BREVIARIUM PARVUM SANCTI GUILLELMI

ókatolikus vilhelmita zsolozsma



Szent Vilmos Remetéinek Rendje
2025

Breviarium Parvum Sancti Guillelmi

Négyhetes zsolozsmáskönyv az Ókatolikus Vilhelmita Rend remetéi számára.

Szerkesztette Széles Tamás Elréd OESG © 2025

EGYHÁZI HASZNÁLATRA,
KERESKEDELMI FORGALOMBA NEM HOZHATÓ!

Előszó

A szerzetes életének alapja az imádság, mégpedig a strukturált imaórák egymást követő, az egész napot megszentelő sorozata. Szent Ágoston Regulája nem határozza meg a zsoltározás, a kórusima konkrét rendjét és mennyiségét, mivel szerzője – mint sok mindenben – ebben is rugalmas volt. Nem szigorú szabályzatot, hanem keretrendszert adott regulájával, amit nekünk kell életté váltanunk és élettel megtöltenünk.

Mi, ókatolikus vilhelmiták az imádság és a szemlélődés útját járjuk. A mi monostorunk lélekben van, s ide húzódunk vissza, mint belső szobába, hogy együtt legyünk Urunkkal.

A négyhetes zsolozsma napi három imaórát tartalmaz (Laudes, Vesperás, Kompletórium), melyeket egy teljes rózsafüzérrel egészítünk ki naponta. A hagyományos, imaóránkénti három zsoltárt olvasmányok tagolják és gazdagítják, melyek szerzője többnyire Hippói Szent Ágoston, de számos idézetet vettem Thomas Merton atyától is, olyan szövegeket választva, melyeket kifejezetten a szemlélődők megsegítésére írt.

Ez a kötet egyszerre igyekszik követni a hagyományos kórusima leegyszerűsített hagyományát, s igyekszik azt egybekapcsolni a kontemplációra nevelés értékes gondolati elemeivel. Ennek a szerkesztésnek az a célja, hogy kortárs, egyszerű, ókatolikus módon segítse a remete testvérek imaéletét, s hidat építsen az egyik legnagyobb egyházi tanító, Szent Ágoston, az egyik legnagyobb aszkéta, Malavallei Szent Vilmos és mai követőik közé.

Szeretettel ajánlom ezt az egyszerű zsolozsmát Szent Vilmos Remetéinek Rendjében valamennyi testvéremnek, az Úr nagyobb dicsőségére, a mi lelkünk üdvösségére és Istennel való személyes kapcsolatunk elmélyítésére.

Budakeszi, 2025., Mindenszentek

Széles Tamás Elréd OESG

Első hét, vasárnap
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Atyja szíve szülte őt a
teremtett világ előtt,
mindeneknek: ami most van,
volt, s mi még csak eljövend,
Ő a kezdet, Ő a vég is,
alfa és az ómega.

Ó, valóban boldog óra,
amidőn a Szűzanya,

Szentlélektől áldva lévén,
üdvösségünk szülte meg,
és a gyermek üdvözítő
édes arca megjelent.

Zengje mind az ég magasa,
zengjék minden angyalok,
zengje minden, ami zenghet,
Istenünk dícséretét,
nyelv ne álljon egy se némán,
minden ajk zengjen velünk.

Ím kit messze századokban
látnokok daloltanak,
kit hűséges prófétáknak
hirdetének könyvei,
itt ragyog a rég megígért,
énekelje minden Őt!

Téged aggok, téged ifjak,
téged a kicsik kara,
téged az anyák csapatja,
egyszerű lánykák, szüzek,
szent szemérem szózatával,
egy ajakkal áldjanak. Ámen.

Antifóna

Ezt a napot az Úr adta, ujjongjunk és vigadjunk rajta!

1. Zsoltár

(Zsolt 118,1–11)

Magasztaljátok az Urat, mert jó, *
mert irgalma örökkévaló!

Mondja hát Izrael, hogy jó, *
hogy irgalma örökkévaló!
Mondja hát Áron háza, *
hogy irgalma örökkévaló!
Mondják hát, akik félik az Urat, *
hogy irgalma örökkévaló!
Szorongatásomban segítségül hívtam az Urat, *
s az Úr meghallgatott és tágas térre vezetett.
Az Úr velem van, nem félek, *
ember mit árthatna nekem?
Az Úr az én segítőm, *
s én lenézhetem ellenségeimet.
Jobb az Úrhoz menekülni, *
mint emberben reménykedni.
Jobb az Úrhoz menekülni, *
mint fejedelmekben reménykedni.
Mind körülvettek engem a nemzetek, *
de én az Úr nevében diadalmaskodtam rajtuk!
Körülvettek, bizony körülvettek engem, *
de én az Úr nevében diadalmaskodtam rajtuk!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 9,1–15)

A nép, amely sötétségben jár, nagy világosságot lát; akik a halál árnyékának országában laknak, azokra világosság ragyog. Megsokasítod az ujjongást, megnöveled az örömet; örvendenek színed előtt, ahogy örvendenek aratáskor, és amint ujjonganak, akik a zsákmányt osztják. Mert összetöröd terhes igáját a vállára nehezedő botot, és sanyargatójának pálcáját, mint Mádián napján. Mert minden dübörögve menetelő kato-

nacipő és vérben megforgatott ruha elégetésre kerül, tűz martaléka lesz. Mert gyermek születik nekünk, fiú adatik nekünk; az uralom az ő vállán lesz, és így fogják hívni nevét: Csodálatos Tanácsadó, Erős Isten, Örökkévalóság Atyja, Béke Fejedelme.

2. Zsoltár

(Zsolt 118,12–21)

Körülvettek engem, mint a méhek, *
föllobbantak, mint a tűz a bozótban,
de az Úr nevében diadalmaskodtam rajtuk! *
Meglöktek, bizony meglöktek, hogy elessem,
de az Úr megsegített engem! *
Az Úr az én erőm és dicsőségem,
ő lett az én szabadítóm. *
Ujjongás és diadal szava
hangzik az igazak sátraiban: *
»Az Úr jobbja győzelmet szerzett,
az Úr jobbja fölmagasztalt engem, *
az Úr jobbja győzelmet szerzett!«
Nem halok meg, hanem élek, *
és hirdetem az Úr tetteit.
Az Úr nagyon megfenyített engem, *
de nem engedett át a halálnak.
Nyissátok meg előttem az igazság kapuit, *
hadd lépjek be rajtuk, hogy dicsérjem az Urat.
Ez az Úr kapuja, *
az igazak lépnek be rajta.
Hálát adok neked, hogy meghallgattál engem, *
és szabadítóm lettél.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Jel 22,13–17)

Én vagyok az Alfa és az Ómega, az első és az utolsó, a kezdet és a vég. Boldogok, akik megmossák ruhájukat a Bárány vérében, hogy hatalmuk legyen az élet fája fölött, és a kapukon át bemenjenek a városba! Ki innen az ebekkel, a varázslókkal, a paráznákkal, a gyilkosokkal, a bálványimádókkal, és mindenkivel, aki a hazugságot szereti és cselekszi! Én, Jézus, küldtem el angyalomat, hogy előttetek tanúságot tegyen ezekre az egyházakra vonatkozóan. Én vagyok Dávid gyökere és ivadéka, a fényes hajnalcsillag! A Lélek és a menyasszony így szól: »Jöjj el!« És aki hallja, az is mondja: »Jöjj el!« Aki szomjazik, jöjjön; és aki akarja, merítsen ingyen az élet vizéből!

3. Zsoltár

(Zsolt 118,22–29)

A kő, amelyet az építők elvetettek, *
szegletkővé lett.
Az Úr műve ez, *
csodálatos a mi szemünkben.
Ezt a napot az Úr adta, *
ujjongjunk és vigadjunk rajta!
Nyújts, ó Uram, segítséget,*
adj, ó Uram, jó sikert!
Áldott, aki az Úr nevében jön! *
Áldunk az Úr házából titeket.
Az Úr Isten világosított meg minket. *
Álljatok sort az ünnepi lombokkal,
egészen az oltár szarváig. *
Istenem vagy te, hálát adok neked,
Istenem vagy te, magasztallak téged. *
Áldjátok az Urat, mert jó, mert irgalma
örökkévaló.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Ezt a napot az Úr adta, ujjongjunk és vigadjunk rajta!

Rendi olvasmány

(*Ord.* II,8,5)

Gyűlöletet senki iránt ne érezzenek, de egyetlen vétekkel szemben se legyenek túl elnézőek. Nagyon vigyázzanak arra, hogy valahányszor büntetést rónak ki, az ne legyen túl szigorú, amikor pedig megbocsátanak, ne tegyék ezt könnyelműen. Semmi olyan büntetést ne szabjanak ki, ami nem javító célzatú, ne legyenek elnézőek azzal, ami rosszra fordulhat.

Regula

(Reg. Aug. I,1-2)

Íme ezek a szabályok, amelyeket előírunk, hogy a monostorban letelepedve megtartsátok: Először is azért gyűltetek összse, hogy egyetértésben lakjatok a monostorban, és egy szív, egy lélek legyetek Istent keresve.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Conf.* I,15,24)

Hallgasd meg Uram, könyörgésemet, hogy lelkem el ne lankadjon figyelmed alatt, s hogy lankadatlanul tegyek vallomást könyörületedről, mely által eltérítettél minden gonosz utamról, hogy édesebb légy nékem minden gonosz csábításnál... (...) Add, hogy nagyon, de nagyon szeresselek téged, hogy egész szívemmel átöleljem a te kezedet és szabadíts meg minden kísértéstől mindvégig.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Adjon az Úr, atyáitok Istene még sok ezret e számhoz, s áldjon meg titeket, amint mondta! (MTörv 1,11) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* III,7,13)

De nem ismertem az igazi belső igazságot sem, mely nem ítél megszokás szerint, hanem a mindenható Isten legméltányosabb törvénye alapján.

Első hét, vasárnap
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Fekete éjszaka fedez
a földön minden színeket.
Szívek igaz bírája te,
mi vallomást teszünk neked.

Engesztelésünk elfogadd,
és mosd le lelkünk szennyesét,
kegyelmet adj, Krisztus, nekünk,
távol legyen tőlünk a bűn.

Ím elszorítja a szívet,
mardosó lelkiismeret.
Az éjt lerázni szomjaz ő,
s téged keres, Üdvözítő.

Belsejéből Te űzzed el,
és mindenestül a homályt,
hogy vigadozva nyerje meg
a fénynek boldog otthonát.

Engedd meg ezt, kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökkön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Fordítsd el szememet, hiúságot ne nézzen, éltess engem a te utadon!

1. Zsoltár

(Zsolt 110)

Szólt az Úr az én Uramnak: *
»Ülj az én jobbomra,
amíg ellenségeidet *
lábad zsámolyává teszem.«
Hatalmas jogarodat kinyújtja az Úr Sionból: *
uralkodj ellenségeid között!
Tied lesz az uralom hatalmadnak napján *
a szentek fényességében;
A hajnalcsillag előtt, *
mint harmatot, nemzettelek téged.
Megesküdött az Úr *
és nem bánja meg:
»Pap vagy te mindörökké *
Melkizedek rendje szerint.«
Jobbod felől az Úr áll, *
királyokat tipor össze haragjának napján.
Ítéletet tart a nemzetek között: *
halomba rakja a halottakat,
fejeket zúz össze a széles földön.
Patakból iszik útközben, *
azért emeli magasra fejét.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Préd 8,5–8)

Aki megtartja a parancsot, nem tapasztal rosszat, a bölcsnek szíve pedig tudja, hogy eljön a számadás ideje. Mert minden dolog számára van idő és ítélet, csakhogy súlyosan nehezedik az emberre a baj. Nem tudja ugyanis, mi fog még történni, és nincs, aki megmondja neki, miként lesz majd. Nincs az ember hatalmában, hogy visszatartsa éltető leheletét, nincs a halál napján hatalma, és nincs a háború idején felmentés, s a gonoszság nem menti a gonoszt.

2. Zsoltár

(Zsolt 111)

Hálát adok az Úrnak, teljes szívemből, *
az igazak tanácsában és a gyülekezetben.
Nagyok az Úr cselekedetei, *
kívánatosak mindenkinek, aki vágyik utánuk.
Fönségesség és ékesség az ő műve, *
és igazsága megmarad örökkön örökké.
Emléket állított csodáinak, *
irgalmas és kegyes Úr.
Enni adott az őt félőknek; *
Szövetségéről mindenkor megemlékezik.
Megmutatta népének hatalmas művei erejét, *
nekik adta a nemzetek örökségét;
Kezének műve igazmondás és igaz ítélet. *
Mind megbízhatók az ő rendelkezései;
örökkön örökké szilárdan állnak, *
hűségben és igazságban születtek.
Megváltást küldött népének, *
örökre elrendelte szövetségét.
Szent és félelmetes az ő neve. *
A bölcsesség kezdete az Úr félelme,

helyesen gondolkodik mindenki, aki aszerint cselekszik; *
Dicsérete megmarad örökkön örökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Tessz 4,9–12)

A testvéri szeretetről nem szükséges írnom nektek, mert magatok tanultátok Istentől, hogy szeressétek egymást. Hiszen gyakoroljátok is ezt minden testvér iránt egész Makedóniában. Kérünk azonban titeket, testvérek, hogy ebben gyarapodjatok még, és igyekezzetek békében élni, dolgaitokat végezni, saját kezetekkel dolgozni, mint ahogy megparancsoltuk nektek, hogy viselkedjetek tisztességesen a kívül lévőkkel, és senkire se szoruljatok rá.

3. Zsoltár

(Zsolt 112)

Boldog az az ember, aki az Urat féli, *
és nagy tetszését leli parancsaiban!
Utóda hatalmas lesz a földön, *
áldott lesz az igazak nemzedéke.
Dicsőség és gazdagság lesz házában, *
és igazsága mindörökre megmarad.
Világosságként ragyog fel a sötétségben az igazaknak *
az irgalmas, a kegyes, az igaz.
Jó annak az embernek, aki könyörül és kölcsönt ad, *
aki a törvény szerint intézi dolgait,
mert az soha meg nem inog. *
Örökké emlékezetben marad az igaz,

rossz hírtől nem kell félnie. *
Erős a szíve, bízik az Úrban,
rendületlen a szíve, nem fél, *
amíg le nem nézheti ellenségeit.
Osztogat, adakozik a szegényeknek; *
igazsága örökre megmarad,
hatalma dicsőségesen emelkedik. *
Látja a bűnös és bosszankodik,
fogát csikorgatja és emészti magát. *
A bűnösök kívánsága meghiúsul.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Féljétek az Urat, s szolgáljatok neki egész és igaz szívvel.

Rendi olvasmány

(*Ord.* II,8,25)

Engedelmeskedjenek feljebbvalóiknak, még ha azok ezt nem is várják el, ne törődjenek a gőgösökkel, ők maguk pedig a legkevésbé se legyenek azok. Helyesen és illőn éljenek, tiszteljék Istent, gondolataik feléje irányuljanak, keressék őt a belé vetett hitben, reményben és szeretetben. Kívánjanak biztos előrehaladást mind saját, mind társaik tanulmányaiban, és úgy önmaguknak, mint mindenki másnak, akinek csak tudnak, tiszta szellemet és nyugodt életet.

Regula

(Reg. Aug. I,3)

Semmit se mondjatok sajátotoknak, legyen mindenetek közös.

Elöljárótok ossza ki mindegyikőtöknek az élelmet és a ruhát, azonban ne egyenlően, hanem inkább kinek-kinek szükséglete szerint, hiszen teherbírástok sem egyenlő. Így olvassátok ugyanis az Apostolok Cselekedeteiben: „Mindenük közös volt és mindenkinek adtak belőle a szükséghez mérten.” (ApCsel 4,32-35)

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Ord.* II,8,25)

Akik felett hatalmat kapnak, azokat saját hozzátartozóiknak tekintsék. Úgy szolgáljanak, hogy szégyen legyen uralkodniuk felettük, és úgy uralkodjanak, hogy öröm legyen szolgálni őket. Mások hibáit még véletlenül se hánytorgassák fel. A lehető leggondosabban kerüljék az ellenségeskedést, a legméltányosabban viseljék azt, és a lehető leggyorsabban vessenek véget neki. Elég, ha a közösségi élet minden mozzanatában a következő mondást tartják szem előtt: senkivel szemben se tégy olyat, amit önmagaddal szemben nem tennél.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Én vagyok atyádnak, Ábrahámnak Istene. Ne félj, mert én veled vagyok, megáldalak, és megsokasítom utódaidat szolgámért, Ábrahámért! (Ter 26,24) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* II,7,15)

Bűneimet, mint a jeget, megolvasztottad.

Első hét, vasárnap, Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 4)

Meghallgatott igazságom Istene, *
amikor segítségül hívtam.
Szorongatásomban tágas teret adtál nekem. *
Könyörülj rajtam, hallgasd meg imámat!
Emberek fiai, meddig lesz nehéz a szívetek? *
Miért szerettek hiábavalóságot,
hajszoltok hazugságot?
Tudjátok meg: az Úr csodát művel szentjével, *
meghallgat az Úr, ha hozzá kiáltok.
Bár haragudtok, ne vétkezzetek, *
rejtsétek azt szívetekbe
nyugvóhelyeiteken, és békéljetek meg. *
Áldozzatok igaz áldozatokat
és bizalmatokat az Úrba vessétek. *
Sokan mondják: »Ki mutat jót nekünk?«
Ragyogtasd ránk jelként arcod fényességét, Uram! *
Több örömöt öntöttél szívembe,
mint amikor a búza és a bor bőven terem. *
Éppen azért békében alszom
és megnyugszom,
mert te, Uram, különösen megerősítettél *
a reménységben engem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Eszt 4,17)

Ábrahám Istene, Izsák Istene és Jákob Istene, légy áldott! Uram, Uram, mindenható Király, hatalmad alá tartozik minden, és nincs, aki akaratodnak ellenállhatna, ha azt határoztad el, hogy megmented Izraelt. Te alkottad az eget és a földet s az összes csodálatos dolgot, amit az ég pereme magában foglal. Te vagy mindennek az Ura, és nincs, aki ellenállhatna fölségednek.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 2.1)

Bármilyen gyönge halandó vagy is, vedd a bátorságot ahhoz, hogy megértsd önmagad. Azt hiszed, hogy van benned valami rendkívüli, vagy hogy kiérdemelted az Úr tetszését? Hogyan lehet szegény szíved annyira nehézkes és lagymatag, hogy nem tartja állandó izzásban az Úr szeretetének vonzása és hangjának szólítása? Ellenséged arra fog csábítani, hogy pihenj a babéraidon. De te óvakodj a cselszövéseitől. Ne áltasd magad azzal, hogy szentebb vagy jobb emberré váltál nagyszerű hivatásod miatt, vagy pedig azért, mert előrehaladtál a lelki élet e rendkívüli útján. Ellenkezőleg, a legnyomorultabb és legvétkesebb ronccsá leszel, ha Isten kegyelmével és irányításával nem teszel meg minden tőled telhetőt azért, hogy hívásának megfelelően élj.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél

minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Első hét, hétfő
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

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 dölyfét 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 időkön át! Ámen.

Antifóna

Isten kegyelme és irgalma vár szentjeire, és irgalmas látogatása választottjaira.

1. Zsoltár

(Zsolt 1)

Boldog az az ember, *
aki nem követi a gonoszok tanácsát,
nem áll a vétkesek útján, *
és nem ül le a gúnyolódók gyülekezetében,
hanem az Úr törvényében leli kedvét, *
s törvényét éjjel-nappal eszében forgatja!
Olyan, mint a folyóvíz mellé ültetett fa, *
amely idejében meghozza gyümölcsét,
és amelynek nem hull le a lombja. *
Boldogul minden dolgában.
Nem így járnak a gonoszok, nem így, *
hanem úgy, miként a szálló por,

amelyet elsodor a szél.
Ezért a gonoszok meg nem állnak ítéletkor, *
sem a vétkesek az igazak gyülekezetében.
Mert ismeri az Úr az igazak útját, *
de elvész az istentelenek ösvénye.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Dán 7,13–14)

Majd azt láttam az éjszakai látomásban, hogy íme, az ég felhőiben valaki jött, aki olyan volt, mint az Emberfia, s amikor az Ősöregig eljutott, az ő színe elé vitték, és ő hatalmat, méltóságot és országot adott neki, hogy minden nép, törzs és nyelv neki szolgáljon, és hatalma örök hatalom legyen, amely meg nem szűnik, és országa olyan, amely el nem pusztul.

2. Zsoltár

(Zsolt 2)

Miért dühöngenek a nemzetek, *
terveznek hiúságokat a népek?
Fölkelnek a föld királyai, *
egybegyűlnek mind a fejedelmek
az Úr ellen, s az ő Fölkentje ellen: *
»Szakítsuk széjjel láncukat,
igájukat rázzuk le magunkról!«
A mennyekben lakó kineveti őket, *
az Úr kigúnyolja őket.
Haragjában így szól majd hozzájuk, *
bosszúságában szétzavarja őket:
»Fölkentem királyomat a Sionon, *
az én szent hegyemen!«

Hirdetem az Úr rendeletét. *
Mert így szólt hozzám az Úr: »Fiam vagy te,
a mai napon nemzettelek téged.
Kérd tőlem, és odaadom neked *
a nemzeteket örökségedül,
s osztályrészedül a föld határait. *
Kormányozd őket vasvesszővel,
cserépedényként törd össze őket.« *
Nos hát, királyok, okuljatok,
tanuljatok, ti földi bírák! *
Szolgáljátok az Urat félelemmel,
ujjongjatok előtte remegve. *
Tanuljatok fegyelmet,
hogy fel ne gerjedjen az Úr haragja, *
s az igaz útról el ne vesszetek,
amikor haragja hirtelen fellobban. *
Boldogok mindazok, akik benne bíznak!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Róm 5,1–5)

Mivel tehát elnyertük a megigazulást a hitből, békességünk van Istennel a mi Urunk, Jézus Krisztus által. Őáltala megnyílt számunkra az út a hit által a kegyelemhez, amelyben kitartunk, és dicsekszünk Isten dicsőségének reménysége alapján. Sőt dicsekszünk még a szorongatásokban is, tudva, hogy a szorongatás türelmet eredményez, a türelem kipróbáltságot, a kipróbáltság reményt, a remény pedig nem engedi, hogy megszégyenüljünk, mert Isten szeretete kiáradt szívünkbe a nekünk adott Szentlélek által.

3. Zsoltár

(Zsolt 6)

Uram, ne feddj meg bosszúságodban, *
és ne fenyíts meg engem haragodban.
Könyörülj rajtam, Uram, mert erőtlen vagyok, *
gyógyíts meg, Uram,
mert csontjaim remegnek.
Lelkem teljesen összezavarodott, *
Uram, meddig késlekedsz még?
Fordulj felém, Uram és ments meg engem, *
szabadíts meg irgalmadban engem!
Hisz a halál honában *
senki sem emlékezik meg rólad,
s az alvilágban ki dicsér téged?
Kimerültem a sóhajtozásban, *
éjjelenként megfürösztöm ágyamat,
könnyeimmel öntözöm nyugvóhelyemet. *
Szememet a bánat homályossá tette,
aggá lettem sok ellenségem miatt. *
El tőlem mind, ti gonosztevők,
mert az Úr meghallgatta sírásom szavát! *
Az Úr meghallgatta könyörgésemet,
az Úr figyelembe vette imádságomat. *
Valljon szégyent és zavarodjon össze
minden ellenségem, *
távozzon mind és valljon szégyent.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Isten kegyelme és irgalma vár szentjeire, és irgalmas látogatása választottjaira.

Rendi olvasmány

(*Enarr. in ps.* 118,22,8)

Így az ember a rejtett dolgok bölcsességéhez a parancsoknak való engelmesség által jut el... Meg kell tartanunk az engedelmesség parancsát ahhoz, hogy megértsük a bölcsességet, de miután megértettük ezt, sem szabad elhanyagolnunk amazt.

Regula

(Reg. Aug. I,4-5)

Akiknek volt valamijük a világban, amikor a monostorba léptek, adják azt szívesen a közösbe. Akiknek viszont semmijük sem volt, ne keressék a monostorban azt, amivel odakint sem bírtak. Nincstelenségük ellenére mégis kapják meg, amire szükségük van, még ha szegénységük, amikor kint éltek, még a szükségest sem adta meg nekik. Ne tartsák azonban magukat boldognak csupán azért, mivel megtalálták azt a táplálékot és ruházatot, amelyet kint nem tudtak megszerezni.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De bono coni.* 23,30)

Az engedelmesség valamilyen módon minden erény szülőanyja.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Áldjon meg minket Isten, ✠ a föld minden határa félje őt! (Zsolt 67.8)
℟. Ámen.

Útravaló

(*De civ. Dei* 14,12)

Ez az erény [az engedelmesség] az értelmes teremtményekben valahogyan minden erény őre.

Első hét, hétfő
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Most szállj le Szentlélek reánk,
Atyával és Fiúval egy,
ömöld el szívünk teljesen
s maradj bennünk kegyelmesen.

Száj, szív, érzék, ész, lendület,
visszhangozzon hitvallomást,
lánggal égjen a szeretet
s lobogjon át mindenkire.

Engedd meg ezt kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, vigasztaló,
mindörökön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Az Úré az én erőm és dicsérő énekem, mert ő lett az én szabadulásom.

1. Zsoltár

(Zsolt 113)

Dicsérjétek az Urat, ti szolgái, *
dicsérjétek az Úr nevét!
Áldott legyen az Úr neve *
most és mindörökké!
Napkelettől napnyugatig *
dicsértessék az Úr neve!
Fölséges az Úr minden nemzet fölött, *
dicsősége fölülmúlja az egeket.
Ki olyan mint az Úr, a mi Istenünk, *
aki a magasságban lakik,
de lehajol hogy letekintsen az égre és a földre? *
Fölemeli a nincstelent a porból,
fölsegíti a szegényt a sárból, *
hogy helyet adjon neki
a fejedelmek között, *
népének fejedelmei között.
Úgy lakhat házában a gyermektelen asszony, *
mint a fiain örvendő anya.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Ter 17,1b–2; 7–8; 9b)

Én vagyok a Mindenható Isten: járj előttem, légy tökéletes, és én szövetséget szerzek közöttem és közötted, és nagyon megsokasítlak! És azt a szövetséget kötöm meg közöttem és közötted, és utódaid között, nemzedékről nemzedékre örök szövetségül, hogy Istened leszek neked, és utánad a te utódodnak. Neked és utódodnak adom majd ezt a földet, ahol most idegenként tartózkodsz, Kánaánnak egész földjét örökös birtokul, és Istenük leszek. Te is tartsd meg tehát szövetségemet, és utódod nemzedékről nemzedékre.

2. Zsoltár

(Zsolt 114)

Amikor Izrael kivonult Egyiptomból, *
Jákob házanépe az idegen nép közül,
Júda lett az ő szentélye, *
Izrael a birodalma.
Látta a tenger és elfutott, *
a Jordán visszafelé tartott.
Ugrándoztak a hegyek, mint a kosok, *
és a halmok mint juhok bárányai.
Mi lelt téged, tenger, hogy elfutottál, *
és téged, Jordán, hogy visszafordultál?
Hegyek, miért ugrándoztatok, mint a kosok, *
és mint a juhok bárányai, ti halmok?
Rendülj meg föld az Úr színe előtt, *
Jákob Istenének arca előtt,
aki a kősziklát vizek tavává változtatta, *
s a szirtet vizek forrásává.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Mt 5,44b–48)

Szeressétek ellenségeiteket, és imádkozzatok üldözőitekért, hogy fiai legyetek mennyei Atyátoknak, mert ő fölkelti napját a gonoszokra és a jókra, s esőt ad igazaknak és gonoszoknak. Ha ugyanis csak azokat szeretitek, akik titeket szeretnek, mi lesz a jutalmatok? Nemde a vámosok is ugyanezt teszik? És ha csak a testvéreiteket köszöntitek, mi rendkívülit tesztek? Nemde a pogányok is ugyanezt teszik? Ti tehát legyetek tökéletesek, mint ahogy a ti mennyei Atyátok tökéletes.

3. Zsoltár

(Zsolt 115)

Ne nekünk, Uram, ne nekünk, *
hanem a te nevednek adj dicsőséget,
irgalmad és hűséged szerint. *
Hogy azt ne mondják a nemzetek:
»Hol van az ő Istenük?« *
Hisz a mi Istenünk az égben van,
mindent megtesz, amit akar. *
De a nemzetek bálványai
ezüstből és aranyból vannak,
s emberi kéz alkotásai. *
Van szájuk, de nem szólnak,
van szemük, de nem látnak. *
Van fülük, de nem hallanak,
van orruk, de nem szagolnak. *
Van kezük, de nem tapintanak,
van lábuk, de nem járnak, *
torkukkal nem kiáltanak.
Legyenek hozzájuk hasonlók a készítőik, *
és mindazok, akik bíznak bennük!
Izrael háza az Úrban bízik, *

ő a segítőjük és oltalmazójuk.
Áron háza az Úrban bízik, *
ő a segítőjük és oltalmazójuk.
Akik félik az Urat, az Úrban bíznak, *
ő a segítőjük és oltalmazójuk.
Megemlékezik rólunk az Úr, *
s áldását adja ránk.
Áldását adja Izrael házára, *
áldását adja Áron házára.
Áldását adja mindazokra, akik az Urat félik, *
kicsinyekre és nagyokra egyaránt.
Sokasítson meg titeket az Úr, *
titeket és fiaitokat.
Áldjon meg az Úr titeket, *
aki az eget és a földet alkotta.
Az ég az Úr ege, *
de a földet az emberek fiainak adta.
Nem a holtak dicsérnek téged, Uram, *
és egy sem azok közül,
akik leszálltak a némaság honába,
hanem mi, akik élünk, dicsérjük az Urat, *
most és mindörökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Az Úré az én erőm és dicsérő énekem, mert ő lett az én szabadulásom.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 196.)

Az embert arra teremtették, hogy azáltal tegye teljessé önmagát, hogy tökéletesen hasonlóvá válik Istenhez, aki tökéletes szeretet. Ezt a lehetőséget viszont elpusztítja azáltal, hogy önmagára irányítja minden szeretetét. Az embert arra alkották, hogy tanúságot tegyen Isten végtelen igazságáról, hatalmáról, valóságáról és erejéről, hiszen őbenne élünk és mozgunk és vagyunk mindnyájan.

Regula

(Reg. Aug. I.6)

Ne járjanak magasra emelt fejjel amiatt, hogy olyanok lettek társai, akikhez közeledni sem mertek volna a világban, hanem szívüket emeljék fel és ne a hiú földi javakat keressék. Nehogy az történjék, hogy a monostorok a gazdagoknak lesznek hasznára, a szegényeknek pedig nem, mivel az ottani gazdagok megalázkodnak, az ottani szegények viszont fölfuvalkodnak.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Sermo 188* 3,3)

Lásd, ó ember, mit tett érted az Isten: vedd észre mérhetetlen alázatának tanítását, melyet akkor adott, amikor még meg sem szólalt.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Nagy nemzetté teszlek, és megáldalak, s naggyá teszem neved, és áldott leszel. (Ter 12,2) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Sermo 188* 3,3)

Ő engedelmességében halandóként érkezett szűkös szállására, hogy halálával megtaláljon téged, aki halott voltál.

Első hét, hétfő,
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 5)

Figyelj szavamra, Uram, *
halld meg panaszomat!
Méltasd figyelmedre kiáltásomat, *
én királyom és én Istenem!
Mert hozzád intézem imádságomat, *
Uram, halld meg hajnalban szavamat,
korán reggel eléd állok és rád vetem pillantásom. *
Bizony, Istenem,
te nem kedveled a gonoszságot;

Gonosz ember melletted nem marad meg, *
a hamisak nem állhatnak meg szemed előtt.
Gyűlölöd valamennyi gonosztevőt, *
a hazudozókat mind elpusztítod.
Utálja az Úr a vérontó s álnok embert. *
Én azonban nagy irgalmadban bízva,
bemegyek hajlékodba; *
Irántad való félelemmel
leborulok szent templomod előtt.
Uram, vezess engem igazságodban, ha rám tör ellenségem, *
tedd egyenessé előttem utadat.
Mert szájukban nincs igazság, *
a szívük hiábavalóság,
a torkuk nyitott sír, nyelvük járása álnok. *
Isten, mondd ki fölöttük ítéletedet,
saját terveikben bukjanak meg! *
Sok istentelenségük miatt űzd el őket,
mert haragra ingereltek téged, Uram. *
De örvendezzenek azok, akik benned bíznak,
oltalmazd őket és megdicsőülnek benned, *
akik szeretik neved.
Mert te, Uram, az igazakat megáldod, *
jóakaratodat pajzsként borítod rájuk.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Kiv 15,1b–7)

Énekeljünk az Úrnak, mert fenségeset művelt, lovat és lovast a tengerbe vetett! Az Úré az én erőm és dicsérő énekem, mert ő lett az én szabadulásom. Ő az én Istenem, hadd dicsőítsem, Atyámnak Istene, hadd magasztaljam! Olyan az Úr, mint hős

harcos: Mindenható az ő neve, a fáraó szekereit és seregét a tengerbe vetette, válogatott vezérei elmerültek a Vörös–tengerben. Jobbodat, Uram, megdicsőíti ereje, jobbod, Uram, az ellenséget megverte.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 23.3)

Inkább Isten felfoghatatlan nagysága és csodálatos jósága tanítson alázatra, mint saját bűnösséged tudata, mert így tökéletes lesz az alázatod. Inkább arra figyelj, milyen tökéletesen más az Isten, mintsem a saját nyomorúságoddal törődj. S ne felejtsd, hogy a tökéletesen alázatosak nem szenvednek hiányt sem lelkiekben, sem anyagiakban. Isten az övék, és ő a minden. Aki Istent birtokolja, annak semmi másra nincs szüksége az életben.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Első hét, kedd
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Igaz Isten, hatalmas Úr,
ki az időket forgatod,
a reggelt felragyogtatod
és lángoltatod a delet:

oltsd el perpatvarok tüzét,
vidd el a rossz hévségeket,
egészséggel a testeket,
békével áldd a szíveket!

Atyaistennek tisztelet,
s Fiának, ki feltámadott,
s a Vigasztalónak velük
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Ez az Isten parancsainak könyve, az örök érvényű törvény; mindazok, akik megtartják, eljutnak az életre, akik pedig elhagyják, meghalnak.

1. Zsoltár

(Zsolt 7,2–10)

Uram, én Istenem, benned remélek! *
Ments meg minden üldözőmtől
és szabadíts meg engem, *
hogy mint az oroszlán,
ellenségem szét ne tépjen, *
mert nincsen, aki megmentene!
Uram, én Istenem, ha elkövettem azt, *
ha gonoszság tapad kezemhez,
ha megfizettem annak, aki bántott, *
s ha kiraboltam ellenségemet és kisemmiztem,
üldözzön az ellenség és hadd érjen utol, *
életemet tiporja földre,
tegye porrá dicsőségemet.
Kelj föl, Uram, haragodban, *
kelj föl ellenségeim bősz dühe ellen,
kelj föl, Uram, én Istenem, *
Tégy ítéletet törvényed szerint!
Gyűljön köréd a népek serege, *
és foglald el fölöttük magas helyed:
az Úr megítéli a népeket! *
Ítélj meg, Uram, igazságom szerint,
s ártatlanságom szerint mondj ítéletet fölöttem. *

Szűnjék meg az istentelenek gonoszsága,
és erősítsd meg az igazat. *
Igazságos Isten, a szívek és vesék vizsgálója!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(MTörv 33,26–29)

Nincs más olyan Isten, mint az Igaznak Istene, az égre száll fel a te segítőd, fenségétől szétfutnak a felhők, lakóhelye fent van, örökkévaló karja alant. Színed elől elűzi az ellent és azt mondja neki: ‘Pusztulj innen!’ Biztonságban lakik majd Izrael, egymagában Jákob szemefénye, gabonának s bornak földjén, ahol harmattól párás az ég. Boldog vagy, Izrael, ki hasonló hozzád? Nép, amelyet oltalmaz az Úr, a te segítő pajzsod és diadalmas kardod.

2. Zsoltár

(Zsolt 7,11–18)

Segítségem az Úrtól jön, *
aki megmenti az igazszívűeket.
Isten igazságos bíró, *
erős ő, mindennap fellobban haragja.
Nemde ismét kivonta kardját, *
íját kifeszítette és készen tartja?
Elkészítette halálos fegyverét, *
nyilait tüzesekké tette.
Íme, ez igaztalanságot vajúdott: *
fájdalmat fogant, és gonoszságot szült.
Vermet nyitott és mélyre kiásta, *
s beleesett a maga ásta gödörbe.
Saját fejére hullik vissza bűne, *

és gonoszsága visszaszáll önnön fejére.
Magasztalom az Urat igazságosságáért, *
s zsoltárral dicsérem a fölséges Úr nevét.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Pt 1,22–25)

Tisztítsátok meg tehát lelketeket az igazságnak engedelmeskedve, a nem színlelt testvéri szeretetben. Figyelmesebben, szívből szeressétek egymást, újjászületve nem romlandó, hanem romolhatatlan magból Isten élő és örökké megmaradó igéje által, mert minden test olyan, mint a fű, s minden dicsősége, mint a fű virága: elszáradt a fű, lehullott a virága. Ez pedig az az ige, amelyet hirdettek nektek. Az Úr igéje azonban örökre megmarad.

3. Zsoltár

(Zsolt 6)

Uram, mi Urunk, *
Milyen csodálatos neved szerte a világon!
Hisz az egeknél fenségesebb dicsőséged. *
Kisdedek és csecsemők szájával
hirdetteted dicséretedet ellenségeid előtt, *
hogy tönkretedd az ellenséget
s a bosszúra kelőt.
Hiszen ha nézem az eget, kezed művét, *
a holdat és a csillagokat, amelyeket alkottál,
mi az ember, hogy figyelemre méltatod, *
és mi az emberfia, hogy meglátogatod?
Kevéssel tetted őt kisebbé az angyaloknál, *
dicsőséggel és tisztelettel koronáztad,

és kezed művei fölé állítottad. *
Lába alá vetettél mindent:
minden juhot és marhát, és hozzá a mezei vadakat, *
az ég madarait s a tengeri halat,
mindazt, ami a tenger ösvényein jár. *
Uram, mi Urunk, milyen csodálatos neved
szerte a világon!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Ez az Isten parancsainak könyve, az örök érvényű törvény; mindazok, akik megtartják, eljutnak az életre, akik pedig elhagyják, meghalnak.

Rendi olvasmány

(*De sancta virginitate* 31,31)

Ami az ő tanítását illeti, ki írhatná le egyszerű szavakkal, hogy mennyire ügyesen akar minket rávenni az alázatra, s milyen kitartó ebben? Ki tudna összegyűjteni minden szöveghelyet, mely erről a témáról szól?

Regula

(Reg. Aug. I,7)

Ezzel szemben azok, akik a világban valakinek látszottak, ne vessék meg azon testvéreiket, akik szegénysorból érkeztek ebbe a szent közösségbe. Inkább arra törekedjenek, hogy ne gazdag rokonaik méltóságával, hanem szegény testvéreik társaságával büszkélkedjenek. Ne kérkedjenek, ha a közös élethez javaikkal valamiképp hozzájárultak, és azért, mert gazdagságukat odaadják a monostornak, ne legyenek kevé-

lyebbek, mint ha ugyanazt a világban élveznék. Minden más gonoszság rossz tettekben válik nyilvánvalóvá, a gőg azonban befurakodik a jó tettekbe, hogy azok tönkremenjenek. És mit használ a javakat szétosztani a szegényeknek és szegénnyé lenni, ha a szerencsétlen lélek a gazdagság megvetése által még gőgösebb lesz, mint akkor volt, amikor azt birtokolta?

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De sancta virginitate* 33,33)

Egyrészt minden kereszténynek törekednie kell az alázatra... másrészt ezt az erényt azoknak kell különös gonddal keresniük és megőrizniük, akik valami nagy jóban eltérnek a többiektől.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ A mindenható Isten pedig áldjon meg ✠ téged, szaporítson és sokasítson meg, hogy népek seregévé légy! (Ter 28,3)
℟. Ámen.

Útravaló

(*Enarr. in ps.* 31 (2),18)

Ez az út attól származik, aki bár nagy volt, mégis kicsiként

jött el. Mi mást tanított azzal, hogy megalázta magát, amikor engedelmeskedett egészen a halálig, mégpedig a keresztha-lálig? ...Mi mást tanított, ha nem alázatot? ...Ebben az alázat-ban tehát Istenhez kerülünk közelebb, mivel Isten az alázatos szívűekhez van közel.

Első hét, kedd
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Isten, ki fényben tündökölsz,
és napfényt alkottál nekünk,
fölséged kérjük, jó Urunk,
most hogy napunk leáldozik.

Az esti csillag feldereng,
a nap már csendben elpihent,
a föld sötétben elmerül,
az ősi rend így teljesül.

Téged, fölséges Istenünk,
gyarló szolgáid kérlelünk:
elfárasztott a munkanap,
homályban minket mégse hagyj.

Ne lepje elménket homály,
ha éjbe hull a napvilág,

hogy szent nevedben bízva most
lássunk majd áldott holnapot.

Ezt add meg, kérünk, jó Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te, Szentlélek, Vigasztaló:
örökre egy uralkodó. Ámen.

Antifóna

Áldott legyen Isten, a mi Urunk Jézus Krisztus Atyja, aki nagy irgalmasságával élő reménységre szült újjá minket.

1. Zsoltár

(Zsolt 116,1–16)

Szeretem az Urat, mert meghallgatta *
könyörgésem szavát.
Mert felém fordította fülét *
azon a napon amelyen segítségül hívtam.
Körülvettek engem a halál gyötrelmei, *
rám találtak az alvilág veszedelmei.
Szorongatásba és nyomorúságba jutottam, *
de segítségül hívtam az Úr nevét:
»Uram, szabadíts meg engem!« *
Irgalmas az Úr és igaz,
megkönyörül a mi Istenünk.
Megoltalmazza az Úr a kicsinyeket, *
megaláztatásomban megszabadított engem.
Térj vissza, lelkem, nyugalmadba, *
mert az Úr jót tett veled.
Megmentett engem a haláltól, *
szememet a könnyhullatástól,
lábamat az elbukástól.
Az Úr kedvében járok az élők földjén. *

Hittem, még ha így is szóltam:
»Nagyon nagy megalázás ért!« *
Elkeseredésemben azt mondtam:
»Hazug minden ember!«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 55,1–3)

Ó, ti szomjazók mind, jöjjetek a vizekhez, és akiknek nincs pénzetek, jöjjetek, vegyetek gabonát, és egyetek! Jöjjetek, vegyetek gabonát pénz nélkül, és vételár nélkül bort és tejet! Miért költitek a pénzt arra, ami nem kenyér, és keresményeteket arra, amivel nem laktok jól? Figyelmesen hallgassatok rám, akkor majd jót esztek, és élvezitek a kövér falatokat. Hajtsátok ide fületeket, és jöjjetek hozzám, hallgassatok ide, s akkor élni fog lelketek!

2. Zsoltár

(Zsolt 116,12–19)

Mivel viszonozzam az Úrnak *
mindazt, amit velem cselekedett?
Fölemelem a szabadulás kelyhét, *
és segítségül hívom az Úr nevét.
Teljesítem az Úrnak tett fogadalmaimat *
egész népe előtt.
Az Úr szemében drága dolog, szentjeinek halála. *
Én is, Uram, a te szolgád vagyok,
szolgád vagyok és szolgálód fia.
Széttörted bilincseimet: *
a hála áldozatát mutatom be neked,
és segítségül hívom az Úr nevét. *

Teljesítem az Úrnak tett fogadalmaimat
egész népe előtt
az Úr házának udvaraiban, *
tebenned, Jeruzsálem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Jn 1,6–10)

Ha azt mondjuk, hogy közösségben vagyunk vele és sötétségben járunk, hazudunk, és nem cselekszünk igazságot. Ha azonban világosságban járunk, mint ahogy ő is világosságban van, akkor közösségben vagyunk egymással, és Jézusnak, az ő Fiának vére megtisztít minket minden bűntől. Ha azt mondjuk, hogy nincsen bűnünk, megcsaljuk magunkat, és nincs bennünk igazság. Ha megvalljuk bűneinket, ő hű és igazságos, hogy megbocsássa a bűnöket, és megtisztítson minket minden gonoszságtól. Ha azt mondjuk, hogy nem vétkeztünk, hazuggá tesszük őt, és az ő igéje nincs bennünk.

3. Zsoltár

(Zsolt 119,1–11)

Boldogok, akiknek útja szeplőtelen, *
akik az Úr törvénye szerint járnak!
Boldogok, akik kutatják parancsolatait, *
s teljes szívvel keresik őt!
Nem követnek el gonoszságot, *
hanem az ő útjain járnak.
Te azt parancsoltad, hogy rendeleteidet *
gondosan meg kell tartani.
Bár arra irányulnának útjaim, *
hogy megtartsam törvényedet!

Akkor nem szégyenülök meg, *
ha ügyelek minden parancsodra.
Tiszta szívből hálát adok neked, *
hogy megismertem igazságos végzéseidet.
Megtartom rendeléseidet, *
ne hagyj el engem sohasem!
Hogy őrzi meg tisztán útját az ifjú? *
Úgy, hogy megtartja igéidet.
Teljes szívemből kereslek téged, *
ne engedd, hogy parancsaidtól eltérjek.
Szívembe rejtem igéidet, *
hogy ne vétkezzem ellened.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Áldott legyen Isten, a mi Urunk Jézus Krisztus Atyja, aki nagy irgalmasságával élő reménységre szült újjá minket.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 27.)

Mit használ nekem a kegyelembe vetett reményem, ha nem merek a kegyelem indítása szerint cselekedni? Hiába sodortatom magam passzívan az ő akaratával, nem válik hasznomra, ha nincs akaraterőm ahhoz, hogy engedelmeskedjem parancsainak. Ha bízom Isten kegyelmében, bíznom kell a tőle kapott természetes erőmben is, nem azért, mert az enyém, hanem mert tőle kaptam.

Regula

(Reg. Aug. I,8)

Éljetek tehát mindnyájan békében és egyetértésben, kölcsönösen tiszteljétek egymásban Istent, akinek templomai lettetek.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De continentia* 17,14)

A világi dolgok iránti vágyakozás az akarat döntéséből fakad, a vágy élvezete hajtja előre, s a szokás bilincse erősíti meg. Ezzel szemben Isten szeretete kiáradt a szívünkbe, nem magunkból következően, hanem a Szentlélek által, amely megadatott nekünk. Ezért attól származik az igazak türelme, aki által túlárad szeretetük.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Áldott legyen az Isten és legyen áldott az ő nagy neve, és áldottak az ő szent angyalai örökkön-örökké. (Tób 11,14) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 27.)

Szeretetén kívül ne reméljünk semmi mást az Úrtól; vessük minden reményünket az ő szeretetébe.

Első hét, kedd
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 90)

Uram, te lettél a mi menedékünk *
nemzedékről nemzedékre.
Mielőtt a hegyek lettek, a föld és a világ születtek, *
te öröktől fogva és mindörökké vagy, Isten!
Te visszatéríted az embert a porba, *
azt mondod: »Térjetek oda vissza,
emberek fiai.«
Hiszen szemed előtt ezer esztendő olyan, *
mint az eltűnt tegnapi nap, vagy mint
egy őrváltásnyi idő éjszaka.
Elragadod őket, olyanok mint az álom, *
mint a reggel kiviruló fű: reggel kihajt
és virágzik, estére lehull és elszárad.
Elenyészünk ugyanis neheztelésed miatt, *
rettegjük haragod.
Magad elé állítod gonoszságainkat, *
titkainkat arcod világossága elé.
Napjaink mind elmúlnak haragodban, *
éveinket, mint egy sóhajtást, bevégezzük.
Éveink száma a hetven esztendőt ha eléri, *
vagy az erőseké a nyolcvanat,
és azok nagyrésze is munka és fájdalom, *
gyorsan elmúlnak és mi elmegyünk.
Ki ismeri haragod erejét *
és félelmetes felindulásodat?
Taníts meg számba venni napjainkat *
úgy, hogy bölcsességgel telítsük szívünket.
Fordulj meg, Uram, végre valahára, *
légy irgalmas szolgáidhoz.
Tölts el minket kora reggel irgalmaddal, *
hogy ujjongjunk és vigadjunk
egész életünkben.
Örvendeztess minket annyi napig, *

mint amennyin megaláztál minket,
s annyi évig, *
mint amennyin nyomorúságot láttunk.
Nyilvánuljon meg műved szolgáidon *
és dicsőséged az ő fiaikon.
Derüljön ránk a mi Urunk, Istenünk fényessége, *
kezünk munkáját erősítsd meg,
és áldd meg kezünk munkáját!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Jer 46,27–28)

Te pedig ne félj, szolgám, Jákob,
és ne rettegj, Izrael!
Mert íme, én megszabadítalak téged a távolból,
és ivadékaidat fogságuk földjéről;
visszatér Jákob, és nyugalmat talál,
gondtalanul él, és nem rémíti senki.
Te ne félj, szolgám, Jákob – mondja az Úr –,
mert én veled vagyok.
Mert véget vetek minden nemzetnek,
ahová elűztelek téged,
neked azonban nem vetek véget;
csak megfenyítelek igazságosan,
mert nem hagyhatlak egészen büntetés nélkül.«

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 24.1)

Az igazi szeretetben az ember Istent egyedül önmagáért szereti, minden teremtett lénynél jobban, embertársait pedig Isten törvénye szerint. A szemlélődésben Istent valóban tisztán és egyszerűen önmagáért szeretjük, minden földi teremtményétől függetlenül. Ez a gyakorlat leglényege: mezítelen vágyódás, lelkünk egyszerű és tiszta ráirányulása magára Istenre.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Első hét, szerda
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

A sarkon már hajnal remeg,
a nappal jár a földeken.
Fény nyílai tündöklenek,
fussanak a kísértetek!

Az éjnek réme hulljon el,
lélek-szorongás múljon el.
Mind, mit az éj homálya szült,
bűn és borzalom, haljon el.

S amaz utolsó reggelen,
melyért virrasztásunk eseng,
ömöljön egykor fényre majd,
miért ma énekünk sohajt.

Dícsérjük az örök Atyát,
dícsérjük egyszülött Fiát,
s a Lelket, a Vigasztalót
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Én vagyok az ajtó: aki rajtam keresztül megy be, üdvözül, bejár és kijár, és legelőre talál.

1. Zsoltár

(Zsolt 9,2–11)

Uram, teljes szívemből dicsérlek, *
hirdetem minden csodatettedet.
Örvendezem és ujjongok benned, *
zsoltárral dicsőítem, ó Fölséges, nevedet!
Mert ellenségeim meghátráltak, *
színed előtt meginogtak s elpusztultak.
Mert fölkaroltad peremet és ügyemet, *
aki igazságosan ítélsz, trónodra ültél.
Megdorgáltad a nemzeteket, *
elpusztítottad az istentelent,
nevüket eltörölted mindörökre.
Ellenségeim csatát vesztettek, eltűntek, *
romba döntötted városaikat,
velük együtt tűnt el emlékük is.
Íme az Úr mindörökké trónol, *
ítéletre készen tartja trónusát.
Megítéli igazsággal a föld kerekségét, *

méltányosan ítéli meg a népeket.
Az Úr lesz az elnyomott menedéke, *
szorongatásai között alkalmas időben segítője.
Bízzanak is benned, akik megismerték neved, *
mert a téged keresőket nem hagyod el, Uram.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Mal 3,1–5)

Íme, én elküldöm angyalomat, hogy elkészítse az utat színem előtt, és csakhamar eljön templomába az Úr, akit ti kerestek, s a szövetség angyala, akit ti óhajtotok. Íme, már jön is – mondja a Seregek Ura. – De ki tudja elviselni az ő eljövetelének napját, s ki állhat meg az ő láttára? Mert ő olyan, mint az olvasztó tűz, és mint a posztóványolók lúgja. Leül, mint az ezüstolvasztó és tisztító mester, és salaktalanná teszi Lévi fiait; és megtisztítja őket, mint az aranyat és mint az ezüstöt, hogy igazságban mutassanak be áldozatot az Úrnak, és tetszeni fog az Úrnak Júda és Jeruzsálem áldozata, mint a hajdankor napjaiban, és mint a régi esztendőkben. Akkor majd ítéletre megyek hozzátok, és gyors tanú leszek a varázslók, a házasságtörők és a hamisan esküvők ellen, és azok ellen, akik jogtalanul bánnak a napszámos bérével, az özvegyekkel és az árvákkal, és akik elnyomják a jövevényt és nem félnek engem – mondja a Seregek Ura.

2. Zsoltár

(Zsolt 9,12–21)

Zengjetek az Úrnak, aki a Sionon lakik, *
tetteit hirdessétek a nemzetek között.
Mert megemlékezett róluk, aki számon kéri a vért, *
nem feledte el a szegények szavát.

Könyörülj rajtam, Uram, *
nézd, szorongatnak ellenségeim!
De te fölemelsz a halál kapuiból engem, *
hogy hirdessem teljes dicséretedet,
Sion leányának kapuiban *
ujjongjak szabadításodon.
A nemzetek beestek a maguk ásta verembe, *
a tőrben, amelyet elrejtettek,
saját lábuk akadt meg.
Megnyilatkozott az Úr, ítéletet tartott, *
saját keze művein fennakadt a gonosz.
Az alvilágba térnek a vétkesek, minden nemzet, *
amely megfeledkezett Istenről!
Mert nem marad örökre elfeledve a szegény, *
nem vész el végleg a szegények reménye.
Kelj fel, Uram! Ember ne legyen elbizakodott, *
színed előtt ítéletre kerüljenek a nemzetek.
Bocsáss rájuk, Uram, rettegést, *
hadd tudják meg a nemzetek,
hogy csak emberek!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Júd 1,14b–16)

»Íme, jön az Úr ezernyi szentjével, minden fölött ítéletet tart, és megfenyíti az összes istentelent minden gonoszságért, amelyet gonoszul véghezvittek; és minden durva beszédért, amelyet az istentelen bűnösök ellene szóltak.« Izgága elégedetlenkedők ezek, akik saját kívánságaik útján járnak; a szájuk kevélységet beszél, és haszonlesésből hízelegnek az embereknek.

3. Zsoltár

(Zsolt 10,1–11)

Miért maradsz, Uram, oly távol tőlem? *
Miért rejtőzködsz a szükség
és szorongatás idején?
A gonosz kevélykedik, üldözi a szegényt; *
Fogják meg őket saját kigondolt terveik!
Hisz dicsekszik lelke kívánságaival a gonosz, *
és magára mond áldást a fösvény.
Elbizakodottságában megveti az Urat a gonosz, *
»Nem keresi; nincs Isten!«
Egyre csak ezt forgatja fejében. *
Útjai szerencsések minden időben.
Túl magasak neki ítéleteid, *
mind megveti ellenségeit.
Mert így szól szívében: »Én nem ingok meg, *
baj nélkül maradok
nemzedékről nemzedékre.«
Szája csupa átok, erőszak, álnokság, *
nyelve alatt fájdalom és gonoszság.
Lesben áll az utakon, *
titokban öli meg az ártatlant.
Szeme a szegényt kémleli, *
mint barlangjában az oroszlán,
leskelődik rejtekén.
Leskelődik, hogy a szegényt megragadja, *
elragadja a szegényt, hálójába fogva.
Ráront lelapulva, és a nyomorultak *
csak hullanak karja erejétől.
Mert így szól szívében: »Megfeledkezett róluk Isten! *
Elfordította arcát, és nem látja többé őket!«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Én vagyok az ajtó: aki rajtam keresztül megy be, üdvözül, bejár és kijár, és legelőre talál.

Rendi olvasmány

(*Ep. 155* 4,15)

S bár az embernek azzal a szeretettel, melyet az isteni törvény ír elő, kell szeretnie Istent, önmagát és felebarátját, mégsem kaptunk három parancsot ezekre... meg kell értenünk, tehát, hogy nincs más szeretet az önszeretetre, mint az, amellyel valaki Istent szereti.

Regula

(Reg. Aug. II,1-4)

Imádkozzatok állhatatos buzgósággal a meghatározott órákban és ideig. Az oratóriumban senki se tegyen mást, mint azt, amire az a hely való, és amiről nevét kapta. Ha tehát egyesek a megállapított órákon kívül is imádkozni akarnak, mert idejük engedi, ne akadályozza őket olyasvalaki, aki úgy véli, ott valami más teendője van. Amikor zsoltárokkal és himnuszokkal Istenhez imádkoztok, szívetek arról elmélkedjék, amit ajkatokkal kimondtok. Csak azt énekeljétek, amiről olvassátok, hogy énekelni kell. Ha nem ének van előírva, ne énekeljetek.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Ep. 155* 4,15)

Felebarátunkat is úgy kell szeretnünk, mint saját magunkat, azzal, hogy akit csak tudunk, a jótettek vigasztalása, a hitbeli oktatás vagy a fegyelem kényszere révén vezessünk el Istenhez: tudnunk kell még azt, hogy ez a két parancs magában foglalja az egész törvényt és valamennyi prófétát.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Az Úr áldása nyugszik az igaz fején, a gonoszok száját pedig gonoszság borítja. (Péld 10,6) Isten áldása ✠ legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De div. Qu.* LXXXIII, 31,1)

A türelem kemény és nehéz dolgok alázatból vagy valami haszon miatt történő önkéntes és hosszan tartó elviselése.

Első hét, szerda
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Egek szentséges Istene,
ki tűzsugárral színezed
a föld világos tájait
s szépségül fényt lehelsz reá,

ki felgyujtod negyed napon
a lángos napkorong tüzét,
s törvényes utat írsz a hold,
s a kóbor csillagok elé,

hogy napvilágot s éjszakát
törvény mesgyéje messe szét,
és biztos jel hirdesse ki
a hónapoknak kezdetét:

űzd el a szívek éjjelét,
mosd le a lélek szennyesét,
vedd le a vétek kötelét,
s a bűntudat malomkövét.

Engedd meg ezt, kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Gondolj Teremtődre ifjúságod napjain.

1. Zsoltár

(Zsolt 119,12–25)

Áldott vagy te, Uram! *
Taníts meg engem rendeleteidre!
Ajkammal hirdetem *
szád minden végzését.
Parancsolataid útjában gyönyörködöm, *
jobban, mint minden gazdagságban.
Rendeleteiddel foglalkozom, *
utaidon elmélkedem.
Törvényeidben gyönyörködöm, *
igéidről meg nem feledkezem.
Tégy jót szolgáddal, adj nekem életet, *
hogy megtartsam igéidet.
Nyisd meg szemem, *
hadd szemléljem a csodákat törvényedben.
Idegen vagyok én e földön, *
ne rejtsd el parancsaidat előlem.
Lelkem epedve óhajtja *
ítéleteidet minden időben.
Te megdorgálod a kevélyeket, *
átkozottak, akik parancsaidtól eltérnek!
Vedd el rólam a szégyent és a gyalázatot, *
hiszen parancsolataidat kerestem.
Ha fejedelmek összeülnek és tanakodnak ellenem, *
szolgád törvényeiden gondolkodik.
Valóban parancsolataidról elmélkedem, *
és rendeleteid adnak tanácsot nekem.
Földhöz ragadt az én lelkem, *
kelts életre engem ígéreted szerint!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jób 33,14–18; 23–24)

Egyszer szól Isten, és nem hozza elő ugyanazt másodszor: álom által, éjjeli látomásban, amikor mély álom száll az emberekre, s az ágyon szenderegnek; megnyitja akkor az emberek fülét és megintve fegyelemre tanítja őket, hogy eltérítse az embert tetteitől, és megszabadítsa a kevélységtől, hogy visszatartsa lelkét a sírveremtől, és életét, hogy ne rohanjon kardba. De ha közbenjár érte egy angyal, csak egy az ezer közül, hogy hírül adja az embernek kötelességét, megkönyörül majd rajta és mondja: „Engedd őt szabadon, hogy ne szálljon a sírverembe, megtaláltam már, amiért neki kegyelmezzek."

