





Det är med stor glädje vi nu kan presentera den femte upplagan av den bönbok vi första gången gav ut 1994. Bönboken är en förkortad version med de mest nödvändiga bönerna för en ortodox kristen som dagligen vill bedja på svenska.

Ordningen i bönboken följer grekisk ordning förutom aftonbönerna, som är hämtade ur slavisk tradition. I Grekland är det vanligare att läsa det lilla completoriet istället för aftonbönerna som återfinns här.

Språkligt använder denna bönbok medvetet en äldre svensk stilistik med en arkaiserande prägel. Att översätta till en modern talad nutidssvenska anser utgivaren vara att göra våld på de stilistiska ideal som författarna av bönerna på sin tid använde och den Ortodoxa kyrkan genom tiden brukat. Tanken är att språkets avskildhet skall vara såsom ett tecken på att man genom den vill skildra en annan högre verklighet. Språket fungerar därvidlag som en slags sakral dialekt.

Verser ur Psaltaren följer den Septuagintaöversättning utgivaren publicerat 2001.

© Stockholms Ortodoxa stift 2023

Femte upplagan januari 2023

(Första upplagan 1994, andra upplagan 1996, tredje upplagan 2001, fjärde upplagan april 2006)

# INNEHÅLL

Morgonböner .....	4
Bordsböner .....	10
Aftonböner .....	13
Böner vid sängen .....	21
Påskens tidebön .....	24





## MORGONBÖNER

*Då du vaknat ur sömnen stig då upp och ställ dig framför de heliga ikonerna i vördnad och gudsfruktan, gör korsets tecken och säg:*

**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 överträdelser. Helige, kom till oss och hela våra sjukheter 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.

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

Uppvaknande ur sömnen nedfalla vi för Dig, o Gode, och sjunga änglasången för Dig, o Du Starke: Helig, helig, helig är Du, o Gud. För Theotokos' skull förbarma Dig över oss.

Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande.

Fårån min bädd och ur sömnen har Du upprest mig, o Herre, upplys mitt förstånd och mitt hjärta och upplåt Du mina läppar att de må förkunna Ditt lov, o Heliga Treenighet: Helig, helig, helig är Du, o Gud. För Theotokos' skull förbarma Dig över oss.

Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

O förmodat kommer Domaren och allas gärningar skola då uppenbaras, låtom oss därför med fruktan ropa vid midnattstiden: Helig, helig, helig är Du, o Gud. För Theotokos' skull förbarma Dig över oss.

Herre, förbarma Dig. (12)

*Och följande bön till den Heliga Treenigheten av Basileios den Store:*

Uppvaknad ur sömnen tackar jag Dig, o Heliga Treenighet, för att Du i Din mångfaldiga godhet och långmodighet icke vredgats på mig, tröge och syndige, och icke låtit mig förgås i mina överträdelser utan ständigt visat Din människokärlek, och då jag var fallen i förtvivlan, uppväckte Du mig, till att bittida stå upp, hålla morgonväkten och lovprisa Din makt. Upplys nu mitt förstånds ögon och upplåt mina läppar till att begrunda Dina ord och förstå Dina bud och uppfylla Din vilja. Låt mig prisa och bekänna Dig av allt mitt hjärta och lovsjunga Ditt allraheligaste namn, Fader, Son och Helig Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Kommen, låtom oss tillbedja Gud, vår Konung.

Kommen, låtom oss tillbedja och nedfalla för Kristus, vår Konung och Gud.

Kommen, låtom oss tillbedja och nedfalla för Kristus självy, vår Konung och Gud.

## PSALM 50

**F**örbarma Dig över mig, o Gud, i Ditt stora förbarmande, utplåna min missgärning i Din stora barmhärtighet.

Tvä mig väl från min missgärning, och rena mig från min synd.

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

Mot Dig allena har jag syndat och gjort vad ont är inför Dig, på det att Du må finnas rättfärdig i Dina ord och segra när Du bliver dömd.

Ty se, i synd är jag född, och i synd har min moder burit mig.

Ty se, Du har ju behag till sanning; det dolda och hemliga i Din vishet har Du uppenbarat för mig.

Du skall bestänka mig med isop, och jag skall bliva ren; Du skall två mig, och jag skall bliva vitare än snö.

Du skall låta mig höra fröjd och glädje; de ben som voro förnedrade skola jubla.

Vänd bort Ditt ansikte från mina synder, och utplåna alla mina missgärningar.

Skapa i mig, Gud, ett rent hjärta, och giv mig på nytt en frimodig ande i mitt inre.

