

《祈祷文集》

目录

前言	2
开篇祷文.....	7
晨祷	10
追思祷文.....	19
结束祷文.....	22
睡前祷文.....	23
领圣体礼仪.....	35
圣体圣事后感恩祷文.....	52
复活节时辰祷文.....	57
献给我们的主耶稣基督的赞美诗与赞歌.....	59
献给我们的主耶稣基督的忏悔赞美诗.....	75
致至圣童贞圣母的赞美诗与圣咏.....	82
致至圣童贞圣母的祈求圣咏.....	99
致圣而赐生命之十字架的赞美诗.....	108
致守护天使的赞美诗.....	117
圣尼古拉（圣徒与奇迹制造者）赞美诗与颂歌.....	123
为病患所诵的赞美诗.....	141
由平信徒主持的游行礼仪	148
由平信徒主持的游行礼仪 复活节期间	151
十二篇诗篇礼仪.....	153
防秽规条.....	166

引言

根据莫斯科圣菲拉雷特（《东正教教理问答》第二部分，第2章）的定义，祈祷“是心灵与思想向上帝的升华，表现为人对上帝虔诚的言语”。正是在祈祷中，我们的灵魂与造物主建立起交通，开始按照天国的律法生活，从而参与那永恒的生命——其本质在于与上帝的交通和对上帝的认识（约翰福音17:3）。不难理解，对基督徒而言，获得真正的祷告体验是多么重要，而这种体验的终极目标正是践行使徒的诫命：“要不住地祷告”（帖前5:17）。

主耶稣基督亲自赐给门徒的，不仅有关于祷告的教导，还有祷告的范本——用教会的说法就是“祷告中的祷告”，其中包含了我们能够且应当祈求的一切。（马太福音6:9-13，路加福音11:2-4）。主祷文也成为了我们所知的最早的祷告准则：在公元一、二世纪之交的文献《十二使徒教义》（《迪达赫》，第八章）中，建议每天诵读此祷文三次。随着时间的推移，教会开始记录圣徒们的祷告经验，以便在祷告修习上尚不精进的人能够眼前有完美祷告的范例。特别是随着修道生活开始兴盛（4世纪），不仅编纂了大量高水平的祷告范本，还制定了规定教堂礼拜和静室（即家庭）祷告秩序的规条。历经数个世纪直至今日，出现了大量此类规约和祈祷准则。其中一些仅见于文献记载，另一些则至今仍在全教会范围内沿用。只需回顾一下印在礼拜用《诗篇集》末尾、由天使赐予大帕科米乌斯圣父（+约348年）的规条，或是萨罗夫的塞拉菲姆圣父（+1833年）为迪维耶夫修道院的修女们制定的规条，便足以说明这一点。

在当今时代，由于只有少数教会成员有机会持续参与每日的教堂礼拜，家庭祈祷的重要性便显得尤为突出。在此，东正教会虽丝毫不否认每个人都可以用发自内心的言语进行祈祷，但仍建议其成员首先遵循特定的祈祷规则——即为每个人所熟知并确定的祷文数量和顺序。

引言

祷告规则的具体内容和篇幅需根据个人情况单独确定，通常在灵性导师的建议下，结合基督徒的灵性“成熟度”和生活状况来制定。

目前，平信徒通常每天诵读晨祷和睡前祷文——无论是全文还是节选。作为领圣体前的祷告准备，通常建议在领圣体前一天诵读三篇赞美诗——向我们的主耶稣基督的忏悔赞美诗、向至圣童贞女玛利亚的祈求赞美诗，以及向守护天使的赞美诗。此外，晚祷结束后需诵读《圣体圣事规程》（不包括祷文），以及常规的晚祷规程。次日清晨，在圣体圣事礼拜之前，需诵读晨祷和圣体圣事前祷文。圣体圣事礼拜结束后，无论在教堂还是家中，均需诵读圣体圣事后感恩祷文。

东正教会指出必须遵循“规则”，并通过此途径学习圣徒们的祈祷经验，这默认了祈祷者能够理解祷文的含义。正因如此，将《圣经》和礼拜文译成不同语言的可能性，甚至必要性，一直以来都得到认可。俄语在这方面也不例外。

当然，理解祷文含义的困难首先出现在那些刚加入教会且没有语言学背景的人身上。对于他们来说，用俄语诵读祷文，能大大有助于在当代世俗文化与 的圣父祷告实践及教会礼仪传统之间“架起桥梁”。不过，众所周知，即便是对那些相当熟悉教会生活的人来说，祷文中的许多段落和措辞仍然难以理解，或者更糟糕的是，被误解了。

我们希望，本版不仅能帮助这类人理清祷文的含义，更能让他们更深入地融入东正教的祷告宝库。书中收录了一本简明祷文集，其中包含上述所有祷文，这些都是东正教信徒日常不可或缺的。这些祷文部分译自希腊文原文（当我们能够获得原文时），部分译自斯拉夫文，如果这些文本仅在斯拉夫礼拜传统中使用的话。例如，从希腊语翻译了晨祷的开篇部分（直至《信经》为止），以及第7和第8篇晨祷文；从晚祷规中翻译了忏悔圣咏、圣母康达克及随后四篇简短祷文；致至圣圣母的祈祷经、圣体圣事礼仪（第7篇祷文除外）以及感恩祷文。我们在词汇和句法上力求使译文与惯用的教会斯拉夫语文本保持一致，

引言

并在韵律上与其相近。译者为阐明语义而添加的词语以斜体标出。方括号内标注的是希腊文本中有而斯拉夫文本中没有的词语，圆括号内则标注的是仅出现在斯拉夫文本中的词语。

本版第二部分为《诗篇》——这部圣经书籍在教会的礼仪生活中占据着极其独特的地位，堪称真正的“祈祷学校”。

《诗篇》（源自希腊语 *Yalt»rion*——一种类似于古筝或竖琴的弦乐器）是《旧约》中的书籍之一。在希伯来语中，它被称为《赞美之书》，是一部由150篇诗篇（第151篇仅见于希腊文）组成的合集——这些诗歌作品原本是 为配合音乐伴奏而创作的，这一用途在诗篇的标题中仍有体现。

传统上，大多数诗篇被归于诗篇作者大卫王（约公元前1000年）。在希伯来文本中，有73篇诗篇以他的名字命名；而在希腊文本中，则有84篇。但也有一些诗篇署名于可拉子孙——即圣殿歌者家族（10篇），以及大卫的 contemporaries 利未人亚萨（12篇）、他的兄弟耶曼（第87篇）和另一位歌者耶法（第88篇）。第89篇诗篇被归于摩西，第71篇和第126篇则归于所罗门。其余诗篇的作者不详。

诗篇的内容非常丰富多样。诗篇作者们既受历史事件的启发，也受个人生活变故的触动，这些经历引导人归向唯一的盼望之源；还有那充满悔改之情的灵魂对上帝的渴慕，对上帝无尽恩典的感恩，以及面对造物主的大能、至智及其完美创造时所流露的欣喜。这些静默的叹息与庄严的赞美，时而在寂静中回响，时而又被祈祷的民众所组成的合唱所接续。在这份对上帝的渴慕之上，在所有个人与生活的悲伤以及灵性的喜乐之上，主宰着一个深藏心底的念想，一种迫切的期待——那即将降临的弥赛亚；每当想到祂，诗人的心灵便充满先知般的力量。

对于基督徒而言，对弥赛亚降临的盼望随着耶稣基督的降临而得以实现。《诗篇》的经文在新约中被频繁引用，其中第109篇最为常见。新约和基督教传统将第2、8、15、21、39、40、44、67、68、97以及许多其他诗篇中的个别经文都归于基督。基督教会将这些诗篇原封不动地纳入了其礼拜仪式——字

引言

面未改，但内涵却得到了极大的丰富：基督的教导、最后的晚餐、受难与复活，这些都深化了人们对诗篇的理解，印证了其中的先知性洞见，并超乎预期地实现了旧约时代人类的所有期盼。

无论在早期基督教时代还是教父时代，《诗篇》都作为祈祷和赞美上帝的绝佳指南。在最初的几个世纪里，基督徒通过吟唱诗篇激励自己践行虔诚的善行；在遭受迫害时，诗篇给予他们支持，赋予他们勇敢承受苦难的力量；而在休息时以及从事各种劳动和活动时，诗篇也成为他们的精神滋养。

据传说，《诗篇》连同其他圣经书籍一起，由72位学者在公元前285–246年左右或稍晚些时候，在亚历山大里亚被翻译成希腊语。

该译本被称为《七十士译本》（源自拉丁语 Septuaginta——70，简称LXX）。它在讲希腊语的犹太人中有极高的权威，随后成为基督教教会中《旧约》的官方译本。《新约》中引用的《旧约》经文均依据《七十士译本》；早期教会的教父们也使用这一译本。

斯拉夫教父君士坦丁（西里尔）和梅福迪乌斯最早翻译的书籍之一便是《诗篇》，他们将LXX的希腊文译本逐字译为斯拉夫语。随着基督教在罗斯的扎根，《诗篇》逐渐成为人民最喜爱的书籍。人们通过《诗篇》学习识字；虔诚的书迷离不开《诗篇》；在亡者葬礼上也会诵读《诗篇》。整个古俄语文学作品中都充斥着对《诗篇》的引用。

在教堂中，每逢早晚礼拜都会诵读《诗篇》，每周诵读一遍，大斋期期间则每周诵读两次。东正教礼拜文中包含大量直接或隐含的《诗篇》引文。

遗憾的是，目前大多数基督徒对《诗篇》的教会斯拉夫文文本知之甚少。现有的《圣经》俄语主教会议译本无法弥补这一缺憾，因为该译本是根据古希伯来语马所拉文本翻译的，因此许多地方可与追溯至《七十士译本》（LXX）的教会斯拉夫语文本存在差异。此外，作为供家庭阅读的译本，它本质上只是

引言

对诗歌文本 的散文式逐行注释。这一点也适用于基于七十士译本 (LXX) 且最近再版的P. A. 尤恩格罗夫 (1915年) 的译本。

本译本力求在一定程度上克服这些不足。在不影响语义清晰度的前提下，LXX的希腊文原文予以直译。对于直译无法准确传达语义之处，则根据教父们的理解进行意译，并尽可能贴近原文。

若希腊文文本存在不同读法，则采用与教会斯拉夫语《诗篇》相符的版本。诗节的编号在某些地方也与《主教会议圣经译本》有所不同。为确保行文连贯和意义清晰而添加的词语，与《祷文集》中的做法一样，均以斜体标出。

本译本的主要目的是传达意义，而非试图进行反映原文风格特色的艺术性诗意翻译。不过，文本的韵律在可能的情况下尽可能贴近教会斯拉夫语的韵律。

根据东正教会的礼拜规程，本版《诗篇》的文本被划分为“卡菲兹”和“颂词”。

每篇诗篇均附有伴随家庭诵读的颂歌和祷文，这些内容在教会斯拉夫语《诗篇集》中亦有收录。这些文本均由教会斯拉夫语翻译而来。

书末附有为亡者及生者健康诵读《诗篇》的规程，并配有相应的祷文。

修道士安布罗西 (蒂姆罗特) 。

[返回目录。](#)

开篇祷文

这些祷文在家庭祈祷规程及大多数教堂礼拜的开始时诵读。每位东正教信徒都应熟记于心。

完成规定的鞠躬礼后，神父宣告¹：我们的上帝永远受赞美，如今、现在和永远，直到世世代代。

我们则应答²：阿门。

诵经员：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

向圣灵的祈祷³

天上的君王、安慰者、真理之灵，无处不在、充满万有，恩典的宝库、生命的赐予者，求祢降临并住在我们里面，洁净我们一切的污秽，仁慈的主，拯救我们的灵魂。

三圣颂⁴

圣哉、圣强、圣不朽的上帝，求祢怜悯我们⁵。

圣神、圣强、圣不朽，求祢怜悯我们。

圣神、圣强、圣不朽者，求祢怜悯我们。

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世世代代。阿们。

圣三一祷文

至圣圣三，怜悯我们；主啊，洗净我们的罪；主啊，赦免我们的过犯；圣者，求祢眷顾并医治我们的软弱，为祢的名。

主啊，求祢怜悯。（3）

荣耀归于圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世世代代。阿们。

开篇祷文

主祷文

我们在天上的父！愿祢的名被尊为圣；愿祢的国降临；愿祢的旨意行在地上，如同行在天上；求祢今日赐给我们日用的饮食；赦免我们的过犯，正如我们赦免了得罪我们的人；不要让我们陷入试探，救我们脱离那恶者。

司祭：因为国度、权柄、荣耀，全是父、子、圣灵的，如今、直到永远、世代代，永无止境。

我们：阿们。

诵经员：主啊，怜悯我们。（12）

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵，如今、永远，直到世代代。阿门。⁶

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在我们自己的基督——君王和上帝面前。

起始祷文之后，诵读相应礼仪的仪式经文。

注释

1 平信徒开始祷告时，要划十字圣号，并诵念：

奉圣父、圣子、圣灵之名。阿门。

而代替神父的开场呼号，他会说：

凭我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

这一呼求代替了所有神父的呼求。礼拜仪式中神父和执事所诵念的一切内容均予省略。

2 祷文的标题及说明（以不同字体标注）不需大声诵读。

3 从复活节到升天节，以三遍复活节圣咏“基督复活了：”代替此祷文；从升天节到圣灵降临节，则在起始呼号后立即诵读《三圣颂》。

4 随后直至“我们的天父”祷文（含该祷文）为止的祷文，在礼仪书中标注为“接着诵读‘三圣颂’”或“接着诵读‘三圣颂’，至‘我们的天父’”之处，应完整诵读。

5 此祷文通常在诵读时伴随划十字圣号及腰部鞠躬。

开篇祷文

6 当礼拜书中印有“荣耀颂”时，应完整诵读：“荣耀归于圣父、圣子、圣灵”。当印有“如今”时，应诵读：“如今、永远、直到世代代。 阿门”。凡印有“**荣耀颂**，如今”之处，应完整诵读整段荣耀颂。符号“：”表示仅给出文本的开头词（通常是众所周知且经常重复的内容）。

[返回目录。](#)

晨祷

从睡梦中醒来后，在处理任何其他事务之前，应虔诚地站立，将自己置于全知全能的上帝面前，划十字圣号，诵念：“奉圣父、圣子、圣灵之名。阿门。”

随后稍作等待，直至你的所有感官归于宁静，思绪脱离一切尘世之事，然后虔诚地、不慌不忙地、全心专注地完成规定的简短祷文并行鞠躬礼。

接着诵读开端祷文，在《主祷文》之后：

至圣三一颂词

从睡梦中醒来，我们俯伏于祢面前，仁慈的主，/ 并向祢——全能者——高唱天使之歌：/ “圣哉，圣哉，圣哉，祢是上帝，/ 求祢因圣母的祈祷怜悯我们！”

颂荣：主啊，祢将我从床榻与睡梦中唤醒！/ 求祢启迪我的心智与心灵，/ 开启我的双唇，/ 好让我歌颂祢，圣三一：/ “圣哉，圣哉，圣哉，上帝，/ 求祢因圣母的祈祷怜悯我们！”

如今：审判者将突然降临，/ 每个人的所作所为都将昭然若揭。/ 但我们在午夜将满怀敬畏地呼求：/ “圣哉，圣哉，圣哉，上帝，/ 求祢藉着圣母的祈祷怜悯我们！”

主啊，求祢怜悯。（12）

向至圣三位一体的祈祷

从睡梦中醒来，我感谢祢，至圣三一，因祢的大慈大悲与长久忍耐，祢，上帝，并未因我这懒惰又罪孽深重的罪人而发怒，也未因我的悖逆而毁灭我，反而向我显明了祢一贯的仁爱，将我这昏迷不醒之人扶起，使我能在清晨转向祢，颂扬祢的大能。如今求祢启迪我心灵的眼目，开启我的口舌，使我能学习祢的话语，领悟祢的诫命，遵行祢的旨意，并从心底歌颂、

晨祷

赞美祢，颂扬祢至圣的名， 圣父、圣子、圣灵，如今、永远，直到世代代。阿们。¹

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督本人——我们的君王和上帝面前。

《诗篇》第50篇

神啊，求祢按祢的大慈爱怜悯我，按祢丰盛的恩典涂抹我的过犯；求祢彻底洗净我的过犯，洁净我一切的罪。因为我知道我的过犯，我的罪常在我面前。 我得罪了你——独一的上帝，在你面前行了恶；但你必因你的话语被证明是公义的，若有人与你对质，你必得胜。因为看哪，我是在罪孽中受孕的，我母亲怀我时，我已在罪中出生。 看哪，你喜爱真理，将你智慧中隐藏的奥秘向我显明。你用牛膝草洒我，我就洁净；你洗涤我，我就比雪更白；你使我听见喜乐和欢欣，我这受压制的骨头就欢喜。 求祢转脸不看我的罪孽，涂抹我一切的过犯。神啊，求祢为我造清洁的心，在我里面更新正直的灵。求祢不要将我从祢面前赶出去，也不要从我身上收回祢的圣灵。 求祢使我重享祢救恩的喜乐，并以祢大能的圣灵坚固我。我必将祢的道路教导悖逆的人，不义之徒必归向祢。神啊，我的救主，求祢救我脱离流血之罪，我的舌头必因祢的公义而欢欣。 主啊，祢必开启我的口，我的口便要传扬祢的赞美。因为倘若祢喜悦祭物，我必献上；但祢不喜悦燔祭。献给神的祭是痛悔的心；神必不轻看痛悔谦卑之人的心。 主啊，求祢以祢的恩惠 眷顾锡安，使耶路撒冷的城墙得以重建——那时，祢必悦纳公义的祭、献祭和燔祭；那时，人必将公牛犊献在祢的祭坛上。

晨祷

信经

1. 我信独一的神，即父，全能者，天地万物——无论可见或不可见——的创造者。

2. 我信独一的主耶稣基督，神的独生子，在万世以前由父所生，光从光，真神从真神，受生而非受造，与父同质，万物都是藉着祂造的。

3. 祂为了我们人类，也为了我们的救恩，从天降下，由圣灵和童贞女玛利亚成肉身，并成为人。

4. 祂在彼拉多执政期间为我们被钉在十字架上，受苦，并被安葬。

5. 并照着圣经所言，第三天复活。

6. 升天，坐在父的右边。

7. 祂必再以荣耀降临，审判活人死人，祂的国度永无穷尽。

8. 并信圣灵，主，赐生命者，由父而出，与父及子同受敬拜、同受荣耀，曾借先知们说话。

9. 我信唯一、圣洁、大公、使徒的教会。

10. 我承认唯一一次洗礼，以赦免罪过。

11. 我期待死人复活

12. 以及来世的生命。阿门。

祷文一，圣大马卡里*

上帝啊，求祢洁净我这罪人，因我从未在祢面前行过善事；但求祢救我脱离邪恶，愿祢的旨意在我身上成就，使我不致因张口 这不配的嘴而招致定罪，并赞美祢圣洁的名——圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世世代代。阿们。

祷文二，同上*

从睡梦中醒来，我向祢献上午夜颂歌，救主，我俯伏在祢脚前，向祢呼求：求祢不要让我在罪恶的死亡中沉睡，但求祢怜

晨祷

悯我——那位甘愿承受十字架苦难的主——快快将我这安然躺卧的人扶起，并拯救我这站在祢面前祷告的人。 基督上帝啊，愿我在夜眠之后，迎来一个纯净无罪的清晨，并拯救我。

祷文3，同上*

仁爱的主啊，我从睡梦中醒来，急忙奔^向祢，凭着祢的怜悯，我开始做祢所喜悦的事，并向祢祈求：求祢在任何时候、在任何事上帮助我，并使我免于这世上一切邪恶的变幻，以及魔鬼的捣乱，拯救我，并引领我进入祢永恒的国度。 因为祢是我的造物主，是一切美善的安排者与赐予者。我在祢里面寄予一切盼望，并将荣耀归于祢，如今、永远，直到世世代代。阿们。

祷文4，同上*

主啊，因着祢丰盛的恩典和极大的怜悯，祢使我——祢的仆人——在这夜的时光中，得以免受仇敌一切邪恶的侵害。 主啊，万物的创造者，求祢赐我祢真实的光明，并赐我蒙光照的心，使我能遵行祢的旨意，如今、永远，直到世世代代。阿们。

祷文5，圣大巴西尔

全能的主啊，无形之力的上帝，万物的上帝，居住在天界高处、俯瞰尘世，洞察人心与内心的感受，清晰知晓世人隐秘之事，无始无终、永恒的 之光，祢永不改变，毫无变迁的阴影！不朽的君王啊，求祢亲自垂听我们的祈祷——此刻[夜间]，我们因大胆仰赖祢无尽的慈爱，从污秽的口中向祢献上这些祈求；求祢赦免我们一切的过犯，无论是行为、言语、以及思想上——无论是明知故犯还是无意中犯下的——所犯的过错，并洁净我们一切肉体与灵里的污秽，[使我们成为祢圣灵的殿宇]。求祢赐给我们警醒的心和清醒的理智，使我们能度过今生这一整夜，期待祢独生子——我们的主、神和救主耶稣基督——显现之光明之日的到来；届时，作为万物的审判者，祢将带着荣耀降临人间，按各人的行为报应各人； 愿祢发现我们并非堕落懒惰

晨祷

· 而是警醒振作，遵行祂的诫命，并准备好与祂一同进入那充满喜乐的、祂荣耀的神圣殿宇；在那里，庆贺之声不绝于耳，凝视祢面容那不可言喻之美的人们，正享受着无法形容的喜乐。因为祢是真光，照亮并圣化万物，万有都永世颂扬祢，直到永永远远。阿们。

第六篇祷文·同上

我们赞美祢，至高无上的上帝，满有慈爱的主，祢常在我们中间行伟大而不可测度、荣耀而威严之事，其数不胜数；祢赐给我们睡眠，使我们软弱之躯得享安息，使我们劳苦的肉体得以歇息。我们感谢祢，因为祢没有因我们的罪孽而毁灭我们，而是照常显明了祢对人类的慈爱，并将我们在沉睡中昏沉的身体唤醒，使我们得以颂扬祢的大能。因此，我们恳求祢无边的仁慈：求祢照亮我们心灵的眼睛，使我们从懒惰沉睡的沉重中苏醒。求祢开启我们的口，使之充满对祢的赞美，好叫我们能坚定不移地歌颂、[颂扬]并尊崇祢——那位在万物之中、由万物所颂扬的上帝，无始的圣父，与祢独生子，以及祢那至圣、至善、赐生命的圣灵，如今、永远，直到世代代。阿们。

第七篇祷文。午夜颂歌 献给至圣童贞女玛利亚*

我颂扬你的恩典，主母，恳求你赐福于我的心灵。引导我遵循基督诫命的正道。坚固我，使我能在颂唱中保持警醒，驱散因消沉而来的睡意。上帝的新娘啊，求你以你的祈祷，解救我这被罪堕落的枷锁所束缚之人。昼夜护佑我，使我免受仇敌的侵袭。生下上帝——生命之赐予者——的圣母，求祢使我这被情欲所扼杀的灵魂重获新生。生下永不落之光的主母，求祢照亮我这失明的灵魂。啊，主那奇妙的宫殿，求祢使我成为圣灵的居所。生下医者的圣母，请医治我灵魂中长久以来的情欲。我被尘世风暴的波涛所裹挟，求祢引导我走上悔改之路。求祢救我脱离永火、恶虫和阴间。愿我这犯下诸多罪孽之人，不要成为魔鬼的欢喜。无玷圣母，求祢更新我这因细微过犯而衰老

晨祷

的躯体。求祢使我免于一切苦难，并恳求万王之王。求祢使我配与众圣徒一同分享天上的喜乐。至圣童贞女，求祢垂听祢这卑微仆人的呼求！至纯洁者，求祢赐我滔滔泪水，洗净我灵魂的污秽。我不断向祢献上发自内心的哀叹——求祢竭力相助，女主！求祢接受我的祈祷，并将之呈献给仁慈的天主。高升于天使之上者，求祢将我从尘世的纷扰中提升。光辉灿烂的天上圣所，请将属灵的恩典注入我心。我将双手与嘴唇举起赞美，虽已被污秽玷污，但您是永无瑕疵的。求您恳切地向基督祈求，使我脱离那些毁灭灵魂的可憎之事——如今、永远，直到世世代代，荣耀与敬拜都归于祢。阿门。

祷文8·

献给我们的主耶稣基督*

我那满有怜悯、万般仁慈的上帝，主耶稣基督，因着祢伟大的爱，祢降世并道成肉身，为要拯救众人。救主啊，我再次恳求祢：求祢凭着恩典拯救我！因为倘若祢能凭我的行为拯救我，那便不是恩典与恩赐，而是义务。因此，满有怜悯、恩典无穷上帝——因为祢曾说，我的基督：“信我的，必永远活着，永不尝死味。”既然对祢的信心能拯救那些绝望的人，那么，看哪，我信了，求祢拯救我，因为祢是我的上帝，是我的造物主。愿我的信心代替我的行为被算为义，我的上帝，因为祢找不到任何能使我称义的行为。但愿我的这份信心足以代替这一切——愿它作答，愿它使我称义，愿它显明我是祢永恒荣耀的分享者。愿撒但不要掳走我，也不要以此夸口，说他已将我从祢——上帝之道——的手和庇护中夺走。但无论我愿不愿意，基督，我的救主，求祢拯救我，速速来帮助我，快来，我正在灭亡——因为祢是我从母腹中就有的上帝！主啊，求祢恩准我如今爱祢，如同我从前爱那罪一样；并让我再次不懒惰、热切地侍奉祢，正如我先前为那迷惑人的撒但效力一样。我必终生侍奉祢——我的主、我的上帝耶稣基督，从今时直到永远，直到世世代代。阿们。

晨祷

第九篇祷文，献给守护 人类生命的守护者*

圣天使啊，您被派来守护我这可怜的灵魂和不幸的生命，请不要离弃我这个罪人，也不要因我的放纵而远离我。求您不要让邪恶的恶魔借着这具必死的躯体来辖制我。请紧紧抓住我这不幸而沉沦的手，引领我走上得救之路。哦，上帝的圣天使，我这贫穷灵魂与肉身的守护者与庇护者！求祢宽恕我在一生中一切冒犯祢的行为；若我在昨夜犯了任何罪过，求祢在今日护佑我，使我免受一切仇敌的诱惑，免得我因任何罪过而触怒上帝；并为我向主祈祷，愿祂使我坚定于对祂的敬畏之中，并使我成为配得祂仁慈的仆人。阿门。

祷文10。

晨祷结束祷文 致至圣童贞圣母*

我至圣的主母，圣母玛利亚，求祢以祢那神圣而全能的祈求，驱散我——祢这谦卑而不幸的仆人——心中的沮丧、忘却、愚昧、懈怠，以及我这贫瘠的心灵与蒙尘的思绪中一切污秽、诡诈和亵渎的念头，并熄灭我情欲的烈火，因我贫穷且不幸。求祢救我脱离那些众多且有害的回忆与意图，并使我脱离一切恶行，因为万族都称颂祢，祢那备受尊崇的名必被尊崇，直到永永远远。阿们。

向那位圣者祈求， 你所奉之名

求祢向天主为我代祷，天主的圣仆（或：天主的圣女）（名字）*，因我热切地投奔祢——我灵魂的速助者与代祷者（或：速助者与代祷者）。

*或：圣使徒（殉道者、圣父——等）（名字）

晨祷

致至圣童贞圣母的颂歌

童贞圣母，欢欣吧；/ 蒙恩的玛利亚，主与你同在！/ 你在妇女中蒙福，/ 你腹中的圣子也蒙福，/ 因为你生下了我们灵魂的救主。

十字架颂 及为祖国祈祷

主啊，求祢拯救祢的子民 / 并赐福于祢的产业， / 赐予东正教**基督徒***战胜异族之胜利 / 并以祢的圣十字架护佑祢的子民。

***希腊文：**君王们

为生者祈祷

主啊，求祢拯救并怜悯我的属灵父亲（**姓名**）、我的父母（**姓名**）、亲属（**姓名**）、上司、导师、恩人（**姓名**）以及所有东正教基督徒。

为亡者祈祷

主啊，求祢使祢已故的仆人们——我的父母（**姓名**）、亲属、恩人（**姓名**）以及所有东正教基督徒——的灵魂得享安息；求祢赦免他们一切有意或无意的过犯，并赐予他们天国。

若条件允许，请诵读《追思名录》，以代替为生者与亡者所作的简短祷文。

随后诵读结束祷文。

注

1 如果将晨祷与子夜祷文一同诵读，那么在诵读“至圣三一”祷文后，先诵读第1至第4篇祷文，随后诵读子夜祷文的全部内容，其中包括第5和第6篇祷文；在午夜祷文第二部分的结束祷文“主啊，求祢纪念：”之后，诵读第7至10段祷文，接着诵读“荣耀的永贞童女：”以及午夜祷文的结尾部分。

晨禱

[返回目录。](#)

纪念祷文

关于在世者

主耶稣基督，我们的上帝，求祢記念祢自亘古以来所具有的仁慈与慷慨——正因这些，祢才道成肉身，并为拯救那些真诚信靠祢的人，甘愿承受受难与死亡；并从死里复活，升入天堂，坐在天父的右边，垂顾那些全心全意呼求祢的谦卑祈祷；求祢侧耳倾听，垂听我——祢这不配的仆人——谦卑的祈求，如同我为祢全体子民献上的属灵馨香之气。首先，求祢記念祢那圣洁、普世、使徒传承的教会——祢曾以宝血赎回的教会，求祢坚立、巩固、扩展、增殖、使之和睦，并永远保守它，使其不受地狱之门所胜；止息教会的分裂，遏制异教徒的狂妄，速速摧毁并根除异端的叛乱，借着祢圣灵的大能，使之化为乌有。

。（鞠躬）

主啊，求祢拯救并怜悯我们这受神庇佑的国度、其统治者及其军队，使我们能在虔诚与纯洁中过着安宁无忧的生活。（鞠躬）

主啊，求祢拯救，并怜悯我们伟大的主和父——至圣宗主教（姓名）、诸位尊贵的都主教、大主教和东正教主教，以及神父、执事和所有教会侍奉者，他们是祢所设立来牧养祢属灵羊群的；也求祢因他们的祈祷，怜悯并拯救我这罪人。（鞠躬）

主啊，求祢拯救并怜悯我的属灵父亲（其名），并借着他的圣洁祈祷，赦免我的罪过。（鞠躬）

主啊，求祢拯救并怜悯我的父母（他们的名字）、兄弟姐妹、血亲、所有与我血脉相连的人，以及我的朋友们，并赐予他们祢地上的和天上的恩惠。（鞠躬）

悼念册

主啊，求祢凭祢丰盛的恩典，拯救并怜悯神父、修士和修女，以及所有在修道院、旷野、洞穴、山岭、柱楼、隐修所、岩缝、海岛等地，以贞洁、虔敬和斋戒生活，并在祢权柄所及的任何地方，持守正信、虔诚事奉祢并向祢祈祷的人。求祢减轻他们的重担，抚慰他们的忧伤，赐予他们来自祢的力量与坚韧以行苦修，并借着他们的祈祷，赐予我罪的赦免。（鞠躬）

主啊，求祢拯救并怜悯年迈者与年幼者、乞丐与孤儿、寡妇，以及身陷疾病与悲伤、灾祸与苦难、艰难处境与囚禁之中、在牢狱与禁锢之中的人，特别是那些因祢之名及正统信仰而遭受异教徒、无神论者、背教者及异端分子迫害的祢的仆人，求祢记念他们、眷顾他们、坚固他们、安慰他们，并速以祢的大能赐予他们解脱、自由与拯救。（鞠躬）

主啊，求祢拯救并怜悯那些奉差遣服侍的、正在旅途中的我们的神父和弟兄，以及所有东正教基督徒。（鞠躬）

主啊，求祢拯救并怜悯那些因我愚昧而受我引诱、被我引离救恩之路、并被引向邪恶与不端行为的人；求祢以祢神圣的旨意，使他们重归救恩之道。（鞠躬）

主啊，求祢拯救并怜悯那些憎恨我、伤害我、给我带来麻烦的人，不要让他们因我这个罪人而灭亡。（鞠躬）

求祢以祢知识之光，照亮那些背离东正教信仰、被毁灭性异端蒙蔽的人，并将他们纳入祢圣使徒大公教会之中。（鞠躬）

为已故者

主啊，求祢纪念那些已离开尘世的至圣宗主教、至圣都主教、大主教和东正教主教，以及所有曾以司祭圣职、教会圣职及修道身份侍奉祢的人，愿祢使他们在祢永恒的居所中与圣徒一同安息。（鞠躬）

主啊，求祢纪念祢已故的仆人——我的父母（他们的名字）——以及所有血亲的灵魂；求祢宽恕他们一切有意或无意的过犯

悼念册

，赐予他们天国，使他们分享祢永恒的恩典，并享受祢无尽而幸福的生命。（鞠躬）

主啊，求祢也记念所有怀着复活与永生希望而离世的亡者：我们的父亲、兄弟和姐妹，以及在此地和各地安息的东正教信徒；求祢将他们安置在祢圣徒之中，在那祢面容之光照耀的地方；并求祢作为仁慈且爱人的主，怜悯我们。阿门。（鞠躬）

主啊，求祢赦免所有在信仰与复活的盼望中先我们而去之人的罪过：我们的父亲、兄弟和姐妹，并使他们永受纪念。（三次）

[返回目录。](#)

的结束祷文

完成家庭祈祷规程中的祷文后，诵读：

致至圣童贞圣母的颂歌

诚然配得 / 赞美祢，圣母， / 永享福乐、无瑕无疵 / 并为我们上帝之母。 / 祢比智天使更尊贵， / 比火天使更荣耀， / 以童贞之身诞下上帝圣言， / 真正的圣母——我们颂扬祢。

随后，司祭诵念：荣耀归于祢，基督上帝，我们的希望，荣耀归于祢。

诵经员：荣耀归于祢，如今也：主啊，求祢怜悯。（3）求祢赐福。

司祭诵念小遣词：基督，我们的真神，因祢圣母、我们敬虔且蒙神眷顾的圣父们以及全体圣徒的祈祷，作为仁慈且爱人的主，必怜悯并拯救我们。

平信徒在诵念“配受赞美”之后，诵读：“荣耀归于天主，如今：主啊，求祢怜悯。”（3）“主啊，求祢赐福。”

主耶稣基督，神的圣子，求祢藉着祢至圣童贞母、我们敬虔且蒙神眷顾的圣父们以及全体圣徒的祈祷，怜悯并拯救我这罪人。

礼成后，诵读与开始祈祷前相同的简短祷文，并行鞠躬礼。

[返回目录](#)。

睡前祷文

司祭：我们的上帝永远受赞美，如今、永远，直到世代代

。

诵经员：阿门。荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

天上的君王：三圣颂。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：

司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

忏悔颂，第六调

主啊，怜悯我们，怜悯我们，/ 因为我们这些罪人，自知毫无可辩解之处，/ 便向祢——我们的主——献上这祷告：/ “怜悯我们！”

颂荣：主啊，怜悯我们，因我们仰望祢，/ 求祢不要向我们大发烈怒，/ 也不要记念我们的过犯，/ 但求祢如今以仁慈之心垂顾我们，/ 并拯救我们脱离仇敌。/ 因为祢是我们的上帝，我们是祢的子民；/ 我们都是祢手所造的，/ 并呼求祢的名。

如今：求祢为我们开启仁慈之门，/蒙福的圣母，/使我们仰望祢而不致蒙羞，/并藉祢的祈祷脱离患难，/因为祢是基督徒的救主。

主啊，求祢怜悯。（12）

第一篇祷文，圣大马卡里 致天父*

永恒的上帝，万物之王，祢使我得以活到此刻！求祢赦免我今日在行为、言语和意念中所犯的罪过，主啊，求祢洁净我这谦卑的灵魂，使之脱离肉体与灵里的一切污秽。主啊，求祢赐

睡前祷告

·使我今夜能安然入睡，好让我从这谦卑的床榻上起身后，在余生中时刻荣耀祢至圣的名，并战胜那些攻击我的敌人——无论是属肉体的，还是无形的。主啊，求祢救我脱离那些玷污我的虚妄意念和邪恶的欲望。因为国度、权柄、荣耀，都属于圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远。阿们。

祷文2·圣安提阿

献给主耶稣基督*

全能者、圣父的圣言、耶稣基督！祢本是至善，求祢凭祢的大慈怜，永不离弃祢的仆人，但愿祢常与我同在。耶稣，祢羊群的良善牧人，求祢不要将我交于蛇的诡计，也不要将我任凭撒但摆布，因我心中存有灭亡的种子。但祢，主上帝，万有的敬拜者，圣洁的君王耶稣基督，求祢在睡眠之时，以祢那永不熄灭的光——祢曾藉此圣灵使祢的门徒成圣——保守我。主啊，求祢也赐给祢这不配的仆人，在我的床榻上得着祢的救恩：求祢用祢圣福音的智慧之光照亮我的心智，用对祢十字架的爱照亮我的灵魂，用祢话语的纯洁照亮我的心，用祢那远离情欲的受难照亮我的身体，并用祢的谦卑保守我的思想。求祢在适当的时候唤醒我，使我能赞美祢。因为祢与祢那无始的圣父及至圣圣灵一同受赞美，直到永远。阿们。

祷文3·[圣以弗所·西里尔]

致圣灵*

主啊，天上的君王，安慰者，真理之灵，求祢施怜悯，宽恕我这有罪的仆人，赦免我不配的罪，并赦免我今日在祢面前所犯的一切罪过——不仅作为人，甚至比牲畜更糟：无论是自愿的还是非自愿的，已知的还是未知的；那些源于年少和恶习的，以及那些源于暴躁和疏忽的。倘若我曾以祢的名起誓，或在心中诽谤祢；或在愤怒中责备他人、诽谤他人，或使人忧伤，或因某事而恼怒；或是说了谎，或是在不该睡觉的时候睡了，或是有乞丐来找我，我却轻视了他；或是使我的弟兄忧伤，或是与人争吵；或是定某人的罪，或是夸口，或是自高自大，或

睡前祷告

是发怒；或者，当我站立祷告时，我的心思被这世界的诱惑所牵引；或者怀有不洁的念头；或者暴饮暴食，或者酗酒，或者无节制地大笑；或者心存恶意，或者看见他人的美貌，心中为此受刺；或是说了不雅之言；或是嘲笑了我弟兄的罪过，尽管我自己的罪孽数不胜数；或是对祷告疏于职守；或是做了其他恶事，我已记不清——因为这一切，甚至更多，我都做过了！我的造物主、主啊，求祢怜悯我这沮丧且不配的仆人，作为仁慈且爱人的主，求祢宽恕、赦免并赦免我，好使我——这迷途的、有罪的、不幸的人——能安然入睡，安息，并敬拜、歌颂、尊崇祢那与圣父及祂独生子同受尊崇的名，如今、直到永远、世世代代。阿们。

祷文4· 大圣马卡里*

我该为你带来什么，或该如何报答你，这位恩赐丰厚、永生不朽的君王，这位慷慨仁慈的主啊？只因我懒于侍奉你，未曾行过任何善事，你却仍引领我度过了昨日的终点，并将我的灵魂引向悔改与救赎？求祢怜悯我这满身罪孽、毫无善行之人，扶起我那因无尽罪孽而玷污的堕落灵魂，并将今生一切邪恶的念头从我身上驱除。唯独无罪的主啊，求祢赦免我的罪过——今日我在祢面前，无论是明知故犯还是无意中，无论是言语、行为、意念，还是我所有的感官，所犯的一切罪过。求祢亲自用祢神圣的权能、难以言喻的仁爱与大能，保护我免受一切仇敌的侵害。上帝啊，求祢洁净我众多的罪孽。主啊，求祢恩准将我从那恶者的罗网中解救出来，拯救我这充满情欲的灵魂；当祢在荣耀中降临时，求祢以祢面容的光辉照耀我；如今求祢让我安然入睡而不致受审判，并保守祢的仆人，使我的思绪免于梦境与烦扰。求祢将一切撒但的作为从我身上驱散，并照亮我心中智慧的眼睛，使我不致沉入致死的沉睡。求祢差遣和平的天使——我灵魂与身体的守护者和导师——来拯救我脱离仇敌；好叫我从床上起身时，能向祢献上感恩的祷告。哦，主啊，求祢凭祢的旨意和良心，垂听我这有罪且贫穷的仆人！求祢

睡前祷告

让我在睡醒后，得以学习祢的话语，并借着祢的天使，将魔鬼带来的沮丧远远驱离我！愿我颂扬并尊崇祢圣洁的名，并赞美至圣童贞圣母玛利亚——祢将她赐予我们这些罪人作为护佑；求祢垂听她为我们代祷；因我深知，她效法祢对人类的慈爱，从未停止祈祷。藉着她的代祷，凭着圣十字架的记号，并因着祢一切圣徒的缘故，耶稣基督，我们的上帝，求祢保守我这卑微的灵魂，因为祢是圣洁的，并要受赞美，直到永远。阿们。

祷文 5*

主啊，我们的上帝，今日我无论在言语、行为或意念上所犯的一切罪过，求祢作为仁慈且爱人的上帝，赦免我。求祢赐我安宁无忧的睡眠。求祢派遣祢的守护天使，保护我、保守我，使我免受一切邪恶的侵害。因为祢是我们灵魂与肉身的守护者，我们向祢——圣父、圣子、圣灵——献上荣耀，如今、直到永远、世代代代。阿们。

祷文 6*

主啊，我们的上帝，我们信靠祢，并呼求祢那超乎万名之上的圣名！求祢赐予我们这些即将入睡的人，身心得享安息，并保守我们免于一切幻梦与黑暗的情欲。求祢制止情欲的冲动，熄灭肉体激情的火焰。求祢使我们在行为上保持贞洁，在言语上，好叫我们过着美德的生活，不致失去祢所应许的福分，因为祢是永远受称颂的。阿们。

第7篇祷文，圣约翰·金口：

24篇祷文，对应昼夜的24个时辰¹

1. 主啊，求祢不要使我失去祢天上的恩典。
2. 主啊，求祢救我脱离永恒的痛苦。
3. 主啊，无论是言语、行为，还是在心思意念上，我若犯了罪——求祢宽恕我。

睡前祷告

4. 主啊，求祢救我脱离一切奴役、无知、遗忘、轻率，以及麻木不仁。

5. 主啊，求祢救我脱离一切诱惑与捆绑。

6. 主啊，请照亮我那被邪念蒙蔽的心。

7. 主啊，我虽身为凡人而犯了罪，但求祢作为上帝，见我灵魂的软弱，怜悯我。

8. 主啊，求祢垂顾我灵魂的软弱，赐下祢的恩典来帮助我，使祢那圣洁的名在我身上得着荣耀。

9. 主耶稣基督啊，求祢将祢仆人的名字记在生命册上，赐我善终。

10. 主啊，我的上帝，我未曾行过任何善事，但求凭着祢的仁慈，至少让我从此刻开始行善！

11. 主啊，求祢将祢恩典的甘露洒在我心中。

12. 主啊，天地之神，当你进入你的国度时，请纪念我这个有罪、污秽、邪恶且不洁的人。阿门。

1. 主啊，求祢在悔改中接纳我，不要离弃我。

2. 主啊，求祢不要让我陷入试探。

3. 主啊，求祢赐我良善的意念。

4. 主啊，赐我眼泪、对死亡的警醒，以及痛悔之心。

5. 主啊，求祢赐我思想，使我能坦诚地向祢倾诉我的心意。

6. 主啊，求祢赐我谦卑、克制己意和顺服。

7.