2. Zsoltár

(Zsolt 119,26–40)

Feltárom előtted útjaimat, ó hallgass meg, *
taníts meg törvényeidre engem!
Oktass rendeleteid útjára, *
hogy gondolkodjam csodáidon!
Lelkem elbágyad a gondtól, *
erősíts meg igéiddel engem.
Tartsd távol tőlem a gonoszság útját, *
és törvényed szerint irgalmazz nekem!
Az igazság útját választottam, *
ítéleteidről meg nem feledkezem.
Parancsolataidhoz ragaszkodom, Uram, *
ne hagyj szégyent érnem!
Törvényeid útján futok, *
mert te bátorítod szívemet.
Oktass engem, Uram, törvényeid útjára, *
hogy mindenkor csak azt kutassam!
Adj értelmet, hogy törvényedet vizsgáljam, *
és teljes szívemből megtartsam!
Vezess engem parancsaid ösvényére, *
mert benne lelem kedvemet!
Hajtsd szívemet parancsolataidra, *

és ne a kapzsiságra!
Fordítsd el szememet, hiúságot ne nézzen, *
éltess engem a te utadon!
Teljesítsd szolgádnak, amit neki ígértél, *
hisz fél téged!
Fordítsd el tőlem a gyalázatot, amelytől borzadok, *
hisz gyönyörűségesek végzéseid!
Íme, én kívánom rendeleteidet, *
igazságod által adj nekem életet!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Kor 4,6b–7)

Senki se fuvalkodjék fel kérkedve az egyikükkel a másikkal szemben. Mert ki tesz téged különbbé? Mid van, amit nem kaptál? Ha pedig kaptad, miért dicsekszel, mintha nem kaptad volna?

3. Zsoltár

(Zsolt 119,41–51)

Szálljon rám, Uram, kegyelmed, *
szabadításod, amint megmondtad,
hadd feleljek meg azoknak, akik gyaláznak engem, *
hiszen bízom igéidben.
Ne vedd el számtól az igazság szavát sohasem, *
hisz nagyon bízom ítéleteidben,
és szüntelen megtartom törvényedet, *
mindenkor és minden időben.
Tágas úton járok, mert rendeleteidet kutatom. *
Parancsolataidról királyok előtt beszélek,
és nem szégyenülök meg.
Törvényeidről elmélkedem, mert szeretem őket. *

Parancsaid felé emelem kezemet,
mert kedvesek nekem,
és gondolkodom rendeleteiden. *
Emlékezzél meg szavadról,
melyet szolgádnak mondtál, *
amellyel reménységet nyújtottál nekem.
Nyomorúságomban ez vigasztal engem, *
mert igéd életet ad nekem.
A kevélyek nagyon gúnyolnak engem, *
de én nem térek el törvényedtől.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Gondolj Teremtődre ifjúságod napjain.

Rendi olvasmány

(*Ep. 155* 4,13)

Ezen a világon semmi másban sem áll az erény, mint szeretni a szeretnivalót; ha ezt tesszük, bölcsek vagyunk; ha emiatt nem zavarnak a gondok, azt erősségnek nevezzük; ha semmilyen csábításnak nem engedünk, az a mértékletesség; ha pedig a gőgöt vetjük meg, az az igazságosság.

Regula

(Reg. Aug. III,1-3)

Testeteket az ételben és az italban böjttel és önmegtagadással fékezzétek meg, amennyire egészségtek megengedi. Ha azonban valaki nem tud böjtölni, legalább étkezésen kívül ne vegyen magához semmi ételt, hacsak nem beteg. Amikor asz-

talhoz ültök, míg csak onnan fel nem keltek, hallgassátok zajongás és vita nélkül, amit a szokás szerint olvasnak. Ne csak ajkatok fogadja az ételt, hanem fületek is éhezze Isten igéjét. Ha a korábbi életmódjuk miatt gyengébb alkatúak más ételt kapnak, ez ne keltsen visszatetszést, se ne tűnjék igazságtalanságnak azok számára, akiket más életmód erősebbé tett. Ne tartsák szerencsésebbnek azokat, akik olyasmit vesznek magukhoz, amit ők nem esznek, inkább örüljenek, hogy ők bírják, amit amazok nem bírnak.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De civ. Dei* 19,4)

Ó, boldog élet, amely a halál segítségét kéred, hogy beteljesedj!

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Mutasson be mindenki áldozatot ahhoz képest, amije van, ahhoz az áldáshoz képest, amelyet az Úr, az ő Istene juttat majd neki. (MTörv 16,17) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 26.)

Ha remélünk benne, akkor nem csak elvben tudjuk, hogy irgalmas, hanem meg is tapasztaljuk életünkben.

Első hét, szerda
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 90)

Uram, hallgasd meg imádságomat, *
figyelj könyörgésemre hűséged szerint,
hallgass meg engem igazságod szerint. *
Ne szállj perbe szolgáddal,
mert senki sem igaz
előtted az élők közül.
Íme ellenség üldözi lelkemet, *
porig alázza életem,
sötétségbe taszít engem, mint a rég megholtakat. *
Lelkem elszorul bennem,
szívem megdermed bensőmben.
Megemlékezem a régi időkről, *
gondolkodom minden tetteden,
elmélkedem kezed műveiről.
Kitárom feléd kezemet, *
lelkem utánad eped, mint a szomjas föld.
Uram, hamar hallgass meg, mert elsorvad a lelkem. *
Ne fordítsd el tőlem arcodat,
mert olyan leszek,
mint akik a sírba szállnak!
Add, hogy már reggel halljam irgalmadat, *
mert benned bízom;
Mutasd meg nekem az utat, amelyen járnom kell, *
mert én hozzád emelem lelkemet!
Ments meg engem ellenségeimtől, *
Uram, hozzád menekülök!
Taníts meg arra, hogy megtegyem akaratodat, *
mert te vagy az én Istenem!
A te jó lelked vezessen engem egyenes földön! *
Uram, nevedért tarts életben engem.
Vezess ki a szorongatásból hűségedben, *
pusztítsd el ellenségeimet irgalmadban;
Semmisítsd meg minden üldözőmet, *

mert én a te szolgád vagyok!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(1Sám 2,2; 4–7)

Nincs olyan szent, mint az Úr,
bizony nincsen más terajtad kívül,
nincs oly erős, mint a mi Istenünk.
Vereséget szenved az erősek íja,
de erővel övezik fel magukat a gyengék,
elszegődnek kenyérért, akik azelőtt bővelkedtek,
de jóllaknak, akik éheztek,
s míg sokat szül, aki meddő volt,
akinek sok fia volt, meddőségbe esik.
Az Úr tesz halottá és élővé,
visz le az alvilágba, s hoz vissza onnét,
az Úr tesz szegénnyé s gazdaggá,
megalázottá és felmagasztalttá.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(*A csend szava*, 31.)

Isten üdvözíteni akar minden embert, de ezt ki kell egészítenie a reménynek: Isten engem is üdvözíteni akar... (...) A remény így az egész teológia lényegét kínálja fel számomra is. (...) A remény nyit utat a szemlélődésnek.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Első hét, csütörtök
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

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

A föld homálya megtörik,
dárdáit szórja már a fény.
A tárgyak színe visszatér
Ő tündöklő tekintetén.

Lelkünkben így sápadjon el
álságos minden bűnhomály,
felhőink felszakadjanak,
Isten legyen bennünk király. Ámen.

Antifóna

Szólt az Úr az én Uramnak: »Ülj az én jobbomra«.

1. Zsoltár

(Zsolt 10,12–18)

Kelj föl, Uram, Isten! *
Emeld föl kezed,
ne feledd el a szegényeket!
Miért gúnyolja a gonosz az Istent? *
Miért mondja szívében: »Nem kéred számon.«
Láttad ezt, hiszen te figyeled a kínt s a gyötrelmet, *
juttasd tehát kezeidbe őket!
Terád bízta magát a szegény, *
az árvának te lettél a segítője.
Törd össze a bűnös és a gonosz karját; *
keresheted majd gonosztettüket,
de nem találod.
Király az Úr örökkön-örökké, *
kipusztultak országából a pogányok.
A szegények kívánságát meghallgattad, Uram. *
Megerősítetted szívüket és rájuk figyel füled,
hogy az árvának és az elnyomottnak igazságot tégy, *
hogy ne hozzon többé
rettegést a földből való ember.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(2Kir 17,35b–40)

»Ne féljetek más isteneket, ne imádjátok, ne tiszteljétek őket s ne áldozzatok nekik, hanem az Urat, a ti Isteneteket, aki kihozott titeket Egyiptom földjéről nagy erővel és kinyújtott karral, őt féljétek s őt imádjátok s neki áldozzatok. Ügyeljetek, hogy a szertartásokat, a rendeleteket, a törvényt és a parancsot, amelyet számotokra megírt, minden időben megtartsátok s ne féljetek más isteneket, s meg ne feledkezzetek a szövetségről, amelyet veletek megkötött s ne tiszteljetek más isteneket hanem az Urat, a ti Isteneteket féljétek s akkor ő megszabadít titeket minden ellenségetek kezéből.« Ám ők nem hallgattak erre, hanem régi szokásaik szerint cselekedtek.

2. Zsoltár

(Zsolt 11)

Az Úrban bízom én. Hogyan mondhatjátok nekem: *
»Menekülj a hegyekbe, mint a veréb!
Mert íme a bűnösök kifeszítették az íjat, *
a húrra illesztették nyilaikat,
hogy lenyilazzák a sötétben az egyenes szívűeket. *
Ha semmibe sem veszik végzéseidet,
mit tehet akkor az igaz?«
Szent templomában van az Úr, *
áll az egekben az Úr trónusa.
A szegényre tekint a szeme, *
az emberek fiait vizsgálja pillantása.
Megvizsgálja az Úr az igazat s az istentelent; *
Saját lelkét gyűlöli, aki szereti a gonoszságot.
Parazsat és kénkövet hullat a bűnösökre, *
és szélvihar lesz kelyhük osztályrésze.
Mert igaz az Úr s az igazságot kedveli,
az igazak láthatják majd arcát.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Pt 3,13–07)

Ki árthat nektek, ha a jónak buzgó követői lesztek? De ha szenvedtek is az igaz élet miatt, boldogok vagytok. Ne féljetek és ne rettegjetek tőlük, és meg ne zavarodjatok, hanem őrizzétek szentül szívetekben az Úr Krisztust. Mindenkor legyetek készen arra, hogy válaszolni tudjatok mindenkinek, aki a bennetek lévő reménység okát kérdezi tőletek. De ezt szelídséggel és tisztelettudóan, jó lelkiismerettel tegyétek, hogy akik rágalmazzák buzgó életeteket Krisztusban, szégyent valljanak abban, amivel titeket gyaláznak. Jobb ugyanis – ha Isten úgy akarja – jót cselekedve szenvedni, mint rosszat cselekedve.

3. Zsoltár

(Zsolt 12)

Segíts meg, Uram, mert pusztulnak a szentek, *
az emberek fiai között
a hűséges megfogyatkozott.
Hiábavalóságot mond mindenki a felebarátjának, *
álnok szájjal, kétszínűen beszélnek.
Pusztítson el az Úr minden álnok szájat, *
és kevélyen beszélő nyelvet!
Akik így szólnak: »Nyelvünkkel diadalmaskodunk, *
velünk van a mi szánk: ki lesz rajtunk úrrá?«
»A szűkölködők nyomora és a szegények sóhaja miatt
fölkelek – mondja az Úr –, *
és megszabadítom a megvetettet.«
Az Úr szava tiszta szó, tűzben megpróbált ezüst, *
salaktól elválasztva, hétszeresen megtisztítva.
Uram, te megőrzöl és megoltalmazol minket, *
e nemzedéktől mindörökre.

Körös-körül istentelenek járnak, *
mert a szennyet magasztalják fel
az emberek fiai.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Szólt az Úr az én Uramnak: »Ülj az én jobbomra«.

Rendi olvasmány

(*Sermo 150* 8,9)

Nagy dolog [az erény], dicséretre méltó dolog... De mondd csak: hogyan jutsz a birtokába? Nem a te lelked erénye tesz téged boldoggá, hanem az, aki neked megadta az erényt, aki azt súgta neked, hogy törekedj rá, s aki végül megadta neked.

Regula

(Reg. Aug. III,4)

S ha azoknak, akik monostorba lépésük előtt előkelőbb életmódot szoktak meg, valami olyan ételt, ruhát, fekvőhelyet és takarót adnak, amit az erősebbeknek s ezért szerencsésebbeknek nem adnak, fontolják meg azok, akiknek nem adnak, hogy emezek világi életükhöz képest milyen szerény körülmények közé jutottak, jóllehet a testileg edzettebbek igénytelenségét soha nem tudják elérni. Ha néhányan többet kapnak, nem kell mindenkinek ugyanazt akarnia. Ez ugyanis nem tiszteletből, hanem inkább megértésből történik. Nem fordulhat elő az a felháborító visszásság, hogy a monostorban, ahol a gazdagok, amennyire csak lehet, szűkösen élnek, a szegények dúskáljanak.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De div. Qu.* LXXXIII 35,2)

Értelmünk minden erejével törekednünk kell eme üdvös parancs teljesítésére: „szeresd Uradat, Istenedet."

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Fogadd el az áldást, amelyet neked hoztam, mert kegyes volt hozzám Isten, és mindenem megvan! (Ter 33,11) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De lib. arb.* 2,13,35)

Lehet-e valaki boldogabb annál, mint aki a változatlan, rendíthetetlen és magasztos igazságot élvezi?

Első hét, csütörtök
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Ó szüzek legdicsőbbike,
szép csillagok legszebbike,
ki alkotód, a Kisdedet,
kebled tejével éteted.

Mit a bús Éva elragadt,
megadja mind kegyes Fiad,
hogy leljünk, árvák, új utat,
kezed az égbe fölmutat.

Ó nagy király nyílt ajtaja!
Fénynek tündöklő udvara!
E Szűz ad nektek életet:
ujjongjatok ti nemzetek!

Dicsőség teneked Urunk,
kinek a Szűz szülőanyád,
Atya s kegyes Lélek, neked,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Legyen nekem a te igéd szerint.

1. Zsoltár

(Zsolt 119,52–61)

Örök ítéleteidre gondolok, Uram, *
és megvigasztalódom.
Harag vesz rajtam erőt a bűnösök miatt, *
akik elhagyják törvényedet.
De énekek nekem a te parancsolataid *
zarándokságom helyén.
Éjjel is nevedre gondolok, Uram, *
és megőrzöm törvényedet.
Az az én osztályrészem, *
hogy rendeleteidet megtartom.
Mondom, Uram: az az osztályrészem, *
hogy teljesítsem törvényedet.
Teljes szívemből könyörgök előtted, *
irgalmazz nekem, amint megígérted.
Megfontolom útjaimat, *
és lábamat parancsolataid felé irányítom.
Kész vagyok és nem vonakodom, *
hogy rendeleteidet megtartsam.
Gonoszok kötelékei vesznek körül engem, *
de törvényeidről nem feledkezem meg.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 11,1–6)

Vessző kél majd Jessze törzsökéből, és hajtás sarjad gyökereiből. Rajta nyugszik az Úr lelke: a bölcsesség és az értelem lelke, a tanács és az erősség lelke, a tudás és kegyesség, és az Úr félelmének lelke; és kedve telik az Úr félelmében. Nem aszerint ítél majd, amit a szem lát, és nem aszerint dönt,

amit a fül hall, hanem igazságosan ítéli majd a gyengéket, és méltányosan dönt a föld szegényeinek érdekében; megveri a földet szája vesszejével, és ajkának leheletével megöli az istentelent. Igazságosság lesz derekának öve, és a hűség csípőjének kötője. Akkor majd a farkas a báránnyal lakik, és a párduc a gödölyével heverészik; borjú és oroszlánkölyök együtt híznak, és kisgyermek terelgeti őket.

2. Zsoltár

(Zsolt 1119,62–72)

Éjfélkor is felkelek, hogy hálát adjak neked *
igazságos ítéleteidért.
Társa vagyok mindazoknak, akik félnek téged, *
és megtartják rendeleteidet.
Tele van, Uram, a föld kegyelmeddel, *
igazságaidra taníts meg engem.
Jót tettél, Uram, szolgádnak, *
amint megmondtad.
Taníts jóra, okosságra, tudományra, *
mert hiszek parancsaidban.
Amíg megalázás nem ért, tévelyegtem, *
most azonban teljesítem immár,
amit elrendeltél.
Jóságos vagy te: jóvoltodban *
taníts meg engem rendeleteidre.
A hatalmasok álnokságokat gondolnak ki ellenem, *
de én teljes szívvel megtartom parancsaidat.
Az ő szívük megalvadt, mint a zsír, *
én azonban törvényeidben gyönyörködöm.
Javamra válik, hogy megaláztál engem, *
hogy megtanuljam igazságaidat.
Szád törvénye nekem többet ér *
mint ezernyi arany és ezüst.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Lk 1,26–33)

Isten pedig a hatodik hónapban elküldte Gábriel angyalt Galilea városába, amelynek Názáret a neve, egy szűzhöz, aki el volt jegyezve egy férfival. A neve József volt, Dávid házából, a szűz neve meg Mária. Bement hozzá az angyal, és így szólt: »Üdvözlégy, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled.« Őt zavarba ejtette ez a beszéd, és elgondolkodott, hogy miféle köszöntés ez. Az angyal pedig folytatta: »Ne félj, Mária! Kegyelmet találtál Istennél. Íme, méhedben fogansz és fiút szülsz, és Jézusnak fogod nevezni. Nagy lesz ő, a Magasságbeli Fiának fogják hívni; az Úr Isten neki adja atyjának, Dávidnak trónját, és uralkodni fog Jákob házában mindörökké, és királyságának nem lesz vége«.

3. Zsoltár

(Zsolt 119,73–79)

Kezed teremtett és formált engem, *
adj értelmet, hogy megtanuljam parancsaidat.
Örvendezve néznek engem, akik téged félnek, *
mert erősen bízom szavaidban.
Tudom, Uram, hogy ítéleteid igazságosak, *
és méltán aláztál meg engem.
Vigasztaljon meg engem irgalmad, *
miként szolgádnak ígérted.
Szálljon rám irgalmad, hogy éljek, *
mert törvényedről elmélkedem.
Érje szégyen a kevélyeket, *
mert ők csalárdul gonoszat művelnek ellenem,
én azonban elmélkedem rendeleteiden. *

Forduljanak hozzám, akik téged félnek,
és parancsolataidat ismerik.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Legyen nekem a te igéd szerint.

Rendi olvasmány

(*De doctrina Christiana* 1,10,10)

Mivel azt az igazságot kell élveznünk, mely változhatatlanul él... meg kell tisztítani a lelket, hogy megláthassa azt a fényt, s hogy hozzá is kapcsolódhasson.

Regula

(Reg. Aug. III,5)

A betegek természetesen kevesebbet kapnak enni, hogy állapotuk rosszabbra ne forduljon, betegségük után viszont úgy kell bánni velük, hogy minél gyorsabban megerősödjenek. Még ha a világban a legszegényebb sorban éltek is, az iménti betegség ugyanolyan helyzetbe hozta őket, mint előző életmódjuk a gazdagokat. Mihelyt azonban visszanyerték előbbi erejüket, térjenek vissza ahhoz az életmódhoz, ami annál jobban illik Isten szolgáihoz, minél igénytelenebb. Felgyógyulván ne áhítozzanak arra, amire betegségük miatt volt szükségük. Azok a testvérek tartsák magukat gazdagabbnak, akik erősebbek a mértékletesség megtartásában. Jobb ugyanis kevesebbel beérni, mint többel bírni.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De doctrina Christiana* 1,22,21)

Az az igazán kiváló ember, aki egész életével a változhatatlan életre irányul, s teljes szeretetével őt keresi.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Légy áldott Uram, irgalmas Isten, legyen áldott szent és tiszteletreméltó neved mindörökké. Áldjon téged minden műved örökké. (Tób 3,11) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De doctrina Christiana* 1,22,21)

Jobb, ha teljes lényével átöleli és magához szorítja a változhatatlan jót, mint amikor eltávolodik tőle vagy éppen saját magához tér vissza.

Első hét, csütörtök, Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 144)

Áldott az Úr, az én segítségem, *
aki kezemet harcra tanítja,
ujjaimat viadalra.
Ő az én irgalmam és erősségem, *
oltalmam és szabadítóm,
pajzsom, akiben remélek, *
védelmezőm és reménységem,
ő veti alám népemet.
Uram, mi az ember, hogy figyelembe veszed, *

s az emberfia, hogy tekintettel vagy rá?
Olyan az ember, mint a lehelet, *
napjai elenyésznek mint az árnyék.
Uram, hajlítsd le egeidet és szállj le, *
érintsd meg a hegyeket, hogy füstölögjenek!
Ragyogtass villámokat és szórd szerteszét, *
küldd el nyilaidat és zavard össze őket.
Nyújtsd le a magasból kezed, *
ragadj ki, ments ki a nagy vizekből,
az idegenek kezéből,
akiknek szája hiúságot beszél, *
jobbjuk pedig a hazugság jobbja!
Isten, új éneket énekelek neked, *
tízhúrú hárfán zsoltárt zengek neked.
Aki győzelmet adsz a királyoknak, *
és megmented szolgádat,
Dávidot a gonosz kardjától.
Ragadj ki és ments ki az idegenek kezéből, *
akiknek hiúságot beszél szája,
jobbjuk pedig a hazugság jobbja.
Fiaink olyanok ifjúságukban, mint a növekvő hajtás, *
ifjúságtól duzzadók;
Leányaink mint a templom sarokkövei, *
díszesek, mint a műves oszlopok.
Raktáraink tele vannak, *
bővelkednek minden jóban;
Juhaink termékenyek, *
megszámlálhatatlanok mezőinken,
Marháink kövérek. *
Kőfalainkon nincs rés, sem átjárás,
utcáinkon jajgatás nem hangzik. *
Boldog az a nép, amelynek így megy dolga,
boldog az a nép, *
amelynek az Úr az Istene!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.

℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Lk 1,46–55)

Magasztalja lelkem az Urat, és ujjong az én lelkem megtartó Istenemben, mert rátekintett szolgálóleányának megalázott voltára: és íme, mostantól fogva boldognak mond engem minden nemzedék, mert nagy dolgokat tett velem a Hatalmas, és szent az ő neve, irgalma megmarad nemzedékről nemzedékre az őt félőkön. Hatalmas dolgot cselekedett karjával, szétszórta a szívük szándékában felfuvalkodottakat. Hatalmasokat döntött le trónjukról, és megalázottakat emelt fel; éhezőket látott el javakkal, és bővelkedőket küldött el üres kézzel. Felkarolta szolgáját, Izráelt, hogy megemlékezzék irgalmáról, amint kijelentette atyáinknak, Ábrahámnak és az ő utódjának mindörökké.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 12.2)

Még tovább megyek: azt hiszed, bármi hasznát vennéd annak, hogy folytonos fájdalomban siratod bűneidet és Krisztus szenvedését, vagy pedig szüntelenül a mennyország örömein gondolkodol? Biztosan sok haszonnal járna mindez. Kétségtelenül javadra válna, és növekednél a kegyelemben, de ha a benned némán növekvő szeretettel hasonlítom össze, akkor ehhez képest minden más eltörpül. A szerető szemlélődés gyakorlásával a legjobb részt választjuk, Máriával együtt. Ez önmagában is egészen tökéletes, s minden önsanyargatásnak alig van értéke, ha ez hiányzik belőle.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Első hét, péntek
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Égnek örökös glória,
halandóknak boldog remény,
a Mennydörgő Egyetlene,
a tiszta Szűznek Gyermeke,

nyújtsd a kelőnek jobbodat,
keljen fel józanúl a szív,
s Istennek zengje lángolón
a hála köteles dalát.

Ébred a Hajnal csillaga,
s a felkelő fényt hirdeti.
az éjszakák homálya hull:
szentséges fényed töltsön el.

Maradjon is bennünk a fény,
világnak éjét űzze el,
és az időknek végeig
szívünket tisztán tartsa meg.

Hitünknek élő magva már
ágazzon bennünk gyökeret,
vele viruljon a remény
s a legnagyobb; a szeretet.

Dícsérjük az örök Atyát,
dícsérjük egyszülött Fiát,
s a Lelket, a Vigasztalót,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Eltöröltem, mint a felleget, gonoszságaidat, és mint a felhőt, vétkeidet. Térj vissza hozzám, mert megváltottalak!

1. Zsoltár

(Zsolt 13)

Meddig felejtesz el egészen, Uram? *
Arcodat meddig fordítod el tőlem?
Meddig kell gondokat hordoznom lelkemben, *
szívemben fájdalmat mindennap?
Meddig kerekedik fölém ellenségem? *
Nézz rám és hallgass meg, Uram, Istenem!
Ragyogtasd fel szememet, *

hogy halálos álomba sohase merüljek,
hogy sohase mondja ellenségem: »Legyőztem!« *
Ne örvendezzenek szorongatóim,
hogy meginogtam.
Én azonban bízom a te irgalmadban. *
Szívem ujjong, mert megszabadítasz,
énekelek az Úrnak, *
aki jót tesz velem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jób 42,2–6)

Tudom, hogy mindent megtehetsz, és hogy egy gondolat sincs rejtve előtted. Ki az, aki a gondviselést elhomályosítja értelem nélkül? Valóban balgán beszéltem olyanról, ami tudásomat messze meghaladja! Hallgass meg csak, hadd beszéljek, én kérdezlek, te meg felelj nekem! Eddig szóbeszédből hallottam felőled, most pedig saját szememmel látlak! Korholom tehát önmagamat, bánom bűneimet porban és hamuban!

2. Zsoltár

(Zsolt 14)

Így szól szívében az esztelen: »Nincs Isten!« *
Romlottak és utálatosak lettek törekvéseikben,
nincs, aki jót cselekedne.
Lenéz az Úr a mennyből az emberek fiaira, *
hogy lássa: van-e okos, aki Istennel gondol?
Elfordultak mindannyian, *
megromlottak valamennyien,
nincs, aki jót cselekedne, *
nincs egyetlen egy sem.

Nemde mind értelmetlenek, akik gonoszat tesznek, *
s fölfalják népemet, mint egy falat kenyeret.
Hol nem hívják segítségül az Urat, *
ott megremegnek a félelemtől,
mert az Úr az igaz nemzedékkel van. *
Megzavarjátok a szűkölködő szándékait,
ámde az Úr az ő reménysége. *
Bárcsak eljönne Izrael segítsége Sionból!
Ha majd az Úr jóra fordítja népe sorsát, *
ujjong majd Jákob, és örvendezik majd Izrael.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(ApCsel 22,14–16)

Atyáink Istene előre kijelölt téged, hogy megismerd akaratát, meglásd az Igazat, és szavait a saját szájából halld. Tanúskodni fogsz mellette minden ember előtt azokról a dolgokról, amiket láttál és hallottál. Most pedig miért késlekedsz? Kelj fel, keresztelkedj meg, mosd le bűneidet, és hívd segítségül az Ő nevét!

3. Zsoltár

(Zsolt 15)

Uram, ki lakhat sátradban? *
Ki tartózkodhat szent hegyeden?
Az, aki szeplőtelenül jár, és igazságot cselekszik, *
aki igazat gondol szívében,
aki nyelvével nem követ el álnokságot, *
felebarátjának nem tesz rosszat,
nem ad hitelt embertársa gyalázásának.
Aki előtt a gonosz nem ér semmit, *
de nagyra tartja azokat, akik az Urat félik.

Aki esküjét nem vonja vissza, még ha kárára is van, *
pénzét nem adja kamatra,
s vesztegető ajándékot nem fogad el
az ártatlan ellen. *
Aki így cselekszik, meg nem inog sohasem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Eltöröltem, mint a felleget, gonoszságaidat, és mint a felhőt, vétkeidet. Térj vissza hozzám, mert megváltottalak!

Rendi olvasmány

(*De doct. Christ.* 29,30)

Azt kell akarnunk, hogy velünk együtt mindenki szeresse Istent, s minden, amiben ők minket segítenek vagy amiben mi segítjük őket, erre az egyetlen célra kell irányuljon.

Regula

(Reg. Aug. IV,1-3)

Ruházatotok ne legyen feltűnő. Ne ruháitokkal, hanem magatartásotokkal akarjatok tetszeni. Amikor útra keltek, menjetek együtt. Miután odaértetek, ahová indultatok, maradjatok együtt. Járástokban, magatartástokban, viselkedéstekben semmi se legyen, ami bárki tekintetét sértené. Viselkedjetek megszentelt életállapototokhoz illően.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.

℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*A csend szava*, 17.)

Rendkívül fontos, hogy ne magunknak, hanem másoknak éljünk. Ha ezt megtesszük, akkor képesek leszünk meglátni és elfogadni saját korlátainkat. Mindaddig, míg titokban tömjénezzük magunkat, fogyatékosságaink lelepleződése meggyötör.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Atyád áldásai erősebbek az örök hegyek áldásainál, az ősi halmok kívánságánál! (Ter 49,26) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 17.)

Mindannyiunknak más és más a gyönge pontja, így támogatjuk, kiegészítjük egymást: mindenki a magáéból pótolja azt, ami a másikból hiányzik.

Első hét, péntek
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Nagyságos emberalkotó,
egyetlen törvény-rendelő;
parancsolsz, s vadakat terem
és csúszómászó fajt a föld.

A lomhatestű tárgyakat
megéleszti parancsszavad,
hogy tartsanak rendet, szabályt
és szolgálják szolgáidat.

Űzd el a szennyes szenvedélyt,
ha megrohanja népedet:
az erkölcsöt ne bontsa meg,
a tetteket ne rontsa meg.

Add meg boldog jutalmadat,
ajándékos malasztokat,
vágd el a perpatvarokat,
szőjj békét s barátságokat.

Engedd meg ezt kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökkön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Szavaid fenntartottak támolygókat, s erőt öntöttél roskadó térdekbe.

1. Zsoltár

(Zsolt 119,72–81)

Szád törvénye nekem többet ér *
mint ezernyi arany és ezüst.
Kezed teremtett és formált engem, *
adj értelmet, hogy megtanuljam parancsaidat.
Örvendezve néznek engem, akik téged félnek, *
mert erősen bízom szavaidban.
Tudom, Uram, hogy ítéleteid igazságosak, *
és méltán aláztál meg engem.
Vigasztaljon meg engem irgalmad, *
miként szolgádnak ígérted.
Szálljon rám irgalmad, hogy éljek, *
mert törvényedről elmélkedem.
Érje szégyen a kevélyeket, *
mert ők csalárdul gonoszat művelnek ellenem,
én azonban elmélkedem rendeleteiden. *
Forduljanak hozzám, akik téged félnek,
és parancsolataidat ismerik.
Szívem szeplőtelen legyen rendeleteid szerint, *
hogy meg ne szégyenüljek.
Lelkem epedve várja segítségedet, *
erősen bízom igédben.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(MTörv 15,4–6)

Megáld majd téged az Úr, a te Istened azon a földön, amelyet birtokul fog adni neked, feltéve, hogy hallgatsz az Úr, a te Istened szavára, s megtartod mindazt, amit parancsolt, s amit én ma meghagyok neked. Megáld téged, amint megígérte, sok nemzetnek adsz kölcsönt, de te senkitől sem veszel kölcsönt, sok nemzeten fogsz uralkodni, de rajtad nem fog uralkodni senki sem.

2. Zsoltár

(Zsolt 119,82–91)

Szemem epedve várja igédet, *
kérdem: »Mikor vigasztalsz meg engem?«
Olyan vagyok, mint tömlő a füstben, *
de nem feledkezem meg törvényeidről.
Meddig kell még várnia szolgádnak? *
Mikor mondasz ítéletet üldözőim felett?
Vermet ásnak nekem a kevélyek, *
akik nem törvényed szerint élnek.
Minden parancsod igazság; *
Csalárdul üldöznek: segíts meg engem!
Kevés híja, hogy a földről el nem emésztenek, *
de én nem hagytam el rendeleteidet.
Adj irgalmad szerint életet nekem, *
hogy szád parancsolatait megőrizzem.
Uram, örökkön örökké *
áll a mennyben a te igéd.
Nemzedékről nemzedékre tart a te hűséged, *
szilárd alapokra helyezted a földet.
Rendelésed szerint áll fenn máig, *
mert neked szolgál minden.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(2Tessz 3,1–5)

Egyébként, testvérek, imádkozzatok értünk, hogy az Úr igéje, amint nálatok is, terjedjen és dicsőségre jusson, s megszabaduljunk az ártalmas és gonosz emberektől, mert a hit nem mindenkié. Az Úr azonban hűséges: ő megerősít titeket és megóv a gonosztól. Ami titeket illet, bizalmunk van az Úrban, hogy megteszitek és meg fogjátok tenni, amit parancsolunk. Az Úr vezesse szíveteket Isten szeretetére és Krisztus béketűrésére!

3. Zsoltár

(Zsolt 119,92–102)

Ha nem törvényed volna gyönyörűségem, *
akkor talán nyomorúságomban
elvesztem volna.
Sohasem feledem rendeleteidet, *
mert általuk adsz életet nekem.
Tied vagyok, ments meg engem, *
mert parancsaidat kutatom.
Lesnek rám a bűnösök, hogy elveszejtsenek, *
de én törvényedre figyelek.
Látom, hogy minden tökéletesség véges, *
de a te parancsolatod bizony megmarad.
Mennyire szeretem, Uram, törvényedet! *
Egész nap róla elmélkedem.
Ellenségeimnél bölcsebbé tettél parancsolatoddal, *
mert mindenkor velem van.
Minden oktatómnál értelmesebb lettem, *
mert törvényedről elmélkedem.

Az öregeknél értelmesebb lettem, *
mert rendeleteidet megfogadtam.
Minden gonosz úttól távol tartom lábamat, *
hogy megtartsam szavaidat.
Rendeleteidtől nem térek el, *
mert te szabsz törvényt nekem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Szavaid fenntartottak támolygókat, s erőt öntöttél roskadó térdekbe.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 200.)

A szív tisztasága indítja el a szerzetes egységét testvéreivel is. Igazi egysége, a monasztikus szeretet... (...) A szív tisztaságát csak akkor érhetik el, ha minden egyes testvér saját akarata egyetlen közös akarattá alakul, Krisztus akaratával. Az akaratok közössége (...) a lelkek egyesülése Isten Lelkének tisztaságában.

Regula

(Reg. Aug. IV,4)

Ha netán nőt láttok, ne szögezzétek rá szemeteket. Amikor kimentek a monostorból, nem tilos ugyan nőket látnotok, bűn viszont őket megkívánni, vagy tőlük várni ugyanezt. A nők iránti vágy nem csupán az érintés és az érzelem által ébred fel, hanem már a tekintet is kölcsönösen vágyat ébreszt. Ne mondjátok, hogy tiszta lelkűek vagytok, ha szemetek tisztáta-

lan, mert a tisztátalan szem a tisztátalan szív hírnöke, és az egymásba kapcsolódó tekintetek, bár hallgat a nyelv, tisztátalan szívekről tanúskodnak, melyek a testi vágy következtében kölcsönös hevületben lelik örömüket. A testek érintetlenek maradnak ugyan a tettlegesség szennyétől, az igazi tisztaság azonban már elhagyta erkölcsi énjüket.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De doct. Christ.* 33,37)

Szeretetnek nevezem azt a lelki cselekedetet, melyben élvezetünk Istenre irányul saját maga miatt, illetve saját magunkra vagy felebarátunkra, Isten miatt.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Hadd magasztaljalak, Uram, királyom! És dicsérjelek téged, szabadító Istenem! (Sír 51,1) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* VIII,16,22)

Mi a rossz? ...az akaratnak tőled, Istentől, a legfőbb szubsztanciától való eltorzulása az alacsonyabbrendűek irányába.

Első hét, péntek, Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 145,1–14)

Magasztallak téged, Istenem, királyom, *
s áldom nevedet örökkön-örökké.
Áldalak téged mindennap, *

és dicsérem nevedet örökkön-örökké.
Nagy az Úr és méltó a dicséretre, *
nagysága fölfoghatatlan.
Nemzedék nemzedéknek dicséri alkotásaidat *
és hirdeti hatalmadat.
Elmondják szentséged fölséges dicsőségét, *
elbeszélik csodáidat.
Elmondják félelmetes erődet, *
és hirdetik nagyságodat.
Megemlékeznek túláradó jóságodról, *
igazságodat ujjongva ünneplik.
Irgalmas az Úr és könyörületes, *
hosszantűrő és nagyirgalmú.
Jó az Úr mindenkihez, *
és könyörületes minden teremtményéhez.
Magasztaljon téged, Uram, minden műved, *
és áldjanak szentjeid.
Országod dicsőségét hirdessék *
és beszéljék el hatalmadat,
hogy megismertessék az emberek fiaival hatalmadat, *
és országodnak fölséges dicsőségét.
A te országod örökké tartó ország, *
és uralmad nemzedékről nemzedékre fönnáll.
Hűséges az Úr minden igéjében, *
és szentséges minden tettében.
Fölemel az Úr mindenkit, aki elesik, *
és minden elnyomottat fölsegít.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(1Krón 16,8–13)

Dicsérjétek az Urat, kiáltsátok nevét, hirdessétek a népek közt tetteit. Énekeljetek neki, zengedezzetek neki, beszéljétek

minden csodatettét. Dicsekedjetek az ő szent nevével, örvendezzen az Urat keresők szíve. Keressétek az Urat és erejét, keressétek arcát szüntelenül. Emlékezzetek a csodákra, melyeket művelt, jeleire és szája ítéleteire, ti, Izrael utódai, az ő szolgái, Jákob fiai, az ő választottai.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 75.4)

A legbiztosabban úgy dönthetjük el, hogy valaki a szemlélődésre kapott-e meghívást, ha megfigyeljük, hogyan viselkedik olyankor, amikor újra megtalálja a kegyelem elvesztett ajándékát. Ha ugyanis hosszú késlekedés után, mialatt képtelennek érezte magát a szemlélődésre, vágya nagyobb erővel jelentkezik, és mélyebben sóvárog a szeretetre, annyira, hogy a korábbi halálos fájdalmak semmiségnek tűnnek a rátalálás örömével képest: akkor nem kell félnie a tévedéstől, s nyugodtan elhiheti, hogy Isten hívja meg a szemlélődésre, függetlenül attól, hogy mennyire bűnös ember most vagy milyen volt a múltban. (Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Első hét, szombat
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

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 dölyfét 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 dícsérete.

Dícsérjük az örök Atyát,
dícsérjük egyszülött Fiát
s a Lelket, a Vigasztalót,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Benne élet volt, és az élet volt az emberek világossága.

1. Zsoltár

(Zsolt 16)

Mondom az Úrnak: »Te vagy az én Istenem, *
nagyobb javam nincsen nálad.«
A szentekben, a jeles férfiakban,
akik a földön vannak, *
bennük van minden gyönyörűségem.
Sok gyötrődése van azoknak, *
akik más istenek után futkosnak.
Nem veszek részt véres áldozataikban, *
nevüket sem veszem ajkamra.
Az Úr az én örökségem és kelyhem osztályrésze: *
te adod vissza örökségemet.
A mérőzsinór pompás részt juttatott nekem, *
valóban pompás nekem az én örökségem.

Áldom az Urat, aki értelmet adott nekem, *
veséim még éjjel is figyelmeztetnek engem.
Szüntelenül az Úr van szemem előtt, *
meg nem ingok, hisz ő áll jobbomon.
Ezért örvend a szívem és ujjong a nyelvem, *
sőt testem is reménységben pihen:
Mert nem hagyod az alvilágban lelkemet, *
s nem engeded, hogy szented romlást lásson.
Megmutatod nekem az élet útját, *
az öröm teljességét színed előtt, és a
gyönyörűséget jobbodon mindörökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Zak 14,20–21)

Azon a napon még a lovak csengőin is ez lesz: ‘Szent az Úr számára’. És még a fazekak is olyanok lesznek az Úr házában, mint a csészék az oltár előtt. És Jeruzsálemben és Júdában minden fazék szent lesz a Seregek Ura számára, és mindazok, akik áldozatot akarnak bemutatni, eljönnek és vesznek belőlük és bennük főznek; és nem lesznek többé kalmárok a Seregek Urának házában azon a napon.

2. Zsoltár

(Zsolt 17)

Hallgasd meg, Uram, igaz ügyemet, *
méltasd figyelemre könyörgésemet.
Hallgasd meg könyörgésemet, *
nem álnok ajakról fakad.
Színed elől jöjjön igazság nekem, *
szemed lássa meg igazamat.

Vizsgáld meg szívemet, és látogasd meg éjjel, *
tégy tűzpróbára engem,
és nem találsz bennem gonoszságot.
Szám nem beszélt emberek dolgáról, *
kerültem ajkad igéi szerint az erőszakos utakat.
Tartsd meg léptemet a te ösvényeiden, *
hogy meg ne inogjon a lábam.
Hozzád kiáltok, hisz te meghallgatsz, Istenem! *
Hajtsd hozzám füledet,
hallgasd meg szavaimat!
Mutasd meg csodás irgalmadat, *
hiszen megmented az üldözőktől azokat,
akik jobbodban bíznak!
Óvj, mint szemed fényét, *
nyújts szárnyad árnyékában
menedéket nekem
a gonoszok elől, akik nyomorgatnak engem! *
Ellenségeim dühöngve körülkerítettek,
bezárták kövér szívüket, *
szájuk ontja a kevélységet.
Megleptek, s íme, körülvesznek, *
rám szegezik szemüket, hogy földre terítsenek.
Tekintetük, mint a prédára kész oroszláné, *
s mint a rejtekhelyén
meghúzódó oroszlánkölyöké.
Kelj fel, Uram! Előzd meg és terítsd le őt! *
Ments meg engem kardoddal az istentelentől,
karoddal a halottaktól, Uram, *
a holtaktól, akiknek nincs már
részük az életből!
Töltsd meg hasukat javaiddal, *
hadd lakjanak jól gyermekeik,
s hagyják fiaikra, ami megmarad. *
Én azonban igazságban látom meg arcodat, *
és színed látása tölt el amikor fölébredek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(2Jn 1,9–11)

Vigyázzatok magatokra! El ne veszítsétek, amit fáradozásotokkal elértetek, hogy teljes jutalmat kapjatok! Ha valaki túllép ezen, és nem marad meg Krisztus tanításában, akkor Isten sem az övé. Ha azonban valaki megmarad a tanításban, akkor az Atya is és a Fiú is az övé. Ha valaki hozzátok jön, és nem ezt a tanítást hozza magával, ne fogadjátok be őt házatokba, még azt se mondjátok neki: „Üdv neked!”. Mert aki azt mondja neki: „Üdv neked!”, az részes az ő gonosz cselekedeteiben.

3. Zsoltár

(Zsolt 18,2b–7)

Szeretlek Uram, én erősségem! *
Uram, én erősségem, menedékem
és megszabadítóm;
Én Istenem, segítségem, akiben reménykedem, *
oltalmazóm, üdvösségem szarva,
aki fölemelsz engem.
Dicsérem és segítségül hívom az Urat, *
és megszabadulok ellenségeimtől.
Körülvettek a halál hullámai, *
megrémítettek a gonoszság örvényei,
körülfogtak az alvilág kötelei, *
hatalmukba kerítettek a halál tőrei.
Szorultságomban az Urat hívtam segítségül, *
Istenemhez kiáltottam.
Ő meghallgatta templomából szavam, *
és hozzá intézett kiáltásom a füléhez jutott.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Benne élet volt, és az élet volt az emberek világossága.

Rendi olvasmány

(*De doct. Christ.* 1,37,41)

Ugyanis ha valaki eltávolodik a hittől, szükségszerűen eltávolodik a szeretettől is; nem szeretheti ugyanis azt, amellyel kapcsolatban helytelen dolgokat hisz.

Regula

(Reg. Aug. IV,5)

Aki nőre szegezi tekintetét, s kedvére van, ha az meg őreá néz, ne gondolja, hogy más nem látja, amikor így tesz. Nagyon is látják, méghozzá olyanok, akikre nem is gondol. De ám maradjon rejtve és ne lássa senki emberfia, hogyan kerüli el annak vigyázó tekintetét, aki elől semmit sem lehet elrejteni? Vagy azért tételezzük fel, hogy nem látja, mivel annál türelmesebben lát, minél bölcsebb? Isten nemtetszésétől féljen tehát a szentségre törekvő férfi, hogy ne akarjon bűnös módon nőnek tetszeni. Őrá gondoljon, aki mindent lát, hogy ne tekintsen bűnösen nőre. Őtőle ajánlatos ilyenkor félnie, akiről írva van: „Utálatos az Úr előtt a gonosz tekintet.” (Péld 27,20)

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.

℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De doct. Christ.* 40,44)

Ha ugyanis hitünk nélkülözi a hazugságot, akkor egyrészt nem szeretjük azt, amit nem kell szeretnünk, másrészt helyes életünkből kifolyólag abban reménykedünk, hogy reményünk semmiképpen sem csalatkozik meg.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Áldott legyen az Úr mindörökké! Ámen! Ámen! (Zsolt 89,53)
Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* VII,21,27)

Műveid szemléletébe mélyedtem el és ámulatba estem.

Első hét, szombat
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Száll a tüzes nap lefelé,
szívünkben, örök napvilág,
boldog egység és Háromság,
gyujtsd fel a szeretet tüzét.

Téged dicsér reggel dalunk,
este is eléd járulunk.
Engedj áldanunk tégedet,
a mennyeiek közepett.

Az Atyának és Fiúnak,
s Szentlélekisten, neked is,
miképpen volt, mindenkoron
és mindörökké Glória! Ámen.

Antifóna

Az Úr szava erősen zeng, az Úr szava fenséges.

1. Zsoltár

(Zsolt 119,103–113)

Milyen édesek igéid ínyemnek, *

jobban ízlenek számnak, mint a méz.
Parancsaid értelmet adnak nekem, *
azért gyűlölöm én a gonoszság minden útját.
A te igéd lámpás a lábamnak, *
s ösvényeimnek fényesség.
Esküszöm és fogadom, *
hogy megtartom igazságos döntéseidet.
Teljes megalázás ért engem, Uram, *
kelts életre, amint megígérted.
Leld, Uram, kedvedet szám önkéntes fogadalmaiban, *
és végzéseidre taníts meg engem.
Életem kezemben hordom szüntelen, *
de törvényedet el nem felejtem.
A bűnösök tőrt vetnek nekem, *
de rendeleteidtől el nem tévelyedtem.
Örökségül nyertem parancsolataidat mindörökké, *
ezért szívem bennük leli örömét.
Törvényeid megtartására hajlítom szívemet *
mindig és mindörökké.
Gyűlölöm az istenteleneket, *
és szeretem törvényedet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Ez 20,40–42)

Az én szent hegyemen, Izrael magas hegyén – mondja az Úr Isten –, ott szolgáljon nekem Izrael egész háza, mindannyian – mondom – azon a földön; ott majd kedvemre lesznek. Ott kívánom majd zsengéiteket és tizedeitek legjavát minden szent ajándékotokkal. Kellemes illatként fogadlak titeket, amikor majd kihozlak titeket a népek közül, és összegyűjtelek azokból az országokból, amelyekbe szét vagytok szórva, és

megmutatom rajtatok szentségemet a nemzetek szeme láttára. Ti pedig megtudjátok, hogy én vagyok az Úr, amikor majd bevezetlek titeket Izrael földjére, arra a földre, amelyért esküre felemeltem kezemet, hogy atyáitoknak adom.

2. Zsoltár

(Zsolt 119,114–123)

Oltalmam és pajzsom te vagy, *
erősen bízom ígéretedben.
Távozzatok tőlem, gonoszok, *
mert Istenem parancsait kutatom!
Támogass engem ígéreted szerint, hogy éljek, *
s ne hagyd, hogy
megszégyenüljek reménységemben!
Segíts meg, hogy megszabaduljak, *
és mindig törvényeden elmélkedjem!
Megveted mind, akik rendeleteidtől eltérnek, *
mert szándékaik gonoszak.
Mint salakot, elveted a föld minden bűnösét, *
azért szeretem parancsolataidat.
Szent borzalommal tölti el testemet *
az irántad való félelem, félek ítéleteidtől.
Igazat és helyeset cselekszem, *
ne szolgáltass ki azoknak,
akik szorongatnak engem!
Vállalj kezességet szolgád javára, *
hogy el ne nyomjanak engem a kevélyek.
Szemem epedve várja üdvösségedet, *
és igazságos igédet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Pt 3,18–22)

Krisztus is meghalt egyszer a bűnökért, az Igaz a bűnösökért, hogy minket Istenhez vezessen. Test szerint megölték ugyan, de a Lélek életre keltette. Őbenne ment el, hogy azoknak a lelkeknek is hirdesse az örömhírt, akik a börtönben voltak, akik egykor hitetlenek voltak, amikor Isten türelmesen várt Noé napjaiban, míg a bárka épült, amelyben kevés, összesen nyolc lélek menekült meg a víz által. Ennek felel meg most a keresztség, amely titeket most megment, nem a test szennyének lemosása által, hanem mint a jó lelkiismeret kérése Istentől Jézus Krisztus feltámadása alapján, aki az Isten jobbján van, miután felment a mennybe, és akinek uralma alá vannak vetve az angyalok, hatalmasságok és erők.

3. Zsoltár

(Zsolt 119,124–131)

Bánj szolgáddal irgalmad szerint, *
és törvényeidre taníts meg engem!
Szolgád vagyok én, adj értelmet nekem, *
hogy parancsolataidat megismerjem.
Uram, itt az ideje a cselekvésnek, *
mert megszegik törvényedet!
Azért szeretem én parancsaidat *
az aranynál, a színaranynál is jobban.
Azért követem minden parancsolatodat, *
és minden hamis utat gyűlölök.
Parancsolataid csodásak! *
Lelkem azért tanulmányozza őket.
Igéid megértése világosságot ad, *
és értelmesekké teszi az együgyűeket.
Lélegzetvételre nyitom a szám, *
parancsaid után kívánkozom.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Az Úr szava erősen zeng, az Úr szava fenséges.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 201.)

A monasztikus atyák egész aszkézise egyszerűen saját igazi énük fölfedezésére irányul: az ember igazi természetének fölfedezésére, amely az Istennel való egységre van alkotva.

Regula

(Reg. Aug. IV,6)

Amikor tehát együtt vagytok a templomban, vagy bárhol, ahol nők is vannak, kölcsönösen őrizzétek egymás tisztaságát. A bennetek élő Isten így is meg fog benneteket magatoktól őrizni.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).

℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*A csend szava*, 169.)

Ha valaki nem ismeri saját magányának az értékét, hogyan tisztelheti másokét?

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Hadd magasztaljalak, Uram, királyom! És dicsérjelek téged, szabadító Istenem! (Sír 51,1) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Soliloquia* 2,1,1)

Ismerjem meg magam, ismerjelek meg téged.

Első hét, szombat, Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy

vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 145,15–21)

Mindeneknek szemei tebenned bíznak, Úristen, *
mert te adsz nekik eledelt.
Alkalmas időben megnyitod kezedet, *
és betöltesz minden élőt áldásoddal.
Igazságos az Úr minden útjában, *
és szent minden művében.
Közel van az Úr mindazokhoz, akik segítségül hívják, *
akik segítségül hívják őt igazságban.
Teljesíti akaratát azoknak, akik őt félik, *
meghallgatja könyörgésüket
és megszabadítja őket.
Megőrzi az Úr mindazokat, akik őt szeretik, *
de elpusztítja mind a bűnösöket.
Hirdesse szám az Úr dicséretét, *
és minden élő áldja szent nevét
örökkön-örökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Dán 2,20–23)

Áldott legyen az Úr neve örökkön-örökké,
mert övé a bölcsesség és a hatalom!
Ő változtatja meg az időket és a korokat,
ő dönt meg és alkot országokat,
ő ad bölcsességet a bölcseknek,
és tudást a tudomány értelmeseinek.
Ő nyilatkoztatja ki a mélységes és elrejtett titkokat,
tudja azt, ami a sötétben történik,
s a világosság nála van.
Neked adok hálát, atyáink Istene,
és téged dicsérlek én,
mert bölcsességet és erőt adtál nekem,
és megmutattad most nekem, amit kértünk tőled,
s a király ügyét kinyilatkoztattad nekünk.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 18.1)

Gyakran megtörténik, hogy a szemlélődés kegyelme fölébred az emberekben, szerzetesekben és laikusokban egyaránt, az élet legkülönbözőbb helyzeteiben és állapotaiban. De ha lelkiismeretük alapos megvizsgálása és megbízható tanácsok meghallgatása után úgy döntenek, hogy egészen a szemlélődésre adják magukat, akkor családjuk és barátaik körében feltámad a felháborodás vihara, szigorúan megfeddik őket, és dologtalansággal vádolják. Minden lehetséges és lehetetlen történetet előrángatnak másokról, akik ezt az életformát választották, és aztán szörnyű végre jutottak. Egy jó szavuk sincs ezekről az emberekről.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Második hét, vasárnap
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

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

Mert Krisztus által alkotott
nekünk az Isten éjt, napot,
s örök törvénye szabja meg,
hogy váltsák egymást szüntelen.

Te hívők biztos fénye vagy,
rajtad nem úr az ősi rend:
te nem tűnsz el, ha jön az éj,
örök napfényként tündökölsz.

Atyánk, kinek nincs kezdete,
add, hogy napunk ma teljesen
Krisztushoz méltó nap legyen,
s minket Szentlelke töltsön el. Ámen.

Antifóna

Adjatok az Úrnak, Istennek fiai, adjatok az Úrnak dicsőséget és tiszteletet.

1. Zsoltár

(Zsolt 18,8–16)

A föld megindult és megreszketett, *
alapjukban megrendültek a hegyek,
és megindultak, mert ő haragra gerjedt. *
Füst szállt fel orrából,
és emésztő tűz a szájából, *
égő parazsat lövellt magából.
Lehajtotta az eget és leszállott, *
ködhomály volt lába alatt.
Fölszállt a kerubok fölé, *
a szél szárnyain repült.
Rejtekhelyévé tette a sötétséget, *
sátrat vont maga köré
sötét vízből, a lég felhőiből.
Arcának fényessége előtt futottak a felhők, *
a jégeső s az izzó parázs.
Dörgött az Úr az égből, *
hallatta hangját a Fölséges:

jégeső és az izzó parázs.
Kilőtte nyilait és szétszórta őket, *
leküldte villámait és szétzavarta őket.
Előtűntek a vizek forrásai, *
feltárultak a földkerekség alapjai
korholó szavadtól, Uram, *
haragod leheletének fúvásától.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(2Sám 22,19–24)

Elém jött nyomorúságom napján és erős támaszom lett az Úr, kivezetett a szabad térre engem, megszabadított, mert kedvét lelte bennem. Megfizetett nekem az Úr igaz voltom szerint, megjutalmazott kezem tisztasága szerint, mert az Úr útjait megőriztem, Istenemtől gonoszul el nem tértem; mert minden rendeletét szem előtt tartottam, parancsait magamtól el nem távolítottam, mert feddhetetlen voltam előtte s őrizkedtem, hogy vétkem ne legyen.

2. Zsoltár

(Zsolt 18,17–25)

Lenyúlt a magasból, megfogott, *
a nagy vizekből kihúzott engem.
Megszabadított hatalmas ellenségeimtől, *
nálamnál hatalmasabb gyűlölőimtől.
Megrohantak engem nyomorúságom napján, *
de támaszom lett az Úr.
Kivezetett a szabad térre engem, *
megmentett, mert kedvét lelte bennem.
Megfizetett nekem az Úr igaz voltom szerint, *

megjutalmazott kezem tisztasága szerint,
mert megőriztem az Úr útjait, *
Istenemtől gonoszul el nem tértem.
Mert szem előtt tartottam minden rendeletét, *
igaz ítéleteit magamtól el nem távolítottam.
Mert szeplőtelen voltam előtte, *
s őrizkedtem, hogy vétkem ne legyen.
Megfizetett nekem az Úr igaz voltom szerint, *
kezemnek előtte ismeretes tisztasága szerint.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Jn 5,1–5)

Mindaz, aki hiszi, hogy Jézus a Krisztus, Istentől született. És mindaz, aki szereti azt, aki szült, szereti azt is, aki tőle született. Arról ismerjük meg, hogy szeretjük Isten szülötteit, ha Istent szeretjük, és parancsait teljesítjük. Mert az az Isten szeretete, hogy parancsait megtartjuk; és az ő parancsai nem nehezek. Mert minden, ami Istentől született, legyőzi a világot. Ez az a győzelem, amely legyőzi a világot: a mi hitünk. Ki más győzi le a világot, mint aki hiszi, hogy Jézus az Isten Fia?

3. Zsoltár

(Zsolt 18,26–39)

A szenthez szent vagy, *
az ártatlan emberhez ártatlan,
a választotthoz választott vagy, *
a fondorkodókat kiforgatod.
Mert a megalázott népet megmented, *
de megalázod a kevélyek szemét.
Mert te gyújtod meg, Uram, lámpásomat, *

Isten teszi világossá sötétségemet.
Mert te ragadsz ki a kísértésből, *
Istenem által ugrom át a falat.
Én Istenem! – Szeplőtelen az ő útja, *
tűzben próbált az Úr szava,
oltalmazója ő minden benne bízónak.
Valóban, ki Isten az Úron kívül? *
Ki kőszikla a mi Istenünkön kívül?
Ő az Isten, aki erővel övezett fel engem, *
és szeplőtelenné tette utamat.
Lábamat gyorssá tette mint a szarvasét, *
és magaslatokra állított fel engem.
Kezemet harcra tanította, *
karom ércveretű íjat feszít.
Üdvösséged pajzsát adtad nekem, *
jobbod fölemelt és jóságod naggyá tett engem.
Tág teret nyitottál lépteimnek, *
és bokáim nem gyengültek el.
Üldözőbe vettem ellenségeimet s elfogtam őket, *
nem tértem vissza, míg el nem pusztultak.
Összetörtem őket, nem tudtak felkelni, *
a lábam alá estek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Adjatok az Úrnak, Istennek fiai, adjatok az Úrnak dicsőséget és tiszteletet.

Rendi olvasmány

(*Conf.* VII,12,18)

Ami csak van jó, a rossz pedig, minek eredetét kerestem, nem

lehet substantia, mivel ha substantia volna, jó volna. Mert vagy romolhatatlan substantia volna, azaz valami felsőbbrendű jó, vagy romlásnak alávetett substantia volna, melynek jónak kellene lennie, hiszen enélkül nem lehetne a romlásnak alávetve.