Förkasta mig icke från Ditt ansikte, och tag icke Din Helige Ande ifrån mig.

Låt mig åter få fröjdas över Din frälsning, och stärk mig med en ande som leder.

Då skall jag lära överträdarna Dina vägar, och de ogudaktiga skola omvända sig till Dig.

Rädda mig undan blodsutgjutelser, Gud, Du min frälsnings Gud, så skall min tunga jubla över Din rättfärdighet.

O Herre, Du skall upplåta mina läppar, och min mun skall förkunna Ditt lov.

Ty hade Du önskat offer, skulle jag ha givit Dig det, till brännoffer har Du icke lust.

Ett offer som behagar Gud är en förkrossad ande; ett förkrossat och bedrövat hjärta skall Du, Gud, icke förakta.

Gör väl mot Sion, o Herre, i Din godhet, så att Jerusalems murar byggs upp.

Då skall rättfärdighetens offer glädja Dig, offergåvor och brännoffer.

Då skola de offra tjurar på Ditt altare.

### TROSBEKÄNNELSEN

**J**ag 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, på Honom genom vilken allting är skapat;

som för oss människor och för vår salighets skull har stigit ned från himmelen och tagit mandom av den Helige Ande och Jungfrun Maria och blivit människa.

Som ock har blivit för oss korsfäst under Pontius Pilatus, lidit och blivit begravnen;

som på tredje dagen har uppstått efter Skrifterna;

och stigit upp till himmelen och sitter på Faderns högra sida; därifrån igenkommande i härlighet till att döma levande och döda, på vilkens Rike icke skall varda någon ände.

Och på den Helige Ande, Herren och Livgivaren, som utgår av Fadern, som tillika med Fadern och Sonen tillbedes och äras och som har talat genom profeterna.

Och på en enda, helig, allmännelig och apostolisk Kyrka;

jag bekänner ett enda dop till syndernas förlåtelse;

och förväntar de dödas uppståndelse;

och den tillkommande världens liv. Amen.

EN BÖN  
AV DEN HELIGE BASILEIOS DEN STORE

**V**i välsigna Dig, Gud, Du den Allrahögste och nådens Herre, som alltid verkar hos oss stora och omätliga gärningar, som har givit oss sömn till vila för våra svagheter och vår arbetande kropp. Vi tacka Dig för att Du icke låtit oss förgås i våra överträdelser, utan visat Din människokärlek och trots att vi voro nedbrutna i förtvivlan, rest oss upp så att vi kunna förhärliga Din makt. Därför nalkas vi Din ojämförliga godhet: Upplys vårt förstånds ögon och lyft vårt sinne från den tunga sömnens slöhet. Öppna vår mun och fyll den med Ditt lov, att vi ostörda må sjunga, tillbedja och lovprisa Dig, som är Gud förhärligad i allt och alla, Fader utan begynnelse, med Din enfödde Son och Din allraheligaste, goda och livgivande Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

O härliga och ständiga Jungfru, Kristi, vår Guds Moder, frambär inför din Son och vår Gud vår bön, att Han genom dig må frälsa våra själar.

Fadern är min förtröstan, Sonen är min tillflykt och den Helige Ande är min beskyddare. Heliga Treenighet, ära åt Dig.

All min förtröstan ställer jag på dig, Guds Moder, bevara mig under ditt beskärn.

**S**annerligen är det tillbörligt att prisa 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 prisa dig.

**O** Herre, Du människoälskare, förlåt alla, som hata och skymfa oss. Gör väl mot dem som göra väl mot oss. Giv våra bröder och anhöriga, vad de begära till frälsning och evigt liv. Besök de sjuka och giv dem läkedom. Styr de sjöfarande. Färdas med alla resande. Styrk alla ortodoxt kristna. Giv syndernas förlåtelse åt



dem som tjäna och visa oss barmhärtighet. Förbarma Dig över dem som anbefallt sig åt våra förböner, vi ovärdiga, efter Din stora nåd. Tänk, o Herre, på våra redan hädangångna fäder och bröder och giv dem ro där, varest Ditt ansiktes ljus lyser. Tänk, o Herre på dem av våra bröder, som äro fångslade, och rädda dem från allt ont. Tänk, o Herre, på dem som i Dina heliga kyrkor bära fram offer och göra vad gott är och giv dem vad de begära till frälsning och evigt liv. Tänk, o Herre också på oss, Dina ringa, syndiga och ovärdiga tjänare och upplys vårt förstånd med Ditt kunskaps ljus. Led oss på Dina budsords väg genom förbönerna av vår allrarenaste Härskarinna, *Theotokos* och ständigt rena Jungfrun Maria, och av alla Dina helgon, ty välsignad är Du i evigheters evighet. Amen.

