

**Project Gutenberg: Ortodoxa dagliga löner (Orthodox Daily Prayers) som e-bok**

Denna e-bok är tillgänglig för alla, var som helst i USA och i de flesta andra delar av världen, helt kostnadsfritt och med nästan inga begränsningar. Du får kopiera den, ge bort den eller återanvända den enligt villkoren i Project Gutenbergs licens som medföljer denna e-bok eller online på [www.gutenberg.org](http://www.gutenberg.org). Om du inte befinner dig i USA måste du kontrollera lagstiftningen i det land där du bor innan du använder denna e-bok.

**Titel:** Ortodoxa dagliga böner (Orthodox Daily Prayers)

**Författare:** Anonym

**Släppdatum:** 16 januari 2011 [EBook #34981]

**Senast uppdaterad:** 25 september 2021

**Språk:** Engelska

**Producerad av:** Gerard Arthus, Stephen Hutcheson och Online Distributed Proofreading Team

\*\*\* START AV PROJECT GUTENBERGS E-BOK: ORTODOXA DAGLIGA BÖNER \*\*\*

---

# **ORTODOXA DAGLIGA BÖNER ST. TIKHONS SEMINARIE FÖRLAG 1982**

**Tryckt  
med välsignelse**

**av**

**Hans Nåd,**

**den Högvördige Biskopen**

**HERMAN Biskop av**

**Philadelphia**

**och**

**östra Pennsylvania**

---

**INNEHÅLLSFÖRTECKNING**

- Inledning
  - Morgonböner
  - Åminnelse av levande och avlidna
  - Böner vid måltid
  - Ordning för aftonbön (Kompletorium)
  - Före sömn
  - De tre kanonerna
  - Kanon för förberedelse till den heliga kommunionen
  - Böner för förberedelse till den heliga kommunionen
  - Tacksägelseböner efter den heliga kommunionen
-

# INLEDNING

## BÖNEBOKEN

Denna bönebok innehåller de mest grundläggande dagliga bönerna för en ortodox kristen, nedärvda till oss främst genom den ryska kyrkan, även om andra ortodoxa traditioner i detta avseende är mycket likartade.

I denna bok finner vi psalmer av den helige profeten och konungen David, den bön som Herren själv lärde sina lärjungar, böner av ökenfäderna, av kyrkans stora patriarker och lärare, samt böner av heliga fäder från senare tid.

Utgivningen av dessa böner är inte avsedd att begränsa den kristna själens fria uttryck inför Skaparen, Guds allraheligaste Moder (**Theotokos**) och helgonen. Tvärtom lär vi oss hur man ber genom att läsa dessa böner; de blir mönster för våra egna personliga böner. Ofta vill vi be men distraheras av den jäktade världen runt omkring oss, eller tyngs av rädsla och sorg i en sådan grad att vi inte vet var vi ska börja. Då börjar vi med böneboken och märker att inte bara mycket av det vi ville säga redan har sammanfattats i fädernas böner, utan vi finner därefter också våra egna ord för att fortsätta utgjuta vårt hjärta.

Det finns ytterligare en gåva i böneboken. Som ortodoxa kristna är vi alla lemmar i samma kropp. Vi uttrycker och tar del i denna enhet i kyrkans gudstjänster, särskilt i den gudomliga liturgin. Genom böneboken förs denna enhet in i våra hem eller varhelst en ortodox kristen läser den. Våra egna böner bärs fram till Guds tron på vingarna av de böner som Guds folk har använt i århundraden. Vi ber inte längre ensamma.

## BÖNEREGELN

Många böneregler har utvecklats under kyrkans historia. Det har aldrig funnits en absolut enhetlig regel för alla platser eller tider. Till exempel, i 1800-talets Ryssland skilde sig regeln avsevärt mellan olika kloster, även om vissa grundläggande element fanns närvarande överallt. Därför bör termen "böneregel" aldrig förstås som en tvångströja som kontrollerar och begränsar vår gemenskap med Gud.

Vad reglerna lär oss är vikten av regelbundenhet i bönelivet. Det är bättre att läsa några böner varje dag utan att hoppa över dem, än att läsa ett stort antal böner sporadiskt efter infall. De av oss som har turen att ha en andlig fader bör rådfråga honom innan vi fastställer vår egen regel. De som inte har det, bör börja med en ödmjuk regel och endast utöka den när den har blivit en regelbunden och outhärlig del av livet.

## ÖVERSÄTTNINGEN

Vi har strävat efter att använda en samtida men formell form av engelska [här: svenska] genom hela översättningen... Psalmerna följer Septuagintas numrering genom hela böneboken. Vårt mål är att erbjuda den ortodoxe kristne en bönebok som ligger så nära som möjligt de böneböcker som ortodoxa kristna av andra nationaliteter har använt i generationer.

---

## MORGONBÖNER

När du vaknat, stig upp utan lathet och efter att ha samlat dina tankar, gör korstecknet och läs:

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

Stå därefter stilla en stund tills alla sinnen har kommit till ro. Gör då tre bugningar och läs:

**Herre Jesus Kristus, Guds Son, förbarma Dig över mig, en syndare.**

Börja sedan morgonbönerna med dessa ord:

**Herre Jesus Kristus, Guds Son, genom Din alrena Moders och alla helgons förböner, förbarma Dig över oss. Amen.**

**Äre vare Dig, vår Gud, ära vare Dig.**

**Himmelske Konung, Tröstare, Sanningens Ande, som är allestädes närvarande och uppfyller allt, Du det godas skattkammare och Livgivare: Kom och ta Din boning i oss, rena oss från all orenhet och fräls våra själar, Du Gode.**

**Helige Gud, Helige Starke, Helige Odödlige, förbarma Dig över oss. (3 gånger)**

**Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.**

**Alheliga Treenighet, förbarma Dig över oss. Herre, rena oss från våra synder. Mästare, förlåt våra överträdelser. Helige, besök och hela våra svagheter för Ditt namns skull.**

**Herre, förbarma Dig. (3 gånger)**

**Ära vare Fadern... (osv.)**

**Fader vår, som är i himmelen, helgat varde Ditt namn. Tillkomme Ditt rike. Ske Din vilja, såsom i himmelen så ock på jorden. Vårt dagliga bröd giv oss idag, och förlåt oss våra skulder, såsom ock vi förlåta dem oss skyldiga äro, och inled oss icke i frestelse, utan fräls oss ifrån ondo.**