Regula

(Reg. Aug. 4,7-8)

Ha közületek valakiben észreveszitek a tekintet imént említett szertelenségét, azonnal figyelmeztessétek, hogy többre ne vetemedhessen, hanem minél hamarabb térjen jobb belátásra. Ha azonban e figyelmeztetés ellenére azt látjátok, hogy aznap vagy később ugyanúgy cselekszik, jelentse be, aki ezt észreveszi, mivel már egy megsebzett gyógyításáról van szó, előbb azonban avasson be az ügybe egy vagy két másik testvért, hiszen ketten vagy hárman rávehetik őt arra, hogy az illő szigorúsággal fenyítse magát. Ne tartsátok magatokat rosszindulatúnak, midőn ezt jelentitek. Sőt, egyáltalán nem vagytok hibátlanok, ha hallgatástok által veszni hagyjátok testvéreiteket, jóllehet az ügyet jelentve, megjavíthatnátok. Ha testvérednek seb volna a testén, s félve a gyógyítástól ezt el akarná titkolni, nemde kegyetlen lennél, ha ezt elhallgatnád, de irgalmas, ha bejelentenéd? Mennyivel inkább jelenteni tartozol, hogy szívének sebe végzetesen el ne üszkösödjék.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De doctr. Christ.* 1,2,7)

Azt mondod, hogy a lelket és Istent akarod megismerni? – Ez minden feladatom. – Semmi más? – Kétségtelen, hogy semmi.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Ne viszonozzátok a rosszat rosszal, sem a szidalmat szidalommal, inkább mondjatok áldást; hisz arra vagytok hivatva, hogy áldás legyen az örökrészetek. (1Pt 3,9) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 404.)

A szemlélődésben nem látjuk Istent — tudunk róla a szeretetben.

Második hét, vasárnap
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Isten, világot alkotó,
világ sarkait forgató,

ki napnak ékes fényruhát,
éjnek kegyelmes álmot adsz:

pihenéstől a lanka test
munkára nyerjen új erőt,
a frissült lélek vessen el,
búbánatot s aggályokat.

Hálát mondunk a tűnt napért,
mikor leszáll az éj.
Bűnösöket hogy megsegíts,
vedd fogadalmas himnuszunk.

Krisztust imádjuk s az Atyát
és kettejük Lelkét velük:
egy Háromság, egy hatalom,
fogadd imánk kegyelmesen. Ámen.

Antifóna

Ezért most hálát adunk neked, Istenünk és dicsérjük hatalmas nevedet.

1. Zsoltár

(Zsolt 148)

Dicsérjétek az Urat az egekből, *
dicsérjétek őt a magasságban!
Dicsérjétek őt, angyalai mind, *
dicsérjétek őt, seregei mind!
Dicsérjétek őt, nap és hold, *
dicsérjétek őt mind, ragyogó csillagok!
Dicsérjétek őt egek egei, *
és minden vizek az ég felett
dicsérjék az Úr nevét! *

Mert ő parancsolt és azok létrejöttek,
felállította őket mindörökre, *
s el nem múló törvényt szabott nekik.
Dicsérjétek az Urat a földről, *
sárkányok és mélységes vizek mind!
Tűz, jégeső, hó, fagy és szélvihar, *
amelyek parancsát teljesítik;
Mindnyájan ti hegyek és halmok, *
gyümölcstermő fák és mind a cédrusok,
vadállatok és minden állat, *
csúszómászók és szárnyasok,
föld királyai és mind a népek, *
fejedelmek és mind, bírái a földnek,
ifjak és szüzek, vének és gyermekek, *
dicsérjék az Úr nevét,
mert csak az ő neve magasztos. *
Fönsége felülmúlja az eget és a földet,
és hatalmat adott népének. *
Dicséret minden szentjének,
Izrael fiainak, a népnek *
amely hozzá tartozik. Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 26,2–8)

Nyissátok ki a kapukat, hadd vonuljon be az igaz nemzet, mely megtartja a hűséget! Szándéka szilárd: megőrzöd a békét, a békét, mert benned bízik. Bízzatok az Úrban örökkön-örökké, mert az Úr örök Kőszikla! Mert ledönti a hegyen lakókat, a kérkedő várost megalázza, földig alázza, porba sújtja. Láb taposa, szegények lába, szűkölködők léptei. Az igaznak ösvénye egyenes, Uram, az igaznak útját te egyengeted. Ítéleteid

ösvényén is terád vártunk, Uram, nevedre és emlékezetedre vágyódott a lelkünk.

2. Zsoltár

(Zsolt 119,132–140)

Fordulj felém és könyörülj rajtam, *
miként azokon szoktál, akik nevedet szeretik.
Irányítsd lépteimet igéid szerint, *
hogy semmiféle hamisság
ne uralkodjék rajtam.
Ments meg engem az emberek erőszakosságaitól, *
hogy rendeleteidet megtartsam.
Derítsd fel szolgád fölött arcodat, *
ismertesd meg velem rendelkezéseidet!
Szemem patakokban ontja a könnyet, *
mert törvényedet nem tartják meg.
Igazságos vagy, uram, *
és ítéleted igaz!
Parancsolataidat igazságodban rendelted el, *
és nagyon nagy hűségedben.
Buzgóságom elsorvaszt engem, *
mert ellenségeim elfeledik igéidet.
Szavad kiáll minden tűzpróbát, *
azért szereti azt szolgád.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Róm 11,33–36)

Milyen nagy Isten gazdagságának, bölcsességének és tudásának mélysége! Mennyire megfoghatatlanok az ő ítéletei, és kifürkészhetetlenek az ő útjai! Mert ki ismerte az Úr gondola-

tát? Vagy ki volt az ő tanácsadója? Vagy ki adott előbb neki, hogy vissza kellene fizetnie? Mert minden belőle, általa és érte van. Dicsőség neki mindörökké.

3. Zsoltár

(Zsolt 149)

Énekeljetek az Úrnak új éneket, *
zengjen a szentek gyülekezetében dicsérete!
Örvendezzék Izrael az ő alkotójának, *
Sion fiai ujjongjanak királyuknak!
Dicsőítsék nevét körtánccal, *
dobbal és lanttal zengjenek neki!
Mert az Úr kedveli népét, *
diadalra juttatja az alázatosakat.
Ujjongnak majd a szentek dicsőségben, *
és örvendeznek fekvőhelyükön.
Szájukban Isten magasztalása lesz, *
és kétélű kard a kezükben,
hogy bosszút álljanak a nemzeteken *
megfenyítik a népeket,
láncra verik királyaikat, *
vasbilincsbe nagyjaikat,
és végrehajtják rajtuk a megírt ítéletet: *
Dicsősége lesz ez minden szentjének! Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Ezért most hálát adunk neked, Istenünk és dicsérjük hatalmas nevedet.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 187.)

A Keresztény tökéletességre törekedve a szerzetes a keresztény élet teljességét keresi, a keresztény hit teljes érettségét. Számára „az élet Krisztus”.

Regula

(Reg. Aug. 4,9)

Mielőtt azonban másokat beavatnátok, — hogy tagadása esetén meggyőzzék, ha figyelmeztetésteket semmibe se veszi, — előbb az elöljárónak kell szólni. Ő négyszemközt intheti meg, hogy a többiek ne szerezzenek róla tudomást. Ha azonban tagad s színleg semmiről sem tud, akkor mások bevonása szükséges, hogy az egész közösség jelenlétében ne egy tanú vádolja, hanem ketten vagy hárman szolgáltassanak bizonyságot. Ha beismerést tett, akkor az elöljáró vagy az erre illetékes idősebb testvér ítélete szerint szabják ki rá a javító célzatú büntetést. Ha ezt nem akarja vállalni küldjék el a közösségből, még ha ő maga nem akarna is távozni. Ez sem kegyetlenség, hanem a könyörület megnyilvánulása azok iránt, akiket bűne fertőzetével romlásba döntene.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).

℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De utilitate credendi* 12,27)

Azokat nevezem bölcseknek, akik magáról az emberről és Istenről egyértelműen megértett ismeretekkel rendelkeznek, már amennyire ilyennel rendelkezhet egy ember, továbbá olyan életük és erkölcseik vannak, melyek tökéletes összhangban állnak ezekkel az ismeretekkel.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Minden erődből szeresd Alkotódat, és ne hagyd cserben az ő szolgáit! (Sír 7,32) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De civ. Dei* 19,1,3)

Ami pedig valakit boldoggá tesz, az maga a jó tökéletessége.

Második hét, vasárnap
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriá-

nak, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 146)

Dicsérd lelkem, az Urat! *
Dicsérem az Urat, amíg csak élek,
zsoltárt énekelek Istenemnek, amíg csak leszek. *
Ne bízzatok fejedelmekben,
emberek fiaiban, akik nem segíthetnek! *
Ha lelkük elszáll, visszatérnek a földbe,
terveik még aznap mind megsemmisülnek. *
Boldog, akinek segítője Jákob Istene,
akinek az Úrban, az ő Istenében van reménye! *
Ő alkotta az eget és a földet,
a tengert és mindent ami bennük van. *
Hűségét megtartja örökre,
igazságot szerez a méltatlanul szenvedőknek, *
kenyeret ad az éhezőknek.
Az Úr megszabadítja a foglyokat, *
az Úr a vakokat látóvá teszi,
az Úr felemeli a lesújtottakat, *
az Úr az igazakat szereti.

Az Úr megoltalmazza a jövevényeket, *
felkarolja az özvegyet és az árvát,
de elpusztítja a bűnösök útjait. *
Király az Úr mindörökké,
a te Istened, Sion, *
nemzedékről nemzedékre.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Dán 2,20–23)

Áldott az Úr, Izrael Istene, *
mert meglátogatta és megváltotta az ő népét.
Az üdvösség jelét támasztotta nekünk, *
Dávidnak, az ő szolgájának házában,
amint megmondta szentjeinek ajkával, *
ősidőktől fogva prófétái által.
Megmentett minket ellenségeinktől, *
és mindazok kezéből, akik gyűlölnek minket;
hogy irgalmasságot cselekedjék atyáinkkal, *
és megemlékezzék szent szövetségéről,
az esküről, melyet Ábrahám atyánknak esküdött, *
hogy majd megadja nekünk,
hogy ellenségeink kezéből megszabadulva, *
félelem nélkül szolgáljunk neki,
szentségben és igazságban színe előtt *
életünknek minden napján.
Téged pedig, gyermek, *
a Magasságbeli prófétájának fognak hívni:
mert az Úr színe előtt fogsz járni, *
hogy előkészítsd az ő útját,
és népét az üdvösség ismeretére tanítsd, *
bűneik bocsánatára,

Istenünk mélységes irgalmából, *
amellyel meglátogatott minket
a magasságban felkelő, *
hogy fényt hozzon azoknak,
akik sötétségben és a halál árnyékában ülnek, *
s hogy lépteinket a békesség útjára igazítsa.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 20.1)

Azt hiszem, hogy a szemlélődésre törekvőknek nemcsak meg kell bocsátaniuk azoknak, akik vádaskodnak ellenük, hanem észre sem szabad venniük, hogy mit mondanak vagy tesznek körülöttük. Így tett Mária Magdolna is, mi pedig őt választottuk példaképünknek. Ha az ő példáját követjük, Jézus bizonyára értünk is megteszi azt, amit érte tett.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Második hét, hétfő
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Jézus, angyalok éke te,
a fülnek édes éneke,
a szájnak: méz, csodatele,
a szívre: nektár ihlete.

Ki téged ízlel, rád ehűl,
ki itt, új kortyra lelkesül,
más vágyra többé nem hevűl,
csak Jézust óhajt egyedül.

Ó édes, édes Jézusom,
lelkem reménye, vígaszom,
szívemben ezt kiáltozom,
könnyek között sóhajtozom.

Maradj Uram, maradj velünk,
légy napsugárunk, légy derünk,
a lélek ködeit elűzd
és a világi keserűt.

Jézus, Szűzanya bimbaja,
szívünknek édes óhaja,
téged illet imánk dala,
s a boldog ország trónusa. Ámen.

Antifóna

Benne élet volt, és az élet volt az emberek világossága.

1. Zsoltár

(Zsolt 18,40–51)

Erővel öveztél fel engem a harcra, *
az ellenem állókat alám vetetted.
Megszalasztottad ellenségeimet, *
és gyűlölőimet széjjelszórtad.
Kiáltottak, de nem volt, aki megmentse őket, *
kiáltottak az Úrhoz, de nem hallgatott rájuk.
Szétszórtam őket, mint a szél a port, *
széttiportam őket, mint az utca sarát.
Népem lázadásától megmentettél, *
nemzetek vezetőjévé tettél engem.
Az a nép, amelyet nem ismertem, szolgámmá lett, *
mihelyt füle hallotta, engedelmeskedett nekem.
Idegen fiak hízelegtek nekem, *

idegenek fiai erejüket vesztették,
remegtek rejtekükben.
Él az Úr, áldott legyen Segítőm, *
magasztalják az én megmentő Istenemet!
Isten, aki megengeded, hogy bosszút álljak, *
és népeket vetsz alám,
aki megszabadítasz haragos ellenségeimtől, *
az ellenem támadók fölé juttatsz,
megszabadítasz az erőszak emberétől. *
Dicsérlek érte, Uram, a nemzetek között,
és zsoltárt zengek nevednek, *
aki bőségesen segíti királyát,
aki irgalmat gyakorol Fölkentjével, *
Dáviddal és utódaival mindörökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(1Krón 16,31–36)

Örvendjenek az egek, s ujjongjon a föld s mondják a nemzetek között: ‘Az Úr a király.’ Zúgjon a tenger s ami azt betölti. Ujjongjanak a mezők s mindaz, ami rajtuk van. Az erdő fái dicséretet mondanak majd az Úr előtt akkor, mivel eljön megítélni a földet. Dicsérjétek az Urat, mert jó, mert irgalmassága örökkévaló, s mondjátok: ‘Szabadíts meg minket, szabadító Istenünk, gyűjts össze s szabadíts ki minket a pogányok közül, hogy dicsérjük szent neved, s ujjongva zengjük énekeidet. Áldott legyen az Úr, Izrael Istene, öröktől fogva mindörökre.’ Azt mondja erre az egész nép: »Ámen« és »Dicsőség az Úrnak!«

2. Zsoltár

(Zsolt 19,2–9)

Isten dicsőségét beszélik az egek, *
és keze művét hirdeti az égbolt.
Ezt harsogja az egyik nap a másiknak, *
erre tanítja az egyik éj a másikat.
Nem sustorgással, nem dadogással, *
hogy ne lehetne érteni őket:
az egész földre elhat szózatuk, *
s a földkerekség határaira szavuk.
Bennük ütötte fel a napnak sátrát, *
s az, mint a vőlegény, kilép nászházából,
mint a hős, ujjongva indul neki útjának. *
Az ég egyik szélén kel föl,
és útja annak másik széléig jut el, *
és nincs, aki melege elől elrejthetné magát.
Szeplőtelen az Úr törvénye, felüdíti a lelket, *
az Úr rendelete megbízható,
bölcsességet ad a kisdedeknek.
Egyenesek az Úr végzései, vidámmá teszik a szívet, *
világos az Úr parancsa, felvilágosítja a szemet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Gal 3,23–29)

Amíg a hit el nem érkezett, a törvény fogságában voltunk tartva a hit számára, amely majd kinyilatkoztatást nyer. Ennélfogva a törvény Krisztushoz vezető nevelőnk volt, hogy a hit által igazuljunk meg. Amikor azonban elérkezett a hit, már nem vagyunk a nevelő alatt. Mert mindnyájan Isten fiai vagytok a hit által Krisztus Jézusban. Hiszen mindannyian, akik meg-

keresztelkedtetek Krisztusra, Krisztust öltöttétek magatokra: nincs többé zsidó, sem görög, sem szolga, sem szabad, sem férfi, sem nő; mert mindnyájan egy vagytok Krisztus Jézusban. Ha pedig ti Krisztuséi vagytok, akkor Ábrahám utódai, s az ígéret szerint való örökösök.

3. Zsoltár

(Zsolt 19,10–15)

Az Úr félelme tiszta, örökkön-örökké megmarad, *
igazak az Úr ítéletei, egytől-egyig igazságosak.
Kívánatosabbak az aranynál, *
és megannyi drágakőnél,
édesebbek a méznél, *
meg a csepegő lépes méznél.
Szolgád meg is tartja őket, *
megtartásuk jutalma bőséges.
Ki veszi észre a vétkeket? *
Tisztíts meg titkos bűneimtől,
és a kevélységtől mentsd meg szolgádat, *
ne uralkodjék rajtam.
Akkor szeplőtelen leszek, *
s a nagy vétektől tiszta maradok.
Hadd legyen kedves előtted szám beszéde, *
és szívem elmélkedése mindenkor.
Uram, én segítőm, *
én üdvözítőm!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Benne élet volt, és az élet volt az emberek világossága.

Rendi olvasmány

(*Conf.* VII,16,22)

Mi a rossz? S azt találtam, hogy nem valami substantia, hanem az akaratnak tőled, Istentől, a legfőbb substantiától való eltorzulása az alacsonyabbrendűek irányába; ez az akarat „belsejét” kivetíti magából és a külvilág felé megdagad.

Regula

(Reg. Aug. IV,10)

Amit a merész tekintetről mondtam, azt figyelmesen és hűségesen tartsátok meg a többi bűn felfedésére, megakadályozására, bejelentésére és megbüntetésére vonatkozóan is. Szeressétek az embert, de a bűnt gyűlöljétek.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De doctr. Christ.* 1,33,37)

Amikor ugyanis Istenben egy emberre irányul az élvezeted, inkább Istentől, mint attól az embertől nyered azt el. Attól kapod ugyanis az élvezetet, aki boldoggá tesz téged; s örülni fogsz, hogy ahhoz jutottál el, akihez reményed szerint el akartál jutni.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Áldás és dicsőség, bölcsesség, hálaadás, tisztelet, hatalom és erősség a mi Istenünknek, örökkön-örökké! (Jel 7,12) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De civ. Dei* 11,25)

A használatról gyümölcse alapján kell ítéletet mondanunk.

Második hét, hétfő
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Ó Jézus, rád emlékezés
legigazabb örvendezés.
Te édesebb vagy, mint a méz,
ha édesen szívünkbe térsz.

Nincs szó a földön kedvesebb,
nincs dallam zengőbb, édesebb,
gondolni szebbet nem lehet,
mint Jézus, édes szent neved.

A bűnbánó benned remél,

mily jó vagy ahhoz, aki kér!
Mit nyer aki nyomodba tér,
de hát még aki el is ér!

A nyelv, a szó-elégtelen,
betű leírni képtelen,
csak hogyha élem, érezem,
Jézust szeretni mit teszen.

Te légy, ó Jézus, örömünk,
jövendő égi örökünk,
tebenned nyerjünk koronát
századok századain át. Ámen.

Antifóna

Higgyétek, hogy Jézus a Krisztus, az Isten Fia, és e hit által az ő nevében életetek legyen.

1. Zsoltár

(Zsolt 119,141–153)

Kicsiny vagyok én és megvetett, *
de rendelkezéseidről meg nem feledkezem.
Igazságod örökre igazság, *
és törvényed igazmondás.
Érjen bár elnyomás és szorongatás engem, *
parancsolataidról elmélkedem.
Törvényeid igazak örökre, *
adj nekem értelmet, hogy életem legyen.
Teljes szívemből kiáltok, Uram, hallgass meg engem, *
követem rendeléseidet!
Hozzád kiáltok, szabadíts meg engem, *
és teljesítem parancsaidat!
A hajnal előtt kelek és kiáltok, *

mert szavaidban erősen bízom.
Virradat előtt hozzád emelem szememet, *
hogy igéidről elmélkedjem.
Hallgasd meg, Uram, szavamat
irgalmasságod szerint, *
és tarts életben engem ítéleted szerint.
Közel vannak gonosz céljukhoz üldözőim, *
törvényedtől azonban messze távolodtak.
De te, Uram, közelemben vagy, *
és minden parancsod igazság.
Rég tudom, hogy parancsolataidat *
örök időkre alapítottad.
Lásd meg nyomorúságomat
és szabadíts meg engem, *
mert nem felejtem el törvényedet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Mik 4,1–2; 5)

Lesz azonban az idők végén, hogy az Úr házának hegye szilárdan áll a hegyek tetején, fenn a magasban a halmok felett, és odatódulnak a népek, és odasiet sok nemzet, és mondják: »Gyertek, menjünk fel az Úr hegyére, és Jákob Istenének házához, hogy megtanítson minket útjaira, és ösvényein járjunk«; mert Sionról jön ki majd a törvény, és Jeruzsálemből az Úr szava. Mert minden nép a maga istenének nevében jár, mi azonban az Úrnak, a mi Istenünknek nevében járunk örökkön-örökké.

2. Zsoltár

(Zsolt 119, 154–163)

Ítéld meg ügyemet és ments meg engem, *

éltess engem, amint megígérted!
A bűnösöktől távol van a segítség, *
mert ők nem keresték törvényeidet.
Uram, nagy a te irgalmad, *
éltess engem ítéleted szerint!
Sokan vannak, akik üldöznek
és szorongatnak engem, *
de parancsolataidtól el nem tántorodom.
Látom a törvényszegőket és undorodom, *
mert nem tartják meg igéidet.
Lásd meg, Uram, hogy rendeleteidet szeretem, *
tartsd meg életemet irgalmasságod szerint!
A te igéd csupa igazság, *
s örökre szól igazságod minden ítélete.
Fejedelmek üldöznek ok nélkül engem, *
de szívem csak a te igédtől fél.
Úgy örvendek ígéreteidnek, *
mint aki sok zsákmányra tesz szert.
Megvetem és gyűlölöm a gonoszságot, *
de szeretem a te törvényedet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Ef 5,15–21)

Gondosan ügyeljetek tehát arra, hogyan éltek, ne mint esztelenek, hanem mint bölcsek. Jól használjátok fel az időt, mert rossz napokat élünk! Ne legyetek tehát ostobák, hanem értsétek meg, hogy mi az Úr akarata! Ne részegedjetek le bortól, mert abból erkölcstelenség fakad, inkább teljetek el Lélekkel! Magatok közt zsoltárokat, szent dalokat és lelki énekeket zengjetek, énekeljetek és zengedezzetek szívetekben az Úrnak! Adjatok hálát mindenkor mindenért a mi Urunk Jézus

Krisztus nevében az Istennek és Atyának! Engedelmeskedjetek egymásnak Krisztus félelmében!

3. Zsoltár

(Zsolt 119, 164–176)

Naponkint hétszer mondok dicséretet neked *
igazságos ítéleteidért.
Nagy a békéje azoknak, akik szeretik törvényedet, *
ők nem botlanak el semmiben sem.
Uram, szabadításodat várom, *
és szeretem parancsaidat.
Parancsolataidat megőrzi lelkem, *
és nagyon szereti.
Megtartom parancsaidat és rendeleteidet, *
mert színed előtt ismeretes minden utam.
Könyörgésem jusson színed elé, Uram, *
szavad szerint adj értelmet nekem!
Kérésem hatoljon színed elé, *
igéd szerint ments meg engem!
Áradjon ajkamról a dicséret, *
mert megtanítasz rendeleteidre.
Hirdesse nyelvem szavadat, *
mert parancsod igazság.
Kezed legyen segítségemre, *
mert rendeleteidet választottam.
Szabadításod után vágyódom, Uram, *
és törvényedben gyönyörködöm.
Hadd éljen a lelkem, hogy téged dicsérjen, *
s ítéleteid segítsenek meg engem.
Elveszett juhként tévelygek; Keresd meg szolgádat, *
mert nem felejtettem el parancsaidat.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Higgyétek, hogy Jézus a Krisztus, az Isten Fia, és e hit által az ő nevében életetek legyen.

Rendi olvasmány

(*Sermo 177* 8)

Ha megad mindent, mennyivel inkább odaadja magát! S tényleg ő maga lesz számunkra minden, hogy élvezetül szolgáljon nekünk.

Regula

(Reg. Aug. IV,11)

Ha azonban valaki már annyira jutott a rosszban, hogy egy nőtől titokban levelet vagy valami ajándékot elfogad, de ezt önszántából bevallja, bocsássanak meg neki és imádkozzanak érte. Ha viszont rajtakapják és bizonyíthatják, akkor az idősebb testvér vagy az elöljáró ítélete szerint nagyobb szigorral büntessék meg.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Conf.* XXXV,55)

Az élvezet a szépet, a zengzetest, az édest, az ízest, a simát keresi, a kíváncsiság ellenben próba okáért mindennek az ellenkezőjét, nem azért, hogy a kellemetlenséget elszenvedje, hanem azért, mert a tapasztalat s a megismerés gyönyörűsége sarkallja.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Légy áldott Uram, irgalmas Isten, legyen áldott szent és tiszteletreméltó neved mindörökké. Áldjon téged minden műved örökké. (Tób 3,11) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Sermo 177* 8)

Az evilági dolgokat azért adta nekünk, hogy használjuk azokat, magát pedig azért, hogy benne leljük örömünket.

Második hét, hétfő
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy

vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 142)

Szavammal az Úrhoz kiáltok, *
szavammal az Úrhoz könyörgök.
Színe elé öntöm imádságomat, *
nyomorúságomat feltárom előtte.
Ha lelkem elcsügged bennem, *
te ismered ösvényeimet.
Azon az úton, amelyen járok, *
titkon tőrt vetettek nekem.
Fürkészve tekintek jobbra, *
de nincs, aki észrevenne!
Nincs számomra menedék, *
nem akad, aki életemmel törődne.
Hozzád kiáltok, Uram, *
Mondom: »Te vagy az én bizodalmam,
osztályrészem az élők földjén.
Méltasd figyelemre könyörgésemet, *
mert nagyon megaláztak engem.
Szabadíts meg üldözőimtől, *
mert erősebbek nálam.
Vezess ki a börtönből, *

hogy dicsérjem nevedet;
Körülvesznek majd az igazak, *
Amikor jót teszel velem.«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Tób 13,14–16)

Boldogok, akik szeretnek,
és boldogok, akik örülnek a te békédben.
Boldog minden ember,
aki szomorkodott pusztulásodon,
mert örvendenek tebenned,
és meglátják mindörökké örömödet.
Áldjad lelkem az Urat, a nagy Királyt,
mert Jeruzsálem újra felépül
és az ő háza minden időkre.
Boldog lennék, ha nemzetségemből valaki megérné,
megláthatná dicsőségedet
és magasztalhatná az ég Királyát.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 16.1)

Bármilyen súlyosan vétkezett is valaki, megbánhatja bűneit és megváltoztathatja életét. S ha úgy érzi, hogy Isten kegyelme a szemlélődő életre hívja (miután hűségesen követte lelkiatyjának irányítását), akkor senki se merje őt vakmerőnek nevezni azért, hogy Istent akarja elérni a Megnemismert felhőjének sötétjében, szeretetének alázatos vágya által. Nem mondta-e

Urunk Mária Magdolnának, aki azoknak a bűnbánó bűnösöknek a jelképe, akik meghívást kaptak a szemlélődésre: „Megbocsáttatnak bűneid.” (Lk 7,47) Azt gondolnád, hogy ezt csak azért mondta, mert Mária annyira megbánta elmúlt bűneit? Vagy pedig azért, mert nyomorúságának láttán felébredt benne az alázat? Vagy talán azért, mert akkora fájdalmat érzett? Nem, hanem azért, mert „nagyon szeretett”.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Második hét, kedd
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Üdvösség napja, Jézusunk,
ragyogj fel szívünk rejtekén,
fut már az éj, a földkerek
színére új, szebb nap derül.

Adtál kívánatos időt:
hadd mossa könnyek kútfeje
tiszta áldozatul szívünk
s gyullassza vidám szeretet.

Honnét a bűn forrása folyt;
örök a könnyek kútfeje,
ha a bűnbánat vesszeje
kérges szívünket megtöri.

Jő már a nap, a te napod,
hogy minden újra felvirít.
Akkor mi is örvendezünk,
kiket jobbod jó útra vitt.

Kegyes Háromság, térden áld
téged a világ-gépezet,
kegyelmedben megújulók,
mondjunk mi is új éneket. Ámen.

Antifóna

Ne félj, mert én veled vagyok! Ne tekingess semerre, mert én vagyok a te Istened!

1. Zsoltár

(Zsolt 20)

A szorongatás napján hallgasson meg téged az Úr, *
oltalmazzon meg Jákob Istenének neve!
Küldjön neked szentélyéből segítséget, *
és Sionból nyújtson védelmet!
Emlékezzék meg minden áldozatodról, *
és találja égő áldozatodat kövérnek!
Bánjon veled szíved szerint, *
és váltsa valóra minden tervedet!
Hadd örvendjünk szabadításodnak, *
hadd emeljünk zászlót Istenünk nevében!
Teljesítse az Úr minden kérésedet! *
Már tudom: fölkentjének az Úr győzelmet adott;

Szent egéből meghallgatta, *
hatalmas jobbja megsegíti.
Ezek harci szekereikben, azok lovaikban, *
mi pedig az Úr, a mi Istenünk
nevében keresünk segítséget.
Ők lehanyatlanak és elhullanak, *
mi azonban fölkeltünk és állunk szilárdan.
Uram, tartsd meg a királyt, *
és hallgass meg azon napon,
amelyen hozzád kiáltunk!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Bár 6,3–6)

Nos, ti Babilóniában aranyból, ezüstből, kőből és fából való isteneket fogtok látni, amelyeket vállon hordoznak, és amelyek félelmet keltenek a pogányokban. Vigyázzatok tehát, hogy ti is úgy ne tegyetek, mint az idegenek, ne féljetek és meg ne rettenjetek tőlük, amikor azt látjátok, hogy a tömeg elöl-hátul imádja őket, hanem mondjátok szívetekben: »Urunk, téged illet az imádás!« Az én angyalom ugyanis veletek lesz, én pedig számon kérem lelketeket!

2. Zsoltár

(Zsolt 21)

Uram, hatalmadon örvend a király, *
és mérhetetlenül ujjong segítségeden.
Teljesítetted szívének kívánságát, *
nem tagadtad meg tőle ajkának óhajtását.
Sőt elébe siettél boldogító áldással, *
fejére színarany koronát helyeztél.

Életet kért tőled, s te megadtad neki, *
hogy sokáig éljen, időtlen időkig.
Segítséged folytán nagy a dicsősége, *
dicsőséggel és nagy ékességgel
ruháztad fel őt.
Valóban, áldássá tetted őt mindörökre, *
megörvendeztetted vidámsággal színed előtt.
Minthogy az Úrban bízik a király, *
meg nem inog a Fölséges irgalmából.
Érje utol kezed minden ellenségedet, *
érje el jobbod minden gyűlölődet!
Tedd őket hasonlókká tüzes kemencéhez, *
abban az időben, amikor megjelensz.
Nyelje el őket haragjában az Úr, *
és a tűz emésszе el őket!
Pusztítsd el magzataikat a földről, *
utódaikat az emberek fiai közül!
Mert gonoszat határoztak ellened, *
álnok terveket szőttek,
de semmit sem vihettek keresztül.
Mert te megfutamítottad őket, *
íjaddal célba vetted arcukat.
Kelj fel, Uram, hatalmaddal! *
Hadd magasztaljuk erődet
énekkel és zsoltárral!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Jn 4,16b–21)

Szeretet az Isten; aki a szeretetben marad, Istenben marad, és Isten őbenne. Isten szeretete azzal lesz teljes bennünk, hogy az ítélet napján is lesz bizalmunk. Mert amilyen ő, olya-

nok vagyunk mi is ezen a világon. A szeretetben nincs félelem. A tökéletes szeretet kizárja a félelmet, mert a félelem gyötrelemmel jár. Aki pedig fél, nem tökéletes a szeretetben. Szeressünk tehát, mert Isten előbb szeretett minket. Ha valaki azt mondja: »Szeretem Istent«, és a testvérét gyűlöli, az hazug. Mert aki nem szereti testvérét, akit lát, nem szeretheti Istent, akit nem lát. Az a parancsunk tőle, hogy aki szereti Istent, szeresse a testvérét is.

3. Zsoltár

(Zsolt 22,2–11)

Istenem, Istenem, miért hagytál el engem? *
Távol van szabadulásomtól
hangos jajveszékelésem.
Én Istenem, kiáltok nappal, *
de te nem hallgatsz meg,
és éjjel is, de nyugtot nem találok.
Pedig te szent vagy *
és Izrael dicsérete között laksz.
Benned bíztak atyáink, *
bíztak, és te megszabadítottad őket.
Hozzád kiáltottak és megszabadultak, *
benned bíztak és meg nem szégyenültek.
Én azonban féreg vagyok, nem ember, *
embereknek gyalázata, népnek utálata.
Aki csak lát, mind gúnyt űz belőlem, *
félrehúzza ajkát, fejét csóválgatja:
»Az Úrban bízott, mentse meg őt, *
szabadítsa meg, ha kedvét leli benne.«
Hiszen te vagy, aki kihoztál engem anyám méhéből, *
te vagy reménységem anyám emlője óta.
Rád voltam utalva anyám ölétől, *
anyám méhétől fogva te vagy az Istenem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Ne félj, mert én veled vagyok! Ne tekingess semerre, mert én vagyok a te Istened!

Rendi olvasmány

(*Conf.* X,30,42)

Reménykedem benne, hogy teljesíted bennem könyörületedet egészen a teljes békéig, mely bensőmnek és külsőmnek osztályrészül jut tebenned, amikor a halált felemészti a győzelem.

Regula

(Reg. Aug. 5,1)

Ruháitokat tartsátok együtt, egy vagy két vagy annyi testvérre bízva, akik rendben tudják tartani, nehogy a moly kárt tegyen bennük. S amint egy éléskamrából táplálkoztok, ugyanúgy egy ruhatárból öltözködjetek. S ha lehet, ne törődjetek azzal, hogy az évszakok szerint éppen milyen ruhát kaptok, hogy azt kapja-e valaki, amit beadott, vagy mást, ami egy másiké volt. Mégis, senkitől se tagadják meg azt, amire szüksége van. Ha ebből elégedetlenség vagy zúgolódás származik, mivel valaki zokon veszi, hogy rosszabbat kapott, mint amije előzőleg volt, s méltatlannak tartja, hogy olyan ruhát vegyen magára, amelyet testvére már viselt, akkor megítélhetitek, mennyire híjával van szíve belső öltözetének az, aki a test ruhája miatt civakodik. S még ha gyöngekezűen eltűrik is, hogy azt kapjátok vissza, amit hordtatok, azt egy helyen és ruhatárosok közös felügyelete alatt tartsátok.

℣. Az Úr legyen veletek.

℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Ep 55* 400)

Úgy kell használnunk a szeretetet, mint valami gépet, mely által életre kel a szeretet struktúrája, mely örökké megmarad, akkor is, amikor a tudomány már szétoszlik.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Ó, mily szép és mily gyönyörűséges, ha a testvérek egyetértésben élnek! (Zsolt 133,1) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De Trin.* XII,11,16)

Amikor elhanyagoljuk a bölcsesség szeretetét, amely változatlanul megmarad mindörökké, s úgy vágyunk az időbeli és változható dolgok megtapasztalásából adódó tudásra, akkor csak gőgössé válunk, s nem növekszünk.

Második hét, kedd
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!
℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Áldjon az ember,
drága Teremtő,
szívbeli szóval,
béke dalával,
mert a világon
nem kicsi pont ő.

Nincsen a földön
semmi hasonló:
mert a te képed
egymaga hordja
lelke lakában,
tiszta szívében.

Isteni fenség,
fény Ura: áldás
töltse be szívünk,
ülje meg ajkunk,
szent te, szeressünk
minden időben! Ámen.

Antifóna

Mindenki, aki segítségül hívja az Úr nevét, megszabadul.

1. Zsoltár

(Zsolt 120)

Szorongatásomban az Úrhoz kiáltottam, *
s ő meghallgatott engem.
Uram, szabadítsd meg lelkemet *
a gonosz ajaktól és a csalárd nyelvtől!
Mi lesz a részed, mi lesz a jutalmad, te csalárd nyelv? *
A hős hegyes nyilai és borókaparázs.
Jaj nekem, hogy mint idegennek *
Mesekben kell tartózkodnom
és Kedár sátraiban lakom!
Lelkem már régóta lakik *
azok között, akik gyűlölik a békét.
Békességes vagyok, mégis ha beszélek velük, *
ők ok nélkül ellenem támadnak.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Szof 1,14–16)

Közel van az Úr nagy napja; közel bizony, hamarosan elérkezik! Keserves hang hallatszik az Úr napján, szorong majd akkor a hős is. Harag napja lesz az a nap, szorongatás és szükség napja, veszedelem és nyomorúság napja, sötétség és homály napja, felhő és vihar napja, trombita és harsona napja a megerősített városok ellen és a magas bástyák ellen!

2. Zsoltár

(Zsolt 121)

Szememet a hegyekre emelem: *
honnan jön segítségem?

Az Úr ad nekem segítséget, *
aki az eget és a földet alkotta.
Ne engedje meginogni lábadat, *
és ne szunnyadjon, aki téged őriz!
Bizony nem szunnyad és nem alszik, aki Izraelt őrzi. *
Az Úr a te őrződ, az Úr oltalmaz téged,
ő áll jobbod felől.
Nem árt neked nappal a nap, *
sem éjszaka a hold.
Megőriz téged az Úr minden bajtól, *
megőrzi az Úr lelkedet,
Megőrzi az Úr jártadat-keltedet *
most és mindörökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Kor 1,21–25)

Mivel ugyanis a világ Isten bölcsessége révén nem ismerte meg bölcsességgel az Istent, úgy tetszett Istennek, hogy az igehirdetés oktalansága által üdvözítse a hívőket. Mert a zsidók csodajeleket kívánnak, a görögök pedig bölcsességet keresnek, mi azonban a keresztrefeszített Krisztust hirdetjük, ami ugyan a zsidóknak botrány, a pogányoknak pedig oktalanság; maguknak a meghívottaknak azonban, zsidóknak és görögöknek egyaránt, Krisztus Isten ereje és Isten bölcsessége, Isten oktalansága ugyanis bölcsebb az embereknél, és Isten gyöngesége erősebb az embereknél.

3. Zsoltár

(Zsolt 122)

Örvendeztem, amikor azt mondták nekem: *

»Az Úr házába megyünk.«
És lábunk már itt áll *
udvaraidban, Jeruzsálem!
Jeruzsálem városnak épült, *
részei pompásan egybeillenek.
Oda járnak fel a törzsek, az Úr törzsei, *
hogy Izrael törvénye szerint
hálát adjanak az Úr nevének.
Ott állnak a bírói székek, *
Dávid házának székei.
Kívánjatok békességet Jeruzsálemnek: *
»Bőségben éljenek, akik szeretnek téged!
Békesség legyen falaid között *
és bőség tornyaidban!«
Testvéreimért és a hozzám közelállókért mondom: *
»Béke legyen veled!«
Az Úrnak, a mi Istenünknek házáért *
jót kívánok neked.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Mindenki, aki segítségül hívja az Úr nevét, megszabadul.

Rendi olvasmány

(*Conf.* XXX,40)

Ó szeretet, mely mindig égsz és soha ki nem hunysz, ó caritas, Istenem, gyújts lángra engem! Önmegtartóztatást parancsolsz, add meg, amit parancsolsz és parancsold, amit akarsz.

Regula

(Reg. Aug. V,2)

Senki se dolgozzék magának, hanem minden tevékenységtek a köz javára irányuljon, sőt nagyobb buzgalommal és vidámabb készséggel, mintha egyedül csak magatoknak csinálnátok valamit. A szeretet ugyanis, amint meg van írva, „nem keresi a magáét" (1Kor 13,5), ami azt jelenti, hogy a köz érdekeit helyezi az egyén, és nem az egyénét a köz érdeke elé. És ezért minél inkább a köz ügyével törődtök, s nem saját ügyetekkel, annál jobban haladtok a lelki életben. Így, a szükséges ideigvalók használatában az tűnjék elő, ami örökre megmarad: a szeretet.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Conf.* XXX,41)

Határozott parancsod az, hogy megtartóztassam magam a test kívánságától s a szem kívánságától s a világi nagyravágyástól.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!

℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Légy áldott Uram, irgalmas Isten, legyen áldott szent és tiszteletreméltó neved mindörökké. Áldjon téged minden műved örökké. (Tób 3,11) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 188.)

A szerzetes legfőbb méltóságát az adja, hogy lemondott minden versengésről és az emberi dicsőség kereséséről, és beéri az utolsó hellyel.

Második hét, kedd
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 143)

Uram, hallgasd meg imádságomat, *
figyelj könyörgésemre hűséged szerint,
hallgass meg engem igazságod szerint. *
Ne szállj perbe szolgáddal,
mert senki sem igaz előtted az élők közül. *
Íme ellenség üldözi lelkemet,
porig alázza életem,
sötétségbe taszít engem, mint a rég megholtakat. *
Lelkem elszorul bennem,
szívem megdermed bensőmben.
Megemlékezem a régi időkről, *
gondolkodom minden tetteden,
elmélkedem kezed műveiről.
Kitárom feléd kezemet, *
lelkem utánad eped, mint a szomjas föld.
Uram, hamar hallgass meg, mert elsorvad a lelkem. *
Ne fordítsd el tőlem arcodat,
mert olyan leszek,
mint akik a sírba szállnak!
Add, hogy már reggel halljam irgalmadat, *
mert benned bízom;
Mutasd meg nekem az utat, amelyen járnom kell, *
mert én hozzád emelem lelkemet!
Ments meg engem ellenségeimtől, *
Uram, hozzád menekülök!
Taníts meg arra, hogy megtegyem akaratodat, *
mert te vagy az én Istenem!
A te jó lelked vezessen engem egyenes földön! *

Uram, nevedért tarts életben engem.
Vezess ki a szorongatásból hűségedben, *
pusztítsd el ellenségeimet irgalmadban;
Semmisítsd meg minden üldözőmet, *
mert én a te szolgád vagyok!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Óz 10,12)

Vessetek magatoknak az igazság szerint,
és arattok is majd az irgalom szerint;
törjetek fel ugart magatoknak;
ideje, hogy keressétek az Urat,
és ő majd eljön,
hogy igazságra tanítson titeket.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 9.1)

Ha bármi olyannal foglalkozol, ami kevesebb Istennél, akkor ezáltal akadályt emelsz közted és Isten között. Határozottan utasíts el tehát minden eszmét és fogalmat, bármilyen jámbor vagy tetszetős legyen is. Én mondom neked: a szeretet vak vágya Istenre egymagában értékesebb, Istennek és a szenteknek tetszőbb, fejlődésed szempontjából fontosabb, élő és halott barátaidnak hasznosabb, mint bármi más, amit tehetnél. Számodra pedig nagyobb kegyelem, ha megtapasztalod e szeretet belső vonzódását a Megnemismert felhőjének sötétjében, mint elmélkedned az angyalokról és a szentekről, vagy

hallgatnod a mennyei boldogság ujjongó énekét.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Második hét, szerda
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Sápadoz lassan köde már az éjnek,
kél a hajnalfény remegő sugára.
Forduljunk immár a világ Urához
hangos imával.

Minden bűnöshöz legyen Ő kegyelmes.
Aggódásunkat kegyesen elűzze
s adja meg nékünk soha el nem múló
béke jutalmát.

Adja meg mindezt Atyaisten nékünk.
Adja meg nékünk örök Egyszülöttje,
és a Szentlélek, kit imád az ének
mind a világon. Ámen.

Antifóna

Áldjátok az Urat szentek és alázatos szívűek!

1. Zsoltár

(Zsolt 22,12–23)

Ne légy távol tőlem, mert közel a nyomorúság, *
és nincs, aki segítséget nyújtana.
Körülvett engem sok tulok, *
Básán bikái körülfogtak engem.
Kitátották felém szájukat, *
mint ragadozó és ordító oroszlán.
Szétfolytam, miként a víz, *
minden csontom kificamodott,
szívem, mint a viasz, *
megolvadt bensőmben.
Ajkam, mint a cserép, kiszáradt, *
nyelvem ínyemhez tapadt,
lesújtottál a halál porába.
Körülvett engem nagy sereg kutya, *
a gonoszok zsinatja körülfogott engem.
Átlyuggatták kezemet és lábamat, *
megszámlálhattam minden csontomat.
Néznek rám, bámulnak engem, *
elosztották maguk között ruháimat,
és köntösömre sorsot vetettek.
De te, Uram, ne légy távol tőlem, *
én erősségem siess segítségemre!
Szabadítsd meg lelkemet a kardtól, *

egyetlenemet a kutyák karmából!
Ments meg az oroszlán torkából, *
engem, a megalázottat, a bölény szarvától!
Hadd hirdessem testvéreimnek nevedet, *
a gyülekezetben hadd dicsérjelek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Sír 51,33b–38)

Szerezzetek magatoknak bölcsességet ingyen! Hajtsátok nyakatokat igája alá, és fogadja be lelketek az intelmet, mert közel van annak megtalálása. Lássátok saját szemetekkel, hogy bár keveset fáradtam, mégis bőséges megnyugvást találtam magamnak. Fogadjátok be tanításomat minél többen, mert ezüstöt, bőséges aranyat szereztek vele! Örvendjen lelketek az ő irgalmasságának, és ne szégyelljétek az ő dicséretét! Végezzétek el dolgotokat még idő előtt, akkor megadja jutalmatokat idejében!

2. Zsoltár

(Zsolt 22,24–32)

Ti, akik félitek az Urat, dicsérjétek őt, *
Jákob minden utóda, magasztaljátok őt!
Félje őt Izrael minden utóda, *
Mert ő nem veti meg és nem nézi le
a szegény nyomorúságát,
nem fordítja el tőle tekintetét, *
és meghallgatja, amikor hozzá kiált.
Rólad szól dicséretem a nagy gyülekezetben; *
amit fogadtam, teljesítem azok előtt,
akik félik őt.
Jóllakásig esznek majd a szegények, *

akik keresik az Urat, dicsérik majd őt:
»Éledjen fel szívük mindörökre!« *
Észbe kap és megtér az Úrhoz
a föld minden határa,
és leborul színe előtt *
a nemzetek valamennyi családja.
Mert az Úré a királyi hatalom, *
és ő uralkodik a nemzeteken.
Csak őt imádják mind, akik a földben alszanak; *
leborulnak előtte mindazok,
akik a porba leszállnak.
Neki él majd a lelkem, neki szolgálnak majd utódaim. *
Az Úrról beszélnek
az eljövendő nemzedéknek,
az ő igazságát fogják hirdetni a születendő népnek: *
»Így cselekedett az Úr!«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(2Tessz 2,13–15)

Nekünk pedig mindenkor hálát kell adnunk Istennek értetek, testvérek, akiket Isten szeret, azért, mert Isten kiválasztott titeket első zsengéül az üdvösségre a Lélek megszentelése és az igazság hite által. Meg is hívott titeket erre evangéliumunk által, hogy elnyerjétek Urunk Jézus Krisztus dicsőségét. Ezért tehát, testvérek, legyetek állhatatosak, és őrizzétek szilárdan a hagyományokat, amelyeket akár beszédünkből, akár levelünkből tanultatok.

3. Zsoltár

(Zsolt 23)

Az Úr az én pásztorom, nem szűkölködöm, *

zöldellő legelőkön adott nekem helyet,
csöndes vizekhez vezetett engem. *
Felüdítette lelkemet,
és az igazság ösvényein vezetett az ő nevéért. *
Járjak bár a halál árnyékában,
nem félek semmi bajtól, mert te velem vagy. *
Vessző és pásztorbotod
megvigasztaltak engem.
Asztalt terítettél számomra *
azok előtt, akik szorongatnak engem;
olajjal kented meg fejemet, *
és kelyhem csordultig töltötted.
Mert jóságod és irgalmasságod *
kísér engem életem minden napján,
hogy az Úr házában lakjam
időtlen időkig.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Áldjátok az Urat szentek és alázatos szívűek!

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 407.)

A leggyakoribb megközelítése a szemlélődésnek a szárazság sivatagján keresztül vezet, amelyben nem látsz, nem érzel, nem fogsz fel semmit, csak valami belső fájdalomnak és nyugtalanságnak jutsz a tudatára. Mégis vonz ez a sötét és száraz világ, mert egyedül itt találsz nyugalmat és békét. Amint előbbre haladsz, megtanulod, hogyan lehet megpihenni ebben a kopár nyugalomban, s valami vigasztaló, hatalmas jelenlét biztonsága nő ki ennek az élménynek a mélyéből, amíg

fokozatosan rá nem eszmélsz arra, hogy Isten nyilatkoztatja ki magát neked olyan fényben, amely természetes képességeidnek fájdalmat okoz, mert végtelenül meghaladja őket, s mert tisztasága harcban áll sötét homályoddal, tisztátalanságoddal és önzéseddel.

Regula

(Reg. Aug. V,3-4)

Következésképp, még ha valaki monostorban élő gyermekeinek vagy hozzátartozóinak valamit, valamiféle ruhát vagy más szükségesnek vélt dolgot hoz, ezt ne fogadják el titokban, hanem bízzák az elöljáró döntésére, hogy a közösbe téve azt annak adja, akinek szüksége van rá. Ha valaki egy kapott ajándékot eltitkol, úgy ítéljék el, mintha lopott volna. Ruháitokat az elöljáró intézkedése szerint mossátok akár ti, akár a megbízott testvérek, nehogy a tiszta ruha túlzott igénye belsőleg beszennyezze lelketeket.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*A csend szava*, 408.)

Bármelyik úton indulj is el, mindig tudatában maradsz annak, hogy valami többé-kevésbé meghatározhatatlannak a küszöbén állsz.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Az Úr áldása nyugszik az igaz fején, a gonoszok száját pedig gonoszság borítja. (Péld 10,6) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 408.)

Felhőbe rejtőzik, bár oly közel van hozzád, hogy benned, kívüled és körülötted őt találod.

Második hét, szerda
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Egek szentséges Istene,
ki tűzsugárral színezed
a föld világos tájait,
s szépségül fényt lehelsz reá,

ki felgyujtod negyed napon
a lángos napkorong tüzét,
s törvényes utat írsz a hold
s a kóbor csillagok elé,

hogy napvilágot s éjszakát

törvény mesgyéje messe szét,
és biztos jel hirdesse ki
a hónapoknak kezdetét:

űzd el a szívek éjjelét,
mosd le a lélek szennyesét,
vedd le a vétek kötelét,
s a bűntudat malomkövét.

Engedd meg ezt, kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökkön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Amitek van, ahhoz ragaszkodjatok, amíg el nem jövök!

1. Zsoltár

(Zsolt 123)

Hozzád emelem szememet, aki az égben laksz. *
Íme, mint a szolgák szeme uruk kezére,
mint a szolgáló szeme úrnőjének kezére, *
úgy tekint az Úrra, Istenünkre a mi szemünk,
amíg rajtunk meg nem könyörül.
Könyörülj rajtunk, Uram, könyörülj rajtunk, *
mert túlontúl jóllaktunk a megvetéssel!
Túlontúl jóllakott a lelkünk *
a gazdagok csúfolkodásával,
a kevélyek gyalázkodásával.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Ez 36,25–27)

Tiszta vizet hintek rátok, és megtisztultok minden szennyetektől, és minden bálványotoktól megtisztítalak titeket. Új szívet adok nektek, és új lelket adok belétek; elveszem testetekből a kőszívet, és hússzívet adok nektek. Az én lelkemet adom majd belétek, és gondoskodom róla, hogy parancsaim szerint járjatok, és törvényeimet megtartsátok és megcselekedjétek.

2. Zsoltár

(Zsolt 124)

Ha nem az Úr lett volna velünk, *
– vallja meg most Izrael, –
ha nem az Úr lett volna velünk, *
amikor az emberek fölkeltek ellenünk,
talán elevenen nyeltek volna el minket, *
amikor haragjuk felgerjedt ellenünk.
Talán elnyeltek volna minket a vizek, *
rohanó patak árasztott volna el minket,
talán elborítottak volna a felbőszült vizek. *
Áldott az Úr, aki nem engedte meg,
hogy fogaik martaléka legyünk!
Megszabadultunk, mint a madár, *
a vadászok csapdájától.
A csapda összetört *
és mi megszabadultunk.
Az Úr nevében van a mi segítségünk, *
aki az eget és a földet alkotta.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Fil 2,2–4)

Tegyétek teljessé örömömet azzal, hogy egyetértők vagytok, ugyanazon szeretet van bennetek, és együttérezve ugyanarra törekedtek. Ne tegyetek semmit versengésből, sem hiú dicsőségvágyból, hanem mindenki alázatosan tekintse a másikat maga fölött állónak. Egyiktek se tartsa csak a maga érdekét szem előtt, hanem a másokét is.

3. Zsoltár

(Zsolt 125)

Aki az Úrban bízik, olyan, mint a Sion hegye: *
meg nem inog, örökre megmarad.
Jeruzsálemet hegyek övezik, *
népét pedig az Úr veszi körül
most és mindörökké.
Mert nem marad meg a gonoszság jogara *
az igazak osztályrészén,
nehogy az igazak is
gonoszságra nyújtsák kezüket.
Tégy jót, Uram, a jókkal és az igazszívűekkel, *
de azokat, akik görbe utakra térnek,
sodorja el az Úr a gonosztevőkkel! *
Békesség legyen Izraelen!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Amitek van, ahhoz ragaszkodjatok, amíg el nem jövök!

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 386–387.)

Isten azért teremtett bennünket, hogy a szemlélődéssel megismerjük és szeressük őt, önmagában. Olyan mélységesen megtapasztaljuk őt, amely túlesik minden természetes megértés határán. Ez mindenestül felülmúlja természetünket. (...) Ezért mindazok, akik elérik teremtésük célját szemlélődővé lesznek a mennyben. De sokan azt a hivatást kapják, hogy már földi életükben is behatoljanak ebbe a természetfölötti világba és beszívják ezt az új atmoszférát.

Regula

(Reg. Aug. V,5)

A fürdést, akinek betegség miatt erre szüksége van, semmiképp se tagadják meg; történjék az ellenkezés nélkül, az orvostudomány javallata szerint, úgy, hogy ha a beteg nem akarja is, az elöljáró parancsára tegye meg, amit egészsége végett tennie kell. Ha ellenben akarná, de ez számára nem üdvös, az elöljáró ne engedjen kívánságának. Olykor ugyanis azt hiszik, hogy valami, mert jólesik, hasznos, pedig valójában ártalmas.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság

fényeskedjék nekik.

Intelem

(*A csend szava*, 389.)

Istennek minden adományára hálával, boldogsággal és örömmel kell válaszolnunk; de ilyenkor nem annyira szavakkal, mint a csendes elfogadás derült boldogságával mondunk köszönetet neki.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Atyád áldásai erősebbek az örök hegyek áldásainál, az ősi halmok kívánságánál! (Ter 49,26) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 405)

A szemlélődésben szerzett tapasztalatunk Istenről nem csupán a miénk, hanem másoké is.

Második hét, szerda
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak,

Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 91)

Aki a Fölségesnek oltalmában lakik, *
a Mindenható árnyékában nyugszik,
azt mondja az Úrnak: »Te vagy az én oltalmazóm *
és erősségem, Istenem, akiben bizakodom.«
Mert ő megment engem a vadászok tőrétől, *
a súlyos veszélytől.
Szárnyával árnyékot borít rád, *
és tollai alatt menedékre találsz;
Pajzs és páncél az ő hűsége, *
nem kell félned az éjszaka rémeitől,
a nappal repülő nyíltól, a sötétben látogató járványtól, *
a délben pusztító ragálytól.
Ezren essenek el bár oldalad mellől *
és tízezren jobbod felől,
hozzád semmi sem közeledik.
Sőt saját szemeddel fogod nézni, *
meglátod a gonoszok bűnhődését.
Mert te vagy, Uram, menedékem! *
Ha a Fölségest választottad oltalmadnak,

balszerencse nem ér téged, *
csapás nem jut sátrad közelébe.
Mert angyalainak parancsol felőled, *
hogy minden utadon őrizzenek.
Kezükön hordoznak téged, *
hogy kőbe ne üssed lábadat.
Áspiskígyón és viperán fogsz járni, *
eltiprod az oroszlánt és a sárkányt.
Mivel bennem bízik, megszabadítom, *
oltalma leszek, mert ismeri nevemet.
Ha kiált hozzám, meghallgatom, *
a szorongatás idején vele leszek,
megmentem és megdicsőítem. *
Betöltöm őt hosszú élettel,
és megmutatom neki üdvösségemet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Náh 2,1–2)

Íme, a hegyeken van a jó hírt hozónak lába,
azé, aki békét hirdet.
Üld meg, Júda, ünnepeidet és váltsd be fogadalmaidat,
mert nem halad át többé rajtad Béliál;
mindenestül elveszett!
Felvonul előtted, aki szétszór téged,
aki ostrom alá veszi ostromműveidet;
»Lesd csak az utat, tedd erőssé derekadat,
Szedd össze minden erődet!«

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 8.4)

Az aktív élet ezen a földön kezdődik és itt be is fejeződik. A szemlélődő élet viszont a földön kezdődik ugyan, de vég nélkül folytatódni fog az örökkévalóságban. Ennek oka az, hogy a szemlélődő élet „Mária része, amely sohasem vétetik el tőle”. Az aktív életet zavarja és elfoglalja a sokféle földi dolog, a szemlélődő élet viszont „békében meghúzódik az egyetlen szükségessel”.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Második hét, csütörtök
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

A férfias szívű, erős
asszonyt dícséri énekünk.
Dicsőségét, erényeit
mind a világon hirdetik.

Krisztus szerelmétől sebes,
s a föld ártalmas élvei
bosszantják és meredeken
az égnek törnek léptei.

A testet bőjttel fékezi,
imádság édes étele
táplálja lelkét szűntelen,
így nyeri meg a mennyeket.

Krisztus, erősek ereje,
minden nagy dolgok kútfeje,
az ő szavára légy kegyes
és halld meg esdő énekünk.

Dícsérjük az örök Atyát,
dícsérjük egyszülött Fiát,
és velük a Vígasztalót,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Mária a jobbik részt választotta, és nem is veszíti el soha.

1. Zsoltár

(Zsolt 24)

Az Úré a föld s ami azt betölti, *
a földkerekség és minden lakója.
Mert ő alapította a tengerekre, *
s a folyók fölé ő állította.
Ki mehet fel az Úr hegyére? *
Ki állhat meg az ő szent helyén?
Az, akinek keze ártatlan, akinek szíve tiszta, *
aki magát hiúságra nem adja,
s nem tesz hamis esküt.
Az ilyen áldást nyer az Úrtól, *
s irgalmat Istentől, oltalmazójától.
Ez azok nemzedéke, akik őt keresik, *
akik Jákob Istenének arcát keresik.

