

Dự án Project Gutenberg: Sách điện tử Kinh nguyện Hàng ngày Chính thống giáo (Orthodox Daily Prayers)

Cuốn sách điện tử này dành cho bất kỳ ai ở bất kỳ đâu tại Hoa Kỳ và hầu hết các khu vực khác trên thế giới sử dụng miễn phí và hầu như không có bất kỳ hạn chế nào. Bạn có thể sao chép, cho đi hoặc tái sử dụng nó theo các điều khoản của Giấy phép Project Gutenberg đính kèm trong sách điện tử này hoặc trực tuyến tại [www.gutenberg.org](http://www.gutenberg.org). Nếu bạn không ở Hoa Kỳ, bạn sẽ phải kiểm tra luật pháp của quốc gia nơi bạn đang sinh sống trước khi sử dụng sách điện tử này.

Tựa đề: Kinh nguyện Hàng ngày Chính thống giáo (Orthodox Daily Prayers)

Tác giả: Ẩn danh

Ngày phát hành: 16 tháng 1, 2011 [EBook #34981]

Cập nhật lần cuối: 25 tháng 9, 2021

Ngôn ngữ: Tiếng Anh

Nhóm thực hiện: Gerard Arthus, Stephen Hutcheson, và Đội ngũ Hiệu đính Phân tán Trực tuyến (Online Distributed Proofreading Team)

\*\*\* BẮT ĐẦU NỘI DUNG SÁCH ĐIỆN TỬ CỦA PROJECT GUTENBERG: KINH NGUYỆN HÀNG NGÀY CHÍNH THỐNG GIÁO \*\*\*

# **KINH NGUYỆN HÀNG NGÀY CHÍNH THỐNG GIÁO**

## **NHÀ XUẤT BẢN CHỦNG VIỆN THÁNH TIKHON**

**KINH NGUYỄN HÀNG  
NGÀY CHÍNH THỐNG  
GIÁO**

**NHÀ XUẤT BẢN CHỦNG  
VIỆN THÁNH TIKHON**

**1982**

**Được in ấn**

**với sự ban phước**

**của**

**Đức Cha,**

**Đức Giám mục Khả kính**

**HERMAN**

# Giám mục vùng Philadelphia và Miền Đông Pennsylvania

## MỤC LỤC

Lời giới thiệu 1

Kinh nguyện Buổi sáng 5

Tưởng niệm Người sống và Người quá cố 25

Kinh nguyện tại Bàn ăn 33

Nghi thức Kinh Tối (Compline) 38

Trước khi ngủ 68

Ba Bản Quy điển (The Three Canons) 89

Quy điển Chuẩn bị rước Thánh Thể 119

Kinh nguyện Chuẩn bị rước Thánh Thể 130

Kinh nguyện Tạ ơn sau khi rước Thánh Thể 161

---

[1]

## LỜI GIỚI THIỆU

### CUỐN SÁCH KINH

Cuốn Sách Kinh này bao gồm những lời kinh hàng ngày cơ bản nhất của một Kitô hữu Chính thống giáo, được truyền lại cho chúng ta chủ yếu bởi Giáo hội Nga, mặc dù các truyền thống Chính thống giáo khác về vấn đề này cũng rất tương đồng.

Trong cuốn sách này, chúng ta sẽ tìm thấy các Thánh vịnh của Thánh Tiên tri Vua Đa-vít, lời kinh mà chính Chúa đã dạy cho các thánh môn đệ, những lời cầu nguyện của các phụ tử sa

mạc, của các bậc giáo trưởng và giáo sư vĩ đại của Giáo hội, cũng như lời nguyện của các vị cha hiền thời gần đây hơn.

Việc xuất bản những lời kinh này không nhằm giới hạn sự bày tỏ tự do của tâm hồn người Kitô hữu đối với Đấng Tạo Hóa, Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh (Theotokos) và các Thánh. Ngược lại, bằng cách đọc những lời kinh này, chúng ta học cách cầu nguyện. chúng ta trở thành khuôn mẫu cho những lời cầu nguyện cá nhân của riêng chúng ta. Thường thì chúng ta muốn cầu nguyện nhưng lại bị xao nhãng bởi thế giới hối hả xung quanh, hoặc phiền muộn bởi sợ hãi và buồn phiền, đến mức không biết phải bắt đầu từ đâu. Khi đó, chúng ta bắt đầu với Sách Kinh [2] và nhận thấy rằng không chỉ nhiều điều chúng ta muốn nói đã được gói gọn trong lời nguyện của các bậc tiền nhân, mà sau đó, chúng ta còn tìm thấy những lời lẽ của riêng mình để tiếp tục tuân theo nỗi lòng.

Còn một món quà khác trong Sách Kinh. Là những Kitô hữu Chính thống giáo, tất cả chúng ta đều là chi thể của cùng một Thân thể. Chúng ta bày tỏ và dự phần vào sự hiệp nhất đó trong các nghi lễ của Giáo hội, đặc biệt là trong Phụng vụ Thánh. Thông qua Sách Kinh, sự hiệp nhất này được mang vào ngôi nhà của chúng ta hoặc bất cứ nơi nào mà một Kitô hữu Chính thống giáo đọc nó. Những lời cầu nguyện của riêng chúng ta được mang đến Ngôi Thiên Chúa trên đôi cánh của những lời kinh đã được Dân Chúa sử dụng suốt nhiều thế kỷ. Chúng ta không còn cầu nguyện đơn độc nữa.

## **QUY TẮC CẦU NGUYỆN**

Nhiều quy tắc cầu nguyện đã phát triển trong lịch sử Giáo hội. Không có nơi nào hay thời điểm nào có một quy tắc đồng nhất tuyệt đối. Ví dụ, ở Nga thế kỷ 19, quy tắc có sự khác biệt đáng kể giữa các tu viện, mặc dù một số yếu tố cơ bản vẫn hiện diện ở tất cả mọi nơi. Do đó, thuật ngữ "Quy tắc Cầu nguyện" không bao giờ nên được hiểu như một chiếc áo bó chẹt, điều khiển và hạn chế sự hiệp thông của chúng ta với Thiên Chúa.

Điều mà các Quy tắc dạy chúng ta là tầm quan trọng [3] của tính đều đặn trong đời sống cầu nguyện. Tốt hơn là nên đọc một vài lời kinh mỗi ngày mà không bỏ sót, còn hơn là đọc một số lượng lớn các bài kinh một cách thất thường, tùy hứng. Những ai trong chúng ta may mắn có cha linh hướng nên tham khảo ý kiến của ngài trước khi thiết lập Quy tắc riêng. Những ai không có, nên bắt đầu bằng một Quy tắc khiêm tốn, chỉ tăng thêm khi nó đã trở thành một phần đều đặn và không thể thiếu trong cuộc sống.

## **BẢN DỊCH**

Chúng tôi đã cố gắng sử dụng một hình thức tiếng Anh đương đại nhưng trang trọng trong suốt bản dịch này. Ở những nơi có thể, các bản dịch hiện có của Giáo hội Chính thống giáo tại Mỹ đã được sử dụng. Ví dụ, các Kinh nguyện Chuẩn bị rước Thánh Thể được trích từ cuốn sách Phụng vụ Thánh chính thức (Nhà xuất bản Chủng viện Thánh Tikhon, 1977) với rất ít thay đổi. Các Thánh vịnh, các câu thơ, troparia và các lời nguyện không có trong ấn bản đó hiện đã được dịch và đưa vào để hoàn thiện trình tự truyền thống.

Các Thánh vịnh được trích từ Bản Kinh thánh Tiêu chuẩn sửa đổi (RSV) với những thay đổi được thực hiện tại những nơi có sự khác biệt đáng kể với Thánh vịnh phụng vụ Chính thống giáo (dựa trên bản Bảy Mươi - Septuagint) khi cần thiết. Việc đánh số [4] các Thánh vịnh tuân theo bản Bảy Mươi xuyên suốt Sách Kinh. Chúng tôi để lại việc nghiên cứu giá trị của

các văn bản Kinh Thánh khác nhau cho các học giả. Mục tiêu của chúng tôi ở đây là cung cấp cho người Kitô hữu Chính thống giáo nói tiếng Anh một Sách Kinh tương đương gần nhất có thể với những Sách Kinh mà các Kitô hữu Chính thống giáo thuộc các quốc tịch khác đã sử dụng qua nhiều thế hệ.

---

[5]

## **KINH NGUYỆN BUỔI SÁNG**

Sau khi thức dậy, hãy rời giường không chút lười biếng và sau khi tịnh tâm, hãy làm Dấu Thánh Giá và đọc:

Nhân danh Cha và Con và Thánh Thần. Amen.

Sau đó, hãy đứng yên lặng trong giây lát cho đến khi mọi giác quan được bình lặng. Lúc đó, hãy cúi mình ba lần và đọc:

Lạy Chúa Giêsu Kitô, Con Thiên Chúa, xin thương xót con là kẻ có tội.

Sau đó, bắt đầu các Kinh nguyện Buổi sáng với những lời này:

Lạy Chúa Giêsu Kitô, Con Thiên Chúa, nhờ lời cầu bầu của Thân Mẫu tinh tuyền của Ngài và tất cả các thánh, xin thương xót chúng con. Amen.

Vinh danh Ngài, Thiên Chúa của chúng con, vinh danh Ngài.

Lạy Vua Thiên đàng, Đấng An ủi, Thần chân lý, Đấng hiện diện khắp nơi và lấp đầy mọi sự. Kho tàng các Ân sủng và Đấng ban sự sống: Xin hãy đến và ngự trị trong chúng con, thanh tẩy chúng con khỏi mọi sự ô uế, và [6] cứu rỗi linh hồn chúng con, lạy Đấng Nhân lành.

Lạy Thiên Chúa Chí Thánh! Lạy Đấng Quyền năng Chí Thánh! Lạy Đấng Bất tử Chí Thánh! Xin thương xót chúng con. (3 lần)

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Ba Ngôi Chí Thánh! Xin thương xót chúng con! Lạy Chúa, xin tẩy sạch tội lỗi chúng con! Lạy Đức Chủ, xin tha thứ những lỗi phạm của chúng con! Lạy Đấng Thánh, xin thăm viếng và chữa lành những yếu đuối của chúng con vì danh Ngài.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Cha chúng con ở trên trời, chúng con nguyện danh Cha cả sáng. Nước Cha trị đến. Ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời. Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày; và tha nợ chúng con như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con; xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ, nhưng cứu chúng con cho khỏi sự dữ.

[7]

(Nếu có linh mục, ngài sẽ thêm lời xưng thông thường)

Vừa thức giấc, chúng con phủ phục trước Ngài, lạy Đấng Hồng phúc, và hát dâng Ngài, lạy Đấng Quyền năng, bài ca thiên sứ:

Thánh! Thánh! Thánh! thay là Ngài, lạy Thiên Chúa; nhờ Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos), xin thương xót chúng con.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần:

Lạy Chúa, Ngài đã nâng con dậy từ giường ngủ, xin soi sáng tâm trí và trái tim con, và mở môi miệng con để con có thể ca ngợi Ngài, lạy Ba Ngôi Chí Thánh: Thánh! Thánh! Thánh! thay là Ngài, lạy Thiên Chúa; nhờ Đức Mẹ Thiên Chúa, xin thương xót chúng con.

Bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Vị Thảm phán sẽ đến bất ngờ và hành vi của mỗi người sẽ được phơi bày; nhưng giữa đêm khuya chúng con run sợ kêu lên: Thánh! Thánh! Thánh! thay là Ngài, lạy Thiên Chúa; nhờ Đức Mẹ Thiên Chúa, xin thương xót chúng con.

Lạy Chúa, xin thương xót! (12 lần)

Vừa thức giấc, con tạ ơn Ngài, [8] lạy Ba Ngôi Chí Thánh. Trong sự nhân từ dồi dào và lòng kiên nhẫn của Ngài, Ngài đã không giận dữ với con vì sự lười biếng và tội lỗi của con, cũng không tiêu diệt con trong sự gian ác của con. Thay vào đó, trong tình yêu thương nhân loại như thường lệ, Ngài đã nâng con dậy khi con đang nằm trong tuyệt vọng, để con có thể dậy sớm và tôn vinh Vương quyền của Ngài. Giờ đây, xin soi sáng đôi mắt tâm trí con và mở môi miệng con, để con có thể học hỏi lời Ngài, hiểu các điều răn của Ngài, thực hiện ý muốn của Ngài, ca ngợi Ngài với lời thú nhận chân thành từ tâm hồn và tôn vinh danh thánh của Ngài, Cha và Con và Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Hãy đến, chúng ta hãy thờ lạy Thiên Chúa, Vua chúng ta!

Hãy đến, chúng ta hãy thờ lạy và phủ phục trước Chúa Kitô, Vua và Thiên Chúa của chúng con!

Hãy đến, chúng ta hãy thờ lạy và phủ phục trước chính Chúa Kitô, Vua và Thiên Chúa của chúng con!

## THÁNH VINH 50

Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con theo lòng nhân hậu Chúa;

Xóa tội con theo lượng cả đức từ bi.

Xin rửa con cho sạch hết mọi gian ác,

Và thanh tẩy con khỏi mọi tội khiên!

Vì con đã biết rõ các lỗi phạm của con,

Và tội lỗi con luôn ở trước mặt con.

Con đã phạm tội chống lại Chúa, duy chỉ mình Chúa,

Và làm điều ác trước nhãn tiền Ngài,

Nên Ngài thật công chính khi tuyên án

Và vô tội khi xét xử con.

Này đây, con đã chào đời trong gian ác,

Và trong tội lỗi mẹ con đã hoài thai con.

Này đây, Ngài yêu thích sự thật nơi thâm tâm;

Nên xin dạy con sự khôn ngoan trong lòng sâu kín.

Xin dùng nhánh hương thảo tẩy sạch con, và con sẽ được thanh khiết;

[10]

Xin rửa con, và con sẽ trắng hơn tuyết.

Xin cho con được đầy dẫy niềm vui và hoan hỉ;

Để các xương cốt Ngài đã nghiền nát được hân hoan.

Xin ngoảnh mặt đi đừng nhìn tội lỗi con,

Và xóa bỏ mọi gian ác của con.

Lạy Thiên Chúa, xin tạo dựng nơi con một tâm hồn trong sạch,

Và đặt vào lòng con một thần khí mới và ngay thẳng.

Xin đừng xua đuổi con khỏi nhan thánh Chúa,

Và đừng cắt Thánh Thần của Ngài khỏi con.

Xin ban lại cho con niềm vui ơn cứu độ của Ngài,

Và nâng đỡ con bằng một thần khí sẵn lòng.

Bấy giờ con sẽ dạy đường lối Chúa cho kẻ lỗi phạm,

Và những tội nhân sẽ trở về với Ngài.

Lạy Thiên Chúa, lạy Thiên Chúa của ơn cứu độ con,

Xin cứu con khỏi nợ máu,

Và lưỡi con sẽ ca ngợi sự cứu chuộc của Ngài.

Lạy Chúa, xin mở mắt con,

Và miệng con sẽ loan truyền lời ngợi khen Ngài.

Vì Ngài không vui thích gì nơi tế lễ;

[11]

Dầu con dâng lễ vật toàn thiêu, Ngài cũng chẳng hài lòng.

Lễ vật đẹp lòng Thiên Chúa là một thần khí tan nát;

Một tâm hồn tan nát và thống hối, lạy Thiên Chúa, Ngài sẽ chẳng khinh chê.

Xin đủ lòng thương ban ơn lành cho Si-on;

Xây đắp lại các bức tường thành Giê-ru-sa-lem,

Bấy giờ Ngài sẽ vui nhận các tế lễ công chính,

Lễ vật toàn thiêu và lễ vật đốt cháy hết;

Bấy giờ người ta sẽ dâng bò tơ trên bàn thờ Ngài.

### **BIỂU TƯỢNG ĐỨC TIN (KINH TIN KÍNH)**

Tôi tin kính một Thiên Chúa, là Cha Toàn Năng, Đấng tạo thành trời đất, muôn vật hữu hình và vô hình.

Và tin kính một Chúa Giêsu Kitô, Con Một Thiên Chúa, sinh bởi Đức Chúa Cha trước muôn đời. Ánh sáng bởi Ánh sáng; Thiên Chúa thật bởi Thiên Chúa thật; được sinh ra mà không phải được tạo thành; đồng bản thể với Đức Chúa Cha, nhờ Người mà muôn vật được tạo thành; vì loài người chúng ta và để cứu độ chúng ta, Người đã từ trời xuống thế, [12] và đã nhập thể bởi phép Đức Chúa Thánh Thần trong lòng Trinh nữ Maria và đã làm người.

Người chịu đóng đinh vào thập giá vì chúng ta, thời quan Phong-xi-ô Phi-la-tô, Người chịu khổ hình và mai táng. Và ngày thứ ba Người sống lại như lời Thánh Kinh, Người lên trời và ngự bên hữu Đức Chúa Cha; và Người sẽ lại đến trong vinh quang để phán xét kẻ sống và kẻ chết; Nước Người sẽ không bao giờ cùng.

Và tôi tin kính Đức Chúa Thánh Thần là Thiên Chúa và là Đấng ban sự sống, Đấng bởi Đức Chúa Cha mà ra; cùng với Đức Chúa Cha và Đức Chúa Con, Người được thờ lạy và tôn vinh; Người đã dùng các tiên tri mà phán dạy. Tôi tin Hội thánh duy nhất, Thánh thiện, Công giáo và Tông truyền. Tôi tuyên xưng có một phép rửa để tha tội. Tôi trông đợi sự sống lại của kẻ chết và sự sống đời sau. Amen.



### **Kinh thứ 1, của Thánh Macarius Cả.**

Lạy Thiên Chúa, xin thanh tẩy con là kẻ có tội, vì con chưa làm được điều gì tốt lành trước nhan Ngài. Xin cứu [13] con khỏi ác thần, và xin cho ý Ngài được thể hiện nơi con, để con có thể mở môi miệng bất xứng của mình mà không bị định tội mà ca ngợi danh thánh Ngài, Cha, Con và Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Kinh thứ 2, của Thánh Macarius Cả.**

Vừa thức giấc, con dâng lên Ngài, lạy Đấng Cứu Độ, bài ca nửa đêm. Phủ phục xuống, con kêu cầu Ngài: xin chớ để con ngủ quên trong cái chết của tội lỗi. Xin đủ lòng thương xót con, Đấng đã tự nguyện chịu đóng đinh. Xin nâng con dậy mau chóng khi con đang nằm trong lưới biếng, và cứu con khi con đứng cầu nguyện. Sau giấc ngủ đêm trường, lạy Chúa Kitô là Thiên Chúa, xin chiếu tỏa một ngày không tội lỗi trên con và cứu độ con.

