂໍຊົງປະໂຫຍດໃຫ້ແກ່ຜູ້ທີ່ກົດຊົງ ແລະ ເຮັດຮ້າຍພວກເຮົາ.
ຂໍຊົງປະທານພຣະພອນແກ່ຜູ້ທີ່ເຮັດດີຕໍ່ພວກເຮົາ.
ຂໍຊົງປະທານຄວາມພົ້ນ ແລະ ຊີວິດນິ້ວນດອນແກ່ພົນນ້ອງ ແລະ
ຍາດຕິພົນນ້ອງຂອງພວກເຮົາ... ຂໍຊົງລະນຶກເຖິງບັນພະບຸລຸດ ແລະ
ພົນນ້ອງທີ່ລ່ວງລ່າງໄປປາກອນ, ແລະ
ຂໍໃຫ້ພວກເຂົາໄດ້ພັກຜ່ອນໃນລັດສະໝີແຫ່ງພຣະພັກຂອງພຣະອົງ.

ບົດເພງກົດເກນສາມບົດ (The Three Canons)

ບົດເພງກົດເກນແຫ່ງການເປັນຄົນກັບໃຈ (Canon of Repentance)

- ບົດວົງວອນ: ຂ້າແຕ່ພຣະເຈົ້າ, ຂໍຊົງໃຜດເມດຕາຂ້ານ້ອຍ,
ຂໍຊົງໃຜດເມດຕາຂ້ານ້ອຍ!
- ເນື້ອຫາ: ຂ້ານ້ອຍມາຫາພຣະອົງດ້ວຍພາລະບາບອັນໜັກໜ່ວງ.
ຂ້ານ້ອຍບໍ່ກ້າແນ່ນແຕ່ຈະເງິນໜ້າເບິ່ງສະຫວັນ...
ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ຂໍຊົງປະທານນໍ້າຕາໃຫ້ຂ້ານ້ອຍ
ເພື່ອໃຫ້ຂ້ານ້ອຍໄດ້ຮັບອົງໃຫຍ່ເສຍໃຈຕໍ່ການກະທຳອັນຊົ່ວຮ້າຍຂອງ
ຕົນ.

ບົດເພງກົດເກນເຖິງພຣະມານດາພຣະເຈົ້າ (Canon to the Theotokos)

- ບົດວົງວອນ: ຂ້າແຕ່ພຣະມານດາພຣະເຈົ້າຜູ້ສັກສິດສູງສຸດ,
ຂໍຊົງຊ່ວຍພວກເຮົາໃຫ້ພົ້ນດ້ວຍເຫຼົ້າ!
- ເນື້ອຫາ: ທ່ານກາງການທົດລອງອັນມາກມາຍ,
ຂ້ານ້ອຍແດ່ນມາຫາພຣະນາງເພື່ອຄວາມພົ້ນ.
ຂໍຊົງເຮັດໃຫ້ພາຍແຫ່ງຄວາມເສົ້າໃສກ ແລະ
ຄວາມວຸ່ນວາຍໃນວິນຍານຂອງຂ້ານ້ອຍສະຫງົບລົງດ້ວຍເຫຼົ້າ.

ບົດເພງກົດເກນເຖິງທູດສະຫວັນປະຈຳຕົວ (Canon to the Guardian Angel)

- ບົດວົງວອນ: ຂ້າແຕ່ທູດສະຫວັນສັກສິດຂອງພຣະເຈົ້າ,
ຜູ້ປົກປ້ອງຂ້ານ້ອຍ,

ຂໍຊົງວົງວອນຕໍ່ ພຣະເຈົ້າເພື່ອຂໍ້ ອຸໂສຍຜູ້ເປັນຄົນບາບດ້ວຍເທື່ອນ!

- ເນື້ອຫາ: ຂໍ້ ອຸໂສຍຕົກຢູ່ ໃນຄວາມຂີ້ ຄ້ານ ແລະ ຄວາມເຂົ້າບໍ່ນຍາ. ຂໍຢືນຢັນ ອຸໂສຍໃຫ້ ຂໍ້ ອຸໂສຍຕົກຢູ່ ນາດໄປ!
ຂໍຊົງນໍາພາຄວາມຄິດຂອງຂໍ້ ອຸໂສຍໃຫ້ ປະຕິບັດຕາມບົດບັນຍັດຂອງພຣະເຈົ້າ.

