

Modlitby chystajúcich sa k spánku

*Modlitbami našich svätých otcov, Pane, Isuse Christe, Bože náš, zmiluj sa nad nami.
Amen.*

Počiatok obvyklý:

Sláva Tebe, Bože náš, Sláva Tebe. Nebeský kráľ, Utešiteľ, Duch pravdy, ktorý Si všade a všetko napĺňaš, Poklad dobra a Darca života, príď, prebývaj v nás, očisť nás od každej poškvrniny a spas, Dobrotivý, naše duše.

Svätý Bože, Svätý Mocný, Svätý Nesmrteľný,
zmiluj sa nad nami (3x).

Sláva Otcu, i Synu i Svätému Duchu,
teraz i vždy, až na večné veky. Amen.

Najsvätejšia Trojica zmiluj sa nad nami. Pane
očisť naše hriechy. Vládca odpusť naše nepravosti.
Svätý navštív a vylieč naše nemoci pre meno
Tvoje.

Pane, zmiluj sa (3x).

Sláva Otcu, i Synu i Svätému Duchu,
teraz i vždy, až na večné veky. Amen.

Otče náš, ktorý si v nebesiach, posväť sa Tvoje
meno, príď Tvoje kráľovstvo, buď Tvoja vôľa ako
v nebi, tak i na zemi. Náš každodenný chlieb daj
nám dnes a odpusť nám naše dlhy, ako aj my
odpúšťame našim dlžníkom, a nedopusť na nás
pokušenie, ale zbav nás zlého.

Tropáre kajúcne, ctihodného Jána Damaskina:

Zmiluj sa nad nami, Pane, zmiluj sa, lebo si nevedomujeme svoje priestupky. Túto modlitbu Ti, hriešni, prinášame ako Vládcovi, zmiluj sa nad nami.

Sláva: Pane zmiluj sa, lebo v Teba dúfame. Priveľmi sa na nás nehnevaj, ani naše nepravosti nespomínaj, ale hľad' na nás i teraz ako Milosrdný a oslobod' nás od nepriateľov, veď Ty si náš Boh a my sme Tvoji ľudia, všetci sme diela Tvojich rúk a Tvoje meno vzývame.

Teraz: Dvere milosrdenstva otvor nám, Požehnaná Bohorodička, aby sme dúfajúc v teba nezahynuli, ale zbavili sa skrze teba bied, lebo ty si spása pokolenia kresťanov.

Pane, zmiluj sa (12 x).

Modlitba 1., svätého Makária Veľkého, k Bohu Otcovi:

Bože večný, Kráľu celého stvorenia, ktorý si ma uznal za hodného dožiť sa tejto hodiny, odpusť mi hriechy, ktoré som dnes učinil skutkom, slovom i myšlienkou a očisť, Pane, moju poníženú dušu od všetkej telesnej i duchovnej nečistoty. Daj mi, Pane, v túto noc pokojný spánok, aby som - až vstanem z ponížujúceho lôžka - robil to, čo sa páči Tebe, po všetky dni môjho života. Daj nech rozdupem nepriateľov, ktorí broja proti mne, telesných i beztelesných. Zbav ma, Pane, daromných myšlienok, ktoré ma poškvŕňujú, aj zlých žiadostí. Lebo Tvoje je Kráľovstvo, moc i sláva, Otca i Syna i Svätého Ducha, teraz i navždy i na veky vekov. Amen.