*(Om en präst är närvarande läser han avslutningen)*

Nyss uppstigna ur sömnen faller vi ner inför Dig, Du Gode, och sjunger till Dig, Du Mäktige, änglarnas sång:

**Helig, Helig, Helig är Du, o Gud; genom Guds Moder, förbarma Dig över oss.**

**Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande:**

Ur sängen och sömnen har Du rest mig, Herre; upplys mitt sinne och mitt hjärta, och öppna mina läppar så att jag kan prisa Dig, alheliga Treenighet: **Helig, Helig, Helig är Du, o Gud; genom Guds Moder, förbarma Dig över oss.**

**Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.**

Domaren ska komma oväntat och vars och ens gärningar ska blottas; men i nattens mitt ropar vi med bävan: **Helig, Helig, Helig är Du, o Gud; genom Guds Moder, förbarma Dig över oss.**

**Herre, förbarma Dig. (12 gånger)**

Nyss uppstigen ur sömnen tackar jag Dig, alheliga Treenighet. I Din rika godhet och Ditt tålmod har Du inte vredgats på mig för min lathet och mina synder, ej heller förgjort mig i min ondska. Istället har Du i Din vanliga kärlek till människorna rest mig när jag låg i förtvivlan, så att jag kan stiga upp tidigt och förhålliga Din makt. Upplys nu mina andliga ögon och öppna mina läppar, så att jag kan lära mig Dina ord, förstå Dina bud, göra Din vilja, prisa Dig med hjärtats bekännelse och lovsjunga Ditt heliga namn, Faderns och Sonens och Den Helige Andes, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

**Kom, låt oss tillbe Gud, vår Konung!**

**Kom, låt oss tillbe och falla ner inför Kristus, vår Konung och Gud!**

**Kom, låt oss tillbe och falla ner inför Kristus själv, vår Konung och Gud!**

---

## **PSALM 50**

Gud, var mig nådig efter Din godhet,  
utplåna mina överträdelser efter Din stora barmhärtighet.

Två mig grundligt från min missgärning  
och rena mig från min synd.

Ty jag känner mina överträdelser,  
och min synd är alltid inför mig.

Mot Dig, endast mot Dig har jag syndat  
och gjort det som är ont i Dina ögon.

Du är rättfärdig när Du talar  
och oklanderlig när Du dömer.

Se, i missgärning är jag född,  
och i synd blev jag till i min moders liv.

Se, Du älskar sanning i hjärtats djup,  
lära mig då vishet i mitt innersta.

Rena mig med isop, så att jag blir ren,  
två mig, så att jag blir vitare än snö.  
Låt mig höra fröjd och glädje,  
låt de ben som Du har krossat få jubla.  
Vänd Ditt ansikte från mina synder  
och utplåna alla mina missgärningar.  
Skapa i mig, Gud, ett rent hjärte,  
och ge mig på nytt en stadig ande.  
Kasta mig inte bort från Ditt ansikte  
och ta inte Din Helige Ande ifrån mig.  
Ge mig åter Din frälsnings glädje  
och uppehåll mig med en villig ande.  
Då ska jag lära överträdarna Dina vägar,  
så att syndare omvänder sig till Dig.  
Fräls mig från blodskuld, Gud, min frälsnings Gud,  
så ska min tunga jubla över Din rättfärdighet.  
Herre, öppna mina läppar,  
så ska min mun förkunna Ditt lov.  
Ty Du har inte behag till slaktoffer,  
annars skulle jag ge Dig sådana,  
brännoffer vill Du inte ha.  
Det offer Gud vill ha är en förkrossad ande;  
ett förkrossat och ödmjukt hjärte ska Du, Gud, inte förakta.  
Gör gott mot Sion i Din nåd,  
bygg upp Jerusalems murar.  
Då ska Du ha behag till rätta offer,

brännoffer och heloffer;

då ska man offra ungtjurar på Ditt altare.

---

## **TRONS BEKÄNNELSE (NIKENSKA TROSBEKÄNNELSEN)**

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

Och på en enda Herre, Jesus Kristus, Guds enfödde Son, född av Fadern före all tid, Ljus av Ljus, sann Gud av sann Gud, född och icke skapad, av samma väsen som Fadern, genom vilken allt har blivit till; som för oss människor och för vår frälsnings skull har stigit ned från himmelen och antagit kött genom den Helige Ande av jungfru Maria och blivit människa; som ock har blivit korsfäst för oss under Pontius Pilatus, lidit och blivit begravd; som på tredje dagen har uppstått enligt skrifterna och stigit upp till himmelen och sitter på Faderns högra sida; därifrån Han skall återkomma i härlighet för att döma levande och döda, och på vars rike icke skall varda något slut.

Och på den Helige Ande, Herren och Livgivaren, som utgår av Fadern, som tillika med Fadern och Sonen tillbedes och förhärligas och som har talat genom profeterna. Och på en enda, helig, katolsk och apostolisk kyrka. Jag bekänner ett enda dop till syndernas förlåtelse och väntar på de dödas uppståndelse och den kommande världens liv. Amen.

---

### **BÖN 1 (Den helige Macarius den store)**

Gud, rena mig syndare, ty jag har aldrig gjort något gott inför Dig. Befria mig från den onde och låt Din vilja ske i mig, så att jag utan dom må öppna mina ovärdiga läppar och prisa Ditt heliga namn, Faderns och Sonens och den Helige Andes, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

### **BÖN 2 (Den helige Macarius den store)**

Nyss uppstigen ur sömnen bär jag fram till Dig, Frälsare, midnattssången. Knäböjande ropar jag till Dig: Låt mig inte somna in i syndens död. Förbarma Dig över mig, Du som frivilligt lät Dig korsfästas. Res mig upp, som ligger i lathet, och fräls mig när jag står i bön. Efter nattens sömn, Kristus Gud, låt en syndfri dag stråla över mig och fräls mig.

