

---

## پروژه گوتنبرگ: کتاب الکترونیکی دعاهای روزانه ارتدکس (Orthodox Daily Prayers)

این کتاب الکترونیکی برای استفاده هر فرد در هر نقطه از ایالات متحده و اکثر نقاط دیگر جهان، به صورت رایگان و تقریباً بدون هیچ گونه محدودیتی در نظر گرفته شده است. شما می‌توانید آن را طبق شرایط مجوز «پروژه گوتنبرگ» که همراه این کتاب الکترونیکی است یا به صورت آنلاین در سایت [www.gutenberg.org](http://www.gutenberg.org) موجود است، کپی کرده، هدیه دهید یا مجدداً استفاده کنید. اگر در ایالات متحده اقامت ندارید، باید قبل از استفاده از این کتاب الکترونیکی، قوانین کشوری را که در آن زندگی می‌کنید بررسی کنید.

- عنوان: دعاهای روزانه ارتدکس (Orthodox Daily Prayers)
- نویسنده: ناشناس
- تاریخ انتشار: ۱۶ ژانویه ۲۰۱۱ [EBook #34981]
- آخرین به‌روزرسانی: ۲۵ سپتامبر ۲۰۲۱
- زبان: انگلیسی
- تیم تولید: جرارد آرتوس، استیون هاتچسون و تیم تصحیح آنلاین (Online Distributed Proofreading Team)

\*\*\* آغاز محتوای کتاب الکترونیکی پروژه گوتنبرگ: دعاهای روزانه ارتدکس \*\*\*

---

دعاهای روزانه ارتدکس

انتشارات حوزه علمیه سنت تیخون

دعاهای روزانه ارتدکس

انتشارات حوزه علمیه سنت تیخون

۱۹۸۲

به چاپ رسیده است

با برکت  
عالی جناب،  
اسقف ارجمند  
هرمن (HERMAN)  
اسقف فیلادلفیا  
و پنسیلوانیای شرقی

فهرست مطالب

- مقدمه
- دعا‌های صبحگاهی
- یادبود زندگان و درگذشتگان
- دعا‌های هنگام صرف غذا
- آیین دعای شامگاهی (Compline)
- دعا‌های پیش از خواب
- سه قانون (The Three Canons)
- قانون آمادگی برای شرکت در عشاء ربانی
- دعا‌های پیش از دریافت عشاء ربانی
- دعا‌های شکرگزاری پس از دریافت عشاء ربانی

این کتاب دعا شامل اساسی‌ترین دعا‌های روزانه یک مسیحی ارتدکس است که عمدتاً از طریق کلیسای روسیه به ما رسیده است، هرچند سنت‌های دیگر ارتدکس نیز در این زمینه بسیار مشابه هستند.

در این کتاب، مزامیر داوود نبی، دعایی که خود خداوند به شاگردانش آموخت، دعا‌های پدران صحرا، اسقف‌ها و معلمان بزرگ کلیسا و همچنین دعا‌های پدران روحانی دوران معاصر را می‌یابیم.

انتشار این دعاها به معنای محدود کردن بیان آزادانه روح مسیحی خطاب به آفریدگار، مریم عذرا (Theotokos) و قدیسان نیست. برعکس، با خواندن این دعاها، ما راه و روش دعا کردن را می‌آموزیم؛ این‌ها به الگوهایی برای دعا‌های شخصی ما تبدیل می‌شوند. اغلب ما می‌خواهیم دعا کنیم اما هیاهوی دنیای اطراف حواسمان را پرت می‌کند، یا ترس و غم چنان ما را در بر می‌گیرد که نمی‌دانیم از کجا شروع کنیم. در این هنگام، با کتاب دعا شروع می‌کنیم و درمی‌یابیم که نه تنها بسیاری از سخنان ما در دعای پیشینیان گنجانده شده، بلکه پس از آن، کلمات خود را برای بیان راز دل می‌یابیم.

هدیه دیگری نیز در کتاب دعا نهفته است. ما به عنوان مسیحیان ارتدکس، همگی اعضای یک پیکر هستیم. ما این وحدت را در آیین‌های کلیسا، به‌ویژه در لیتورژی مقدس، ابراز می‌کنیم. از طریق کتاب دعا، این وحدت به خانه‌های ما برده می‌شود. دعا‌های ما بر بال‌های دعاهایی که قرن‌ها توسط قوم خدا استفاده شده، به پیشگاه تخت الهی می‌رود. ما دیگر تنها دعا نمی‌کنیم.

### قاعده دعا

قواعد دعای بسیاری در طول تاریخ کلیسا شکل گرفته است. هیچ‌گاه یک قاعده مطلقاً یکسان وجود نداشته است. برای مثال، در روسیه قرن نوزدهم، قواعد صومعه‌های مختلف با هم تفاوت داشت. بنابراین، اصطلاح «قاعده دعا» هرگز نباید به عنوان یک محدودیت سخت‌گیرانه تعبیر شود که ارتباط ما با خدا را محدود می‌کند.

آنچه این قواعد به ما می‌آموزند، اهمیت تداوم و نظم در زندگی دعایی است. بهتر است هر روز چند دعای کوتاه را به طور منظم بخوانیم تا اینکه حجم زیادی از دعاها را به صورت نامنظم قرائت کنیم. بهتر است برای برقراری قاعده شخصی خود با یک پدر روحانی مشورت کنید. اگر دسترسی ندارید، با یک قاعده متواضعانه شروع کنید و تنها زمانی آن را افزایش دهید که به بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی‌تان تبدیل شده باشد.

---

## دعاهای صبحگاهی

پس از بیدار شدن، بدون تنبلی از بستر برخیزید و پس از آرامش ذهن، نشان صلیب را رسم کرده و بخوانید:

**به نام پدر، پسر و روح القدس. آمین.**

سپس لحظه‌ای در سکوت بایستید تا تمام حواس آرام گیرند. آنگاه سه بار تعظیم کرده و بگویید:

**خداوندا عیسی مسیح، پسر خدا، بر من گناهکار ترحم فرما.**

سپس دعا‌های صبحگاهی را با این کلمات آغاز کنید:

خداوندا عیسی مسیح، پسر خدا، به شفاعت مادر پاکت و همه قدیسان، بر ما ترحم فرما. آمین.

جلال بر تو ای خدای ما، جلال بر تو.

ای پادشاه آسمانی، ای تسلی‌بخش، ای روح راستی، که در همه جا حاضری و همه چیز را پر می‌کنی؛ ای گنجینه نیکی‌ها و بخشنده زندگی: بیا و در ما ساکن شو، ما را از هر ناپاکی پاک ساز و ای نیکو، جان ما را نجات بخش.

قدوس خدا، قدوس مقتدر، قدوس لایموت، بر ما ترحم فرما. (۳ بار)

جلال بر پدر و پسر و روح القدس، اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین.

ای تثلیث مقدس، بر ما ترحم فرما؛ خداوندا، گناهان ما را پاک ساز؛ ای سرور، خطاهای ما را ببخش؛ ای قدوس، از ضعف‌های ما بازدید کن و به خاطر نامت آن‌ها را شفا بخش.

خداوندا ترحم فرما. (۳ بار)

### دعای ربانی (ای پدر ما)

ای پدر ما که در آسمانی، نام تو مقدس باد. پادشاهی تو بیاید. اراده تو همان‌گونه که در آسمان است، بر زمین نیز اجرا شود. نان روزانه ما را امروز به ما بده؛ و قرض‌های ما را ببخش، چنان که ما نیز قرض‌داران خود را می‌بخشیم؛ و ما را در آزمایش میاور، بلکه از شریر رهایی ده.

چون از خواب برخاسته‌ایم، در برابر تو ای نیکو به خاک می‌افتیم و سرود فرشتگان را می‌سراییم:

قدوس، قدوس، قدوس هستی تو ای خدا؛ به شفاعت مریم عذرا، بر ما ترحم فرما.

جلال بر پدر و پسر و روح‌القدس:

خداوندا، تو مرا از بستر بر خیزاندی، ذهن و قلب مرا روشن ساز و لبانم را بگشا تا بتوانم تو را ستایش کنم، ای تثلیث مقدس: قدوس، قدوس، قدوس هستی تو ای خدا؛ به شفاعت مریم عذرا، بر ما ترحم فرما.

اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین.

دور ناگهان خواهد آمد و اعمال هر کس آشکار خواهد شد؛ اما در نیمه‌شب فریاد برمی‌آوریم: قدوس، قدوس، قدوس هستی تو ای خدا؛ به شفاعت مریم عذرا، بر ما ترحم فرما.

خداوندا ترحم فرما (۱۲ بار).

---

### مزمور ۵۰ (توبه)

ای خدا، بر حسب رحمت خود بر من ترحم فرما؛ و بر حسب کثرت رأفت خویش، گناهانم را محو ساز.

مرا از شرارت کاملاً شستشو ده، و از خطایم پاکم کن.

زیرا که من به تقصیرهای خود اعتراف می‌کنم، و گناهانم همیشه در نظر من است.

به تو، تنها به تو گناه ورزیده‌ام، و آنچه در نظر تو بد است انجام داده‌ام.

ای خدا، دلی پاک در من بیافرین، و روحی مستقیم در بطن من تازه ساز.

مرا از حضور خود مران، و روح قدوس خود را از من بگیر.

شادی نجات خود را به من بازگردان، و با روح سخاوتمند مرا تکیه ده.

لبانم را بگشا، و دهانم حمد تو را اعلام خواهد کرد.

---

### اعتقادنامه (نماد ایمان)

من ایمان دارم به خدای واحد، پدر قادر مطلق، آفریدگار آسمان و زمین و همه چیزهای دیدنی و نادیدنی.

و به خداوند واحد عیسی مسیح، پسر یگانه خدا، مولود از پدر پیش از همه زمان‌ها. نور از نور؛ خدای حقیقی از خدای حقیقی؛ مولود و نه مخلوق؛ هم‌ذات با پدر، که به واسطه او همه چیز آفریده شد.