### **Kinh thứ 3, của Thánh Macarius Cả.**

Vừa thức giấc, con chạy đến với Ngài, lạy Đức Chủ, vì Ngài yêu thương nhân loại, và con vội vàng thực hiện công việc của Ngài. Con cầu xin Ngài, hãy giúp đỡ con mọi lúc và trong mọi sự. Xin giải thoát con khỏi mọi điều ác của thế gian này và khỏi các việc làm của ma quỷ. Xin cứu con và dẫn đưa con vào Vương quốc vĩnh cửu của Ngài. Ngài là Đấng Tạo Hóa, Đấng Chu cấp [14] và ban phát mọi điều tốt lành. Mọi hy vọng của con đặt nơi Ngài và con tôn vinh Ngài, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Kinh thứ 4, của Thánh Macarius Cả.**

Lạy Chúa, nhờ lòng nhân lành dồi dào và sự rộng lượng lớn lao của Ngài, Ngài đã cho phép con, tôi tớ Ngài, vượt qua những giờ khắc đêm nay mà không bị cám dỗ bởi bất kỳ sự dữ nào của kẻ thù. Lạy Đức Chủ và Đấng Sáng Tạo muôn loài, xin cũng ban cho con có thể thực hiện ý Ngài trong ánh sáng thật của Ngài và với một trái tim được soi sáng, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Kinh thứ 5, của Thánh Macarius Cả.**

Lạy Chúa, Thiên Chúa Toàn Năng, Đấng đón nhận bài ca "Chí Thánh" ba lần từ các đạo binh thiên quốc: xin hãy nhận bài ca đêm nay ngay cả từ con, tôi tớ bất xứng của Ngài. Xin ban cho con vào mỗi năm và mỗi giờ trong đời con đều được tôn vinh Ngài, Cha, Son và Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Kinh thứ 6, của Thánh Basil Cả.**

Lạy Chúa Toàn Năng, Thiên Chúa của các đạo binh và của [15] mọi xác phàm, Ngài ngự trị trên nơi cao thẳm nhưng lại nhìn xuống kẻ khiêm nhường, thấu suốt tâm can và cảm xúc, biết trước rõ ràng những bí mật của con người. Ngài là Ánh Sáng không khởi đầu, nơi không có sự biến đổi hay bóng dáng của sự thay đổi. Lạy Vua Bất Tử, xin nhận những lời cầu nguyện mà chúng con dâng lên Ngài giờ đây từ môi miệng ô ướ. Xin giải thoát chúng con khỏi những tội lỗi chúng con đã phạm trong hành động, lời nói hay ý nghĩ, dù cố ý hay vô tình. Xin tẩy sạch chúng con khỏi mọi sự ô ướ của xác thịt và thần khí. Xin ban cho chúng con được đi qua suốt đêm dài của cuộc đời hiện tại với một trái tim tỉnh thức và tâm trí tỉnh táo, mong chờ ngày rạng rỡ và hiển hiện của Con Một Ngài, Chúa, Thiên Chúa và Đấng

Cứu Độ Giêsu Kitô, khi Thẩm Phán của muôn loài sẽ đến trong vinh quang để báo đáp mỗi người tùy theo việc họ làm. Xin cho chúng con không bị tìm thấy trong tình trạng sa ngã và lười biếng, nhưng tỉnh táo và hăng hái hành động, sẵn sàng bước vào niềm vui của Người và căn phòng thiêng liêng của vinh quang Người, nơi tiếng hát của những người dự tiệc không bao giờ dứt và niềm vui của những người chiêm ngưỡng vẻ đẹp [16] khôn tả nơi nhan thánh Ngài là không lời nào diễn tả được. Vì Ngài là Ánh Sáng thật soi sáng và thánh hóa muôn loài, và mọi thụ tạo ca ngợi Ngài cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

#### **Kinh thứ 7, cũng của Thánh Basil.**

Chúng con chúc tụng Ngài, Thiên Chúa Tối Cao và Chúa của lòng thương xót, Đáng hằng làm những việc vĩ đại và khôn lường cho chúng con—những điều vinh hiển và kinh ngạc không sao kể xiết. Ngài ban cho chúng con giấc ngủ để nghỉ ngơi cho sự yếu đuối của chúng con, giảm bớt những lao nhọc của xác thịt nặng nề. Chúng con tạ ơn Ngài vì đã không tiêu diệt chúng con trong sự gian ác. Thay vào đó, Ngài đã bày tỏ tình yêu thương nhân loại thường tình, và nâng chúng con dậy khi chúng con nằm trong tuyệt vọng, để tôn vinh Vương quyền của Ngài. Vì vậy, chúng con khẩn cầu lòng nhân hậu vô biên của Ngài: xin soi sáng tư tưởng và đôi mắt chúng con, và thức tỉnh tâm trí chúng con khỏi giấc ngủ mê mết của sự lười biếng. Xin mở môi miệng chúng con và làm cho chúng đầy dẫy lời ngợi khen Ngài, để chúng con có thể không ngừng ca hát và tuyên xưng Ngài, Thiên Chúa được tôn vinh trong tất cả và bởi tất cả, Chúa Cha không khởi đầu, cùng với Con Một Ngài và Thần khí [17] Chí Thánh và ban sự sống của Ngài, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

#### **Kinh thứ 8. Bài ca nửa đêm dâng Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos) Rất Thánh.**

Con ca ngợi Ân sủng của Mẹ, lạy Đức Bà,

Và nguyện xin Mẹ ban ân sủng cho tâm trí con.

Xin dạy con bước đi đúng đắn

Trên con đường điều răn của Chúa Kitô.

Xin thêm sức cho con tỉnh thức trong câu hát,

Xua tan đi sự tuyệt vọng của giấc ngủ.

Con bị trói buộc bởi xiềng xích tội lỗi,

Nhờ lời cầu bầu của Mẹ, xin giải thoát con, lạy Hiền thê của Thiên Chúa!

Xin gìn giữ con trong đêm và trong ngày,

Giải cứu con khỏi quân thù đang giao chiến.

Vì Mẹ đã hạ sinh Thiên Chúa ban sự sống,

Xin ban sự sống cho con, kẻ đang bị thương tổn bởi đam mê.

Vì Mẹ đã hạ sinh Ánh Sáng không bao giờ tắt,  
Xin soi sáng linh hồn mù lòa của con.  
Ôi cung điện kỳ diệu của Đức Chủ,  
Xin làm cho con thành ngôi nhà của Thần khí thiêng liêng.  
Vì Mẹ đã hạ sinh Đấng Thầy thuốc,  
Xin chữa lành linh hồn con khỏi những năm tháng đầy đam mê.

[18]

Con bị chao đảo trong cơn bão của cuộc đời:  
Xin dẫn con vào nẻo đường thống hối.  
Giải cứu con khỏi ngọn lửa đời đời,  
Khỏi loài sâu ác độc, và khỏi hỏa ngục.  
Xin đừng để con trở thành niềm vui cho quỷ dữ,  
Dẫu rằng con vương bao tội lỗi.  
Xin làm mới con, lạy Đấng không tì ố,  
Vì con đã già cỗi bởi những tội lỗi điên cuồng.  
Xin cách ly con khỏi mọi nỗi khổ hình,  
Và cầu nguyện cho con trước Đức Chủ muôn loài.  
Xin ban cho con, cùng với tất cả các thánh,  
Được thừa hưởng niềm vui thiên quốc.  
Xin lắng nghe, lạy Trinh Nữ rất thánh,  
Tiếng nói của tôi tớ vô dụng của Mẹ.  
Xin ban cho con một dòng lệ tuôn trào, lạy Đấng tinh tuyền,  
Để rửa sạch vết nhơ nơi linh hồn con.  
Tiếng than van của lòng con, con dâng Mẹ không ngừng:  
Xin mở lòng ra, lạy Đức Bà!  
Xin chấp nhận sự phục vụ cầu nguyện của con,

Và mang nó đến với Thiên Chúa giàu lòng nhân ái.

Mẹ là Đấng cao trọng hơn các thiên thần,

Xin nâng con lên trên sự hỗn loạn của thế gian này.

Ôi đám mây thiên đường mang ánh sáng,

[19]

Xin dẫn đưa ân sủng tâm linh vào trong con.

Con nâng lời ngợi khen, lạy Đấng hoàn toàn không tì ố,

Đôi tay và môi miệng đã bị ô uế bởi tội khiên.

Xin giải cứu con khỏi những tổn hại làm suy đồi linh hồn,

Khẩn cầu tha thiết lên Chúa Kitô,

Đấng xứng đáng được vinh hiển và thờ lạy,

Bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

#### **Kinh thứ 9, dâng lên Chúa Giêsu Kitô.**

Lạy Thiên Chúa cực kỳ nhân từ và đầy lòng trắc ẩn của con, lạy Chúa Giêsu Kitô! Vì tình yêu lớn lao của Ngài, Ngài đã xuống thế và nhập thể để cứu chuộc muôn người. Một lần nữa, con nài xin Ngài, hãy cứu con bằng Ân sủng! Nếu Ngài cứu con vì công nghiệp của con, đó sẽ không phải là một món quà, mà chỉ là một nghĩa vụ. Thật vậy, Ngài dồi dào lòng nhân hậu và trắc ẩn khôn cùng! Ngài đã phán, lạy Chúa Kitô của con: "Ai tin vào Ta sẽ được sống và không bao giờ phải chết". Nếu đức tin vào Ngài cứu rồi kẻ tuyệt vọng, thì này đây: con tin! Xin cứu con, vì Ngài là Thiên Chúa và là Đấng Tạo Hóa của con. Nguyên xin đức tin của con thay thế cho việc làm của con, lạy Thiên Chúa của con, vì Ngài sẽ chẳng tìm thấy việc làm nào để [20] biện minh cho con. Nguyên xin đức tin của con là đủ cho tất cả.

Nguyên nó trả lời thay con; nguyên nó biện minh cho con; nguyên nó cho con được dự phần vào vinh quang vĩnh cửu của Ngài; và nguyên cho Satan không chộp lấy con, lạy Ngôi Lời, và ngạo nghễ rằng hắn đã giăng con khỏi tay và đàn chiên của Ngài. Lạy Chúa Kitô, Đấng Cứu Độ con: xin cứu con dù con muốn hay không! Xin hãy đến mau, nhanh lên, vì con đang hư mất! Ngài là Thiên Chúa của con từ khi con còn trong lòng mẹ. Lạy Chúa, xin ban cho con giờ đây biết yêu mến Ngài như con đã từng yêu tội lỗi, và để con lao tác vì Ngài không chút lười biếng như con đã từng lao tác cho Satan kẻ lừa dối. Hơn thế nữa, con sẽ lao tác cho Ngài, Chúa và Thiên Chúa Giêsu Kitô của con, suốt mọi ngày trong đời con, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

#### **Kinh thứ 10, dâng Thiên Thần Bản Mệnh của đời người.**

Lạy Thiên Thần Thánh, vị đứng bên linh hồn khốn khổ và cuộc đời đầy đam mê của tôi: xin đừng bỏ rơi tôi là kẻ có tội, cũng đừng rời xa tôi vì sự thiếu kiềm chế của tôi. Xin đừng để chỗ cho con quỷ dữ chiếm lấy tôi thông qua sự hung hãn của thân xác hay chết này. Xin hãy

trợ lực cho bàn tay yếu đuối và [21] bạc nhược của tôi, và chỉ dẫn tôi trên con đường cứu độ. Lạy Thiên Thần thánh của Thiên Chúa, vị canh giữ và bảo vệ linh hồn và thân xác khốn khổ của tôi: xin tha thứ cho mọi nỗi đau buồn mà tôi đã gây ra cho Ngài trong suốt cuộc đời tôi. Nếu tôi đã phạm tội trong đêm vừa qua, xin hãy bảo vệ tôi trong ngày hôm nay. Xin gìn giữ tôi khỏi mọi cám dỗ nghịch cảnh, để tôi không làm phiền lòng Thiên Chúa bởi bất kỳ tội lỗi nào. Xin cầu nguyện với Chúa cho tôi, để Ngài củng cố tôi trong sự kính sợ Ngài và làm cho tôi, tôi tớ Ngài, trở nên xứng đáng với lòng nhân lành của Ngài. Amen.

### **Kinh thứ 11, dâng Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos) Rất Thánh.**

Lạy Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, Đức Bà của con: nhờ những lời cầu nguyện thánh thiện và đầy quyền năng của Mẹ, xin hãy xua đuổi khỏi con, tôi tớ khiêm nhường và bất xứng của Mẹ, sự tuyệt vọng, lãng quên, đại dột, thờ ơ, và tất cả những tư tưởng ô uế, xấu xa và phạm thượng khỏi trái tim khốn khổ và tâm trí u tối của con. Xin dập tắt ngọn lửa đam mê của con, vì con nghèo nàn và khốn khổ. Xin giải cứu con khỏi vô số những ký ức và tưởng tượng ác độc. Giải thoát con khỏi mọi [22] hành vi xấu xa, vì Mẹ được chúc phúc bởi muôn thế hệ, và danh thánh cao trọng nhất của Mẹ được vinh hiển cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Kính mừng Maria đầy Ơn Phúc, Đức Chúa Trời ở cùng Bà. Bà có phúc lạ hơn mọi người nữ và Con lòng Bà gồm phúc lạ, vì Bà đã sinh ra Đấng Cứu Độ linh hồn chúng con!

Lạy Thân Mẫu hiển vinh trọn đời Đồng trinh của Chúa Kitô Thiên Chúa chúng con, xin mang lời cầu nguyện của chúng con dâng lên Con của Mẹ và là Thiên Chúa chúng con, để nhờ Mẹ, Người cứu rỗi linh hồn chúng con.

Hỡi các đạo binh thiên quốc gồm các Thiên Thần và Tổng lãnh Thiên Thần thánh thiện, xin cầu cho chúng con là kẻ có tội.

Hỡi các Tông đồ, Tiên tri, Tử đạo hiển vinh và tất cả các Thánh, xin cầu cho chúng con là kẻ có tội.

Xin cầu cùng Thiên Chúa cho con, lạy Thánh \_\_\_\_\_ (tên Thánh bổn mạng của bạn), vì con nhiệt thành chạy đến với Ngài, vị trợ giúp và bầu cử mau chóng cho linh hồn con!

Lạy Chúa, xin cứu độ dân Ngài và chúc phúc cho gia nghiệp Ngài. Xin ban chiến thắng cho các Kitô hữu Chính thống giáo trước những kẻ thù nghịch; và nhờ quyền năng Thập Giá Ngài, xin bảo tồn nơi cư ngụ của Ngài.

Thật là chính đáng để chúc phúc cho Mẹ, lạy [23] Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos), Đấng luôn được chúc phúc và tinh tuyền nhất, và là Thân Mẫu của Thiên Chúa chúng con. Mẹ cao trọng hơn các Thần Minh (Cherubim), và hiển vinh vượt bậc hơn các Thần Sốt Mên (Seraphim): Mẹ đã hạ sinh Thiên Chúa Ngôi Lời mà vẫn vẹn tuyền tinh tuyền: lạy Đức Mẹ Thiên Chúa thật, chúng con ngợi khen Mẹ.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Son, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Lạy Chúa Giêsu Kitô, Con Thiên Chúa, vì công nghiệp Thân Mẫu tinh tuyền của Ngài, các bậc cha hiền đáng kính và mang đầy Thiên Chúa của chúng con, và tất cả các thánh, xin cứu con là kẻ có tội. Amen.

*Một số Kitô hữu đạo đức sử dụng "Kinh nguyện Buổi sáng của các Trưởng lão Optina cuối cùng" sau đây cùng với các kinh nguyện buổi sáng của họ.*

Lạy Chúa, xin ban cho con được đón nhận tất cả những gì ngày sắp tới mang đến với tâm hồn bình an. Xin ban cho con được hoàn toàn phó thác bản thân mình cho Thánh Ý Ngài.

Trong mỗi giờ khắc của ngày hôm nay, xin hướng dẫn và hỗ trợ con trong mọi sự. Bất kể tin tức nào con nhận được trong ngày, [24] xin dạy con chấp nhận nó với một tâm hồn bình thản và niềm tin vững chắc rằng tất cả đều phục tùng Thánh Ý Ngài.

Xin hướng dẫn tư tưởng và tình cảm của con trong mọi lời nói và hành động. Trong mọi sự việc bất ngờ xảy ra, xin đừng để con quên rằng tất cả đều là do Ngài gửi đến.

Xin ban cho con được đối xử thẳng thắn và khôn ngoan với mọi thành viên trong gia đình con, không làm bất cứ ai lúng túng hay buồn lòng.

Lạy Chúa, xin ban cho con sức mạnh để chịu đựng sự mệt mỏi của ngày sắp tới và tất cả các sự kiện diễn ra trong đó. Xin hướng dẫn ý chí của con và dạy con cầu nguyện, tin tưởng, hy vọng, kiên nhẫn, tha thứ và yêu thương. Amen.

---

[25]

## **TƯỞNG NIỆM NGƯỜI SỐNG VÀ NGƯỜI QUÁ CỐ**

*Được đọc hàng ngày bởi mọi tu sĩ và Kitô hữu đạo đức vào cuối quy tắc cầu nguyện.*

Lạy Chúa Giêsu Kitô là Thiên Chúa chúng con, xin nhớ đến lòng thương xót và trắc ẩn đời đời của Ngài, vì đó mà Ngài đã trở nên người và tự nguyện chịu đóng đinh và chịu chết để cứu độ những người tin kính Ngài cách đúng đắn. Ngài đã sống lại từ cõi chết, lên Trời và ngự bên hữu Thiên Chúa Cha, nhìn xuống những lời khẩn cầu khiêm nhường của những kẻ kêu cầu Ngài với hết lòng. Xin hãy lắng tai và nghe lời cầu nguyện mà con, tôi tớ vô dụng của Ngài, dâng lên Ngài cho tất cả dân Ngài như một hương thơm tâm linh.

Trước hết, xin nhớ đến Hội thánh Duy nhất, Thánh thiện, Công giáo và Tông truyền mà Ngài đã có được nhờ Máu báu của Ngài. Xin thiết lập, củng cố, mở rộng và [26] nhân rộng Hội thánh. Xin ban hòa bình cho Hội thánh và gìn giữ Hội thánh đời đời không bị cửa hỏa ngục phá hủy. Xin làm dịu những cuộc tranh chấp của các giáo hội, dập tắt sự kiêu ngạo của dân ngoại, và mau chóng phá tan, tận diệt những cuộc nổi loạn của tà giáo, biến chúng thành hư không nhờ quyền năng của Chúa Thánh Thần.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót các Đức Giáo chủ Chính thống giáo Thánh thiện, Đức Hồng phúc \_\_\_\_\_, Tổng Giám mục Washington, Giám mục Thủ phủ của Toàn Mỹ và Canada; Đức Cha Khả kính \_\_\_\_\_, Giám mục vùng \_\_\_\_\_; các linh mục, phó tế

và tất cả giới giáo sĩ mà Ngài đã thiết lập để chặn dấy đàn chiên được ban cho lý trí của Ngài. Nhờ lời cầu nguyện của họ, xin cũng cứu con là kẻ có tội và thương xót con.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót vị Tổng thống của đất nước chúng con, tất cả các chính quyền dân sự và các lực lượng vũ trang. Xin bao quanh họ bằng hòa bình, và hãy đặt hòa bình cùng sự nhân hậu vào trái tim họ vì Hội thánh Thánh thiện và tất cả dân Ngài. Trong sự bình an [27] của họ, xin cho chúng con được sống một cuộc đời lặng lẽ và yên bình trong Đức tin Thật và trong mọi sự đạo đức, tinh tuyền.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót cha của chúng con (tên và tước hiệu của viện phụ tu viện hoặc linh mục quản xứ của bạn) cùng với tất cả anh chị em chúng con trong Chúa Kitô, và xin thương xót con là kẻ khốn khổ, nhờ lời cầu nguyện của họ.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót cha linh hướng \_\_\_\_\_ của con, và tha thứ những lỗi phạm của con nhờ lời cầu nguyện thánh thiện của ngài.

(Cúi mình)

*(Trong các Tu viện)*

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót tất cả anh chị em chúng con, những người lao tác trong cộng đoàn thánh thiện này—các công nhân, các nhân viên giáo dân, và những người canh tác đất đai cho tu viện này, và tất cả các Kitô hữu.

*(Trong các Giáo xứ)*

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót tất cả anh chị em chúng con, những người phục vụ Giáo hội thánh thiện này— [28] hội đồng giáo xứ, ca đoàn, giáo viên, những người quản gia và vệ sinh, và tất cả những người làm việc cho giáo xứ chúng con, và tất cả các Kitô hữu.