7. 主啊，求祢赐我坚忍、恒久忍耐和温柔。

8. 主啊，求祢在我心中栽下良善的根基——就是对祢的敬畏。

9. 主啊，求祢使我全心、全意、全人地爱祢，并在一切事上遵行祢的旨意。

睡前祷告

10. 主啊，求祢保护我，使我免受恶人、魔鬼、情欲以及一切不端行为的侵害。

11. 主啊，照祢的吩咐，主啊，照祢所知，主啊，照祢所愿——愿祢的旨意在我身上成就。

12. 主啊，愿祢的旨意成就，而非我的旨意，藉着至圣童贞圣母及祢所有圣徒的代祷与恳求，因为祢是永受赞美的。阿们。
。]

（斯拉夫语版本中的相同祷文

1. 主啊，求祢不要剥夺我祢天上的恩典。

2. 主啊，求祢救我脱离永恒的痛苦。

3. 主啊，无论是心意、思想、言语还是行为，我若犯了罪——求祢宽恕我。

4. 主啊，求祢救我脱离一切无知、遗忘、轻率以及麻木不仁。

5. 主啊，求祢救我脱离一切诱惑。

6. 主啊，求祢照亮我那被恶意蒙蔽的心。

7. 主啊，我虽身为凡人而犯了罪，但祢作为仁慈的上帝，求祢怜悯我，因祢看见我灵魂的软弱。

8. 主啊，求祢赐下恩典帮助我，使我能荣耀祢那圣洁的名。
。

9. 主耶稣基督啊，请将我——祢的仆人——记在生命册上，并赐我善终。

10. 主啊，我的上帝，虽然我在祢面前未曾行过任何善事，但求祢凭祢的恩典，使我有一个美好的开端。

11. 主啊，求祢将祢恩典的甘露洒在我心中。

12. 天地的主啊，求祢在祢的国度里記念我——祢这罪孽深重、污秽不洁的仆人。阿们。

睡前祷告

1. 主啊，求祢在悔改中接纳我。
2. 主啊，求祢不要离弃我。
3. 主啊，求祢不要让我陷入险境。
4. 主啊，求祢赐我良善的意念。
5. 主啊，求祢赐我眼泪、对死亡的警醒，以及痛悔之心。
6. 主啊，请赐我悔改之念，使我认罪。
7. 主啊，求祢赐我谦卑、贞洁和顺服。
8. 主啊，求祢赐我忍耐、宽宏大量和温和。
9. 主啊，求祢将美善的根基——对祢的敬畏——植入我的心中。
10. 主啊，求祢使我全心全意、全意全思地爱祢，并在一切事上遵行祢的旨意。
11. 主啊，求祢保护我，使我不受某些人的伤害，也不受魔鬼、情欲以及任何其他不恰当行为的侵害。
12. 主啊，**我知道***，祢所行的一切皆按祢的旨意——愿祢的旨意也成就于我这罪人身上，因为祢是永远可称颂的。阿们。)

***为符合语义，此处未严格遵循斯拉夫文原文。字面翻译“你知道……”，会产生非常奇怪且不太虔诚的含义。看来此处的斯拉夫文原文可能有缺损。**

祷文8·

献给我们的主耶稣基督*

主耶稣基督，神的独生子，因着你受尊崇的母亲和你的无形天使们的祈祷，以及你的先知、施洗者约翰，还有神学的使徒们、光辉而得胜的殉道者们，敬虔且蒙神眷顾的教父们以及所有圣徒——求祢救我脱离此刻魔鬼的桎梏。是的，我的主、我的造物主，祢不愿罪人死亡，而是愿他悔改并得生，求祢也赐予我这可咒诅且不配之人悔改之心。求祢将我从那毁灭之蛇的口中救出，那蛇渴望吞噬我，并将我活活拖入地狱。是的，我的主，我的安慰，祢为我这不幸之人披上了朽坏的肉身，求

睡前祷告

祢救我脱离贫穷，并赐予我这贫乏的灵魂以安慰。求祢感化我的心，遵行祢的诫命，弃绝恶行，得享祢的福乐。因为我仰望祢，主啊，求祢拯救我。

第九篇祷文，献给至圣童贞女玛利亚 斯图迪奥修道院的修士彼得*

我这不幸之人，向祢——至洁的上帝之母——俯伏祈求：女王啊，祢知道我不断犯罪，触怒了祢的圣子，也是我的上帝；虽然我多次忏悔，却在上帝面前被证明是虚伪的。我一边战战兢兢地忏悔，担心主是否已要惩罚我，一边却很快又重蹈覆辙！恳求您，我的主母、圣母，既知此事，就怜悯我、坚固我，并教导我行善。因为您知道，我的主母、圣母，我极度憎恶自己的恶行，并全心全意地爱慕我上帝的律法；但我不知道，至圣的主母，为何我竟爱着自己所憎恶的，却未能践行善行。求您不要允许，至圣者，不要让我的意愿得以实现，因为它是邪恶的；但愿祢的圣子——我的上帝——的旨意得以成就，愿祂拯救我，启迪我，并赐予我圣灵的恩典，使我从今以后不再行恶，余生都能遵行祢圣子的诫命，一切荣耀、尊荣与权柄，与祂无始的父，以及祂至圣、至善、赐生命之圣灵同在，如今、直到永远、世代代。阿们。

第10篇祷文， 至圣童贞圣母*

良善之王的慈母，至洁且蒙福的圣母玛利亚！求祢将祢之子、我们之神的慈爱倾注在我受苦的灵魂上，并藉着祢的祈祷引导我行善，使我余生能无瑕地度过，并藉着祢进入天堂，圣母童贞女，独一无二、纯洁且蒙福的。

第11篇祷文， 致圣守护天使*

基督的天使，我圣洁的守护者，我灵魂与肉身的庇护者！求祢宽恕我今日所犯的一切罪过，并救我脱离一切敌人的诡计，

睡前祷告

使我不因任何罪过而触怒我的上帝。但请为我——这有罪且不配的仆人——祈祷，使我能配得上至圣三位一体、我主耶稣基督之母，以及诸圣的仁慈与恩典。阿门。

圣母颂

护卫我的统帅 / 因使我脱离可怕的灾祸 / 我——祢的城邑——圣母，特此为祢设立感恩的胜利庆典！ / 但祢拥有不可战胜的大能， / 求祢使我脱离一切危险，我向祢呼求： / “欢喜吧，未曾经历婚姻的新娘！”*

***赞词：**护卫我们的统帅 / 因使我们免于可怕的灾祸 / 我们——您的仆人，圣母——向您献上感恩的胜利庆典！ / 但祢，作为拥有不可战胜之权能者， / 求祢将我们从一切危险中解救出来，让我们向祢呼求： / “欢喜吧，未曾经历婚姻的新娘！”

荣耀的永贞童女、基督上帝之母，请将我们的祈祷呈献给你的圣子、我们的上帝，愿祂因你的代祷而拯救我们的灵魂。

我将所有的希望 / 寄托于祢，天主之母， / 求祢以祢的庇护佑我。

圣母童贞女，请勿轻视我这罪人，我需要您的帮助和代祷，因为我的灵魂仰赖于您，求您怜悯我。

圣约翰尼基的祷文

我的希望是圣父，我的避难所是圣子，我的庇护是圣灵；圣三一，荣耀归于祢！

随后诵读《配得》及结束祷文；若晚祷与小晚祷合并，则诵读小晚祷的结束部分。

若在家中诵读晚祷，在结束祷文后，应诵读以下祷文，以代替赦罪祷文和结束祈祷：

上帝啊，求祢宽恕、赦免并赦免我们一切自愿与非自愿、以行为与言语、明知故犯与无意中、昼夜之间、心中所思所想所犯的罪过——求祢作为仁慈且爱人的上帝，赦免我们一切。

睡前祷告

主啊，仁爱之主，求祢宽恕那些憎恨和伤害我们的人。求祢以善报善。求祢应允我们弟兄和亲人的祈求，凡有助于得救之事，并赐予他们永生。求祢探望病患，并赐予他们痊愈。求祢引导那些在海上的人。 请与旅人同在。求祢赦免那些侍奉我们、怜悯我们之人的罪过。求祢凭祢的大慈大悲，怜悯那些托付我们——这些不配之人——为他们祈祷的人。主啊，求祢记念我们先逝的父辈和弟兄，让他们在祢面光照耀之处安息。 主啊，求祢记念我们那些身陷囹圄的弟兄，并使他们脱离一切灾祸。主啊，求祢记念在祢圣殿中奉献祭物、行善事的人，成就他们一切有助于得救的祈求，并赐予他们永生。 主啊，也请记念我们这些谦卑、有罪且不配的仆人，用认识祢的光照亮我们的心灵，引导我们走上祢诫命的道路，借着我们的主母、圣母玛利亚和祢所有圣徒的祈祷，因为祢是永远受称颂的。 阿们。

。*

每日忏悔*

我向祢——我的主、我的上帝、我的造物主，在圣三一中独一无二、受赞美和敬拜的圣父、圣子和圣灵——忏悔我一生中、每一刻、此刻以及过去日夜所犯的一切罪过，无论是行为、言语、意念、暴食、酗酒、偷吃、闲言碎语、消沉、懒惰、争执、不服从、诽谤、指责、疏忽、自负、贪婪、偷窃、说谎、贪财、嫉妒、羡慕、 愤怒、记仇、仇恨、贪财，以及我所有的感官：视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉，还有我其他的一切罪过——无论是心灵上的还是肉体上的——因这些罪过，我得罪了祢，我的上帝，也伤害了我的邻舍。 我为这些深感懊悔，在祢——我的上帝面前承认有罪，并渴望忏悔。 但求祢帮助我，我的主、我的上帝，我谦卑地、流着泪恳求祢：求祢凭祢的怜悯赦免我过去的过犯，并求祢作为仁慈且爱人的上帝，赦免我在祢面前所列举的一切罪过。

临睡前，指着自己的床，诵读：

睡前祷告

圣约翰·达马斯库斯祷文*

仁爱的主啊，这床难道会成为我的坟墓，还是祢仍会用白昼之光照亮我这不幸的灵魂？看哪，坟墓就在我面前，看哪，死亡正向我逼近。主啊，我惧怕祢的审判，也惧怕无尽的折磨，但我却仍不停地行恶。我时常触怒祢——我的主、我的上帝，也触怒祢至圣的母亲，以及所有的天上诸位，还有我的守护天使。主啊，我知道我不配蒙受祢的仁爱，却配受一切的定罪与折磨。但主啊，无论我愿不愿意，求祢拯救我。因为若祢拯救义人，这并无大不了的；若祢宽恕纯洁之人，这亦不足为奇——因为他们配得祢的恩典。但求祢向我这罪人显明祢奇妙的恩典，借此彰显祢的仁爱，使我 的恶行，不要胜过祢那不可言喻的良善与怜悯；愿祢照祢的旨意，在我身上成就一切。

赞词，第二调

基督上帝啊，求祢照亮我的双眼，/ 免得我沉入死亡之眠，/ 免得我的仇敌说：“我已对他固若金汤。”

颂荣：上帝啊，求祢作我灵魂的护卫者，/ 因我行走在无数罗网之中；/ 仁慈的主，求祢救我脱离这些罗网，/ 并以祢爱人的心拯救我。

如今：让我们不绝地歌颂荣耀的上帝之母，以及至圣的天使们，/ 用心灵和嘴唇 / 承认她是圣母，/ 因为她确实生下了道成肉身的上帝，/ 并不断为我们的灵魂祈祷。

也要亲吻你的圣十字架，用它为你的床榻和四方世界祝福，同时诵念：

向圣十字架的祈祷*

愿上帝兴起，祂的仇敌便四散奔逃；恨祂的人必在祂面前逃窜。正如烟雾消散，愿他们消散；正如蜡在火前融化，愿恶魔在爱上帝之人面前灭亡——这些人以十字圣号划十字，并欢欣地高呼：欢欣吧，备受尊崇、赐予生命的主之圣十字架！你凭着被钉在十字架上的我们的主耶稣基督的大能，驱逐恶魔；祂曾降临阴间，摧毁了魔鬼的权势，并将你——祂神圣的十字架

睡前祷告

——赐予我们，以驱逐一切仇敌！ 啊，受尊崇且赐予生命的上帝之十字架，求祢与圣母、童贞圣母及众圣徒一同永远帮助我。阿门。

或简短祈祷：主啊，求祢以圣而赐生命的十字架之力护佑我，使我免于一切邪恶。

临睡前诵念：主耶稣基督，我的上帝，我将我的灵魂交托在祢手中。求祢赐福于我，怜悯我，并赐予我永生。阿门。

注释

¹ 这些祷文的希腊文文本与斯拉夫文文本存在诸多异读；因此我们同时提供两个版本。

[返回目录。](#)

礼仪顺序
关于圣体圣事
基督神圣、赐生命、至纯的圣体与圣血

司祭：我们的上帝永远受赞美，如今、现在及直到永远。

诵经员：阿们。荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

天上的君王：**三圣颂**。荣耀，如今：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀，如今：我们的天父：

司祭：因为国度是祢的；**诵经员：**阿们。主啊，求祢怜悯。（12）荣耀归于祢，如今：来吧，让我们敬拜：（3）

第22篇诗篇

耶和华是我的牧者，我必不致缺乏。祂使我躺卧在青草地上，领我在可安歇的水边。祂使我的灵魂苏醒，为祂的名引导我走义路。我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你有我同在；你的杖，你的竿，都安慰了我。祢在我面前摆设筵席，使我面对逼迫我的人；祢用香油膏了我的头，我的杯满溢，甚至如最浓烈的酒般使我陶醉。祢的恩惠必随着我，直到我生命的尽头；我必住在耶和华的殿中，直到永远！

《诗篇》第23篇

耶和华的，是大地及其所充满的一切，是宇宙及其其中一切的生灵。祂将大地奠基于大海之上，又将其安设在江河之中。谁能登上耶和华的山？谁能站在祂的圣所中？就是那手洁心清、不向虚妄起誓、不以诡诈起誓的人。这人必蒙耶和华的福，又得他救主上帝的恩惠。这便是寻求耶和华、寻求雅各上帝面的人。诸王啊，请抬起你们的门，永恒的门啊，请敞开，荣耀的君王就要进来。这位荣耀的君王是谁呢？是刚强、有力、在

领圣体礼仪

战场上大有能力的耶和華。諸王啊，請抬起你們的門，永恒的門啊，請敞開，榮耀的君王就要進來。這位榮耀的君王是誰呢？萬軍之耶和華——祂就是榮耀的君王！

《诗篇》第115篇

我因信而開口，却深受屈辱。我在困苦中说：“世人都说谎。”我当怎样报答耶和華所賜给我的这一切呢？我要举起救恩的杯，奉耶和華的名祈求，并在祂全体子民面前向耶和華履行我的誓言。在耶和華眼中，祂圣徒的死是宝贵的。耶和華啊，我是你的仆人，我是你的仆人，也是你女仆的儿子。你已解开我的捆绑，我要向你献上赞美的祭，奉耶和華的名呼求，在耶和華的众民面前，在耶路撒冷的耶和華殿中，向耶和華履行我的誓言。

榮耀頌，如今：哈利路亞，哈利路亞，哈利路亞，榮耀归于祢，上帝。**(3) 并三拜。**

颂歌，第八调

主啊，由童贞女所生的，求祢赦免我的罪过，/并洁净我的心，/使它成为祢至圣圣体与圣血的殿宇；/求祢不要将我从祢面前赶出去，/祢的慈爱无量无边。

颂荣：领受祢的圣体圣血时，/我这不配之人，怎敢如此？/因为若我胆敢身着 的礼服靠近祢，/我的衣着便会出卖我——因为参加圣餐者并非如此装束，/我将招致对这多罪之魂的定罪。/主啊，求祢洁净我灵魂的污秽，/并作为爱人者拯救我。

如今：圣母，我的罪孽数不胜数，——/我投奔于祢，圣洁者，因我需要救赎。/求祢仁慈地垂顾我软弱的心灵/并在祢的圣子、我们的上帝面前为我代求，/使我所得的宽恕/能洗净我所犯的严重罪过，/唯一的蒙福者。

领圣体礼仪

在圣周四*

当尊贵的门徒们 / 在晚祷的洗脚礼中蒙受启迪时， / 那时，
贪财成病的邪恶犹大，心生阴暗， / 竟将祢——公义的审判者——
出卖给不法之徒。 / 看啊，贪财者， / 因贪财而遭绞死的人！ /
逃离那贪婪无度的灵魂吧， / 它竟敢如此冒犯恩师！ / 主啊，万
善之源，荣耀归于祢！

***赞美诗：大斋期**

第50篇诗篇

神啊，求祢按祢的大慈爱怜悯我，凭祢丰盛的恩典涂抹我的
过犯；求祢彻底洗净我的不义，洁净我的罪孽。因为我知道我的
过犯，我的罪孽常在我面前。 我得罪了你——独一的上帝，
在你面前行了恶；但你必因你的话语被证明是公义的，若有人
与你对质，你必得胜。因为看哪，我是在罪孽中受孕的，我母亲
怀我时，我已在罪中出生。 看哪，你喜爱真理，将你智慧中
隐藏的奥秘向我显明。你用牛膝草洒我，我就洁净；你洗涤我，
我就比雪更白；你使我听见喜乐和欢欣，我这受压制的骨头
就欢喜。 求祢转脸不看我的罪孽，涂抹我一切的过犯。神啊，
求祢为我造清洁的心，在我里面更新正直的灵。求祢不要将我
从祢面前赶出去，也不要从我身上收回祢的圣灵。 求祢使我重
享祢救恩的喜乐，并以祢大能的圣灵坚固我。我必将祢的道路
教导给悖逆的人，不义之人必归向祢。神啊，我的救主，求祢
救我脱离流血之罪，我的舌头必因祢的公义而欢喜。 主啊，祢
必开启我的口，我的口便要传扬祢的赞美。因为倘若祢喜悦祭
物，我必献上；但祢不喜悦燔祭。献给神的祭是痛悔的心；神
必不轻看痛悔谦卑的心。 主啊，求祢以祢的恩惠眷顾锡安，使
耶路撒冷的城墙得以重建——那时，祢必悦纳公义的祭、献祭
和燔祭；那时，人必将公牛犊献在祢的祭坛上。

领圣体礼仪

圣咏·第二调

第一首

伊尔莫斯：众人啊，来吧，/让我们向基督上帝歌唱，/祂分开了大海，引领了祂从埃及奴役中拯救出来的子民，/因为祂得了荣耀。

副歌1：上帝啊，求祢在我里面创造一颗纯洁的心，在我里面更新正直的灵。

愿祢的圣体，仁慈的主，/以及宝血，/成为我永生的食粮，并护佑我免受各种疾病的侵扰。

副歌 2：求祢不要将我从祢的面前赶出去，也不要将祢的圣灵从我身上收回。

因不端行为而玷污、不幸的我，/基督啊，我不配领受/祢至洁的圣体和神圣的圣血，/求祢恩准我领受。

副歌3：至圣童贞女，拯救我们。

良善的大地，蒙福的上帝的新娘，/孕育出未曾耕种却拯救世界的穗子，/求祢使我得以品尝祂，从而得救。

第三首

伊尔莫斯：祢使我立于信仰的磐石之上，/祢使我的口向仇敌敞开，/因为我的灵欢欣歌唱：“没有圣者如我们的上帝，/也没有比祢更公义的，主啊！”

副歌 1：上帝啊，求祢在我里面创造一颗纯洁的心，在我里面更新正直的灵。

基督啊，求祢赐我泪水，/洗净我心中污秽，/使我得以凭着良心洁净，/怀着信心与敬畏，主啊，/领受祢神圣的圣体圣血。

副歌 2：求祢不要将我从祢的面前赶出去，也不要将祢的圣灵从我身上收回。

愿祢至纯的圣体与神圣的圣血，仁爱的主，成为我罪得赦免的凭据；/愿我得以与圣灵相交并获得永生，/并从情欲与悲伤中得蒙拯救。

领圣体礼仪

副歌3：至圣童贞女，救我们吧。

至圣者，生命之粮的筵席，/ 因祢的慈爱从天而降，/ 赐予世界新生命，/ 求祢如今也使我不配的我，/ 得以怀着敬畏之心品尝祢，并因此而活。

第四首

伊尔莫斯：祢从童贞女那里降临，并非使者，/ 亦非天使，而是道成肉身的上主，/ 拯救了我——这整个人。/ 因此我向祢呼求：“荣耀归于祢的大能，上主！”

副歌 1：上帝啊，求祢在我心中创造纯洁的心，在我里面更新正直的灵。

至仁慈的主，祢为了我们道成肉身，/ 甘愿如羔羊般被宰杀，为人类的罪孽赎罪。/ 因此我恳求祢，/ 也赦免我的过犯。

副歌2：求祢不要将我从祢的面前赶出去，也不要将祢的圣灵从我身上收回。

主啊，求祢医治我灵魂的创伤，/ 并使我全身圣洁，/ 主啊，求祢恩准我这可怜的人，/ 得以参与祢神圣的圣餐。

副歌3：至圣童贞女，救救我们吧。

主母啊，求祢使那由祢所生的主向我施恩，/ 并保守祢的仆人我，使我纯洁无瑕，/ 好叫我领受这属灵的珍珠，得以成圣。

第五首

伊尔莫斯：光明的赐予者、万世的创造者，主啊，/ 求祢在祢诫命的光照下引导我们，/ 因为除了祢，我们别无所知。

副歌 1：上帝啊，求祢在我心中创造一颗纯洁的心，在我里面更新正直的灵。

正如祢所预言的，基督啊，/ 愿这恩典也临到我——祢这卑微的仆人身上，/ 并如祢所应许的那样，常住在我里面，/ 因为看哪，我正领受祢神圣的圣体，饮用祢的宝血。

副歌 2：求祢不要将我从祢的面前赶出去，也不要将祢的圣灵从我身上收回。

领圣体礼仪

上帝之道，上帝！/ 祢圣体的燃烧之炭，/ 愿成为蒙蔽之我的光照，/ 祢的宝血，愿成为我污秽之魂的洁净。

副歌3：至圣童贞女玛利亚，求祢拯救我们。

玛利亚，天主之母，/ 芬芳的圣所，/ 求祢藉祷告使我成为蒙拣选的器皿，/ 好叫我能领受祢所诞生的圣者。

第六首

伊尔莫斯：我被抛入罪恶的深渊，/ 向祢那深不可测的慈悲呼求：/ 神啊，求祢将我从灭亡中拯救出来！

副歌1：上帝啊，求祢在我心中创造纯洁的心，在我里面更新正直的灵

。

救主啊，求祢圣化我的心智、灵魂与心灵，/ 以及我的身体，/ 并使我有资格不致受审判，/ 得以参与这庄严的圣礼，主啊。

副歌2：求祢不要将我从祢的面前赶出去，也不要将祢的圣灵从我身上收回。

愿我远离情欲，/ 藉着领受祢的圣礼，基督，/ 得着恩典的加增，/ 并得着生命的坚固。

副歌3：至圣童贞女，救我们吧。

上帝，圣洁的上帝之道，/ 求祢圣化我的全身，/ 我此刻前来领受祢的神圣圣事，/ 藉着祢圣母的祈求。

康达克，第二调

基督啊，求祢不要禁止我，/ 如今领受这饼——祢的圣体 / 以及祢的神圣宝血；/ 主啊，求祢使我领受祢至纯至圣、庄严神圣的圣事，/ 不要使这成为我这不幸之人的审判，/ 而是赐予我永恒不朽的生命。

领圣体礼仪

第七首

伊尔莫斯：聪慧的少年们没有向金偶像下拜，/ 反而自己走进了烈火，嘲笑了他们的偶像；/ 他们在烈火中呼求——天使便降下甘露，宣告道：“你们口中的祈祷已经蒙应允了！”

副歌1：上帝啊，求祢在我心中创造纯洁的心，在我里面更新正直的灵。

愿我今日领受 / 祢不朽的圣礼，基督， / 成为恩典的源泉、光明、生命与无欲， / 并成为成就与增进神圣美德的途径， / 使我能荣耀祢，独一的至善者。

副歌 2：求祢不要将我从祢的面前赶出去，也不要将祢的圣灵从我身上收回。

愿我得以脱离情欲、/ 仇敌、灾祸及一切忧患，/ 我此刻怀着敬畏与爱，满心虔诚地前来/ 领受祢不朽而神圣的圣事，仁爱的主，/ 并向祢歌唱：“愿祢蒙福，我们列祖的上帝！”

副歌3：至圣童贞女，救我们吧。

祢以超乎人理的方式生下救主基督，/蒙神恩宠，我——祢的仆人——如今恳求祢，/我这不洁之人，求祢洁净；/我此刻正准备领受至圣圣事，/求祢将我全身从肉体与灵里的污秽中洁净。

第8首

伊尔莫斯：凡受造之物，当颂扬那位降临到犹太少年所处的火窑中，并将火焰化为甘露的上帝，尊祂为主，并世代地尊崇祂。

副歌 1：上帝啊，求祢在我心中创造一颗纯洁的心，在我里面更新正直的灵。

基督啊，求祢使我这绝望之人，如今也能有幸参与祢那天上的、庄严的、圣洁的圣礼，以及祢那神圣而奥秘的圣餐；我的上帝，我的救主！

副歌 2：求祢不要将我从祢的面前赶出去，也不要将祢的圣灵从我身上收回。

领圣体礼仪

我投奔在祢仁慈的庇护之下，仁慈的主，/ 我怀着敬畏向祢呼求：/ “救主啊，求祢常在我里面，我也如祢所言常在祢里面；/ 因为看哪，我胆敢仰赖祢的恩典，/ 领受祢的圣体，饮用祢的圣血！”

副歌：至圣三一，我们的上帝，荣耀归于祢。

我战战兢兢地领受这圣火，唯恐自己像蜡烛和干草一般被烧尽。啊，何等可畏的圣礼！啊，何等浩瀚的上帝之慈爱！我这尘土之躯，竟能领受神圣的圣体与圣血，从而获得永生？

第九首

伊尔莫斯：无始之父的圣子，上帝与主，/ 由童贞女降生为人，向我们显现，/ 照亮蒙昧者，聚集离散者。/ 因此，我们颂扬万民所歌颂的圣母。

副歌1：上帝啊，求祢在我心中创造纯洁的心，在我里面更新正直的灵。

主是良善的：你们尝尝便知！/ 因为祢曾为我们成为（与我们相似），/ 并一度将自己作为礼物献给祢的父，/ 祢永远被献祭，使领受圣体的人得以成圣。

副歌2：求祢不要将我从祢的面前赶出去，也不要将祢的圣灵从我身上收回。

主啊，愿我身心得圣洁，/ 愿我得光照，得救赎，/ 愿我成为祢的居所，/ 藉着领受神圣的圣礼，/ 使祢与圣父及圣灵同住在我里面，/ 满有慈爱的施恩者。

副歌：求祢将祢救恩的喜乐还给我，并以祢的主权之灵坚固我。

我的救主啊，愿祢的圣体 / 与祢至宝的圣血 / 如烈火，焚尽罪恶的物质 / 烧尽情欲的荆棘；/ 又如光明，照亮我的全身 / 使我得以敬拜祢的神性。

副歌3：至圣童贞女，救我们吧。

上帝从祢纯洁的血中道成肉身。/ 因此，万族都颂扬祢，主母，/ 无数无形者也赞美祢，/ 因为藉着祢，他们清楚地看见了那位统治万有的主，/ 祢已取了人的本性。

诚然配得 / 颂扬祢，圣母， / 永恒蒙福、无瑕无疵 / 并为我们上帝之母。 / 祢享有智天使至高的荣耀 / 及比炽天使更为无与伦比的荣光， / 以童贞之身诞下上帝之道， / 真正的圣母——我们颂扬祢。

《三圣颂》。《荣耀颂》，及《如今》：至圣三一：主，怜悯我们。（3）《荣耀颂》，及《如今》：《我们的天父》：

神父：因为国度是祢的：**诵经员：**阿门。

节日的颂词。若无节日：

忏悔颂·第六调

主啊，求祢怜悯我们，求祢怜悯我们， / 因为我们这些罪人，自知毫无可辩解之处， / 便向祢——我们的主——献上这祷告： / “求祢怜悯我们！”

颂荣：主啊，求祢怜悯我们，因我们仰望祢， / 求祢不要向我们大发烈怒， / 也不要记念我们的过犯； / 但求祢如今以仁慈之心垂顾我们， / 并拯救我们脱离仇敌。 / 因为祢是我们的上帝，我们是祢的子民； / 我们都是祢手所造的， / 并呼求祢的名。

如今：求祢为我们开启仁慈之门， / 蒙福的圣母， / 使我们仰望祢而不致蒙羞， / 并藉祢的祈祷脱离患难， / 因为祢是基督徒的救主。

主啊，怜悯我们。（40）**随心所愿地鞠躬。**

随后诵读以下诗句：人啊，若欲领受主之圣体， / 当怀着敬畏之心上前，以免被灼伤，因这乃是圣火。 / 当你为领受圣体而饮用神圣之血时， / 先与那些曾使你伤心的人和解。 / 然后大胆地领受这奥秘的圣餐。

还有其他诗句：在领受这可畏的牺牲—— / 主那赐生命之圣体——之前， / 请怀着敬畏之心如此祈祷。

以及后续的祷文：

祷文一， 圣大巴西尔

主啊，耶稣基督，我们的上帝，生命与永生的源泉，一切有形与无形受造物的创造者，无始之父的圣子，同样永恒且无始，因着丰盛的仁慈，在末世道成肉身，为我们这些忘恩负义、愚昧无知的人被钉十字架、被埋葬，并以祢自己的宝血重造了我们因罪而败坏的本性！不朽的君王啊，求祢亲自接纳我这罪人的悔改，侧耳倾听我，垂听我的话语。因为，主啊，我犯了罪，得罪了天，得罪了祢，不配仰望祢荣耀的高处；我因违背祢的诫命、不听从祢的命令，而触怒了祢的恩典。但祢，主啊，是宽宏大量、忍耐长久、满有慈爱的，祢没有让我在自己的罪孽中灭亡，而是耐心地等待着我的悔改。因为祢，爱人的主，曾借着祢的先知说：“我绝不愿罪人死亡，只愿他悔改而活。”主啊，祢不愿祢亲手所造之物灭亡，也不以人的灭亡为乐，而是愿万人得救，并认识真理。因此，我虽然不配天与地，在这短暂的一生中，将自己全然交给了罪恶，沦为享乐的奴隶，并蒙蔽了内心的祢的形象；但作为祢的受造之物，我这不幸之人并未对自身的得救绝望，而是大胆地投靠祢无边无际的仁慈。求祢也接纳我，爱人的主啊，如同接纳那淫妇、那强盗、那税吏和那浪子一般，并从我身上卸下沉重的罪孽重担，祢是那除去世间罪孽、医治人类软弱的主；祢呼召劳苦担重担的人归向祢，并赐予他们安息；祢来不是要召义人，而是要召罪人悔改——求祢也洁净我，使我脱离肉体与灵里的一切污秽（并）教导我敬畏祢，过圣洁的生活，使我凭着良心纯净的见证，领受祢的圣物，与祢圣洁的圣体和圣血结合，让祢与圣父、圣灵一同住在我的里面。主耶稣基督，我的上帝，愿我领受祢至纯至圣、赐生命的神圣圣礼，不致招致审判；愿我不因不配领受而使灵魂与身体衰弱，但求祢恩准我直到生命最后一息，都能不致受定罪地领受祢的圣礼——与圣灵交通，作为通往永生的指引，并在祢那可畏的审判中成为蒙悦纳的答复，使我也能与祢

领圣体礼仪

所有的选民一同分享祢那不朽的恩典——这些恩典是祢为爱祢的人所预备的，主啊，——在这些恩典中，祢得着永世的荣耀。阿们。

祷文二， 圣约翰·金口

我的主，我的上帝，我知道我不配、也不值得祢进入我的屋檐之下，进入我灵魂的居所，因为那里空荡荡的，已然坍塌，我身上没有一处值得祢安歇的地方。但正如祢曾为我们谦卑自己，从高天降下，如今也请降临到我这微不足道的存在中。正如祢曾恩准在洞穴中、在哑畜的马槽里安卧，也请恩准进入我这无智之魂的马槽，以及我这被玷污的身体。正如祢曾不拒绝进入痲疯病人西门的家，与罪人一同享用晚餐，求祢也恩准进入我这谦卑、痲疯且有罪的灵魂之家。正如祢没有拒绝那个像我一样的娼妓和罪人，她前来触摸祢；求祢也怜悯我这个罪人，我前来触摸祢。正如祢没有厌恶她那污秽罪恶、亲吻祢的嘴唇，求祢也不要厌恶比她更污秽、更罪恶的我的嘴唇，不要厌恶我那可憎不洁的双唇，也不要厌恶我那可憎至极的舌头。愿祢至圣圣体与宝血如炽热的炭火，使我谦卑的灵魂与身体得以圣化、启迪与坚固，以减轻我诸多罪孽的重担，使我免受一切魔鬼的侵扰，以消除并遏制我邪恶而堕落的习性，以扼杀情欲，以遵守祢的诫命，以增进祢神圣的恩典，并获得祢的国度。因为我并非漫不经心地来到祢面前，基督上帝，而是怀着对祢不可言喻之仁慈的大胆盼望；并且为了不致被属灵的狼掳去，若我远离与祢的交通。因此，我恳求祢：作为独一的圣者，主啊，求祢圣化我的灵魂与身体、理智与心灵，以及内心的感受；求祢更新我的整个人，将对祢的敬畏深植于我全身的每个肢体之中，并使祢的圣化在我里面永不磨灭。求祢作我的帮助者和守护者，如同舵手一般引导我平安度过一生，使我因祢至圣童贞母、祢无形的神仆、至洁的圣力，以及自古以来蒙祢喜悦的所有圣徒的祈祷与代求，得以有幸与祢的圣徒一同站在祢的右边。阿门。