که برای ما انسان‌ها و برای نجات ما از آسمان فرود آمد و به قدرت روح‌القدس از مریم عذرا تجسم یافت و انسان گردید. در زمان پنتیوس پیلطس برای ما به صلیب کشیده شد، رنج کشید و دفن گشت. و روز سوم بر طبق کتاب مقدس برخاست. به آسمان صعود کرد و بر دست راست پدر نشسته است. و بار دیگر با جلال خواهد آمد تا بر زندگان و مردگان داوری کند؛ که پادشاهی او را پایانی نخواهد بود.

و ایمان دارم به روح‌القدس، خداوند و بخشنده زندگی، که از پدر صادر می‌شود؛ که او را با پدر و پسر پرستش و تمجید می‌کنند.

و به کلیسای واحد، مقدس، جامع و رسولی. به یک تعمیم برای آمرزش گناهان معتمد. منتظر رستاخیز مردگان و زندگی در جهان آینده هستم. آمین.

#### دعای دوم، از سنت ماکاریوس بزرگ

ای نجات‌دهنده، به محض بیداری، سرود نیمه‌شب را به پیشگاه تو تقدیم می‌کنم. زانو زده، تو را می‌خوانم: مگذار در مرگ گناه به خواب روم. بر من ترحم فرما، ای که داوطلبانه مصلوب گشتی. مرا که در تنبلی خفته‌ام، به سرعت برخیزان و هنگامی که به دعا ایستاده‌ام، نجاتم بخش. ای مسیح خداوند، پس از خواب شبانه، روزی بی‌گناه بر من بتابان و مرا رستگار ساز.

#### دعای سوم، از سنت ماکاریوس بزرگ

ای سرور، به محض بیداری به سوی تو می‌شتابم، زیرا تو دوستدار انسان هستی و من در انجام کارهای تو تعجیل می‌کنم. از تو می‌خواهم در هر زمان و در هر امری مرا یاری دهی. مرا از هر شرّ این جهان و از اعمال شیطانی‌هایش رهایی بخش. مرا نجات ده و به پادشاهی ابدی خود هدایت فرما. تویی آفریدگار، تدبیرگر و بخشنده هر نیکی. تمام امید من به توست و تو را تمجید می‌کنم، اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین.

#### دعای چهارم، از سنت ماکاریوس بزرگ

خداوندا، به لطف بی‌کران و سخاوت عظیمت، به من بنده خود اجازه دادی ساعات شب را بدون وسوسه هیچ شری از سوی دشمن پشت سر بگذارم. ای سرور و آفریدگار کل هستی، مرا عطا فرما تا اراده تو را در نور حقیقیات و با قلبی روشن به جا آورم، اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین.

#### دعای پنجم، از سنت ماکاریوس بزرگ

ای خداوند قدیر، که سرود «قدوس» را سه بار از لشکریان آسمانی می‌پذیری: این سرود شبانه را حتی از من بنده ناچیزت بپذیر. مرا عطا فرما که در هر سال و هر ساعت از زندگی‌ام، تو را تمجید کنم؛ پدر، پسر و روح‌القدس، اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین.

#### دعای ششم، از سنت باسیل بزرگ

ای خداوند قدیر، خدای لشکریان آسمانی و کل بشر؛ تو که در اوج بلندی مسکن داری اما به فروتنان می‌نگری، بر اعماق دل و احساسات آگاهی و از پیش بر رازهای انسان واقفی. تویی نور بی‌اغاز، که در آن هیچ دگرگونی یا سایه تغییری نیست. ای پادشاه لایموت، دعاهایی را که اکنون از لبان آلوده به پیشگاهت تقدیم می‌کنیم، بپذیر. ما را از گناهانی که در عمل، گفتار یا پندار، چه دانسته و چه ندانسته مرتکب شده‌ایم، رهایی بخش. ما را از هر ناپاکی تن و جان پاک ساز. به ما عطا فرما که شب طولانی این زندگی فانی را با قلبی بیدار و ذهنی هوشیار پشت سر بگذاریم و در انتظار روز پر جلال ظهور پسر یگانه‌ات، خداوند و نجات‌دهنده ما عیسی مسیح باشیم؛ آن زمان که داور هستی با جلال می‌آید تا به هر کس موافق کردارش جزا دهد. مگذار ما را در حال سقوط و تنبلی بیابد، بلکه هوشیار و مشتاق عمل، آماده ورود به شادی او و تالار آسمانی جلالش باشیم؛ جایی که سرود میهمانان هرگز قطع نمی‌شود و شادی بینندگان زیبایی وصف‌ناپذیر چهره‌ات، با کلام قابل بیان نیست. زیرا تویی نور حقیقی که کل هستی را روشن و تقدیس می‌کنی و تمام آفریدگان تو را تا ابدالآباد می‌ستایند. آمین.

## دعای هفتم، همچنین از سنت باسیل

ما تو را متبارک می‌خوانیم، ای خدای متعال و خداوند رحمت، که همواره کارهای عظیم و کاوش‌ناپذیر برای ما انجام می‌دهی؛ کارهای پر جلال و شگفت‌آوری که شمارش آن‌ها ممکن نیست. تو به ما خواب را بخشیدی تا آرامشی بر ناتوانی ما باشد و از رنج‌های جسم سنگین ما بکاهد. تو را سپاس می‌گوییم که ما را در شرارتان نابود نکردی، بلکه عشق همیشگی‌ات به انسان را ابراز نمودی و ما را که در ناامیدی خفته بودیم بر خیزاندی تا سلطنت تو را تمجید کنیم. از این رو، از مهربانی بی‌کران تو تمنا داریم: افکار و چشمان ما را روشن ساز و ذهن ما را از خواب سنگین تنبلی بیدار کن. لبان ما را بگشا و آن‌ها را از ستایش خود پر ساز، تا بتوانیم بی‌وقفه تو را بسراییم و اعتراف کنیم؛ خدایی که در همه و توسط همه تمجید می‌شوی؛ خدای پدری که بی‌آغاز است، به همراه پسر یگانه‌ات و روح قدوس و بخشنده زندگی‌ات، اکنون و همیشه و تا ابدالابد. آمین.

## دعای هشتم: سرود نیمه‌شب خطاب به مریم عزرائی پاک (Theotokos)

ای بانو، فیض تو را می‌سرایم و از تو می‌خواهم که ذهنم را به فیض خود برکت دهی.

مرا بیاموز تا به راستی در راه فرمان‌های مسیح گام بردارم.

مرا قدرت بخش تا در ستایش تو بیدار بمانم و خواب ناامیدی را از من دور کن.

من در زنجیرهای گناه اسیرم؛ ای عروس خدا، به شفاعت خویش مرا آزاد ساز.

مرا در شب و روز محافظت فرما و از دشمنانی که با من در جنگند رهایی بخش.

تو که خداوند بخشنده زندگی را زاده‌ای، به من که از تازیانه نامیت‌ها مجروحم، زندگی بخش.

تو که نور هرگز خاموش‌ناشدنی را زاده‌ای، روح نابینای مرا روشن ساز.

ای قصر شگفت‌انگیز سرور، مرا به خانه روح الهی بدل کن.

تو که آن طبیب بزرگ را زاده‌ای، جان مرا از سال‌ها اسارت در بند نفس شفا بخش.

من در طوفان زندگی سرگردانم؛ مرا به راه توبه هدایت کن.

مرا از آتش ابدی، از کرم شریر و از هاویه (جهنم) نجات ده.

مگذار که مایه شادی اهریمنان گردم، هرچند که غرق در گناهم.

ای پاک و بی‌عیب، مرا نو ساز، چرا که در گناهان جنون‌آمیز پیر گشته‌ام.

مرا از هر رنج و عذابی دور کن و در پیشگاه سرور هستی برایم دعا کن.

مرا عطا فرما تا در کنار همه قدیسان، از شادی‌های آسمانی بهره‌مند گردم.

ای مریم عزرائی بسیار پاک، صدای بنده بی‌مقدار خود را بشنو.

ای مطهر، به من چشمه‌ای از اشک عطا کن تا لکه‌های روحم را بشویم.

ناله‌های قلبم را بی‌وقفه به تو تقدیم می‌کنم؛ ای بانو، قلب خود را به رویم بگشا!

خدمت دعای مرا بپذیر و آن را به پیشگاه خدای بخشنده ببر.

تو که از فرشتگان والائری، مرا از هیاهوی این جهان فراتر ببر.

ای ابر آسمانی حامل نور، فیض روحانی را به درون من روانه کن.

من لبان و دستانی را که به گناه آلوده‌اند، برای ستایش تو بلند می‌کنم، ای کاملاً بی‌عیب.

مرا از گزندهایی که روح را به فساد می‌کشند رهایی بخش، و با تضرع از مسیح بخواه؛

او که شایسته جلال و پرستش است، اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین.

