



KIS

ZSOLOZSMA

KIS ZSOLOZSMA

KIS ZSOLOZSMA

REGGELI DICSÉRET, NAPKÖZI IMAÓRA,
VECSERNYE, KOMPLETÓRIUM EGY HÉTRE

SZENT ISTVÁN TÁRSULAT
AZ APOSTOLI SZENTSZÉK KÖNYVKIADÓJA
BUDAPEST, 1979.

ELŐSZÓ

A Magyar Püspöki Kar kiadásában 1975-ben megjelent Ideiglenes Zsolozsmáskönyvből egy hétre szóló Kis Zsolozsma készült az Opus Mystici Corporis Wien 1977-ben dr. Török Jenő szerkesztésében.

Ezt a válogatást adjuk mindazok kezébe, akik bele akarnak kapcsolódni az Egyház közös Zsolozsma imádkozásába.

Akár magunkban, akár közösen mondjuk, egy a lényeges, hogy éljük! Ahogyan az ősegyház és századokon át az igazán keresztények élték

„szentségben és igazságban...
napról-napra, amíg élünk”

Valóságosan magunkban hordozva Jézust, – mint Mária.

Budapest, 1979. Gyümölcsoltó Boldogasszony

a KIADÓ

GYAKORLATI ÚTBAIGAZÍTÁS A KÖZÖS ZSOLOZSMÁZÁSHOZ

Minden imaóra (a napi első kivételével) így kezdődik:

Vers (Pap vagy Előimádkozó): Istenem, jöjj segítségemre!

Felet: Uram, segíts meg engem!

I. kar: Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.

II. kar: Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Amen.

A nagybőjti időt kivéve minden imaóra kezdetén hozzáadjuk: Alleluja.

Ezután következik a *Himnusz*, versszakonként váltokozva.

Az egyes zsoltárok és kantikumok előtt az *antifónát* az előimádkozó mondja. A *zsoltárokat és kantikumokat* versszakonként váltakozva mondja a két kar, úgyszintén mindegyik végén a Dicsőség... Miképpen... doxológiát; a záróantifónát közösen mindkét kar. Húsvéti időben minden antifóna végére Alleluját mondunk, ahová csak odaillik. A nagybőjtben viszont onnan is elhagyjuk az Alleluját, ahol jelezve van. A *Rövid olvasmányt* közös mondáskor a lektor olvassa fel.

A *Rövid válaszos énekeket* a két kar váltakozva mondja. A *Fohászokat* az előimádkozó mondja, amire közösen válaszolják – megegyezés szerint – vagy az egyes fohászok második felét (a nagyköltőjeltől), vagy a kövér betűkkel közölt feleletet; úgyszintén közösen imádkozzák el a Miatyánkot.

A *zárókönyörgést* a pap vagy előimádkozó mondja. Az imaórák *befejezését* megfelelő helyen közöljük.

MAGÁN IMÁDSÁG ZSOLOZSMÁZÁS ELŐTT

Nyisd meg, Uram, ajkamat neved dicséretére: tisztítsd meg szívemet minden hiábavaló és vétkes gondolattól: világosítsd meg értelmemet, gyújtsd lángra szívemet, hogy ezt a zsolozsmát méltón, figyelmesen, áhítattal végezzem, és meghallgatásra méltó legyek isteni fölséged színe előtt. Krisztus, a mi Urunk által.



IMÁDSÁGRA-HÍVÁS (Invitatorium)

Ezt az Imádságra-hívást mondjuk a napi zsolozsmázás kezdetén, elhagyva ilyenkor a Reggeli-dicséret szokásos kezdetét a himnuszig.

Vers: Nyisd meg, Uram, ajkamat!

Felelet: Hogy dicséretedet hirdesse szavam!

Ezután elmondjuk az itt következő 94. zsoltárt a hozzátartozó antifónával. Az antifónát az Előimádkozó mondja, majd azonnal megismételjük, és újra meg újra elmondjuk a zsoltár minden egyes versszaka után. A versszakokat ilyenkor az Előimádkozó maga olvassa.

Egyéni zsolozsmázásban elég a zsoltár előtt egyszer mondani az antifónát; nem szükséges tehát ismételni a versszakok után.

Antifóna évközi időben: Az Urat, akinek házanépe és kezének nyája vagyunk, jöjjetek, imádjuk! Alleluja!

Antifóna húsvéti időben: Valóban feltámadt az Úr, alleluja!

94. zsoltár

Felhívás Isten dicséretére

Lelkesítsétek egymást mindennap, amíg az a „ma” tart (Zsid 3, 13)

(Az antifónával kezdjük, amelyet megismételünk)

Jöjjetek, övendezzünk az Úrnak,
és ujjongjunk üdvünk sziklája előtt.

Lépünk színe elé háladallal,
magasztaljuk őt hangos énekszóval!

(Megismételjük az antifónát)

Mert az Úr valóban nagy Isten,
az összes isteneknél dicsőbb király.

A föld mélységei kezében vannak,
és övé a hegyek minden orma.

Övé a tenger, az ő műve,
a szárazföld is az ő keze alkotása.

(Megismételjük az antifónát)

Jöjjetek, boruljunk le, hódoljunk előtte,
hulljunk térdre Urunk, Alkotónk előtt,

Mert ő a mi Istenünk,
mi meg házanépe és kezének nyája.

(Megismételjük az antifónát)

Bárcsak hallgatnátok ma az ő szavára:

„Ne legyetek keményszívűek,

Mint Meribánál, Massa napján a pusztában,*
ahol atyáitok megkísértettek engem,
és próbára tettek, bár látták
számos csodámat.

(Megismételjük az antifónát)

Negyven évig terhemre volt ez a nemzedék,
azt mondtam: Ez a nép tévelygő szívű.

Nem ismerték meg útaimat,*

ezért kimondtam haragomban esküvel:
Nyugalmam helyére nem juthatnak el.”

(Megismételjük az antifónát)

Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
miképpen kezdetben, most és mindörökké. Amen.

(Megismételjük az antifónát)

A 94. zsoltár helyettesíthető akár a 99. (lásd 112 o.),
akár a 66., akár a 23. zsoltárral (lásd 53. o.). Ha
ezek valamelyike előfordulna a napi zsolozsmában,
akkor ott a 94. zsoltár kerül a helyébe.

Ha megfelelőbbnek látszik, szabad a Reggeli-
dicséretet a szokásos módon, a 94. zsoltár elhagyásá-
val kezdeni.

A 94. zsoltár – vagy a szokásos kezdet – után a
Himnusz következik.



VASÁRNAP

REGGELI DICSÉRET

Vers: Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet:* Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Alleluja.

HIMNUSZ

Világ teremő Istene,
ki úr vagy éjen és napon,
időt idővel váltogatsz,
s nincs műveidben unalom:

Szól már a napnak hírnöke,
ki éber őr mély éjen át,
s az utazónak éji fény,
mert minden órát megkiált.

A hajnalcsillag kél szaván,
égről borút elűz tova;
elhagyja ártó utait
az éji kóborlók hada.

Hangján hajós erőre kap,
a tengerárra csend borul;
s az Egyház sziklaszál feje
bűnét siratni elvonul.

Úr Jézus, a bukóra nézz:
térítsen meg tekinteted;
ha ránk tekintesz, hull a bűn:
s elmossa könny a vétkeket.

Szent fényesség, ragyogj belénk,
a lélek álmát megszakaszd;
első szavunk tiéd legyen,
s amit fogadtunk, álljuk azt!

Krisztus Király zengjen neked
és az Atyának tisztelet
s a Vigasztalónak veled
most és örök időkön át. Ámen.

ZSOLTÁROZÁS

1. Antifóna. Istenem, virrasztva kereslek, hogy lássam hatalmat, alleluja.

62. zsoltár, 2-9

A lélek Istenre szomjazik
Az keresi virrasztva Istent, aki a sötétség cselekedeteit elveti.

Isten, te vagy az én Istenem,
virrasztva kereslek.
Terád szomjas a lelkem, testem utánad eped,
mint a pusztá kiaszott földje.
Szentélyedben hadd jelenjek meg színed előtt,
hogy lássam hatalmad és dicsőséged.
Mert irgalmad többet ér, mint az élet,
hadd magasztaljon azért ajkam!

Neked mondok áldást, amíg csak élek,
a te nevedben tárom imára kezemet.
Mint dús lakomával, eltelik veled a lelkem,
ajkam ujjong, szám dicsóítt téged.
Még fekvőhelyemen is rád gondolok,
hajnalig rólad elmélkedem,
mivel te lettél védelmezőm
és szárnyaid oltalmában örvendezem.

Lelkem szorosan átölel téged,
 és jobbod szilárdan tart fenn engem.
 Dicsőség az Atyának... Miképpen...

Antifóna. Istenem, virrasztva kereslek, hogy lássam
 hatalmadat, alleluja.

2. *Antifóna.* A tüzes kemencében a három ifjú egy
 szívvel-lélekkel kiáltotta és zengte: Áldott az Isten,
 allelúja.

KANTIKUM

Dán 3, 57-88.56

Minden teremtmény dicsérje az Urat
 Dicsérjétek Istenünket, ti összes szolgálai (Jel 19, 5).

Áldjátok az Urat, az Úr összes művei,
 dicsérjétek és magasztaljátok mindörökké!
 Áldjátok az Urat, az Úrnak angyalai:
 áldjátok az Urat, ti egek!
 Áldjátok az Urat, ti vizek az égbolt fölött;
 áldjátok az Urat, mind az Úr erői!
 Áldjátok az Urat, nap és holdvilág;
 áldjátok az Urat, égi csillagok!
 Áldjátok az Urat, záporosó s harmat egyaránt;
 áldjátok az Urat, ti viharok!
 Áldjátok az Urat, tűz és forróság;
 áldjátok az Urat, hideg és hőség!
 Áldjátok az Urat, dér és harmat;
 áldjátok az Urat, fagy és nagyhideg!
 Áldjátok az Urat, jég és hóesés;
 áldjátok az Urat, éjek és nappalok!
 Áldjátok az Urat, világosság és sötétség;
 áldjátok az Urat, villámok és fellegek!

Áldjad az Urat, szárazföld;
dicsérjed és magasztaljad örökké!
Áldjátok az Urat, hegyek és halmok;
áldjátok az Urat, mind, amik a földből sarjadtok.
Áldjátok az Urat, ti források;
áldjátok az Urat, folyamok és tengerek!
Áldjátok az Urat, tengeri lények, s minden,
ami csak mozog a vízben;
áldjátok az Urat, égi madarak!
Áldjátok az Urat, vadak és háziállatok;
áldjátok az Urat, ti emberek fiai!

Áldjad az Urat, Izrael;
dicsérjed és magasztaljad örökké.
Áldjátok az Urat, ti az Úr papjai;
áldjátok az Urat, ti az Úr szolgálói.
Áldjátok az Urat, igaz szellemek és lelkek;
áldjátok az Urat, szentek és alázatos szívűek.
Áldjátok az Urat, Hananja, Azarja, és Misael;
dicsérjétek és magasztaljátok örökké.
Áldjuk az Atyát és a Fiút a Szentlélekkel együtt;
dicsérjük és magasztaljuk örökké.
Áldott vagy Urunk, az ég boltozata fölött;
dicséretreméltó és magasztos örökké.

(Itt nem mondjuk: Dicsőség az Atyának...)

Antifóna. A tüzes kemencében a három ifjú egy szívvel-lélekkel kiáltotta és zengte: Áldott az Isten, allelúja.

3. *Antifóna.* Sion fiai áldják királyukat ujjongással, allelúja.

149. zsoltár

A szentek ujjongása

Az Egyház fiai, Isten új népének fiai, ujjonganak királyukban:
Krisztusban (Hesychiusz).

Az Úrnak új dalt énekeljete,
hívei gyülekezetében dicsérjétek zengő szóval.
Teremtőjének örvendjen Izrael,
és Sion fiai áldják királyukat ujjongással!
Szent nevét körtánccal dicsérjék,
kézidobbal és zengő lanttal,
mert népében az Úr kedvét találja,
győzelemmel koszorúzza a szelídeket.

Örvendjenek a szentek dicsőségüknek,
pihenőhelyükön is ujjongjanak.
Isten magasztalása zeng az ajkukon,
és legyen a kezükben kétélű kard,
hogy a pogányokon bosszút álljanak,
és a népeket megfeszítsék:
királyaikat kötözzék meg, lábukat megbéklyózva,
és uraik kezét vasbilincsekbe,
hogy ítéletet tartsanak fölöttük, amely meg van írva:
összes szentjeinek ez lesz dicsősége.

Antifóna. Sion fiai áldják királyukat ujjongással,
allelúja.

RÖVID OLVASMÁNY

Jel 7, 10.12

Üdv Istenünknek, aki a trónon ül, és a Báránynak.
Áldás, dicsőség, bölcsesség, hála, tisztelet, hatalom és
erő a mi Istenünknek örökkön-örökké! Amen.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Krisztus az élő Isten Fia*, Irgalmazz nekünk. Krisztus.

Felelet: Aki az Atya jobbján ülsz,* Irgalmazz nekünk. Dicsőség az Atyának. Krisztus.

Antifóna a Benediktushoz: Legyen áldott a mindene-
ket teremő és kormányzó szent és osztatlan Három-
ság, most és mindenkor, és vég nélkül, örökkön
örökké.

BENEDIKTUSZ

Lk 1, 68-79

Áldott az Úr, atyáink Istene,
mert meglátogatta és megváltotta az ő népét.
Erős szabadítót támasztott minékünk
szolgájának, Dávidnak családjából.
Amint szólt a szentek szájával
ősidők óta a próféták ajka által,
megszabadít az ellenség kezéből:
mindazoktól, akik gyűlölettel néznek minket:
atyáinkkal irgalmat gyakorol,
megemlékezik szent szövetségéről,
az esküről, amelyet Ábrahám atyánknak esküdött,
hogy nekünk váltja be, amit ígért;
hogy félelem nélkül és megszabadulva
az ellenség kezétől
neki szolgálatot teljesítsünk:
szentségben és igazságban járjunk előtte
napról-napra, amíg élünk. –

Téged pedig gyermek, a fölséges Isten
prófétájának fognak mondani,
mert az Úr előtt jársz,
egyengetni az ő útját;

az üdvösség ismeretére tanítod nemzetét,
 hogy bocsánatot nyerjen minden bűnük
 Istenünk irgalmas szívetől,
 amellyel meglátogat minket
 a magasságból Felkelő,
 hogy fényt hozzon azoknak, akik sötétben
 és halálos homályban ülnek
 lépteinket pedig a béke útjára igazítsa.

Antifóna. Legyen áldott a mindeneket teremtő és kormányzó szent és osztatlan Háromság, most és mindenkor, és vég nélkül, örökkön örökké.

FOHÁSZOK

Krisztust, a mi Urunkat, nappalunkat és világító napunkat, aki megvilágosít minden embert, és aki napnyugtát nem ismer, magasztaljuk hangos szóval:
Urunk, életünk és üdvösségünk !

Csillagok Teremtője, hálásan köszönjük, hogy irgalmasból új napot kezdhetünk:

– feltámadásodra emlékezünk.

Szentlelked vezessen minket jószágosan a mai napon, hogy cselekedeteinkkel kedvedben járjunk,

– és mindig a te bölcsességed irányítson minket.

Add, hogy nagy örömmel jelenjünk meg néped ünnepi közösségében

– igéd és tested asztala körül.

Szívünk-ből-lelkünk-ből hálát adunk néked

– számtalan jótéteményedért. Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Mennyei Atyánk, te elküldted a világba az igazság Igéjét és a megszentelő Szentlelket, és ezzel kinyilat-

koztattad belső életed csodálatos titkát. Add, hogy az igaz hit megvallásával a Szentháromság dicsőségét megismerjük és a fölséges hatalmú egy Istent imádjuk. A mi Urunk.

Ezután, ha pap, vagy szerpap vezeti a liturgiát, elbocsátja a népet:

Az Úr legyen veletek!

Felelet: És a te lelkeddel!

Áldjon meg benneteket a mindenható Isten: az Atya, a Fiú és a Szentlélek!

Felelet: Amen.

(Vagy a miséből vett más áldásformulával.)

És a búcsúköszöntés:

Menjetekek békével (H.I.: allelúja, allelúja!)

Felelet: Istennek legyen hála (H.I.: allelúja, allelúja!)

Ha nincs jelen pap vagy szerpap, valamint egyéni imádkozás esetén így zárul a Reggeli dicséret:

Az Úr áldjon meg minket, és védelmezzen minden rossztól, és vezessen el az örök életre.

Felelet: Amen.



NAPKÖZI IMAÓRA (Tercia)

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Szentlélek, kérünk, szállj közénk,
te, Atyával s Fiúval egy;
térj be hozzánk kegyelmesen:
töltsd el szívünket teljesen!

Száj, ész, nyelv, érzék és erő
mind-mind terólad valljanak!
Gyűjtsd fel szereteted tüzeit,
s áraszd másokra általunk!

Add, ismerjük meg az Atyát
teáltalad, és egy Fiát:
és kettejüknek Lelke, te,
örökre légy lelkünk hite! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. Antifóna. Jobb az Úrnál keresni oltalmat, mert örökké szeret minket, allelúja.

117. zsoltár

Az ujjongás és szabadulás éneke
Krisztus az a kő, melyet ti, az építők elvetettetek, mégis szegletkővé lett (ApCsel 4, 11).

I.

Adjatok hálát az Úrnak, mert jó,
mert örökké szeret minket.
Mondja Izrael háza: jó az Úr,
mert örökké szeret minket.

Mondja Áron papi háza is,
 hogy örökké szeret minket.
Hirdessék azok is, akik félik az Urat,
 hogy örökké szeret minket!
Az Úrhoz fohászkodtam a szenvedés idején,
 meghallgatott és tágas útra vezetett.
Velem van az én Uram, Istenem,
 nem félek, ember mit árthatna nékem?
Velem van az Úr, ki mindenben segítőm,
 s megláthatom, hogy szégyenül meg az ellenségem.

Jobb az Úrnál keresni oltalmat,
 mint emberekben bizakodni.
Jobb az Úrnál keresni oltalmat,
 mint hatalmasokban reménykedni.
Antifóna. Jobb az Úrnál keresni oltalmat, mert
örökké szeret minket, allelúja.

2. *Antifóna.* Az Úr erő és büszkeség számomra.
II.

Körülvettek, mind a nemzetek,
 de az Úr nevében porba sújtom őket.
Szorongattak minden oldalról,
 de az Úr nevében porba sújtom őket.
Körülvettek, mint a méhrajok,
 tüzük felém csapott, mint a rőzseláng,
 és az Úr nevében porba sújtom őket.

Nekem jöttetek, ütlegetek, már-már elestem,
 de az Úr fölkarolt és megsegített.
 ő lett az én szabadítóm.
Örömujjongástól és énektől hangosak
 az igazak sátrai.

Az Úr jobbja tett nagy dolgokat,
 az Úr jobbja emelt föl engem,
 az Úr jobbja művelt csodákat!

Nem halok meg, hanem élek,
 hogy hirdessem az Úr nagy tetteit.
 Megfenyített az Úr, és megpróbált,
 de nem adott halálra engem.

Antifóna. Az Úr erő és büszkeség számomra, allelúja.

3. *Antifóna.* Hálát adok, mert meghallgattál engem,
 III. allelúja.

Tárjátok ki az igazak kapuit,
 bemegyek, hogy áldjam az Urat.
 Az Úr kapuja íme, itt van,
 de csak az igazak mennek át rajta.

Hálát adok, mert meghallgattál engem,
 te lettél a szabadítóm.

A kő, melyet az építők félredobtak,
 az lett a háznak szegletköve.

Mindezt az Úr vitte végbe,
 a csodát saját szemünkkel látjuk.

Ez az a nap, melyet az Úr adott,
 hogy ujjongjunk és örvendezzünk.

Adj nekünk, Uram, szabadulást,
 adj nekünk, Uram, szerencsét!

Áldott, aki az Úr nevében érkezik:
 megáldunk az Úr házából titeket.

Isten az Úr, ő ragyog felettünk,
 álljatok ünneplő sorba lombos ágakkal
 egyenesen az oltár szarváig.

Hálát adok neked, te vagy Istenem,
 magasztallak, Istenem, téged!

Adjatok hálát az Úrnak, mert jó,
 mert örökké szeret minket!

Antifóna. Hálát adok, mert meghallgattál engem,
 allelúja.

RÖVID OLVASMÁNY

1 Jn 4, 16

Mi megismertük és hittünk annak a szeretetnek, amellyel az Isten szeret minket. Az Isten szeretet, és aki szeretetben marad Istenben marad és Isten őbenne.

Vers: Hajlítsd szívemet bizonyosságaidra Istenem!

Felelet: A te utadon éltesse engem!

KÖNYÖRGÉS

Urunk, Istenünk, engedd, hogy téged egész lelkünkkel imádjunk, embertársainkat pedig őszinte szívből szeressük. A mi Urunk.

Utána, közös zsolozsmázáskor, hozzá tesszük a felhívást:

Mondjunk áldást az Úrnak! *F.:* Istennek legyen hála.



VECSERNYE

Vers: Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet:* Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Fényalkotó kegyelmes Úr,
ki megformáltad a napot,
s az első fény keléskor
világnak adtál kezdetet;

Ki reggel-estét egybekötsz:
s nappal nevével hivatod:
a rút kaosz szakad reánk,
hallgasd meg felsíró imánk!

Ne hagyd a bűn-tört lelket el,
 az életet ne játssza el,
 ha minden örököt feled,
 s vétkek vesztőin tévelyeg.

Menny kapuját zörgesse meg,
 élet javát hadd nyerje meg;
 kerüljük el a szirteket,
 mossunk le minden szennyeket!

Hallgass meg, kérünk jó Atya,
 s Atyának mása, egy Fia,
 s te Szentlélek, Vigasztaló,
 mindörökkön uralkodó! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. Antifóna. Kinyújtja az Úr Sionból hatalma
 vesszejét, és uralkodik mindörökké, allelúja.

109. zsoltár, 1-5. 7

Pap és király a Messiás

Addig kell uralkodnia, míg minden ellenségét le nem győzi
 (1 Kor 15, 25)

Így szólt az Úr az én Uramhoz:
 „Jobbom felől foglalj helyet,
 míg minden ellenségedet
 lábad alá vetem, mint zsámolyt.

Kinyújtja az Úr Sionból hatalmad vesszejét:
 „Uralkodjál ellenségeid között!
 Nálad az uralom hatalmad napján,
 a szentség fényében
 a hajnal méhéből, mint harmatot szültelek téged”.

Megesküdött az Úr és nem bánja meg:

„Te pap vagy mindörökké, Melkizedek rendje szerint.”

Az Úr áll a te jobbold felől

és haragja napján a királyokat összezúzza.

Útközben patakból oltja szomját,
ezért emeli magasba fejét újra.

Antifóna. Kinyújtja az Úr Sionból hatalma vesszejét, és uralkodik mindörökké, allelúja.

2. *Antifóna.* Az Úr arcától megrendült a föld, allelúja.

113. A. zsoltár

Isten népe kiszabadul Egyiptomból

Értsétek meg, hogy ti is kivonultatok Egyiptomból, amikor e világról lemondtatok (Szt. Ágoston).

Amikor Izrael útra kelt Egyiptomból,

és a barbár nép közül kivonult Jákob háza,
akkor lett Júda az ő szentélye,
és Izrael az ő országa. –

Ezt látva a tenger meghátrált,

és a Jordán visszafordult.

A nagy hegyek, mint a kosok úgy ugráltak,
és a halmok, mint a kis bárányok.

Mi történt veled, tenger, hogy meghátráltál,

és teveled, Jordán vize, hogy megfordultál?

Mitől ugráztatok hegyek úgy, mint a kosok,
és ti halmok, mint a kis bárányok?

Rendülj meg föld az Úr arcától,

ez az arca Jákob Istenének!

Szavára tó lesz a köves sivatagból,

és élő vízforrás fakad a kösziklából.

Antifóna. Az Úr arcától megrendült a föld, allelúja.

3. *Antifóna.* Átvette uralmát Urunk, mindenható Istenünk, allelúja.

A következő Kantikumot „Allelujával” kell mondani ahányszor jelezve van, ha énekelnek: recitálás esetén elegendő az „Alleluját” az egyes versszakok elején és végén venni.

