



# KANON OCH FÖRBEREDELSEBÖNER

*inför mottagandet av den  
Heliga Nattvarden*



STOCKHOLMS ORTODOXA STIFT  
ΕΚΚΛΗΣΙΑ ΓΝΗΣΙΩΝ ΟΡΘΟΔΟΞΩΝ ΧΡΙΣΤΙΑΝΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ

© Stockholms Ortodoxa stift 2024

Psaltarpsalmerna är tagna från översättningen enligt Septuaginta  
av Fader Anders Åkerström, 2001.



## FÖRBEREDELSE FÖR MOTTAGANDE AV DEN HELIGA NATTVARDEN

1) De som önskar kommunicera på söndagen måste börja sin förberedelse måndagen före med att åtminstone vara medvetna om att de förbereder sig för att ta del av vår Herres och Frälsares dyrbara lekamen och blod. Att kommunicera är inget ”man kommer på” när prästen kommer ut från Templon med kalken. I det 32:a kapitlet av Typikon (kyrkans regelbok) läser vi: ”När någon önskar kommunicera Kristi heligaste mysterium är det tillbörligt för honom eller henne att förbereda sig hela veckan före, dvs att hålla fastan, böneregeln och den fullständiga renheten från måndagen för att sedan med fruktan och stor bävan motta de dyrbara Mysterierna”. Lördagens afton spenderar vi i stillhet. Det är absolut inte tillbörligt att delta i fester och dans.

2) Veckan före måste fastan hållas enligt de regler som ges i kyrkokalendern för veckan. På lördagens morgon och lunch må vi äta mjölkprodukter om kyrkokalendern så tillåter men vi äter inte kött och i allmänhet heller inte fisk. Efter aftongudstjänsten fastar vi som på en vanlig fastedag. Påpekas bör också för gifta par att fasta innebär att avhålla sig från sexuell aktivitet, så även givetvis på lördagen.

3) Aftonen före skall man närvara vid aftongudstjänsten eller fira den enskilt om man p.g.a. avstånd eller särskilda skäl inte kan komma till kyrkan. Det är nödvändigt att delta i aftongudstjänsten därför att deltagandet i Nattvarden är den högsta formen av communion med Gud. Nattvarden är fulländandet, kulmen, i vår gemenskap med Gud. Om

en person kommer till kalken utan att först gått igenom börens kamp, genom vilken hon kommer närmare Gud, är gapet i så fall för stort mellan icke-kommunion och den yttersta nivån av kommunion, d.v.s. Nattvarden. Den personen är då ovärdig vid det tillfället för att kunna motta Herrens lekamen och blod och för den personen blir gåvorna en ”eld, förtärande de ovärdiga”. M.a.o. för en sådan person blir Nattvarden till skada istället för helande. Det är p.g.a. detta det är så nödvändigt att delta i aftongudstjänsten kvällen före.

4) Den som skall motta kommunion måste ha biktat sig senast aftonen före. Bikt före den Gudomliga liturgin accepteras endast som ett undantag för de som p.g.a. avstånd, hälsa eller annat giltigt skäl inte kunde komma till aftongudstjänsten. Vid aftongudstjänsten finns dessutom mer tid för prästen för bikt än före den Gudomliga liturgin. Därmed behöver inte heller bikten bli kort och slarvig.

5) De angivna bönerna i bönboken måste läsas, annars kan man inte ta emot Nattvarden. På aftonen läser vi i Completoriet eller efter aftonbönerna en åkallande bön till vår Herre Jesus Kristus, till Gudaföderskan och till Skyddsängeln (ofta kombinerad och förkortad såsom i Fader Christofer Klassons bönbok) eller kanon för mottagande av den Heliga Nattvarden (typiskt grekisk tradition). På morgonen läser vi sedan efter morgonbönerna förberedelsebönerna för den Heliga Nattvarden. Om man upplever att det av tidsskäl är svårt att hinna med alla bönerna på morgonen läs då i så fall dem på kvällen.

6) Det är sedan nödvändigt att rannsaka sig om man haft något bråk med någon. I så fall är det nödvändigt att man försonar sig med honom eller henne. Om vi tar emot Nattvarden utan att ha försonat oss med vår nästa så skadar vi

vår själ, vilket betonas flera gånger i förberedelsebönerna inför den heliga Nattvarden.

7) Vi närmar oss de heliga Mysterierna utan att ha ätit eller druckit något från midnatt. Om vi p.g.a. sjukdom eller andra skäl inte kan det så talar vi med vår präst om hur vi skall göra. Prästen kan ge välsignelse till någon att ta lite välsignat vatten tillsammans med sin medicin eller dylikt.

8) På morgonen måste vi komma till kyrkan före den Gudomliga liturgins begynnelse. Om vi blir försenade av något skäl och kommer efter det lilla intåget kan vi inte ta emot Nattvarden.

9) Män får inte komma till Nattvarden med täckt huvud (mössa, hatt eller dylikt) och en kvinna får inte komma med otäckt huvud (och det sistnämnda gäller också givetvis alltid när en kvinna vistas i kyrkorummet). Vi gör detta därför att Kyrkan följer Paulus uppmaning i sitt första brev till församlingen i Korint: ”Var och en man som har sitt huvud betäckt, när han beder... han vanärar sitt huvud. Men var kvinna som beder... med ohöljt huvud, hon vanärar sitt huvud” (11:4-5).

10) Ingen kvinna får ta emot Nattvard (eller ens komma till kyrkan) med läppstift på läpparna.

11) Ingen kvinna får ta emot Nattvard under hennes månatliga menstruation.

12) Vid slutet av den Gudomliga liturgin lyssnar vi uppmärksamt till tacksägelsebönerna efter den gudomliga kommunionen. Vi går inte fram för att få antidoron. Ordet antidoron betyder ”istället för gåvorna” och indikerar i sig självt varför den som mottagit Nattvarden inte går fram. Antidoron är till för dem som inte fått den gudomliga kommunionen som en tröst eftersom de inte var beredda för mottagandet av vår Herre.

## OM BIKT

**D**et är oerhört viktigt att komma ofta till bikt. Om Din andlige Fader låter Dig gå ofta till Nattvarden så måste Du också bikta Dig lika ofta. Den bikten får dock inte bli såsom en shoppinglista när Du skall åka och storhandla. En viktig regel är att avtala tid med prästen för bikt. Det är inte bra för Ditt andliga liv att komma 10 minuter före den Gudomliga liturgin till bikt. Det möjliggör inte ett fruktbart samtal om Din andliga situation och prästen har inte tid att ge Dig råd. Ett mycket bättre alternativ är att avtala tid med prästen t.ex. efter Vespern på lördagen. När det gäller svårigheten med vad man skall säga så kommer vi efter detta svar att publicera en s.k. biktspegel som man kan använda sig av när man förbereder sig. I övrigt kan vi rekommendera att man fokuserar vid det som ens sinne varit upptaget med den senaste tiden, där kan man enklast hitta roten till problemen i sitt andliga liv. Kom så slutligen ihåg den Hl. aposteln Johannes ord i sitt första brev (1:8-9): ”Om vi säga att vi icke hava någon synd, så bedraga vi oss själva och sanningen är icke i oss. Om vi bekänna våra synder, så är han trofast och rättfärdig, så att han förlåter oss våra synder och renar oss från all orättfärdighet.”