(Cúi mình)

*(Bỏ qua bất kỳ thuật ngữ nào không phù hợp trong lời khẩn cầu sau đây)*

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót cha mẹ con \_\_\_\_\_ (nếu họ còn sống), vợ/chồng con \_\_\_\_\_, con cái con \_\_\_\_\_, anh chị em con và tất cả thân nhân của con theo huyết thống, những người gần gũi với gia đình con, và bạn bè con. Xin ban cho họ những điều tốt lành đời này và trên trời.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót cha ông, anh chị em chúng con, những người đang sống với đức tin kiên trì trong các tu viện ở Núi Thánh, Nga, Mỹ và bất kỳ nơi nào khác. Nhờ lời cầu nguyện của họ, xin thương xót con là kẻ có tội.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót, theo lượng lòng trắc ẩn dồi dào của Ngài, [29] tất cả các linh mục tu sĩ, tu sĩ nam nữ, và tất cả những người sống trong sự khiết tịnh, tôn kính và ăn chay trong các tu viện, trong sa mạc và hang động, trên núi cao và cột đá, trong các ẩn thất và khe đá, trên các hòn đảo giữa biển khơi, và những người sống trong Đức tin Thật ở mọi nơi thuộc quyền thống trị của Ngài, phục vụ Ngài một cách đạo đức và cầu nguyện lên Ngài. Xin giảm nhẹ gánh nặng và an ủi họ trong nỗi sầu khổ. Xin ban cho họ sức mạnh và sự quyết tâm trong các cuộc chiến đấu, và xin ban cho con ơn tha tội nhờ lời cầu nguyện của họ.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót những người già và người trẻ, người nghèo khổ, trẻ mồ côi và góa phụ, những người đang trong bệnh tật và buồn đau, trong hoạn nạn và sầu khổ, trong chiến tranh và cảnh tù đầy, trong ngục tù và chốn lưu đày—đặc biệt là những người, vốn là tôi tớ Ngài, đang bị bách hại vì danh Ngài và Đức tin Chính thống bởi những kẻ ngoại đạo không tin Chúa, những kẻ bội đạo và tà giáo. Xin hãy nhớ đến, thăm viếng, củng cố và an ủi họ, ban cho họ sự phóng thích sớm, sự tự do và [30] sự giải thoát nhờ quyền năng của Ngài.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót các ân nhân của chúng con, những người đã thương xót chúng con và nuôi dưỡng chúng con, ban cho chúng con của bố thí và sự an toàn, và xin chúng con cầu nguyện cho họ, bất chấp sự bất xứng của chúng con. Xin Ngài hãy nhân từ với họ và nhậm lời mỗi lời cầu xin của họ cho ơn cứu độ và phần thưởng là những điều tốt lành đời đời.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót tất cả cha ông, anh chị em chúng con và tất cả các Kitô hữu Chính thống giáo đang đi hành hương phục vụ Ngài.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót những người mà con đã khiến họ vấp ngã, làm họ rời xa con đường cứu độ và dẫn họ đến những hành vi xấu xa và không xứng hợp. Xin đưa họ trở lại con đường cứu độ bằng sự Quan phòng Thần linh của Ngài.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin cứu giúp và thương xót những [31] kẻ ghét bỏ và xúc phạm con, và làm hại con. Xin đừng để họ phải hư mất vì con, một kẻ có tội.

(Cúi mình)

Xin soi sáng bằng ánh sáng trí tuệ của Ngài cho những người đã rời bỏ Đức tin Chính thống và đã bị mù quáng bởi những tà giáo tàn phá, xin cho họ được tái hiệp nhất với Hội thánh Duy nhất, Thánh thiện, Công giáo và Tông truyền của Ngài.



(Cúi mình)

### **Cầu cho người Quá cố**

Lạy Chúa, xin nhớ đến tất cả các Đức Giáo chủ và Giám mục Chính thống giáo; các tổng giám mục và giám mục; các linh mục và những người phục vụ trong các thánh chức; những người phục vụ Ngài trong hàng ngũ tu sĩ và vị sáng lập hồng phúc của cộng đoàn thánh thiện (hoặc Giáo hội) của chúng con. Xin ban cho họ được nghỉ ngơi cùng với các thánh trong nơi ở đời đời của Ngài.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin nhớ đến linh hồn các tôi tớ đã qua đời của Ngài, cha mẹ con \_\_\_\_\_ (nếu họ đã qua đời), và tất cả [32] thân nhân của con theo huyết thống. Xin tha thứ mọi tội lỗi của họ, cả cố ý và vô tình. Xin ban cho họ được dự phần vào những điều tốt lành đời đời của Ngài và hưởng thụ cuộc sống vĩnh cửu và hồng phúc.

(Cúi mình)

Lạy Chúa, xin nhớ đến tất cả cha ông, anh chị em chúng con đã qua đời, những Kitô hữu Chính thống giáo đang nằm tại đây và khắp mọi nơi trong niềm hy vọng Phục sinh và sự sống đời đời. Xin cho họ được sống với các thánh của Ngài dưới Ánh sáng nhan thánh Ngài. Xin cũng thương xót chúng con, vì Ngài là Đấng nhân lành và yêu thương nhân loại. Amen.

(Cúi mình)

*Câu sau đây được đọc ba lần, mỗi lần kèm theo một lần cúi mình.*

Lạy Chúa, xin ban ơn tha tội cho tất cả cha ông, anh chị em chúng con, những người đã ra đi trước chúng con trong đức tin và niềm hy vọng Phục sinh, và xin cho ký ức về họ được trường tồn muôn đời.

## **KINH NGUYỆN TẠI BÀN ĂN**

### **Trước bữa điểm tâm**

Lạy Ba Ngôi Chí Thánh, xin thương xót chúng con! Lạy Chúa, xin tẩy sạch tội lỗi chúng con! Lạy Đức Chủ, xin tha thứ những lỗi phạm của chúng con! Lạy Đấng Thánh, xin thăm viếng và chữa lành những yếu đuối của chúng con vì danh Ngài.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Lạy Chúa Kitô là Thiên Chúa, xin chúc phúc cho thức ăn và thức uống của tôi tớ Ngài, vì Ngài là Đấng Thánh, luôn luôn, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Sau bữa điểm tâm**

Mẹ cao trọng hơn các Thần Minh (Cherubim), và hiển vinh vượt bậc hơn các Thần Sốt Mến (Seraphim): Mẹ đã hạ sinh Thiên Chúa Ngôi Lời mà vẫn vẹn tuyền tinh tuyền: lạy Đức Mẹ Thiên Chúa thật, chúng con ngợi khen Mẹ.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời [34] chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Thiên Chúa ở cùng chúng con, nhờ Ân sủng và lòng yêu thương nhân loại của Ngài, luôn luôn, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Trước bữa trưa**

Lạy Cha chúng con ở trên trời, chúng con nguyện danh Cha cả sáng. Nước Cha trị đến. Ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời. Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày; và tha nợ chúng con như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con; xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ, nhưng cứu chúng con cho khỏi sự dữ.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Lạy Chúa Kitô là Thiên Chúa, xin chúc phúc cho thức ăn và thức uống của tôi tới Ngài, vì Ngài là Đấng Thánh, luôn luôn, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Sau bữa trưa**

Chúng con tạ ơn Ngài, lạy Chúa Kitô là Thiên Chúa của chúng con, vì [35] Ngài đã cho chúng con được no nê bằng những hồng ân dưới thế của Ngài. Xin đừng tước mất Vương quốc Thiên đàng của Ngài khỏi chúng con, nhưng như Ngài đã đến giữa các môn đệ, lạy Đấng Cứu Độ, để ban hòa bình cho họ, xin cũng hãy đến với chúng con và cứu rỗi chúng con!

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Chúc tụng Thiên Chúa, Đấng đã thương xót chúng con và nuôi dưỡng chúng con bằng những hồng ân phong phú của Ngài, nhờ Ân sủng và lòng yêu thương nhân loại của Ngài, luôn luôn, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Trước bữa tối**

Kẻ nghèo hèn sẽ được ăn và được no nê, và những ai tìm kiếm Chúa sẽ ngợi khen Ngài; tâm hồn họ sẽ vui sống muôn đời!

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Son, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Lạy Chúa Kitô là Thiên Chúa, xin chúc phúc cho thức ăn và thức uống của tôi tớ Ngài, vì Ngài là Đấng Thánh, [36] luôn luôn, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Sau bữa tối**

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Son, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lòng Mẹ đã trở nên Bàn tiệc Thiên quốc, mang lấy Bánh bởi Trời—là Chúa Kitô Thiên Chúa chúng con. Bất cứ ai ăn lấy Người sẽ không phải chết, lạy Đấng Sinh Thành ra Thiên Chúa, theo lời của Đấng Nuôi dưỡng muôn loài.

Mẹ cao trọng hơn các Thần Minh (Cherubim), và hiển vinh vượt bậc hơn các Thần Sốt Mến (Seraphim): Mẹ đã hạ sinh Thiên Chúa Ngôi Lời mà vẫn vẹn tuyền tinh tuyền: lạy Đức Mẹ Thiên Chúa thật, chúng con ngợi khen Mẹ!

Lạy Chúa, Ngài đã làm cho chúng con hân hoan bằng các việc Ngài làm; chúng con sẽ vui mừng trong các công trình của tay Ngài. Lạy Chúa, xin chiếu tỏa ánh sáng nhan thánh Ngài trên chúng con! Ngài đã đặt niềm vui vào lòng con. Chúng con đã được no thỏa với hoa màu từ lúa mì, rượu nho và dầu. Trong bình an, con sẽ nằm xuống và ngủ yên; vì chỉ mình Ngài, lạy Chúa, cho con được cư ngụ trong [37] niềm hy vọng.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Son, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Thiên Chúa ở cùng chúng con nhờ Ân sủng và lòng yêu thương nhân loại của Ngài, luôn luôn, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

---

[38]

*Linh mục ban phép lành:*

Chúc tụng Thiên Chúa của chúng con, luôn luôn, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng!

*LƯU Ý: Nếu không có linh mục, giáo dân bắt đầu bằng:*

Nhờ lời cầu bầu của các thánh phụ chúng con, lạy Chúa Giêsu Kitô là Thiên Chúa chúng con, xin thương xót chúng con!

*Người đọc tiếp tục:*

Amen! Vinh danh Ngài, Thiên Chúa của chúng con, vinh danh Ngài!

Lạy Vua Thiên đàng, Đấng An ủi, Thần chân lý, Đấng hiện diện khắp nơi và lấp đầy mọi sự. Kho tàng các Ân sủng, và Đấng ban sự sống: Xin hãy đến và ngự trị trong chúng con, thanh tẩy chúng con khỏi mọi sự ô uế, và cứu rỗi linh hồn chúng con, lạy Đấng Nhân lành.

Lạy Thiên Chúa Chí Thánh! Lạy Đấng Quyền năng Chí Thánh! Lạy Đấng Bất tử Chí Thánh! Xin thương xót chúng con! (3 lần)

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và [39] Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Ba Ngôi Chí Thánh xin thương xót chúng con. Lạy Chúa, xin tẩy sạch tội lỗi chúng con. Lạy Đức Chủ, xin tha thứ những lỗi phạm của chúng con. Lạy Đấng Thánh, xin thăm viếng và chữa lành những yếu đuối của chúng con, vì danh Ngài.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Cha chúng con ở trên Trời, chúng con nguyện danh Cha cả sáng. Nước Cha trị đến. Ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên Trời. Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày; và tha nợ chúng con như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con; xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ, nhưng cứu chúng con cho khỏi sự dữ.

*Linh mục xướng:*

Vì Vương quốc, quyền năng và vinh quang là của Cha, và của Con, và của Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng.

[40]

*Người đọc tiếp tục:*

Amen! Lạy Chúa, xin thương xót! (12 lần)

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Hãy đến, chúng ta hãy thờ lạy Thiên Chúa, Vua chúng ta!

Hãy đến, chúng ta hãy thờ lạy và phủ phục trước Chúa Kitô, Vua và Thiên Chúa của chúng con!

Hãy đến, chúng ta hãy thờ lạy và phủ phục trước chính Chúa Kitô, Vua và Thiên Chúa của chúng con!

### **Thánh vịnh 50**

Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con theo lòng nhân hậu Chúa;

Xóa tội con theo lượng cả đức từ bi.

Xin rửa con cho sạch hết mọi gian ác,

Và thanh tẩy con khỏi mọi tội khiên!

Vì con đã biết rõ các lỗi phạm của con,

Và tội lỗi con luôn ở trước mặt con.

Con đã phạm tội chống lại Chúa, duy chỉ mình Chúa,

Và làm điều ác trước nhãn tiền Ngài,

[41]

Nên Ngài thật công chính khi tuyên án

Và vô tội khi xét xử con.

Này đây, con đã chào đời trong gian ác,

Và trong tội lỗi mẹ con đã hoài thai con.

Này đây, Ngài yêu thích sự thật nơi thâm tâm;

Nên xin dạy con sự khôn ngoan trong lòng sâu kín.

Xin dùng nhánh hương thảo tẩy sạch con, và con sẽ được thanh khiết;

Xin rửa con, và con sẽ trắng hơn tuyết.

Xin cho con được đầy dẫy niềm vui và hoan hỉ;

Để các xương cốt Ngài đã nghiền nát được hân hoan.

Xin ngoảnh mặt đi đừng nhìn tội lỗi con,

Và xóa bỏ mọi gian ác của con.

Lạy Thiên Chúa, xin tạo dựng nơi con một tâm hồn trong sạch,

Và đặt vào lòng con một thần khí mới và ngay thẳng.

Xin đừng xua đuổi con khỏi nhan thánh Chúa,

Và đừng cất Thánh Thần của Ngài khỏi con.

Xin ban lại cho con niềm vui ơn cứu độ của Ngài,

[42]

Và nâng đỡ con bằng một thần khí sẵn lòng.

Bấy giờ con sẽ dạy đường lối Chúa cho kẻ lỗi phạm,

Và những tội nhân sẽ trở về với Ngài.

Lạy Thiên Chúa, lạy Thiên Chúa của ơn cứu độ con,

Xin cứu con khỏi nợ máu,

Và lưỡi con sẽ ca ngợi sự cứu chuộc của Ngài.

Lạy Chúa, xin mở mắt con,

Và miệng con sẽ loan truyền lời ngợi khen Ngài.

Vì Ngài không vui thích gì nơi tế lễ;

Dẫu con dâng lễ vật toàn thiêu, Ngài cũng chẳng hài lòng.

Lễ vật đẹp lòng Thiên Chúa là một thần khí tan nát;

Một tâm hồn tan nát và thống hối, lạy Thiên Chúa,

Ngài sẽ chẳng khinh chê.

Xin đủ lòng thương ban ơn lành cho Si-on;

Xây đắp lại các bức tường thành Giê-ru-sa-lem,

Bấy giờ Ngài sẽ vui nhận các tế lễ công chính,

Lễ vật toàn thiêu và lễ vật đốt cháy hết;

Bấy giờ người ta sẽ dâng bò tơ trên bàn thờ Ngài.

[43]

### **Thánh vịnh 69**

Lạy Chúa, xin thương cứu giúp con!

Lạy Chúa, xin mau mau phù trợ!

Ước gì những kẻ tìm hại mạng sống con

Phải hổ thẹn và nhuốc nha!

Ước gì những kẻ mong cho con khốn cực

Phải tháo lui và nhục nhã!

Ước gì những kẻ nhạo báng con: "Hà! Hà!"

Phải quay lưng trong sự xấu hổ!

Ước gì tất cả những ai tìm kiếm Ngài

Được hân hoan và vui sướng trong Ngài!

Ước gì những ai yêu mến ơn cứu độ của Ngài

Luôn mãi nói rằng: "Thiên Chúa thật cao cả!"

Nhưng con đây nghèo nàn và túng thiếu;

Lạy Thiên Chúa, xin mau đến với con!

Ngài là Đấng phù trợ và giải thoát con;

Lạy Chúa, xin chớ trì hoãn!

### **Thánh vịnh 142**

Lạy Chúa, xin nghe lời con cầu nguyện;

Xin lắng tai nghe lời con khẩn nài!

Vì lòng thành tín, xin đáp lại con,

[44]

Trong sự công chính của Ngài!

Xin đừng xét xử tôi tớ Ngài;

Vì trước nhan Ngài, chẳng ai đang sống là công chính.

Vì kẻ thù đã sẵn đuổi linh hồn con;

Hắn chà đạp mạng sống con xuống đất;

Hắn bắt con ngồi trong bóng tối như những kẻ đã chết tị lâu.

Nên thần trí con hao mòn trong con;

Trái tim con trong con kinh hãi.

Con nhớ lại những ngày xưa cũ,  
Con suy ngẫm về tất cả những việc Ngài làm;  
Con nghiền ngẫm những công trình tay Ngài thực hiện.  
Con giang tay hướng về Ngài;  
Linh hồn con khát khao Ngài như đất khô cần.  
Lạy Chúa, xin mau đáp lại con!  
Thần trí con đã kiệt quệ!  
Xin đừng ngoảnh mặt đi khỏi con,  
Kéo con trở nên như những kẻ xuống hố sâu.  
Mỗi sớm mai xin cho con nghe về tình thương bền vững của Ngài,  
[45]  
Vì con đặt niềm tin nơi Ngài.  
Xin chỉ cho con biết lối phải đi,  
Vì con nâng linh hồn con lên cùng Ngài.  
Lạy Chúa, xin cứu con khỏi quân thù!  
Con chạy đến ẩn náu nơi Ngài!  
Xin dạy con thực hành ý Ngài,  
Vì Ngài là Thiên Chúa của con!  
Nguyện Thần Khí tốt lành của Ngài dẫn dắt con  
Trên con đường bằng phẳng!  
Vì danh Ngài, lạy Chúa, xin cho con sự sống!  
Trong sự công chính Ngài, xin đưa linh hồn con ra khỏi gian truân!  
Trong tình thương bền vững, xin tiêu diệt quân thù của con  
Và hủy diệt mọi kẻ làm khổ linh hồn con,  
Vì con là tôi tớ Ngài.

**Kinh Vinh Danh (Doxology)**



Vinh danh Thiên Chúa trên các tầng trời,

Và bình an dưới thế cho người thiện tâm.

Chúng con ngợi khen Chúa! Chúng con chúc tụng Chúa! Chúng con thờ lạy Chúa! Chúng con tôn vinh Chúa!

[46]

Chúng con cảm tạ Chúa vì vinh quang cao cả Chúa!

Lạy Chúa là Chúa Tể trời cao,

Là Thiên Chúa Cha Toàn Năng!

Lạy Chúa là Con Một Thiên Chúa, Chúa Giêsu Kitô

Và Đức Chúa Thánh Thần!

Lạy Chúa là Thiên Chúa, là Chiên Thiên Chúa, là Con Đức Chúa Cha,

Chúa xóa tội trần gian, xin thương xót chúng con!

Chúa xóa tội trần gian, xin nhậm lời chúng con cầu khẩn.

Chúa ngự bên hữu Đức Chúa Cha, xin thương xót chúng con!

Vì chỉ có Chúa là Đấng Thánh, chỉ có Chúa là Chúa,

Chỉ có Chúa, lạy Chúa Giêsu Kitô, là Đấng Tối Cao

Trong vinh quang Đức Chúa Cha. Amen!

[47]

Mỗi đêm con sẽ cảm tạ Ngài

Và ngợi khen danh Ngài cho đến muôn đời muôn kiếp!

Lạy Chúa, Ngài đã là nơi chúng con ẩn náu

Từ thế hệ này qua thế hệ khác!

Con thưa rằng: Lạy Chúa xin thương xót con,

Chữa lành linh hồn con vì con đã phạm tội chống lại Ngài.

Lạy Chúa, con chạy đến cùng Ngài.

Xin dạy con thực hành ý Ngài,

Vì Ngài là Thiên Chúa của con.

Vì nơi Ngài là nguồn sự sống,  
Và trong ánh sáng của Ngài, chúng con sẽ thấy ánh sáng.  
Xin tiếp tục đổ tràn lòng thương xót của Ngài  
Trên những kẻ nhận biết Ngài!  
Lạy Chúa, xin ban cho chúng con đêm nay được gìn giữ  
Khỏi vương tội khiên!  
Chúc tụng Ngài, lạy Chúa là Thiên Chúa của tổ tiên chúng con,  
Danh Ngài đáng được ca tụng và tôn vinh  
Đến muôn đời. Amen!  
Lạy Chúa, xin cho lòng thương xót của Chúa ở trên chúng con,  
Như chúng con đã đặt niềm hy vọng nơi Ngài.  
Chúc tụng Ngài, lạy Chúa,  
Xin dạy con các thánh chỉ của Ngài!