KANTIKUM

Jel 19, 1-7

A Bárány mennyegzője

Allelúja.

Istenünknek üdv, dicsőség és hatalom, (R: Allelúja)
mert ítéletei jóságosak és igazak.

R: Allelúja (allelúja)

Allelúja.

Dicsérjétek Istenünket, ti összes szolgái, (R: Allelúja)
s akik félve tisztelitek őt, kicsinyek és nagyok.

R: Allelúja (allelúja)

Allelúja.

Átvette uralmát Urunk, mindenható Istenünk, (R: Allelúja)
örvendezzünk, ujjongjunk és dicsőítsük
őt.

R: Allelúja, (allelúja)

Allelúja.

Elérkezett a Bárány mennyegzőjének napja, (R: Allelúja)
menyasszonya már fel is készült.

R: Allelúja (allelúja).

Antifóna. Átvette uralmát Urunk, mindenható Istenünk, allelúja.

Nagybőji időben nem mondhatunk Alleluját, és ezért a fenti kantikumot az itt következővel helyettesítjük:

3. *Antifóna.* Most fölmegyünk Jeruzsálembe, és beteljesedik minden, amit a próféták az Emberfiáról megjövendöltek.

KANTIUM

1 Pét 2, 21-24

Krisztus, Isten szolgája önként szenved
Krisztus értünk szenvedett,*
példát adva nektek,
hogy nyomdokait kövessétek.

Bűnt nem követett el soha,
hamisság nem volt szájában;
Amikor szidalmazták, nem viszonzta a szidalmat,*
nem fenyegetőzött, amikor szenvedett,
hanem rábízta magát az igazságos bíróra.

Vétkeinket a saját testében
fölvitte a kereszt-fára,
hogy meghaljunk a bűnöknek, s az igazságnak éljünk:
sebei szereztek számotokra gyógyulást.

Antifóna. Most fölmegyünk Jeruzsálembe, és beteljesedik minden, amit a próféták az Emberfiáról megjövendöltek.

RÖVID OLVASMÁNY

2 Kor 1, 3-4

Áldott legyen az Isten, Urunk Jézus Krisztus Atyja, az irgalom Atyja és minden vigasztalás Istene! Ő megvigasztal minket minden nyomorúságunkban, hogy mi is megvigasztalhassuk azokat, akik bármilyen mű szorongatásban vannak: azt a vigaszt nyújtva nekik, amellyel az Isten vigasztal minket.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Áldott vagy Urunk*, Az ég boltozata fölött.
Áldott vagy.

Felelet: Dicséretreméltó és magasztos örökké*. Az ég boltozata fölött. Dicsőség az Atyának. Áldott vagy.

Antifóna a Magnifikáthoz. Megvallunk téged ajkunkkal és egész szívünkkel: az Atyaistent, aki nem született, és a Fiút, az Egyszülöttet, és a Szentlelket, a Vigasztalót, a szent és osztatlan Háromságot, dicsérjük és áldjuk: Dicsőség neked mindörökké!

MAGNIFIKAT

Lk 1, 46-55

Ujjongunk az Úrban

Magasztalja

az Urat az én lelkem,
és szívem ujjong az örömtől

Istenemben és Megváltómban.

Tekintetre méltatta alázatos szolgáló leányát:

íme, ezentúl boldognak hirdetnek az összes
nemzedékek,

mert nagyot művelt velem ő, aki hatalmas:

ő, akit Szentnek hívunk.

Nemzedékről nemzedékre megmarad irgalma
azokon, akik istenfélők. –

Csodát művelt erős karjával:

a kevélykedőket széjjelszórta;

hatalmasokat elűzött trónjukról,

kicsinyeket pedig felmagasztalt;

az éhezőket minden jóval betölti,

a gazdagokat elbocsátja üres kézzel.

Gondjába vette gyermekét, Izraelt:

megemlékezett irgalmáról,

melyet atyáinknak hajdan megígért,

Ábrahámnak és utódainak mindörökké.

Dicsőség az Atyának, a Fiúnak, és a Szentléleknek,
miképpen kezdetben, most és mindörökké.
Amen.

Antifóna. Megvallunk téged ajkunkkal és egész szívünkkel: az Atyaistent, aki nem született, és a Fiút, az Egyszülöttet, és a Szentlelket, a Vigasztalót, a szent és osztatlan Háromságot, dicsérjük és áldjuk: Dicsőség neked mindörökké!

FOHÁSZOK

Krisztus Urunk a Fő, mi tagjai vagyunk. Imádjuk őt és mondjuk hangos ujjongással:

Urunk, jöjjön el a te országod !

Üdvözítők, tedd Egyházadat az emberi nem egységének éltető szentségévé,

– és az üdvösség hatásos jelévé minden nép számára.

Állj mindenkor a pápával egységben levő püspökök testülete mellett,

– és add meg nekik az egység, a szeretet és a béke ajándékát.

Add, hogy a keresztények, veled, az isteni Fővel, minél szorosabban egyesüljenek.

– és életük tanúságtételével hirdessék országodat.

Adj békét a világnak,

– hogy virágozzék mindenfelé a biztonság és a nyugalom.

Juttasd a végső napon a feltámadás dicsőségét az elhunytaknak,

– és minket is tégy boldogságuk részeseivé.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Lásd a 16. oldalon: de választható a megfelelő liturgikus nap könyörgése is. – Az imaóra befejezését is lásd a 17. oldalon.



KOMPLETÓRIUM

Vers: Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet:* Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

Dicséretes dolog most a lelkiismeretvizsgálat, amely közös végzés esetén a mise bűnbánati formulája szerint történhet.

HIMNUSZ

Immár a nap leáldozott,
Teremtőnk, kérünk tégedet,
légy kegyes, és maradj velünk,
őrizzed, óvjad népedet.

Álmodjék rólad a szívünk,
ál munkban is te légy velünk:
téged dicsérjen énekünk,
midőn új napra ébredünk!

Adj nekünk üdvös életet,
szítsd fel a szív fáradt tüzét:
a ránk törő rút éjhomályt
világosságod rontsa szét!

Kérünk, mindenható Atyánk,
Úr Jézus Krisztus érdemén,
ki Szentlélekkel és veled
uralkodik, s örökre él. Amen.

(Vagy a 48. oldalon található himnusz.)

ZSOLTÁROZÁS

Antifóna. Szárnyaival betakargat téged: nem kell félned az éjjeli rémtől.

90. zsoltár

A Fölséges oltalmában

Ime, hatalmat adtam nektek, hogy kígyókon és skorpiókon járjatok (Lk 10, 19).

Aki a Fölséges oltalmában lakik,
a Mindenható árnyékában tartózkodik.
Így beszélhet az Úrnak:
„Menedékem és erősségem,
Istenem, benne remélek.”

Mivel megment ő téged a vadászok törétől,
és a gonosz beszédétől,
szárnyaival betakar téged,
tollai alatt oltalmat találsz.
Pajzs és vért az ő hűsége:
nem kell félned az éjjeli rémtől,
a nappal suhanó nyíltól,
a sötétben ólálkodó ragálytól,
sem a délben pusztító dögvésztől.

Essenek el bár ezren oldaladon,
és tízezren jobbod felől,
de hozzád nem közelíthet.
Saját szemeddel láthatod majd,
látni fogod, hogy lakolnak a bűnösök.
Mert te vagy, Uram, menedékem,
hajlékodat a magasságokba helyezted.

Nem eshet semmi bajod,
otthonodhoz nem közelíthet semmi csapás.
Mert angyalainak parancsol felőled,
hogy őrizzenek minden utadon.
Kezükkben hordanak téged,
hogy kőbe ne üsd lábadat.
Áspiskígyón és viperán lépdelsz,
oroszlánt és sárkányt eltiporsz. –

„Mivel ragaszkodik hozzám, azért megszabadítom,
 felkarolom, mert nevemet ismeri.
 Hozzám kiált majd, és én meghallgatom őt,
 szorongatásában mellette állok,
 kiragadom és megdicsőítem őt.
 Napok hosszú sorával áldom meg,
 és megmutatom neki üdvösségemet.”

Antifóna. Szárnyaival betakargat téged: nem kell
 félned az éjjeli rémtől.

RÖVID OLVASMÁNY

Jel 22, 4-5

Látni fogják az Úr arcát, és homlokukon hordják
 az ő nevét. Nem lesz többé éjszaka, és nem szorulnak
 lámpafényre vagy napvilágra. Az Úristen ragyogja
 be őket, és uralkodni fognak örökkön örökké.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Uram, a te kezedbe* ajánlom az én lelkemet.
 Uram.

Felelet: Megváltottál minket, Urunk, hűséges Iste-
 nünk*. Ajánlom az én lelkemet. Dicsőség az Atyának.
 Uram.

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s
 ha alszunk, őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal
 ébren, s elnyugodjunk, biztonságban békén.

EVANGÉLIUMI KANTIKUM

Lk 2, 29-32

Krisztus a pogányok világossága és Izrael dicsősége

Bocsásd el most, Uram, szolgálodat,
 szavaid szerint békességben!
 Hiszen már meglátták szemeim,
 akit küldtél, az Üdvözítőt.
 Őt adtad számunkra
 csodájára minden népnek,
 hogy fényeskedjék az egész világnak,
 mint választott néped dicsősége.

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s ha alszunk, őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal ébren, s elnyugodjunk biztonságban, békén.

KÖNYÖRGÉS

Istenünk, hallgasd meg alázatos kérő szavunkat, hogy Krisztus feltámadásának ünneplését a mai napon bevégezve, minden rossztól mentesen a te békédben nyugodjunk, és a te dicséretedben örvendezve ébredjünk. Krisztus, a mi Urunk által. *Felelet*: Amen.

Főünnepen, amelyik nem esik vasárnapra:

Látogasd meg, kérünk, Istenünk, ezt a hajlékot, és az ellenség minden cselvetését messze űzd el tőle! Szent angyalaid lakjanak benne, akik minket békében őriznek: és áldásod legyen mindig rajtunk. Krisztus, a mi Urunk által.

Ezután az egyénileg imádkozó is elmondja az áldást:

A nyugodalmas éjszakát és a jó halál kegyelmét adja meg nekünk a mindenható Isten!

Felelet: Amen.

SZŰZ MÁRIA ZÁRÓ ANTIFÓNÁI

Ezután a Boldogságos Szűz Mária antifóniái közül kell egyet elmondani.

ALMA REDEMPTORIS MATER ...

Áldott, Megváltónknak Anyja,
nyílt kapuja fönn a magas égnek,
és tenger-csillag!

Nyújts oltalmat nekünk,

szánd meg jóra vágyó népedet!

Hisz te lettél anyja csodálatos módon
szent és áldott Teremtődnek:

szűz azelőtt, szűz utána is,

Gábor angyal köszöntött, néked Ávé-t mondván,

Szánj meg, kérünk, minden bűnöst!

AVE, REGINA COELORUM . . .

Áldott szép Úrnőnk a mennyben,
rólad angyalok ajka zengjen:
áldott gyökér, égi ajtó,
földnek drága napfényt adó!

Örülj szép Szűz, dicső ékes,
nincsen más ily tiszta fényes:
szép vagy, az Úr legyen véled,
Krisztus értünk imáddal kérleld!

SALVE REGINA . . .

Üdvözlégy, Úrnőnk, az irgalmasság asszonya!
Édesség, élet, reménycsillag, áldunk.
Most kérve kérel Évának száműzött népe.
Hozzád sóhajtunk, sírva és zokogva
siralmaink völgye mélyén.
Hallgass meg hát, égi közbenjárónk!
Kegyes Anyánk, két szemed áldott sugarát
fordítsd ránk végre!
És Jézust mutasd nekünk, méhed szent gyümölcsét,
hogy őt e számkivetés múltán lássuk!
Ó áldott, ó drága, ó édes, szép Szűz Mária!

REGINA CAELI . . .

Égi Királyné, örvendezz, allelúja,
mert Jézust méltó voltál hordozni, allelúja!
Feltámadott, amint mondta, allelúja.
Kérleld az Istent értünk, allelúja!

SUB TUUM PRAESIDIUM . . .

Hozzád futunk, védj meg minket, pártfogónk:
Isten áldott Szülője!
Könyörgésünk esdve kérel, ne vedd meg azt
ínségünk nehéz idején,
de minden bajtól és vésztől szabadítsd meg bízó néped,
dicsőséges Asszony és áldott Szent Szűz!

HÉTFŐ

REGGELI DICSÉRET

Vers: Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet:* Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Atyaisten dicsfénye, te
fényből lett fény tündöklete,
fény fénye, nappal napja vagy:
forrás, melyből napfény fakad.

Igaz nap, kelj egünkre már,
ragyogj reánk, örök sugár,
és tündököld szívünkbe szét
a Szentlélek sugártüzét!

Szóval szólítjuk az Atyát,
a szüntelen dicsfény urát,
ki hathatós kegyelmet ad;
fojtsa el csábítónk szavát.

Sugalljon hősi tetteket,
törje meg a Kaján fogát;
a bajt enyhítse jobbulás
vagy béketűró lelkelet!

Uralkodjék a lelkeken;
a test szeplőtelen s hű legyen,
és lánggal égjen tiszta hit,
ne tudjuk álság mérgeit!

Krisztus legyen ma étlünk,
a hit legyen ital nekünk,
élvezzük szent öröm borát,
a Lélek józan mámorát!

Napunk teljék el boldogan:
szemérmes hajnalunk legyen,
hitünk a tűző déli nap,
s lelkünket éj ne lepje meg!

A hajnal ím szekérre kap;
jöjjön hát fényes-teljesen,
Atyának keblén a Fiú,
Igében foglalt Végtelen! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna.* Boldog, aki házában lakhat, Uram.

83. zsoltár

Vágyódás az Úr temploma után
Itt a földön nincs maradandó hazánk, inkább az eljövendő után
vágyódunk (Zsid 13, 14)

Mily kedves a te hajlékod, seregek Ura!
Sóvárog és eleped lelkem az Úr udvarába.
A szívem és a testem
örvendezik az élő Istenben.
A veréb is otthont talál magának,
és a gerle fészket, ahová fiókáit helyezi:
én a te oltárodnál, seregek Ura, Istenem és
királyom!

Boldog, aki házában lakhat,
téged dicsérhet szüntelen.
Boldog ember, akinek tőled van a segítség,
és szívében készülődik, hogy hozzád felmenjen.

Mikor átvonulnak a tikkadt völgyön, forrás fakad ott,
mert áldással halmozza el a korai eső.
Erőt erővel tetéztve vonulnak,
és meglátják Sionon az istenek Istenét.

Seregek Ura, Istene, hallgasd meg imámat,
fogadd füledbe, Jákob Istene!
Istenünk, Oltalmazónk, nézz reánk,
tekints a te fölkentéd arcára! –
Bizony, jobb egy nap a te házában ezernyi másnál.
Azt választom inkább, hogy az Úr házában
küszöbén álljak,
mint lakjam a bűnösök hajlékában.

Mert nap és védőpajzs az Úristen,
kegyelmet és dicsőséget oszt az Úr.
Nem von meg semmi jót azoktól, akik ártatlanul
élnek. Seregek Ura,
boldog, aki tebenned bíz.

Antifóna. Boldog, aki házában lakhat, Uram!

2. *Antifóna.* Rajta, menjünk föl az Úr hegyére!

KANTIKUM

Az Úr házában a hegyek fölött
Eljön minden nemzet és mind elé borulnak (Jel 15, 4)

Ez történik majd a végső időkben:
Szilárdan áll az Úr házában a hegyek fö-
lött.
Magasabb lesz a halmoknál,
és hozzá özőnlenek mind a nemzetek.

Oda zarándokol sok nép és így beszél:
„Rajta, menjünk föl az Úr hegyére,
és házába Jákob Istenének.

Hadd tanítson minket útjaira,
 hogy járni tudjunk ösvényein.
 Mert Sionról jön a tanítás,
 és Jeruzsálemből az Úr igéje.”

Ő tesz igazságot a nemzetek között,
 és mond ítéletet a sok népnek.
 És ők ekét kovácsolnak kardjaikból,
 lándzsáikból pedig szőlőmetsző késeket.
 Nemzet nemzet ellen kardot nem emel,
 és nem készül többé senki háborúra.

Jákób háza, rajta,
 járjunk az Úr világosságában.

Antifóna. Rajta, menjünk föl az Úr hegyére!

3. *Antifóna.* Énekeljete az Úrnak, áldjátok nevét.

95. zsoltár

Az Úr az egész föld királya és bírja
 Új éneket énekeltek Isten trónja és a Bárány előtt (Jel 14, 3)

Énekeljete az Úrnak új éneket!
 Minden föld az Úrnak énekeljen!
 Énekeljete az Úrnak, áldjátok nevét,
 napról-napra hirdessétek üdvösségét!
 Hirdessétek dicsőségét a nemzetek között,
 és csodatetteit minden nép között.

Mert nagy az Úr és minden dicséretre méltó,
 félelmetesebb az összes isteneknél.
 A nemzetek minden istene csak üres semmiség,
 az Úr azonban alkotta az eget.
 Színe előtt fönség és szépség,
 szentélyében hatalom és ékesség.

Adjatok az Úrnak, népek családjai,
 adjatok az Úrnak dicsőséget és hatalmat,
 adjatok az Úr nevének dicsőséget.
 Áldozatot vigyetek és lépjete be udvarába,
 a szent fényben imádjátok az Urat.
 Színe előtt rendülj meg egész föld,
 mondjátok a nemzeteknek: „Az Úr uralkodik!”
 Ő tette a földet szilárdná és meg nem inog,
 ő ítélkezik a népeken igazságban.

Örvendjen az ég és ujjongjon a föld,
 zúgjon a tenger egész teljessége,
 örvendjen a mező és minden, ami rajta van.
 Ujjongjon az erdő minden fája is,
 az Úr előtt, mert eljön,
 jön, hogy ítélje a földet.
 Igazságosan ítéli meg a földkerekséget,
 és a népeket igazságban.

Antifóna. Énekeljete az Úrnak, áldjátok nevét.

RÖVID OLVASMÁNY

Jak 2, 12-13

Úgy beszéljete és úgy cselekedjete, mint akik
 fölött majd a szabadság törvénye szerint ítélkeznek,
 mert az ítélet irgalmatlanul lesújt arra, aki nem irgal-
 mas: az irgalmasság azonban nagyon meghaladja az
 ítéletet.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Áldott az Úr* Örökkön örökké. Áldott.

Felelet: Aki egyedül vitt véghez csodát* Örökkön
 örökké. Dicsőség az Atyának. Áldott.

Antifóna a Benediktushoz. Áldott az Úr, a mi Iste-
 nünk.

BENEDIKTUSZ

(Lásd a 15. oldalon)

Antifóna. Áldott az Úr, a mi Istenünk.

FOHÁSZOK

Isten a világba helyezte az embert, hogy az ő dicsőségére végezze munkáját.

Könyörögve kérjük:

Add, Urunk, hogy dicsőséged szolgáljuk.

Istenünk, világmindenség teremője, áldunk téged,
– nekünk adtad a világ javait és mindeddig megőrizted életünket.

Tekints ránk, kik mindennapi munkánkat vállaljuk,
– és alakíts minket tetszésed szerint, amikor elfogadsz minket munkatársaidnak.

Tedd mai munkánkat gyümölcsözővé testvéreink javára,

– hadd építsünk velük és számukra olyan földi közösséget, hogy Te is kedvedet találj benne.

Légy velünk és mindazokkal, akikkel találkozunk,
– ajándékozz meg minket örömmel és békével.
Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Irányítsd és szenteld meg, vezesd és kormányozd, Urunk, Istenünk, ég és föld Királya a mai napon szívünket és testünket, érzékeinket, szavainkat és tetteinket törvényeid és parancsaid teljesítésének útján, hogy segítségeddel most és mindörökké épek és szabadok maradjunk. A mi Urunk.

Az imaóra befejezése a 17. oldalon.



NAPKÖZI IMAÓRA (Szexta)

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Vezérlő, igaz Istenünk,
ki az időket megszabod,
hogy reggel áradjon a fény,
és forrón lángoljon a dél.

Oltsd el a viszályok tüzét,
szüntesd meg ártalmak hevét,
testünknek egészséget adj
és békességes jó szívet!

Hallgass meg, kérünk, jó Atya,
s Atyának egyszülött Fia
s a Szentlélek, vigaszt ki ád,
most és örök időkön át! Amen.

(Vagy mint az 58. oldalon)

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna*. Boldog, aki hallgatja Isten igéjét és meg is őrzi azt.

118. *zsolnár 41-48 VI. (Vau)*

Fölöttem lebegjen irgalmad, Uram,
segítséggeddel, amint megígérted.
Felcni fogok gúnyolóimnak,
mert a te szavadban bízom.

Felette reménykedem ítéleteidben,
ne vond meg hát számtól sohasem az igazság
szavát.

Fáradhatatlanul megtartom törvényedet,
mindenkor és mindörökre.

Feléd tartva széles úton járhatok,
mert parancsaidat keresem.

Fennem hirdetem végzéseid a királyok előtt,
és nem vallok szégyent.

Föllelkesülök parancsolataidtól,
mert szeretem őket.

Feljük tárom kezem, mert szeretem parancsolataidat,
rendelkezéseidről elmélkedem.

Antifóna. Boldog, aki hallgatja Isten igéjét és meg is
őrzi azt.

2. *Antifóna.* Az én eledelem az, hogy teljesítsem
Atyám akaratát.

39. zsoltár 2-14. 17-18

Hálaadás és segítségkérés

Sem véres, sem ételáldozat nem kellett neked, azért alkottál
embertestet nekem (Zsid 10, 5).

I.

Várva vártam az Urat,
és ő hozzám lehajolt.

Kiáltásom szavát meghallgatta,
és kivont a szomorúság verméből, az undok
iszapból.

Lábamat sziklára állította,
és megszilárdította lépteimet.

Új éneket adott ajkaimra,
Istenünknek zengő éneket. –

Sokan látják ezt, és félik majd őt,
és kezdenek bízni az Úrban.

Boldog az ember, aki bizalmát az Úrba veti,
és mit sem vár a kevélyektől és a hazugságra
hajlóktól.

Uram, én Istenem, sok nagy csodát tettél
rólunk való gondoskodásodban,
senki sincs hozzád hasonló.

Akarnám hirdetni és elbeszélni,
de több az, semhogyl elsorolhatnám.

Nem kellett neked véres-, vagy étel-áldozat,
fülelmet azonban megnyitottad.

Égő- s engesztelő áldozatot sem követeltél.

Így szóltam akkor: „Íme, eljövök,
a könyvtetekercsben meg van írva rólam,
hogyl megtegyem a te akaratodat.

Istenem, én magam akarom,
törvényed ott él szívem legmélyén.”

Antifóna. Az én eledelem az, hogyl teljesítsem Atyám
akaratát.

3. *Antifóna.* Szegény vagyok, de az Úr gondot visel
ráml.

II.

Igazságodat hirdetem a nagy gyülekezetben,
íme, ajkamat be nem zárom, Uram, te jól tudod.

Igazságodat nem rejtem el szívembe,
elbeszélem hűségedet és segítségedet.

Nem titkolom irgalmasságodat,
és hűségedet a nagy gyülekezet előtt.

Te pedig, Uram, ne tagadd meg tőlem irgalmadat,
jószágod és hűséged oltalmazzon mindig engem.

Mert annyi baj vett körül,
hogyl megszámolni sem lehet,
utolérték engem bűncím,
már látni sem tudok.

Több a vétkem, mint hajsza a fejemen,
szívem is ellankad egészen.

Legyen tetszésedre, Uram, hogy megszabadítasz
engem, siess, Uram segítségemre.

Ujjongjanak és örvendjenek benned, akik keresnek
téged, mondják szüntelen: „Hatalmas az Úr!”
akik szeretik üdvösségedet.

Szegény vagyok és nyomorult,
de az Úr gondot visel rám;
Segítóm és megmentőm te vagy nékem;
ne késlekedj tovább, Istenem!

Antifóna. Szegény vagyok, de az Úr gondot visel
rám.

RÖVID OLVASMÁNY

Jer 32, 40

Örök szövetséget kötök velük, és nem szűnök meg
jót tenni velük. Szívükbe adom félelmemet, hogy el
ne távozzanak tőlem.