## FÖRBEREDELSE INFÖR BIKTEN

Under Stora fastan, och andra fastor under kyrkoåret, är det brukligt att alla Ortodoxa kristna biktar sig för prästen. Det är brukligt att detta görs flera gånger per år, det exakta antalet gånger beror på hur många gånger man mottar de Heliga Gåvorna och på den andlige Faderns vägledning och välsignelse. Som en förberedelse för den heliga bikten och som en hjälp att forska i sitt samvete inför bikten, delas följande frågor ibland ut i församlingarna, och naturligtvis

är inte listan fullständig, men den kan vara till hjälp för Ortodoxa kristna.

Var och en som förbereder bikt måste be att Gud hjälper henne i sin föresats att berätta alla sina synder. Ett biktbarn bör förbereda sig för bikt och samla sina tankar om synderna minst en dag före det hon går till bikten. Det mest värdefulla i Guds ögon är bekännelse av den synd som tynger samvetet mest.

Frågorna som är listade nedan är avsedda som hjälp för den Ortodoxa kristne att pröva sig själv och hitta symptomen på sina andliga sjukdomar; de skall inte ses som någon slags test som skall ange hur bra det går för oss. Inför Guds fullkomlighet, kommer vi alltid att misslyckas. Det är av den anledningen vi överlämnar oss åt Guds nåd och inte litar på vår egen rättfärdighet. Även om vi skulle ha felat på alla punkter nämnda här nedan eller fler, skall vi inte tappa modet, utan bekänna våra synder utan skam. Vi skall ångra de fel vi har gjort, bli hjälpta att göra bot, och motta varje botgöring som vår biktfader vägleds till att lägga på oss. Viktigast av allt är att vi kan vara säkra på Guds välsignelse, som dessa strävanden kommer att medföra för oss.

## SYNDER MOT GUD

- Ber du till Gud morgon och kväll, före och efter måltider?
- Tillåter du dina tankar att fladdra under bönen?
- Har du rabblat eller hafsat fram dina böner, eller när du läser i Kyrkan?
- Läser du dagligen Skrifterna? Läser du regelbundet andra andliga texter?
- Har du läst böcker vars innehåll inte är Ortodoxt eller till och med anti-ortodox, eller som är andligt skadligt?

- Har du uttalat Guds namn utan vördnad, skämtande?
- Har du bett om Guds hjälp innan du påbörjar någon verksamhet?
- Gör du korstecknet slarvigt och tanklöst?
- Har du svurit? Har du muttrat över Gud?
- Har du syndat genom att glömma Gud? Har du varit sällan i Kyrkan?
- Har du även helgat delar av festdagarna, särskilt söndagar och de tolv stora festerna åt Gud?
- Har du gjort ditt bästa för att gå i Kyrkan dessa dagar eller har du tillbringat dem mera syndfullt än vanliga dagar?
- Om du inte kan gå i Kyrkan av någon anledning, har du desto mer försökt att ägna viss del av den dagen åt böner och annan andlig läsning?
- Har du tillsammans med personer av annan tro deltagit i böner eller deltagit i deras gudstjänster?
- Har du fastat?
- Har du uppträtt olämpligt i Kyrkan, eller inför präster och munkar?
- Har du skrattat eller pratat i Kyrkan, eller rört dig i onödan, och på så sätt distraherat andra i deras böner?
- Är du sobert klädd och enligt Kyrkans sed?
- Har du försökt att ägna vördnadsfull uppmärksamhet åt läsningarna, hymnerna och bönerna i Kyrkan?
- Har du försökt att be med gudstjänsten, gjort korstecknet, eller har du bara stått och dagdrömt?
- Har du förberett dig för gudstjänsten, genom att söka rätt på dagens texter, så att du kan följa gudstjänsten, särskilt om gudstjänsten hålls på ett språk som du inte förstår?



- Har du någonsin lämnat Kyrkan efter Den Gudomliga Liturgin, speciellt om du har fått kommunion och omgående ägnat dig åt ytligt prat och sålunda glömt välsignelsen och nåden i de erhållna gåvorna?
- Skäms du inför andra för din tro eller att göra korstecknet?
- Har din tro blivit till en uppvisning?
- Har du använt din Ortodoxa tro eller dess lära blott för att trycka ner andra eller förringa dem?
- Har du använt den som en sköld eller ursäkt för dina egna brister snarare än att ödmjuka dig själv?
- Tror du på drömmar, spådomar, astrologi, omen eller annan vidskepelse?
- Tackar du Gud för allting?
- Har du någonsin tvivlat på Guds försyn?
- Försöker du åtminstone att uppfatta Hans mening i allt det som händer dig?

### SYNDER MOT NÄSTAN

- Respekterar och lyder du dina föräldrar? Har du sårat dem genom ohövlighet eller olydnad?
- Dessa två gäller också mot präster, överordnade, lärare och äldre.
- Har du förolämpat någon? Visar du alltid respekt för äldre?
- Har du grälat eller bråkat med någon? Har du sårat någon?
- Har du någonsin varit arg, på dåligt humör eller irriterad? Har du kallat någon vid öknamn? Är ditt tal falskt?
- Har du hånat någon som är avvikande, fattig, gammal eller på något sätt misslottad?

- Hyser du onda tankar, illvilja eller hat mot någon? Är du vän med alla?
- Har du förlåtit dem som har förargat dig?
- Har du bett om förlåtelse av dem som du har sårat?
- Har du lämnat den behövande utan hjälp, när du kunde ha hjälpt?
- Har du visat vänlighet och uppmärksamhet mot alla, medveten om att Gud förväntar sig det av dig?
- Har du slagit djur utan orsak eller varit grym mot dem, eller försumlig mot de som du har hand om?
- Har du stulit någonting? Har du tagit eller använt andra människors saker utan att fråga dem?
- Har du lämnat igen lånade pengar och saker?
- Har du slösat med din arbetsgivares tid och resurser?
- Har du tagit saker från ditt arbete till eget bruk, använt företagets telefon eller andra tillgångar i egna syften utan tillstånd eller betalning?
- Är du egensinnig, och försöker du alltid att gå egna vägar?
- Har du hyst agg? Har du varit tanklös inför andra människors känslor?
- Har du ljugit? Har du vilselett människor?
- Har du pratat onödigt mycket och oseriöst? Har du skvallrat?
- Har du försökt att ta hämnd på dem som har sårat dig?
- Har du dömt och fördömt andra med tankar eller ord? Har du talat illa om andra?
- Har du bemödat dig före bikten att försonas med alla?

## SYNDER MOT DIG SJÄLV

- Har du varit högfärdig? Skryter du över din begåvning, dina gärningar, din familj, dina rika bekanta?
- Anser du dig mer värd än Gud? Är du fåfäng, ärelysten?
- Försöker du vinna ära och lycka? Bär du det med jämnmod när du klandras, beskylls eller behandlas orättvist?
- Tänker du för mycket på ditt utseende, yttre uppträdande och det intryck du gör?
- Har du syndat i tankar, ord eller gärningar, genom anspelning eller ögonkast, eller på annat sätt mot det sjunde budet? (Äktenskapsbrott, otukt, alla utomäktenskapliga förbindelser med andra, onani, deltagande i onaturliga sexlekar, fantasier, pornografi, o.s.v.)
- Har du missunnat någon någonting? Har du varit överkänslig?
- Har du varit lat? Har du gjort dina plikter med glädje?
- Har du i onödan odslat tid, kraft och begåvning på saker som inte är bra för själen? Har du hemsökts av någonting? Har du varit modfälld eller håglös? Har du haft tankar på självmord?
- Har du förbannat dig själv eller andra eller önskat dem ont, varit otålig?
- Är du svag för alkohol? Har du druckit för mycket eller blivit beroende av alkohol? Har du använt droger, utom det som är medicin? Har du rökt?
- Har du sett på TV alltför mycket eller utan åtskillnad? Har du tillbringat för mycket tid på Internet och tittat på sådant som är oseriöst? Har du ägnat dig åt någon annan nöje som tar din tid och energi och kanske skadar dig?