领圣体礼仪

祷文3，

圣西梅昂·梅塔弗拉斯

独一无二、纯洁且不朽的主啊，因着难以言喻的怜悯与爱人如己之心，祢从圣母纯洁无瑕的血脉中，借着永恒天父的启示与恩宠，以超自然的方式将我们这复杂的本性全然取于祢，基督耶稣，神的智慧、和平与能力！祢以所取的肉身，承受了赐生命且救赎的苦难：十字架、钉子、长矛、死亡——求祢使我那些危害灵魂的肉体情欲归于死亡。祢借着自己的安葬摧毁了阴间的国度，求祢也用良善的思虑埋葬我的恶念，并驱散邪恶的灵。祢在第三日以那赋予生命的复活，使堕落的始祖复活，求祢也使我——这个因罪而失足的人——复活，并赐我悔改的途径。祢以荣耀的升天，使所取的肉身成圣，并赐予它坐在圣父右边的尊荣；求祢使我藉着领受祢圣礼的恩典，得以进入得救之人的右边。藉着圣灵——那安慰者——的降临，祢将祢的圣徒们塑造成珍贵的器皿；求祢也使我成为祢降临的居所。祢必再次降临，以公义审判整个宇宙！求祢恩准我也与祢所有的圣徒一同在云中迎接祢——我的造物主和创造者，使我能无休止地荣耀并颂扬祢，与祢那无始的、的圣父，以及祢那至圣、至善、赐生命的圣灵一同，如今、永远，直到世世代代。阿们。

祷文4，

圣约翰·达马斯库斯

主耶稣基督，我们的上帝，唯有祢有权赦免世人的罪！求祢作为仁慈且爱人的主，宽恕我一切明知故犯或因无知所犯的过错，并使我得以免于定罪，领受祢神圣、荣耀、至洁且赐生命的神圣圣礼，（不致成为负担），既非为受苦，亦非为增加罪孽，而是为了洁净、成圣，作为未来生命与天国的保证，作为护佑、帮助、击溃仇敌，并消灭我众多的过犯。因为祢是仁慈、富有怜悯、爱人的上帝，我们向祢，与圣父及圣灵一同，献上荣耀，如今、永远，直到世世代代。阿们。

领圣体礼仪

祷文5· 圣大瓦西里

主啊，我知道我不配领受祢至圣的圣体和宝贵的圣血，我有罪，因不分辨祢——我的基督和我的上帝——的圣体与圣血，而吃喝，使自己受审判。但我仍大胆地仰赖祢的怜悯，来到祢面前——祢曾说：“吃我肉、喝我血的人，就住在祢里面，祢也住在他里面。”主啊，求祢怜悯我，不要责备我这罪人，而是凭祢的慈爱待我。愿这些圣礼成为我的医治、洁净、启迪、保守、救赎，以及灵魂与身体的成圣；消除一切妄想、恶行，以及通过我肢体中的意念表现出来的魔鬼的蛊惑；使我得以向祢大胆无畏并满怀爱意，使我的生活得以纠正并安然无恙，使美德与完美日益增长，使我遵行诫命，与圣灵交通，为进入永生做好准备，并在祢那可畏的审判中获得蒙悦纳的回应——而非遭受审判或定罪。

祷文6· 圣西梅昂·新神学家

求祢，我的基督，垂听我这污秽之口、卑劣之心、不洁之舌、被玷污之魂的祈求；求祢既不拒绝我的言语、品行或放荡，就让我自由地说出我想说的话，我的基督；但更愿祢教导我，该做什么、该说什么。我的罪过比那淫妇更甚——她得知祢的居所，买来香膏，竟敢前来膏抹祢的双脚，我的基督、我的主、我的神。祢没有拒绝那怀着纯洁之心前来的人，求祢也不要厌弃我，道啊！求祢容许我也握住并亲吻祢的双脚，并以泪水如珍贵的没药一般，大胆地为祢的双脚涂抹。求祢用我的眼泪洗净我，用它们洁净我，道啊！求祢赦免我的过犯，赐我宽恕。祢深知我诸多罪过，也知晓我的伤痕，看见我的疮痍；但祢同样知晓我的信心，看见我的热忱，也听见我的哀叹。我的上帝、我的造物主、我的救赎主，无论是哪一滴眼泪，还是其中的一小部分，都无法向祢隐瞒。祢的眼睛察觉了我未完成之事，而在祢的书卷中，连尚未做成的也已记录在祢那里。请看我

领圣体礼仪

的谦卑，请看我的苦难，并赦免我一切的罪，宇宙之神，好叫我以纯洁的心、敬畏的意念和痛悔的灵魂，领受祢至纯至圣的圣礼——凡以诚挚之心领受祢、饮用祢的人，都藉此得着生命并成为神圣。因为祢曾说，我的主：“凡吃我肉、喝我血的人，就住在祢里面，祢也住在祢里面。”我主、我神的这话在一切事上都是真实的：因为当我领受这些神圣且使人成圣的恩赐时，我确实不再孤单，而是与你同在，我的基督，那光芒如三轮太阳般照亮世界的光明。因此，为了不让我独自一人，没有你——生命的赐予者，我的气息、我的生命、我的喜乐、世人的救恩——正如祢所见，我带着泪水和痛悔的心来到祢面前，恳求祢赦免我的罪过，并让我能领受祢那赐予生命且无瑕的圣礼，而非地陷入定罪；愿祢如所言，常与我这三重不幸之人同在；免得那迷惑者见我失去祢的恩典，便狡诈地掳走我，并以欺骗使我偏离祢那值得敬拜的话语。因此，我俯伏在祢的脚前，热切地向祢呼求：正如祢接纳了浪子，也接纳了来到祢面前的娼妓，仁慈的祢，也请接纳我——这个迷途且污秽之人，此刻怀着痛悔的心来到祢面前。救主啊，我知道，在祢面前，没有人像我这样犯罪，也没有人行过我所行之事。但我同样知道，无论是罪孽的沉重，还是罪行的众多，都无法超越我上帝那无穷的宽容与至大的仁爱；祢以仁慈的怜悯，既洁净又启迪那些热切悔改的人，将他们引入光明，慷慨地使他们成为祢神性的参与者；而且——这既令天使惊奇，也超乎人的想象——祢多次与他们交谈，如同与祢真正的挚友一般。这使我充满勇气，这使我振翅高飞，我的基督！我这微不足道的草，既大胆地仰赖祢赐予我们的丰厚恩典，又既欢欣又战兢，领受这圣火，并经历这奇妙的奇迹——如同古时那燃烧却不被烧毁的荆棘丛一般，被不可言喻的恩典滋润。因此，我怀着感恩的思绪与感恩的心，以我灵魂与身体中一切感恩的情感，敬拜、尊崇并赞美祢——我的上帝，愿祢如今和直到永远都蒙福。

领圣体礼仪

第七篇祷文， 圣约翰·金口*

上帝啊，求祢宽恕、赦免并原谅我在祢面前所犯的一切罪过：无论是言语、行为还是意念，无论是自愿还是非自愿，无论是明知故犯还是无意之过，求祢作为仁慈且爱人的上帝，将这一切都宽恕于我。并藉着祢至圣童贞母、祢无形的神仆、圣灵及自古以来蒙祢喜悦的所有圣徒的祈祷，求祢恩准我领受祢圣洁至纯的圣体与宝血，为使我的灵魂与身体得医治，并洁净我心中的恶念，因为祢的国度、权能、荣耀，与父及圣灵同在，如今、直到永远、世世代代。阿们。

第八篇祷文，同上

主啊，我主，我不配让你进入我灵魂的庇护所。但既然你作为爱人者，愿意住在我里面，我便大胆地前来。祢一发令，我便开启那唯独由祢所创造的大门；祢便以祢特有的仁爱进入，进入并照亮我那蒙尘的理智。我深信祢必成就此事。因为祢既没有拒绝那流泪向祢求助的妓女；也没有弃绝悔改的税吏；更没有驱逐那位承认祢为王的强盗；更没有让悔改的逼迫者仍停留在原有的罪恶之中。但对于所有怀着悔改之心来到祢面前的人，祢都赐予他们在祢挚友之列中的位置，祢是唯一蒙福的，如今和直到永永远远。阿们。

第九篇祷文，同上

主耶稣基督，我的上帝，求祢宽恕、赦免、怜悯并原谅我——这罪人、这无用且不配的仆人——我的过失、罪过和堕落，这些是我从年少时直到今日此刻在祢面前所犯的罪：无论是出于自觉还是无知，无论是言语、行为、意念、图谋、习惯，还是我的一切情感。并藉着那无籽生下祢、至洁的永贞童贞玛利亚——祢的母亲，我唯一的坚定希望、庇护与救赎——的代祷，求祢恩准我领受祢那至洁、永恒、赐生命且威严的圣事，为得罪赦免与永生，为得圣化与启迪，为得坚固、医治及身心健康，并为根除并彻底摧毁我心中的邪恶图谋、念头、意图，以

领圣体礼仪

及那些黑暗邪灵在夜间带来的异象。 因为祢的国、权柄、荣耀、尊贵，以及敬拜，都与圣父和圣灵同在，如今、直到永远、世世代代。阿们。

第10篇祷文， 圣约翰·达马斯库斯

我伫立在祢圣殿的门前，却未能摒弃邪恶的念头。但祢，基督上帝，曾使税吏称义，曾怜悯迦南妇人，曾为强盗开启乐园之门，求祢也向我敞开祢那仁爱的心，接纳我——这前来亲近祢的人，如同那淫妇和患血漏的妇人一般：因为其中一人，仅是触摸了祢衣裳的穗子，便轻易得了医治；另一位则因拥抱祢至圣的双足，便获得了罪的赦免。至于我这不幸之人，既然决心领受祢的圣体，求祢不要让我被焚毁，而是像接纳那两位妇女一样接纳我，并照亮我灵魂的感官，焚尽我的罪过——藉着无籽生下祢的圣母和诸天军队的代祷——因为祢是世世代代受称颂的。阿门。

第11篇祷文， 圣约翰·金口

主啊，我信并承认：祢确是基督，是永生上帝的儿子，降临世间为要拯救罪人，而我正是罪人中的首领。我更信，这是祢至圣的圣体，这是祢至宝贵的圣血。我恳求祢：怜悯我，赦免我一切有意无意的罪过——无论是言语、行为，是明知故犯还是无心之过——并使我有幸不致受审判地领受祢至圣的圣礼，得蒙罪赦，进入永生。阿们。

当走向领圣体时，请默诵梅塔弗拉斯特的以下诗句：看哪，我正要领受神圣的圣体； / 造物主，求祢勿因我领受而使我受辱！ / 因为祢是焚烧不配之人的烈火； / 但求祢洁净我，使我脱离一切污秽。

领圣体礼仪

随后诵读：作为祢奥秘圣餐的参与者，/ 今日，上帝之子，求祢接纳我。/ 因为我不会将奥秘泄露给祢的仇敌，/ 也不会像犹大那样亲吻祢。/ 但我要像 那个强盗一样向祢认信：/ “主啊，求祢在祢的国度里纪念我！”

以及以下诗句：人啊，看见这受敬拜的宝血，当战栗：/ 因为它是燃烧的炭火，灼烧那些不配的人。/ 神的身体既使我成圣，又滋养我：/ 使我的灵成圣，却以不可测度的方式滋养我的心智。

以及颂歌：基督啊，祢以爱吸引了我，/ 并使我因对祢的神圣渴慕而改变。/ 但求祢以无形之火焚尽我的罪孽，/ 并使我有幸在祢里面饱享喜乐，/ 好叫我欢欣鼓舞地颂扬/祢的两次降临，仁慈的主。

我这不配之人，/ 如何能进入祢圣徒的光明行列？/ 倘若我胆敢与他们一同进入婚筵，—— / 我的衣着便会出卖我， / 因为参加婚筵者并非如此装束， / 我将被天使捆绑并驱逐。 / 主啊，求祢洁净我灵魂的污秽， / 并作为爱人者拯救我。

并祈祷：仁爱的主，主耶稣基督，我的上帝，愿这圣所因我的不配而不成成为我的审判，而是成为我灵魂与身体的洁净与成圣，并成为未来生命与天国的保证。至于我——当亲近上帝，将我得救的盼望寄托在主身上。

再祈：今日，神之子，求祢接纳我参与祢奥秘的圣餐。/ 因我必不向祢的仇敌泄露奥秘，/ 也不像犹大那样亲吻祢。/ 但我将如那强盗般向祢认信：/ “主啊，求祢在祢的国度里纪念我！”

[返回目录。](#)

圣体圣事后的感恩祷文 我

[劝诫诗:] 当你蒙受恩典领受圣体 / 那赐予生命的神圣圣礼时， / 当即歌唱，虔诚地献上感谢。 / 并从心底热切地对上帝说：

荣耀归于祢，上帝！（3）

祷文 1

主——我的上帝，我感谢祢，因祢没有弃绝我这个罪人，反而使我有幸领受祢的圣礼。我感谢祢，因祢使我不配的我，得以领受祢至圣、天赐的圣体圣血。但，仁爱的主啊，祢为我们而死、复活，并将这些庄严而赐予生命的神圣圣事赐予我们，以恩惠我们并圣化我们的灵魂与身体；求祢使这些圣事也能成为我灵魂与身体的医治，成为抵御一切仇敌的盾牌，照亮我心灵之眼，使我内心的力量得享平安，拥有坚定的信仰、无伪的爱心、充满智慧的生活、遵守祢的诫命，并使祢神圣的恩典倍增，使我得着祢的国度。使我藉着它们在祢的圣化中得以保全，时时铭记祢的慈爱，不再为自己而活，而是为祢——我们的主和恩主而活。如此，当我怀着对永生的盼望离开今生时，便能抵达永恒安息之所，在那里，欢庆者的声音永不停息，凝视祢面容那难以言喻之美的人们，将享受到无尽的喜乐。因为祢——我们主基督，是追求的真正目标，也是爱祢之人的不可言喻的喜乐，万物都永远赞美祢。阿们。

祷文二， 圣大巴西尔

主基督上帝，万世之王，万物之创造者！我感谢祢赐予我的所有恩惠，以及祢那至纯至圣、赐予生命的神圣圣礼。我恳求祢，仁慈且爱人的主，求祢将我保存在祢的庇护之下，在祢翅膀的荫下，并赐我以纯洁的良心，直到我最后的呼吸，都能配

领圣体后的祷文

得领受祢的圣礼，以得罪赦免和永生。因为祢是生命之粮，成圣之源，恩惠的施予者，我们与圣父及圣灵一同将荣耀归于祢，如今、直到永远、世代代。阿们。

祷文3，

圣西缅·梅塔弗拉斯

祢甘愿将祢的圣体赐予我为食，祢是焚烧不配之人的烈火！求祢不要焚烧我，我的造物主，不如进入我身体的各肢体、所有关节、内脏和心中，焚尽我一切罪孽的荆棘。洁净我的灵魂，圣化我的思绪，使我的膝盖与骨骼稳固，启迪我的五种主要感官，让我全身都因敬畏祢而战栗。求祢永远保护、守护并看顾我，使我远离一切有害于灵魂的行为与言语。求祢洁净我、洗涤我、整备我；装饰我、教导我、启迪我。使我成为祢的居所，独一圣灵的居所，不再是罪恶的居所，好使我在领受圣体后，一切恶人、一切情欲都像躲避祢的殿宇、躲避烈火一般，从我身上逃离。我将众圣徒、无形军队的统帅、祢的先驱、智慧的使徒，以及超越他们的祢那无瑕、纯洁的圣母，作为我的代祷者呈献于祢面前。仁慈的基督啊，求祢垂听他们的祈祷，并使祢的仆人成为光之子。因为祢是唯一的至善者，是我们灵魂的圣化与光辉；我们每日都向祢——作为神与主——献上荣耀，正如祢应得的。

祷文4

主耶稣基督，我们的上帝，愿祢圣洁的身体赐予我永生，愿祢宝贵的宝血赦免我的罪。愿这感恩成为我的喜乐、健康与欢欣。在祢那可畏的第二次再来之时，求祢因祢至洁圣母及祢所有圣徒的代祷，使我这罪人得以站在祢荣耀的右边。阿们。

第五篇祷文，至圣童贞圣母

至圣的主母圣母，我这蒙尘灵魂的光明、希望、庇护、避难所、安慰与喜乐！我感谢祢，因祢使我不配的我得以领受祢圣子的至洁圣体与宝血。但啊，生下真光的主母，求祢照亮我心

领圣体后的祷文

中灵性的眼睛。 生下永生之源的圣母，求祢使我这被罪恶所杀的人复活。慈爱之神的仁慈之母，求祢怜悯我，赐我心中有懊悔与痛悔，思想中存谦卑，并当我的理智被掳掠时，引导我转向良善的意念。 并恩准我在临终前的最后一口气中，不致因定罪而领受至圣圣事，以医治我的灵魂与身体。求赐我悔改与感恩的眼泪，使我能在余生中日日颂扬并荣耀祢，因为祢是蒙福的，并要受赞美直到永远。阿们。

主啊，如今祢照祢的话，让祢的仆人安然离世，因为我的眼睛已经看见了祢的救恩，就是祢在万民面前所预备的：这救恩是外邦人的光，也是祢子民以色列的荣耀。

三圣颂。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，怜悯我们。（
3）荣耀颂，如今：我们的天父：

司祭：因为国度是祢的：诵经员：阿们。

以及为那位举行圣礼的圣人所诵的颂歌。

献给圣约翰·金口，

颂歌，第八调

从你口中如火焰般闪耀的恩典/照亮了整个宇宙；/你为世界积攒了无私的宝藏，/向我们展示了谦卑的至高境界。 / 但愿你，约翰·金口圣父，/ 以你的话语教导我们，/ 恳求道——基督上帝，/ 为我们灵魂的得救代祷。

颂荣：

康达克，第六调

你从天上领受了神圣的恩典，/ 并以你的口教导众人敬拜三位一体中的独一真神，/ 约翰·金口，至福者，圣者，/ 我们理应赞美你：/ 因为你是我们的导师，阐明神性的真谛。

如今：基督徒可靠的护佑，/ 向造物主恒久不变的代祷！/ 莫轻视罪人的祈祷之声，/ 但愿祢如仁慈者般速速降临，帮助我们

领圣体后的祷文

， / 我们怀着信心向祢呼求： / “圣母，请速速代求，加速祷告， / 永远护佑敬拜祢的人！”

主啊，求祢怜悯。 **(12) 荣耀颂，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更尊贵、 / 比火天使更荣耀、 / 以童贞之身诞下圣言、 / 真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

司祭诵念小遣词：基督，我们的真神，因祂至圣之母、我们敬虔且蒙神眷顾的圣父们以及全体圣徒的祈祷，必以仁慈与爱人的心肠怜悯并拯救我们。

我们回应：阿们。

若举行的是大圣巴西尔的圣体礼仪，则诵读：

**致圣巴西尔大帝，
颂歌，第一调**

你的声音传遍了全地， / 因为大地接受了你的话语： / 你借此以配得上帝的方式阐明了信仰的真理， / 阐释了一切受造物的本质， / 美化了人类的习俗—— / 尊贵的祭司，可敬的父啊， / 求你向基督上帝祈求，拯救我们的灵魂。

颂荣：

康达克，第四调

你显现为教会坚不可摧的根基， / 赐予世人不可侵犯的财富， / 借你的教诲将其铭刻于心， / 开启天国的圣瓦西里。

如今：基督徒可靠的护卫：——**参见上文。**

若举行预圣体礼，则诵读：

领圣体后的祷文

致圣格里高利·双语者，

颂歌，第四调

从上而得神圣恩典，/ 荣耀的格里高利，来自上帝，/ 并蒙祂大能坚固，/ 你愿行走于福音之道，——/ 因此，至福者，你从基督那里领受了劳苦的赏赐，——/ 求祂拯救我们的灵魂。

颂荣：

康达克，第三调

格里高利神父，你效法了牧者之首基督，/ 引领众修士进入天国，/ 因此，你教导了基督的羊群遵行祂的诫命。/ 如今，你与他们一同欢欣鼓舞，/ 在天上的圣所中。

如今：基督徒可靠的护佑：——[参见上文](#)。

[返回目录](#)。

圣复活节的时祷

从圣大复活节周的这一天起，直至安息日，各时辰、午夜祷文和晚祷均按以下方式诵唱：

司祭宣告：我们的上帝永远受赞美，如今、永远，直到世世代代。

我们回应：阿门。基督从死里复活，/ 以死亡战胜死亡，/ 并赐予坟墓中的人，/ 生命。（3）

复活节赞歌

既见基督复活，/ 让我们敬拜圣主耶稣，/ 唯一无罪者。/ 基督啊，我们敬拜你的十字架，/ 并歌颂、赞美你神圣的复活，/ 因为你是我们的上帝，/ 除你以外我们别无所知，/ 我们呼求你的圣名。/ 来吧，全体信徒，/ 让我们敬拜基督神圣的复活，/ 因为看哪，藉着十字架，/ 喜乐已临到全世界。/ 我们时刻颂赞主，/ 歌颂祂的复活，/ 因为祂经受了受难，/ 藉着死亡击溃了死亡。（3）

伊帕科伊，第四调

那些在黎明前与玛利亚一同前来的妇女们，/ 发现坟墓的石头已被挪开，/ 从天使那里听见说：“那位住在永恒之光中的，/ 你们为何在死人中寻找祂，仿佛祂是人一样？/ 看看那裹尸布，/ 快去向世人宣告，/ 主已复活，祂已使死亡归于无有，/ 因为祂是拯救人类的上帝之子！”

康达克，第8调

虽然祂曾降入坟墓，不朽者，/ 但祂摧毁了地狱的势力，/ 并作为得胜者复活了，基督上帝，/ 向持香的妇女们宣告：“欢喜

领圣体后的祷文

吧！”/ 并赐予祢的使徒们平安，/ 祢是赐予堕落者复活的那一位。

颂词

肉身坟墓中，灵魂却如神一般在阴间，/ 而在乐园里与强盗同在，/ 祢，基督，与圣父及圣灵同在宝座之上，/ 充满万有，无边无际。

颂荣：基督啊，祢的坟墓，作为生命的赐予者，实为乐园中最美好的，/ 也是比任何王宫都更明亮的，/ 祢的坟墓，基督啊，/ 是我们复活的源泉。

如今，向圣母颂：至高者的神圣圣所，欢欣吧！/ 因为藉着你，圣母，喜乐赐予了呼求的人：/ “你在妇女中是蒙福的，/ 全然无瑕的主母！”

主啊，求祢怜悯 **(40)**， **荣耀颂，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更尊贵、/ 比火天使更荣耀、/ 以童贞之身诞下圣言、/ 真正的圣母。

父啊，求你奉主之名赐福。

司祭：凭我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

我们：阿们。

我们再次唱道：基督从死里复活：**(3)** 荣耀归于祢，如今：主啊，怜悯我们 **(3)**，求祢赐福。

随后是遣散礼。

[返回目录。](#)

附赞词的赞美诗
献给我们的主
耶稣基督*

圣咏，第二调 第一首

伊尔莫斯，第二调：昔日那超越法老全军的至大能力，曾将法老的军队尽数歼灭于深渊之中；而道成肉身的圣言，则消灭了邪恶的罪孽——/受尊崇的主；/因祂已得着荣耀。

副歌：最甘甜的耶稣，救我吧。

至甘甜的耶稣基督，/ 忍耐无边的耶稣，/ 耶稣啊，求祢医治我灵魂的创伤，/ 至仁慈的耶稣，求祢使我心甘甜，/ 我恳求祢，耶稣——我的救主，/ 使我这蒙救赎之人得以尊崇祢。

副歌：最甘甜的耶稣，拯救我吧。

最甘美的耶稣基督啊，耶稣，/ 为我开启悔改之门，爱人的耶稣，/ 并接纳我——这投靠祢、/ 热切恳求的罪人，我的救主耶稣，/ 求祢赦免我的过犯。

颂荣：至甘美的耶稣基督，耶稣，/求祢将我从诡诈的魔鬼手中拯救出来，耶稣，/并让我站在祢荣耀的右边，/我的救主耶稣，/使我免于与那些站在左边的人同受刑罚。

如今：生下耶稣——上帝的圣母，女主，/ 求你为这群不配的仆人代祷，至圣者，/ 使我们这些被玷污的人，藉着你的祈祷，/ 得以脱离苦难，你这未曾沾染污秽者，/ 并享永恒的荣耀。

第三首

伊尔莫斯：祢使我立于信仰的磐石之上，/ 便让我向仇敌敞开口舌，/ 因为我的灵欢欣歌唱：“没有圣者如我们的上帝，/ 也没有比祢更公义的，主啊！”

副歌：至甘美的耶稣，救我吧。

求祢垂听，我那爱人的耶稣，祢的仆人，/ 正满怀痛悔地呼求，/ 并求祢，耶稣，救我脱离定罪与痛苦，/ 独一的宽容者，/ 最甘甜、满有慈爱的耶稣。

副歌：最甘甜的耶稣，救救我。

我的耶稣啊，请扶起祢的仆人，/ 这个流泪俯伏的仆人，我的耶稣啊，/ 我的耶稣啊，请拯救我这悔改的人，/ 主啊，求祢救我脱离地狱，/ 最甘甜、满有怜悯的耶稣。

颂荣：我主耶稣，祢赐予我的时光，/ 我却在情欲中虚度，我主耶稣。/ 因此我恳求，我主耶稣，请勿弃绝我，/ 但求祢召我归于祢，主啊，/ 最甘甜的耶稣，求祢拯救我。

如今：生下我主耶稣的圣母，/ 求祢为我祈求免于地狱之苦，/ 受辱者的唯一庇护者，/ 蒙神恩宠者，/ 并求祢，全无玷污者，/ 赐我永恒的生命。

座咏，第一调

我的救主耶稣，/ 拯救了那迷途之子的，/ 我的救主，耶稣，曾仁慈地接纳了那淫妇，/ 如今也怜悯我吧，满有慈爱的耶稣，/ 垂怜并拯救我吧，我的恩主耶稣，/ 如同拯救玛拿西一般，我那满有怜悯的耶稣，/ 因为唯有祢是爱人的。

第四首

伊尔莫斯：祢从童贞女降生，并非使者，/ 亦非天使，而是道成肉身的上主，/ 并拯救了我——这整个人。/ 因此我向祢呼求：/ “荣耀归于祢的大能，上主！”

副歌：最甘甜的耶稣，拯救我。

献给至甜的耶稣的赞美诗，附《阿卡菲斯》

我的耶稣啊，求祢医治我灵魂的创伤，/ 我的耶稣啊，我恳求祢，/ 仁慈的耶稣啊，求祢将我从那毁灭灵魂的巨魔手中解救出来，并拯救我。

副歌：最甘甜的耶稣，拯救我。

我犯了罪，我最甘甜、最仁慈的耶稣啊！/ 我的耶稣，拯救我，/ 我投靠在祢的庇护之下，忍耐的耶稣啊，/ 并使我有幸进入祢的国度。

颂荣：我的耶稣，无人如我这不幸之人般罪孽深重；/但我投靠于祢，祈求：“我的耶稣，拯救我，/并赐予我生命，我的耶稣，作为我的产业！”

如今：万福的圣母，你生下了主耶稣，/求你恳求祂，使所有赞美你、/并称你为真圣母的人，/都能脱离苦难。

第五首

伊尔莫斯：照亮沉沦于黑暗之中的人，/ 拯救绝望之人，我的救主基督！/ 世界之王，我自破晓时分便奔向祢，/ 求祢以祢的光辉照亮我：/ 因为除了祢，我别无所知的神。

副歌：至甘美的耶稣，救我吧。

祢是我心灵的光明，我的耶稣， / 祢是我绝望之魂的救赎，救主。 / 我的耶稣啊，求祢拯救我这呼求之人，使我免于痛苦与地狱： / “救救我这不幸的人吧，我的耶稣基督！”

副歌：最甘美的耶稣，拯救我吧。

我已彻底沉沦，我的耶稣，/ 深陷于可耻的情欲之中，此刻我呼求：/ 我的耶稣，请向我伸出援手，/ 将我从其中拯救出来，我高声呼喊：/ “拯救我这不幸的人吧，我的耶稣基督！”

颂荣：我竭力洁净自己被玷污的心智，/ 我的耶稣，我向祢呼求：/ 求祢洗净我罪孽的污秽，/ 并拯救我——因无知而滑入恶毒深渊者，/ 我的救主耶稣，求祢拯救我，我恳求祢。

献给至甜的耶稣的赞美诗·附《阿卡菲斯》

如今：生下耶稣的童贞女，/ 神的母亲，求祢恳求祂 / 拯救所有东正教徒、修士和教友，/ 并将呼求的人从地狱中解救出来：
/ “除了祢，我们别无坚固的庇护！”

第六首

伊尔莫斯：被罪恶的深渊所吞噬，/ 我向祢那深不可测的慈悲呼求：
/ 神啊，求祢将我从灭亡中拯救出来！

副歌：至甘美的耶稣，拯救我。

我的耶稣，满有怜悯的基督，/ 主啊，求祢接纳我这认罪的人，
/ 哦，耶稣，求祢拯救我，/ 耶稣啊，求祢将我从灭亡中拯救出来。

副歌：最甘甜的耶稣，救救我。

我的耶稣，再没有谁像我这样放荡，/ 如此情欲横流，/ 哦，爱人的耶稣；
/ 但求祢，耶稣，拯救我。

颂荣：我的耶稣，我比那淫妇和那放荡的儿子，/ 以及玛拿西和税吏更甚，
/ 哦，我的耶稣，因我满怀情欲，甚至比那强盗，/ 耶稣，以及尼尼微人更甚。

如今：生下我主耶稣基督的，/ 至洁童贞女，唯独远离污秽，
/ 求祢用祢的祈祷如牛膝草，/ 如今洁净我这被玷污之人。

献给至甘美的我们的主耶稣基督的赞美诗 *

第一颂：护卫我的统帅与主，地狱的征服者！/ 既已脱离永死，
/ 我——祢的受造物与仆人—— / 便将赞美之歌献给祢。/ 祢那不可言喻的慈悲，
/ 求祢拯救呼求的我脱离一切灾祸：/ “耶稣，神的儿子，可怜我吧！”

伊科斯第1首：天使的创造者，天军的主！/ 求祢开启我软弱的心智，
解开我的舌头，/ 好让我赞美祢至圣的名；/ 正如祢曾为那聋哑之人
/ 开启了他的耳朵，解开了他的舌头，/ 使他开口高声宣告：

献给至甜的耶稣的赞美诗，附《阿卡菲斯》

奇妙的耶稣，天使们惊叹的对象； / 大能的耶稣，始祖们的拯救者。

耶稣啊，何等甘美，是族长的荣耀； / 耶稣啊，何等荣耀，是君王的坚固。

耶稣啊，至受爱戴者，先知们的应验； / 耶稣啊，至奇妙者，殉道者的堡垒。

耶稣啊，你何等温和，是修士们的喜乐； / 耶稣啊，你何等仁慈，是长老们的甘饴。

耶稣啊，至仁慈者，斋戒者的节制； / 耶稣啊，至甘美者，圣徒们的喜乐。

耶稣啊，至尊者，是贞女们的贞洁； / 耶稣啊，永恒者，是罪人的救赎。

耶稣，神的儿子，可怜我吧。

第二首赞歌：主啊，祢曾见一位寡妇痛哭流涕， / 便动了慈心， / 使她那无法安葬的儿子复活； / 求祢也向我施怜悯，爱人的主， / 使我那因罪而死、正呼求的灵魂复活： / 哈利路亚！

第二伊科斯：菲利普曾寻求那不可知之事， / 说：“主啊，求祢将父显给我们看。” / 祢却对他说：“与我同在这么久， / 你难道还不明白， / 父在我里面，我也在父里面吗？” / 因此，不可测度的主，我怀着敬畏向祢呼求：

耶稣，永恒的上帝； / 耶稣，全能的君王。

耶稣，宽宏大量的主； / 耶稣，满有慈爱的救主。

耶稣，我至善的守护者； / 耶稣，求祢洗净我的罪孽。

耶稣，求祢抹去我的罪孽； / 耶稣，求祢赦免我的过犯。

耶稣，我的盼望，不要离弃我； / 耶稣，我的帮助者，不要拒绝我。

耶稣，我的造物主，请勿忘记我；耶稣，我的牧者，请勿毁灭我。

耶稣，神的儿子，可怜我吧。

献给至甜的耶稣的赞美诗·附《阿卡菲斯》

第三首康达克：耶稣啊，祢曾以从上而来的能力充满那些住在耶路撒冷的使徒，/ 求祢也充满我这毫无善行之人，/ 以祢圣灵的温暖，/ 并赐我以爱心向祢歌唱：/ 哈利路亚！

伊科斯第3首：耶稣啊，因祢满有怜悯，/ 祢呼召了税吏、罪人和不信者；/ 如今也请不要轻视我——我与他们一样，/ 而是请将这首诗歌，如同珍贵的香膏，收纳在祢怀中：

耶稣，不可战胜的力量；/ 耶稣，无尽的慈爱。

耶稣，至圣之美；/ 耶稣，不可言喻之爱。

耶稣，永生上帝之子；/ 耶稣，求祢怜悯我这罪人。

耶稣啊，请垂听我——这在罪孽中受孕之人；/ 耶稣啊，请洁净我——这在罪中出生之人。

耶稣啊，请教导我这个迷途之人；/ 耶稣啊，请照亮我这个身处黑暗之人。

耶稣啊，洁净我这污秽之人；/ 耶稣啊，引领我这迷途之人归回。

耶稣，神的儿子，可怜我吧。

第四首康达克：彼得因心中充满疑虑的思绪，/ 几乎溺水；/ 但当他看见你，耶稣，/ 披戴肉身、行走在水面上时，/ 便认出你就是真神，/ 并得着救恩之手，高声呼喊：/ 哈利路亚！

伊科斯第4首：那盲人听见祢，主啊，/ 正从路上经过，便呼求道：/ “耶稣，大卫之子，可怜我吧！”/ 祢呼唤了他，便使他的眼睛得见。/ 求祢也以祢的慈爱，照亮我心中属灵的眼睛，/ 让我——这向祢呼求并说：

耶稣，天上诸力的创造者；/ 耶稣，地上众生的救赎主。

耶稣，阴间的摧毁者；/ 耶稣，万物创造的安排者。

耶稣，我灵魂的安慰者；/ 耶稣，我心灵的启迪者。

耶稣，我心灵的喜乐；/ 耶稣，我身体的健康。

耶稣，我的救主，求你拯救我；/ 耶稣，我的光明，求你照亮我。

耶稣啊，求祢救我脱离一切苦难； / 耶稣啊，求祢拯救不配的我。

耶稣，神的儿子，怜悯我。

康达克第5首：正如从前祢以神圣之血 / 救赎了我们脱离律法的咒诅，耶稣啊， / 如今也求祢将我们从那罗网中解救出来， / 那条网是蛇用肉体的情欲、 / 淫乱的诱惑和毁灭性的沮丧 / 将我们缠住的， / 我们向祢高呼： / 哈利路亚！

伊科斯第5首：犹太人的子孙，看见 / 那位亲手创造人类的造物主以人的形像显现， / 并认出祂就是主， / 便急忙手持树枝迎接祂， / 高呼“和散那！” / 而我们则向祢献上赞歌，说：

耶稣，真神； / 耶稣，大卫之子。

耶稣，荣耀的君王； / 耶稣，无瑕的羔羊。

耶稣，奇妙的牧者； / 耶稣，我童年时的守护者。

耶稣，我年少时的引导者； / 耶稣，我晚年的荣耀。

耶稣，我临终时的盼望； / 耶稣，我死后的生命。

耶稣，祢审判时我的安慰； / 耶稣，我的渴望，那时求祢不要使我蒙羞。

耶稣，神的儿子，可怜我吧。

第六首赞歌：耶稣啊，祢践行着受神启示的传道者们的讲道与教诲， / 祢虽是世间无法容纳的， / 却降临人间与世人同住， / 并承担了我们的苦难。 / 因此，因祢的伤痕而得医治， / 我们学会了歌唱： / 哈利路亚！

伊科斯第6首：祢真理的光辉照亮了整个宇宙， / 驱散了魔鬼的迷惑； / 因为偶像，我们的救主，无法承受祢的大能，便倒下了。 / 而我们，既已蒙受救恩，便向祢高呼：

耶稣，真理，驱散谎言者； / 耶稣，光明，超越一切光辉者。

耶稣，君王，以大能战胜万有； / 耶稣，上帝，满有慈爱。

献给至甜的耶稣的赞美诗，附《阿卡菲斯》

耶稣，生命之粮，求祢使饥饿的我得饱足； / 耶稣，智慧之源，求祢使口渴的我得滋润。

耶稣啊，喜乐的衣裳，请为我这必朽之人披上； / 耶稣啊，喜乐的庇护，请为我这不配之人遮盖。

耶稣啊，求告者的施予者，求赐我为自己的罪痛哭； / 耶稣啊，寻求者的拯救者，求拯救我的灵魂。

耶稣啊，为叩门者开门的主，请开启我这可怜的心； / 耶稣啊，罪人的救赎主，求祢洗净我的罪孽。

耶稣，神的儿子，怜悯我吧。

第七首赞歌：为要揭示自亘古以来隐藏的奥秘， / 祢如待宰的羔羊被牵去，耶稣， / 又如羔羊在剪毛者面前默然无声， / 又如上帝从死里复活， / 并带着荣耀升入天堂， / 又将我们与祢一同提升，我们高呼： / 哈利路亚！