Táruljatok fel, hatalmas kapuk, *
táruljatok fel, örök kapuk,
hadd vonuljon be a dicsőség királya! *
Ki az a dicsőség királya?
Az erős és hatalmas Úr, a harcban hatalmas Úr. *
Táruljatok fel, hatalmas kapuk,
táruljatok fel, örök kapuk, *
hadd vonuljon be a dicsőség királya!
Ki az a dicsőség királya? *
A seregek Ura, ő a dicsőség királya.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Mal 3,22–24)

Emlékezzetek meg szolgámnak, Mózesnek törvényéről, melyet neki a Hóreben egész Izrael számára parancsokként és végzésekként adtam. Íme, én elküldöm majd nektek Illés prófétát, mielőtt eljönne az Úrnak nagy és rettenetes napja, hogy visszatérítse az atyák szívét fiaikhoz s a fiúk szívét atyáikhoz, nehogy elmenjek és átokkal sújtsam a földet.

2. Zsoltár

(Zsolt 25,2–11)

Istenem, tebenned remélek; *
ne hagyd, hogy megszégyenüljek,
és ellenségeim ujjongjanak fölöttem! *
Hisz senki, aki tebenned bízik,
meg nem szégyenül.
De szégyen éri mindazokat, *
akik hiábavalóságok miatt hűtlenek lesznek.
Utaidat, Uram, mutasd meg nekem, *

és ösvényeidre taníts meg engem!
Vezess és oktass engem igazságodra, *
mert te vagy az én üdvözítő Istenem,
és én tebenned bízom szüntelen! *
Emlékezzél meg, Uram, könyörületedről,
és irgalmadról, hisz azok öröktől valók! *
Ifjúkorom bűneire s botlásaira
ne gondolj vissza;
Irgalmad szerint emlékezzél meg rólam, *
hiszen te jó vagy, én Uram!
Édes az Úr és igazságos, *
ezért útbaigazítja a vétkeseket.
Végzésével vezérli az alázatosakat, *
megtanítja útjaira a szelídeket.
Az Úr minden útja irgalom és igazság *
azok iránt, akik szövetségét
és törvényeit megtartják.
A te saját nevedért, Uram, *
bocsásd meg bűnömet, mert sok az!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Lk 10,38–42)

Történt pedig, hogy amikor továbbmentek, betért egy faluba, ahol egy Márta nevű asszony befogadta őt házába. Volt neki egy Mária nevű húga, aki az Úr lábához ülve hallgatta szavait, Márta pedig sürgött-forgott a sok házi dologban. Egyszer csak megállt, és így szólt: »Uram! Nem törődsz vele, hogy a húgom egyedül hagy engem szolgálni? Szólj már neki, hogy segítsen!« Az Úr ezt válaszolta neki: »Márta, Márta! Sok mindenre gondod van és sok mindennel törődsz, pedig csak egy a szükséges. Mária a jobbik részt választotta, és nem is veszíti el soha.«

3. Zsoltár

(Zsolt 25,12–22)

Ki az, aki féli az Urat? *
Annak megmutatja, milyen utat válasszon.
Annak boldogságot élvez majd a lelke, *
és utóda örökli a földet.
Barátja az Úr azoknak, akik őt félik, *
és szövetségét megmutatja nekik.
Állandóan az Úrra tekint szemem, *
mert ő húzza ki lábamat a tőrből.
Tekints rám és irgalmazz nekem, *
mert elhagyatott és szegény vagyok.
Szívem szorongatásai megsokasodtak, *
vezess ki ínségemből engem.
Nézd megalázottságomat és szenvedésemet, *
bocsásd meg minden vétkemet!
Nézd, milyen sokan vannak ellenségeim, *
milyen ádáz gyűlölettel gyűlölnek engem!
Oltalmazz és szabadíts meg engem, *
ne hagyd, hogy megszégyenüljek,
hiszen benned remélek!
Álljanak mellém az ártatlanok és az igazak, *
mert beléd vetem bizalmamat.
Szabadítsd meg Isten, Izraelt *
minden szorongatásából!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Mária a jobbik részt választotta, és nem is veszíti el soha.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 60.)

Akkor válunk lélekben éretté, ha a tevékenység és a szemlélődés egybefonódik, és betölti életünket, mert mindenben Isten Lelke irányít bennünket. Ekkor lesznek szándékaink tisztává. Johannes Tauler valahol különbséget tesz a tiszta szándék két foka között. Az egyiket helyes szándéknak nevezi, a másikat egyszerű szándéknak. E különbség jól megvilágíthatja, hogy egyesül a tevékenység és a szemlélődés egyetlen harmonikus egészben.

Regula

(Reg. Aug. V,6)

Végül ha Isten szolgája fájdalomról beszél, bár ez a fájdalom rejtve marad testében, habozás nélkül hinni kell neki; mégis, ha a fájdalom gyógyítására olyat kér, ami kellemes, ha csak nem biztos hatású, az orvostól kell tanácsot kérni.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De doctr. Christ.* 2,7,10)

Ebben gyakorolják magukat a Szentírás tanulmányozói, akik semmi mást nem akarnak találni a Szentírásban, minthogy Is-

ten miatt kell szeretnünk Istent, s Isten miatt kell szeretnünk felebarátunkat.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Az Úr áldása nyugszik az igaz fején, a gonoszok száját pedig gonoszság borítja. (Péld 10,6) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 283.)

Ha a szeretet kárt szenved, megbénul az előrehaladás.

Második hét, csütörtök

Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Ég Alkotója, Végtelen:
szétválasztván a vizeket,
határt szabtál, válaszfalul
az égboltot jelölve meg.

Az ég s a föld folyóinak
te adtál állandó helyet,
hogy hűsítsék a nap hevét
s megóvják így a föld színét.

Most, jó Urunk, áraszd fölénk
örök kegyelmed özönét:
új bűnbe lelkünk ne vigye
a régi rontás ereje.

A hit találjon tiszta fényt,
világosságát hintse szét,
hívságot űzzön messzire
s a hazugság ne rontsa le.

Add meg, kegyelmes jó Atya,
Atyának egyszülött Fia,
és Szentlélek, Vigasztalónk:
egyetlen Úr, örök Király. Ámen.

Antifóna

Áldott legyen az Úr, uramnak, Ábrahámnak Istene!

1. Zsoltár

(Zsolt 126)

Mikor az Úr megfordította Sion fogságának sorsát, *
olyan volt, mintha álmodnánk.
Akkor szánk vígsággal telt meg, *
nyelvünk pedig ujjongással.
Azt mondták akkor a nemzetek között: *
»Nagy dolgokat művelt velük az Úr!«
Nagy dolgokat művelt velünk az Úr, *
azért örvendezünk.

Fordíts fogságunkon, Uram, *
mint ahogy megfordítod délen a patakokat!
Akik könnyek között vetnek, *
majd ujjongva aratnak.
Csak mentek és sírtak, *
úgy vitték vetni vetőmagjukat;
de ujjongva jönnek vissza majd, *
s úgy hozzák a kévéiket.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(MTörv 29,4–8)

Negyven esztendeig vezetett titeket a pusztában. Ruháitok nem koptak el, lábatok saruját nem tette tönkre az idő, kenyeret nem ettetek, bort és részegítő italt nem ittatok, hogy megtudjátok, hogy én, az Úr vagyok a ti Istenetek. Amikor pedig eljutottatok erre a helyre és Szihon, Hesebon királya meg Óg, Básán királya kivonult ellenünk, hogy megütközzék velünk, megvertük őket, s elvettük földjüket, s odaadtuk Rúbennek és Gádnak meg Manassze fél törzsének birtokul. Tartsátok meg és teljesítsétek tehát e szövetség igéit, hogy boldoguljatok mindenben, amit csak tesztek.

2. Zsoltár

(Zsolt 127)

Ha nem az Úr építi a házat, *
építői hiába dolgoznak rajta.
Ha nem az Úr őrzi a várost, *
őre hasztalan virraszt felette.
Hiábavaló hajnal előtt kelnetek, *
és késnetek a lefekvéssel,

akik a fáradság kenyerét eszitek, *
hiszen ő álmában is megad
mindent annak, akit kedvel.
Íme a gyermek örökség az Úrtól, *
a méh gyümölcse jutalom.
Mint a nyilak a hős kezében, *
olyanok az ifjúkorban nyert fiak.
Boldog az az ember, *
aki megtölti velük tegzét!
Nem éri szégyen, *
ha ellenségeivel beszél a kapuban.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Lk 24,30–35)

Amikor asztalhoz ült velük, fogta a kenyeret, áldást mondott, megtörte, és odanyújtotta nekik. Ekkor megnyílt a szemük, és felismerték, de ő eltűnt a szemük elől. Ők pedig így szóltak egymáshoz: »Hát nem lángolt a szívünk, amikor beszélt hozzánk az úton, és feltárta előttünk az Írásokat?« Még abban az órában útra keltek, és visszatértek Jeruzsálembe, ahol egybegyűlve találták a tizenegyet és a velük levőket. Azok elmondták: »Valóban feltámadt az Úr, és megjelent Simonnak!« Erre ők is elbeszélték, ami az úton történt, és azt, hogy hogyan ismerték fel őt a kenyértöréskor.

3. Zsoltár

(Zsolt 128)

Mind boldog az, aki féli az Urat, s az ő útjain jár! *
Élvezed akkor kezed munkáját,
boldog vagy, és jó dolgod lesz.

Feleséged olyan lesz, mint a bőven termő szőlőtő
házad oldalán,*
fiaid, mint az olajfacsemeték asztalod körül.
Íme, ilyen áldás éri azt az embert, aki féli az Urat. *
Áldjon meg téged Sionról az Úr,
hogy lásd Jeruzsálem boldogságát *
életed minden napján, és lásd fiaidnak fiait.
Békesség legyen Izraelen!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Áldott legyen az Úr, uramnak, Ábrahámnak Istene!

Rendi olvasmány

(*De doctr. Christ.* 1,37,41)

Ha valaki eltávolodik a hittől, szükségszerűen eltávolodik a szeretettől is; nem szeretheti ugyanis azt, amellyel kapcsolatban helytelen dolgokat hisz. Ha viszont hisz és szeret, akkor jó tetteivel és a jó erkölcsök szabályainak való engedelmességével eléri, hogy reméljen abban, miszerint el is fog jutni ahhoz, amire a szeretet irányul.

Regula

(Reg. Aug. V,7)

Fürdőbe vagy szükséges esetben máshová ne menjenek kevesebben, mint ketten vagy hárman. S bárhová kell mennie, ne azokkal induljon, akikkel ő szeretne, hanem akiknek az elöljáró megparancsolja.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De doctr. Christ.* 36,40)

Aki tehát azt gondolja magáról, hogy érti az isteni írásokat vagy azok bármely részét, úgy érti azonban, hogy ezzel a megértéssel nem növekszik Isten és a felebarát iránti szeretete, mégsem érti.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Áldott legyen az Isten és legyen áldott az ő nagy neve, és áldottak az ő szent angyalai örökkön-örökké. (Tób 11,14) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* X,8,12)

Fokonként emelkedem ahhoz, aki engem teremtett.

Második hét, csütörtök
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 92)

Jó dolog az Urat dicsérni, *
nevednek, ó Fölséges, éneket zengeni,
hirdetni reggelenként kegyelmedet, *
éjjelente hűségedet
tízhúrú hárfával, énekszóval, lanttal. *
Mert tetteiddel megörvendeztettél, Uram,
s ujjongok kezed műveinek.
Milyen nagyok, Uram, műveid, *
milyen mélységesek gondolataid!
De az oktalan ember nem ismeri, *

s az esztelen nem érti ezt meg.
Amikor elburjánzanak, mint a fű, a bűnösök, *
és virágzásnak indulnak,
akik gonoszt cselekszenek,
s ez pusztulásukra lesz örökkön örökre. *
De te, Uram, fölséges vagy örökké!
Mert íme, Uram, a te ellenségeid, *
a te ellenfeleid elvesznek,
és akik gonoszat tesznek,
mind szétszóródnak.
De engem erőssé teszel, mint a bivalyt, *
s gazdagon elárasztasz olajjal.
Szemem lenézi majd ellenségeimet, *
és gonosz támadóimról hallani fog fülem.
Az igaz virul majd, mint a pálma, *
és terebélyesedik, mint a Libanon cédrusa.
Az Úr házában vannak elültetve, *
Istenünk udvaraiban virulnak.
Még késő öregségükben is gyümölcsöt hoznak, *
bőven teremnek és jól érzik magukat,
hirdetve, hogy igazságos az Úr, az én menedékem, *
és nincs igazságtalanság benne.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Dán 3,52–55)

Áldott vagy, Urunk, atyáink Istene!
Dicséretre méltó,
dicsőséges és mindenekfölött magasztos mindörökké!
Áldott a te dicsőséges szent neved,
dicséretre méltó, és mindenekfölött
magasztos mindörökké!

Áldott vagy dicsőséged szent templomában,
mindenekfölött dicséretre méltó
és mindenekfölött dicsőséges mindörökké!
Áldott vagy királyi trónodon,
mindenekfölött dicséretes
és mindenekfölött magasztos mindörökké!
Áldott vagy, aki a mélységeket szemléled
s a kerubok fölött trónolsz,
dicséretre méltó és mindenekfölött
magasztos mindörökké!

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 7.4)

Ha minden vágyadat egyetlen egyszerű szóba akarod sűríteni, amelyet könnyen megjegyezhetsz, válassz inkább rövidebb szót, mint hosszút. Minél rövidebb, annál jobb; például „Uram", „Te". De olyat válassz, amely sokat mond számodra. Aztán rögzítsd az elmédben, úgyhogy ott maradjon, történjék bármi is. Ez a szó megvédelmez majd békében és háborúságaidban egyaránt. Használd arra, hogy behatolj vele a fölötted elterülő sötétség felhőjébe. Győzz le minden szórakozottságot, vesd bele őket a Feledés felhőjébe. S ha valamilyen gondolatod továbbra is akadékoskodik, s tudni akarja, hogy mit csinálsz, akkor egyedül ezzel a szóval válaszolj. Ha értelmed elemezni próbálná e kis szócska jelentését és összefüggéseit, akkor figyelmeztesd magad arra, hogy értéke egyszerűségében rejlik.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Második hét, péntek
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Égnek örökös glória,
halandóknak boldog remény,
a mennydörgő egyetlene,
a tiszta Szűznek gyermeke,

nyújtsd a kelőnek jobbodat,
keljen fel józanúl a szív,
s Istennek zengje lángolón
a hála köteles dalát.

Ébred a hajnal csillaga,
s a felkelő fényt hirdeti.
Az éjszakák homálya hull:
szentséges fényed töltsön el.

Maradjon is bennünk a fény,
világnak éjét űzze el,
és az időknek végeig
szívünket tisztán tartsa meg.

Hitünknek élő magva már
ágazzon bennünk gyökeret,
vele viruljon a remény
s a legnagyobb, a szeretet.

Dicsérjük az örök Atyát,
dicsérjük egyszülött Fiát,
s a Lelket, a Vigasztalót,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Megvallom gonoszságomat, és bánkódom bűnöm miatt.

1. Zsoltár

(Zsolt 26)

Szolgáltass, Uram, igazságot nekem, *
mert ártatlanságban járok,
s az Úrba vetett bizalmam nem inog meg. *
Tégy próbára, Uram, és vizsgálj meg engem,
próbáld meg tűzzel vesémet és szívemet! *
Mert szemem előtt van irgalmasságod,
s a te igazságodban járok.
Nem ültem együtt a hivalkodókkal, *

és nem jártam az alattomosokkal.
Gyűlölöm a gonoszok társaságát, *
nem ülök le az istentelenekkel.
Ártatlanságban mosom kezemet, *
és körülveszem oltárodat, Uram,
hogy halljam a dicséret szavát, *
és hirdessem minden csodatettedet.
Uram, szeretem házad rejtekét, *
és dicsőséged lakóhelyét.
Istenem, ne pusztítsd el a gonoszokkal együtt lelkemet, *
s éltemet a vér embereivel,
akiknek kezéhez gonoszság tapad, *
és jobbjuk telve van megvesztegetéssel.
Én azonban ártatlanságomban járok, *
ments meg engem, irgalmazz nekem!
Lábam egyenes úton áll, *
a gyülekezetekben áldom az Urat.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jer 3,21–23)

Hang hallatszik a kopár halmokon: Izrael fiainak esdeklő sírása; mert görbe útra tértek, megfeledkeztek az Úrról, az ő Istenükről. »Térjetek vissza, elpártolt fiak, meggyógyítom elpártolástokat!« Íme, eljöttünk hozzád, mert te vagy az Úr, a mi Istenünk! Valóban hazugok voltak a halmok és a hegyek lármája; valóban az Úrban, a mi Istenünkben van Izrael üdvössége!

2. Zsoltár

(Zsolt 27, 1–6)

Az Úr az én világosságom és üdvösségem: *
kitől kellene félnem?
Az Úr oltalmazza életemet: *
Kitől kellene remegnem?
Ha közelednek felém a gonoszok, *
hogy egyék húsomat,
ellenségeim, akik szorongatnak, *
maguk botlanak meg és elesnek.
Ha táborok kelnek is ellenem, *
nem ijed meg szívem;
Ha harc támad is ellenem, *
akkor is reménykedem.
Egyet kérek az Úrtól, azért esedezem: *
hadd lakjam az Úr házában
életemnek minden napján,
hadd lássam az Úr pompáját, *
hadd látogassam templomát.
Mert ő elrejt hajlékában a veszedelem idején, *
elbújtat sátra rejtekében,
kősziklára emel fel engem.
Így fölemeli fejemet *
ellenségeim fölé, akik körülvesznek.
Én pedig diadalkiáltással áldozatot mutatok be hajlékában, *
éneklek és zsoltárt zengek az Úrnak.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Júd 1,17–21)

Szeretteim, gondoljatok arra, amit Urunknak, Jézus Krisztusnak apostolai megjövendöltek. Megmondták nektek, hogy az utolsó időben lesznek majd, akik gúnyolódnak, akik istentelen

szenvedélyeiktől vezettetve élnek. Ezek azok, akik szakadást okoznak, akik érzékiek, akikben nem él a Lélek. De ti, szeretteim, ti szent hitetek alapján épüljetek fel; imádkozzatok a Szentlélekben, tartsatok ki az Isten szeretetében, és várjatok Urunknak, Jézus Krisztusnak örök életet szerző irgalmára.

3. Zsoltár

(Zsolt 27,7–14)

Halld meg, Uram, szózatomat, amellyel hozzád kiáltok, *
könyörülj rajtam és hallgass meg engem!
Rólad mondja a szívem: »Téged keres tekintetem!« *
A te arcodat keresem, Uram!
Ne fordítsd el tőlem arcodat, *
ne fordulj el haragodban szolgádtól,
te vagy segítőm!
Ne hagyj el és ne vess meg engem,
üdvözítő Istenem! *
Hisz atyám és anyám is elhagyott,
de az Úr fölkarolt engem.
Mutasd meg nekem, Uram, utadat, *
és vezess engem a helyes ösvényre
ellenségeim miatt.
Ne adj át ellenségeim akaratának, *
mert hamis tanúk támadnak ellenem,
akik erőszakot lihegnek.
Hiszem, hogy meglátom az Úr javait az élők földjén. *
Remélj az Úrban, légy férfias,
bátor legyen szíved,
és bízzál az Úrban!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Megvallom gonoszságomat, és bánkódom bűnöm miatt.

Rendi olvasmány

(*De sancta virginitate* 35,35)

A bölcsesség és a tudás benned rejlő valamennyi kincsét valóban azért gyűjtötted össze, hogy csupán arra taníts meg, minket, hogy szelíd vagy és alázatos szívű? Annyira nagy dolog az, ha valaki lekicsinyíti magát, hogy ezt másként nem is taulhatnánk meg, mint tőled, aki oly nagy vagy? Így van. Nem találhatjuk meg ugyanis másként a lélek békéjét, csak ha megszabadulunk attól a zavaros gőgtől, amellyel nagynak látta magát, miközben szemedben beteg volt.

Regula

(RB 0.36–38)

Azért, hogy bűneinket megjavíthassuk, meghosszabbítja életünk napjait, hiszen az Apostol is azt mondja: „Nem tudod-e, hogy az Isten türelme töredelemre vezet téged?” (Róm 2,4). Azt mondja ugyanis a jóságos Úr: „Nem akarom a bűnös halálát, hanem hogy megtérjen és éljen!” (Ez 33,11).

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*In Johann. evang. Tract.* 40,7)

A hit ugyanis alázatos; a tudás, a halhatatlanság és az örökkévalóság viszont nem alázatos, hanem büszke.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Elkezdted megáldani szolgád házát, hogy mindenkor fennmaradjon előtted, s mivel te, Uram, megáldottad, áldott is lesz mindörökké. (1Krón 17,27)) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Enarr in ps.*141,7)

Nincs magasabb, mint a szeretet útja, s csupán az alázatosak járnak rajta.

Második hét, péntek
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Nagyságos emberalkotó,
egyetlen törvény-rendelő;
parancsolsz, s vadakat terem

és csúszómászó fajt a föld.

A lomhatestű tárgyakat
megéleszti parancsszavad,
hogy tartsanak rendet, szabályt
és szolgálják szolgáidat.

Űzd el a szennyes szenvedélyt,
ha megrohanja népedet:
az erkölcsöt ne bontsa meg,
a tetteket ne rontsa meg.

Add meg boldog jutalmadat,
ajándékos malasztokat,
vágd el a perpatvarokat,
szőjj békét s barátságokat.

Engedd meg ezt kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökkön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Hozzád emelem szememet, aki az égben laksz.

1. Zsoltár

(Zsolt 129)

Gyakran támadtak ellenem ifjúkorom óta, *
– vallja meg most Izrael, –
gyakran támadtak ellenem ifjúkorom óta, *
mégsem bírtak velem!
Hátamon szántottak mint szántóvetők, *
hosszú barázdákat hasítottak,

de igazságos az Úr: *
nyakát szegte a bűnösöknek.
Jöjjenek zavarba mind és szégyenüljenek meg, *
mindazok, akik gyűlölik Siont.
Olyanok legyenek, mint a fű a háztetőn, *
amely elszárad, még mielőtt kitépik,
amellyel az arató nem tölti meg kezét, *
sem ölét a marokszedő,
amely miatt nem mondják az arra járók: *
»Az Úr áldása legyen rajtatok,
megáldunk titeket az Úr nevében!«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(2Krón 14,10)

Uram, neked nem okoz különbséget, hogy kevés vagy sok ember által nyújtasz-e segítséget. Segíts meg minket, Urunk, Istenünk, mert benned s nevedben bízva vonultunk ki e sokaság ellen. Uram, te vagy a mi Istenünk, ne győzedelmeskedjék rajtad ember!

2. Zsoltár

(Zsolt 114)

A mélységből kiáltok hozzád, Uram! *
Uram, hallgasd meg szavamat!
Legyen füled figyelmes hangos esedezésemre. *
Uram, ha a vétkeket számon tartod,
Uram, ki állhat meg előtted?
Hiszen tenálad a bocsánat, hogy féljünk téged. *
Benned bízom, Uram.
Lelkem bízik az ő szavában; *
várja lelkem az Urat,

jobban, mint az őr a hajnalt.
Jobban, mint az őr a hajnalt, várja Izrael az Urat, *
mert az Úrnál van az irgalom,
és bőséges nála a szabadítás.
Ő megszabadítja Izraelt *
minden gonoszságától.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Zsid 5,7–10)

Ő, testi mivoltának napjaiban imáit és könyörgéseit nagy kiáltással és könnyhullatással bemutatta annak, aki megszabadíthatta őt a haláltól; és meghallgatást is nyert hódolatáért. Bár Isten Fia volt, engedelmességet tanult abból, amit elszenvedett; és amikor eljutott a tökéletességhez, örök üdvösség szerzője lett mindazoknak, akik engedelmeskednek neki, (Iz 45,17) mivel Isten főpapnak nevezte őt Melkizedek rendje szerint.

3. Zsoltár

(Zsolt 131)

Uram, nem fuvalkodik fel szívem, *
és nem néz magasra szemem,
nem járok nagy dolgok után, *
erőmet meghaladó csodák után,
hanem megnyugtattam *
és elcsöndesítettem lelkemet.
Mint a gyermek anyja ölén, *
mint a kisgyermek, olyan most a lelkem.
Bízzon Izrael az Úrban, *
most és mindörökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Hozzád emelem szememet, aki az égben laksz.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 196.)

Az embert arra teremtették, hogy azáltal tegye teljessé önmagát, hogy tökéletesen hasonlóvá válik Istenhez, aki tökéletes szeretet. Ezt a lehetőséget viszont elpusztítja azáltal, hogy önmagára irányítja minden szeretetét. Az embert arra alkották, hogy tanúságot tegyen Isten végtelen igazságáról, hatalmáról, valóságáról és erejéről, hiszen őbenne élünk és mozgunk és vagyunk mindnyájan.

Regula

(Reg. Aug. V,8-11)

A betegek vagy a lábadozók vagy akár lázmentes gyengélkedők gondját bízzák egy valakire, hogy aztán az kérje az éléstárból, amit szükségesnek lát. Akiket ez éléstárral vagy a ruhákkal vagy a könyvekkel bíznak meg, szolgálják testvéreiket morgolódás nélkül. Könyveket naponta és bizonyos órákban kérjenek. Aki ezen órán kívül kér, ne kapjon. Ruhát és lábbelit, amikor erre szükség van, adjanak késlekedés nélkül azok, akikre ez rá van bízva.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.

℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De genesi ad literram* 8,6,12)

Szükség volt arra, hogy az Úristen hatalma alatt álló embernek megtiltsanak valamit, hogy ezáltal számára az engedelmesség legyen az erény, mellyel érdemeket szerezhet Uránál...

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Halálával megváltott az első szövetség alatt elkövetett bűnöktől, hogy a meghívottak elnyerjék az örökké tartó örökség ígéretét. (Zsid 9,15) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De genesi ad literram* 8,6,12)

Ha tehát nem állna az ember előtt egy ilyen parancs, akkor nem lenne, amiből az ember érezhetné, hogy emberként van egy Ura.

Második hét, péntek
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 93)

Király lett az Úr! Fölségbe öltözött, *
felöltözött az Úr, erővel övezte fel magát.
Megerősítette a föld kerekségét, *
hogy ne ingadozzék.
Trónod kezdet óta szilárd, *
te öröktől fogva vagy.
Emelkednek a folyóvizek, Uram, *
emelkedik a folyóvizek hangja,
emelkedik a folyóvizek zúgása.

De a nagy vizek zúgásánál, *
a tenger hatalmas hullámainál is
hatalmasabb az Úr a magasságban. *
Törvényeid igen megszilárdultak,
szentség illeti házadat, Uram, *
örök időkre.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Ez 17,22–24)

Így szól az Úr Isten:
»Akkor majd én is veszek egy ágat
a magas cédrusfa tetejéről és elültetem;
ágainak tetejéről egy gyönge ágat letörök,
és elültetem egy magas és kiemelkedő hegyen.
Izrael magas hegyén ültetem el,
kisarjadzik majd és gyümölcsöt terem,
és nagy cédrussá lesz;
alatta laknak majd a madarak mind,
és fészket rak valamennyi szárnyas
lombjainak árnyékában;
Akkor megtudja majd a vidék minden fája,
hogy én, az Úr,
aláztam meg a magas fát
és magasztaltam fel az alacsony fát;
hogy én szárítottam ki a zöldellő fát
és borítottam virágba a száraz fát.
Én, az Úr, szóltam, és meg is cselekedtem!«

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 23.3)

Az aktív élet alacsonyabb fokain a jótetteket és az irgalmasság cselekedeteit kell gyakorolni. Magasabb fokán viszont (amely átnyúlik a szemlélődő élet alacsonyabb fokába) az ember elmélkedni kezd a lelki értékekről. Fájdalommal gondolja át saját bűnösségét, miközben részvéttel és együttérzéssel szemléli Krisztus szenvedését és a szentek áldozatait. Egyre inkább növekszik benne a csodálat Isten jóságán és ajándékain, dicsérni kezdi őt, és hálát ad neki a teremtés csodálatos műveiért. A szemlélődés magasabb fokán azonban – amennyire ebben az életben elérhetjük – a sötétség és a Megnemismert felhője borít be mindent. Itt az ember izzó vággyal fordul Istenhez, egyedül érte magáért, s az ő puszta lényének vak tudata tölti be a lelkét.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Második hét, szombat
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Fölséges Ige; ki Atyád
örök kebléből kélsz elő,
idők teljében testbe szállsz,
s világ ügyét felvállalod:

ragyogd be most a lelkeket,
s lobbantsd fel bennük tüzedet,
szív az esendőt hagyja el,
s a menny szépsége töltse be.

Ha majd a nagy Bírói Szék
tűzbe küldi a rosszakat
s a jókat a baráti hang
szolgált egükbe hívja meg:

ne nyeljen akkor minket el
a lángoló setét özön,
hanem az Isten arca és
a boldog ég legyen miénk.

Atyaistennek glória,
s Fiú és Szentlélek neked,
miképen volt és szüntelen,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Várom az Urat, aki elrejtette arcát Jákob háza elől, és benne remélek.

1. Zsoltár

(Zsolt 28)

Hozzád kiáltok, Uram, Istenem, *
ne fordulj el szótlanul tőlem!
Ne legyek olyan, ha néma maradsz hozzám, *
mint aki a sírverembe száll.
Hallgasd meg, Uram, könyörgésem szavát, *
amikor imádkozom hozzád,
amikor fölemelem kezemet
szent templomod felé.
Ne sodorj el engem a bűnösökkel és a gonosztevőkkel, *
akik békésen szólnak felebarátjukhoz,
holott szívükben gonoszság lakik. *

Fizess meg nekik cselekedeteik szerint,
és szándékaik gonoszsága szerint; *
Kezük művei szerint jutalmazd meg őket,
add meg nekik, amit érdemelnek! *
Mivel nem gondolnak az Úr tetteivel,
és kezének műveivel, *
lerombolja és nem építi fel őket.
Áldott legyen az Úr, *
mert meghallgatta könyörgésem szavát!
Segítőm és oltalmazóm az Úr, *
szívem benne remél s ő megsegít engem;
Ujjong a szívem, *
s énekemben hálát zengek neki.
Az Úr az ő népének erőssége, *
s fölkentjének megmentő védelmezője.
Uram, mentsd meg népedet, *
áldd meg örökségedet,
kormányozd és tedd
naggyá őket mindörökké!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Siralm 3,24–33)

»Osztályrészem az Úr – mondja a lelkem –, azért remélek benne.« Jó az Úr azokhoz, akik benne bíznak, a lélekhez, amely őt keresi. Jó csendben várni az Úr szabadítására. Jó a férfinak, ha igát hordoz már ifjúkorában. Üljön egymagában, és hallgasson, mert ő tette rá azt! Tegye a porba száját, talán van remény! Tartsa oda arcát annak, aki üti, teljék el gyalázattal! Mert nem taszít el örökre az Úr. Ha megszomorított is, irgalmaz nagy kegyessége szerint. Mert nem szívéből alázza meg és szomorítja el az emberek fiait.

2. Zsoltár

(Zsolt 29)

Adjatok az Úrnak, Istennek fiai, *
adjatok az Úrnak dicsőséget és tiszteletet,
adjatok dicsőséget az Úr nevének, *
imádjátok az Urat szent ragyogásban!
Az Úr hangja zeng a vizek fölött; *
A fölséges Isten mennydörög,
ott van az Úr a nagy vizek fölött.
Az Úr szava erősen zeng, *
az Úr szava fenséges.
Az Úr szava cédrusokat tördel, *
a Libanon cédrusait összetöri az Úr.
Szökell szavára mint a borjú, *
a Libanon s a Szirjon, mint a fiatal bölény.
Az Úr hangja tüzes lángokat szór, *
az Úr hangja megrendíti a pusztát,
megremegteti az Úr Kádes pusztáját.
Az Úr hangja a szarvasünőket vajúdásba hozza, *
a sűrűséget megritkítja,
s templomában mindenki így szól: *
Ó, mily dicső!
Az Úr a vízár fölött trónol, *
és az Úr trónol, mint király örökké.
Az Úr hatalmat ad népének, *
és békességgel áldja meg népét az Úr.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Júd 1,17–21)

Megjelent ugyanis Üdvözítő Istenünk kegyelme minden em-

bernek, és arra oktat minket, hogy tagadjuk meg az istentelenséget és a világi vágyakat. Éljünk józanul, igazként, istenfélelemmel ezen a világon, és várjuk a boldog reménységet, a nagy Isten és Üdvözítőnk, Jézus Krisztus dicsőségének eljövetelét. Ő önmagát adta értünk, hogy megváltson minket minden gonoszságtól, és megtisztítson minket jótettekre törekvő, tulajdon népévé.

3. Zsoltár

(Zsolt 30)

Magasztallak, Uram, mert fölemeltél engem, *
és nem engedted, hogy
ellenségeim örüljenek fölöttem.
Hozzád kiáltottam, Uram, én Istenem, *
és te meggyógyítottál engem.
Uram, visszahoztad lelkemet az alvilágból, *
életben tartottál, hogy ne szálljak a sírba.
Zengjetek zsoltárt az Úrnak, ti is az ő szentjei, *
áldjátok szent emlékezetét!
Mert haragja csak egy pillanat, *
de élethosszig tart jóakarata.
Este a sírás tér be, de reggelre a vidámság. *
Mikor dúslakodtam, így szóltam:
»Nem fogok meginogni sohasem.«
Mert te, Uram, kegyességedben szilárddá tetted dicsőségemet. *
De te elfordítottad arcodat tőlem,
és én megrendültem.
Ekkor, Uram, hozzád kiáltottam, *
és Istenemhez könyörögtem.
Mi hasznod lenne véremből, *
ha leszállnék a sírgödörbe?
Vajon a por magasztalhat-e téged, *
és hirdetheti-e hűségedet?
Meghallgatott az Úr és megkönyörült rajtam, *

az Úr lett az én segítségem.
Sírásomat öröménekké változtattad, *
szőrruhámat szétszaggattad,
vidámsággal öveztél körül, *
hogy énekeljen neked dicsőségem,
és sohase hallgasson. *
Áldalak érte örökké, Uram, én Istenem!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Várom az Urat, aki elrejtette arcát Jákob háza elől, és benne remélek.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 54.)

Ha Isten lelke a szívünkben lakik, akkor szeretetének törvénye szerint élünk, s mindig a békét keressük, nem pedig a széthúzást; az alázatot, nem a fölényeskedést; az engedelmességet, nem a lázadást; a tisztaságot, a türelmet, az egyszerűséget, a nyugalmat, az erőt, a nagylelkűséget, a bölcsességet, az okosságot és a mindent átfogó igazságot; jobban fogunk szeretni másokat, mint önmagunkat, hiszen Jézus parancsa szerint úgy kell szeretnünk egymást, ahogyan szeretett minket (Ján 15,12).

Regula

(Reg. Aug. VI,1)

Veszekedés vagy ne legyen köztetek, vagy a leggyorsabban vessetek neki véget, különben a harag gyűlöletté fajul, s akkor a szálka gerendává válik, és a lélek gyilkossá lesz. Így olvassátok ugyanis: „Aki testvérét gyűlöli, az gyilkos.” (1Jn 3,15)

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De gen. ad litt.* 8,14,31)

Nem lehet az, hogy az ember saját akarata hatalmas súllyal visszaesve ne temesse maga alá az embert, ha ezt az akaratot az Isten akarata elé helyezi. Ezt tapasztalta meg az ember, amikor megvetette Isten parancsát, s ebből a tapasztalatból megtudta, mi a különbség jó és rossz között, tudniillik az engedelmesség jó volta és az engedetlenség rossz volta, a gőg és a felfuvalkodottság, Isten rossz követése és a bűnös szabadság között.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Exp. ep. ad Galatas* 45)

A lélek első és legnagyobb ajándéka ugyanis az alázat és a szelídség.

Második hét, szombat
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Száll a tüzes nap lefelé,
szívünkben, örök napvilág,
boldog egység és Háromság,
gyujtsd fel a szeretet tüzét.

Téged dicsér reggel dalunk,
este is eléd járulunk.
Engedj áldanunk tégedet,
a mennyeiek közepett.

Az Atyának és Fiúnak,
s Szentlélekisten, neked is,
miképpen volt, mindenkoron
és mindörökké glória! Ámen.

Antifóna

Magasztaljuk az ő dicsőségét, mi, akik már azelőtt is reméltünk Krisztusban.

1. Zsoltár
(Zsolt 132,1–11)

Emlékezzél meg, Uram, Dávidról, *
és minden gyötrődéséről,
arról, hogy megesküdött az Úrnak, *
fogadalmat tett Jákob erős Istenének:
»Nem lépek be házam sátorába, *
nem megyek föl fekvőhelyem nyugalmába,
nem engedem szememet aludni, *
pilláimat szunnyadozni,
amíg helyet nem találok az Úrnak, *
hajlékot Jákob erős Istenének!«
Íme, hallottuk, hogy Efratában volt, *
és rátaláltunk Jaár mezején.
Lépjünk be az ő hajlékába, *
boruljunk le lábának zsámolyához!
Indulj el, Uram, nyugalmad helyére, *
te és a te hatalmad ládája!
Papjaid öltözzenek igazságba, *
szentjeid pedig ujjongjanak.
Dávidért, a te szolgádért, *
ne vesd meg fölkentednek színét!
Igaz esküt tett az Úr Dávidnak *
s azt nem másítja meg:
»Ágyékod gyümölcsét *
ültetem királyi székedbe.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Péld 21,1–5)

Olyan a király szíve az Úr kezében, mint a vízfolyás, ahová akarja, oda irányítja. Az ember minden útja helyes a saját szemében, a szíveket mégis az Úr veti latra. Irgalmasságot és igazságot tenni kedvesebb az Úr előtt az áldozatnál. A szemek fennhéjázása szívbeli felfuvalkodás, a gonoszok szövétneke a

bűn. A szorgalmas igyekezet mindig gyarapodásra vezet, de mindaz, aki lusta, folyton szegénységben lesz.

2. Zsoltár

(Zsolt 132,12–18)

»Ha fiaid megtartják szövetségemet, *
s e törvényeimet, amelyekre megtanítom őket,
fiaik is mindenkor trónodon ülnek majd.« *
Mert Siont választotta ki az Úr,
lakásául azt választotta.
»Ez lesz a nyugvóhelyem mindörökre, *
itt lesz a lakásom, mert ezt szeretem.
Özvegyeit áldva megáldom, *
szegényeit jóllakatom kenyérrel.
Papjait felruházom segítségemmel, *
s ujjongva ujjonganak majd szentjei.
Dávid hatalmát itt növelem meg, *
fölkentemnek fáklyát készítek.
Ellenségeit szégyenbe öltöztetem, *
rajta azonban ragyogni fog koronája.«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Ef 1,4–6)

Mert kiválasztott minket őbenne a világ megteremtése előtt, hogy szentek és szeplőtelenek legyünk előtte a szeretetben. Eleve arra rendelt minket, hogy fiaivá fogadjon Jézus Krisztus által, akaratának jóságos tetszése szerint, és magasztaljuk dicsőséges kegyelmét, amellyel megajándékozott minket szeretett Fiában.

3. Zsoltár

(Zsolt 131)

Íme, milyen jó és milyen gyönyörűséges, *
ha együtt laknak a testvérek!
Olyan az, mint a drága kenet a fejen, *
amely lecsordul a szakállra,
Áron szakállára, *
lecsordul ruhája szegélyére;
Vagy mint a Hermon harmata, amely lehull *
Sion hegyére.
Ott adja az Úr az áldást, *
s az életet mindörökre.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Magasztaljuk az ő dicsőségét, mi, akik már azelőtt is reméltünk Krisztusban.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 196.)

Az embert arra teremtették, hogy azáltal tegye teljessé önmagát, hogy tökéletesen hasonlóvá válik Istenhez, aki tökéletes szeretet. Ezt a lehetőséget viszont elpusztítja azáltal, hogy önmagára irányítja minden szeretetét. Az embert arra alkották, hogy tanúságot tegyen Isten végtelen igazságáról, hatalmáról, valóságáról és erejéről, hiszen őbenne élünk és mozgunk és vagyunk mindnyájan.

Regula

(Reg. Aug. VI,2)

Ha valaki szidalmazással vagy gyalázkodással vagy akár bűn emlegetésével megsérti a másikat, amilyen gyorsan csak lehet, nyújtson elégtételt azért, amit tett, a sértett pedig haladéktalanul bocsásson meg. Ha viszont kölcsönösen megsértették egymást, imáitokra, amelyek minél gyakoribbak, annál hatékonyabbak, kölcsönösen bocsássanak meg egymásnak. Sokkal jobb, ha valakit gyakran kísért ugyan a harag, de aztán, elismerve igazságtalanságát, siet bocsánatot kérni a sértett féltől, mint ha valaki nehezebben gerjed haragra, de a bocsánatkérésre is lassabban hajlik. Aki viszont soha nem hajlandó bocsánatot kérni, vagy nem teljes szívéből teszi, jogtalanul van a monostorban, még ha nem küldik is el innen. Tartózkodjatok tehát a keményebb szavaktól. Ha mégis ilyen szó elhagyná ajkatokat, ne restelljétek, hogy ugyanaz a száj gyógyítson, amelyik a sebet okozta.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De doctr, Christ.* 27,28)

Aki helyesen szeret (...) elkerüli, hogy szeresse azt, amit nem kell szeretni, hogy ne szeresse azt, amit szeretni kell, vagy a kelleténél jobban szeresse azt, amit kevésbé kell szeretni, illetve kevésbé vagy jobban szeresse azt, amit ugyanúgy kell szeretni.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Halálával megváltott az első szövetség alatt elkövetett bűnöktől, hogy a meghívottak elnyerjék az örökké tartó örökség ígéretét. (Zsid 9,15) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De doctr, Christ.* 1,10,10)

Ahhoz, aki mindenütt jelen van, nem egyik helyről a másikra utazva jutunk el, hanem helyes törekvéseinkkel és jó erkölcseinkkel.

Második hét, szombat
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én

vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 95)

Jöjjetek, örvendezzünk az Úrnak, *
ujjongjunk szabadító Istenünknek.
Járuljunk eléje magasztalással, *
vigadjunk előtte zsoltárokkal.
Mert nagy Isten az Úr, *
hatalmas király ő minden istenen.
Kezében vannak a föld mélységei, *
s övé a hegyek csúcsa.
Övé a tenger, ő alkotta meg, *
s az ő keze formálta a szárazföldet.
Jöjjetek, imádjuk, hajoljunk meg, *
boruljunk térdre az Úr, a mi alkotónk előtt!
Mert ő az Úr, a mi Istenünk, *
mi pedig az ő legelőjének népe,
s kezének juhai vagyunk.
Ma, ha szavát meghalljátok: *
»Ne keményítsétek meg szíveteket,
Mint Meribánál s Massza napján a pusztában, *
hol atyáitok megkísértettek engem:
próbára tettek, bár látták műveimet.
Negyven esztendeig undorodtam e nemzedéktől, *

s azt mondtam: Tévelygő szívű nép ez.
Nem ismerték útjaimat, *
ezért haragomban megesküdtem:
Nem mennek be nyugalmamba!«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Eszt 4,17a–e)

Ábrahám Istene, Izsák Istene
és Jákob Istene, légy áldott!
Uram, Uram, mindenható Király,
hatalmad alá tartozik minden,
és nincs, aki akaratodnak ellenállhatna,
ha azt határoztad el, hogy megmented Izraelt.
Te alkottad az eget és a földet
s az összes csodálatos dolgot,
amit az ég pereme magában foglal.
Te vagy mindennek az Ura,
és nincs, aki ellenállhatna fölségednek.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 5.4)

Kellő tisztelettel azt merem mondani, hogy még az is haszontalan, ha úgy próbálod felszítani szemlélődő szeretetedet, hogy Isten tulajdonságain, jóságán és méltóságán elmélkedsz; vagy Miasszonyunkon, az angyalokon és a szenteken; vagy a mennyország örömein, bármilyen csodálatosak legyenek is azok. Azt hiszem, hogy az ilyenfajta tevékenység ekkor már

nem válik hasznodra. Nem rossz persze, ha valaki elmélkedik Isten jóságáról és szeretetéről, és dicsőíti őt érte; most azonban már sokkal jobb, ha megmaradsz puszta jelenlétének tudatában, és azért szereted és dicséred őt, aki ő önmagában.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Harmadik hét, vasárnap
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Hódolat és áldás néked, Krisztus, mi királyunk.
Néked a gyermeki nép zengte ma zsenge dalát.

Áldott égi király, Istennek jössz te nevében,
Izrael édes ura, Dávid igaz gyökere.

Téged a mennyeiek boldog kara áld a magasban,
áld a szegény ember, áld vele mind, ami él.

Pálmafaágakkal te eléd kivonult a zsidó nép:
dallal, hű szívvel ímhol elédbe jövünk.

Ők kínod küszöbén adták meg a tiszteletes dalt:
mennyei fényedben áld a mi boldog imánk.

Azt kedvvel nézted: jó szívvel nézz le miránk is,
hisz teneked Jóság, kedves a jóakarat. Ámen.

Antifóna

Magasztaljuk dicsőséges kegyelmét, amellyel megajándékozott minket szeretett Fiában.

1. Zsoltár

(Zsolt 63,2–9)

Isten, én Istenem, pirkadatkor már előtted virrasztok. *
Téged szomjaz a lelkem,
utánad sóvárog a testem, *
puszta, úttalan, víztelen vidéken.
Bárcsak megjelenhetnék előtted a szent helyen, *
és láthatnám hatalmadat és dicsőségedet!
Hisz irgalmad jobb, mint az élet, *
ajkam téged dicsér.
Áldani akarlak, amíg csak élek, *
és nevedben emelem fel kezemet.
Szinte zsírral és kövérséggel telik el a lelkem, *
ujjong az ajkam és dicsér a szám.
Ha reggelenként rólad elmélkedem, *
rád gondolok fekvőhelyemen.
Hisz te megsegítettél engem, *
és szárnyad árnyékában örvendezhetem.
Lelkem tehozzád tapad, *

és jobbod erősen tart engem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Kiv 18,10–12)

»Áldott legyen az Úr, aki megszabadított titeket az egyiptomiak kezéből és a fáraó kezéből, s aki megszabadította népét Egyiptom kezéből! Most már tudom, hogy nagyobb az Úr minden istennél, hiszen ők olyan elbizakodottan bántak velük!« Erre Jetró, Mózes apósa egészen elégő és vágóáldozatokat mutatott be Istennek. Áron és Izrael valamennyi véne is eljött, hogy kenyeret egyenek vele Isten előtt.

2. Zsoltár

(Zsolt 31,2–11)

Uram, tebenned remélek, *
soha meg ne szégyenüljek,
igazságodban szabadíts meg engem! *
Hajtsd hozzám füledet, siess, szabadíts meg! *
Légy oltalmazó sziklám
és megerősített házam,
hogy megszabadíts engem! *
Mert erősségem és menedékem vagy,
a te nevedért légy vezérem és viseld gondomat! *
Ments ki ebből a csapdából,
amelyet ellenem titokban felállítottak, *
hiszen te vagy erősségem.
Kezedbe ajánlom lelkemet, *
ments meg engem, Uram, igazság Istene!
Gyűlölöd azokat, akik üres hiúságok után futnak, *

én azonban az Úrba vetem bizalmamat.
Ujjongva örvendek irgalmasságodnak, *
hisz megláttad megalázottságomat,
észrevetted ínségemet,
és nem juttattál ellenség kezére, *
sőt tágas térre állítottad lábamat.
Könyörülj rajtam, Uram, mert szorongatnak engem, *
szemem, lelkem, testem
a búsulástól elsenyved,
mert fájdalomban enyészik el életem, *
és éveim siránkozásban.
Az ínségtől ellankad erőm *
és remegnek csontjaim.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Kor 11,3–28)

Az Úrtól kaptam, amit átadtam nektek, hogy az Úr Jézus azon az éjszakán, amelyen elárulták, fogta a kenyeret, hálát adott, megtörte, és így szólt: »Ez az én testem, amely értetek van. Ezt tegyétek az én emlékezetemre!« A vacsora után ugyanígy fogta a kelyhet is, és így szólt: »Ez a kehely az új szövetség az én véremben. Tegyétek ezt, ahányszor csak isszátok, az én emlékezetemre!« Mert amikor ezt a kenyeret eszitek, és ezt a kelyhet isszátok, az Úr halálát hirdetitek, amíg el nem jön. Aki tehát méltatlanul eszi a kenyeret, vagy issza az Úr kelyhét, vétkezik az Úr teste és vére ellen. Vizsgálja meg tehát az ember önmagát, és úgy egyék e kenyérből és igyék a kehelyből, mert aki úgy eszik és iszik, hogy nem különbözteti meg a testet, saját ítéletét eszi és issza.

3. Zsoltár

(Zsolt 31,12–25)

Temérdek ellenségem miatt csúfsággá lettem, *
szomszédaim és ismerőseim
nagyon félnek tőlem:
akik meglátnak az utcán, elfutnak előlem. *
Mint a halott, feledésbe mentem a szívekben,
mint összetört edény, olyanná lettem.
Mert hallottam sokak szidalmazását, *
az iszonyatot mindenfelől;
Amint egybegyűltek ellenem mindannyian, *
s azon tanakodtak, hogy elveszik életem.
Én azonban benned bízom, Uram; *
Azt mondom: »Te vagy az én Istenem!
Sorsom a te kezedben van.«
Ments meg ellenségeim kezéből s üldözőimtől. *
Ragyogtasd fel szolgád fölött arcodat,
szabadíts meg irgalmasságodban.
Uram, ne hagyd, hogy szégyen érjen, *
hisz segítségül hívlak téged.
Érje szégyen a gonoszokat *
és némuljanak el az alvilágban;
Némuljanak el az álnok ajkak, *
melyek az igaz ellen gonoszat szólnak,
kevélyen és megvetéssel.
Uram, milyen bőséges a te édességed, *
amelyet elrejtettél a téged félők számára,
amelyet a benned bízóknak juttatsz *
az emberek fiai előtt!
Elrejted őket arcod rejtekében *
az emberek háborgatása elől;
Megoltalmazod őket hajlékodban *
a perlekedő nyelvektől.
Áldott az Úr, mert csodásan megmutatta *
irgalmát nekem a megerősített városban!

Én ugyan azt gondoltam ijedtemben: *
»Elvetettél szemed elől engem!«
Te azonban meghallgattad könyörgésem szavát, *
amikor kiáltottam hozzád.
Szeressétek az Urat, szentjei mind, *
mert az Úr megőrzi a hűségest,
de bőségesen megfizet a kevélyen cselekvőknek. *
Legyetek bátrak
és erősítsétek meg szívetek, *
mindnyájan, akik az Úrban reménykedtek!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Magasztaljuk dicsőséges kegyelmét, amellyel megajándékozott minket szeretett Fiában.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 209.)

A monasztikus közösség tagjai formálják ezt a lelki templomot, amelynek ők az építőkövei, szeretetük által. Ez a szeretet azonban nem pusztán abban áll, hogy elviselik egymás terhét, segítik egymást a mennyei Jeruzsálem felé tartó zarándokútjukban. Sokkal többet jelent, mint az irgalmasság testi cselekedeteit, a jó példát, a tanítást és a többit. A monasztikus közösség nem csupán azért áll fenn, hogy mindegyik tagja támogatást, buzdítást, eligazítást és bátorítást találjon benne, hanem mindenekfölött azért, hogy mindnyájan könnyebben elérhessék közös céljukat, az egyesülést Istennel a magányban.

Regula

(Reg. Aug. VI,3)

Amikor azonban a fegyelem követelménye a fiatalabb testvérek rendreutasítása esetén kemény szavakra késztet benneteket, ha úgy érzitek is, hogy túlléptétek a határt, nem kötelességtek tőlük bocsánatot kérni, nehogy a túlságos megalázkodás miatt a kormányzás tekintélye meginogjon az alátok rendeltek előtt. Bocsánatot kell kérnetek azonban a mindenek Urától, aki tudja, hogy azokat, akiket a jogosnál netán erősebben megdorgáltatok, milyen jóakarattal szeretitek. Ne testi, hanem lelki szeretet uralkodjék köztetek.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De mor. Eccl. cath.* 26,48)

Nem lehetséges (...), hogy aki Istent szereti, ne szeresse saját magát. Sőt, csak az tudja magát szeretni, aki szereti Istent. Így az szereti magát megfelelően, aki minden erejével törekszik az igaz és legfőbb jó élvezetére.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Áldásomat adom én nektek. (Lev 25,21) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De mor. Eccl. cath.* 26,48)

Isten szeretetéhez nem vezet biztosabb lépcső, mint az embernek a másik ember iránti szeretete.

Harmadik hét, vasárnap
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Naptámadat mesgyéitől
a föld végső határaig
Krisztust daloljuk, a Királyt,
Szűz Máriának egy Fiát.

A boldog Úr, az Alkotó,
magára szolgatestet ölt:
a húst a hús hadd mentse meg,
s ne vesszen el, kit alkotott.

A Szűzanyának belsején
megszáll az égi kegyelem.
Hord a Leány szíve alatt

soha nem ismert titkokat.

Szemérmes szíve hajloka
immár az Isten temploma.
Ki sosem ismert férfiút,
angyal-igén fogant Fiút. Ámen.

Antifóna

Tudom, hogy eljön a Messiás, akit Krisztusnak neveznek, és amikor ő eljön, kijelent majd nekünk mindent.

1. Zsoltár

(Zsolt 96)

Énekeljetek az Úrnak új éneket, *
énekeljetek az Úrnak minden földek!
Énekeljetek az Úrnak, áldjátok nevét, *
hirdessétek napról-napra szabadítását!
Hirdessétek dicsőségét a nemzetek között, *
csodatetteit minden népnek!
Mert nagy az Úr, méltó a dicséretre, *
minden istennél félelmetesebb.
Mert a nemzetek istenei mind csak hamis istenek, *
az Úr azonban egeket alkotott.
Színe előtt fenség van és szépség, *
szentélyében ékesség és hatalom.
Ünnepeljétek az Urat, népek családjai, *
ünnepeljétek az Úr dicsőségét és hatalmát.
Adjátok meg az Úr nevének a dicsőséget, *
hozzatok áldozati ajándékokat
és jöjjetek udvaraiba.
Boruljatok le szent pompával az Úr előtt, *
rettegjen előtte az egész föld!
Hirdessétek a nemzetek közt: »Király az Úr!« *

Megerősítette a föld kerekségét,
hogy ne ingadozzék,
s igazságosan ítéli a népeket.
Örvendjenek az egek, ujjongjon a föld, *
zúgjon a tenger s ami betölti azt;
Vigadjanak a mezők és minden, ami rajtuk van! *
Ujjongjon akkor az erdő minden fája
az Úr előtt, mert eljön, eljön hogy megítélje a földet. *
Igazságban ítéli meg a föld kerekségét,
s a népeket hűsége szerint.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Bár 1,15–18; 21a)

Az Úré, a mi Istenünké az igazságosság, a miénk pedig arcunk megszégyenülése, miként azt ez a nap egész Júdán, Jeruzsálem lakóin, királyainkon, főembereinken, papjainkon, prófétáinkon és atyáinkon mutatja. Vétkeztünk az Úr, a mi Istenünk előtt, nem hittünk neki és nem bíztunk benne; nem engedelmeskedtünk neki, és nem hallgattunk az Úrnak, a mi Istenünknek arra a szavára, hogy kövessük parancsait, amelyeket nekünk adott. Nem hallgattunk az Úr, a mi Istenünk szavára azoknak a prófétáknak megannyi beszéde ellenére sem, akiket ő hozzánk küldött.

2. Zsoltár

(Zsolt 97)

Király az Úr! Ujjongjon a föld, *
örvendezzék a temérdek sziget!
Felhő és homály van körülötte, *
igazság és jog trónjának alapja.

Tűz halad előtte, *
s körös-körül felperzseli ellenségeit.
Villámai beragyogják a föld kerekségét, *
láttára megrendül a föld.
Viaszként olvadoznak a hegyek az Úr előtt, *
az egész föld Ura előtt.
Az egek hirdetik igazságát, *
minden nemzet látja dicsőségét.
Jussanak szégyenbe mindazok, *
akik faragott képeket imádnak,
és bálványaikkal kérkednek.
Imádjátok őt, angyalai mind! *
Hallja ezt Sion és örvendezik,
és ujjonganak Júda leányai ítéleteiden, Uram. *
Mert te vagy, Uram,
a legfölségesebb az egész földön,
messze magasan állsz minden isten fölött. *
Akik szeretitek az Urat, gyűlöljétek a rosszat;
szentjeinek lelkét megőrzi, *
a gonoszok kezéből megszabadítja őket.
Világosság támad az igaznak, *
s öröm az igazszívűeknek.
Örvendezzetek, igazak, az Úrban, *
és dicsérjétek szent emlékezetét!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(2Tessz 3,6–8)

Urunk, Jézus Krisztus nevében meghagyjuk nektek, testvérek, hogy tartsátok távol magatokat minden olyan testvértől, aki rendetlenül él, és nem a szerint a hagyomány szerint, amelyet tőlünk kapott. Jól tudjátok, miként kell minket követni,

éspedig abban, hogy nem viselkedtünk köztetek rendetlenül, nem ettük ingyen senki kenyerét, hanem megdolgoztunk érte, fáradsággal, éjjel-nappal munkálkodva, hogy ne legyünk terhére egyikteknek sem.

3. Zsoltár

(Zsolt 98,1–5)

Énekeljetek az Úrnak új éneket, *
mert csodálatos dolgokat cselekedett.
Győzelmet szerzett jobbja, *
az ő szentséges karja.
Megismertette szabadítását az Úr, *
megmutatta igazságosságát a nemzetek előtt.
Megemlékezett irgalmáról, *
Izrael házához való hűségéről.
A föld minden határa *
látta Istenünk szabadítását.
Ujjongjatok Istennek, minden földek, *
énekeljetek, örvendjetek, zengjetek!
Zengjetek az Úrnak lanttal, *
lanttal és a zsoltár szavával.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Tudom, hogy eljön a Messiás, akit Krisztusnak neveznek, és amikor ő eljön, kijelent majd nekünk mindent.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 209.)

A szerzetesek hozzásegítik egymást ahhoz, hogy a legkönnyebben és a legbékésebben élhessenek a csöndben és a magányban, gondoskodnak egymás számára az összeszedettség, a magány és az imádság légköréről - ezért tudják elérni a monasztikus élet legfőbb célját: azt a lelki, rejtett lakomát, azt az ünnepet, amelyen az Ige asztalhoz ül választottaival, és örömét meg vigasztalását leli a társaságukban.

Regula

(Reg. Aug. VIII,1)

Adja meg az Úr, hogy mindezt szerető gonddal tartsátok meg, mint a lelki szépség szerelmesei; jó magatartásotokkal áraszszátok Krisztus jó illatát, nem mint a törvény alatt görnyedő rabszolgák, hanem mint a kegyelem szabad gyermekei.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De mor. Eccl. cath.* 26,51)

Legfőképpen arra kell figyelni, nehogy valaki azt higgye, hogy eljuthat a boldogsághoz és az Istenhez úgy, hogy közben megveti felebarátját.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Áldott legyen az Úr, aki megszabadított titeket. (Kiv 18,10) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De mor. Eccl. cath.* 26,48)

Szinte az istenszeretet bölcsője az, ha szeretjük felebarátunkat.

