

寢前祈禱

因父及子及聖靈之名。阿們。

主耶穌基督，上帝之子，藉著祢至潔之母和諸聖的祈禱，求祢憐憫我們。阿們。

榮耀歸於祢，我們的上帝，榮耀歸於祢。

天上的君王，護慰者，真理之靈，無所不在，充盈萬有者，聖善的寶藏，賦予生命者：求祢降臨並居住在我們內，洗淨我們的一切污穢，聖善者啊，拯救我們的靈魂！

聖哉上帝，聖哉大能者，聖哉永生者，憐憫我們。（三遍）

榮耀歸於父、及子、及聖靈，自今至永遠，及於萬世。阿們。

至聖聖三，憐憫我們；主，清除我們的罪惡；
君宰，赦免我們的過犯；聖者，因祢的名垂顧並
醫治我們的病弱。

求主憐憫。（三遍）

榮耀歸於父、及子、及聖靈，自今至永遠，
及於萬世。阿們。

我們在天上的父，願祢的名被尊為聖，願祢的
國來臨，願祢的旨意承行於地，如於天。我們的
日用糧，求祢今天賜給我們；寬免我們的罪債，
猶如我們寬免虧負我們的人；不要讓我們陷入誘惑，
但救我們脫離那邪惡者。

若有司祭在場，則加上慣常的結語：

因為國度、權柄、榮耀都歸於祢，父、子及聖
靈，自今至永遠，及於萬世。阿們。

當沒有司祭在場時則念：

因我們諸聖教父的代禱，主耶穌基督我們的上帝，
求祢憐憫並拯救我們。阿們。

前來，讓我們敬拜俯伏於上帝，我們的君王。
（叩拜或躬拜）

前來，讓我們敬拜俯伏於上帝基督，我們的君
王。（叩拜或躬拜）

前來，讓我們敬拜俯伏於上帝基督，我們的君
王面前。（叩拜或躬拜）

悔罪聖頌

憐憫我們，主啊，憐憫我們。因為我們這些無
依無靠的罪人只能向祢，我們的君宰獻上如此的
哀求：憐憫我們！

榮耀歸於父及子及聖靈，

主啊，憐憫我們，因為我們信靠祢。請勿向我們大發震怒，也不要追憶我們的過犯，但求祢現在垂顧我們，因祢富於慈憫，從我眾仇敵手中解救我們。因為祢是我們的上帝，我們是祢的子民，我們是祢手的化工，我們呼求祢的名。

自今至永遠，及於萬世。阿們。

榮福上帝之母，請向我們敞開仁慈之門；寄望於妳，我們便不會喪亡。憑藉妳，我們從苦難中獲得解脫，因為妳是我眾基督徒的救援。

或者誦念以下的感恩聖頌：

感恩聖頌

此日將盡，我感謝祢，上主，並懇求今晚今夜得以無罪，救主啊，求賜此恩，並拯救我。

榮耀歸於父及子及聖靈，

此日已盡，我頌揚祢，君宰，並懇求今晚今夜
得以無愆，救主啊，求賜此恩，並拯救我。

自今至永遠，及於萬世。阿們。

此日已過，我讚美祢，聖者，並懇求今晚今夜
得以無擾，救主啊，求賜此恩，並拯救我。

聖頌誦畢，收攝心神，連誦「求主憐憫」十二遍：

求主憐憫。（十二遍）

隨後懷著痛悔之情，專心一意，次第誦念以下祝文：

祝文一，向上帝聖父誦。大聖瑪加里所作

永恆的上帝，所有受造物的君王，祢既恩賜我
達至這個時刻，求祢赦免我今日因思、言、行為
所犯的種種罪惡。主啊，也求祢由肉身和精神的

一切污穢中潔淨我卑微的靈魂。主啊，並求賜我能在平安中善度此夜。當我由床榻上復起時，使我能在此生的每一天求告祢的至聖之名，並克勝所有同我們爭戰的有形無形諸仇敵，將它們踏於足下。主啊，求祢解救我脫離無益的妄想，以及污穢的邪念。因為國度、權柄、榮耀都歸於祢，父、子及聖靈，自今至永遠，及於萬世。阿們。

祝文二，向我主耶穌基督誦。聖安提阿所作

聖父的全能之言，至善至美的耶穌基督：請勿離棄祢的僕役，因祢豐厚的慈愛，求祢永遠對我寬仁為懷。耶穌，群羊的善牧，求祢不要將我交付於那毒蛇的叛逆，不要將我棄之於撒旦的陰謀，因為在我內蘊藏著腐朽的苗芽。主，應受敬拜的上帝，神聖的君王耶穌基督，求祢護佑我安眠於不動之光，祢的聖靈內，祢曾藉著祂聖化了祢的眾門徒。主，當祢不配的僕役躺臥於床榻時，懇求祢施以救援。請以祢聖福音的悟性之光照耀