Vers: Istenben van szabadulásom és dicsőségem.
Felelet: És Benne van menedékem.

KÖNYÖRGÉS

Istenünk, te vagy az aratás Ura és szőlőskerted
őrzője. Te osztod be köteles szolgálatunkat, és te adod
meg igazságod szerint jutalmunkat, ahogy megérde-
meljük. Engedd úgy hordoznunk a nap terhét, hogy
mindenkor panasz nélkül fogadjuk végzéseidet.
Krisztus, a mi Urunk által.

Utána, legalábbis közös zsoltósmázáskor, hozzá tesszük a fel-
hívást:

Mondjunk áldást az Úrnak!
Felelet: Istennek legyen hála.

VECSERNYE

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Ég mérhetetlen mestere,
ki megosztád a vizeket,
s hogy egybe ne zúduljanak,
határul adtad az eget:

Kitűzted az ég vizei
s földi patakok helyét:
fékezze víz a lángokat,
a föld ne száradhasson el:

Kegyelmes, áraszd most belénk
el nem fogyó kegyelmedet,
hogy meg ne rontsa népedet
új álnoksággal régi bűn.

Fényeskedjék jobban hitünk,
lobogtasson fáklyát nekünk;
minden hívságot rontson el,
hamisság el ne nyomja azt!

Hallgass meg, kérünk, jó Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökkön uralkodó! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. Antifóna. Szemünk mindig Istenre tekint, amíg csak rajtunk meg nem könyörül.

122. zsoltár

A nép az Úrban bízik

A két vak kiáltozni kezdett: „Uram, Dávid Fia könyörülj rajtunk!”
(Mt 20, 30)

Szememet hozzád emelem,
hozzád, aki a mennyben laksz. –
Amint a szolga szeme gazdája kezére figyel,
s a szolgáló szeme úrnőjének a kezére,
szemünk úgy tekint a mi Urunkra, Istenünkre,
amíg csak rajtunk meg nem könyörül.

Könyörülj rajtunk, Uram, könyörülj rajtunk,
mert gyalázattal elteltünk nagyon,
mert túlságosan megtelt a lelkünk,
a dúslakodók gúnykacajával és a kevélyek megvetésével.

Antifóna. Szemünk mindig Istenre tekint, amíg csak rajtunk meg nem könyörül.

2. *Antifóna.* Az Úr a mi segítségünk, aki az eget és a földet alkotta.

123. zsoltár

Segítségünk az Úr nevében

Az Úr Pálhoz: „Ne félj... én veled vagyok.” (ApCsel 18, 9-10).

Ha nem lett volna velünk az Úr, vallja meg most Izrael,
ha nem lett volna velünk az Úr,
mikor ránk támadtak az emberek:
elevenen nyeltek volna el bennünket,
amikor fellángolt haragjuk ellenünk.
Talán elnyelt volna a víz minket,
átcsapott volna fölöttünk a folyó,
talán átesapott volna rajtunk az áradó víz.

De áldott legyen az Úr,
 ki nem adott minket foguk martalékául.
Lelkünk megmenekült, mint a madár
 a vadászok hálójából:
A vadászhaló szétszakadt,
 és mi megmenekültünk!
Az Úr a mi segítségünk,
 aki az eget és a földet alkotta.

Antifóna. Az Úr a mi segítségünk, aki az eget és a földet alkotta.

3. *Antifóna.* Isten, Fiában kiválasztott minket, hogy gyermekei legyünk.

KANTIKUM

Ef 1, 3-10

A megváltó Isten

Áldott legyen Isten,
 Urunk, Jézus Krisztus Atyja,
 aki Krisztusban minden lelki áldással
 megáldott minket fenn a mennyben.

Benne választott ki minket
 a világ teremtese előtt,
 hogy szentek és feddhetetlenek legyünk előtte.

Szeretetből eleve arra rendelt minket,
 hogy Jézus Krisztus által gyermekei legyünk
 akarátának tetszése szerint,

és magasztaljuk fölséges kegyelmét,
 amellyel megajándékozott minket szeretett Fiá-
 ban.

Óbenne van megváltásunk, vére által,
 s bűneink bocsánata.

Kegyclme bőségének arányában,
amelyet gazdagon árasztott reánk
minden bölcsességgel és okossággal.

Tudtunkra adta ugyanis akaratának titkos végzését
jóságos tetszése szerint,

és elhatározta benne,
hogy elérkezik az idők teljessége,
és Krisztusban, mint főben foglal össze mindent,
ami van a mennyben és a földön.

Antifóna. Isten, Fiában kiválasztott minket, hogy
gyermekei legyünk.

RÖVID OLVASMÁNY

Jak 4, 11-12

Ne rágalmazzatok egymást, testvérek! Aki rágalmazza testvérét vagy ítélkezik testvére fölött, az a törvényt rágalmazza és a törvény fölött ítélkezik. Ha pedig a törvény fölött ítélkezel, nem vagy a törvény teljesítője, hanem bírója. Egy a törvényhozó és a bíró, aki elveszthet és megszabadíthat. Te pedig ki vagy, hogy felebarátodat megítéled?

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Gyógyíts meg engem*, Mert vétkeztem ellened. Gyógyíts meg.

Felelet: Így szóltam: Uram, könyörülj rajtam*. Mert vétkeztem ellened. Dicsőség az Atyának. Gyógyíts meg.

Antifóna a Magnifikáthoz. Magasztalja az Urat az én lelkem, mert Isten tekintetre méltatta alázatosságomat.

MAGNIFIKAT

(Lásd a 26. oldalon)

Antifóna. Magasztalja az Urat az én lelkem, mert Isten tekintetre méltatta alázatosságomat.

FOHÁSZOK

Krisztus minden embert el akar vezetni az üdvösségre. Kérjük őt őszinte lélekkel:

Vond magadhoz, Urunk, a mindenséget.

Áldott vagy, Urunk, mert a bűn rabságából drága véreddel megváltottál minket,

- add meg nekünk az Isten fiainak dicsőséges szabadságát.

Add kegyelmedet N. Főpásztorunknak és Egyháznak minden püspökének,

- hogy a lélek örömeiben, buzgósággal szolgálják szent titkaidat.

Add meg mindazoknak, akik keresik az igazságot, hogy azt meg is találják.

- és ha megtalálták, tovább kutassák.

Állj, Urunk, az árvák, özvegyek és minden elhagyott mellé,

- hogy érezzék közelségedet és Hozzád még jobban ragaszkodjanak.

Fogadd jóságosan égi országodba elhunyt testvéreinket,

- ott vagy mindenkiben minden, Atyáddal és a Szentlélekkel egységben.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Istenünk, méltán magasztalunk téged, mint fogyhatatlan világosságot. Ezért összegyűlve ebben az órában azt kérjük, oszlasd szét kegyelmeddel a sötét-

séget, engesztelődj meg irántunk, és bocsásd meg bűneinket. A mi Urunk.

Az imaóra befejezése a 17. oldalon



KOMPLETÓRIUM

Vers: Isenem, jöjj segítségemre! *Felelet:* Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

Lelkiismeretvizsgálat

HIMNUSZ

Krisztus, ki nap vagy és világ,
minket sötétségben ne hagyj;
Atyádnak fényessége vagy,
s a hit világát hirdeted.

Urunk, szent Isten, kérlelünk,
az éjszakában légy velünk;
nyugvásunk kebleden legyen:
így testünk-lelkünk megpihen

Álom takarja mi szemünk,
de nálad virraszt a szívünk;
fényeddel éjjel látogass,
őrizz, vezérelj, támogass!

Védelmezz minket, légy kegyes,
fékezd meg, ki vesztünkre les;
kit megváltottál véreddel,
Úr Jézus, kérünk, ne hagyd el!

Kegyes király, Krisztus, neked
és az Atyának tisztelet
s a Vigasztalónak veled,
örök időn át szüntelen! Amen.

(Vagy a 28. oldalon található himnusz)

ZSOLTÁROZÁS

Antifóna. Uram, Istenem, te türelmes és nagyirgalmú vagy.

85. zsoltár

Bajba jutott szegény ember imája
Áldott legyen az Isten, aki megvigasztal minden szomorúságunkban (2 Kor 1, 3.4).

Fordítsd felém füled, Uram, és hallgass meg engem,
hiszen gyámoltalan és szegény vagyok.
Őrizd meg lelkemet, mivel szented vagyok;
szabadítsd meg szolgádat, Istenem, aki benned
bízik.

Könyörülj rajtam, Uram,
mivel egész nap hozzád kiáltok.
Tedd vidámmá szolgád lelkét,
hiszen lelkem hozzád emelem, Uram.
Mert te, Uram, jóságos vagy, szelíd,
és nagyirgalmú azokhoz, akik segítségül hívnak
téged.

Hallgasd meg, Uram, imádságomat,
könyörgésem szavára figyelj.
Szorongatásom napján hozzád kiáltok,
mivel te meghallgatsz engem.

Az istenek között nincs hozzád hasonló, Uram.
és műveidhez semmi sem fogható,

Eljön minden nemzet, amelyet alkottál,
leborulnak előtted, Uram,
és magasztalják nevedet.
Mert te nagy vagy és csodákat művelsz:
egyedül te vagy az Isten.

Utadat, Uram, tanítsd meg nekem,
hogy igazságod szerint járjak.
Tedd szívemet egyszerűvé,
hogy nevedet félje.

Hálát adok neked, Uram, Istenem, teljes szívemből,
és nevedet dicsőítem mindörökké.
Mert nagy a te irgalmad hozzám:
kiradtad lelkem a mélység mélyéből.

Kevélyek támadnak rám, Istenem,
hatalmaskodók csapata tör életemre,
és nem tartanak téged szemük előtt.
Pedig te, Uram, könyörülő és irgalmas Isten vagy,
türelmes, nagyírgalmú és hűséges.
Tekints rám és könyörülj rajtam,
add erődöt szolgálódnak,
és szabadítsd meg szolgálód fiát.

Mutasd meg rajtam jószágod jelét,
hogy gyűlölőim lássák és megszégyenüljenek,
mivel te segítesz engem, Uram, és te megvigasztalsz.

Antifóna. Uram, Istenem, te türelmes és nagyírgalmú vagy.

RÖVID OLVASMÁNY

1 Tessz 5, 9-10

Isten az üdvösség elnyerésére rendelt minket,
Urunk, Jézus Krisztus által, aki meghalt értünk, hogy
akár ébren vagyunk, akár alszunk, együtt éljünk vele.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers : Uram, a te kezedbe ajánlom az én lelkemet.
Uram.

Felelet : Megváltottál minket, Urunk, hűséges Istenünk*. Ajánlom az én lelkemet. Dicsőség az Atyának.
Uram.

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s ha alszunk, őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal ébren, s elnyugodjunk biztonságban békén.

EVANGÉLIUMI KANTIKUM

Lk 2, 29-32

Krisztus a pogányok világossága és Izrael dicsősége

Bocsásd el most, Uram, szolgálodat,
szavaid szerint békességben!
Hiszen már meglátták szemeim,
akit küldtél, az Üdvözítőt.
Őt adta számunkra,
csodájára minden népnek.
hogy fényeskedjék az egész világnak,
mint választott néped dicsősége.

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s ha alszunk, őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal ébren, s elnyugodjunk biztonságban békén.

KÖNYÖRGÉS

Adj Urunk, testünknek üdvös pihenést, és mai munkálkodásunk magvetését érleld meg az örök aratásra! Krisztus, a mi Urunk által.

Az imaóra befejezése és a Bold. Szűz Mária antifónája a 31-32. oldalakon.



KEDD

REGGELI DICSÉRET

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Várt hajnal ad hírt már nekünk,
a nap dárdája szúr felénk,
mindent aranyba önt a fény
s a föld színes ruhákat ölt.

Minden napnál nagyobb Napunk,
Örökre életető Erőnk,
Fogadd el Krisztus énekünk,
Hadd élvezzünk mi Tégedet.

Atyánk Igéje, Óstudás,
Csodálatos rend általad
Ragyog minden dolgok között,
S értelmünk így lát rajtuk át.

Add, hogy a fény szülöttei
Igy éljünk munkás életet
S Atyánknak bő kegyelmeit
Mutassa meg jó életünk.

Őszinte szót adj szánkra is
S az igazság mézescsöppjeit,
Hogy szívünket nagy, szent öröm
Hevítse már a földön is.

Kegyes Királyunk, Krisztusunk,
Dicsér Atyáddal énekünk
S Szentlelkednek is egyazon
Dalt zengjünk mindörökre majd. Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna.* Az ártatlankezű, a tisztaszívű mehet föl az Úr hegyére.

23. *zsoltár*

Az Úr bevonul a templomba
Megnyíltak az ég kapui Krisztusnak test szerint való felvitele
miatt (Szt. Ireneusz).

Az Úr é a föld, és mind, ami betölti,
a földkerekség és mind, aki lakja,
mert tengerek fölé ő rakta alapját,
ő állította szilárdan vizek fölé.

Ki mehet föl az Úr hegyére,
ki állhat meg az ő szent helyén?
Az ártatlankezű, a tisztaszívű,
aki nem vette hiába Isten nevét,
és nem tett hamis esküt.
Az nyer áldást az Úrtól,
és szabadító Istenétől üdvösséget.
Ez az Istent keresők népe,
amely arcát kutatja Jákob Istenének.

Emeljétek föl fejetekeket, kapuk,
emelkedjétek föl, örök kapuk:
bevonul a dicsőség királya.
Kicsoda ez a dicsőség királya?
Az erős és hatalmas Úr,
győzhetetlen a csatákban.

Emeljétek föl fejetekeket, kapuk,
emelkedjétek föl, örök kapuk:
bevonul a dicsőség királya.
Kicsoda ez, a dicsőség királya?
A seregek Úra, ő a dicsőség királya!

Antifóna. Az ártatlankezü, a tisztaszívű mehet föl az Úr hegyére.

2. *Antifóna.* Magasztaljátok a mindenség Királyát!

KANTIKUM

Tób 13. 1-10

Isten megfenyít, de-meg is vigasztal
Áldott legyen az Isten, a mi Urunk Jézus Krisztus Atyja, aki
nagy irgalmasságával meghívott az életre minket (1 Pét 1, 3).

Nagy vagy, örökkön élő Isten,
ki minden időközön uralkodol,
mert megfenyítesz, de meg is vigasztalsz,
az alvilágra vetsz, de meg is mentesz,
kezed elől senki el nem menekül.

Áldjátok az Urat, ti Izrael fiai,
a nemzetek színe előtt dicsérjétek,
mert azért szórt titeket a nemzetek közé,
hogy hatalmas tetteit hirdessétek.
és megtanítsátok őket, hogy nincs más,
nincs más mindenható Isten rajta kívül.

Megfenyített minket bűneink miatt,
de meg is vigasztal, mert irgalmas!
Nézzétek meg, hogy mit tett velünk
félve és rettegve dicsérjétek őt,
magasztaljátok a mindenség Királyát!

Én pedig a számkivetés földjén áldom őt,
mert megmutatta fölségét a bűnös néppel szem-
ben.

Térjete meg tehát hozzá, bűnösök,
Isten előtt igazságban járjatok,
higgyetek, hogy irgalmas legyen hozzátok.

Én magam is egész szívvel

Óbenne örvelezem.

Aldjátok az Urat, összes választottjai,

Örömnapot ülve dicsérjétek őt!

Antifóna. Magasztaljátok a mindenség Királyát!

3. *Antifóna.* A szentekhez dicséret illik.

32. zsoltár

A gondviselő Isten dicsérete

Minden Óáltala lett (Jn 1, 3).

Örvendjétek, igazak, az Úrban,

a szentekhez dicséret illik.

Dicsérjétek Istent citerával,

tízhúrú hárfán zengjétek neki.

Énekeljétek neki új éneket,

daloljátok neki, ujjongó éneket zengve.

Mert az Úr igéje igaz,

minden tettét hűség vezeti.

Az igazlelkűséget és a törvényt szereti,

teli a föld az Úr irgalmával.

Az egek az Úr szavára lettek,

szája leheletére az ég seregei.

Mintegy tömlőbe gyűjti a tenger vizét,

az örvény hullámain tárlházban őrzi.

Az egész föld félje az Urat,

reszkessen előtte minden földlakó,

mert csak szólt, és meglettek,

parancsolt, és létrejöttek.

Semmivé teszi az Úr a pogányok szándékát,

meghiúsítja a népek terveit.

Ám az Úr szándéka megmarad örökre,

szívének gondolata nemzedékről nemzedékre.

Boldog a nemzet, amelynek Istene az Úr,
a nép, amelyet örökök választott.
Letekint Isten a mennyből,
s látja mind az emberfiakat.
Lakóhelyéről rátekint
a föld minden lakójára.
Ő alkotta mindnyájuk szívét,
jól ismeri minden tettüket.

Nem a nagy sereg hoz győzelmet a királynak,
nem roppant ereje menti meg a hőst.
A ló, csalóka a meneküléshez,
nem szabadíthat meg, bármily erős az.
Ime az Úr szeme nyugszik az őt félőn,
aki az ő irgalmában reménykedik,
hogy kimentse lelküket a halálból,
és táplálja őket éhínség idején.

A mi lelkünk az Úrra hagyatkozik,
ő a mi segítőnk, a mi oltalmazónk,
benne örvend szívünk,
az ő szent nevében reménykedünk.
Legyen, Uram, a te irgalmad fölöttünk,
amint remélünk tebenned.

Antifóna. A szentekhez dicséret illik.

RÖVID OLVASMÁNY

Róm 13, 11b. 12-13a

Itt az óra, hogy fölébredjünk az álomból. Múlóban az éjszaka, a nappal pedig közel. Vessük el hát a sötétség cselekedeteit, és öltözz fel a világosság fegyvereit. Amint nappal illik éljünk tisztességesen.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Istenem, segítőm,* Akiben remélek. Istenem, segítőm. Menedékem és szabadító.* Akiben remélek. Dicsőség az Atyának. Istenem, segítőm.

Antifóna a Benediktushoz: Erős szabadítót támasztott nekünk az Úr, amint szólott a próféták ajka által.

BENEDIKTUSZ

(Lásd 15. oldalon)

Antifóna. Erős szabadítót támasztott nekünk az Úr, amint szólott a próféták ajka által.

FOHÁSZOK

Kedves Testvéreim! Mennyei hivatásunk tudatában áldjuk Jézust, főpapunkat, és mondjuk:

Urunk, Megváltó Istenünk!

Mindenható királyunk, aki a keresztség által királyi papságodban részesítettél minket,

– add, hogy szüntelenül dicsérő áldozattal hódoljunk előtted.

Add, hogy megtartsuk parancsaidat,

– és a Szentlélek által benned maradjunk, és te mi bennünk.

Add nekünk örök Bölcsességedet,

– hogy velünk legyen a mai napon, és általunk munkálkodjék.

Engedd, hogy ma senkit meg ne szomorítsunk,

– hanem mindenkit megörvendeztessünk, akivel csak találkozunk.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Urunk, Istenünk, tekints irgalmasan kérésünkre, amellyel reggeli imánkban hozzád esedezünk, és ragyogd be szívünk rejtekét jóságod gyógyító kegyelmével. Ne engedd, hogy sötét vágyak tartsanak hatalmukban minket, akiket új életre vezetett mennyei kegyelmed fényessége. A mi Urunk.

Az imaóra befejezése a 17. oldalon.

NAPKÖZI IMAÓRA (Szexta)

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Úram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Mondjuk az Úr dicséretét,
lelkünk lángolva erre kész,
a hatszor fordult óra már
imára hívogatva vár.

Ebben nyeri el a hívő
mi üdvösséges és dicső,
igaz Bárány áldozatát
kereszt erője hatja át.

Ó, legdicsőbb, s fénye alatt
elhalványul a déli nap,
fogadjuk őt be teljesen,
hogy szívünk csupa tűz legyen.

Az Atyának és Egyszülött
Fiának s vigaszunkra jött
Szentléleknek legyen örök
dicsőség mindenek fölött. Amen.

(Vagy mint a 39. oldalon.)

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna*. A törvény teljessége a szeretet.

118. zsoltár 97-104

XIII. (Mem)

Mennyire szeretem törvényedet, Úram,
egész nap azon elmélkedem.

Mily bölcsé tett parancsolatod ellenségem ellen is,
mert az enyém már örökre. –

Minden tanítómnál okosabb lettem,
mert mindig intelmedről elmélkedem.
Meghaladja értelmességem az öregekét,
mert parancsaidat megtartom.

Minden gonosz úttól távoltartom lábamat,
hogy megtarthassam szavadat.
Meghozott ítéleteidtől sosem hajlok el,
te magad tanítottál rájuk.

Mily édes ínyemnek mindegyik szavad,
számnak édesebb a méznél.
Mivel parancsaid értelmessé tettek,
azért gyűlölöm a hazugságnak minden útját.

Antifóna. A törvény teljessége a szeretet.

2. *Antifóna.* Emlékezzél meg közösségedről, Uram,
mely kezdetül fogva birtokod.

73. zsoltár

Kesergés a templom pusztulásán
Ne féljete azoktól, akik megölik a testet (Mt 10, 28).

I.

Miért vetettél el végleg, Isten,
és legelőd nyája ellen miért lángol haragod?
Emlékezzél meg közösségedről,
mely kezdetül fogva birtokod;
Meváltottad örökrészed vesszejét,
Sion hegyét, amely lakhelyed!
Írányítsd léptedet az örök romokhoz,
szentélyedben az ellenség letarolt mindent.

Közösséged helyén ordítóznak, akik gyűlölnek téged,
s győzelmi jelül kitűzték zászlóikat.

Olyanok, mint akik a magasban villogtatják fejszéküket a sűrű erdőben.

Kapuit elpusztították benne,
és fejszével-baltával ledöntötték. –

Szentélyed lángba borították,
porig alázták neved hajlékát.

Szívükben azt mondták: „Pusztítsuk el egyszerre
őket!”

és Isten közösségeit földünkön felégették.

Jeleinket nem láthatjuk,
prófétáink sincsenek,
és nincs köztünk, aki a továbbiakat tudná.

Isten, meddig gyalázhat még az ellenség?

Nem szűnik meg ellenfelünk nevedet gyalázni?

Miért húzod vissza jobbodat,
miért nézed ezt ölbetett kézzel?

Mégis csak az Isten a Királyunk kezdettől fogva,
aki szabadulást szerzett a földön.

Antifóna. Emlékezzél meg közösségedről, Uram,
mely kezdettől fogva birtokod.

3. *Antifóna.* Kelj fel, Uram, véd meg ügyedet!

II.

Hatalmaddal széthasítottad a tengert,
a vízi szörnyek fejét összetörted.

A Leviatán fejét is szétzúgtad,
prédául adtad a tenger szörnyeinek.

Te fakasztasz forrást, patakot,
kiszáritasz bővizű folyókat.

Tied a nappal és az éjszaka,
te alkottad a holdat és a napot.

Te jelölted ki a föld határait,
a nyár és a tél is a te műved.

Emlékezz arra,
az ellenség hogyan gyalázta az Urat,
egy balga nép megvetette nevedet.

Ne add vadak prédájára a benned bízók lelkét,
és ne feledkezzél el szegényeid életéről végleg!

Tekints a szövetségre,
földünk minden zuga tele van az erőszak sátraival. –

Ne távozzék szégyennel a megalázott,
a szegény és szerencsétlen áldja nevedet!

Kelj fel, Isten, védd meg ügyedet,
emlékezz csak a gyalázatokra,
melyekkel a balga káromol naphosszat.

Ne feledd el ellenségednek hangját,
és a felkelők egyre növekvő tömegét.

Antifóna. Kelj fel, Uram, védd meg ügyedet!

RÖVID OLVASMÁNY

1 Kor 12, 12-13

A test ugyan egy, de sok tagja van, a testnek ez a sok tagja azonban mégis egy test. Így Krisztus is. Mi ugyanis mindnyájan egy Lélekben egy testté lettünk a keresetséggel: akár zsidók, akár pogányok, akár rab-szolgák, akár szabadok. Mindnyájunkat egy Lélek itatott át.

Vers: Szent Atyám, tartsd meg őket a te nevedben.

Felelet: Hogy egy legyünk.