#### دعای نهم، خطاب به عیسی مسیح

ای عیسی مسیح، خدای بی‌نهایت مهربان و پرشفقت من! تو به خاطر عشق بزرگت، فرود آمدی و جسم پوشیدی تا همگان را نجات دهی. بار دیگر از تو می‌خواهم، مرا به فیض خود نجات بخش! اگر مرا به خاطر اعمالم نجات دهی، این بخشش نخواهد بود بلکه انجام وظیفه است. اما تو در نیکویی و شفقت بی‌همتایی! تو خود گفتی ای مسیح من: «هر کس به من ایمان آورد، زنده خواهد ماند و هرگز نخواهد مرد». اگر ایمان به تو، ناامیدان را نجات می‌دهد، پس اینک من ایمان دارم! مرا نجات ده، زیرا تو خدا و آفریدگار منی. ای خدا، بگذار ایمان من جایگزین اعمالم شود، چرا که هیچ عملی نخواهی یافت که مایه تبرئه من گردد. بگذار ایمانم برای همه چیز کافی باشد؛ بگذار او به جای من پاسخ دهد؛ بگذار او مرا تبرئه کند و مرا در جلال ابدیات سهم گرداند. مگذار شیطان مرا برباید، ای کلمه خدا، و مغرورانه بگوید که مرا از دست تو و گلهات جدا کرده است. ای مسیح، نجات‌دهنده من، مرا نجات ده، چه بخواهم و چه نخواهم! زود بیا، شتاب کن، که من در حال نابودی‌ام! تو از شکم مادرم خدای من بوده‌ای. خداوندا، مرا عطا فرما که اکنون تو را دوست بدارم، همان‌گونه که زمانی گناه را دوست داشتم، و برای تو بدون تنبلی تلاش کنم، همان‌گونه که برای شیطان فریبکار کار می‌کردم. بیش از این، تمام روزهای زندگی‌ام برای تو، خداوند و خدایم عیسی مسیح، کار خواهم کرد؛ اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین.

#### دعای دهم، خطاب به فرشته نگهبان

ای فرشته مقدس، که بر روح بی‌چاره و زندگی پر از لغزش من گماشته شده‌ای: مرا که گناهکارم رها نکن و به خاطر بی‌خوبشنداری‌ام از من دور مشو. مگذار اهریمن شریر از طریق ناتوانی‌های این تن فانی بر من چیره شود. دست ضعیف و ناتوان مرا بگیر و مرا در راه نجات هدایت کن. ای فرشته قدوس خدا، پاسدار و حامی روح و تن رنجور من: مرا به خاطر تمام غم‌هایی که در طول زندگی‌ام به تو چشاند‌ام ببخش. اگر در شب گذشته گناهی کرده‌ام، امروز مرا محافظت فرما. مرا از هر وسوسه و ناملایمتی حفظ کن تا با هیچ گناهی خداوند را ناخشنود نسازم. برای من به درگاه خداوند دعا کن تا مرا در ترس [مقدس] از خود استوار گرداند و مرا که بنده اویم، شایسته نیکویی خویش سازد. آمین.

#### دعای یازدهم، خطاب به مریم عذرای بسیار پاک (Theotokos)

ای مریم عذرای بسیار قدس، بانوی من: به دعاها و مقدس و پرقدرتت، ناامیدی، فراموشی، نادانی، بی‌تفاوتی و تمام افکار ناپاک، پلید و کفرآمیز را از قلب رنجور و ذهن تاریک من بنده فروتن و ناچیزت، دور گردان. آتش خواهش‌های نفسانی مرا خاموش کن، چرا که من فقیر و بی‌چاره‌ام. مرا از خاطرات بی‌شمار و خیال‌پردازی‌های شرورانه رهایی بخش و از هر کردار بد آزادم کن، چرا که تو توسط تمام نسل‌ها متبارک خوانده می‌شوی و نام والای تو تا ابدالآباد پر جلال است. آمین.

- 
- درود بر تو ای مریم، پر از فیض، خداوند با توست. تو در میان زنان متبارک هستی و ثمره بطن تو متبارک است، زیرا تو نجات‌دهنده جان‌های ما را زاده‌ای!
  - ای مادر پر جلال و همیشه پاک‌دهی مسیح خدای ما، دعاهای ما را به پیشگاه پسر و خدای ما ببر، تا به واسطه تو، جان‌های ما را نجات بخشد.
  - ای لشکریان آسمانی، فرشتگان و ارکان قدوس، برای ما گناهکاران دعا کنید.
  - ای رسولان، پیامبران، شهدای پر جلال و همه قدیسان، برای ما گناهکاران دعا کنید.
  - ای قدیس \_\_\_\_\_ (نام قدیس حامی خود را بگویید)، برای من نزد خدا شفاعت کن، چرا که من با اشتیاق به سوی تو می‌آیم، که یاری‌گر و شفیع سریع جان منی!
  - خداوندا، قوم خود را نجات ده و میراث خود را برکت بخش. مسیحیان ارتدکس را بر دشمنان پیروزی عطا فرما و به قدرت صلیب خود، خانه خویش را حفظ نما.

---

حق است و شایسته که تو را متبارک بخوانیم، ای مریم عنرا (Theotokos)، که همواره متبارک و پاکیزه‌ترینی و مادرِ خدای مایی. تو از کروبیان والاتری و از سرافیم‌ها به مراتب پرجلال‌تری؛ تو که کلمه‌ی خدا را در کمالِ طهارت زاده‌ای؛ ای مریم عنرای حقیقی، تو را ستایش می‌کنیم.

جلال بر پدر و پسر و روح‌القدس، اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین.

خداوندا ترحم فرما (۳ بار).

خداوندا عیسی مسیح، پسر خدا، به خاطر شفاعت مادرِ پاکت، پدران روحانی ارجمند و خدایی ما، و همه قدیسان، مرا که گناهکارم نجات بخش. آمین.

---

### دعای صبحگاهی پیران روحانی «اوپتینا» (Optina)

خداوندا، مرا عطا فرما تا با آرامشِ روح، تمام آنچه را که روزِ پیش رو می‌آورد پذیرا باشم. مرا عطا فرما که خود را به طور کامل به اراده مقدس تو بسپارم. در هر لحظه از امروز، مرا در همه چیز راهنمایی و حمایت کن. هر خبری که در طول روز دریافت می‌کنم، به من بیاموز که آن را با روحی آرام و ایمانی راسخ بپذیرم که همه چیز تحت اراده توست. افکار و احساسات مرا در تمام سخنان و اعمال هدایت فرما. در تمام وقایع غیرمنتظره، مگذار فراموش کنم که همه چیز از سوی تو فرستاده شده است. مرا عطا فرما که با هر یک از اعضای خانواده‌ام با صداقت و خرد رفتار کنم، بی‌آنکه کسی را آزرده یا غمگین سازم. خداوندا، به من توان تحمل خستگی روزِ پیش رو و تمام وقایع آن را ببخش. اراده مرا هدایت کن و به من دعا کردن، ایمان داشتن، امیدوار بودن، صبوری، بخشش و عشق ورزیدن را بیاموز. آمین.

---

### یادبود زندگان و درگذشتگان

این دعا هر روز توسط راهبان و مسیحیان متدین در پایان قاعده دعا خوانده می‌شود.

خداوندا عیسی مسیح، خدای ما، رحمت و شفقت ابدی خود را یادآور باش، که به خاطر آن انسان شدی و داوطلبانه مصلوب گشتی و مرگ را پذیرا شدی تا ایمان‌داران راستین را نجات بخشی. تو از مردگان برخاستی، به آسمان صعود کردی و بر دست راست خدای پدر نشستی و به تضرع‌های متواضعانه کسانی که با تمام دل تو را می‌خوانند، می‌نگری. گوش خود را متمایل ساز و دعای مرا که بنده ناچیز تو هستم بشنو، که آن را برای تمام قوم تو همچون عطری روحانی تقدیم می‌کنم.

نخست، کلیسای واحد، مقدس، جامع و رسولی را که با خون بهای خویش به دست آوردی، یادآور باش. آن را استوار، تقویت و گسترش بخش. به آن صلح عطا کن و آن را برای همیشه از گزند دروازه‌های هادس (جهنم) حفظ فرما. نزاع‌های کلیساها را فرو نشان، غرور ملت‌ها را درهم بشکن و شورش‌های بدعت‌گذاران را به قدرت روح‌القدس به سرعت نابود و به هیچ بدل ساز.

(تعظیم کنید)

خداوندا، اسقف‌های مقدس ارتدکس، عالی‌جناب \_\_\_\_\_ (نام اسقف اعظم)، و اسقف ارجمند ما \_\_\_\_\_ (نام اسقف منطقه) و تمام کشیشان، شماسان و خادمانی را که برای شبانی گله‌ات گمارده‌ای، نجات ده و ترحم فرما. به دعای ایشان، مرا که گناهکارم نیز نجات ده و ترحم فرما.

(تعظیم کنید)

خداوندا، رئیس‌جمهور کشور ما، تمام مقامات کشوری و نیروهای مسلح را نجات ده و ترحم فرما. صلح و نیکویی را در قلب‌های ایشان به خاطر کلیسای مقدس و تمام قومت قرار ده، تا در سایه صلح آنان، ما زندگی آرام و بی‌صدا در ایمان راستین و تقوا داشته باشیم.

(تعظیم کنید)



خداوند، پدر ما (نام کشیش یا راهب بزرگ) و تمام برادران و خواهران ما در مسیح را نجات ده و ترحم فرما، و به دعای ایشان بر من بی‌چاره ترحم کن.

(تعظیم کنید)

خداوند، پدر روحانی مرا \_\_\_\_\_ نجات ده و ترحم فرما و به دعای مقدس او، گناهان مرا ببخش.

(تعظیم کنید)

(در صومعه‌ها)

خداوند، تمام برادران و خواهرانی را که در این جامعه مقدس زحمت می‌کشند، خادمان و کارکنان صومعه و همه مسیحیان را نجات ده و ترحم فرما.

(در کلیساهای محلی)

خداوند، تمام برادران و خواهرانی را که به این کلیسای مقدس خدمت می‌کنند (شورای کلیسا، گروه کر، معلمان و خادمان) و همه مسیحیان را نجات ده و ترحم فرما.

(تعظیم کنید)

خداوند، والدین مرا \_\_\_\_\_ (اگر زنده‌اند)، همسر \_\_\_\_\_، فرزندانم \_\_\_\_\_، برادران و خواهرانم و تمام خویشاوندان و دوستانم را نجات ده و ترحم فرما. به ایشان برکات زمینی و آسمانی عطا کن.

(تعظیم کنید)

خداوند، پدران و برادران ما را که در صومعه‌های کوه مقدس (آتوس)، روسیه، آمریکا و هر جای دیگر با ایمان زندگی می‌کنند، نجات ده و ترحم فرما و به دعای ایشان بر من گناهکار رحم کن.