### **BÖN 3 (Den helige Macarius den store)**

Nyss uppstigen ur sömnen skyndar jag till Dig, Mästare, ty Du älskar människorna, och jag strävar efter att utföra Dina verk. Jag ber Dig: hjälp mig i varje stund och i allt. Befria mig från allt ont i denna värld och från djävulens gärningar. Fräls mig och för mig in i Ditt eviga rike. Du är min Skapare, som sörjer för mig och ger mig allt gott. Allt mitt hopp står till Dig och jag förhärligar Dig, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

### **BÖN 4 (Den helige Macarius den store)**

Herre, i Din rika godhet och stora barmhärtighet har Du låtit mig, Din tjänare, genomgå nattens timmar utan att frestas av fiendens ondska. Mästare och Skapare av allt, ge mig kraft att göra Din vilja i Ditt sanna ljus och med ett upplyst hjärta, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

### **BÖN 5 (Den helige Macarius den store)**

Herre, Gud Allsmäktig, som tar emot den trefaldiga "Helig"-sången från de himmelska härskarorna: tag emot denna nattliga sång även från mig, Din ovärdige tjänare. Ge mig att under varje år och varje timme av mitt liv få förhårliga Dig, Fadern, Sonen och den Helige Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

### **BÖN 6 (Den helige Basilios den store)**

Herre Allsmäktig, härskarornas Gud och allt kötts Gud, Du som tronar i det höga men ser ner på de ödmjuka, Du som rannsakar hjärtan och njurar och känner människans hemligheter. Du är det eviga Ljuset hos vilken ingen förändring eller skugga av växling finns. Odödlige Konung, tag emot de böner vi nu bär fram till Dig från orena läppar. Befria oss från de synder vi begått i handling, ord eller tanke, medvetet eller omedvetet. Rena oss från allt köttets och andens orenhet. Ge oss att genomgå denna nuvarande livs natt med ett vaket hjärta och ett nyktert sinne, i väntan på Din enfödde Sons, vår Herre, Gud och Frälsare Jesus Kristus, strålande återkomst, då Han ska döma allt och löna var och en efter hans gärningar... Ty Du är det sanna Ljuset som upplyser och helgar allt, och hela skapelsen prisar Dig i evigheters evighet. Amen.

---

### **BÖN 8 (Midnattssång till Guds allraheligaste Moder)**

Jag besjunger Din nåd, o Härskarinna,

och ber Dig att skänka nåd åt mitt sinne.

Lär mig att vandra rätt

på Kristi budords väg.

Stärk mig att vaka i lovsång,

och driv bort sömngivande misströstan.

Jag är bunden av syndens bojor,

genom Din förbön, befria mig, Guds brud!

Beskydda mig dag och natt,

och rädda mig från de stridande fienderna.

Du som fött Gud, Livgivaren,



ge liv åt mig, som är sargad av lidelser.

Du som fött det outsläckliga Ljuset,

upplys min blinda själ...

---

## **BÖN 10 (Till skyddsängeln)**

Helige ängel, som vakar över min arma själ och mitt lidelsefulla liv: överge mig inte, jag som är en syndare, och vik inte ifrån mig på grund av min brist på självbehärskning. Ge inte plats åt den onde demonen att ta makten över mig genom denna dödliga kropps svaghet. Stärk min svaga hand och led mig på frälsningens väg. Guds helige ängel, bevara min själ och kropp. Förlåt mig allt jag har bedrivit dig med under mitt liv. Beskydda mig denna dag och be till Herren för mig, så att Han stärker mig i fruktan för Honom. Amen.

---

## **BÖN AV DE SISTA OPTINA-ÄLDRE**

Herre, hjälp mig att möta allt som denna kommande dag för med sig med frid i själen. Ge mig kraft att helt överlämna mig åt Din heliga vilja. Undervisa och stöd mig i varje stund av denna dag. Vilka nyheter jag än får under dagen, lär mig att ta emot dem med lugn och den fasta övertygelsen att allt sker enligt Din vilja. Vägled mina tankar och känslor i alla mina ord och handlingar. Låt mig aldrig glömma att allt som händer är sänt av Dig. Lär mig att handla rätt och klokt mot mina medmänniskor, så att jag inte bittrar eller bedrövar någon. Herre, ge mig styrka att bära dagens möda. Led min vilja och lär mig att be, tro, hoppas, tåla, förlåta och älska. Amen.

---

## **ÅMINNELSE AV LEVANDE OCH AVLIDNA**

Herre Jesus Kristus, vår Gud, kom ihåg Din eviga barmhärtighet...

(Här följer åminnelsen där man ber för Kyrkan, biskopar, präster, landet, sin andliga fader, föräldrar och vänner, de lidande och de avlidna. Vid varje punkt görs en bugning/metania.)

### **För de avlidna:**

Herre, kom ihåg alla ortodoxa patriarker, biskopar, präster och alla som tjänat Dig i det klosterliga ståndet. Ge dem vila tillsammans med Dina heliga i Dina eviga boningar. Kom ihåg själen hos Dina avlidna tjänare, mina föräldrar (namn) och alla mina släktingar. Förlåt dem alla deras synder och låt dem få del i Dina eviga gåvor. Amen.

---

## **BÖNER VID MÅLTID**

### **Före frukost**

Alheliga Treenighet, förbarma Dig över oss. Herre, rena oss från våra synder. Mästare, förlåt våra överträdelser. Helige, besök och hela våra svagheter för Ditt namns skull.

Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande, nu och alltid och i evigheters evighet.  
Amen.

Herre, förbarma Dig. (3 gånger)

Kristus Gud, välsigna Dina tjänares mat och dryck, ty Du är helig, alltid, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

### **Efter frukost**

Du som är mer ärerik än keruberna och oändligt mer herrlig än seraferna, Du som utan plett födde Gud Ordet, sanna Gudföderske, Dig prisar vi högt.

Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande, nu och alltid och i evigheters evighet.  
Amen.

Herre, förbarma Dig. (3 gånger)

Gud är med oss genom Sin nåd och kärlek till människorna, alltid, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

### **Före lunch**

Fader vår, som är i himmelen, helgat varde Ditt namn. Tillkomme Ditt rike. Ske Din vilja, såsom i himmelen så ock på jorden. Vårt dagliga bröd giv oss idag, och förlåt oss våra skulder, såsom ock vi förlåta dem oss skyldiga äro, och inled oss icke i frestelse, utan fräls oss ifrån ondo.

Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande, nu och alltid och i evigheters evighet.  
Amen.