### DEN HELIGE EFRAIM SYRIERNS BÖN

*Denna bön säges under den heliga och stora Fastan, utom på lördagar och söndagar.*

O mitt livs Herre och Härskare, giv mig icke lättjans, nyfikenhetens, maktlystnadens och det tomma pratets ande. (*prostration*)

Utan giv mig, Din tjänare, kyskhetens, ödmjukhetens, tålmodets och kärlekens ande. (*prostration*)

Ja, o Herre och Konung, giv mig förmågan att se mina egna synder och att icke döma min broder, ty välsignad är Du i evigheters evighet. Amen. (*prostration*)

*Sedan göra vi tolv bugningar och säga stilla:* Gud, rena mig, syndare!

Ja, o Herre och Konung, giv mig förmågan att se mina egna synder och att icke döma min broder, ty välsignad är Du i evigheters evighet. Amen. (*prostration*)

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



## BORDSBÖNER

### FÖRE OCH EFTER FRUKOST

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

### FÖRE LUNCH

**F**ader 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.

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

Herre, förbarma Dig. (3)

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

### EFTER LUNCH

**V**i tacka Dig, o Kriste vår Gud, för att Du har givit oss av Dina jordiska gåvor, beröva oss icke Ditt himmelska rike, utan som Du en gång kom till Dina lärjungar, o Frälsare, och gav dem frid, kom till oss och fräls oss.

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

Herre, förbarma Dig. (3)

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

### FÖRE KVÄLLSMAT

**D**e fattiga skola äta och varda mättade och de som söka Herren skola prisas Honom; och deras hjärtan skola leva för evigt. Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Herre, förbarma Dig. (3)

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

### EFTER KVÄLLSMAT

**D**u har glatt oss, o Herre, genom Dina gärningar och i Dina händers verk skola vi fröjda oss. Uppluft Du över oss Ditt ansiktes ljus, o Herre. Du har givit mig glädje i hjärtat. Från frukten av vete, vin och olja hava vi blivit mättade. I frid skall jag både lägga mig ned och somna in, ty Du Herre allena har befäst mig i hoppet.

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

Herre, förbarma Dig. (3)

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

### UNDER LJUSA VECKAN

*ävs. veckan efter den ljustrålande påsken*

### FÖRE FRUKOST

Kristus är uppstånden från de döda. Med Sin död Han döden nederlagt och åt dem som äro i gravarna liv Han bragt. (3)

Herre, förbarma Dig. (3)

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

### EFTER FRUKOST

Kristus är uppstånden från de döda. Med Sin död Han döden nederlagt och åt dem som äro i gravarna liv Han bragt.

### FÖRE LUNCH OCH KVÄLLSMAT

Kristus är uppstånden från de döda. Med Sin död Han döden nederlagt och åt dem som äro i gravarna liv Han bragt. (3)

Låtom oss som nu hava skådat Kristi uppståndelse tillbedja vår Herre Jesus, som ensam är utan synd. Vi tillbedja Ditt kors, o Kriste, och prisa och ära Din heliga Uppståndelse. Ty Du är vår Gud och vi känna ingen annan utom Dig och vi åkalla Ditt namn. Kommen I alla troende, låtom oss tillbedja Kristi heliga Uppståndelse, ty skåda, genom Korset har glädje kommit till världen all. För evigt välsignande Herren, prisa vi Hans Uppståndelse. För vår skull uthärdade Han korset och genom döden tillintetgjorde Han döden.

Herre, förbarma Dig. (3)

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

### EFTER LUNCH OCH KVÄLLSMAT

Kristus är uppstånden från de döda. Med Sin död Han döden nederlagt och åt dem som äro i gravarna liv Han bragt. (3)

Jesus, har uppstått ur graven som Han förutsagt, och förlänat oss evigt liv och stor nåd.

Herre, förbarma Dig. (3)

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



## AFTONBÖNER

**G**enom våra heliga fäders 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 överträdelser. 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.

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

**F**örbarma Dig över oss, Herre, förbarma Dig över oss. Svartslösa inför Dig, o Härskare, frambära vi syndare denna bön till Dig: Förbarma Dig över oss.

Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande.

Herre, förbarma Dig över oss, ty till Dig sätta vi vårt hopp. Vredgas icke på oss över måttan och tänk icke på våra överträdelser. Men se i nåd till oss även denna stund och rädda oss från våra fiender, ty Du är vår Gud och vi äro Ditt folk; alla äro vi Dina händers verk och Ditt namn åkalla vi.

Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Öppna för oss barmhärtighetens dörrar, o välsignade *Theotokos*. Låt icke oss, som hoppas på dig, förgås utan giv, att vi genom dig frias från all nöd, ty du är de kristtrognas beskydd.

Herre, förbarma Dig. (12)

## BÖN 1

*av den Helige Makarios den Store*

**O**evige Gud, Du allt skapats Konung, Du som låtit mig nå fram till denna stund: Förlåt mig de synder, som jag idag begått i gärning, ord och tanke. Rena mig, o Herre, från allt orent till kropp och själ. Herre, giv mig nåd att i natt få vila i frid och att jag, då jag åter stiger upp från min enkla bädd, må vara Ditt allraheligaste namn välbehaglig under alla mina livsdagar samt att jag må besegra alla de köttsliga och kroppsliga fiender, som strida emot mig. Herre, fräls mig från alla de fåfängliga tankar, som orena mig, samt från alla onda begärelser. Ty riket är Ditt och makten och härligheten, Fader, Son och Helig Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

## BÖN 2

*av den Helige Antiochus*

**O**Allhärskare, Faderns Ord, Du som själv är fullkomlig, o Jesu Kriste. Driv icke bort mig, ovärdige tjänare, från Dig för Din

stora barmhärtighets skull utan förbliv städse i mig. O Jesu, Du gode herde för dina får, utlämna mig icke åt ormens anslag och satans önskningar, ty förstörelsens frö finnes ju i mig. Lovprisade Herre Gud, helige Konung, Jesu Kriste, skydda mig, då jag sover, med Ditt alltid klara ljus, den Helige Ande, som helgade Dina lärjungar. Herre, giv även mig, ovärdige tjänare, Din frälsning vid min enkla bädd. Upplys mitt förstånd med det förklarande ljuset av Ditt heliga Evangelium, min själ med kärleken från Ditt kors, mitt hjärta med renheten av Ditt ord, min kropp med Ditt oskyldiga lidande. Bevara mina tankar i Din ödmjukhet och uppväck mig i rätt tid till att förhärliga Dig. Ty högt lovad är Du tillika med Din evige Fader och den Helige Ande i evighet. Amen.

### BÖN 3

#### TILL DEN HELIGE ANDE

O Herre, himmelske Konung, Tröstare, Du sanningens Ande, visa barmhärtighet och förbarma Dig över mig Din syndige tjänare, och befria mig från min ovärdighet, och förlåt mig allt varigenom jag har syndat emot Dig idag såsom människa, och egentligen icke endast likt en människa, utan värre än ett odjur, mina synder frivilliga och ofrivilliga, medvetna och omedvetna, från min ungdoms dagar, från det ondas försorg, eller från skamlöshet och misströstan. Om jag har svurit vid Ditt namn, eller hädat det i mina tankar, eller bedrövat någon eller blivit arg för något; eller om jag ljugit eller sovit fast det icke var nödvändigt; eller om en tiggare kommit till mig och jag avvisat honom; eller om jag har bedrövat min broder, eller grälat, eller fördömt någon; eller om jag har skrutit, eller varit stolt, eller arg; eller om, när jag stod i bön, mitt sinne varit okoncentrerat av världens villa eller fördärvliga tankar; eller om jag frossat på mat eller utövat dryckenskap, eller skrattat lättsinnigt; om jag haft onda tankar, eller sett skönhet hos någon annan än tillbörligt och därutav i mitt

hjärta fått ett sår; eller om jag sagt otillbörliga saker, hånat min broders synder fastän mina egna är oräkneliga; eller om jag varit slarvig med bön, eller gjort något ont som jag icke kan åminna mig. För allt detta och mer därtill är jag skyldig: O Härskare, min Skapare, hav förbarmande över Din utkastade och ovärdige tjänare och efterskänk, tillgiv och förlåt mig, ty Du är god och människoälskande, så att lidelsefull, syndig, och eländig som jag är, jag må lägga mig ned och vila i frid. Så skall jag tillbedja, lovsjunga och ära Ditt ärevärdiga namn, tillika med Fadern och Hans enfödde Son, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