(تعظیم کنید)

خداوند، به شفقت بی‌کران خود، تمام راهبان، راهبه‌ها و کسانی که در پاکدامنی و روزه در صومعه‌ها، بیابان‌ها و جزایر به سر می‌برند، نجات ده و ترحم فرما. بار ایشان را سبک کن، در غم‌ها تسلی‌شان ده و در نبردها قدرتشان بخش و به دعای ایشان گناهان مرا ببامرز.

(تعظیم کنید)

خداوند، پیران و جوانان، فقیران، یتیمان و بیوه‌زنان، بیماران و دردمندان، اسیران و تبعیدیان را نجات ده و ترحم فرما؛ به‌ویژه کسانی که به خاطر نام تو و ایمان ارتدکس توسط بی‌خدایان و بدعت‌گذاران شکنجه می‌شوند. ایشان را تقویت و تسلی بخش و به قدرت خود، آزادی ایشان را فراهم ساز.

(تعظیم کنید)

خداوند، نیکوکاران ما را که به ما رحم کرده و ما را یاری داده‌اند، برکت ده. نسبت به ایشان مهربان باش و هر درخواست ایشان برای نجات را مستجاب فرما.

(تعظیم کنید)

خداوند، تمام برادران و خواهرانی را که در راه خدمت به تو به سفر و زیارت می‌روند، محافظت فرما.

(تعظیم کنید)

خداوندا، کسانی را که من باعث لغزش آنها شده‌ام و از راه نجات دورشان کرده‌ام، به تقدیر الهی خود به راه راست بازگردان.

(تعظیم کنید)

خداوندا، کسانی را که از من متنفرند یا به من آسیب زده‌اند، ببخش و ترحم فرما. مگذار آنها به خاطر من گناهکار هلاک شوند.

(تعظیم کنید)

کسانی را که از ایمان ارتدکس دور شده‌اند، به نور دانش خود روشن ساز و آنها را دوباره با کلیسای واحد و مقدس خود متحد گردان.

(تعظیم کنید)

### دعا برای درگذشتگان

خداوندا، تمام اسقف‌ها، کشیشان و خادمان کلیسا و بنیان‌گذاران این جمع مقدس را که درگذشته‌اند، یاد کن و به آنها در کنار قدیسان خود آرامش ابدی عطا فرما.

(تعظیم کنید)

خداوندا، جان‌های بندگان درگذشته‌ات، والدین مرا \_\_\_\_\_ (اگر فوت شده‌اند) و تمام خویشاوندانم را یاد کن. گناهان عمدی و سهوی آنها را ببخش و آنها را در پادشاهی آسمانی خود سهیم گردان.

(تعظیم کنید)

خداوندا، تمام گذشتگان ما را که در امید رستاخیز و حیات جاودان خفته‌اند، یاد کن و آنها را در نور چهره خود ساکن گردان. بر ما نیز ترحم فرما که تو نیکو و دوستدار انسانی. آمین.

(تعظیم کنید)

(سه بار خوانده شود و هر بار تعظیم کنید:)

خداوندا، تمام گذشتگان ما را که در ایمان و امید رستاخیز رفته‌اند بیامرز و یادشان را جاودانه ساز.

---

### دعاهای هنگام صرف غذا

پیش از صبحانه:

ای تثلیث مقدس، بر ما ترحم فرما؛ خداوندا، گناهان ما را پاک ساز؛ ای سرور، خطاهای ما را ببخش؛ ای قدوس، از ضعف‌های ما بازدید کن و به خاطر نامت آنها را شفا بخش.

جلال بر پدر و پسر و روح‌القدس، اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین.

خداوندا ترحم فرما (۳ بار).

ای مسیح خداوند، غذا و نوشیدنی بندگان را برکت ده، زیرا تو قدوسی، همیشه، اکنون و تا ابدالآباد. آمین.

پس از صبحانه:

حق است و شایسته که تو را متبارک بخوانیم، ای مریم عذرا (Theotokos) ... (متن کامل ستایش مریم عذرا).

جلال بر پدر و پسر و روح القدس... خداوندا ترحم فرما (۳ بار).

خدا با ماست، به فیض و عشق خود به انسان، همیشه، اکنون و تا ابدآباد. آمین.

**پیش از ناهار:**

(دعای ربانی: ای پدر ما که در آسمانی...)

جلال بر پدر و پسر و روح القدس... خداوندا ترحم فرما (۳ بار).

ای مسیح خداوند، غذا و نوشیدنی بندگان را برکت ده... آمین.

**پس از ناهار:**

تو را سپاس می‌گوییم ای مسیح خدای ما، که ما را از نعمت‌های زمینیات سیر کردی. ما را از پادشاهی آسمانیات محروم مساز، بلکه همان‌گونه که در میان شاگردانت حاضر شدی و به آن‌ها صلح بخشیدی، نزد ما نیز بیا و ما را نجات ده!

جلال بر پدر... خداوندا ترحم فرما (۳ بار).

متبارک است خدایی که بر ما رحم کرد و ما را از نعمت‌های فراوانش روزی داد... آمین.

**پیش از شام:**

مسکینان بخورند و سیر شوند، و جویندگان خداوند او را ستایش کنند؛ دل‌های ایشان تا ابد زنده بماند!

جلال بر پدر... خداوندا ترحم فرما (۳ بار).

ای مسیح خداوند، غذا و نوشیدنی بندگان را برکت ده... آمین.

**پس از شام:**

جلال بر پدر و پسر و روح القدس... آمین.

بطن تو (ای مریم) به سفره‌ای آسمانی بدل شد که نان حیات (مسیح) را برای ما آورد. هر که از آن بخورد نخواهد مرد...

ای خداوند، تو مرا با کارهای خود شادمان کردی؛ من در آرامش خواهم خوابید، زیرا تو تنها پناه و امید منی.

جلال بر پدر... خداوندا ترحم فرما (۳ بار).

خدا با ماست... آمین.

---

### آیین شامگاهی (توسط غیرکشیش)

(اگر کشیش حضور ندارد، اینگونه آغاز شود:)

به دعای پدران مقدس ما، ای خداوند عیسی مسیح خدای ما، بر ما ترحم فرما!

آمین! جلال بر تو ای خدای ما، جلال بر تو!

ای پادشاه آسمانی، ای تسلی‌بخش... (دعای روح القدس)

قدوس خدا، قدوس مقتدر، قدوس لایموت، بر ما ترحم فرما (۳ بار).

جلال بر پدر... ای تثلیث مقدس بر ما ترحم فرما... خداوندا ترحم فرما (۳ بار).

(دعای ربانی: ای پدر ما...)

(در غیاب کشیش، جمله «زیرا پادشاهی و قدرت...» حذف می‌شود)

آمین! خداوندا ترحم فرما (۱۲ بار).

جلال بر پدر... بیایید زانو زنیم و مسیح، پادشاه و خدای خود را پرستش کنیم!

---

## مزمور ۵۰ (مزمور توبه)

ای خدا، بر حسب رحمت خود بر من ترحم فرما؛

و بر حسب کثرت رأفت خویش، گناهانم را محو ساز.

مرا از شرارتم کاملاً شستشو ده، و از خطایم پاکم کن!

زیرا که من به تقصیرهای خود اعتراف می‌کنم، و گناهم همیشه در نظر من است.

به تو، تنها به تو گناه ورزیده‌ام، و آنچه در نظر تو بد است انجام داده‌ام،

تا تو در سخن خود عادل باشی و در داوریات بی‌عیب.

اینک در شرارت نطفه‌ام بسته شد و در گناه مادرم مرا حامله گردید.

اینک تو راستی را در باطن می‌پسندی؛ پس در اعماق دلم حکمت را به من بیاموز.

مرا با زوفا پاک کن تا پاک شوم؛ مرا شستشو ده تا از برف سفیدتر گردم.

بگذار شادی و شادمانی را بشنوم، تا استخوان‌هایی که کوبیده‌ای به وجد آیند.

روی خود را از گناهانم بپوشان و تمام شرارتم را محو کن.

ای خدا، دلی پاک در من بیافرین، و روحی مستقیم در بطنم تازه ساز.

مرا از حضور خود مران، و روح قدوس خود را از من بگیر.

شادی نجات خود را به من بازگردان، و با روحی مشتاق مرا تکیه ده.

آنگاه راه تو را به خطاکاران خواهم آموخت و گناهکاران به سوی تو باز خواهند گشت.

ای خدا، ای خدای نجات من، مرا از خون‌ریزی‌های بخش، تا زبانت عدالت تو را بسراید.

خداوندا، لبانم را بگشا تا دهانم حمد تو را اعلام کند.

زیرا تو قربانی را نمی‌پسندی، و گرنه تقدیم می‌کردم؛ تو از قربانی سوختنی خشنود نیستی.

قربانی پسندیده خدا روحی شکسته است؛ خدایا، دل شکسته و توبه کار را خوار نخواهی شمرد.

به لطف خود به صهیون احسان فرما و حصارهای اورشلیم را بنا کن.

آنگاه از قربانی‌های عدالت و هدایای سوختنی خشنود خواهی شد؛ و بر مذبح تو گاوها تقدیم خواهند کرد.

---

## مزمور ۶۹

ای خدا، برای نجات من بشتاب! خداوندا، برای یاری‌ام تعجیل فرما!

آنان که قصد جان مرا دارند، شرمسار و رسوا شوند!

آنان که از بدبختی من شادمانند، عقب‌نشینی کنند و خجل گردند!

آنان که به من می‌گویند: «بیه! بیه!» از شرم خود بازگردند!

اما تمام جویندگان تو، در تو شادمان و مسرور باشند!

دوستانان نجات تو، همواره گویند: «خدا بزرگ است!»

من مسکین و محتاجم؛ ای خدا، به سوی من بشتاب!