Harmadik hét, vasárnap
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 95)

Dicsérjétek az Úr nevét, *
dicsérjétek szolgái az Urat,
akik az Úr házában álltok, *
Istenünk házának udvaraiban!
Dicsérjétek az Urat, mert az Úr jó, *
zengjetek nevének, mert kedvességgel teli.
Mert kiválasztotta magának az Úr Jákobot, *
Izraelt a maga birtokául.
Mert én tudom, hogy nagy az Úr, *
s a mi Istenünk felülmúl minden istent.
Amit akar, az Úr mindent megtehet *
égen, földön, tengeren és minden mélységben.
Felhőket hoz fel a föld széléről, *
villámokat készít az esőhöz,
tárházaikból szeleket hoz elő.
Megölte Egyiptom elsőszülötteit, *
embert, állatot egyaránt.
Jeleket és csodákat küldött benned, Egyiptom, *
a fáraóra és valamennyi szolgájára.
Megvert tömérdek nemzetet, *
és megölt hatalmas királyokat:
Szehont, az amoriták királyát, *
Ógot, Básán királyát, és
Kánaán minden királyságát,
s odaadta örökségül földjüket, *
örökségül népének, Izraelnek.
Uram, örökkévaló a te neved, *
nemzedékről nemzedékre
száll emléked, Uram.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Eszt 4,17i–n)

Most tehát, Uram, Királyom,
Ábrahám Istene, Izsák Istene és Jákob Istene,
könyörülj meg népeden,
ellenségeink ugyanis el akarnak veszíteni minket,
örökségedet pedig kiirtani.
Ne vesd meg tulajdonodat,
amelyet kiszabadítottál magadnak
Egyiptom földjéről.
Hallgasd meg könyörgésemet,
légy irgalommal osztályrészedhez,
változtasd örömre gyászunkat,
hogy életben maradva dicsérjük nevedet, Urunk,
és ne zárd le azok ajkát,
akik magasztalnak téged.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 5.4)

A szeretet gyakorlása nemcsak meggyógyít a bűnös hajlamoktól, hanem növeli benned a jóságot embertársaid iránt. Ha igazi ez a szeretet, akkor érzékennyé tesz mások szükségleteire: nagylelkűen segítségükre sietsz, mert nem fertőzött meg semmilyen önző szándék. Viszont mindenképpen tökéletlen lesz mindaz, amit e szeretet nélkül akarsz véghezvinni, mert hátsó szándékok elsilányítják.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békes-

ségben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Harmadik hét, hétfő
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

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 dölyfét 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 időkön át! Ámen.

Antifóna

Teljes a bizalmam, hogy mint mindig, úgy most is megdicsőül Krisztus az én testemben, akár élet, akár halál által.

1. Zsoltár

(Zsolt 32,1–6)

Boldog, akinek gonoszsága bocsánatot nyert, *
és akiknek bűne el van takarva.
Boldog az, akinek az Úr nem tudja be vétkét, *
s akinek lelkében nincsen csalárdság.
Amíg hallgattam, csontjaim megöregedtek, *
s egész nap jajgattam.
Mert éjjel-nappal rám nehezedett kezed, *
ellankadt erőm, mint a nyár hevében.
Megvallottam előtted bűnömet, *
gonoszságomat el nem rejtettem.
Elhatároztam: »Megvallom magam ellen

hűtlenségemet az Úrnak.« *
És te vétkem gonoszságát megbocsátottad.
Hozzád fohászkodjon tehát minden szent *
alkalmas időben,
akkor áradjanak bár a vizek, *
el nem érik őket.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Mik 5,1–4a)

De te, Efrata Betlehemje kicsiny vagy ugyan Júda ezrei között; mégis belőled származik majd nekem Izraelnek jövendő uralkodója, származása az ősidőkre, a régmúlt időkre nyúlik viszsza. Ezért átadja őket annyi ideig, amíg a vajúdó asszony szül, és testvéreiknek maradékai visszatérnek Izrael fiaihoz. És ő majd odaáll, és legeltet az Úr erejével, az Úrnak, az ő Istenének fenséges nevében, és ők biztonságban lakoznak, mert ő akkor nagy lesz a föld széléig. És ő lesz a béke.

2. Zsoltár

(Zsolt 32,7–11)

Te vagy menedékem, megőrzöl a veszedelemtől; *
Körülveszel a szabadulás örömével.
Értelmet adok neked és megtanítlak *
az útra, amelyen járnod kell;
rajtad tartom szemem.
Ne legyetek értelmetlenek, mint a ló és az öszvér: *
amelyeknek fékkel és zablával kell
szorítani az állát, másként
nem közelednek hozzád.
Sok csapás éri a bűnöst, *

ám az Úrban remélőt irgalom övezi.
Örvendjetek az Úrban és vigadjatok, igazak, *
ujjongjatok mindnyájan egyenes szívűek!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(2Kor 5,14–17)

Krisztus szeretete ugyanis sürget minket. Mert azt gondoljuk, hogy ha egy meghalt mindenkiért, akkor valamennyien meghaltak; és azért halt meg mindenkiért, hogy akik élnek, már ne önmaguknak éljenek, hanem annak, aki értük meghalt és feltámadt. Mi tehát mostantól fogva senkit sem ismerünk emberi módon. És ha Krisztust emberi módon ismertük is, most már nem úgy ismerjük. Ezért aki Krisztusban van, új teremtmény; a régiek elmúltak, s íme, újak keletkeztek.

3. Zsoltár

(Zsolt 33,1–11)

Örvendezzetek igazak, az Úrban, *
igaz emberekhez illik a dicséret!
Áldjátok az Urat lanttal, *
zengjetek neki dalt tízhúrú hárfával!
Daloljatok neki új éneket, *
ujjongó szóval ügyesen
zsoltárt énekeljetek neki!
Mert igaz az Úr igéje, és minden tette hűséggel teli. *
Az igazságot és a törvényt szereti;
az Úr irgalma betölti a földet.
Az Úr szava alkotta az egeket, *
szájának lehelete minden seregüket.
A tenger vizeit mintegy tömlőbe gyűjtötte, *

az örvényeket tárházakba helyezte.
Félje az Urat az egész föld, *
remegjen előtte a földkerekség minden lakója!
Mert ő szólt, és meglettek,*
parancsolt, és létrejöttek.
Felforgatja az Úr a nemzetek szándékait, *
elveti a népek gondolatait.
De megmarad az Úr terve mindörökre, *
szíve szándéka nemzedékről nemzedékre.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Teljes a bizalmam, hogy mint mindig, úgy most is megdicsőül Krisztus az én testemben, akár élet, akár halál által.

Rendi olvasmány

(*De mor. Eccl. cath.* 26,49)

Amit tehát magadnak teszel, azt kell tenned felebarátodnak, vagyis hogy ő is tökéletes szeretettel szeresse Istent. Nem szereted ugyanis őt, mint saját magadat, ha nem igyekszel őt is eljuttatni oda, ahová te is igyekszel.

Regula

(Reg. Aug. VII,1)

Elöljárótoknak mint atyának engedelmeskedjetek, adjátok meg neki a tiszteletet, nehogy megsértsétek benne Istent. Még inkább engedelmeskedjetek az idősebb testvérnek, aki mindnyájatokra gondot visel.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De mor. Eccl. cath.* 36,64)

S mihelyt ez az emberi szeretet táplálékkal látta el, s megerősítette a lelket, amely emlőiden csügg [az Egyházon], képes lesz követni Istent...

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Áldásomat adom én nektek. (Lev 25,21) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De mor. Eccl. cath.* 26,49)

Akkor lágnra kap a szeretet, s az isteni szeretetnek (...) tüze lobog fel.

Harmadik hét, hétfő
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Ó Jézus, rád emlékezés
legigazabb örvendezés.
Te édesebb vagy, mint a méz,
ha édesen szívünkbe térsz.

Nincs szó a földön kedvesebb,
nincs dallam zengőbb, édesebb,
gondolni szebbet nem lehet,
mint Jézus, édes szent neved.

A bűnbánó benned remél,
mily jó vagy ahhoz, aki kér!
Mit nyer aki nyomodba tér,
de hát még aki el is ér!

A nyelv, a szó elégtelen,
betű leírni képtelen,
csak hogyha élem, érezem,
Jézust szeretni mit teszen.

Te légy, ó Jézus, örömünk,
jövendő égi örökünk,
tebenned nyerjünk koronát
századok századain át. Ámen.

Antifóna

Mint ahogy az atya könyörül fiain, úgy könyörül az Úr azokon, akik őt félik.

1. Zsoltár

(Zsolt 98,6–9)

Trombitával és kürtszóval, *
ujjongjatok az Úr, a király előtt!
Zúgjon a tenger s ami betölti azt, *
a földkerekség és lakói.
Tapsoljanak a folyóvizek, *
és a hegyek is mind ujjongjanak
az Úr előtt, mert eljön *
megítélni a földet.
Igazságban ítéli meg a földkerekséget, *
és méltányosan a népeket.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Ezdr 9,8–9)

Most azonban egy szempillantásra kegyelmet találtunk az Úrnál, a mi Istenünknél. Meghagyott nekünk egy maradékot és leverte nekünk a sátrat az ő szent helyén és felragyogtatta szemünket Istenünk és egy kis menedéket adott nekünk szolgaságunkban. Igaz, szolgák vagyunk, de szolgaságunkban sem hagyott el Istenünk. Felénk hajlította a perzsa királyok kegyét, hogy életet adjon belénk, megépítse és feltámassza romjaiból Istenünk templomát, nekünk pedig védőfalat emeljen Júdában és Jeruzsálemben.

2. Zsoltár
(Zsolt 99)

Király az Úr! Reszkessenek a népek; *
A kerubok fölött trónol, rettegjen a föld!
Nagy az Úr a Sionon, *
fölséges minden nép felett.
Magasztalják nagy és félelmetes nevedet, *
mert szentséges.
A nagy király az igazságot szereti: *
te rendeltél egyenességet,
te szereztél Jákobban törvényt és igazságot. *
Magasztaljátok az Urat, a mi Istenünket,
boruljatok le lábának zsámolya előtt, *
mert szentséges ő!
Papjai közt volt Mózes és Áron, *
és Sámuel azok között,
akik segítségül hívták a nevét.
Segítségül hívták az Urat, és meghallgatta őket, *
a felhőoszlopból szólt hozzájuk.
Ők megtartották rendeleteit, *
s a törvényt, amelyet adott nekik.
Urunk, Istenünk, te meghallgattad őket; *
kegyes voltál hozzájuk, Isten,
bár megbüntetted minden vétküket.
Magasztaljátok az Urat, a mi Istenünket, *
boruljatok le szent hegyén,
mert szent az Úr, a mi Istenünk!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány
(Gal 5,13–14)

Ti szabadságra vagytok hivatva, testvérek, csak a szabadság ne legyen kibúvó a testnek, hanem szeretetben szolgáljatok egymásnak! Mert az egész törvény egy mondatban teljesedik be, mégpedig ebben: »Szeresd felebarátodat, mint önmagadat«.

3. Zsoltár

(Zsolt 100)

Ujjongjatok Istennek, minden földek, *
örvendezve szolgáljátok az Urat,
járuljatok eléje lelkendezve! *
Tudjátok meg, hogy az Úr az Isten:
ő alkotott minket és az övéi vagyunk *
az ő népe s az ő legelőjének nyája.
Lépjetek be kapuiba hálaadással, *
udvaraiba magasztalással,
áldjátok őt, dicsérjétek nevét.
Mert jó az Úr; örökké tart kegyelme, *
nemzedékről nemzedékre hűsége.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Mint ahogy az atya könyörül fiain, úgy könyörül az Úr azokon, akik őt félik.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 209–210.)

A kolostor elsősorban és mindenekfölött tabernaculum Dei cum hominibus, Isten szentélye az emberek között, a „mennyország

kapuja”, olyan hely, ahová Isten leszáll végtelen szeretetével, hogy az emberek láthassák és megismerhessék. Mindaz, ami életerős és termékeny a kolostorban, abból a tényből meríti erejét, hogy ezt az egyetlen, lényeges célt mozdítja elő.

Regula

(Reg. Aug. VII,2)

Hogy tehát mindezt megtartsák, és ha valamit nem tartottak meg, azt ne hagyják annyiban, hanem tegyék jóvá és javítsák ki, arra elsősorban az elöljárónak legyen gondja; úgyhogy mindarról, ami meghaladja az ő hatáskörét vagy erejét, beszámol az idősebb testvérnek, aki fölöttetek nagyobb tekintéllyel bír.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De mor. Eccl. cath.* 25,46)

A legfőbb jó felé haladni nem más, mint helyesen élni, mivel a helyes élet nem mást jelent, mint teljes szívünkből, teljes lelkünkből, s teljes értelmünkből Istent szeretni.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Áldást bocsát az Úr magtáraidra, s kezed minden munkájára, s megáld téged azon a földön, amelyet a te Urad, Istened ad neked. (MTörv 28,8) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De mor. Eccl. cath.* 25,46)

Az örök élet tehát nem más, mint az igazság ismerete.

Harmadik hét, hétfő
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 135,1–13)

Dicsérjétek az Úr nevét, *
dicsérjétek szolgái az Urat,
akik az Úr házában álltok, *
Istenünk házának udvaraiban!
Dicsérjétek az Urat, mert az Úr jó, *
zengjetek nevének, mert kedvességgel teli.
Mert kiválasztotta magának az Úr Jákobot, *
Izraelt a maga birtokául.
Mert én tudom, hogy nagy az Úr, *
s a mi Istenünk felülmúl minden istent.
Amit akar, az Úr mindent megtehet *
égen, földön, tengeren és minden mélységben.
Felhőket hoz fel a föld széléről, villámokat készít az esőhöz, *
tárházaikból szeleket hoz elő.
Megölte Egyiptom elsőszülötteit, *
embert, állatot egyaránt.
Jeleket és csodákat küldött benned, Egyiptom, *
a fáraóra és valamennyi szolgájára.
Megvert tömérdek nemzetet, *
és megölt hatalmas királyokat:
Szehont, az amoriták királyát, *
Ógot, Básán királyát,
és Kánaán minden királyságát,
s odaadta örökségül földjüket, *
örökségül népének, Izraelnek.
Uram, örökkévaló a te neved, *
nemzedékről nemzedékre
száll emléked, Uram.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(1Sám 2,7–10)

Az Úr tesz szegénnyé s gazdaggá,
megalázottá és felmagasztalttá.
Porból felemel szűkölködőt,
sárból kihoz szegényt,
hogy fejedelmek mellé üljön
és elfoglalja a dicsőség székét.
Mert az Úré a föld minden sarka,
s ő helyezte rájuk a föld kerekségét.
Szentjeinek lábát megóvja,
és sötétségben némulnak el az istentelenek,
mert nem a maga ereje teszi erőssé az embert.
Félni fognak az Úrtól ellenségei,
mennydörögni fog felettük az egekben,
meg fogja ítélni az Úr a föld határait,
s hatalmat ad királyának
s felemeli felkentjének szarvát.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 14.1)

Ha a menny összes szentjei és angyalai csatlakoznának a földön zarándokló egyházhoz, beleértve annak minden tagját – akármilyen fokán legyenek is a keresztény életszentségnek – s együtt imádkoznának értem, hogy növekedjem az alázatban, nem használna nekem annyit, mint egy kis önismeret, s

nem segítene annyira, hogy ilyen gyorsan elsajátítsam ezt az erényt. Enélkül egyáltalán nem is lehetséges eljutni a tökéletes alázatra.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Harmadik hét, kedd
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Igaz Isten, hatalmas Úr,
ki az időket forgatod,
a reggelt felragyogtatod
és lángoltatod a delet:

oltsd el perpatvarok tüzét,
vidd el a rossz hévségeket,
egészséggel a testeket,
békével áldd a szíveket!

Atyaistennek tisztelet,
s Fiának, ki feltámadott,
s a Vigasztalónak velük
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Örök szeretettel szeretlek téged, azért vonzottalak kegyelemmel.

1. Zsoltár

(Zsolt 33,12–22)

Boldog az a nemzet, amelynek Istene az Úr, *
az a nép, amelyet tulajdonául kiválasztott!
Letekint az Úr az égből, mind látja az emberek fiait. *
Hajlékából nézi a föld megannyi lakóját.
Egytől-egyig ő alkotta szívüket, *
ismeri minden tettüket.
Nem szabadítja meg a királyt a nagy sereg, *
s a hőst nem menti meg nagy ereje.
Nem nyújt neki a ló biztos segítséget, *
nem szabadítja meg hatalmas ereje.
De íme, nézi az Úr szeme azokat, akik félik őt, *
akik remélik irgalmát,
és megmenti a haláltól lelküket, *
s éhínség idején is táplálja őket.
Lelkünket az Úr hordozza, *
ő segít meg s oltalmaz minket.
Valóban, benne örvend a szívünk, *
és szent nevében reménykedünk.
Legyen, Uram, irgalmad rajtunk, *
amint benned bizakodunk!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jer 31,31–34)

Íme, jönnek napok – mondja az Úr –, amikor új szövetséget kötök Izrael házával és Júda házával. Nem olyan szövetséget, amilyet atyáikkal kötöttem azon a napon, amikor megfogtam kezüket, hogy kihozzam őket Egyiptom földjéről; azt a szövetségemet ők bontották fel, pedig én voltam az Uruk – mondja az Úr. – Hanem ez lesz az a szövetség, amelyet Izrael házával kötök azok után a napok után – mondja az Úr –: törvényemet a bensejükbe adom és a szívükre írom. Istenük leszek, ők pedig az én népem lesznek. Nem fogja többé így tanítani egyik a másikat, senki a testvérét: 'Ismerjétek meg az Urat!' Mert mindnyájan ismerni fognak engem, a legkisebbtől a legnagyobbig – mondja az Úr –, mivel megbocsátom bűnüket, és vétkükre nem emlékezem többé.

2. Zsoltár

(Zsolt 34,2–9)

Áldom az Urat minden időben, *
ajkamon van dicsérete szüntelen.
Az Úrban dicsekszik lelkem, *
hallják meg a szelídek s örvendezzenek.
Magasztaljátok az Urat velem, *
dicsérjük együtt az ő nevét.
Kerestem az Urat és meghallgatott, *
minden rettegésből kiragadott engem.
Nézzetek rá és megvilágosultok, *
és arcotok meg nem szégyenül.
Íme ez a szegény kiáltott, az Úr meghallgatta, *
és kiszabadította minden szorongatásából.
Az Úr angyala az őt félőket körülsáncolja, *
és kiragadja őket.
Ízleljétek meg és lássátok, milyen édes az Úr, *

boldog az az ember, aki őbenne bízik!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Mt 26,26–29)

Miközben ettek, Jézus fogta a kenyeret, áldást mondott, megtörte, és odaadta tanítványainak e szavakkal: »Vegyétek és egyétek, ez az én testem.« Aztán fogta a kelyhet, hálát adott és odaadta nekik ezekkel a szavakkal: »Igyatok ebből mindnyájan, mert ez az én vérem, az új szövetségé, amely sokakért kiontatik a bűnök bocsánatára. Mondom nektek: mostantól nem iszom a szőlőnek ebből a terméséből addig a napig, amíg az újat nem iszom veletek Atyám országában.«

3. Zsoltár

(Zsolt 34,10–23)

Féljétek az Urat, szentjei mind, *
mert nem szenvednek szükséget, akik őt félik!
Gazdagok nyomorba juthatnak s éhezhetnek, *
de akik az Urat keresik,
semmi jót sem nélkülöznek.
Jöjjetek, fiaim, hallgassatok rám, *
az Úr félelmére tanítlak titeket.
Ki az, aki élni akar, s jó napokat kíván látni? *
Őrizd meg nyelvedet a gonosztól,
s ajkad ne beszéljen csalárdságot!
Fordulj el a rossztól és tégy jót, *
keresd a békét és azt kövesd!
Az Úr szemmel tartja az igazakat, *
és imádságukat meghallgatja.
De az Úr tekintete ott a gonosztevőkön is, *

hogy eltörölje emléküket a földön.
Kiáltottak az igazak és az Úr meghallgatta, *
és minden szorongatásukból
kiszabadította őket.
Közel van az Úr a megtört szívűekhez, *
és megmenti az alázatos lelkűeket.
Sok nyomorúság éri az igazakat, *
de az Úr valamennyiből kimenti őket.
Megőrzi minden csontjukat, *
egy sem törik el belőlük.
Gonoszságuk öli meg a bűnösöket, *
s megbűnhődnek akik gyűlölik az igazat.
De szolgáit az Úr megszabadítja, *
és senki sem bűnhődik, aki benne bízik.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Örök szeretettel szeretlek téged, azért vonzottalak kegyelemmel.

Rendi olvasmány

(*Conf.* X,16,25)

Ami engem illet, Uram, én töröm magam e kérdésekkel, töröm magam saját énem vizsgálatában. Rögös és izzadságos szántóföldé lettem magamnak. (...) Cseppet sem csodálatos, ha mindaz, ami nem én vagyok, távol áll tőlem...

Regula

(Reg. Aug. VII,3)

Aki elöljárótok, ne azért tartsa magát szerencsésnek, mert ha-

talommal kormányoz, hanem, azért, mert szeretettel szolgál. Tisztelet tekintetében első legyen köztetek, Isten előtt azonban félelemmel boruljon lábatokhoz. Jócselekedeteivel adjon mindenkinek példát, fegyelmezze a nyugtalanokat, bátorítsa a kishitűeket, támogassa a gyöngéket, legyen mindenkivel türelmes. Szívesen tartsa meg a fegyelmet, és ennek megtartására ébresszen félelmet. S jóllehet mindkettő szükséges, inkább kívánja azt, hogy szeressétek, mintsem hogy féljetek tőle, mindig arra gondolva, hogy majd számot kell adnia rólatok Istennek.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Conf.* X,14,21)

Az emlékezet mintegy a lélek gyomra.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Az Úr áldása nyugszik az igaz fején, a gonoszok száját pedig gonoszság borítja. (Péld 10,6) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De mor. Eccl. cath.* 26,51)

Amennyire könnyű a tanult és jóakaratú embernek szeretnie a felebarátait, bárcsak annyira könnyű lenne tanácsot kérni vagy nem ártani másoknak.

Harmadik hét, kedd
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Ó nagyhatalmas Istenünk,
ki a vizek szülötteit
vagy az örvénynek lennhagyod,
vagy a magasba emeled,

ezek az árban ússzanak,
azok fennen szárnyaljanak,
hogy egy törzs népe töltsön el
különböző országokat:

kis szolgáidhoz légy kegyes,
akikre véred permetez,
ne ismerjék meg a bukást,
sem a halálos borzadást.

Senkit ne zúzzon el a bűn,
senkit ne fújjon fel a gőg,
el ne zuhanjon a bukó,
le ne törjön fuvalkodó.

Engedd meg ezt, kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Boldog, akinek nem aggódik lelke, és akit nem hagyott el reménye.

1. Zsoltár

(Zsolt 101)

Kegyelemről s igazságról énekelek, *
neked zengek zsoltárt, Uram.
Vigyázok, hogy utam szeplőtelen legyen, *
mikor látogatsz meg engem?
Ártatlan szívvel járok házam belsejében. *
Szemem elé nem állítok igazságtalan dolgot.
A törvényszegőt gyűlölöm, *
nincs köze hozzám.
A gonosz szív távol legyen tőlem, *
az álnokságot nem ismerem.
Aki titokban rágalmazza felebarátját, *
azt elnémítom;
akinek szeme kevély és szíve felfuvalkodott, *
azt nem szenvedhetem.
Szemem felkutatja az igazakat az országban, *
hogy nálam lakjanak;
aki szeplőtelen úton jár, csak az szolgálhat nekem. *
Nem lakhat házam belsejében,

aki kevélyen cselekszik;
aki hazugságot beszél, *
nem állhat meg szemem előtt.
Reggelenként kiirtom az ország minden bűnösét, *
hogy kigyomláljak az Úr városából
minden gonosztevőt.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Sír 15,1–6)

Aki Istent féli, jót cselekszik, s aki kitart az igazság mellett, elnyeri azt. Az pedig eléje megy, mint tisztes anya, mint szűz menyasszony fogadja őt; táplálja őt az élet és értelem kenyerével, s itatja az üdvös bölcsesség vizével; támaszra talál benne, és meg nem inog, megtartja őt, és meg nem szégyenül, felmagasztalja őt a társai előtt. Megnyitja száját a gyülekezet körében, betölti őt a bölcsesség és értelem lelkével, s a dicsőség ruháját adja rá. Elárasztja örömmel és ujjongással, s örök hírnevet juttat neki.

2. Zsoltár

(Zsolt 102,2–11)

Uram, hallgasd meg imádságomat, *
és kiáltásom jusson eléd.
Ne fordítsd el tőlem arcodat soha, *
amikor engem szorongatás ér;
Hajtsd hozzám füledet, *
amikor csak segítségül hívlak,
sietve hallgass meg.
Mert füstként enyésznek el napjaim, *
és csontjaim szárazak, mint a forgács.

A szívem, mint a lekaszált, kiszáradt széna, *
még azt is elfelejtettem,
hogy kenyeremet megegyem.
Annyit jajveszékel szavam, *
hogy a bőr már a csontomra szárad.
A puszta pelikánjához hasonlítok, *
olyan lettem, mint a bagoly a romok között.
Virrasztok és olyan vagyok, *
mint a magános veréb a háztetőn.
Ellenségeim szüntelenül gyaláznak, *
gyűlölőim összeesküdtek ellenem.
Bizony kenyér gyanánt hamut eszem *
és könnyel vegyítem italomat
haragod és bosszúságod miatt, *
mert felemeltél s a földre sújtottál engem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Kor 12,4–11)

A kegyelmi adományok különfélék ugyan, de a Lélek ugyanaz. A szolgálatok is különfélék, de az Úr ugyanaz. És az erőmegnyilvánulások is különfélék, de Isten, aki mindezt mindenkiben cselekszi, ugyanaz. A Lélek megnyilvánulásait mindenki azért kapja, hogy használjon vele. Egyik a bölcsesség szavait kapja a Lélek által, a másik a tudományét ugyanattól a Lélektől. Más valaki a hitet kapja ugyanabban a Lélekben, ismét más a gyógyítások adományát az egy Lélek által, vagy csodatévő hatalmat, prófétálást, a szellemek megkülönböztetését, a nyelveken való beszédet vagy a nyelveken való beszéd értelmezését. Ezt mind egy és ugyanaz a Lélek műveli, tetszése szerint osztva kinek-kinek.

3. Zsoltár

(Zsolt 102,12–29)

Napjaim hanyatlanak mint az árnyék, *
magam pedig mint a széna száradok.
De te, Uram, megmaradsz örökre, *
és emlékezeted nemzedékről nemzedékre.
Te majd felkelsz és megkönyörülsz Sionon, *
mert itt az ideje, hogy megkönyörülj rajta,
valóban itt az ideje!
Hisz szolgáid szeretik köveit, *
és romjait fájdalommal látják.
De félik majd nevedet a nemzetek, Uram, *
s a föld minden királya fölségedet.
Mert felépíti az Úr Siont, *
és megnyilvánul dicsőségében.
Figyelembe veszi a nyomorultak imádságát, *
és nem veti meg könyörgésüket.
Jegyezzék fel ezt a jövendő nemzedéknek, *
hadd áldja az Urat az a nép,
amelyet majd teremt.
Mert letekint szent magasságából, *
lenéz az Úr a mennyből a földre,
hogy meghallja a foglyok jajgatását, *
és megmentse azokat, akiket halálra szántak;
Hogy hirdessék Sionon az Úr nevét *
és az ő dicséretét Jeruzsálemben,
amikor majd egybegyűlnek a népek és az országok, *
hogy az Úrnak szolgáljanak.
Megtörte erőmet az úton, *
rövidre szabta életemet. Így szóltam:
»Istenem, ne ragadj el engem életem közepén, *
hiszen a te éveid
nemzedékről nemzedékre nyúlnak.
Kezdetben megteremtetted a földet, *
s a te kezed művei az egek.

Azok elmúlnak, de te megmaradsz; *
Mint a ruha, mind elavulnak,
váltod őket, mint az öltözetet és elváltoznak. *
te azonban ugyanaz maradsz
és éveid nem fogynak el.
Szolgáid fiainak mindenkor lesz lakásuk, *
és utódjuk megerősödik majd színed előtt.«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Boldog, akinek nem aggódik lelke, és akit nem hagyott el reménye.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 335.)

Egyetlen ponton találkozhatom Istennel úgy, hogy igazi, élményszerű kapcsolatba kerülök az ő végtelen valóságával: azon a ponton, ahol esetleges létem az ő szeretetétől függ. Létemnek van egy olyan „csúcsa”, amelynél fogva Teremtőm életben tart. Isten úgy mond ki engem, mint egy szót, belémondja önmagának egy gondolatát. A szó sohasem tudja magába foglalni azt a hangot, amely kimondja.

Regula

(Reg. Aug. VII,4)

Amikor tehát szívesen engedelmeskedtek [elöljárótoknak], nemcsak magatok iránt vagytok könyörületesek, hanem iránta is, mivel köztetek magasabb helyen állva nagyobb veszélyben is forog.

℣. Áldjuk az Urat.

℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*A csend szava*, 336.)

Ha hűséges vagyok Isten bennem kimondott gondolatához, ha hűséges vagyok ahhoz az elgondoláshoz, amelyet szándéka szerint nekem kell megtestesítenem, akkor betölt engem, és mindenütt őreá bukkanok magamban, önmagamra viszont seholsem. El fogok veszni benne. Ki tud úgy elmélyedni önmagában, hogy megtalálja Istent, aki kimondja őt?

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Áldást bocsát az Úr magtáraidra, s kezed minden munkájára, s megáld téged azon a földön, amelyet a te Urad, Istened ad neked. (MTörv 28,8) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* X,6,9)

A te Istened: életednek élete.

Harmadik hét, kedd
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.
℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 135,14–21)

Mert igazságot szerez népének az Úr, *
és könyörületes szolgái iránt.
A nemzetek bálványai ezüstből és aranyból vannak, *
emberi kéz alkotásai.
Van szájuk, de nem beszélnek, *
van szemük, de nem látnak;
van fülük, de nem hallanak, *
és lehelet sincs szájukban.
Legyenek hozzájuk hasonlók a készítőik, *
és mindazok, akik bíznak bennük!

Izrael háza, áldjátok az Urat! *
Áron háza, áldjátok az Urat!
Lévi háza, áldjátok az Urat! *
Akik félitek az Urat, áldjátok az Urat!
Áldott legyen Sionról az Úr, *
aki Jeruzsálemben lakik. Alleluja.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Jer 1,4–5 10)

Így hangzott az Úr igéje hozzám:
»Mielőtt megformáltalak az anyaméhben, ismertelek,
és mielőtt kijöttél anyád méhéből, megszenteltelek;
prófétául rendeltelek a nemzetek számára.
Íme, szádba adtam igéimet!
Nézd, a mai napon
a nemzetek és a királyságok fölé rendeltelek,
hogy gyomlálj és irts,
hogy pusztíts és rombolj,
hogy építs és ültess!«

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 59.2)

Szeretném, ha világosan megértenéd, hogy a lelkiélet útján járóknak, elsősorban a szemlélődőknek óvatosan kell értelmezniük azt, amit olvasnak. „Fölemelésről”, „bemenésről”, „megmozdulásról” olvasunk, de tisztában kell lennünk azzal, hogy ezeket a kifejezéseket nem vehetjük szó szerinti, fizikai

értelemben. A megmozdulás éppen oly kevéssé jelent fizikai mozgást, mint a pihenés mozdulatlanságot. Ha szemlélődésünk hiteles és érett, akkor egészen lelkivé válik, s távol esik mindenféle mozgástól vagy pihenéstől. A szeretet „megmozdulását" különben is inkább hirtelen átalakulásnak mondhatnánk, mint valamiféle mozgásnak. Akárhogyan is, szemlélődés közben mindenképpen meg kell feledkezned az időről, a helyről és az anyagról.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Harmadik hét, szerda
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

A sarkon már hajnal remeg,
a nappal jár a földeken.
Fény nyílai tündöklenek,
fussanak a kísértetek!

Az éjnek réme hulljon el,
lélek-szorongás múljon el.
Mind, mit az éj homálya szült,
bűn és borzalom, haljon el.

S amaz utolsó reggelen,
melyért virrasztásunk eseng,
ömöljön egykor fényre majd,
miért ma énekünk sohajt.

Dícsérjük az örök Atyát,
dícsérjük egyszülött Fiát,
s a Lelket, a Vigasztalót
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Benne jutottatok teljességre, benne, aki minden fejedelemségnek és hatalmasságnak a feje.

1. Zsoltár

(Zsolt 35,1–8)

Szállj perbe, Uram, azokkal, akik perlekednek velem, *
harcolj azokkal, akik ellenem harcolnak.
Ragadj fegyvert és pajzsot, *
kelj a segítségemre!
Végy lándzsát és bárdot üldözőim ellen, *
mondd nekem: »Én vagyok a segítséged.«
Szégyenüljenek és hátráljanak meg, akik életemre törnek; *
Forduljanak vissza és szégyenüljenek meg,
akik ellenem gonoszat terveznek!
Legyenek olyanok, mint a por a szélben, *
s az Úr angyala űzze őket:
Legyen útjuk sötét és síkos, *
s az Úr angyala kergesse őket!
Mert ok nélkül tőrt vetettek ellenem, *
ok nélkül vermet ástak nekem.

Érje őket olyan csapás,
amelyre nem számítanak,
elrejtett hálójuk fogja meg őket magukat, *
és önnön tőrükbe hulljanak!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Sír 24,5–11)

A Magasságbeli szájából jöttem elő, mint elsőszülött valamennyi teremtmény előtt; el nem múló fényt gyújtottam az égen, és mint köd, borítottam az egész földet. A magasságban van az én lakásom, és trónom felhőoszlopon áll. Bejártam az ég kerekségét egymagam, behatoltam a tenger mélységébe; végigmentem a tenger hullámain, és megálltam a földön mindenhol. Minden nép és valamennyi nemzet fölött uralmat gyakoroltam, erőmmel jártam minden között, ami magas, és ami alacsony, nyugalmat kerestem mindezek között, hogy az Úr örökrészében tartózkodjam.

2. Zsoltár

(Zsolt 35,9–22)

Az én lelkem pedig az Úrban örvend, *
gyönyörködik szabadításában.
Minden csontom azt mondja: *
»Uram, ki hasonló hozzád?
Te megmented a nyomorultat attól, aki erősebb nála, *
a szűkölködőt és szegényt azoktól,
akik őt fosztogatják.«
Hamis tanúk állnak elő, *
arról faggatnak, amiről nem is tudok.
Rosszal fizetnek nekem a jóért, *

árvaságba döntik lelkemet.
Pedig én, amikor betegeskedtek, szőrruhát öltöttem, *
böjttel sanyargattam magamat,
és imádságom feléjük
fordult bensőmben.
Úgy járkáltam, mintha barátaim vagy testvéreim volnának, *
szomorúan meggörnyedtem,
mint aki anyját siratja.
De amikor én meginogtam, összegyűltek és örvendeztek, *
tudtomon kívül összegyűltek ellenem,
hogy verjenek.
Elszéledtek de nem nyugszanak, *
kísértenek, csúfolódva csúfolgatnak,
vicsorgatják rám fogukat.
Uram, mikor tekintesz rám? *
Mentsd meg gonoszságuktól éltemet,
az oroszlánoktól egyetlen lelkemet.
Hadd adjak hálát neked a nagy gyülekezetben, *
a nagyszámú nép közt hadd dicsérjelek.
Ne örüljenek rajtam hamis ellenségeim, *
akik ok nélkül gyűlölnek
és hunyorgatnak szemükkel.
Mert nem békésen beszélnek, *
és álnok dolgokat terveznek
a föld szegényei ellen.
Kitátják ellenem szájukat, *
és hahotázva mondják:
»Jól van, jól van, saját szemünk látta!«
Uram, te láttad; ne maradj csendben, *
Uram, ne távozzál tőlem!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Jn 17,1b–5)

Atyám, eljött az óra: dicsőítsd meg Fiadat, hogy a Fiú is megdicsőítsen téged, ahogy hatalommal ruháztad fel őt minden test fölött, hogy mindenkinek, akit neki adtál, örök életet adjon. Az örök élet pedig az, hogy megismerjenek téged, az egyedül igaz Istent, és akit küldtél, Jézus Krisztust. Én megdicsőítettelek téged a földön: befejeztem a művet, amelyet rám bíztál, hogy elvégezzem. Most te dicsőíts meg engem, Atyám, önmagadnál, azzal a dicsőséggel, amely az enyém volt nálad, mielőtt a világ lett.

3. Zsoltár

(Zsolt 35,23–28)

Ébredj fel és figyelj ítéletemre, *
én Istenem, Uram, az én ügyemre!
Ítélj meg igazságod szerint, Uram, én Istenem, *
hogy ne örvendjenek rajtam,
és ne gondolhassák szívükben: »Jól van, én lelkem!« *
Ne mondhassák: »Felfaltuk!«
Piruljanak el, jussanak szégyenbe mind, *
akik örülnek szerencsétlenségemen;
Öltsenek szégyent, gyalázatot, *
akik kevélyen beszélnek ellenem.
De ujjongjanak és örvendezzenek, *
akik igazamat óhajtják,
és mondják szüntelen:
»Magasztaltassék az Úr, aki szolgájának *
békességét akarja!«
Nyelvem hirdeti majd igazságodat, *
és dicséretedet egész nap.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.

℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Benne jutottatok teljességre, benne, aki minden fejedelemségnek és hatalmasságnak a feje.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 338.)

Tedd lelkemet megigazulttá, ó Istenem, de akaratomat is töltsd meg tűzzel a te forrásaidból. Ragyogj föl értelmemben, még ha ez talán „sötétség is tapasztalatomnak”. Töltsd be szívemet a te roppant életeddel. Szemem ne lásson semmi mást a világon, mint a te dicsőségedet, kezem ne érintsen semmi olyat, ami nem a te szolgálatodra van. Nyelvem ne ízleljen olyan kenyeret, amely nem dicsőséged magasztalását erősíti bennem. Hallani akarom hangodat, és hallani akarom azt az általad teremtett harmóniát, amely himnuszokat énekel neked. A juhok gyapja és a gyapot a mezőről adjon elég meleget ahhoz, hogy téged szolgálva élhessek, a többit szegényeidnek akarom adni. Add, hogy minden dolgot egyetlen céllal használjak: egyedül annak örüljek, hogy dicsőíthetlek Téged.

Regula

(Reg. Aug. VIII,1)

Adja meg az Úr, hogy mindezt szerető gonddal tartsátok meg, mint a lelki szépség szerelmesei; jó magatartásotokkal áraszszátok Krisztus jó illatát, nem mint a törvény alatt görnyedő rabszolgák, hanem mint a kegyelem szabad gyermekei.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.

℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Conf.* X,6,8)

Mikor Istenemet szeretem: a bennem élő benső embernek fénye, hangja, illata, élete, ölelése ez; lelkem számára fény ragyog itt, melyet tér be nem fogad, olyan hang csendül itt, amit idő el nem emészt, olyan illat ez itt, hogy szellő szét nem hordja.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Légy áldott Júda minden sátrában és minden nép között, s remegjen mindenki, aki csak hallja nevedet. (Jud 14,7) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De mor. Eccl. cath.* 22,41)

Semmi sem lehet olyan tartós és szilárd, amit nem a szeretet tüze köt össze.

Harmadik hét, szerda
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Egek szentséges Istene,
ki tűzsugárral színezed
a föld világos tájait
s szépségül fényt lehelsz reá,

ki felgyujtod negyed napon
a lángos napkorong tüzét,
s törvényes utat írsz a hold,
s a kóbor csillagok elé,

hogy napvilágot s éjszakát
törvény mesgyéje messe szét,
és biztos jel hirdesse ki
a hónapoknak kezdetét:

űzd el a szívek éjjelét,
mosd le a lélek szennyesét,
vedd le a vétek kötelét,
s a bűntudat malomkövét.

Engedd meg ezt, kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Szeresd az Urat, a te Istenedet, engedelmeskedj szavának, ragaszkodj hozzá.

1. Zsoltár

(Zsolt 103,1–14)

Áldjad, lelkem, az Urat, *
s egész bensőm az ő szent nevét.
Áldjad, lelkem, az Urat, *
és ne feledd el jótéteményeit.
Ő megbocsátja minden gonoszságodat, *
ő meggyógyítja minden betegségedet;
Ő megóvja életed a pusztulástól, *
ő irgalommal és kegyelemmel
koronáz meg téged.
Ő kielégíti javaival kívánságodat: *
mint a sasé, visszatér ifjúságod.
Igaz dolgokat cselekszik az Úr, *
és igazságot szolgáltat minden elnyomottnak.
Megismertette Mózessel útjait, *
Izrael fiaival cselekedeteit.
Irgalmas és könyörületes az Úr, *
hosszan tűrő és nagyirgalmú.
Nem tartja meg haragját mindvégig, *
és nem fenyeget örökké.
Nem bűneink szerint bánt velünk, *
és nem fizetett meg nekünk gonoszságainkért.
Mert amilyen magasan van az ég a föld fölött, *
olyan nagy az ő irgalma
azok számára, akik őt félik.
Amilyen messze van kelet a nyugattól, *
olyan messzire veti tőlünk gonoszságainkat.
Mint ahogy az atya könyörül fiain, *

úgy könyörül az Úr azokon, akik őt félik.
Mert ő ismeri létrejöttünket, *
és megemlékezik arról, hogy porból vagyunk.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(MTörv 30,11–14)

A parancs, amelyet ma meghagyok neked, nem elérhetetlen számodra, és nincs messze tőled. Nincs az égben, hogy azt mondhatnád: ‘Ki szállhatna fel közülünk az égbe, ki hozhatná le azt nekünk, hogy hallhassuk és tetteinkkel követhessük?’ Nincs a tengeren túl sem, hogy kifogásul azt mondhatnád: ‘Ki kelhetne át közülünk a tengeren, ki hozhatná el azt nekünk, hogy hallhassuk és megtehessük, amit Isten parancsol?’ Egészen közel van hozzád a törvény: a szádban és a szívedben, hogy hozzá szabhasd tetteidet.

2. Zsoltár

(Zsolt 103,15–22)

Olyan az ember élete, mint a fűé: *
kivirul, mint a mező virága,
de ráfúj a szél, és nincs többé, *
s a helyét sem ismerik.
De az Úr kegyelme öröktől fogva *
és örökké kíséri azokat, akik őt félik,
s igazsága azok unokáit,
akik megtartják szövetségét, *
és gondosan teljesítik parancsolatait.
Az Úr az égben állította fel trónusát, *
és királysága mindenen uralkodik.
Áldjátok az Urat, angyalai mind, *

ti hatalmas erejűek, akik teljesítitek szavát,
mihelyt parancsának hangját meghalljátok. *
Áldjátok az Urat, seregei mind,
szolgái, akik akaratát megteszitek. *
Áldjátok az Urat, művei mind,
mindenütt, ahol uralkodik. *
Áldjad lelkem az Urat!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Fil 4,6–7)

Ne legyetek semmiben sem aggodalmaskodók, hanem minden helyzetben hálaadással végzett imádságban és könyörgésben terjesszétek a kéréseiteket Isten elé! Isten békéje pedig, amely meghalad minden értelmet, megőrzi szíveteket és elméteket Krisztus Jézusban.

3. Zsoltár

(Zsolt 104,1–12)

Áldjad, én lelkem, az Urat! *
Uram, én Istenem,
te mindennél magasztosabb vagy!
Fenségbe és ékességbe öltöztél, *
a fényességet, mint köntöst vetted magadra.
Kifeszíted az égboltozatot, mint a sátorponyvát, *
és az égi vizek fölé építed hajlékodat.
Szekereddé teszed a fellegeket, *
a szelek szárnyain jársz.
Követeiddé teszed a szeleket, *
szolgáiddá a perzselő tüzet.
Biztos alapra állítottad a földet, *

hogy meg ne inogjon sohasem.
Az örvénylő mélység mint ruha takarta, *
vizek borították a hegyeket.
De a te fenyegetésedre megfutamodtak, *
szerteriadtak mennydörgésed szavától.
A hegyek fölemelkedtek, a völgyek leereszkedtek *
arra a helyre, ahol alapjukat megvetetted.
Határt szabtál a vizeknek, amelyet nem léphetnek át, *
hogy el ne borítsák ismét a földet.
A forrásokat a völgyekbe ereszted, *
hogy folyjanak a hegyek között.
Belőlük iszik a mező minden vadja, *
s oltják szomjukat a vadszamarak.
Fölöttük tanyáznak az égi madarak, *
és az ágak közül hallatják hangjukat.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Szeresd az Urat, a te Istenedet, engedelmeskedj szavának, ragaszkodj hozzá.

Rendi olvasmány

(*Conf.* IX,3,5)

Annyira vágytam a nyugalmas szabadságra [libertatis otiosæ], ahol egész bensőmből énekelhetem majd: „hozzád szólt az én szívem, kerestem a te arcodat; a te arcodat, Uram, hadd keressem én.”

Regula

(Reg. Aug. VIII,2)

Hogy pedig ebben a kis könyvben mint tükörben meglássátok magatokat, s hogy feledékenységből valamit el ne hanyagoljatok, olvassátok el hetente egyszer. És ha úgy találjátok, hogy megteszitek, ami benne le van írva, adjatok hálát az Úrnak, minden jó adományozójának. Ha viszont valamelyikőtök valami hiányosságot vesz észre, bánja meg a múltat, legyen óvatos a jövőben, imádkozzék, hogy bűne bocsánatot nyerjen, és ne essék kísértésbe. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*A csend szava*, 296.)

Isten Krisztusban kinyilatkoztatta magát az embereknek. Elsősorban azt nyilvánította ki, hogy a szeretet. Az abszolut igazság szeretetként jelent meg: a szeretetet tehát soha, egyetlen esetben sem zárhatja ki. Csak aki szeret, az lehet biztos abban, hogy kapcsolatban áll az igazsággal, amelyik abszolut, tehát értelemmel fölfoghatatlan. Ezért aki az evangéliumi igazság birtokába jut, az ijedten látja, hogy könnyebben elveszítheti az igazságot a szeretet elleni bűnökkel, mint az igazság ellen vétkezve. Ettől alázatossá, tehát bölccsé válik.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Légy áldott testvér! (Tób 5,17) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 295.)

Az ima sötétségben, megpróbáltatások között, rémképek ellen harcolva verekszi előre magát Isten felé.

Harmadik hét, szerda
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.
℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 136)

Áldjátok az Urat, mert jó, *
mert irgalma örökkévaló!
Áldjátok az istenek Istenét, *
mert irgalma örökkévaló!
Áldjátok az urak Urát, *
mert irgalma örökkévaló!
Őt, aki nagy csodákat művel egymaga, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki az egeket bölcsen alkotta, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki szétterítette a földet a vizeken, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki a nagy világítókat alkotta, *
mert irgalma örökkévaló!
A napot, hogy uralkodjék a nappalon, *
mert irgalma örökkévaló!
A holdat és a csillagokat, hogy uralkodjanak az éjszakán, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki megverte elsőszülöttjeiben Egyiptomot, *
mert irgalma örökkévaló!
És kivezette közülük Izraelt, *
mert irgalma örökkévaló!
Hatalmas kézzel és felemelt karral, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki kettéhasította a Vörös-tengert, *
mert irgalma örökkévaló!
S átvitte Izraelt a közepén, *
mert irgalma örökkévaló!
De a Vörös-tengerbe vetette a fáraót és seregét, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki a pusztában vezérelte népét, *

mert irgalma örökkévaló!
Aki megvert nagy királyokat, *
mert irgalma örökkévaló!
És megölt hatalmas királyokat, *
mert irgalma örökkévaló!
Szehont, az amoriták királyát, *
mert irgalma örökkévaló!
Ógot, Básán királyát, *
mert irgalma örökkévaló!
S odaadta örökségül földjüket, *
mert irgalma örökkévaló!
Örökségül szolgájának, Izraelnek, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki megemlékezett rólunk megaláztatásunkban, *
mert irgalma örökkévaló!
És megszabadított minket ellenségeinktől, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki eledelt ad minden testnek, *
mert irgalma örökkévaló!
Áldjátok az ég Istenét, *
mert irgalma örökkévaló!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(1Sám 12,20–21)

Azt mondta erre Sámuel a népnek: »Ne féljetek! Elkövettétek ugyan mindezt a gonoszságot, csak ne távozzatok az Úr nyomából, hanem szolgáljatok az Úrnak egész szívetekből, s ne forduljatok a hiábavalóságok felé, amelyek nem használnak nektek, s nem szabadítanak meg titeket, mert hiábavalóságok. Akkor az Úr, tekintettel az ő nagy nevére, nem hagyja el népét, hiszen megesküdött az Úr, hogy népévé tesz titeket.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 59.3)

Óvakodj tehát attól, hogy a mennybemenetelt durva fizikai értelemben magyarázd. Ne feszítsd túl képzeletedet imádság közben, hasztalan arra kényszerítve a testedet, hogy a magasba feszüljön, mintha csak a hold fölébe akarnál kapaszkodni. A lélek világában mindez képtelenség. Ami a mennybemenetel testi valóságát illeti, ne feledd, hogy egyedül Krisztus ment föl a mennybe, ahogyan az Írások tanúsítják: „Senki sem emelkedett föl a mennybe, csak aki alászállott a mennyből, az Emberfia, aki emberré lett az emberek iránti szeretetből" (Jn 3,13). Ha tehát lehetséges volna is testben fölemelkednünk (ami nem áll), ez egyedül a lélek erejéből történhetnék, semmiképpen sem a képzeletünk megfeszítéséből, akármerre forgatnánk is, föl s alá, jobbra vagy balra.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Harmadik hét, csütörtök
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Sápad, eloszlik köde már az éjnek,
pirkad a hajnal, rózsaszínű fény kél;
forduljunk buzgón a világ Urához
hangos imánkkal,

hogy mindnyájunkon könyörüljön Isten,
aggodalmunkat szent keze elűzze,
s jó Atyánk lévén, tegye, hogy bejussunk
égi hazánkba.

Adja meg mindezt az isteni Fölség:
az Atyaisten s örök Egyszülöttje,
és a Szentlélek, akit áld az ének
mind e világon. Ámen.

Antifóna

Én, az Úr, szentséget kívánok tőletek.

1. Zsoltár

(Zsolt 36)

Elhatározza magában a gonosz, hogy vétkezik, *
szeme előtt nincs Isten félelme.
Színe előtt álnokul cselekszik, *
hadd tapasztalják gyűlöletes gonoszságát.
Gonoszság és csalárdság szájának beszéde, *
tudni sem akar arról, hogy a jót cselekedje.
Fekvőhelyén gonoszságon jár az esze, *
minden utat, amely nem jó, kipróbál,
s nem gyűlöli a rosszat.
Uram, az égig ér kegyességed, *
a fellegekig hűséged.
Igazságosságod olyan, mint az Isten hegyei, *
ítéleteid hatalmas mélységek;
Fenntartasz, Uram, embert és állatot. *
Istenem, milyen gazdag a te irgalmasságod!
Az emberek fiai szárnyad oltalmába menekülnek. *
Megrészegülnek házad dús javaitól,
gyönyörűséged patakjával itatod őket.
Mert nálad van az élet forrása, *
és világosságod által látunk világosságot.
Terjeszd ki irgalmadat ismerőidre, *
igazságodat az igaz szívűekre.
A kevélység lába ne taposson, *

s meg ne ingasson a bűnös keze engem.
Íme elhullanak a gonosztevők, *
úgy megkergeted őket,
hogy meg sem állhatnak.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Lev 20,7; 22–24)

Szentül viselkedjetek, és szentek legyetek, mert én, az Úr, vagyok a ti Istenetek! Tartsátok meg törvényeimet és rendeleteimet, és cselekedjetek szerintük, hogy titeket is ki ne okádjon az a föld, amelyre lakni mentek. Ne járjatok azoknak a nemzeteknek a törvényei szerint, amelyeket én majd kiűzök előletek, mert mindezeket cselekedték és én megutáltam őket. Nektek pedig azt mondom: foglaljátok el földjüket, nektek adom azt örökségül, azt a tejjel és mézzel folyó földet. Én, az Úr, a ti Istenetek, elkülönítettelek titeket a többi néptől.

2. Zsoltár

(Zsolt 37,1–11)

Ne irigykedj az elvetemültekre, *
ne féltékenykedj a gonosztevőkre;
Mert mint a fű, csakhamar elszáradnak, *
s elfonnyadnak mint a zöldellő növény.
Bízzál az Úrban s a jót cselekedd, *
akkor a földön fogsz lakni és betelsz hűséggel.
Az Úrban leld gyönyörűséged, *
s ő megadja neked szíved kéréseit.
Tárd fel az Úr előtt utadat, *
bízzál benne, ő majd eligazít.
Mint a világosságot, felragyogtatja igazságod, *

és mint a delet, jogodat.
Csendesülj el az Úrban és várd őt. *
Ne irigykedj arra, akinek szerencsés az útja,
se arra az emberre, akinek cselekvése álnok. *
Állj el a haragtól és hagyd a bosszúságot;
Ne irigykedj, hogy bűnbe ne essél, *
mert kiirtás vár a gonosztevőkre,
s az Úrban bízók öröklik a földet. *
Kevés idő múlva a bűnös már nem lesz,
a helyét sem találod, ha keresed.
A szelídek pedig öröklik a földet, *
és élvezik a béke teljességét.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Pt 1,13–16)

Ezért tehát övezzétek fel elmétek derekát, legyetek józanok, és bízzatok tökéletesen a kegyelemben, amelyet Jézus Krisztus megjelenésekor felajánlanak nektek; mint engedelmes fiak, nem tudatlanságotok régi vágyaihoz alkalmazkodva, hanem a Szent szerint, aki titeket meghívott, magatok is egész életmódotokban szentek legyetek, mert írva van: »Szentek legyetek, mert én szent vagyok!«

3. Zsoltár

(Zsolt 37,12–22)

Les a bűnös az igazra, *
fogát vicsorítja rá.
Ám az Úr kineveti őt, *
mert előre látja, hogy eljön az ő napja.
A bűnösök kardot rántanak, *

megfeszítik íjukat,
hogy elejtsék a szegényt és a szűkölködőt, *
hogy megöljék az igaz úton járót.
De saját szívükbe hatol a kardjuk, *
s összetörik íjuk.
Többet ér a kevés az igaznak, *
mint sok bűnösnek a gazdagsága;
Mert összetörik a bűnösök karja, *
de az Úr erőt ad az igaznak.
Ismeri az Úr az ártatlanok napjait, *
s örökségük örökre megmarad.
Rossz időkben sem vallanak szégyent, *
s az éhség napjaiban is jóllaknak.
A bűnösök azonban elvesznek, *
s az Úr ellenségei eltűnnek,
mint a mezők ékessége,
eltűnnek, miként a füst.
Kölcsönre szorul majd a bűnös és megfizetni nem tudja, *
de az igaz megkönyörül majd és adakozik.
Mert az ő áldottai öröklik a földet, *
az átkozottak pedig elvesznek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Én, az Úr, szentséget kívánok tőletek.

Rendi olvasmány

(*De mor. Eccl cath.* 20,37)

Egyedül Istent kell tehát szeretni: s az egész világot, vagyis minden látható dolgot pedig el kell vetni, ugyanakkor fel kell

használni ez utóbbit a jelen élet szükségleteihez.

Regula

(Reg. Aug. I,2)

Először is azért gyűltetek össze, hogy egyetértésben lakjatok a monostorban, és egy szív, egy lélek legyetek Istent keresve.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De mor. Eccl cath.* 19,36)

A mértékletesség feladata tehát az lesz, hogy teljességgel levesse a régi embert, s Istenben megújítsa; vagy más szavakkal: hogy megvessen minden testi csábítást, minden dicséretet, s az egész szeretetét a láthatatlan és az isteni dolgokra irányítsa.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Testvérek, imádkozzatok értünk, hogy az Úr igéje, amint nálatok is, terjedjen és dicsőségre jusson. (2Tessz 3,3) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* IX,2,3)

Szereteted nyilaival átverted szívünket és igéidet bensőnkbe tűzve hodoztuk.

Harmadik hét, csütörtök
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Ó szűzek legdicsőbbike,
szép csillagok legszebbike,
ki alkotód, a Kisdedet,
kebled tejével éteted.

Mit a bús Éva elragadt,
megadja mind kegyes Fiad,
hogy leljünk, árvák, új utat,
kezed az égbe fölmutat.

Ó nagy király nyílt ajtaja!
Fénynek tündöklő udvara!
E Szűz ad nektek életet:
ujjongjatok ti nemzetek!

Dicsőség teneked Urunk,
kinek a Szűz szülőanyád,
Atya s kegyes Lélek, neked,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Isten a kevélyeknek ellenáll, az alázatosaknak pedig kegyelmet ad.

1. Zsoltár

(Zsolt 137)

Ott ültünk Babilon folyóvizei mellett, *
és sírtunk, amikor Sionra gondoltunk.
A fűzfákra akasztottuk ott hangszereinket, *
mert énekszót kívántak tőlünk,
akik foglyul ejtettek minket: *
»Zengjetek dalt nekünk Sion dalaiból«,
mondták, akik elhurcoltak minket. *
Hogyan énekelhetnénk az Úr énekét
idegen földön?
Ha megfeledkezem rólad, Jeruzsálem, *
bénuljon meg a jobb kezem!
Ragadjon a torkomhoz a nyelvem, *
ha rólad meg nem emlékezem,
ha nem tartom Jeruzsálemet *
legfőbb örömömnek!
Emlékezzél meg, Uram, Edom fiairól, *
Jeruzsálemnek arról a napjáról,
amikor ők ezt mondták: »Rontsátok le! Rontsátok le, *
egészen az alapjáig!«
Babilon leánya, te nyomorult, *
boldog, aki megfizet neked
rajtunk elkövetett tetteidért!

Boldog, aki megragadja *
és sziklához vágja kisdedeidet!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jer 3,15–17)

Adok majd nektek szívem szerint való pásztorokat, akik tudással és belátással legeltetnek titeket. Ez történik majd, amikor megsokasodtok és megszaporodtok az országban: azokban a napokban – mondja az Úr –, nem beszélnek többé az ‘Úr szövetségének ládájáról,’ és nem jut eszébe senkinek; nem emlékeznek rá, nem keresik, és nem is készítik el többé. Abban az időben Jeruzsálemet hívják majd az Úr trónjának, és odagyűlnek hozzá mind a nemzetek, az Úr nevéért Jeruzsálemhez, és nem mennek többé gonosz szívük megátalkodottsága után.