#### BÖN 4

##### *av den Helige Makarios den Store*

Vad skall jag skänka Dig, eller vad skall jag giva Dig, o Du som giver stora gåvor, odödlige Konung, o barmhärtige Herre, som älskar människosläktet? Ty fastän jag varit trög med att behaga Dig och gjort intet gott, har Du lett mig till dagens slut, så stadfäst nu min själs omvändelse och frälsning. Hav förbarmande med mig syndare, som är utan varje god gärning, res min fallna själ, som blivit befläckad med oräkneliga synder, och tag ifrån, detta mitt syndiga liv, varje ond tanke. Förlåt mig mina synder, o Du ende syndfrie, med vilka jag syndat emot Dig under denna dag, medvetna eller omedvetna, i ord, tankar och gärningar och med alla mina sinnen. Må Du själv skydda och bevara mig ifrån varje, enligt Ditt sinne, motstående omständighet, genom Din gudomliga auktoritet och kraft och obeskrivbara kärlek till människan. Utplåna, o Gud, jag ber, utplåna mina synders myckenhet. Var, o Herre, mig nådig och befria mig ifrån den ondes nät och fräls min lidelsefulla själ och beskärma mig med ljuset av Ditt anlete, då Du kommer i Din härlighet; och giv mig ännu dömde, en drömlös sömn och bevara Din tjänare obekymrad av tankar och driv långt ifrån mig alla sataniska gärningar och upplys mitt hjärtas ögon med vishet, då jag fruktar



att döden må komma under sömnen. Och sänd till mig en fridens ängel, en väktare och min själs och kropps ledsagare, att han må befria mig ifrån mina fiender, så att då jag stiger upp ur sängen, jag må giva Dig tacksägelse. Ja, o Herre, lyssna till mig, Din syndige och eländige tjänare, i bikt och i samvetets bekännelse, och förläna mig, då jag åter står upp, att bliva vägledad av Dina ord. Och fördriv genom Dina änglar all demonisk modlöshet, så att jag må välsigna Ditt heliga namn och ära och upphöja den allra mest rena Maria *Theotokos*, som Du givit oss syndare såsom beskyddarinna, och lyssna på hennes böner för oss. Ty jag vet att hon efterliknar Din kärlek för människosläktet och beder för oss med oförminskad styrka. Genom hennes beskydd och det dyrbara korsets tecken, och för alla Dina helgons skull, o Jesu Kriste vår Gud: Helig är Du och förhärligad i evighet. Amen.

### BÖN 5

**O** Herre, vår Gud, förlåt mig allt vad jag denna dag har syndat med ord, gärning och tanke, ty Du är god och människoälskande. Giv mig en stilla och ostörd sömn; sänd till mig Din skyddsängel, som beskärmar och bevarar mig för allt ont. Ty Du är våra sjäalars och kroppars beskyddare och Dig hembära vi ära, Fader, Son och helig Ande, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

### BÖN 6

**O** Herre vår Gud, på vilken vi tror och vilkens namn vi åkallar över alla andra namn, skänk oss, när vi nu går till sömns, vila till kropp och själ, och bevara oss från alla mörka drömmar och dunkla lustar, häv begärets angrepp och kväv glöden som reser sig i mitt kött. Förläna oss att leva oklanderligt och kyskt i ord och gärningar, att vi må undfå ett dygderikt liv och icke falla ifrån Dina utlovade välsignelser; ty välsignad är Du i evighet. Amen.

## BÖN 7

*av den Helige Johannes Chrysostomos*

**H**erre, undandrag mig icke Dina himmelska goda gåvor. Herre, fräls mig från de eviga plågorna. Herre, förlåt mig vad jag har syndat med förstånd eller tanke, med ord eller gärning. Herre, fräls mig från all okunnighet, glömska, klenmod och förstenande känslolöshet. Herre, fräls mig från all frestelse. Herre, upplys mitt hjärta, som förmörkats av onda begärelser. Herre, jag har såsom människa syndat, men Du är såsom Gud barmhärtig; förbarma Dig över mig, då du ser min själs vanmakt. Herre, sänd Din nåd till min hjälp, att jag må prisa Ditt heliga namn. Herre Jesu Kriste, skriv in mig Din tjänare, i Livets bok och giv mig ett gott slut. Herre, min Gud, fastän jag icke gjort något som är gott inför Dig, så förlåna mig dock att efter Din nåd begynna göra det goda. Herre, bestänk mitt hjärta med Din nåds dagg. Herre över himmel och jord, tänk på mig, Din syndige, skamlige och orene tjänare, i Ditt rike. Amen.

Herre, tag emot mig i min ånger. Herre, led mig icke in i frestelse. Herre, giv mig goda tankar. Herre, giv mig tårar, tanke på döden samt förkrosselse. Herre, ingiv mig tanken att bekänna mina synder. Herre, giv mig ödmjukhet, kyskhet och lydnad. Herre, giv mig tålmod, storsinnet och saktmod. Herre, plantera i mig det godas rot, Din fruktan i mitt hjärta. Herre, giv mig nåd att älska Dig av hela min själ och av all min ande och i allt göra Din vilja. Herre, beskydda mig från onda människor och demoner, från lidelser och allt annat otillbörligt. Herre, jag vet, att Du handlar så, som det behagar Dig, så ske Din vilja också med mig syndare, ty Du är välsignad i evighet. Amen.