تو یار و رهاکننده منی؛ ای خداوند، تأخیر مفرما!

---

## مزمور ۱۴۲

خداوندا، دعای مرا بشنو؛ و به تضرع من گوش فرما!

به امانت و عدالت خود، مرا اجابت کن!

و با بنده خود به محاکمه درنیا، زیرا هیچ موجود زنده‌ای در حضور تو عادل نیست.

زیرا دشمن جانم را تعقیب کرده و زندگی‌ام را به زمین کوبیده است؛

او مرا در تاریکی نشانده است، همچون کسانی که از دیرباز مرده‌اند.

از این رو روحم در من کاهیده و دلم در درون وحشت‌زده است.

روزهای قدیم را یاد می‌آورم و در کارهای تو تأمل می‌کنم؛ در صنعت دست‌های تو می‌اندیشم.

دست‌های خود را به سوی تو بلند می‌کنم؛ جان من همچون زمین تشنه، مشتاق توست.

خداوندا، به زودی مرا اجابت فرما، که روح بی‌تاب گشته است!

روی خود را از من مپوشان، مبادا مانند کسانی شوم که به گودال فرود می‌روند.

بامدادان، رحمت خود را به من بشنوان، زیرا بر تو توکل دارم.

راهی را که باید در آن گام بردارم به من نشان ده، زیرا جانم را به سوی تو بلند می‌کنم.

خداوندا، مرا از دشمنانم برهان، که به تو پناه آورده‌ام!

به من بیاموز تا اراده تو را به جا آورم، زیرا تو خدای منی!

بگذار روح نیکوی تو، مرا در زمین هموار هدایت کند!

خداوندا، به خاطر نام خود مرا زنده ساز و به عدالت خویش، جانم را از تنگی برهان!

به رحمت خود دشمنانم را نابود کن و تمام آزاردهندگان جانم را هلاک ساز، زیرا من بنده تو هستم.

---

## تسبیح بزرگ (Doxology)

جلال بر خدا در برترین‌ها، و بر زمین صلح و در میان مردمان نیکخواهی باد.

تو را ستایش می‌کنیم، تو را متبارک می‌خوانیم، تو را می‌پرستیم، تو را تمجید می‌کنیم.

تو را سپاس می‌گوییم به خاطر جلال عظیمت.

ای خداوند، پادشاه آسمانی، ای خدای پدرِ قادر مطلق!

ای خداوند، پسر یگانه، عیسی مسیح و ای روح‌القدس!

ای خداوند خدا، ای بره خدا، پسر پدر، که گناه جهان را برمی‌داری، بر ما ترحم فرما!

تو که گناه جهان را برمی‌داری، دعای ما را بپذیر.

تو که بر دست راست پدر نشسته‌ای، بر ما ترحم فرما!

زیرا تنها تو قدوسی، تنها تو خداوندی، تنها تو والامرتبه‌ای، ای عیسی مسیح، در جلال خدای پدر. آمین!

هر شب تو را متبارک خواهم خواند و نامت را تا ابدالابد ستایش خواهم کرد.

خداوندا، تو از نسلی به نسل دیگر پناهگاه ما بوده‌ای.

گفتم: «خداوندا، بر من ترحم فرما؛ جانم را شفا بخش، زیرا به تو گناه ورزیده‌ام.»

خداوندا، به تو پناه آورده‌ام؛ به من بیاموز تا اراده تو را به جا آورم، زیرا تو خدای منی.

زیرا چشمه حیات نزد توست و در نور تو، نور را می‌بینیم.

رحمت خود را بر آنان که تو را می‌شناسند، تداوم بخش!

خداوندا، ما را عطا فرما تا در این شب از گناه محفوظ بمانیم.

متبارک هستی تو ای خداوند، خدای پدران ما؛ نام تو تا ابد ستوده و پر جلال باد. آمین.

خداوندا، رحمت تو بر ما باشد، همان‌گونه که به تو امیدواریم.

متبارک هستی تو ای خداوند، فرایض خود را به من بیاموز!

متبارک هستی تو ای سرور، مرا به احکام خود بصیرت ده!

متبارک هستی تو ای قدوس، مرا به قوانین خود روشن ساز!

خداوند، رحمت تو ابدی است؛ کارهای دست خود را رها مکن.

ستایش شایسته توست، سرود برازنده توست، جلال متعلق به توست:

به پدر و پسر و روح القدس، اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین!

---

## اعتقادنامه (نماد ایمان)

(همان متن قبلی: من ایمان دارم به خدای واحد، پدر قادر مطلق...)

---

## بخش ترپاریا (اشعار مذهبی) - عصر یکشنبه

ما بندگان ناچیز، همواره شما را می خوانیم، ای سرداران لشکریان آسمانی: به شفاعت خود، ما را زیر سایه بال های جلالتان حفظ کنید. ما را که با فروتنی زانو زده و فریاد برمی آوریم، پاسداری کنید: ما را از سختی ها برهانید، زیرا شما فرماندهان قدرت های برتر هستید.

ای خدای پدران ما، که همواره با ما به مهر رفتار می کنی: رحمت خود را از ما بگیر، بلکه به شفاعت آنان (قدیسان)، زندگی ما را در صلح هدایت فرما.

ای مسیح خداوند، کلیسای تو با خون شهادت سراسر جهان، همچون ردایی ارغوانی تزیین گشته است. پس کلیسا به درگاه تو فریاد می زند: رحمت خود را بر قومت فرو ریز، به جامعه خود صلح عطا کن و به جان های ما مهربانی عظیم ببخش.

جلال بر پدر و پسر و روح القدس:

ای مسیح، به جان های بندگان در کنار قدیسان آرامش بخش؛ آنجا که نه دردی هست، نه غمی و نه ناله ای، بلکه حیات جاودان است.

اکنون و همیشه و تا ابدالآباد. آمین:

خداوند، به شفاعت تمام قدیسان و مریم عذرا (Theotokos)، صلح خود را به ما عطا فرما و بر ما ترحم کن، زیرا تنها تو پرشفقت هستی.

---

## ترپاریای روزهای هفته (بخش عصرگاهی)

عصر دوشنبه (خطاب به سنت یوحنا تعمیددهنده)

عادل با ستایش ها یاد می شود، اما برای تو ای پیشرو (تعمیددهنده)، شهادت خداوند کافی است. تو براستی نشان دادی که از پیامبران برتری، زیرا شایسته گشتی تا در میان رود، آن کسی را که بشارت داده بودی تعمید دهی. پس از آنکه با شادی در راه حقیقت رنج کشیدی، برای خفتگان در جهان زیرین (برزخ) نیز بشارت دادی: خدایی که در جسم ظاهر گشت، گناه جهان را برمی دارد و به ما رحمت عظیم می بخشد.

عصر سه شنبه (خطاب به صلیب مقدس)

خداوند، قوم خود را نجات ده و میراث خود را برکت بخش. مسیحیان ارتدکس را بر دشمنان پیروزی عطا فرما و به قدرت صلیب خود، کلیسای خویش را حفظ نما.

## عصر چهارشنبه (خطاب به رسولان و سنت نیکولاس)

ای رسولان مقدس، نزد خدای مهربان شفاعت کنید تا جان‌های ما را بیمارزد.

(درباره سنت نیکولاس): حقیقتِ امور، تو را به گله‌ات همچون قانون ایمان، نماد فروتنی و آموزگار خویشنداری نشان داد. از این رو، با تواضع به بلندی رفتی و با فقر به ثروت [روحانی] رسیدی. ای پدر نیکولاس، برای نجات جان‌های ما نزد مسیح خداوند شفاعت کن.

## عصر پنج‌شنبه

(مانند عصر سه‌شنبه خوانده می‌شود)

## عصر جمعه (خطاب به قدیسان و شهیدان)

ای رسولان، شهیدان، پیامبران و راهبان پاکدامن که نبرد نیکو را به کمال رساندید و ایمان را حفظ کردید: با دلیری که در پیشگاه نجات‌دهنده دارید، نزد آن ذات نیکو برای نجات جان‌های ما دعا کنید.

(جلال بر پدر...)

خداوندا، جهان به عنوان نوبِ طبیعت، شهیدانِ خدایی را به تو تقدیم می‌کند. به شفاعت ایشان و مریم عذرا، کلیسا و قومت را در صلح عمیق حفظ فرما.

---

## بخش عصر شنبه (ترپاریای رستاخیز - هشت آهنگ)

آهنگ ۱: در حالی که سنگ توسط یهودیان مُهر شده بود و سربازان از تنِ مطهر تو پاسداری می‌کردند، تو در روز سوم برخاستی ای نجات‌دهنده، و به جهان زندگی بخشیدی...

آهنگ ۲: هنگامی که به سوی مرگ فرود آمدی ای حیات لایموت، هاویه (جهنم) را با درخشش الوهیت خود نابود کردی...

آهنگ ۳: آسمان‌ها شادی کنند و زمین به وجد آید! زیرا خداوند قدرت بازوی خود را نشان داد و با مرگ خود، مرگ را پایمال کرد...

آهنگ ۴: چون شاگردان زن، مژده درخشان رستاخیز را از فرشته شنیدند، لعنت نیاکان را دور افکنده و با شادی به رسولان گفتند: مرگ سرنگون شد! مسیح خداوند برخاسته است...

آهنگ ۵: ای مؤمنان، بیایید کلمه (لوگوس) را ستایش کنیم، او که با پدر و روح هم‌ازل است و برای نجات ما از مریم عذرا زاده شد...

آهنگ ۶: قدرت‌های فرشتگان بر مزار تو حاضر بودند و پاسبانان همچون مردگان گشتند. مریم در مزار ایستاده بود و تنِ مطهر تو را می‌جست... تو که از مردگان برخاستی، جلال بر تو باد!

آهنگ ۷: با صلیب خود مرگ را نابود کردی و فردوس را به روی دزد [توبه‌کار] گشودی؛ گریه زنانِ حاملِ عطر را به شادی بدل کردی...