- Har du varit glupsk, antingen på mat eller ägodelar?
- Har du skämt bort dig med tröstätande? Har du vant dig att äta mellan måltiderna? Har du varit kräsen på mat, eller slösaktig med mat, glömsk över att så många människor är utan riktig näring?
- Har du varit överdådig och slösaktig?
- Bryr du dig först om och söker själens räddning, ett andligt liv och Guds Rike, eller har du satt jordiska ting på första plats?
- Finns det någon annan synd, som tynger ditt samvete, eller som du skäms för att berätta?





## KANON FÖR FÖRBEREDELSE TILL DEN HELIGA KOMMUNIONEN

**G**enom våra heliga faders förböner, Herre, Jesu Kriste vår Gud, förbarma Dig över oss och fräls oss. Amen.

Ära åt Dig, vår Gud, ära åt Dig.

Himmelske Konung, Tröstare, Du sanningens Ande, Du som är allestädes närvarande och uppfyller allt, det godas skatt, o Du Livgivare, kom och tag Din boning i oss och rena oss från allt ont och fräls, o Gode, våra själar.

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

Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Allraheligaste Treenighet, förbarma Dig över oss! Herre, rena oss från våra synder! Härskare, förlåt oss våra överträdelse! Helige, kom till oss och hela våra krankheter för Ditt namns skull!

Herre, förbarma Dig. (3)

Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Fader vår, som är i himlarna. 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 den onde.

## DEN FÖRSTA SÅNGEN

*Heirmos:* Kommen, alla folk, låtom oss lovsjunga Kristus, vår Gud, som delade havet mitt itu, och som ledde folket som Han frigjort från Egyptens slaveri; ty Han är förhärligad.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Må Din heliga Lekamen vara för mig det eviga livets bröd, o Du barmhärtige Herre, och må Ditt dyra Blod vara ett botemedel mot allt slags ont.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Befläckad av anstötliga gärningar, är jag eländige icke värdig, o Kriste, att anamma Din obefläckade Lekamen och Ditt gudomliga Blod; men gör mig ändå värdig detsamma.

*Allraheligaste Guds Moder, fräls oss.*

O välsignade Guds Brud, o goda land, som frambringar vetets ax, som icke känner sparsamhet och som bringar världen frälsning: förläna mig, som äter därav, att jag må frälsas.

## DEN TREDJE SÅNGEN

*Heirmos:* Befästade mig på trons klippa, har Du vidgat min mun över mina fiender; ty min ande gläder sig i sjungandet: Det finnes ingen helig utom Du, vår Gud, och ingen rättfärdig utom Du, o Herre.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Förläna mig, o Kriste, tårarna som renar mitt befläckade hjärta, så att, renad och med gott samvete, jag må komma nära, med fruktan och tro, o Härskare, och mottaga Dina gudomliga gåvor.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Må Din obefläckade Lekamen och Ditt gudomliga Blod vara till förlåtelse för mina överträdelser, till gemenskap med den Helige Ande, och till evigt liv, o människoälskande, och till befrielse från varje lidande och bedrövelse.

*Allraheligaste Guds Moder, fräls oss.*

O allheliga Bord för Livets bröd, som för nådens skull kom ned från höjden och gav världen nytt liv, gör även mig, som är ovärdig, nu värdig att med fruktan smaka därav och leva.

## DEN FJÄRDE SÅNGEN

*Heirmos:* Ur jungfrun framträdde icke en medlare, icke en ängel, utan Herren själv vorden kött, som frälste mig, hela människan. Därför ropar jag till Dig: Ära åt Din makt, o Herre.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

O Du mest Nådefulle, som blev kött för vår skull; Du som lät Dig slaktas såsom ett lamm för de dödligas synder. Därför ropa jag till Dig, utplåna mina överträdelser.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Läk min själs sår, o Herre, och helga mig helt och hållet, jag eländige, och gör mig värdig, o Härskare, att delta i Din gudomligt Hemlighetsfulla måltid.

*Allraheligaste Guds Moder, fräls oss.*

Gör Honom som framträdde ur ditt sköte, o Härskarinna, nådig mot mig och bevara mig, genom Ditt bönfällande, skuldfri och fläckfri, så att jag, genom mottagandet av den andliga insiktens Pärla, må bli helgad.

## DEN FEMTE SÅNGEN

*Heirmos:* O ljusets Förlänare och alla tidsåldrars Skapare: led mig i Dina budords ljus, ty vi känna ingen Gud utom Dig.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Såsom Du förutsagt, o Kriste, så låt det ske med mig, Din föraktlige slav; och förbliv i mig såsom Du lovat; ty se, jag äter Din gudomliga Lekamen och dricker Ditt Blod.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

O Guds Ord, min Gud, må Din Lekamens glödande kol vara till upplysning för mitt förmörkade sinne, och må Ditt Blod vara till renandet av min orena själ.

*Allraheligaste Guds Moder, fräls oss.*

O Maria, Guds Moder, du vördnadsvärda Tabernakel av ljuv doft: genom dina förböner gör mig till ett utvalt redskap, så att jag må deltaga i ditt barns heliga Gåvor.

## DEN SJÄTTE SÅNGEN

*Heirmos:* Omgiven på alla sidor av en avgrund av förseelser, vädjar jag till Ditt outgrundliga barmhärtighets djup: Res mig upp ur förgängelsen, o Gud.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

O Frälsare, helga mitt sinne, själ, hjärta och kropp, och förläna mig att jag, utan fördömelse, o Härskare, må närma mig de fruktansvärda Mysterierna.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Förläna mig styrkan att bryta med mina lidelser, till förökelse av Din nåd och försäkran till liv i Dig genom deltagandet av Dina heliga Mysterier, o Kriste.

*Allraheligaste Guds Moder, fräls oss.*

O heliga Guds Ord, min Gud, när jag nu närmar mig Dina



gudomliga Mysterier, helga hela mig, genom förbönerna av Din heliga Moder.

### KONTAKION

O Kriste, försmå mig icke att nu mottaga brödet, som är Din Lekamen, och Ditt gudomliga Blod, och att deltaga, o Härskare, i Dina obefläckade och fruktansvärda Mysterier; och må det icke vara för mig, eländige, till dom, utan till evigt och odödligt liv.

### DEN SJUNDE SÅNGEN

*Heirmos:* Då den gyllene bilden tillbådos på Deeiras slätt, nedtrampade Dina tre ynglingar det ogudaktiga påbudet, och fastän inkastade i eldens mitt, såsom uppfriskade, sjöngo de: Välsignad vare Du våra fäders Gud.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Må mottagandet av Dina odödliga Mysterier, källan till allt gott, o Kriste, nu vara för mig ljus, och liv, och lidelsefrihet, och medel genom vilka gudomliga dygder växer upp i mig, så att jag må ära Dig, o Du ende Gode.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

På det att jag må bliva förlöst från lidelser, fiender, begär och varje angrepp, drager jag nu mig nära med fruktan, kärlek och vördnad inför Dina odödliga och gudomliga Mysterier, o Människoälskare, och sjunger till Dig: Välsignad är Du våra fäders Gud.

*Allraheligaste Guds Moder, fräls oss.*

Jag, din orene slav, anropar nu dig, den rena, du som är uppfylld av nåd från Gud och födde Kristus, Frälsaren: Rena nu mig från all köttets och andens befläckelse, som nu står i stånd att närma mig de obefläckade Mysterierna.