[48]

Chúc tụng Ngài, lạy Đức Chủ,  
Xin cho con hiểu biết các điều răn của Ngài!  
Chúc tụng Ngài, lạy Đấng Thánh,  
Xin soi sáng con bằng các giới luật của Ngài!  
Lạy Chúa, lòng thương xót của Ngài tồn tại muôn đời!  
Xin đừng bỏ rơi công trình của tay Ngài!  
Sự thờ lạy thuộc về Ngài! Lời ngợi khen thuộc về Ngài!  
Vinh quang thuộc về Ngài:  
Dâng lên Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần,  
Bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen!

### **Biểu tượng Đức tin (Kinh Tin Kính)**

Tôi tin kính một Thiên Chúa, là Cha Toàn Năng, Đấng tạo thành trời đất, muôn vật hữu hình và vô hình.

Và tin kính một Chúa Giêsu Kitô, Con Một Thiên Chúa, sinh bởi Đức Chúa Cha trước muôn đời. Ánh sáng bởi Ánh sáng; Thiên Chúa thật bởi Thiên Chúa thật; được sinh ra mà không phải được tạo thành; đồng bản thể với Đức Chúa Cha, nhờ Người mà muôn vật được tạo thành; vì loài người chúng ta và để cứu độ chúng ta, Người đã từ trời xuống thế, [49] và đã nhập thể bởi phép Đức Chúa Thánh Thần trong lòng Trinh nữ Maria và đã làm người. Người chịu đóng đinh vào thập giá vì chúng ta, thời quan Phong-xi-ô Phi-la-tô, Người chịu khổ hình và mai táng. Và ngày thứ ba Người sống lại như lời Thánh Kinh, Người lên trời và ngự bên hữu Đức Chúa Cha; và Người sẽ lại đến trong vinh quang để phán xét kẻ sống và kẻ chết; Nước Người sẽ không bao giờ cùng.

Và tôi tin kính Đức Chúa Thánh Thần là Thiên Chúa và là Đấng ban sự sống, Đấng bởi Đức Chúa Cha mà ra; cùng với Đức Chúa Cha và Đức Chúa Con, Người được thờ lạy và tôn vinh; Người đã dùng các tiên tri mà phán dạy. Tôi tin Hội thánh duy nhất, Thánh thiện, Công giáo và Tông truyền. Tôi tuyên xưng có một phép rửa để tha tội. Tôi trông đợi sự sống lại của kẻ chết và sự sống đời sau. Amen.

*LƯU Ý: Tại các nhà thờ, Quy điển Kinh Tối dâng Đức Mẹ (Theotokos) chỉ định sẽ được hát từ sách Octoechos tại điểm này.*

*Khi đọc Kinh Tối riêng tư, có thể hát một hoặc nhiều Quy điển và/hoặc một Kinh Akathist để thay thế.*

[50]

*Theo truyền thống của Giáo hội Nga, những người chuẩn bị đón nhận các Mầu nhiệm Thánh (Rước Lễ) nên đọc ít nhất ba Quy điển và một Kinh Akathist vào tối hôm trước (Xem trang 89).*

*Một số người đọc Quy điển Chuẩn bị tại điểm này (Xem trang 119).*

*Bất cứ khi nào một Quy điển được hát, đoạn sau đây sẽ được hát theo cùng một giai điệu với Irmos của Quy điển đó. Nếu không có Quy điển, đoạn này sẽ được đọc hoặc hát theo Cung thứ 8.*

Thật là chính đáng để chúc phúc cho Mẹ, lạy Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos), Đấng luôn được chúc phúc và tinh tuyền nhất, và là Thân Mẫu của Thiên Chúa chúng con. Mẹ cao trọng hơn các Thần Minh (Cherubim), và hiển vinh vượt bậc hơn các Thần Sốt Mến (Seraphim): Mẹ đã hạ sinh Thiên Chúa Ngôi Lời mà vẫn vẹn tuyền tinh tuyền: lạy Đức Mẹ Thiên Chúa thật, chúng con ngợi khen Mẹ.

*Người đọc tiếp tục:*

Lạy Thiên Chúa Chí Thánh! Lạy Đấng Quyền năng Chí Thánh! Lạy Đấng Bất tử Chí Thánh! Xin thương xót chúng con! (3 lần)

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Ba Ngôi Chí Thánh, xin thương xót chúng con! Lạy Chúa, xin tẩy sạch tội lỗi chúng con! Lạy Đức Chủ, xin tha thứ những lỗi phạm của chúng con! Lạy Đấng Thánh, xin thăm viếng và chữa lành những yếu đuối của chúng con, vì danh Ngài!

[51]

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Son, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Cha chúng con ở trên trời, chúng con nguyện danh Cha cả sáng. Nước Cha trị đến. Ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời. Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày; và tha nợ chúng con như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con; xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ, nhưng cứu chúng con cho khỏi sự dữ.

*Nếu có linh mục, ngài sẽ đưa ra lời xướng thông thường.*

*Sau khi nói AMEN!, Người đọc đọc các TROPARIA phù hợp:*

### **Tối Chủ Nhật**

Chúng con, những kẻ bất xứng, hằng cầu nguyện với các ngài, lạy các vị Tổng lãnh Chỉ huy của Đạo binh Thiên quốc: nhờ lời cầu bầu của các ngài, xin che chở chúng con bằng đôi cánh vinh quang bảo hộ của các ngài. Xin gìn giữ chúng con, những kẻ đang tha thiết phủ phục và [52] kêu cầu: xin giải thoát chúng con khỏi những hoạn nạn, vì các ngài là những vị chỉ huy các quyền năng trên cao.

Lạy Thiên Chúa của tổ tiên chúng con, Đấng luôn đối đãi với chúng con theo lòng hiền hậu của Ngài: xin đừng cất lòng thương xót của Ngài khỏi chúng con, nhưng xin hướng dẫn cuộc đời chúng con trong bình an nhờ lời cầu bầu của các ngài.

Hội thánh Ngài đã được tô điểm bằng chiếc áo choàng bằng vải lanh tím mịn màng—đó là máu của các Thánh Tử đạo khắp thế gian, lạy Chúa Kitô là Thiên Chúa. Vì vậy Hội thánh kêu cầu Ngài: xin đổ tràn lòng thương xót trên dân Ngài, ban hòa bình cho cộng đoàn của Ngài và lòng nhân hậu lớn lao cho linh hồn chúng con.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Son, và Đức Chúa Thánh Thần:

Lạy Chúa Kitô, xin ban sự nghỉ ngơi cho linh hồn các tôi tớ Ngài cùng với các thánh, nơi không còn bệnh tật, u sầu hay than vãn, nhưng là sự sống vĩnh cửu.

Bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, xin ban cho chúng con hòa bình của Ngài, nhờ lời cầu bầu của tất cả các thánh và Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos). Xin thương xót chúng con, vì chỉ [53] mình Ngài là Đấng giàu lòng trắc ẩn.

### **Tối Thứ Hai**

Người công chính được tưởng nhớ bằng những lời ca ngợi. Đối với ngài, hỡi Đấng Tiên Hô, sự chứng thực của Chúa là đủ rồi. Ngài thực sự cho thấy mình cao trọng hơn các tiên tri, vì ngài đã được nên xứng đáng để làm phép rửa trong dòng nước cho chính Đấng mà ngài đã loan báo. Sau khi đã vui lòng chịu khổ hình vì sự thật, ngài đã loan báo cho những kẻ ở nơi U ngục về Thiên Chúa thật, Đấng đã tự mặc khải nơi xác phàm, Đấng xóa tội trần gian và ban cho chúng con lòng thương xót lớn lao.

Lạy Thiên Chúa của tổ tiên chúng con...

Hội thánh Ngài đã được tô điểm...

Vinh danh Đức Chúa Cha...

Lạy Chúa Kitô, xin ban sự nghỉ ngơi...

Bây giờ và hằng có...

Lạy Chúa, xin ban cho chúng con hòa bình của Ngài...

### **Tối Thứ Ba**

Lạy Chúa, xin cứu độ dân Ngài và chúc phúc cho gia nghiệp Ngài. Xin ban chiến thắng cho các Kitô hữu Chính thống giáo trước những kẻ thù nghịch; [54] và nhờ quyền năng Thập Giá Ngài, xin bảo tồn nơi cư ngụ của Ngài.

Lạy Thiên Chúa của tổ tiên chúng con...

Hội thánh Ngài đã được tô điểm...

Vinh danh Đức Chúa Cha...

Lạy Chúa Kitô, xin ban sự nghỉ ngơi...

Bây giờ và hằng có...

Lạy Chúa, xin ban cho chúng con hòa bình của Ngài...

### **Tối Thứ Tư**

Hỡi các Tông đồ thánh thiện, xin cầu cùng Thiên Chúa nhân từ của chúng con, xin Người ban ơn tha tội cho linh hồn chúng con.

Sự thật của vạn vật đã mặc khải ngài cho đàn chiên như một quy tắc đức tin, một Biểu tượng của sự hiền hậu và một bậc thầy về sự tiết độ. Nhờ đó, ngài đã đạt tới đỉnh cao nhờ sự khiêm nhường và sự giàu sang nhờ sự nghèo khó. Hỡi thánh thủ lãnh giáo sĩ, người cha Nicholas, xin cầu bầu cùng Chúa Kitô Thiên Chúa cho ơn cứu độ linh hồn chúng con.

Lạy Thiên Chúa của tổ tiên chúng con...

Hội thánh Ngài đã được tô điểm...

Vinh danh Đức Chúa Cha...

[55]

Lạy Chúa Kitô, xin ban sự nghỉ ngơi...

Bây giờ và hằng có...

Lạy Chúa, xin ban cho chúng con hòa bình của Ngài...

### **Tối Thứ Năm**

*(Giống như tối Thứ Ba)*

### **Tối Thứ Sáu**

Chúng con cầu xin các ngài, hỡi các tông đồ, các vị tử đạo và các tiên tri, các thủ lãnh giáo sĩ, các bậc đáng kính và chính trực, những người đã chiến đấu trong cuộc chiến hiển hách và giữ vững đức tin: với sự dạn dĩ trước Đấng Cứu Độ, xin cầu nguyện với Đấng Nhân Lành cho ơn cứu độ linh hồn chúng con.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần: bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, Đấng vun trồng muôn vật, hoàn vũ dâng lên Ngài các vị Tử đạo mang đầy Thiên Chúa như những hoa quả đầu mùa của thiên nhiên. Nhờ lời cầu bầu của các ngài và Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos), lạy Đấng Rất Mực Nhân Từ, xin giữ gìn Giáo hội và dân Ngài trong sự bình an sâu thẳm.

[56]

### **Tối Thứ Bảy**

*Các bài Troparia và Kontakia Chúa Nhật được đọc theo Cung (Tone) của tuần.*

#### **Cung 1**

Khi tảng đá đã bị người Do Thái niêm phong; trong khi quân lính canh giữ Thân Thể tinh tuyền của Ngài; thì Ngài đã sống lại vào ngày thứ ba, lạy Đấng Cứu Độ, ban sự sống cho trần gian. Vì vậy, các quyền năng trên trời đã kêu cầu Ngài, lạy Đấng Ban Sự Sống: Vinh danh sự phục sinh của Ngài, lạy Chúa Kitô! Vinh danh Vương quốc của Ngài! Vinh danh sự quan phòng của Ngài, lạy Đấng yêu thương nhân loại.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Là Thiên Chúa, Ngài đã từ cõi chết trỗi dậy trong vinh quang, nâng thế giới lên cùng với Ngài. Nhân tính ca ngợi Ngài là Thiên Chúa, vì cái chết đã tan biến! A-đam hờn hờ, lạy Đức Chủ! E-và vui mừng vì bà được giải thoát khỏi xiềng xích, và kêu cầu Ngài: Ngài là Đấng Ban Sự Phục Sinh cho muôn người, lạy Chúa Kitô!

[57]

## **Cung 2**

Khi Ngài xuống nơi sự chết, lạy Sự Sống Bất Tử, Ngài đã tiêu diệt hỏa ngục bằng sự rực rỡ của thần tính Ngài! Và khi từ vực thẳm Ngài làm cho kẻ chết sống lại, tất cả quyền năng trên trời đã kêu vang: Lạy Đấng Ban Sự Sống! Chúa Kitô Thiên Chúa chúng con! Vinh danh Ngài!

Vinh danh Đức Chúa Cha... Bây giờ và hằng có...

Hỏa ngục đã khiếp sợ, lạy Đấng Cứu Độ Toàn Năng, khi thấy phép lạ phục sinh của Ngài từ cõi chết! Những kẻ chết đã trỗi dậy! Thụ tạo cùng với A-đam đã chiêm ngưỡng điều này và vui mừng với Ngài! Và trần gian, lạy Đấng Cứu Độ của con, ca ngợi Ngài mãi mãi.

## **Cung 3**

Trời hãy vui mừng! Đất hãy hân hoan! Vì Chúa đã bày tỏ quyền năng nơi cánh tay Người! Người đã dùng cái chết để chà đạp cái chết! Người đã trở nên Trượng tử của những kẻ chết! Người đã giải thoát chúng con khỏi vực thẳm hỏa ngục, và ban cho thế gian lòng thương xót lớn lao!

Vinh danh Đức Chúa Cha... Bây giờ và hằng có...

Vào ngày này Ngài đã sống lại từ [58] mộ phần, lạy Đấng Nhân Từ, dẫn đưa chúng con khỏi cửa tử thần. Vào ngày này A-đam hôn hờ và E-và vui mừng; cùng với các tiên tri và tổ phụ, họ không ngừng ca ngợi sự uy linh thần diệu của quyền năng Ngài!

## **Cung 4**

Khi các nữ môn đệ của Chúa nhận được sứ điệp vui mừng về sự Phục sinh của Ngài từ thiên thần; các bà đã vứt bỏ lời nguyên rủa của tổ tiên và hân hoan thừa với các tông đồ: Sự chết đã bị lật đổ! Chúa Kitô Thiên Chúa đã sống lại, ban cho thế gian lòng thương xót lớn lao.

Vinh danh Đức Chúa Cha... Bây giờ và hằng có...

Đấng Cứu Độ và Chuộc Tội của con, là Thiên Chúa, đã trỗi dậy từ mộ phần và giải thoát những kẻ sinh từ bụi đất khỏi xiềng xích của họ. Người đã đập tan cửa hỏa ngục, và với tư cách là Đức Chủ, Người đã sống lại vào ngày thứ ba!

## **Cung 5**

Hỡi những người tín hữu, chúng ta hãy ca ngợi và thờ lạy Ngôi Lời, Đấng đồng vĩnh cửu với Đức Chúa Cha và Đức Chúa Thánh Thần, Đấng sinh bởi Trích Nữ vì sự cứu độ chúng con; vì Người đã tự nguyện chịu treo trên [59] Thập giá nơi xác phàm, chịu chết, và làm cho kẻ chết sống lại nhờ sự Phục sinh hiển vinh của Người.

Vinh danh Đức Chúa Cha... Bây giờ và hằng có...

Ngài đã xuống hỏa ngục, lay Đấng Cứu Độ của con, đập tan các cửa thành đó như Đấng Toàn Năng; làm cho kẻ chết sống lại như Đấng Sáng Tạo, và tiêu diệt nọc độc của sự chết. Ngài đã giải thoát A-đam khỏi lời nguyền rửa, lay Đấng Yêu Thương Con Người, và tất cả chúng con kêu cầu Ngài: Lạy Chúa, xin cứu chúng con!

## **Cung 6**

Các quyền năng thiên thần đã hiện diện tại mộ Ngài; quân lính canh giữ trở nên như những người chết. Ma-ri-a đứng bên mộ Ngài, tìm kiếm Thân Thể tinh tuyền của Ngài. Ngài đã đánh chiếm hỏa ngục mà không bị nó cám dỗ. Ngài đã đến với Đức Trinh Nữ để ban sự sống. Lạy Chúa, Đấng từ cõi chết sống lại: vinh danh Ngài!

Vinh danh Đức Chúa Cha... Bây giờ và hằng có...

Khi Chúa Kitô Thiên Chúa, Đấng Ban Sự Sống, dùng cánh tay quyền năng nâng tất cả kẻ chết từ thung lũng khổ đau lên, Người đã ban sự phục sinh cho nhân loại. Người là [60] Đấng Cứu Độ muôn người, là Sự Phục Sinh, là Sự Sống, và là Thiên Chúa của muôn loài.

## **Cung 7**

Bằng Thập giá của Ngài, Ngài đã tiêu diệt sự chết! Ngài đã mở cửa Thiên đàng cho người trộm lành! Đối với các phụ nữ mang dầu thơm, Ngài đã biến tiếng khóc thành niềm vui! Và Ngài đã truyền cho các môn đệ, lạy Chúa Kitô Thiên Chúa, loan báo rằng Ngài đã sống lại, ban cho thế gian lòng thương xót lớn lao!

Vinh danh Đức Chúa Cha... Bây giờ và hằng có...

Quyền thống trị của cái chết không còn cầm giữ con người được nữa, vì Chúa Kitô đã xuống, đập tan và hủy diệt quyền lực của nó! Hỏa ngục bị xiềng xích, trong khi các tiên tri vui mừng kêu vang: Đấng Cứu Độ đã đến với những kẻ tin! Hỡi các tín hữu, hãy bước vào sự Phục sinh!

## **Cung 8**

Ngài đã từ trên cao ngự xuống, lay Đấng Nhân Từ! Ngài đã chấp nhận ba ngày nằm trong mộ để giải thoát chúng con khỏi những đau khổ! Lạy Chúa, Sự Sống và Sự Phục Sinh của chúng con: vinh danh Ngài!

Vinh danh Đức Chúa Cha... Bây giờ và hằng có...

[61]

Bằng việc sống lại từ mộ phần, Ngài đã làm cho kẻ chết trỗi dậy và phục sinh A-đam. E-và hớn hở trong sự Phục sinh của Ngài, và thế gian cử hành việc Ngài trỗi dậy từ cõi chết, lạy Đấng Rất Mực Nhân Từ!

*LƯU Ý: Vào đêm trước các Đại lễ của Chúa hoặc Đức Mẹ, bài Troparion và Kontakion của ngày lễ sẽ được đọc.*

*Sau các bài Troparia, Người đọc tiếp tục:*



Lạy Chúa, xin thương xót! (40 lần)

### **Lời cầu nguyện của Thánh Basil Cả**

Lạy Chúa Kitô Thiên Chúa, Đấng được thờ lạy và tôn vinh ở mọi nơi và mọi lúc; Đấng nhẫn nại, rất mực nhân từ và trắc ẩn; Đấng yêu thương người công chính và xót thương kẻ tội lỗi; Đấng kêu gọi mọi người đến ơn cứu độ với lời hứa về những điều tốt đẹp sắp tới: lạy Chúa, xin nhận những lời cầu nguyện chúng con dâng lên hiện nay, và hướng dẫn đời sống chúng con theo đường lối điều răn của Ngài. Xin thánh hóa linh hồn chúng con, tẩy sạch thân xác chúng con, sửa sang tư tưởng chúng con, thanh lọc tâm trí chúng con và giải thoát chúng con khỏi mọi hoạn nạn, gian ác và bệnh tật. Xin bao quanh chúng con bằng các thiên thần thánh thiện của Ngài, để [62] được bảo vệ và hướng dẫn bởi sức mạnh của các ngài, chúng con có thể đạt tới sự hiệp nhất trong đức tin và sự hiểu biết về vinh quang không thể tiếp cận của Ngài: vì Ngài được chúc tụng cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Son, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Mẹ cao trọng hơn các Thần Minh (Cherubim), và hiển vinh vượt bậc hơn các Thần Sốt Mền (Seraphim): Mẹ đã hạ sinh Thiên Chúa Ngôi Lời mà vẫn vẹn tuyền tinh tuyền: lạy Đức Mẹ Thiên Chúa thật, chúng con ngợi khen Mẹ!