第七伊科斯：造物主向我们显现， / 彰显了前所未有的作为： / 祂无种由童贞女成肉身， / 从坟墓中复活，未曾破坏封印， / 并以肉身进入门户紧闭的使徒之中。 / 因此，我们满怀惊奇地歌唱：

耶稣，无边无际的道； / 耶稣，肉眼无法窥见的道。

耶稣，不可测度的能力； / 耶稣，不可知晓的智慧。

耶稣，不可描绘的神性； / 耶稣，不可估量的主权。

耶稣，不可战胜的国度； / 耶稣，无穷无尽的统治。

耶稣，至高的能力； / 耶稣，永恒的权柄。

耶稣，我的造物主，可怜我吧； / 耶稣，我的救主，拯救我吧。

耶稣，神的儿子，怜悯我。

康达克第8首：目睹神奇妙地成为人， / 让我们远离虚幻的世界， / 将心智转向神圣。 / 因为神降临人间， / 正是为了将我们带往天国， / 让我们向祂高呼： / 哈利路亚！

第八伊科斯：祂遍及尘世各处，/ 未曾遗漏天上的任何一处，
其数目不可测度，/ 当祂自愿为我们受苦时，/ 并以祂的死亡使
我们的死亡归于无有，/ 又借着复活赐予歌颂者生命：

耶稣，心灵的甘甜；/ 耶稣，肉身的坚固。

耶稣，心灵的光明；/ 耶稣，理智的敏锐。

耶稣，良心的喜乐；/ 耶稣，坚定的盼望。

耶稣，永恒的纪念；/ 耶稣，至高的赞美。

耶稣啊，我高举的荣耀；/ 耶稣啊，我的渴望，请勿弃我于
不顾。

耶稣，我的牧者，求祢眷顾我；/ 耶稣，我的救主，求祢拯救我。

耶稣，神的儿子，怜悯我。

康达克第9首：整个天使界不断颂扬 / 你至圣的名，耶稣，/ 在
天上高呼“圣哉，圣哉，圣哉！”；/ 而我们这些地上的罪人 / 则
用渺小的嘴唇高呼：/ 哈利路亚！

第九伊科斯：耶稣，我们的救主，我们在祢面前看见那些如无
声之鱼般的雄辩者；/ 因为他们无法阐明，/ 祢如何既为永恒不
变的神，又为完美的人。/ 而我们惊叹于此奥秘，满怀信心地高
呼：

耶稣，永恒的上帝；/ 耶稣，万王之王。

耶稣，万王之王；/ 耶稣，生者与死者的审判者。

耶稣，绝望者的希望；/ 耶稣，哀哭者的安慰。

耶稣，贫穷人的荣耀；/ 耶稣，求祢不要按我的行为定我的
罪。

耶稣，求祢凭祢的慈爱洁净我；/ 耶稣，求祢驱散我心中的
沮丧。

耶稣，求祢开启我心灵的眼睛；/ 耶稣，求祢使我常纪念死
亡。

献给至甜的耶稣的赞美诗，附《阿卡菲斯》

耶稣，神的儿子，怜悯我。

第10首康达克：为要拯救世界，/ 祢——那在日出时闪耀的太阳，/ 降临到我们本性那黑暗的西边，/ 谦卑自己，甚至甘愿承受死亡。/ 因此，祢的名被高举，超乎一切名号之上，/ 从天上和地上的一切族类中，祢都听见：/ 哈利路亚！

十节颂：永恒的君王、安慰者、真基督，/ 求祢洁净我们一切污秽，/ 正如祢洁净了那十个麻风病人；/ 求祢医治我们，正如祢医治了税吏撒该那贪财的灵魂，/ 使我们能满怀感动地向祢呼求：

耶稣，不朽的珍宝；/ 耶稣，取之不尽的财富。

耶稣，滋养人心的食粮；/ 耶稣，取之不尽的甘泉。

耶稣，乞丐的衣裳；/ 耶稣，寡妇的庇护。

耶稣，孤儿的守护者；/ 耶稣，劳动者的帮助。

耶稣，是旅人的向导；/ 耶稣，是航海者的舵手。

耶稣，是饱受风暴之苦者的宁静避风港；/ 耶稣，上帝啊，请扶起我这跌倒的人。

耶稣，神的儿子，可怜我吧。

第11首赞歌：我这不配之人，怀着彻底的痛悔向祢歌唱，/ 像迦南妇人一样向祢呼求：“耶稣，可怜我吧！”/ 因为我没有女儿，只有这肉体，/ 被情欲深深束缚，被愤怒所煽动，/ 求祢赐下医治给向祢呼求的人：/ 哈利路亚！

第十一首伊科斯：祢是灯台，为那些 / 身处无知黑暗中的人照亮前路，/ 曾迫害祢的保罗，/ 听从了神圣智慧之声的力量，/ 灵魂迅速重见光明。/ 求祢也照亮我那蒙蔽的双目，以及我这呼求的灵魂：

耶稣，我最坚强的君王；/ 耶稣，我全能的上帝。

耶稣，我那永生不死的主；/ 耶稣，我那荣耀无比的造物主。

。

耶稣，我至善的导师；/ 耶稣，我慷慨的牧者。

献给至甜的耶稣的赞美诗，附《阿卡菲斯》

耶稣，我那满有慈爱的君王； / 耶稣，我那满有怜悯的救主。

耶稣啊，求祢照亮我被情欲蒙蔽的感官； / 耶稣啊，求祢医治我被罪孽疮痍覆盖的身体。

耶稣啊，求祢洁净我的心智，除去虚妄的思虑； / 耶稣啊，求祢保守我的心，远离邪恶的欲望。

耶稣，神的儿子，怜悯我吧。

第12首赞歌： 求祢赐我宽恕之恩， / 耶稣啊，祢赦免一切过犯， / 求祢接纳我这悔改之人， / 正如祢曾接纳那曾背弃祢的彼得， / 求祢呼召我这疏忽之人， / 正如祢昔日呼召那曾迫害祢的保罗， / 求祢垂听我向祢呼求： / 哈利路亚！

第十二伊科斯： 颂扬祢道成肉身， / 我们众人赞美祢，并与多马一同信靠， / 祢是主，是神，与圣父同坐， / 并将要再来审判生者与死者。 / 求祢那时使我——这呼求祢的人—— / 有幸站在祢的右边：

耶稣，永恒的君王，怜悯我； / 耶稣，芬芳的花朵，请用你的馨香充满我。

耶稣，我挚爱的温暖，请温暖我； / 耶稣，永恒的圣殿，请庇护我。

耶稣，明亮的衣裳，请装饰我； / 耶稣，无价的珍珠，请照耀我。

耶稣，珍贵的磐石，请启迪我； / 耶稣，公义的太阳，请照亮我。

耶稣啊，圣洁之光，请照亮我； / 耶稣啊，求你救我脱离心灵与身体的疾病。

耶稣啊，求祢将我从仇敌手中拯救出来； / 耶稣啊，求祢使我脱离不灭之火及其他永恒的折磨。

耶稣，神的儿子，怜悯我。

献给至甜的耶稣的赞美诗·附《阿卡菲斯》

第13首赞歌：啊，至甘美、至仁慈的耶稣！ / 求祢如今悦纳我们这微小的祈求， / 正如祢曾悦纳那寡妇的两枚小钱， / 并求祢保护祢的子民，免受可见与不可见的仇敌侵害， / 免受外族入侵、疾病与饥荒之苦， / 免受一切悲伤与致命瘟疫之害， / 并求祢拯救所有向祢呼求的人，使他们免于将来的苦难： / 哈利路亚！
此颂词需重复三次。

随后诵读第一伊科斯：天使的创造者，天军的主！ / 求祢开启我软弱的心智，解开我的舌头， / 好让我赞美祢至圣的名， / 正如祢昔日为那聋哑之人 / 开启了他的耳朵，解开了他的舌头， / 他便开口高声宣告：

以及第一首康达克：护卫我的统帅与主，地狱的征服者！ / 既已脱离永死， / 我——祢的受造物与仆人—— / 便将赞美之歌献给祢。 / 祢那不可言喻的慈悲， / 求祢拯救呼求的我脱离一切灾祸： / “耶稣，神的儿子，可怜我吧！”

第七首

伊尔莫斯：当人们在代伊雷平原敬拜金偶像时， / 祢的三位少年无视了那不敬神的命令； / 虽被投入烈火，却蒙甘露滋润，他们唱道： / “愿祢蒙福，我们列祖的上帝！”

副歌：至甘美的耶稣，救我吧。

基督耶稣啊，自古以来世上无人犯罪， / 哦，我的耶稣，像我这样不幸又迷途的人却犯了罪。 / 因此，我的耶稣，我向祢呼求： / 怜悯我这歌唱的人： / “愿祢蒙福，我们祖先的上帝！”

副歌：最甘美的耶稣，救救我吧。

基督耶稣，求祢以祢的威严 / 坚固我，我恳求祢，哦，我的耶稣， / 并引导我如今驶向宁静的港湾， / 使我，我那满有怜悯的耶稣， / 作为蒙救赎者向祢歌唱： / “愿祢蒙福，我们列祖的上帝！”

颂荣：基督耶稣啊，我这满怀热忱之人， / 曾千百次向祢——我主耶稣——许诺要悔改， / 却说了谎，我这可悲之人。 / 因此

献给至甜的耶稣的赞美诗·附《阿卡菲斯》

·我主耶稣，我向祢呼求：/基督啊，求祢启迪我这沉溺于麻木的灵魂；/列祖之神，祢是应当称颂的！

如今：那以非凡之姿 / 并超乎本性 / 生下基督耶稣的， / 求祢代我祈求，全无玷污者， / 赦免我一切违背本性的罪过， / 童贞女啊，好叫我得蒙拯救，呼求道： / “蒙福的是祢，生下道成肉身之神的！”

第8首

伊尔莫斯：降临到火窑中 / 与犹太少年同在， / 并将火焰化为甘露的上帝， / 万物啊，当颂扬祂为主， / 并世代代尊崇祂。

副歌：最甘甜的耶稣，救我吧。

我的耶稣啊，我恳求祢：/ “正如祢，我的耶稣， / 曾拯救那淫妇脱离诸多罪孽， / 愿祢，我的耶稣基督，也拯救我， / 并洁净我这被玷污的灵魂，我的耶稣！”

副歌：最甘甜的耶稣，拯救我吧。

耶稣啊，我曾屈服于无意义的享乐， / 我这不幸之人显得如此轻率， / 因情欲之故，我确实已沦为畜类， / 哦，耶稣，我的救主； / 因此，耶稣啊，求你救我脱离这轻率。

颂荣：耶稣啊，我落入那些毁灭灵魂的强盗手中， / 我失去了那件由上帝亲手编织的衣裳，我的耶稣， / 如今我浑身伤痕累累地躺着； / 我的基督啊，请将香油和葡萄酒浇在我身上。

如今：耶稣、基督，我的上帝， / 圣母玛利亚，您曾怀抱祂，这恩典难以言表！ / 求您不断为您的仆人祈求，使我们脱离灾祸， / 并为那些歌颂您的、未曾嫁人的童贞女祈求。

第九首

伊尔莫斯：源自上帝的上帝之言， / 以不可言喻的智慧降临，为要更新亚当， / 因品尝禁果而悲惨地堕入灭亡， / 为了我们，从圣母身上不可言喻地道成肉身， / 我们这些信徒，同心合意， / 通过圣歌来颂扬祂。

副歌：最甘甜的耶稣，救我吧。

献给至甜的耶稣的赞美诗，附《阿卡菲斯》

玛拿西、我的耶稣，税吏、娼妓、/ 浪子，仁慈的耶稣，还有强盗，/ 我都胜过他们，我的耶稣，/ 在那些可耻和不体面的行为上，耶稣；/ 但祢，我的耶稣，请速速拯救我。

副歌：最甘甜的耶稣，救救我。

从亚当起，我这可怜人，比所有犯罪者——/在律法之前和律法之下，耶稣啊，/以及在律法之下和恩典降临之时，我的耶稣，/因情欲而更深地陷入不幸：/但祢，我的耶稣，请按祢所知的途径拯救我。

颂荣：愿我不被隔绝，我的耶稣，/ 远离祢那不可言喻的荣耀，/ 愿我不与那些站在祢左边的人同受命运，耶稣，/ 最甘甜的耶稣，/ 但愿祢将我同祢右边的羊群，/ 我的基督耶稣，将我纳入其中，/ 并以祢的仁慈，引领我进入安息。

如今：圣母玛利亚，独身未嫁的童贞女，/ 您曾怀胎耶稣，/ 求您以您那如您圣子及造物主般纯洁的圣德，/ 向祂求情，/ 使投靠您的人 / 免于试探、灾祸及来世的烈火。

圣灯颂

耶稣啊，智慧与理智的赐予者，/ 穷人的导师，孤儿的护佑者，病人的医治者，/ 耶稣啊，求祢医治并启迪我的心，/ 这颗被罪恶的创伤与情欲的污秽所覆盖的心，/ 耶稣啊，求祢拯救我。

圣母颂：童贞女啊，求祢以从祢内放射的光辉，/照亮我的心智，启迪我的心灵，/驱散罪恶的黑暗，/驱散我懒惰的迷雾。

向我们的主耶稣基督的祈祷

主耶稣基督，我们的上帝，因祢不可言喻的爱人之心，在世世代代的终末，从永贞童女玛利亚身上取了肉身！我们这些祢的仆人，主啊，赞美祢为我们所作的救赎安排；我们颂扬祢，因为藉着祢，我们认识了天父；我们称颂祢，因藉着祢，圣灵降临于世。我们敬拜祢按肉体而言至洁的圣母，她曾为这崇高的奥迹效力。我们赞美祢的天使军团，他们是祢威严的歌者与

侍奉者。我们称施洗者约翰为有福者，主啊，是他为你施了洗。我们尊崇那些预言你降临的先知。我们颂扬你的圣使徒，尊崇殉道者，赞美你的圣主教，敬拜你的圣徒，并尊崇你所有的义人。我们——祢的仆人——恳请这如此伟大、数不胜数的圣徒大军向祢祈祷，并向全仁慈的上帝求告，因此恳求祢赦免我们的过犯。求祢因祢一切圣徒之故——更确切地说，因祢圣徒的恩惠之故——将赦免赐予我们，因为祢是永受颂赞的。阿们。

另一篇祷文

主啊，惟独良善、不记恶的祢，我向祢认罪。我这不配的人投靠祢，呼求道：“主啊，我犯了罪，我犯了罪，因我诸多不义，不配仰望天上的高处。”但，我的主啊，我的主啊，求祢赐我悔改的泪水——祢是唯一良善且满有怜悯的——好让我借此恳求祢，并在终末来临之前，从一切罪孽中得洁净。因为在脱离肉身之后，我将要经过一个可怕而凶险的地方，无数阴暗而残忍的恶魔将迎面而来，而我将无人相助；既无同伴，亦无拯救者。因此，我投靠您的仁慈：求您不要将我交给我那些伤害我的人，也不要让我的仇敌因我而夸口，仁慈的主啊，也不要让他们说：“你已落入我们手中，被交给了我们。”不，主啊，请不要忘记祢的恩典，不要按我的罪孽报应我，也不要将祢的面容从我身上转开。但求祢以仁慈和怜悯来引导我，主啊。愿我的仇敌不要因我而欢喜，求祢平息他对我发出的威胁，废除他的一切作为。仁慈的主啊，求祢赐我一条通往祢的无瑕之路，因为即使我犯了罪，我也没有求助于别的医治者，也没有向外邦的神伸出我的手。求祢不要拒绝我的祈求，但愿祢凭祢的仁慈垂听我，并用祢的敬畏坚固我的心；愿祢的恩典临到我身上，主啊，如同烈火在我里面焚烧一切不洁的意念。因为祢，主啊，是光，超越一切的光；喜乐，超乎一切喜乐；安息，超乎一切安息；真生命与救恩，存到永永远远。阿们。

献给至甜的耶稣的赞美诗，附《阿卡菲斯》

[返回目录](#)。

忏悔赞美诗
献给我们的主
耶稣基督*

圣咏·第六调。

第一首

伊尔莫斯：以色列人如同在陆地上行走一般 / 踏过深渊， / 看见追赶他们的法老溺毙在水中，便高呼： / “让我们为上帝唱起胜利之歌！”

副歌：上帝啊，可怜我吧，可怜我吧！

如今，我这满身罪孽、重担压身之人， / 来到祢面前，我的主、我的上帝； / 但我不敢仰望苍天， / 只敢高声祈求： / “主啊，求祢赐我智慧， / 好让我痛心地为自己的所作所为哀恸！”

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

我这罪人何等悲惨！ / 我比世上所有人更不幸： / 我心中毫无悔意。 / 主啊，求祢赐我眼泪， / 好让我痛心地为自己的所作所为哀恸！

颂词：愚昧、不幸的人啊， / 你正因懒惰而虚度光阴！ / 反思你的生命， / 归向主上帝， / 并为自己的所作所为痛哭流涕！

如今：至圣的上帝之母！ / 请垂顾我这罪人， / 救我脱离魔鬼的罗网， / 引导我走上悔改之路， / 使我能痛心地为自己的所作所为哀恸！

第三首

伊尔莫斯：没有圣者， / 能如祢一般，我的主上帝， / 祢使忠于祢的信徒尊荣高升，祢是良善的， / 并使我们立于祢 / 认信之磐石之上。

忏悔圣咏

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

当审判日的宝座 / 被设立之时， / 那时所有人的行为都将显露； / 罪人将被送入刑罚之地，那里的痛苦将何其深重！ / 知晓这一切，我的灵魂啊， / 请为你的恶行悔改吧！

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

义人将欢欣鼓舞， / 而罪人将痛哭流涕； / 那时无人能帮助我们， / 唯有我们的行为将定我们的罪。 / 因此，在末日来临之前， / 为你的恶行悔改吧！

颂词：唉，我这多罪之人！ / 我因行为与意念而玷污了自己， / 却因心肠刚硬而流不出半滴眼泪！ / 如今，我的灵魂啊，从地上站起来， / 并为你的恶行悔改吧！

如今：看哪，主母，祢的圣子正在呼唤， / 并教导我们行善； / 而我这罪人，却总是逃避善行！ / 但祢，仁慈的主，求祢怜悯我， / 使我为自己的恶行悔改！

塞达伦，第六调

我思念那可怕的日子， / 并为我恶行哀恸。 / 我将如何向不朽的君王交账？ / 或者，我这迷途之人，又怎敢直视审判者？ / 仁慈的天父、独生子 / 和圣灵，求祢怜悯我！

《荣耀颂》，**现今，圣母颂：**如今，我被诸多罪孽的枷锁所束缚， / 又受着剧烈的苦难与灾祸的压迫， / 我投奔于祢——我的救主，并呼求： / “圣母，上帝之母，求祢帮助我！”

第四首

伊尔莫斯：“基督是我的力量， / 上帝和主”， / ——圣教会虔诚地歌唱， / 从纯净的心智中高声宣告， / 在主里欢庆。

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

此处的道路宽广， / 行善易如反掌， / 但在末日那日， / 当灵魂与肉体分离之时，必将充满苦楚！ / 人啊，为了上帝的国度， / 谨防此劫！

副歌：上帝啊，可怜我吧，可怜我吧！

忏悔圣咏

你为何欺压穷人，/ 侵吞工人的工钱，/ 不爱你的弟兄，/ 却追求淫乱与骄傲？/ 我的灵魂啊，请弃绝这一切，/ 为了上帝的国度而悔改吧！

颂词：啊，愚昧的人啊！/ 你要像蜜蜂一样，/ 沉溺于积攒财富到何时？/ 毕竟这些财富很快就会如尘土与灰烬般消亡；/ 但你当先寻求上帝的国度。

如今：圣母玛利亚！求你怜悯我这罪人，/ 使我坚固于美德之中，/ 并保守我，免得猝死 / 夺走尚未准备好的我，/ 圣母啊，求你引领我进入上帝的国度！

第五首

伊尔莫斯：仁慈的主啊，求祢以祢的神圣之光，/ 照亮那些从黎明起就向祢奔涌的灵魂，/ 以爱光芒照耀——我如此祈求——/ 好叫我们认识祢，上帝的道，真神，/ 祢正从罪恶的黑暗中召唤我们归向祢。

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

可怜的人啊，请回想，/ 谎言、诽谤、掠夺、软弱，/ 如同凶猛的野兽一般，/ 你因自己的罪孽而受其奴役！/ 我这有罪的灵魂，这难道是你所愿的吗？

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

我身体的各肢体都在战栗，/ 因为我用它们犯下了种种罪过：/ 用眼睛注视，用耳朵聆听，用舌头说出恶言，/ 将整个自己都交给了地狱！/ 我这有罪的灵魂啊，这难道是你所愿的吗？

颂词：救主啊，祢接纳了浪子和悔改的强盗；/ 唯独我一人，被罪恶的惰性所压垮，/ 并沦为恶行的奴隶！/ 我这有罪的灵魂啊，这难道是你所愿的吗？

如今：奇妙而迅速的援助者，/ 众人的母亲，上帝之母！/ 求祢帮助我这不配之人，/ 因为我这有罪的灵魂正是如此渴望的！

忏悔圣咏

第六首

伊尔莫斯：目睹尘世之海，/ 诱惑的波涛汹涌翻腾，/ 我投奔祢宁静的港湾，向祢呼求：/ “仁慈的主啊，求祢将我的生命从灭亡中拯救出来！”

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

我曾放荡地度过尘世生活，/ 将灵魂交给了黑暗；/ 如今我恳求祢，仁慈的主：/ 求祢将我从这被仇敌奴役的境地中解救出来，/ 并赐我智慧，使我能遵行祢的旨意！

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

谁会像我这样行事？/ 因为正如猪躺在泥泞中，/ 我同样侍奉着罪恶。/ 但主啊，求祢将我从那污秽中拯救出来，/ 赐我一颗遵行祢诫命的心！

颂词：可怜的人啊，当向神仰望，/ 追念自己的过犯，/ 投靠造物主，流泪哀号！/ 祢是满有怜悯的，/ 必赐你智慧，使你明白祢的旨意！

如今：圣母童贞女！求您，至圣者，护佑我免受可见与不可见的邪恶侵害，并接受我的祈求，转达给您的圣子，愿祢赐予我智慧，使我能遵行祢的旨意！

康达克

我的灵魂啊！为何沉溺于罪恶之中？/ 为何顺从魔鬼的意志？/ 你将希望寄托于何处？/ 请停止如此行径，/ 转向上帝，哭泣着呼求：/ “仁慈的主啊，怜悯我这罪人吧！”

伊科斯：我的灵魂啊，要思量那死亡的苦难时刻，/ 以及你造物主和上帝的末日审判。/ 因为那时，威严的天使将带走你，我的灵魂，/ 并将你投入永恒的烈火之中。/ 所以，在死前要悔改，呼求道：/ “主啊，怜悯我这罪人！”

忏悔圣咏

第七首

伊尔莫斯：天使为虔诚的少年们 / 造了一座充满甘露的炉灶，
/ 而那灼烧迦勒底人的上帝旨意， / 使折磨者不得不呼求： / “愿
祢蒙福，我们列祖的上帝！”

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

我的灵魂啊，不要倚靠虚幻的财富 / 和不义的积蓄； / 因为
你不知道这一切将留给谁， / 只管呼求：“基督上帝啊，求祢怜
悯我这不配的人！”

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

我的灵魂啊，不要指望肉体的健康 / 也不要指望转瞬即逝的
美貌； / 因为你看见强壮的和年轻的都死了， / 但要呼求：“基督
上帝啊，可怜我这不配的人吧！”

颂荣：我的灵魂啊，要記念永生， / 以及为圣徒预备的天国
， / 还要記念外在的黑暗与上帝的烈怒——那邪恶的， / 并呼求
：“基督上帝啊，求祢怜悯我不配的人！”

如今：我灵魂啊，投靠圣母， / 向她祈祷， / 因为她是悔罪者
的速助者， / 她将恳求她的儿子——基督上帝， / 而祂必怜悯我这
不配的人。

第八首

伊尔莫斯：祢从烈火中为虔诚者汲出甘露， / 并以水浇灌义人
的祭物： / 因为基督啊，祢仅凭一念便成就万事。 / 我们永世颂
扬祢。

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

一想到死亡，我怎能不哭泣！ / 因为我曾看见我的兄弟躺在
棺材里， / 既无荣耀，又面目可憎。 / 我还在等待什么？又寄望
于什么？ / 主啊，求祢在我终结之前赐我悔改吧！ **（重复两次）**

颂荣：我信祢必再来审判生者与死者， / 众人将按其本分各
就其位： / 老者与少年，统治者与王子，处女与司祭。 / 但我将
身在何处？ / 因此我呼求： / “主啊，求祢在我临终前赐我悔改！”

忏悔圣咏

如今：至圣的圣母！/ 求祢接纳我这不配的祈祷，/ 保护我免遭猝死，/ 并赐我临终前的悔改！

第九首

伊尔莫斯：世人无法得见上帝，/ 连天使的军团也不敢直视祂；/ 但藉着祢，至洁者，道成肉身之主向凡人显现。/ 我们颂扬祂，/ 并与天上的众军一同/ 赞美祢。

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

如今我向你们求助，/ 天使、大天使及一切天军，/ 你们站在上帝宝座前：/ 请向你们的造物主祈求，/ 愿祂将我的灵魂从永恒的痛苦中拯救出来！

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我！

如今我在你们面前痛哭，/ 圣先祖、君王与先知，/ 使徒与圣主教，以及所有基督的选民：/ 请在审判日帮助我，/ 愿主将我的灵魂从仇敌的权势中拯救出来！

颂荣：如今我向你们举起双手，/ 圣殉道者、隐士、童贞女、义人 / 以及所有为全世界向主祈祷的圣徒，/ 愿祂在我临终之时怜悯我！

如今：天主之母，求祢帮助我，/ 我深切仰赖祢，/ 恳求祢的圣子，/ 愿祂将我不配的我安置在祂的右边，/ 当祂坐下审判生者与死者之时！阿们。

祷文

主基督上帝，祢以祢的受难治愈了我的情欲，以祢的伤痕医治了我的创伤！求祢赐予我——这在祢面前犯下诸多罪过的人——悔改的泪水。求祢使我的身体领受祢那赐生命之躯的馨香，并赐予我的灵魂祢宝血的甘甜，以取代那仇敌使我喝下的苦胆。求祢将我那垂向尘土的心思提升至祢面前，并从灭亡的深渊中将我救起。因为我心中没有悔改，没有感动，也没有那能引导儿女归向产业的安慰之泪。我的理智被世俗的情欲蒙蔽，在病痛中无法仰望祢，也无法用对祢的爱之泪来温暖自己！ 但

忏悔圣咏

· 主耶稣基督，恩典的宝库！求祢赐我全然的悔改，赐我一颗满怀爱意、竭力寻求祢的心；求祢赐我祢的恩典，并在我的里面更新祢形象的特征。 我离弃了祢——求祢不要离弃我。求祢出来寻找我，将我领回祢的牧场，使我与祢所拣选的羊群同在，并借着祢至圣童贞母玛利亚及所有圣徒的祈祷，与他们一同以祢神圣圣礼的圣饼滋养我。阿们。

[返回目录。](#)

附赞歌的赞美诗 至圣圣母

颂词·第八调

以理智领悟了那奥秘的旨意，/ 在约瑟的庇护下，那无形者匆匆降临，/ 向未曾知婚的祢宣告：/ “祢降临使诸天俯伏，/ 祢未曾改变，却全然容纳于祢。/ 见祢在祢的胎中取了仆人的形像，/ 我惊叹不已地向祢呼求：/ 欢喜吧，新娘，未曾经历婚姻者！」

圣咏，第四调，由圣约瑟夫所作。 第一首

伊尔莫斯：我将张开双唇，/ 它们便充满圣灵；/ 我将向王后之母献上颂词，/ 并以光辉之姿欢庆，/ 欢欣地歌颂祢的奇蹟。

副歌：至圣的圣母，救救我们。

大天使见到了你——基督那有生命的书卷，/ 由圣灵所封印的，/ 便向你高呼：/ “欢喜吧，喜乐的殿宇，/ 借着祢，始祖之母的咒诅将被废除！”

副歌：至圣童贞女，救救我们吧。

亚当的救赎，欢欣吧，/ 童贞女，天主的新娘，地狱的毁灭。/ 欢欣吧，全无玷污者，万王之王的宫殿。/ 欢欣吧，全能者的火焰宝座！

颂荣：欢欣吧，永不凋谢的玫瑰，/ 唯你独生！/ 欢欣吧，孕育芬芳苹果者，/ 独一君王的香气；/ 欢欣吧，未曾经历婚姻者，/ 世界的救赎。

如今：纯洁的珍宝，欢欣吧，/ 因着祢，我们从堕落中复活。
/ 欢欣吧，芬芳的百合，女主，/ 使信徒心旷神怡，/ 香气馥郁的乳香，珍贵的没药。

第三首

伊尔莫斯：圣母，你是你颂歌者的——活泼丰沛的泉源，/ 他们筹办了这属灵的庆典，求你坚固他们，/ 并在你的神圣荣耀中，/ 赐予他们荣耀的冠冕。

副歌：至圣圣母，救救我们。

您显然孕育了神圣的穗穗，/ 犹如未经耕作的田野！/ 欢欣吧，充满生机的筵席，/ 承载着生命之粮；/ 欢欣吧，活水的泉源，/ 取之不尽，主母！

副歌：至圣童贞圣母，救救我们。

犊牛啊，你生下了无瑕的犊牛，愿你欢欣；/ 羔羊啊，你怀中孕育了上帝的羔羊，/ 祂承担了世间一切的罪孽；/ 愿你欢欣，炽热的赎罪者！

颂荣：光明之晨，欢欣吧，/ 唯独怀抱太阳——基督，光明之居所；/ 欢欣吧，驱散黑暗者，/ 并将阴暗的恶魔彻底赶走。

如今：欢欣吧，唯一的门户，/ 唯有圣言曾由此通过；/ 女主，因你诞下基督，/ 粉碎了地狱的门闩与城门；/ 欢欣吧，得救之人的神圣入口，上帝的新娘。

第四首

伊尔莫斯：坐在荣耀中 / 神性的宝座上，/ 乘着轻柔的云彩，/ 至圣的耶稣降临，/ 被无瑕的手托起，/ 拯救了呼求的人：/ “荣耀归于基督，归于祢的大能！”

副歌：至圣的圣母，拯救我们。

我们怀着信心，以洪亮的歌声 / 向祢呼求，（童贞女）万福者：/ “欢喜吧，多结果实的山，被圣灵滋养；/ 欢喜吧，灯台与盛满吗哪的器皿，/ 使（所有）虔诚者心灵甘甜！”

副歌：至圣童贞女，救救我们。

世人的和解者，/ 欢喜吧，至洁的主母；/ 欢喜吧，那以恩典将众人从地上高举的阶梯；/ 欢喜吧，那确实将所有颂扬祢的人从死亡引向生命的桥梁。

副歌：至圣童贞女，救救我们。

至高天上的，欢喜吧，/ 大地之基石，在祢的深处，至洁者，祢轻而易举地承载着；/ 欢喜吧，紫色的贝壳，/ 用祢的宝血为万军之王染红了/ 神圣的朱红。

荣耀：真正生下立法者的，/ 欢欣吧，主母，以恩赐平息一切不义的，/ 不可测度的深渊，不可言喻的高处，/ 未曾经历婚姻的，/ 藉着祢，我们获得了神化。

如今：我们向祢歌颂，祢为世界编织了非人手所造的冠冕，/ 高呼“欢喜吧！”向祢，童贞女，/ 万物的守护者与屏障，/ 坚固的根基，神圣的避难所。

第五首

伊尔莫斯：整个世界都因祢的神圣荣光而惊叹：/ 因为祢，未曾经历婚姻的童贞女，/ 在祢的子宫中怀了至高无上的上帝，/ 并生下了永恒的圣子，/ 祂赐予所有赞美祢的人平安。

副歌：至圣圣母，救救我们。

孕育生命之道者，欢欣吧，全无玷污者，/ 拯救世界脱离罪恶洪流；/ 欢欣吧，上帝的新娘，/ 提及祢之名便令人战栗，/ 欢欣吧，万物之主的居所。

副歌：至圣童贞圣母，救救我们。

人类的力量与堡垒，/ 欢欣吧，至洁者，荣耀的圣化之所，/ 地狱的克星，光辉灿烂的婚筵；/ 欢欣吧，天使们的喜乐，/ 欢欣吧，向祢虔诚祈祷者的帮助。

副歌：至圣童贞圣母，救救我们。

如火焰般的圣言战车，/ 欢欣吧，女主，有生命的乐园，/ 其中有生命之树——主，/ 祂的甘美使凭着信心领受圣体的人复活，/ 尽管他们已屈服于朽坏。

颂荣：蒙祢大能坚固，/ 我们满怀信心地向祢呼求：/ 欢欣吧，
· 万王之城的居所，/ 关于祢，那荣耀且值得瞩目的事已明确宣告，/ 欢欣吧，不可分割的山岳，不可测度的深渊。

如今：圣言广阔的帐幕，/ 欢欣吧，至洁者，/ 孕育出神圣珍珠的贝壳；/ 欢欣吧，万福者，你使众人与神和好，/ 众人都永远称你为圣母，/ 蒙福者。

第六首

伊尔莫斯：在这神圣且受众人尊崇的 / 圣母节庆中， / 诸位敬虔者，请前来， / 让我们一同鼓掌欢呼， / 赞美由她所生的上帝。

副歌：至圣圣母，救救我们。

圣言无瑕的殿宇，/ 众人得蒙神化的源头，/ 欢欣吧，至洁者，
· 先知们曾听闻祢，/ 欢欣吧，使徒们的荣光。

副歌：至圣圣母，救救我们。

从祢身上降下甘露，/ 熄灭了多神教的烈火，/ 因此我们向祢呼求：/ “欢喜吧，童贞女，那被甘露滋润的羊毛，/ 正是基甸先前所见的！”

颂荣：看哪，我们向祢高呼“欢喜吧！”；/ 求祢成为我们在汪洋中航行的避风港，/ 并在悲痛的深渊中成为我们的支柱，/ 抵御那普世仇敌的诱惑。

如今：喜乐之源，求祢恩泽我们的心灵，/ 使我们向祢高呼：/ “欢喜吧，不被火焚的荆棘丛，光辉灿烂的云彩，/ 不断庇佑信徒！”

圣母赞美诗及阿卡菲斯

致至福的 我们的主母圣母 及永贞童女玛利亚· 第8调

为皮西迪亚的圣乔治

第一颂：护卫我的统帅 / 因使我脱离可怕的灾祸 / 我——祢的城邑——向祢，圣母，献上感恩的胜利庆典！ / 但祢拥有不可战胜的大能， / 求祢将我从一切危险中解救出来，使我能向祢呼求： / “欢喜吧，未曾经历婚姻的新娘！”*

***颂词：**护卫我们的统帅 / 因使我们脱离可怕的灾祸 / 我们——祢的仆人——向祢献上胜利的感恩庆典 / 圣母玛利亚！ / 但祢，作为拥有不可战胜之权能者， / 求祢将我们从一切危险中解救出来，让我们向祢呼求： / “欢喜吧，未曾经历婚姻的新娘！”

伊科斯第1首：领队的天使奉命从天而降 / 对圣母说：“万福！” / 当他凝视着祢，主啊， / 在祢借着这无形的声音道成肉身之时，他惊叹不已， / 便伫立着向祢高呼：

欢欣吧，因藉着祢，喜乐将要照耀； / 欢欣吧，因藉着祢，咒诅将要消逝。

欢欣吧，堕落的亚当得蒙救赎的呼召； / 欢欣吧，夏娃从泪水中得蒙解救。

欢欣吧，那超乎人类思虑的高处； / 欢欣吧，那连天使之眼也无法洞察的深渊。

欢欣吧，因祢是君王的宝座； / 欢欣吧，因祢怀抱那托住万有的主。

欢欣吧，显明太阳的星辰； / 欢欣吧，神性道成肉身的圣胎。

欢欣吧，因借着祢，受造之物得以更新； / 欢欣吧，因在你的怀中，造物主化作了婴孩。

欢欣吧，未曾经历婚配的新娘。

第二首康达克：圣女，见自己纯洁无瑕，/ 便大胆地对加百列说：/ “你这奇异的话语，在我心中难以接受；/ 因为你谈论因无种受孕而怀胎，/ 并高呼：/ 哈利路亚！”

第二伊科斯：为探求那不可知之事，/ 童贞女向这奥秘的使者呼喊道：/ “从纯洁的子宫中，/ 圣子如何可能降生？请告诉我。”/ 那人虽心怀敬畏，却仍如此向她宣告：

欢欣吧，不可言说之计划奥秘的侍者；/ 欢欣吧，那些需要沉默以对之事的忠信者。

欢欣吧，基督神迹的开端；/ 欢欣吧，关于祂的教义之基石。

欢欣吧，天梯，上帝曾由此降临；/ 欢欣吧，桥梁，引领世人从尘世通往天国。

欢欣吧，受众天使盛赞的奇蹟；/ 欢欣吧，令恶魔痛哭流涕的挫败。

欢欣吧，那以不可言喻之方式诞下圣光者；/ 欢欣吧，那从未向任何人显明此奥秘者。

欢欣吧，超越智者所知；/ 欢欣吧，照亮信徒心智的。

欢欣吧，新娘，未曾经历婚配者。

第三首赞歌：至高者的能力那时 / 降临在未曾经历婚配的她身上，使她受孕；/ 她那多结果实的子宫 / 仿佛成为甘美的田野，/ 供所有渴望收获救赎的人采摘，/ 歌颂道：/ 哈利路亚！

