

Во время Великого поста каждый день — с воскресного вечера по пятницу включительно — читается удивительная **молитва святого Ефрема Сирина**. Её действительно можно назвать «великопостной молитвой», т. к. она особенно выделяется среди всех песнопений и молитв Поста. Эта молитва читается дважды в конце каждой великопостной службы от понедельника до пятницы (по субботам и воскресениям она не читается, т. к. богослужения этих двух дней отличаются от общего великопостного строя).

- 1. Господи и Владыко живота моего, дух праздности, уныния, любоначалья и празднословия не даждь ми.**
- 2. Дух же целомудрия, смиренномудрия, терпения и любви даруй ми, рабу Твоему.**
- 3. Ей, Господи, Царю! Даруй ми зрети моя прегрешения, и не осуждати брата моего. Яко благословен еси во веки веков. Аминь.**

При первом чтении этой молитвы после каждого прошения кладется **земной поклон**. Потом 12 раз про себя читается молитва: «Боже, очисти мя, грешнаго», — с **поясными поклонами**. Затем вновь читается вся молитва, после которой кладется один **земной поклон**.

+++

Почему эта короткая и простая молитва занимает такое важное место во всем великопостном богослужении? Потому что в ней перечисляются особым, свойственным только этой молитве образом все отрицательные и положительные элементы покаяния и определяется, так сказать, список наших индивидуальных подвигов. Цель этих подвигов, прежде всего, — освобождение от какого-нибудь основного недуга, направляющего всю нашу жизнь и препятствующего нам вступить на путь обращения к Богу. Молитва св.Ефрема Сирина также читается и дома.

Во время Великого поста каждый день — с воскресного вечера по пятницу включительно — читается удивительная **молитва святого Ефрема Сирина**. Её действительно можно назвать «великопостной молитвой», т. к. она особенно выделяется среди всех песнопений и молитв Поста. Эта молитва читается дважды в конце каждой великопостной службы от понедельника до пятницы (по субботам и воскресениям она не читается, т. к. богослужения этих двух дней отличаются от общего великопостного строя).

- 1. Господи и Владыко живота моего, дух праздности, уныния, любоначалья и празднословия не даждь ми.**
- 2. Дух же целомудрия, смиренномудрия, терпения и любви даруй ми, рабу Твоему.**
- 3. Ей, Господи, Царю! Даруй ми зрети моя прегрешения, и не осуждати брата моего. Яко благословен еси во веки веков. Аминь.**

При первом чтении этой молитвы после каждого прошения кладется **земной поклон**. Потом 12 раз про себя читается молитва: «Боже, очисти мя, грешнаго», — с **поясными поклонами**. Затем вновь читается вся молитва, после которой кладется один **земной поклон**.

+++

Почему эта короткая и простая молитва занимает такое важное место во всем великопостном богослужении? Потому что в ней перечисляются особым, свойственным только этой молитве образом все отрицательные и положительные элементы покаяния и определяется, так сказать, список наших индивидуальных подвигов. Цель этих подвигов, прежде всего, — освобождение от какого-нибудь основного недуга, направляющего всю нашу жизнь и препятствующего нам вступить на путь обращения к Богу. Молитва св.Ефрема Сирина также читается и дома.