Herre, förbarma Dig. (3 gånger)

Kristus Gud, välsigna Dina tjänares mat och dryck, ty Du är helig, alltid, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

### **Efter lunch**

Vi tackar Dig, Kristus vår Gud, för att Du har mättat oss med Dina jordiska gåvor. Beröva oss inte Ditt himmelska rike, utan som Du kom mitt ibland Dina lärjungar, o Frälsare, och gav dem frid, kom ock till oss och fräls oss!

Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande, nu och alltid och i evigheters evighet.  
Amen.

Herre, förbarma Dig. (3 gånger)

Välsignad är Gud, som har förbarmat Sig över oss och mättat oss med Sina rika gåvor, genom Sin nåd och kärlek till människorna, alltid, nu och alltid och i evigheters evighet.  
Amen.

## Före middag

De fattiga ska äta och bli mätta, och de som söker Herren ska prisa Honom; deras hjärtan ska leva i evighet!

Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Herre, förbarma Dig. (3 gånger)

Kristus Gud, välsigna Dina tjänares mat och dryck, ty Du är helig, alltid, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

## Efter middag

Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Ditt sköte har blivit ett himmelskt bord som bär det himmelska Brödet – Kristus vår Gud. Var och en som äter av Honom ska inte dö, enligt Hans ord som föder allt, o Guds Moder.

Du som är mer ärerik än keruberna... (se ovan).

Herre, Du har gjort oss glada genom Dina gärningar; vi jublar över Dina händers verk. Herre, låt Ditt ansiktes ljus lysa över oss! Du har lagt glädje i mitt hjärta. Vi är mättade med skörden av vete, vin och olja. I frid vill jag lägga mig ner och sova; ty endast Du, Herre, låter mig bo i hopp.

Ära vare Fadern... Herre, förbarma Dig (3 ggr). Gud är med oss... Amen.

---

## ORDNING FÖR AFTONBÖN (KOMPLETORIUM)

**Prästen:** Välsignad är vår Gud, alltid, nu och alltid och i evigheters evighet!

*(Om ingen präst är närvarande: "Genom våra heliga fäders förböner, Herre Jesus Kristus vår Gud, förbarma Dig över oss. Amen.")*

**Läsaren:** Amen. Ära vare Dig, vår Gud, ära vare Dig.

Himmelske Konung... Helige Gud (3 ggr)... Alheliga Treenighet... Fader vår...

**Prästen:** Ty Riket är Ditt, och makten och härligheten...

**Läsaren:** Amen. Herre, förbarma Dig (12 ggr). Ära vare Fadern...

Kom, låt oss tillbe Gud, vår Konung! (osv.)

## PSALM 50

*(Se tidigare översättning för fullständig text: "Gud, var mig nådig efter Din godhet...")*

## **PSALM 69**

Gud, skynda att rädda mig! Herre, skynda till min hjälp!

Låt dem komma på skam och blygas, som står efter mitt liv.

Låt dem vika tillbaka och stå med skam, som önskar mig olycka.

Låt dem vända åter i sin skam, som säger: "Hah, hah!"

Må alla de som söker Dig vara glada och fröjdas i Dig.

Må de som älskar Din frälsning alltid säga: "Gud är stor!"

Men jag är betryckt och fattig; Gud, skynda till mig!

Du är min hjälp och min befriare; Herre, dröj inte!

## **PSALM 142**

Herre, hör min bön, lyssna till min rop om nåd! Svara mig i Din trofasthet, i Din rättfärdighet.

Gå inte till doms med Din tjänare, ty inför Dig är ingen levande rättfärdig.

Fienden förföljer min själ, han trampar mitt liv till jorden; han låter mig bo i mörker som de som varit döda länge...

Jag minns forna dagar, jag begrundar alla Dina gärningar...

Lär mig att göra Din vilja, ty Du är min Gud. Låt Din gode Ande leda mig på jämn mark.

## **DEN STORA DOXOLOGIN**

Ära vare Gud i höjden, och frid på jorden, bland människor ett gott behag.

Vi lovar Dig, vi välsignar Dig, vi tillber Dig, vi förhärligar Dig, vi tackar Dig för Din stora härlighet.

Herre, himmelske Konung, Gud Fader Allsvåldig.

Herre, Du enfödde Son, Jesus Kristus, och Du Helige Ande.

Herre Gud, Guds Lamm, Faderns Son, Du som borttager världens synder, förbarma Dig över oss...

---

## **TRONS BEKÄNNELSE (NIKENSKA TROSBEKÄNNELSEN)**

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

Och på en enda Herre, Jesus Kristus, Guds enfödde Son, född av Fadern före all tid, Ljus av Ljus, sann Gud av sann Gud, född och icke skapad, av samma väsen som Fadern, genom vilken allt har blivit till; som för oss människor och för vår frälsnings skull har stigit ned från himmelen och antagit kött genom den Helige Ande av jungfru Maria och blivit människa; som ock har blivit korsfäst för oss under Pontius Pilatus, lidit och blivit begravd; som på tredje dagen har uppstått enligt skrifterna och stigit upp till himmelen och sitter på Faderns högra sida; därifrån Han skall återkomma i härlighet för att döma levande och döda, och på vars rike icke skall varda något slut.

Och på den Helige Ande, Herren och Livgivaren, som utgår av Fadern, som tillika med Fadern och Sonen tillbedes och förhärligas och som har talat genom profeterna. Och på en enda, helig, katolsk och apostolisk kyrka. Jag bekänner ett enda dop till syndernas förlåtelse och väntar på de dödas uppståndelse och den kommande världens liv. Amen.

---

**NOTERA:** I kyrkor sjungs här Guds Moders (Theotokos) aftonkanon från Octoechos. Vid privat bön kan en eller flera kanoner och/eller en Akathist läsas istället. Enligt rysk tradition bör de som förbereder sig för nattvarden läsa minst tre kanoner och en Akathist kvällen innan.

*Om en kanon läses sjungs följande i samma ton som kanonens Irmos. Annars läses eller sjungs den i ton 8:*

**Det är sanneligen värdigt och rätt att prisa Dig salig, Gudföderska, Du evigt saliga och alrena Moder till vår Gud. Du som är mer ärerik än keruberna och oändligt mer härlig än seraferna, Du som utan plett födde Gud Ordet, sanna Gudföderske, Dig prisar vi högt.**

**Läsaren fortsätter:**

Helige Gud, Helige Starke, Helige Odödlige, förbarma Dig över oss. (3 gånger)

Ära vare Fadern... Alheliga Treenighet... Fader vår...