ບົດເພງຄອນຕາກີ ອອນ (Kontakion - ທໍາ ນອງ 6)

ຂໍ້ າແຕ່ ພຣະມານດາພຣະເຈົ້າ (Theotokos),
ຜູ້ປົກປ້ອງ ອັນໝັ້ນຄົງຂອງຄຣິດສະຕູນ,
ຜູ້ວົງວອນຢ່າງບໍ່ ຢຸດຢັ້ງຕໍ່ ໜ້າພຣະຜູ້ ສັກຍາ:
ຂໍຢືນຢັ້ງ ເມື່ອເຮົາຍັດ ສົງຮ້ອງໄຫ້ ຂອງຄົນບາບຢ່າງພວກເຮົາ,
ແຕ່ ດ້ວຍຄວາມເມດຕາຂອງພຣະນາງ,
ຂໍຊົງຟ້າວມາຊ່ວຍພວກເຮົາຜູ້ ທີ່ ຮ້ອງຫາພຣະນາງດ້ວຍຄວາມເຊື່ອ ອດ້ວຍເທື່ອນ.

ບົດເພງກົດເກນ (Canons) - ພາກທີ 4

ບົດເພງແຫ່ງ ການເປັນຄົນກັບໃຈ:

- ບົດວົງວອນ: ຂໍ້ າແຕ່ ພຣະເຈົ້າ, ຂໍຊົງໃຜດເມດຕາຂໍ້ ອຸໂສຍດ້ວຍເທື່ອນ!
- ເນື້ອຫາ: ຫົນທາງໃນບັດຈຸບັນນັ້ນ ນັກວົງຂວາງ ແລະ ແຕ່ ມໄປດ້ວຍຄວາມສະໜູນ ກະສະໜາ, ແຕ່ ວິໄນສຸດທ້າຍຈະຂຶ້ນມາ ເມື່ອ ອົງນຳນັກຕ້ອງພັດພາກຈາກຮ່າງກາຍ. ໂອ້ ມະນຸດເຮື່ອ! ຈົ່ງລະວັງຄວາມເພດີ ເດີນເຫຼົ້ານັ້ນ ເພື່ອ ອະທິບາຍ ອານາຈັກສະຫວັນ.
ເປັນຫຍັງຈຶ່ງຈຶ່ງກົດຂີ່ ຄົນທຸກຍາກ?
ເປັນຫຍັງຈຶ່ງຈຶ່ງສະສົມຊັບສົມບັດໝື່ອນດັ່ງໂຕເຜີ້ງ?
ສົ່ງເຫຼົ້ານັ້ນ ຈະກາຍເປັນຂີ້ຝຸ່ນໃນໄວໜຶ່ງ.
ຈົ່ງສະແຫວງຫາອານາຈັກຂອງພຣະເຈົ້າເຖິງດີ.

ບົດເພງເຖິງ ທຸກສະຫວັນປະຈຳຕົວ:

- ຂໍ້ າແຕ່ ທຸກສະຫວັນຜູ້ປົກປ້ອງ,
ຂໍຊົງວົງວອນຕໍ່ ພຣະເຈົ້າຜູ້ ກະມະນຸດ ແລະ ຢືນຢັນ ປະລະຂໍ້ ອຸໂສຍເລີຍ!
ຂໍຊົງຮັກສາຊີວິດຂໍ້ ອຸໂສຍໃຫ້ ມີສິນຕິສຸກ ແລະ
ປະທານຄວາມພໍ້ນອນໝັ້ນຄົງແກ່ ຂໍ້ ອຸໂສຍດ້ວຍເທື່ອນ.