KÖNYÖRGÉS

Istenünk, te Péter apostolnak kinyilatkoztattad, hogy üdvözíteni akarsz minden embert. Fogadd szívesen tetteinket, és add kegyelmedet, hogy jóságos-

dat és üdvöztető szándékodat szolgáljuk minden cselekedetünkkel. Krisztus, a mi Urunk által.

Utána, legalábbis közös zsolozsmázáskor, hozzá tesszük a felhívást:

Mondjunk áldást az Úrnak!

Felelet: Istennek legyen hála.



VECSERNYE

Vers: Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet*: Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Földnek teremő Istene,
ki a roppant vizek alól
kivontad a világtalajt,
s megállítottad földedet,

Hoz immár hasznos magvakat,
virágok ékét ölti fel,
gyümölcsökkel termékenyül
élőknek édes étkeül.

A megpörzsölt lélek sebét
hadd olajozza kegyelem,
tisztítsa könny a tetteket,
s a vétkes vágyat törje meg!

Fogadjuk meg parancsodat,
messze kerüljünk rosszakat,
jóval teljék el a kebel
s halál kezét kerülje el!

Hallgass meg, kérünk jó Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szenlélek, Vigasztaló,
mindörökkön uralkodó. Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna.* Körülveszi népét az Úr.

124. zsoltár

Az Úr népének őrzője

Békesség, Isten választott népének (Gal 6, 16).

Aki az Úrban bízik, akár a Sion hegy,
amely nem inog meg, megmarad örökre. –
Jeruzsálemet hegyek övezik,
így veszi körül népe az Urat,
most és mindörökké.

Az igazak sorsa fölött nem nyugodhat a gonoszság
vesszeje,
nehogy az igaz is gonoszságra nyújtsa ki kezét.

Tégy jót, Uram, a jókkal,
és az igaz szívűekkel.

Akik pedig görbe utakra hajlanak,
azokat űzze el az Úr a gonosztevőkkel.
Békesség Izraelnek!

Antifóna. Körülveszi népét az Úr.

2. *Antifóna.* Ha nem lesztek olyanok, mint a gyermekek, nem mentek be a mennyek országába!

130. zsoltár

Gyermeki bizalom az Úrban

Tanuljatok tőlem, mert szelíd vagyok és alázatos szívű
(Mt 11, 29).

Uram, szívemben nincs nagyravágás,
szememben sincsen kérkedés.

Nem keresek nagy dolgokat,
erőmet meghaladó csodadolgokat.

Valóban békéssé tettem a lelkemet,
és elnyugtattam;
Miként a kisdéd anyja ölen,
a lelkem benne úgy pihen.

Remélj az Úrban, Isten népe,
mostantól fogva mindörökké!

Antifóna. Ha nem lesztek olyanok, mint a gyermekek, nem mentek be a mennyek országába!

3. *Antifóna.* Istenünk országává és papjaivá tettél, Urunk.

KANTIKUM

Jel 4, 11; 5, 9.10.12

A megváltottak hálaéneke

Méltó vagy Urunk, Istenünk,
hogy a dicsőség, a tisztelet és a hatalom a tied legyen,
Mert a mindenséget te alkottad,
akaratom hívott létre és teremtet mindent.

Méltó vagy, Uram, hogy átvedd a könyvet,
és feltörd a pecsétjét,
Mert megöltek,
de megváltottál minket véred árán Istennek,
minden törzsből, nyelvből, népből és nemzetről.
Istenünk országává és papjaivá tettél,
és uralkodni fogunk a földön.

Méltó a Bárány, akit megöltek,
hogy övé legyen a hatalom, a gazdagság és bölcsesség,
az erő, a tisztelet, a dicsőség és az áldás

Antifóna. Istenünk, országává és papjaivá tettél, Urunk.

RÖVID OLVASMÁNY

Róm 12, 9-12

A szeretet legyen tettetés nélkül; utáljátok a rosszat, ragaszkodjatok a jóhoz. A testvéri szeretetben legyetek egymás iránt gyengédek, a tiszteletadásban előzzétek meg egymást. A buzgóságban ne lankadjatok, legyetek tüzeslelkűek: Az Úrnak szolgáltok. A reménységben legyetek derűsek, a nyomorúságban békétűrők, az imádságban állhatatosak.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Uram*, Igéd örökké megmarad. Uram.

Felelet: Örökkévaló a te igazságod*. Igéd örökké megmarad. Dicsőség az Atyának. Uram.

Antifóna a Magnifikáthoz: Szívem ujjong az örömtől Istenemben és Megváltómban.

MAGNIFIKAT

(Lásd a 26. oldalon)

Antifóna. Szívem ujjong az örömtől Istenemben és Megváltómban.

FOHÁSZOK

Istenünk, rendelésedből a remény élteti népedet. Kiáltunk azért hangos örömmel:

Te vagy, Urunk, néped reménysége.

Hálát adunk neked, Urunk, mert Krisztusban végtelen gazdagok lettünk,

– minden igében és minden tudásban.

Istenünk, kezedben van a hatalmasok szíve. Bölcseséged irányítsa az állam vezetőit a kormányzásban,

– hogy a te forrásaidból merítsék elgondolásaikat, és szívvel-tettel tetszésedre munkálkodjanak.

Te adod a művészeknek, hogy tehetségükkel fényes
ragyogásodat tükrözzék,

– munkájuk által sugározz a világra reményt és örömet.

Te nem engeded, hogy nagyobb kísértés érjen, mint
amilyent el tudunk viselni,

– erősítsd a gyengéket, emeld fel az elesetteket.

Fiad által megígérted az embereknek, hogy az utolsó
napon életre támadnak,

– ne feledkezzél meg azokról, akik már kiköltöztek a
testből.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Szálljon fel irgalmas színed elé, Istenünk, esti
imádságunk és szálljon le reánk áldásod, hogy segítségeddel most és mindörökké méltók legyünk az üdvösségre. A mi Urunk.

(Az imaóra befejezése a 17. oldalon)



KOMPLETÓRIUM

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

Lelekiismeretvizsgálat

HIMNUSZ

Immár a nap leáldozott,
Teremtőnk, kérünk tégedet,
légy kegyes, és maradj velünk,
őrizzed, óvjad népedet.

Álmodjék rólad a szívünk,
 álmunkban is te légy velünk;
 téged dicsérjen énekünk,
 midőn új napra ébredünk!

Adj nekünk üdvös életet,
 szítsd fel a szív fáradt tüzét;
 a ránk törő rút éjhomályt
 világosságod rontsa szét!

Kérünk, mindenható Atyánk,
 Úr Jézus Krisztus érdemén,
 ki Szentlélekkel és veled
 uralkodik, s örökre él. Amen.

(Vagy a 48. oldalon található himnusz.)

ZSOLTÁROZÁS

Antifóna. Ne rejtsd el előlem arcodat, mert csak
 benned bízom!

142. zsoltár 1-11

Imádság megpróbáltatás idején

Az ember nem a törvény szerinti tettek teszük igazzá, hanem
 a Jézus Krisztusba vetett hit (Gal 2, 16).

Hallgasd meg, Uram, imádságomat,
 vedd füledbe könyörgő szavamat a te hűséged
 szerint,
 igazságodban hallgass meg engem.
 és ne szállj perbe szolgáloddal,
 színed előtt egy élő sem mondható igaznak.

Az ellenség üldözi lelkemet,
 földre taposta életem,
 a sötétségbe taszított, mint örökre holtat.
 Elcsügged bennem a lélek,
 és a szívem megdermed bennem.

A régmúlt napokra emlékezem,
 végiggondolom minden tettetdet,
 visszagondolok arra, amit kezéd művelt.
 Kezemet feléd tárom,
 lelkem úgy sóvárog utánad, mint föld a víz után.

Siess, Uram, hallgass meg,
 eleped a lelkem.
 Ne rejtsd el előlem arcodat,
 nehogy olyan legyek, mint akik a sírba szállnak.
 Add, hogy már reggel halljam irgalmadat,
 mert csak benned bízom.
 Az utat, merre menjek, mutasd meg,
 mert hozzád emelem a lelkem.
 Ments meg ellenségeimtől,
 Uram, hozzád menekülök.
 Taníts meg, miként teljesítsem akaratodat,
 mert te vagy az én Istenem.
 Jó lelked vezessen az egyenes úton.
 Neved miatt, Uram, éltess engem,
 a te igazságod szerint, vezess ki gyötrelmeimből.

Antifóna. Ne rejtsd el előlem arcodat, mert csak benned bízom!

RÖVID OLVASMÁNY

1 Pét 5, 8-9

Józanok legyetek és virrasszatok. Ellenségeitek, az ördög, mint ordító oroszlán, körüljár és keresi, kit nyeljen el. Erősen álljatok ellen neki a hitben.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Uram, a te kezébe* ajánlom az én lelkemet.
 Uram.

Felelet: Megváltottál minket Urunk, hűséges Istenünk.* Ajánlom az én lelkemet. Dicsőség az Atyának.
 Uram.

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s ha alszunk, őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal ébren, s elnyugodjunk, biztonságban békén.

EVANGÉLIUMI KANTITUM

Lk 2, 29-32

Bocsásd el most, Uram, szolgádat. . . lásd a 30. oldalon

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s ha alszunk őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal ébren, s elnyugodjunk biztonságban békén.

KÖNYÖRGÉS

Világosítsd meg, jóságos Istenünk, ezt az éjszakát, és add, hogy szolgálj, akik most békében nyugovóra térnek, holnap örömmel ébredjenek az új nap világosságára! Krisztus, a mi Urunk által.

Az imaóra befejezése és a Bold. Szűz Mária antifónája a 31-32. oldalakon.



SZERDA

REGGELI DICSÉRET

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Éj és homály és fellegek,
ködös, kavargó örvények,
kél már a fény, fehér az ég:
Krisztus közelg, távozzatok!

A föld homálya megtörik,
dárdáit szórja már a fény,
a tárgyak színe visszatér,
ha felkel tündöklő napunk.

Lelkünkben így sápadjon el
minden álságos bűnhomály,
felhőink felszakadjanak,
Isten legyen bennünk Király!

Krisztus, csak téged ismerünk,
szép tiszta szívvel egyszerűn
térden dalolni könny között:
ez egyetlen vágyunk nekünk.

Érzékeink és életünk
hadd járja át tekinteted:
sok ott az álfény és a szenny,
fényességed tisztítsa meg!

Kegyes Király, Krisztus, neked
és az Atyának tisztelet
és a Vigasztalónak veled
most és örök időkön át. Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna.* Istenünk, a te fényedben látjuk az igazi
fényt.

35. *zsoltár*

A bűnös gonoszsága és Isten jósága
Aki engem követ, nem jár sötétségben, hanem övé az élet világossága
(Jn 8, 12)

Gonoszság suttog a gonosz szíve mélyén,
szeme előtt nincs istenfélelem.

Önmagát ámtíva tetszeleg magában,
hogy föl ne fogja s meg ne utálja a vétkét
Száján a szó csalás és gonosszág,
eszébe sem jut már, hogy jót tegyen.
Fekvőhelyén is gonoszságot forral,
minden nem-jó út mellé odaáll,
és nem gyűlöli a rosszat.

Uram, irgalmad felér az égig,
s fellegeckig ér a te hűséged.
Igazságod, mint az Isten hegyei,
ítéleteid oly mélyek, mint a tenger,
embernek-állatnak, Uram, te vagy menedéke.

Istenünk, irgalmad a mi nagy kincsünk,
szárnyad árnyékában lelnek oltalmat az embe-
rek.

Házad gazdagságától megittasodnak,
gyönyörűséged patakját adod italul nekik.
Mert tenálad van az élet forrása,
s a te fényedben látjuk az igazi fényt.

Add irgalmadat azoknak, akik ismernek téged,
igazságot ad meg az igaz szívűeknek.
Ne taposson el engem a gőgös lába,
ne ingasson meg a bűnösök keze.
Lám, porba hullnak, kik gonoszat tettek,
elesnek és többé föl sem kelnek.

Antifóna. Istenünk, a te fényedben látjuk az igazi fényt.

2. *Antifóna.* Dicsőséges vagy, Urunk, nagyfölségű és hatalmas.

KANTIKUM

Judit 16, 2-3. 15-19

Az Úr a világ Teremtője, oltalmazza népét
Új éneket énekeltek (Jel 5, 9)

Perdülő dobok dicsérje az Istent,
énekeljete az Úrnak, szóljon lantok.
Új éneket zengjete neki,
nevét magasztalva hirdesséte.
Ő az Úr, ki győzte minden harcban,
az ő neve: az Úr!

Az Úrnak himnuszt énekeljünk,
új dalt énekeljünk Istenünknek.
Dicsőséges vagy Urunk, Adonáj,
nagyfölségű és hatalmas,
te egyedül győzhetetlen!

Neked szolgáljon minden teremtményed,
mert csak szoltál s azok létrejöttek;

Elküldted leheletedet és minden megvalósult,
szavadnak semmi sem állhat ellen.

A hegyek megindulnak s a tengerbe hullnak,
a sziklák viaszként megolvadnak előtted.
De akik félve tisztelnek téged,
nagyok lesznek színed előtt mindörökké!

Antifóna. Dicsőséges vagy, Urunk, nagyfölségű és hatalmas.

3. *Antifóna.* Ujjongjatok Istennek dicsérő szóval!

46. zsoltár

Isten a mindenség Királya
Ott ül az Atyának jobbján, és országának nem lesz vége.

Tapsoljatok, nemzetek, mindnyájan,
ujjongjatok Istennek dicsérő szóval!
Mert a felséges Úr félelmetes,
nagy Király az egész földön.

Népeket vetett uralmunk alá,
és a nemzeteket lábunkhoz alázta.
Kiválasztotta nekünk örökségünket,
dicsőséget Jákobnak, akit szeretett.
Fölment az Isten örömrivalgással,
az Úr harsona szavával.

ZengjeteK dalt, Istennek, zengjeteK,
zengjeteK dalt, királyunknak, zengjeteK!
Mert az Isten az egész föld királya.
zendítsetek hát ünnepi dalra.

Isten uralkodik a nemzetek fölött,
szent trónusán ül az Isten.

A népek fejedelmei egybegyűlnek előtte,
 Ábrahám Istenének népével.
 Mert Istené lett a föld minden előkelője:
 fölségesebb senki sincs nála.

Antifóna. Ujjongjatok Istennek dicsérő szóval!

RÖVID OLVASMÁNY

Tób 4, 16-17. 19-20

Amit nem akarsz, hogy mások neked tegyenek, vigyázz, hogy te se tegyél olyant soha másnak. Kenyeredet az éhezőkkel és szűkölködőkkel egyed, és ruháddal fedd be a mezíteleneket. Tanácsot mindig bölcs embertől kérj. Minden időben áldd az Istent, és kérd tőle, hogy ő irányítsa utaidat és minden szándékod őbenne maradjon.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Hajlítsd szívemet bizonyosságaidra*, Istenem. Hajlítsd.

Felelet: A te utadon éltesz engem*, Istenem. Dicsőség az Atyának. Hajlítsd.

Antifóna a Benediktushoz: Gyakorolj velünk irgalmat, és emlékezzél meg szent szövetségedről.

BENEDIKTUSZ

(Lásd a 15. oldalon)

Antifóna. Gyakorolj velünk irgalmat, és emlékezzél meg szent szövetségedről.

FOHÁSZOK

Adjunk hálát Krisztus Urunknak és mondjunk neki dicséretet, mert nem vonakodik testvéreinek nevezni azokat, akiket megszentel. Kérjük tehát:

Szenteld meg testvéreidet, Urunk !

Add, hogy e nap kezdetét feltámadásod emlékezetében tiszta szívvel neked szenteljük,

– és egész napunkat kedvessé tegyük előtted a megszentelődés cselekedeteivel.

Szeretted jeleként új napot adtál nekünk üdvösségünkre és örömünkre,

– újíts meg minket minden nap a te dicsőségedre.

Taníts, hogy ma mindenkiben reád ismerjünk,

– kiváltképpen a szomorkodókban és a szegényekben találjunk meg téged.

Add, hogy ma mindenkivel békében éljünk,

– és senkinek se fizessünk rosszal a rosszáért.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Üdvözítő Istenünk, hallgass meg minket: add, hogy világosságodat kövessük, igazságodért munkálkodjunk, és belőled újjászületve, mint a világosság fiai tanúságot tegyünk rólad az emberek előtt. A mi Urunk.

Az imaóra befejezése a 17. oldalon.



NAPKÖZI IMAÓRA (Szexta)

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Vezérlő, igaz Istenünk,
ki az időket megszabod,
hogy reggel áradjon a fény,
és forrón lángoljon a dél.

Oltsd el a vizsályok tüzét,
szüntesd meg ártalmak hevét,
testünknek egészséget adj
és békeséges jó szívet!

Hallgass meg, kérünk, jó Atya,
s Atyának egyszülött Fia
a Szentlélek, vigaszt aki ad,
most és örök időkön át! Ámen.

(Vagy mint az 58. oldalon)

1. Antifóna. Én gyámoltalan és szegény vagyok,
Istenem, segíts engem.

69. zsoltár

Jöjj, Istenem, oltalmazz
Uram, ments meg minket, mert elveszünk (Mt 8, 25).

Jöjj, Istenem, oltalmazz,
siess, Uram, segítségemre!
Szégyenüljek meg, és hátráljanak meg,
akik vesztetemre törnek.
Forduljanak hátra és piruljanak,
akik nekem rosszat akarnak. –

Hátráljanak megszégyenülve,
 akik azt mondták nekem: „Úgy kell neki, úgy kell!”

Ujjongjanak és örvendjenek benned mind,
 akik téged keresnek.
 „Áldott legyen az Úr!” – kiáltsák szüntelen,
 akik a te segítségedet várják.

Én bizony gyámoltalan és szegény vagyok,
 Istenem, siess hozzám!
 Segítöm és szabadítom te vagy,
 én Istenem, ne késlekedj!

Antifóna. Én gyámoltalan és szegény vagyok,
 Istenem, segíts engem.

2. *Antifóna.* Isten nem aszerint ítél majd, amit a szem lát, hanem igazságosan és méltányosan.

74. zsoltár

Az Úr a legfőbb bíró

Hatalmasokat elűzött trónjukról, kicsinyeket pedig felmagasztalt (Lk 1, 52).

Magasztalunk téged, Istenünk,
 magasztalunk és nevedet szólítjuk:
 elbeszéljük csodatetteidet.

„Ha majd jónak látom,
 igaz ítéletet tartok.
 Remeghet a föld és minden lakója:
 Én megerősítettem oszlopait!”

A dicsekvőnek azt mondom: „Ne dicsekedjetek!”
 A bűnösöknek: „Fejeteiket ne hordjátok kevélyen!”

Fejeteiket ne hordjátok fönn kevélyen,
 ne szóljatok Isten ellen vakmerően.

Mert nem Keletről és nem Nyugatról,
nem is a sivatag felől jön a segítség.
Hiszen Isten a bíró;
egyiket megalázza, a másikat felemeli. –

Kehely van az Úr kezében,
tele fűszerrel vegyített bódító borral.
Ebből tölt nekik;
fenéig ki kell üríteniük,
meg kell inniuk a föld bűnöseinek.

Én pedig hirdetem majd szüntelen,
éneklek Jákob Istenének.

Minden bűnösnek letöröm szarvát,
az igaz meg fölemelheti fejét.

Antifóna. Isten nem aszerint ítél majd, amit a szem lát; hanem igazságosan és méltányosan.

3. *Antifóna.* Zöldelő mezőkön ad helyet nekem az Úr, allelúja.

22. zsoltár

A jó pásztor

A Bárány lesz a pásztoruk és az élővizek forrásához vezeti őket
(Jel 7, 17).

Az Úr az én pásztorom, nincs is semmiben hiányom:
zöldelő mezőkön ad helyet nekem,
csöndes vizekhez vezet engem,
és lelkemet felüdíti.

Az igazság ösvényén vezet engem,
híven az ő szent nevéhez.

Járjak bár halálsötét völgyekben,
nem félek én semmi bajtól,
hiszen te velem vagy.

A te vessződ és a pásztorbotod,
engemet megvigasztalnak.

Asztalt terítesz nékem,
 ellenségeim szeme előtt.
 Fejemet megkentéd olajjal,
 serlegem színültig megtöltöted. –

Jóságod és irgalmad nyomon követ,
 életemnek minden napján;
 s az Úr házában lakhatom,
 időtlen időkön át.

Antifóna. Zöldelő mezőkön ad helyet nékem az Úr,
 allelúja.

RÖVID OLVASMÁNY

1 Kor 13, 8-9. 13

A szeretet nem szűnik meg soha. A prófétálás véget ér; a nyelvek elhallgatnak, a tudomány elenyésczik. Most megismerésünk töredékes, és töredékes a prófétálásunk is. Most azért megmarad a hit, a remény, a szeretet, ez a három; de közülük a legnagyobb a szeretet.

Vers: Legyen, Uram, a te irgalmad fölöttünk.

Felelet: Amint remélünk tebenned.

KÖNYÖRGÉS

Mindenható irgalmas Istenünk, te adsz nekünk rövid pihenőt most a déli órában. Tekints jóságosan megkezdett munkánkra. Segíts kijavítani, amit hibáztunk, és vidd tetszésed szerint jövésre minden fáradozásunkat. Krisztus, a mi Urunk által.

Utána, legalábbis közös szolozsmázáskor, hozzá tesszük a felhívást:

Mondjunk áldást az Úrnak!

Felelet: Istennek legyen hála.

VECSERNYE

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Egek szentséges Istene,
te mennynek fényközpontja vagy,
és tűzsugárral színezed
remekbe készült művedet.

Ki felgyújtod negyednapon
a lángos napkorong tüzét,
törvényes utat írsz a hold
s a kóbor csillagok elé,

hogy nappaltól az éjszakát
törvény mezsgyéje messe szét,
és biztos jel hirdesse ki
a hónapoknak kezdetét:

Ragyogj be emberszíveket,
törölgess szennyes lelkeket,
oldozd a bűn bilincseit,
vedd el a vétkek terheit!

Hallgass meg, kérünk, jó Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökkön uralkodó! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. Antifóna. Világosságom és üdvösségem az Úr,
kitől félnék?

26. zsoltár

Bizalom a megpróbáltatások idején
Ime, az Isten hajléka az emberek között (Jel 21, 3).

I.

Világosságom az Úr és üdvösségem,
kitől félnék?

+ Az Úr oltalmazója életemnek,
kitől rettegnék?

Ha a gonoszok rám törnek,
hogyan felfalják testemet:
maguk az ellenségeim és győtrőim
meginognak és összeomlanak.

Egész tábor állíthatnak ellenem,
nem fél a szívem.

Ha harcra kelnek ellenem,
én akkor is remélek!

Csak egyet kérek az Úrtól, egy a vágyam:
hogy az Úr házában lakjam életem minden nap-
ján,
hogy láthassam az Úr gyönyörűségét,
és szemlélhessem templomát.

Mert sátrában rejt el engem a balsors idején,
hajlékának rejtekén ad bújóhelyet,
kősziklára állít engem.

Most már fölemelkedik a fejem
Ellenségeim fölé, akik körülvesznek.

Az öröm áldozatát mutatom be hajlékában,
énekelek és zsoltárt mondok az Úrnak.

Antifóna. Világosságom az Úr és üdvösségem, kitől félnék?

2. *Antifóna.* A te arcodat keresem, Uram, ne rejtse el előlem arcodat.

II.

Előálltak néhányan, és hamis tanúságot tettek Jézus ellen (Mk 14,57)

Hallgass meg Uram, hozzád kiáltok,
könyörülj rajtam, és hallgass meg engem.

Szívem rólad mondta:

„Az ő arcát keressétek!”

A te arcodat keresem, Uram.

Ne rejtse el előlem arcodat,
ne fordulj el haragodban szolgálótól.

Segítségem te vagy, el ne taszíts,
ne hagyj magamra megmentő Istenem.

Még ha apám és anyám el is hagyna,
az Úr akkor is magához ölel engem.

Uram, mutasd meg ösvényedet,
vezess igaz úton ellenségeim miatt.

Ne szolgálts ki engem azoknak, akik gyötörnek,
mivel hamis tanúk lépnek föl ellenem,
és olyanok, akik erőszakot lihegnek.

De én hiszem, hogy meglátom az Úr javait,
az élők országában.

