

Viidensadan keljarukoussääntö

Optinan luostarin Viidensadan keljarukoussääntö

Rukoussäännön nimi tulee siitä, että se on kehitetty Optinan luostarissa ja siihen kuuluu muiden tekstien lisäksi 500 rukousnauhan kanssa luettavaa rukousta eli ensimmäisissä kolmessa ryhmässä 3 x 100 Jeesuksen rukousta (välissä aina Jumalanäidin rukous), sitten neljännessä ryhmässä 100 rukousta *"Kaikkeinpyhin Jumalan-synnyttäjä, pelasta minut"* ja sitten 50 rukousta *"Pyhä Jumalan enkeli, varjelijani, rukoile Jumalaa minun syntisen puolesta"* ja 50 rukousta *"Kaikki pyhät, rukoilkaa Jumalaa minun syntisen puolesta"*.

Rukoussääntö on tarkoitettu ennen kaikkea munkeille, mutta on suureksi siunaukseksi myös maallikoille. Lopussa on ohjeita, milloin sitä ei lueta lainkaan ja milloin jätetään maahankumarrukset pois. Toinen mahdollisuus Raamatun tekstien lukemisessa on lukea joka päivä sen päivän tekstit kalenterin mukaan eikä luku luvulta järjestyksessä niin kuin tässä säännössä.

Kaikille luostariveljille pakollisten jumalanpalvelusten, liturgian, aamupalveluksen ja ehtoopalveluksen sekä iltarukouksien lisäksi monet heistä lukevat joka päivä keljoissaan:

- **Evankeliumeista** yksi luku alkaen Matteuksen evankeliumista päättyen Johanneksen evankeliumiin ja
- **Epistolasta** kaksi lukua alkaen Apostolien teoista ja päättyen Johanneksen ilmestykseen.
 - Johanneksen ilmestyksen viimeisiä seitsemää lukua 16–22 luetaan vain yksi päivässä, jolloin viimeinen luku luetaan täsmälleen samana päivänä kuin Johanneksen evankeliumin viimeinen luku. Sitten aloitetaan Uusi testamentti taas alusta samalla tavalla.
- **Psalttarista** yksi katisma päivässä ensimmäisestä viimeiseen.

Lisäksi Viidensadan keljarukoussääntö seuraavasti:

Kolme maahankumarrusta tehdään aina rukousten alussa sekä kirkossa että keljassa näiden rukousten kanssa:

- 1. Jumala, ole minulle syntiselle armollinen.*
- 2. Jumala, puhdista minut synneistäni ja armahda minua.*
- 3. Herra, minun Luoja, armahda minua. Lukemattomia syntejä olen tehnyt, oi Herra, anna minulle anteeksi.*

Keljassa lisätään neljäs maahankumarrus ja rukous:

Kaikkeinpyhin Jumalansynnyttäjä, pelasta minut.

Sitten seuraavat rukoukset:

*Herra Jeesus Kristus, Jumalan Poika, puhtaimman Äitisi ja kaikkien pyhien esirukouksien tähden armahda meitä.
Aamen.*

Kunnia olkoon sinulle, meidän Jumalamme, kunnia sinulle.

Taivaallinen Kuningas, Lohduttaja, totuuden Henki, joka paikassa oleva ja kaikki täyttävä, hyvyyden lähde ja elämän antaja, tule ja asu meissä ja puhdista meidät kaikesta synnin pahuudesta sekä pelasta, oi Hyvä, meidän sielumme.

Pyhä Jumala, pyhä Väkevä, pyhä Kuolematon, armahda meitä.

Pyhä Jumala, pyhä Väkevä, pyhä Kuolematon, armahda meitä.

Pyhä Jumala, pyhä Väkevä, pyhä Kuolematon, armahda meitä.

Kunnia olkoon Isälle ja Pojalle ja Pyhälle Hengelle nyt ja aina ja iankaikkisesta iankaikkiseen. Aamen.

Kaikkein pyhin Kolminaisuus, armahda meitä. Herra, puhdistu meidät synneistämme. Valtias, anna anteeksi rikoksemme. Pyhä, tule ja paranna heikkoutemme sinun nimesi tähden.

Herra, armahda. Herra, armahda. Herra, armahda.

Kunnia olkoon Isälle ja Pojalle ja Pyhälle Hengelle nyt ja aina ja iankaikkisesta iankaikkiseen. Aamen.