آهنگ ۸: ای مهربان، از بلندی فرود آمدی و سه روز در مزار ماندن را پذیرفتی تا ما را از رنج‌ها برهانی. ای حیات و رستاخیز ما، جلال بر تو باد!

---

## دعای سنت باسیل بزرگ



ای مسیح خداوند، که در هر زمان و هر ساعت در آسمان و زمین پرستیده و تجلیل می‌شوی؛ ای بردبار و بسیار رحیم؛ که عادلان را دوست داری و بر گناهکاران ترحم می‌کنی... دعا‌های ما را در این ساعت بپذیر و زندگی ما را در راه فرمان‌هایت هدایت کن. جان‌های ما را تقدیس، تن‌های ما را پاک و افکار ما را اصلاح نما... ما را با فرشتگان مقدست احاطه کن تا در سایه حمایت ایشان به وحدت ایمان و شناخت جلال دست‌نیافتنی‌ات برسیم. آمین.

---

### دعای سنت افرام (مخصوص ایام روزه بزرگ)

ای خداوند و سرور زندگی من! روح تنبلی، ناامیدی، جاه‌طلبی و ژاژخایی را از من دور کن.

بلکه روح پاکدامنی، تواضع، صبوری و عشق را به بنده خود عطا فرما.

آری، ای پادشاه و خداوند من! مرا عطا فرما تا خطاهای خود را ببینم و بر برادرم داوری نکنم، که تو تا ابدالآباد متبارک هستی. آمین.

---

### دعای راهب پل خطاب به مریم عذرا

ای بانوی بی‌عیب و بسیار مطهر، عروس خدای پاک! تو با زادن معجزه‌آسای خود، کلمه خدا را با انسان متحد کردی و طبیعت سقوطکرده ما را به آسمان پیوند دادی. ای امید ناامیدان و پناه مسیحیان... از من گناهکار که با افکار و سخنان ناپاک خود را تباه کرده‌ام رو مگردان. به عنوان مادر خدای دوستدار انسان، بر من ترحم فرما و با دلیری مادرانه‌ات از پسرت بخواه تا در رحمتش را به روی من بگشاید و مرا به توبه و اجرای فرمان‌هایش هدایت کند...

---

### دعای راهب آنتیوخوس خطاب به عیسی مسیح

ای سرور، اکنون که برای خواب آماده می‌شویم، به تن و روان ما آرامش بخش. ما را از خواب تاریک گناه و لذت‌های شبانه محفوظ بدار. شعله‌های نفس را فرو نشان و تیرهای آتشین ابلیس را خاموش کن. به ما ذهنی هوشیار و خوابی سبک و عاری از رویاهای شیطانی عطا فرما. ما را در وقت دعا برخیزان تا در احکام تو استوار باشیم...

---

### آغاز دعا‌های پیش از خواب (Compline)

خداوندا عیسی مسیح، به شفاعت مادر مطهرت و همه قدیسان، بر ما ترحم فرما. آمین.

(دعای پادشاه آسمانی، قدوس خدا، و دعای ربانی خوانده می‌شود)

ترپاریای توبه (آهنگ ۶):

خداوندا بر ما ترحم فرما، بر ما ترحم فرما؛ زیرا ما گناهکاران هیچ عذری نداریم و این دعا را به پیشگاه تو که سرور مایی تقدیم می‌کنیم: بر ما ترحم فرما.

(جلال بر پدر...)

خداوندا بر ما ترحم فرما، زیرا بر تو توکل داریم. بر ما خشم مگیر و گناهان ما را به یاد میاور، بلکه به شفقت خود ما را از دشمنانمان رهایی بخش؛ زیرا تو خدای مایی و ما قوم تو هستیم و نام تو را می‌خوانیم.

(اکنون و همیشه...)

ای مریم عذرای متبارک، در رحمت را به روی ما بگشا، تا ما که بر تو امید بسته‌ایم هلاک نشویم، بلکه به واسطه تو از سختی‌ها رهایی یابیم، ای که نجات قوم مسیحی هستی.

---

### دعای ۱: خطاب به خدای پدر (نوشته سنت ماکاریوس بزرگ)

ای خدای ابدی و پادشاه هر آنچه آفریده شده، که مرا عطا فرمودی تا به این ساعت برسم: گناहانی را که امروز در عمل، سخن و اندیشه مرتکب شده‌ام ببخش. لایق بدار ای خداوند، تا روح متواضع من از هر ناپاکی تن و روان پاک گردد. خداوندا، مرا عطا فرما تا این شب را در آرامش بگذرانم، تا چون از این بستر حقیر برخیزم، در تمام روزهای زندگی‌ام نام قدوس تو را خشنود سازم و دشمنان مرئی و نامرئی را که با من در جنگند، زیر پا بگذارم. خداوندا، مرا از اندیشه‌های بیهوده که مرا ناپاک می‌سازند و از شهوات بد رهایی بخش. زیرا پادشاهی، قدرت و جلال از آن پدر و پسر و روح القدس است، اکنون و همیشه و تا ابدالابد. آمین.

---

### دعای ۲: خطاب به سرور ما عیسی مسیح (نوشته سنت آنتیوخوس)

ای کلمه (لوگوس) قادر پدر، ای عیسی مسیح کامل: به خاطر رحمت بی‌کرانت هرگز مرا که بنده تو هستم ترک مکن، بلکه همیشه در من ساکن باش. ای عیسی، شبان‌نیکوی گله خویش، مرا به طغیان آن مار (شیطان) مسپار! مرا به اراده شیطان رها مکن، که بذر فساد در من است! در عوض، ای خداوند پرستیدنی، ای پادشاه قدوس عیسی مسیح، مرا در هنگام خواب با نور تزلزل‌ناپذیر خود و با روح القدس که شاگردان را با آن تقدیس کردی، محافظت فرما. ذهن مرا به نور شناخت انجیل مقدس، روانم را به عشق صلیبت، دلم را به پاکی سخنت و تنم را به مصائب بی‌شائبه‌ات روشن ساز. اندیشه‌ام را با تواضع خویش حفظ کن و مرا در زمان مناسب برای تمجید خود برخیزان. آمین.

---

### دعای ۳: خطاب به روح القدس

ای خداوند، پادشاه آسمانی، ای تسلی‌بخش، ای روح راستی: بر من بنده گناهکارت ترحم فرما! مرا که ناشایسته‌ام ببخش. تمام گناهانی را که امروز مرتکب شده‌ام، چه از روی نادانی و چه از روی عمد، چه در جوانی و چه از وسوسه‌های بد، ببخش. اگر به نام تو سوگند یاد کرده‌ام یا در اندیشه کفر گفته‌ام؛ اگر کسی را سرزنش کرده یا در خشم خود کسی را رنجانده‌ام؛ اگر دروغ گفته یا بیش از حد خوابیده‌ام؛ اگر فقری نزد من آمده و او را خوار شمرده‌ام؛ اگر با برادرم مشاجره کرده یا بر کسی داوری کرده‌ام؛ اگر مغرور گشته یا در هنگام دعا فکرم به شرارت‌های جهان مشغول شده است... ای سرور و آفریدگار من، بر من بنده ناامید و ناشایست رحم کن! مرا بیامرز و رها ساز، تا در صلح و آرامش بخوابم و نامت را به همراه پدر و پسر یگانه‌ات تمجید کنم. آمین.

---

### دعای ۴: مناجات دیگری از سنت ماکاریوس بزرگ

ای پادشاه لایموت و بخشنده بخشش‌های بزرگ، من چه می‌توانم به تو بازگردانم؟ اگر چه در خشنودی تو سستی کرده‌ام، تو مرا به پایان این روز رساندی و به توبه و نجات جانم فرمان دادی. بر من گناهکار که خالی از هر عمل نیکو هستم رحم کن. روح سقوطکرده مرا که به گناهان بی‌شمار آلوده است برخیزان. ای تنها ذات بی‌گناه، گناهان امروز مرا ببخش. مرا از دام‌های ابلیس رهایی بخش. فرشته صلح خود را بفرست تا محافظ جان و تنم باشد. ای خداوند، مرا لایق بدار تا به شفاعت مریم عذرا، مادر مطهرت که او را برای ما گناهکاران شفیع قرار دادی، مورد رحمت قرار گیرم. آمین.

---

### دعای ۵

ای خداوند خدای ما، هر آنچه امروز در سخن، عمل و اندیشه گناه کرده‌ام، بر من ببخش، زیرا تو نیکو و دوستدار انسانی. مرا خوابی آرام عطا فرما و فرشته نگهبانت را بفرست تا مرا از هر گزند حفظ کند. زیرا تو محافظ جان و تن مایی و ما جلال را به تو تقدیم می‌کنیم، به پدر و پسر و روح القدس. آمین.

---

## دعای ۷: مناجات‌های کوتاه سنت یوحنا زین‌دهان (خم‌خسرو)

(برای هر ساعت از شبانه روز)

- خداوندا، مرا از نعمت‌های آسمانی‌ات محروم مکن.
- خداوندا، مرا از عذاب ابدی رهایی بخش.
- خداوندا، اگر در فکر، سخن یا عمل گناه کرده‌ام، مرا ببخش.
- خداوندا، مرا از جهل، فراموشی و سنگدلی نجات ده.
- خداوندا، قلب مرا که به هوس‌های بد تاریک شده، روشن ساز.
- خداوندا، در پادشاهی خود مرا یاد کن. آمین.

## دعای ۱۱: خطاب به فرشته نگهبان

ای فرشته مسیح، نگهبان مقدس من، حامی جان و تن من: مرا به خاطر تمام گناهانی که امروز مرتکب شده‌ام ببخش. مرا از هر شرارت دشمن رهایی بخش تا خدای خود را با هیچ گناهی نرنجانم. برای من بنده گناهکار دعا کن تا مرا شایسته مهربانی تثلیث مقدس و مادر سرورمان عیسی مسیح گردانی. آمین.