Bízzál az Úrban, bátran cselekedj,
szíved legyen erős és hagyatkozz az Úrra!

Antifóna. A te arcodat keresem, Uram, ne rejtse el előlem arcodat!

3. *Antifóna.* Ő az egész teremtmények elsőszülöttje, övé az elsőség mindenben.

KANTIKUM

Kol 1, 12-20

Krisztus a teremtmények elsőszülöttje, elsőszülött a halottak közül

Adjunk hálát az Atyaistennek,
aki minket arra méltatott,
hogy részünk legyen a szentek fényességében.

Kiragadott minket a sötétség hatalmából,
helyet adott nekünk szeretett Fia országában.
Benne nyertük vére által a megváltást,
bűneink bocsánatát.

Ő a láthatatlan Isten képmása,
az egész teremtés elsőszülöttje.
Mert benne teremtett mindent,
a mennyben és a földön,
minden láthatót és láthatatlant;
a trónálló angyalokat, uralkodó szellemeket,
hatalmasságokat és égi fejedelmeket.

Általa és érte teremtett mindent,
ő előbb van mindennél,
és benne áll fönn minden.

Ő a Testnek, az Egyháznak a feje,
ő a kezdet, elsőszülött a holtak közül,
hogy övé legyen az elsőség mindenben.

Úgy tetszett az Atyának,
hogy benne lakjék az egész teljesség,
és általa békítsen ki magával mindent,
békességet szerezve a kereszten kiontott vére árán
mindeneknek a földön és a mennyben.

Antifóna. Ő az egész teremtés elsőszülöttje, övé az elsőség mindenben.

RÖVID OLVASMÁNY

Jak 1, 22-25

Az ígének ne csupán hallgatói, hanem megtevői legyetek, mert különben önmagatokat csaljátok meg. Aki ugyanis beletekint a szabadság tökéletes törvényébe és ki is tart mellette; nem feledékeny hallgatója, hanem tettekre váltója, azt boldoggá teszi cselekedete.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Válts meg engem, Úram,* És könyörülj rajtam. Válts meg.

Felelet: Ne veszítsd el lelkem a gonoszokkal,* És könyörülj rajtam. Dicsőség az Atyának. Válts meg.

Antifóna a Magnifikáthoz: Nagyot művelt velem ő, aki hatalmas; Ő, akit Szentnek hívunk.

MAGNIFIKAT

(Lásd a 26. old

Antifóna. Nagyot művelt vele ő, aki hatalmas: Ő, akit Szentnek hívunk.

FOHÁSZOK

Áldott legyen mindenben az Úr neve, mert végtelen szeretettel szereti választottait. Szálljon fel hozzá imádságunk:

Mutasd meg, Urunk, szereteted.

Emlékezzél meg, Urunk, Egyházadról,
– őrizd meg minden bajtól és tedd tökéletessé a szeretetben.

Add, hogy megismerjék a nemzetek: egyedül te vagy az Isten,

– és hozzánk elküldött Fiad, Jézus Krisztus.

Töltsd el minden jóval rokonainkat,

– add nekik áldásodat és az örök életet.

Adj vigasztalást a munkában és küzdelemben elfáradtaknak,

– és véd meg azokat, akiket emberi méltóságukban sértenek.

Nyisd meg irgalmad kapuját azoknak, akiket ma elszólítasz a földi életből,

– megengesztelődve bocsásd be őket országodba.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Urunk, Istenünk, hallgasd meg kérésünket, és oltalmazz nappal és éjszaka. Engedd, hogy vezetésed alatt éljünk, és a változó időkben mindenkor szilárd erőt adjon nekünk a te változatlan állandóságod. A mi Urunk.

Az imaóra befejezése a 17. oldalon.



KOMPLETÓRIUM

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

Lelkiismeretvizsgálat

HIMNUSZ

Immár a nap leáldozott,
Teremtőnk, kérünk tégedet,
légy kegyes, és maradj velünk,
őrizzed, óvjad népedet.

Álmodjék rólad a szívünk,
álmunkban is te légy velünk;
téged dicsérjen énekünk,
midőn új napra ébredünk!

Adj nekünk üdvös életet,
szítsd fel a szív fáradt tüzét:
a ránk törő rút éjhomályt
világosságod rontsa szét!

Kérünk, mindenható Atyánk,
Úr Jézus Krisztus érdemén,
ki Szentlélekkel és veled
uralkodik, s örökre él. Amen.

(Vagy a 48. oldalon található himnusz)

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna*. Légy védelmező Istenem és menedéket adó házam!

30. zsoltár, 1-6

Üldözött ember bizakodó imádsága
Atyám, kezedbe ajánlom lelkemet (1.k 23, 46)

Te vagy, Uram, én reményem, ne hagyj soha szégyent
érnem,
igazságodban szabadíts meg engem!

Fordíts felém füledet,
siess, Uram, ments meg engem.
Te légy oltalmazó kösziklám, megerősített házam!
hogy megszabadíts engem!

Valóban te vagy erősségem és menedékem,
neved miatt vezess és irányíts engem,
Kiszabadítasz a hálóból, amit titkon vetettek nekem,
mivel te vagy az én erősségem.

Uram, a te kezedbe ajánlom az én lelkemet,
megváltottál engem, Uram, hűséges Istenem.

Antifóna. Légy védelmező Istenem és menedéket
adó házam!

2. *Antifóna.* A mélységből kiáltott, Uram, hozzád!

129. zsoltár

A mélységből kiáltok
Ő szabadítja meg népét bűneitől (Mt 1, 21).

A mélységből kiáltok, Uram hozzád,
hallgasd meg szavamat, Uram.
Fordulj felém, és hallgass figyelmesen
könnyörgésem hangos szavára!

Ha bűneinket, Uram, felrovod,
Uram, ki az, aki előtted megállhat?
De nálad, mindig kész az irgalom,
hogy féljünk téged.
Én tebenned bízom, Uram,
lelkem bízik az ő igéjében,
reménykedik lelkem az Úrban.

Az ör nem várja úgy a hajnalt,
mint ahogyan népe az Urat várja.

Mert az Úrnál az irgalom,
és bőséges nála a megváltás.
Választott népét ő váltja meg,
minden bűnétől!

Antifóna. A mélységből kiáltok, Uram, hozzád!

RÖVID OLVASMÁNY

Ef 4, 26-27

Ne vétkezzetek! A nap ne nyugodjék le haragotok felett. Ne adjatok helyet az ördögnek!

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Uram, a te kezedbe* ajánlom az én lelkemet.
Uram, a te.

Felelet: Megváltottál minket, Urunk, hűséges Istenünk.* Ajánlom az én lelkemet. Dicsőség az Atyának.
Uram, a te.

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s ha alszunk őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal ébren, s elnyugodjunk biztonságban békén.

EVANGÉLIUMI KANTIKUM

Lk 2, 29-32

Bocsásd el most, Uram, szolgádat... Lásd a 30. oldalon

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s ha alszunk, őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal ébren, s elnyugodjunk biztonságban békén.

KÖNYÖRGÉS

Szelíd és alázatos szívű Urunk, Jézus Krisztus, aki édes igát és könnyű terhet raksz követőidre, fogadd kegyesen mai napunk jószándékait és tetteit! Adj nyugalmas éjszakát, hogy holnap készségesebbek legyünk szolgálatodra! Aki élsz és uralkodol mindörökkön örökké.

Az imaóra befejezése és a Bold. Szűz Mária antifónája a 31-32. oldalakon.

CSÜTÖRTÖK

REGGELI DICSÉRET

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Már kél a fénynek csillaga:
esengve kérjük az Urat,
járjon ma mindenütt velünk,
ne rontsa ártás életünk.

Nyelvünket fogja fékre ma,
ne szóljon rút perek szava;
szemünket védőn óvja meg:
a hívságot ne lássa meg!

Lakjék szívünkben tisztaság,
Távozzék minden dőreség;
a testnek döllyfét törje meg
étel- s italban hősi fék.

Hogy majd a nap ha távozott,
s az óra újra éjt hozott,
lemondásunk szent éneke
legyen az Úr dicsérete!

Dicsérjük az örök Atyát,
dicsérjük egyszülött Fiát
s a Lelket, a Vigasztalót,
most és örök időken át! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna.* Mutasd meg hatalmadat, Uram, hogy megszabadíts minket.

79. *zsoltár*

Látogasd meg szőlődet, Uram.
Jöjj el, Uram Jézus (Jel 22,20)

Figyelj ránk, Izrael pásztora,
ki nyájadként vezeted József népét.
Ki a kerúbokon trónolsz, ragyogjál fel,
Efraim, Benjamin és Manassze törzse előtt.
Mutasd meg hatalmadat, és jöjj,
hogy megszabadíts minket!

Istenünk, téríts meg minket,
ragyogtasd ránk arcodat és szabadok leszünk!

Seregek Ura, Istene,
meddig haragszol még néped imádsága ellenére?
A könnyek kenyerével táplász minket,
és italul a könnyeink árját adtad nekünk.
Szomszédaink civódásának tárgyává tettél minket,
ellenségeink gúnyolódnak rajtunk.

Seregek Istene, téríts meg minket,
ragyogtasd reánk arcodat és szabadok leszünk!

Egyiptomból telepítetted át szőlőd,
népeket ültél el és elültetted.
Helyét jól megtisztítottad,
gyökeret vert és betöltötte már a földet.
Beborítja árnyéka a hegyeket,
ágai magasabbak az Isten cédrusainál.
Indái a tengerig elértek,
hajtásai meg a Folyamig.

Miért romboltad le kerítéseit?

Hogy akik az úton járnak, mind szüreteljék?
Az erdei vadkan elpusztítja,
magányos vad azt lelegeli. –
Seregek Istene, téríts meg minket,
tekints le az égből, és lásd,
és látogasd meg ezt a szőlőt!

Védd meg, amit jobbod ültetett,
és az emberfiát, akit magadnak megerősítettél.
Tűzzel égetik és feldűlják,
de arcod feddésétől elpusztulnak.
Jobbod embere fölé tárd ki kezedet,
az emberfia fölé, akit magadnak megerősítettél.
Nem hagyunk el többé téged, éltesz még bennünket,
és mi segítségül hívjuk nevedet.

Seregek Ura, Istene, téríts meg minket,
ragyogtasd reánk arcodat és szabadok leszünk!

Antifóna. Mutasd meg hatalmadat, Uram, hogy
megszabadíts minket.

2. *Antifóna.* Nagyszerű, amit az Úr cselekedett,
híreszteljétek az egész földön!

KANTIKUM

Iz 12, 1-6

A megszabadított nép hálaéneke
Ha valaki szomjazik, jöjjön hozzám és igyék (Jn 7, 37)

Hálát adok néked, Uram,
mert haragudtál ugyan reám,
de elfordult haragod, és megvigasztaltál.
Ime, Isten az én szabadítóm,
bizalommal tölt el, és nem félek,
mert az Úr az én erőm és dicsőségem,
ő lett nékem szabadulásom.

Víg örömmel merítek vizet
 az üdvösség forrásaiból.
 Így szóltok majd azon a napon:
 „Adjatok hálát az Úrnak,
 és magasztaljátok az ő nevét!
 Mondjátok el a népek közt tetteit,
 és hirdessétek, hogy az ő neve fölséges.
 Zengjétek az Úrnak, mert nagyszerű, amit cselekedett,
 híreszteljétek az egész földön.
 Ujjongj és mondj dicséretet, Sion népe,
 mert nagy közötted Izraelnek Szentje.”

Antifóna. Nagyszerű, amit az Úr cselekedett,
 híreszteljétek az egész földön!

3. *Antifóna.* Örvendjétek Istennek, a mi segítőnknek.

80. zsoltár

A szövetség ünnepélyes megújítása
 Vigyázzatok, hogy ne legyen hitetlenségre hajló, gonosz a szívetek (Zsid 3, 12).

Örvendjétek Istennek, a mi segítőnknek,
 ujjongjatok Jákob Istenének.
 Csendüljön a zsoltár, hozzatok dobot,
 lágyhangú hárfát, citerával.
 Fújjátok meg a harsonát, újholdkor,
 holdtöltekor, a mi nagy ünnepünkön.

Izraelben ez törvény,
 Jákob Istenének ez a törvénye,
 Ő hagyta meg ezt Józsefnek,
 mikor Egyiptom földjéről kivonult;
 beszédet hallottam, amit nem ismertem:

„Hátáról levettem a terhet,
 keze megszabadult a kosártól.”

Gyötrelmedben segítségül hívtál és megszabadítottalak,
a vihar leple mögül meghallgattalak,
próbára tettelek Meríba vizénél.

Népem, hallgass rám, hadd intselek,
Izrael, bárcsak hallgatnál rám:
Ne legyen soha más Istened,
ne imádj soha idegen istent!

Mert én vagyok a te Urad, Istened,
aki kivezetett téged Egyiptomból,
csak nyisd ki szádat és én betöltöm.

De népem nem hallgatta meg szavamat,
nem figyelt rám Izrael.
Szívük keménységére hagytam őket,
járjanak csak kedvteléseik szerint.

Ha népem hallgatna rám,
Izrael követné utaimat!
Ellenségeiket hamarosan megaláznám,
és gyötrőikre emelném a kezem.

Akik gyűlölik az Urat, hízelelnének neki,
és sorsuk örökké tartana.
Táplálnám őket a búza legjavából,
s jóllakatnám őket mézzel a sziklából.

Antifóna. Örvendjetek Istennek, a mi segítőnknek.

RÖVID OLVASMÁNY

Róm 14, 17-19

Isten országa nem evés és ivás, hanem igazságosság, béke és öröm a Szentlélekben. Aki így szolgál Krisztusnak, az kedves az Isten előtt és megbízható az emberek előtt. Ezért törekedjünk arra, ami a békességre és a kölcsönös épülésre szolgál.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Hajnalig, Uram* rólad elmélkedem. Hajnalig.

Felelet: Mivel te lettél védelmezőm.* Hajnalig, Uram. Dicsőség az Atyának. Hajnalig.

Antifóna a Benediktushoz: Add az üdvösség ismeretét, népednek, Uram, és bocsásd meg nekünk bűneinket.

BENEDIKTUSZ

(Lásd a 15. oldalon)

Antifóna. Add az üdvösség ismeretét, népednek, Uram, és bocsásd meg nekünk bűneinket.

FOHÁSZOK

Áldott legyen Istenünk, Atyánk; ő megoltalmazza gyermekeit és nem veti meg kéréseiket. Alázatos könyörgéssel kérjük őt valamennyien:

Adj világosságot szemünknek, Urunk.

Köszönjük, Urunk, hogy Fiad által elküldted nekünk a világosságot,

– add, hogy egész nap bőven áradjon ránk az ő fényessége.

Urunk, a Te bölcsességed vezessen a mai napon minket,

– hogy megújult lélekkel járjunk-keljünk.

Add, hogy érted erős lélekkel viseljük a kellemetlenségeket,

– és mindig nagylelkűen szolgáljunk Neked.

Irányítsd ma gondolatainkat, érzéseinket és cselekedeteinket,

– hogy tanulékony lélekkel fogadjuk gondviselő intézkedéseidet.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Istenünk, igaz világosság és világosság alkotója, esedezve kérünk téged, add, hogy hívő lélekkel gondolkodjunk mindarról, ami szent, és mindenkor a te fényességében éljünk. A mi Urunk.

Az imaóra befejezése a 17. oldalon.



NAPKÖZI IMAÓRA (Tercia)

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allélúja.

HIMNUSZ

Szentlélek, kérünk, szállj közénk,
te, Atyával s Fiúval egy;
térj be hozzánk kegyelmesen:
töltsd el szívünket teljesen!

Száj, ész, nyelv, érzék és erő
mind-mind terólad valljanak!
Gyújtsd fel szereteted tüzét,
s áraszd másokra általunk!

Add, ismerjük meg az Atyát
teáltalad, és egy Fiát:
és kettejüknek Lelke, te,
örökre légy lelkünk hite! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. Antifóna. Igen jó nekem ajkad törvénye, drágább sokezer aranynál, ezüstnél.

118. zsoltár 65-72

IX. (Teth)

Igen nagy jót tettél szolgáladdal, Uram,
szavaid szerint.

Igazi tudományra, okosságra és jóságra taníts engem,
mert hittel fogadtam parancsolataidat.

Igen, tévelyegtem, míg meg nem aláztak,
de most már megtartom beszédedet.

Irgalom és jóság vagy, tégy jót velem,
rendelkezéseidre oktass engem.

Igaztalan, csalárd terveket szőnek ellenem a gőgösök,
én egész szívvel megtartom parancsodat.

Iszonyúan kövér, mint a háj, az ő szívük,
nekem azonban törvényedben telik kedvem.

Igen jó nekem, hogy megaláztak,
hogy megtanuljam rendelésed.

Igen jó nekem ajkad törvénye,
drágább sokezer aragnál és ezüstnél.

Antifóna. Igen jó nekem ajkad törvénye, drágább
sokezer aragnál, ezüstnél.

2. *Antifóna.* Istenben remélek, nem félek: ember
mit árthat énnekem?

55. zsoltár 2-7b. 9-14

Az Úr ígéretébe vetett bizalom

Krisztus a szenvedésben mutatkozott be (Szt. Jeromos).

Irgalmazz nekem, Istenem, mert rajtam tapodnak az
emberek,

egész nap támadnak és el akarnak nyomni.

Ellenségeim egész nap tipornak engem,

Főlséges, bizony sokan harcolnak ellenem!

Amely napon elfog a félelem,
én benned bízom.
Istenben, – kinek beszédét dicsérem,
az Istenben remélek,
nem félek: ember mit árthat énnekem?

Egész nap zavarják dolgomat,
minden gondolatukkal rosszat akarnak nekem.
Viszályt szítanak, rám leselkednek,
szemmel tartják minden léptemet.

Bujdosásaimat számontartod,
tömlődbe gyűjtöd könnyeimet;
erről ugye megemlékezel?

Ellenségeim hátrafordulnak,
amikor segítségül hívlak téged:
tudom, hogy valóban Istenem vagy nekem. –
Istenben, akinek ígéretét magasztalom,
az Úrban, akinek ígéretét magasztalom,
Istenben remélek,
nem félek: ember mit árthat énnekem?

Tartozom azzal, amit neked fogadtam, Istenem:
dicséret-áldozatot mutatok be neked.
Mert kiragadtad életemet a halálból,
lábamat a bukásból,
hogy jár hassak Isten színe előtt
az élők világosságában.

Antifóna. Istenben remélek, nem félek: ember mit
árthat énnekem?

3. *Antifóna.* Kelj fel, lantom, citerám, hadd él-
resszem így a hajnalt.

56. *zsolttár*

Reggeli imádság megpróbáltatások idején
Ez a zsolttár Urunk szenvedéséről énekel (Szt. Ágoston)

Könyörülj rajtam, Uram, könyörülj rajtam,
hozzád menekül a lelkem.
Szárnyad árnyékába menekülök,
amíg a veszedelem elvonul.
A fölséges Istenhez kiáltok,
Istenhez, aki jót tett velem.

Elküldött az égből, és megszabadít engem,
csúffá teszi elnyomóimat,
irgalmát és hűségét Isten elküldi hozzám.

Fekvőhelyemen oroszlánok tanyáznak,
amelyek felfalják az embert.
Foguk lándzsa és nyíl,
nyelvük éles kard.

Istenem, emelkedj föl az egek fölé,
dicsőséged az egész föld fölé. –
Lábam elé csapdát állítottak,
és lelkem mélyen meghajlott,
előttem mély vermet ástak,
de ők maguk estek bele!

Kész az én szívem, Istenem,
kész az én szívem:
hadd daloljak, hadd ujjongjak!
Kelj fel, dicsőségem,
kelj fel lantom, citerám,
hadd ébresszem így a hajnalt.

Hadd áldjalak a népek közt, Uram,
a nemzetek közt is neked szól énekem.

Irgalmad nagyobb az égnél,
hűséged a fellegekig ér.

Istenem, emelkedj föl az egek fölé,
dicsőséged az egész föld fölé.

Antifóna. Kelj fel, lantom, citerám, hadd ébresszem
így a hajnalt.

RÖVID OLVASMÁNY

Gal 5, 13-14

Testvérek, a meghívástok szabadságra szól, csak ne éljeteK vissza a szabadsággal a test javára, hanem szeretettel szolgáljátok egymást. Mert az egész törvény ebben a mondatban teljeseDik be: SzeresD felebarátodat, mint önmagadat.

Vers: Uram, én parancsaid útján futok.

Felelet: Mert szívemet kitágítottad.

KÖNYÖRGÉS

Istenünk, a hozzád imádkozó apostoloknak a nap harmadik órájában adtad a Szentlelket. Esedezve kérünk, engedd jóságosan, hogy részesedjünk ugyanebből a kegyelemből. Krisztus, a mi Urunk által.

Az imaóra befejezése a 21. oldalon.



VECSERNYE

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Urunk, hatalmas Istenünk,
ki mindazt, amit víz fogant,
vagy mély örvénybe juttatod,
vagy fel, magasba emeled.

A vízi lényt habhoz kötöd,
a szárnyasnak fenn szabsz határt,
hogy egy törzsről sarjadt valók
sok-sok helyet betöltsenek.

Kis szolgálidnak adj erőt,
akikre véred harmatoz,
ne ismerjék meg a bukást,
sem a halálos borzadást.

Senkit se sújtson le a bűn,
s ne fujjon fel a büszkeség,
ne hulljon porba a bukó,
s ki felkelt, már ne essen el.

Hallgass meg, kérünk, jó Atya,
s Atyának mása, egy-Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökkön Uralkodó! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. Antifóna. Szentjeid ujjongjanak, amikor szent
hajlékodba indulnak!

131. zsoltár

A Dávid házának adott isteni ígéretek
Az Úristen neki adja atyjának, Dávidnak trónját (Lk 1, 32).

I.

Emlékezz, Uram, Dávidra,
és arra, hogy mennyit buzgólkodott.
Mert megesküdött az Úrnak,
fogadást fogadott Jákob Hatalmasának:

„Nem lépek addig házam belsejébe
és nem térek addig vetett ágyba nyugodni,
nem hagyom szunnyadni szememet,
és szempilláimat álomra nem hűnyom,
míg nem talállok lakóhelyet az Úrnak,
hajlékot Jákob Hatalmasának.”

Ime, úgy hallottuk, hogy Efratában van,
és megtaláltuk Jaár mezején.
Lépjünk hát be hajlékába,
boruljunk le lábának zsámolya előtt.

Kelj útra, Urunk, nyugalmad helyére,
te és erősségednek frigyládája.
Igazságba öltözzenek papjaid.
és szentjeid ujjongjanak.
Dávidért, a te szolgáért,
ne vesd meg fölkentéd arcát.

Antifóna. Szentjeid ujjongjanak, amikor szent hajlékba indulnak.

2. *Antifóna.* Siont az Úr kiválasztotta magának lakóhelyül.

II.

Az Úr esküt tett Dávidnak,
igaz esküt és nem vonja vissza:

„Testi utódokat
ültetem a te trónodra.

Hogyha fiaid megtartják szövetségemet
és a parancsokat, amikre őket tanítom,
fiaid örök időkre
ülnek majd a te trónodon.”

Siont az Úr kiválasztotta magának,
lakóhelyül magának kívánta:
„Nyugalmam helye ez lesz örökre,
itt fogok lakni, ez a kívánságom.

Gazdagon megáldom eleséggel,
szegényeit jóltartom kenyérrel.
Papjait az üdvösségbe öltöztetem,
és szentjei ujjongva ujjonganak.

Ott Dávid hatalmát megnövelem,
fényességet hintek fölkenetemre.
Ellenségeit szégyennel borítom,
az ő fején azonban korona ragyog.”

Antifóna. Siont az Úr kiválasztotta magának lakóhelyül.

3. Antifóna. Eljön minden nemzet, és színed elé borul, Urunk.

KANTIKUM

Jel 11, 17-18; 12, 10b-12a

Isten ítélete

Hálát adunk neked,
mindenható Urunk, Istenünk;
Aki vagy, aki voltál és aki eljössz,
mert átvetted a főhatalmat és uralkodol.

Háborognak a nemzetek,
de eljött az ideje haragodnak és az ítéletnek a holtak fölött.

Jutalmazd meg szolgálodat, a prófétákat és a szenteket,
neved tisztelőit: a kicsinyeket és nagyokat.