ບົດເພງກົດເກນ (Canons) - ພາກທີ 5

ບົດເພງແຫ່ງ ການເປັນຄົນກັບໃຈ:

- ເນື້ອຫາ: ໂອ້ ອົງນຳນັກຕ້ອງພັດພາກຈາກຮ່າງກາຍ!
ຈົ່ງຈຶ່ງໄວ້ວໍ້າເຈົ້າໄດ້ ຕົກເປັນທາດຂອງການຂີ້ຕົວະ, ການໃສ່ຮ້າຍ, ແລະ ຄວາມຊົ່ວຮ້າຍຍ້ອນບາບຂອງເຈົ້າເອງ.
ຮ່າງກາຍຂອງຂໍ້ ອຸໂສຍນັ້ນເຊັ່ນ

ເພາະຂ້ານ້ອຍໄດ້ເຮັດບາບຜ້ານທຸກສ່ວນ: ຕາໄດ້ເບິ່ງ, ຫຼິ້ນໄດ້ຟັງ, ແລະ
ລື້ນໄດ້ກ່າວສິ່ງຊົ່ວຮ້າຍ. ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ຊົ່ວຍໃຫ້ພື້ນ,
ພຣະອົງຜູ້ຊົ່ວຮັບຄືນບາບທີ່ກັບໃຈ,
ຂໍຊົ່ວເມດຕາຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເທື່ອນ!

ບົດເພງເຖິງພຣະມານດາພຣະເຈົ້າ (Theotokos):

- ຂ້າແຕ່ພຣະນາງຜູ້ບໍລິສຸດ, ພຣະມານດາແຫ່ງຄວາມສຸກ,
ຂໍຊົ່ວເຮັດໃຫ້ຫົວໃຈຂອງຂ້ານ້ອຍເຕັມໄປດ້ວຍຄວາມຍິນດີອັນເປັນນິ
ລັນດອນ. ຂໍຊົ່ວປະຖິ້ມບົວຄວາມອ່ອນແອແຫ່ງວິນຍານຂອງຂ້ານ້ອຍ
ໂດຍຜ້ານການຢືນຢັນຢາມ ແລະ ຄໍາວົງວອນຂອງພຣະນາງ.

ບົດເພງກົດເກນ (Canons) - ພາກທີ 6

ບົດເພງແຫ່ງການເປັນຄົນກັບໃຈ:

- ເນື້ອຫາ: ຂ້ານ້ອຍໄດ້ໃຊ້ຊີວິດໃນໂລກນີ້ຢ່າງເສເພ ແລະ
ບໍ່ອຍໃຫ້ວິນຍານຕົກຢູ່ໃນຄວາມມືດ.
ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າຜູ້ເມດຕາ,
ຂໍຊົ່ວຊົ່ວຍຂ້ານ້ອຍໃຫ້ພື້ນຈາກບັງຄັບຮ້ວຍຂອງສັດຕູ.
ມີໃຜແດ່ທີ່ເຮັດບາບເໝືອນຂ້ານ້ອຍ?
ເໝືອນດັ່ງໝູທີ່ມັກນອນໃນຕົ້ມ,
ຂ້ານ້ອຍກຽບໃຊ້ບາບໃນທຸກໆດ້ວຍກັນ!
ຂໍຊົ່ວເຮັດໃຫ້ຂ້ານ້ອຍຂຶ້ນຈາກຕົ້ມແຫ່ງບາບນີ້ດ້ວຍເທື່ອນ.

ບົດເພງຄອນຕາກີອອນ (Kontakion - ທີ່ 6):

- ໂອ້ ວິນຍານຂອງຂ້ານ້ອຍເອົາ! ເປັນຫຍັງເຈົ້າຈຶ່ງສະສົມແຕ່ບາບ?
ເປັນຫຍັງເຈົ້າຈຶ່ງເຮັດຕາມໃຈມານຮ້າຍ?
ຈົ່ງຢຸດຕິສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ແລະ ຫັນກັບມາຫາພຣະເຈົ້າ,
ຮ້ອງໃຫ້ວົງວອນວ່າ: "ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ຊົ່ວເມດຕາ,
ຂໍຊົ່ວໃຜດຶກໂທດໃຫ້ຂ້ານ້ອຍຜູ້ເປັນຄົນບາບດ້ວຍເທື່ອນ!"

ບົດເພງອີກໂສ (Ikos):

- ໂອ້ ວິນຍານເອົາ!
ຈົ່ງໄຕ່ຕູ້ຕູ້ຢູ່ຊົ່ວໂມງແຫ່ງຄວາມຕາຍອັນຂົ່ມຂຶ້ນ ແລະ
ການຕູ້ດສົນສິນໜ້າຢ້ານກົວ.
ເຫຼົ່າທູດສະຫວັນຈະມາຈັບເຈົ້າໄປສູ່ໄຟນະລົກນິລັນດອນ.
ດັ່ງນັ້ນ, ຈົ່ງກັບໃຈກ່ອນທີ່ຈະສາຍເກີນໄປ!