Modlitba 2., svätého Antiocha, k Pánovi nášmu, Isusovi Christovi:

Vševládca, Slovo Otcovo, Sám dokonalý, Isuse Christe, pre Svoje veľké milosrdenstvo od Svojho služobníka nikdy neodstúp, ale stále vo mne spočívaj. Isuse, Dobrý Pastier Svojich oviec, nevydaj ma vzbure hadovej, ani prianiu satanovmu ma nenechaj, veď hľa, semeno rozkladu je vo mne. No ty, Pane, Bože, ktorému patrí poklona, Svätý Kráľu, Isuse Christe, v spánku ma ochráň neprestajne svietiacim svetlom, Duchom Tvojim Svätým, ktorým si posvätil aj Svojich učeníkov. Daj, Pane, aj mne, Svojmu nehodnému služobníkovi, Tvoju spásu na mojom lôžku. Osvieť môj rozum svetlom poznania Tvojho Evanjelia, dušu láskou Tvojho kríža, srdce čistotou Tvojho slova, moje telo Tvojim bezstrastným utrpením, moju myseľ ochráň Tvojou pokorou a v pravý čas ma pozdvihni, aby som Ťa oslavoval. Lebo si preslávnym, s bezpočiatočným Tvojim Otcom a s presvätým Duchom, na veky. Amen.

Modlitba 3., k Najsvätejšiemu Duchu:

Pane a Kráľu nebeský, Utešiteľ a Duch Pravdy, buď milosrdný a zmiluj sa nado mnou, Svojim hriešnym služobníkom. Odpusť mi nehodnému a prepáč mi všetky moje úmyselné i neúmyselné hriechy, vedomé i nevedomé, ktorými som proti Tebe dnes hrešil ako človek, no nielen ako človek, ale horšie ako dobytok, pre svoju nedospelosť a pre zlé naučenie som ich vykonal. Pochádzajú z rozhorčenia, aj zo skleslosti. Či už som sa Tvojim menom zaprisahával, alebo som ho potupil vo svojich myšlienkach, niekoho som ponížil, či v hneve ohováral, alebo zarmútil, alebo som sa rozhneval pre niečo, klamal, či dlho vospával, alebo chudobného, čo prišiel ku mne, som prehliadol, brata môjho som zarmútil, spôsobil som zvadu, či niekoho odsúdil, alebo som sa nadúval, alebo povyšoval, alebo sa rozhneval, alebo som sa pri modlitbe myslou skláňal k zvodom tohto sveta. Alebo som myslel na zvrátenosti, alebo som sa prejedal, či opíjal, či som sa neviazane smial, zmyšľal som zle, alebo som dobrotou iného mal srdce ranené, či som neslušne rozprával, alebo sa posmieval z hriechu môjho brata, hoci mojich hriechov je nespočetne mnoho, alebo som sa nedbanlivo modlil. A ak som nejaké iné zlo, na ktoré si nespomínam, urobil, - veď viac som toho učinil, ako som tu stačil spomenúť, - odpusť mi, zmiluj sa, Stvoriteľu, Vládca môj, nad Svojim skleslým a nehodným služobníkom a odpusť mi, odpusť, lebo si dobrý a miluješ človeka. Nech v pokoji ľahnem, zaspím a odpočiniem si, - ja, - hriešny a úbohý a budem sa klaňať, ospevovať a oslavovať prečestné Tvoje meno s Otcom a s Jednorodným Jeho Synom, teraz i navždy i naveky. Amen.

Modlitba 4., svätého Makária Veľkého:

Čo Ti prinesiem, alebo čo Ti dám, mnohodávajúci, nesmrteľný Kráľu, Pane štedrý a človeka-ľúbici. Veď mňa, lenivého a nechotného slúžiť Ti, mňa, ktorý som nič dobré nespravil, si priviedol na koniec tohto dňa pripravujúc obrátenie a spásu mojej duše. Buď milostivý mne hriešnemu, každý dobrý skutok postrádam. Pozdvihni moju padlú dušu, ktorá sa špiní v bezmedzných hriechoch, odním odo mňa všetky zlé myšlienky tohto viditeľného života. Jediný bezhriešny, odpusť moje hriechy, ktorými som zhrešil v dnešný deň, vedome i nevedome, slovom, skutkom, myšlienkou i mojimi zmyslami. Ty sám, pokrývajúc ma, ochráň ma pred všetkými útokmi protivníkov Svojou Božskou zvrchovanosťou, mocou a nevysloviteľnou láskou k človeku. Očisť, Bože, očisť množstvo mojich hriechov. Pane odhodlaj sa vyslobodiť ma z osídíel zlého, zachráň moju vášňami zmučenú dušu, a keď prídeš v sláve, ožiar ma svetlom Svojej tváre. Dovoľ mi zaspáť bez zahanbenia a bez nočných preludov a pred nepokojom zachovaj myseľ Svojho služobníka. Odvráť odo mňa všetko pôsobenie satana, osvieť mi chápacé oči srdca, nech smrťou neusnem. Zošli mi anjela pokoja, ochrancu a sprievodcu mojej duše a tela, nech ma zbaví nepriateľov, aby som Ti priniesol modlitby vďaka, keď vstanem zo svojho lôžka. Ó, Pane, vypočuj Svojho služobníka, hriešneho a úbohého v zmyšľaní a svedomí. Dovoľ mi, až sa prebudím, učiť sa Tvojim slovám. Tvojimi svätými anjelmi, ďaleko odo mňa zažeň démonskú skleslosť, nech dobrorečím Tvojmu svätému menu, nech ho oslávim, nech slávim aj prečistú Bohorodičku

Máriu, ktorú si nám hriešnym učinil zástankyňou, prijmi ju teda, prosiacu za nás. Viem, že napodobňuje Tvoju lásku k človeku a neprestáva sa modliť. Jej príhovormi, znamením čestného Kríža, aj kvôli všetkým Tvojim svätým, Isuse Christe, Bože náš, zachovaj biednu moju dušu, lebo si Svätý a Preslávený, na veky. Amen.

Modlitba 5.:

Pane, Bože náš, čímkoľvek som sa dnes slovom, skutkom, či myšlienkou previnil, mi odpusť, veď si Dobrý a miluješ človeka. Tichý a pokojný spánok mi daruj, pošli Tvojho anjela ochrancu, pokrývajúceho a chrániaceho ma pred každým zlom, lebo Ty si Ochranca našich duší a tiel a Tebe slávu vzdávame – Otcu, Synu a Svätému Duchu, teraz, navždy i na veky vekov. Amen.

Modlitba 6.:

Pane, Bože náš, v ktorého sme uverili a ktorého meno vzývame viac než ktoréhoľvek iné meno, obľahči naše duše a telá, uberajúce sa k spánku, ochráň nás od preludov a temných pôžitkov, zastav úsilie vášní, uhas oheň telesných žiadostí. Daj nám žiť čisto v skutkoch i zmýšľaní, nech je náš život cnostný, aby sme si ním tak udržali Tvoje prisľúbené blahá, Požehnaný si naveky. Amen.

Modlitba 7., svätého Jána Zlatoústeho (Modlitebné prosby podľa počtu 24 hodín, denné aj nočné).

Denné: Pane, neodnímaj odo mňa Tvoje nebeské blahá. Pane, zbav ma večného súženia. Pane, ak som rozumom, či myšlienkou, slovom, či skutkom zrehšil, odpusť mi. Pane, oslobod' ma od všetkej nevedomosti, ľahkovážnosti, skleslosti a kamennej bezcitnosti. Pane, oslobod' ma od všetkých pokušení. Pane, osviet' moje srdce, zatemnené zlou žiadosťou. Pane, ako človek som zrehšil, ale Ty, ako štedrý Boh, zmiluj sa, vidiac bezmocnosť mojej duše. Pane, zošli mi na pomoc Tvoju blahodať, nech oslávim Tvoje sväté meno. Pane, Isuse Christe, zapíš ma, Svojho služobníka, do knihy života a daruj mi dobré skonanie. Pane, Bože môj, aj keď som nič dobré pred Tebou nespravil, daj mi podľa Svojej milosti začať konať dobro. Pane, pokrop mi srdce rosou Tvojej blahodate. Pane neba a zeme, pamätaj na mňa, Svojho hriešneho služobníka, hanebného a nečistého, v Tvojom Kráľovstve. Amen.