Isä meidän, joka olet taivaissa. Pyhitetty olkoon sinun nimesi. Tulloon sinun valtakuntasi. Tapahtukoon sinun tahtosi myös maan päällä niin kuin taivaassa. Anna meille tänä päivänä jokapäiväinen leipämme. Ja anna meille anteeksi velkamme, niin kuin mekin annamme anteeksi velallisillemme. Äläkä saata meitä kiusaukseen, vaan päästä meidät pahasta. Sillä sinun, Isä, Poika ja Pyhä Henki, on valtakunta, voima ja kunnia nyt ja aina ja iankaikkisesta iankaikkiseen. Aamen.

Herra Jeesus Kristus, Jumalan Poika, puhtaimman Äitisi ja kaikkien pyhien esirukouksien tähden armahda meitä. Aamen.

Herra, armahda. (12 x)

Kunnia olkoon Isälle ja Pojalle ja Pyhälle Hengelle nyt ja aina ja iankaikkisesta iankaikkiseen. Aamen.

*Tulkaa, kumartakaamme meidän Kuningastamme, Jumalaa.
Tulkaa, kumartukaamme ja langetkaamme Kristuksen, mei-
dän Kuninkaamme ja Jumalamme eteen.*

*Tulkaa, kumartukaamme ja langetkaamme itse Kristuksen,
meidän Kuninkaamme ja Jumalamme eteen.*

Psalmi 50.

*Armahda minua, Jumala, suuressa armossasi, pyyhi pois mi-
nun rikkomukseni suuren laupeutesi tähden.*

*Pese minut puhtaaksi rikoksestani, puhdistu minut synnistäni.
Minä tiedän rikokseni, minun syntini on aina minun edessäni.
Sinua ainoaa vastaan olen tehnyt syntiä, olen tehnyt pahaa
sinun edessäsi. Sinun sanasi ovat tosia, sinä olet oikeassa ja
voitat, kun oikeutta käydään sinua vastaan.*

*Katso, vääryyden teoista olen saanut syntyni, synninteossa
äitini minut halusi.*

*Sillä, katso, sinä rakastat totuutta, viisautesi kätkeyt salat si-
nä ilmaisit minulle.*

*Vihmo minut iisopilla, niin puhdistun, pese minut, niin tulen
lunta valkeammaksi.*

*Sinä saat minut kuulemaan iloa ja riemua, nöyryytetyt luuni
pääsevät iloitsemaan.*

*Käännä kasvosi pois synneistäni, pyyhi pois kaikki rikokseni.
Luo minuun puhdas sydän, Jumala, uudista sisimpääni vilpi-
tön henki.*

*Älä karkota minua kasvojesi edestä äläkä ota minulta pois
pyhää henkeäsi.*

*Anna minulle pelastuksesi riemu ja vahvista minua henkesi
johdatuksella.*

*Minä opetan lainrikkajille tiesi, ja jumalattomat palaavat si-
nun luoksesi.*

*Jumala, pelastukseni Jumala, vapauta minut, vaikka vuodatin
veren, niin minun kieleni riemuitsee sinun vanhurskaudestasi.*

Herra, sinä avaat minun huuleni, ja suuni julistaa sinun kiitostasi.

Jos olisit halunnut uhrin, olisinhan sen antanut; polttouhrit eivät miellytä sinua.

Murtunut mieli on uhri Jumalalle, särkynyttä ja nöyrää sydäntä Jumala ei hylkää.

Tee hyvää, Herra, laupeudessasi Siionille, rakennettakoon jälleen Jerusalemin muurit!

Silloin sinulle ovat mieleen vanhurskauden uhrit, uhrilahjat ja polttouhrit, silloin tuodaan nuoria sonneja sinun alttarillesi.

Uskontunnustus.