---

## **TROPARIA**

### **Söndag kväll (Änglarna & Helgonen)**

Vi, de ovärdiga, ber er, de himmelska härskarornas främsta anförare: att ni genom era böner beskyddar oss under era ärorika vingars skugga...

Våra fäders Gud, som alltid handlar med oss efter Din mildhet: ta inte Din barmhärtighet ifrån oss...

### **Måndag kväll (Johannes Döparen)**

Den rättfärdiges minne firas med lovsång... Du, o Förelöpare, visade dig sannerligen vara förmer än profeterna... Be till Kristus Gud om våra själars frälsning.

### **Tisdag kväll (Det heliga Korset)**

Herre, fräls Ditt folk och välsigna Din arvedel. Giv seger åt de ortodoxa kristna över deras fiender, och beskydda genom Ditt Kors Din boning.

### **Onsdag kväll (Apostlarna & St. Nikolaus)**

Heliga apostlar, be till vår barmhärtige Gud att Han skänker våra själar syndernas förlåtelse.

Sanningens ord uppenbarade dig för din hjord som en trons regel... Helige fader Nikolaus, be till Kristus Gud för våra själars frälsning.

### **Fredag kväll (Alla helgon & de avlidna)**

Vi ber er, apostlar, martyrer och profeter... be till den Gode om våra själars frälsning.

Ära vare Fadern... Som naturens förstlingsfrukter bär universum fram de gudsbärande martyrerna till Dig, o Herre, alltings Skapare...

---

## **SÖNDAGENS TROPARIA & KONTAKIA (I veckans ton)**

- **Ton 1:** Medan stenen var förseglad av judarna... uppstod Du på tredje dagen, o Frälsare... Ära vare Din uppståndelse, o Kristus!
- **Ton 2:** När Du nedsteg till döden, o Odödlige Liv, förgjorde Du helvetet med Din Gudoms strålgång!
- **Ton 3:** Må himlarna fröjdas och jorden jubla! Ty Herren har visat sin makt... Han har trampat ner döden genom döden!
- **Ton 4:** När Herrens kvinnliga lärjungar hörde ängelns glada budskap om uppståndelsen... förkunnade de för apostlarna: Döden är störtad!
- **Ton 5:** Låt oss trogna lova och tillbe Ordet... ty Han har frivilligt låtit sig korsfästas i köttet...
- **Ton 6:** Änglakrafterna var vid Din grav... Maria stod vid graven och sökte efter Din alrena kropp... Herre, Du som uppstått från de döda: ära vare Dig!
- **Ton 7:** Genom Ditt Kors förgjorde Du döden! Du öppnade paradiset för rövaren!
- **Ton 8:** Från höjden nedsteg Du, o Barmhärtige! Du antog tre dagars gravvila för att befria oss från våra lidanden!

### **Läsaren fortsätter:**

Herre, förbarma Dig. (40 gånger)

---

## **Den helige Basilios den stores bön**

O Kristus Gud, som blir tillbedd och förhärligad i alla tider och i varje stund; Du som är tålmodig, rik på misskund och barmhärtighet; Du som älskar de rättfärdiga och förbarmar Dig över syndare; Du som kallar alla till frälsning med löftet om kommande goda ting: Herre, tag emot de böner vi nu bär fram, och led vårt liv efter Dina budord. Helga våra själar, rena våra kroppar, tillrättställ våra tankar, luttra våra sinnen och befria oss från all nöd, ondska och sjukdom. Omge oss med Dina heliga änglar, så att vi, bevarade och vägleda av deras kraft, må nå fram till trons enhet och kunskapen om Din otillgängliga härlighet, ty Du är välsignad i evigheters evighet. Amen.

Herre, förbarm Dig (3 ggr). Ära vare Fadern...

Du som är mer ärerik än keruberna...

*(Om präst är närvarande: "Fader, välsigna i Herrens namn!")*

**Prästen:** Gud vara oss nådig och välsigna oss! Låt Ditt ansikte lysa över oss och förbarm Dig över oss!

*(Om ingen präst: "Genom våra heliga fäders förböner, Herre Jesus Kristus vår Gud, förbarm Dig över oss. Amen.")*

---

## Den helige Efraim syrierns bön (Läs under Stora Fastan)

Herre och Mästare över mitt liv! Giv mig inte lättjans, modlöshetens, maktlystnadens och det tomma talets anda. *(Stor metania/bugning mot marken)*

Men skänk mig, Din tjänare, kyskhetens, ödmjukhetens, tålamodets och kärlekens anda. *(Stor metania)*

Ja, Herre och Konung! Låt mig se mina egna fel och inte döma min broder, ty Du är välsignad i evigheters evighet. Amen. *(Stor metania)*

*Gud, rena mig syndare (12 små bugningar). Därefter läses hela bönen igen med en avslutande stor metania.*

---

## Bön till Guds allraheligaste Moder (Munken Paulus)

O obefläckade, rena, oförgängliga och alrarende härskarinna, Guds rena jungfrubrud! Genom Din ärorika födelse förenade Du Gud Ordet med människorna... Du är de hopplösa enda hopp, de stridandes hjälp... Vänd Dig inte bort från mig, en syndare... Som Moder till den människoälskande Guden, förbarm Dig över mig... Be Din Son, vår Mästare och Herre, att Han öppnar Sin barmhärtighets djup för mig... Var alltid hos mig i Din nåd... Beskydda min arma själ vid min dödsstund... genom Din hjälp och förbön, o allraheligaste Gudföderska. Amen.

---

## Bön till vår Herre Jesus Kristus (Munken Antiochus)

Nu när vi bereder oss för sömn, o Mästare, giv vila åt våra kroppar och själar. Bevara oss från syndens mörka sömn och från nattens alla mörka och lidelsefulla njutningar... Giv oss ett vaksamt sinne, kyska tankar, ett nyktert hjärta och en lätt sömn, fri från alla Satans drömbilder. Res oss upp i bönens timma, befästa i Dina bud... ty Du är högtlovad, tillsammans med Din fader utan begynnelse och Din allraheligaste Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

---

## **BÖNER FÖRE SÖMN**

Herre Jesus Kristus, Guds Son, genom Din alrena Moders och alla helgons förböner, förbarma Dig över oss. Amen.