Nočné: Pane, prijmi ma v mojom pokání. Pane, neopúšťaj ma. Pane, nedopusť na mňa pokušenie. Pane, daruj mi dobré myšlienky. Pane, daj mi slzy a skrúšenosť. Daj mi pamätať na moju smrť. Pane, daj mi odhodlanie vyznávať Ti svoje hriechy. Pane, daj mi pokoru, čistotu a poslušnosť. Pane, daj mi trpezlivosť, odvahu a krotkosť. Pane, vsaď do mňa koreň dobra, bázeň pred Tebou do môjho srdca. Pane, dovoľ mi ľúbiť Ťa z celej duše a mysle a vo všetkom činiť Tvoju vôľu. Pane, ukry ma pred podaktorými ľuďmi, pred démonmi, vášňami i pred všelijakými neprístojnosťami. Pane, Ty vieš, že robíš všetko ako chceš, nech je teda Tvoja vôľa aj vo mne hriešnom, Požehnaný si naveky. Amen.

Modlitba 8., k nášmu Pánovi, Isusovi Christovi:

Pane, Isuse Christe, Synu Boží, pre najčestnejšiu Tvoju Matku, pre beztelesných anjelov, pre Proroka, Predchodcu a Krstiteľa Tvojho, pre Boha-ohlasujúcich apoštolov, pre svetlých a víťazných mučeníkov, pre ctihodných a bohonosných otcov, pre modlitby všetkých svätých ma oslobod' od pretrvávajúcích útokov diabla. Ó, Pane môj a Tvorca, Ty si neželáš smrť hriešnika, ale chceš, aby sa obrátil a bol živý, daj preto obrátenie i mne biednemu a nehodnému, vytrhni ma z úst zhubného hada, túžiaceho zožrať ma a zaživa znieť do pekla. Pane môj, Útecha moja, pre mňa biedneho si si porušiteľné telo obliekol, vytrhni ma z biedy a utíš moju úbohú dušu. Vsaď do môjho srdca túžbu plniť Tvoje príkazy a zanechať zlé skutky, aby som získal Tvoje blaženstvá. V Teba dúfam, Pane, zachráň ma.

Modlitba 9., k najsvätejšej Bohorodičke:

Dobrého Kráľa dobrá Matka, prečistá a požehnaná Bohorodička, Mária, milosrdenstvo tvojho Syna a nášho Boha, vylej na moju vášňami strápenú dušu a svojimi modlitbami ma prived' k dobročinnosti, nech zvyšný čas môjho života prežijem bez pochybenia a nech vďaka tebe nájdem raj, Bohorodička, Panna, jediná čistá a požehnaná.

Modlitba 10., k svätému anjelovi, ochrancovi:

Anjel Christov, ochranca môj svätý, záštitu mojej duše i tela, odpusť mi všetko, čímkoľvek som sa dnes prehrešil. Oslobod' ma od každej zákernosti protivného nepriateľa, aby som žiadnym hriechom nerozhneval môjho Boha. Modli sa za mňa hriešneho a nedôstojného, aby si ma hodným učinil dobroty a milosrdenstva Všesvätej Trojice i Matky Pána môjho, Isusa Christa i všetkých svätých. Amen.

Ďalej, kondák Bohorodičke:

Ako udatnej vojvodkyni víťaznú, a tiež ako tvoji služobníci oslobodení od zla ďakovnú, spievame ti pieseň Bohorodička, no pretože máš vládu nepremožiteľnú, oslobod' nás od všetkých bied, nech ti voláme: „*Pozdravená bud', nevydatá Nevesta!*“.