## BÖN 8

**TILL VÅR HERRE JESUS KRISTUS**

**O** Herre Jesu Kriste, Guds son, för din allra mest ärade moders skull, och Dina okroppsliga änglars; för Din Profet, Förelö-

pare och Döparens skull; för de av Gud inspirerade apostlarnas skull; för de strålande och segrande martyrernas skull, och för alla Dina helgons förböners skull, befria mig från den anfäktande närvaron av demoner. Ja, min Herre och Skapare, som icke önskar en syndares död, utan att hon omvänder sig och får leva, giv omvändelse även åt mig, eländige och ovärdige; rädda mig från den ondskefulla ormens gap, som vill sluka mig och taga mig levande ned till dödsriket. Ja, min Herre och beskärmare, Du som för min eländiga saks skull iklädde Dig förgängligt kött, drag mig ut ur eländet och vederkvick min fördärvade själ. Inplantera i mitt hjärta en vilja att fullgöra Dina bud, att försaka mina onda gärningar och undfå Dina välsignelser, ty i Dig, o Herre, har jag mitt hopp, fräls mig.

## BÖN 9

### TILL DEN ALLRAHELIGASTE THEOTOKOS

**D**u den gode Konungens goda Moder, allraheligaste och välsignade *Theotokos* Maria, gjut din Sons och vår Guds nåd över min lidelsefulla själ och led mig genom dina förböner att göra det goda, så att jag må leva mina återstående levnadsdagar utan synd och genom dig nå paradiset, o *Theotokos* och Jungfru, du enda rena och välsignade.

## BÖN 10

### TILL SKYDDSÄNGELN

**K**risti ängel, min helige beskyddare, min själs och min kropps beskärmare, förlåt mig allt, varmed jag har syndat denna dag. Bevara mig från den onde fiendens alla anslag, så att jag icke med någon synd må förtörna min Gud. Bed för mig, syndige och ovärdige tjänare, och gör mig värdig den allheliga Tre-enighetens godhet och nåd och mildheten hos min Herres Jesu Kristi Moder och hos alla helgon. Amen.

### *Kontakion till Theotokos*

**T**ill dig, o Härförerska, bringa vi din från lidanden lösta hjord, en tacksam segersång, o *Theotokos*. Och, då du har en oövervinnelig makt, från all upptänklig fara må du befria oss, att vi må ropa till dig: Gläd dig, du oförmälda Brud.

O härliga ständiga Jungfru, Kristi, vår Guds, Moder, framför inför din Son och vår Gud vår bön, att Han genom dig må frälsa våra själar.

All min förtröstan ställer jag på dig Guds Moder; bevara mig under ditt beskärm.

*Theotokos* och Jungfru, förakta icke mig, syndare, som begär din hjälp och din förbön. Ty på dig förtröstar min själ. Var mig nådig.

### *Sedan den Helige Joannikios bön:*

**F**adern är min förtröstan, Sonen är min tillflykt, den Helige Ande är min beskyddare. Heliga Treenighet: Ära åt Dig.

**S**annerligen är det tillbörligt att prisa dig salig, o *Theotokos*, du Sevigt 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 prisa dig.

Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande.

Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Herre, förbarma Dig. (3)

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



## BÖNER VID SÄNGEN

*Bön av den Helige Johannes av Damaskus*

**O**Härskare och människoälskare, skall männe denna bädd bliva min grav eller skall Du åter upplysa min fördärvade själ med en ny dag? Se, graven ligger framför mig; se döden står inför mig. Herre, Din dom fruktar jag och likaså de eviga plågorna. Dock upphör jag icke att göra vad ont är. Dig, Herre min Gud, vredgar jag alltid och även Din allrarenaste Moder samt alla de himmelska krafterna och min helige skyddsängel. Herre, jag vet, att jag är ovärdig Din människokärlek samt att jag är värd all fördömelse och de eviga plågorna. Men, Herre, fräls mig, vare sig jag vill det eller icke vill det. Ty om Du skulle frälsa de värdiga, så ligger däri icke något märkligt, och om Du förbarmar Dig över de rena, så ligger däri icke något under; de äro ju värda Din barmhärtighet. Men uppenbara på mig, syndare, Din barmhärtighets under och klargör så Din människokärlek. Låt icke min ondska vinna seger över Din outsägliga godhet och barmhärtighet. Herre, ske med mig efter Din vilja.