我的神智，請以祢十字架的聖愛照耀我的靈魂，請以祢聖言的純潔照耀我的內心，並以祢超絕的苦難光照我的肉軀。請護守我的思想，使之相似於祢的謙卑。請在相稱的時刻將我喚起，好能讚頌祢。因為無上的榮耀歸於祢，及祢的無始之父，偕同祢的至聖之靈，直到永遠。阿們。

祝文三，向至聖聖靈誦。

敘利亞的聖以法蓮所作

主，天上的君王，護慰者，真理之靈，求祢同情並憐憫祢有罪的僕役，原諒我的不配，並寬恕我今天所犯的一切人性的過犯，甚至不止出於人性的惡習，而是比禽獸更卑劣的罪孽，或有意或無意，自知或不自知，出於我的幼稚或來自魔鬼的教唆，出自鹵莽及出自懈惰。如若我曾以祢的聖名妄誓，或在思想念慮中污辱了祢的名；如若我咒罵或呵斥了任何人；如若我曾為了任何原由而發怒，或者在我的怒氣中貶抑、毀謗或傷害了

任何人；如若我曾撒謊；如若我曾貪圖不必要的睡眠；如若曾有窮人向我乞求施捨，而我卻報之以蔑視或怠慢；如若我曾煩擾我的弟兄或與之爭吵；如若我妄斷了任何人，或曾向任何人自誇，自傲，或對任何人暴躁無禮；如若我在肅立祈禱時，心靈曾被世俗的誘惑所擾亂；如若我曾容納了墮落的思慮，或者饕餮暴食，或者貪杯醉飲，或者輕浮地大笑，或者思及惡念，或者因為目睹某人的美貌而使我的心靈受戕害，或者言及非禮之事，或者取笑我弟兄的過犯，卻無視我自身擢髮難數的罪孽，或者忽略祈禱，或者任何其他我所遺忘的罪惡，我實在犯有這一切過錯，甚至更多，君宰，我的創造者，求祢憐憫我——祢卑微不配的僕役，因著祢的聖善和對世人的愛，求祢赦免，饒恕並解救我這放浪有罪和不幸的人，使我得以在平安中睡眠休息，我將敬拜，頌揚並讚美祢可敬的聖名，偕同父及祂的獨生子，自今至永遠，及於萬世。阿們。

祝文四，大聖瑪加里所作

永生的君王，偉大恩賜的賦予者，對於祢，我將何以為獻？寬宏的主，熱愛世人者，對於祢，我將何以為報？雖然我懈怠於悅主的事工，也未嘗行於聖善，祢仍為了我靈魂的悔改和救恩引領我達致這日暮時分。求祢憐憫我這乏善可陳的罪人。請扶助我那被無數罪孽所染污的墮落靈魂，祛除我一切世俗的邪念。惟一無罪者，求祢赦免我今日所犯的所有悖逆祢的罪惡，無論是出於明悟或出於昏愚，來自思言行為或我的任何感官。請祢親自庇蔭我，以祢的神聖權柄，大能和對世人無可言喻的愛護佑我免遭一切仇敵的攻擊。上帝，請潔淨我，滌除我眾多的罪孽。主，求祢欣然解救我脫離那惡者所設的陷阱，並拯救我為欲望所折磨的靈魂。當祢在榮耀中降臨時，請以祢聖容之光照耀我。願我得以不受責罰地躺臥安眠，並遠離鬼魅和幻夢。求祢保全祢僕役的思想念慮不受侵擾，並使一切撒旦的營謀遠離我。

請光照我心靈的慧目，使我免陷於死亡的昏睡。求祢差遣平安的天使，我靈魂和肉身的護衛及引導者，願他解救我脫離我的眾仇敵。如此，當我由床榻上復起時，將能向祢奉獻感恩的祈禱。誠然，主啊，求祢俯聽我，祢有罪的僕役，乏於良知和善願之人。求賜我醒來後得以學習祢的聖言。請讓祢的天使祛除來自惡魔的絕望，使之遠離我。我要讚頌祢的聖名，並讚美頌揚至潔誕神女瑪利亞，祢將她賜予我們罪人，作我們的代禱者。請收納她為我們所呈獻的祈禱。我們確知她則效祢對世人的愛，並永不止息地為我們轉求。藉著她的代禱，並藉著十字聖架的印記，也憑藉祢的諸聖，耶穌基督我們的上帝，求祢憐憫我不幸的靈魂，因祢是至聖至榮者，及於萬世。阿們。