Potom, modlitba mnícha Antiocha:

Preslávná, vždy Panna, Matka Christa, Boha, dones našu modlitbu svojmu Synovi a nášmu Bohu, nech skrze teba zachráni naše duše. Všetku svoju nádej vkladám do teba, Matka Božia, ochráň ma pod svojim plášťom. Bohorodička, Panna, neprehliadni ma hriešneho, potrebujem tvoju pomoc, zastaň sa ma, veď v teba dúfa moja duša, zmiluj sa nado mnou.

Ďalej, modlitba svätého Joannikija:

Moja nádej – Otec, moje útočisko – Syn, moja záštitu – Svätý Duch, Svätá Trojica, sláva Ti.

Nasleduje:

Je skutočne dôstojné blahoslaviť Teba, Bohorodičku, vždy blahoslavenú a najčistejšiu Matku nášho Boha. Teba, ktorá si čestnejšia než cherubíni a neporovnateľne slávnejšia než serafíni. Teba, ktorá si bez porušenia porodila Boha, Slovo, pravú Bohorodičku, velebíme.

Modlitba svätého Jána Damaskina, ktorú hovor, ukazujúc na svoje lôžko:

Človeka–lúbiaci Vládca, vari už teraz má byť toto lôžko mojím hrobom, či snád' ešte osvietiš dňom moju biednu dušu? Hľa, hrob leží predomnou, tu predomnou stojí smrť. Bojím sa Tvojho rozsudku a nekončiacich múk, ale zlo činiť neprestávam. Teba, Pána a Boha môjho, neprestajne privádzam k hnevu, i prečistú Tvoju Matku, všetky nebeské mocnosti, i môjho svätého anjela ochranca. Viem, Pane, že nie som hodný Tvojej lásky k človeku, ale zasluhujem si odsúdenie a mučenie. No Pane, či už chcem, či nechcem, zachráň ma, lebo ak spravodlivého zachrániš, nie je to nič veľké. A ak sa nad čistým zmiluješ, nestane sa nič obdivuhodné, veď hodní sú Tvojho milosrdenstva, ale na mne, hriešnom, preukáž Svoju milosť. Svoju lásku k človeku ukáž na tom, že moja zloba nepremôže Tvoju nevysloviteľnú dobrotu a milosrdenstvo, no ako Ty sám chceš, nalož so mnou.

A keď sa chystáš uložiť na lôžko, povedz toto:

Osvieť moje oči, Christe, Bože, nech smrťou neusnem, nech nepriateľ môj nikdy nepovie: „*Zmocnil som sa ho*“.

Sláva: Buď zástancom mojej duše, Bože, lebo sa nachádzam uprostred mnohých osídíel. Vyslobod' ma z nich a zachráň ma, Dobrý, veď miluješ človeka.

Teraz: Preslávnou Božiu Matku, svätejšiu než svätí anjeli, hlasno ospevujme srdcom i ústami, vyznávajúc ju ako Bohorodičku, veď skutočne nám porodila vteleného Boha a neprestajne sa modlí za naše duše.

Ďalej pobožkaj svoj (náprsný) kríž a prežehnaj znamením kríža miesto, kde zaľahneš, od hlavy po nohy, zo všetkých strán, hovoriac modlitbu ctíhodnému Krížu:

Nech povstane Boh a rozpáchnu sa Jeho nepriatelia, nech utečú spred Jeho tváre všetci, čo ho nenávidia. Ako sa rozplýva dym, nech sa rozplynú, ako sa vosk pred tvárou ohňa roztápa, tak nech zhynú démoni pred tvárou tých, čo milujú Boha, znamenajú sa znamením Kríža a s radosťou volajú – raduj sa prečestný a oživujúci Kríž Hospodinov, vyháňaj démonov, mocou na tebe pribitého Pána nášho, Isusa Christa, ktorý zišiel do pekla, zničil moc diabla a daroval nám teba, Svoj čestný Kríž na zničenie každého protivníka. Ó, prečestný a oživujúci Kríž Hospodinov, pomáhaj mi so svätou Vládkyňou, Pannou Bohorodičkou, i so všetkými svätými, na veky. Amen.