Eljött Istenünk üdvössége, ereje és országa,
és uralma Fölkentjének;
Mert letaszították testvéreink vádlóját,
aki éjjel-nappal vádolta őket Istenünk trónja
előtt.

De legyőzték őt a Bárány vérével,
és tanúságuk igéjével.
Még életüket sem kímélték,
mindhalálig!
Ezért örvendezzetek, ti mennyek,
és ti, akik benne laktok!

Antifóna. Eljön minden nemzet, és színed elé borul,
Urunk.

RÖVID OLVASMÁNY

1 Pét 3, 8-9

Mindnyájan legyetek egyetértők, együttérzők, a
testvériség szeretői, irgalmasok, szerények, alázatosak.
Ne fizessetek a rosszért rosszal, se a szidalomért
szidalommal, hanem ellenkezőleg: mondjatok áldást,
mert arra vagytok hivatva, hogy az áldás legyen az
örökségetek.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Táplált az Úr minket* a búza legjavából.
Táplált.

Felelet: És jóllakatott minket mézzel a sziklából* a
búza legjavából. Dicsőség az Atyának. Táplált.

Antifóna a Magnifikáthoz: Hatalmasokat elűzött
trónjukról, kicsinyeket pedig felmagasztalt.

MAGNIFIKAT

(Lásd a 26. oldalon)

Antifóna. Hatalmasokat elűzött trónjukról, kicsinyeket pedig felmagasztalt.

FOHÁSZOK

Áhítatos lélekkel kérjük Krisztust, népének pásztorát, segítőjét és vigasztalóját:

Istenünk, Menedékünk, hallgass meg minket.

Áldott vagy, Urunk, mert jóságosan meghívtál minket Szentegyházadba,

– őrizz is meg abban állandóan.

Te bíztad valamennyi egyház gondját N. pápánkra,

– adj neki kifogyhatatlan hitet, élő reménységet és odaadó szeretetet.

Adj a bűnösöknek megtérést, az elesetteknek erőt,

– mindnyájunknak bűnbánatot és üdvösséget.

Te magad akartál idegenben lakni,

– emlékezzél azokra, akik családjuktól és hazájuktól távol élnek.

Adj örök békességet

– azoknak, akik benned bízva haltak meg.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Hálaadásunkat hozzuk eléd, Istenünk, az egész mai napunkért, és alázatosan esedezünk, bocsásd meg jóságosan mindazt, amit testünk gyöngesége folytán magunkra vontunk. A mi Urunk.

Az imaóra befejezése a 17. oldalon.



KOMPLETÓRIUM

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

Lelkiismeretvizsgálat

HIMNUSZ

Krisztus, ki nap vagy és világ,
minket sötétségben ne hagyj;
Atyádnak fényessége vagy,
s a hit világát hirdeted.

Urunk, szent Isten, kérlelünk,
az éjszakában légy velünk;
nyugvásunk kebleden legyen:
így testünk-lelkünk megpihen.

Álom takarja mi szemünk,
de nálad virraszt a szívünk;
fényeddel éjjel látogass,
őrizz, vezérelj, támogass!

Védelmezz minket, légy kegyes,
fékezd meg, ki vesztünkre les;
kit megváltottál véreddel,
Úr Jézus, kérünk, ne hagyd el!

Kegyes király, Krisztus neked
és az Atyának tisztelet
s a Vigasztalónak veled,
örök időn át szüntelen! Amen.

(Vagy a himnusz a 28. oldalon)

ZSOLTÁROZÁS

Antifóna. Testem elnyugszik reménységben.

15. zsoltár

Oltalmaz engem, Istenem,
 mert én benned bízom. –
 Így szólok az Úrhoz: „Istenem te vagy nékem,
 nincs más javam rajtad kívül.”
 Földünk szent és dicső férfiaihoz
 vonzódok egész szívemmel.
 Megsokasodnak azok gyötrelmei,
 akik idegen istenek után futnak.
 Nem veszek részt véres áldozataikon,
 még csak nevüket sem veszem ajkamra.

Örökrészem és kelyhem az Úr:
 sorsomat. Uram, te irányítod.
 A mérőzsinór értékes részt juttatott nekem,
 valóban pompás az én örökrészem.
 Áldom az Urat, mert értelmet adott nekem,
 valóban pompás az én örökrészem.
 Szünet nélkül magam előtt látom az Urat,
 ő áll jobbomon, hogy el ne essem.
 Ezért örül az én szívem,
 és ujjong a lelkem,
 és testem is elnyugszik reménységben.

Mert nem hagyod lelkem a holtak honában,
 és nem engeded, hogy pusztulást lásson szented.
 Az élet útját mutatod nekem,
 és örömmel töltesz el színed előtt,
 és jobboldon a gyönyörűség mindörökké.
Antifóna. Testem elnyugszik reménységben.

RÖVID OLVASMÁNY

1 Tessz 5, 23

A békesség Isten szenteljen meg titeket mindenben, hogy szellemi mivoltotok: a testetek is és a lelketek is feddhetetlen maradjon Urunknak, Jézus Krisztusnak eljövetelére.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Uram, a te kezedbe* ajánlom az én lelkemet.
Uram, a te.

Felelet: Megváltottál minket, Urunk, hűséges Istenünk.* Ajánlom az én lelkemet. Dicsőség az Atyának
Uram, a te.

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s
ha alszunk, őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal
ébred, s elnyugodjunk biztonságban békén.

EVANGÉLIUMI KANTIKUM

Lk 2, 29-32

Krisztus a pogányok világossága, Izrael dicsősége

Bocsásd el most, Uram, szolgálodat,
szavaid szerint békességben!
Hiszen már meglátták szemeim,
akit küldtél, az Üdvözítőt.
Őt adtad számunkra
csodájára minden népnek,
hogy fényeskedjék az egész világnak,
mint választott néped dicsősége.

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s
ha alszunk, őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal
ébred, s elnyugodjunk biztonságban békén.

KÖNYÖRGÉS

Urunk, Istenünk, ajándékozz nekünk pihentető
álmot, mert elfáradtunk a napi munkában! Újíts meg
minket állandó segítségeddel, hogy testben-lélekben a
tied maradjunk! Krisztus, a mi Urunk által.

Az imaóra befejezése és a Bold. Szűz Mária antifónája a 31-32.
oldalakon.



PÉNTEK

REGGELI DICSÉRET

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

A menny örök napsugara,
halandóknak boldog remény,
az Atyaisten Egy-Fia,
a tiszta Szűznek Gyermeke!

A kelőnek nyújtsd jobbodat,
keljen fel józanul a szív
s az Úrnak zengje lángolón
a hála méltó énekét.

A hajnal csillag már ragyog,
az egyetlen fényt hirdeti,
az éjszakák homálya hull,
minket szent fényed töltsön el.

Maradjon bennünk ez a fény,
a világ éjét izzasztja el,
s míg meg nem hal minden idő,
szívünket tisztán tartsa meg.

Lelkünkben mint élő gyökér
fakadjon gazdagon a hit,
nyomában nyíljon a remény
s a bő gyümölcsű szeretet.

Krisztus Királyunk, üdv neked,
Atyának áldás, tisztelet
s Vigasztalónknak is veled
most és örök időkön át! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna.* Elfogadod az igaz áldozatot, amit
oltárodra hoznak, Uram.

50. zsoltár

Könyörülj rajtam, Istenem.

Újuljatok meg lélekben és gondolkodásmódotokban! Belsőleg
legyetek új emberek (Ef 4, 23-24)

Könyörülj rajtam, Istenem,
irgalmasságod szerint.
Minthogy mérhetetlen a te irgalmad,
gonoszságomat töröld le rólam.
Mosd le bűnömet teljesen,
vétkeimtől tisztíts meg engem.

Belátom gonoszságomat,
bűnöm szüntelen előttem lebeg.
Egyedül csak ellened vétkeztem,
ami színed előtt gonosz, olyat tettem.
Te igaznak bizonyulsz döntéscidben,
és igazságosnak, amikor ítélsz!

Ime, én bűnben születtem,
anyám már vétekben fogant.
Te pedig a szívben levő igazságot kedveled,
a bölcsességet titkon kinyilatkoztattad nekem.

Hints meg izsóppal és megtisztulok,
moss meg, és felérebbsz leszek a hónál.
Add, hogy vidámságot és örömet halljak,
hadd örvendezzenek megtört csontjaim.

Fordítsd el bűnömtől arcodat,
és töröld el minden vétkem.
Tiszta szívet teremts bennem, Istenem,
új és erős lelket önts belém.

Ne taszíts el színed elől,
szent lelkedet ne vond meg tőlem.
Add meg újra az üdvösség örömét,
erősíts meg a készsleges lelkületben.

Megtanítom utadat a bűnösöknek,
és a gonoszok hozzád térnek.
Ments meg a vérontástól, Isten, szabadító Istenem,
nyelvem ujjongva hirdeti igazságosságodat.

Nyisd meg, Uram, ajkamat,
hogy dicséretedet hirdesse szavam.
Az áldozat ugyanis nem kedves előtted,
égőáldozatom, amit hozok, nem tetszik neked.
Isten előtt kedves áldozat a megtört lélek,
az alázatos és töredelmes szívet, Istenem, nem
veted meg.

Jóságodban, Uram, tegyél jót Sionnal,
hogy Jeruzsálem falai újra felépüljenek.
Akkor majd elfogadod az igaz áldozatot,
az égő és teljes áldozatot,
akkor majd oltáraidon fiatal tulkokat áldoznak.

Antifóna. Elfogadod az igaz áldozatot, amit oltá-
rodra hoznak, Uram.

2. *Antifóna.* Az Úrban nyer igazságot és meg-
dicsőülést Izrael minden ivadéka.

KANTIKUM

Iz 45, 15-26

Térjenek az Úrhoz mind a nemzetek
Jézus nevére hajoljon meg minden térd (Fil 2, 10).

Bizony, rejtőző Isten vagy te,
Izrael Istene, Szabadítója!

Szégyent és gyalázatot vallanak ellenségei,
megszégyenülten távoznak a bálványfaragók.

Izrael megszabadul az Úr által örökre,
nem szégyenültök meg,
és nem láttok gyalázatot soha. –

Mert így szól az Úr, az egek teremtetője,
aki alkotta s formálta a földet, aki fönn tartja,
mert nem hiába teremtette,
hanem azért alkotta, hogy lakjanak rajta:
„Én vagyok az Úr, és senki más.

Nem beszéltem én titokban,
a föld sötét zugaiban;
nem szoltam így Jákob sarjához: „Hiába keressetek”!
Igazságot szólok én, az Úr, és igazat hirdetek.”

Gyűljetek egybe, jertek, lépjete ide mind,
akik a nemzetek közül megszabadultatok.

Oktalanok azok, akik fából faragott képeket hurcol-
nak,
és olyan istenhez könyörögnek, aki nem tud
segíteni.

Hirdessétek, tegyétek szavá,
és beszéljétek meg egymás között:
„Ki hirdette ezt kezdettől fogva,
ki mondta meg előre régen?

Nemde én, az Úr?

Nincs más Isten énrajtam kívül,
igaz és szabadító Isten nincsen kívülem.”

Antifóna. Az Úrban nyer igazságot és megdicsőülést
Izrael minden ivadéka.

3. *Antifóna.* Járuljatok az Úr színe elé vidám énekszóval!

99. *zoltár*

Az Úr házába lépők örvendezése
A megváltottaknak az Úr parancsolja, hogy győzelmi éneket énekeljenek (Szt. Athanáz).

Ujjongjatok az Úrnak minden földek,
szolgáljátok az Urat örvendezve.
Járuljatok színe elé,
vidám énekszóval.

Tudjátok meg, hogy az Úr, maga az Isten,
ő alkotott, ővéi vagyunk,
házanépe és legelőjének nyája.
Őt magasztalva lépjetek be kapuján,
énekelve vonuljatok hajlékába,
szent nevét áldjátok és dicsérjétek.
Mert valóban jó az Úr,
irgalmassága örökké megmarad,
és hűsége nemzedékről nemzedékre!

Antifóna. Járuljatok az Úr színe elé vidám énekszóval!

RÖVID OLVASMÁNY

El 4, 29-32

Semmiféle rossz szó el ne hagyja ajkatokat, hanem olyan, ami alkalmas a hitben való épülésre, hogy kegyelmet közvetítsen a hallgatók számára. Ne szomorítsátok meg Isten Szentlelkét, akiben meg vagytok jelölve a megváltás napjára. Legyen távol tőletek minden keserűség, harag, méltatlankodás, szóváltás, káromkodás és minden egyéb rossz. Inkább legyetek egymás iránt jóindulatúak, könyörültek és bocsássatok meg egymásnak, amint Isten is megbocsátott nektek Krisztusban.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Add, hogy már reggel halljam* Irgalmadat.
Add hogy.

Felelet: Az utat, merre menjek, mutasd meg.*
Irgalmadat. Dicsőség az Atyának. Add, hogy.

Antifóna a Benediktushoz: Az Úr meglátogatta és megváltotta az ő népét.

BENEDIKTUSZ

(Lásd a 15. oldalon)

Antifóna. Az Úr meglátogatta és megváltotta az ő népét.

FOHÁSZOK

Imádjuk Krisztus Urunkat, aki szent keresztye által
üdvösséget hozott az emberiségnek és mondjuk
áhitattal:

**Urunk, mutasd meg nekünk nagy irgalmas-
ságodat.**

Krisztus Urunk, napunk és világosságunk! Ragyog-
tasd ránk fényességed sugarát,
– és már reggel fékezz meg bennünk minden rossz
hajlamot!

Örködj gondolataink, szavaink és cselekedeteink felett
– hogy a mai napon tetszésedre legyünk!

Fordítsd el bűneinktől arcodat,
– és töröld el minden vétkünket!

Kereszted és feltámadásod által
– tölts el bennünket a Szentlélek vigasztalásával!
Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Istenünk, aki Igéd világosságával messzeűzöd
tőlünk a tudatlanság sötétségét, növeld szívünkben a

tőled adott hit erényét, hogy semmiféle kísértés ki ne olthassa bennünk azt a tüzet, amelyet kegyelmed gyújtott lángra. A mi Urunk.

Az imaóra befejezése mint a 17. oldalon.



NAPKÖZI IMAÓRA (Nóna)

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Isten, te mindent mozgató,
ki mozdulatlan vagy magad,
ki a nappalok idejét
sorjában mind elrendezed.

Világos estét adj nekünk,
amelyen az élet nem fogy el,
de szent halál jutalmaként
örök dicsőség vár reánk.

Hallgass meg, kérünk, jó Atya,
s Atyának egyszülött Fia
s Szentlélek, vigaszt aki ad,
most és örök időkön át! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. Antifóna. Láttuk őt: megvetett volt, a fájdalmak férfia, a betegség ismerője.

21. zsoltár

A szenvedő igaz meghallgatásra talál
Jézus hangosan felkiáltott: „Éli, Éli, lamma sabaktáni?” (Mt 27,46)

I.

Istenem, Istenem, miért hagytál el engem?

Távol megmentésemtől, kiáltásom szavától.

Istenem, kiáltok naphosszat és te nem hallgatsz rám,
kiáltok éjjel, és nincs nyugodalmam!

Mégis te vagy a Szent,

a te néped szentélyében lakozol.

Tebenned bíztak atyáink,

bizakodtak és te őket megmentetted.

Hozzád kiáltottak és megszabadultak,

tebenned bíztak, és nem vallottak szégyent.

Én azonban féreg vagyok, nem ember,

emberek szégyene, a nép megvetettje.

Aki csak rám néz, mind kinevet,

fejét csóválja, és száját félrehúzza.

„Az Úrban bízott, hát mentse meg,

szabadítsa meg, ha kedve telik benne!”

Te hoztál ki engem az anyaméhből,

már anyám keblén te voltál reménységem.

Terád hagyatkoztam, amióta létezem,

anyám ölétől Istenem te vagy nékem.

Ne légy tőlem távol,

mert közel a gyöttelelem,

és nincs, aki megsegítsen.

Antifóna. Láttuk őt: megvetett volt, a fájdalmak
férfia, a betegség ismerője.

2. *Antifóna.* Sorsot vetve megosztottak Jézus ruháin.

II.

Körülvessznek engem számtalan tulkok,
básáni bikák közre fognak.
Reám tájtják szájukat,
mint prédára éhes üvöltő oroszlánok.

Olyan lettem, mint a víz, amely kiömlött,
minden csontom szertehullott.
Szívem olyan lett, mint a viasz,
szétfolyt bensőmben.
Kiszáradt a torkom, mint a cserép,
nyelvem odatapadt az ínyemhez,
a halál porába sújtottál engem.

Mert ebek falkája ólálkodik körülöttem,
gonosztevők serege fogott közre.
Átlyuggatták kezemet-lábamat,
megszámlálhatom minden csontomat.
Ők meg vizsgálgatnak és bámulnak engem:
elosztják maguk közt ruhámat,
és köntösömre sorsot vetnek.

Te azonban, Uram, ne maradj távol,
Erősségem, siess segítségemre.
Mentsd meg lelkemet a kardnak élétől,
ragadd ki életemet az ebek hatalmából.
Szabadíts ki az oroszlán torkából,
a bikák szarva elől, engem, nyomorultat.
Nevedet hirdetni fogom testvéreim előtt,
a gyülekezetben téged dicsőítelek.

Antifóna. Sorsot vetve megosztottak Jézus ruháin.

3. *Antifóna.* Boruljon le az Úr előtt a népek minden családja.

III.

Ti, akik félitek az Urat, áldjátok,
dicsőítsétek őt, Jákob nemzedéke.

Izrael minden törzse félve tisztelje,
mert nem veti meg, nem is utálja a szegény
nyomorát.

Arcát nem fordítja el tőle,
hanem meghallgatja, amikor kiált hozzá.

A nagy gyülekezetben téged dicsérlek,
az istenfélők előtt fogadalmam teljesítem.

Egyenek a szegények és lakjanak jól,
áldják az Urat az istenkeresők:
„Szívük élni fog mindörökké!”

Gondoljon az Úrra és térjen hozzá a földnek minden
határa,
boruljon le előtte a népek minden családja.

Mert az Úré a királyi hatalom,
ő uralkodik a népeken.

Mindazok, akik a földben nyugosznak, egyedül őt
imádják,
előtte borulnak le mind, akik a porba térnek!

Őnki él az én lelkem is,
és neki fog szolgálni ivadékom.

Beszéljenek az Úrról a jövőendő nemzedéknek,
hűségét a majd születő népeknek hirdessék:
„Ezeket mind az Úr vitte végbe.”

Antifóna. Boruljon le az Úr előtt a népek minden
családja.

RÖVID OLVASMÁNY

Ef 2, 8-9

Kegyelemből üdvözültetek a hit által, és nem ma-
gatoktól: az Isten ajándéka ez. Nem cselekedetekből,
hogy senki se dicsekedhessék.

Vers: Ismerjék meg, Uram, utadat a földön.

Felelet: És segítségedet az összes nemzetek között.

KÖNYÖRGÉS

Urunk, Jézus Krisztus, te a bűnbánó latort a kereszt szégyenfájáról vezetted át országodba. Megvalljuk bűncinket, és bizalommal kérünk, vezess be minket halálunk után örövendezéssel a boldogság honának kapuján. Aki élsz.

Az imaóra befejezés a 21. oldalon.



VECSERNYE

Vers: Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet:* Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

A nappalból egy óra még
s a napfény esthomályba hull;
törlesszük a nagy tartozást,
szívünk most háladalra gyúl.

A napi munkánk véget ért,
amelyre hívtál, Krisztusunk,
add meg az ígért égi bért,
szőlőmunkásaid vagyunk.

Akiket most bér vonz feléd
s akiknek majd jutalmat adsz,
mindnyájunk munkáját segíted
s munkánk után adj szent vigaszt.

Krisztus Király, zengjen neked,
és az Atyának tisztelet,
s a Vigasztalónak veled,
most és örök időkön át! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. Antifóna. Naponta áldalak téged, Uram, és elbeszélem csodatetteidet.

144. zsoltár

Az isteni fölség dicsérete
Igazságos vagy, Uram, aki vagy és aki voltál (Jel 16, 5).

Magasztallak téged, Istenem, Királyom,
és áldom nevedet
mindörökkön örökké.

Naponta áldalak téged,
és dicsérem nevedet
mindörökkön örökké. –

Nagy az Úr és minden dicséretre méltó,
és nagyságát fölmérni nem lehet.
Nemzedékről nemzedékre dicsérjék tetteidet,
és hirdessék hatalmadat.

Magasztos fölséged nagyságáról beszéljenek,
és mondják el csodatetteidet.

Félelmetes erődről szóljanak,
és hirdessék a te nagyságodat.

Áradoznak, megemlékezve végtelen jóságodról,
és igazságosságodon ujjongjanak.

Jóságos és irgalmas az Úr,
hosszantűró és nagyirgalmú.

Jóságos az Úr mindenkihez,
irgalmas minden alkotásához.

Magasztaljon téged, Uram, minden műved,
és szentjeid áldjanak téged.
Országod dicsőségét hirdessék,
és hatalmadról beszéljenek,
hogy megismertessék az emberekkel hatalmadat,
és nagyszerű országod dicsőségét.
A te országod örökkévaló ország,
uralmad tart minden nemzedékről nemzedékre.

Antifóna. Naponta áldalak téged, Uram, és elbeszélem csodatetteidet.

2. *Antifóna.* Mindenek szeme tebenned bízik, Uram; közel vagy mindazokhoz, akik segítségül hívnak téged.

II.

Hűséges az Úr minden szavában.
és szent minden cselekedetében.
Fölsegít az Úr minden elesettet,
és fölegyenesít minden elnyomottat.
Mindenek szeme tebenned bízik,
és te enni adsz nekik alkalmas időben.
Te megnyitod kezedet,
és eltöltesz minden élt tetszésed szerint.

Igazságos az Úr minden útján,
és szent minden cselekedetében,
Közel az Úr mindahhoz, aki segítségül hívja őt,
mindazokhoz, akik segítségül hívják igaz lélekkel.
Az őt félők vágját teljesíti,
esdeklésüket meghallgatja
és megszabadítja őket.
Megőriz az Úr mindenkit, aki őt szereti,
de elpusztít minden bűnöst.

Hirdesse szám az Úr dicséretét,
és szent nevét áldja minden élő
mindörökkön örökké.

Antifóna. Mindenek szeme tebenned bízik, Uram;
közel vagy mindazokhoz, akik segítségül hívnak
téged.

3. *Antifóna.* Hűségesek és igazak utaid, nemzetek
Királya!

KANTIKUM

Jel 15, 3-4

A hódolat éneke

Nagy és csodálatos minden műved,
mindenható Urunk, Istenünk.
Hűségesek és igazak utaid,
nemzetek Királya!

Ki ne félne-tisztelne, Urunk,
ki ne dicsérné nevedet?
Egyedül csak te vagy a Szent,
eljön minden nemzet és színed elé borul,
mert nyilvánvaló lett, ahogyan ítéltél.

Antifóna. Hűségesek és igazak utaid, nemzetek
Királya!

RÖVID_OLVASMÁNY

Róm 8, 1-2

Nincs tehát már semmi elmarasztaló ítélet azok
ellen, akik Krisztus Jézusban vannak, akik nem test
szerint élnek. Mert a lélek törvénye, ami a Krisztus
Jézusban való életből fakad, megszabadított engem a
bűnnek és halálnak törvényétől.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Krisztus meghalt a mi bűneinkért,* Hogy
Istenhez vezessen minket. Krisztus.

Felelet : Test szerint ugyan megölték, de a lélek szerint életre kelt.* Hogy Istenhez vezessen minket. Dicsőség az Atyának. Krisztus.

Antifóna a Magnifikáthoz : Emlékezzél meg Urunk irgalmadról, melyet Atyáinknak hajdan megígértél.

MAGNIFIKÁT

(Lásd a 22. oldalon)

Antifóna. Emlékezzél meg Urunk irgalmadról, melyet Atyáinknak hajdan megígértél.

FOHÁSZOK

Aki igazán megismerte Krisztust, reménykedik benne.

Kérjük hangos szóval és bizalommal őt:

Uram, irgalmazz !

Krisztus Urunk, add, hogy az emberi gyengeség,
amely nélküled hajlamos a rosszra,

– általad állandóan erősödjék.