祝文五

主我們的上帝，因著祢的聖善和對世人的愛，求祢赦免我今日由思，言，行為所犯的所有罪

過。恩賜我平安而不受侵擾的睡眠。差遣祢的護守天使，守衛護佑我免於一切兇惡。因祢是我們靈魂和肉身的保護者，我們將榮耀歸於祢——父及子及聖靈，自今至永遠，及於萬世。阿們。

祝文六

主我們的上帝，我們信賴祢，並呼求祢超越一切名號的聖名，當我們預備安眠時，求賜我們靈魂和肉身的休息，保全我們遠離一切幻夢和黑暗的意欲。求祢阻絕我偏情的激流，平熄肉欲的燃燒。求賜我們謹言慎行，善度貞潔的生活，如此，生活於德行之中，我們將不會背離祢所預許的福澤。因讚頌永歸於祢。阿們。

祝文七，聖金口約翰所作
（相應於晝夜二十四小時的祈求祝文）
為白晝：

主，請勿將我擯棄於祢的屬天福澤之外。

主，拯救我免於永刑。

主，若我由思想意念，言語行為而獲罪，求祢寬恕。

主，使我脫離所有的無知、疏忽、怯懦和鐵石般的冷漠。

主，求使我免陷於各樣的誘惑。

主，求祢光照我被邪惡的意欲所蒙蔽的心靈。

主，身為凡人，我獲罪於天，然而祢是寬宏的上帝，明察我靈魂的軟弱，求祢憐憫我。

主，請沛降祢的恩寵以扶助我，使我得以讚頌榮耀祢的聖名。

主，耶穌基督，請將我——祢的僕役銘記於生命冊中，並恩賜我以善終。

主，我的上帝，儘管我在祢眼前未嘗行善，仍求祢賜我恩寵，使我能有一個聖善的開端。

主，請以祢的聖寵潤澤我的心田。

主，天地的君宰，求祢在祢的國度中記念我——祢有罪、蒙羞和不潔的僕役。阿們。

為夜晚：

主，收納我於懺悔之中。

主，請勿離棄我。

主，不要讓我們陷入誘惑。

主，求賜我善思。

主，求賜我淚水及對死亡和痛悔的憶念。

主，求賜我懺悔己罪的意向。

主，求賜我謙遜，貞潔和順服。

主，求賜我忍耐，勇氣和柔順。

主，請在我的心中培植萬善的根苗，也就是對祢的敬畏。

主，求賜我全心全靈地愛慕祢，並恆常遵行祢的聖意。

主，請護佑我於惡人，魔鬼，偏情和其他一切有害的事物。

主，我確知祢是命出必行者，願祢的旨意在我這罪人身上承行，因讚頌歸於祢，直至永遠。阿們。

祝文八，向吾主耶穌基督誦

主耶穌基督，上帝之子，因著祢至尊的聖母；祢的無形眾天使；祢的先知，前驅，施洗者；受天啟者諸聖使徒，光輝凱旋的眾殉道者；可敬而心懷上帝的諸聖教父；以及所有聖者的祈禱，求祢解救我脫離魔鬼頻繁的攻擊。誠然，主，我的創造者，祢不願意罪人滅亡，卻希望他悔改而得以生存，求賜我卑微不堪之人得以懺悔改過。求祢從致命毒蛇的口中搶救我，因牠時刻試圖吞噬我，並拉我墮入永燃的地獄。誠然，我主，我的慰藉，祢曾為了我的卑微而披戴凡軀；而今求祢救我脫離苦惱，並賜安慰於我可憐的靈魂。請善導我的心靈，使我能滿全祢的誡命，離棄我的惡行並領受祢的福澤。主啊，求祢拯救我，因我寄望於祢。阿們。

祝文九，向至聖誕神女誦，斯督狄修道院的彼得
修士所作

至潔上帝之母，我這卑微可憐之人俯伏於妳面前，並向妳祈禱：母后，妳知道我常常犯

罪，並觸怒妳的聖子——我的上帝。無論怎樣頻繁地懺悔，如何顫栗惶恐地自訟自承，我在上帝面前終究顯出虛偽不實。即使上帝震撼了我，又豈知在一個時辰之後我不會重蹈覆轍？我的主母，妳鑒察這一切，聖母誕神女啊，我因此向妳祈禱：求妳憐憫我，堅固我，恩賜我能行於聖善。我的聖母，誕神女，妳知道我痛恨我的惡行，並全心愛慕我上帝的律令。但是，至潔的聖母，我不知何故竟貪戀那為我所痛恨的罪惡，而背棄了善行。至潔者啊，請勿許我隨從自己的私意，因其實非所宜，唯願妳的聖子我的上帝的旨意得以承行。但願祂拯救我，光照我，將祂聖靈的恩寵賜予我，為使我能從此刻起停止犯罪，並在對妳聖子的順服下善度餘生，一切榮耀，崇敬和尊威都歸於祂和祂的無始之父，及祂至聖至善，賜予生命的靈，自今至永遠，及於萬世。阿們。