*Khi có linh mục cử hành, Người đọc kết thúc:*

Thưa cha, xin cha chúc lành nhân danh Chúa!

*Linh mục xưng:*

Lạy Thiên Chúa, xin đủ lòng thương và chúc phúc cho chúng con! Xin chiếu tỏa nhan thánh Ngài trên chúng con, và thương xót chúng con!

*Nếu không có linh mục, giáo dân nói:*

"Nhờ lời cầu bầu của các thánh phụ [63] chúng con, lạy Chúa Giêsu Kitô, Thiên Chúa chúng con, xin thương xót chúng con. Amen".

*Trong cả hai trường hợp, Người đọc sau khi nói "Amen", tiếp tục với đoạn sau:*

*LƯU Ý: Trong Mùa Chay Cả, Lời cầu nguyện Mùa Chay của Thánh Ephraim được đọc tại điểm này trong hầu hết các giờ kinh trong tuần (không đọc vào Thứ Bảy hoặc Chúa Nhật). Lời nguyện này cũng thích hợp cho Kinh Sáng và Kinh Trước khi ngủ vào cùng những ngày đó.*

### **Lời nguyện của Thánh Ephraim**

Lạy Chúa và là Đức Chủ của đời con! Xin cất khỏi con tinh thần lười biếng, thất vọng, ham quyền lực và nói lời hư không. (Bái quỳ)

Nhưng xin ban cho tôi tớ Ngài tinh thần khiết tịnh, khiêm nhường, kiên nhẫn và yêu thương. *(Bái quỳ)*

Vâng, lạy Chúa và là Vua! Xin cho con nhìn thấy những lỗi phạm của chính mình và không xét đoán anh em, vì Ngài được chúc tụng cho đến đời đời chẳng cùng. *(Bái quỳ)*

Lạy Thiên Chúa, xin tẩy sạch con là kẻ tội lỗi. (12 lần)

*(Sau đó, toàn bộ Lời nguyện của Thánh Ephraim được đọc lại và thực hiện một lần bái quỳ duy nhất ở cuối.)*

[64]

### **Lời nguyện dâng Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh của Tu sĩ Paul**

Lạy Đức Bà không tì ố, tinh tuyền, không hư nát và cực kỳ thanh khiết, Trinh Nữ Hiền Thê tinh tuyền của Thiên Chúa! Nhờ việc hạ sinh hiển vinh của Mẹ, Mẹ đã kết hợp Thiên Chúa Ngôi Lời với nhân loại và hiệp nhất bản tính nhân loại sa ngã của chúng con với thiên quốc. Mẹ là niềm hy vọng duy nhất của những kẻ tuyệt vọng, là sự trợ giúp cho những kẻ đang chiến đấu, là sự giúp đỡ sẵn sàng cho những ai chạy đến với Mẹ và là nơi ẩn náu cho mọi Kitô hữu. Xin đừng ngoảnh mặt khỏi con là kẻ tội lỗi và đê tiện, dù con đã làm cho mình hoàn toàn vô dụng qua những tư tưởng, lời nói và hành động ô uế, và tâm trí con đã trở thành nô lệ cho những thú vui lười biếng của cuộc đời này. Là Thân Mẫu của Thiên Chúa, Đấng yêu thương nhân loại, xin hãy thương xót con, một tội nhân hoang đàng, bằng chính tình yêu nhân loại đó. Xin nhận lời cầu nguyện con dâng lên Mẹ với môi miệng ô uế và hãy cầu bầu với Con Mẹ, là Đức Chủ và là Chúa của chúng con, bằng sự dạn dĩ mẫu tử của Mẹ. Nguyện xin Người mở lòng nhân lành sâu thẳm của tình yêu nhân loại ngay cả với con. [65] Nguyện xin Người bỏ qua vô số lỗi phạm của con, dẫn đưa con tới sự thống hối và làm cho con thành người thực hành thành thực các điều răn của Người. Xin hãy luôn ở bên con trong lòng thương xót, trắc ẩn và yêu chuộng điều thiện của Mẹ. Xin hãy là đấng bầu cử nhiệt thành và là sự trợ giúp của con trong đời này, đẩy lùi những cuộc tấn công của kẻ thù và hướng dẫn con tới ơn cứu độ. Xin gìn giữ linh hồn khốn khổ của con vào giờ lâm tử, xua đuổi những hình bóng đen tối của ma quỷ độc ác. Xin giải thoát con khỏi những khổ hình đời đời trong Ngày Phán Xét và mặc khải con là người thừa kế vinh quang khôn tả của Con Mẹ và là Thiên Chúa chúng con. Nguyện cho con nhận được điều này, lạy Đức Bà Theotokos hiển vinh nhất, nhờ sự giúp đỡ và bầu cử của Mẹ: qua Ân sủng và tình yêu nhân loại của Con Một Ngài, Chúa, Thiên Chúa và Đấng Cứu Độ Giêsu Kitô chúng con, Đấng xứng đáng được mọi vinh quang, danh dự và thờ lạy, cùng với Đức Chúa Cha không khởi đầu, và Thần Khí Chí Thánh, nhân lành và ban sự sống của Người, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

[66]

### **Lời nguyện dâng lên Chúa Giêsu Kitô của Tu sĩ Antiochus**

Khi chúng con chuẩn bị đi ngủ, lạy Đức Chủ, xin ban sự nghỉ ngơi cho thân xác và linh hồn chúng con. Xin giữ chúng con khỏi giấc ngủ đen tối của tội lỗi và khỏi mọi thú vui đen tối và đầy đam mê của đêm đen. Xin làm dịu những xung động của đam mê và dập tắt những mũi tên lửa mà Ác thần phóng ra cách gian xảo chống lại chúng con. Xin làm dịu những cuộc nổi loạn của xác thịt và làm cho những lý luận trần tục và vật chất của chúng con ngủ yên. Lạy Thiên Chúa, xin ban cho chúng con một tâm trí tỉnh táo, những tư tưởng khiết tịnh, một trái tim tỉnh táo và một giấc ngủ nhẹ nhàng, không vướng mọi giấc mơ của satan. Xin nâng chúng con dậy vào giờ cầu nguyện, được vững vàng trong các điều răn của Ngài—với kỷ ước về các phán quyết của Ngài khắc sâu trong chúng con. Xin ban cho chúng con được tôn vinh Ngài suốt đêm này, ca hát, chúc tụng và tôn vinh danh thánh cao trọng và uy linh của Ngài: Cha, Con và Thánh Thần, bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

*LƯU Ý: Tại các nhà thờ, Kinh Tối kết thúc tại đây bằng các lời nguyện ngắn và Kinh Cầu.  
(Xem SÁCH CÁC GIỜ KINH)*

[67]

*Khi đọc riêng, Kinh Tối chuyển sang CÁC KINH TRƯỚC KHI NGỦ, bắt đầu với các bài Troparia: "Lạy Chúa, xin thương xót chúng con, xin thương xót chúng con..." (trang 68).*

[68]

### **TRƯỚC KHI NGỦ**

Lạy Chúa Giêsu Kitô, Con Thiên Chúa, nhờ lời cầu bầu của Thân Mẫu tinh tuyền của Ngài và tất cả các thánh, xin thương xót chúng con. Amen.

Vinh danh Ngài, Thiên Chúa của chúng con, vinh danh Ngài!

Lạy Vua Thiên đàng, Đấng An ủi, Thần chân lý, Đấng hiện diện khắp nơi và lấp đầy mọi sự. Kho tàng các phúc lành và Đấng ban sự sống: xin hãy đến và ngự trị trong chúng con, thanh tẩy chúng con khỏi mọi sự ô uế, và cứu rỗi linh hồn chúng con, lạy Đấng Nhân lành.

Lạy Thiên Chúa Chí Thánh! Lạy Đấng Quyền năng Chí Thánh! Lạy Đấng Bất tử Chí Thánh! Xin thương xót chúng con! (3 lần)

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Ba Ngôi Chí Thánh: xin thương xót chúng con. Lạy Chúa, xin tẩy sạch tội lỗi chúng con. Lạy Đức Chủ, xin tha thứ những lỗi phạm của chúng con. Lạy Đấng Thánh, xin thăm viếng và chữa lành những yếu đuối của chúng con vì danh Ngài.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

[69]

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Cha chúng con ở trên trời, chúng con nguyện danh Cha cả sáng. Nước Cha trị đến. Ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời. Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày; và tha nợ chúng con như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con; xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ, nhưng cứu chúng con cho khỏi sự dữ.

*(Nếu có linh mục, ngài sẽ thêm lời xướng thông thường)*

*Sau lời AMEN, các bài Troparia sau được hát (Cung 6) hoặc đọc:*

Lạy Chúa, xin thương xót chúng con, xin thương xót chúng con, vì gạt bỏ mọi lời bào chữa, chúng con là những tội nhân dâng lên Ngài, là Đức Chủ của chúng con, lời khẩn cầu này: xin thương xót chúng con.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Son, và Đức Chúa Thánh Thần:

Lạy Chúa, xin thương xót chúng con, vì chúng con đặt niềm tin nơi Ngài. Xin đừng giận dữ với chúng con, cũng đừng nhớ đến những gian ác của chúng con, nhưng xin nhìn đến chúng con ngay cả lúc này, vì Ngài là Đấng trắc ẩn, và giải thoát chúng con khỏi quân [70] thù; vì Ngài là Thiên Chúa của chúng con và chúng con là dân Ngài; tất cả chúng con là công trình của tay Ngài, và chúng con kêu cầu danh Ngài.

Bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Lạy Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos) hồng phúc, xin mở cửa lòng trắc ẩn cho chúng con là những kẻ đặt hy vọng nơi Mẹ, để chúng con không phải hư mất nhưng được giải thoát khỏi nghịch cảnh nhờ Mẹ, Đấng là ơn cứu độ của dân Kitô giáo.

Lạy Chúa, xin thương xót! (12 lần)

**Lời nguyện 1, dâng lên Thiên Chúa Cha,**

**của Thánh Macarius Cả**

Lạy Thiên Chúa Hằng Hữu và là Vua của muôn loài Thụ Tạo, Đấng đã cho con đạt tới giờ này: xin tha thứ những tội lỗi con đã phạm ngày hôm nay trong hành động, lời nói và ý nghĩ. Lạy Chúa, xin thanh tẩy linh hồn khiêm nhường của con khỏi mọi sự ô uế của xác thịt và thần khí. Lạy Chúa, xin ban cho con được đi qua đêm này trong bình an. Khi con trở dậy từ chiếc giường khiêm tốn này, nguyện cho con làm đẹp lòng Danh Thánh Ngài suốt mọi ngày trong đời và chà đạp dưới chân những kẻ thù hữu hình và vô hình đang gây [71] chiến chống lại con. Lạy Chúa, xin giải thoát con khỏi những tư tưởng phù phiếm làm ô uế con và khỏi những dục vọng xấu xa. Vì Vương quốc, Quyền năng và Vinh quang là của Cha, và của Con, và của Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

**Lời nguyện 2, dâng lên Chúa Giêsu Kitô của chúng con**

**của Thánh Antiochus**

Lạy Ngôi Lời Toàn Năng của Đức Chúa Cha, Chúa Giêsu Kitô, Đấng hoàn hảo: xin đừng bao giờ bỏ rơi con, tôi tớ Ngài, vì lòng thương xót lớn lao của Ngài, nhưng xin hằng ngự trị trong con. Lạy Chúa Giêsu, Mục Tử Nhân Lành của đàn chiên Ngài, xin đừng nộp con cho

sự phản loạn của con rắn! Xin đừng bỏ rơi con cho ý muốn của Satan, vì mầm mống hư nát đang ở trong con! Thay vào đó, lạy Chúa là Thiên Chúa được tôn thờ, lạy Vua Thánh Giêsu Kitô, xin giữ con trong khi ngủ bằng Ánh Sáng không lay chuyển của Ngài, bằng Thánh Thần của Ngài, Đấng mà Ngài đã thánh hóa các môn đệ. Lạy Chúa, xin ban cho con, tôi tớ bất xứng của Ngài, ơn cứu độ trên giường ngủ. Xin soi sáng tâm trí con bằng ánh sáng hiểu biết Phúc Âm Thánh của Ngài; linh hồn con bằng tình yêu Thập giá Ngài; trái tim con bằng sự tinh tuyền của Lời Ngài; thân xác con [72] bằng Cuộc Khổ Nạn không vương đam mê của Ngài. Xin gìn giữ tư tưởng con bằng sự khiêm nhường của Ngài và nâng con dậy đúng lúc để tôn vinh Ngài. Vì Ngài được tôn vinh nhất, cùng với Đức Chúa Cha không khởi đầu và Thánh Thần Chí Thánh của Ngài cho đến muôn đời. Amen.

### **Lời nguyện 3, dâng lên Chúa Thánh Thần**

Lạy Chúa, Vua Thiên Đàng, Đấng An Ủi, Thần Chân Lý: xin dủ lòng trắc ẩn và thương xót con, tôi tớ tội lỗi của Ngài! Xin tha thứ cho con, kẻ không xứng đáng. Xin tha thứ mọi tội lỗi con đã phạm ngày hôm nay cả trong nhân tính và sự bất nhân của con, hành xử tệ hơn loài thú trong những tội lỗi tự nguyện và vô tình, đã biết và chưa biết, từ thời thanh xuân của con, từ những gợi ý xấu xa, sự vội vàng và tuyệt vọng. Nếu con đã thề thốt nhân danh Ngài hoặc phạm thượng trong tư tưởng; nếu con đã quở trách ai hoặc tức giận vì điều gì; hoặc vu khống hay làm ai buồn lòng trong cơn giận của mình; hoặc đã nói dối, hay ngủ nghỉ không cần thiết; hoặc có người ăn xin đến với con mà con đã khinh rẻ họ; hoặc đã làm buồn lòng [73] anh em con hay cãi cọ với họ; hoặc đã xét đoán ai đó; hoặc đã để mình trở nên kiêu ngạo, tự phụ hay nóng nảy; hoặc khi đứng cầu nguyện, tâm trí con đã bị lung lạc bởi sự gian ác của thế gian này; hoặc đã nuôi dưỡng những tư tưởng trụy lạc; hoặc đã ăn quá no, uống quá chén hay cười đùa điên rồ; hoặc đã có những ý nghĩ xấu xa hay nhìn thấy vẻ đẹp của ai đó và bị nó làm tổn thương trong lòng; hoặc đã nói năng không phù hợp; hoặc đã cười nhạo tội lỗi của anh em mình trong khi chính lỗi phạm của con là không kể xiết; hoặc đã thờ ơ với việc cầu nguyện; hoặc đã làm bất kỳ điều ác nào khác mà con không thể nhớ ra—vì con đã làm tất cả những điều này và hơn thế nữa: xin hãy thương xót con, lạy Đức Chủ, Đấng Sáng Tạo của con, một tôi tớ tuyệt vọng và bất xứng! Xin tha thứ, xá tội và dung thứ cho con, trong lòng nhân hậu và yêu thương nhân loại của Ngài, để con, kẻ hoang đàng, tội lỗi và khốn khổ, được nằm xuống trong bình an, được giấc ngủ và sự nghỉ ngơi. Nguyện cho con được thờ lạy, hát mừng và ngợi khen Danh cao trọng nhất của Ngài, cùng với Đức Chúa Cha và Con Một của Người, bây giờ và hằng có [74] và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Lời nguyện 4, của Thánh Macarius Cả**

Con có thể mang gì đến cho Ngài? Con có thể lấy gì đáp lại Ngài, lạy Vua Bất Tử, Đấng ban phát những hồng ân lớn lao, lạy Chúa hào hiệp, Đấng Yêu thương nhân loại? Dù con đã lười biếng trong việc làm đẹp lòng Ngài và chẳng làm điều gì tốt, Ngài đã đưa con đến cuối ngày hôm nay, truyền lệnh cho sự hoán cải và cứu rỗi linh hồn con. Xin hãy thương xót con, một tội nhân thiếu vắng mọi việc lành. Xin nâng đỡ linh hồn sa ngã của con, vốn bị ô uế bởi những tội lỗi không đo đếm được. Xin cất khỏi con mọi tư tưởng xấu xa của cuộc sống hữu hình này. Lạy Đấng Duy Nhất Không Tì Tội, xin tha thứ mọi tội lỗi con đã phạm chống lại Ngài ngày hôm nay, dù biết hay không biết, trong lời nói, hành động hay ý nghĩ hoặc thông qua bất kỳ giác quan nào của con. Chính Ngài hãy che chở con, bảo vệ con khỏi mọi cuộc tấn công của kẻ thù thông qua Quyền năng thần linh, Tình yêu nhân loại và Sức mạnh

không tả xiết của Ngài. Lạy Thiên Chúa, xin thanh tẩy, xin thanh tẩy vô số tội lỗi của con. Lạy Chúa, xin vui lòng giải thoát con khỏi cạm bẫy [75] của Ác thần, và cứu lấy linh hồn đầy đam mê của con. Khi Ngài đến trong vinh quang, xin chiếu sáng con bằng ánh sáng nhan thánh Ngài. Nguyên cho con chìm vào giấc ngủ không bị định tội và không vướng những ảo ảnh. Xin giữ cho tư tưởng của tôi tớ Ngài không bị xáo trộn, và giữ xa con mọi hoạt động của satan. Xin soi sáng đôi mắt được ban lý trí nơi trái tim con, để con không rơi vào giấc ngủ của sự chết. Xin sai đến với con một thiên thần hòa bình, vị dẫn đường và bảo vệ linh hồn và thân xác con, để ngài giải thoát con khỏi kẻ thù. Sau đó, khi con trỗi dậy từ giường ngủ, con sẽ dâng lên Ngài những lời nguyện tạ ơn. Vâng, lạy Chúa, xin nghe lời con, tôi tớ tội lỗi của Ngài, kẻ nghèo nàn về ý chí và lương tâm. Xin ban cho con được học hỏi từ lời Ngài khi con trỗi dậy. Xin khiến các Thiên thần của Ngài đẩy lùi sự tuyệt vọng của ma quỷ ra xa con. Nguyên cho con chúc tụng Danh Thánh Ngài và ngợi khen, tôn vinh Ma-ri-a, Đức Mẹ Thiên Chúa tinh tuyền nhất, Đấng mà Ngài đã ban cho chúng con là những tội nhân như một vị bầu cử. Xin hãy nhận lấy Mẹ khi Mẹ cầu nguyện cho chúng con. Chúng con biết rằng Mẹ họa lại tình yêu của Ngài dành cho nhân loại và không bao giờ ngừng cầu nguyện. Nhờ lời bầu cử của Mẹ, [76] Dấu Thánh Giá Quý Giá và vì lợi ích của tất cả các thánh của Ngài, lạy Chúa Giêsu Kitô là Thiên Chúa chúng con, xin thương xót linh hồn khốn khổ của con, vì Ngài là Đấng Thánh và được tôn vinh nhất cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Lời nguyện 5**

Lạy Chúa là Thiên Chúa chúng con, xin tha thứ mọi tội lỗi con đã phạm ngày hôm nay trong lời nói, hành động và ý nghĩ, vì Ngài là Đấng nhân lành và yêu thương nhân loại. Xin ban cho con một giấc ngủ bình an, không vướng bận lòng. Xin sai Thiên Thần Bản Mệnh đến bảo vệ và giữ con khỏi mọi tổn hại. Vì Ngài là Đấng Bảo Vệ linh hồn và thân xác chúng con, và chúng con dâng vinh quang lên Ngài, lên Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Lời nguyện 6**

Lạy Chúa là Thiên Chúa chúng con, Đấng chúng con tin kính và là Đấng chúng con kêu cầu Danh Ngài hơn bất kỳ danh nào khác: xin ban sự khuây khỏa cho linh hồn và thân xác chúng con khi chúng con đi ngủ. Xin giữ chúng con khỏi mọi ảo tưởng và thú vui đen tối. Xin ngăn chặn sự xô đẩy của đam mê và dập tắt những hưng phấn rục [77] lửa của xác thịt. Xin ban cho chúng con được sống khiết tịnh trong lời nói và hành động. Đã ôm trọn một cuộc đời đức hạnh, nguyện cho chúng con không rời bỏ những hồng ân đã được hứa ban, vì Ngài được chúc tụng muôn đời. Amen.