## DEN ÅTTONDE SÅNGEN

*Heirmos:* Alla I Herrens verk, lovsjungen den Gud som nedsteg till de hebreiska ynglingarna i den brinnande ugnen och förvandlade lågorna till dagg: Storligen upphöjen Honom i alla evigheter.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Förläna mig, förtvivilade, att jag nu må vara deltagare av Dina himmelska, fruktansvärda och heliga Mysterier, o Kriste, och av Din gudomliga och hemlighetsfulla nattvard, o Gud, min Frälsare.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Jag tager min tillflykt under Ditt medlidande, o Gode, och ropar till Dig i fruktan: bliv kvar i mig, o Frälsare, och jag i Dig, såsom Du lovat; ty se, förtröstande på Din nåd, äter jag Din Lekamen och dricker Ditt blod.

*Allraheligaste Guds Moder, fräls oss.*

Jag darrar, då jag mottager Elden, att jag icke må bliva bränd likt vax eller gräs. O fruktansvärda Mysterium, o gudomliga medlidande, huru kommer det sig att jag som är stoftlik kan bliva delaktig av Din gudomliga Lekamen och Blod och därmed förbliva oförgänglig?

## DEN NIONDE SÅNGEN

*Heirmos:* Vår Gud och Herre, Faderns son som är utan begynnelse, har uppenbarat sig för oss vorden kött av en jungfru, att upplysa dem i mörker och församla de förskingrade, därför upphöja vi den allom besjungna *Theotokos*.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Herren är god: smaka och se! Ty fordom blev Han för vår skull lik oss, och gav Sig själv en gång för alla till förso-

ningsoffer åt Sin Fader, och är alltid offerad, helgande dem som undfå Honom.

*Förbarma Dig över mig, o Gud, förbarma Dig över mig.*

Må jag bliva helgad till kropp och själ, o Härskare; må jag bliva upplyst; må jag bliva frälst. Må jag bliva Din bön genom deltagandet av de heliga Mysterierna, då Du med Fadern och Anden dväljas i mig, o barmhärtige Vägörare.

*Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande.*

Må Din dyrbara Lekamen och Blod bliva för mig såsom eld och ljus, o min Frälsare, förtärande synden och brännande mina lidelsers törnen och upplysa hela mig att vörda Din gudomlighet.

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

Gud antog kött av ditt rena blod. Därför lovsjunga alla slakten dig, o Härskarinna, och de himmelska skarorna prisad dig. Ty genom dig hava vi klart sett Mästaren över allting, som antog människans natur.

**S**annerligen är det tillbörligt att prisad Dig salig, o *Theotokos*, Du evigt saliga och helt otadliga, Du vår Guds Moder. Ärorikare än kerubim och utan jämförelse mer prisad än serafim; Du som utan att förtäras födde Gud, Ordet; Du som är *Theotokos*, vi prisad Dig.

## PSALM 22

**H**erren är min herde, mig skall intet fattas,  
Han har låtit mig vila på gröna ängar, Han har närt mig vid vilans vatten,

Han har vederkvickt min själ; Han har lett mig in på rättfärdighetens vägar, för Sitt namns skull.

Ja, om jag än vandrar i dödsskuggans mitt, fruktar jag intet ont. Ty Du är med mig, Din käpp och Din stav har tröstat mig.

Du har dukat ett bord för mig inför dem som plåga mig.

Du har smort mitt huvud med olja, och Din bägare, som berusar mig, så ljuv den är!

Din nåd skall följa mig i alla mina livsdagar, och i evinnerliga dagar får jag bo i Herrens hus.

### PSALM 23

**J**orden är Herrens och allt vad därpå är, världen och de som bo däri.

Han har grundat den på haven, och på floderna har Han befäst den.

Vem får gå upp på Herrens berg, och vem får stå på Hans heliga plats?

Den som har oskyldiga händer och rent hjärta, den som icke vänt sin själ till fåfänglighet och den som icke har svurit till sin nästas skada.

Han skall undfå välsignelse av Herren och barmhärtighet av sin frälsnings Gud.

Sådant är det släkte som söker efter Honom, de som söka Jakobs Guds ansikte.

Höjen portarna, I furstar, och varen upplyfta, I eviga dör-rar, och ärans konung skall draga därin.

Vem är då ärans konung? Det är Herren, stark och väldig, Herren, mäktig i strid.

Höjen portarna, I furstar, och varen upplyfta, I eviga dör-rar, och ärans konung skall draga därin.

Vem är då denne ärans konung? Det är makternas Herre, Han är ärans konung.

## PSALM 115

**J**ag tror, därför har jag talat; jag som var i djup förnedring.  
Jag sade i min upprördhet: ”Varje människa är en lögnare.”

Huru skall jag vedergälla Herren alla Hans välgärningar mot mig?

Jag vill taga frälsningens bägare och åkalla Herrens namn.

Mina löften vill jag bära fram till Herren inför hela Hans folk.

Dyrt aktad i Herrens ögon är Hans heligas död.

O Herre, jag är ju Din tjänare, jag är Din tjänare och Din tjänarinnas son, Du har brutit sönder mina bojar.

Åt Dig vill jag offra lovets offer, och Herrens namn vill jag åkalla.

Jag vill infria åt Herren mina löften inför hela Hans folks åsyn, i gårdarna till Herrens hus, mitt i dig, o Jerusalem.

Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Allelouia, Allelouia, Allelouia! Ära åt Dig, o Gud. (3)

Herre, förbarma Dig. (3)

### *Och följande troparia:*

Herre, Du som föddes av Jungfrun, se icke till mina missgärningar. Rena Du mitt hjärta och gör det till ett tempel för Din allrarenaste Lekamen och för Ditt Blod. Förskjut mig icke från Din gemenskap, o Du som äger nåd över allt mått.

*Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande.*

Huru skall jag, ovärdige, våga taga del av Dina heliga gåvor? Skulle jag våga träda fram med de värdiga, då skulle min klädnad avslöja mig, ty jag bär icke bröllopskläder. Då skulle jag blott draga fördömelse över min syndabelastade själ. O Herre, rena min själs befläckelse, och fräls mig, ty Du är människoälskande.

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

O *Theotokos*, stor är mängden av mina överträdelser. Till dig, o rena Jungfru, flyr jag och ber om räddning. Kom till min sjuka själ och bed till din Son, vår Gud, att Han må förlåta mina onda gärningar, o du enda, högt välsignade.

*På heliga och stora torsdagen läses följande:*

När de ärorika lärjungarna blevo upplysta genom fotatvagningen vid måltiden, då förmörkades den ogudaktige Judas genom penningbegär. Dig, den rättfärdige Domaren, överlämnade han till de laglösa domarna. Skåda du penningkäre, honom, som därför fördes till döden av egen hand. Fly det omätliga begär, som vågade sådana ting mot Mästaren. Herre, Du som är godare än alla, ära åt Dig!

*Sedan: Herre, förbarma Dig (40). Härefter må man göra så många prostrationer man önskar och sedan omedelbart följande åkallande böner.*

### UNDERVISANDE VERSER OM HUR MAN SKALL NÄRMA SIG DE OBEFLÄCKADE MYSTERIERNÄ

O mänska, som vill njuta Herrens Kropp,  
O, kom i fruktan, att du ej förbränns. Ty det är eld.  
Vill du till enhet dricka av gudomligt Blod.  
Så sona dig då först med dem som kränkte dig.  
Därefter ät med mod hemlighetsfull spis.