伊科斯第三首：怀有孕育上帝的子宫，/ 童贞女急忙前往探望伊丽莎白；/ 而伊丽莎白腹中的婴儿，一听到她的问候，/ 便欢欣雀跃，以欢跃之姿，仿佛歌声般向圣母呼求：

欢欣吧，不凋谢的嫩芽之枝；/ 欢欣吧，不朽果实的归宿。

欢欣吧，培育仁爱农夫的土地；/ 欢欣吧，孕育我们生命之树的栽种者。

欢欣吧，孕育着丰沛怜悯之收成的田野；/ 欢欣吧，承载着丰盛宽恕之宴的筵席。

欢欣吧，因你使繁茂的草场绽放；/ 欢欣吧，因你为灵魂预备了安息之所。

欢欣吧，祈求中悦人的香；/ 欢欣吧，普世救赎者。

欢欣吧，上帝对凡人的恩宠；/ 欢欣吧，凡人在上帝面前的胆量。

欢欣吧，新娘，未曾经历婚配的。

第四首赞歌：心中饱受疑虑风暴的煎熬，/ 贞洁的约瑟陷入了困惑，/ 凝视着你——这位未婚的女子，却怀疑，/ 你，无玷者，已玷污了纯洁；/ 然而当他得知你由圣灵受孕后，便高声宣告：/ 哈利路亚！

伊科斯第4首：牧羊人听见了天使们颂唱 / 基督道成肉身降临的消息，/ 便急忙奔向祂——这位牧者，/ 看见祂如同那无瑕的羔羊，/ 在玛利亚的胎中孕育；/ 他们颂扬她，高声呼喊：/

欢欣吧，羔羊与牧者的母亲；/ 欢欣吧，智慧之羊的羊圈。

欢欣吧，抵御无形仇敌的护佑；/ 欢欣吧，开启乐园之门的钥匙。

欢欣吧，因为天上的一切都与地上一同欢庆；/ 欢欣吧，因为地上的一切都与天上一同欢欣。

欢欣吧，使徒们永不沉默的口舌；/ 欢欣吧，殉道者们不可战胜的勇气。

欢欣吧，坚固的信仰根基；/ 欢欣吧，清晰的恩典认知。

欢欣吧，因藉着祂，地狱被揭露；/ 欢欣吧，因藉着祂，我们披上了荣耀。

欢欣吧，新娘，未曾经历婚笈。

康达克第5首：看见那受上帝引导的星辰，贤士们 / 追随其光芒 / 并将之如明灯般高举，/ 借此寻觅全能的君王；/ 既寻得那不可企及者，/ 便欢欣鼓舞，向祂高呼：/ 哈利路亚！

伊科斯第5首：迦勒底之子们 / 看见童贞女怀中抱着那位亲手创造人类的主， / 并在祂身上认出了主， / 尽管祂取了仆人的形像， / 他们仍急忙以礼物敬拜祂， / 并高呼祂为蒙福者：

欢欣吧，永不落之星的母亲； / 欢欣吧，奥秘之日的曙光。

欢欣吧，熄灭诡诈之炉的； / 欢欣吧，启迪圣三奥秘侍者的。

欢欣吧，剥夺了非人暴君权柄者； / 欢欣吧，显明仁爱之主——基督者。

欢欣吧，使人脱离野蛮仪式的； / 欢欣吧，使人远离不洁之事的。

欢欣吧，你已终止了对火的崇拜； / 欢欣吧，你使人脱离了情欲的烈焰。

欢欣吧，引领信徒走向贞洁者； / 欢欣吧，历代之喜乐。

欢欣吧，新娘，未曾经历婚姻者。

康达克第6首：成为受神启示的先驱，贤士们 / 返回巴比伦， / 应验了关于祢的预言， / 并将祢作为基督向众人传扬， / 弃绝了希律——那个空谈家， / 他不谙这首赞歌： / 哈利路亚！

伊科斯第6首：祢在埃及以真理之光照耀， / 驱散了谎言的黑暗； / 因为那里的偶像，救主啊， / 无法承受祢的大能而倒下， / 而从它们手中得救的人们向圣母呼求：

欢欣吧，人类的复兴； / 欢欣吧，魔鬼的覆灭。

欢欣吧，您已纠正了谎言的迷惑； / 欢欣吧，您已揭露了偶像崇拜的欺骗。

欢欣吧，淹没了无形法老的大海； / 欢欣吧，使渴求生命者得饮的磐石。

欢欣吧，引导身处黑暗者的火柱； / 欢欣吧，比云彩更广阔的世界庇护所。

欢欣吧，取代了吗哪的食粮； / 欢欣吧，圣洁喜乐的侍者。

欢欣吧，应许之地； / 欢欣吧，流淌着蜂蜜与牛奶的国度。

欢欣吧，未曾经历婚配的新娘。

第七首赞歌：当西缅即将 / 离开这虚幻的现世之时， / 你作为婴孩被赐予他， / 但他却认出你就是那完全的神。 / 因此，他惊叹于你那不可言喻的智慧，高呼： / 哈利路亚！

第七首伊科斯：造物主向我们——祂所创造的受造物——显示了前所未有的奇事，祂从童贞女的胎中无种而生，并使她依然完好无损，正如她原本的样子；为使我们目睹此奇观，便高声赞美她，呼喊道：

欢欣吧，不朽之花； / 欢欣吧，节制之冠。

欢欣吧，映照复活荣光者； / 欢欣吧，彰显天使生命者。

欢欣吧，结出美果的树，信徒们以此为食； / 欢欣吧，枝叶荫蔽的树，许多人在此得享庇护。

欢欣吧，你曾怀抱救赎被掳之人的救主； / 欢欣吧，你曾诞下迷途者的向导。

欢欣吧，公义之审判者的和解； / 欢欣吧，众多罪孽的宽恕。

欢欣吧，你乃是胆怯者的衣袍； / 欢欣吧，你乃是超越一切渴望的爱。

欢欣吧，未曾经历婚配的新娘。

康达克第8首：目睹这非凡的降生， / 让我们远离尘世， / 将心志投向天国。 / 因为至高上帝 / 正是为此以谦卑之人的形象降临人间， / 渴望将向祂呼喊：“哈利路亚！”的人们 / 引向至高之处。

第八伊科斯：万物皆在尘世之中， / 无边无际的圣言未曾遗漏丝毫天界之事； / 因为神性降临， / 却非地点的改变， / 而是由接纳神的童贞女所诞生的， / 她听见我们如此说：

欢欣吧，容纳无所不包之神的居所； / 欢欣吧，神圣奥秘之门。

欢欣吧，对不信者而言是令人怀疑的消息； / 欢欣吧，对信徒而言是毋庸置疑的赞美。

圣母赞美诗及阿卡菲斯

欢欣吧，坐在基路伯上的至圣者之战车；/ 欢欣吧，坐在撒拉弗上的至美居所。

欢欣吧，将对立之物合而为一者；/ 欢欣吧，将童贞与诞生结合者。

欢欣吧，因藉着你，罪孽已被赦免；/ 欢欣吧，因藉着你，乐园已向世人敞开。

欢欣吧，基督国度的钥匙；/ 欢欣吧，永恒福乐的希望。

欢欣吧，未曾经历婚配的新娘。

第九首康达克：整个天使界都为 / 你道成肉身这一伟大事迹而惊叹；/ 因为那位作为上帝本不可接近的，/ 他们却以凡人皆可亲近的形象凝视着祂，/ 祂与我们同在，/ 并从众人那里听见：/ 哈利路亚！

第九伊科斯：圣母，我们在祢面前看见那些雄辩的演说家，如同无声的鱼一般，/ 因为他们无法解释，/ 祢如何既保持童贞，又能诞下圣子。/ 而我们惊叹于这奥秘，满怀信心地高呼：

欢喜吧，上帝智慧的居所；/ 欢喜吧，祂旨意的宝库。

欢欣吧，你使哲学家显出愚昧；/ 欢欣吧，你使能言善辩者显出无知。

欢欣吧，因为那些狡猾的辩论者已陷入疯狂；/ 欢欣吧，因为那些编造传说的人已凋零。

欢欣吧，你拆解了雅典人的诡辩；/ 欢欣吧，你使渔夫的渔网满载而归。

欢欣吧，你将人从无知的深渊中拯救出来；/ 欢欣吧，你使许多人获得真知。

欢欣吧，求救者的方舟；/ 欢欣吧，生命之海中游泳者的避风港。

欢欣吧，新娘，未曾经历婚姻的。

第10首赞歌：为拯救世界，万物的创造者 / 按祂自己的应许降临人间；/ 作为牧者，祂如同神一般，/ 为了我们，化身为与我

圣母赞美诗及阿卡菲斯

们一样的人； / 因为祂召唤与祂相似者归向自己， / 祂作为神，
从众人那里听见： / 哈利路亚！

十节颂：你是童贞女们的堡垒，童贞圣母， / 也是所有投奔你
之人的庇护所。 / 因为天地之造物主已将你——至圣者——高举
， / 祂住在你的胎中， / 并教导众人向你高呼：

欢欣吧，贞洁的支柱； / 欢欣吧，救恩之门。

欢欣吧，属灵重生的引领者； / 欢欣吧，神圣恩典的赐予者

。

欢欣吧，因祢使那些蒙羞受孕者焕然一新； / 欢欣吧，因祢
使那些丧失理智者重获明悟。

欢欣吧，驱除思绪败坏者； / 欢欣吧，孕育纯洁播种者。

欢欣吧，无种婚姻的殿堂； / 欢欣吧，将信徒与主结合者。

欢欣吧，少女们美好的教导者； / 欢欣吧，将圣洁的灵魂装
扮成新娘的。

欢欣吧，未曾经历婚姻的新娘。

第11首赞歌：一切颂歌皆力有不逮， / 试图在您丰沛恩典的浩
瀚中 / 尽其所能地歌颂； / 因为，倘若我们向祢——圣王——献
上如沙粒般数不胜数的颂歌， / 也无法配得上祢赐予我们的恩典
， / 祢向呼求祢的人应允： / 哈利路亚！

第十一首伊科斯：我们看见圣母如同 / 向身处黑暗中的人们显
现的 / 发光之烛； / 因为她点燃了 无形之光， / 她引领众人认识
神性， / 如同黎明照亮心灵， / 并以这样的颂词受到尊崇：

欢欣吧，属灵太阳的光芒； / 欢欣吧，永不落之光的光辉。

欢欣吧，照亮灵魂的闪电； / 欢欣吧，如雷鸣般击溃仇敌。

欢欣吧，因你放射出光辉灿烂的光芒； / 欢欣吧，因你倾泻
出滔滔不绝的河流。

欢欣吧，在洗礼池中描绘圣像者； / 欢欣吧，洗净罪恶污秽
者。

欢欣吧，洗涤良心的洗礼池； / 欢欣吧，盛满喜乐的圣杯。

欢欣吧，基督馨香之气； / 欢欣吧，奥秘筵席的生命。

欢欣吧，新娘，未曾经历婚配的。

第十二首康达克：愿赐下恩典， / 赦免往昔的债务， / 万民的债务赦免者， / 亲自来到那些远离祂恩典的人中间， / 撕毁了债务凭证， / 从众人那里听见： / 哈利路亚！

第十二伊科斯：歌颂因你而诞生的基督， / 我们众人皆赞美你， / 圣母，你如同有生命的圣殿； / 因为住在你胎中， / 以祂之手掌万有的主， / 使你成圣，使你得荣耀， / 并教导众人向你呼求：

欢欣吧，上帝与圣言的居所； / 欢欣吧，至圣所中的至大者。

欢欣吧，被圣灵镀金的约柜； / 欢欣吧，取之不尽的生命宝藏。

欢欣吧，虔诚君王那珍贵的冠冕； / 欢欣吧，敬虔祭司那神圣的赞美。

欢欣吧，教会坚不可摧的堡垒； / 欢欣吧，天国不可动摇的城墙。

欢欣吧，因藉着祢，战利品被高举； / 欢欣吧，因藉着祢，仇敌被推翻。

欢欣吧，我身体的医治； / 欢欣吧，我灵魂的救赎。

欢欣吧，新娘，未曾经历婚配者。

第13首赞歌：哦，万福的圣母， / 您生下了诸圣中最圣洁的圣言！ / 求您接受今日的奉献， / 使众人免于一切灾祸， / 并解救一同向您呼求的人， / 使他们免于未来的惩罚： / 哈利路亚！ **此赞歌需重复三次。**

随后诵读第一伊科斯：领队的天使从天而降， / 对圣母说：“万福！” / 主啊，当他凝视着祢， / 见这无形的声音正化为肉身，便惊奇不已， / 伫立着向祢高呼：

第一首赞歌：护卫我的统帅 / 因使我脱离可怕的灾祸 / 我——祢的城邑——圣母， / 向祢献上胜利的感恩庆典！ / 但祢，作为

拥有不可战胜之权能者，/ 求祢将我从一切危险中解救出来，使我能向祢呼求：/ “欢喜吧，未曾经历婚姻的新娘！”*

***颂词：**护卫我们的统帅 / 因使我们脱离可怕的灾祸 / 我们——祢的仆人——向祢献上感恩的胜利庆典 / 圣母玛利亚！ / 但祢，作为拥有不可战胜之权能者，/ 求祢将我们从一切危险中解救出来，让我们向祢呼求：/ “欢喜吧，未曾经历婚姻的新娘！”

第七首

伊尔莫斯：敬虔之士并未将受造之物 / 尊崇于造物主之上， / 而是勇敢地战胜了威胁他们的烈火， / 欢欣地歌唱道：/ “至尊的主，列祖之神， / 愿祢蒙福！”

副歌：至圣的圣母，拯救我们。

我们颂扬祢，呼求道：/ “欢欣吧，属灵的太阳战车；/ 真葡萄藤，结出成熟的果穗，/ 流淌出美酒，使那些 / 凭着信心颂扬祢的人心欢喜！”

副歌：至圣童贞女，救救我们。

曾怀抱[全人类]之医于腹中，/ 欢欣吧，天主的新娘，/ 那孕育出永不凋谢之花的神秘权杖；/ 欢欣吧，主母，因祢我们满怀喜乐，/ 并承继永生。

副歌：至圣童贞女，救救我们吧。

言语 / 无法颂扬祢，女主， / 因为祢比炽天使更为崇高， / 曾在腹中怀着基督君王； / 求祢向祂祈求，使如今 / 凭着信心敬拜祢的人，都能免于一切灾祸。

颂荣：世之四方称颂祢，称祢为有福者，/ 并满怀爱意向祢高呼：/ “欢喜吧，圣洁的圣母，那卷由圣父之指 / 亲笔书写圣言的卷轴；/ 恳求祂，使祢的仆人们 / 被记在生命册上！”

如今：我们，祢的仆人，恳求祢，/ 并屈膝跪拜：/ “请侧耳倾听，至洁者，/ 拯救我们这些被苦难淹没的人，/ 并保护祢的城邑，圣母，免遭一切敌人的掳掠！”

第8首

伊尔莫斯：在火窑中，圣母之子拯救了虔诚的少年们：/那时是预表，如今是现实；/祂召聚整个宇宙向祢歌唱。/受造之物啊，歌颂上主，/并永远尊崇祂！

副歌：至圣圣母，救救我们。

祢在胎中怀了圣言，/孕育了万物之主，/圣洁的祢，以乳汁哺育了那位仅凭一念便滋养/整个宇宙的主。/我们向祢歌唱：/“受造之物啊，要赞美上主，/并永远颂扬祢！”

副歌：至圣童贞女，救救我们。

摩西在荆棘丛中领悟了/基督由祢降生的伟大奥秘；/那三个少年则更清晰地预表了这一切，/他们站在火中却未被烧伤，/无瑕的圣母。/因此，我们永世歌颂祢！

副歌：至圣童贞女，救救我们。

我们曾因欺骗而赤身露体，/却在你怀胎之时，披上了不朽的衣裳；/那些沉沦在罪恶黑暗中的人，/看见了光明，光明的居所，童贞女。/因此，我们永世颂扬你！

颂荣：因祢，死者复活，/因祢曾怀胎圣子；/昔日哑巴开始清晰说话，/麻风病人得洁净，疾病被驱散，/众多空中邪灵被战胜，/童贞女，世人的救主。

如今：为世界生下救恩者，/借着祢，我们从尘世升至高处，/欢喜吧，万福者，庇护者与堡垒，/歌者们的城墙与坚固堡垒，圣洁者：/“受造之物啊，要赞美上主，/并永远颂扬祢！”

第九首

伊尔莫斯：凡生于世者，/皆当因圣灵的启迪而欢欣；/无形之灵的本质亦当欢庆，/敬拜圣母的圣节，/并高呼：/“万福，至福者，/纯洁的圣母，永贞童女！”

副歌：至圣圣母，救救我们。

好使我们这些信徒向祢高呼：“万福”，/借着祢成为永恒喜乐的分亨者，/求祢救我们脱离试探、异邦的囚禁，/以及一切

其他灾祸， / 因着无数的罪过，童贞女啊， / 这些罪过正降临在犯罪的人身上。

副歌：至圣童贞女，拯救我们。

祢是我们光明的启迪与坚固的保障， / 因此我们向祢呼求： / “欢喜吧，永不落下的星辰， / 将伟大的太阳引向世界； / 欢喜吧，开启封闭伊甸园的圣洁者； / 欢喜吧，火柱， / 将人类引向至高的生命！”

副歌：至圣童贞圣母，求祢拯救我们。

让我们虔诚地 / 站在我们上帝的殿中，高声宣告： / “欢欣吧，世界的女主， / 欢欣吧，玛利亚，我们众人的女主； / 欢欣吧，众女子中独一无二的 / 无瑕而美好的； / 欢欣吧，圣器， / 承接了倾注于你的 / 取之不尽的恩典。”

颂荣：鸽子，生下仁慈之主的， / 欢喜吧，永贞童女， / 欢喜吧，众圣者的赞美， / 苦修者的冠冕； / 欢喜吧，众义人的神圣装饰， / 也是我们信徒的救恩。

如今：上帝啊，求祢怜悯祢的产业， / 如今赦免我们一切的罪过， / 因为有她在世上为祢祈求， / 她在腹中怀了祢——基督， / 祢因大慈大悲，甘愿取了 / 原本不属于祢的 / 人的形像。

《埃克萨波斯蒂拉里》

欢欣鼓舞，欢唱赞美： / 如今在拿撒勒城，加百列向童贞女显现， / 带来喜乐，带来福音的喜乐： / “欢喜吧，纯洁无瑕、世界的护佑者， / 欢喜吧，天上的宝座！”

向至圣童贞女玛利亚的祈祷

全善全能、至洁的主母，上帝之母，请接受这些珍贵的礼物，它们唯配属于您——我们这些不配的仆人所献，您是从万族中被拣选的，是天地间一切受造物中最崇高的！因为托您的福，万军之主如今与我们同在；借着您，我们认识了神的圣子，并蒙恩领受了祂的圣体和至洁的宝血。因此，您在万代之中蒙福，因在神内获得了福乐，比智天使更为光明，比火天使更为

尊荣。如今，万福至圣的圣母，求祢不断为我们这些不配的仆人祈祷，使我们免于一切邪恶的诡计和各种灾祸，并使我们免受魔鬼一切毒害的侵袭，得以安然无恙。甚至，求祢借着祢的祈祷，直到最后都使我们免于定罪，好叫我们因祢的代求与帮助而得救，并将一切的荣耀、赞美、感谢和敬拜，归于三位一体的独一真神、万物的创造者，如今、直到永远、世世代代。阿们。

另一篇祷文

哦，至圣的圣母，天主之母！祢高过一切天使和大天使，比一切受造之物更受尊崇：受欺压者的帮助者，绝望者的希望，贫穷者的护佑者，悲伤者的安慰者，饥饿者的养育者，赤身者的衣裳，病患的医治者，罪人的救赎者，全体基督徒的帮助与庇护者。啊，至仁慈的主母，童贞圣母、至高女主！求祢以祢的仁慈拯救并怜悯祢的仆人——至圣的东正教宗主教、至尊的大主教、总主教和主教，以及全体神职人员和修道士。圣母啊，求祢拯救并怜悯我们受神庇佑的俄罗斯国土、其人民以及所有执政者、军事将领、城市长官和全体军队，还有行善之人，并以祢神圣的圣衣庇护所有东正教基督徒。主母啊，求祢恳求那由祢无种受孕而降生的基督——我们的上帝——以祂从上而来的大能，使我们得以抵御那些看不见和看得见的敌人。哦，至仁慈的主母，圣母女皇！求祢将我们从罪恶的深渊中提拔出来，拯救我们脱离饥荒、瘟疫、地震与洪水、烈火与刀剑、外族人的入侵与内战、猝死、敌人的袭击、毁灭性的狂风、致命的瘟疫，以及一切邪恶。主母啊，求祢赐予祢的仆人——全体东正教基督徒——平安与健康；求祢为他们的得救，启迪他们的心智与心灵之眼；并使我们这些有罪的仆人，有幸进入祢之子、我们的基督上帝的国度。因为祂的统治是蒙福的、受赞美的，与祂无始的父，以及祂至圣、至善、赐生命的圣灵同在，如今、直到永远、世世代代。阿们。

[返回目录。](#)

祈祷赞美诗
致至圣童贞女玛利亚。
(在任何心灵悲伤与患难时诵唱)
修道士费奥斯蒂里克特所作

致至圣童贞圣母的颂词，第四调

我们这些有罪且谦卑的人，如今热切地投奔圣母，向她俯身叩拜，从灵魂深处怀着悔意呼求：/ “主母，求您怜悯我们，施以援手，/ 速速相助，我们正因诸多罪孽而濒临灭亡！/ 请勿让祢的仆人空手而归：/ 因为我们在祢身上寄予唯一的希望！”（
重复两次）

荣耀颂，如今：我们这些不配的人，永不停止 / 宣扬祢的大能，圣母，/ 因为若非祢以祷告护佑我们，/ 谁能使我们脱离如此多的灾祸，/ 谁能使我们至今仍得自由？/ 主母啊，我们绝不背离祢，/ 因为祢总是将祢的仆人从一切灾祸中拯救出来。

致至圣圣母的赞歌，第八调。 第一首

伊尔莫斯：如行于陆地般穿越水面，/ 避开了埃及的堕落，/ 以色列人呼求道：/ “让我们向我们的拯救者、我们的上帝歌唱！”

副歌：至圣童贞圣母，拯救我们。

受诸多诱惑所苦，/ 我投奔于祢，寻求救赎。/ 啊，圣言之母与童贞女，/ 求祢救我脱离灾祸与不幸！

副歌：至圣童贞女，拯救我们。

情欲的侵袭使我心神不宁，/ 令我的灵魂充满深深的沮丧。/ 童贞女啊，求祢以祢的圣子——上帝的宁静，/ 安抚我的灵魂，祢是永无瑕疵的。

祈祷经文

颂荣：我恳求您——那位生下救主与上帝的圣母，/ 求您使我脱离灾祸；/ 因为此刻我投奔于您，童贞女，/ 将我的灵魂与思绪都向您伸展。

如今：我这身患病痛、心灵受创之人，/ 求您赐予我神圣的眷顾 / 与您的关怀，独一无二的圣母，/ 您是仁慈的、仁慈之主的母亲。

第三首

伊尔莫斯：天穹的创造者，主啊，/ 教会的建造者，/ 求祢使我坚定对祢的爱，/ 愿祢成为我渴望的终极，信徒的坚固保障，/ 唯一爱人的主。

副歌：至圣圣母，救救我们。

我视祢为我生命的庇护与遮蔽，/ 神的母亲，童贞女。/ 求祢如舵手般引导我，驶向祢的港湾，/ 恩惠的源泉，信徒的坚固保障，/ 众人唯一颂扬的圣母。

副歌：至圣圣母，救救我们。

我恳求您，童贞女，驱散我灵魂的骚动 / 以及我沮丧的狂风—— / 因为您，天主的新娘，曾怀了 / 宁静之主基督， / 唯一全洁者。

颂荣：生下施恩者、恩惠之源的，/ 请向众人倾注丰盛的恩惠，/ 因为祢无所不能，/ 作为生下大能基督的，/ 在天主内蒙福的。

如今：我正遭受沉重的疾病 / 和痛苦的折磨， / 童贞女啊，求祢帮助我， / 因为我知道祢，全无瑕疵者，是医治之宝库， / 取之不尽，用之不竭。

圣母，求祢拯救祢的仆人脱离灾祸，/ 因为我们所有人都在上帝之后投奔祢，/ 如同投奔那坚不可摧的堡垒与护佑者。

万福圣母，请慈眼垂顾，/ 看我肉身的沉重苦难，/ 并医治我灵魂的忧伤。

祈祷经文

颂词·第二调

热切的代祷者与坚不可摧的堡垒，/ 仁慈的源泉，世界的避难所！/ 我们热切地向祢呼求：/ “圣母主后，请速速 / 拯救我们脱离灾祸，/ 唯一的速助护佑者！”

第四首

伊尔莫斯：主啊，我听闻了 / 祢神圣旨意的奥秘， / 领悟了祢的作为， / 并颂扬了祢的神性。

副歌：至圣圣母，拯救我们。

平息我内心的波涛，/ 生下舵手——主的圣母，/ 平息我罪孽的风暴，/ 神的新娘。

副歌：至圣童贞女，拯救我们。

求祢将祢无尽的慈悲 / 赐予我——这呼求帮助的人， / 祢生下了慈悲的主 / 以及所有颂扬祢之人的救主。

副歌。至圣者，/ 我们在享用你的恩赐时，/ 唱起感恩之歌，/ 因我们认识你，圣母。

颂荣：（我卧病在床，/身陷软弱，/求祢帮助我，圣母，祢是仁爱之母，/独一无二、永贞不渝的童贞女。）

如今：因有祢——万福的圣母——作为我们的希望、坚固的保障，/以及不可动摇的救恩之墙，/我们得以从一切困境中得解脱。

第五首

伊尔莫斯：主啊，求祢以祢的诫命启迪我们， / 并以祢高举之手， / 赐予我们祢的平安，仁爱之主。

副歌：至圣圣母，拯救我们。

纯洁的圣母，求祢以祢那未曾蒙尘的喜乐，/ 充满我心，/ 祢是那带来喜乐之源的诞育者。

副歌：至圣圣母，拯救我们。

祈祷经文

圣母啊，求祢救我们脱离灾祸，/ 祢生下了永恒的救赎 / 以及超越一切理智的平安。

颂荣：驱散我罪孽的迷雾，/ 神的新娘，/ 以祢光辉的照耀，/ 祢生下了神圣而永恒的光明。

如今：圣洁者，请医治我灵魂的软弱，/ 使我蒙受祢的临访，/ 并藉祢的代祷赐我健康。

第六首

伊尔莫斯：我将向主倾诉祈祷，/ 并将我的忧愁向祂诉说，/ 因为我的灵魂已充满邪恶，/ 我的生命已临近阴间，/ 我如约拿一般祈求：/ “上帝啊，求祢将我从灭亡中拯救出来！”

副歌：至圣童贞女，救救我们吧。

那位为拯救我们脱离死亡与朽坏，/ 甚至将自己交于死地的主，/ 求祢——童贞女——为我这被死亡与朽坏所笼罩的本性，/ 即祢的主与圣子，/ 恳求祂使我脱离仇敌的恶行。

副歌：至圣童贞女，拯救我们。

我知您是生命的守护者，/ 也是最忠实的庇护者，圣母，/ 您驱散种种诱惑，/ 驱逐恶魔的恶意，/ 我时刻恳求您 / 使我脱离那些毁灭性的情欲。

荣耀：我们以祢为避难之墙，/ 灵魂全然的救赎，/ 患难中的宽广，童贞女，/ 我们在祢的光中永远欢欣。/ 如今，主母啊，/ 求祢救我们脱离情欲与灾祸。

如今：我如今病卧在床上，/ 我的肉体无药可治；/ 但那生下上帝、世界救主、/ 以及疾病拯救者的圣母，/ 我恳求您，仁慈的圣母：/ 请将我从致命的疾病中拯救出来！

康达克，第六调

基督徒坚实的护佑，/ 向造物主恒久的代祷！/ 莫轻视罪人的祈祷之声，/ 但愿祢作为仁慈者，速速前来帮助我们，/ 我们怀

祈祷经文

着信心向祢呼求：/ “圣母，请速速代求，加速祷告，/ 永远护佑敬拜祢的人！”

【伊科斯】

请伸出您的双手，/ 您曾用这双手怀抱过作为婴孩的万王之王；/ 因您无尽的仁慈，请勿弃我们于不顾，/ 我们始终仰望您。/ 凭您不倦的祈祷 / 和无尽的宽恕，怜悯我们，/ 并将您的仁慈显明于我们的灵魂，/ 永远将它倾注于我们。/ 因为我们这些罪人，在祢那里有了一位护佑者，/ 使我们免受临到我们身上的灾祸与邪恶。/ 但祢满怀仁慈与怜悯，/ 圣母啊，请速速为我们代求，/ 并加紧祈祷，永远保护敬拜祢的人！】*

另一首康达克·同调

我们别无他助，/ 别无他望，/ 唯有祢，主母。/ 求祢帮助我们：/ 我们仰望祢，/ 并以祢为荣，/ 因为我们是祢的仆人；/ 愿我们不致蒙羞！

诗节·同调

请勿将我托付于人的庇护，/ 至圣的主母，/ 但请垂听祢仆人的祈求：/ 因忧愁已将我笼罩，/ 我无法承受恶魔射出的箭矢；/ 我毫无庇护，/ 我这不幸之人无处可逃，/ 四面受敌，/ 除祢之外别无慰藉。/ 世界的女主，信徒们的希望与护佑者，/ 请勿轻视我的祈求，求祢为我成就有益之事！

第七首

伊尔莫斯：从犹太地来的青年们 / 昔日在巴比伦 / 凭着对圣三一信仰，踏平了窑炉的烈火，高唱：/ “我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

副歌：至圣圣母，拯救我们。

为要成就我们的救赎，/ 祢，救主，降生于童贞女的胎中，/ 并使她成为世人的护佑者。/ 我们祖先的上帝，愿祢受赞美！

祈祷经文

副歌：至圣童贞女，拯救我们。

满怀仁慈的，/由祢所生的，纯洁的圣母，/求祢代祷，使我们得以摆脱罪过/和心灵的污秽，/我们怀着信心呼求：“我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

颂荣：祢显明那生下祢者，/既是救恩的宝库，/又是永生的泉源，/更是安全的堡垒，/也是向祢呼求之人的悔改之门：“我们列祖的上帝，愿祢蒙福！”

如今：圣母，求祢垂怜，医治那些怀着爱心 / 投奔祢神圣庇护所的人 / 所受的肉体软弱 / 与心灵的病痛， / 祢曾为我们生下救主基督。

第8首

伊尔莫斯：天上的君王，/天使军团歌颂祢，/愿你们也歌颂并尊崇祢，/直到永永远远。

副歌：至圣圣母，救救我们。

求祢勿轻视 / 向祢求助者，童贞女啊， / 也勿轻视那些歌颂祢、童女啊， / 并永远尊崇祢的人。

副歌：至圣圣母，救救我们。

祢医治我灵魂的软弱，/以及肉体的痛苦，童贞女，/使我能颂扬祢，/蒙恩者，（直到永远）。

颂荣：祢丰沛地倾注医治，/赐予那些怀着信德歌颂祢的人，童贞女，/并颂扬祢那不可测度的/基督降生。

如今：祢击退试探的侵袭 / 以及情欲的攻击，童贞女， / 因此我们 / 世代颂扬祢。

第九首

伊尔莫斯：我们——蒙你拯救的人——诚心承认你是真神之母，纯洁的童贞女，与众无形之灵一同颂扬你。

副歌：至圣圣母，求祢拯救我们。

祈祷经文

请勿拒绝我眼泪的洪流， / 生下基督的童贞女， / 祢曾为每个人拭去脸上的每一滴泪水。

副歌：至圣圣母，拯救我们。

童贞女啊，求祢以喜乐充满我的心， / 祢已领受了圆满的喜乐， / 并消除了罪带来的悲伤。

副歌：至圣童贞女，救救我们。

求祢成为避难所与庇护， / 圣母，对于投奔祢的人， / 成为坚不可摧的城墙， / 成为避难所、庇护与喜乐。

颂荣：童贞女啊，请以祢光辉的射线照耀我们， / 驱散无知的黑暗， / 使我们虔诚地承认 / 祢是圣母。

如今：求祢医治因病受苦 / 且谦卑顺服之人，童贞女， / 使他从软弱转为康健。

诗节·第二调

至高无上的天界 / 及最纯净的阳光， / 使我们脱离咒诅的 / 世界的主宰 / 让我们以圣歌来尊崇祢。

因诸多罪孽， / 我的身体衰弱， / 我的灵魂亦然。 / 我投奔于祢，蒙恩者： / 绝望者的希望， / 求祢帮助我！

万王之主与救赎者的母亲！ / 请接受 / 祢这些不配的仆人的恳求， / 求祢向从祢怀中为我们降生的圣子代祷。 / 哦，万王之主，请成为我们之间的中保！

如今我们热切地欢唱赞美诗 / 献给您，万福圣母： / 求您与施洗者约翰及众圣徒一同 / 代祷，圣母， / 赐予我们恩典。

[愿那些不敬虔之人的口缄默无言， / 他们不敬拜祢那受尊崇的圣像， / 那是由至圣使徒路加绘制的， / 引导者圣像。]

众天使军团、 / 主的施洗者、 / 十二使徒，以及所有圣徒， / 请与圣母一同为我们代祷， / 求祂拯救我们！

祈祷经文

致至圣母的祷文*

我至善的女王，我的希望，圣母玛利亚，孤儿与旅人的庇护所，悲伤者的喜乐，受屈者的护佑者！您看见我的苦难，您看见我的悲伤；请帮助我这软弱之人，引导我这旅人。 祢知晓我所受的委屈：求祢按祢的旨意化解它。因为除了祢，我别无依靠，既无其他护佑者，也无仁慈的安慰者——唯有祢，圣母：愿祢永远保守我、护佑我，直到永永远远。阿门。

主母啊，我该向谁呼求？在我悲伤之时，若非向您——天上的女王——求助，我还能向谁求助？若非您——无玷圣母，基督徒的希望，我们这些罪人的避难所——谁会慈爱地接纳我的哭泣与叹息？ 在患难中，谁能比您更好地保护我？求您垂听我的哀叹，侧耳倾听我，主母，我上帝之母；请不要轻视我这个需要您帮助的人，也不要拒绝我这个罪人。求您启迪并教导我，天上的女王； 女皇啊，请不要因我的抱怨而离弃我——祢的仆人，而是作我的母亲与代祷者。我将自己托付于祢仁慈的庇护之下：请引领我这罪人，过上宁静无忧的生活，使我能为自己的罪孽痛哭。 因为，我这有罪之人，若不投靠祢——罪人的希望与避难所，又该投靠谁呢？我正因仰赖祢那不可言喻的仁慈与慷慨而心生勇气。啊，女主，天上的女王！祢是我的希望与避难所，是我的庇护与代祷，更是我的帮助。 我至美且速应的护佑者！求祢以 的代祷遮盖我的罪过，保护我免受有形与无形之敌的侵害；求祢软化那些向我作恶之人的心。哦，主——我造物主的母亲！祢是贞洁之根，是纯洁不凋的花朵。哦，神的母亲！ 请施予我帮助，我因肉体的情欲而软弱，内心饱受煎熬，因为我唯一的庇护所就是祢，以及与祢同在的祢的圣子；愿我藉着祢奇妙的代祷，脱离一切灾祸与患难，啊，无瑕无疵、荣耀无比的上帝之母玛利亚。 因此，我满怀希望地高声宣告并呼求：“万福，蒙恩者！万福，满心喜乐者！万福，至蒙福者，主与你同在！”

[返回目录。](#)

圣而赐生命之十字架赞歌

圣十字架颂词·第一调

主啊，求祢拯救祢的子民 / 并赐福于祢的产业， / 赐予正统
基督徒*战胜异族之胜利 / 并以祢的圣十字架护佑祢的子民。

*希腊文：君王们

圣咏。

格里高利·西奈特所作。第四调。

第一首

伊尔莫斯：我将张开双唇， / 让圣灵充满其中； / 我将向王后圣母献上颂词， / 以光辉之姿欢庆， / 并欢欣地歌颂她的神迹。

副歌：主啊，愿荣耀归于祢那尊贵的圣十字架。

全能的十字架，使徒们的赞美， / 圣徒们的坚固，信徒们的标记， / 主教与殉道者的荣耀， / 所有赞美你之人的胜利与坚固。

至圣的十字架，四端之力， / 使徒们的荣光，殉道者的堡垒； / 祢为软弱者显现为健康， / 为死者显现为复活，为跌倒者显现为提升。

颂荣：十字架啊，求祢作我的力量、堡垒与权能， / 使我脱离与我争战之人的拯救者与护卫者， / 作我的盾牌与守护者，我的胜利与坚固， / 时刻保守我并庇护我。

如今：当您，全无玷污者， / 目睹您儿子被钉在十字架上时， / 悲痛之刃撕裂了您的心， / 您在的痛苦中啜泣着呼喊， / 但随即颂扬了十字架的大能。

《赞美赐生命之十字架的圣咏》

第三首

伊尔莫斯：圣母，你是你颂歌者的——活泼丰沛的泉源，他们筹办了这场属灵的庆典，求你坚固他们，并在你的神圣荣耀中，赐予他们荣耀的冠冕。

十字架，圣徒的武器，/ 基督的双刃剑，/ 对信徒而言是装饰，/ 对受苦者而言是医治与庇护，/ 也是亡者的复活，至圣者。

十字架，虔诚之基，/ 你是恶魔的毁灭者，/ 教会之荣光，——不义之人的灭亡，/ 审判之日，敌人的羞辱。

颂荣：赐生命的十字架，/ 求你作我的堡垒与胜利，/ 作我的盾牌，作我不可攻克的城墙；/ 驱逐恶魔，熄灭邪念，/ 并保全我的心智。

如今：受难的十字架，圣母主后，/ 你的圣子曾忍受这受难，以及那蒙羞的死亡。/ 但他升天了，并作为不朽者，击溃了反抗的敌对势力。

塞达伦·第8调

在远古时代，约书亚 / 神秘地预表了十字架的形象，/ 当他双臂呈十字状伸展时，/ 太阳便停住了，/ 直到他消灭了那些 / 反抗祢——上帝的敌人。/ 如今太阳却黯淡了，/ 因为它在十字架上看见了祢——我的救主，/ 祢摧毁了死亡的权势，/ 并摧毁了地狱。