2. Zsoltár

(Zsolt 138)

Hálát adok neked, Uram, teljes szívemből, *
mert meghallgattad szájam szavát.
Magasztallak az angyalok színe előtt, *
leborulok szent templomod felé,
áldást mondok nevednek irgalmadért
és igazságodért, *
mert mindenek fölött felmagasztaltad
szent nevedet.
Bármikor hívtalak segítségül, meghallgattál engem, *
és gyarapítottad az erőt lelkemben.
Hálát ad neked, Uram, a föld minden királya, *
a te szád minden szavának hallatára,
és megéneklik az Úr útjait, *

mert nagy az Úr dicsősége.
Fölséges az Úr és rátekint az alázatosakra, *
de messziről megismeri a felfuvalkodottakat.
Ha szorongatások között járok is, *
megőrzöd életemet;
Ellenségeim haragjával szemben kinyújtod kezedet, *
és jobbod megszabadít engem.
Az Úr mindezt véghezviszi értem, *
Uram, irgalmad örökkévaló:
ne vesd meg kezed alkotásait!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(ApCsel 13, 36–39)

Dávid ugyanis, miután a maga idejében Isten akaratát szolgálta, elszenderült, atyái mellé tették, s meglátta a romlást. De az, akit Isten a halálból feltámasztott, nem látott romlást. Vegyétek tehát tudomásul férfiak, testvérek, hogy őáltala hirdetjük nektek a bűnök bocsánatát, és hogy mindattól, amitől Mózes törvénye által meg nem igazulhattatok, őáltala mindenki megigazul, aki hisz.

3. Zsoltár

(Zsolt 139,1–13)

Uram, te megvizsgáltál és ismersz engem, *
tudod, ha leülök és ha fölkelek.
Messziről ismered gondolataimat,
szemmel tartod akár járok-kelek, akár pihenek. *
Előre ismered minden utamat.
Még nyelvemen sincs a szó, *
és te már érted egészen, Uram.
Minden oldalról körülveszel engem, *

és fölöttem tartod kezedet.
Oly nagy, oly csodálatos nekem ez a tudás: *
ésszel föl sem érhetem!
Hová mehetnék lelked elől, *
hová bújhatnék színed elől?
Ha fölmennék az ég magasába, te ott vagy, *
ha alászállnék az alvilágba, jelen vagy.
Ha felölteném a hajnal szárnyát, *
s a tenger szélső határára szöknék,
ott is a te kezed vezetne, *
és jobbod tartana engem.
Mondhatnám: »Borítson be a sötétség, *
s váljon éjszakává köröttem a fény«,
de neked nem sötét a sötétség, *
s az éj mint a nappal, oly világos előtted.
Fény és sötétség közt neked nincs különbség. *
Hiszen te formáltad bensőm,
s anyám méhében te szőtted a testem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Isten a kevélyeknek ellenáll, az alázatosaknak pedig kegyelmet ad.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 437.)

A lelki életet nem érheti nagyobb szerencsétlenség, mint ha a valótlanba merül el, hiszen életünket a körülöttünk és fölöttünk lévő valóságokkal való eleven kapcsolatunk élteti és táplálja. Életünk elsorvad, ha valótlansággal tápláljuk. Halálra ítéljük ezzel. Nem érhet nagyobb csapás, mint hogy ezt az értelmetlen halált összetévesztjük azzal a termékeny és önfeláldozó „halállal”, amellyel belépünk az életbe.

Regula

(Reg. Aug. I,3)

Semmit se mondjatok sajátotoknak, legyen mindenetek közös. Elöljárótok ossza ki mindegyikőtöknek az élelmet és a ruhát, azonban ne egyenlően, hanem inkább kinek-kinek szükséglete szerint, hiszen teherbírástok sem egyenlő. Így olvassátok ugyanis az Apostolok Cselekedeteiben: „Mindenük közös volt és mindenkinek adtak belőle a szükséghez mérten.” (ApCsel 4,32. 35)

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De mor. Eccl. cath.* 15,25)

A mértékletesség nem más, mint az a tiszta szeretet, amely önmagát adja annak, amit szeret; az erősség az a szeretet, amely könnyen elvisel mindent amiatt, amit szeret; az igazságosság az a szeretet, amely kizárólag azt segíti, akit szeret s amely emiatt becsülettel irányít; végül a bölcsesség az a szeretet, amely éleslátóan elválasztja azokat a dolgokat, melyek segítik, azoktól, melyek akadályozzák.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Légy áldott Uram, irgalmas Isten, legyen áldott szent és tiszteletreméltó neved mindörökké. Áldjon téged minden műved örökké. (Tób 3,11) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* IX,1,1)

Minden élvezetnél édesebb vagy, de nem a hús, s a vér számára, minden fénynél világosabb, de minden titoknál rejtettebb, minden méltóságnál fennköltebb, de nem az önmagukban fennhéjázók számára.

Harmadik hét, csütörtök, Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 139, 14–24)

Dicsőítlek téged, mert olyan csodálatosan alkottál, *
és tudom jól, milyen csodálatos minden műved!
Létem nem volt titokban előtted, *
amikor a föld ölén rejtve formálódtam.
Még alakot sem nyertek tagjaim és szemed már látott engem. *
Könyvedben már minden fel volt
jegyezve rólam:
napjaim már eltervezted, *

mielőtt egy is eltelt volna belőlük.
Milyen tiszteletreméltók előttem gondolataid,
Istenem, *
milyen hatalmas a számuk!
Megszámlálnám őket, de számosabbak a homokszemeknél, *
s ha végükre is érnék,
még mindig csak nálad tartanék.
Bárcsak megsemmisítenéd a gonoszokat, Istenem, *
és eltávolítanád tőlem
a vérszomjas embereket,
akik gonoszul beszélnek: *
hiába kelnek föl ellened.
Ne gyűlöljem, Uram azokat, akik gyűlölnek téged, *
ne utáljam ellenségeidet?
Teljes gyűlölettel gyűlölöm őket, *
ellenségeim lettek.
Vizsgálj meg Istenem és ismerd meg szívemet; *
tégy próbára és ismerd meg utaimat,
lásd, vajon a gonoszok útján járok-e, *
és vezess az örökkévalóság útján engem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Bölcs 11,25–27)

Szereted mindazt, ami van, semmit sem utálsz abból, amit alkottál. Mert ha gyűlöltél volna bármit is, meg sem teremtetted, s meg sem alkottad volna. Hogy is maradhatna meg bármi, ha te nem akarnád, és hogyan állhatna fenn, amit nem hívtál létre? Kímélsz mindent, mivel a tiéd, Uram, s az élőben leled örömedet!

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 60.2)

Igen, Krisztus valóban fölment a mennybe, s fentről küldte el a Szentlelket, de ezt csak azért mondjuk így, mert az események igazi értelmét jobban kifejezi a fentről, mint a lentről, a hátulról, az elölről, a jobbról vagy a balról. A feltámadás iránya szimbolikus jelentésű, s ebben a mozgásban a tér minden iránya mellékes. Hiszen a lélek birodalmában a mennyek országa közel van, s itt nem számít a fent és lent, az elöl és hátul, a jobbra vagy balra. A mennyországba vágyaink vezetnek el bennünket, nem pedig a két lábunkon jutunk oda. Aki ott szeretne lenni, az lelkében már ott is van.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Harmadik hét, péntek
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

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

A vízi lényt habhoz kötöd,
a szárnyasnak fenn szabsz határt,
hogy egy közös törzs sarjai
sok-sok helyet betöltsenek.

Hű szolgáidnak adj erőt,
akikre véred harmatoz,
ne ismerjék meg a bukást,
sem a halálos borzadást.

Vétkek senkit ne sújtsanak,
senkit ne fűtsön büszkeség,
ne hulljon porba a bukó,
s ki felkelt, már ne essen el.

Ezt add meg, kérünk, jó Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te, Szentlélek, Vigasztaló:
örökre egy uralkodó. Ámen.

Antifóna

Maradjatok meg a hitben szilárdan és állhatatosan!

1. Zsoltár

(Zsolt 37,23–33)

Az Úr teszi szilárddá az ember lépteit, *
és útjában kedvét leli.
Ha el is esik, sem üti meg magát, *
mert az Úr alátartja kezét.
Ifjú voltam, meg is öregedtem, *
de sohasem láttam az igazat elhagyottan,
sem gyermekét kenyeret koldulni. *
Könyörül és adakozik szüntelen,
és áldott lesz gyermeke.
Kerüld a rosszat, jót cselekedj, *
hogy megmaradhass örökkön-örökké!
Mert az Úr szereti az igazságot, *
s szentjeit el nem hagyja.

Örökre megbűnhődnek a gonoszok, *
és kipusztul az istentelenek magva;
Az igazak pedig öröklik a földet, *
s örökkön-örökké rajta laknak.
Bölcsességet beszél az igaznak szája, *
és igazságot szól nyelve.
Szívében van Istenének törvénye, *
s nem ingadozik lépése.
Leselkedik a bűnös az igazra, *
és halálra keresi;
De az Úr nem adja kezére, *
s nem ítéli el, ha ítéletet mond felette.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(2Krón 30,6b–9)

Izrael fiai, térjetek vissza az Úrhoz, Ábrahám, Izsák és Izrael Istenéhez, s akkor ő is visszatér ahhoz a maradékhoz, amely megmenekült az asszírok királyának a kezéből. Ne legyetek olyanok, mint atyáitok s testvéreitek, akik elpártoltak az Úrtól, atyáik Istenétől, miért is ő pusztulásra adta őket, miként magatok is látjátok. Ne keményítsétek meg nyakatokat, miként atyáitok, adjátok kezeteket az Úrnak, és gyertek el szent helyére, amelyet mindörökké szentté tett, szolgáljatok az Úrnak atyáitok Istenének, s akkor elfordul haragjának bosszúja tőletek. Ha ugyanis ti visszatértek az Úrhoz, akkor testvéreitek és fiaitok irgalmasságot nyernek uraik előtt, akik fogságba hurcolták őket, és visszatérhetnek erre a földre. Mert kegyes és jóságos az Úr, a ti Istenetek, és ő nem fordítja el arcát tőletek, ha ti visszatértek hozzá.

2. Zsoltár

(Zsolt 37,34–40)

Várd az Urat és őrizd meg útjait, *
ő majd felmagasztal és öröklöd a földet;
Látni fogod a bűnösök vesztét. *
Láttam az istentelent
amint mindenek fölé emelkedik, *
zöldellő cédrusként magasodik;
De íme, már nem volt ott, amikor visszatértem, *
kerestem és nem találtam.
Ügyelj az ártatlanságra és figyelj az igazságra: *
mert a békés embernek van jövője,
De egy szálig elvesznek a gonoszok, *
a bűnösök jövője pusztulás.
Megsegíti az Úr az igazakat, *
oltalmazójuk a szorongatás idején.
Megsegíti őket az Úr és megszabadítja, *
megmenti a bűnösöktől és megsegíti őket,
mert őbenne reméltek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Kol 1,9–11)

Ezért mi is, attól a naptól kezdve, hogy ezt hallottuk, szüntelenül imádkozunk és könyörgünk értetek, hogy az ő akaratának az ismerete teljes legyen bennetek, minden lelki bölcsességgel és megértéssel együtt, és az Úrhoz méltóan éljetek, mindenben az ő tetszése szerint, hogy minden jócselekedetben gyümölcsöt hozzatok, és gyarapodjatok Isten ismeretében. Erősítsen meg titeket dicsőségének hatalmából minden erővel, hogy végig kitartsatok, és béketűrők legyetek.

3. Zsoltár

(Zsolt 38, 2–9)

Uram, ne vádolj engem bosszúságodban, *
ne fenyíts meg haragodban.
Mert nyilaid belém hatoltak, *
és kezed rám nehezedik.
Haragod miatt nincs ép hely a testemen, *
bűneim miatt nincs nyugalma csontjaimnak.
Mert gonoszságaim elborítják fejemet, *
és súlyos teherként nehezednek rám.
Rothadnak és üszkösödnek sebeim, *
oktalanságom miatt.
Nyomorult lettem, egészen meggörnyedtem, *
szomorkodva járok-kelek naphosszat.
Ágyékomat gyulladás lepte el, *
nincs ép hely testemen.
Nagyon elgyötört és elcsigázott vagyok, *
szívem fájdalmában kiáltozom.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Maradjatok meg a hitben szilárdan és állhatatosan!

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 194.)

A monasztikus élet Krisztusnak nem csupán a tanulmányozását tűzi ki céljául, nemcsak elmélkedik róla, hanem követésére indul. A szerzetes arra törekszik, hogy Krisztussá változzék azáltal, hogy osztozik Krisztus szenvedésében.

Regula

(Reg. Aug.I,4-5)

Akiknek volt valamijük a világban, amikor a monostorba léptek, adják azt szívesen a közösbe. Akiknek viszont semmijük sem volt, ne keressék a monostorban azt, amivel odakint sem bírtak. Nincstelenségük ellenére mégis kapják meg, amire szükségük van, még ha szegénységük, amikor kint éltek, még a szükségest sem adta meg nekik. Ne tartsák azonban magukat boldognak csupán azért, mivel megtalálták azt a táplálékot és ruházatot, amelyet kint nem tudtak megszerezni.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*A csend szava*, 195.)

A szerzetes alapvetően arra kötelezte magát, hogy „engedelmes a halálig”. Ez azt jelenti, hogy el kell hagynia, ha nem is magát az életet, de legalábbis saját konok vágyát arra, hogy „éljen”, hogy önellátó és magabiztos egyeddé váljék.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Atyád áldásai erősebbek az örök hegyek áldásainál, az ősi

halmok kívánságánál! (Ter 49,26) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 195.)

Aki lemond önmagával kapcsolatos legdrágább álmairól, az valóságosabban meghal, mint az, aki hagyja magát megölni, valami személyes eszményéért.

Harmadik hét, péntek
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Nagyságos emberalkotó,
egyetlen törvény-rendelő;
parancsolsz, s vadakat terem
és csúszómászó fajt a föld.

A lomhatestű tárgyakat
megéleszti parancsszavad,
hogy tartsanak rendet, szabályt
és szolgálják szolgáidat.

Űzd el a szennyes szenvedélyt,
ha megrohanja népedet:

az erkölcsöt ne bontsa meg,
a tetteket ne rontsa meg.

Add meg boldog jutalmadat,
ajándékos malasztokat,
vágd el a perpatvarokat,
szőjj békét s barátságokat.

Engedd meg ezt kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökkön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Szavuk meghallgatásra talált és imádságuk felhatott az ég szent lakóhelyére.

1. Zsoltár

(Zsolt 104,13–23)

Hajlékaidból megöntözöd a hegyeket, *
és műveid gyümölcséből táplálod a földet.
Füvet sarjasztasz az állatoknak, *
és növényeket az ember szolgálatára,
kenyeret adsz a földből,
és bort, hogy vidámítsa az ember szívét; *
Hogy ragyogjon arca az olajtól,
és a kenyér erősítse az ember szívét. *
Jóllaknak az Úr fái,
s a Libanon cédrusai, amelyeket ő ültetett. *
Fészket raknak rajtuk a verebek,
és fölöttük tanyázik a gólya.
A magas hegyek a szarvasok, *
a szirtek a borzok menedéke.

Megalkottad a holdat az idő mérésére, *
a napot, amely tudja, mikor kell lenyugodnia.
Sötétséget rendelsz és leszáll az éjszaka: *
ebben mozognak az erdő vadjai,
prédáért ordítanak az oroszlánkölykök, *
s eledelt kérnek maguknak Istentől.
Ha felkél a nap, összegyűlnek, *
nyugalomra térnek tanyájukon.
Az ember kimegy dolgozni, *
és munkáját végzi egészen estig.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jer 44,21–23)

Vajon nem arra a tömjénáldozatra emlékezett-e az Úr, amelyet Júda városaiban és Jeruzsálem utcáin bemutattatok, ti és atyáitok, királyaitok, fejedelmeitek és az ország népe? Nem az jutott-e eszébe? És nem bírta tovább elviselni az Úr tetteitek gonoszságát, az utálatosságokat, melyeket műveltetek. Ezért lett országotok rommá, borzadállyá és átokká, lakó nélkül, ahogy ez ma is van. Mivel tömjént áldoztatok és vétkeztetek az Úr ellen, nem hallgattatok az Úr szavára, és nem jártatok az ő törvénye, rendelkezései és parancsai szerint, azért ért titeket ez a baj, ahogy ez ma is van.

2. Zsoltár

(Zsolt 104,24–35)

Uram, milyen nagyok a te műveid! *
Bölcsességgel teremtetted valamennyit,
és alkotásaid betöltötték a földet. *
Itt a tenger: nagy és tágas,

nyüzsög benne a számtalan hüllő, *
apró és nagy állat egyaránt.
Itt hajók szelik át, amott a Leviatán, *
amelyet arra alkottál, hogy játékát űzze benne.
Mindezek tőled várják, *
hogy idejében megadd nekik eledelüket.
Ha adsz nekik, felszedik, *
ha megnyitod kezedet, jóllaknak javaiddal.
De ha elfordítod arcodat, megrémülnek, *
ha lélegzetüket megvonod, elenyésznek,
és porrá lesznek ismét.
Kiárasztod lelkedet, s ők életre kelnek, *
és megújítod a föld színét.
Dicsőség az Úrnak mindörökké, *
örvendezzen műveinek az Úr,
akinek a tekintetére megremeg a föld, *
s érintésére füstöt vetnek a hegyek.
Énekelek az Úrnak, amíg élek, *
amíg leszek, zsoltárt zengek Istenemnek.
Beszédem legyen kedves előtte, *
én pedig az Úrban leljem gyönyörűségem.
Vesszenek el *
a bűnösök a földről,
és ne legyenek többé az istentelenek! *
Áldjad, én lelkem, az Urat!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Zsid 10,19–25)

Mivel tehát bízunk abban, testvérek, hogy Jézus vére által bemegyünk a szentélybe: ő új és élő utat nyitott meg számunkra a függönyön, azaz a saját testén keresztül. Miután van főpa-

punk Isten háza fölött, járuljunk oda igaz szívvel a hit teljességében, hintsük meg és tisztítsuk meg szívünket a rossz lelkiismerettől, és mossuk le testünket tiszta vízzel. Tartsunk ki rendületlenül reménységünk megvallása mellett – mert hűséges az, aki az ígéreteket tette –, és figyeljünk egymásra, hogy szeretetre és jótettekre buzduljunk, ne hagyjuk el összejövetelünket, mint némelyek szokták, hanem bátorítsuk egymást, annál inkább, minél inkább látjátok a napot közeledni.

3. Zsoltár

(Zsolt 106,1–5; 47–48)

Alleluja! Áldjátok az Urat, mert jó, *
mert irgalma örökkévaló.
Ki tudná elmondani az Úr nagy tetteit, *
ki tudná elbeszélni minden dicső művét?
Boldogok, akik megtartják a törvényt, *
és mindenkor az igazat cselekszik!
Gondolj ránk, Uram, néped iránti jókedvvel, *
látogass meg minket szabadításoddal,
hadd lássuk választottaid jólétét, *
hadd örvendjünk nemzeted örömének,
hadd dicsekedjünk örökségeddel. *
Szabadíts meg minket, Urunk, Istenünk,
és gyűjts össze minket a nemzetek közül, *
hogy hálát adhassunk szent nevednek,
és dicsekedhessünk dicséreteddel. *
Áldott legyen az Úr, Izrael Istene,
öröktől fogva mindörökre! *
És mondja az egész nép: »Ámen! Ámen!«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Szavuk meghallgatásra talált és imádságuk felhatott az ég szent lakóhelyére.

Rendi olvasmány

(*Contra Academicos* 1,9,25)

Minthogy mindannyian boldogok akarunk lenni, akár az igazság birtoklásával, akár annak szorgalmas keresésével lehet azt elérni, ezt kell keresnünk minden egyéb dolgunkat hátrahagyva.

Regula

(Reg. Aug. I,6)

Ne járjanak magasra emelt fejjel amiatt, hogy olyanok lettek társai, akikhez közeledni sem mertek volna a világban, hanem szívüket emeljék fel és ne a hiú földi javakat keressék. Nehogy az történjék, hogy a monostorok a gazdagoknak lesznek hasznára, a szegényeknek pedig nem, mivel az ottani gazdagok megalázkodnak, az ottani szegények viszont fölfuvalkodnak.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De beata vir.* 4,34)

Aki tehát boldog, az Isten Fiát birtokolja.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Hadd magasztaljalak, Uram, királyom! És dicsérjelek téged, szabadító Istenem! (Sír 51,1) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* VIII,12,28)

Öltözzétek föl az Úr Jézus Krisztust.

Harmadik hét, péntek, Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imád-

kozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 89,2–15)

Az Úr kegyelmét örökké éneklem, *
hűségedet nemzedékről
nemzedékre hirdeti szám.
Mert ezt mondtad: »Örök időkre épül az irgalom« *
– hűséged szilárdan áll a mennyekben. –
»Szövetségre léptem választottammal, *
megesküdtem szolgámnak, Dávidnak:
örökre megszilárdítom utódodat, *
nemzedékről nemzedékre építem trónodat.«
Csodáidat, Uram, magasztalják az egek, *
és hűségedet az egybegyűlt szentek.
Mert ki hasonló az Úrhoz a fellegek közt *
ki olyan az Isten fiai között, mint Isten?
Isten, akit rettegnek a szentek tanácsában, *
aki nagyobb és félelmetesebb
mindazoknál, akik körülötte vannak.
Uram, Seregek Istene, ki hasonló hozzád? *
Hatalmas vagy, Uram, és hűséged övez téged.
Te uralkodsz a tenger erején *
és háborgó hullámait te fékezed meg.
Te tapostad el Ráhábot, halálra sebezve, *
hatalmas karoddal szétszórtad ellenségeidet.
Tiéd az ég, és tiéd a föld, *
te alkottad a föld kerekségét és mindazt,

ami rajta van.
Te teremtetted északot és délt, *
nevedben örvendezik a Tábor és a Hermon.
Karod hatalmas, *
kezed erős, jobbod diadalmas.
Igazságosság és jog trónod alapja, *
irgalom és igazság vonulnak előtted.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(1Kol 1,15–20)

Ő a láthatatlan Isten képmása,
és minden teremtmény elsőszülöttje,
mert benne teremtetett minden az égben és a földön,
a láthatók és a láthatatlanok,
a trónusok és uralmak,
a fejedelemségek és hatalmasságok.
Minden őáltala és őérte teremtetett.
Ő előbb van mindennél,
és minden benne áll fenn.
Ő a testnek, az egyháznak a feje;
ő a kezdet, az elsőszülött a halottak közül,
hogy az övé legyen az elsőség mindenben.
Mert úgy tetszett az Atyának,
hogy benne lakjon az egész teljesség,
és hogy általa engeszteljen ki magával mindent,
ami a földön és a mennyben van,
azáltal, hogy békességet szerzett
keresztjének vérével.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 68.2)

Értsd meg világosan: lelked munkája nincs kötve egyetlen helyhez sem. Ha azonban öntudatodat szándékosan egyvalamire összpontosítod, akkor lélekben ott leszel, olyan biztosan, amilyen egyértelműen a tested éppen most egy meghatározott helyen található. Érzékeid és képességeid így „semmiből" sem tudnak maguknak táplálékot meríteni, s azt hiszik, hogy nem csinálsz semmit. Folytasd tehát ezt a „semmit tevést", egyedül Isten szeretetére hagyatkozva. Ne add föl ezt a törekvést, hanem tarts ki állhatatosan ebben a semmiben, s tudatosan vágyódj arra, hogy mindig Istent válaszd a szeretet által, őt, akit senki se birtokolhat a tudásán keresztül. A magam részéről szívesebben vagyok „sehol" a szó testi értelmében, küszködve ezzel a homályos „semmi"-vel, mint hogy valami hatalmas úrként tetszelegjek, aki oda mehet, ahová akar, s úgy élvezheti az egész világot, mintha az övé volna.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Harmadik hét, szombat
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

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 dölyfét 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 dícsérete.

Dicsérjük az örök Atyát,
dicsérjük egyszülött Fiát
s a Lelket, a Vigasztalót,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Az, aki eljövendő, eljön és nem késik.

1. Zsoltár

(Zsolt 38,10–23)

Uram, előtted van minden vágyódásom, *
sóhajom nincs elrejtve előtted;
Szívem vergődik, erőm elhagyott, *
még szemem világa sincs velem.
Ha közelednek felém barátaim és társaim, *
megállnak, akik velem tartottak,
messze maradnak.
Tőrt vetnek, akik életemre törnek, *
akik vesztemet akarják, álnokságot beszélnek,
s naphosszat cselt szőnek.
Én azonban, mint a süket, nem hallok, *
olyan vagyok mint a néma,
aki nem nyitja ki száját;

Olyanná lettem, mint az, aki nem hall, *
mint akinek nincs védekező szó a szájában.
Mert reményemet, Uram, beléd vetem, *
te meghallgatsz, Uram, én Istenem!
Hisz azt mondom: »Miattam sohase örvendjenek, *
és ha lábam meginog,
ne kérkedjenek fölöttem.«
Mert közel vagyok az eleséshez, *
fájdalmam mindenkor előttem van.
Mert megvallom gonoszságomat, *
és bánkódom bűnöm miatt.
De ellenségeim élnek és fölém kerekednek, *
sokan vannak, akik igazságtalanul gyűlölnek,
akik a jóért rosszal fizetnek, *
és bántanak, mert jóra törekszem.
Ne hagyj el engem, Uram, én Istenem, *
ne távozzál el tőlem!
Siess segítségemre, *
Uram, én szabadítóm!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Bölcs 9,1–6)

Atyáim Istene, irgalom Ura, aki szavaddal teremtettél mindeneket, és bölcsességeddel alkottad az embert, hogy uralkodjék a teremtményeken, amelyeket alkottál, hogy igazgassa a földkerekséget szentségben és igazságban, és egyenes lélekkel igazságot tegyen: add meg nekem a veled együtt trónoló bölcsességet, és ne zárj ki engem gyermekeid közül! Hiszen szolgád vagyok, szolgálód gyermeke, gyenge, rövidéltű ember, elégtelen a jog s a törvények értésére. Mert legyen bár valaki mégoly tökéletes is az emberek fiai között, a tőled eredő bölcsesség nélkül számba sem jöhet.

2. Zsoltár

(Zsolt 39,2–8)

Így szóltam: »Vigyázok útjaimra, *
hogy ne vétkezzem nyelvemmel;
féket teszek számra, *
míg a bűnös szemben áll velem.«
Elnémultam, megalázkodtam, *
hallgattam minden vigasztalás nélkül,
és fájdalmam megújult.
Szívem csak izzott bensőmben, *
amíg elmélkedtem, tűz égette lelkem.
Nyelvem szólásra indult: *
»Add tudtomra, Uram, végemet,
és napjaim számát,
hadd tudjam, milyen rövid az életem!« *
Íme napjaimat arasznyivá tetted,
s létem olyan előtted, mint a semmi. *
Bizony csak hiábavalóság minden élő ember.
Bizony mint az árnyék, elmúlik az ember, *
bizony hiába is fáradozik;
Halmozza a kincset és nem tudja, *
ki gyűjti majd be azt.
Nos hát, miben reménykedjem Uram? *
Csak benned van reménységem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Tim 2,2–6)

Mindenekelőtt arra kérlek tehát, tartsatok könyörgéseket, imádságokat, esedezéseket és hálaadásokat minden emberért: a királyokért és minden feljebbvalóért, hogy békés és

csendes életet élhessünk, telve istenfélelemmel és tisztességgel. Ez jó és kedves a mi Üdvözítő Istenünk előtt, aki azt akarja, hogy minden ember üdvözüljön és eljusson az igazság ismeretére. Hiszen egy az Isten, és egy a közvetítő is Isten és az emberek között: az ember Jézus Krisztus, aki odaadta önmagát váltságul mindenkiért, tanúságot téve a maga idejében.

3. Zsoltár

(Zsolt 39,9–14)

Ragadj ki engem minden gonoszságomból, *
ne tégy ki az esztelenek gyalázatának.
Elnémulok, nem nyitom ki számat, *
mert te tetted ezt velem.
Vedd le rólam csapásaidat, *
mert elpusztulok kezed ütései alatt.
Gonoszságáért fenyítéseiddel bünteted az embert; *
s kezed alatt pókhálóként elenyészik élete.
Bizony, hiábavaló minden ember! *
Hallgasd meg, Uram, könyörgésemet,
fogadd füledbe esdeklésemet. *
Ne hagyd válasz nélkül könnyeimet, *
hisz vándor vagyok én tenálad
és zsellér, mint atyáim mindnyájan.
Fordítsd el rólam haragod, hogy enyhülést leljek, *
mielőtt eltávoznék, hogy ne legyek többé!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Az, aki eljövendő, eljön és nem késik.

Rendi olvasmány

(*Conf.* VIII,11,27)

Feltűnt szűzi méltóságában az önmegtartóztatás: derűsen, de nem féktelen jókedvvel, hanem nemes nyájassággal hívott, hogy jöjjek, ne habozzak, s kitárta elém jó példák tömegével teli kezét, hogy befogadjon és keblére öleljen.

Regula

(Reg. Aug. I,7)

Ezzel szemben azok, akik a világban valakinek látszottak, ne vessék meg azon testvéreiket, akik szegénysorból érkeztek ebbe a szent közösségbe. Inkább arra törekedjenek, hogy ne gazdag rokonaik méltóságával, hanem szegény testvéreik társaságával büszkélkedjenek. Ne kérkedjenek, ha a közös élethez javaikkal valamiképp hozzájárultak, és azért, mert gazdagságukat odaadják a monostornak, ne legyenek kevélyebbek, mint ha ugyanazt a világban élveznék. Minden más gonoszság rossz tettekben válik nyilvánvalóvá, a gőg azonban befurakodik a jó tettekbe, hogy azok tönkremenjenek. És mit használ a javakat szétosztani a szegényeknek és szegénnyé lenni, ha a szerencsétlen lélek a gazdagság megvetése által még gőgösebb lesz, mint akkor volt, amikor azt birtokolta?

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Ench.* 31,117)

Akinek ugyanis helyes a szeretete, kétségkívül helyes a hite és helyes a reménye, aki viszont nem szeret, az hiába hisz.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Szeretjük Isten szülötteit, ha Istent szeretjük, és parancsait teljesítjük. (1Jn 5,2) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ench.* 31,117)

A Krisztusban való hit az – ezt köti az Apostol is lelkünkre –, amely a szeretet révén működik; s amivel a szeretetben még nem rendelkezik, azt kéri, hogy elnyerje, keresi, hogy megtalálja,s kopogtat, hogy ajtót nyissanak neki.

Harmadik hét, szombat
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Száll a tüzes nap lefelé,
szívünkben, örök napvilág,
boldog Egység és Háromság,

gyujtsd fel a szeretet tüzét.

Téged dicsér reggel dalunk,
este is eléd járulunk.
Engedj áldanunk Tégedet,
a mennyeiek közepett.

Az Atyának és Fiúnak,
s Szentlélekisten, neked is,
miképpen volt, mindenkoron
és mindörökké glória! Ámen.

Antifóna

Nézzétek, mekkora szeretetet tanúsított irántunk az Atya, hogy Isten gyermekeinek neveznek, és azok is vagyunk!

1. Zsoltár

(Zsolt 107,1–14)

Alleluja! Áldjátok az Urat, mert jó, *
mert irgalma örökkévaló.
Így szóljanak azok, akiket megváltott az Úr, *
akiket megszabadított az ellenség kezéből,
s egybegyűjtött az országokból, *
napkeletről és nyugatról, északról és délről.
Kietlen pusztában bolyongtak, *
nem találtak utat lakott város felé.
Éhséget és szomjúságot szenvedtek, *
a lélek elepedt bennük.
De szorongatásukban az Úrhoz kiáltottak, *
s ő gyötrelmükből kiragadta őket.
Ráterelte őket a helyes útra, *
és lakott városhoz jutottak.
Áldják tehát az Urat irgalmasságáért, *

az emberek fiaival művelt csodáiért,
mert a szomjazók elteltek *
és az éhezőket eltöltötte minden jóval.
Sötétségben, a halál árnyékában ültek, *
vasra verve, nyomorban,
mert ellene szegültek Isten szavának, *
és megvetették a Fölséges tanácsát.
Ezért nyomorúsággal törte meg szívüket, *
elestek és nem volt, aki fölsegítse őket.
De szorongatásukban az Úrhoz kiáltottak, *
s ő gyötrelmükből kiragadta őket.
Kihozta őket a sötétségből s a halál árnyékából, *
és összetörte bilincseiket.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Préd 11,7–10)

Édes a fény, és a szemnek jó, ha látja a napot! Akárhány évet ér is meg az ember, lelje örömét mindegyikben, de emlékezzék meg a sötét időről, és arról a sok napról, amelyek, amikor eljönnek, hiúságnak mutatják az elmúltakat. Örvendj, ifjú, fiatal korodban, és légy jó kedvvel ifjúságod napjain! Kövesd szíved hajlamát, és azt, amit szemed lát! De tudd meg, hogy mindezekért Isten törvény elé idéz! Űzd el a búbánatot szívedből és tartsd távol a bajt testedtől, hisz az ifjúkor és az élvezet is csak hiúság!

2. Zsoltár

(Zsolt 107,15–30)

Áldják tehát az Urat irgalmasságáért, *
az emberek fiaival művelt csodáiért,

hogy összetörte az érckapukat, *
s összezúzta a vas-zárakat.
Balgaságba estek gonoszságuk útján, *
nyomorba jutottak hamisságuk miatt.
Minden étket megutált a lelkük, *
s a halál kapuihoz közeledtek.
De szorongatásukban az Úrhoz kiáltottak, *
s ő gyötrelmükből kiragadta őket.
Elküldte igéjét és meggyógyította őket, *
és kimentette őket a sírveremből.
Áldják tehát az Urat irgalmasságáért, *
az emberek fiaival művelt csodáiért,
mutassanak be neki hálaáldozatot, *
és hirdessék ujjongva tetteit.
Amikor hajókon tengerre szálltak, *
s a nagy vizeken kereskedtek,
látták az Úr cselekedeteit, *
csodatetteit a tenger mélységeivel.
Szavára szélvész keletkezett, *
s az magasra verte a hullámokat.
Ők az égig emelkedtek és a mélységbe süllyedtek; *
Kétségbeestek a veszedelemben.
Szédelegtek, tántorogtak, mint a részeg, *
és minden bölcsességük odalett.
De szorongatásukban az Úrhoz kiáltottak, *
s ő gyötrelmükből kiragadta őket.
A szélvészt szellővé változtatta, *
és lecsendesedtek a habok.
És amíg ők örültek, hogy nyugtuk lett, *
elvezette őket abba a kikötőbe,
amelybe törekedtek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Róm 15,1–6)

Nekünk azonban, akik erősek vagyunk, kötelességünk, hogy elviseljük az erőtlenek gyengeségeit, és ne a magunk kedvét keressük. Mindegyiktek igyekezzen keresni felebarátjának kedvét, javát és épülését! Hiszen Krisztus sem kereste a maga kedvét, hanem amint meg van írva: »Szidalmazóid szidalmai rám hullottak«. (Zsolt 69,10) Márpedig minden régi Írást a mi okulásunkra írtak meg, hogy reménységünk legyen az Írásokból származó béketűrés és vigasztalás által. A béketűrés és a vigasztalás Istene pedig adja meg nektek, hogy Jézus akarata szerint egyetértés legyen köztetek, hogy egy lélekkel és egy szájjal dicsőítsétek Jézus Krisztusnak, a mi Urunknak Istenét és Atyját!

3. Zsoltár

(Zsolt 107,31–43)

Áldják tehát az Urat irgalmasságáért, *
az emberek fiaival művelt csodáiért;
Magasztalják őt a nép gyülekezetében, *
és dicsérjék őt a vének tanácsában.
Folyóvizeket tett pusztasággá, *
vízforrásokat sivataggá,
termékeny földet szikes pusztává *
lakóinak gonoszsága miatt.
De tóvá változtatott sivatagot, *
és vizek forrásává olyan földet,
amelyen víz nem volt.
Éhezőket telepített le ott *
és lakóhelyül várost építettek.
Bevetették a mezőket, szőlőt ültettek, *
és bőséges termésre tettek szert.
Megáldotta őket, nagyon megsokasodtak, *
s nagyszámú állatot adott nekik.
Majd megfogyatkoztak és nyomorogtak *

a bajok és a fájdalmak súlya alatt.
Gyalázatot bocsátott az előkelőkre, *
és bolyongani hagyta őket úttalan utakon.
De kisegítette az ínségből a szegényeket, *
és juhnyájakhoz tette
hasonlóvá nemzetségeiket.
Látják ezt az igazak és örvendeznek, *
és befogja száját minden gonoszság.
Ki olyan bölcs, hogy fölfogná ezeket, *
és megértené az Úr irgalmasságát?

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Nézzétek, mekkora szeretetet tanúsított irántunk az Atya, hogy Isten gyermekeinek neveznek, és azok is vagyunk!

Rendi olvasmány

(*Ep. 130* 9,18)

A hitből, reményből és szeretetből fakadó állandó vágyakozásunkkal állandóan imádkozunk.

Regula

(Reg. Aug. I,8)

Éljetek tehát mindnyájan békében és egyetértésben, kölcsönösen tiszteljétek egymásban Istent, akinek templomai lettetek.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Ep. 130* 16,29)

Imádkozz reményben, imádkozz hittel és szeretettel.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Ezért magasztallak, Uram, a pogányok előtt, dicsőítő éneket zengek nevednek. (2Sám 22,51) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* VIII,3,8)

Megholt és megelevenedett, elveszett és megtaláltatott; mindenhol nagyobb alkalmatlanság előzi meg a nagyobb örömet.

Harmadik hét, szombat, Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 87)

Szent hegyeken vetette meg alapjait, *
jobban szereti Sion kapuit az Úr,
mint Jákob többi hajlékát.
Dicsőséges dolgokat mond rólad, Isten városa! *
Ráhábot és Babilont azok között említem,
akik ismernek engem;
Íme Filisztea, Tírusz és Etiópia népe: *
mind ott született.
Sionról mondják majd: »Ez is, az is ott született, *

és maga a Fölséges erősíti meg.«
Bejegyzi majd az Úr, a népek könyvébe: *
»Ezek itt születtek.«
Körtáncban fogják majd énekelni: *
»Minden forrásom tebenned fakad.«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Kol 1,12-14)

Örömmel adjatok hálát az Atyának,
aki méltókká tett titeket arra,
hogy nektek is részetek legyen a szentekkel a világosságban.
Kiragadott minket a sötétség hatalmából,
s áthelyezett szeretett Fiának országába.
Benne van a mi megváltásunk,
a bűnök bocsánata.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 70.3)

Bármilyen sokat megtudhatunk is a teremtett szellemi világról, értelmünk sohase lesz képes felfogni azt a teremtetlen szellemi valóságot, aki Isten. Negatív tudással azonban megközelíthetjük őt. Mindarról, amit ismerünk, kimondjuk: ez nem Isten, amíg el nem jutunk arra a pontra, ahol a tudásunk kimerül. Ezért mondta Szent Dionysius: „Legistenibb tudásunkat Istenről a nem-ismerésen keresztül szerezhetjük meg.” (...) Előbb

említett egyetlen mondatán kívül mégsem akarom tovább idézni sem őt, sem más mestereit a benső életnek. Voltak idők, amikor a szerénységhez tartozott az, hogy semmit se mondjunk anélkül, hogy ne hivatkoznánk a Szentírásra és elismert mesterekre. Manapság azonban már csak a tudálékosok tesznek így, azért hogy a tudásukat fitogtassák. Nem akarlak tehát ilyesmivel terhelni, hiszen úgyse vennéd hasznát. Akinek füle van a hallásra, hallgasson rám, és aki hajlandó hinni nekem, az vésse szívébe: nincsen más út ezen kívül.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Negyedik hét, vasárnap
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Fényességosztó, bőkezű,
ki fényt árasztva gazdagon
az éjnek gyászát oszlatod,
s a nap világa tűz le ránk.

Igaz fényesség csak te vagy,
nem hajnal törpe csillaga,
mely a jövendő napsugárt
szegényes fénnyel jelzi csak,

hanem napnál is teljesebb
verőfény, tűző napvilág;
szívünk legmélyebb rejtekén
sugárzó fényed átragyog.

Szív tisztasága győzze le
lázongó vérünk vágyait;
a tiszta testnek temploma
őrizze lelkünk kincseit.

Krisztus, kegyelmes nagy Király,
adassék néked hódolat,
Atyád áldjuk s a Lelket is
idők végéig szüntelen. Ámen.

Antifóna

Dicsérjétek az Urat, mert irgalmassága mindörökké tart.

1. Zsoltár

(Zsolt 40,2–10)

Várva-vártam az Urat, s ő lehajolt hozzám. *
Meghallgatta könyörgésemet,
kihúzott a nyomorúság verméből, *
a sár fertőjéből;
Lábamat kősziklára helyezte, *
lépésemet biztossá tette.
Új éneket adott számba, *
Istenünket dicsérő szózatot.
Sokan látják és félelem fogja el őket, *
s az Úrba vetik reményüket.
Boldog az az ember, aki az Úrba vetette reményét, *
s aki nem tart a gőgösöktől,
a hazugságra vetemedőktől.

Sokat tettél értünk, Uram, én Istenem, *
csodáiddal és terveiddel:
nincs hozzád hasonló senki sem!
Hirdetni akarom őket és beszélni róluk, *
de túl sok ahhoz, hogy számba vehetném.
Vágóáldozatot és ételáldozatot nem kívántál, *
hanem testet készítettél nekem.
Égő- s bűnért való áldozatot nem követeltél, *
ezért így szóltam: »Íme, eljövök!
A könyvtekercsben meg van írva rólam, *
hogy teljesítsem akaratodat.
Ezt akarom, én Istenem, *
törvényed a szívemben van.«
Nagy gyülekezet előtt hirdetem igazságodat; *
Íme nem tartom vissza ajkamat,
Uram, te tudod!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Mal 3,8–12)

Vajon ember megcsalhatja-e Istent? Márpedig ti megcsaltatok engem! És kérditek: ‘Miben csaltunk meg téged?’ A tizedekben és a zsengékben! Az ínség átka van rajtatok, és ti mégis megcsaltok engem, az egész nép. Hordjátok csak be az egész tizedet a csűrbe, hogy legyen élelem a házamban; és tegyetek engem ezzel próbára – mondja az Úr –, hogy vajon nem nyitom-e majd meg nektek az ég csatornáit, és nem árasztok-e bőséges áldást rátok? Ráparancsolok majd értetek a sáskára, hogy ne pusztítsa el földetek gyümölcsét, és a szőlő nem lesz meddő a mezőn – mondja a Seregek Ura. – Akkor majd boldognak hirdet titeket minden nemzet, mert kívánatos ország lesztek – mondja a Seregek Ura.

2. Zsoltár

(Zsolt 40,11–18)

Igazságodat nem rejtem el szívemben, *
hűségedet és segítségedet hirdetem.
Nem titkolom irgalmadat és hűségedet *
a nagy gyülekezetben.
Te, Uram, ne vond meg irgalmadat tőlem; *
Kegyelmed és hűséged
tartson fenn mindenkor engem,
mert számtalan veszély környékez; *
utolértek gonoszságaim,
fel sem tudok tekinteni,
számosabbak, mint a hajszál fejemen, *
és a szívem is elhagyott engem.
Teljék kedved, Uram, megmentésemben, *
Uram, siess segítségemre.
Jöjjenek zavarba mind és szégyenüljenek meg, *
akik életemre törnek, hogy elvegyék.
Hátráljanak meg és piruljanak, *
akik rosszat akarnak nekem.
Dermedjenek meg zavarukban, *
akik azt mondják: »Úgy kell neked!«
Ujjongjanak s örvendezzenek benned *
mindazok, akik téged keresnek;
»Magasztaltassék az Úr!« – mondják mindenkor, *
akik örvendeznek szabadításodon.
Bár én koldus vagyok és szegény, *
az Úr majd gondoskodik rólam.
Segítőm és szabadítóm te vagy, *
Istenem, ne késlekedj!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(ApCsel 5,7–21)

Felállt ekkor a főpap, és mindnyájan, akik vele tartottak – vagyis a szaddúceusok pártja –, elteltek irigységgel. Elfogták az apostolokat, és a nyilvános börtönbe vetették őket. Az Úr angyala azonban éjjel kinyitotta a börtön ajtaját, kivezette őket, és azt mondta: »Menjetek, álljatok ki és hirdessétek a templomban a népnek a tanítást erről az életről.« Miután ezt hallották, virradatkor bementek a templomba és tanítottak.

3. Zsoltár

(Zsolt 41)

Boldog, aki a szegénynek gondját viseli! *
A nyomorúság napján megmenti őt az Úr.
Az Úr megtartja őt és élteti, boldoggá teszi a földön, *
és nem adja át ellenségei dühének.
Az Úr megsegíti őt fájdalmainak ágyán; *
Enyhülést adsz neki,
valahányszor betegen fekszik.
Így szóltam: »Uram, kegyelmezz nekem, *
gyógyíts meg, bár vétettem ellened!«
Ellenségeim rosszat mondanak rólam: *
»Mikor hal meg, hogy neve is kivesszen?«,
s ha eljön valaki, hogy meglátogasson, *
hiábavalóságot beszél;
Szíve megszedi magát gonoszsággal, *
kimegy az utcára és kibeszéli.
Suttog ellenem minden ellenségem, *
rosszat terveznek ellenem.
»Átok borult rá, ha lefekszik, nem kel föl többé.« *
Még jó barátom is, akiben reméltem,
aki kenyeremet ette, felemelte sarkát ellenem. *
Te azonban, Uram, légy hozzám irgalmas,

állíts talpra engem, *
hadd fizessek meg nekik!
Abból tudom majd meg, hogy bennem kedved leled, *
hogy ellenségem nem örvendezik fölöttem.
Felkarolsz engem ártatlanságomért, *
és színed elé állítasz mindörökké.
Áldott legyen az Úr, Izrael Istene, *
öröktől fogva mindörökké. Ámen! Ámen!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Dicsérjétek az Urat, mert irgalmassága mindörökké tart.

Rendi olvasmány

(*De sancta virginitate* 30,30)

Ebben a hitben, reményben és szeretetben tudtatok lemondani a házasságról: nem mintha tiltva lett volna, hanem mert magasabbra akartatok emelkedni.

Regula

(Reg. Aug. II,2-4)

Az oratóriumban senki se tegyen mást, mint azt, amire az a hely való, és amiről nevét kapta. Ha tehát egyesek a megállapított órákon kívül is imádkozni akarnak, mert idejük engedi, ne akadályozza őket olyasvalaki, aki úgy véli, ott valami más teendője van. Amikor zsoltárokkal és himnuszokkal Istenhez imádkoztok, szívetek arról elmélkedjék, amit ajkatokkal kimondtok. Csak azt énekeljétek, amiről olvassátok, hogy énekelni kell. Ha nem ének van előírva, ne énekeljetek.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Conf.* VIII,7,16)

Te újból szembeállítottál önmagammal, hogy felfedezzem bűnömet és meggyűlöljem. Tudtam róla, de eltitkoltam, megtűrtem, s elfeledtem.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Ne viszonozzátok a rosszat rosszal, sem a szidalmat szidalommal, inkább mondjatok áldást; hisz arra vagytok hivatva, hogy áldás legyen az örökrészetek. (1Pt 3,9) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ench.* I,5)

Amikor a hit gyökere már az értelembe is behatolt (...), ennek a tökéletes látásában áll a boldogság csúcsa.

Negyedik hét, vasárnap
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Isten, világot alkotó,
világ sarkait forgató,
ki napnak ékes fényruhát,
éjnek kegyelmes álmot adsz:

pihenéstől a lanka test
munkára nyerjen új erőt,
a frissült lélek vessen el,
búbánatot s aggályokat.

Hálát mondunk a tűnt napért,
mikor leszáll az éj.
Bűnösöket hogy megsegíts,
vedd fogadalmas himnuszunk.

Krisztust imádjuk s az Atyát
és kettejük Lelkét velük:
egy Háromság, egy hatalom,
fogadd imánk kegyelmesen. Ámen.

Antifóna

Az ég segítsége legyen veletek!

1. Zsoltár

(Zsolt 86,1–10)

Hajtsd hozzám, Uram, füledet, hallgass meg, *
mert nyomorult és szegény vagyok.
Őrizd meg életem, mert kedves vagyok előtted; *
Mentsd meg, Istenem,
szolgádat, aki benned bízik.
Könyörülj rajtam, Uram, *
mert hozzád kiáltok egész nap!
Örvendeztesd meg szolgádat, *
mert hozzád emelem, Uram, lelkemet.
Mert te, Uram, jóságos vagy és szelíd, *
nagy irgalmú mindazokhoz,
akik téged segítségül hívnak.
Figyelj, Uram, imádságomra, *
hallgass könyörgésem szavára!
Hozzád kiáltok szorongatásom idején, *
mert te meghallgatsz engem.
Uram, nincs az istenek közt tehozzád hasonló, *
semmi sem fogható a te műveidhez.
A nemzetek, amelyeket alkottál, mindnyájan eljönnek, *
leborulnak előtted, Uram és dicsőítik nevedet,
mert nagy vagy te és csodákat művelsz: *
egyedül te vagy Isten.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 26,2–8)

Nos tehát – mondja az Úr –, térjetek hozzám teljes szívetekből, böjttel, sírással és jajgatással. Szaggassátok meg szíveteket,

nem pedig ruhátokat, és térjetek meg az Úrhoz, a ti Istenetekhez, mert jóságos ő és irgalmas, türelmes és nagyirgalmú, és szánakozik a bajok felett.

2. Zsoltár

(Zsolt 86,11–17)

Uram, vezess engem utadon, hogy igazságodban járjak; *
Szívemet tedd egyszerűvé, hogy félje nevedet.
Teljes szívemből dicsérlek, Uram, én Istenem, *
és mindörökké magasztalom nevedet,
mert nagy a te irgalmad irántam, *
kiragadtad lelkemet az alvilág mélyéből.
Isten, gonoszok keltek fel ellenem *
és erőszakosak serege tör életemre,
és nem vesznek figyelembe téged.
De te, Uram, könyörületes és irgalmas Isten vagy, *
türelmes, nagy irgalmú és igaz.
Tekints rám, könyörülj rajtam, add szolgádnak erődet, *
szabadítsd meg szolgálód fiát.
Add jelét rajtam jóságodnak, *
hogy gyűlölőim lássák, és szégyent valljanak,
minthogy te, Uram, megsegítesz *
és megvigasztalsz engem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Kor 15,53–55)

Ennek a romlandó testnek romolhatatlanságba kell öltöznie, és ennek a halandó testnek halhatatlanságba kell öltöznie. Amikor pedig ez a romlandó test romolhatatlanságba öltözik,

és ez a halandó halhatatlanságba, akkor beteljesedik az ige, amely írva van: »Elnyelte a halált a diadal. Halál, hol a te győzelmed? Halál, hol a te fullánkod?« (Óz 13,14)

3. Zsoltár

(Zsolt 85)

Megkegyelmeztél országodnak, Uram, *
véget vetettél Jákob fogságának.
Megbocsátottad néped vétkét, *
betakartad minden bűnét.
Visszatartottad nagy haragodat, *
elfordítottad felindulásod hevét.
Állíts helyre minket, szabadító Istenünk, *
s fordítsd el rólunk haragodat!
Vagy örökre haragszol ránk, *
és kiterjeszted haragodat
nemzedékről nemzedékre?
Ugye felénk fordulsz és életre keltesz minket *
és néped örvendezhet majd tebenned?
Mutasd meg nekünk, Uram, irgalmasságodat, *
és szabadításodat add meg nekünk.
Hadd halljam meg, mit szól hozzám az Úr Isten, *
hisz ő békét hirdet nemzetének,
szentjeinek, s mindazoknak,
akik megtérnek szívükben.
Bizony, közel van üdvössége azokhoz, akik félik őt, *
hogy dicsőség lakozzék országunkban.
Az irgalom és az igazság egymásra lelnek, *
csókot vált az igazságosság és a béke.
Hűség sarjad a földből *
és igazság tekint le az égből.
Valóban, az Úr megadja kegyelmét, *
és földünk megtermi gyümölcsét.
Igazságosság jár előtte, *
s követi az úton lépteit.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Az ég segítsége legyen veletek!

Rendi olvasmány

(*Ord.* II,2,6)

A bölcs azonban Istenre összpontosítja figyelmét, abban leli örömét, ami örökké megmarad, nem várja, hogy legyen, nem fél, hogy megszűnik, hanem annak örvend, ami valós és mindenkor jelenvaló.

Regula

(Reg. Aug. III,1)

Testeteket az ételben és az italban böjttel és önmegtagadással fékezzétek meg, amennyire egészségtek megengedi. Ha azonban valaki nem tud böjtölni, legalább étkezésen kívül ne vegyen magához semmi ételt, hacsak nem beteg.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De sancta vir.* 35,35)

Kétségtelenül Krisztusban kell látnunk a legfőbb tanítást és a szűzi érintetlenség példáját.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Tekints le szent helyedről, magasságos mennyei lakóhelyedről, s áldd meg népedet! (Mtörv 26,15) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De sancta vir.* 51,52)

A szüzesség őre tehát a szeretet, az őr pedig az alázatban lakik.

Negyedik hét, vasárnap
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 76)

Ismeretes Júdában Isten, nagy a neve Izraelben. *
Sálemben van sátra, és a Sionon van lakása.
Ott törte össze a villogó nyilakat, *
a pajzsot, kardot és a harci eszközöket.
Ragyogsz, te Fölséges, a pusztító hegyekről. *
Kifosztották a büszke szívűeket,
álomba merültek, kezüket sem
találták az erős férfiak.
Feddésedtől, Jákob Istene, *

megdermedt a ló és a szekér.
Rettenetes vagy te, ki állhat ellened, *
ha felgerjed haragod?
A mennyből hallattad ítéletedet; *
Megrendült és elcsöndesedett a föld,
amikor Isten ítéletre kelt, *
hogy megszabadítson
minden szelídet a földön.
Mert még az ember haragja is téged dicsőít, *
s ünnepnapot ülnek neked,
akik megmenekültek haragodtól.
Tegyetek fogadalmat és rójátok le az Úr Istennek; *
Mind, aki körülötte van,
ajándékot vigyen a Rettenetesnek,
aki megtöri a fejedelmek gőgjét, *
aki rettenetes a föld királyai számára!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Neh 9,5–6)

Rajta! Áldjátok az Urat, a ti Isteneteket
örökkön-örökké!
Áldott legyen dicsőséges és magasztos neved
minden áldással és dicsérettel!
Te vagy az Úr! Egyedül csak te!
Te alkottad a mennyet,
a legmagasabb mennyet is
minden seregével együtt;
a földet és mindent, ami rajta van;
a tengereket és mindent, ami bennük van.
Te adsz életet mindezeknek,
s a mennyei sereg leborulva imád téged.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 75.5)

Isten a maga irgalmas tekintetével nem azt nézi, hogy milyenek voltunk vagy vagyunk, hanem azt, hogy mik leszünk. Szent Gergely azt állítja, hogy „minden szent vágy növekszik azáltal, hogy beteljesülése késlekedik. Sohasem volt szent az a vágy, amelyik idővel képes elhalványodni." Ha valaki egyre kisebb örömet talál abban, hogy újra fölfedezi magában korábbi és tudatos vágyát a jóra, akkor vágyai sohasem voltak szentek. Szent Ágoston erről a szent vágyról beszél, amikor azt mondja, hogy „a jó keresztény egész élete nem áll másból, mint szent vágyakozásból".

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Negyedik hét, hétfő
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Jézus, angyalok éke te,
a fülnek édes éneke,
a szájnak: méz, csodatele,
a szívre: nektár ihlete.

Ki téged ízlel, rád ehűl,
ki itt, új kortyra lelkesül,
más vágyra többé nem hevűl,
csak Jézust óhajt egyedül.

Ó édes, édes Jézusom,
lelkem reménye, vígaszom,
szívemben ezt kiáltozom,
könnyek között sóhajtozom.

Maradj Uram, maradj velünk,
légy napsugárunk, légy derünk,
a lélek ködeit elűzd
és a világi keserűt.

Jézus, Szűzanya bimbaja,
szívünknek édes óhaja,
téged illet imánk dala,
s a boldog ország trónusa. Ámen.

Antifóna

Ujjongjatok Istennek, minden földek, énekeljetek, örvendjetek, zengjetek!

1. Zsoltár

(Zsolt 42)

Amint a szarvas kívánkozik a forrás vizéhez, *
úgy kívánkozik lelkem tehozzád, Istenem!
Szomjazza lelkem az erős, élő Istent: *
mikor jutok oda, hogy Isten
színe előtt megjelenjek?
Éjjel-nappal könnyem a kenyerem, *
hiszen napról-napra azt mondják nekem:
»Hol van a te Istened?«
Kiöntöm lelkemet és arra emlékezem, *
hogyan vonultam a csodás hajlék helyére,
az Isten házához
hangos ujjongással és hálaadással, az ünneplő sokasággal. *

Miért vagy szomorú, lelkem,
miért háborogsz bennem?
Bízzál Istenben, mert fogom még áldani őt, *
arcom üdvösségét, az én Istenemet!
Lelkem elcsüggedt bennem, azért rád gondolok *
a Jordán és a Hermon földjéről,
a Miszár hegyéről.
Örvény örvényt hív elő, amíg harsognak zuhatagjaid: *
mind áthaladnak rajtam árjaid és hullámaid.
Nappal kegyességét küldi nekem az Úr, *
s éjjel neki szól énekem:
imádkozom éltem Istenéhez.
Ezt mondom Istennek: »Oltalmazóm, *
miért feledkezel meg rólam?
Miért kell szomorúan járnom-kelnem, *
miközben sanyargat engem ellenségem?«
Amíg csontjaimat törve, gyaláznak elnyomóim, *
és napról-napra azt mondják nekem:
»Hol van a te Istened?«
Miért vagy szomorú, lelkem, *
miért háborogsz bennem?
Bízzál Istenben, mert fogom még áldani őt, *
arcom üdvösségét, az én Istenemet!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jer 23,5–6)

Íme, jönnek napok – mondja az Úr –, amikor igaz sarjat támasztok Dávidnak; királyként uralkodik majd, és okosan cselekszik, jogot és igazságot szolgáltat az országban. Napjaiban megszabadul Júda, és Izrael biztonságban lakik; ez lesz a neve, amelyen szólítják: Az Úr a mi igazságunk.

2. Zsoltár

(Zsolt 43)

Szolgáltass nekem igazságot, Istenem, *
kelj ügyem védelmére
az istentelen nemzetséggel szemben;
A gonosz és álnok embertől szabadíts meg engem! *
Hisz te vagy, Isten, az én menedékem,
miért vetsz el engem?
Miért kell szomorúan járnom-kelnem, *
miközben sanyargat engem ellenségem?
Küldd el világosságodat és igazságodat, *
hadd vezessenek és vigyenek el engem
szent hegyedre s hajlékodba.
És bemegyek Isten oltárához, *
ujjongásom örömének Istenéhez,
és lantszóval dicsérlek téged, Isten, én Istenem. *
Miért vagy szomorú, lelkem,
miért háborogsz bennem?
Bízzál Istenben, mert fogom még áldani őt, *
arcom üdvösségét, az én Istenemet!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Zsid 1,1–4)

Sokszor és sokféle módon szólt hajdan Isten az atyákhoz a próféták által, ezekben a végső napokban pedig Fia által szólt hozzánk, akit a mindenség örökösévé rendelt, aki által a világokat is teremtette, s aki – mivel az ő dicsőségének fénye és lényegének képmása, és mindent fenntart hatalmának igéjével –, miután a bűnöktől megtisztulást szerzett, a Fölség jobbján ül a magasságban. (Zsolt 110,1) Annyival kiválóbb lett az

angyaloknál, amennyivel különb nevet örökölt náluk.