**U**pplys mina ögon, o Kriste min Gud, att jag aldrig må somna i synd, och att aldrig min fiende må säga: Jag har blivit honom övermäktig.

Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande.

Bliv min själs beskyddare, o Gud, ty jag vandrar bland många fångstnät. Rädda mig från dem och fräls mig, o Gode, ty Du är människoälskande.

Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Låtom oss oavlätligen lovsjunga den allra mest ärade Guds Moder, mer helig än de heliga änglarna, med våra hjärtan och

munnar, bekännande att hon är *Theotokos*, ty hon gav för oss i sanning födelse åt Gud i köttet, och beder oavlätligen för våra själar.

*Kyss sedan ditt kors och gör (med det) korsets tecken över sängen och säg:*

**M**å Gud stå upp och Hans fiender varda förskingrade och de som hata Honom fly för Hans ansikte. Såsom röken försvinna, så må de försvinna; likasom vaxet smälter för eld, så förgås demonerna inför dem som älska Gud och teckna sig med korsets tecken, sägande i glädje: Hell dig, du ärevördiga och livgivande Herrens kors, ty du förjagar demonerna genom kraften från vår Herre Jesus Kristus, som naglades på Dig, Han som nedsteg i dödsriket och övervann djävulens makt och gav åt oss Dig, sitt ärevördiga kors till fördrivandet av varje vedersakare. O Du ärevördiga och livgivande Herrens kors, hjälp mig tillika med Herrens heliga Jungfru, *Theotokos*, och alla helgon. Amen.

**S**kydda mig, Herre, med kraften av Ditt ärorika och livgivande kors och bevara mig från allt ont.

**O** Gud overse med, tillgiv och förlåt oss våra synder, dem vi begått med vilja eller utan att vilja det, i ord eller i gärning, medvetet eller omedvetet, om dagen eller under natten, i förstånd och i tanke. Förlåt oss allt, ty Du är god och människoälskande.

**O** Herre, Du människoälskare, förlåt alla, som hata och skymfa oss. Gör väl mot dem som göra väl mot oss. Giv våra bröder och anhöriga, vad de begära till frälsning och evigt liv. Besök de sjuka och giv dem läkedom. Styr de sjöfarande. Färdas med alla resande. Styrk alla ortodoxt kristna. Giv syndernas förlåtelse åt dem som tjäna och visa oss barmhärtighet. Förbarma Dig över dem som anbefallt sig åt våra förböner, vi ovärdiga, efter Din stora nåd. Tänk, o Herre, på våra redan hädangångna fäder och bröder och giv dem ro där, varest Ditt ansiktes ljus lyser. Tänk, o Herre på dem av våra bröder, som

äro fångslade, och rädda dem från allt ont. Tänk, o Herre, på dem som i Dina heliga kyrkor bära fram offer och göra vad gott är och giv dem vad de begära till frälsning och evigt liv. Tänk, o Herre också på oss, Dina ringa, syndiga och ovärdiga tjänare och upplys vårt förstånd med Ditt kunskaps ljus. Led oss på Dina budsords väg genom förbönerna av vår allrarenaste Härskarinna, *Theotokos* och ständigt rena Jungfrun Maria, och av alla Dina helgon, ty välsignad är Du i evigheters evighet. Amen.

### *Daglig syndabekännelse*

**J**ag bekänner för Dig, min Herre, Gud och Skapare, Du som är en enda i Helig Treenighet, prisad och ärad; jag bekänner för Dig, Fader, Son och Helig Ande, alla mina synder, dem jag begått under alla mina livsdagar, i varje stund, i detta ögonblick, i den tid som förflutit, både natt och dag, i gärning, ord och tanke, med frosseri, dryckenskap, smygätande, tomt prat, misströstan, lättja, motsägelser, olydnad, skvallrande, fördömande, slarvighet, egoism, habegär, utpressning, lögn, oärlighet, vinningslystnad, avundsjuka, svartsjuka, ilska, minnen av fel, hat, tagande av mutor; och genom alla mina sinnen: med syn, hörsel, lukt, smak, känsel; ja, med alla andliga såväl som kroppsliga, med vilka jag förtörnat Dig, min Gud och Skapare, samt förorättat min nästa. Jag ångrar dem och anklagar mig inför Dig min Gud. Jag träder fram för Dig och önskar göra bot. Så hjälp mig Du, Herre min Gud, jag beder Dig ödmjukt under tårar och botfärdighet. Förlåt mig mina förgångna synder genom Din barmhärtighet och lös mig från dem alla, ty Du är god och människoälskande

**I** Dina händer, Herre Jesu Kriste, min Gud, överlämnar jag min själ. Välsigna mig, förbarma Dig över mig och skänk mig evigt liv. Amen.



