

РАНКОВІ ТА ВЕЧІРНІ МОЛИТВИ: ПОВНЕ КАНОНІЧНЕ ПРАВИЛО

Ранкові та вечірні молитви (молитовне правило) — це обов'язковий щоденний духовний обов'язок кожного православного християнина. Молитва зранку налаштовує душу на мирний день, а молитва ввечері приносить покаєння та тихий спокій перед сном.

1. Ранкові молитви (Початкове правило та Молитва Оптинських старців)

Перед початком молитви постій трохи мовчки, поки всі почуття твої не втихомиряться і думки твої не залишать усе земне. Тоді промовляй повільно і з увагою серця:

«Боже, милостивий будь мені, грішному (грішній).» (Уклін)

«Царю Небесний, Утішителю, Душе істини, що всюди єси і все наповняєш, Скарбе добра і життя Подателю, прийди і вселися в нас, і очисти нас від усякої скверни, і спаси, Благий, душі наші.»

«Святий Боже, Святий Кріпкий, Святий Безсмертний, помилуй нас.» (Тричі з хресним знаменням та поясним поклоном)

«Отче наш, що єси на небесах...»

Молитва Оптинських старців на початок дня:

«Господи, дай мені з душевним спокоєм зустріти все, що принесе мені прийдешній день. Дай мені цілком віддатися волі Твоїй святій. На всяку хвилину цього дня в усьому наставляй і підтримуй мене. Які б звістки я не отримав протягом дня, навчи мене прийняти їх із спокійною душею і твердим переконанням, що на все Твоя свята воля. У всіх словах і ділах моїх керуй моїми думками та почуттями. У всіх непередбачених випадках не дай мені забути, що все послано Тобою. Навчи мене щиро й розумно обходитися з кожною людиною, нікого не соромлячи й не засмучуючи. Господи, дай мені сили знести втому прийдешнього дня та всі події сьогодення. Керуй моєю волею і навчи мене молитися, вірити, сподіватися, терпіти, прощати й любити. Амінь.»

2. Скорочене Серафимівське правило (для особливих обставин)

Преподобний Серафим Саровський благословляв мирян у хвилини втоми, поспіху або хвороби молитися коротким правилом:

- Молитва Господня «Отче Наш» — тричі.
- Пісня Пресвятій Богородиці «Богородице Діво, радуйся» — тричі.
- Символ Віри «Вірую в Єдиного Бога...» — один раз.

3. Вечірні молитви перед сном (Подяка та Покаяння)

«Владико Людинолюбче, чи не ця постіль буде мені труною, чи ще нещасну мою душу освілиш днем? Перед Тобою стою, Господи, і сповідаю всі гріхи мої, що вчинив я вдень словом, ділом чи думкою. Прости мені, Милосердний, усі провини мої вільні й невольні, і даруй мені мирний і спокійний сон. Пошли мені Ангела-охоронця Свого, щоб беріг мене на моїй постелі від усякого зла. В руки Твої, Господи, віддаю душу й тіло моє: Ти мене благослови, Ти мене помилуй і життя вічне даруй мені. Амінь.»