祝文十，向至聖誕神女求恩誦

仁善君王的慈愛母親，至潔誕神女，榮福瑪利亞：請將妳的聖子，我眾之上帝的憐憫傾注於我充滿私欲偏情的靈魂。憑藉妳的祈禱，引導我趨於善行，使我能夠無玷無垢地善度餘生，至潔至福童貞誕神女啊，並使我得以藉著妳而尋獲樂園。

祝文十一，向聖護守天使誦

基督所遣之天使，我神聖的護守者，我靈魂和肉身的保障，求你寬恕我今日所犯的所有罪孽。解救我脫離諸仇敵的惡謀，勿使我以罪惡干犯上帝義怒。請為我這有罪而不配的僕役祈禱，好使我堪當蒙受至聖聖三，我主耶穌基督之母及諸聖的恩慈和憐憫。阿們。

祝文十二，向本名主保聖者誦

上帝所喜悅的聖者（某名），請為我祈禱，我滿懷熱忱向你奔赴，並將自己欣然托付於你，

因你是我靈魂迅疾的援助者和代禱者。
阿們。

聖母讚詞

榮勝的統帥，誕神女，我們，妳的僕役，由苦難中獲救者，向妳獻上凱旋和感謝的頌歌；擁有無敵之權能者，請解救我們脫離一切危厄，俾能向妳歡呼：慶哉，永貞之淨配。

最榮耀的永貞童女，基督我等上帝之母，請將我們的祈禱呈奉於妳的聖子——我們的上帝，藉著妳的轉求，願祂拯救我們的靈魂。

我將一切的希望都寄托於妳，上帝之母啊，請庇佑我於妳的幃幃之下。

童貞誕神女，請勿輕視我這急需妳援助和護佑的罪人。我的靈魂寄望於妳，求妳垂憐。

聖約阿尼基的聖三祝文

聖父——我的希望，聖子——我的保障，
聖靈——我的幃幙：至聖聖三，榮耀歸於祢。

聖母讚詞

稱妳為有福，確實是理所當然的，永遠蒙福，
至潔無玷的誕神女，我眾上帝之母。妳的尊榮超越
了革魯賓，妳的榮耀遠逾於塞拉芬，妳無瑕地誕生了
上帝聖言，真正的誕神女啊！我們頌揚妳。

榮耀歸於父及子及聖靈，自今至永遠，及於萬世。
阿們。

求主憐憫。（三遍）

主耶穌基督，上帝之子，藉著祢至潔之母，
我們可敬而心懷上帝的眾教父及諸聖的祈禱，
求祢憐憫並拯救我們眾罪人。阿們。

大馬士革的聖約翰所作之祝文
(在睡榻前誦)

君宰，熱愛世人者，豈知此榻將為我柩，抑或祢將以翌日之光照臨我鄙陋堪憐的靈魂？看那，如今棺柩置於我前，死亡臨於我面。主啊，我畏懼祢的審判和永刑，但卻仍不停止作惡。我主上帝，我頻頻觸動祢的義怒，也獲罪於祢的無玷之母，眾威能天軍和我的神聖護守天使。主啊，我自知不堪於祢的大愛，卻當受一切責罰和厲刑。然而，主啊，求祢拯救我，不論我願意與否！若祢拯救義人，非為偉蹟，垂憐廉士，亦何見奇，因彼等堪當受享祢的仁愛，惟求祢向我罪人顯示祢慈憫的奇妙，以此彰顯祢對世人的大愛，勿使我的違理無道勝過祢無可言喻的聖善和仁慈，並請依照祢的聖意，措置我的生命。