### **Lời nguyện 7, của Thánh Gioan Kim Khẩu**

*Các lời nguyện khẩn cầu, tương ứng với hai mươi bốn giờ trong ngày và đêm.*

### **Cho Ban Ngày**

1. Lạy Chúa, xin đừng loại con khỏi những phúc lành thiên quốc của Ngài.
2. Lạy Chúa, xin giải thoát con khỏi khổ hình đời đời.
3. Lạy Chúa, dù con đã phạm tội trong tâm trí hay ý nghĩ, lời nói hay hành động, xin hãy tha thứ cho con.

4. Lạy Chúa, xin giải thoát con khỏi mọi sự thiếu hiểu biết, lãng quên, hèn nhát và sự vô cảm như đá tảng.
5. Lạy Chúa, xin giải thoát con khỏi mọi cám dỗ.
6. Lạy Chúa, xin soi sáng trái tim con vốn đã bị những ham muốn xấu xa làm cho u tối.
7. Lạy Chúa, với tư cách là một con người, con đã phạm tội: với tư cách là Thiên Chúa nhân từ, xin thương xót con, khi nhìn thấy sự yếu đuối của linh hồn con.
8. Lạy Chúa, xin gửi Ân sủng đến trợ giúp con, để con có thể tôn vinh danh thánh Ngài. [78]
9. Lạy Chúa Giêsu Kitô, xin ghi tên con, tôi tớ Ngài, vào cuốn sách sự sống, và ban cho con một kết thúc tốt đẹp.
10. Lạy Chúa là Thiên Chúa của con, dù con chưa làm được điều gì tốt đẹp trước nhan Ngài, xin nhờ Ân sủng Ngài ban cho con được thực hiện một khởi đầu tốt lành.
11. Lạy Chúa, xin rảy những giọt sương Ân sủng của Ngài vào trái tim con.
12. Lạy Chúa Tể trời đất, xin nhớ đến con, tôi tớ tội lỗi, đáng hổ thẹn và ô uế của Ngài, trong Vương quốc của Ngài. Amen.

### **Cho Ban Đêm**

1. Lạy Chúa, xin chấp nhận con trong sự thống hối.
2. Lạy Chúa, xin đừng bỏ rơi con.
3. Lạy Chúa, xin đừng dẫn con sa chước cám dỗ.
4. Lạy Chúa, xin ban cho con những tư tưởng tốt lành.
5. Lạy Chúa, xin ban cho con những dòng lệ, ký ức về cái chết và sự ăn năn.
6. Lạy Chúa, xin ban cho con ý định xưng thú tội lỗi mình.
7. Lạy Chúa, xin ban cho con sự khiêm nhường, khiết tịnh và vâng lời. [79]
8. Lạy Chúa, xin ban cho con sự kiên nhẫn, lòng can đảm và sự hiền hậu.
9. Lạy Chúa, xin làm cho gốc rễ của điều thiện cư ngụ trong con—là sự kính sợ Ngài trong lòng con.
10. Lạy Chúa, xin ban cho con được yêu mến Ngài với tất cả linh hồn, tâm trí và thực hiện ý Ngài trong mọi sự.
11. Lạy Chúa, xin bảo vệ con khỏi một số người, ác quỷ và đam mê, và khỏi bất kỳ điều không xứng hợp nào khác.
12. Lạy Chúa, con biết rằng Ngài làm theo ý Ngài: nguyện xin ý Ngài ở trong con, một tội nhân, vì Ngài được chúc tụng muôn đời. Amen.

### **Lời nguyện 8, dâng lên Chúa Giêsu Kitô của chúng con**

Lạy Chúa Giêsu Kitô, Con Thiên Chúa, vì lợi ích của Thân Mẫu cao trọng nhất của Ngài, các Thiên Thần vô hình của Ngài, Tiên Tri, Đấng Tiền Hô và Tẩy Giả của Ngài, các Tông Đồ được Thần linh soi sáng, các Thánh Tử Đạo rạng ngời và chiến thắng, các Thánh Phụ đáng kính và mang đầy Thiên Chúa và tất cả các Thánh: xin giải thoát con khỏi cuộc tấn công hiện tại của ma quỷ. Vâng, lạy Chúa là Đấng Sáng Tạo của con, Đấng không muốn cái chết [80] của tội nhân, nhưng muốn hấn quay trở lại với Ngài và được sống: xin ban ơn thống hối cho con, kẻ khốn khổ và bất xứng. Xin giắt lấy con khỏi hàm của con rắn đang ngấu nghiến, miệng nó đang mở ra để nuốt chửng và đưa con xuống hỏa ngục khi còn sống. Vâng, lạy Chúa và là Đấng An Ủi của con, Đấng đã mặc lấy xác phàm hay hư nát vì lợi ích khốn khổ của con: xin giải thoát con khỏi sự khốn khổ và đem lại sự an ủi cho linh hồn khốn khổ của

con. Xin cấy vào lòng con việc hoàn thành các giới luật của Ngài, sự từ bỏ những việc ác và việc đạt được những phúc lành của Ngài. Nơi Ngài, lạy Chúa, con đã tin tưởng: xin cứu con!

### **Lời nguyện 9, dâng lên Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh,**

**của Peter, tu sĩ dòng Studite**

Trước nhan Mẹ, Thân Mẫu tinh tuyền của Thiên Chúa, con là kẻ khốn khổ phủ phục và cầu nguyện: lạy Nữ vương, Mẹ biết rằng con phạm tội liên tục và làm phiền lòng Con Mẹ và là Thiên Chúa của con. Cho dù con có thống hối bao nhiêu lần, con vẫn tỏ ra là một kẻ nói dối trước mặt Thiên Chúa, và thống hối với sự run rẩy. Chẳng lẽ Thiên Chúa có thể lay động con rồi con lại làm những việc tương tự một giờ sau đó? Biết rõ điều này, lạy Đức Bà của con, lạy Đức Mẹ Thiên Chúa, con [81] cầu nguyện: xin thương xót con, củng cố con và ban cho con được làm điều thiện. Mẹ biết, lạy Đức Bà Theotokos, rằng con ghét bỏ những hành vi xấu xa của mình và yêu mến Luật của Thiên Chúa với tất cả tâm trí. Nhưng, lạy Đức Bà tinh tuyền, con không biết làm sao con có thể yêu những gì con ghét và quay lưng lại với những gì tốt đẹp. Xin đừng để ý muốn của con được thực hiện, lạy Đấng Tinh Tuyền, vì nó không phù hợp. Nguyện xin ý muốn của Con Mẹ và là Thiên Chúa của con được thực hiện. Nguyện xin Người cứu rỗi và soi sáng con, và ban cho con Ân sủng của Thánh Thần Người, để con có thể ngừng phạm tội từ thời điểm này và sống phần đời còn lại trong sự vâng phục Con Mẹ, Đấng xứng đáng được mọi vinh quang, danh dự và uy linh, cùng với Đức Chúa Cha không khởi đầu, và Thần Khí Chí Thánh, nhân lành và ban sự sống của Người, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Lời nguyện 10, dâng lên Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh**

Lạy Thân Mẫu Nhân Lành của Đức Vua Nhân Lành, Ma-ri-a Đức Mẹ Thiên Chúa tinh tuyền và hồng phúc nhất: xin đổ tràn lòng thương xót của Con Mẹ và là Thiên Chúa chúng con lên linh hồn đầy đam mê của con. Xin hướng dẫn con tới [82] những việc lành qua lời cầu nguyện của Mẹ, để con có thể đi qua phần đời còn lại mà không vương nhớ nuối, và tìm thấy Thiên Đàng nhờ Mẹ, lạy Trinh Nữ Theotokos, Đấng duy nhất tinh tuyền và hồng phúc.

### **Lời nguyện 11, dâng Thiên Thần Bản Mệnh Thánh**

Thiên thần của Chúa Kitô, vị bảo vệ thánh của tôi, đáng che chở linh hồn và thân xác tôi: xin tha thứ cho tôi về tất cả những tội lỗi tôi đã phạm ngày hôm nay. Xin giải thoát tôi khỏi mọi sự ác của Kẻ Thù đang giao chiến, để tôi không làm Thiên Chúa của tôi phiền lòng bởi bất kỳ tội lỗi nào. Xin cầu nguyện cho tôi, tôi tớ tội lỗi và bất xứng của ngài, để ngài có thể cho tôi thấy mình xứng đáng với lòng nhân hậu và thương xót của Ba Ngôi Chí Thánh, Thân Mẫu của Chúa Giêsu Kitô và tất cả các Thánh. Amen.

*Sau đó đọc bài Kontakion này dâng Đức Mẹ (Theotokos)*

Lạy vị chỉ huy chiến thắng của các đạo binh khai hoàn! Chúng con là tôi tớ Mẹ, đã được giải thoát khỏi sự dữ, hát vang lời cảm tạ chân thành lên Mẹ, lạy Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos)! Vì Mẹ sở hữu quyền năng bất khả chiến bại, xin giải thoát chúng con khỏi mọi tai ương để chúng con có thể hát rằng: Kính mừng, hỡi Hiền thê không kết hôn!

[83]



Lạy Thân mẫu hiển vinh trọn đời Đồng trinh của Chúa Kitô Thiên Chúa chúng con, xin mang lời cầu nguyện của chúng con dâng lên Con của Mẹ và là Thiên Chúa chúng con, để nhờ Mẹ, Người cứu rỗi linh hồn chúng con!

Tất cả niềm hy vọng con đặt nơi Mẹ, lạy Thân Mẫu Thiên Chúa: xin giữ con dưới sự bảo vệ của Mẹ!

Trinh Nữ Theotokos, xin đừng khinh chê con là tội nhân đang khao khát sự giúp đỡ và bầu cử của Mẹ. Linh hồn con hy vọng nơi Mẹ, xin thương xót con!

*Cũng đọc Lời nguyện của Thánh Ioannikios*

Niềm Hy vọng của con là Chúa Cha; Nơi ẩn náu của con là Chúa Con; Sự Bảo vệ của con là Chúa Thánh Thần: Lạy Ba Ngôi Chí Thánh, vinh danh Ngài!

Thật là chính đáng để chúc phúc cho Mẹ, lạy Đức Mẹ Thiên Chúa, Đáng luôn được chúc phúc và tinh tuyền nhất, và là Thân mẫu của Thiên Chúa chúng con. Mẹ cao trọng hơn các Thần Minh (Cherubim), và hiển vinh vượt bậc hơn các Thần Sốt Mến (Seraphim): Mẹ đã hạ sinh Thiên Chúa Ngôi Lời mà vẫn vẹn tuyền tinh tuyền: lạy Đức Mẹ Thiên Chúa thật, chúng con ngợi khen Mẹ!

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Son, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có và cho đến đời đời [84] chẳng cùng. Amen.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Lạy Chúa, xin chúc lành!

Lạy Chúa Giêsu Kitô, Con Thiên Chúa, vì lợi ích của những lời cầu nguyện của Thân Mẫu tinh tuyền của Ngài, các thánh phụ đáng kính và mang đầy Thiên Chúa của chúng con và tất cả các thánh, xin cứu con là kẻ tội lỗi. Amen.

**Lời nguyện của Thánh Gioan thành Đa-mát,**

**được nói khi chỉ vào giường ngủ**

Lạy Đức Chủ, Đáng yêu thương nhân loại, liệu chiếc giường này có phải là quan tài của con không? Hay Ngài sẽ soi sáng linh hồn khốn khổ của con với một ngày khác? Đây đây: trước mắt con là quan tài, trước mắt con là cái chết! Lạy Chúa, con sợ sự phán xét của Ngài và những khổ hình vô tận, thế mà con không ngừng làm điều ác. Con luôn làm phiền lòng Ngài, lạy Chúa là Thiên Chúa của con, và Thân Mẫu tinh tuyền nhất của Ngài, cùng tất cả các đạo binh thiên quốc và Thiên Thần Bản Mệnh thánh của con. Con biết, lạy Chúa, con không xứng đáng với tình yêu Ngài dành cho nhân loại. Quả thật, con đáng chịu mọi sự định tội và khổ hình. Thế nhưng, lạy Chúa, xin cứu con dù con muốn hay không! Khi Ngài cứu người [85] công chính, đó không phải là việc gì lớn lao. Khi Ngài thương xót kẻ tinh tuyền, điều đó không gây ngạc nhiên, vì họ xứng đáng với lòng thương xót của Ngài. Xin hãy làm chúng con kinh ngạc bằng lòng thương xót của Ngài đối với con, một tội nhân. Xin hãy bày tỏ theo cách này tình yêu của Ngài dành cho nhân loại, để sự gian ác của con không vượt thắng được lòng nhân hậu và trắc ẩn khôn tả của Ngài. Theo ý Ngài, xin hãy sắp đặt đời con!

*Muốn nằm xuống giường, hãy nói:*

Lạy Chúa Kitô—Thiên Chúa, xin soi sáng đôi mắt con, để con không ngủ quên trong cái chết và để kẻ thù của con không thể nói về con rằng: Ta đã thắng được hân.

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Son, và Đức Chúa Thánh Thần:

Lạy Thiên Chúa, xin là Đấng Phù trợ linh hồn con, vì con đang bước đi giữa nhiều cạm bẫy. Xin giải thoát con khỏi chúng, lạy Đấng Nhân Lành, và cứu rỗi con, vì Ngài yêu thương nhân loại.

Bây giờ và hằng có và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

Chúng ta hãy hằng ca ngợi Thân Mẫu hiển vinh nhất của Thiên Chúa, Đấng thánh thiêng hơn các Thiên Thần Thánh. Với trái tim và môi miệng, chúng ta hãy [86] tuyên xưng Mẹ là Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos), vì Mẹ thực sự đã hạ sinh Thiên Chúa nhập thể cho chúng con và Mẹ cầu nguyện không ngừng cho linh hồn chúng con.

*Hôn Thánh Giá của bạn. Sau đó, làm Dấu Thánh Giá trên giường của bạn, từ đầu đến chân và hai bên, đọc Lời nguyện dâng lên Thánh Giá Quý Giá:*

Nguyện Thiên Chúa trỗi dậy và nguyện cho quân thù của Người bị tan lạc! Nguyện cho những kẻ ghét Người phải trốn chạy trước nhan Người! Như khói tan biến, xin hãy để chúng tan biến. Như sáp tan chảy trước lửa, nguyện cho những kẻ tội lỗi phải hư mất trước nhan những người yêu mến Thiên Chúa và tự ghi dấu bằng Dấu Thánh Giá và vui vẻ nói rằng: Kính mừng, Thánh giá quý giá nhất và ban sự sống của Chúa, Đấng xua đuổi ma quỷ thông qua quyền năng của Chúa Giêsu Kitô chúng ta, Đấng đã bị đóng đinh vào Ngài, đã xuống hỏa ngục và sau khi chà đạp quyền lực của ma quỷ, đã ban cho chúng con Thánh giá quý giá của Người để đánh đuổi mọi quân thù. Xin giúp đỡ con mãi mãi, lạy Thánh giá quý giá nhất và ban sự sống của Chúa, cùng với Đức Bà Trinh Nữ Theotokos và tất cả các Thánh. Amen.

Lạy Thiên Chúa, xin xá tội, xá bỏ và tha thứ cho tất cả [87] những tội lỗi tự nguyện và vô tình của chúng con, trong lời nói và hành động, khi biết và khi không biết, ban ngày hay ban đêm, trong tâm trí và trong tư tưởng! Xin tha thứ cho chúng con tất cả mọi sự, vì Ngài là Đấng nhân lành và yêu thương nhân loại.

Lạy Chúa, Đấng yêu thương nhân loại, xin tha thứ cho những kẻ ghét bỏ và làm hại chúng con. Xin làm ơn cho những kẻ làm ơn. Xin ban cho anh em và thân nhân chúng con mọi lời khẩn cầu cho ơn cứu độ và sự sống đời đời. Xin thăm viếng những kẻ hoạn nạn và chữa lành họ. Xin dẫn dắt những người đi biển. Xin đồng hành với những người hành trình. Xin kết hợp các Kitô hữu Chính thống giáo trong trận chiến. Xin ban ơn tha tội cho những người phục vụ và tử tế với chúng con. Xin thương xót, theo lòng thương xót lớn lao của Ngài, những người đã xin chúng con cầu nguyện cho họ, dù chúng con không xứng đáng. Lạy Chúa, xin nhớ đến cha ông và anh em chúng con đã ngủ yên trước chúng con, và ban cho họ sự nghỉ ngơi dưới ánh sáng nhan thánh Ngài. Lạy Chúa, xin nhớ đến anh em đang bị giam cầm của chúng con, và giải thoát họ khỏi mọi tai ương. Lạy Chúa, xin nhớ đến những người sinh hoa kết quả và làm việc thiện trong các giáo hội thánh của Ngài, và ban cho họ mọi lời khẩn cầu cho ơn cứu độ và [88] sự sống đời đời. Lạy Chúa, xin cũng nhớ đến chúng

con, những tội tớ khiêm nhường, tội lỗi và bất xứng của Ngài. Xin soi sáng tâm trí chúng con bằng ánh sáng lý trí của Ngài và hướng dẫn chúng con vào nẻo đường điều răn của Ngài, nhờ lời cầu nguyện của Đức Bà Tinh Tuyền nhất, Đức Mẹ Thiên Chúa và trọn đời đồng trinh Ma-ri-a cùng tất cả các Thánh của Ngài, vì Ngài được chúc tụng cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

## BA BÀI CUNG KINH (THE THREE CANONS)

Theo truyền thống trong Giáo hội, các tín hữu thường đọc ba (đôi khi bốn) bài Cung kinh vào buổi tối trước khi rước Lễ. Nhiều Quy tắc Cầu nguyện của các tu viện quy định việc đọc này hàng ngày. Nếu những bài Cung kinh này không được đọc trong giờ Kinh Tối (trang 37), chúng sẽ được bắt đầu bằng các Lời Nguyện Mở Đầu và Thánh Vịnh 50.

### BÀI VIẾNG 1 (Cung 6)

**LỜI XƯỚNG (Irmos):** Bước đi trên lòng biển như trên đất cạn, và nhìn thấy kẻ đuổi theo là Pha-ra-ô bị chết chìm, dân Is-ra-el đã kêu vang: Chúng ta hãy hát mừng Thiên Chúa một bài ca chiến thắng!

#### Cung kinh Sám hối

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Đầy tội lỗi và gánh nặng, giờ đây con đến gần Ngài, lạy Đức Chủ và là Thiên Chúa của con. Con không dám ngước mắt lên trời, nhưng chỉ nguyện cầu rằng: lạy Chúa, xin ban cho con ý thức để khóc lóc đắng cay về những việc con đã làm.

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Ôi khốn cho con là kẻ tội lỗi! Con là kẻ khốn khổ nhất trong loài người! Chẳng có sự sám hối nào trong con! Lạy Chúa, xin ban cho con những dòng lệ, để con khóc lóc đắng cay về những việc con đã làm.

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Hỡi con người vô tri và khốn khổ, người đang hủy hoại đời mình trong sự lười biếng! Hãy nghĩ về đời sống của người và quay về với Chúa là Thiên Chúa, khóc lóc đắng cay về những việc người đã làm.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Thân Mẫu tinh tuyền của Thiên Chúa, xin đoái nhìn con là kẻ tội lỗi, và giải thoát con khỏi cạm bẫy của ma quỷ. Xin dẫn đưa con vào nẻo đường sám hối, để con khóc lóc đắng cay về những việc con đã làm.