## ستایش نهایی مریم عذرا (Theotokos)

ای سردار پیروزمند لشکریان حق! ما بندگان تو که از بلایا رهایی یافته‌ایم، سرود سپاس به درگاهت می‌سراییم. ای مریم عذرا، چون قدرتی شکست‌ناپذیر داری، ما را از هر خطر برهان تا فریاد برآوریم: **شاد باش ای عروس هرگز شوهر نکرده!**

## دعای سنت یوآکیوس

امید من پدر است؛ پناهگاه من پسر است؛ محافظ من روح‌القدس است: ای تثلیث مقدس، جلال بر تو باد!

## در هنگام دراز کشیدن در بستر

ای سرور دوستدار انسان، آیا این بستر تابوت من خواهد بود؟ یا روح مرا با روزی دیگر روشن خواهی ساخت؟ اینک مرگ در برابر من است! خداوندا، من از دوری تو و عذاب‌های بی‌پایان می‌ترسم، اما از بدی باز نمی‌ایستم. ای خداوند، مرا نجات ده، چه بخواهم و چه نخواهم! رحمت خود را بر من گناهکار آشکار کن، تا بدی من بر مهربانی بیکران تو چیره نشود.

## دعا بر صلیب (در حال علامت زدن بستر)

بگذار خدا برخیزد و دشمنانش پراکنده شوند! بگذار آنان که از او متنفرند از حضورش بگریزند! همان‌گونه که دود ناپدید می‌شود و موم پیش آتش ذوب می‌گردد، بگذار گناهکاران در برابر آنان که خدا را دوست دارند و علامت صلیب بر خود می‌زنند، نابود شوند و با شادی بگویند: **شاد باش ای صلیب گران‌بها و حیات‌بخش خداوند، که شیاطین را به قدرت سرورمان عیسی مسیح دور می‌رانی.**

## بخش اول (آهنگ ۶)

ایرموس (سرآغاز): بنی اسرائیل که بر کف دریا همچون زمین خشک گام برداشتند و غرق شدن فرعون تعقیب‌کننده را دیدند، فریاد برآوردند: بیایید سرود پیروزی برای خداوند بخوانیم!

## قانون توبه

- ای خدا، بر من ترحم فرما، بر من ترحم فرما!  
ای سرور و خدای من، اکنون با کوله‌باری از گناه به سوی تو می‌آیم. جرئت ندارم چشم به آسمان بدوزم، تنها دعا می‌کنم: خداوندا، مرا بصیرتی ده تا بر اعمالی که انجام داده‌ام، تلخ بگیریم.
- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
وای بر من گناهکار! من بدبخت‌ترین آدمیانم! هیچ توبه‌ای در من نیست! خداوندا، مرا اشک‌هایی عطا کن تا بر کرده‌های خود تلخ بگیریم.
- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
ای انسان نادان و بیچاره، تو عمر خود را در تنبلی تباه می‌کنی! به زندگی‌ات بیندیش، به سوی خداوند بازگرد و بر اعمال تلخ بگیر.

## قانون خطاب به مریم عذرا (Theotokos)

- ای مریم عذرای قدیس، ما را یاری فرما!  
ای مادر مطهر خدا، بر من گناهکار بنگر و مرا از دام‌های شیطان رهایی بخش. مرا به راه توبه هدایت کن تا بر کرده‌هایم تلخ بگیریم.
- ای مریم عذرای قدیس، ما را یاری فرما!  
در میان وسوسه‌های بی‌شمار، برای نجات به سوی تو می‌گریزم. ای مادر «کلمه»، مرا از بار سنگین بدی‌ها نجات ده.

## قانون خطاب به فرشته نگهبان

- ای فرشته قدوس که حافظ منی، نزد خدا برای من گناهکار شفاعت کن!  
من در نادانی و تنبلی تنها مانده‌ام، ای راهنما و محافظ من، مگذار هلاک شوم!
- جلال بر پدر و پسر و روح‌القدس:  
به شفاعت خویش، ذهن مرا به سوی انجام فرمان‌های الهی هدایت کن تا آمرزش گناهان را از او دریافت کنم. به من بیاموز که از بدی متفر باشم.

---

## بخش سوم

ایرموس: هیچ‌کس همچون تو قدوس نیست ای خداوند! تو قدرت مؤمنان خود را برافراستی و ما را بر صخره‌ی اقرار به خویش استوار ساختی.

- ای خدا، بر من ترحم فرما، بر من ترحم فرما!  
هنگامی که تخت‌ها برای دآوری هولناک برپا شوند، تمام اعمال آدمیان بازگو خواهد شد. وای بر گناهکارانی که به عذاب فرستاده می‌شوند! ای جان من، توبه کن!
- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
عادلان شادمان خواهند شد و گناهکاران ناله خواهند کرد. در آن لحظه هیچ‌کس نمی‌تواند به ما کمک کند؛ اعمال ما بر ما حکم خواهند کرد! پیش از آنکه پایان فرا رسد، توبه کن.

## سرود نشسته (Sessional Hymn) - آهنگ ۶

به روز هولناک می‌اندیشم و بر اعمال بدم می‌گیرم. در پیشگاه آن پادشاه لایموت چه پاسخی خواهم داد؟ چگونه من گناهکار جرئت کنم به روی آن داور بنگرم؟ ای پدر پرشفقت، ای پسر یگانه و ای روح‌القدس: بر من ترحم فرما!

---

## بخش چهارم

ایرموس: «مسیح قدرت من است، خدا و خداوند من است»؛ کلیسای مقدس با صدایی مقتدر و شادمان در خداوند، چنین می‌سراید.

- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
راه کنونی ما فراخ است و به خوشی‌ها ختم می‌شود، اما روز واپسین هنگامی که جان از تن جدا شود، تلخ خواهد بود.  
ای انسان، به خاطر ملکوت خدا، از این خوشی‌ها برحذر باش.
- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
چرا بر فقیر ستم می‌کنی؟ چرا مزد کارگر را نگاه می‌داری؟ چرا برادر خود را دوست نداری؟ ای جان من، از این‌ها دست بشوی و توبه کن.

### خطاب به فرشته نگهبان

- ای فرشته قدوس، نزد خدا برای من گناهکار شفاعت کن!  
ای محافظ من، نزد خدای دوستدار انسان دعا کن و مرا رها مکن! زندگی‌ام را در صلح نگاه دار و نجاتی شکست‌ناپذیر به من عطا فرما.

---

### بخش ششم

ایرموس: با دیدن دریای زندگی که با طوفان و سوسه‌ها خروشان است، به بندرگاه صلح تو پناه آوردم و فریاد زدم: ای خدای بسیار رحیم، زندگی مرا از نابودی نجات ده!

- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
من عمر خود را در این جهان به ولگردی گذراندم و جانم را به تاریکی سپردم. اکنون ای سرور مهربان، مرا از بردگی دشمن رها کن و به من خرد انجام اراده‌ات را ببخش.
- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
مانند خوک‌هایی که در گل و لای می‌غلطند، من نیز به گناه خدمت کرده‌ام! خداوندا، مرا از این لجن‌زار بیرون بکش و به من قلبی ده تا فرمان‌هایت را به جا آورم.

### کونتاکیون (سرود کوتاه) - آهنگ ۶

ای جان من، چرا خود را با گناه ثروتمند می‌کنی؟ چرا اراده شیطان را انجام می‌دهی؟ به چه چیز امید بسته‌ای؟ از این‌ها دست بردار و به سوی خدا بازگرد و گریه‌کنان بگو: ای خداوند پرشفقت، بر من گناهکار رحم کن!

---

### دعای خطاب به صلیب گران‌بها

(این بخش در انتهای قرائت‌ها و هنگام تبرک بستر خوانده می‌شود)

بگذار خدا برخیزد و دشمنانش پراکنده شوند! بگذار آنان که از او متنفرند از حضورش بگریزند! همان‌گونه که دود ناپدید می‌شود، بگذار آنان ناپدید شوند. همان‌گونه که موم پیش آتش ذوب می‌گردد، بگذار گناهکاران در برابر آنان که علامت صلیب بر خود می‌زنند نابود شوند و با شادی بگویند: شاد باش ای صلیب گران‌بها و حیات‌بخش خداوند که شیاطین را دور می‌رانی.

---

### دعای پایانی

خداوندا، ای دوستدار انسان، کسانی را که از ما متنفرند یا به ما آسیب زده‌اند، ببخش. به نیکوکاران نیکی عطا فرما. برادران و خویشان ما را به سوی نجات و زندگی جاوید هدایت کن. بیماران را شفا بخش، مسافران را همراهی کن و گنشتگان ما را در نور روی خود آرامش ده... زیرا تو تا ابدآباد متبارک هستی. آمین.

## بخش هشتم (قانون توبه)

ایرموس (سرآغاز): تو که از میان شعله‌های آتش، بر جوانان پارسا شبنم باراندی، و با آب، قربانی آن مرد عادل را شعله‌ور ساختی؛ زیرا ای مسیح، تو هر چه را بخواهی، تنها با اراده‌ات انجام می‌دهی. ما تو را تا ابدالآباد ستایش می‌کنیم.

- ای خدا، بر من ترحم فرما، بر من ترحم فرما!  
چگونه می‌توانم وقتی به مرگ می‌اندیشم، نگریم؟ برادرانم را دیده‌ام که در گور خفته‌اند، بی‌آنکه شکوه یا صورتی از آن‌ها باقی مانده باشد. به چه می‌توانم امید داشته باشم؟ خداوند، تنها پیش از آنکه ساعت آخر فرا رسد، مرا موهبت توبه عطا فرما.
- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
ایمان دارم که تو برای داوران زندگان و مردگان خواهی آمد و هر کس در جایگاه خویش خواهد ایستاد: پیر و جوان، سروران و شاهزادگان، دوشیزگان و کاهنان. من خود را در کجا خواهم یافت؟ پس فریاد می‌زنم: خداوند، پیش از آنکه ساعت آخر فرا رسد، مرا موهبت توبه عطا فرما.