Ära vare Dig, vår Gud, ära vare Dig.

Himmelske Konung... Helige Gud (3 ggr)... Alheliga Treenighet... Fader vår...

### **Troparia (Ton 6):**

Förbarma Dig över oss, Herre, förbarma Dig över oss, ty då vi saknar allt försvar, bär vi syndare fram denna bön till Dig, vår Mästare: förbarma Dig över oss.

*Ära vare Fadern...* Herre, förbarma Dig över oss, ty vi sätter vårt hopp till Dig...

*Nu och alltid...* Öppna barmhärtighetens dörr för oss, välsignade Gudföderska...

### **Ur den helige Macarius den stores böner:**

Evige Gud och Konung över allt skapat... förlåt mig de synder jag begått idag i handling, ord och tanke. Rena min ödmjuka själ... Giv mig att genomgå denna natt i frid... Befria mig från fåfängliga tankar och onda begär. Ty Riket, makten och härligheten är Din... Amen.

---

## **Bön till den helige Skyddsängeln**

Kristi ängel, min helige beskyddare, som vakar över min själ och kropp: förlåt mig allt jag syndat idag. Befria mig från fiendens ondska... Be för mig, din syndige och ovärdige tjänare, så att jag må visa mig värdig den alraheligaste Treenighetens godhet. Amen.

*(Därefter läses Kontakion till Guds Moder: "Du segerrika anförarinna...")*

---

## **Bön av den helige Ioannikios**

Fadern är mitt hopp, Sonen är min tillflykt, den Helige Ande är mitt beskydd: Alheliga Treenighet, ära vare Dig!

---

## **Den helige Johannes av Damaskus bön (vid sängen)**

Människoälskande Mästare, ska denna säng bli min grav? Eller ska Du upplysa min arma själ med ännu en dag? Se, graven står framför mig, döden står framför mig! Herre, jag



fruktar Din dom... men jag upphör aldrig att göra det onda... Rädda mig, vare sig jag vill det eller inte!

*(Kyss ditt kors, gör korstecknet över sängen och läs bönen till det dyrbara Korset: "Må Gud uppstå och Hans fiender förskingras...")*

### **Slutbön:**

Förlåt, o människoälskande Herre, dem som hatar och förorättar oss. Gör gott mot dem som gör gott... Kom ihåg våra fäder och bröder som insomnat före oss... Kom ihåg oss, Dina ödmjuka och syndiga tjänare... genom den alrarende Guds Moders och alla helgons förböner, ty Du är välsignad i evigheters evighet. Amen.

---

## **ODE 1 (Ton 6)**

**IRMOS:** Gående på havets botten som på torr mark, och seende hur förföljaren Farao dränktes, ropade Israel: Låt oss sjunga en segerpsalm till Gud!

### **Botkanon**

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Tyngd av många synder nalkas jag Dig nu, o Mästare och min Gud. Jag vågar inte lyfta mina ögon mot himlen, utan ber endast: Herre, giv mig insikt så att jag bittert kan begråta mina gärningar.

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Ve mig, syndare! Jag är den mest eländiga av människor! Det finns ingen botfärdighet i mig! Herre, giv mig tårar, så att jag bittert kan begråta mina gärningar.

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

O oförnuftiga och eländiga människa, du förslösar ditt liv i lättja! Tänk på din levnad och vänd om till Herren Gud, och begråt bittert vad du har gjort.

*Allraheligaste Gudföderska, fräls oss!*

Guds rena Moder, se till mig syndare och befria mig ur djävulens snara. Led mig in på botens väg, så att jag bittert kan begråta mina gärningar.

### **Kanon till Guds Moder (Theotokos)**

*Allraheligaste Gudföderska, fräls oss!*

Omgiven av många frestelser flyr jag till Dig för att finna frälsning. O Ordet Moder, Du Jungfru, rädda mig ur nöd och ondska.

*Allraheligaste Gudföderska, fräls oss!*

Lidelsernas stormar förvirrar mig och fyller min själ med missmod. Du rena, stilla dem genom Din Sons och Guds frid, Du alrareaste.

### **Kanon till Skyddsängeln**

*Herre Jesus Kristus, min Gud, förbarma Dig över mig!*

O Frälsare, gör Din tjänare värdig att prisa och lova den osynlige ängel som leder och beskyddar mig.

*Guds helige ängel, min beskyddare, be till Gud för mig syndare!*

Jag ligger ensam i oförnuft och lättja, o min vägledare och beskyddare. Låt mig inte gå förlorad!

*Ära vare Fadern och Sonen och Den Helige Ande:*

Vägledd mitt sinne genom dina böner så att jag gör Guds budord, för att jag må få syndernas förlåtelse av Honom. Jag ber dig, lär mig att hata det onda.

*Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.*

Tillsammans med min skyddsängel, o Jungfru, be till Herren för Din tjänare. Lär mig att fullgöra min Skapares och Din Sons bud.

---

## **ODE 3**

**IRMOS:** Ingen är helig som Du, o Herre min Gud! Du har upphöjt Dina trognas styrka, o Barmhärtige, och befast oss på Din beännelses klippa.

### **Botkanon**

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

När tronstolar ställs upp för den fruktansvärda Domen, ska varje människas gärningar rannsakas. Ve de syndare som kastas i pinan! O min själ, vetande detta, gör bättring för dina onda gärningar!

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

De rättfärdiga ska glädjas, men syndarna ska jämrar sig. Ingen kan hjälpa oss i den stunden – våra egna gärningar ska döma oss! Gör bättring för dina onda gärningar innan slutet kommer!

### **Kanon till Guds Moder**

*Allraheligaste Gudföderska, fräls oss!*

Jag tar Dig till mitt livs beskyddarinna och värn, o Jungfru, Guds Moder. Led mig till Din hamn, Du allt gottas källa, Du de trognas enda stöd.

### **Kanon till Skyddsängeln**

*Guds helige ängel, min beskyddare, be till Gud för mig syndare!*

Jag bär fram alla mina tankar och min själ inför dig, o mitt värn. Befria mig från fiendens alla angrepp.