上帝基督，求祢光照我的眼目，勿令我沉淪於死亡的昏睡，勿使我的仇敵誇耀說：「我已征服了他。」

榮耀歸於父及子及聖靈，

上帝啊，求祢作我靈魂的助佑者，因我行走於眾多陷阱之間；聖善者啊，請解脫我於諸羅網，並拯救我，因祢深愛世人。

自今至永遠，及於萬世。阿們。

讓我們永遠高歌頌揚最榮耀的上帝之母，比聖天使更聖潔者，讓我們以心以口宣認她是誕神女，因她確為我們孕育了道成肉身的上帝，並無止息地為我們的靈魂而祈禱。

親吻你所佩帶的十字聖架，以之從床頭到床尾以及床的每一側劃十字聖號，並誦以下祝文：

敬禮十字聖架祝文

願上帝興起，願祂的仇敵四散分離，願凡恨祂的，由祂面前潰敗逃避。願他們如煙飄散，如火中之蠟銷解，如此，群魔也必敗亡於愛慕上帝而請十字聖號者，因他們歡欣踴躍地說：慶哉！

至尊施生命上主之十字架，藉著我主耶穌基督的大能，你驅散了諸魔；祂曾被釘於爾上，又下降陰府，踐滅了魔鬼的權柄，並將你，祂可敬的十字聖架授予我們，為擊潰一切的仇敵。至尊施生命上主之十字架，偕同我們的聖母童貞誕神女，以及諸聖，請援助我直到永遠。阿們。

若非單獨祈禱，此時同禱諸人彼此請求寬恕。

求赦祝文

上帝啊，求祢寬恕，赦免，原諒我們有意或無意，於言於行，自知或不自知，於晝於夜，心靈或思想中所犯的一切罪過。因著祢的聖善和對世人的愛而在一切事上饒恕我們。

代禱祝文

主，熱愛世人者，求祢寬恕那些仇恨和侵害我們的人，施恩於那些恩待我們的人，滿全我們

眾弟兄親屬對救恩的期求，並賞賜他們永恆的生命，求祢眷顧病患，恩賜他們痊癒，求祢引導航海和航天者，與行旅者同行，偕同所有奮戰於此世的正教信徒，赦免我們眾親友恩人的罪過，以祢豐厚的仁慈憐憫那些善待我們和為我眾不堪者轉求代禱的人們。

主，求祢紀念我們已故的父祖昆仲，使他們安息於祢慈顏光照之處。

主，求祢紀念我們被囚擄的眾弟兄，解救他們脫離一切的桎梏囹圄。

主，求祢紀念奉獻供物並勞作於祢眾聖教會的人們，滿全他們對救恩的期求，並賞賜他們永恆的生命。

主，也求祢紀念我們——祢卑微有罪和不配的僕役，以祢真知的光明照耀我們的心靈，引導我們行走於祢誠命的坦途。

主，願這一切所求藉著我們的至潔聖母誕神女，永貞瑪利亞以及所有聖者的祈禱而成就，因祢當受讚頌，及於萬世。阿們。

孩童祝文

主耶穌基督，祢曾欣然接納奔赴於祢的孩童，而今也求祢收納發自我，祢的孩子之口的晚禱。求祢庇佑我於祢的翼蔭之下，使我能在平安中躺臥安眠，並在合宜的時刻將我喚醒，為能歸榮耀於祢。因惟有祢是公義而仁慈者。阿們。

為亡者祈禱文

基督啊，偕同諸聖，求賜祢僕役的靈魂安息於無痛苦，無憂傷，無哀嘆的永生之所。

每日悔罪祝文

我向祢，我主上帝，我的創造者懺悔；向祢父子聖靈，於三位中受榮耀敬拜者坦承我一切的罪孽：也就是在我此生的所有歲月中，在當前和過去的每時每刻，在白晝和黑夜，以思，言，

行為所犯的種種罪惡，諸如：暴食，醉飲，饕餮，空談，失望，懶惰，違理，疏忽，凌藉，自私，慳吝，偷盜，撒謊，欺詐，窺探，忌妒，嫉羨，憤怒，怨毒，記仇，憎恨，貪財，以及我三司五官：視、聽、嗅、嘗、觸所犯諸罪，並其餘精神肉軀的諸般罪過。在這一切的過犯中，我獲罪於祢——我的上帝和造主，並開罪於我的鄰舍近人。我為我的罪孽傷心痛悔，並定志改過，我滿懷愧疚地侍立於祢檯前，我主上帝，惟求祢施以救援，伴著淚水，我向祢奉獻卑微不堪的祈禱。請以祢的仁慈赦免我以往的過犯，並寬宥我在祢尊前所自訟自承的罪孽，因祢是聖善並熱愛世人的上帝。阿們。

躺臥於床榻時誦：

主，請以祢施生命十字聖架的能力護衛我，由一切的邪惡中保全我。

合眼時誦：

主耶穌基督我的上帝，我將我的靈魂肉軀都交付在祢手中；求祢祝福我，拯救我，賞賜我永恆的生命。阿們。