ບົດເພງກົດເກນ (Canons) - ພາກທີ 7

ບົດເພງແຫ່ງການເປັນຄົນກັບໃຈ:

- ເນື້ອຫາ: ໂອ້ ວິນຍານຂອງຂ້ານ້ອຍເອົາ!
ຢ່າວາງໃຈໃນຊັບສົມບັດທີ່ເນື້າເປົ້າອຍໄດ້,

ເພາະເຈົ້າບໍ່ຮູ້ວ່າເຈົ້າຈະລະສົ່ງເຫຼົ່ານັ້ນໄວ້ໃຫ້ໃຜ.
 ຈົ່ງຮູ້ ອົງຫາພຣະຄຣິດວ່າ: "ຂ້າແຕ່ພຣະເຈົ້າ,
 ຂໍຊົງເມດຕາຂ້ານ້ອຍຜູ້ບໍ່ສົມຄວນນີ້ດ້ວຍເທີ້ນ!"
 ຢ່າໄວ້ໃຈໃນສູ່ຂະພາບ ຫຼື ຄວາມງາມທີ່ບໍ່ຈິງຈັງວ່າ,
 ເພາະເຈົ້າເຫັນແລ້ວວ່າ ທັງຄູ່ນັ້ນ ມີແລະ
 ຄົນແຂງແຮງກໍຕ້ອງຕາຍຄືກັນ.

ບົດເພງເຖິງທູດສະຫວັນປະຈຳຕົວ:

- ຂ້າແຕ່ທູດສະຫວັນສັກສິດ,
 ພຣະເຈົ້າໄດ້ມອບວິນຍານອັນບໍລິສຸດຂອງຂ້ານ້ອຍໄວ້ກັບທ່ານ.
 ຂໍຢ່າບໍ່ອຍໃຫ້ວິນຍານນີ້ຖືກທຳລາຍໃນລະຫວ່າງການເດີນທາງ,
 ແຕ່ຂໍຊົງນຳພາຂ້ານ້ອຍໄປສູ່ຫົນທາງແຫ່ງການກັບໃຈໃໝ່.

ບົດເພງກົດເກນ (Canons) - ພາກທີ 8

ບົດເພງແຫ່ງການເປັນຄົນກັບໃຈ:

- ເນື້ອຫາ: ຂ້ານ້ອຍຈະບໍ່ຮ້ອງໄຫ້ໄດ້ແນວໃດເມື່ອຄິດເຖິງຄວາມຕາຍ?
 ຂ້ານ້ອຍໄດ້ເຫັນພີ່ນ້ອງນອນຢູ່ໃນຂຸມຝັງສົບໂດຍປາສະຈາກສະຫງ່າລາສີ.
 ຂ້ານ້ອຍຈະຄາດຫວັງຫຍັງໄດ້ອີກ? ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ,
 ຂໍຊົງປະທານການກັບໃຈໃຫ້ຂ້ານ້ອຍກ່ອນທີ່ເວລາສຸດທ້າຍຈະມາເຖິງ.
 ຂ້ານ້ອຍເຊື່ອວ່າພຣະອົງຈະສະເດັດມາຕັດສິນທັງຄູ່ນັ້ນເປັນແລະ
 ຄົນຕາຍ, ແລະ ທຸກຄົນຈະຕ້ອງຢືນຢູ່ຕໍ່ໜ້າພຣະອົງ. ໃນເວລານັ້ນ
 ຂ້ານ້ອຍຈະໄປຢູ່ໃສ?

ບົດເພງເຖິງພຣະມານດາພຣະເຈົ້າ (Theotokos):

- ຂ້າແຕ່ພຣະນາງພົມມະຈາລີ,
 ຂໍຢ່າຊົງເມດຕາຂ້ານ້ອຍທີ່ຜູ້ເຖິງຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກພຣະນາງ.
 ຂໍຊົງປະໂຫຍດຄວາມອຸ່ນແອແຫ່ງວິນຍານແລະ
 ໂລກໄພທາງຮ່າງກາຍຂອງຂ້ານ້ອຍ
 ເພື່ອໃຫ້ຂ້ານ້ອຍໄດ້ສັນລະເສີນພຣະນາງຕະຫຼອດໄປ.