Modlitba odpustiteľná:

Zmierni, odpusť a prepáč, Bože, naše úmyselné i neúmyselné priestupky, ktoré sme učinili slovom a skutkom, vedome i nevedome, počas dňa aj počas noci, v rozume i v myšlienke, všetko nám odpusť, veď si Dobrý a miluješ človeka.

Modlitba príhovorná:

Nenávidiacim a urážajúcim nás odpusť, človeka-lúbiaci Pane. Činiacim dobro, dobre učiň. Naším bratom a príbuzným daj, čo je potrebné k spáse a večný život. Chorých milostivo navštív a daruj im uzdravenie. Tých, čo sú na mori, usmerni. Cestujúcich sprevádzaj. Pravoslávnyim ľuďom pomáhaj v boji. Slúžiacim a milujúcim nás daruj odpustenie hriechov. Nad tými, čo nás nehodných žiadali o modlitby, sa zmiluj podľa Svojho veľkého milosrdenstva. Pamätaj, Pane, na zosnulých našich otcov a bratov a upokoj ich tam, kde prebýva svetlo Tvojej tváre. Pamätaj, Pane, na našich zajatých bratov a oslobod' ich od každého napadnutia. Pamätaj, Pane, na tých, čo prinášajú plody a dobro činia v Tvojich svätých cirkvách a daruj im to, čo je potrebné k spáse a večný život. Pamätaj, Pane, i na nás, ponížených, hriešnych a nehodných Svojich služobníkov, osviet' náš rozum svetlom Tvojho poznania a usmerni nás k ceste Tvojich prikázaní, pre modlitby prečistej Vládkyne našej, Bohorodičky a vždy Panny Márie, i všetkých Tvojich svätých, Požehnaný si na veky vekov. Amen.

Každodenné vyznanie hriechov:

Vyznávam Tebe, Pánovi, môjmu Bohu a Stvoriteľovi, vo Svätej Trojici, jedinému, oslavovanému a uctievanému, Otcovi, Synovi a Svätému Duchu, všetky moje hriechy, ktoré som učinil počas všetkých dní môjho života, v ktorejkoľvek hodine i v tejto chvíli, po všetky uplynulé dni a noci, skutkom, slovom, myšlienkou, prejedaním, opilstvom, utajovaným jedením, prázdnovravnosťou, skleslosťou, lenivosťou, odvrávaním, neposlušnosťou, ohováraním, odsudzovaním, nedbanlivosťou, samoľúbosťou, chamtivosťou, kradnutím, nespravodlivými slovami, nečistým ziskom, uplácانím, žiarlivosťou, závišťou, hnevom, pamätaním na zlé, nenávisťou, úžerníctvom i mojimi zmyslami – zrakom, sluchom, čuchom, chuťou, hmatom a ďalšími mojimi hriechmi, duševnými aj telesnými, ktorými som Teba, môjho Boha a Stvoriteľa, rozhneval a môjmu blížnemu uškodil. Žialim pre to a ukazujem sa ako vinný pred Tebou, mojím Bohom, no mám vôľu činiť pokánie, len pomôž, Pane, Bože môj, pomôž mi, ponížene so slzami Ťa prosím. Moje predošlé hriechy mi vo Svojom

milosrdenstve odpusť a zbav ma všetkých, ktoré som pred Tebou vyznal, veď si Dobrý a miluješ človeka.

Tento tropár sa číta po modlitbách ranných a večerných:

Pod tvoju milosť sa utiekame, Bohorodička, Panna, v súžení naše modlitby neprehliadni, no zbav nás útrap, jediná čistá a požehnaná.

Sláva, teraz. Pane, zmiluj sa (3x). Pane, požehnaj.

Modlitbami našich svätých otcov, Pane, Isuse Christe, Bože náš, zmiluj sa nad nami. Amen.