---

## بخش نهم (قانون توبه)

ایرموس: هیچ‌کس را یارای دیدن خدا نیست، خدایی که صفوف فرشتگان جرئت نگریستن به او را ندارند. اما از طریق تو ای مریم مطهر، «کلمه» در جسم بر آدمیان ظاهر گشت. همراه با لشکریان آسمانی، تو را خجسته می‌خوانیم.

- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
اکنون رو به سوی شما می‌کنم ای فرشتگان، ای رئیسان ملائک و تمام لشکریان آسمانی که گرد تخت الهی ایستاده‌اید: نزد آفریدگار شفاعت کنید تا جان مرا از عذاب‌های ابدی رهایی بخشد.
- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
اکنون در پیشگاه شما می‌گیرم ای پدران مقدس، پادشاهان و پیامبران، رسولان و معلمان کلیسا، و تمام برگزیدگان مسیح: مرا در روز داوران یاری دهید تا جانم از قدرت دشمن (شیطان) رهایی یابد.

---

## دعاهای آمادگی برای عشای ربانی (عشای ربانی مقدس)

### بخش اول (آهنگ ۲):

- خداوند، قلبی پاک در من بیافرین و روحی مستحکم و راستین درونم قرار ده.
- خداوند، باشد که جسد و خون تو برای من «نان حیات» باشد و مرا از تمام اندوه‌ها شفا بخشد.

### دعای اول (سنت باسیل بزرگ):

«ای سرور و خدای من، عیسی مسیح، سرچشمه زندگی و جاودانگی... من گناه کرده‌ام ای خداوند، در پیشگاه آسمان و در برابر روی تو گناه کرده‌ام و شایسته نیستم به بلندی‌های جلال تو بنگرم... اما مرا بپذیر، آن‌گونه که آن زن گناهکار، آن دزد، آن باجگیر و آن فرزند گمگشته را پذیرفتی...»

### دعای دوم (سنت یوحنا زین‌دهان):

«ای خداوند و خدای من، می‌دانم که شایسته نیستم تا تو زیر سقف جان من درآیی، زیرا خانه‌ی دلم ویران و مخروبه است... اما همان‌گونه که به خاطر ما از بلندی‌ها فرود آمدی، اکنون نیز به فرودستی من نزول فرما...»

### دعای ششم (سنت سیمئون الهی‌دان جدید):

«از لبانی ناپاک و قلبی رذیل، از زبانی ناپاک و روانی آلوده، دعای مرا بپذیر ای مسیح من... من بیش از آن زن گناهکار خطا کرده‌ام... اما مرا طرد مکن... اینک من گوشت تو را می‌خورم و خون تو را می‌نوشم... آه، چه معجزه شگفتی! من که همچون علف خشکم، در آتشی مرموز شرکت می‌جویم و نمی‌سوزم...»

## جدول الزامات آماده‌سازی برای عشای ربانی (سنت ارتدکس)

| الزامات | جزئیات  |
|---------|---|
| روزه    | پرهیز از گوشت، لبنیات و تخم‌مرغ (معمولاً ۱ تا ۳ روز قبل). روزه کامل (آب و غذا) از نیمه‌شب قبل از مراسم. |
| اعتراف  | معمولاً اعتراف به گناهان نزد کشیش پیش از دریافت عشای ربانی الزامی است.                                  |
| دعا     | قرائت «سه قانون» (توبه، مریم عنرا، فرشته نگهبان) و دعاهای مخصوص آمادگی.                                 |
| آشتی    | باید با تمام کسانی که با آن‌ها خصومت داشته یا رنجانده‌اید، آشتی کنید.                                   |

## ادامه دعاهای آمادگی

### دعای دهم (سنت یوحنا دمشقی):

«من در آستانه معبد تو ایستاده‌ام، اما هنوز از اندیشه‌های بد دست نکشیده‌ام. اما ای مسیح، همان‌گونه که آن باجگیر را عادل ساختی و بر آن زن کنعانی رحم کردی و در بهشت را بر آن دزد گشودی، اعماق عشق خود را بر من نیز بگشا... مگذار با جسارت در دریافت اسرار تو بسوزم، بلکه مرا بپذیر و روانم را روشن ساز...»

## بخش هشتم (قانون توبه)

تو که از میان شعله‌های آتش، بر جوانانِ پارسا شبنم باراندی، و با آب، قربانی آن مرد عادل را شعله‌ور ساختی؛ زیرا ای مسیح، تو هر چه را بخواهی، تنها با اراده‌ات انجام می‌دهی. ما تو را تا ابدآباد ستایش می‌کنیم.

- ای خدا، بر من ترحم فرما، بر من ترحم فرما!  
چگونه می‌توانم وقتی به مرگ می‌اندیشم، نگریم؟ برادرانم را دیده‌ام که در گور خفته‌اند، بی‌آنکه شکوه یا صورتی از آن‌ها باقی مانده باشد. به چه می‌توانم امید داشته باشم؟ خداوند، تنها پیش از آنکه ساعت آخر فرا رسد، مرا موهبت توبه عطا فرما.
- ای خدا، بر من ترحم فرما...  
ایمان دارم که تو برای داورِ زندگان و مردگان خواهی آمد و هر کس در جایگاه خویش خواهد ایستاد: پیر و جوان، سروران و شاهزادگان، دوشیزگان و کاهنان. من خود را در کجا خواهم یافت؟ پس فریاد می‌زنم: خداوند، پیش از آنکه ساعت آخر فرا رسد، مرا موهبت توبه عطا فرما.

## بخش نهم (قانون توبه)

هیچکس را یارای دیدن خدا نیست، خدایی که صفوف فرشتگان جرئت نگرستن به او را ندارند. اما از طریق تو ای مریم مطهر، «کلمه» در جسم بر آمیان ظاهر گشت. همراه با لشکریان آسمانی، تو را خجسته می‌خوانیم.

- ای خدا، بر من ترحم فرما... اکنون رو به سوی شما می‌کنم ای فرشتگان، ای رئیسان ملائک و تمام لشکریان آسمانی که گرد تخت الهی ایستاده‌اید: نزد آفریدگار شفاعت کنید تا جان مرا از عذاب‌های ابدی رهایی بخشد.
- ای خدا، بر من ترحم فرما... اکنون در پیشگاه شما می‌گیرم ای پدران مقدس، پادشاهان و پیامبران، رسولان و معلمان کلیسا، و تمام برگزیدگان مسیح: مرا در روز داوری یاری دهید تا جانم از قدرت دشمن رهایی یابد.

---

## دعاهای آمادگی برای شرکت در عشاء ربانی

### بخش اول (آهنگ ۲):

- خداوند، قلبی پاک در من بیافرین و روحی مستحکم و راستین درونم قرار ده.
- خداوند، باشد که جسد و خون تو برای من «نان حیات» باشد و مرا از تمام اندوه‌ها شفا بخشد.

### دعای اول (سنت باسیل بزرگ):

«ای سرور و خدای من، عیسی مسیح، سرچشمه زندگی و جاودانگی... من گناه کرده‌ام ای خداوند، در پیشگاه آسمان و در برابر روی تو گناه کرده‌ام و شایسته نیستم به بلندی‌های جلال تو بنگرم... اما مرا ببذیر، آن‌گونه که آن زن گناهکار، آن دزد، آن باجگیر و آن فرزند گمگشته را پذیرفتی...»

### دعای دوم (سنت یوحنا زین‌دهان):

«ای خداوند و خدای من، می‌دانم که شایسته نیستم تا تو زیر سقف جان من درآیی، زیرا خانه‌ی دلم ویران و مخروبه است... اما همان‌گونه که به خاطر ما از بلندی‌ها فرود آمدی، اکنون نیز به فرودستی من نزول فرما...»

### دعای ششم (سنت سیمون الهی‌دان جدید):

«از لبانی ناپاک و قلبی رذیل، از زبانی ناپاک و روانی آلوده، دعای مرا ببذیر ای مسیح من... من بیش از آن زن گناهکار خطا کرده‌ام... اما مرا طرد مکن... اینک من گوشت تو را می‌خورم و خون تو را می‌نوشم... آه، چه معجزه شگفتی! من که همچون علف خشکم، در آتشی مرموز شرکت می‌جویم و نمی‌سوزم...»

### دعای دهم (سنت یوحنا دمشقی):

«من در آستانه معبد تو ایستاده‌ام، اما هنوز از اندیشه‌های بد دست نکشیده‌ام. اما ای مسیح، همان‌گونه که آن باجگیر را عادل ساختی و بر آن زن کنعانی رحم کردی و در بهشت را بر آن دزد گشودی، اعماق عشق خود را بر من نیز بگشا... مگذار با جسارت در دریافت اسرار تو بسوزم، بلکه مرا ببذیر و روانم را روشن ساز...»

---

## اقرار نهایی پیش از دریافت

«خداوند، ایمان دارم و معترفم که تو براستی مسیح هستی، پسر خدای زنده، که به جهان آمدی تا گناهکاران را نجات دهی، که من نخستین آنان هستم. ای پسر خدا، مرا امروز به میهمانی مرموز خود ببذیر؛ زیرا من این راز را برای دشمنانت فاش نخواهم کرد و تو را همچون یهودا نخواهم بوسید، بلکه مانند آن دزد توبه‌کار به تو اقرار می‌کنم: **خداوند، مرا در پادشاهی خود به یاد آور.** باشد که شرکت من در این اسرار مقدس، نه برای محاکمه من، بلکه برای شفای روح و جسم من باشد. آمین.»



لطفاً با عشق و دعاهاى خير خود، از من طريق پريال حمايت كنيد:

[paypal.me/lukengo12](https://paypal.me/lukengo12)

---