Uskon yhteen Jumalaan, kaikkivaltiaaseen Isään, taivaan ja maan, kaiken näkyvän ja näkymättömän Luojaan. Uskon yhteen Herraan, Jeesukseen Kristukseen, Jumalan ainoaan Poikaan, joka on syntynyt Isästä ennen aikojen alkua, valo valosta, tosi Jumala tosi Jumalasta, syntynyt ei luotu, joka on samaa olemusta kuin Isä ja jonka kautta kaikki on saanut syntynsä, joka meidän ihmisten ja meidän pelastuksemme tähden astui alas taivaista, tuli lihaksi Pyhästä Hengestä ja neitsyt Mariasta ja syntyi ihmiseksi, ristiinnaulittiin meidän puolestamme Pontius Pilatuksen aikana, kärsi ja haudattiin, nousi kuolleista kolmantena päivänä, niin kuin oli kirjoitettu, astui ylös taivaisiin, istuu Isän oikealla puolella ja on kirkkaudessa tuleva tuomitsemaan eläviä ja kuolleita, ja jonka valtakunnalla ei ole loppua. Uskon Pyhään Henkeen, Herraan ja eläväksi tekijään, joka lähtee Isästä, jota yhdessä Isän ja Pojan kanssa kumarretaan ja kunnioitetaan ja joka on puhunut profeettojen kautta. Uskon yhteen, pyhään, kato-liseen ja apostoliseen kirkkoon. Tunnustan yhden kasteen syntien anteeksiantamiseksi, odotan kuolleiden ylösnousemusta ja tulevan maailman elämää. Aamen.

Ensimmäinen ryhmä

Sitten sata rukousta:

*Herra Jeesus Kristus, Jumalan Poika,
armahda minua syntistä,*

joista kymmenen ensimmäisen kanssa ristinmerkki ja maahankumarrus, seuraavien kahdenkymmenen kanssa syvä kumarrus, muiden kanssa tavallinen kumarrus ja sadannen rukouksen kanssa vielä yksi maahankumarrus.

Sitten rukous Kaikkeinpyhimmälle Jumalansynnyttäjälle:

Pyhä Valtiattareni, Jumalansynnyttäjä! Poista pyhällä ja kaikkivoivilla rukouksillasi minusta, nöyrästä ja ansiottomasta palvelijastasi, minun surkeasta sydämestäni ja synkästä mielestäni suruttomuus, hajamielisyys, mielettömyys, huolimattomuus ja kaikki ilkeät ja Jumalaa pilkkaavat ajatukset. Sammuta himojeni liekki, sillä minä olen heikko ja voimaton. Päästä minut monista synnillisistä muistoista ja aikeista. Vapahda minut kaikista pahoista teoista, sillä siunattu olet sinä ja kaikki sukupolvet ylistävät sinun kallista nimeäsi iankaikkisesta iankaikkiseen. Aamen.

Maahankumarrus.

Toinen ryhmä

Samoin kuin ensimmäinen maahankumarruksineen, kumarruksineen ja Jumalanäidin rukouksineen.

Kolmas ryhmä

Samoin kuin ensimmäinen maahankumarruksineen, kumarruksineen ja Jumalanäidin rukouksineen.

Neljäs ryhmä

Sata rukousta:

Kaikkeinpyhin Jumalansynnyttäjä, pelasta minut.

Ensimmäisten kymmenen kanssa ristinmerkki ja maahankumarrus, seuraavien kahdenkymmenen kanssa syvä kumarrus, muiden kanssa tavallinen kumarrus, sadannen rukouksen kanssa maahankumarrus.

Sitten rukous Kaikkeinpyhimmälle Jumalansynnyttäjälle:

Pyhä Valtiattareni, Jumalansynnyttäjä! Poista pyhillä ja kaikkivoivilla rukouksillasi minusta, nöyrästä ja ansiottomasta palvelijastasi, minun surkeasta sydämestäni ja synkästä mielestäni suruttomuus, hajamielisyys, mielettömyys, huolimattomuus ja kaikki ilkeät ja Jumalaa pilkkaavat ajatukset. Sammuta himojeni liekki, sillä minä olen heikko ja voimaton. Päästä minut monista synnillisistä muistoista ja aikeista. Vapahda minut kaikista pahoista teoista, sillä siunattu olet sinä ja kaikki sukupolvet ylistävät sinun kallista nimeäsi iankaikkisesta iankaikkiseen. Aamen.

Maahankumarrus.

Sitten 50 rukousta:

Pyhä Jumalan enkeli, varjelijani, rukoile Jumalaa minun syntisen puolesta.

Ensimmäiset viisi rukousta ristinmerkin ja maahankumarruksen ja seuraavat kymmenen syvän kumarruksen kanssa, sitten 34 tavallisen kumarruksen kanssa. Viimeinen rukous maahankumarruksen kanssa.