3. Zsoltár

(Zsolt 44,2–8)

Isten, tulajdon fülünkkel hallottuk, *
atyáink beszélték el nekünk,
mit műveltél napjaikban, *
a hajdankor napjaiban.
Nemzeteket szórt szét kezed, őket pedig elültetted, *
népeket sanyargattál meg,
őket pedig kiterjesztetted.
Nem kardjukkal szereztek országot, *
s nem karjuk juttatta diadalra őket,
hanem a te jobbod, a te karod, *
s arcod ragyogása,
mert bennük lelted kedvedet.
Te vagy az én királyom és Istenem, *
te küldesz segítséget Jákobnak.
Általad ökleljük ellenségeinket, *
neveddel tiporjuk le támadóinkat.
Mert nem az íjamban bízom, *
nem a kardom hoz szabadulást nekem.
Sanyargatóinktól te mentesz meg minket, *
és te szégyeníted meg gyűlölőinket.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Ujjongjatok Istennek, minden földek, énekeljetek, örvendjetek, zengjetek!

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 120.)

Azokat, akiket szeretünk, a krisztusi szeretet megerősít saját egyéniségükben, saját lényük titkában, Istenről való gondolataikban, szabad szeretetükben mindazok iránt, akik őbenne élnek. Ez a szeretet Istenhez vezet, mert őtőle indul el. A lelkeket egységbe fogja, amely olyan bensőséges, mint az Istennel való egységünk. Minél közelebb vagyunk Istenhez, annál közelebb vagyunk azokhoz, akik közel vannak hozzá. Csak úgy érthetünk meg igazán másokat, ha szeretjük őt, aki saját lényük mélységeiben érti meg őket.

Regula

(Reg. Aug. III,2,3,)

Amikor asztalhoz ültök, míg csak onnan fel nem keltek, hallgassátok zajongás és vita nélkül, amit a szokás szerint olvasnak. Ne csak ajkatok fogadja az ételt, hanem fületek is éhezze Isten igéjét. Ha a korábbi életmódjuk miatt gyengébb alkatúak más ételt kapnak, ez ne keltsen visszatetszést, se ne tűnjék igazságtalanságnak azok számára, akiket más életmód erősebbé tett. Ne tartsák szerencsésebbnek azokat, akik olyasmit vesznek magukhoz, amit ők nem esznek, inkább örüljenek, hogy ők bírják, amit amazok nem bírnak.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*A csend szava*, 106.)

Hiba volna tehát azt gondolni, hogy a szerzetesi hivatás lényege a nyilvános imádság. A szerzetes valóban imádkozik másokért és az egész Egyházért. De ez nem egyetlen, sőt nem is elsődleges értelme az életének. Még kevésbé igazolhatja a saját létét a tanítással, az írással, a Szentírás vagy a gregorián ének tanulmányozásával, vagy földműveléssel és állattenyésztéssel. Sok tehén él a világon, amelyet nem szerzetesek gondoznak.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Megáldom azokat, akik áldanak téged, s megátkozom azokat, akik átkoznak téged. (Ter 12,3) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 106.)

A szerzetesi hivatás Isten végtelen transzcendenciájáról tesz tanúságot.

Negyedik hét, hétfő
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Ó Jézus, rád emlékezés
legigazabb örvendezés.
Te édesebb vagy, mint a méz,
ha édesen szívünkbe térsz.

Nincs szó a földön kedvesebb,
nincs dallam zengőbb, édesebb,
gondolni szebbet nem lehet,
mint Jézus, édes szent neved.

A bűnbánó benned remél,
mily jó vagy ahhoz, aki kér!
Mit nyer aki nyomodba tér,
de hát még aki el is ér!

A nyelv, a szó elégtelen,
betű leírni képtelen,
csak hogyha élem, érezem,
Jézust szeretni mit teszen.

Te légy, ó Jézus, örömünk,
jövendő égi örökünk,
tebenned nyerjünk koronát
századok századain át. Ámen.

Antifóna

Virrasszatok és imádkozzatok, hogy kísértésbe ne essetek! A lélek ugyan kész, de a test erőtlen.

1. Zsoltár

(Zsolt 84)

Milyen kedvesek a te hajlékaid, Seregek Ura! *
Sóvárogva vágyakozik lelkem az Úr udvaraiba.
Szívem és testem ujjong az élő Isten után. *
Hiszen a veréb házat talál magának,
a gerlice fészket, ahová fiait helyezze: *
a te oltáraidnál, seregek Ura,
én királyom és én Istenem!
Milyen boldogok, Uram, akik házadban lakhatnak: *
magasztalhatnak téged örökkön örökké!
Boldog az az ember, akit te segítesz, *
akinek szíve zarándokútra készül.
Átkelnek a kiaszott völgyön és forrássá teszik azt, *
és a korai eső is áldásodba öltözteti.
Erősségről erősségre mennek, *
mígnem meglátják az istenek Istenét a Sionon.
Uram, Seregek Istene, hallgasd meg imádságomat, *
vedd füledbe, Jákob Istene!
Oltalmazó Istenünk, tekints ide, *
nézz fölkentednek arcára!
Mert jobb egy nap a te udvaraidban, *
mint más helyen ezer.
Inkább akarok a küszöbön lenni Istenem házában, *
mint a gonoszok sátraiban lakni.
Mert nap és védőpajzs az Úr Isten, *
kegyelmet és dicsőséget ad az Úr,
nem vonja meg javait azoktól, *
akik ártatlanságban járnak.

Seregek Ura, boldog az az ember, *
aki tebenned bízik!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Préd 5,12–16)

Van még egy keserves nyomorúság, amelyet a nap alatt láttam: a gazdagság, amelyet birtokosa a saját vesztére tartogat. Az ilyennek vagyona ugyanis nagy csapás folytán tönkremegy, és ha fia született, az végső ínségre jut. Amint mezítelenül jött ki anyja méhéből, úgy megy el innen, és semmit sem visz magával abból, amit fáradsággal szerzett. Már az is keserves nyomorúság, hogy amint jött, úgy is kell elmennie. Mit használ tehát neki, hogy szelet hajszolt? Hozzá még az, hogy élete minden napján sötétben költi el ételét, sok gondban, nyomorúságban és bánatban.

2. Zsoltár

(Zsolt 81)

Örvendjetek Istennek, a mi segítőnknek, *
ujjongjatok Jákob Istenének.
Kezdjetek énekelni és szóljon a dob, *
a szép hangú lant és a hárfa.
Fújjátok a harsonát újholdkor, *
és holdtöltekor, ünnepünk napján.
Ez Izrael törvénye, *
Jákob Istenének parancsa.
Bizonyságául rendelte ezt Józsefnek, *
amikor kivonult Egyiptom földjéről.
Ismeretlen beszédet hallottam: *
»Megszabadítottam hátát a tehertől,

kezét a rabszolgakosártól.
Szorongatásodban segítségül hívtál, s én megszabadítottalak, *
meghallgattalak a fergeteg rejtekéből,
a Meriba vizénél próbára tettelek.
Halljad, én népem, hadd intselek! *
Izrael, bárcsak meghallgatnál engem!
Ne legyen más isten közötted, *
ne imádj idegen istent!
Mert én vagyok a te Urad, Istened, *
aki kihoztalak téged Egyiptom földjéről:
nyisd ki szádat és én megtöltöm.
De népem nem hallgatott szavamra, *
s Izrael nem figyelt rám.
Ezért ráhagytam őket szívük keménységére, *
hadd menjenek a saját fejük után.
Ha népem rám hallgatott volna, *
ha Izrael az én útjaimon járt volna,
rögtön megaláztam volna ellenségeit, *
s üldözőire vetettem volna kezemet.
Hízelegnének neki az Úr ellenségei, *
s idejük örökké tartana.
Táplálnám őket a búza javával, *
és jóltartanám mézzel a kősziklából.«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Ef 5,15–21)

Gondosan ügyeljetek tehát arra, hogyan éltek, ne mint esztelenek, hanem mint bölcsek. Jól használjátok fel az időt, mert rossz napokat élünk! Ne legyetek tehát ostobák, hanem értsétek meg, hogy mi az Úr akarata! Ne részegedjetek le bor-

tól, mert abból erkölcstelenség fakad, inkább teljetek el Lélekkel! Magatok közt zsoltárokat, szent dalokat és lelki énekeket zengjetek, énekeljetek és zengedezzetek szívetekben az Úrnak! Adjatok hálát mindenkor mindenért a mi Urunk Jézus Krisztus nevében az Istennek és Atyának! Engedelmeskedjetek egymásnak Krisztus félelmében!

3. Zsoltár

(Zsolt 82)

Áll az Isten az istenek gyülekezetében, *
s ítélkezik az isteneken:
»Meddig ítéltek még hamisan, *
és meddig vagytok tekintettel
a gonoszok személyére?
Szolgáltassatok igazságot a szűkölködőnek s az árvának, *
juttassátok jogához a nyomorultat
és a szegényt!
Szabadítsátok meg a szegényt *
és a szűkölködőt mentsétek ki
a gonoszok kezéből!«
De ők sem nem tudnak, sem nem értenek, *
sötétben járnak; mind meginognak
ezért a föld alapjai.
Én azt mondtam: »Ti istenek vagytok, *
mindnyájan a Fölséges fiai.«
De meghaltok, mint más ember, *
elhullotok, mint akármelyik főember.
Kelj fel, Isten! Ítéld meg a földet, *
mert a te örökséged minden nemzet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Virrasszatok és imádkozzatok, hogy kísértésbe ne essetek! A lélek ugyan kész, de a test erőtlen.

Rendi olvasmány

(*Ord.* I,3)

Saját magát sem ismeri az ember. Önmaga megismeréséhez mégiscsak arra van szükség, hogy elszakadjon érzékeitől, magába mélyedjen, és önmagába forduljon. Ezt azonban csupán azok érik el, akik a mindennapi élet során szerzett vélt sebeiket magányos visszavonultsággal égetik ki, vagy a szabad művészetekkel orvosolják.

Regula

(Reg. Aug. III,4)

S ha azoknak, akik monostorba lépésük előtt előkelőbb életmódot szoktak meg, valami olyan ételt, ruhát, fekvőhelyet és takarót adnak, amit az erősebbeknek s ezért szerencsésebbeknek nem adnak, fontolják meg azok, akiknek nem adnak, hogy emezek világi életükhöz képest milyen szerény körülmények közé jutottak, jóllehet a testileg edzettebbek igénytelenségét soha nem tudják elérni. Ha néhányan többet kapnak, nem kell mindenkinek ugyanazt akarnia. Ez ugyanis nem tiszteletből, hanem inkább megértésből történik. Nem fordulhat elő az a felháborító visszásság, hogy a monostorban, ahol a gazdagok, amennyire csak lehet, szűkösen élnek, a szegények dúskáljanak.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.

℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*A csend szava*, 107.)

A kolostorba hívó kegyelem többet kíván, mint fizikai környezetünk megváltoztatását. Minden igazi szerzetesi hivatás magába foglalja a teljes belső megtérést is. Ezt a megtérést sohasem eredményezheti pusztán az öltözékük megváltoztatása vagy a szigorúbb életszabályokhoz való alkalmazkodás.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Uram Isten, te mondtad és áldásod meg is fogja áldani szolgád házát mindörökké. (2Sám 7,29) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 107.)

A szerzetesi hivatás lényege az, hogy a magányba hív, a lemondás és az imádság életére, azért, hogy egyedül Istent keressük.

Negyedik hét, hétfő
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 71.2–11)

Igazságodban szabadíts meg, és ments meg engem! *
Hajlítsd hozzám füledet és nyújts segítséget!
Légy oltalmam sziklája, *
és erős váram, hogy megszabadíts engem,
mert te vagy az én erősségem és menedékem! *
Istenem, szabadíts meg a bűnös kezéből,
s a törvényszegő és a gonosz kezéből! *
Hisz te vagy az én reménységem, Uram;
Te vagy, Uram, ifjúkorom óta bizodalmam. *

Születésem óta rád támaszkodom,
anyám méhétől te vagy oltalmazóm; *
Szüntelenül rólad szól dicséretem.
Szinte csodája lettem sokaknak, *
mert te erős segítőm vagy.
Teljék meg szám dicséreteddel, *
egész nap fenségeddel!
Ne vess el engem vénségem idején, *
amikor erőm megfogyatkozik,
ne hagyj el engem!
Mert ellenségeim ellenem beszélnek, *
s akik életemre leselkednek,
együtt tanakodnak.
Így szólnak: »Isten elhagyta, *
vegyétek űzőbe, fogjátok meg,
hisz nincs, aki megszabadítsa!«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Jel 15,3b–4)

Nagyok és csodálatosak a te műveid,
Uram, mindenható Isten!
Igazságosak és igazak a te útjaid,
nemzetek Királya!
Ki ne félne téged, Uram,
és ki ne magasztalná nevedet?
Mert egyedül te vagy szent,
hisz minden nemzet eljön
és leborul színed előtt,
mert ítéleteid nyilvánvalóvá lettek!

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.

℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 72.1)

Fontos tudnod, hogy a benső életben a saját élményeinket (vagy azok hiányát) sohase tekinthetjük mércének mások számára. Akik hosszadalmas munkával jutottak el a szemlélődéshez, és ritkán élvezhetik annak tökéletes gyümölcsét, azok könnyen tévedhetnek, ha a saját tapasztalatuk alapján formálnak véleményt másokról, akár szóban, akár csak gondolatban is. Hasonlóképpen tévedhet az is, aki gyakran, szinte tetszése szerint bármikor megtapasztalja a szemlélődés örömét, ha ennek alapján értékel másokat. Nem érdemes időt fecsérelned ilyen összehasonlítgatásokra.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Negyedik hét, kedd
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Örök tündöklő Napvilág,
halandó népnek egy remény,
a Fönségesnek egy Fia,
a tiszta Szűznek magzata:

a felkelőknek jobbod add,
a szív keljen föl józanul,
s az Úrnak zengje lángolón
a hála méltó énekét.

A hajnalcsillag már ragyog,
az egyetlen fényt hirdeti,
az éjszakák homálya fogy,
minket szent fényed töltsön el.

Maradjon bennünk ez a fény,
világnak éjét űzze el,
s minden nap, minden pillanat
szívünket tisztán tartsa meg.

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

Krisztus, kegyelmes nagy Király,
neked s Atyádnak tisztelet,
s a Szentléleknek is veled,
időtlen századok során. Ámen.

Antifóna

Hiszek! Segíts hitetlenségemen!

1. Zsoltár

(Zsolt 44,9–20)

Mindennap Istenben dicsekszünk, *
és a te nevedet magasztaljuk mindörökké.
De most elvetettél és szégyenben hagytál minket, *
nem vonultál ki seregeinkkel, ó Isten.
Megfutamítottál ellenségeink előtt, *
és gyűlölőink fosztogatnak minket.
Vágójuhok gyanánt odaadtál minket, *
szétszórtál a nemzetek között.

Népedet ár nélkül eladtad, *
nem lettél gazdagabb a cserével.
Kiszolgáltattál szomszédaink gyalázásának, *
azok nevetésének és gúnyolódásának,
akik körülöttünk laknak.
Példabeszédül vetettél minket a nemzeteknek, *
fejüket csóválgatják fölöttünk a népek.
Egész nap szemem előtt van szégyenem, *
s arcom gyalázata elborít engem,
hogy gúnyolódót és szidalmazót kell hallanom, *
ellenséget és üldözőt kell látnom.
Mindez ránk szakadt, pedig mi nem feledtünk el téged, *
nem szegtük meg szövetségedet.
Szívünk nem fordult el tőled, *
és nem tértek el ösvényeink a te utaidtól,
noha kiűztél minket a sakálok helyére, *
és beborítottál minket a halál árnyékával.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jób 5,8–18)

Én pedig az Úrhoz fordulnék kéréssel, Isten elé terjeszteném ügyemet, aki nagyokat visz végbe, s amiket nem lehet kifürkészni, csodákat, amiknek nincsen száma; aki esőt bocsát a föld színére, és vízzel öntözi az egész határt, hogy az alázatosakat felemelje, s a szomorúakat jólétbe helyezze; aki széttépi a ravaszok fondorkodását, hogy kezük ne vihesse véghez, amit kezdtek; aki megfogja a bölcseket saját csalárdságukkal, és meghiúsítja az álnokok terveit: fényes nappal sötétbe botlanak, délben úgy tapogatnak, mint éjjel; aki megmenti a szegényt szájuk pallosától, s a nyomorban élőt az erősnek karjá-

tól; így reménye nyílik a szegénynek, a gazság pedig befogja száját. Boldog az az ember, akit Isten megfenyít! Meg ne vesd tehát az Úr feddését! Ő sebet ejt ugyan, de be is kötözi, megver – de keze gyógyít is.

2. Zsoltár

(Zsolt 44,21–26)

Ha Istenünk nevét elfeledtük volna, *
ha más istenek felé tártuk volna kezünket,
nemde számonkérné azt Isten? *
Hiszen ő ismeri a szív rejtekeit.
Ámde minket mindenkor teérted gyilkolnak, *
és levágásra szánt juhoknak tartanak.
Ébredj fel, miért alszol, Uram? *
Ébredj fel, ne taszíts el végleg!
Miért fordítod el arcodat, *
s felejted el ínségünket és szorongatásunkat?
Hisz lelkünk a porba hanyatlott, *
testünk a földhöz tapadt.
Kelj, Uram, segítségünkre, *
és irgalmadban válts meg minket!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Jak 4,7–10)

Engedelmeskedjetek tehát Istennek; az ördögnek pedig álljatok ellen, és futni fog tőletek. Közeledjetek Istenhez, és ő közeledni fog hozzátok. Tisztítsátok meg kezeteket, bűnösök, és tisztítsátok meg szíveteket, ti kettős lelkűek! Keseregjetek, szomorkodjatok és siránkozzatok, nevetésetek forduljon gyászra, és örömötök szomorkodásra. Alázkodjatok meg az Úr színe előtt, és ő felmagasztal titeket.

3. Zsoltár

(Zsolt 46)

Menedékünk és erőnk az Isten, *
a ránk zúdult számos bajban ő a mi segítőnk.
Nem félünk tehát, rendüljön bár meg a föld, *
merüljenek bár a tenger mélyére a hegyek.
Zúgjanak bár és háborogjanak vizei, *
rendüljenek meg bár erejétől a hegyek.
Folyó árja örvendezteti meg Isten városát, *
a Fölséges megszentelt hajlékát.
Isten lakik benne: nem inog meg, *
mielőtt megvirrad, megsegíti őt Isten.
Nemzetek háborogtak, országok inogtak, *
de ő hangját hallatta és megrendült a föld.
Velünk van a seregek Ura, *
Jákob Istene a mi menedékünk!
Jöjjetek és lássátok az Úr műveit, *
csodáit, amelyeket a földön végbevitt.
Megszünteti a háborúkat mindenütt a föld széléig, *
széttöri az íjakat és összezúzza a fegyvereket,
tűzben égeti el a pajzsokat. *
Álljatok meg és lássátok,
hogy én vagyok az Isten:
magasztalni fognak engem a nemzeteknek, *
s magasztalni fog a föld.
Velünk van a seregek Ura, *
Jákob Istene a mi menedékünk!.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Hiszek! Segíts hitetlenségemen!

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 40.)

Nem ajánlatos gyakorlat és tapasztalat nélkül próbálkozni saját tudatalattink mélyeinek föltárásával. De legalább fogadjuk el, hogy létezik és van jelentősége, és tudjuk alázatosan beismerni, hogy nem tudunk mindent önmagunkról, hogy nem vagyunk szakértői saját életünk irányításának. Nem volna szabad olyan rettenetesen komolyan vennünk tudatos terveinket és elhatározásainkat. Könnyen előfordulhat, hogy nem vagyunk Isten vértanúi vagy misztikusai, apostolai vagy vezetői vagy szerelmesei, bár annak képzeljük magunkat. Lehet, hogy tudatalattink erre már sokféleképpen próbált figyelmeztetni minket, de mi önelégülten és makacsul elzártuk fülünket a valóság elől.

Regula

(Reg. Aug. IV,1-3)

Ruházatotok ne legyen feltűnő. Ne ruháitokkal, hanem magatartásotokkal akarjatok tetszeni. Amikor útra keltek, menjetek együtt. Miután odaértetek, ahová indultatok, maradjatok együtt. Járástokban, magatartástokban, viselkedéstekben semmi se legyen, ami bárki tekintetét sértené. Viselkedjetek megszentelt életállapototokhoz illően.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Ord.* II,2,5)

Aki csupán azt tudja, amit testi érzékszervein keresztül felfog, nézetem szerint nemcsak hogy Istennel, de még önmagával sincs összhangban.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Ó, mily szép és mily gyönyörűséges, ha a testvérek egyetértésben élnek! (Zsolt 133,1) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Exp. in Lucam* 6,36)

Erkölcsi mesterünk (Krisztus), aki magáról példát ad másoknak, de ő maga a tanító is, s ő maga saját parancsainak teljesítője.

Negyedik hét, kedd
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Áldjon az ember,
drága Teremtő,
szívbeli szóval,
béke dalával,
mert a világon
nem kicsi pont ő.

Nincsen a földön
semmi hasonló:
mert a te képed
egymaga hordja
lelke lakában,
tiszta szívében.

Isteni fenség,
fény Ura: áldás
töltse be szívünk,
ülje meg ajkunk,
szent te, szeressünk
minden időben! Ámen.

Antifóna

A jót keressétek, ne a rosszat.

1. Zsoltár

(Zsolt 77,2–11)

Hangosan kiáltok az Úrhoz, *
hangosan kérem Istent, hogy figyeljen rám.
Szorongatásom napján Istent keresem, *
éjjel is hozzá emelem kezeimet:
nem lankadnak el.
Nem akar megvigasztalódni a lelkem. *
Sóhajtozom, ha Istenről elmélkedem,
eleped a lelkem, ha rá gondolok.
Szememet ébren tartod, *
nyugtalan vagyok, beszélni sem tudok.
A hajdani időkre gondolok, *
a régmúlt esztendők járnak eszemben.
Szívem elmélkedik éjszaka, *
gondolkodom és töpreng a lelkem.
Vajon örökre elvet Isten, *
s nem kegyelmez többé?
Végleg elfogyott irgalma, *
elmarad nemzedékről nemzedékre
szálló ígérete?
Elfelejtette Isten a könyörületességet, *
vagy haragjában visszatartja irgalmát?
Így szóltam: »Az az én bajom, *
hogy megváltozott a Fölségesnek jobbja.«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jo 4,18–20)

Azon a napon a hegyek édes musttól csepegnek, s a halmokon tej folyik. Júda minden patakjában víz ömlik, forrás fakad az Úr házából, és megöntözi a Tövisek völgyét. Egyiptom pusztasággá lesz, és Edom kietlen sivataggá, mert gonoszságot cselekedtek Júda fiai ellen, és ártatlan vért ontottak földjükön. De lakott lesz majd Júda mindörökké, és Jeruzsálem nemzedékről nemzedékre. Megbosszulom vérüket, nem hagyom büntetés nélkül. És az Úr majd a Sionon lakik.

2. Zsoltár

(Zsolt 77,12–21)

Megemlékezem az Úr cselekedeteiről, *
megemlékezem csodáidról,
amelyeket kezdettől műveltél,
Elmélkedem minden műveden, *
és végzéseiddel foglalkozom.
Isten, szentséges a te utad; *
Ki olyan nagy Isten, mint a mi Istenünk?
Te vagy az Isten! Te csodákat művelsz, *
megmutattad a népeknek hatalmadat.
Karoddal megváltottad népedet, *
Jákob és József fiait.
Láttak téged, Isten, a vizek,*
láttak téged a vizek és remegtek,
és reszkettek a mélységek.
A felhők ontották a vizet, *
megzendültek a fellegek, nyilaid repültek.
Mennydörgésed zengett a forgószélben, *
villámaid beragyogták a földkerekséget,
rengett a föld és remegett.
Tengeren vitt át utad, *

nagy vizeken vezetett át ösvényed
és lábad nyoma nem volt látható.
Mint juhnyájat vezetted népedet *
Mózes és Áron kezével.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Gal 6,7–10)

Ne vezessétek félre magatokat: Istent nem lehet kijátszani. Mert amit az ember vet, azt fogja aratni is; hiszen aki testének vet, a testből arat majd romlást, aki pedig a Léleknek vet, a Lélekből arat majd örök életet. Ne fáradjunk bele a jótettekbe, mert ha el nem lankadunk, annak idején majd aratni is fogunk. Tehát amíg időnk van, tegyünk jót mindenkivel, főképpen pedig hittestvéreinkkel.

3. Zsoltár

(Zsolt 76)

Ismeretes Júdában Isten, *
nagy a neve Izraelben.
Sálemben van sátra, *
és a Sionon van lakása.
Ott törte össze a villogó nyilakat, *
a pajzsot, kardot és a harci eszközöket.
Ragyogsz, te Fölséges, *
a pusztító hegyekről.
Kifosztották a büszke szívűeket, *
álomba merültek,
kezüket sem találták az erős férfiak.
Feddésedtől, Jákob Istene, *
megdermedt a ló és a szekér.

Rettenetes vagy te, ki állhat ellened, *
ha felgerjed haragod?
A mennyből hallattad ítéletedet; *
Megrendült és elcsöndesedett a föld,
amikor Isten ítéletre kelt, *
hogy megszabadítson
minden szelídet a földön.
Mert még az ember haragja is téged dicsőít, *
s ünnepnapot ülnek neked,
akik megmenekültek haragodtól.
Tegyetek fogadalmat és rójátok le az Úr Istennek; *
Mind, aki körülötte van,
ajándékot vigyen a Rettenetesnek,
aki megtöri a fejedelmek gőgjét, *
aki rettenetes a föld királyai számára!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

A jót keressétek, ne a rosszat.

Rendi olvasmány

(*De continentia* 2,5)

S ezzel azon, amit a nemi szervek megfékezésében gyakorolt szemérmesség miatt szoktak leginkább és sajátlagosan önmegtartóztatásnak nevezni, semmilyen kihágás nem ejt sebet, ha ezt az önmegtartóztatást, melyről fennebb beszéltünk, szívünkben őrizzük.

Regula

(Reg. Aug. IV,4)

Ha netán nőt láttok, ne szögezzétek rá szemeteket. Amikor

kimentek a monostorból, nem tilos ugyan nőket látnotok, bűn viszont őket megkívánni, vagy tőlük várni ugyanezt. A nők iránti vágy nem csupán az érintés és az érzelem által ébred fel, hanem már a tekintet is kölcsönösen vágyat ébreszt. Ne mondjátok, hogy tiszta lelkűek vagytok, ha szemetek tisztátalan, mert a tisztátalan szem a tisztátalan szív hírnöke, és az egymásba kapcsolódó tekintetek, bár hallgat a nyelv, tisztátalan szívekről tanúskodnak, melyek a testi vágy következtében kölcsönös hevületben lelik örömüket. A testek érintetlenek maradnak ugyan a tettlegesség szennyétől, az igazi tisztaság azonban már elhagyta erkölcsi énjüket.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Ord.* 2,18,47)

Önmagunk ismerete ugyanis méltóvá tesz minket a boldog életre, Isten keresése pedig boldoggá.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Áldott legyen Urunknak, Jézus Krisztusnak Istene és Atyja, aki Krisztusban minden mennyei, lelki áldással megáldott minket. (Ef 1,3) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ord.* II,7,20)

Istent birtokolni nem más, mint Isten jelenlétét élvezni.

Negyedik hét, kedd
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 71,12–24)

Isten, ne távozz el tőlem; *
Én Istenem, siess segítségemre!
Jussanak szégyenbe, *
pusztuljanak életem ellenségei.
Borítsa szégyen és gyalázat azokat, *
akik nekem rosszat akarnak!
Én azonban mindenkor reménykedem, *
és szüntelen dicsérlek téged.
Egész nap jótéteményeidet *
és igazságosságodat hirdeti szám,
bár elsorolni sem tudom.
Hirdetem az Úr hatalmas tetteit, *
Uram, csak igazságodról elmélkedem.
Isten, te ifjúkorom óta oktattál engem; *
Mindmáig hirdetem csodáidat.
Öregségemre s aggkoromra *
se hagyj magamra, Isten,
hogy hirdethessem az egész jövendő nemzedéknek karod erejét. Hatalmadat, *
és igazságodat, amely égig ér, Isten,
aki nagy dolgokat cselekedtél:
Isten, ki hasonló hozzád? *
Milyen sok nehéz szorongatást
engedtél megérnem,
de aztán ismét életet adtál nekem, *
s a föld mélységeiből újra visszahoztál engem.
Hozzám fordulsz, naggyá teszel *
és megvigasztalsz engem.
Magasztalom is hűségedet hárfával, Istenem, *
hárfával zengek neked éneket, Izrael Szentje.
Örvendezik majd ajkam, ha neked énekelek, *
és lelkem, amelyet megmentesz;
Nyelvem is egész nap hirdeti igazságodat, *

mert zavarba és szégyenbe jutnak,
akik rosszat akarnak nekem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Fil 2,5–11)

Ugyanazt az érzést ápoljátok magatokban,
amely Krisztus Jézusban is megvolt,
aki, bár Isten alakjában létezett,
nem tartotta Istennel való egyenlőségét olyan dolognak,
amelyhez mint zsákmányhoz ragaszkodnia kell,
hanem kiüresítette önmagát,
szolgai alakot vett fel,
és hasonló lett az emberekhez,
külsejét tekintve úgy jelent meg, mint egy ember.
Megalázta magát, engedelmes lett a halálig,
mégpedig a kereszthalálig.
Ezért Isten felmagasztalta őt,
és olyan nevet adott neki,
amely minden más név fölött van,
hogy Jézus nevére hajoljon meg minden térd
az égben, a földön és az alvilágban,
és minden nyelv vallja,
hogy »Jézus Krisztus az Úr!«
az Atyaisten dicsőségére.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 55.1)

Az ellenség más módon is képes rászedni az embereket. Fellobbantja bennük a buzgóság tüzet, hogy harcoljanak Isten törvényeiért azáltal, hogy megpróbálják gyökerestül kiirtani a bűnt mások szívéből. Ezek előtt nem fog nyíltan megmutatkozni, és nem fogja őket olyasmire csábítani, ami nyilvánvalóan rossz. Ehelyett arra ösztönzi őket, hogy valami buzgó főpap szerepében tetszelegjenek, aki a keresztény élet tisztasága fölött őrködik, ahogyan például egy apát vigyáz a szerzeteseire. Boldog-boldogtalannak szemrehányást tesznek a hibái miatt, mintha az ő gondjukra lenne bízva a lelkük. Úgy érzik, le kell leplezniük minden hibát, különben Isten haragja sújt le rájuk. Azt állítják, hogy Isten és a felebarát szeretete indítja őket. Mindez azonban hazugság, mert a pokol tüze tör fel értelmükben és képzeletükben.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Negyedik hét, szerda
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Sápadoz lassan köde már az éjnek,
kél a hajnalfény remegő sugára.
Forduljunk immár a világ Urához
hangos imával.

Minden bűnöshöz legyen Ő kegyelmes.
Aggódásunkat kegyesen elűzze,
s adja meg nékünk soha el nem múló
béke jutalmát.

Adja meg mindezt Atyaisten nékünk.
Adja meg nékünk örök Egyszülöttje,
és a Szentlélek, kit imád az ének
mind a világon. Ámen.

Antifóna

Téríts magadhoz, Uram, és megtérünk.

1. Zsoltár

(Zsolt 45,2–10)

Szívem ünnepi szózattól árad, *
a királynak zengem dalomat.
Nyelvem, mint a gyorsíró vesszeje. *
Ékesebb vagy az emberek fiainál,
kedvesség ömlik el ajkadon, *
azért áldott meg téged örökre az Isten.
Kösd fel derekadra kardodat, te hős, *
dicsőségedet és ékességedet.
Kelj útra ékességedben és haladj diadallal *
a hűségért, a szelídségért és az igazságért.
Csodákra tanítson jobb kezed: *
hegyes nyilaid népeket terítenek le eléd
a király ellenségeinek szívébe hatolnak.
Királyi trónod, Isten, örökké áll, *
kormánypálcád az igazság pálcája.
Szereted az igazságot, gyűlölöd a gonoszságot, *
azért kent fel téged Isten, a te Istened,
az öröm olajával, társaid felett.
Mirha, áloé és kasszia árad ruháidból, *
elefántcsont-palotákból hárfa gyönyörködtet.
Királyleányok vannak díszes udvarodban; *
jobbodon a királyné áll, Ofír aranyától ékesen.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Szof 3,18–20)

Elfordítom felőled a balsorsot, hogy többé ne legyen gyalázatod miatta. Íme, én megölöm abban az időben mindazokat, akik sanyargattak téged; megmentem a sántát, és összegyűjtöm a szétszórtakat. És dicsértekké és híresekké teszem őket gyalázatuknak egész földjén, abban az időben, amikor visszahozlak titeket, és abban az időben, amikor összegyűjtelek titeket; mert híresekké és dicsértekké teszlek titeket a föld minden népe előtt, amikor majd jóra fordítom sorsotokat szemetek láttára – mondja az Úr.

2. Zsoltár

(Zsolt 45,11–18)

Halljad, leányom, figyelj, hajtsd ide füledet, *
feledd el népedet és atyád házát.
Íme, a király kívánja szépségedet. *
Hiszen ő a te urad, hódolj előtte.
Ajándékkal esdik majd tekintetedet Tírusz leányai, *
s valamennyien a nép gazdagjai.
Belül csupa szépség a király leánya, *
kívül arannyal átszőtt ruha takarja.
Hímzett öltözetben vezetik a királyhoz, *
szűz társnői követik, hozzád vezetik őket.
Örvendezve, ujjongással bevezetik őket, *
bevonulnak a király házába.
Atyáid helyébe fiaid születnek, *
az egész világ fejedelmeivé teszed őket.
Megemlékezem nevedről mindenkor, nemzedékről-nemzedékre, *

s dicsérni fognak érte a népek mindenkor
és örökkön-örökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Ef 4,23–30)

Újuljatok meg gondolkodástok szellemében, és öltsétek magatokra az új embert, aki Isten képére teremtetett, valóban igaz és szent emberként. Éppen ezért szakítsatok a hazugsággal, és mindenki mondjon igazat felebarátjának, hiszen tagjai vagyunk egymásnak. Ha haragszotok is, ne vétkezzetek; a nap ne nyugodjék le haragotok fölött, és ne adjatok helyet az ördögnek. Aki lopott, többé ne lopjon, hanem inkább dolgozzék, és saját kezével szerezzen javakat, hogy legyen miből adnia a szűkölködőnek. Semmiféle gonosz beszéd ne kerüljön ki szátokból, csak olyan, amely, ahol szükséges, alkalmas az építésre, hogy kegyelmet közöljön a hallgatókkal. Ne szomorítsátok meg Isten Szentlelkét, aki által meg vagytok pecsételve a megváltás napjára.

3. Zsoltár

(Zsolt 43)

Szolgáltass nekem igazságot, Istenem, *
kelj ügyem védelmére
az istentelen nemzetséggel szemben;
A gonosz és álnok embertől szabadíts meg engem! *
Hisz te vagy, Isten, az én menedékem,
miért vetsz el engem?
Miért kell szomorúan járnom-kelnem, *
miközben sanyargat engem ellenségem?
Küldd el világosságodat és igazságodat, *

hadd vezessenek és vigyenek el engem
szent hegyedre s hajlékodba.
És bemegyek Isten oltárához, *
ujjongásom örömének Istenéhez,
és lantszóval dicsérlek téged, Isten, én Istenem. *
Miért vagy szomorú, lelkem,
miért háborogsz bennem?
Bízzál Istenben, mert fogom még áldani őt, *
arcom üdvösségét, az én Istenemet!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Téríts magadhoz, Uram, és megtérünk.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 75.)

Ha szenvedés közben nem akarunk megrekedni a saját nyomorúságunkban, akkor a mienknél nagyobb szenvedésre kell gondolnunk, s a kereszten függő Krisztus felé kell fordulnunk. Hogy gyűlölet nélkül szenvedhessünk, Jézus szeretetével ki kell űznünk a keserűséget a szívünkből. Hogy a kárpótlás reménye nélkül szenvedhessünk, a Jézussal való egységben kell megtalálnunk egész békénket.

Regula

(Reg. Aug. IV,5)

Aki nőre szegezi tekintetét, s kedvére van, ha az meg őreá néz, ne gondolja, hogy más nem látja, amikor így tesz. Nagyon is látják, méghozzá olyanok, akikre nem is gondol. De ám maradjon rejtve és ne lássa senki emberfia, hogyan kerüli el annak vigyázó tekintetét, aki elől semmit sem lehet elrejte-

ni? Vagy azért tételezzük fel, hogy nem látja, mivel annál türelmesebben lát, minél bölcsebb? Isten nemtetszésétől féljen tehát a szentségre törekvő férfi, hogy ne akarjon bűnös módon nőnek tetszeni. Őrá gondoljon, aki mindent lát, hogy ne tekintsen bűnösen nőre. Őtőle ajánlatos ilyenkor félnie, akiről írva van: „Utálatos az Úr előtt a gonosz tekintet.” (Péld 27,20)

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De bono vid.* 18,22)

Nem az számít, aki plántál, s nem az, aki öntöz, hanem Isten, aki növel. Hiába tenne meg ugyanis mindent a munkás kívülről, ha a Teremtő belülről, láthatatlan módon nem működne.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Uram, mentsd meg népedet, áldd meg örökségedet, kormányozd és tedd naggyá őket mindörökké! (Zsolt 28,9) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Pat.* 18)

Jó tetteik ugyanis nem előzték meg Isten irgalmasságát, hanem követték.

Negyedik hét, szerda
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Egek szentséges Istene,
ki tűzsugárral színezed
a föld világos tájait
s szépségül fényt lehelsz reá,

ki felgyujtod negyed napon
a lángos napkorong tüzét,
s törvényes utat írsz a hold
s a kóbor csillagok elé,

hogy napvilágot s éjszakát
törvény mesgyéje messe szét,
és biztos jel hirdesse ki
a hónapoknak kezdetét:

űzd el a szívek éjjelét,
mosd le a lélek szennyesét,
vedd le a vétek kötelét
s a bűntudat malomkövét.

Engedd meg ezt, kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökkön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Gyöngeségeimmel dicsekszem, hogy Krisztus ereje lakozzék bennem.

1. Zsoltár

(Zsolt 70)

Isten, fordítsd figyelmedet megmentésemre, *
Uram, siess segítségemre!
Jöjjenek zavarba és szégyenüljenek meg, *
akik életemre törnek!
Hátráljanak meg, valljanak szégyent, *
akik rosszat akarnak nekem.
Hátráljanak meg és piruljanak, *
akik az életemre törnek.
Ujjongjanak és örvendezzenek benned *
mindazok, akik téged keresnek!
»Magasztaltassék az Úr!« – mondják mindenkor, *
akik örvendeznek szabadításodon.
Én pedig szűkölködő és szegény vagyok, *
Istenem, segíts rajtam!
Segítőm és szabadítóm te vagy, *
ne késlekedj, Uram!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 65,17–19)

Új eget és új földet teremtek; az elsőkre nem emlékeznek, nem is jutnak eszébe senkinek. De örvendjetek és ujjongjatok mindörökké annak, amit teremtek; mert íme, én Jeruzsálemet ujjongássá teremtem, népét pedig örömmé. Ujjongok majd Je-

ruzsálemben, és örvendezem népemben; nem hallatszik többé benne sírás hangja és kiáltás hangja.

2. Zsoltár

(Zsolt 68.20–27)

Áldott legyen az Úr minden nap! *
Üdvösségünk Istene hordoz minket.
A mi Istenünk szabadító Isten, *
s az Úr, az Úr a halálból is kivezet minket.
De Isten összezúzza az ő ellenségei fejét, *
a bűneikben járók bozontos koponyáját.
Így szól az Úr: »Hazahozlak Básánból, *
a tenger fenekéről is visszahozlak,
hogy lábad vérben gázoljon *
és kutyáid nyelve is részt kapjon
az ellenségből.«
Látták, Isten, amint bevonultál, *
Istenem, királyom, bevonulásod a szentélybe.
Elöl mennek az énekesek, utánuk a kobzosok, *
középen a dobverő leányok.
Áldjátok gyülekezetekben az Úr Istent, *
akik Izrael forrásából származtok.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Jel 21,1–4)

Ekkor új eget és új földet láttam, mert az első ég és az első föld elmúlt, és a tenger sem volt többé. Láttam a szent várost, az új Jeruzsálemet Istentől leszállni az égből, mint a férjének felékesített menyasszonyt . Hallottam, hogy egy harsány hang

a trón felől azt mondta: »Íme, Isten hajléka az emberek között! Velük fog lakni, s ők az ő népe lesznek. Maga a velük levő Isten lesz az ő Istenük. Isten letöröl majd a szemükről minden könnyet, és nem lesz többé sem halál, sem gyász, sem jajgatás, és fájdalom sem lesz többé, mert az elsők elmúltak.«

3. Zsoltár

(Zsolt 67)

Irgalmazzon nekünk Isten *
és áldjon meg minket!
Ragyogtassa arcát felettünk, *
hogy megismerjük utadat a földön,
minden nemzet lássa szabadításodat.
Áldjanak téged a népek, Isten, *
áldjanak téged a népek valamennyien!
Örvendjenek és ujjongjanak a nemzetek, *
mert igazsággal ítéled a népeket,
és kormányozod a földön
a nemzeteket.
Áldjanak téged a népek, Isten, *
áldjanak téged a népek valamennyien!
A föld megadja gyümölcsét; *
áldjon meg minket Isten, a mi Istenünk,
áldjon meg minket Isten, *
a föld minden határa félje őt!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Gyöngeségeimmel dicsekszem, hogy Krisztus ereje lakozzék bennem.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 406.)

A szemlélődés gyümölcseinek esetleges megosztására tehát nem azzal készülhetünk föl, hogy megtanulunk beszélni és érvelni róla, hanem úgy, hogy lehetőleg tartózkodunk a beszédtől és a vitától, visszavonulunk a szív csöndjébe és alázatába, amelyben Isten megtisztítja szeretetünket minden emberi tökéletlenségétől. A maga idejében aztán Isten majd kezünkbe adja az elvégzendő munkát, s anélkül fogjuk megtenni, hogy tudnánk, hogyan jutottunk hozzá vagy hogyan kezdődött az egész.

Regula

(Reg. Aug. IV,6-7)

Amikor tehát együtt vagytok a templomban, vagy bárhol, ahol nők is vannak, kölcsönösen őrizzétek egymás tisztaságát. A bennetek élő Isten így is meg fog benneteket magatoktól őrizni. Ha közületek valakiben észreveszitek a tekintet imént említett szertelenségét, azonnal figyelmeztessétek, hogy többre ne vetemedhessen, hanem minél hamarabb térjen jobb belátásra.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Pat.* 14)

Az igazak annál erősebbek bármely bajok elviselésére, minél nagyobb bennük az Isten szeretete. De a világ kívánságának kezdete az akarat választásából, haladása a gyönyör kellemességéből, erőssége a szokás kötelékéből van.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Atyád áldásai erősebbek az örök hegyek áldásainál, az ősi halmok kívánságánál! (Ter 49,26) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Pat.* 14)

Minél nagyobb tehát a szentekben az Isten szeretete, annál inkább eltűrnek mindent azért, amit szeretnek.

Negyedik hét, szerda
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 66,1–16)

Ujjongjatok az Istennek, minden földek, *
mondjatok nevének éneket,
dicsőségét dicsérve zengjétek.
Mondjátok Istennek: »Milyen félelmetesek műveid, *
hatalmad nagysága miatt
ellenségeid hízelegnek neked.
Az egész föld imádjon és dicsérjen téged, *
zengjen nevednek dicséretet.«
Jöjjetek és lássátok az Úr tetteit, *

félelmetes, amit végbevitt az emberek fiai közt.
Szárazfölddé változtatta a tengert, *
gyalog keltek át a folyóvízen;
Örvendeztünk akkor benne. *
Uralkodik hatalmával örökre,
szemmel tartja a nemzeteket, *
hogy fel ne fuvalkodjanak magukban
a lázongók.
Áldjátok Istenünket, ti nemzetek, *
hallassátok dicséretének szavát;
Ő adott életet lelkünknek, *
és nem hagyta meginogni lábunkat.
Mert próbára tettél minket, Isten, *
megvizsgáltál minket tűzzel,
mint ahogy az ezüstöt vizsgálják.
Tőrbe is vezettél, nyomorúságot tettél hátunkra. *
Engedted, hogy emberek gázoljanak
a fejünkön,
tűzön és vízen mentünk keresztül, *
de te kivezettél minket az enyhülésre.
Égő áldozatokkal jövök házadba; *
megadom neked, amiket fogadtam,
amit megígért ajkam, *
amit szám fogadott nyomorúságomban.
Kövér égőáldozatokat mutatok be neked; *
Jóillatú áldozatul kosokat mutatok be neked,
bikákat és kecskebakokat. *
Ti mind, akik félitek Istent,
jöjjetek, halljátok, elbeszélem, *
milyen nagy dolgokat cselekedett velem!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Dán 3,83–87)

Áldja Izrael az Urat,
dicsérje és mindenekfölött magasztalja őt mindörökké!
Áldjátok az Urat az Úr papjai,
dicsérjétek és mindenekfölött magasztaljátok őt mindörökké!
Áldjátok az Urat az Úr szolgái,
dicsérjétek és mindenekfölött magasztaljátok őt mindörökké!
Áldjátok az Urat igazak szellemei és lelkei,
dicsérjétek és mindenekfölött magasztaljátok őt mindörökké!
Áldjátok az Urat szentek és alázatos szívűek,
dicsérjétek és mindenekfölött magasztaljátok őt mindörökké!

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 12.4)

A valódi jóság magától értetődően és természetesen ad megfelelő választ minden helyzetben, mivel mindig az a vágy mozgatja, hogy Istennek tetszésére legyen. Ő egyedül a tiszta forrása minden jóságnak. Ha valakit rajta kívül más motívumok is vezetnek, akkor jósága tökéletlen, még akkor is, ha Istent első helyre teszi. Ez főleg két erény esetében nyilvánvaló: az alázatban és a testvéri szeretetben. Aki gondolkodás- és életmódjában elsajátítja ezeket az erényeket, annak másra nincs is szüksége, mert már mindent elért.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Negyedik hét, csütörtök
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

A férfias szívű, erős
asszonyt dicséri énekünk.
Dicsőségét, erényeit
mind a világon hirdetik.

Krisztus szerelmétől sebes,
s a föld ártalmas élvei
bosszantják és meredeken
az égnek törnek léptei.

A testet böjttel fékezi,
imádság édes étele
táplálja lelkét szűntelen,
így nyeri meg a mennyeket.

Krisztus, erősek ereje,
minden nagy dolgok kútfeje,
az ő szavára légy kegyes
és halld meg esdő énekünk.

Dicsérjük az örök Atyát,
dicsérjük egyszülött Fiát,
és velük a Vígasztalót,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Boldog vagy, Izrael, ki hasonló hozzád?

1. Zsoltár

(Zsolt 47)

Tapsoljatok mindnyájan, nemzetek, *
örvendezzetek Istennek ujjongó szóval,
mert az Úr felséges, rettenetes, *
hatalmas királya ő az egész földnek.
Alánk vetette a népeket, *
lábunk alá a nemzeteket.
Kiszemelte nekünk örökségünket, *
Jákob ékességét, melyben kedvét leli.
Ujjongás közepette felvonul az Isten, *
harsonazengés között az Úr.
Zengjetek Istennek, zsoltárt zengjetek, *
zengjetek királyunknak, zengedezzetek.
Mert Isten az egész föld királya, *

zengjetek bölcsességgel.
Isten uralkodik a nemzeteken, *
s ül szent trónusán az Isten.
Egybegyűlnek a népek fejedelmei *
Ábrahám Istenének népével,
mert az Istené a föld pajzsa: *
s igen fenséges ő.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Sír 18,1b–6)

Egyedül Isten az igaz, aki győzhetetlen király marad örökké. Ki győzi elbeszélni az ő műveit, és ki vizsgálja át nagy alkotásait? Ki tudná kifejezni hatalma nagyságát, és ezenfelül még ki írná le az ő irgalmasságát? Nem lehet elvenni belőle, sem hozzátenni, sem kifürkészni Isten nagy csodáit! Amikor bevégzi az ember, akkor kezdi csak, és amikor abbahagyja, zavarba jön.

2. Zsoltár

(Zsolt 48)

Nagy az Úr, minden dicséretre méltó *
Istenünk városában.
Pompás magaslat az ő szent hegye, *
gyönyörűsége az egész földnek.
Sion hegye messzi észak, a nagy király városa. *
Házaiban úgy ismerik Istent, mint menedéket.
Mert íme, a föld királyai összegyűltek és egyesültek. *
De ahogy meglátták, ámulatba estek,
Megrémültek, megremegtek;
Rettegés fogta el őket ott, *

s a vajúdó asszonyéhoz hasonló gyötrelem.
Hatalmas széllel összetörted *
a társisi hajókat.
Amint hallottuk, magunk is láttuk, *
hogy a seregek Urának városát,
a mi Istenünknek városát *
örökre alapította Isten!
Megemlékezünk irgalmadról, ó Isten, *
templomod belsejében.
Mint ahogy híred, ó Isten, dicséreted is *
betölti a föld határait; jobbod igazsággal teljes.
Örvendezik Sion hegye, *
s Júda leányai ujjongva örülnek
ítéleteidnek, Uram.
Járjátok körül Siont, nézzétek meg, *
számláljátok meg tornyait!
Tekintsétek meg erődítéseit, járjátok be házait, *
hogy elmondhassátok
a jövendő nemzedéknek!
Valóban ő az Isten, a mi Istenünk örökké, *
mindörökkön-örökké,
ő vezet minket mindörökké!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Tessz 5,16-23)

Mindig örüljetek! Szüntelenül imádkozzatok! Mindenért adjatok hálát, mert ezt várja Isten mindnyájatoktól Krisztus Jézusban. A Lelket ki ne oltsátok! A prófétai beszédet meg ne vessétek! Mindent vizsgáljatok meg; ami jó, azt tartsátok meg! Mindenfajta rossztól óvakodjatok! A békesség Istene szenteljen meg titeket mindenben, és egész lelki valótok, mind a lelketek,

mind a testetek maradjon feddhetetlen Urunk, Jézus Krisztus eljövetelére. Aki hív titeket, hűséges, tehát meg is valósítja.

3. Zsoltár

(Zsolt 49,2–12)

Halljátok meg ezt, nemzetek, mindnyájan, *
vegyétek fületekbe,
földkerekség lakói, mindannyian:
mind alacsonysorsúak és nemesek, *
gazdagok, szegények egyaránt!
Bölcsességet mond a szám, *
okosságot a szívem elmélkedése.
példabeszédre hajtom fülemet, *
hárfaszóval tárom föl rejtélyemet.
Miért félnék a balszerencse napján, *
ha körülvesz a gáncsoskodók gonoszsága?
Ők saját erejükben bíznak, *
vagyonuk nagyságával kérkednek.
Pedig az ember nem válthatja meg magát, *
senki sem adhat Istennek váltságdíjat magáért.
Igen drága lelkének váltsága: *
soha meg nem fizetheti,
hogy örökké éljen és ne jusson az enyészetre. *
Hisz láthatja, meghalnak a bölcsek;
Ugyanúgy elvesznek, mint a balgák és az esztelenek, *
és másokra hagyják gazdagságukat.
Sírjuk lesz lakóhelyük mindörökre; *
Hajlékuk nemzedékről nemzedékre,
noha nevet szereztek maguknak
földjükön.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Boldog vagy, Izrael, ki hasonló hozzád?

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 351.)

Azért keressük a magányt, hogy ott növekedjünk Isten és a többi ember szeretetében. Nem azért megyünk a pusztába, hogy elmeneküljünk az emberek elől, hanem azért, hogy megtanuljuk, hogyan találjuk meg őket. Nem azért hagyjuk el őket, hogy semmi közünk ne legyen többé hozzájuk, hanem hogy fölfedezzük hogyan tehetünk legtöbb jót velük. De ez még mindig csak másodlagos cél. Az egyetlen, minden mást magába foglaló cél: Isten szeretete. A legigazibb magány nem rajtunk kivül található; nem az emberek vagy hangok hiánya körülöttünk. Olyan szakadék az, amely saját lelkünk bensejében tárul fel.

Regula

(Reg. Aug. 4,8)

Ha azonban e figyelmeztetés ellenére azt látjátok, hogy aznap vagy később ugyanúgy cselekszik, jelentse be, aki ezt észreveszi, mivel már egy megsebzett gyógyításáról van szó, előbb azonban avasson be az ügybe egy vagy két másik testvért, hiszen ketten vagy hárman rávehetik őt arra, hogy az illő szigorúsággal fenyítse magát. Ne tartsátok magatokat rosszindulatúnak, midőn ezt jelentitek. Sőt, egyáltalán nem vagytok hibátlanok, ha hallgatástok által veszni hagyjátok testvéreiteket, jóllehet az ügyet jelentve, megjavíthatnátok. Ha testvérednek seb volna a testén, s félve a gyógyítástól ezt el akarná titkolni, nemde kegyetlen lennél, ha ezt elhallgatnád, de irgalmas, ha bejelentenéd? Mennyivel inkább jelenteni tartozol, hogy szívének sebe végzetesen el ne üszkösödjék.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*A csend szava*, 351.)

A magányt csak az éhségben és a szomjúságban, a bánatban, a szegénységben és a vágyakozásban kereshetjük. És aki megtalálja, olyan üres lesz, mintha a halál fosztotta volna ki.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Mi, akik hittünk, megismertük a szeretetet, amellyel Isten szeret bennünket. (1Jn 4,16) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ord.* II,11,30)

Nehéz kinek-kinek elmélyednie önmagában.

Negyedik hét, csütörtök
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Embert formáló Istenünk,
ki minden rend szerzője vagy:
a föld porából alkotod
hüllők, vadak minden faját.

Az így megformált testeket
életbe hívja egy szavad,
s az embernek mind átadod,
hogy neki szót fogadjanak.

Űzd szolgáidtól messzire
mindazt, amit a testiség
szokásaikba rejtene,
vagy tetteikbe öntene.

Add örömöd jutalmait,
kegyelmed ajándékait,
oldd meg viszályok láncait,
és fond a béke szálait.

Add meg, kegyelmes jó Atya,
Atyának egyszülött Fia,

és Szentlélek, Vigasztalónk:
egyetlen Úr, örök Király. Ámen.

Antifóna

Hadd emlékezzem meg az Úr műveiről!

1. Zsoltár

(Zsolt 66,17–20)

Számmal hozzá kiáltoztam, *
nyelvemmel őt magasztaltam.
Ha gonoszság lett volna szívemben, *
az Úr nem hallgatott volna meg.
Ám Isten meghallgatott engem, *
figyelembe vette hangos könyörgésemet.
Áldott az Isten, aki nem vetette el imámat, *
s nem vonta meg irgalmasságát tőlem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Ez 33,11)

Életemre mondom, én, az Úr Isten, nem akarom az istentelen halálát, hanem azt, hogy az istentelen megtérjen útjáról és éljen. Térjetek meg, térjetek meg igen gonosz útjaitokról!

2. Zsoltár

(Zsolt 65)

Téged illet a dicséret, ó Isten, a Sionon; *

Neked mutatnak be áldozatot Jeruzsálemben.
Te meghallgatod imádságomat, *
eléd járul minden test a gonoszság miatt.
Noha gonoszságaink elhatalmasodtak rajtunk, *
te megbocsátod vétkeinket.
Boldog, akit kiválasztasz és magadhoz fogadsz, *
aki udvaraidban lakhat.
Hadd dúslakodjunk házad javaiban, *
szentséges templomodban!
Igazságodban csodálatosan meghallgatsz minket, *
mi szabadító Istenünk,
reménysége a föld minden szélének, *
s a messze tengernek.
Aki hatalmaddal megszilárdítottad a hegyeket, *
magadat erővel övezed.
Megfékezed a tenger zúgását, *
hullámainak bömbölését
és a népek háborgását.
A föld határán lakók is félik jeleidet, *
ujjongásra készteted keletet és nyugatot.
Meglátogatod a földet s elárasztod, *
elhalmozod bőséges javakkal.
Isten folyója bővizű; *
eledelt készítesz számukra,
mert ez a rendelésed.
Barázdáit megitatod, göröngyeit elegyengeted, *
esővel felpuhítod és megáldod hajtásait.
Jóságoddal koronázod az esztendőt, *
nyomodban bőség fakad.
A puszták legelői megkövérednek, *
vidámságot öltenek a halmok.
Juhokkal telnek meg a mezők, *
gabonában bővelkednek a völgyek,
örvendeznek és
himnuszokat zengenek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(ApCsel 5,29–32)

Inkább kell engedelmeskednünk Istennek, mint az embereknek. Atyáink Istene feltámasztotta Jézust, akit ti a fára függesztve megöltetek. Isten fejedelemmé és üdvözítővé emelte őt jobbjával, hogy bűnbánatot és bűnbocsánatot adjon Izraelnek. Ezeknek a dolgoknak tanúi vagyunk, mi és a Szentlélek, akit Isten megadott mindazoknak, akik engedelmeskednek neki.

3. Zsoltár

(Zsolt 64)

Hallgasd meg, Isten, esdő könyörgésemet, *
szabadítsd meg lelkemet
az ellenség félelmétől!
Oltalmazz meg a gonoszok gyülekezetétől, *
a gonosztevők sokaságától!
Nyelvük, mint a megélesített kard, *
keserű beszédük, mint a felajzott íj,
hogy titkon lenyilazzák az ártatlant. *
Le is nyilazzák hirtelen, anélkül,
hogy félnének,
megátalkodnak gonosz szándékukban. *
Megegyeznek, hogy tőrt vetnek titokban,
azt mondogatják: »Ki látja meg?« *
Gonoszságokat terveznek
és véghezviszik a kigondolt terveket. *
Az ember benseje és szíve kikutathatatlan.
De Isten lenyilazza őket; hirtelen megsebesülnek, *
és saját nyelvük lesz romlásukra.

Fejét csóválja mindenki, aki látja őket, *
és félelem fog el minden embert;
Hirdetik Isten tetteit, és megértik cselekedeteit. *
Örvendezik akkor majd az igaz az Úrban,
benne reménykedik, *
és mindnyájan dicsekszenek az igaz szívűek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Hadd emlékezzem meg az Úr műveiről!

Rendi olvasmány

(*Conf.* VIII,3,7)

Mi megy az emberben végbe, hogy jobban örül a már elveszettnek hitt és nagyobb veszedelemből menekült lélek üdvözülésén, mintha mindig jó reménységben lett volna felőle s a veszedelem kisebb lett volna? Hiszen neked is, könyörületes Atyám, nagyobb az örömöd egy megtérő bűnös emberen, mintsem kilencvenkilenc igazon, kiknek nincs szükségük megbánásra.