### ANDRA LIKNANDE VERSER

Förrän du tager del i denna hemlighet  
Av Herrens Kristi Kropp, livgivande,  
Så bed i bävande på detta sätt:

DEN FÖRSTA BÖNEN,  
AV BASILEIOS DEN STORE

**O** Härskare, Herre Jesu Kriste, vår Gud, Du livets och odödlighetens källa, Du Danare av hela den synliga och osynliga skapelsen, Du den evigt förblivande Sonen till den evige Fadern med vilken Du är lika evig; Du som för Din godhets skull, när tiden var fullbordad, tog köttslig gestalt och blev korsfäst och begravnen för oss, otacksamma och fördärvade; Du som genom Ditt Blod förnyade vår natur, den som genom synden hade lagts under döden! O Du odödlige Konung, tag Du själv emot botgöringen från mig, syndare. Böj Ditt öra till mig och lyssna till mitt tal. Ty jag har syndat, Herre; jag har syndat mot himmelen och emot Dig och jag är icke värdig att se upp mot Din härlighets höjd. Jag har förtörnat Din godhet; Dina bud har jag överträtt och till Dina befallningar har jag icke lyssnat. Men Du, o Herre, som är tålmodig, långmodig och stor i mildhet, har icke överlämnat mig åt fördärvet för mina överträdelsers skull. Men alltid har Du väntat på mitt hjärtas omvändelse. O Människoälskande, Du har genom Din profet sagt: ”Jag har icke lust till syndarens död, utan fastmer till att hon omvänder sig och får leva.” Härskare, Du vill icke fördärva Dina händers verk, och Du har icke behag till människors undergång. Men Du vill, att alla skola bliva frälsta och komma till sanningens kunskap. Så är också jag Din skapelse, fastän jag är ovärdig himmelen och jorden och livet här i tiden, eftersom jag helt och hållet gjort mig skyldig till synd samt tjänat lasten och så befleckat Din avbild. Dock är jag Din skapelse och Ditt verk och jag tvivlar icke på min frälsning, jag fördärvade. Därför kommer jag till Dig i förtröstan på Din omätliga godhet. O människoälskande Kristus, tag då emot mig så, som Du mottog äktenskapsbryterskan, rövaren, publikanen och den

förlorade sonen! Lyft av mig mina synders tunga börda, Du som borttager världens synder och helar människors brister, Du som kallar de arbetande och betungade till Dig och giver dem ro, Du som kommit, icke för att kalla rättfärdiga, utan syndare, till bättring. Rena mig från allt orent både till kropp och själ. Lär mig att fullborda helgelsen i Din fruktan, så att jag med mitt samvetes rena vittnesbörd må, mottagande Din helighet, förenas med Din heliga Lekamen och med Ditt Blod, så att Du må leva och bo i mig med Fadern och Din Helige Ande. Herre Jesu Kriste, min Gud, må delaktigheten av Ditt allrarenaste och livgivande Mysterium icke bliva mig till dom. Må jag ej insjukna till kropp och själ därför att jag ovärdigt tager del därav. Giv mig fastmer, att jag utan dom till mitt sista andetag må äga del av Dina heliga gåvor, till gemenskap med den Helige Ande, till färdkost för det eviga livet, till ett gott svar vid Din fruktan värda dom, så att jag med alla Dina utvalda må få del av Din rena glädje, vilken Du, o Herre, har berett åt dem som älska Dig och i vilka Du är förhärligad i evighet. Amen.

## DEN ANDRA BÖNEN, AV BASILEIOS DEN STORE

**J**ag vet, o Herre, att jag ovärdigt anammar Din rena Lekamen och Ditt dyra Blod, att jag är full av skuld och att jag äter och dricker en dom över mig, då jag icke gör åtskillnad mellan Din Lekamen och Ditt Blod och annan spis, min Kriste och min Gud. Men i förtröstan på Din barmhärtighet träder jag fram inför Dig, ty Du sade: ”Den som äter Mitt Kött och dricker Mitt Blod, han förbliver i Mig och Jag i honom.” Var därför barmhärtig, o Herre, och låt icke mig, syndare, komma på skam utan handla med mig efter Din nåd. Låt dessa heliga ting bliva mig till helande



och renande, till upplysning, till bestånd, till frälsning och till helgande av kropp och själ, till förjagande av alla villor, av varje ond gärning och djävulskt verk, vilka osynligt verka i mina lemmar. Låt de heliga tingen i mig verka till förtröstan på Dig och kärlek till Dig, till bättring och fasthet i levernet, till tillväxt i goda gärningar, till fullkomlighet, till uppfyllande av buden, till gemenskap med den Helige Ande, till färdkost för det eviga livet, till ett gott försvar vid Din fruktan värda dom och icke till dom eller fördömelse. Amen.

### DEN TREDJE BÖNEN, AV DEN HELIGE JOHANNES CHRYSOSTOMOS

**J**ag vet, o Herre, min Gud, att jag icke är värdig, ej heller är jag värd, att Du skulle gå in under taket på min själs hus, ty det är helt öde och förfallet; ja, Du har i mig ingen värdig plats, där Du kan lägga Ditt huvud. Men såsom Du för vår skull ödmjukade Dig från höjden, så värdigas nu ock sänka Dig ned till min ringhet. Och såsom det behagade Dig att låta Dig läggas i stallet och i de oförnuftiga djurens krubba, så värdigas nu också ingå i min oförnuftiga själs krubba och i min befläckade kropp. Och såsom Du icke höll det för otillbörligt att gå in i Simon den spetälskes hus och hålla måltid med syndare, så värdigas också ingå i min ovärdiga, spetälska och syndiga själs hus. Och liksom Du icke stötte bort min like, äktenskapsbryterskan och synder-skan, vilken kom och berörde Dig, så förbarma Dig också över mig, syndare, som kommer och berör Dig. Och såsom Du icke harmades över hennes befläckade och orena läppar, vilka kysste Dig, så harmas ej heller över min mun, mer befläckad och oren än hennes, ej heller över mina fräcka och orena läppar, ej heller över min befläckade och orena

tunga. Men må glöden av Din allraheligaste Lekamen och Ditt dyrbara Blod bliva mig till helgelse och upplysning, till hälsa för min ovärdiga själ och min kropp, till lättande av mina många överträdelsers börda, till beskydd mot varje djävulens gärning, till fördrivande och besegrande av mina onda och skamliga vanor, till dödande av mina lidelser, till hållande av Dina bud, till mottagande av Din gudomliga nåd och till förvärv av Ditt Rike. Ty jag kommer till Dig, Kriste min Gud, icke i högmod, utan i full förtröstan på Din outsägliga nåd, på det att jag icke, långt borta från Din gemenskap, må bliva ett offer för den listige vargen. Därför beder jag Dig, Härskare, Du som ensam är helig, helga min själ och min kropp, mitt förstånd och mitt hjärta, mina nju-rar och mitt innersta! Förnya mig helt! Plantera Din fruktan i mina lemmar och giv att Din helgelse må oupplösligen vara i mig! Bliv min hjälpare och mitt beskärm! Led mitt liv i frid och förläna mig att få stå på Din högra sida med Dina helgon genom förbönerna och bönerna av Din allrarenaste Moder, Dina okroppsliga tjänare, de allrarenaste makterna, och alla Dig i evighet välbehagliga helgon. Amen.