Gyenge emberi természetünk hajlamos a sértődésre,

– általad mindig kész legyen a megbocsátásra.

Téged a bűn sért, a bűnbánat pedig kiengesztel,

– fordítsd el tőlünk haragod ostorát, amelyet bűneinkkel megérdemeltünk.

Te megbocsátottad a bűnbánó asszony bűneit, és az eltévedt bárányt válladra vetted,

– ne fordítsd el irgalmadat tőlünk.

Mindazokat, akik földi életükben Benned reménykedtek,

– engedd a mennyország kapujához, amelyet szent kereszted érdemével nyitottál ki.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Mindenható, irgalmas Istenünk, a te akaratodból szenvedett Krisztus az egész világ üdvösségéért. Adj népednek nagy elhatározást, hogy merjen neked bemutatott élő áldozattá válni, és így beteljék szereteted teljességével. A mi Urunk.

Az imaóra befejezése a 17. oldalon.



KOMPLETÓRIUM

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

Lelkiismeretvizsgálat

HIMNUSZ

Immár a nap leáldozott,
Teremtőnk, kérünk tégedet,
légy kegyes, és maradj velünk,
őrizzed, óvjad népedet.

Álmodják rólad a szívünk,
álmunkban is te légy velünk:
téged dicsérjen énekünk,
mídmön új napra ébredünk!

Adj nekünk üdvös életet,
szítsd fel a szív fáradt tüzét:
a ránk törő rút éjhomályt
világosságod rontsa szét!

Kérünk, mindenható Atyánk,
 Úr Jézus Krisztus érdemén,
 ki Szentlélekkel és veled
 uralkodik, s örökre él. Amen.

(Vagy a 48. oldalon található himnusz)

ZSOLTÁROZÁS

Antifóna. Uram, éjjel-nappal tehozzád kiáltok!

87. zsoltár

Súlyos beteg imája

Ez a ti órátok, a sötétség hatalmáé (Lk 22, 53)

Uram, szabadító Istenem,
 éjjel-nappal tehozzád kiáltok.
 Jusson színed elé imádságom,
 hajlítsd füledet kérésemre.

Mert eltelt a lelkem fájdalommal,
 életem az alvilághoz közelít már.
 A sírba szállók közé számítanak,
 olyan lettem, mint az ember, akinek nincs segít-
 sége.
 A halottak között van a fekhelyem,
 mint aki megsebesítve a sírban alszik.
 Akinek már emlékét sem őrzik többé,
 és akik már kiszakadtak kezedből.

A verem mélyére vetettél,
 a sötétségbe és a halál árnyékába,
 Rámnehezedett súlyos haragod,
 örvényeid fölöttem már összecsapnak.

Távol tartod tőlem ismerőscimet,
 utálatossá tettél előttük.

Be vagyok zárva és nem tudok kimenni,
szemem elsorvad a kintől.
Uram, hozzád kiáltok egész nap,
és kezemet feléd tárom.

Csodákat talán a holtaknak teszel,
vagy az árnyak fölkelnek, hogy áldjanak?
Vajon hirdeti valaki a sírban irgalmadat,
vagy a pusztulás helyén hűségedet?
Vajon tud valaki a sötétségben csodáidról,
vagy igazságodról a feledés földjén? –

De én hozzád kiáltok, Uram,
már kora reggel eléd siet imádságom.
Miért taszítod el lelkem, Uram,
arcodat miért rejtet el tőlem?
Nyomorult vagyok és halálra vált, ifjúkorom óta,
hordoztam borzalmas csapásaidat, és összezavarodtam.

Rám zúdult haragod,
a tőled való rettegés feldúlt engem.
Hullámszik körülöttem egész nap, mint az árvíz,
teljesen körülfogtak.
Távol tartod tőlem a barátot és ismerőst,
ismerősöm csak a sötétség.

Antifóna. Uram, éjjel-nappal tehozzád kiáltok!

RÖVID OLVASMÁNY

Jer 14, 9

Hiszen te közöttünk vagy, Uram, a te nevedet viseljük. Ne hagyj hát el minket, Urunk, Istenünk.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Uram, a te kezédbe ajánlom az én lelkemet.
Uram, a te kezédbe.

Felelet: Megváltottál minket, Urunk, hűséges Istenünk. Ajánlom az én lelkemet. Dicsőség az Atyának. Uram, a te.

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s ha alszunk, őrizd álmunkat; hadd legyünk Krisztussal ébren, s elnyugodjunk biztonságban békén.

EVANGÉLIUMI KANTIKUM

(Lásd a 30. oldalon)

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk... stb.

KÖNYÖRGÉS

Mindenható Istenünk, add, hogy sírjában nyugvó egyszülött Fiad mellett hűségesen kitartsunk, és méltók legyünk vele együtt új életre támadni. Aki veled él és uralkodik mindörökkön örökké.

Az imaóra befejezése és a Bold. Szűz Mária antifónája a 31-32. oldalakon.



SZOMBAT

REGGELI DICSÉRET

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

A napfény újból felragyog,
csendüljön hálaénekünk,
dicsérjük Isten nagy nevét,
Krisztus kegyelmét, érdemét.

Mert őáltala alkotott
az Isten nekünk éjt, napot,
örök törvénnyel szabva meg,
hogy mi s hogyan következik.

Te hívők igaz fénye vagy,
az ős törvény rajtad nem úr,
te nem tűnsz el, ha jön az éj,
te örök napfényként ragyogsz.

Kezdet nélkül való Atyánk,
segíts, hogy ma egész napunk
Krisztushoz méltó nap legyen
s minket Szentlelke töltsön el. Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. Antifóna. Jó dolog, nevednek, ó Fölséges, zsoltárt zengeni, már hajnalban hirdetni irgalmadat,

91. zsoltár

A teremő Isten dicsérete

Dicséretet mondunk az egyszülött Fiú tetteiről (Szt. Athanáz).

Jó dolog az Urat áldani,
nevednek, ó Fölséges, zsoltárt zengeni:
már hajnalban hirdetni irgalmadat,
és hűségedet egész éjjel,
tízhúrú lanton és hárfa zenével,
citera mellett énekelve.
Mert örömmel töltenek el alkotásaid,
kezed művei láttán örvendezem.

Mily nagyszerűek a te műveid, Uram,
gondolataid mily mélységesek!
Az oktalan ember föl nem fogja,
és nem érti meg őket az esztelen.
Sarjadjhatnak a bűnösök, akár a fű,
és virágozhatnak a gonosztevők,
sorsuk mégis örökös pusztulás;
Te azonban, Uram, fölséges vagy örökké.

Mert íme ellenségeid, Uram,
mert íme, ellenségeid elvesznek,
és szétszóródnak mind a gonosztevők.
Magasba emeled fejem, mint a bölény szarvát,
dús olajoddal kentél meg engem.
Szemem ellenségeimet megveti,
s a rám törő gonoszokról hall a fülem.

Virul az igaz, akár a pálma,
s úgy növekszik, mint a Libanon cédrusa.
Az Úr házában van elültetve,
Istenünk csarnokában virágzik.
Gyümölcsöt érlel öreg korában is,
termékeny marad, szépen zöldelő.

Hirdeti, hogy igaz az Isten, ő a menedékem,
ő, akiben nincs álnokság.

Antifóna. Jó dolog, nevednek, ó Fölséges, zsoltárt
zengeni, már hajnalban hirdetni irgalmadat.

2. *Antifóna.* Új szívet és új lelket adok belétek.

KANTIKUM

Ez 36, 24-28

Az Úr új életre kelti népét

Azok az ő népe lesznek, és maga Isten lesz velük (Jel 21, 3).

Kivezetlek titeket a nemzetek közül,
és minden országból összegyűjtelek,
és visszavezetlek földetekre.
Tiszta vizet hintek rátok,
és megtisztultok minden bűntől,
minden bálvány-szennyelettől megtisztítalak.

És új szívet adok nektek,
új lelket öntök belétek.
Kő szíveteket elveszem testetekből,
és hús szívet adok nektek.
Lelkemet árasztom belétek,
ezt teszem, hogy törvényeim szerint járjatok,
hogy megtartsátok s megtegyétek parancsaimat.

S lakhattok a földön, melyet még atyáitoknak adtam,
és ti lesztek az én népem,
én pedig a ti Istenetek leszek!

Antifóna. Új szívet és új lelket adok belétek.

3. *Antifóna.* Kisdedek és csecsemők ajakán zendít-
tesz dicséretet, Uram.

8. zsoltár

Az Úr fölségéről, és az ember méltóságáról
Mindent lába alá vetett, őt magát pedig az egész Egyház fejévé
tette (Ef 1, 22).

Uram, mi Urunk,
a te neved széles e világon mily csodálatos!

Fölségedet magasra emelted,
föl az eget fölé.
Kisdedek és csecsemők ajkán
zendítesz dicséretet ellenségeiddel szemben,
hogy elpusztíts ellenséget és lázadót. –

Szemlélem az eget: ujjaid műve az,
a holdat és a csillagokat: te alkottad őket.
Ugyan mi az ember, hogy megemlékezel róla,
az ember fia, hogy gondot viselsz reá?

Kevéssel tetted őt kisebbé az angyaloknál,
dicsőséggel és fénnel koronáztad,
fölébe emelted kezed műveinek.

Mindent lába alá vetettél:
minden juhot és barmot,
hozzá még a mező vadjait,
az ég madarait s a tenger halait,
amelyek a tenger ösvényeit járják.

Uram, mi Urunk,
a te neved széles e világon mily csodálatos!

Antifóna. Kisdedek és csecsemők ajkán zendítesz
dicséretet, Uram.

RÖVID OLVASMÁNY

2 Pét 3, 13-14

Mi új eget és új földet várunk az Úr ígérete alapján,
az igazságosság hazáját. Szeretteim, minthogy

czt várjuk, legyetek rajta, hogy szeplőtelenül és feddhetetlenül találjon titeket békességben, és a mi Urunk hosszantűrését tekintsétek üdvösségnek.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers : Ajkam örvendezzen,* Amikor neked énekel. Ajkam.

Felelet : Nyelvem naphosszat igazságosságodat emlegesse.* Amikor neked énekel. Dicsőség az Atyának. Ajkam.

Antifóna a Benediktushoz : Lépteinket a béke útjára igazítod, Uram!

BENEDIKTUSZ

(Lásd a 15. oldalon)

Antifóna. Lépteinket a béke útjára igazítod, Uram!

FOHÁSZOK

Imádjuk az Istent, aki Fia által reményt és életet adott a világnak, és kérjük alázattal:

Hallgass meg minket, Urunk.

Urunk, Istenünk, mindeneknek Atyja, aki a mai napot megengedted érnünk,

– add, hogy dicsőségedre Krisztussal töltsük el a mai napot.

Add, hogy mindig éljen bennünk a hit, remény és szeretet,

– amivel elárasztottad szívünket.

Urunk, hadd szegezzük mindig Rád szemünket,

– hogy – ha szólítasz – rögtön felelni tudjunk hívásodra.

Fordíts el bennünket minden galádságtól és gonoszságtól,

– és minden botlástól őrizd meg lépteinket.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Mindenható örök Isten, te vagy az igaz világosság és az örök mai nap. Midőn újra visszatér hozzánk körforgásával a reggel, esedezve kérünk, világosítsd meg lelkünket, mert eljöveteled úgy hasít bele, mint villám, a bűn éjszakájába, és szétosztatja annak sötétjét. A mi Urunk.

Áz imaóra befejezése mint a 17. oldalon.



NAPKÖZI IMAÓRA (Szexta)

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allélúja.

HIMNUSZ

Vezérlő, igaz Istenünk,
ki az időket megszabod,
hogy reggel áradjon a fény,
és forrón lángoljon a dél.

Oltsd el a vizsályok tüztét,
szüntesd meg ártalmak hevét,
testünknek egészséget adj
és békességes jó szívet!

Hallgass meg, kérünk, jó Atya,
s Atyának egyszülött Fia,
a Szentlélek, vigaszt aki ad,
most és örök időkön át! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna*. Zárj kezedbe, hogy megsegíts engem,
mert parancsaidat választottam.

188. zsoltár 169-176

XXII. (Tau)

Zörgető kérésem szálljon színed elé, Uram,
 ígéreted szerint adj értelmet nekem.
 Esdeklő kérésem hadd jusson eléd,
 szabadíts meg, amint megígérted.

Zsoltárének csendül ajkamon,
 amikor igazságodra megtanítasz.
 Zengő nyelven szavadról dalol,
 minden parancsolatod igazságos.

Zárj kezedbe, hogy megsegíts engem,
 mert parancsaidat választottam.
 Vágyva vágyom, Uram, szabadításodra,
 mert törvényed gyönyörűségem.

Zengem dicsőségedet, csak tartsd meg életem,
 ítéleteid segítsenek engem.
 Zord útra tévedtem, mint az elveszett bárány,
 keresd meg szolgádat, mert parancsolataidat
 nem felejttem.

Antifóna. Zárj kezedbe, hogy megsegíts engem, mert
 parancsaidat választottam.

2. *Antifóna.* Trónod, Istenem, áll örökkön-örökké.

44. zsoltár

A király mennyegzője
 Jön a vőlegény, menjetek elébe (Mt 25, 6).

I.

Szívemből ünnepi ének árad,
 művet a királynak mondom el,
 nyelvem, miként a gyorsíró vesszeje.

Szebb vagy, mint akárki az emberfiak közül,
 kedvesség ömlik el ajkadon,
 mert örökre megáldott Istened.
 Te hős, kösd fel derekadra kardodat,
 és fényességben és dicsőségben járj sikerrel.
 Szállj harci szekeredre igazságért, hűségért,
 igazságosságért,
 és fjadon feszítse a hűrt erős jobbod.
 Nyílvessződ éles,
 – népeket terít lábad elé, –
 s a király ellenségeinek szívébe talál.

Trónod, Isten, áll örökkön örökké,
 kormánypálcád az igazság jogara.
 Szereted az igazságot, gyűlölöd a gonoszságot,
 ezért kent föl Isten, a te Istened,
 az öröm olajával társaid közül.

Ruhád mirhától, fahéjtól és áloétól illatos,
 elefántcsont házból hárfa zeng néked.
 Kedveseid között királylányok is lesznek,
 királynő áll a jobboldon Ofír aranyával ékesítve.

Antifóna. Trónod, Isten, áll örökkön-örökké.

3. Antifóna. Láttam az új Jeruzsálemet, mint férjének felékesített menyasszonyt.

II.

Hallgass rám, leányom és figyelj,
 hajlítsd füledet szavamra,
 felejtsd el népedet, atyád házát.
 A király kívánja szépséged,
 mivel urad ő, jöjj, borulj le előtte.
 Tirusz leányai ajándékokkal jönnek,
 kegyeidet esdlik a nép gazdagjai.

Belsőleg a királylány csupa szépség,
 arannyal van átszőve ruhája.
 Színpompás ruhában vezetik a királyhoz,
 szűzek és barátnői követik, és vezetik hozzád.
 Hangos örömujjongás között vezetik őket,
 úgy vonulnak be a király palotájába.

Atyáid helyett fiaid lesznek,
 a föld fejedelmeivé teszed őket.
 Nevedet hirdetni fogom,
 nemzedékről nemzedékre.
 Ezért a népek magasztalnak majd téged,
 mindenkor és örökkön-örökké.

Antifóna. Láttam az új Jeruzsálemet, mint férjének
 felékesített menyasszonyt.

RÖVID OLVASMÁNY

Róm 15, 5-7

Adja meg nektek a béketűrés és vigasztalás Istene,
 hogy Jézus Krisztus szerint egyetértés legyen közte-
 tek, hogy egy lélekkel, egy szájjal dicsőítsétek Jézus
 Krisztusnak, a mi Urunknak Istenét és Atyját. Karol-
 játok fel tehát egymást, amint Krisztus is felkarolt
 benneteket az Isten dicsőségére.

Vers: Népében az Úr kedvét találja.

Felelet: Győzelemmel koszorúzza a szelídeket.

KÖNYÖRGÉS

Add meg nekünk, Istenünk, örök szereteted égő
 fényét, hogy mindenkor szerteted tüze hevítsen min-
 ket, és osztatlan egy szeretettel szeressünk téged
 mindenen felett, testvéreinket pedig teérted. Krisztus,
 a mi Urunk által.

Áz imaóra befejezése a 17. oldalon.



VECSERNYE

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

HIMNUSZ

Örök létforrás, Istenünk,
ki mindent jól elrendezel,
s a világ minden kis zugát
ajándékaid töltik el.

Tudjuk, a teremtés után
te megpihentél, s most nekünk
munkánk után nyugalmat adsz,
s így majd vígabban kelhetünk.

Halandó híveidnek add,
hogymegsírassák vétküket,
s remélve ajándékokat
járják az erény útjait.

S ha majd örök Bíránk előtt
mindenkit rettegés fog el,
mi együtt örvendjünk veled,
s békénk jutalma töltsön el.

Hallgass meg minket, jó Atyánk,
Fiaddal, aki egy veled,
és vigasztaló Lelked is:
ki uralkodik mindenben! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna*. Nagyszerű lámpás, lábam elé, igéd,
Uram. Allelúja.

118. zsoltár 105-112

XIV. (Nún) Elmélkedés az Úr ígéről a törvényben
Ez az én parancsom, hogy szeressétek egymást (Jn 15, 12).

Nagyszerű lámpás, lábam elé, igéd,
ösvényem világossága.
Nevedre esküszöm és megfogadom,
igaz végzéseidet megtartom.

Nagyon mélyre aláztál, Uram,
de ígéreted szerint éltess.
Neked hozom ajkam áldozatát, fogadd tetszéssel,
Uram,
végzéseidre taníts meg.
Naponként az életem kezemben van szüntelen,
de törvényedet el nem felejttem.
Nekem tört is vetettek a bűnösök,
de parancsaidtól el nem tértem.

Nekem végzéseid lesznek az örökrészem örökre,
ettől örvendezik szívem.
Nézd szívemet, arra hajlítom, hogy rendeléseidet
megtegyem,
mindvégig, örökre.

Antifóna. Nagyszerű lámpás, lábam elé, igéd, Uram.
Allelúja.

2. *Antifóna.* Betöltesz engem örömmel színed előtt,
Uram, allelúja.

15. zsoltár

Az Úr az én örökrészem
Isten feloldotta a halál bilincseit és feltámasztotta Jézust (Ap
Csel 2. 24).

Oltalmaz engem, Istenem,
mert én benned bízom.

Így szólok az Úrhoz: „Istenem te vagy nékem,
nincs más javam rajtad kívül.”

Földünk szent és dicsó férfiaihoz
vonzódom egész szívemmel.

Megsokasodnak azok gyötrelmei,
akik idegen istenek után futnak.

Nem veszek részt véres áldozataikon,
még csak nevüket sem veszem ajkamra.

Örökrészem és kelyhem az Úr;
sorsomat, Uram te irányítod.

A mérőszinór értékes részt juttatott nekem,
valóban pompás az én örökrészem.

Áldom az Urat, mert értelmet adott nekem,
éjjel is figyelmeztet bensőm.

Szünet nélkül magam előtt látom az Urat,
ő áll jobbomon, hogy el ne essem.

Ezért örül az én szívem,
és ujjong a lelkem,
és testem is elnyugszik reménységben.

Mert nem hagyod lelkem a holtak honában,
és nem engeded, hogy pusztulást lásson szented.

Az élet útját mutatod nekem,
és örömmel töltesz el színed előtt,
és jobboldon a gyönyörűség mindörökké.

Antifóna. Betöltesz engem örömmel színed előtt,
Uram, allelúja.

3. *Antifóna.* Jézus nevére meghajoljon minden térd
a mennyben és a földön, allelúja.

KANTIKUM

Fil 2, 6-11

Ének Krisztusról, mint Isten Szolgájáról

Jézus Krisztus, isteni mivoltában,
Istennel való egyenlőségét nem tartotta olyan
dolognak,

amelyhez, mint zsákmányhoz ragaszkodjék;
hanem szolgálai alakot öltve, kiüresítette önmagát,
az emberekhez lett hasonló:
külséjében olyan volt, mint egy ember.

Megalázta önmagát,
engedelmes lett a halálig,
mégpedig a kereszthalálig.

Ezért magasztalta fel őt Isten,
és olyan nevet adott neki,
amely fönségesebb minden névnél,
hogy Jézus nevére meghajoljon minden térd
a mennyben, a földön és az alvilágban,
és minden nyelv fennen hirdesse,
hogy Jézus Krisztus az Úr
az Atyaisten dicsőségére!

Antifóna. Jézus nevére hajoljon meg minden térd a
mennyekben és a földön, allelúja.

RÖVID OLVASMÁNY

Kol 1, 3-6a

Kegyelem nektek és békesség Atyánktól az Istentől
és Urunktól, Jézus Krisztustól. Valahányszor imá-
dunk, hálát adunk Istennek, Úrunk Jézus
Krisztus Atyjának, mivel hallottunk Jézus Krisztusba
vetett hitetekről és arról a szeretetről, amelyet minden
szent iránt tanúsítottok annak reményében, ami készen
vár rátok a mennyben. Erről az evangélium igaz
tanításában hallottatok, amely eljutott hozzátok, és
amint az egész világon gyümölcsözik és gyarapszik,
úgy nálatok is.

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Vers: Óvj meg engem, Uram,* Mint szemed fényét!
Óvj meg.

Felelet: Szárnyad árnyékában védj meg engem,*
Mint szemed fényét. Dicsőség az Atyának. Óvj meg.

Antifóna a Magnifikáthoz: Nem jut be mindenki a mennyek országába, aki azt mondja nekem: Uram, Uram! Hanem csak az, aki mennyei Atyám akaratát teljesíti.

MAGNIFIKAT

(Lásd a 26. oldalon)

Antifóna. Nem jut be mindenki a mennyek országába...

FOHÁSZOK

Isten segíti és védelmezi népét, hogy boldog legyen, hiszen ő maga választotta örökségül. Adjunk hálát Neki és jóságára emlékezve mondjuk:

Urunk, Tebenned bizakodunk.

Jóságos Atyánk, könyörgünk hozzád N. pápánkért és N. püspökünkért, védelmezd őket és szenteld meg erőddel.

Érezzék meg a betegek, hogy ők Krisztus társai a szenvedésben,

– és részesedjenek mindenkor az ő vigasztalásából. Tekints jóságosan azokra, akiknek nincs tető a fejük felett,

– hogy tisztességes lakóhelyet találjanak.

Add meg, és őrizd meg a föld termését,

– hogy az embereknek meg legyen a mindennapi kenyerük.

(Vagy:

Óvd meg kegyesen nemzetünket a rossztól,

– hogy a te békédnek és jólétnek örvendjen.)

Urunk fogadd irgalmas szeretettel a megholtakat,

– és adj nekik mennyei lakóhelyet.

Miatyánk...

KÖNYÖRGÉS

Gondviselő Istenünk, a te végzéseid mindenkor valóraválnak. Könyörögve kérünk, tarts távol tőlünk mindent, ami kárunkra lehetne, és adj meg mindent, ami javunkra szolgál. A mi Urunk.

Az imaóra befejezése a 17. oldalon.



KOMPLETÓRIUM

Vers : Istenem, jöjj segítségemre! *Felelet* : Uram, segíts meg engem! Dicsőség az Atyának. Miképpen. Allelúja.

Lelkiismeretvizsgálat

HIMNUSZ

Krisztus, ki nap vagy és világ,
minket sötétségben ne hagyj;
Atyádnak fényessége vagy,
s a hit világát hirdeted.

Urunk, szent Isten, kérlelünk,
az éjszakában légy velünk;
nyugvásunk kebleden legyen:
így testünk-lelkünk megpihen.

Álom takarja mi szemünk,
de nálad virraszt a szívünk;
fényeddel éjjel látogass,
őrizz, vezérelj, támogass!

Védeld meg, légy kegyes,
fékezd meg, ki vesztünkre les;
kit megváltottál véreddel,
Úr Jézus, kérünk, ne hagyd el!

Kegyes Király, Krisztus neked
és az Atyának tisztelet
s a Vigasztalónak veled,
örök időn át szüntelen! Amen.

ZSOLTÁROZÁS

1. *Antifóna.* Könyörülj rajtam, Uram, és hallgasd meg imámat.