ບົດເພງກົດເກນ (Canons) - ພາກທີ 9

ບົດເພງແຫ່ງການເປັນຄົນກັບໃຈ:

- ເນື້ອຫາ: ບັດນີ້ຂ້ານ້ອຍຫັນມາຫາພວກທ່ານ,
 ຂ້າແຕ່ເຫຼົ່າທູດສະຫວັນແລະອົງກະທູດສະຫວັນ:
 ຂໍຊົງວິຈວຮອດພຣະຜູ້ສ້າງໃຫ້ບໍ່ອຍວິນຍານຂອງຂ້ານ້ອຍໃຫ້ພີ່ນ້ອງ
 ນຈາກການທຸລະມານນິລັນດອນ.
- ຂ້ານ້ອຍຮູ້ໂຮງໃຫຍ່ທີ່ໜ້າພວກທ່ານ, ຂ້າແຕ່ບັນດາປະກາສະກິດ,
 ອົງກະສາວົກແລະນັກບຸນທັງປວງ:
 ຂໍຊົງຊ່ວຍຂ້ານ້ອຍໃນວິນຍານແຫ່ງການຕັດສິນ
 ເພື່ອໃຫ້ວິນຍານຂອງຂ້ານ້ອຍລອດພົ້ນຈາກອຳນາດຂອງສັດຕູ.

- ຂ້ານ້ອຍຍົກມືຂຶ້ນຫາພວກທ່ານ,
ຂ້າແຕ່ເຫຼົ່ານັ້ນກໍບໍ່ຮູ້ສຶກສະຫງົບໃຈ ແລະ ຜູ້ທີ່ບໍ່ມີຄວາມສະຫງົບໃຈ:
ຂໍຊົງເມດຕາຂ້ານ້ອຍໃນຊົ່ວໂມງທີ່ຂ້ານ້ອຍຈະສົນໃຈດ້ວຍເທົ່ານັ້ນ.

ບົດວົງວອນສຸດທ້າຍເຖິງພະມານດາພຣະເຈົ້າ:

- ຂ້າແຕ່ພະມານດາພຣະເຈົ້າ, ຂໍຊົງຊ່ວຍຂ້ານ້ອຍ
ເພາະຂ້ານ້ອຍວາງຄວາມຫວັງອັນຍິ່ງໃຫຍ່ໄວ້ກັບພຣະນາງ!
ຂໍຊົງວົງວອນຕໍ່ພະບຸດຂອງພຣະນາງ,
ເພື່ອວ່າເມື່ອພຣະອົງສະເດັດມາຕິດສິນ,
ພຣະອົງຈະຊົງປະທານໃຫ້ຂ້ານ້ອຍໄດ້ຢືນຢູ່ເບື້ອງຂວາຂອງພຣະອົງ,
ເຖິງແມ່ນວ່າຂ້ານ້ອຍຈະບໍ່ສົມຄວນກໍຕາມ.

ນີ້ແມ່ນການແປເປັນພາສາລາວສຳລັບບົດເພງກົດເກນ ແລະ
ບົດພາວະນາໃນການກົມຕົວຮັບສິນມະຫາສະນິດ (Preparation for Holy Communion):

ບົດເພງກົດເກນກົມຮັບສິນມະຫາສະນິດ (Canon of Preparation)

ບົດທີ 1 (ທ່ານຮຽງ 2):

- ຂ້າແຕ່ພະຜູ້ເປັນເຈົ້າ,
ຂໍຊົງສ້າງຫົວໃຈອັນບໍລິສຸດໃນຂ້ານ້ອຍ, ແລະ
ປະທານຈິດວິນຍານອັນທົ່ວໄປໃຫ້ແກ່ຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເທົ່ານັ້ນ.
- ຂ້າແຕ່ພະຄຣິດ, ຂໍໃຫ້ສິນມະຫາສະນິດ ແລະ
ພຣະໄລຫິດອັນສັກສິດຂອງພຣະອົງ
ເປັນປັດໄຈແຫ່ງຊີວິດໃຫ້ແກ່ຂ້ານ້ອຍ,
ເພື່ອບໍ່ມີຜິດຂ້ານ້ອຍໃຫ້ພົ້ນຈາກຄວາມທຸກໂຮກທັງປວງ.