## DEN FJÄRDE BÖNEN, AV DEN HELIGE JOHANNES CHRYSOSTOMOS

**H**ärskare och Herre, jag är icke värdig, att Du träder in under min själs tak! Men, då Du människoälskande vill taga Din boning i mig, träder jag fram med tillförsikt. Du befäller - och jag vill öppna de dörrar, som Du ensam har skapat och Du träder in, just sådan som Du är. Du träder in och upplyser mitt förmörkade sinne. Jag tror, att Du skall göra detta. Ty Du fördrev icke synderskan, som med tårar kom till Dig, ej heller stötte Du bort den botfärdige publi-

kanen, ej heller avvisade Du den botfärdige rövaren, som bekände Ditt Rike. Du lät ej heller den botfärdige förföljaren förbliva sådan, som han var. Men alla, som i botfärdighet kommit till Dig, har Du upptagit i Dina vänners skara, Du som ensam är välsignad. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

DEN FEMTE BÖNEN,  
AV DEN HELIGE JOHANNES CHRYSOSTOMOS

**H**erre, Jesu Kriste, min Gud, tillgiv, överse med och förlåt mig, Din syndige, onyttige och ovärdige tjänare, alla de fel, synder och överträdelser, med vilka jag från min ungdom och till denna dag har syndat mot Dig, med eller utan avsikt, i ord, gärning eller tankemöda, i tankar och föresatser och med alla mina sinnen. Förläna mig genom förbönerna av Henne, som födde Dig utan säd, den rena och ständiga Jungfrun Maria, Din Moder, mitt enda hopp, som icke kommer på skam, mitt beskydd och min frälsning, att jag utan fördömelse må kunna mottaga Dina allraheligaste, odödliga, livgivande och fruktan värda Hemligheter till syndernas förlåtelse och evigt liv, till helgelse och upplysning, till själens och kroppens styrka, bot och hälsa, till utplånande och fullständigt utrotande av mitt onda tänkesätt och av mina mörka tankar och föresatser samt av mörka och onda andars drömbilder. Ty Riket är Ditt och makten och härligheten och äran och tillbedjan tillika med Fadern och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

DEN SJÄTTE BÖNEN,  
AV DEN HELIGE JOHANNES AV DAMASKUS

**O**Härskare, Herre Jesu Kriste vår Gud, Du som allena har makt att förlåta människorna deras synder—ty Du är god och människoälskande—överse med alla mina medvetna och omedvetna synder och förläna mig att utan fördömelse få mottaga Dina gudomliga, härliga, rena och livgivande Hemligheter, icke till börda eller kval, icke till syndernas förökelse utan till rening och helgelse och till en underpant på det tillkommande livet och på himmelriket, till en mur och en hjälp och ett försvar mot vedersakarna och till ett utplånande av mina många överträdelser. Ty Du är nådens och barmhärtighetens och människokärlekens Gud och Dig hembära vi ära jämte Fadern och den Helige Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

DEN SJUNDE BÖNEN,  
AV DEN HELIGE SYMEON DEN NYE TEOLOGEN

**F**rån smutsad läpp och från ett orent hjärta  
Från fläckad tunga, från befläckad själ  
Tag emot min bönesuck, o Kriste!  
Förskjut ej mina ord, mitt sätt  
Att tala, ej mina fräcka ord!  
O, giv mig nåd att säga allt,  
Som jag har sökt, min Kriste.  
Ja, lär mig Du att säga allt  
Och göra allt mig höves.  
Ty mer än skökan har jag syndat,  
Men, när hon hörde, var Du fanns,  
Kom hon med tro, med myrra i sin hand,  
Och Dina fötter smorde hon, o Kriste.

Min Herre och min Gud, som ej avskydde henne,  
Som kom i hjärtats fulla tro!  
Avsky ej mig, o Du Guds Ord  
Men sträck Din fot mot mig  
Till att omfamna och att kyssa  
Och att med tårars strömmar  
Som med en dyrbar olja  
Dem smörja i en ödmjuk tro.  
O, rena mig i mina egna tårar,  
Ja, rena mig, o, Du Guds Ord!  
Förlåt missgärningen, giv misskund!  
Du känner ock de sår jag haver,  
Du ser ju själens syndasår.  
Men ock min vantro känner du; Du skådar  
Min strävan och Du hör min suck.  
Fördold för Dig, min Gud, mitt väsens ursprung,  
O Du Förlossare, är ej en tår,  
Ja, ej en tårens del.  
Det som jag än ej gjort, det såg Ditt öga;  
Ty skrivet i Din bok är allt,  
Vad ännu icke skett.  
Se till min svaghet,  
Se Du till min trötthet! Se huru stor den är!  
Och sedan, Du all världens Herre,  
Förlåt mig all min synd,  
Att jag med hjärtat rent och med botfärdigt sinne  
Må taga del utav Din Hemlighet,  
Så härligt ren och full av helighet.  
Liv och gudomlighet mottager varje mänska,  
Som med rent hjärta äter och som dricker Dig.  
Ty Du har sagt, o store Herre:  
”Den som förtär Mitt Kött

Och dricker av Mitt Blod, förblir i Mig;  
Så blir ock Jag i honom.”  
Förvisso sanna äro dessa ord  
Av Kristus, Mästare och Gud.  
Ty var och en som emottager gåvan,  
Gudomlig och gudomliggörande,  
Han ensam är ej mer, med Dig han bliver,  
O Krist, Du trofast klara ljus,  
Som sprider ljus utöver världen all!  
Du gjorde allt, att mer ej skild från Dig  
Jag skulle gå, Du livets Givare, min Gud,  
Min ande och min fröjd,  
Du frälsning för Din värld.  
Så, som Du ser, jag kommer nu  
Till Dig med tårar och förkrossad själ  
Och beder att få ta emot  
Min synds försoning  
Och att utan dom få taga del  
Utav Din stora Hemlighet,  
Livgivande och utan fläck.  
Bliv, som Du lovat städs hos mig,  
Osalige, att fienden  
Ej finner mig, skild från Din nåd  
Och griper mig och i sin onda list  
Mig förer bort från livets Ord.  
Inför Ditt anlet faller jag nu ner  
Och ivrigt ropar jag till Dig:  
Så mottag också mig, den fallne,  
Och en förlorad son, som kommer  
Till Dig med en förkrossad själ.  
Jag vet, min Frälsare, att ingen  
Har syndat så mot Dig som jag,

Ej gjort de gärningar, som jag har handlat.  
Dock vet jag ock; o, väl jag vet det,  
Att överträdelsernas mängd  
Och mina synders mångfald  
Ej övergå Guds stora tålmod,  
Hans rika nåd mot mänskors barn.  
Nej, de som ivrig ånger känna,  
Med kärleks olja smörjer Du,  
Så att de stråla. Du renar dem  
Och gör dem del av ljuset.  
I kärlek utan gräns Du gör dem  
Av Din gudomlighet delaktiga.  
Fast ofattbart det är för änglar,  
För mänskors tanke obegripeligt,  
Så umgås Du med Dina trogna vänner  
Och talar med dem som en vän.  
Det ger mig mod, det ger mig styrka  
O Du min Krist! Och i förtröstan  
Uppå de rika gåvor, Du oss ger,  
Jag jublande och med stor bävan  
Tager del av nådens heta eld.  
Vem är jag? Blott ett torkat grässtrå!  
Och dock - o unders under -  
Jag ej förbrännes! Nej, jag lever,  
Bestänkt med dagg, som öknens buske var,  
Som ej förbrändes av Din eld, o Herre!  
Med tacksamt hjärta och med tacksamt sinne  
Ja, tacksam i var lem  
Men ock i kropp och ande,  
Min Gud, jag tillber och lovprisar Dig  
Båd' nu och alltid och i evigheter.