#### Cung kinh dâng Đức Mẹ (Theotokos)

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Bị vây bủa bởi bao cám dỗ, con chạy đến cùng Mẹ để tìm ơn cứu độ. Lạy Trinh Nữ Thân Mẫu của Ngôi Lời, xin cứu con khỏi những gánh nặng và sự dữ.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Sự gia tăng của các đam mê làm con bối rối, khiến linh hồn con đầy rẫy sự ngã lòng. Lạy Đấng Trinh Khiết, xin hãy làm dịu nó bằng sự tĩnh lặng của Con Mẹ và là Thiên Chúa, lạy Đấng Toàn Thiện tinh tuyền.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Con cầu xin Mẹ, lạy Đức Trinh Nữ đã hạ sinh Đấng Cứu Độ và là Thiên Chúa của chúng con, xin giải thoát con khỏi những kinh hoàng! Giờ đây con chạy đến cùng Mẹ, dâng lên trước nhan Mẹ linh hồn và tư tưởng của con.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Thân Mẫu duy nhất của Thiên Chúa, xin ban cho con, kẻ đang đau khổ nơi thân xác và linh hồn, sự thăm viếng thần linh và sự quan tâm của Mẹ, vì Mẹ là đấng nhân lành và đã hạ sinh Đấng Nhân Lành.

### **Cung kính dâng Thiên Thần Bản Mệnh**

*Lạy Chúa Giêsu Kitô là Thiên Chúa của con, xin thương xót con!*

Lạy Đấng Cứu Độ, xin ban cho tôi tớ Ngài được xứng đáng hát mừng và ngợi khen vị Thiên Thần vô hình là đấng hướng dẫn và bảo vệ con.

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Con nằm một mình trong sự ngu muội và lười biếng, hỡi đấng hướng dẫn và bảo vệ của con. Xin đừng để con phải hư mất!

*Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần:*

Nhờ lời cầu bầu của ngài, xin hướng dẫn tâm trí con thực hiện các điều răn của Thiên Chúa, để con nhận được ơn tha tội từ Người. Con cầu xin ngài, hãy dạy con biết ghét bỏ điều ác.

*Bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.*

Cùng với Thiên Thần Bản Mệnh của con, lạy Đức Trinh Nữ, xin cầu bầu cùng Đấng Ban Phúc cho tôi tớ Mẹ. Xin dạy con hoàn thành các điều răn của Con Mẹ và là Đấng Sáng Tạo của con.

---

### **BÀI VIẾNG 3**

**LỜI XƯỚNG (Irmos):** Không có ai thánh thiện như Ngài, lạy Chúa là Thiên Chúa của con! Ngài đã nâng cao sức mạnh của những tín hữu Ngài, lạy Đấng Nhân Lành, và làm cho chúng con đứng vững trên tảng đá tuyên xưng Ngài.

## **Cung kính Sám hối**

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Khi các ngài tòa được thiết lập cho cuộc Phán Xét đáng sợ, mọi việc làm của con người sẽ được nhắc lại. Khốn cho những kẻ tội lỗi sẽ bị tống vào chốn khổ hình! Hỡi linh hồn con, khi biết rõ điều này, hãy sám hối về những việc ác của người!

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Người công chính sẽ vui mừng, nhưng kẻ tội lỗi sẽ than vãn. Sẽ chẳng có ai có thể giúp chúng ta vào giây phút đó—việc làm của chúng ta sẽ định tội chúng ta! Trước khi ngày tận cùng đến, hãy sám hối về những việc ác của người!

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Khốn cho con, một tội nhân lớn lao! Con đã làm ô uế chính mình trong hành động và tư tưởng, và thậm chí không thể rơi một giọt lệ nào vì lòng chai đá của mình. Hỡi linh hồn con, hãy giải thoát mình khỏi thể trần, và sám hối về những việc ác của người.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Bà, Con của Mẹ kêu gọi và dạy chúng con điều lành. Thế mà con, một kẻ tội lỗi, luôn trốn chạy điều lành. Dù vậy, lạy Đấng nhân từ, xin thương xót con, để con có thể sám hối về những việc ác của mình.

## **Cung kính dâng Đức Mẹ (Theotokos)**

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Con nhận Mẹ là Đấng Bầu Cũ và Bảo Vệ đời con, lạy Đức Trinh Nữ Thân Mẫu của Thiên Chúa. Xin dẫn dắt con tới bến đỗ của Mẹ, lạy Cội Nguồn của mọi điều lành, lạy Đấng Nâng đỡ duy nhất được muôn lời ca tụng của các tín hữu.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Con cầu xin Mẹ, lạy Đức Trinh Nữ: xin xua tan cơn bão buồn phiền và sự hỗn loạn trong tâm linh con. Mẹ là Hiền Thê của Thiên Chúa, Đấng đã hạ sinh Khởi Nguyên của sự tĩnh lặng và duy chỉ mình Mẹ là đáng kính tuyền nhất.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Xin đổ tràn sự hào phóng cho tất cả mọi người, lạy Mẹ là đấng hạ sinh Đấng Ban Phúc, Cội Nguồn của mọi điều thiện hảo. Mẹ có thể làm được mọi sự, vì Thiên Chúa đã chúc phúc cho Mẹ, Đấng cưu mang Chúa Kitô là Đấng đầy quyền năng.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Trinh Nữ, xin cứu giúp con, vì con đang bị thử thách nghiệt ngã bởi bệnh tật hiểm nghèo và những nỗi đau đớn. Lạy Đấng Trọn Đầy Tình Tuyền, con biết rằng Mẹ là kho tàng vô tận và hào phóng của những ơn chữa lành.

## **Cung kinh dâng Thiên Thần Bản Mệnh**

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Con đã dâng mọi tư tưởng và linh hồn con trước nhan ngài, hỡi đáng bảo vệ của con. Xin giải thoát con khỏi mọi cuộc tấn công của Kẻ Thù.

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Kẻ Thù làm nhục và áp chế con, luôn dạy con làm theo ý muốn của hắn. Nhưng ngài, đáng hướng dẫn của con, xin đừng để con phải hư mất!

*Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần:*

Xin ban cho con được sốt sắng và lòng tạ ơn để hát mừng Đấng Sáng Tạo và là Thiên Chúa của con, cùng với ngài, vị Thiên Thần Bản Mệnh nhân lành của con. Lạy Đấng giải thoát con, xin cứu con khỏi những kẻ thù đang áp bức con.

*Bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.*

Lạy Đấng Rất Tinh Tuyền, xin chữa lành những vết thương đau đớn nhất trong linh hồn con và đánh đuổi những kẻ thù hằng luôn giao chiến chống lại con.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

## **Thánh thi Ngồi (Sessional Hymn), Cung 6**

Con nghĩ về Ngày Đáng Sợ và khóc lóc cho những việc ác của mình. Con sẽ trả lời thế nào trước Đức Vua bất tử? Hay một kẻ hoang đường như con làm sao dám ngược nhìn Đấng Thẳm Phán? Lạy Đức Chúa Cha đầy lòng trắc ẩn, lạy Chúa Con Một, và Chúa Thánh Thần: xin thương xót con!

*Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần:*

## **Thánh thi Ngồi, Cung 2**

Với tình yêu nồng cháy con kêu cầu ngài, hỡi đáng bảo vệ linh hồn con, vị Thiên Thần chí thánh: xin che chở và luôn giữ con khỏi cạm bẫy của ác thần. Xin hướng dẫn con tới đời sống thiên quốc, soi sáng, chiếu rọi và củng cố con.

*Bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.*

## **Bài Kontakion, Cung 6**

Lạy Đấng bảo trợ kiên vững của các Kitô hữu, đáng hằng cầu bầu trước nhan Đấng Sáng Tạo: xin đừng khinh chê tiếng kêu cầu của những tội nhân chúng con, nhưng trong lòng nhân hậu của Mẹ, xin mau đến giúp đỡ chúng con là những kẻ kêu cầu Mẹ trong đức tin. Lạy Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos), xin mau nhậm lời khẩn nguyện và bầu cử cho chúng con, vì Mẹ luôn bảo vệ những ai tôn kính Mẹ.

---

## BÀI VIẾNG 4

**LỜI XƯỚNG (Irmos):** "Chúa Kitô là sức mạnh của con, là Thiên Chúa và là Chúa của con"—Hội thánh thánh thiện thành kính hát vang với giọng quyền năng, hân hoan trong Chúa.

### Cung kính Sám hối

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Con đường hiện tại của chúng ta thì rộng mở và dẫn tới những lạc thú, nhưng Ngày Cuối Cùng sẽ đắng cay khi linh hồn lìa khỏi xác. Hỡi người, hãy coi chừng những lạc thú đó, vì lợi ích của Vương Quốc Thiên Chúa.

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Tại sao người ngược đãi người nghèo? Tại sao người giữ lại tiền công của người thợ? Tại sao người không yêu thương anh em? Tại sao người theo đuổi dục vọng và kiêu ngạo? Hỡi linh hồn con, hãy từ bỏ tất cả những thứ đó và sám hối vì lợi ích của Vương Quốc Thiên Chúa.

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Hỡi con người ngu muội! Người sẽ còn bận rộn như loài ong thu gom tài sản cho đến bao giờ? Nó sẽ sớm tan biến như bụi đất và tro tàn. Thay vào đó, hãy tìm kiếm Vương Quốc Thiên Chúa.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Bà Theotokos, xin thương xót con là kẻ tội lỗi, và củng cố con trong các nhân đức. Xin bảo vệ con, để cái chết bất ngờ không chộp lấy con khi chưa sẵn sàng, và lạy Đức Trinh Nữ, xin đưa con tới Vương Quốc Thiên Chúa.

### Cung kính dâng Đức Mẹ (Theotokos)

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Hiền Thê của Thiên Chúa, Đấng đã hạ sinh Đức Chủ là Đấng dẫn đường, xin làm dịu sự hỗn loạn của các đam mê và cơn bão của những lỗi phạm trong con.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Xin ban cho con vực thẳm của sự nhân hậu của Mẹ, điều mà con hằng kêu cầu, lạy Mẹ là đấng hạ sinh Đấng Trắc Ẩn, Đấng Cứu Độ của những ai hát mừng Mẹ.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Được hưởng những hồng ân của Mẹ, lạy Đấng Tinh Tuyền, chúng con hát bài ca tạ ơn dâng lên Mẹ, đấng chúng con biết chính là Mẹ của Thiên Chúa.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Vì Mẹ yêu chuộng điều lành, lạy Đức Mẹ Thiên Chúa, Đức Trinh Nữ duy nhất trọn đời, xin giúp đỡ con khi con đang nằm trên giường bệnh và yếu nhược.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Chúng con được giải thoát khỏi mọi khó khăn, lạy Đấng được muôn lời ca tụng, vì chúng con có Mẹ là niềm hy vọng, là sự xác quyết và là bức tường kiên cố.

### **Cung kinh dâng Thiên Thần Bản Mệnh**

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Hỡi đáng bảo vệ của con, xin cầu cùng Thiên Chúa là Đấng yêu thương nhân loại, và xin đừng bỏ rơi con! Xin giữ đời con trong bình an và ban cho con ơn cứu độ bất khả chiến bại.

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Lạy Thiên Thần thánh thiện, con đã nhận ngài từ Thiên Chúa như đấng giúp đỡ và bảo vệ đời con. Con cầu xin ngài, xin giải thoát con khỏi mọi tổn hại!

*Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần:*

Hỡi đáng bảo vệ của con, xin dùng sự thánh khiết của ngài để tẩy sạch sự đồi tiện của con! Nhờ lời cầu bầu của ngài, nguyện cho con không bị loại sang bên trái nhưng được trở thành người dự phần vào vinh quang.

*Bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.*

Lạy Đấng Rất Tinh Tuyền, con đang bàng hoàng trước những sự dữ bủa vây quanh mình. Xin mau giải thoát con khỏi chúng, vì con chỉ chạy đến cùng Mẹ.

---

## **BÀI VIẾNG 5**

**LỜI XƯỚNG (Irmos):** Con cầu xin Ngài, lạy Đấng Nhân Lành: Xin dùng Ánh Sáng Thần Linh của Ngài soi sáng các linh hồn đang hướng về Ngài từ sáng sớm, để họ nhận biết Ngài, lạy Ngôi Lời của Thiên Chúa, là Thiên Chúa Thật, Đấng kêu gọi họ ra khỏi bóng tối của tội lỗi.

### **Cung kinh Sám hối**

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Hỡi kẻ khốn khổ, hãy nhớ lại người đã bị nô lệ cho sự dối trá, vu khống, tội ác, sự yếu đuối và thú dữ như thế nào vì tội lỗi mình. Hỡi linh hồn tội lỗi của con, đây có phải là điều người mong muốn không?

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*



Các chi thể của con run rẩy, vì con đã lỗi phạm qua tất cả chúng: mắt con vì nhìn, tai con vì nghe, lưỡi con vì nói điều ác, phước nộ toàn bộ bản thân con cho hỏa ngục. Hỡi linh hồn tội lỗi của con, đây có phải là điều người mong muốn không?

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Lạy Đấng Cứu Độ, Ngài đã đón nhận người con hoang đàng và người trộm lành đã thống hối. Chỉ mình con là bị đè nặng bởi sự lười biếng tội lỗi và buông mình theo những việc ác. Hỡi linh hồn tội lỗi của con, đây có phải là điều người mong muốn không?

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Thân Mẫu Thiên Chúa, đáng giúp đỡ kỳ diệu và mau chóng của toàn nhân loại, xin giúp đỡ con là kẻ bất xứng, vì đây là điều mà linh hồn tội lỗi của con mong muốn!

### **Cung kính dâng Đức Mẹ (Theotokos)**

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đấng Tinh Tuyền đã hạ sinh Cội Nguồn của Niềm Vui, xin hãy lấp đầy trái tim con bằng niềm vui khi ban cho chúng con niềm vui bất diệt của Mẹ.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Mẹ Thiên Chúa tinh tuyền, Đấng đã hạ sinh Đấng Cứu Chuộc Đời Đời và Hòa Bình vượt trên mọi sự hiểu biết, xin giải thoát chúng con khỏi mọi tổn hại.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Hiền Thê của Thiên Chúa, Đấng đã hạ sinh Ánh Sáng thần linh và vĩnh cửu, xin hãy làm dịu đi bóng tối của những lỗi phạm trong con bằng sự soi rọi của vẻ rực rỡ nơi Mẹ.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đấng Tinh Tuyền, xin chữa lành sự yếu đuối của linh hồn con bằng cách ban cho con sự thăm viếng của Mẹ, và nhờ lời cầu bầu của Mẹ, xin ban cho con sự vẹn toàn.

### **Cung kính dâng Thiên Thần Bản Mệnh**

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Hỡi Đấng Bảo Vệ thánh thiện của con, vì ngài có sự dạn dĩ trước nhan Thiên Chúa, xin hãy cầu nguyện với Người để giải thoát con khỏi những sự dữ làm hại con.

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Hỡi Ánh Sáng rực rỡ, vị Thiên Thần được Thiên Chúa ban cho con, đáng hướng dẫn và bảo vệ của con, xin hãy soi sáng linh hồn con một cách rạng ngời.

*Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần:*

Dù con đang ngủ trong sức nặng xấu xa của tội lỗi, lạy Thiên Thần của Chúa, xin hãy bảo vệ con như một vị thức canh, và nhờ lời cầu bầu của ngài, xin đánh thức con để con ca ngợi Chúa.

*Bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.*

Lạy Đức Bà Ma-ri-a, Đức Mẹ Thiên Chúa không kết hôn và là niềm hy vọng của các tín hữu: Xin hãy dập tắt sự ngạo mạn của Kẻ Thù và ban niềm vui cho những ai hát mừng Mẹ.

---

## BÀI VIẾNG 6

**LỜI XƯỚNG (Irmos):** Nhìn thấy Biển Đời đang cuồng nộ với cơn bão của những cám dỗ, con đã chạy trốn đến bến đỗ bình an của Ngài và kêu lên: Lạy Đấng Rất Mực Nhân Từ, xin cứu đời con khỏi sự hủy diệt!

### Cung kính Sám hối

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Con đã sống đời mình trên thế gian cách hoang đường và phó mặc linh hồn mình cho bóng tối. Giờ đây, lạy Đức Chủ Nhân Từ, con nguyện xin: xin giải thoát con khỏi vòng lao dịch của Kẻ Thù và ban cho con trí tuệ để làm theo ý muốn của Ngài.

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Có ai làm những điều như con làm không? Như loài lợn đắm mình trong bùn lầy, con cũng phục vụ tội lỗi như vậy! Lạy Chúa, xin kéo con ra khỏi vũng bùn này, và ban cho con trái tim để hoàn thành các điều răn của Ngài.

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Hỡi kẻ khốn khổ, hãy nâng mình hướng về Thiên Chúa, nhớ lại những lỗi phạm của người! Hãy phủ phục trước Đấng Sáng Tạo với những dòng lệ và tiếng than van! Là Đấng nhân từ, Người sẽ ban cho người tâm trí để nhận biết ý muốn của Người.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Trinh Nữ Theotokos, xin giữ chúng con khỏi mọi sự tổn hại hữu hình và vô hình! Lạy Đấng Rất Tinh Tuyền, xin nhậm lời con cầu nguyện và mang chúng trình diện lên Con của Mẹ, để Người ban cho con tâm trí làm theo ý Người.

### Cung kính dâng Đức Mẹ (Theotokos)

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Trinh Nữ, bản tính của con vốn là nô lệ của cái chết và sự hư nát, nhưng Con của Mẹ và là Đức Chủ đã cứu nó khỏi cả hai bằng cách tự nộp mình cho cái chết. Xin cầu cùng Người giải thoát con khỏi những việc ác của quân thù.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Trinh Nữ, con biết Mẹ là Đấng Bầu Cử của đời con, là Đấng Bảo Vệ kiên vững, chữa lành những sự phân loạn của cám dỗ và xua tan những mưu chước của ma quỷ. Con cầu nguyện không ngừng xin Mẹ giải thoát con khỏi những đam mê hủy diệt.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đấng Trinh Khiết, chúng con đã có Mẹ như một bức tường ẩn náu và là ơn cứu độ linh hồn triệt để nhất. Vô vàn nỗi ưu phiền của con người không quá lớn lao đối với Mẹ, và chúng con hằng vui mừng trong sự soi sáng của Mẹ. Lạy Đức Bà, xin cứu chúng con hiện nay khỏi các đam mê và hoạn nạn.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Con đang nằm trên giường bệnh và chẳng có phương thuốc nào cho xác thịt con. Nhưng con cầu xin Mẹ, lạy Đấng Nhân Lành đã hạ sinh Thiên Chúa và là Đấng Cứu Độ trần gian: xin nâng con dậy khỏi sự hủy diệt của bệnh tật.

### **Cung kính dâng Thiên Thần Bản Mệnh**

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Con cầu xin ngài, lạy Thiên Thần thánh thiện mà Thiên Chúa đã ban cho con làm đáng bảo vệ nhân lành: xin giải thoát con khỏi mọi cám dỗ!

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Hỡi đấng nhân lành, xin hãy soi sáng tâm trí con và giáo hóa con! Con cầu xin ngài, lạy Thiên Thần thánh thiện: hãy dạy con luôn có những tư tưởng lành mạnh.

*Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần:*

Hỡi đấng bảo vệ của con, xin giải thoát trái tim con khỏi những ồn ào hiện tại, và củng cố con để con giữ vững sự tỉnh thức, dẫn dắt con một cách kỳ diệu tới sự tĩnh lặng ban sự sống.

*Bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.*

Lạy Đức Mẹ Thiên Chúa, Ngôi Lời của Thiên Chúa đã ngự trong Mẹ, và mặc khải Mẹ cho nhân loại như một Chiếc Thang lên Trời. Nhờ Mẹ, Đấng ở trên cao đã ngự xuống với chúng con.

Lạy Chúa, xin thương xót! (3 lần)

Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần, bây giờ và hằng có cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.

### **Bài Kontakion, Cung 6**

Hỡi linh hồn con, tại sao ngươi làm giàu cho mình bằng tội lỗi? Tại sao ngươi làm theo ý muốn của Ma quỷ? Ngươi đặt hy vọng vào điều gì? Hãy chấm dứt tất cả những điều này và quay về với Thiên Chúa, khóc lóc và kêu van: Lạy Chúa là Đấng trắc ẩn, xin thương xót con là kẻ tội lỗi!