### **Sessional Hymn (Sittpsalm), Ton 6:**

Jag tänker på den fruktansvärda dagen och gråter över mina onda gärningar. Hur ska jag svara den odödlige Konungen? O barmhärtige Fader, enfödde Son och Helige Ande: förbarma Dig över mig!

### **Kontakion, Ton 6:**

De kristnas osvikliga beskyddarinna, Du som ständigt ber inför Skaparen: förakta inte oss syndares bönen, utan kom i Din godhet oss till hjälp, vi som ropar till Dig i tro.

---

## **ODE 4**

**IRMOS:** "Kristus är min kraft, min Gud och min Herre" – så sjunger den heliga kyrkan med mäktig stämma och fröjdar sig i Herren.

### **Botkanon**

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Den väg vi nu går är bred och leder till vällust, men den sista dagen blir bitter när själen lämnar kroppen. Tag dig till vara för dessa nöjen för Guds rikes skull.

---

## **ODE 5**

**IRMOS:** Jag ber Dig, o Barmhärtige: Upplys med Ditt gudomliga ljus de själar som söker Dig i bittida morgonstund, så att de känner Dig, o Guds Ord, som den Sanne Guden, som kallar dem ur syndens mörker.

### **Botkanon**

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Kom ihåg, du eländiga, hur du blivit slav under lögn, förtal och ondska för dina synders skull. O min syndiga själ, är detta vad du önskar?

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Mina lemmar darrar, ty jag har syndat med dem alla: mina ögon genom att se, mina öron genom att höra, min tunga genom att tala ont. O min syndiga själ, är detta vad du önskar?

### **Kanon till Skyddsängeln**

*Ära vare Fadern...* Fastän jag sover i syndens tunga dvala, o Guds ängel, vaka över mig som en väktare, och väck mig genom din förbön till att prisa Gud.

*Nu och alltid...* O Maria, Guds Moder, de trognas hopp: dämpa fiendens högmod och skänk glädje till dem som lovsjunger Dig.

---

## ODE 6

IRMOS: Då jag ser livets hav rasa i frestelsernas storm, flyr jag till Din fridfulla hamn och ropar: O barmhärtige, rädda mitt liv från undergång!

Botkanon

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Jag har levt mitt liv i utsvävningar och lämnat min själ i mörkret. Nu ber jag Dig, o milde Mästare: befria mig från fiendens slaveri och giv mig förstånd att göra Din vilja.

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Finns det någon som gör vad jag gör? Som svinen vältrar sig i gyttjan, så tjänar jag synden! Herre, drag mig ur detta trask och giv mitt hjärta kraft att fullgöra Dina bud.

Kanon till Guds Moder

*Allraheligaste Gudföderska, fräls oss!*

Du Jungfru, min natur var dödens och förgängelsens slav, men Din Son och Mästare frälste den genom att utlämna Sig Själv åt döden. Be Honom befria mig från fiendens onda anslag.

Kanon till Skyddsängeln

*Guds helige ängel, min beskyddare, be till Gud för mig syndare!*

O helige ängel, som Gud givit mig till en god beskyddare: befria mig från varje frestelse! Upplys mitt sinne och fostra mig! Lär mig att alltid bära på hälsosamma tankar.

*Ära vare Fadern...* Befria mitt hjärta från världens larm, och styrk mig till vaksamhet, så att du förunderligt leder mig till den livgivande stillheten.

*Nu och alltid...* O Gudföderska, Guds Ord har tagit sin boning i Dig och uppenbarat Dig för människorna som en steg till himlen. Genom Dig har den Högste stigit ned till oss.

Kontakion (Ton 6):

O min själ, varför berikar du dig med synd? Varför gör du djävulens vilja? På vad hoppas du? Upphör med allt detta och vänd om till Gud, gråtande och ropande: Barmhärtige Herre, förbarma Dig över mig syndare!

---

## ODE 7

IRMOS: Ängeln gjorde eldsugnen till en daggfrisk källa för de gudfruktiga ynglingarna, och Guds vilja, som förtärde kaldéerna, fick förföljaren att ropa: Välsignad är Du, våra fäders Gud!

Botkanon

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Sätt inte ditt hopp till förgänglig rikedom, o min själ, ej heller till det som samlats orättmätigt. Du vet inte åt vem du lämnar allt. Ropa istället: Kristus Gud, förbarma Dig över mig ovärdige!

Kanon till Guds Moder

*Allraheligaste Gudföderska, fräls oss!*

O rena Moder, be till den Milde som Du fött, så att vi som ropar i tro må befrias från våra felsteg och själens orenhet: Välsignad är Du, våra fäders Gud!

Kanon till Skyddsängeln

*Guds helige ängel, min beskyddare, be till Gud för mig syndare!*

O helige ängel, Gud har anförtrott min arma själ i din vård i dess renhet. Låt den inte dräpas av rövare på dess färd, utan led den in på botens väg.

---

## ODE 8

IRMOS: Du lät dagg flöda ur elden över de gudfruktiga ynglingarna, och genom vatten förtärde Du den rättfärdiges offer – ty Du gör allt, o Kristus, genom Din vilja allena. Vi lovprisar Dig i alla tidsåldrar.

Botkanon

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Hur kan jag låta bli att gråta när jag tänker på döden? Jag har sett mina bröder ligga i graven utan härlighet och form. Vad kan jag vänta mig? Herre, giv mig botfärdighet innan slutet kommer. (2 ggr)

Kanon till Guds Moder

*Allraheligaste Gudföderska, fräls oss!*

O Jungfru, Du helar min själs svaghet och min kropps sjukdomar, så att jag må förhärliga Dig, o Rena, i evighet.

Kanon till Skyddsängeln

*Guds helige ängel, min beskyddare, be till Gud för mig syndare!*

Var mitt skydd och min fästning på den dag då hela mänskligheten döms och varje gärning provas, både god och ond.

---

## ODE 9

IRMOS: Ingen kan se Gud, på vilken änglaskarorna inte vågar blicka. Men genom Dig, o Rena, har det förkroppsligade Ordet uppenbarats för människorna. Tillsammans med de himmelska härarna prisar vi Dig salig.

Botkanon

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Nu vänder jag mig till er, ni änglar, ärkeänglar och hela den himmelska hären vid Guds tron: be till Skaparen att Han befriar min själ från de eviga kvalen.