## PÅSKENS TIDEBÖN

*Att användas från den stora och heliga Påskdagen till lördagen i påskveckan istället för de vanliga morgon- och aftonbönerna, midnattsgudstjänsten, timmarna och completoriet.*

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

**K**ristus är uppstånden från de döda. Med Sin död Han döden nederlagt och åt dem som äro i gravarna liv Han bragt. (3)

**L**åtom oss som nu hava skadat Kristi uppståndelse tillbedja vår Herre Jesus, som ensam är utan synd. Vi tillbedja Ditt kors, o Kriste, och prisa och ära Din heliga Uppståndelse. Ty Du är vår Gud och vi känna ingen annan utom Dig och vi åkalla Ditt namn. Kommen I alla troende, låtom oss tillbedja Kristi heliga Uppståndelse, ty skåda, genom Korset har glädje kommit till världen all. För evigt välsignande Herren, prisa vi Hans Uppståndelse. För vår skull uthärdade Han korset och genom döden tillintetgjorde Han döden. (3)

**N**är de som var med Maria kom, i väntan på gryningen, och fann att stenen var bortrullad från graven, hörde de en ängel: Varför söken I den levande bland de döda, Han som bidar i det eviga ljuset? Skåden linnebindlarna. Gån åstad med hast och sägen till världen att Herren är uppstånden och genom döden utplånat döden, ty Han är Guds son som frälser människosläktet.

**F**astän Du nedsteg i graven, o Du Odödlige, krossade Du dödsrikets makt och uppstod såsom segrare, o Kriste vår Gud, ropande till de myrrabärande kvinnorna, glädjens, och givande frid åt Dina Apostlar, o Du som skänker Uppståndelse åt de fallna.



**I** graven till kroppen, till dödsriket med Din själ fastän Du är Gud; i paradiset med rövaren; och på tronen med Fadern och Anden är Du den som uppfyller allting, o Kriste, den Obegränsade.

Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande.

Huru livgivande, huru mycket mer skönt än paradiset och i sanning mer skimrande än något konungsligt palats visade sig Din grav vara, källan till vår Uppståndelse, o Kriste.

Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Gläd dig, o den allra Högstes helgade och gudomliga tabernakel, ty genom dig, o *Theotokos*, är glädje given till dem som ropa: Välsignad vare du bland kvinnor, o du allrarenaste Härskarinna.

Herre, förbarma Dig. (40) Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

Ärorikare än kerubim och utan jämförelse mer prisad än serafim; du som utan att förtäras födde Gud, Ordet; du som är *Theotokos*, vi prisar dig.

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

*Vid Completoriet läsa vi även denna bön:*

## EN COMPLETORIEBÖN

AV DEN HELIGE BASILEIOS DEN STORE

**V**älsignad vare Du, o Allsmäktige Härskare, som har upplyst dagen med solens ljus och lyst upp natten med stråk av eld, som har ansett oss värdiga att genomleva dagen och nalkas aftonen. Hör våra böner och bönerna från allt Ditt folk. Förlåt oss alla våra synder, medvetna eller omedvetna, mottag våra aftonböner och sänd rikligen ned Ditt förbarmande och Din barmhärtighet över Ditt folk. Beskräma oss med Dina heliga änglar, utrusta oss

med Din rättfärdighets pansar, omringa oss med Din sanning, skydda oss genom Din makt, rädda oss från varje sorglig omständighet och från den ondes sammansvärjning. Och skänk oss att denna afton och den kommande natten och alla våra levnadsdagar må bliva fullkomliga, heliga, fridfulla, syndfria, utan felsteg och högfärdig inbillning, genom den heliga Theotokos' förböner och alla helgon som, från förflutna tider, har varit Dig behagliga. Amen.

Kristus är uppstånden... (3) Ära åt Fadern och Sonen och den Helige Ande. Nu och alltid och i evigheters evighet. Amen. Herre, förbarma Dig. (3)

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



*Från den heliga och stora Påskdagen till Pingst läses icke begynnelsebönerna: Ära åt Dig, vår Gud, ära åt Dig. Himmelske konung, tröstare...*

*Och från den heliga och stora Påskdagen till Kristi himmelfärds afton läsa vi istället för Helige Gud, Helige Starke... följande: Kristus är uppstånden från de döda... (3).*