DEN ÅTTONDE BÖNEN,  
AV DEN HELIGE SYMEON ÖVERSÄTTAREN  
(TOU METAFRASTOU)

**H**erre, Du ende rene och odödlige, Du som i Din kärleks ousägliga nåd antog hela vår natur genom det rena och jungfruliga blodet av henne, som efter den evige Faderns välbehag på ett övernaturligt sätt födde Dig genom den Helige Andes nedkomst, o Jesu Kriste, Du Guds vishet, frid och kraft! Du som frivilligt tog på Dig det livgivande och frälsande lidandet, korset, spikarna, spjutet och döden - tillintetgör mina själamördande kroppsliga begär. O Du, som genom Din begravning har fängslat helvetets rike, begrav mina onda anlag genom goda tankar och förinta onskans andar. O Du, som genom Din livgivande Uppståndelse på tredje dagen upprättade den fallne Adam, återupprätta också mig, som är fallen i synd, i det Du förelägger mig botens väg. O Du, som genom Din ärorika himmelsfärd har gudomliggjort det kött, Du själv hade antagit och gav det äran att sitta på Faderns högra sida, förläna mig genom åtnjutande av Dina heliga hemligheter en plats bland de frälsta på Din högra sida. O Du, som genom nedsändandet av Tröstaren, Din Ande, gjorde Dina helgade lärjungar till värdiga käril, gör även mig värdig att mottaga Hans utgjutande. O Du, som skall återkomma för att döma jordens krets i rättfärdighet, låt mig få se Dig på skyarna, min Domare och min Skapare, med alla Dina helgon, så att jag utan ände må prisa och lovsjunga Dig, tillika med Din evige Fader och Din gode och livgivande Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.



DEN NIONDE BÖNEN,  
AV DEN HELIGE JOHANNES AV DAMASKUS

**F**ramför Ditt tempels portar står jag, men jag avhåller mig dock ej från onda tankar. Men Kriste, min Gud, Du som rättfärdiggjorde publikanen och bevisade Din nåd mot den kananeiska kvinnan, Du som för rövaren öppnade himmelrikets portar; öppna Du för mig Din nåds sköte, då jag nu närmar mig Dig och vidrör Dig såsom synderskan och kvinnan, som led av blodgång. Den ena berörde Din mantelfäll och blev genast helad; den andra fattade om Dina heliga fötter och mottog syndernas förlåtelse. Men jag, botfärdige, som dristar mig mottaga hela Din Lekamen - o, må jag ej bli förtärd av eld! Ack, mottag mig, såsom Du mottog dessa och upplys mina andliga sinnen. Låt min syndaskuld förtäras i eld genom förbönerna av Henne, som födde Dig utan säd och genom förbönerna av alla himmelska krafter. Ty Du är välsignad i evigheters evigheter. Amen.

DEN TIONDE BÖNEN,  
AV DEN HELIGE JOHANNES AV DAMASKUS

**J**ag tror, Herre, och bekänner, att Du i sanning är Kristus, den levande Gudens Son, som har kommit i världen för att frälsa syndare, bland vilka jag är den främste. Ytterligare tror jag, att detta är Din obefläckade Lekamen och att detta är Ditt dyra Blod. Därför beder jag Dig: Förbarma Dig över mig och förlåt mig alla mina överträdelser, frivilliga och ofrivilliga, i ord eller i gärning, medvetna eller omedvetna. Förläna mig att utan fördömelse bliva delaktig av Ditt obefläckade Mysterium till syndernas förlåtelse och till evigt liv. Amen.

*När du går fram till kommunionen läs då dessa verser av den Helige Symeon översättaren (tou metafrastou).*

Se, till Din helga Nattvard kommer jag! Förbränn mig ej, o Skapare, då jag mottager. Ty Du är eld, som dödar den ovärdige. Så rena Du mig helt från varje fläck.

**M**ottag mig idag, o Guds Son, som deltagare i Din hemlighetsfulla Nattvard. Ty jag vill icke röja hemligheten för Dina fiender eller giva Dig en kyss likt Judas'. Men liksom rövaren beder jag: Tänk på mig, Herre, i Ditt Rike.

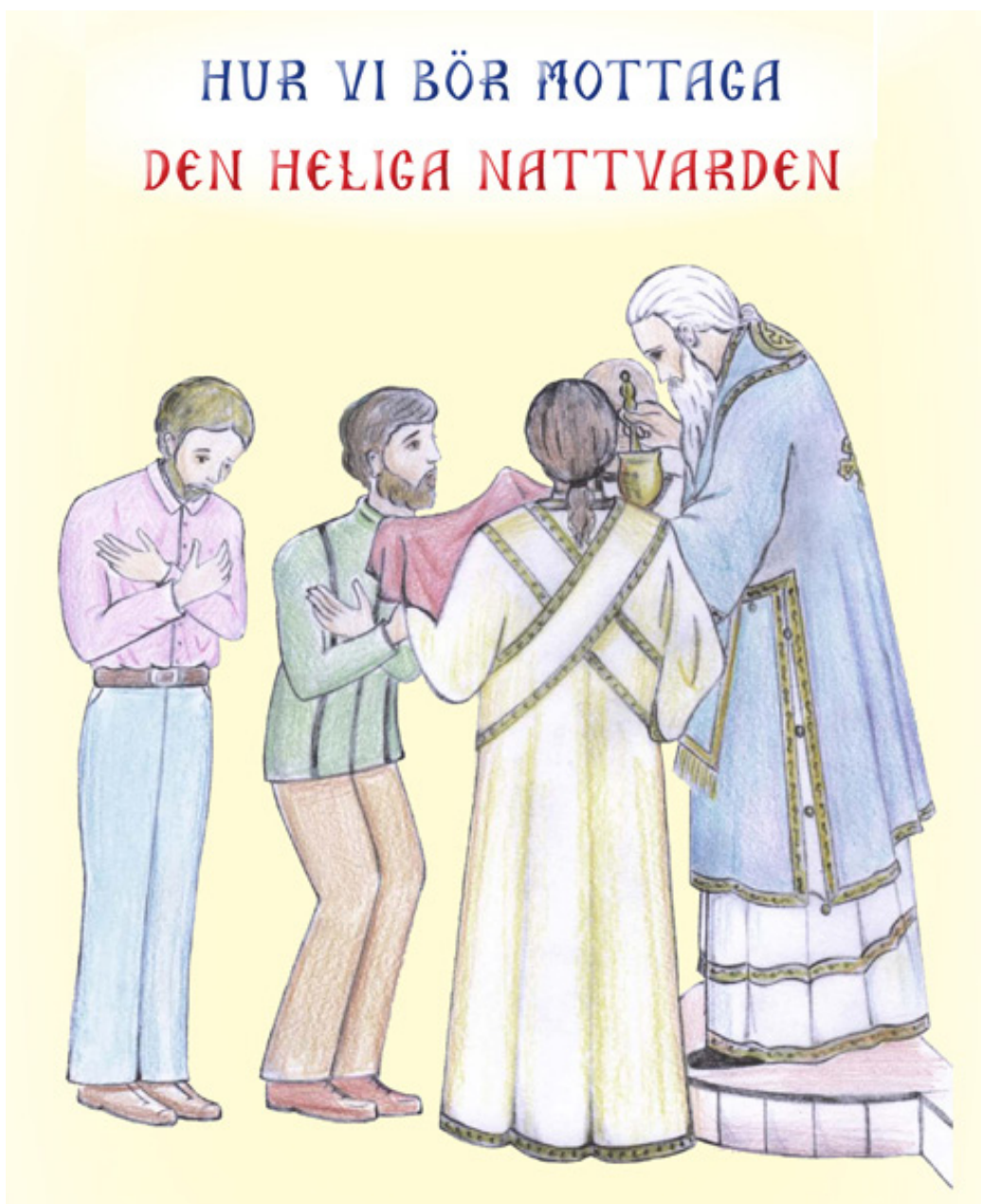
O mänska bäva, då du ser det helga Blodet,  
En eld det är, som dödar de ovärdiga.  
Gudomliggjord jag blir av Guds Lekamen  
Som närar anden och gudomliggör mitt sinn'

**M**ed sällhet har Du uppfyllt mig, o Kriste, och med gudomlig kärlek har Du omskapat mig. Bränn nu med Din andliga eld bort mina synder. Gör mig nu värdig att uppfyllas av glädjen i Dig, så att jag, jublande, må lovprisa Din andra tillkommelse, o Du Gode.