第四首

伊尔莫斯：坐在荣耀中 / 神性的宝座上，/ 乘着轻柔的云彩，/ 至圣的耶稣降临，/ 被无瑕之手托起，/ 拯救了呼求的人：/ “荣耀归于基督，归于祢的大能！”

祢是四方世界，/ 犹如三刃之剑，/ 斩断我们所象征的黑暗之首，/ ——十字架，基督那伟大而不可战胜的武器，/ 全能胜利的标志。

《赞美赐生命之十字架的圣咏》

你那高耸的顶端，赐生命之十字架，/鞭笞着空中之王；/而你那深邃的底部，则刺穿了深渊之主——那条蛇；/你那宽广的横梁，/以你的坚固攻破了这世界之王的堡垒。

颂荣：你升天时，将堕落者带在身边，/ 提升了尘世的本性，/ 与上帝的宝座同受荣耀，/ ——十字架，至高的巅峰，通往整个世界的桥梁，/ 求你速将我的灵魂从情欲的深渊中提升。

如今：圣洁的童贞女啊，/ 请将双手向高举在十字架上的主张开，/ 圣母童贞女，如今请献上祈祷，/ 为所有怀着信心向祢祈求的人。

第五首

伊尔莫斯：整个世界都为 / 祢的神圣荣光而惊叹：/ 因为祢，未曾经历婚姻的童贞女，/ 在祢的子宫中怀了至高无上的上帝，/ 并生下了永恒的圣子，/ 祂赐福给所有颂扬祢的人。

十字架啊，你是通往圣所的天梯，/是登高之路的向导，是基督的高贵与荣耀，/是向世人显明的上帝形象，/无论对无形之物还是有形之物，都一视同仁。

十字架，其力量不可估量，/ 使水成圣，使空气纯净，/ 使万物成圣并得光照，/ 是勇气的象征，也是基督永恒不变的权杖，/ 将仇敌击倒在地。

颂荣：全能的十字架，击溃那些邪恶的仇敌，/ 那些疯狂地憎恨并亵渎你的人，/ 击溃异教徒，平息他们的傲慢。/ 啊，至圣的、承载基督的十字架，/ 求你以你的大能保守我们！

如今：万王之王、万主之主！/ 童贞女啊，请用你所诞生的圣子之权杖，/ 粉碎那些诋毁十字架大能之人的叛乱。/ 求你赐予你的忠信子民力量与恩典、胜利与帮助。

《赞美赐生命之十字架的圣咏》

第六首

伊尔莫斯：在这神圣且受众人尊崇的 / 圣母节庆中， / 敬虔的信徒们，请前来， / 让我们开始鼓掌欢呼， / 赞美由她所生的上帝。

十字架——万人的复活， / 十字架——堕落者的救赎， / 情欲的扼杀与肉体的钉死， / 十字架——灵魂的荣耀与永恒之光。

十字架——是敌人的毁灭者， / 十字架——是恶人的创伤与捆绑， / 也是信徒的力量， / 虔诚者的守护者，以及驱逐恶魔的武器。

颂：十字架——情欲的灭亡， / 十字架——邪念的驱散； / 十字架——对异教徒的毁灭性考验， / 也是恶灵的陷阱。

如今：十字架被竖立起来—— / 空中邪灵的军团便倾覆倒下， / 十字架降临——所有不义之徒都惊骇不已， / 仿佛目睹了十字架如闪电般的力量。

康达克，自比式，第四调

基督上帝啊，祢自愿被高举在十字架上， / 求祢将祢的恩典赐予与祢同名的这新子民； / 求祢以祢的大能**使祢的**信徒们欢欣鼓舞*， / 赐予他们战胜仇敌的胜利， / ——愿他们从祢那里得着帮助， / 得着和平的武器，得着不可战胜的胜利标志。

伊科斯：升入第三重天、进入乐园， / 聆听了不可言喻的神圣之言， / 这些话语无法用人类的语言转述—— / 他写给加拉太人的书信中， / 你们这些喜爱圣经的人，读过并明白了什么？ / “他说：‘若我要夸口，——绝不， / 除非是主的那唯一十字架， / 祂在上面受苦，并以此制伏了情欲。’” / 因此，我们所有人都要坚定地持守它， / 主的十字架，作为 的荣耀； / 因为对我们而言，这棵救赎之树—— / 就是和平的武器，不可战胜的胜利象征。

***希腊语：**我们的君王

《赞美赐生命之十字架的圣咏》

第七首

伊尔莫斯：那些敬虔智慧之人 / 并未将受造之物看得比造物主更尊贵， / 而是勇敢地战胜了威胁他们的烈火， / 欢欣地歌唱道： / “至尊的主，我们祖先的上帝， / 愿祢蒙福！”

关于三位一体——不可分割、不可混同， / 本性唯一——我们如此宣扬： / 关于未受生的圣父、受生的圣子， / 以及由圣父所出的圣灵， / 我们在赞美诗中颂扬： / “愿我们列祖的上帝蒙福！”

三位一体的主啊，求祢以永不黯淡的闪电， / 照亮我们心灵的眼睛， / 使我们得以凝视祢那超乎本质的美——三位光辉的主， / 那人类所不知、天使亦无法企及的奥秘。

颂荣：仁慈的上帝，至可赞美、全能者！ / 求祢以祢的光辉，从深渊中拯救 / 我这堕落、失足、 / 失去恩典之光、 / 并沉沦于黑暗中的灵魂。

如今：圣洁者，请将双手呈十字状展开， / 向那位在十字架上展开双臂、 / 将我们的本性提升至天， / 并击溃敌对军团的主， / 不断祈祷。

第8首

伊尔莫斯：在熔炉中，圣母之子拯救了虔诚的少年们： / 那时是预表，如今是现实； / 祂召聚整个宇宙向祢歌唱。 / 受造之物啊，歌颂上主， / 并永远尊崇祂！

作为基督受难的巅峰， / 既是弓，又是铠甲，又是宝剑， / 这永不失效的武器与不可战胜的力量， / 基督的脚凳，战胜仇敌的保证， / 作为天国的标志，信徒的权杖， / 你显现了，得胜的十字架！

你提升了我们堕落的本性， / 藉着基督的受难将其高举； / 神圣的高处，不可言喻的深渊！ / 你，赐生命之十字架，恩典丰沛， / ——基督的标志，无边无际的广阔， / 以及不可测度的圣三一的形象。

《赞美赐生命之十字架的圣咏》

颂荣：以口、以灵、以心 / 亲吻主的圣十字架， / 现在，让我们一同高举并尊崇它； / 俯伏敬拜时，让我们齐声高唱 / 最纯净的赞歌，宣告： / “欢喜吧，伟大的财富，圣十字架， / 教会的装饰！

如今：生命与救赎之树， / 不朽之树，智慧之树， / 三重可爱的树， / 无瑕且不可侵犯， / 三段式的十字架，受尊崇的树： / 因为它承载着三位一体的形象。

第九首

伊尔莫斯：凡生于世者 / 皆当因圣灵的启迪而欢欣； / 无形之灵的本质亦当欢庆， / 敬拜圣母的圣节， / 并高呼： / “欢欣吧，至福者， / 纯洁的圣母，永贞童女！”

谁能使世人听闻——正如经上所记—— / 你那受世人爱戴的十字架所行的作为， / 上帝大能的显现与神迹， / 以及死者的复活？ / 你将整个世界与你一同提升， / 你自己也被提升到上帝那里， / 万民所渴慕的。

信徒的坚固保障——三倍蒙福的十字架， / 标志与赞美，全能之树。 / 基督的十字架，伟大而完美， / 使徒们的赞美，圣徒们的坚固保障， / 殉道者的堡垒与力量， / 信徒们的胜利与颂赞。

颂荣：欢欣吧，十字架，那不可言喻、名号万千的形象， / 那恩赐丰盛的圣树， / 既可畏又至福！ / 欢欣吧，至圣至能的十字架！ / 欢欣吧，我们生命的守护者， / 备受颂扬的主的十字架！

如今：珍贵的十字架！ / 求祢作我灵魂与肉身的守护者， / 以祢的形象击溃魔鬼， / 驱散仇敌，消除情欲， / 并藉着圣灵的助佑 / 及至圣童贞女的圣祷， / 赐予我祝福、生命与力量。

《赞美赐生命之十字架的圣咏》

向神圣而赐生命之十字架的祈祷

主耶稣基督，永生上帝之子，天地创造者，世人的救主！看哪，我这不配且罪孽最深的人，怀着谦卑之心，在祢至高荣耀面前屈膝，颂扬并尊崇祢无边的受难，并将感恩献给祢——万王之王、万主之主；因为祢乐意从祢的天上宝座降下，由无玷圣母玛利亚成肉身，为拯救人类，祢这无形者——将肉身本性与神性结合；祢这富足者——甘愿变得贫穷，为使人在祢的国度里得着丰盛；作为人，祢亲身承受了劳苦与一切人间苦难，为要帮助众人度过各种悲伤与困苦；祢禁食四十天，向众人指明了节制之道；祢多次遭受恶人的试探，却使众人免于一切试探。全能的主啊，我知道这一切对你而言并非必要，但为了拯救人类，你忍受了一切：你被以三十块银币出卖，为要将人从仇敌沉重的奴役中赎回；被无情的犹太人如无辜的羔羊般掳去，将人类从被无形之狼吞噬的命运中解救出来；在安纳和该亚法面前受审，使众人免于被判入永火；祢被捆绑、受辱、遭人吐唾沫，被假见证人诬告，并被判处可耻的死刑，以此将人类从一切灾祸、折磨和永死中解救出来；祢虽未作任何恶事，却被交给彼拉多，又被送往希律那里，再次遭受羞辱，以此将人类从困苦境地和仇敌的凌辱中拯救出来。我该如何报答祢，仁爱的主啊，祢为我这罪人所承受的一切？我无从知晓。因为灵魂、身体，以及一切美善——皆源于祢；我的一切皆属祢，我本身也属于祢；我唯独仰赖祢无穷无尽的慈悲，仁慈的主啊，我颂扬祢难以言喻的宽容，赞美祢深不可测的旨意，颂扬祢无边无际的恩典：正因如此，祢才为我这被定罪之人屈身，使我得以称义。被捆在柱子上，遭受残酷鞭打的救主，您自己就是仁慈的，我恳求您，求您赦免我的罪；戴着荆棘冠冕的救主，求您从我心中铲除罪恶的荆棘；头被芦苇击打，求祢击碎那用罪之毒刺伤害我的蛇头；身披猩红袍，被交予刑罚者，至圣之王，求祢使我灵魂的袍服焕发光彩，好让我得以进入祢那至美的殿宇；被列于强盗之中，并肩负十字架的祢，求祢用祢的十字架驱逐那企图杀死我灵魂的强盗之敌。我知道，耶稣啊，您

《赞美赐生命之十字架的圣咏》

这位长久忍耐的主，曾遭受何等可怕的创伤：从您圣洁头顶的发际，直到脚掌，您身上没有一处是完好的。基督救主啊，我该如何描述您那难以言喻的仁爱呢？唯有在我心碎之时，敬拜祢至圣的苦难，并以满怀的爱在心中亲吻它们，我才呼求：怜悯我这罪人吧！祢曾甘愿被钉在十字架上，求祢也将我的心钉在祢的诫命之上；祢曾带着十字架升上各各他山，求祢将我的思绪提升至天国，使我常思念天上的事；祢曾饮下掺有醋的苦胆，求祢用祢的爱来抚慰我这因罪而忧伤的心，并从祢甘甜的泉源中，使我这渴慕的心得着滋润；祢曾张开至洁的双手接纳众人，求祢也接纳我这罪人；祢的双脚曾被钉在十字架上，祢向来愿与罪人同在，求祢与我这罪人同在，使我的双脚远离一切邪恶的道路；祢的心曾向世人敞开，求祢将祢的恩典显明给我这罪人；在十字架上低垂着至圣头颅的祢，请垂听我不配的祈祷。哦，奇妙而深不可测的慈悲，基督上帝！祢曾为仇敌——那些钉祢十字架的人——向天父祈求，求祢也赐予我这罪人这恩典：爱我的仇敌，并为他们祈祷；曾为悔改的强盗开启乐园，我的光明，请垂顾我这罪人，赐我悔改之心，为我敞开祢仁慈之门，并在祢的国度中记念我这不配之人。最后，将祢至圣的灵交托给天父，创造主啊，请在我临终之时接纳我的灵；被从十字架上取下、安放在坟墓中如同死人一般，住在不可接近之光中的救主啊，求祢为我卸下沉重的罪孽重担，切莫厌弃我，仁爱的主，请进入我这不配之人的心灵之棺，使我肉体的思虑得以消亡；好叫我——祢这渺小的受造物——不再为自己而活，而是为祢，我的主和我的神而活，并蒙祢，全仁慈者，以祢的慈爱，使我有幸得见祢——我的造物主和救主，因祢以荣耀与尊贵加冕，在祢那不可及的荣耀之光中，与祢那无始的父，以及祢那至圣、至善、赐生命、同质的圣灵一同作王，在万世之前、如今、直到永远。阿们。

[返回目录。](#)

《赞美赐生命之十字架的圣咏》

《致守护天使的赞美诗》 *

颂词，第六调

上帝的天使，我圣洁的守护者， / 求你使我在敬畏基督上帝中保全生命， / 使我的心志坚定于真理之道， / 并以对天国的爱点燃我的灵魂， / 使我受你引导， / 得以从基督上帝那里获得大恩。

圣母颂：圣母， / 我们主基督的母亲， / 你以不可思议之方式生下了万物的造物主， / 请与我的守护天使一同， / 不懈地祈求祂的仁慈， / 拯救我这被情欲所困的灵魂， / 并赐予我罪的赦免。

赞美诗，第八调

第一首

伊尔莫斯：让我们向主歌唱， / 祂曾引领祂的子民穿越红海， / 因为唯有祂独受荣耀。

副歌：至甘甜的耶稣，拯救我。

求祢，救主，使祢的仆人得以歌颂并高声赞美 / 那无形的天使， / 我的导师与守护者。

副歌：圣洁上帝之天使，我的守护者，请为我向上帝祈求。

如今我因愚昧 / 与懒惰而孤单地躺着； / 我的导师与守护者， / 请不要离弃我这将要灭亡的人。

颂荣：求你以你的祈祷引导我的心智， / 使我遵行神的诫命， / 并从神那里获得罪的赦免， / 求你教导我憎恶邪恶，我向你祈求。

《守护天使赞美诗》

如今：童贞女啊，请与我的守护天使一同，为我——你的仆人——向施恩者祈祷，并引导我遵行你之子、我之造物主的诫命。

第三首

伊尔莫斯：主啊，你是投靠你之人的坚固保障，/你是蒙蔽者之光，/我的灵歌颂你。

副歌：圣洁的上帝之天使，我的守护者，请为我向上帝祈求。

我的一切思念与灵魂 / 都向你倾注，我的守护者， / 求你救我脱离 / 一切仇敌的侵害。

副歌：上帝的圣天使，我的守护者，请为我向上帝祈祷。

仇敌践踏我、压迫我， / 并教导我时刻顺从他的私欲； / 但你，我的导师， / 请不要离弃我这将要灭亡的人。

颂荣：求你赐我以感恩和热忱的心， / 向造物主和上帝， / 以及你——我仁慈的天使、我的守护者——献上赞歌； / 我的拯救者，求你将我 / 从压迫我的仇敌手中解救出来。

如今：至圣者，求你医治 / 我灵魂中极其痛苦的创伤； / 驱逐那些 / 不断与我争战的仇敌。

塞达伦，第二调

出于内心的爱，我向你呼求， / 我灵魂的守护者，我至圣的天使： / 请时刻保护我、保全我，使我免受诡诈的陷阱， / 并引导我走向天上的生命， / 通过教导、启迪和坚固我。

荣耀归于圣母，如今亦然：圣母，无玷圣洁， / 未经婚配便诞下万王之王， / 求祢与 ——我的守护天使一同祈求祂， / 使我脱离一切疑虑， / 赐予我的灵魂温柔与光明， / 并使我从罪过中得洁净， / ——唯祢，能速速赐予庇护者！

第四首

伊尔莫斯：主啊，我听闻了， / 关于祢神圣旨意的奥秘， / 领悟了祢的作为， / 并颂扬了祢的神性。

《守护天使赞美诗》

副歌：上帝的圣天使，我的守护者，请为我向上帝祈祷。

我的守护者啊，求祢向仁爱世人的上帝祈求，/ 不要离弃我，/ 愿祢永远保全我平安的生活，/ 并赐予我永不破灭的救恩。

副歌：圣洁的天使啊，我的守护者，请为我向神祈求。

天使啊，我从上帝那里接纳了你作为我生命的代祷者和守护者；/ 我恳求你，圣者：“求你使我脱离一切灾祸！”

颂荣：我的守护者，求你以你的圣洁洁净我的污秽，/ 并借你的祈祷，使我免于左边那些人的命运，/ 使我得以分享荣耀。

如今：我因环绕我的灾祸而困惑不解，至圣者，/ 但求你速速将我从这些灾祸中解救出来：/ 因为我唯独投靠你。

第五首

伊尔莫斯：从破晓时分，我们向祢高呼，主啊：/ “拯救我们吧，因为祢是我们的上帝，/ 除了祢，我们别无所知！”

副歌：上帝的圣天使，我的守护者，请为我向上帝祈求。

作为敢于亲近上帝者，/ 我圣洁的守护者，/ 恳求祢将我从压迫我的邪恶中解救出来。

副歌：上帝的圣天使，我的守护者，请为我向上帝祈求。

闪耀的光芒，请明亮地照亮我的灵魂，/ 我的导师与守护者，/ 上帝赐予我的天使。

颂荣：我因罪孽沉重而沉睡，/ 求祢，上帝的天使，在醒时保守我，/ 并藉祢的祈求，使我得以赞美祢。

如今：玛利亚，天主之母，/ 未曾经历婚姻，信徒的希望，/ 击溃仇敌的攻势，/ 并使颂扬祢的人欢欣。

第六首

伊尔莫斯：求赐我光明之衣，/ 身披光明如衣裳的 / 满有慈爱的基督，我们的上帝！

副歌：圣洁的天使，我的守护者，请为我向天主祈求。

《守护天使赞美诗》

求你使我脱离一切灾祸，/ 并从忧愁中拯救我，/ 我恳求你，
圣天使，上帝赐予我的，/ 我仁慈的守护者。

副歌：上帝的圣天使，我的守护者，请为我向上帝祈祷。

求你照亮我的心智，启迪我，仁慈的天使，/我恳求你，/并
时刻引导我思考对我有益之事。

颂荣：求你使我的心远离当下的纷扰，/并坚固我，使我勤
于行善，我的守护者，/并奇妙地引导我走向生命之宁静。

如今：上帝之道已降临于你，圣母，/ 并借你向世人显现为
天梯：/ 因为至高者借着你的降临于我们。

康达克·第四调

求祢向我施怜悯，/ 主的神圣天使，我的守护者，/ 切勿远离
这卑微的我；/ 求祢以不可企及之光照亮我，/ 并使我配得天国
。

伊科斯：我的灵魂在诸多诱惑中受挫，/ 你，圣洁的护佑者与
歌者，/ 与众无形的神圣军团同在，/ 请赐予我那不可言喻的天
上荣耀，/ 怜悯我并保护我，/ 并以良善的意念照亮我的灵魂，/
使我因你的荣耀，我的天使，得以丰盛，/ 并击溃那些对我怀有
恶意之敌，/ 使我配得天国。

第七首

伊尔莫斯：来自犹太地的青年们，/ 昔日在巴比伦，/ 凭着对圣
三一的信仰，踏平了窑炉的烈火，高唱：/ “我们祖先的上帝，
愿祢蒙福！”

副歌：圣洁的上帝之天使，我的守护者，请为我向上帝祈求。

求祢怜悯我，/ 并恳求上帝，主的天使：/ 因为在我一生的时
光里，祢是我永恒的代祷者、/ 导师和守护者，/ 是上帝赐予我的
永恒恩典。

副歌：上帝的圣天使，我的守护者，请为我向上帝祈求。

《守护天使赞美诗》

圣天使啊，请勿让 / 我这不幸的灵魂—— / 它曾由上帝纯洁无瑕地托付于你—— / 在途中被强盗杀害， / 而是引导它走上悔改之路。

颂荣：我将这因邪恶的意念与行为而蒙羞的灵魂 / 带给你面前， / 但求你速速显现，我的导师， / 赐我医治，使我能借着良善的意念 / 永远行在正道之上。

如今：求祢以神圣的智慧与力量充满我们， / 至高者的位格之智慧， / 藉着圣母的祈祷， / 垂听所有怀着信心呼求的人：“我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

第8首

伊尔莫斯：天上的君王， / 天使军团所颂扬的， / 愿你们也歌颂并尊崇祂， / 直到永永远远。

副歌：圣洁的上帝之天使，我的守护者，请为我向上帝祈祷。

蒙上帝差遣， / 至善的天使啊，求你坚固我——你仆人的生命， / 永不离弃我。

副歌：圣洁的天使啊，我的守护者，请为我向神祈求。

啊，真正仁慈的天使， / 我灵魂的导师与守护者， / 我将永远颂扬你，至福的天使。

颂荣：当万民受试炼之日， / 善行与恶行都将经受火的考验， / 求你成为我的庇护与坚固的城墙。

如今：求祢作我的帮助与安宁， / 永贞童贞圣母，祢的仆人， / 切勿让我 / 失去祢的庇护。

第九首

伊尔莫斯：我们——蒙祢拯救的人——诚心承认祢是圣母，纯洁的童贞女， / 与众无形之灵一同颂扬祢。

副歌：至甜的耶稣，救救我。

求祢怜悯我，我唯一的救主， / 因为祢满有恩典与慈悲， / 并使 I 得以与众义人一同领受圣餐。

《守护天使赞美诗》

副歌：圣洁的上帝之天使，我的守护者，请为我向上帝祈求。

主的天使啊，求祢赐我常怀善念、行善事，/ 使我在软弱时刚强，在纯洁中无瑕。

颂荣：作为敢于亲近天国君王者，/ 请与其余无形的天使一同 / 恳求祂怜悯我这不幸之人。

如今：圣母，你怀着极大的胆量，/ 向从你身上道成肉身的主，/ 求你用你的祈祷，将我从枷锁中释放，赐予我解脱与救赎。

致圣守护天使的祈祷

基督的圣天使，我向你俯伏祈祷，我的圣守护者，自圣洗礼起便被派来守护我这罪人的灵魂与身体！然而，我因自己的懒惰和恶劣的性情，触怒了你——至纯至洁、光辉灿烂的天使，并因种种可耻的行为将你从我身边驱离：谎言、诽谤、嫉妒、指责、悖逆、对弟兄的仇恨与记恨、贪财、通奸、暴怒、吝啬、贪食、多言、邪恶狡诈的念头，以及骄傲的习性，随心所欲地追求各种肉体的欲望。啊，我竟甘愿去做连无理性的牲畜都不做的事！你又怎能正眼看我，或靠近我呢？基督的天使啊，你将用怎样的目光注视我——这个不幸深陷卑劣行径之人？我又怎能为自己日夜不息、时时陷入的那些苦涩、邪恶且诡诈的行径求得宽恕呢？但我仍俯伏在你面前祈求，我圣洁的守护者，求你怜悯我这有罪且不配的仆人（姓名），借着你的祈祷，成为我对抗邪恶仇敌的帮手与代祷者，并使我与众圣徒一同永远成为上帝国度的参与者。阿门。

[返回目录。](#)

附赞美诗的美丽诗
致圣尼古拉——圣徒与行奇迹者

凭着我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

天上的君王：**三圣颂**。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，怜悯我们。**(3)** 荣耀颂，如今：我们的天父：主啊，怜悯我们。**(12)** 荣耀颂，如今：来吧，让我们敬拜：**(3) 第50篇诗篇**。

颂歌，第四调

永恒的真理向你的羊群显明你，/作为信德的准则、温顺的典范，/节制的导师。/因此，你以谦卑获得了至高，/以贫穷获得了财富。/圣父尼古拉，/求你向基督上帝祈求，拯救我们的灵魂。

荣耀归于圣母，如今亦然：自亘古以来隐秘的、连天使也未曾知晓的奥秘，借着您——圣母——向世人显明：上帝以两种本性不可分割地结合而道成肉身，并为我们甘愿背负十字架；藉此，祂使原初的亚当复活，并拯救了我们的灵魂脱离死亡。

圣尼古拉赞歌。
第一首

伊尔莫斯：我将张开双唇，/它们便充满圣灵；/我将向王后圣母献上颂词，/并以光辉之姿欢庆，/欢欣地歌颂她的神迹。

圣父尼古拉，求你为我们向天主祈祷。

基督羊群的良善牧者，/欢喜吧，尼古拉，/因为你曾是吕基亚市民/备受尊崇的父亲和导师；/请允许我也向你/献上“欢喜吧！”的问候。

圣尼古拉赞美诗及阿卡菲斯

圣父尼古拉，求主为我们代祷。

世上的各族，让我们聚集起来，/向圣者高呼“欢喜吧！”：
/因为他给宇宙带来/永不枯竭的喜乐。

颂荣：我们向你——那位使三位总督 / 免于不义之杀害的主——呼求：/“欢喜吧，尼古拉，你是那些投奔/你庇护之下之人的护佑者！”

如今：童贞圣母，欢欣吧，/因从天使那里领受了喜乐，/并拯救那些颂扬你的人。

第三首

伊尔莫斯：圣母，你是我们这些颂歌者的 / 活水泉源，源源不绝，/他们为你筹办了灵性盛宴，求你坚固他们，/并在你的神圣荣光中，/赐予他们荣耀的冠冕。

凡投靠你希望之庇护所的人，父啊，/无人会空手而归，/而是向你高呼“欢喜”，/便获得你的帮助，尼古拉；/求你也将这份恩惠赐予我，至福者。

天使们惊叹，尊者，/因你热切的代祷，/人们则欢欣，因藉你的祈祷/得蒙解脱于魔鬼的侵扰；/因此我们向你高呼“欢喜吧”，/极受称颂的尼古拉！

颂词：你是对抗魔鬼的 / 不可战胜的头盔与武器，/对基督徒而言是坚固的保障，/对主教们则是荣耀的装饰，奇妙的尼古拉。/欢欣吧，伟大的行奇迹者，/你是风浪中人的宁静避风港。

如今：圣母，你怀了你的造物主，/并生下了万物的造物主和主；/求你恳求祂，使我们免于灾祸；/因为作为仁慈的、/圣者的母亲，你所愿的一切都能成就。

第四首

伊尔莫斯：坐在荣耀之中 / 神性的宝座上， / 乘着轻柔的云彩， / 至圣的耶稣降临， / 由无瑕之手托举， / 拯救了呼求祂的人： / “荣耀归于基督，归于祢的大能！”

位格与使徒同等， / 尼古拉，请欢欣， / 因你以祷告使阿里乌异端蒙羞， / 并击溃了大魔鬼的狂妄； / 请勿停止为你仆人代祷。

你从萨拉钦埃米尔手中救出了那位少年， / 并赐予他的父母喜乐， / 因此我们也与他们一同向你高呼“欢喜吧”， / 尊贵的尼古拉。

荣耀颂：奇迹制造者啊，你曾从不义的杀戮中 / 拯救了三位总督， / 通过在虔诚的国王梦中显现并阻止了他， / 并从他们那里听到了“欢喜”的呼声。 / 尼古拉，求你以你的祈祷坚固我。

如今：至蒙福的圣母，欢欣吧， / 因祢是万王之王、智天使之首的宝座。 / 求祢勿迟延，向祢的圣子、我们的上帝祈求， / 为那些与蒙福的尼古拉一同永远尊崇祢的人。

第五首

伊尔莫斯：整个世界都为 / 祢的神圣荣光而惊叹： / 因为祢，未曾经历婚姻的童贞女， / 在祢的子宫中怀了至高无上的上帝 / 并生下了永恒的圣子， / 祂赐福给所有颂扬祢的人。

与使徒同名，与天使并列， / 始终不离地侍立于主宝座前， / 你使发狂的阿里亚蒙羞； / 因此，尼古拉，我们向你高呼：“欢喜吧， / 圣徒们的荣光，教会的支柱！”

尼古拉，请向我伸出援手，向主祈祷， / 因为罪恶的风暴正将我淹没， / 并请凭你的祈祷，神父，将我引向悔改的宁静港湾。

颂词：纵使犯下诸多不义之举， / 但我仍不放弃对你庇护的盼望， / 时刻向你高呼“欢喜吧”； / 而你，尼古拉，请将我从一切忧愁与灾祸中拯救出来： / 因为你所愿的一切，你都能成就。

圣尼古拉赞美诗及阿卡菲斯

如今：万福，超越诸天的云彩，/为我们倾注了圣水，至仁慈的圣母！/求祢借着主教尼古拉的代祷，/使我们的君王从上帝那里获得战胜蛮族的胜利。

第六首

伊尔莫斯：在这神圣且受众人尊崇的 / 圣母节庆中， / 诸位敬虔者，请前来， / 让我们开始鼓掌欢呼， / 赞美由她所生的上帝。

你，神父，是基督的挚友，也是第二位彼得。/ 欢欣吧，因为你是教会的支柱和奇妙的乐器，/ 藉着圣灵行神迹并发出响声。/ 因此，尼古拉，我们始终向你高呼“欢欣吧”。

虔诚的君主君士坦丁 / 与主教阿夫拉维 / 在梦中听见了你关于那些 / 本应不公地丧生之人的警告， / 便下令立即释放他们， / 并向你，尼古拉，高呼：欢欣吧！

斯拉瓦：对于那艘在海中溺水的船，/父亲，您曾是它的舵手；/而对于我——正被魔鬼的念头重重折磨的人，/请赐予我心灵与心中善思的舵柄，/使我总能高呼“欢喜”，/献给您，备受赞颂的尼古拉。

如今：欢喜吧，至洁童贞女，/ 欢喜吧，世界的坚固根基，/ 欢喜吧，因你生了圣子，万有的上帝！/ 无瑕的圣母，求你为我们的灵魂得救向祂祈求。

随后诵读康达基和伊科斯：

圣尼古拉颂歌

第一首赞歌：护佑我们的奇迹制造者 / 基督拣选的仆人， / 向全世界倾注 / 无价的仁慈之泉 / 与取之不尽的奇迹之海！ / 我满怀爱意地赞美你，圣尼古拉；/ 你因对主怀有胆识， / 求你将我从一切灾祸中解救出来，使我能向你呼求：

欢欣吧，尼古拉，伟大的奇迹制造者！

伊科斯第1首：形似天使，具凡人之躯，/——万物之造物主如此显明了你，/因为祂预见了你灵魂丰盛的美德，至福的尼古拉，/祂教导众人如此向你高呼：

欢欣吧，自母腹中便已得洁净者；/ 欢欣吧，直至终末都蒙圣化者。

欢欣吧，你降生时令双亲惊奇；/ 欢欣吧，你一出生便显露了心灵的力量。

欢欣吧，应许之地的枝条；/ 欢欣吧，神圣园圃的花朵。

欢欣吧，基督葡萄园中德行高尚的葡萄藤；/ 欢欣吧，耶稣乐园中行神迹的树。

欢欣吧，来自乐园的百合花；/ 欢欣吧，基督芬芳的象征。

欢欣吧，因你驱散了哭泣；/ 欢欣吧，因你带来了喜乐。

欢欣吧，尼古拉，伟大的行奇迹者！

第二首赞歌：见你圣水的倾注，智慧的圣者，/ 我们心灵与身体都得以启迪，/ 因在你——尼古拉——身上，/ 认出了那奇妙的生命之泉；/ 因为凭着上帝的恩典，你如水般倾泻的神迹，/ 滋润着那些怀着信心向上帝呼求的人；/ 哈利路亚。

第二伊科斯：领悟了超乎常人认知的 / 圣三一教义，/ 你在尼西亚与圣父们一同 / 成为捍卫正统信仰的斗士；/ 因为你宣认圣子与圣父同等，/ 同样永恒且权能相等，/ 并揭露了阿里乌斯那疯狂的谬论。/ 因此，信徒们学会了向你颂唱：

欢欣吧，虔诚的大支柱；/ 欢欣吧，信徒的避难之城。

欢欣吧，正教坚固的支柱；/ 欢欣吧，至圣三一宝贵的战车与赞美。

欢欣吧，宣告圣子与圣父同享荣耀者；/ 欢欣吧，将陷入疯狂的阿里乌斯逐出圣徒之列者。

欢欣吧，父亲，众父之荣耀之美；/ 欢欣吧，诸位神智明达者中最睿智的荣光。

欢欣吧，你吐露着如火的言语；/ 欢欣吧，你完美地引导着你的羊群。

欢欣吧，因你使信仰得以坚固；/ 欢欣吧，因你使异端被铲除。

欢欣吧，尼古拉，伟大的奇迹制造者！

第三首赞歌：凭着从上头赐予你的力量，/ 你擦去了深陷苦难者脸上的每一滴眼泪，/ 敬奉上帝的尼古拉圣父：/ 因为你对饥饿者是滋养者，/ 对在深海中航行者是技艺高超的舵手，/ 对病患是医治者，在一切事上都是帮助者，/ 对于所有向上帝呼求的人：/ 哈利路亚。

第三伊科斯：尼古拉神父啊，本应从天上为你唱颂，而非从地上；/ 因为世人之中，/ 谁能宣扬你圣洁的伟大？/ 但我们，被你的爱所征服，/ 向你如此呼求：

欢喜吧，羔羊与牧者的典范；/ 欢喜吧，品德的圣洁净化。

欢欣吧，美德的宏大殿堂；/ 欢欣吧，圣所纯净而珍贵的居所。

欢欣吧，照亮万物、受众人爱戴的明灯；/ 欢欣吧，金光灿烂、纯洁无瑕的光辉。

欢欣吧，配与天使同坐的；/ 欢欣吧，世人良善的导师。

欢欣吧，虔诚信仰的准则；/ 欢欣吧，灵性温顺的典范。

欢欣吧，因我们藉你得脱离肉体的情欲；/ 欢欣吧，因我们藉你得享属灵的喜乐。

欢欣吧，尼古拉，伟大的行奇迹者！

第四首赞歌：困惑的狂风扰乱了我的心智；/ 该如何恰如其分地颂扬你的神迹，蒙福的尼古拉？/ 因为无人能数清它们，/ 纵使拥有许多语言，/ 并愿用它们来传扬。/ 但我们敢于向在你身上奇妙得荣耀的上帝歌颂：/ 哈利路亚。

第四首伊科斯：智慧的尼古拉啊，/ 无论近处还是远方的人，都听闻了你神迹的伟大：/ 人们总是争先恐后地为你奔赴救援，/

圣尼古拉赞美诗及阿卡菲斯

仿佛乘着恩典的轻盈翅膀翱翔于空中，/ 奔向身处困境的人们，/ 迅速将他们从苦难中解救出来，/ 所有向你呼求的人都这样祈祷：

欢欣吧，忧愁的解脱者；/ 欢欣吧，恩典的赐予者。

欢欣吧，驱散突如其来之祸患者；/ 欢欣吧，赐予所盼之福者。

欢欣吧，处境艰难者迅速的安慰者；/ 欢欣吧，对加害者严厉的报应者。

欢欣吧，由上帝倾注的奇迹之源；/ 欢欣吧，由上帝亲笔书写的基督律法石板。

欢欣吧，使跌倒者重获坚固的支撑；/ 欢欣吧，使正直者站立稳固的保障

欢欣吧，因藉着你，一切谎言都被揭露；/ 欢欣吧，因藉着你，一切真理得以实现。

欢欣吧，尼古拉，伟大的奇迹制造者！

第五首赞歌：你显现为受上帝指引的星辰，/ 曾引导那些在海上遭遇灾难的航行者，/ 若非你——圣尼古拉，这位行奇迹者——及时现身呼吁求助，/ 他们转眼间便将面临死亡；/ 因为当恶魔们已不再隐匿地飞舞，/ 企图将船只沉没之时，/ 你加以制止并将它们驱散，/ 并教导信徒们通过你向拯救之神呼求：/ 哈利路亚。

第五首伊科斯：少女们目睹了——因贫困而被迫接受可耻婚姻的处境——你对穷人那无上的仁慈，至福的尼古拉神父，当你深夜悄悄将三小包黄金送给她们的父亲——那位长者时，便将他和女儿们从罪恶的深渊中拯救出来。/ 正因如此，你听见众人如此赞美：

欢欣吧，至大仁慈的宝库；/ 欢欣吧，神对世人眷顾的殿堂。

欢欣吧，向你求助者的食粮与慰藉；/ 欢欣吧，饥饿者取之不尽的食粮。

欢欣吧，上帝赐予世间贫苦之人的财富；/ 欢欣吧，贫寒者的迅速升华。

欢欣吧，迅速垂听乞丐祈求者；/ 欢欣吧，对悲伤者仁慈的眷顾。

欢欣吧，将三位童贞女以无瑕的婚姻结合在一起者；/ 欢欣吧，纯洁的虔诚守护者。

欢欣吧，绝望者的希望；/ 欢欣吧，世间万物的喜乐。

欢欣吧，尼古拉，伟大的行奇迹者！

康达克第6首：整个世界都在传扬 / 关于你——至福的尼古拉，/ 称你为患难中即刻施援的护佑者，/ 因为你屡次在同一时刻 / 率先援助那些在陆地上行走、在海上航行的人，/ 将所有呼求上帝的人 / 一同从邪恶中拯救出来：/ 哈利路亚。

伊科斯第6首：你如生命之光般照耀，/ 为那些即将遭受不公之死的将领们带来解救，/ 当他们呼求你——仁慈的牧者尼古拉时，/ 你随即在梦中向国王显现，使他惊恐，/ 并下令将他们安然释放。/ 因此，我们也与他们一同 / 满怀感恩地向你呼求：