*Gud, var mig nådig, var mig nådig!*

Nu ropar jag till er, heliga förfäder, konungar och profeter, apostlar och kyrkofäder: hjälp mig vid Domen, så att min själ räddas ur fiendens våld.

*Allraheligaste Gudföderska, fräls oss!*

Guds Moder, hjälp mig, ty jag sätter mitt stora hopp till Dig! Be Din Son att när Han stiger ned för att döma levande och döda, Han må ställa mig på Sin högra sida, fastän jag är ovärdig.

---

## KANON INFÖR DEN HELIGA KOMMUNIONEN

*(Läsas vanligtvis kvällen före nattvardsgång)*

### ODE 1 (Ton 2)

*Skapa i mig, o Gud, ett rent hjärta, och ge mig på nytt en frimodig ande.*

Herre, må Din heliga Kropp och Ditt dyrbara Blod vara mig till livets bröd och helande från alla mina sorger.

*Fördriv mig inte från Ditt ansikte, och ta inte Din Helige Ande ifrån mig.*

O Kristus, gör mig värdig att få del av Din alrena Kropp och Ditt gudomliga Blod, ty jag är ovärdig och besudlad av mina onda gärningar.

### ODE 3

*Skapa i mig, o Gud, ett rent hjärta...*

O Kristus, giv mig tårar som kan rena mitt hjärtas orenhet, så att jag med ett rent samvete, i fruktan och tro, kan nalkas Dina gudomliga gåvor.

---

## BÖNER INFÖR DEN HELIGA KOMMUNIONEN

*(Efter läsning av Psaltaren 22, 23, 115 och de inledande bönerna)*

### Bön 1 (St. Basilios den store):

"Herre och Mästare, Jesus Kristus, livets och odödlighetens källa... jag har syndat, Herre, jag har syndat inför himlen och inför Dig, och jag är inte värdig att blicka upp mot Din härlighets höjd... men tag emot mig så som Du tog emot skökan, rövaren, tullindrivaren och den förlorade sonen..."

### Bön 2 (St. Johannes Chrysostomos):

"Herre min Gud, jag vet att jag inte är värdig... att Du träder in under min själs tak, ty det är helt öde och förfallet... Men liksom Du ödmjukade Dig från höjden för vår skull, nedlåt Dig nu till min ringhet..."

### Bön 6 (St. Symeon den nye teologen):

"Från orena läppar och ett skändligt hjärta, från en oren tunga och en besudlad själ, tag emot min bön, o min Kristus... Jag har syndat mer än skökan... men stöt mig inte bort... Se, jag äter Din Kropp och dricker Ditt Blod... O, vilket förunderligt under! Jag, som är som gräs, får del av den mystiska Elden utan att förtäras..."

---

## Sammanfattning av förberedelser inför nattvarden

Förberedelsen inom den ortodoxa traditionen är strikt och omfattar både kropp och själ.

Krav	Detaljer
<b>Fasta</b>	Avhållsamhet från kött, mejeriprodukter och ägg (oftast 1–3 dagar före). Total fasta från mat och dryck från midnatt fram till nattvarden.
<b>Bikt</b>	Krävs vanligtvis före nattvarden för att få välsignelse att ta emot sakramentet.
<b>Bön</b>	Läsning av "De tre kanonerna" och "Bönerna inför den heliga kommunionen".
<b>Försoning</b>	Man måste vara försonad med alla man har kommit i konflikt med eller sårat.

---

## BÖNER INFÖR KOMMUNIONEN (Fortsättning)

## **Bön 10 (St. Johannes av Damaskus):**

"Jag står inför dörren till Ditt tempel, men jag har ännu inte övergett mina onda tankar. Men o Kristus, Du som rättfärdigade tullindrivaren, förbarmade Dig över den kananeiska kvinnan och öppnade paradiset portar för rövaren, öppna för mig Din kärleks djup... Låt mig inte förtäras när jag vågar ta emot Din Kropp; tag istället emot mig och upplys min själ..."

### **NÄR DU GÅR FRAM TILL KOMMUNIONEN**

*(Läs tyst för dig själv)*

"Se, jag nalkas den gudomliga gemenskapen.

Skapare, bränn mig inte när jag tar del därav,

ty Du är en Eld som förtär de ovärdiga.

Men rena mig från varje fläck."

*Därefter läses:*

"Guds Son, tag mig idag emot som deltagare i Din hemlighetsfulla nattvard; ty jag skall inte förråda hemligheten för Dina fiender, ej heller ge Dig en kyss så som Judas gjorde, utan liksom rövaren bekänner jag Dig: Herre, tänk på mig när Du kommer i Ditt rike."

---

## **TACKBÖNER EFTER DEN HELIGA KOMMUNIONEN**

*Inledning:*

Ära vare Dig, o Gud! Ära vare Dig, o Gud! Ära vare Dig, o Gud! (3 ggr)

"Jag tackar Dig, Herre min Gud, för att Du inte har stött bort mig syndare, utan har gjort mig värdig att få del av Dina heliga ting... Låt dem vara till helande för min själ och kropp, driv bort varje fiende och upplys mitt hjärtas ögon..."

### **St. Symeon Metaphrastes bön:**

"Du som frivilligt gav mig Din Kropp till föda, Du som är en eld som förtär de ovärdiga. Bränn mig inte, o min Skapare, utan genomträng mina lemmar, mina ådror och mitt hjärta. Uppbränn syndens törnen... Stärk mina knän och min kropp. Upplys mina fem sinnen..."

---

## **HYMNER TILL HELGONEN (Troparia)**

Liturgi	Helgon som äras	Huvudsakligt innehåll



<b>Chrysostomos-liturgin</b>	St. Johannes Chrysostomos	"Nåden som strömmade från dina läppar som en fyrbåk har upplyst världen... och lärt oss att tillbe en Gud i tre personer."
<b>Basilios-liturgin</b>	St. Basilios den store	"Ditt budskap har nått ut över hela jorden... du uppenbarades som en orubblig grund för kyrkan."
<b>De förutvigda gåvornas liturgi</b>	St. Gregorius Dialogos	"Sanningen har visat dig för din hjord som en trons regel, en förebild i saktmod och en lärare i återhållsamhet."

---

Vänligen stöd mig via PayPal med kärlek och böner: [paypal.me/lukengo12](https://paypal.me/lukengo12)