ບົດທີ 3:

- ຂ້າແຕ່ພະຄຣິດ, ຂໍຊົງປະທານນໍ້າຕາໃຫ້ຂ້ານ້ອຍ
ເພື່ອຊ່ວຍລ້າງຄວາມສົກກະປົກໃນໃຈ.
ເພື່ອວ່າເມື່ອຂ້ານ້ອຍໄດ້ຮັບການຊ່ວຍເຫຼືອມະໂນທໍາທີ່ດີແລ້ວ,
ຂ້ານ້ອຍຈະສາມາດເຂົ້າຮັບພຣະພອນອັນສັກສິດຂອງພຣະອົງດ້ວຍຄວາມ
ຢືນຢານ ແລະ ຄວາມເຊື່ອ.

ບົດພາວະນາກ່ອນຮັບສິນມະຫາສະນິດ

ບົດພາວະນາທີ 1 (ນັກບຸນບາຊີລຜູ້ຍິ່ງໃຫຍ່):

"ຂ້າແຕ່ພະຜູ້ເປັນເຈົ້າ ແລະ ພຣະເຈົ້າ, ພຣະເຢຊູຄຣິດ,
ບໍ່ເກີດແຫ່ງຊີວິດ ແລະ ຄວາມເປັນອະມະຕະ...
ຂ້ານ້ອຍໄດ້ຮັບດາບຕໍ່ສະຫວັນ ແລະ ຕໍ່ໜ້າພຣະອົງ,

ຂ້ານ້ອຍບໍ່ສົມຄວນທີ່ຈະເງິນໜ້າເບີ່ງລັດສະໝີອັນສູງສົ່ງຂອງພຣະອົງ... ແຕ່ຂໍຊົງຮັບຂ້ານ້ອຍໄວ້ເໝືອນນີ້ທີ່ພຣະອົງຊົງຮັບຍິງໄສເພນີ, ໃຈນ, ຄົນແກ່ບພາສີ ແລະ ລູກລ້າງຜານດ້ວຍເກີ້ນ..."

ບົດພາວະນາທີ 2 (ນັກບຸນຢວານ ຄຣິໂຊສຕົມ):

"ຂ້າແຕ່ພຣະເຈົ້າຂອງຂ້ານ້ອຍ, ຂ້ານ້ອຍຮູ້ດີວ່າຂ້ານ້ອຍບໍ່ສົມຄວນ... ທີ່ຈະໃຫ້ພຣະອົງສະເດັດມາພັກເຊົາຢູ່ພາຍໃຕ້ຫຼັງຄາແຫ່ງວິນຍານຂອງຂ້ານ້ອຍເພາະມັນເຕັມໄປດ້ວຍຄວາມຮຸກຮ້າງ ແລະ ເພພຽງ... ແຕ່ຂໍຊົງສະເດັດລົງມາສູ່ຄວາມຕໍ່າຕັ້ງຂອງຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເກີ້ນ..."

ບົດພາວະນາທີ 6 (ນັກບຸນຊີເມໂອນ ນັກທຳມະວິທະຍາໃໝ່):

"ຈາກຮົມສູງທີ່ສົກກະປົກແລະຫົວໃຈທີ່ຕໍ່າຕັ້ງອຍ... ຂໍຊົງຮັບຄຳພາວະນາຂອງຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເກີ້ນ... ບໍ່ດີ, ຂ້ານ້ອຍກຳລັງກິນພຣະກາຍແລະດື່ມພຣະໂລຫິດຂອງພຣະອົງ... ໂອ້! ຊ່າງເປັນສິ່ງມະຫາດຊະຈັນອັນໜ້າພິສະວົງ! ຂ້ານ້ອຍເປັນພວັງຕົ້ນຫຍ້າ ແຕ່ກັບໄດ້ເຂົ້າສູ່ວນໃນ 'ໄຟ' ອັນລືກລັບໂດຍບໍ່ຖືກເຜົາໄໝ້..."