**H**uru skall jag, ovärdige, våga inträda i Din helgedoms glans? Skulle jag våga inträda i brölloppsalen, då skulle min dräkt förråda mig, ty den är icke en bröllopsskrud! Jag skulle då fångslas av änglarna och kastas ut i mörkret. O Herre, rena min själ från befläckelsen och fräls mig, Du människoälskande!

**O** nådefulle Härskare, Herre Jesu Kriste, min Gud, låt icke dessa heliga ting bliva mig, ovärdige, till dom! Låt dem bliva till rening och helgelse av själ och kropp och till en underpant på det tillkommande livet och Riket. Ty det är min glädje att hålla mig till Gud och att till Herren ställa mitt hopp om frälsning.

**M**ottag mig idag, o Guds Son, som deltagare i Din hemlighetsfulla Nattvard. Ty jag vill icke röja hemligheten för Dina fiender eller giva Dig en kyss likt Judas´. Men liksom rövaren beder jag: Tänk på mig, Herre, i Ditt Rike.



*Omedelbart efter det att ha mottagit Frälsarens lekamen och blod säg följande tyst för dig själv:*

Då nu detta har rört vid dina läppar, har din missgärning blivit tagen ifrån dig och din synd är försonad.



## TACKSÄGELSEBÖNER EFTER DEN HELIGA NATTVARDEN

*I de flesta fall läses tacksägelsebönerna i kyrkan och läses då något annorlunda.*

### PÅMINNANDE VERSER

Efter den gudomliga kommunionen av de livgivande och hemlighetsfulla gåvorna, giv då strax pris och stor tacksägelse och ivrigt och av hela hjärtat säg till Gud:

Ära åt Dig, o Gud. (3)

### ANONYM

**J**ag tackar Dig, Herre min Gud, för att Du icke förskjutit mig, syndare, utan låtit mig mottaga Dina heliga gåvor. Jag tackar Dig för att Du låtit mig, ovärdige, bliva delaktig av Dina allrarenaste och himmelska gåvor. Du kärleksfulle Härskare, som har dött och återuppstått för vår skull och som har givit oss dessa högheliga och livgivande Hemligheter till våra själars och kroppars väl och helgelse; giv att de må bliva även mig till själens och kroppens hälsa, till förjagande av allt, som står mig emot, till ett ljus för min själs ögon, till själafrid, till en tro, som icke kommer på skam, till oskrymtad kärlek, till tillväxt i visdom, till uppfyllande av Dina bud, till mottagande av Din nåd och tillägnelse av Ditt Rike. Giv att jag, bevarad genom dem i Din helighet, alltid må minnas Din nåd och icke mer leva för mig själv utan för Dig, vår barmhärtige Härskare. Och när jag skall

skiljas från denna världen i hopp om evigt liv, må jag då vinna den eviga vilan där, varest den högtidsfirande skarans röst aldrig tystnar och där saligheten är utan ände för dem som skåda Ditt anlete. Ty för dem som älska Dig, är Du deras sanna åstundan och deras outsägliga glädje, o Kriste vår Gud, och Dig lovsjunger allt skapat i evighet. Amen.

### EN BÖN AV BASILEIOS DEN STORE

**O** Kriste, vår Härskare och Gud, Du evigheternas Konung och världsalltets Skapare! Jag tackar Dig för alla goda gåvor, som Du har givit mig, och i synnerhet för Dina allrareaste och livgivande Hemligheter. Jag beder Dig därför, Du gode och kärleksfulle; bevara mig under Ditt beskärm och under Dina vingars skugga! Förläna mig att ända till mitt sista andetag kunna värdigt och med rent samvete taga del av Dina Hemligheter till syndernas förlåtelse och till evigt liv. Ty Du är livets Bröd och helighetens Källa, alla goda gåvors Givare, och Dig, tillika med Fadern och den Helige Ande, hembära vi ära! Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

### EN BÖN AV SYMEON ÖVERSÄTTAREN (TOU METAFRASTOU)

**O** Skapare, som av Din vilja givit mig  
Din kropp till näring, den som är en eld  
Som de ovärdiga förtär! Förtär ej mig!  
Men träng i mina lemmar in; i allt mitt inre,  
In i mitt inre och mitt hjärtas djup.  
Min missgärning likt torkat törne bränn!  
Rena min själ! Min ande helge Du!  
Stärk mina leder! Mina ben giv kraft!

Enheten av fem sinnen upplys Du!  
Omgjorda mig med fruktan inför Dig!  
Städse bevara mig, hölj och beskydda mig  
Från varje själafarligt ord och verk.  
Helga min själ! O rena, smycka mig  
Och giv mig renhet, Ditt förstånd och ljus!  
O, låt mig endast bli Din Andes hem  
Och aldrig mer en syndens boningsplats.  
Så att, när i mig har ingått Kristi hemlighet,  
Må fly som från ett hus i brand  
Var synd och varje lidelse.  
För Dig jag ställer såsom förespråkare  
Din helgonskara och Din änglahär  
Din förelöpare och så apostlars kör  
Och främst Din Moder, den Ofläckade.  
O, nådens Kriste, Hennes bön tag emot!  
Och gör Din tjänare till ljusets barn.  
Ty i Din godhet endast Du  
Kan våra själar helga och giva ljus.  
O, Gud och Herre tillbörligt, rätt det är  
Att Dig lovsjunga dag för dag.

### ANONYM

**D**in heliga Lekamen, Herre Jesu Kriste, vår Gud, blive mig till evigt liv och Ditt rena Blod till syndernas förlåtelse. Blive mig denna eukaristi till glädje, hälsa och fröjd. Förläna mig syndare att vid Din förskräckande tillkommelse få stå på Din härlighets högra sida, för Din allraheligaste Moders och alla helgons förböners skull. Amen.

## BÖN TILL DEN ALLRAHELIGASTE THEOTOKOS

**A**llraheligaste Härskarinna, Du *Theotokos*, Du ljus för min förmörkade själ, mitt hopp, mitt beskydd, min tillflykt, min tröst och min glädje! Jag tackar Dig för att Du låtit mig, ovärdige, bliva delaktig av Din Sons allraheligaste Lekamen och Hans dyrbara Blod. Du som födde det sanna Ljuset, upplys mitt hjärtas andliga ögon. Du som födde odödlighetens Källa, giv liv åt mig, som är död i mina synder. Du den nådige Gudens Moder, själv full av kärleksfull nåd, förbarma Dig över mig och giv mig ödmjukhet och hjärtats förkrosselse, stillhet i mina tankar och frihet för mitt fångslade förnuft. Förläna mig att till mitt sista andetag utan dom få mottaga de heliga Hemligheter nas helgelse, till helande av kropp och själ. Giv mig botens och beännelsens tårar, så att jag må lovsjunga och prisa Dig under alla mina livsdagar,

ty välsignad och prisad är du i evighet. (3)

**H**erre, nu låter Du Din tjänare fara hädan i frid efter Ditt Hord, ty mina ögon hava sett Din frälsning, vilken Du har berett till att skådas av alla folk; ett ljus, som skall uppenbaras för hedningarna, och en härlighet, som skall givas åt Ditt folk, Israel.

Genom våra heliga fäders förböner, Herre Jesu Kriste vår Gud, förbarma Dig över oss och fräls oss. Amen.