欢欣吧，你帮助那些热切呼求你的人；/ 欢欣吧，你拯救人们免遭不义的杀害。

欢欣吧，护佑我们免受诡诈诽谤的；/ 欢欣吧，粉碎不义计谋的。

欢欣吧，你撕碎谎言如蛛网；/ 欢欣吧，你使真理光辉灿烂。

欢欣吧，你使无辜者脱离枷锁；/ 欢欣吧，你使死者复活。

欢欣吧，彰显真理者；/ 欢欣吧，使谎言黯然失色者。

欢欣吧，因你使无辜者免于刀剑之害；/ 欢欣吧，因你使他们得以享受光明。

欢欣吧，尼古拉，伟大的奇迹制造者！

第七首赞歌：为驱散亵渎上帝的异端恶臭，/ 你以那真正芬芳的殉道之香，神秘地显现，尼古拉：/ 你牧养了利基亚的信徒，/ 并以你那充满恩典的殉道之香，充盈了整个世界。/ 求你驱散我们身上那令上帝厌恶的罪恶恶臭，/ 使我们能以蒙上帝喜悦的方式呼求：/ 哈利路亚。

第七首伊科斯：新诺亚，救赎方舟的舵手，/ 我们在你身上看见了你，圣父尼古拉，/ 你以你的掌舵驱散了所有猛烈的灾祸之风暴，/ 并为如此呼求的人们带来了神圣的宁静：

欢喜吧，风暴中漂泊者的宁静避风港；/ 欢喜吧，溺水者的可靠守护者。

欢欣吧，在深渊中航行的仁慈舵手；/ 欢欣吧，平息海面波涛者。

欢欣吧，风暴中受困者的向导；/ 欢欣吧，为受冻者驱散严寒的温暖者。

欢欣吧，驱散悲伤黑暗的光辉；/ 欢欣吧，照亮大地四方之明灯。

欢欣吧，将人从罪恶深渊中拯救出来者；/ 欢欣吧，将撒旦投入地狱深渊者。

欢欣吧，因我们藉着你，大胆地呼求上帝无尽的慈悲；/ 欢欣吧，因藉着你，我们脱离了愤怒的洪流，与上帝和好。

欢欣吧，尼古拉，伟大的奇迹制造者！

第八首赞歌：对求助于你的福者尼古拉而言，你的圣殿实为非凡的奇迹：因为在其中，即使只是献上微小的祈祷，我们也能获得重病的痊愈，只要我们在上帝之后将希望寄托于你，怀着信心呼求：哈利路亚。

伊科斯第8首：你确实是众人的帮助者，/ 蒙神眷顾的尼古拉，/ 你将所有投靠你的人聚集在一起，/ 作为世人的拯救者、养育者和速效医治者，/ 激励众人赞美你，使他们如此呼求：

欢欣吧，万般医治的源泉；/ 欢欣吧，深陷苦难者的帮手。

欢欣吧，在罪恶之夜为迷途者照亮前路的曙光；/ 欢欣吧，
为劳苦中受酷暑煎熬者从天而降的甘露。

欢欣吧，你将所需之物赐予有需要的人；/ 欢欣吧，你为求助者预备丰盛之物。

欢欣吧，你总能超前回应我们的祈求；/ 欢欣吧，你使白发苍苍者重获新生。

欢欣吧，你指正了许多偏离正道之人；/ 欢欣吧，你是上帝奥秘的忠实仆人。

欢欣吧，因有你，我们得以践踏嫉妒；/ 欢欣吧，因有你，我们得以修正美德的生活。

欢欣吧，尼古拉，伟大的行奇迹者！

第九首赞歌：你治愈一切疾病，/我们伟大的护佑者尼古拉，
/你调配出充满恩典的良药，/抚慰我们的灵魂，/使所有热切求助于你、/并向天主呼求之人的心欢欣鼓舞：/哈利路亚。

第九伊科斯：我们看见那些徒然耍弄智慧的不义之徒 / 因你而蒙受羞辱， / 敬虔的尼古拉神父： / 因为你曾在辩论中战胜了 / 亵渎神性、分裂神性的阿里乌斯， / 以及在圣三一中制造混乱的萨维利乌斯， / 并使我们坚定于正统信仰。 / 因此，我们如此向你呼求：

欢欣吧，捍卫虔诚的盾牌；/ 欢欣吧，铲除不义的利剑。

欢欣吧，神圣诫命的导师； / 欢欣吧，摧毁背神学说的毁灭者。

欢欣吧，蒙神确立的阶梯，我们借此升入天堂；/ 欢欣吧，神所创造的庇护所，许多人在此得蒙庇护。

欢欣吧，你以言语使愚昧者得智慧；/ 欢欣吧，你以品德激励懒惰者。

欢欣吧，上帝诫命不灭的光辉；/ 欢欣吧，主律法的至明之光。

欢欣吧，因你的教诲使异端之首溃败；/ 欢欣吧，因藉着你，信徒得以分享荣耀。

欢欣吧，尼古拉，伟大的行奇迹者！

第10首赞歌：为拯救灵魂，/ 你确实使你的肉体服从了灵，/ 我们的父亲尼古拉，/ 因为你首先在静默中与心念搏斗，/ 将敬神之思融入行动，/ 借着敬神之思获得了完美的智慧，/ 并以此大胆地与上帝及天使交谈，/ 始终呼求：/ 哈利路亚。

第十首伊科斯：你，至福者，是我们的屏障，/ 护佑那些颂扬你神迹的人，/ 以及所有求助于你庇护的人；/ 因此，也请将我们这些德行匮乏之人，/ 从贫困、灾祸、疾病和各种苦难中解救出来，/ 我们怀着爱意如此向你呼求：

欢欣吧，拯救我们脱离永恒贫困的；/ 欢欣吧，赐予我们不朽财富的。

欢欣吧，你为渴慕真理者提供取之不尽的食粮；/ 欢欣吧，你为渴求生命者提供用之不竭的甘泉。

欢欣吧，护佑我们免于叛乱与争斗的；/ 欢欣吧，使我们脱离枷锁与囚禁的。

欢欣吧，患难中备受赞颂的代祷者；/ 欢欣吧，逆境中至高无上的守护者。

欢欣吧，将许多人从灭亡中拯救出来者；/ 欢欣吧，使无数人安然无恙者。

欢欣吧，因你之故，罪人得以逃脱残酷的死亡；/ 欢欣吧，因你的代祷，悔改者获得永生。

欢欣吧，尼古拉，伟大的奇迹制造者！

第11首康达克：至圣三位一体的颂歌 / 你——至福的尼古拉——/ 比任何人都更充分地以思想、言语和行为献上了这颂歌；/ 因为你以极大的精确阐明了正统信仰的教义，/ 并以信仰、希望和的爱教导我们 / 颂扬三位一体的独一真神：/ 哈利路亚。

第十一首伊科斯：那永不熄灭的光辉之光，/ 我们在尘世黑暗中，/ 看见了你——蒙神拣选的尼古拉神父：/ 因为你与无形的天使之光交谈，/ 论及那未被创造的三一之光，/ 并照亮信徒的灵魂，/ 他们如此向你呼求：

欢喜吧，三日之光的照耀；/ 欢喜吧，永不落日之晨星。

欢欣吧，蜡烛，你被神圣之火点燃；/ 欢欣吧，因为你熄灭了恶魔不义之火。

欢欣吧，纯正信仰的明证；/ 欢欣吧，福音之光的灿烂辉煌。

欢欣吧，焚毁异端的闪电；/ 欢欣吧，震慑诱惑者的雷鸣。

欢欣吧，真知之师；/ 欢欣吧，奥秘之智的阐释者。

欢欣吧，因你已摧毁了对受造物的崇拜；/ 欢欣吧，因我们从你那里学会了敬拜三位一体的造物主。

欢欣吧，尼古拉，伟大的行奇迹者！

第12首赞歌：深知上帝赐予你的恩典，/ 我们满怀喜悦地按应有的方式庆祝你的纪念日，/ 尊贵的尼古拉神父，/ 我们全心全意地求助于你奇妙的庇佑；/ 至于你那荣耀的作为，/ 如同海沙与繁星般多不胜数，我们无法数清，/ 于是满怀惊叹，向天主呼求：/ 阿勒路亚。

第十二首伊科斯：颂扬你的神迹，/ 我们赞美你，万福的尼古拉：/ 因为在你身上，受赞美的圣三一之神，奇妙地显明了祂的荣耀；/ 然而，即便我们发自内心，/ 为你献上无数的诗篇与颂歌，圣洁的行奇迹者，/ 也无法与你行奇迹的恩赐相提并论；/ 惊叹于此，我们如此向你呼求：

欢欣吧，万王之王、万主之主的仆人；/ 欢欣吧，与祂天上的众仆同居者。

欢欣吧，信徒们的帮助；/ 欢欣吧，基督徒族群的荣耀。

欢欣吧，与胜利同名的；/ 欢欣吧，著名的加冕者。

欢欣吧，一切美德的明镜； / 欢欣吧，所有投靠你之人的坚固堡垒。

欢欣吧，除天主与圣母外，我们一切的希望； / 欢欣吧，我们肉身的健康与灵魂的救赎。

欢欣吧，因凭你的代祷，我们得以从永死中得释放； / 欢欣吧，因托你的福，我们得以分享永恒的生命。

欢欣吧，尼古拉，伟大的奇迹制造者！

第13首康达克：至圣、至奇妙的尼古拉圣父， / 所有悲伤者的慰藉！ / 请接受我们此刻的奉献， / 并借着你的蒙神喜悦的代祷， / 恳求主使我们免于地狱之苦， / 好叫我们与你一同歌唱： / 哈利路亚。（3）

随后诵读第一伊科斯和第一康达克

第一伊科斯：形似天使，本具尘世之躯， /——造物主如此向万物显明了你， / 因为祂预见了你灵魂丰盛的美德，至福的尼古拉， / 祂教导众人如此向你高呼：

欢欣吧，自母腹中便已得洁净者； / 欢欣吧，直至终末皆蒙圣化者。

欢欣吧，你以降生令双亲惊叹； / 欢欣吧，你一出生便显露了心灵的力量。

欢欣吧，应许之地的枝条； / 欢欣吧，神圣园圃的花朵。

欢欣吧，基督葡萄园中德行高尚的葡萄藤； / 欢欣吧，耶稣乐园中行神迹的树。

欢欣吧，来自乐园的百合花； / 欢欣吧，基督芬芳的象征。

欢欣吧，因你驱散了哭泣； / 欢欣吧，因你带来了喜乐。

欢欣吧，尼古拉，伟大的行奇迹者！

第一颂歌：护佑我们的奇迹制造者 / 基督拣选的仆人， / 向全世界倾注 / 无价的仁慈香膏 / 以及取之不尽的奇迹之海！ / 我满

怀爱意地赞美你，圣尼古拉；/ 你因对主怀有胆量，/ 求你将我从一切灾祸中解救出来，使我能向你呼求：

欢欣吧，尼古拉，伟大的奇迹制造者！

第七首

伊尔莫斯：那些敬虔的智者 / 并未将受造之物尊崇于造物主之上，/ 而是勇敢地战胜了威胁他们的烈火，/ 欢欣地歌唱道：/ “至尊的主，我们祖先的上帝，/ 愿祢蒙福！”

圣父尼古拉，求祢为我们向天主祈祷。

圣尼古拉，基督的圣徒，欢欣吧：/ 因为你对所有人而言都是难以言喻的喜乐！/ 也请向我伸出援手，好让我向你高呼：/ “欢欣吧，至福者！”

当军官们听说，/ 因你的命令，囚徒们已从牢狱中获释，/ 便拿起点着蜡烛的灯盏献给你，/ 并高声呼喊：/ “欢欣吧，尊贵的父，我们的拯救者！”

颂词：你曾听见监狱中囚徒的呼求；/ 尼古拉，也请听见我，/ 向你献上“欢欣”之声的人，/ 并将我从地狱之火中拯救出来。

如今：圣母玛利亚，救赎主的母亲，/ 请接纳我这悔罪之人，/ 并让我投奔于你的庇护之下，/ 使我能不断向你呼求：/ “万福，蒙恩的圣母，永贞童女！”

第8首

伊尔莫斯：在熔炉中，圣母之子 / 拯救了虔诚的少年：/ 那时是预表，如今是现实；/ 祂召聚整个宇宙为你歌唱。/ 万物啊，歌颂上主，/ 并永远赞美祂！

与使徒同席，/ 与天使一同侍奉圣三一，/ 备受赞颂的尼古拉，欢欣吧，/ 并借你的祈祷赐予我喜乐。

风暴中船只的舵手，/ 尼古拉，欢欣吧，/ 请平息我因魔鬼侵袭而翻腾的激情之风，/ 因为我已无法再忍受，只得呼求：/ “欢欣吧，我的帮手与热忱的庇护者。”

斯拉瓦：啊，何等巨大的悲痛 / 因魔鬼的箭矢而笼罩着我，
/ 我无法忍受这些伤痛， / 却又无医可治，无法敷上药膏； /
但你，尼古拉，请为我敷上你祈祷的药膏与圣油， / 好让我向
你呼求： / “欢喜吧，尊贵的父！”

如今：欢欣吧，那在西奈山上被摩西所见的、未被烧毁的荆棘丛， / 以及雅各所凝视的天梯， / ——至福的圣母、永贞童女！

第九首

伊尔莫斯：凡生于世者， / 皆当因圣灵的启迪而欢欣； / 无形之
灵的本质亦当欢庆， / 敬拜圣母的圣节， / 并高呼： / “万福，至福
者， / 纯洁的圣母，永贞童女！”

诱惑者的箭矢将我团团围住 / 还有罪恶的诱惑， / 但我仰赖
你的庇护， / 向你求助，父啊， / 求你将那恶者的一切诱惑从
我身上驱散， / 我向你呼求： / “欢喜吧，尼古拉！”

你使那疯狂者的狂言蒙羞， / 并扑灭了异端的烈火； / 你听见
了被囚禁在牢狱中的总督们的呼求， / 并从他们那里接受了“欢
喜”的问候； / 我们也向你呼求，尼古拉： / “欢喜吧，至福者！”

斯拉瓦：你听见了阿格里卡的祈求， / 从埃米尔手中救回了
他的儿子瓦西里， / 转瞬之间便将他从撒拉逊人手中安然带回
父母身边， / 尼古拉，求你应允我的祈祷， / 将我这病弱且被
罪孽压垮的灵魂， / 从地狱之火中拯救出来。

如今：生下万王之女王的女王， / 怀抱万物之主的圣母， / 求祢
拯救我——这赞美祢的人， / 至圣的女王！

随后：诚然配得 / 赞美祢，圣母， / 永恒蒙福、无瑕无疵 / 并
为我们上帝之母。 / 祢比智天使更尊贵， / 比火天使更荣耀无与
伦比， / 以童贞之身诞下上帝之道， / 真正的圣母——我们赞美
祢。

三圣颂。荣耀颂，如今：至圣三一：主，怜悯我们。 (3) 荣
耀颂，如今：我们的天父：

颂歌·第四调

作为信仰的准则与温顺的典范，/节制的导师，/永恒的真理
将你显明于你的羊群之中。/因此，你以谦卑获得了至高，/以贫
穷获得了财富。/圣父尼古拉，/求你向基督上帝祈求，拯救我们
的灵魂。

荣耀归于圣母，如今亦然：自亘古以来隐秘的、连天使也未
曾知晓的奥秘，借着您——圣母——向世人显明：上帝以两种
本性不可混合的合一道成肉身，并为我们甘愿背负十字架；藉
此，祂使原初的亚当复活，并拯救了我们的灵魂脱离死亡。

向圣尼古拉的祈祷

备受赞颂、广受尊崇的主教，伟大的行奇迹者，基督的圣徒，
尼古拉神父，上帝的仆人、忠实的仆役，心志坚定之人，蒙
拣选的器皿，教会坚固的柱石，光辉灿烂的明灯，照亮并照耀
整个宇宙的明星！您是义人，如盛开的棕榈树，栽植在您主的
庭院中；您曾居住在 姆拉，以姆拉的芬芳充满世界，并从姆拉
中涌流不竭地倾注上帝的恩典。至圣的父啊，当您那充满奇迹
的圣髑游行至巴里城时，大海因您的行迹而蒙受圣化，使从东
方到西方的万民都颂扬主的圣名。啊，技艺超群、奇妙非凡的
奇迹制造者，迅速的援助者，热忱的代祷者，至善的牧者，您
拯救了您所牧养的羊群，使他们免于一切灾祸！我们赞美你，
颂扬你，因你是全体基督徒的希望、奇迹的源泉、信徒的守护
者、至睿的导师、饥饿者的养育者、哀哭者的喜乐、赤身者的
衣裳、病患的医者、航海者的舵手、囚徒的解放者、寡妇与孤
儿的养育者和代祷者、贞洁的守护者、婴孩的温和教导者、老
人的支柱、斋戒者的导师、劳苦者的安息、乞丐和贫苦者的丰
盛财富。求你垂听我们向你祈祷、投靠你庇护的人，向至高者
为我们代求，并以你合神心意的祷告，为我们争取一切有益于
我们灵魂与身体得救的事；求你以你的帮助，保护这座圣所¹或
这座圣殿²、每一座城市和村庄，以及每一个基督教国家及其居
民，使他们免于一切灾祸；因为我们深知，义人的祈祷大有功

效，能促成美善；至于你，义人，我们在至福童贞女玛利亚之后，将你视为向全仁慈之神的代祷者，并谦卑地投靠你——至福之父——那热切的代求与护佑；求你如那位警醒而仁慈的牧人，保护我们免受一切仇敌、瘟疫、地震、冰雹、饥荒、洪水、火灾、刀剑、外族入侵的侵害；并在我们遭遇各种灾难与悲痛时，向我们伸出援手，为我们开启上帝仁慈之门；因为我们因诸多不义之举而不配仰望天高，被罪恶的枷锁所束缚，从未遵行造物主的旨意，也未曾遵守祂的诫命。因此，我们怀着痛悔和谦卑的心，在造物主面前屈膝，并恳求你在祂面前以父般的身份为我们代求：求你帮助我们，神的仆人，免得我们因自己的不法而灭亡；求你救我们脱离一切邪恶与一切敌对之事；引导我们的心智，坚固我们的心志，使我们坚守正信；借着你的代求与恳求，无论伤痛、威胁、瘟疫，抑或造物主的任何愤怒，都不可使我们动摇，而是能在此安然度日，并蒙恩得见世间生者的福乐，颂扬圣父、圣子、圣灵——三位一体中受赞美、受敬拜的独一真神，如今、直到永远、世世代代，阿们。

第二篇祷文

至圣的尼古拉，主那荣耀的仆人，我们热忱的代祷者，在一切患难中迅速施援的帮手！求祢帮助我这罪人，这心灰意冷之人：在今生中，恳求主上帝赦免我一切的罪过——无论是我自幼年至今，在行为、言语、意念及一切情感中所犯下的罪；当我的灵魂离世之时，求你帮助我这不幸之人，恳求主上帝——万物之造物主——使我免于地狱之苦与永恒的折磨，好叫我时时赞美圣父、圣子、圣灵，以及你那满有慈爱的代祷，如今、直到永远，阿们。

第三篇祷文

全善的尼古拉圣父啊，你是所有怀着信心求你庇佑、并以热切祷告呼求你之人的牧者与导师！求你速速前来，将基督的羊群从毁灭它们的狼群中拯救出来；并以你圣洁的祈祷，护佑并保全所有基督教国家，使其免受世俗动乱、地震、外族入侵、

圣尼古拉赞美诗及阿卡菲斯

内战、饥荒、洪水、火灾、刀剑及猝死的侵害。正如你曾怜悯那三位被囚于牢狱中的男子，使他们免于君王的愤怒和刀剑的斩杀，也请怜悯我——这个在罪恶的黑暗中以思想、言语和行为沉沦之人，使我免于上帝的愤怒和永恒的惩罚；愿借着你的代祷与帮助，并借着基督上帝的怜悯与恩典，使我能在的今世过上宁静无罪的生活，使我免于站在左边者的命运，并使我有幸与众圣徒一同站在右边，阿门。

[返回目录。](#)

为病人诵读的圣咏

圣咏·第三调

第一首

伊尔莫斯：大海被杖劈成十字形，/ 古时以色列人如同行在旷野一般穿越其中，/ 并在其中清晰地开辟了道路。/ 因此，我们向我们奇妙的上帝献上赞美，/ 因为祂已得着荣耀。

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听向祢祈祷的祢的仆人们的祷告。

在这降临在我们身上的悲伤之日，/ 我们俯伏在祢面前，基督救主，/ 恳求祢的怜悯。/ 求祢减轻祢仆人的病痛，/ 也像对百夫长那样对我们说：/ “去吧，你的儿子已经痊愈了！”

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听祢仆人们向祢献上的祈祷。

我们怀着叹息，向祢发出恳求与祈祷：/ “神的儿子，怜悯我们吧！”/ 求祢用祢的话语，使躺在病榻上的人起身，/ 正如祢曾使瘫子起身，说：/ “拿起你的褥子，/ 你的罪得赦免了！”

荣耀归于圣父、圣子、圣灵。

我们敬拜基督圣容的画像，/ 怀着信心亲吻它，/ 并为病患祈求健康，/ 效法那位患血漏的妇人，/ 她曾触摸祢衣裳的穗子，/ 便从疾病中得着了医治。

如今、永远，直到世世代代。阿们。

至圣的圣母，/ 众所周知的援助者，/ 请勿轻视我们这些投靠祢的人，/ 求祢像 那样，恳求祢仁慈的圣子、我们的上帝，/ 赐予病患健康，/ 使他也能与我们一同荣耀祢。

第三首

伊尔莫斯：从无中创造万物，/ 藉圣言成形，由圣灵完成！/ 全能的主，/ 求祢以祢的慈爱坚固我。

为病人诵读的经文

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听向祢祈祷的祢仆人们的祷告。

因重病倒在尘世，/ 与我们一同向祢，基督，呼求；/ 求祢赐予他身体的健康，/ 如同以西结曾哭泣着向祢祈求一般。

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听祢仆人们向祢所献的祈祷。

主啊，求祢垂顾我们的谦卑，/ 不要记念我们的过犯，/ 但因这病患者的信心，/ 如同祢曾以一言医治麻风病人一样，/ 医治他的疾病，/ 使祢的名得着荣耀，基督上帝。

颂荣：基督啊，求祢不要让祢所圣化的教会遭受诽谤，/ 我们在其中向祢祈祷，/ 求祢在病榻上隐秘地扶起那患病者，/ 免得不信者说：/ “他们的神在哪里？”

如今：圣母，我们向祢至圣的圣像，/ 伸出双手，呼求：/ “求祢垂听祢仆人的祈祷，/ 拯救卧病在床者，/ 使他从病中康复后，能向祢履行誓愿，/ 那些他在忧伤中曾许下的誓愿。”

《塞达伦》，第8调

我这躺在罪恶病榻上、/ 被情欲所伤的人，/ 正如祢曾扶起彼得的岳母、/ 并拯救了被瘫痪、躺在床上的人，/ 如今也求祢——满有慈爱的主，/ 曾为我们的族类担负病痛的祢——/ 在病中眷顾我。/ 我们只认识祢一位，/ 祢是长久忍耐、满有怜悯的，/ 是灵魂与身体仁慈的医治者，/ 我们的神基督，/ 祢既降下疾病，又再次 医治，/ 赐赦免给那些为罪悔改的人，/ 唯独祢是满有怜悯与恩典的。

颂荣：我这罪人，躺在病榻上痛哭：/ 求祢赐我宽恕，基督上帝，/ 并使我从这病中站起来，/ 也求祢借着圣母的祈祷，/ 使我脱离自幼所犯的那些罪。

如今：求祢怜悯并拯救我，/ 使我从病榻上起身，/ 因我体内的力量已耗尽，/ 我整个人都被绝望所笼罩。/ 至圣的圣母，/ 医治这重病之人，/ 因祢是基督徒的帮助者。

第四首

伊尔莫斯：主啊，祢向我们显明了深厚的爱，/ 因为祢将祢的独生子 / 为我们交给了死亡。/ 因此，我们满怀感恩地向祢呼求：/ “荣耀归于祢的大能，主啊！”

副歌：仁慈的主啊，请垂听向祢祈祷的祢的仆人们的祷告。

那些因重病而绝望、/ 且临近死亡的人，/ 基督啊，求祢使他们复活，/ 并赐予哀哭者安慰，/ 使我们众人都能颂扬 / 祢的圣洁神迹。

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听祢仆人们向祢献上的祈祷。

造物主啊，我们在祢面前 / 为自己的罪孽悔改， / 因为祢不愿罪人死亡。 / 求祢赐予病患新生与健康， / 使他痊愈后能侍奉祢， / 并与我们一同见证祢的仁慈。

颂荣：祢接纳了玛拿西的泪水、尼尼微人的悔改，/以及大卫的忏悔，/便速速拯救了他们；/如今也请接纳我们的祈祷，/赐予病患健康，/我们正为他向祢祈求。

如今：求祢赐下祢的慈爱，圣母，/ 赐予我们这些永远仰望祢的人，/ 为患病者祈求康复，/ 圣母，求祢将那医治的 双手，/ 与施洗约翰一同向主上帝伸出。

第五首

伊尔莫斯：祢在世上显现，虽不可见，/ 并自愿与凡人交往，虽不可测；/ 因此，我们自破晓时分便向祢渴慕，/ 歌颂祢，仁爱之主。

副歌：仁慈的主啊，请垂听向祢祈祷的祢的仆人们的祷告。

雅伊尔的女儿，虽已离世，/ 祢却如神一般使她复活，/ 如今，基督上帝，求祢将患病者/ 从死亡之门中拯救出来，/ 因为祢是众人的道路与生命。

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听向祢祈祷的仆人们的祷告。

为病人诵读的经文

救主啊，祢曾使寡妇之子复活，/并将她的眼泪化为喜乐！
/求祢拯救祢那因病濒死的仆人，/使我们的悲伤与痛苦也能化为喜乐。

斯拉瓦：彼得岳母那灼热的病痛，/ 祢仅凭一触便使其痊愈！
/ 如今，求祢扶起祢这患病的仆人，/ 使他也如她一般，起身侍奉祢。

如今：我们这些悲伤、谦卑、有罪、/ 不敢在你面前放胆的人，
/ 向至圣的圣母呼求：/ 求你恳求你的圣子基督，/ 赐予这患病者身体的健康。

第六首

伊尔莫斯：最深的罪孽深渊将我吞没，/我的灵已力竭；/但祢，
主啊，伸出祢高举的手，/如同拯救彼得那般，舵手啊，拯救我。

副歌：仁慈的主啊，请垂听向祢祈祷的祢的仆人们的祷告。

基督上帝，祢怀有无尽的怜悯与恩典，/ 求祢垂听祢仆人的祈求！
/ 因为祢曾应彼得的祈祷使塔维夫复活，/ 如今也求祢扶起卧病在床者，
/ 垂听向祢祈求的教会。

副歌：仁慈的主啊，请垂听向祢祈祷的祢的仆人们的祷告。

基督啊，我们灵魂与肉身的医治者，/ 祢承担了全世界的病痛，
/ 并曾藉保罗之手使尤提卡复活，/ 如今也求祢藉圣使徒们的祈祷，
/ 医治这患病之人。

颂荣：基督啊，求祢将 / 病中哀哭之人的悲叹化为喜乐， /
使他蒙受祢的慈爱， / 带着许愿的礼物进入祢的殿中， / 赞美祢——
三位一体中独一的上帝。

如今：朋友们，请来，让我们一同敬拜，/ 向神之母祈求，
为患病者代祷。/ 因为她有能力医治病患，/ 与那些不求报酬的医者一同，
/ 以看不见的灵性圣油为他们涂抹。

为病人诵读的经文

康达克·第三调

主啊，求祢以祢神圣的眷顾， / 扶起我这因各种罪过 / 及不当之事而严重瘫痪的灵魂， / 正如祢昔日扶起那位瘫痪者一般， / 使我得救后，向祢呼求： / “荣耀归于祢，仁慈的基督， / 归于祢的大能！”

伊科斯：以祢的手掌 / 托住世界的两端， / 耶稣，神啊，如同无始的圣父， / 并与圣灵一同掌管万有， / 祢以肉身显现，医治疾病； / 驱散了苦难；使瞎眼者得见光明， / 并以神圣之言使瘫痪者复起， / 突然吩咐他行走， / 并将承载他的褥子扛在肩上。 / 因此，我们与他一同歌颂并呼求： / “荣耀归于你，仁慈的基督， / 荣耀归于你的大能！”

第七首

伊尔莫斯：从面对那金像， / 波斯的神像， / 三个少年并未下拜， / 反倒在火窑中歌唱： / “我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听祢仆人们的祈祷，他们正向祢祈求。

啊，至圣的基督圣十字架， / 神圣的生命之树！ / 因着祢，死亡已被击败，死者得以复活。 / 如今，求祢医治病患并赐予他们新生， / 正如当年在海伦女王面前，那位死去的少女一样。

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听向祢祈祷的祢的仆人们的祷告。

约伯那漫长而剧烈的病痛， / 当他在脓疮与蛆虫之中祈祷时， / 主啊，祢仅凭一句话便使他痊愈。 / 如今我们在教堂里为病患向祢祈求： / 求祢凭祢众圣徒的祈祷， / 以祢的慈爱在隐秘中医治他。

颂荣：我们都知道，死亡终将降临于我们， / 因为这是祢——上帝的旨意； / 但仁慈的主啊， / 求祢让病患暂时康健： / 引导他从死亡走向生命， / 赐予悲伤者安慰！

如今：圣母，求祢扶持并帮助我们这些孤儿， / 因为祢知道那一刻与时分， / 该在何时恳求祢的圣子、我们的上帝， / 赐予病患健康， / 并赦免一切罪过。

为病人诵读的经文

第8首

伊尔莫斯：为了侍奉永生的上帝，/ 巴比伦的少年们虽遭受威胁，/ 却不理会那些乐器，/ 而是站在烈火之中，/ 唱起配得上帝的圣歌，高声宣告：/“万物啊，都要称颂主！”

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听向祢祈祷的仆人们的祷告。

主啊，求祢在患病之时向祢的仆人施恩，/ 仁慈的基督上帝，求祢速速医治他，/ 不要再将他交于死亡的审判，/ 好叫他向祢悔改。/ 因为祢自己曾说：/“我不愿罪人死亡。”

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听祢仆人们向祢所献的祈祷。

仁慈的主啊，/愿祢那荣耀的奇迹/如今也临到我们：/驱逐恶魔，消灭疾病，/医治伤口，治愈病痛，/并使我们脱离巫术、邪术及一切瘟疫！

颂荣：基督啊，祢曾平息海风，/ 将门徒的恐惧化为喜乐，/ 如今也请平息那些/ 压迫祢仆人的重病，/ 使我们众人皆得欢欣，/ 永远赞美祢。

如今：圣母，求祢拯救我们，/脱离环绕我们的悲伤，/脱离各种疾病、毒药和巫术，/以及魔鬼的幻象，脱离恶人的诽谤，/并脱离死亡，我们向祢祈求。

第九首

伊尔莫斯：在西奈山上，/摩西在荆棘丛中看见了祢——那在腹中孕育神性之火却未被烧伤的圣母；/但以理则看见祢如那不可分割的山，/那从大卫的根上长出的枝条，正如以赛亚所呼求的。

副歌：仁慈的主啊，请垂听向祢祈祷的祢的仆人们的祷告。

生命的源泉、恩典的施予者，基督啊，/ 求祢不要将祢的面转离我们。/ 求祢减轻这被疾病折磨之人的病痛，/ 并像法提阿服侍奥加尔那样使他痊愈，/ 好叫他永远与圣父及圣灵一同赞美祢。

副歌：仁慈的主啊，求祢垂听向祢祈祷的祢仆人们的祷告。

为病人诵读的经文

我们信靠福音之言，/ 基督啊，我们寻求祢所应许的：/ 因为祢曾说：“你们求，就必得着。”/ 因此，如今我们站在祢面前，向祢祈求：/ 求祢使那被重病击倒的人，/ 从病榻上恢复健康，/ 好让他与我们一同赞美祢。

颂荣：受病痛折磨，/ 内心隐秘的创伤，/ 与我们一同向祢呼求，基督：/ 主啊，不是为了我们，不是为了我们的缘故，/——因为我们全都充满罪孽，——/ 而是藉着祢圣母和施洗者约翰的祈祷，/ 赐予病患痊愈，/ 使我们众人都能尊崇祢。

如今：至圣的上帝之母！/ 我们与众圣徒一同呼求祢：/ 与天使和大天使，/ 与先知和宗主教，/ 与使徒、圣徒和义人，/ 恳求我们的上帝基督，/ 赐予病患健康，/ 使我们都能赞美祢。

祷文

全能的上帝，祢凭着祢的仁慈，为人类的救赎安排万事，求祢眷顾祢的仆人 **(姓名)**，他正呼求祢基督的名，求祢赦免他的罪，并医治他一切身体和心灵的疾病。求祢将一切罪恶的诱惑、各种灾祸以及仇敌的一切诡计都从祢的仆人身上驱除，使他从病榻上起身，并将他作为身心康健之人赐予祢的圣教会，使他能与众人一同以善行荣耀祢基督的名。我们如今、永远、直到世代代，与祢的独生子及圣灵一同将荣耀归于祢。阿们。

[返回目录。](#)

礼仪仪式，
由平信徒主持
在家中及墓地

凭着我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

天上的君王、安慰者、真理之灵，无处不在、充满万有，恩典的宝库、生命的赐予者，求祢降临并住在我们里面，洁净我们一切的污秽，仁慈的主，拯救我们的灵魂。

圣神、全能者、永生者，求祢怜悯我们。 (3)

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世世代代。阿们。

至圣三一，怜悯我们；主啊，洗净我们的罪；主啊，赦免我们的过犯；圣者，求祢眷顾并医治我们的软弱，为祢的名。

主啊，求祢怜悯。 (3) 荣耀归于：

我们在天上的父！愿祢的名被尊为圣；愿祢的国降临；愿祢的旨意行在地上，如同行在天上；求祢今日赐给我们日用的饮食；赦免我们的过犯，正如我们赦免了得罪我们的人；不要让我们陷入试探，救我们脱离那恶者。

主啊，求祢怜悯。 (12)

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在我们自己的基督——我们的君王和上帝面前。

锂化

《诗篇》第90篇

倚靠至高者的，必住在天神的荫下。他要对耶和华说：“你是我的庇护所，是我的避难所，是我的神，我投靠祂。”因为祂必救你脱离猎人的网罗，脱离那令人惊惶的消息。祂必用祂的翅膀遮蔽你，你必在祂的翅膀下得着庇护——祂的真理必如兵器环绕你。你必不惧怕黑夜的惊骇，也不惧怕白昼飞来的箭；不惧怕在黑暗中游荡的危险，也不惧怕灾祸和正午的恶魔。虽有一千人倒在你身旁，一万人倒在你右边，却不会临近你。你只需用眼观看，便能看见罪人的报应。因为主啊，你是我的盼望！你以至高者为你的避难所。灾祸必不临到你，灾害也不临近你的帐篷；因为祂必吩咐祂的天使保护你，在你一切所行的路上——他们必用手托住你，免得你的脚碰在石头上。你必践踏蝮蛇和蜥蜴，必践踏狮子和龙。“因为他倚靠我，我必拯救他；我必保护他，因为他认识我的名。他若呼求我，我必应允他；他在患难中，我必与他同在，我必拯救他，使他尊荣；我必以长寿满足他，并将我的救恩显明给他。”

荣耀颂，及如今：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。（3）并三拜。

颂歌，第四调

救主啊，求祢让祢的仆人[或：祢的仆女]的灵魂，与那些已逝义人的灵一同安息，/ 使她永享那在祢那里、满有福乐的生命，/ 祢是爱人的神。

在祢的安息之所，主啊，/ 那里祢所有的圣徒都得享安息，/ 求祢也使祢的仆人[或：祢的仆女]的灵魂得享安息，/ 因为唯有祢是爱人的神。

颂荣：祢是我们的上帝，曾降临阴间，/ 终结了囚徒的苦难，/ 求祢亲自使祢的仆人[或：祢的仆女]的灵魂得享安息。

如今：独一无二、纯洁无瑕的童贞女，/ 曾以不可言喻的方式怀胎神，/ 求祢为祢的仆人[或：祢的婢女]的灵魂代求得救。

锂化

康达克·第8调

基督啊，求祢与圣徒一同安息，/ 祢仆人的灵魂^[或：祢女仆的灵魂]，/ 在那里没有痛苦、没有悲伤、没有哀号，/ 唯有永恒的生命。

伊科斯：唯有祢是永生者，/ 祢创造了人类：/ 而我们这些凡人，是由尘土所造，/ 终将归于尘土，/ 正如祢所命定的——祢创造了我，并对我说：/ “你是尘土，也必归于尘土”，/ 我们这些凡人终将前往那里，/ 将墓前的哀号化作颂歌：/ “哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚！”

我们颂扬祢——那比智天使更崇高、/ 比火天使更荣耀、/ 以童贞之身诞下圣言、/ 真正的圣母。

荣耀归于祢，如今也如此：主啊，怜悯我们。 **(3)** 求祢赐福。

凭着我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

愿你们永受纪念，我们蒙福且永受缅怀的圣父与圣兄弟们。
(3)

他的^[或：她的]灵魂将安息于福乐之中，他的^[或：她的]名号将代代相传。

圣神、全能、永生的上帝，求祢怜悯我们。 **(3)**

[返回目录](#)。

礼仪仪式
在复活节期间，
由平信徒
在家中及墓地

凭我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

基督从死里复活，/ 以死亡战胜死亡，/ 并赐予坟墓中的人，/ 生命。 (3)

圣咏，第四调

救主啊，求祢使祢仆人[或：祢的仆女]的灵魂，与那些义人离世的灵魂一同安息，/ 使她永享那属于祢的福乐生命，/ 祢是爱人的主。

在祢的安息之所，主啊，/ 那里祢所有的圣徒都得享安息，/ 求祢也使祢的仆人[或：祢的仆女]的灵魂得享安息，/ 因为唯有祢是爱人的主。

斯拉瓦：祢是我们的上帝，曾降临阴间，/ 终结了囚徒的苦难，/ 求祢亲自安息祢仆人[或：祢的仆女]的灵魂。

如今：独一无二、纯洁无瑕的童贞女，/ 以不可言喻的方式怀了神，/ 求祢为祢的仆人[或：祢的仆女]的灵魂代求，使其得救。

康达克，第8调

基督啊，求祢让祢的仆人[或：祢的仆女]的灵魂，/ 与圣徒一同安息，/ 在那里没有痛苦、没有悲伤、没有哀号，/ 唯有永恒的生命。

复活节期间的礼拜仪式

以及同调的康达克

虽然祢曾降入坟墓，永生者，/ 但祢摧毁了地狱的权势，/ 并作为得胜者复活了，基督上帝，/ 向那群持香的妇女宣告：“你们当欢喜！”/ 并赐平安给祢的使徒们，/ 祢是赐予堕落者复活的主。