ຕາຕະລາງການກວດກາວຮັບສິນມະຫາສະນິດ

ຂໍ້ກຳນົດ	ລາຍລະອຽດ
ການຖືສິນສິດອາຫານ	ງົດຊີ້ນ, ນົມ, ໄຂ່ (ປົກກະຕິ 1-3 ວັນກ່ອນ). ອົດອາຫານ ແລະ ນ້ຳຢ່າງເດັດຂາດຕັ້ງແຕ່ທ່ຽງຄືນກ່ອນຮັບສິນ.
ການສາລະພາບບາບ	ຕ້ອງຜ່ານການສາລະພາບບາບເພື່ອຮັບອະນຸຍາດໃຫ້ຮັບສິນມະຫາສະນິດ.
ການພາວະນາ	ສວດບົດເພງກົດເກນສາມບົດ ແລະ ບົດພາວະນາກວມຮັບສິນມະຫາສະນິດ.
ການຄືນດີ	ຕ້ອງສ້າງສັນຕິ ແລະ ຄືນດີກັບຜູ້ທີ່ພວກເຮົາໄດ້ເຮັດໃຫ້ຜິດໃຈຫຼື ເຈັບປວດ.

ໃນຂະນະທີ່ກ້າວເຂົ້າໄປຮັບສິນມະຫາສະນິດ

(ກ່າວໃນໃຈ)

"ເບິ່ງແມ່,
ຂ້ານ້ອຍກໍາລັງກ້າວເຂົ້າໄປຮ່ວມສໍາພັນກັບສະພາວະແຫ່ງພຣະເຈົ້າ.
ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ສ້າງ,
ຂ້ຳຜົງໄໝ້ຂ້ານ້ອຍໃນຂະນະທີ່ຂ້ານ້ອຍຮັບພຣະອົງ, ເພາະພຣະອົງຄື 'ໄຟ'
ທີ່ຈະເຜົາຜານຜູ້ທີ່ບໍ່ສົມຄວນ.
ແຕ່ຂໍຊົງຊໍາລະລ້າງທຸກຮອຍມົນເຫຼືອໃນຕົວຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເກື້ອນ."

"ຂ້າແຕ່ພຣະບູດຂອງພຣະເຈົ້າ, ຂໍຊົງຮັບຂ້ານ້ອຍເຂົ້າຮ່ວມໃນ
'ງານລົງໂທດ' ກັບ'ຂອງພຣະອົງໃນວັນນີ້;
ຂ້ານ້ອຍຈະບໍ່ເປີດເຜີຍຄວາມລັກລັບແກ່ສັດຕູ, ແລະ
ຈະບໍ່ຈຸບພຣະອົງເໝືອນດັ່ງຢູດາ;
ແຕ່ຂ້ານ້ອຍຂໍປະກາດຕົວເໝືອນດັ່ງໂຈນທີ່ກັບໃຈວ່າ:
ຂ້າແຕ່ພຣະຜູ້ເປັນເຈົ້າ, ຂໍຊົງລະນຸກຖົງຂ້ານ້ອຍ
ເມື່ອພຣະອົງສະເດັດເຂົ້າສູ່ອານາຈັກຂອງພຣະອົງດ້ວຍເກື້ອນ."

ບົດພາວະນາຂອບພຣະຄູນຫຼ້າງຮັບສິນມະຫາສະນິດ

"ຂ້ານ້ອຍຂອບພຣະຄູນພຣະອົງ, ຂ້າແຕ່ພຣະເຈົ້າ,
ທີ່ພຣະອົງບໍ່ໄດ້ປະລະຂ້ານ້ອຍຜູ້ເປັນຄົນບາບ,
ແຕ່ຊົງປະທານໃຫ້ຂ້ານ້ອຍໄດ້ຮັບສິ່ງສັກສິດຂອງພຣະອົງ...
ຂໍໃຫ້ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ປົ່ນປົວທັງໝົດ ນຍານແລະຮ່າງກາຍ,
ຂໍບໍ່ໄລ່ສັດຕູທັງປວງ, ແລະ
ສ້ອງສະຫວ່າງດວງຕາແຫ່ງຫົວໃຈຂອງຂ້ານ້ອຍດ້ວຍເກື້ອນ."

ກະລຸນາສະໜັບສະໜູນຂ້າພະເຈົ້າຜ່ານ PayPal ດ້ວຍຄວາມຮັກ ແລະ ການພາວະນາ:
paypal.me/lukengo12