Sitten rukous Kaikkeinpyhimmälle Jumalansynnyttäjälle:

Pyhä Valtiattareni, Jumalansynnyttäjä! Poista pyhillä ja kaikkivoivilla rukouksillasi minusta, nöyrästä ja ansiottomasta palvelijastasi, minun surkeasta sydämestäni ja synkästä mielestäni suruttomuus, hajamielisyys, mielettömyys, huolimattomuus ja kaikki ilkeät ja Jumalaa pilkkaavat ajatukset. Sammuta himojeni liekki, sillä minä olen heikko ja voimaton. Päästä minut monista synnillisistä muistoista ja aikeista. Vapahda minut kaikista pahoista teoista, sillä siunattu olet sinä ja kaikki sukupolvet ylistävät sinun kallista nimeäsi iankaikkisesta iankaikkiseen. Amen.

Maahankumarrus.

Sitten 50 rukousta:

Kaikki pyhät, rukoilkaa Jumalaa minun syntisen puolesta.

Ensimmäiset viisi rukousta ristinmerkin ja maahankumarruksen ja seuraavat kymmenen syvän kumarruksen kanssa, sitten 34 tavallisen kumarruksen kanssa. Viimeinen rukous maahankumarruksen kanssa.

Sitten rukous Kaikkeinpyhimmälle Jumalansynnyttäjälle:

Pyhä Valtiattareni, Jumalansynnyttäjä! Poista pyhillä ja kaikkivoivilla rukouksillasi minusta, nöyrästä ja ansiottomasta palvelijastasi, minun surkeasta sydämestäni ja synkästä mielestäni suruttomuus, hajamielisyys, mielettömyys, huolimattomuus ja kaikki ilkeät ja Jumalaa pilkkaavat ajatukset. Sammuta himojeni liekki, sillä minä olen heikko ja voimaton. Päästä minut monista synnillisistä muistoista ja aikeista. Vapahda minut kaikista pahoista teoista, sillä siunattu olet sinä ja kaikki sukupolvet ylistävät sinun kallista nimeäsi iankaikkisesta iankaikkiseen. Amen.

Maahankumarrus.

Sitten:

Totisesti on kohtuullista ylistää autuaaksi sinua, Jumalan-synnyttäjää, aina autuas ja viaton ja meidän Jumalamme Äiti. Me ylistämme sinua, joka olet kerubeja kunnioitettavampi ja serafeja verrattomasti jalompi, sinua, puhdas Neitsyt, Sanan synnyttäjää, sinua totinen Jumalansynnyttäjää.

Maahankumarrus.

Kunnia olkoon sinulle, Kristus, meidän Jumalamme, meidän toivomme, kunnia sinulle.

Kunnia olkoon Isälle ja Pojalle ja Pyhälle Hengelle nyt ja aina ja iankaikkisesta iankaikkiseen.

Aamen.

Herra, armahda. Herra, armahda. Herra, armahda.

Pyhien isiemme esirukouksien tähden Herra Jeesus Kristus, meidän Jumalamme, armahda meitä. Aamen.

Arkipäivinä suoritetaan kaikki yllä mainitut kumarrukset ja maahankumarrukset. Maahankumarruksia ei tehdä jumalanpalveluksissa helluntaikaudella, niinä päivinä (keskisuuret juhlat), kun polyeleo (psalmit 134/135 ja 135/136) lauletaan, esijuhlina ja juhla-kausina, niinä päivinä, kun suuri ylistysveisu lauletaan aamupalveluksessa; keljarukouksissa maahankumarrukset korvataan näinä päivinä syvillä kumarruksilla, samoin kaikkina päivinä, joina on vigilia.

Suuren viikon kahtena viimeisenä päivänä, koko kirkkaalla viikolla sekä jouluaatosta 7.1. asti keljarukoussääntö jätetään kokonaan pois, samoin joka sunnuntai kautta vuoden, vaikka ei olisikaan toimitettu vigiliaa.

Kaikista tämän keljarukoussäännön muutoksista, poistoista ja lisäyksistä on sovittava ohjaajavanhuksen tai hengellisen ohjaajan kanssa.

Tämä rukoussääntö löytyy Ortodoksi.netistä osoitteesta:

http://www.ortodoksi.net/index.php/Viidensadan_keljarukouss%C3%A4%C3%A4nt%C3%B6