为亡者祈祷

主啊，求祢安息祢的仆人[或：祢的婢女]（姓名）的灵魂，赦免他[或：她]有意无意的过犯，并赐予他[或：她]天国。

随后是第一调的伊尔莫斯

发光吧，发光吧，新耶路撒冷，/ 因为主的荣耀已临到你！/ 锡安啊，如今要欢欣鼓舞，要显出你的荣美！/ 圣母玛利亚啊，你要因你所生之子的复活而欢喜。

荣耀颂，及“如今”：主啊，怜悯我们。（3）求主赐福。

凭着我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

基督从死里复活，/以死亡战胜了死亡，/并赐予那些在坟墓中的人/生命。（3）

并以歌声作结：祂也赐予我们永生，/ 我们敬拜祂第三日的复活。

并向安息在坟墓中的人宣告：基督复活了！

[返回目录。](#)

唱礼 十二篇诗篇，

正如那些敬虔的隐士长老们日夜吟唱的那样，
这一点在教父著作中有所记载，
以及许多圣人的传记与殉道记中都有记载。
这一礼仪是由圣山
的基辅洞窟修道院大修道院长多西菲。

司祭：愿我们的上帝蒙福：

平信徒：凭着我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，
求祢怜悯我们。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

向圣灵的祈祷

天上的君王、安慰者、真理之灵，无所不在、充满万有，恩典的宝库、生命的赐予者，求祢降临并住在我们里面，洁净我们一切的污秽，仁慈的主，拯救我们的灵魂。

三圣颂

圣神、圣强、圣不朽，求祢怜悯我们。

圣神、圣强、圣不朽，求祢怜悯我们。

圣神、圣强、圣不朽者，求祢怜悯我们。

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世世代代。
阿们。

《十二篇诗篇》

圣三一祷文

至圣圣三，怜悯我们；主啊，洗净我们的罪；主啊，赦免我们的过犯；圣者，求祢垂顾并医治我们的软弱，为祢的名。

主啊，求祢怜悯。 (3)

荣耀归于圣父、圣子、圣灵，如今、永远，直到世世代代。阿们。

主祷文

我们在天上的父！愿祢的名被尊为圣；愿祢的国降临；愿祢的旨意行在地上，如同行在天上；求祢今日赐给我们日用的饮食；赦免我们的过犯，正如我们赦免了得罪我们的人；不要让我们陷入试探，救我们脱离那恶者。

司祭：因为国度、权柄、荣耀，全是父、子、圣灵的，如今、直到永远、世世代代，永无止息。

我们：阿们。

诵经员：主啊，怜悯我们。 (12)

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世世代代。阿们。

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在我们自己的基督、君王和上帝面前。

《诗篇》第26篇

耶和华是我的光，也是我的救主；我还有什么可惧怕的呢？耶和华是我生命的保障；我还有什么可畏惧的呢？当恶人、我的逼迫者和仇敌逼近我，想要吞吃我的肉时，他们自己却软弱倒下。纵使军旅围攻我，我的心也不惧怕；纵使战争向我袭来，我仍满怀盼望。我向耶和华所求的只有一件事，我必寻求这事

《十二篇诗篇》

·就是在我一生中住在耶和华的殿里，瞻仰耶和华的荣美，在祂的圣所里朝拜。 因为在我遭难的日子，祂将我藏在祂的居所里，在祂的帐幕中暗中保护我，将我高举在磐石上。如今，看哪，祂使我的头高过我的仇敌；我绕行祂的帐幕，在其中献上赞美和欢呼的祭；我要歌唱，要向耶和華歌颂！ 耶和華啊，求你听我呼求的声音，怜悯我，应允我。我的心对你说：“我要寻求耶和華。”我的面寻求你；耶和華啊，我要寻求你的面。求你不要向我掩面，也不要怒中转眼不顾你的仆人。 求祢作我的帮助，不要丢弃我，也不要离弃我，我的神，我的救主。因为我的父母离弃了我，但耶和華却接纳了我。耶和華啊，求祢照祢的道路赐我律法，因我的仇敌，求祢引导我走正直的道路。求祢不要将我交给逼迫我之人的手中，因为不义的见证人起来攻击我——但谎言终将自食其果。我深信，在活人之地，我必得见耶和華的恩惠。要仰望耶和華！要刚强，你的心当坚固，要仰望耶和華！

诗篇 31

那些过犯得赦免、罪孽蒙遮盖的人是有福的！那人是有福的，耶和華不将罪归在他身上，他口中也没有诡诈。因为我默然不语，我的骨头就因终日呼求而衰老；因为昼夜你的手重压在我身上；我成了受苦的人，当荆棘刺伤我时。 我承认了自己的过犯，没有隐瞒自己的罪；我说：“我要向主承认我的过犯”，你就赦免了我心中的不义。因此，凡义人都要在适当时机向你祷告——那时，纵使洪水泛滥，也必不临近他。 你是我的避难所，使我脱离那环绕我的患难；我的喜乐！求你救我脱离四面围困我的人。“我要使你明白，并指引你走当行的路；我要将我的眼目定睛在你身上。” 不要像没有理智的马和骡子，必须用嚼环和轡头 勒紧它们的下颚，因为它们不顺服你。罪人必受许多鞭打，但倚靠耶和華的，必蒙慈爱环绕。义人哪，你们当因耶和華欢喜快乐；凡心里正直的人，都当赞美他。

《十二篇诗篇》

第56篇诗篇

神啊，求你怜悯我，求你怜悯我，因为我的灵魂仰望你；我必在你的翅膀荫下等候，直到不义消逝。我要向至高的神呼求，就是那恩待我的神。祂从天上差遣，拯救了我，使践踏我的人蒙受羞辱。神差遣了祂的慈爱和祂的信实，将我的灵魂从幼狮之中救出来。我忧虑不安地入睡：世人，他们的牙齿如兵器与箭，他们的舌头如锋利的刀剑。神啊，求祢升上诸天，愿祢的荣耀遍及全地。他们为我的双脚设下网罗，使我的灵魂受压；他们在我的面前挖了坑——却自己跌入其中！我的心已预备好了，上帝啊，我的心已预备好了，我要在我的荣耀中歌唱、赞美。醒来吧，我的荣耀；醒来吧，竖琴与琴瑟。我必在黎明时醒来！主啊，我要在万民中赞美祢，在各族中歌颂祢。因为祢的慈爱高及诸天，祢的信实达到云霄。神啊，愿祢升上诸天，愿祢的荣耀遍及全地！

随后：三圣颂。荣耀颂，及“如今”：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀颂，及“如今”：我们的天父：

圣咏，第一调

求祢速速向我敞开慈父的怀抱：/ 我已如浪子般虚度了此生，/ 面对祢那取之不尽的恩典之富，救主啊，我却漠然无视！/ 如今，求祢不要轻视我这贫瘠的心，/ 因为我怀着痛悔向祢，主啊，呼求：/ “父啊，我得罪了天，也得罪了祢！”

颂荣：当祢，上帝，带着荣耀降临人间时，/ 整个世界都将战栗；/ 烈火之河在审判宝座前奔流，/ 书卷展开，奥秘昭示。/ 那时，求祢救我脱离不灭之火，/ 并使我有幸站在祢的右边，/ 最公义的审判者。

如今：我们众人都认识祢，天主之母，/ 祢确实确实以童贞之身显现，并在分娩之后，/ 我们满怀爱意地投靠祢的仁慈；/ 因为我们这些罪人，在祢那里有庇护，/ 并在试探中因祢而获得了救恩，/ 祢是唯一全无瑕疵的。

随后：主啊，求祢怜悯，（30）。来吧，让我们敬拜：（3）

《十二篇诗篇》

第33篇诗篇

我要时时称颂上主，我的口中常有对祂的赞美。我的灵魂要在上主内欢欣——愿谦卑的人听见而欢喜。你们要与我一同尊崇上主，让我们一同高举祂的名。我寻求耶和華，祂就应允我，并救我脱离一切的患难。你们当到祂那里去，就必得光照，你们的脸必不蒙羞。这贫穷人呼求，耶和華就应允他，并救他脱离一切的患难。耶和華的使者必在敬畏祂的人四围安营，拯救他们。你们要尝尝便知耶和華是美善的——那仰望祂的人是有福的。耶和華的众圣民啊，你们都要敬畏耶和華，因为敬畏祂的人必不缺乏。富人变得贫穷，甚至饥饿；但寻求耶和華的人，在一切美善的事上都不会缺乏。孩子们，你们来听我，我要教导你们敬畏耶和華。谁是那愿活着、愿看见美好日子的人呢？当禁止你的舌头不作恶，禁止你的嘴唇不说诡诈的话。要远离恶事，行善；寻求和平，并竭力追求它：耶和華的眼目看顾义人，祂的耳朵侧耳听他们的祷告；但耶和華的面容却向行恶的人，要从地上除灭他们的名。义人呼求，耶和華便垂听，并从一切患难中拯救他们。耶和華亲近心碎的人，必拯救那些谦卑的人。义人虽多受苦难，耶和華必救他们脱离这一切。耶和華保护他们的一切骨头，连一根也不折断。罪人的死是可憎的，恨恶义人的必陷在罪中。耶和華必拯救祂仆人的灵魂，凡仰望祂的，必不致陷在罪中。

《诗篇》第38篇

我说：“我要谨守我的道路，免得我用舌头犯罪。”当恶人站在我面前时，我为自己的口设下防备。我沉默不语，谦卑自抑，像个一无所有的人一样保持缄默，我的痛苦又重新发作。我的心在我里面发热，我的思绪中燃起了火焰。我用舌头说：“耶和華啊，求你将我的结局指示我，并告诉我我的年日有多少，好叫我知道我还有什么缺乏。”看哪，你用手掌量度我的年日，我在你面前如同虚无；况且，一切都是虚空，凡活着的人都是如此。诚然，人如幽灵，转瞬即逝，徒然劳碌；他积攒财物，

《十二篇诗篇》

却不知为谁积攒。如今，谁是我的倚靠？岂不是耶和華嗎？我的生命也是从祢而来。求祢救我脱离一切罪孽：祢竟将我交在愚妄人手中，任其羞辱！我沉默不语，未曾开口，因为是你使我如此。求你将你的击打从我身上挪去，因你大能的手使我消逝。你因罪孽的责备而管教人，又像蛛网一样耗尽他的灵魂；然而，世人尽是虚空！耶和華啊，求祢垂听我的祷告，侧耳倾听我的恳求；看见我的眼泪，求祢不要沉默，因为我在祢面前是寄居的，是客旅，正如我的列祖一样。求祢赐我安慰，使我在离世、不复存在之前得以安息。

《诗篇》第40篇

顾念贫穷和困苦之人的，是有福的；在患难之日，耶和華必拯救他。愿耶和華保守他，使他复活，使他在地上蒙福，不要将他交在仇敌手中！愿耶和華在他患病时帮助他；在他患病的时候，你已更换了他所有的床铺。我说：“耶和華啊，求你怜悯我，医治我的灵魂，因为我在你面前犯罪！”我的仇敌恶毒地论到我：“他何时死去，他的名号何时灭绝？”凡进来观看的人，心里都妄言，积蓄不义，出去之后，便彼此商议。我所有的仇敌都在背后窃窃私语，图谋害我；他们向我发出不义的言语：“那睡着的人岂能再起来吗？”就连那与我和睦相处、我曾倚靠、与我同桌吃饭的人，也向我举起了脚跟。但主啊，求祢怜悯我，使我复起，我必报应他们。我深知祢喜悦我，因为我的仇敌不能因我而欢喜。因我无恶，祢扶持我，在祢面前永远坚固我。以色列的上帝耶和華是应当称颂的，从亘古直到永远。愿如此，愿如此！

随后：三圣颂。荣耀颂，及“如今”：至圣三一：主啊，求祢怜悯。**(3)** 荣耀颂，及“如今”：我们的天父：

颂歌，第四调

主啊，求祢眷顾我这谦卑的灵魂，/ 它一生都在罪中虚度；/ 求祢像接纳那淫妇一样接纳我，/ 并拯救我。

《十二篇诗篇》

斯拉瓦：主啊，我这一生过得可耻，/ 与娼妓为伍，我这可怜人。/ 如同那浪子，我满怀懊悔地呼求：/ “天父啊，我犯了罪，/ 求祢怜悯并拯救我，/ 不要弃绝我——我因自己的意愿远离了祢，/ 又因无益的作为而如今一无所有。”

如今：我们这些有罪且谦卑的人，/ 现当热切地投奔圣母，向她俯伏，/ 从灵魂深处在悔改中呼求：/ “主母，求您怜悯我们，施以援手，/ 快来，我们正因无数罪孽而濒临灭亡！/ 请勿让祢的仆人空手而归：/ 因为我们在祢里面有唯一的希望！”

随后：主啊，求祢怜悯，（30）。来吧，让我们敬拜：（3）

第69篇诗篇

神啊，求祢向我施援；主啊，求祢速速帮助我。愿那些寻索我性命的人蒙羞受辱；愿那些图谋害我的人退后受辱；愿那些对我说“好啊，好啊！”的人，立刻带着羞愧转身而去。愿一切寻求你的，神啊，都因你欢喜快乐；愿爱你救恩的人，不断地说：“愿主被尊为大！”我却是贫穷困苦的；神啊，求你帮助我。你是我的帮助者，也是我的拯救者；主啊，不要迟延！

诗篇第70篇

主啊，我仰望你，愿我永不蒙羞；求你凭你的公义拯救我、释放我，求你侧耳听我，救我。求祢作我的护卫神，作我的坚固保障，拯救我；因为祢是我的磐石，是我的避难所。我的神啊，求祢救我脱离罪人的手，脱离违背律法之人的手，脱离欺压我之人的手。因为祢是我的忍耐，耶和華啊，祢是我自幼以来的盼望。我自母腹中就倚靠祢；祢是我母亲腹中的护佑者；我不断向祢歌唱。我虽在众人眼中如同奇事，但祢是我坚强的帮助者；愿我的口满溢赞美，使我能终日歌颂祢的荣耀，颂扬祢的威严。在我年老的时候，求祢不要弃绝我；在我力衰的时候，求祢不要离弃我。因为我的仇敌对我说，那些埋伏要害我性命的人一同商议，说：“神已经离弃他了，你们去追赶他，捉拿他吧，因为没有拯救他的人。”我的神啊，求祢不要远离我；

《十二篇诗篇》

我的神啊，求祢转向我，帮助我！愿那些诽谤我灵魂的人蒙羞而消逝，愿那些图谋害我的人披上羞耻和耻辱。我却要永远仰望祢，并向祢献上加倍的赞美。我的口要传扬你的公义，终日传扬你的救恩；因为我不通书卷的学问。我要在耶和華的大能中进入圣所；耶和華啊，我要記念你——独一无二的——的公义。我的神啊，祢从我年少时就教导我，直到如今，我仍要传扬祢的奇事。神啊，直到我年老体衰，求祢不要离弃我，直到我向后世万代传扬祢的大能、祢的权能和祢的公义。神啊，在祢为我所行的伟大之事上——神啊——谁能与祢相比？祢曾让我经历多少苦难与灾祸，却又回转，使我复活，将我从地底的深渊中救出。祢使祢的威严加倍临到我身上，祢转而安慰我，又将我从地底的深渊中再次救出。主啊，我必在万民中用弦乐器赞美祢；神啊，我必用琴向祢——以色列的圣者——弹奏祢的真理。我向祢歌唱时，我的嘴唇必欢喜；祢所拯救的我的灵魂也必欢喜。而且，当那些图谋害我的人蒙羞受辱之时，我的舌头终日都要传扬祢的公义。

《诗篇》第76篇

我用声音向耶和華呼求，用声音向神呼求——祂便应允了我。在我遭难的日子，我寻求神；在夜间，我向祂举起双手——我没有被辜负。我的灵魂拒绝了安慰；我记起神——便欢喜起来。我默想，我的灵便怯懦。夜间的守望者在我眼前轮番值守；我心烦意乱，无法言语；我默想古时的日子，追忆永恒的岁月，并深思。夜间，我与心交谈，我的灵也受试炼：难道耶和華要永远弃绝我，不再施恩吗？难道祂要截断祂的慈爱，使祂的应许从一代到一代止息吗？难道神要忘记怜悯，或在祂的怒中收起祂的怜悯吗？于是我说：“如今我才明白：这转变源于至高者的右手。”我追想耶和華的作为；因为我要从起初就追想你的奇事，细察你的一切作为，默想你的作为。神啊，你的道路圣洁。有谁像我们的神那样伟大？你是行神迹的神，你在万民中显明了你的大能，用你的大能拯救了你的子民——雅各和约瑟的子孙。神啊，水看见了祢，水看见了祢便战栗；深渊翻腾

《十二篇诗篇》

· 水声喧嚣。云彩从远处发出声响，因为祢的箭飞驰而过。祢的雷声响彻穹苍，祢的闪电照亮了整个宇宙，大地战栗，惊惶不已。祢在海中开路，在汹涌的水流中行径，无人能辨识祢的足迹。祢借着摩西和亚伦的手，像牧羊人一样引领祢的子民。

随后：三圣颂。荣耀颂，及“如今”：至圣三一：主啊，求祢怜悯。**(3)** 荣耀颂，及“如今”：我们的天父：

赞词·第六调

我思念那可怕的日子，/ 并为我邪恶的行径哀恸。/ 我该如何向不朽的君王交代？/ 或者，我这 的迷途者，怎敢直视审判者？/ 仁慈的天父、独生子、/ 圣灵，求祢怜悯我！

颂词：在哀哭谷中，/ 在祢所指定的地方，/ 当祢——仁慈的主——坐下施行公义的审判时，/ 求祢不要揭露我的隐秘，/ 也不要 在天使面前使我蒙羞，/ 但求祢怜悯我，上帝，并恩待我。

如今：求祢为我们开启仁慈之门，/ 蒙福的圣母，/ 使我们仰望祢而不致蒙羞，/ 并藉祢的祈祷脱离患难，/ 因为祢是基督徒的救恩。

随后：主啊，求祢怜悯我们，**(30)**。来吧，让我们敬拜：**(3)**

第101篇诗篇

主啊，求祢垂听我的祷告，愿我向祢的呼求达到祢面前。在我忧伤的日子，求祢不要向我掩面；在我呼求祢的日子，求祢侧耳倾听，速速应允我。因为我的日子如烟消散，我的骨头如枯枝干枯。我像草一样被割倒，我的心干枯了，以致我忘了吃我的饭。因我哀叹的声音，我的骨头紧贴着我的肉体。我像旷野中的鹈鹕，像废墟上的猫头鹰。我无法入睡，像一只孤单地栖息在屋顶上的小鸟。我的仇敌终日辱骂我，那些曾称赞我的人也以我起誓。因为我吃灰如吃饼，我的饮品因你的忿怒和你的烈怒而化作眼泪，因为你曾将我高举，又将我摔下。我的日

《十二篇诗篇》

子如影消逝，我如草枯萎。但主啊，祢永远长存，对祢的纪念将世代延续。祢必兴起，怜悯锡安，因为是怜悯它的时辰，因为时候已到；因为祢的仆人喜爱它的石头，为它的尘土哀恸。万民必敬畏耶和華的名，地上的诸王都必敬畏祢的荣耀；因为耶和華必重建锡安，并在祢的荣耀中显现。祢垂听谦卑人的祷告，没有轻视他们的恳求。愿后世的人将此事记下，那将要建立的子民必赞美耶和華，因为祢从祢圣洁的高处俯身，耶和華从天上垂顾大地，要听受囚之人的哀叹，释放被杀之人的子孙，在锡安传扬耶和華的名，在耶路撒冷宣扬祢的荣耀；那时，万民将聚集，列王也必来侍奉耶和華。他在路上，在他强盛的日子里，向祢祈求：“求祢将我余下的日子指示我；不要在我半生之时将我夺去：祢的年岁存到万代。”耶和華啊，起初祢立定大地，祢手所造的便是诸天；它们都要消亡，惟有祢存到永远；万物都要像衣服一样朽坏，祢要像卷起外袍一样将它们卷起，它们便要改变。但祢是永恒不变的，祢的年岁永无止尽。祢仆人的子孙必得安居，他们的后裔必永远稳固。

犹大王玛拿西的祷告

全能的主，我们列祖——亚伯拉罕、以撒、雅各及其义后裔——的上帝：祢创造了天地及其一切荣美，以祢命令之言束缚了大海，封锁了深渊，并以祢那令人敬畏且荣耀的名将其封印；万物都敬畏祢，世人因祢大能的面容而战栗，因为无人能抵挡祢荣耀的威严，祢对罪人的烈怒更是令人难以承受！但祢应许的慈爱却是无量且不可测度的；因为祢是至高的主，是仁慈的、忍耐的、大有怜悯的，并且为人的恶行而怜惜。主啊，祢因祢丰盛的良善，应许了向祢犯罪之人的悔改与赦免；又因祢丰盛的怜悯，为罪人预定了悔改以得救赎。看哪，主——万军之神，祢没有将悔改赐给义人亚伯拉罕、以撒和雅各——他们并未得罪祢；却将悔改赐给我这罪人，因为我的罪过多如海沙。我的罪孽已成堆积，主啊，我的罪孽已成堆积；因我罪孽众多，我竟不配抬头仰望天上的高处。我被无数铁链捆绑，以致无法抬起头来，也得不到丝毫宽慰，因为我激起了你的愤怒，

《十二篇诗篇》

在你面前行了恶事：既未遵行你的旨意，也未遵守你的诫命。如今，我内心屈膝，渴求你的慈爱。主啊，我犯了罪，我犯了罪，我深知自己的罪孽；但我恳求祢：主啊，赦免我，赦免我，不要因我的罪孽而灭绝我，也不要永远发怒，记念我的恶行，更不要将我定罪，使我下到地底最深处。因为祢，上帝，是悔改之人的上帝，祢必向我显明祢一切的恩惠；因为祢必凭祢的大慈爱拯救我这不配的人，我必在我一生的每一天中不断赞美祢，因为天上万军都歌颂祢，祢的荣耀直到永永远远。阿们。

每日颂荣

在至高之处归荣耀于上帝，在地上平安，在人间蒙恩。我们赞美祢，颂福于祢，敬拜祢，荣耀祢，因祢的大荣耀而感谢祢。主啊，天上的君王，全能的天父上帝；主啊，独生子耶稣基督；圣灵！主上帝，上帝的羔羊，天父的儿子，除去世人罪孽的，求祢怜悯我们。除去世人罪孽的，求祢垂听我们的祷告；坐在父右边的，求祢怜悯我们。因为祢是独一的圣者，祢是独一的主——耶稣基督，为父神的荣耀。阿们。我日日要称颂祢，永远赞美祢的名，直到永永远远。主啊，祢是我们世代代的避难所。我说：主啊，怜悯我，医治我的灵魂，因为我在祢面前犯了罪。主啊，我投靠祢，求祢教导我遵行祢的旨意，因为祢是我的神。因为生命之源在祢那里，在祢的光中，我们必得见光明。求祢将祢的慈爱施予那些认识祢的人。主啊，求祢恩准我们在今日免于犯罪。主啊，我们列祖的上帝，祢是应当称颂的，祢的名在万世中当受赞美和荣耀。阿们。主啊，愿祢的慈爱临到我们，正如我们仰望祢一样。主啊，祢是应当称颂的，求祢教导我遵行祢的诫命。主啊，祢是应当称颂的，求祢用祢的诫命使我明白。圣者啊，祢是应当称颂的，求祢用祢的诫命启迪我。主啊，祢的慈爱永存，求祢不要轻视祢亲手所造的众生。赞美归于祢，颂歌归于祢，荣耀归于祢——圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世代代。阿们。

《十二篇诗篇》

圣尤斯特拉提乌斯的祷文

主啊，我尊崇祢、颂扬祢，因为祢垂顾了我的谦卑，没有将我交在仇敌手中，而是将我的灵魂从灾祸中拯救出来。如今，主啊，愿祢的手护佑我，愿祢的慈爱临到我，因为我的灵魂正处于混乱之中，在脱离这可悲又污秽的躯体之时正饱受煎熬，唯恐会遭遇仇敌的邪恶诡计，因我在今生中——无论是有意还是无意——所犯的罪过，而使我的灵魂坠入黑暗之中。主啊，求祢怜悯我，愿我的灵魂不必目睹邪恶恶魔那阴沉而幽暗的目光，而是由祢那光辉灿烂的天使们接纳它。愿祢圣名的荣耀得着彰显，并求祢以祢的大能将我提升至祢神圣的审判台前。当我受审判之时，愿这世上的掌权者之手不要掌控我，以免将我这罪人拖入地狱的深渊；求祢亲临我面前，作我的救主与护卫者。因为即便是这些肉体的苦难，对祢的仆人来说也是喜乐。主啊，求祢怜悯我这被世俗情欲玷污的灵魂，并接纳它——这灵魂已因悔改与忏悔而得以洁净，因为祢是世代代受称颂的。阿们。

随后：三圣颂。荣耀颂，及“如今”：至圣三一：主啊，求祢怜悯。**(3)** 荣耀颂，及“如今”：我们的天父：

颂歌，第八调

主啊，求祢以仁慈之眼，/垂顾我的谦卑：/因我的生命正一点一点地消逝，/我的行为无法使我得救。/因此我祈求：/“主啊，求祢以仁慈之眼，/垂顾我的谦卑，/并拯救我！”

颂荣：我的年岁将尽，/祢那可畏的宝座已备妥，/我的生命正在流逝，/审判正等待着我，威胁着我将遭受火刑的折磨/和永不熄灭的烈焰。/求祢赐我泪水如河，熄灭那烈焰的威力，/祢是渴望拯救全人类的主。

如今：为我们的缘故由童贞女所生，/并经历了受难，/以死亡击溃了死亡，/并作为上帝显明了复活，/仁慈的主，求祢不要轻视祢那由之手所造的受造物；/仁慈的主，求祢显明祢对人

《十二篇诗篇》

类的慈爱，/ 接纳为我们代求的、生下祢的圣母，/ 并拯救我们这些绝望的人，我们的救主。

随后：主啊，求祢怜悯（30）。并诵念遣散祷文。

[返回目录](#)。

关于受玷污的规条

若有人在梦中因魔鬼的蛊惑而受试探，他应从床上起身，行叩拜礼，并诵读：

“上帝啊，求祢怜悯我这罪人。”

随后按惯例开始。

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在我们自己的基督、君王和上帝面前。

《诗篇》第50篇

上帝啊，求祢按祢的大慈爱怜悯我，凭祢丰盛的恩典涂抹我的过犯；求祢彻底洗净我的过犯，洁净我的罪孽。因为我知道我的过犯，我的罪孽常在我面前。 我得罪了你——独一的上帝，在你面前行了恶；但愿你因你的话语被证明是公义的，若有人与你对质，你必得胜。因为看哪，我是在罪孽中受孕的，我母亲在罪中生了我。 看哪，你喜爱真理，将你智慧中隐藏的奥秘向我显明。你用牛膝草洒我，我就洁净；你洗涤我，我就比雪更白；你使我听见喜乐和欢欣，我这受压制的骨头就欢喜。求祢转脸不看我的罪孽，涂抹我一切的过犯。神啊，求祢为我造清洁的心，在我里面更新正直的灵。求祢不要将我从祢面前赶出去，也不要从我身上收回祢的圣灵。 求祢使我重享祢救恩的喜乐，并以祢大能的圣灵坚固我。我必将祢的道路教导悖逆的人，不义之徒必归向祢。神啊，我的救主，求祢救我脱离流血之罪，我的舌头必因祢的公义而欢欣。 主啊，祢必开启我的口，我的口便要传扬祢的赞美。因为倘若祢喜悦祭物，我必

免受玷污的规则

献上；但祢不喜悦燔祭。献给神的祭是痛悔的心；神必不轻看痛悔谦卑之人的心。主啊，求祢以祢的恩惠眷顾锡安，使耶路撒冷的城墙得以重建——那时，祢必悦纳公义的祭、献祭和燔祭；那时，人必将公牛犊献在祢的祭坛上。

以及圣咏·第七调

良善的牧者，为我们舍弃了祢的灵魂！/ 祢深知我内心的隐秘与所行之事：/ 独一的良善者，请引导我这迷失的灵，/ 并救我脱离狼的魔爪，神的羔羊，/ 求祢怜悯我。

被沮丧的沉睡所压垮，/ 我被罪恶的诱惑所蒙蔽：/ 但求赐我悔改的晨光，/ 基督上帝，求祢照亮我心灵之眼，/ 照亮我的灵魂，并拯救我。

罪恶的迷雾与世俗的享乐交织缠绕，/ 我这不幸之魂的思绪滋生出种种情欲，/ 却无法抵达痛悔的意念。/ 但求祢，救主，怜悯我的卑微，/ 赐我痛悔之心，/ 使我这蒙救赎之人，在终末之前向祢的仁慈呼求：/ “主啊，我的救主基督！/ 救救我这绝望且不配的人吧！”

如同被强盗捉住并受了伤，/ 我也陷入了许多罪孽，/ 我的灵魂深受创伤。/ 作为有罪之人，我该向谁求助？/ ——唯有向祢，仁慈的灵魂医治者：/ 上帝啊，求祢将祢的大慈大悲倾注于我。

颂词：我如同那浪子一般归来，啊，仁慈的主！/ 父啊，请接纳我这归来的罪人，/ 如同接纳祢的仆人一般，上帝啊，求祢怜悯我。

如今，圣母颂：圣母啊，求祢拯救我们，/ 使我们脱离捆绑我们的罪恶：/ 因为我们这些信徒，除了祢，/ 以及由祢所生的主之外，别无指望。

随后：主啊，怜悯我们（40）。

并行50次叩拜，同时祈祷：

上帝啊，求祢怜悯我，并因祢圣名之故，赦免我这迷途之人。

随后诵念圣大巴西尔的祷文

我这可怜人，又因心智和邪恶的习性而沦为罪恶的奴隶。黑暗之王——那情欲之乐的始作俑者——再次将我掳为俘虏，并像对待顺从的奴隶一样，强迫我服从他的意志和肉体的欲望。我的主、救赎主、庇护者啊，我该如何是好？若不再次归向祢，哀叹并为我所犯的罪求祢怜悯，我又当如何？但我既恐惧又战栗，唯恐自己虽时常忏悔，并誓言远离邪恶，却每时每刻仍在犯罪，未能履行对祢——我上帝——的誓言，以致祢的宽容终将化为愤怒。主啊，谁能承受祢的愤怒呢！但我深知祢的大慈大悲，以及祢对人类无尽的爱，我再次将自己托付于祢的仁慈，并向祢呼求：无论我犯了何种罪，求祢宽恕！怜悯我这堕落之人，向深陷享乐泥潭的我伸出援手。主啊，求祢不要让祢的受造物因我的不法和罪孽而败坏；但求祢以祢惯常的怜悯与良善，使我脱离肉体污秽与情欲的念头——这些念头始终玷污着我这不幸的灵魂。看哪，主啊，正如祢所见，她身上没有一处洁净，而是遍体皆疮，全身都覆盖着溃疡。因此，仁爱的主，灵魂与身体的医治者，仁慈的源泉，求祢用我眼中的泪水洗净她，让泪水从我眼中汨汨涌出；将祢的仁爱倾注于我，赐予我医治与洁净，治愈我的创伤，切莫将祢的面容从我这里转开，免得绝望之火如吞噬枯枝般将我吞噬。但正如祢——那信实不谎言的上帝——所言，天上因一个悔改的罪人而大有喜乐，求祢也这样待我这罪人，不要对我的悔改祷告关闭祢仁慈的耳朵，而是敞开它们，并像香烟一样将我的祷告呈献在祢面前。因为，作为造物主，祢深知本性的软弱、年少时易受诱惑，以及肉体的沉重；祢不看重罪过，却接纳那些真诚呼求祢的人的悔改。因为祢那受尊崇、受颂赞、至高无上的圣名——圣父、圣子、圣灵——是蒙福的，如今、直到永远，世世代代，阿们。

免受玷污的规则

第二篇祷文， 同样出自圣巴西尔

满有怜悯、永不朽坏、纯洁无瑕、无罪的主啊，求祢洁净我——祢这不配的仆人——使我脱离一切肉体与心灵的污秽，以及因我的疏忽与消沉而招致的污秽，连同我所有的其他罪孽，并使我远离一切污秽，主啊，求祢凭祢基督的仁慈，藉祢至圣圣灵的感动使我成圣；好叫我从魔鬼不洁的幻影与一切污秽的迷雾中醒来，得以凭着清白的良心，张开我污秽不洁的口，颂扬祢那至圣的名，圣父、圣子及圣灵，如今、永远，直到世代代。阿们。

第三篇祷文

主啊，我们的上帝，今日我无论在言语、行为或意念上所犯的一切罪过，求祢作为仁慈且爱人的上帝，赦免我。求祢赐予我安宁无忧的睡眠。求祢差遣祢的守护天使，保护我、保守我，使我免受一切邪恶的侵害。因为祢是我们灵魂与肉身的守护者，我们将荣耀归于祢——圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世代代。阿们。

第四篇祷文， 圣约翰·金口

1. 主啊，求祢不要剥夺我祢天上的恩典。
2. 主啊，求祢救我脱离永恒的痛苦。
3. 主啊，无论是心意、思想、言语还是行为，我若犯了罪——求祢宽恕我。
4. 主啊，求祢救我脱离一切无知、遗忘、轻率以及麻木不仁。
5. 主啊，求祢使我远离一切诱惑。
6. 主啊，请照亮我那被邪念蒙蔽的心。

免受玷污的规则

7. 主啊，我虽是犯了罪的人，但祢作为仁慈的上帝，求祢怜悯我，因祢看见我灵魂的软弱。

8. 主啊，求祢赐下恩典帮助我，使我能荣耀祢那圣洁的名。

9. 主耶稣基督啊，请将我——祢的仆人——记在生命册上，并赐我善终。

10. 主啊，我的上帝，虽然我在祢面前未曾行过任何善事，但求祢凭祢的恩典，使我有有一个美好的开端。

11. 主啊，求祢将祢恩典的甘露洒在我心中。

12. 天地的主啊，求祢在祢的国度里纪念我——祢这罪孽深重、污秽不洁的仆人。阿们。

1. 主啊，求祢在悔改中接纳我，不要离弃我。

2. 主啊，求祢不要让我陷入试探。

3. 主啊，求祢赐我良善的意念。

4. 主啊，赐我眼泪、对死亡的警醒，以及痛悔之心。

5. 主啊，求祢赐我思想，使我能够坦诚地向祢倾诉我的心意。

6. 主啊，求祢赐我谦卑、克制己意和顺服。

7. 主啊，求祢赐我坚忍、恒久忍耐和温柔。

8. 主啊，求祢在我心中栽种美善之根——就是对祢的敬畏。

9. 主啊，求祢使我全心、全意、全人地爱祢，并在一切事上遵行祢的旨意。

10. 主啊，求祢保护我，使我免受恶人、魔鬼、情欲以及一切不端行为的侵害。

11. 主啊，照祢的吩咐，主啊，照祢所知，主啊，照祢所愿——愿祢的旨意在我身上成就。

免受玷污的规则

12. 主啊，愿祢的旨意成就，而非我的旨意，藉着至圣童贞圣母及祢所有圣徒的代祷与恳求，因为祢是永受赞美的。阿们。

第五篇祷文， 致至圣圣母

我至圣的主母，圣母玛利亚，求祢藉祢圣徒们全能的祈求，将沮丧、遗忘、愚昧、懈怠，以及我这贫乏的心灵与蒙蔽的思绪中一切污秽、诡诈和褻渎的念头，并熄灭我情欲的烈火，因我贫穷且不幸。求祢救我脱离众多有害的回忆与意图，并使我脱离一切恶行，因为万族都称颂祢，祢那备受尊崇的名必被尊崇直到永永远远。阿们。

随后：我们赞美祢——那比智天使更尊贵、比火天使更荣耀、以童贞之身诞下圣言、真正的圣母。

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世世代代。阿们。

主啊，求祢怜悯。 (3)

主啊，求祢赐福。

及结束祷文

主耶稣基督，神的圣子，求祢藉着祢至圣母亲及众圣徒的代祷，拯救我这罪人。

免于玷污的祷文

我们的主上帝，独一的仁慈且爱人的上帝，独一的圣者，安息于诸圣之中！祢曾藉异象向祢至高的使徒彼得显明：祢所创造的一切，凡供人饮食享用的，都不应视为污秽或不洁；又藉祢所拣选的器皿——使徒保罗——颁布诫命，宣告对洁净的人而言，万物皆洁净：至圣的主啊，求祢藉着祢那威严而至洁之名的呼求，以及圣而赐生命之十字架的圣迹，赐福并洁净祢的仆人 (姓名)，我因受各样邪灵玷污，从一切毒害的幻象与占卜

免受玷污的规则

· 从一切不法之事与欺骗，从一切巫术与虚妄，从一切病痛与疾病，以及从魔鬼一切敌对的恶行中。 如今，求祢凭祢的怜悯，使我这不配的仆人 **(姓名)** 有资格侍奉祢至圣的圣礼。 在此之前，求祢先洁净我的灵魂与身体，除去一切污秽，赦免我一生中——无论是日间还是夜间，以行为、言语或意念所犯的一切有意或无意的过犯，直至今刻为止。 主啊，求祢让我能在天军面前履行这庄严的侍奉，并领受祢至圣的圣礼——不是为了受审判，也不是为了受定罪，而是为了得罪赦免，为了圣灵的降临，以及为了那祢为祢真正的仆人所预备的、在永恒喜乐中的生命。 全能的主啊，求祢保守我远离一切罪恶与恶意，使我免受敌对魔鬼所施加的各种瘟疫的玷污与邪恶；主啊，求祢赐我能在圣洁与公义中侍奉祢，直到我生命的最后一天、最后一刻，直至我离世之时。

因为祢赐福并圣化万物，我们的基督、我们的神，我们与祢无始的父，以及祢至圣、至善、赐生命的圣灵一同将荣耀归于祢，如今、直到永远、世世代代。阿们。

[返回目录。](#)