### **Bài Ikos**

Hỡi linh hồn con, hãy chiêm nghiệm giờ chết đáng cay và cuộc phán xét đáng sợ của Đấng Sáng Tạo và là Thiên Chúa của ngươi. Các thiên thần đe dọa sẽ bắt giữ ngươi, hỡi linh hồn con, và dẫn ngươi tới ngọn lửa vĩnh cửu. Vì thế, hãy sám hối trước khi chết mà kêu rằng: Lạy Chúa, xin thương xót con là kẻ tội lỗi!

---

## **BÀI VIẾNG 7**

**LỜI XƯỚNG (Irmos):** Thiên Thần đã biến lò lửa thành nguồn sương mát cho những thanh niên đạo hạnh, và Ý muốn của Thiên Chúa, vốn đã thiêu rụi người Can-đê, đã khiến kẻ bất bớ phải kêu lên: Chúc tụng Ngài là Thiên Chúa của tổ tiên chúng con!

### **Cung kính Sám hối**

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Đừng đặt hy vọng vào của cải hư nát, hỡi linh hồn con, cũng đừng vào những thứ thu lượm bất chính. Ngươi không biết mình sẽ để lại tất cả cho ai đâu. Thay vào đó, hãy kêu lên: Lạy Chúa Kitô Thiên Chúa, xin thương xót con là kẻ bất xứng!

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Hỡi linh hồn con, hãy nhớ đến cả sự sống đời đời và Vương Quốc Thiên Đàng đã chuẩn bị cho các thánh, cũng như bóng tối bên ngoài và cơn thịnh nộ thần linh dành cho những kẻ gian ác. Rồi hãy kêu lên: Lạy Chúa Kitô Thiên Chúa, xin thương xót con là kẻ bất xứng!

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Đừng trông cậy vào sức khỏe thân xác, hỡi linh hồn con, cũng đừng vào vẻ đẹp phù du. Ngươi thấy cả người mạnh khỏe lẫn người trẻ tuổi đều phải chết. Thay vào đó, hãy kêu lên: Lạy Chúa Kitô Thiên Chúa, xin thương xót con là kẻ bất xứng!

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Hỡi linh hồn con, hãy phủ phục trước Thân Mẫu Thiên Chúa và cầu xin Mẹ, vì Mẹ là đáng giúp đỡ mau chóng của những người thống hối. Mẹ sẽ nài xin Con Mẹ, Chúa Kitô Thiên Chúa, và Người sẽ thương xót con là kẻ bất xứng!

### **Cung kính dâng Đức Mẹ (Theotokos)**

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đấng Cứu Độ, vì mong muốn thiết lập ơn cứu độ cho chúng con, Ngài đã ngự vào lòng Trinh Nữ, mặc khải Mẹ là Đấng Bầu Củ cho thế gian. Chúc tụng Ngài là Thiên Chúa của tổ tiên chúng con!

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Thân Mẫu Tinh Tuyền, xin hãy cầu nguyện với Đấng nhân từ mà Mẹ đã hạ sinh, để chúng con, những kẻ kêu cầu trong đức tin, được giải thoát khỏi những lỗi phạm và sự ô uế tâm hồn: Chúc tụng Ngài là Thiên Chúa của tổ tiên chúng con!

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Ngài đã mặc khải Đấng đã hạ sinh Ngài như một nguồn chữa lành, một cột trụ vững chắc, và một cánh cửa sám hối cho những ai kêu lên: Chúc tụng Ngài là Thiên Chúa của tổ tiên chúng con!

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Trinh Nữ Thân Mẫu của Thiên Chúa, Đấng đã hạ sinh Chúa Kitô Đấng Cứu Độ cho chúng con, xin ban ơn chữa lành khỏi những yếu đuối thân xác và bệnh tật tâm linh cho những ai lấy lòng yêu mến mà tìm đến sự Bảo Vệ của Mẹ.

### **Cung kính dâng Thiên Thần Bản Mệnh**

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Hỡi Thiên Thần của Chúa, xin đủ lòng thương con và cầu cùng Chúa cho con, vì Người đã ban ngài cho con mãi mãi làm đáng giúp đỡ, hướng dẫn và bảo vệ suốt đời con.

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Lạy Thiên Thần Thánh, Thiên Chúa đã giao phó linh hồn khốn khổ của con cho ngài trong sự tinh tuyền. Xin đừng để nó bị những kẻ trộm giết hại trên hành trình của nó, nhưng hãy dẫn nó vào nẻo đường sám hối.

*Vinh danh Đức Chúa Cha, và Đức Chúa Con, và Đức Chúa Thánh Thần:*

Con mang linh hồn con tới, hoàn toàn hổ thẹn bởi những tư tưởng và hành động xấu xa của mình. Hỡi đáng hướng dẫn của con, xin hãy mau đến với con, và ban cho con sự chữa lành của những tư tưởng tốt lành để dẫn đưa con mãi mãi trên con đường chính trực.

*Bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.*

Vì lợi ích của Đức Mẹ Thiên Chúa (Theotokos), lạy Đấng Khôn Ngoan Cá Vị của Đấng Tối Cao, xin đổ tràn sự khôn ngoan và sức mạnh thần linh cho những ai kêu lên: Chúc tụng Ngài là Thiên Chúa của tổ tiên chúng con!

**LỜI XƯỚNG (Irmos):** Ngài đã khiến sương mát tuôn đổ từ ngọn lửa trên các thanh niên đạo hạnh, và đã dùng nước để thiêu rụi hy lễ của một người công chính—vì Ngài làm mọi sự, lạy Chúa Kitô, chỉ bằng Ý Muốn của Ngài. Chúng con tôn vinh Ngài suốt mọi thời đại.

### **Cung kính Sám hối**

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Làm sao con không khóc được khi nghĩ về cái chết? Con đã thấy anh em con nằm trong mộ mà chẳng còn vinh quang, chẳng còn hình dạng. Con có thể mong đợi gì? Con có thể hy vọng gì? Lạy Chúa, xin chỉ ban cho con sự sám hối trước khi giờ cuối đến. (2 lần)

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Con tin rằng Ngài sẽ đến phán xét kẻ sống và kẻ chết, và mọi người sẽ đứng vào vị trí của mình: người già và người trẻ; các bậc chủ nhân và các vương tử; các trinh nữ và các tư tế. Con sẽ thấy mình ở đâu? Vì vậy, con kêu lên: lạy Chúa, xin ban cho con sự sám hối trước khi giờ cuối đến.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Tinh Tuyền, xin nhậm lời cầu nguyện bất xứng của con. Xin giữ con khỏi cái chết bất ngờ, và ban cho con sự sám hối trước khi giờ cuối đến.

### **Cung kính dâng Đức Mẹ (Theotokos)**

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Trinh Nữ, xin đừng khinh chê những kẻ cần sự giúp đỡ của Mẹ, là những kẻ đang hát mừng và tôn vinh Mẹ mãi mãi.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Trinh Nữ, Mẹ chữa lành những yếu đuối của linh hồn con và những bệnh tật của thân xác con, để con được vinh danh Mẹ, lạy Đấng Tinh Tuyền, mãi mãi.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Trinh Nữ, Mẹ đổ tràn vô vàn ơn chữa lành cho những ai dùng đức tin hát mừng Mẹ và tôn vinh việc hạ sinh không lời nào tả xiết của Mẹ.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Đức Trinh Nữ, Mẹ đánh đuổi những mưu chước của cám dỗ và sự tấn công của các đam mê. Vì vậy, chúng con hát mừng Mẹ mãi mãi.

## **BÀI VIẾNG 8 (Tiếp theo)**

### **Cung kính dâng Thiên Thần Bản Mệnh**

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Hỡi vị Thiên Thần nhân lành nhất được Thiên Chúa sai đến: xin hãy củng cố đời con và đừng bao giờ bỏ rơi con.

*Thiên Thần Thánh của Chúa, đáng bảo vệ con, xin cầu cùng Chúa cho con là kẻ tội lỗi!*

Con hát mừng ngài mãi mãi, vị Thiên Thần điểm phúc và nhân hậu, đáng hướng dẫn và bảo vệ linh hồn con.

*Chúng con chúc tụng Chúa Cha, Chúa Con và Chúa Thánh Thần:*

Xin hãy là sự bảo vệ và thành lũy của con trong ngày toàn nhân loại bị phán xét và mọi việc làm đều bị thử thách, cả tốt lẫn xấu.

*Bây giờ và hằng có, và cho đến đời đời chẳng cùng. Amen.*

Lạy Đức Mẹ Thiên Chúa Trọn Đời Đồng Trinh, xin hãy là sự cứu giúp và tĩnh lặng cho tôi tớ Mẹ, và đừng bao giờ để con rời xa sự phục vụ Mẹ.

---

## BÀI VIẾNG 9

**LỜI XƯỚNG (Irmos):** Chẳng ai có thể nhìn thấy Thiên Chúa, Đấng mà các hàng phẩm Thiên thần không dám ngược nhìn. Nhưng qua Mẹ, lạy Đấng Tinh Tuyền, Ngôi Lời Nhập Thể đã được mặc khải cho nhân loại. Cùng với thiên binh vạn mã tôn vinh Người, chúng con chúc tụng Mẹ là đáng điểm phúc.

### Cung kính Sám hối

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Giờ đây con hướng về các ngài, hỡi các thiên thần, các tổng lãnh thiên thần và toàn thể thiên binh đang chầu quanh ngài Thiên Chúa: xin hãy cầu cùng Đấng Sáng Tạo giải thoát linh hồn con khỏi những khổ hình đời đời.

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Giờ đây con khóc lóc trước các ngài, hỡi các thánh tổ phụ, các vua và các ngôn sứ, các tông đồ và các giáo phụ, cùng tất cả những người được Chúa Kitô tuyển chọn: xin giúp đỡ con trong cuộc Phán Xét, để linh hồn con được cứu khỏi quyền lực Kẻ Thù.

*Lạy Thiên Chúa, xin thương xót con, xin thương xót con!*

Giờ đây con giong tay hướng về các ngài, hỡi các thánh tử đạo, các ẩn sĩ, các trinh nữ, những người công chính và tất cả các thánh đang cầu nguyện cho toàn thể giới: nguyện xin Người thương xót con vào giờ con lâm tử.

*Đức Mẹ Thiên Chúa Rất Thánh, xin cứu giúp chúng con!*

Lạy Thân Mẫu Thiên Chúa, xin giúp đỡ con, vì con đặt niềm hy vọng lớn lao nơi Mẹ! Xin cầu cùng Con Mẹ, để khi Người ngự xuống phán xét kẻ sống và kẻ chết, Người sẽ đặt con bên hữu Người, dù con thật bất xứng.

**(Các phần Cung kính dâng Đức Mẹ và Thiên Thần Bản Mệnh tiếp tục với nội dung khẩn cầu sự bảo vệ và ơn chữa lành tương tự).**

---

## CUNG KINH CHUẨN BỊ RƯỚC THÁNH THỂ

*(Thường đọc vào tối trước khi rước Lễ)*

### BÀI VIẾNG 1 (Cung 2)

*Lạy Chúa, xin tạo cho con một trái tim trong sạch, và đặt vào lòng con một thần trí mới và ngay thẳng.*

Lạy Chúa, nguyện xin Thánh Thể và Bảo Huyết của Ngài là Bánh trường sinh cho con, chữa lành con khỏi mọi nỗi ưu phiền.

*Xin đừng xua đuổi con khỏi nhan Ngài, và đừng cất Thánh Thần Ngài khỏi con.*

Lạy Chúa Kitô, xin cho con được xứng đáng dự phần vào Thánh Thể tinh tuyền và Bảo Huyết thần linh của Ngài, vì con là kẻ bất xứng, đáng nguyên rủa và bị ô uế bởi những việc làm xấu xa.

### BÀI VIẾNG 3

*Lạy Chúa, xin tạo cho con một trái tim trong sạch...*

Lạy Chúa Kitô, xin ban cho con những dòng lệ để tẩy sạch sự nhơ uế trong tim con. Để rồi, khi đã được thanh tẩy với một lương tâm tốt lành, con có thể đến dự phần vào các Hồng Ân thần linh của Ngài với lòng kính sợ và đức tin.

---

## CÁC LỜI NGUYỆN TRƯỚC KHI RƯỚC THÁNH THỂ

*(Sau khi đọc các Thánh Vịnh 22, 23, 115 và các bản văn chỉ dẫn, tín hữu đọc các lời nguyện của các thánh Giáo phụ)*

### Lời nguyện thứ 1 (Thánh Basiliô Cả):

"Lạy Đức Chủ và là Thiên Chúa, Giêsu Kitô, Cội nguồn của sự sống và sự bất tử... con đã phạm tội, lạy Chúa, con đã phạm tội trước mặt trời và trước nhan Ngài, con không xứng đáng nhìn lên chiều cao vinh quang Ngài... nhưng xin hãy đón nhận con như Ngài đã đón nhận người kỹ nữ, tên trộm, người thu thuế và đưa con hoang đường..."

### Lời nguyện thứ 2 (Thánh Gioan Kim Khẩu):



"Lạy Chúa là Thiên Chúa của con, con biết rằng con không xứng đáng... để Ngài ngự dưới mái nhà linh hồn con vì nó hoàn toàn hoang tàn và đổ nát... Nhưng như Ngài đã hạ mình từ trên cao vì chúng con, xin cũng hãy hạ mình xuống với sự thấp hèn của con..."

#### Lời nguyện thứ 6 (Thánh Simêon Thần học gia mới):

"Từ đôi môi ô uế và trái tim đê tiện, từ chiếc lưỡi không thanh sạch và linh hồn bị nhơ nhuế, xin nhậm lời con nguyện cầu, lạy Chúa Kitô của con... Con đã phạm tội nhiều hơn người kỹ nữ... nhưng xin đừng xua đuổi con... Đây đây, con ăn Thịt Ngài và uống Máu Ngài... Ôi điều kỳ diệu lạ lùng! Con là cỏ rác mà được dự phần vào Lửa mẫu nhiệm mà không bị thiêu rụi..."

### Bảng thống kê về việc chuẩn bị rước Lễ

Việc chuẩn bị rước Lễ trong truyền thống Chính Thống giáo Đông phương rất nghiêm ngặt và đòi hỏi sự chuẩn bị cả về thể xác lẫn tâm linh.

| Yêu cầu    | Chi tiết  |
|------------|---|
| Ăn chay    | Kiêng thịt, sữa, trứng (thường từ 1-3 ngày trước). Nhịn ăn uống hoàn toàn từ nửa đêm trước khi rước Lễ. |
| Xưng tội   | Thường yêu cầu phải xưng tội trước đó để được phép rước Lễ.   |
| Cầu nguyện | Đọc "Ba bài Cung kính" và các "Lời nguyện chuẩn bị rước Lễ".  |
| Hòa giải   | Phải làm hòa với những người mình đã gây hấn hoặc làm tổn thương.                                       |

**Bước tiếp theo:** Bạn có muốn tôi giải thích rõ hơn về ý nghĩa của các biểu tượng "Lửa", "Sương" hay "Bụi gai" thường xuất hiện trong các lời nguyện này không?

### CÁC LỜI NGUYỆN CHUẨN BỊ (Tiếp theo)

#### Lời nguyện thứ 9 (Thánh Gioan Kim Khẩu):

"Lạy Chúa Giêsu Kitô là Thiên Chúa của con, xin rửa bỏ, tháo gỡ, tẩy sạch và tha thứ cho con là tội tớ tội lỗi, vô dụng và bất xứng của Ngài... mọi lầm lỗi con đã phạm từ thời thanh xuân

cho đến ngày giờ này, dù vô tình hay hữu ý... vì Ngài là Vua, là quyền năng và vinh quang cùng với Đức Chúa Cha và Thánh Thần..."

#### **Lời nguyện thứ 10 (Thánh Gioan Đamát):**

"Con đang đứng trước cửa đền thờ Ngài, nhưng con vẫn chưa từ bỏ những tư tưởng xấu xa. Nhưng lạy Chúa Kitô, như Ngài đã công chính hóa người thu thuế, thương xót người đàn bà xứ Canaan và mở cửa thiên đàng cho người trộm lành, xin hãy mở ra cho con chiều sâu tình yêu của Ngài... Xin đừng thiêu rụi con khi con dám lãnh nhận toàn thể Thánh Thể Ngài; nhưng xin hãy đón nhận con và soi sáng tâm linh con..."

---

### **KHI TIẾN ĐẾN RƯỚC LỄ**

*(Đọc thầm những dòng sau đây)*

"Này, con tiến đến hiệp thông với Thiên Tính.

Lạy Đấng Sáng Tạo, xin đừng thiêu rụi con khi con thông phần,

Vì Ngài là ngọn Lửa thiêu đốt kẻ bất xứng.

Nhưng xin hãy tẩy sạch mọi vết nhơ trong con."

#### **Sau đó đọc:**

"Lạy Con Thiên Chúa, xin hãy đón nhận con hôm nay dự phần vào Bữa Tiệc Mầu Nhiệm của Ngài; vì con sẽ không tiết lộ mầu nhiệm cho kẻ thù, cũng không trao cho Ngài cái hôn như Giuđa; nhưng như người trộm lành, con tuyên xưng Ngài: Lạy Chúa, xin nhớ đến con khi Ngài vào Vương Quốc của Ngài."

---

### **LỜI NGUYỆN TẠ ƠN SAU KHI RƯỚC LỄ**

#### **Lời mở đầu:**

*Vinh danh Chúa, lạy Thiên Chúa của con! Vinh danh Chúa! (3 lần)*

"Con tạ ơn Ngài, lạy Chúa là Thiên Chúa của con, vì Ngài đã không ruồng bỏ con là kẻ tội lỗi, nhưng đã cho con được xứng đáng dự phần vào những thực tại thánh thiêng của Ngài... Xin hãy để chúng chữa lành hồn xác con, xua đuổi mọi kẻ thù, soi sáng đôi mắt trái tim con..."

#### **Lời nguyện của Thánh Simêon Metaphrastes:**

"Ngài đã tự nguyện ban mình làm lương thực cho con, Ngài là ngọn lửa thiêu rụi kẻ bất xứng. Xin đừng thiêu con, ôi Đấng Tạo Hóa, nhưng hãy thấu suốt vào các chi thể, mạch máu và trái tim con. Hãy thiêu rụi những gai góc của tội lỗi... Hãy làm cho đầu gối và thân thể con vững vàng. Hãy soi sáng ngũ quan con..."

---

## CÁC BÀI THÁNH CA TÔN VINH (Troparia)

| Phụng vụ                          | Vị Thánh được tôn vinh   | Nội dung chính  |
|-----------------------------------|--------------------------|---|
| <b>Thánh Gioan Kim Khẩu</b>       | Thánh Gioan Kim Khẩu     | "Ân điển tỏa ra từ môi miệng ngài như ngọn hải đăng đã soi sáng vũ trụ... dạy chúng con thờ phượng một Thiên Chúa trong Ba Ngôi."     |
| <b>Thánh Basiliô Cả</b>           | Thánh Basiliô Cả         | "Lời rao giảng của ngài đã vang xa khắp địa cầu... ngài được hiển lộ như nền tảng vững chắc của Giáo hội."                            |
| <b>Phụng vụ Thánh Thể Tiễn Tế</b> | Thánh Grêgôriô Dialogist | "Sự thật đã hiển lộ ngài với đoàn chiên như một quy luật của đức tin, một biểu tượng của sự hiền lành và là thầy dạy về sự tiết chế." |

---

## KẾT THÚC

### Lời tôn vinh Đức Mẹ:

"Đáng đáng tôn vinh hơn các Thần Minh (Cherubim), và hiển vinh bội phần hơn các Thần Sốt Mền (Seraphim): Mẹ đã hạ sinh Đức Chúa Lời mà vẫn vẹn tuyền. Lạy Đức Mẹ Thiên Chúa đích thực, chúng con tôn vinh Mẹ."

Xin hãy ủng hộ tôi qua PayPal bằng tình yêu thương và những lời cầu nguyện:

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