4. zsoltár

Hálaadás

Csodálatraméltóvá tette az Úr, kit föltámasztott a holtak közül (Szt. Ágoston).

Halld meg kiáltásomat, igazságom Istene!
szorult helyzetemben tágas utat nyiss nekem;
könyörülj rajtam,
és hallgasd meg imámat!

Meddig lesz még kemény a szívetek, emberek?
Miért szeretitek a hiúságot,
és keresitek a hazugságot?
Tudjátok meg: az Úr csodásan megmenti hívét:
meghallgat az Úr, amikor hozzá kiáltok.

Bár haragusztok, de ne vétkezzetek!
Szálljatok magatokba szívetekben,
csöndesüljete el, nyugovóra térve;
igaz áldozatot hozzatok,
és bízzatok az Úrban.

Azt mondják sokan: „Valami jót ki mutat nekünk?”
Derítsd ránk, Uram, jelül arcod fényét!

Szívembe nagyobb örömet öntöttél,
mint azoknak, akik dúskálnak búzában meg bor-
ban!

Alig térek nyugovóra, békében elalszom,
mert te, Uram, kiváltképpen megerősítettél
engem a reménységben.

Antifóna. Könyörülj rajtam, Uram, és hallgasd meg
imámat.

2. *Antifóna.* Éjszaka is áldjátok az Urat!

133. zsoltár

Dicsérjétek Istenünket, ti összes szolgálai, s akik félve tisztelitek
őt, kicsinyek és nagyok (Jel 19, 5).

Ime, áldjátok az Urat, mind ti az Úr szolgálai,
akik éjszaka az Úr házában álltok.

Tárjátok ki kezeteket szentélye felé,
és áldjátok az Urat.

Áldjon meg téged az Úr Sionból,
aki az eget és földet teremtetten!

Antifóna. Éjszaka is áldjátok az Urat!

RÖVID OLVASMÁNY

MTörv 6, 4-7

Halljad, választott nép! Az Úr, a mi Istenünk: az
egyetlen Úr. Szeresd az Urat, a te Istenedet, teljes
szívedből, teljes lelkedből és minden erődből! Ezek a
szavak, amelyeket ma megparancsolok néked, legyenek
szívedben! Beszélj el fiaidnak! Elmélkedjél róluk,
akár házában üldögélsz, akár úton vagy: ha felkelsz
és ha lefekszel!

RÖVID VÁLASZOS ÉNEK

Pers: Uram, a te kezedbe, ajánlom az én lelkemet.
Uram.

Fcelelet: Megváltottál minket, Urunk, hűséges Istenünk. Ajánlom az én lelkemet. Dicsőség az Atyának. Uram.

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s ha alszunk, őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal ébren, s elnyugodjunk biztonságban, békén.

EVANGÉLIUMI KANTIKUM

Lk 2, 29-32

Bocsásd el most, Uram, szolgádat. . .

Antifóna. Te védj meg, Istenünk, ha virrasztunk, s ha alszunk, őrizd álmunkat: hadd legyünk Krisztussal ébren, s elnyugodjunk biztonságban, békén.

KÖNYÖRGÉS

Látogass meg minket, Istenünk, ezen az éjszakán, hogy holnap reggel tőled erőt nyerve ébredjünk, és Krisztus feltámadásának örvendhessünk. Aki él és uralkodik, mindörökkön örökké.

Főünnep előestéjén, nem szombaton:

Látogasd meg, kérünk, Istenünk, ezt a hajlékot, és az ellenség minden cselvetését messze űzd tőle! Szent angyalaid lakjanak benne, akik minket békében őriznek; és áldásod legyen rajtunk mindig. Krisztus, a mi Urunk által.

Az imaóra befejezése és a Bold. Szűz Mária antifónája a 31-32. oldalakon.



ÜNNEPI ANTIFÓNÁK ÉS KÖNYÖRGÉSEK

Karácsony

Antifóna a Benediktushoz: Dicsőség a magasságban Istennek, és a földön békesség a jóakarató embereknek, allelúja.

Antifóna a Magnifikáthoz: Ma született Krisztus; ma megjelent az Üdvözítő; ma a földön angyalok énekelnek, főangyalok örvendeznek; ma ujjongnak az igazak és mondják: Dicsőség a magasságban Istennek, allelúja.

Könyörgés: Istenünk, te az emberi természet méltóságát csodálatosan megalkottad, és még csodálatosabban megújítottad. Add kérünk, hogy részesedjünk Fiad istenségében, aki szeretetből magára vette emberi természetünket. Aki veled él.

Szent Család: Jézus, Mária és József

Antifóna a Benediktushoz: Urunk, fényeskedjék nekünk a Szent Család példája, és igazítsd lépteinket a béke útjára.

Antifóna a Magnifikáthoz: Fiam, miért tetted ezt velünk? Atyád és én bánkódva kerestünk téged. Miért, hogy kerestetek engem? Nem tudátok, hogy Atyám dolgaiban kell lennem?

Könyörgés: Istenünk, te ragyogó példaképnek állítod eléink a Szent Családot. Segíts, hogy nyomukban járjunk, gyakoroljuk a családi élet erényeit, mindig egyek maradjunk a szeretetben, és házad népével együtt örvendezve, élvezhessük örök jutalmadat. A mi Urunk.

Urunk megjelenése (Vízkereszt)

Antifóna a Benediktuszhoz: Ma kapcsolódott mennyei jegyeséhez az Egyház, mert Krisztus lemosta bűneit a Jordán vizében; a napkeleti bölcsek ajándékaikkal siettek a királyi mennyegzőre; és a vízből átváltoztatott bornak örvendezik a násznép, allelúja.

Antifóna a Magnifikáthoz: Három csodát ünneplünk ezen a szent napon: ma a csillag elvezette a bölcseket a jászolhoz; ma borrá lett a víz a mennyegzőn: ma a Jordánban Krisztus felvette János keresztségét, hogy üdvözítsen minket, allelúja.

Könyörgés: Istenünk, te a mai napon a betlehemi csillag fényével vezetted a nemzeteket, és kinyilatkoztattad nekik Egyszülöttedet. Add meg jóságosan, hogy szent Színed látására jussunk az örök dicsőségben, miután a hitből már itt megismertünk téged. A mi Urunk.

Húsvét

Antifóna a Benediktuszhoz: A hét első napján kora reggel, kimentek a sírhoz, amikor már a nap felkelt, allelúja.

Antifóna a Magnifikáthoz: Amikor beesteledett még a hét első napján, és az ajtók zárva voltak, ahol a tanítványok összegyűltek, megjelent Jézus, megállt középen és így szólt: Békesség nektek, allelúja.

Könyörgés: Istenünk a mai napon egyszülött Fiad által legyőzted a halált és kitártad előttünk az örökkévalóság kapuját. Krisztus Urunk feltámadásának nagy ünnepén kérünk, teremts újjá minket Szentlelked erejével, hogy dicsőséges új életre támadjunk. A mi Urunk.

Urunk mennybemenetele

Antifóna a Benediktuszhoz : Fölmegyek az én Atyámhoz és a ti Atyátokhoz, az én Istenemhez és a ti Istenetekhez, allelúja.

Antifóna a Magnifikáthoz : Ó, dicsőség Királya, seregek Ura, te ma győzelmesen fölmentél a mennybe: ne hagyj árván bennünket, hanem küldd el nekünk az Atya ígését, az Igazság Lelkét, allelúja.

Könyörgés : Mindenható Istenünk, add, hogy szent örömmel ujjongjunk és boldogan hálát adjunk, mert Krisztus mennybemenetele a mi megdicsőülésünk kezdete; ahová ugyanis eljutott a Fő dicsőségben, oda kapott meghívást az egész test szent reménységben. A mi Urunk.

Pünkösd

Antifóna a Benediktuszhoz : Vegyétek a Szentlelket; akinek megbocsájtjátok a bűneit, meg lesz bocsátva, allelúja.

Antifóna a Magnifikáthoz : Ma betelt Pünkösd ünnepe, allelúja; ma megjelent a Szentlélek az apostoloknak tűzben, és karizmatikus ajándékot osztott nekik; elküldte őket az egész világra, hogy hirdessék az igét és tanítsák: Aki hisz és megkeresztelkedik, üdvözülni fog, allelúja.

Könyörgés. Istenünk, te a mai szentséges ünnepen Egyházadat és általa a világ minden népét és nemzetét megszentelted. Áraszd ki Szentlelked ajándékait az egész világra, és töltsd be híveid szívét isteni kegyelmeddel, amellyel egykor elindítottad az evangéliumi hirdetést. A mi Urunk.

Úrnap

Antifóna a Benediktuszhoz: Én vagyok az élő kenyér, aki a mennyből szálltam alá; aki ebből a kenyérből eszik, örökké élni fog, allelúja.

Antifóna a Magnifikáthoz: Ó, szent vendégség, amelyben Krisztust vesszük, kínszenvedésének emlékét idézzük; Isten kegyelmével eltelik a lelkünk, és megkapjuk jövődő dicsőségünk zálogát, allelúja.

Könyörgés: Istenünk, te ebben a csodálatos Szentségben kínszenvedésed emlékeztétét hagytad ránk, add, kérünk Tested és Véred szent titkát úgy tisztelnünk, hogy megváltásod gyümölcsét szüntelenül élvezzük. Aki veled él.

Jézus szentséges Szívének ünnepe

Antifóna a Benediktuszhoz: Irgalmas szívével meglátogatott minket az Isten, és megváltotta népét, allelúja.

Antifóna a Magnifikáthoz: Tüzet jöttem bocsátani a földre, és mit akarok mást, mint hogy fölgyulladjon?

Könyörgés: Mindenható Istenünk, szeretett Fiad Szívét dicsőítve magasztaljuk és megemlékezünk arról, hogy mennyi jótéteménnyel mutatta meg irántunk való szeretetét. Add, hogy ajándékaid mennyei forrásából, szeretett Fiad Szívéből, bőven áradó kegyelmet elnyerjük. A mi Urunk.

Szent Péter és Szent Pál apostolok ünnepe (Jún. 29)

Antifóna a Benediktuszhoz: Így szól Simon Péter: Kihez menjünk Uram? Az örök élet igéi nálad vannak! És mi hittük és megismertük, hogy te vagy Krisztus, az Isten Fia, allelúja.

Antifóna a Magnifikáthoz : Péter apostol, és a nemzetek tanítója, Pál, ők tanítottak meg minket törvényeidre, Urunk.

Könyörgés : Istenünk, te Péter és Pál apostol ünnepével áldott szent örömet adtál a mai napnak. Engedd, hogy Egyházad mindenben kövesse tanításukat, amelyel megalapozták vallásos életünket. A mi Urunk.

Szűz Mária mennybevitele, Nagyboldogasszony (Aug. 15)

Antifóna a Benediktuszhoz : Szép és bájos, Jeruzsálem leánya, aki felmegy, mint a hajnal pírja.

Antifóna a Magnifikáthoz : Bodognak hirdetnek az összes nemzedékek, mert nagyot művelt velem ő, aki hatalmas.

Könyörgés : Mindenható örök Isten, te a Szeplőtelen Szűz Máriát, Fiad édesanyját testével-lelkével az örök dicsőségbe emeled. Add, kérünk, hogy mindenkor törekedjünk az odaföntvalókra, és egykor osztályrészesei lehessünk örök dicsőségnek. A mi Urunk.

Szent István (Aug. 20)

Antifóna a Benediktuszhoz : Ó, milyen csodálatosan megmutatkozik az Üdvözítő hatalma szent István király érdemeiben, aki Isten és az emberek előtt megemlékezésre méltó, és már a szentekkel együtt örvend a dicsőségben.

Antifóna a Magnifikáthoz : Üdvözlégyszent István király. Te vagy néped kiváló reménysége; üdvözlégyszent hitünk tanítója és apostola; üdvözlégyszent létezés és igazságosság tükrö: általad hiszünk Krisztusnak, általad nyerünk üdvösséget Krisztusban: imádkozz a népért, járj közben a papságért, hogy a tied közül az ellenség senkit el ne ragadhasson.

Könyörgés : Istenünk, te szent István királyt itt a földön országunk koronájával ékesítetted és szentjeid közé emelted. Add, kérünk, hogy aki a keresztény vallás terjesztője volt hazánkban, legyen a mennyben védelmezője Egyházadnak. A mi Urunk.

Szűz Mária, Magyarok Nagyasszonya (Szept. 12)

Antifóna a Benediktushoz : Úrnőnk, a Szűzanya közbenjárására könyörülj népünkön, mindenség Teremtője, mert az életre és nem a halálra teremtettél minket.

Antifóna a Magnifikáthoz : Ó Mária, jóságos Szűz, magyar népünk ősi Pártfogója: gyámolíts minket, míg elárvult gyermekeid zengik köszöntésedet.

Könyörgés : Istenünk, mi magyarok Szent Istvánnak, első szent királyunknak rendeléséből a Boldgoságos Szűz Máriát Nagyasszonyunknak és Pártfogónknak tiszteljük, és tudjuk, hogy közbenjárására számtalan jótéteménnyel halmozol el minket itt a földön. Add kegyelmedet, hogy egykor vele együtt örvendezzünk a mennyben. A mi Urunk.

Mindenszentek (Nov. 1)

Antifóna a Benediktushoz : Az igazak ragyognak, miként a nap, Atyjuk országában, allelúja.

Antifóna a Magnifikáthoz : Ó, milyen csodálatos az az ország, ahol az összes szentek Krisztussal örvendeznek; fehér ruhába öltözve követik a Bárányt, bármerre is megy.

Könyörgés : Mindenható örök Isten, te megadtad, hogy egy napon ünepeljük Mindenszentek dicsőségét. Kérünk, sokszoros közbenjárásukra áraszd bőven reánk nagy irgalmat. A mi Urunk.

Szent Imre herceg (Nov. 5)

Antifóna a Benediktuszhoz: Jól van, derék és hű szolgám, mivel a kevésben hű voltál, sokat bízik rád, menj be Urad örömébe.

Antifóna a Magnifikáthoz: Ez a szent férfiú, helyesen értékelte a világot és a földnek vonzásán győzedelmeskedve, kincset gyűjtött szavaival és tetteivel a mennyben.

Könyörgés: Istenünk, te szent Imrét tündöklő ifjúságában emelted szentjeid társaságába, miután sugallatodra neked szentelte fiatal életét. Engedd, hogy mindenkor közbenjáró segítőnk legyen nálad. A mi Urunk.

Árpádházi szent Erzsébet (Nov. 19)

Antifóna a Benediktuszhoz: Adjatok neki keze munkájának gyümölcséből, és munkája dicsőítse őt a kapukban.

Antifóna a Magnifikáthoz: Kezét kinyújtotta a szűkölködő felé, és tenyerét kitérte a szegénynek, nem ette tétlenül kenyerét.

Könyörgés: Istenünk, te megadtad szent Erzsébetnek, hogy Krisztust lássa és tisztelje a szegényekben. Közbenjárására segíts, hogy lankadatlan szeretettel szolgáljuk az ínségeseket és bajbajutottakat. A mi Urunk.

Szűz Mária Szeplőtelen Fogantatása (Dec. 8)

Antifóna a Benediktuszhoz: Az Úr Isten így szólt a kigyóhoz: Ellenségeskedést vetek közéd és az Asszony közé, a te ivadékod és az ő ivadéka közé. Ő széttiporja fejedet, allelúja.

Antifóna a Magnifikáthoz: Üdvözlégy Mária! Kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, allelúja.

Könyörgés: Istenünk, te Szűz Máriában a szeplőtelen Fogantatással méltó hajlékot készítettél Fiadnak, mert az ő megváltó halálát előre látva, minden bűntől eleve megóvtad a boldogságos Szűzet. Kérünk, az ő közbenjárására mi is tiszta lélekkel jussunk el hozzád. A mi Urunk.

SZENT IDŐK

Advent

Antifóna a Benediktuszhoz: Amikor Keresztelő János a börtönben hallott Krisztus tetteiről, elküldte hozzá két tanítványát ezzel a kérdéssel: Te vagy-e az, akinek el kell jönnie, vagy mást várjunk?

Antifóna a Magnifikáthoz: Te vagy-e az, akinek el kell jönnie, vagy mást várjunk? Jelentsétek Jánosnak, amit láttok: vakok látnak, halottak feltámadnak, a szegényeknek pedig hirdetik az evangéliumot, allelúja.

Könyörgés: Istenünk, te látod, milyen hűséges lélekkel várja néped Karácsony ünnepét. Add kérünk, hogy Üdvöztőnk születésének nagy napját megértsük és örvendező lélekkel áhítatosan ünnepeljük. A mi Urunk...

Nagyböjt

Antifóna a Benediktuszhoz: Jézust a pusztába vezette a Lélek, hogy megkísértse az ördög. Negyven nap és negyven éjjel böjtölt, végül megéhezett.

Antifóna a Magnifikáthoz : Vigyázz reánk éberen, örökévaló Üdvözítőnk, nehogy elvakítson és magával ragadjon a kísértő, hisz szüntelen segítőnk lettél nekünk.

Könyörgés : Mindenható Istenünk, add, hogy nagybőjt szent gyakorlatait évről-évre megtartva egyre méltóbban készüljünk húsvét ünnepére: mélyedjünk el Krisztus életének titkaiban, és hozzá méltó életmóddal valóban kövessük őt. Aki veled él.

SZENTEK KÖZÖS ZSOLOZSMÁJA

Szent férfiak közös zsolozsmája

Antifóna a Benediktushoz : Boldogok a békességszerzők, boldogok a tisztaszívűek, mert meglátják Istent.

Antifóna a Magnifikáthoz : Derék és hűséges szolga, menj be Urad örömébe. (Vagy):

Mindhalálig hűségesek voltak és elnyerték az Úrtól az élet koronáját.

Könyörgés : Istenünk, egyedül te vagy igazán szent, és nélküled senkisé is lehet jó, szent N. (és N.) közbenjárására alakíts minket tetszésed szerint, hogy egykor részesei lehessünk örök dicsőségnek. A mi Urunk.

Szent nők közös zsolozsmája

Antifóna a Benediktushoz : Az Úrnak szentelt szűzek, áldjátok az Urat mindörökre. (Vagy):

A mennyek országa hasonló a kereskedőhöz, aki igazgyöngyöt keres. Amikor aztán egy nagyon értékes igazgyöngyre talál, eladja mindenét és megvásárolja azt.

Antifóna a Magnifikáthoz : Jöjj, Krisztus jegyese, vedd a koronát, amelyet az Úr készített neked mindörökre. (Vagy) : Szívem ujjong az Úrban, és kitárul, mert örömmel tölt el segítséged.

Könyörgés : Istenünk, áraszd ránk bőséges irgalmadat, amikor szent N. (és szent N.) szűz emlékezetét áhítatos lélekkel örvendezve megüljük. Engedd, hogy egykor vele (velük) együtt élvezhessük nálad a boldog örökkévalóságot. A mi Urunk. (Vagy) :

Istenünk, áraszd ránk megismerésednek és szeretetednek Lelkét, amely betöltötte szent N. asszonyt. Add, hogy életpéldáját kitartóan követve, őszinte odaadással szolgáljunk neked és hitből fakadó jótetteinkkel megnyerjük tetszésedet. A mi Urunk.



JEGYZETEK

Az egyhetes „kis zsolozsma” összeállításának *vezető szempontja* az volt, hogy az első hét vasárnapjával kezdve, a hétköznapi zsolozsmáit a négy rendelkezésre álló imaóra-sorozatból úgy állítsuk össze, hogy a *legszebb zsoltárok* lehetőleg ki ne maradjanak, de egy-egy óra az eredeti összeállításban megmaradjon. Ezt az elvet egyetlen óra kivételével mindvégig érvényesítettük. Összeállításunk tehát így alakult:

Vasárnap: Az első hét vasárnapjának négy imaórája.

Hétfő: RD és V a 3., NI a 2. hétről.

Kedd: RD az 1., NI és V a 3. hétről.

Szerda: RD és V az 1., NI a 3. hétről.

Csütörtök: RD és NI a 2., V a 3. hétről.

Péntek: RD az 1., NI a 3., V a 4. hétről.

Szombat: RD és NI a 4., V a 2. hétről (vagyis a második hét vasárnapjának I. vecsernyéje)

A *Kompletórium* egyszerűség kedvéért minden napi zsolozsma végére került. A fentebb említett kivételt a szerdai Napközi imaóránál tettük: mivel az eredetileg előírt 1. zsoltár (118:105-121) más-helyütt szerepel, ide helyeztük, megfelelő sorrendbe téve a még nem szereplő szép 22. zsoltárt.

A *Napközi imaórák* zsoltárai tudvalevőleg mindig azonosak, csak a himnusz és a befejező rész (Rövid olvasmány és zárókönyörgés) változik a tercia, szexta és nóna szerint. Többségében a déli időre szánt szextát vettük, pénteken az Úr Jézus kereszthalálának emlékére szokásos nónát, vasárnap a reggeli imának szánt terciát vettük, hogy esti szentmisén való részvétel esetén ezzel a reggeli imádság bővüljön. A csütörtöki tercia választását tartalmi szempontok indokolták. Mindettől függetlenül a napközi imaóra tetszés szerinti időben végezhető.

A *hétköznapi antifónák és könyörgések* adva voltak, *vasárnap* szerepelnek a Szentháromság vasárnapjának antifónái és könyörgése, a szombati vecsernyének (vagyis a tulajdonképpen 2. vasárnapi I. vecsernyében) az évközi 9. vasárnapról vettük az antifónát és könyörgést (amely a legrégibb könyörgések közül való). Ennek a vecsernyének válaszos énekét a régi breviárium vasárnapi Kompletóriumában szereplő s innen – az említett A.C. füzet révén a hívők közt is – közzéadottá vált válaszos énekkel cseréltük fel.

Természetesen *vasárnap* mindig vehető a liturgia megfelelő vasárnapi könyörgése és antifónája is. Könnyebbég kedvéért a *jobb ünnepek* könyörgéseit s. antifónáit könyvünk végén közöljük, és

néhány magyar szentét. Tekintettel voltunk a szeptemberi búcsújárásokra is (ezért hozzuk a szept. 12-i könyörgést), valamint az ádventi és nagybőjti lelkigyakorlatokra is.

Az összeállításnál szigorúan alkalmazkodtunk az *Ideiglenes Zsolozsmáskönyv*-höz már abból az elvből kifolyólag is, hogy ezzel tanúbizonytságot tegyünk a magyarság egységéről, határokon innen és túl. Ennek következtében maradtak el bizonyos – a papság és szerzetesek számára köztudomású – utalások, amelyek más népszerű kiadványokban szerepeltek, mint pl. a „Dicsőség az Atyának doxologia közlése minden zsoltár és kanticum végén.

A *legszükségesebb gyakorlati útbaigazítást* a közös zsolozsmázáshoz a 6. oldalon megadtuk.

A „*Kis Zsolozsma*” ezen kiadása mindenképpen ideiglenes: a következő kiadás alkalmazkodni fog a majd megjelenő végleges Imaórák Liturgiájához, valamint a remélhető hozzászólások szerint is, amelyekért előre hálás köszönetet mondunk. Úgyszintén tervbe vettük, hogy egy következő kiadásban, mihelyt a *Szent vagy, Uram?* énekeskönyv reformja elkészül, a függelékben közlünk néhány énekes vecsernyét is.

Dr. Török Jenő



TARTALOM

ELŐSZÓ	5
Gyakorlati útbaigazítása közös zsolozsmázáshoz	6
Imádság zsolozsmázás előtt	7
VASÁRNAP (Reggeli dicséret, Napközi imaóra, Vecsernye Kompletórium)	10
HÉTFŐ	33
KEDD	52
SZERDA	70
CSÜTÖRTÖK	89
PÉNTEK	108
SZOMBAT	127
Ünnepi antifónák és könyörgések	145
Szent idők antifónái és könyörgései	152
Szentek közös zsolozsmáiból antifónák és könyörgések	153
Jegyzetek	155

ISBN 963 360 101 0

**KIADÁSÉRT FELEL: DR. FÁBIÁN JÁNOS ALELNÖK
1979/173 FRANKLIN NYOMDA, BUDAPEST.
FELELŐS VEZETŐ: VÁGÓ SÁNDORNÉ IGAZGATÓ**