Regula

(Reg. Aug. IV,9)

Mielőtt azonban másokat beavatnátok, — hogy tagadása esetén meggyőzzék, ha figyelmeztetésteket semmibe se veszi, — előbb az elöljárónak kell szólni. Ő négyszemközt intheti meg, hogy a többiek ne szerezzenek róla tudomást. Ha azonban tagad s színleg semmiről sem tud, akkor mások bevonása szükséges, hogy az egész közösség jelenlétében ne egy tanú vádolja, hanem ketten vagy hárman szolgáltassanak bizonyságot. Ha beismerést tett, akkor az elöljáró vagy az erre illetékes idősebb testvér ítélete szerint szabják ki rá a javító célzatú

büntetést. Ha ezt nem akarja vállalni küldjék el a közösségből, még ha ő maga nem akarna is távozni. Ez sem kegyetlenség, hanem a könyörület megnyilvánulása azok iránt, akiket bűne fertőzetével romlásba döntene.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Ord.* II,11,30)

Az értelem a szellem azon mozgása, ami szétválasztani és összekapcsolni képes a megtanultakat, azonban az emberek igen kis hányada képes vezetőül fogadni, hogy irányítsa Istennek és magának a Léleknek megértéséhez, amely utóbbi akár bennünk, akár mindenütt jelen van.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Az Úr, a te Istened megáldott téged kezed minden munkájában, figyelemmel kísérte utadat. (MTörv 2,7) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De bono viduitatis* 1,2)

Minden olyan kérdésben, melynek az élethez és az erkölcsökhöz köze van, nem csupán tanításra, hanem buzdításra is szükség van; így a tanításban megtudjuk, mit kell tennünk, a buzdítással pedig bátorítást kapunk, hogy ne essék nehezünkre megtenni azt, amiről már tudjuk, hogy tennünk kell.

Negyedik hét, csütörtök
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 62)

Csak Istenben nyugszik meg a lelkem, *
mert tőle jön segítségem.
Mert ő az én Istenem és szabadítóm, *
oltalmazóm, hogy nagyon ne ingadozzam.
Meddig támadtok mindnyájan egy emberre *
és sújtjátok le, mint megrogyott falat,
megdőlt kerítést?
Csakugyan úgy akarják ledönteni méltóságából; *
A hazugságban gyönyörködnek.
Szájukkal áldást mondanak, *
de szívükben átkoznak.
Csak Istenben nyugszik meg a lelkem, *
mert tőle jön reménységem.
Mert ő az én Istenem és szabadítóm, *
oltalmazóm, hogy meg ne tántorodjam.
Szabadulásom és dicsőségem Istenben van; *
Erősségem Istene ő;
Istenben van menedékem.
Bízzatok benne, népek minden gyülekezete, *
öntsétek ki előtte szíveteket;
Isten a mi menedékünk.
Ádám fiai csupa hiábavalóság, *
az emberek fiai csupa hazugság;
Ha mérlegre kerülnek, a füstnél is könnyebbek, *
ahányan csak vannak.
Ne bízzatok az igazságtalanságban, *
ne kívánjátok meg a rablott kincseket;
Ha a gazdagságban bővelkedtek, *
ne kössétek hozzá szíveteket.
Egyszer szólt Isten, ezt a két dolgot hallottam: *
Istené a hatalom, s tiéd, Uram, az irgalom;
És te megfizetsz kinek-kinek *
cselekedetei szerint.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Jel 19,1–2, 5, 6–7)

> Alleluja! Üdv, dicsőség és hatalom a mi Istenünknek, mert ítéletet mondott a nagy parázna asszony fölött, aki paráznaságával megrontotta a földet, és számon kérte szolgáinak vérét a kezéből! Mert igazak és igazságosak az ő ítéletei. Mondjatok dicséretet Istenünknek mindnyájan, ti szolgái, és akik őt félitek, kicsinyek és nagyok! Alleluja! Mert uralkodik az Úr, a mi Istenünk, a Mindenható! Örvendezzünk és vigadjunk, és adjuk meg neki a dicsőséget, mert eljött a Bárány menyegzője és a jegyese felkészült!

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 34.4)

Csak az válik képessé a szemlélődésre, aki megtapasztalja Isten működését a lelke mélyén – senki más. Hiszen Isten kegyelme nélkül a lélek olyan, mint a halott: teljesen érzéketlen a szemlélődő imádságra, s képtelen arra is, hogy vágyódjék vagy törekedjék rá. Olyan mértékben válik a tieddé, amilyen mértékben vágyódsz rá. Mégsem a te törekvésed vagy vágyad mozgat meg, hanem az a megismerhetetlen erő, amelyik maga kelti föl benned a reá irányuló vágyat. Kérlek, ne is kívánj ennél többet megtudni erről. Hanem egyszerűen maradj hűséges és kitartó ebben a fáradozásban mindaddig, amíg be nem tölti az életedet.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Negyedik hét, péntek
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Embert formáló Istenünk,
ki minden rend szerzője vagy:
a föld porából alkotod
hüllők, vadak minden faját.

Az így megformált testeket
életbe hívja egy szavad,
s az embernek mind átadod,
hogy neki szót fogadjanak.

Űzd szolgáidtól messzire
mindazt, amit a testiség
szokásaikba rejtene,
vagy tetteikbe öntene.

Add örömöd jutalmait,
kegyelmed ajándékait,
oldd meg viszályok láncait,
és fond a béke szálait.

Add meg, kegyelmes jó Atya,
Atyának egyszülött Fia,
és Szentlélek, Vigasztalónk:
egyetlen Úr, örök Király. Ámen.

Antifóna

Betelt az idő, és elközelgett az Isten országa. Tartsatok bűnbánatot, és higgyetek az evangéliumban.

1. Zsoltár

(Zsolt 26)

Az ember, övezze bár tisztelet, *
nem marad meg;
Olyan, mint az igavonó állat, amely kimúlik, *
bizony hasonló hozzá.
Ez az útja azoknak, akik önmagukban bíznak, *
és azoknak a vége, akik
saját beszédükben gyönyörködnek.
Mint a juh, úgy terelődnek az alvilágba, *
a halál legelteti őket.
Leszállnak a sírba sietve, alakjuk megsemmisül, *
az alvilág lesz lakásuk.
De az én lelkemet Isten megváltja, *

az alvilág hatalmából kiragad engem.
Ne félj, ha valaki meggazdagszik, *
ha megnövekszik háza dicsősége,
mert ha meghal, semmit sem visz magával, *
és dicsősége nem száll le utána.
Mondja bár áldottnak magát életében: *
»Dicsérni fognak téged,
amiért magadnak tetted a jót«,
mégis csak elmegy atyái nemzetségéhez, *
amely soha többé nem látja a világosságot.
Az ember, övezze bár tisztelet, *
okosságot nem tanúsít;
olyan, mint az igavonó állat, amely kimúlik *
– bizony hasonló hozzá.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Lev 16,29–34)

Ez pedig örök törvény legyen számotokra: a hetedik hónapban, a hó tizedik napján, tagadjátok meg magatokat és semmiféle munkát se végezzetek – se a bennszülött, se a köztetek tartózkodó jövevény. Ezen a napon engesztelés lesz értetek, megtisztítás minden bűnötöktől: megtisztultok az Úr előtt. Nyugalom szombatja legyen ez tehát és tagadjátok meg magatokat örök törvény alapján. A jövőben pedig majd az a pap végezze az engesztelést, akit fel fognak kenni, s akinek a kezét fel fogják avatni, hogy pappá legyen atyja helyett: öltözzék a gyolcsruhába, a szent öltözetbe és végezzen engesztelést a szent helyért, a bizonyság sátráért, az oltárért, valamint a papokért és az egész népért. Örök törvény legyen számotokra, hogy esztendőnként egyszer könyörgést tartsatok Izrael fiaiért, s minden bűnükért.

2. Zsoltár

(Zsolt 51,3–16)

Könyörülj rajtam, Isten, irgalmad szerint, *
könyörületességed szerint
töröld el gonoszságomat!
Moss egészen tisztára vétkemtől, *
bűnömtől tisztíts meg engem!
Mert elismerem gonoszságomat, *
és bűnöm előttem van szüntelen.
Ellened vétkeztem, egyedül ellened, *
s azt cselekedtem, ami előtted gonosz,
hogy igaznak bizonyulj beszédedben, *
és igazságosnak a te ítéletedben.
Íme, gonoszságban fogantattam, *
és bűnökben fogant engem az én anyám.
Íme, te a szív igazságát szereted, *
bölcsességedet titokban
kinyilatkoztattad nekem.
Hints meg engem izsóppal és megtisztulok, *
moss meg engem és a hónál fehérebb leszek!
Add, hogy örömet és vidámságot halljak, *
hadd ujjongjanak csontjaim,
amelyeket összetörtél!
Fordítsd el bűneimtől arcodat, *
töröld el minden gonoszságomat!
Tiszta szívet teremts bennem, Isten, *
s az erős lelket újítsd meg bensőmben!
Színed elől ne vess el engem, *
szent lelkedet ne vond meg tőlem!
Add vissza nekem üdvösséged örömét, *
és készséges lélekkel erősíts meg engem!
Hadd tanítsam útjaidra a bűnösöket, *
hogy hozzád térjenek az istentelenek!
Szabadíts meg a vértől, Isten, szabadító Istenem, *
hogy nyelvem ujjongva hirdesse igazságodat!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Zsid 12,14–17)

Békességre törekedjetek mindenkivel és megszentelődésre, mert enélkül senki sem fogja meglátni Istent. Ügyeljetek arra, hogy senki se hanyagolja el Isten kegyelmét, nehogy a keserűségnek valamilyen hajtása felnövekedve zavart okozzon, és így sokan megfertőződjenek. Senki se legyen parázna vagy hitvány, és a szent dolgokat se vesse meg, mint Ézsau, aki egy ételért eladta elsőszülöttségét. Mert tudjátok, hogy később is, amikor örökölni akarta az áldást, elutasították, és nem talált helyet a megtérésre, bár könnyek között kereste azt.

3. Zsoltár

(Zsolt 51,17–21)

Uram, nyisd meg ajkamat, *
hadd hirdesse szám dicséretedet!
Hiszen nem kedveled a véres áldozatot, *
ha égő áldozatot hozok, nem tetszik neked.
A töredelmes lélek áldozat Istennek, *
a töredelmes, alázatos szívet,
Isten, nem veted meg. *
Tégy jót, Uram, jóságodban Sionnal,
hogy felépüljenek Jeruzsálem falai. *
Akkor majd kedvedet leled az igaz áldozatban,
ajándékokban, egészen elégő áldozatokban; *
Akkor majd fiatal bikákat tesznek oltárodra.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Betelt az idő, és elközelgett az Isten országa. Tartsatok bűnbánatot, és higgyetek az evangéliumban.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 351.)

A magányt csak az éhségben és a szomjúságban, a bánatban, a szegénységben és a vágyakozásban kereshetjük. És aki megtalálja, olyan üres lesz, mintha a halál fosztotta volna ki.

Regula

(Reg. Aug. IV,10)

Amit a merész tekintetről mondtam, azt figyelmesen és hűségesen tartsátok meg a többi bűn felfedésére, megakadályozására, bejelentésére és megbüntetésére vonatkozóan is. Szeressétek az embert, de a bűnt gyűlöljétek.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De Sermone Domini in monte* II,25,87)

Meg kell tennünk mindazt, amit az Úrtól hallottunk, ha sziklára akarjuk építeni házunkat.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg téged az Úr! Teljesítettem az Úr szavát! (1Sám 15,13) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*A csend szava*, 351.)

A szemlélődő számára az igazi magány mindenekfölött belső, lelki valóság.

Negyedik hét, péntek
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Nagyságos emberalkotó,
egyetlen törvény-rendelő;
parancsolsz, s vadakat terem
és csúszómászó fajt a föld.

A lomhatestű tárgyakat
megéleszti parancsszavad,
hogy tartsanak rendet, szabályt
és szolgálják szolgáidat.

Űzd el a szennyes szenvedélyt,
ha megrohanja népedet:
az erkölcsöt ne bontsa meg,
a tetteket ne rontsa meg.

Add meg boldog jutalmadat,
ajándékos malasztokat,
vágd el a perpatvarokat,
szőjj békét s barátságokat.

Engedd meg ezt kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, Vigasztaló,
mindörökkön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Könyörülj rajtam irgalmasságod sokasága szerint.

1. Zsoltár

(Zsolt 53)

Így szól szívében az esztelen: »Nincs Isten.« *
Romlottak lettek és utálatosságokat művelnek,
nincs, aki jót cselekedne. *
Lenéz Isten a mennyből az emberek fiaira,
hogy lássa: van-e még okos, aki Istenre gondol? *
Elfordultak mindannyian,
megromlottak valamennyien; *
Nincs, aki jót cselekedne,
nincs egyetlen egy sem! *
Nemde mind értelmetlenek,
akik gonoszat tesznek,
s fölfalják népemet, mint a kenyeret? *
Nem hívják segítségül Istent,
és ott remegnek és félnek, ahol félni nem kell. *

Mert Isten szétszórta azoknak a csontjait,
akik téged szorongattak, *
szégyenbe jutottak, mert Isten elvetette őket.
Bárcsak eljönne Izrael segítsége Sionból! *
Ha majd Isten jóra fordítja népe sorsát,
ujjong majd Jákob *
és örvendezik majd Izrael.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Zak 1,3–6)

Így szól a Seregek Ura: „Térjetek vissza hozzám – mondja a Seregek Ura –, és én visszatérek hozzátok – mondja a Seregek Ura. – Ne legyetek olyanok, mint atyáitok, akikhez a régi próféták így kiáltottak: Így szól a Seregek Ura: Térjetek meg rossz útjaitokról és igen gonosz szándékaitoktól; de azok nem hallgattak meg engem és nem figyeltek rám, – mondja az Úr. – Atyáitok hol vannak immár? És a próféták vajon örökké élnek-e? De az én szavaim és végzéseim, amelyeket szolgáimra, a prófétákra bíztam, nemde elérték atyáitokat?” Azután megtértek és így szóltak: „Amint eltökélte a Seregek Ura, hogy útjaink és tetteink szerint cselekszik velünk, úgy is cselekedett.”

2. Zsoltár

(Zsolt 61)

Hallgass, Isten, esdeklésemre,*
figyelj könyörgésemre.
A föld széléről kiáltok hozzád szorongó szívvel. *
Vezess engem a megközelíthetetlen
kősziklára!
Mert te vagy az én reménységem, *

erős tornyom az ellenséggel szemben.
Bár lakhatnék mindörökké hajlékodban, *
hogy oltalmat lelhetnék szárnyad árnyékában!
Mert Istenem, te meghallgatod imádságomat, *
s azoknak, akik nevedet félik, örökséget adsz.
Adj a király napjaihoz napokat, *
esztendeit nemzedékről nemzedékre nyújtsd.
Maradjon meg örökké Isten színe előtt, *
irgalmad és hűséged őrizzék meg őt!
Így majd zsoltárt zengek nevednek mindörökké, *
hogy napról napra teljesítsem fogadalmaimat.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(2Kor 7,9–11)

Örülök, nem azért, mert megszomorodtatok, hanem azért, mert megtérésre szolgált a szomorúságotok. Isten szerint szomorodtatok meg, úgyhogy semmiben se szenvedtetek kárt miattunk. Mert az Isten szerint való szomorúság állhatatos megtérést szerez az üdvösségre; a világ szomorúsága azonban halált szerez. S íme, éppen ez a ti Isten szerint való szomorúságotok milyen nagy buzgóságot ébresztett bennetek, sőt mentegetőzést, méltatlankodást, félelmet, vágyódást, buzgólkodást és a vétkes megbüntetését! Mindenben megmutattátok, hogy ti ártatlanok vagytok.

3. Zsoltár

(Zsolt 54)

Isten, szabadíts meg engem nevedben, *
hatalmaddal szolgáltass igazságot nekem!
Isten, hallgasd meg imádságomat, *

fogadd füledbe szám szavait.
Mert idegenek keltek föl ellenem, *
erőszakosak törnek életemre,
akik nem tekintenek Istenre.
Íme, azonban, Isten segít engem, *
s az Úr oltalmazza lelkemet.
Fordítsd a rosszat ellenségeimre, *
igazságodban pusztítsd el őket!
Készségesen áldozom majd neked, *
és hálát adok, Uram, jóságos nevednek;
Mert minden nyomorúságból kiragadott engem, *
és szemem lenézheti ellenségeimet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Könyörülj rajtam irgalmasságod sokasága szerint.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 408.)

Sokak számára tehát szemlélődésük felhője titokzatos módon azonossá válik Krisztus Istenségével, Szívének szeretetével irántuk. Szemlélődésük Krisztus jelenlétévé válik, és elmerülnek az édes és tiszta egyesülésben Vele. Ezt a nyugalmat leginkább az Eukarisztiában találjuk meg.

Regula

(Reg. Aug. IV,11)

Ha azonban valaki már annyira jutott a rosszban, hogy egy nőtől titokban levelet vagy valami ajándékot elfogad, de ezt önszántából bevallja, bocsássanak meg neki és imádkozzanak érte. Ha viszont rajtakapják és bizonyíthatják, akkor az

idősebb testvér vagy az elöljáró ítélete szerint nagyobb szigorral büntessék meg.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De fide et operibus* 10,15)

Az Ő keresztjére minket is felfeszít a világ; innen nyer értelmet a rossz vágyak elleni bármely küzdelem.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Halálával megváltott az első szövetség alatt elkövetett bűnöktől, hogy a meghívottak elnyerjék az örökké tartó örökség ígéretét. (Zsid 9,15) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De fide et operibus* 10,16)

Nem beszélhetünk istenszeretetről annál, aki nem szereti felebarátját, sem felebaráti szeretetről, ha nem szereti az Istent.

Negyedik hét, péntek
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 57)

Könyörülj rajtam, Istenem, könyörülj rajtam, *
mert beléd vetem bizalmamat,
és szárnyad árnyékában húzom meg magam, *
amíg a veszedelem elvonul.
A fölséges Istenhez kiáltok, *
Istenhez, aki jót cselekszik velem.
Az égből küld szabadulást nekem, *
és gyalázatba taszítja azokat,
akik taposnak rajtam.

Isten elküldi irgalmát és hűségét. *
Lelkem az oroszlánok kölykei közt hever,
amelyek felfalják az emberek fiait. *
Foguk lándzsa és nyíl,
nyelvük élesre fent szablya.
Magasztaltassék föl Isten az egek fölé, *
és dicsőséged minden föld fölé!
Hálót kerítettek lábamnak, és megaláztak engem; *
Vermet ástak nekem, de ők maguk estek bele.
Kész az én szívem, Istenem, kész az én szívem, *
éneklek és zsoltárt zengek!
Ébredj fel, dicsőségem, ébredjen a hárfa és a lant! *
Hadd keltsem fel a hajnalt!
Hálát adok neked, Uram, a népek között, *
zsoltárral dicsérlek a nemzetek között,
mert irgalmad felér az egekig, *
és hűséged a fellegekig.
Magasztaltassék föl Isten az egek fölé, *
és dicsőséged minden föld fölé!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Ef 1,7–10)

Benne van számunkra a megváltás az ő vére által,
a bűnök bocsánata,
kegyelme gazdagságának megfelelően,
amelyet igen bőségesen juttatott nekünk
minden bölcsességgel és ismerettel.
Megismertette ugyanis velünk
akaratának a titkát jóságos tetszése szerint,
amelyet elhatározott benne
az idők teljességének megvalósításáról:
hogy Krisztusban, mint Főben,

újra összefogjon mindent,
ami a mennyben és ami a földön van.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 2.2)

Arra sürgetlek tehát, hogy megállás nélkül folytasd utadat. A holnapra figyelj, hagyd a tegnapot. Ne törődj azzal, hogy eddig mire jutottál. Ehelyett arra törekedj, ami előtted van. Ha így cselekszel, akkor az igazságban maradsz. Ha tovább akarsz növekedni, akkor szívedben táplálnod kell az élő vágyat Istenre. Ez a szerető vágyakozás bizonyára Isten ajándéka, de gondodra van bízva, hogy nagyobbra nőhessen. De jól jegyezd meg: Isten féltékeny szerelmes. Lelkedben dolgozik, és senkit sem tűr meg maga mellett. Egyedül terád van szüksége. S mindössze azt kéri tőled, hogy egyedül hozzá ragaszkodj szereteteddel.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Negyedik hét, szombat
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Fölséges Ige; ki Atyád
örök kebléből kélsz elő,
idők teljében testbe szállsz,
s világ ügyét felvállalod:

ragyogd be most a lelkeket,
s lobbantsd fel bennük tüzedet,
szív az esendőt hagyja el,
s a menny szépsége töltse be.

Ha majd a nagy bírói szék
tűzbe küldi a rosszakat
s a jókat a baráti hang
szolgált egükbe hívja meg:

ne nyeljen akkor minket el
a lángoló setét özön,
hanem az Isten arca és
a boldog ég legyen miénk.

Atyaistennek glória,
s Fiú és Szentlélek neked,
miképpen volt és szüntelen,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Szívem ujjong az Úrban, erővel tölt el Istenem.

1. Zsoltár

(Zsolt 58)

Vajon valóban igazságot szóltok, *
igazságos ítéletet hoztok, emberek fiai?
Nem! Szívetekben gonoszat műveltek, *
kezetek igazságtalanságot sző a földön.
Anyjuk méhétől fogva pártütők a gonoszok, *
születésük óta tévelyegnek,
hazugságot beszélnek.
Olyan a mérgük, mint a kígyóé, *
mint a süket áspisé, amely bezárja fülét,
és nem hallgat a bűvölők szavára, *
sem az igézésben jártas varázslóéra.
Isten! Törd össze a fogakat szájukban, *
zúzd össze az oroszlánok fogait, Uram!

Folyjanak szét, mint a kiömlő víz, *
száradjanak el, mint az eltaposott fű;
Mint a csiga, amely megszikkad, s kimúlik, *
mint az asszony elvetélt magzata,
aki nem látja meg a napot!
Mielőtt még töviseik bokorrá nőnének, *
haragjában elevenen elragadja őket.
Örvend majd az igaz, amikor látja a bosszút, *
és a bűnösök vérében mossa lábait.
Így szólnak majd az emberek: »Mégis van jutalma az igaznak, *
Bizony, van Isten, aki igazságot
szolgáltat nekik a földön!«

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(1Krón 29,17–18)

Tudom Istenem, hogy vizsgálod a szíveket és szereted az egyszerűséget: azért én is szívem egyszerűségében, örvendezve ajánlottam fel mindezeket és láttam, hogy itt levő néped is nagy örömmel ajánlotta fel neked ajándékait. Uram, atyáinknak, Ábrahámnak, Izsáknak és Izraelnek Istene, tartsd meg mindörökre szívüknek ezt a készségét és maradjon meg bennük mindig ez az érzés tiszteleted iránt!

2. Zsoltár

(Zsolt 60)

Isten, elvetettél és szerteszórtál minket, *
haragra gerjedtél, de térj vissza hozzánk!
Megrendítetted az országot és összetörted, *
gyógyítsd meg sebeit, mert egyre remeg.

Kemény dolgokat mutattál népednek, *
kábító borral itattál minket.
Jelt adtál a téged félőknek, *
hogy az íjak elől megmeneküljenek.
Hogy szeretteid megszabaduljanak, *
szabadíts meg jobboddal és
hallgass meg minket!
Szent helyén így szól Isten: *
»Örvendezve kiosztom Szíchemet,
kimérem Szukkót völgyét nektek.
Enyém Gileád és enyém Manassze, *
és Efraim fejem sisakja. Júda az én jogaram,
Moáb a tál, amelyben mosakszom. *
Edomra vetem sarumat,
a filiszteusok hódolnak nekem.«
Ki visz el engem az erős városba? *
Ki vezet el engem Edomba?
Nemde te, Isten, bár elvetettél minket, *
te, Isten, bár nem vonultál ki seregeinkkel?
Segíts ki minket a szorongatásból, *
mert hiábavaló az emberi segítség,
de Istennel győzelmet aratunk, *
s ő eltapossa ellenségeinket.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Róm 12,10–16)

Ami a testvéri szeretetet illeti, legyetek egymás iránt gyengédek, a tisztelet dolgában egymással versengők, az igyekezetben nem lusták, lélekben buzgók: az Úrnak szolgáltok! Legyetek örvendezők a reménységben, béketűrők a nyomorúságban, állhatatosak az imádságban, támogassátok a szente-

ket szükségleteikben; gyakoroljátok a vendégszeretetet! Áldjátok azokat, akik üldöznek titeket; áldjátok, és ne átkozzátok! Örüljetek az örvendezőkkel, és sírjatok a sírókkal! Legyetek egyetértők egymás között, nem nagyravágyók, hanem együttérzők az alacsonyrendűekkel. Ne legyetek bölcsek a magatok szemében!

3. Zsoltár

(Zsolt 146)

Dicsérd lelkem, az Urat! *
Dicsérem az Urat, amíg csak élek,
zsoltárt énekelek Istenemnek, amíg csak leszek. *
Ne bízzatok fejedelmekben,
emberek fiaiban, akik nem segíthetnek!
Ha lelkük elszáll, visszatérnek a földbe, *
terveik még aznap mind megsemmisülnek.
Boldog, akinek segítője Jákob Istene, *
akinek az Úrban, az ő Istenében van reménye!
Ő alkotta az eget és a földet, *
a tengert és mindent ami bennük van.
Hűségét megtartja örökre, *
igazságot szerez a méltatlanul szenvedőknek,
kenyeret ad az éhezőknek. *
Az Úr megszabadítja a foglyokat,
az Úr a vakokat látóvá teszi, *
az Úr felemeli a lesújtottakat,
az Úr az igazakat szereti. *
Az Úr megoltalmazza a jövevényeket,
felkarolja az özvegyet és az árvát, *
de elpusztítja a bűnösök útjait.
Király az Úr mindörökké, *
a te Istened, Sion, nemzedékről nemzedékre.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Szívem ujjong az Úrban, erővel tölt el Istenem.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 212.)

A közösség olyan élő szervezet, amelynek közös élete a közösséget alkotó egyének életénél magasabb szintre hangolódik föl. A tömeg viszont emberek alkalmi összeverődése, ahol a közös élet színvonala az ottlévők legalacsonyabb rétegének igényeihez igazodik. Aki egy közösségnek válik tagjává, a saját megszokott szintjénél magasabb életformára vállalkozik: tökéletesebbé teszi a saját lényét, teljesebben él, mint azelőtt, azáltal, hogy igyekszik a vele együtt élők hasznára lenni.

Regula

(Reg. Aug. V,1)

Ruháitokat tartsátok együtt, egy vagy két vagy annyi testvérre bízva, akik rendben tudják tartani, nehogy a moly kárt tegyen bennük. S amint egy éléskamrából táplálkoztok, ugyanúgy egy ruhatárból öltözködjetek. S ha lehet, ne törődjetek azzal, hogy az évszakok szerint éppen milyen ruhát kaptok, hogy azt kapja-e valaki, amit beadott, vagy mást, ami egy másiké volt. Mégis, senkitől se tagadják meg azt, amire szüksége van. Ha ebből elégedetlenség vagy zúgolódás származik, mivel valaki zokon veszi, hogy rosszabbat kapott, mint amije előzőleg volt, s méltatlannak tartja, hogy olyan ruhát vegyen magára, amelyet testvére már viselt, akkor megítélhetitek, mennyire híjával van szíve belső öltözetének az, aki a test ruhája miatt civakodik. S még ha gyöngekezűen eltűrik is, hogy azt kapjátok vissza, amit hordtatok, azt egy helyen és ruhatárosok közös felügyelete alatt tartsátok.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*A csend szava*, 213.)

A monasztikus élet az érzelmek, a hűség és az irgalom iskolája.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldott vagy ó Istenünk, minden szent és tiszta áldással, és áldjon téged összes szented és minden teremtményed, összes angyalod és választottad áldjon téged mindörökké. (Tób 8,15) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ord.* II,18,47)

A lélek (...) először is önmagát vizsgálja (...), és így fordul önmagához: én egy bizonyos belső és titkos mozgással képes vagyok a megtanultakat megkülönböztetni és összekapcsolni; eme képességem az, amit értelemnek neveznek.

Negyedik hét, szombat
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Száll a tüzes nap lefelé,
szívünkben, örök napvilág,
boldog egység és Háromság,
gyujtsd fel a szeretet tüzét.

Téged dicsér reggel dalunk,
este is eléd járulunk.
Engedj áldanunk tégedet,
a mennyeiek közepett.

Az Atyának és Fiúnak,
s Szentlélekisten, neked is,
miképpen volt, mindenkoron
és mindörökké glória! Ámen.

Antifóna

Szálljon illatáldozatként színed elé imádságom!

1. Zsoltár

(Zsolt 147,1–10)

Alleluja! Dicsérjétek az Urat, mert jó neki zengeni, *
gyönyörűség hirdetni Istenünk dicséretét.
Felépíti az Úr Jeruzsálemet, *
egybegyűjti Izrael szétszórtjait.
Meggyógyítja a megtört szívűeket, *
sebeiket bekötözi.
A csillagoknak sokaságát megszámlálja, *
és nevén szólítja valamennyit.
Nagy a mi Urunk, nagy az ő hatalma, *
nincs határa bölcsességének.
Fölkarolja az Úr a szelídeket, *
a bűnösöket porig alázza.
Énekeljetek az Úrnak hálaadással, *
Istenünknek lanttal zengjetek.
Ő borítja el felhőkkel az eget, *
és készít esőt a földnek.
Ő sarjaszt füvet a hegyeken, *
és növényeket az emberek hasznára.
Ő ad enni az állatoknak, *
a hozzá kiáltó hollófiókáknak.
Nem a ló erejében telik kedve, *
sem a férfi lábszárában öröme.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 53,2–5)

Úgy nőtt fel színe előtt, mint a hajtás, és mint a gyökér a szomjas földből; nem volt szép alakja, sem ékessége, hogy megnézzük őt, és nem volt olyan külseje, hogy kívánjuk őt.

Megvetett volt, és utolsó az emberek között, fájdalmak férfia és betegség ismerője, aki elől elrejtettük arcunkat; megvetett volt, és nem becsültük őt. Pedig a mi betegségeinket ő viselte, és a mi fájdalmainkat ő hordozta; mi mégis megvertnek tekintettük, Istentől sújtottnak és megalázottnak. De őt a mi vétkeinkért szúrták át, a mi bűneinkért törték össze; a mi békességünkért érte fenyítés, és az ő sebe által gyógyultunk meg.

2. Zsoltár

(Zsolt 147,11–20)

Azokban leli örömét az Úr, akik félik őt, *
azokban akik irgalmában bíznak.
Dicsérd az Urat, Jeruzsálem, *
Dicsérd Sion, Istenedet,
Mert ő erőssé teszi kapuid zárait, *
megáldja benned fiaidat.
Békességet ad határaidnak, *
és a búza javával lakat jól téged.
Elküldi szavát a földre, *
igéi gyorsan futnak.
Olyan havat ad, mint a gyapjú, *
és mint a hamut, szórja a zúzmarát.
Mint a morzsát, úgy hullatja jegét, *
ki tudja hidegét elviselni?
De ha elküldi igéjét, felolvasztja azokat, *
a szele fúj, és folynak a vizek.
Kihirdeti igéjét Jákobnak, *
törvényeit és rendeleteit Izraelnek.
Nem tett így egyetlen nemzettel sem, *
nem ismertette meg őket rendeleteivel.
Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Jel 19,7b–9)

»Eljött a Bárány menyegzője és a jegyese felkészült! Megadatott neki, hogy ragyogó és fehér gyolcsba öltözzék; a gyolcs ugyanis a szentek igaz cselekedetei.« Ekkor így szólt hozzám: »Írd meg: Boldogok, akik hivatalosak a Bárány menyegzős lakomájára!« Majd ezt mondta nekem: »Ezek Isten igaz igéi.«

3. Zsoltár

(Zsolt 148)

Alleluja! Dicsérjétek az Urat az egekből, *
dicsérjétek őt a magasságban!
Dicsérjétek őt, angyalai mind, *
dicsérjétek őt, seregei mind!
Dicsérjétek őt, nap és hold, *
dicsérjétek őt mind, ragyogó csillagok!
Dicsérjétek őt egek egei, *
és minden vizek az ég felett
dicsérjék az Úr nevét! *
Mert ő parancsolt és azok létrejöttek,
felállította őket mindörökre, *
s el nem múló törvényt szabott nekik.
Dicsérjétek az Urat a földről, *
sárkányok és mélységes vizek mind!
Tűz, jégeső, hó, fagy és szélvihar, *
amelyek parancsát teljesítik;
Mindnyájan ti hegyek és halmok, *
gyümölcstermő fák és mind a cédrusok,
vadállatok és minden állat, *
csúszómászók és szárnyasok,
föld királyai és mind a népek, *
fejedelmek és mind, bírái a földnek,
ifjak és szüzek, vének és gyermekek, *
dicsérjék az Úr nevét,

mert csak az ő neve magasztos.
Fönsége felülmúlja az eget és a földet, *
és hatalmat adott népének.
Dicséret minden szentjének, *
Izrael fiainak, a népnek
amely hozzá tartozik. Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Szálljon illatáldozatként színed elé imádságom!

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 214.)

A monasztikus élet önmagában a testvéri szeretet közösségét hozza létre, amelyben nemcsak az akarat mélységes szeretete lép működésbe, hanem az emberi szív legnemesebb és legtisztább érzései is. Ezeknek az érzéseknek a nemessége az őszinteségüktől függ, az őszinteségük viszont megtisztult és illúziótlan. A monasztikus közösséget nem az emberi csodálat és lelkesedés tartja össze, amely idő előtt hőssé vagy szentté teszi az embereket, hanem az a józan igazság, amely az embereket olyannak fogadja el, amilyenek, azért, hogy segítse őket olyanná válni, amilyenné lenniük kell.

Regula

(Reg. Aug. V,2)

Senki se dolgozzék magának, hanem minden tevékenységtek a köz javára irányuljon, sőt nagyobb buzgalommal és vidámabb készséggel, mintha egyedül csak magatoknak csinálnátok valamit. A szeretet ugyanis, amint meg van írva, „nem

keresi a magáét” (1Kor 13,5), ami azt jelenti, hogy a köz érdekeit helyezi az egyén, és nem az egyénét a köz érdeke elé. És ezért minél inkább a köz ügyével törődtök, s nem saját ügyetekkel, annál jobban haladtok a lelki életben. Így, a szükséges ideigvalók használatában az tűnjék elő, ami örökre megmarad: a szeretet.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*A csend szava*, 401.)

Ez az igazi öröm, amelyre teremtve vagyunk: akaratunk erőteljesen, szabadon, rugalmasan és örvendezően odahajlik ahhoz, ami nemcsak nekünk jó, hanem önmagában is az.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Áldjon meg téged az Úr! Teljesítettem az Úr szavát! (1Sám 15,13) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* VIII,1,1)

Szívem mélyén megőrződtek a te igéid, (...) hogy benned állhatatosabb legyek.

Negyedik hét, szombat
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.
℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 150)

Alleluja! Dicsérjétek az Urat szentélyében, *
dicsérjétek őt az ég erős boltozatában!
Dicsérjétek őt hatalmas tetteiért, *
dicsérjétek őt nagyságának teljességéért!

Dicsérjétek őt harsonaszóval, *
dicsérjétek őt hárfával és lanttal!
Dicsérjétek őt dobbal és körtánccal, *
dicsérjétek őt citerával és fuvolával!
Dicsérjétek őt zengő cintányérral, *
dicsérjétek őt csengő muzsikával!
Minden lélek *
dicsérje az Urat! Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(1Krón 29,10–13)

Áldott légy Uram, atyánknak, Izraelnek Istene
mindörökkön-örökké.
Tiéd Uram a fenség, a hatalom,
a dicsőség és a győzelem: tiéd a dicséret,
mert minden, ami az égben s a földön van,
a tiéd, tiéd Uram a királyság
és te vagy valamennyi fejedelem felett.
Tiéd a gazdagság, tiéd a dicsőség,
te uralkodsz mindenen,
a te kezedben van az erő s a hatalom,
a te kezedben van a nagyság
s az uralkodás mindenen.
Ezért most hálát adunk neked,
Istenünk és dicsérjük hatalmas nevedet.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés
(AMNIF 75.3)

Nem azt mondom, hogy a szemlélődésre meghívottak folytonosan és szüntelenül érezni fogják a szeretetnek ezt a megmozdulását, mindjárt a kezdet kezdetétől. Ez nem áll. Sőt, a szemlélődésben kezdő fiatalok sokszor kénytelenek beletörődni ennek az érzésnek a hiányába, több okból is. Néha Isten vonja meg tőlük, nehogy az akaratuk azt higgye, hogy mindez tőlük származik, vagy hogy tetszésük szerint bánhatnak vele. Ez gőgös beképzeltség volna. Ha Isten megvonja tőlük a kegyelem érzését, akkor ennek az ő gőgjük az oka. Nem feltétlenül azért, mert az illetők tényleg öntelten viselkedtek, hanem mert, ha időről időre nem vonnák meg tőlük a kegyelmet, akkor bizonyára gyökeret verne bennük a büszkeség. Isten a maga irgalmasságában ezáltal védi meg a szemlélődőt, bár némely ostobák ilyenkor azt hiszik, hogy Isten ellenük fordult.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Ünnepek imaórái

Húsvét vasárnap
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

A húsvéti Bárányt
keresztények örvendezve áldják.
Juhait megváltotta a Bárány,
Krisztus az Atyát megbékítette
ártatlan vére árán.
Összecsapott a halál meg az élet
csodafélelmes viadallal:
él az életnek vezére, ki meghalt,
uralkodik örök diadallal.

Mondd el nekünk, Mária,
mit adatott szemednek látnia?
Láttam az élő Krisztus sírja helyét,
és a Fölkentnek dicsősége teljét.
Láttam az angyali követeket,
a szemfedőket, a lepleket.
Föltámadt Krisztus, az én reménységem:
Galileába előttetek mégyen.
Föltámadt Krisztus halottaiból!
Tudjuk: föltámadt valósággal.
Légy te mihozzánk, győzelmes Király,
irgalmassággal. Ámen.

Antifóna

Azért halt meg mindenkiért, hogy akik élnek, már ne önmaguknak éljenek, hanem annak, aki értük meghalt és feltámadt.

1. Zsoltár

(Zsolt 149)

Alleluja! Énekeljetek az Úrnak új éneket, *
zengjen a szentek gyülekezetében dicsérete!
Örvendezzék Izrael az ő alkotójának, *
Sion fiai ujjongjanak királyuknak!
Dicsőítsék nevét körtánccal, *
dobbal és lanttal zengjenek neki!
Mert az Úr kedveli népét, *
diadalra juttatja az alázatosakat.
Ujjongnak majd a szentek dicsőségben, *
és örvendeznek fekvőhelyükön.
Szájukban Isten magasztalása lesz, *
és kétélű kard a kezükben,
hogy bosszút álljanak a nemzeteken *
megfenyítik a népeket,

láncra verik királyaikat, *
vasbilincsbe nagyjaikat,
és végrehajtják rajtuk a megírt ítéletet: *
Dicsősége lesz ez minden szentjének! Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jób 19,25–27)

Mert tudom, hogy megváltóm él, s a végső napon felkelek a földről; és ismét körülvesz a bőröm, és saját testemben látom meg Istenemet; én magam látom meg őt, és önnön szemem nézi őt, és nem más! E reményem van eltéve keblemben!

2. Zsoltár

(Zsolt 113)

Dicsérjétek az Urat, ti szolgái, *
dicsérjétek az Úr nevét!
Áldott legyen az Úr neve *
most és mindörökké!
Napkelettől napnyugatig *
dicsértessék az Úr neve!
Fölséges az Úr minden nemzet fölött, *
dicsősége fölülmúlja az egeket.
Ki olyan mint az Úr, a mi Istenünk, *
aki a magasságban lakik,
de lehajol hogy letekintsen az égre és a földre? *
Fölemeli a nincstelent a porból,
fölsegíti a szegényt a sárból,
hogy helyet adjon neki a fejedelmek között, *
népének fejedelmei között.
Úgy lakhat házában a gyermektelen asszony, *

mint a fiain örvendő anya.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Fil 3,10–14)

Krisztust akarom megismerni, és feltámadásának erejét, a szenvedéseiben való részvételt hozzá hasonulva a halálban, hogy valamiképpen eljussak a halottak közül való feltámadásra. Nem mintha már kezemben tartanám, vagy már tökéletes lennék, de törekszem rá, hogy magamhoz ragadjam, mert Krisztus is magához ragadott engem. Testvérek, nem képzelem magamról, hogy már magamhoz ragadtam, de egyet igen: felejtem, ami mögöttem van, és nekifeszülök annak, ami előttem van. Így futok a cél felé, annak a hivatásnak jutalmáért, amelyet Isten felülről adott Krisztus Jézusban.

3. Zsoltár

(Zsolt 150)

Alleluja! Dicsérjétek az Urat szentélyében, *
dicsérjétek őt az ég erős boltozatában!
Dicsérjétek őt hatalmas tetteiért, *
dicsérjétek őt nagyságának teljességéért!
Dicsérjétek őt harsonaszóval, *
dicsérjétek őt hárfával és lanttal!
Dicsérjétek őt dobbal és körtánccal, *
dicsérjétek őt citerával és fuvolával!
Dicsérjétek őt zengő cintányérral, *
dicsérjétek őt csengő muzsikával!
Minden lélek *
dicsérje az Urat! Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Azért halt meg mindenkiért, hogy akik élnek, már ne önmaguknak éljenek, hanem annak, aki értük meghalt és feltámadt.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 65–66.)

A sebek, amelyeket a gonoszság ütött Krisztus testén, nem azért szentek és tiszteletreméltóak, mert sebek, hanem mert az Ő sebei. Nem tisztelnénk őket, ha pusztán meghalt volna általuk, de nem támadt volna föl. Jézus nemcsak egyvalaki, aki annyira szerette az embereket, hogy meghalt értük. Az az ember, akinek emberi természete Istenben él, tehát aki isteni személy. Irántunk való szeretete Isten végtelen szeretete, amely erősebb minden gonoszságnál, s amelyet nem érinthet a halál. A szenvedést ezért csak az ajánlhatja fel Istennek, aki hiszi, hogy Jézus nem halott. A kereszténység lényege szerint nem azért fogadjuk el a szenvedést és a halált, mert jók, vagy valami értelmük van, hanem azért, mert Jézus feltámadása megfosztotta őket eredeti jelentésüktől.

Regula

(Reg. Aug. III,1)

Testeteket az ételben és az italban böjttel és önmegtagadással fékezzétek meg, amennyire egészségtek megengedi. Ha azonban valaki nem tud böjtölni, legalább étkezésen kívül ne vegyen magához semmi ételt, hacsak nem beteg.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*A csend szava*, 131.)

Az egyetemes feltámadás hite erre tanít bennünket: Isten szeretete úgy dicsőül meg, hogy bizonyos értelemben minden dolog közös javára lesz, nemcsak a Krisztusban megváltottak lelkéé, hanem a testüké, sőt az egész anyagi mindenségé is.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Ő, aki feltámasztotta Jézus Krisztust a halálból, életre kelti halandó testeteket is a bennetek lakó Lelke által. (Róm 8,11)
✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De praed. sanct*. 5)

Azt a kegyelmet ajánljuk, amelyet nem valamely érdem alapján kapunk, hanem hanem azt, amely minden érdem létesítő oka.

Húsvét vasárnap
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Üljük körül fehérben a
Bárány királyi asztalát,
s túl már a Vörös Tengeren
Krisztust dalolja énekünk,

a fejedelmet: irgalom
áldozta szent vérét nekünk,
az áldozópap szeretet
drága testének tagjait.

A vérrel hintett kaputól
a rontó angyal elriad.
A tengervíz kettéhasad,
s árján az ellen elmerül.

Már Krisztus lett Húsvét nekünk,
Ő a húsvéti áldozat.
Tiszta szíveknek tisztaság:
kovásztalan kenyérfalat.

Ó igaz égi áldozat!
Leigázta a poklokat,
széttört halálos láncokat,
és az életnek visszaad.

A poklokon győzelmesen
már Krisztus zászlót bontogat.
Már újra feltárult az ég,
s a sötétség királya fut.

Hogy mindörökké megmaradj
húsvéti örömül nekünk,
mentsd meg a bűnhalál elől
kiket az élet újraszült.

Atyaistennek tisztelet
s Fiának, ki feltámadott,
s a Vigasztalónak velük
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

A sírok megnyíltak, és sok elhunyt szentnek föltámadt a teste.

1. Zsoltár

(Zsolt 146)

Alleluja! Dicsérd lelkem, az Urat! *
Dicsérem az Urat, amíg csak élek,
zsoltárt énekelek Istenemnek, *
amíg csak leszek.
Ne bízzatok fejedelmekben, *
emberek fiaiban, akik nem segíthetnek!
Ha lelkük elszáll, visszatérnek a földbe, *
terveik még aznap mind megsemmisülnek.
Boldog, akinek segítője Jákob Istene, *
akinek az Úrban, az ő Istenében van reménye!
Ő alkotta az eget és a földet, *
a tengert és mindent ami bennük van.
Hűségét megtartja örökre, *

igazságot szerez a méltatlanul szenvedőknek,
kenyeret ad az éhezőknek.
Az Úr megszabadítja a foglyokat, *
az Úr a vakokat látóvá teszi,
az Úr felemeli a lesújtottakat, *
az Úr az igazakat szereti.
Az Úr megoltalmazza a jövevényeket, *
felkarolja az özvegyet és az árvát,
de elpusztítja a bűnösök útjait.
Király az Úr mindörökké, *
a te Istened, Sion, nemzedékről nemzedékre.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(2Makk 7,14b; 22–23)

Vigasztalás azok számára, akik az emberek által halnak meg, hogy bízván bízhatnak Istenben, aki újra feltámasztja majd őket. Nem én ajándékoztam nektek szellemet, lelket és életet, és nem én illesztettem össze egyiketeknek sem a tagjait, hanem a világ Teremtője, aki megalkotta az embert eredetébe, és mindennek megadja létét. S ő irgalmasságában vissza is adja nektek lelketeket és életeteket.

2. Zsoltár

(Zsolt 122)

Örvendeztem, amikor azt mondták nekem: *
»Az Úr házába megyünk.«
És lábunk már itt áll *
udvaraidban, Jeruzsálem!
Jeruzsálem városnak épült, *
részei pompásan egybeillenek.

Oda járnak fel a törzsek, az Úr törzsei, *
hogy Izrael törvénye szerint
hálát adjanak az Úr nevének.
Ott állnak a bírói székek, *
Dávid házának székei.
Kívánjatok békességet Jeruzsálemnek: *
»Bőségben éljenek, akik szeretnek téged!
Békesség legyen falaid között *
és bőség tornyaidban!«
Testvéreimért és a hozzám közelállókért mondom: *
»Béke legyen veled!«
Az Úrnak, a mi Istenünknek házáért *
jót kívánok neked.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Róm 6,9–14)

Tudjuk, hogy Krisztus, miután feltámadt a halottak közül, már nem hal meg, s a halál többé nem uralkodik rajta. Mert halála egyszer s mindenkorra való halál volt a bűnnek; az élete azonban élet az Istennek. Ti is úgy tekintsétek tehát magatokat, hogy meghaltatok a bűnnek, de éltek az Istennek Krisztus Jézusban. Ne uralkodjék tehát a bűn halandó testetekben, ne engedelmeskedjetek kívánságainak, de ne is adjátok oda tagjaitokat a bűnnek a gonoszság fegyvereiként, hanem mint akik a halottak közül életre keltetek, adjátok magatokat Istennek, s tagjaitokat is, mint az igazság fegyvereit, adjátok Istennek! Mert a bűn nem fog uralkodni rajtatok.

3. Zsoltár

(Zsolt 115,11–18)

Akik félik az Urat, az Úrban bíznak, *
ő a segítőjük és oltalmazójuk.
Megemlékezik rólunk az Úr, *
s áldását adja ránk.
Áldását adja Izrael házára, *
áldását adja Áron házára.
Áldását adja mindazokra, akik az Urat félik, *
kicsinyekre és nagyokra egyaránt.
Sokasítson meg titeket az Úr, *
titeket és fiaitokat.
Áldjon meg az Úr titeket, *
aki az eget és a földet alkotta.
Az ég az Úr ege, *
de a földet az emberek fiainak adta.
Nem a holtak dicsérnek téged, Uram, *
és egy sem azok közül,
akik leszálltak a némaság honába,
hanem mi, akik élünk, dicsérjük az Urat, *
most és mindörökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

A sírok megnyíltak, és sok elhunyt szentnek föltámadt a teste.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 131–132.)

A Krisztusban megváltott világ és a benne élő emberek osztoznak Jézusnak halottaiból való feltámadásában. Krisztus föltámadása ezért a központja a keresztény hitnek. Enélkül Jézus kereszthalála nem volna több, mint egy becsületes ember tragédiája - egy zsidó Szokratesz halála. A feltámadás

nélkül Jézus tanítása összefüggéstelen töredékek halmaza valami homályos erkölcsi célzattal: az evangéliumok elveszítik jelentőségüket. Jézus nem pusztán azért tanított és tett csodákat, hogy fölhívja az emberek figyeimét egy tanításra és egy erkölcsi gyakorlatra. Azért tette mindezt, hogy magára Istenre irányítsa a figyelmünket, aki Jézus Krisztus személyében megnyilatkozott előttünk. Megismétlem: a teológia lényegénél fogva konkrét. Nem elvont igazságok összessége. A mi teológiánk magának Jézusnak a személyére irányul, Isten Szavára, aki az Út, az Igazság és az Élet.

Regula

(Reg. Aug. I,3)

Amikor zsoltárokkal és himnuszokkal Istenhez imádkoztok, szívetek arról elmélkedjék, amit ajkatokkal kimondtok..

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*A csend szava*, 133.)

Szeretetünk mértéke elvileg végtelen, mert Istennek irántunk való szeretete szabja meg, az pedig végtelen. A konkrét valóságban pedig Isten Krisztusnak személyében mutatta meg

irántunk való szeretetét. Krisztusban élünk Lelke által, s akkor válunk tökéletessé a szeretetben, ha egészen megosztjuk Krisztussal a feltámadás titkát, amellyel Krisztus saját istenfiúságában részesít minket. Akkor leszünk tökéletes keresztények,·ha föltámadunk a halálból.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Aki eszi az én testemet, és issza az én véremet, annak örök élete van, és én feltámasztom őt az utolsó napon. (Jn 6,54) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De praed. sanct.* 7)

Mid van, amit nem kaptál? Ha pedig kaptad, mit dicsekszel, mintha nem kaptad volna?

Húsvét vasárnap
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost,

Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.
℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 119,1–16)

Alleluja! Boldogok, akiknek útja szeplőtelen, *
akik az Úr törvénye szerint járnak!
Boldogok, akik kutatják parancsolatait, *
s teljes szívvel keresik őt!
Nem követnek el gonoszságot, *
hanem az ő útjain járnak.
Te azt parancsoltad, hogy rendeleteidet *
gondosan meg kell tartani.
Bár arra irányulnának útjaim, *
hogy megtartsam törvényedet!
Akkor nem szégyenülök meg, *
ha ügyelek minden parancsodra.
Tiszta szívből hálát adok neked, *
hogy megismertem igazságos végzéseidet.
Megtartom rendeléseidet, *
ne hagyj el engem sohasem!
Hogy őrzi meg tisztán útját az ifjú? *
Úgy, hogy megtartja igéidet.
Teljes szívemből kereslek téged, *
ne engedd, hogy parancsaidtól eltérjek.
Szívembe rejtem igéidet, *
hogy ne vétkezzem ellened.
Áldott vagy te, Uram! *
taníts meg engem rendeleteidre!

Ajkammal hirdetem *
szád minden végzését.
Parancsolataid útjában gyönyörködöm, *
jobban, mint minden gazdagságban.
Rendeleteiddel foglalkozom, *
utaidon elmélkedem.
Törvényeidben gyönyörködöm, *
igéidről meg nem feledkezem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Kor 5,7–8)

El a régi kovásszal,
hogy új tésztává legyetek,
hisz valójában kovásztalanok vagytok!
Mert a mi Pászkánkat, Krisztust feláldozták.
Üljünk tehát ünnepet, de ne a régi kovásszal,
sem a rosszaság és a gonoszság kovászával,
hanem az egyeneslelkűség
és az igazság kovásztalanságával.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 34.5)

Hagyd, hogy ez a titokzatos kegyelem kifejtse hatását benned, és úgy irányítson, ahogyan ő akarja. Bízd rá a kezdeményezést, s hajtsd végre, amit kíván. Ne huzakodj vele, mintha te előmozdíthatnád a hatását, még ha attól félsz, is, hogy egészen elrontod. Légy te a fa – hadd legyen ő az ács! Légy te az

otthon – ő pedig a gondviselő gazda, aki benne lakik. Maradj vak ez idő alatt, s add föl minden kívánságodat, mely szeretné ismerni a miértet és a hogyant, mert itt a tudás is akadályodra lehet. Érd be azzal, hogy megérzed: e titokzatos kegyelem gyöngéden feltámad a lelked mélyén. E benső sürgetés hatására felejts el minden mást Istenen kívül. Egyszerűen és állhatatosan egyedül reá irányuljon mezítelen vágyad, megfosztva minden önérdektől.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Húsvét hétfő
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Hajnalbíborban ég a menny,
énektől visszhangos a lég,
ujjong a győzelmes világ,
üvölt a rettegő Pokol:

midőn amaz erős Király
halálsetét tárnáiból
az atyákat élet szabad
verőfényére hozza fel.

Sírját nehéz kő zárta el,
őrizte zsoldos őrsereg,
de fölkelt győzedelmesen
és eltemette a halált.

„Elég a gyász, elég a könny,
feledve már a fájdalom,
feltámadt a halál-törő!” –
a fényes angyal így kiált.

Hogy mindörökké megmaradj,
húsvéti örömül nekünk,
mentsd meg a bűnhalál elől,
kiket az élet újraszült.

Atyaistennek tisztelet
s Fiának, ki feltámadott
s a Vigasztalónak velük,
most, és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Valóban feltámadt az Úr!

1. Zsoltár

(Zsolt 111)

Alleluja! Hálát adok az Úrnak, teljes szívemből, *
az igazak tanácsában és a gyülekezetben.
Nagyok az Úr cselekedetei, *
kívánatosak mindenkinek, aki vágyik utánuk.
Fönségesség és ékesség az ő műve, *
és igazsága megmarad örökkön örökké.
Emléket állított csodáinak, *
irgalmas és kegyes Úr.

Enni adott az őt félőknek; *
Szövetségéről mindenkor megemlékezik.
Megmutatta népének hatalmas művei erejét, *
nekik adta a nemzetek örökségét;
Kezének műve igazmondás és igaz ítélet. *
Mind megbízhatók az ő rendelkezései;
Örökkön örökké szilárdan állnak, *
hűségben és igazságban születtek.
Megváltást küldött népének, *
örökre elrendelte szövetségét.
Szent és félelmetes az ő neve. *
A bölcsesség kezdete az Úr félelme,
helyesen gondolkodik mindenki, aki aszerint cselekszik; *
Dicsérete megmarad örökkön örökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 26,13–14; 19)

Életre kelnek majd halottaid, holttestük feltámad. Ébredjetek és ujjongjatok, akik a porban laktok! Mert világosság harmata a te harmatod, és a föld újjászüli az árnyakat.

2. Zsoltár

(Zsolt 112)

Boldog az az ember, aki az Urat féli, *
és nagy tetszését leli parancsaiban!
Utóda hatalmas lesz a földön, *
áldott lesz az igazak nemzedéke.
Dicsőség és gazdagság lesz házában, *
és igazsága mindörökre megmarad.

Világosságként ragyog fel *
a sötétségben az igazaknak
az irgalmas, a kegyes, az igaz.
Jó annak az embernek, aki könyörül és kölcsönt ad, *
aki a törvény szerint intézi dolgait,
mert az soha meg nem inog. *
Örökké emlékezetben marad az igaz,
rossz hírtől nem kell félnie. *
Erős a szíve, bízik az Úrban,
rendületlen a szíve, nem fél, *
amíg le nem nézheti ellenségeit.
Osztogat, adakozik a szegényeknek; *
igazsága örökre megmarad,
hatalma dicsőségesen emelkedik.
Látja a bűnös és bosszankodik, *
fogát csikorgatja és emészti magát.
A bűnösök kívánsága meghiúsul.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Kor 15,20–24)

Krisztus azonban feltámadt a halottak közül, mint az elszenderültek zsengéje. Mert amint egy ember által lett a halál, úgy egy ember által lett a halottak feltámadása is. Amint ugyanis Ádámban mindnyájan meghalnak, úgy Krisztusban mindnyájan életre fognak kelni. Mindenki a maga rendje szerint: elsőként Krisztus; azután azok, akik Krisztuséi, az ő eljövetelekor. Azután jön a vég, amikor majd átadja az uralmat az Atyaistennek, miután megsemmisített minden fejedelemséget, minden hatalmasságot és erőt.

3. Zsoltár

(Zsolt 136)

Áldjátok az Urat, mert jó, *
mert irgalma örökkévaló!
Áldjátok az istenek Istenét, *
mert irgalma örökkévaló!
Áldjátok az urak Urát, *
mert irgalma örökkévaló!
Őt, aki nagy csodákat művel egymaga, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki az egeket bölcsen alkotta, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki szétterítette a földet a vizeken, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki a nagy világítókat alkotta, *
mert irgalma örökkévaló!
A napot, hogy uralkodjék a nappalon, *
mert irgalma örökkévaló!
A holdat és a csillagokat, hogy uralkodjanak az éjsza kán, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki megverte elsőszülöttjeiben Egyiptomot, *
mert irgalma örökkévaló!
És kivezette közülük Izraelt, *
mert irgalma örökkévaló!
Hatalmas kézzel és felemelt karral, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki kettéhasította a Vörös-tengert, *
mert irgalma örökkévaló!
S átvitte Izraelt a közepén, *
mert irgalma örökkévaló!
De a Vörös-tengerbe vetette a fáraót és seregét, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki a pusztában vezérelte népét, *
mert irgalma örökkévaló!

Aki megvert nagy királyokat, *
mert irgalma örökkévaló!
És megölt hatalmas királyokat, *
mert irgalma örökkévaló!
Szehont, az amoriták királyát, *
mert irgalma örökkévaló!
Ógot, Básán királyát, *
mert irgalma örökkévaló!
S odaadta örökségül földjüket, *
mert irgalma örökkévaló!
Örökségül szolgájának, Izraelnek, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki megemlékezett rólunk megaláztatásunkban, *
mert irgalma örökkévaló!
És megszabadított minket ellenségeinktől, *
mert irgalma örökkévaló!
Aki eledelt ad minden testnek, *
mert irgalma örökkévaló!
Áldjátok az ég Istenét, *
mert irgalma örökkévaló!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Krisztus meghalt a bűneinkért az Írások szerint, eltemették, és harmadnapon feltámadt, az Írások szerint.

Rendi olvasmány

(*De praed. sanct.* 11)

Íme az irgalom és az ítélet: az irgalom a kiválasztottakban, akik Isten igazságosságának birtokába jutottak, az ítélet pedig a többiekben, akik megvakultak. Mindazonáltal ezek azért

hittek, mert akartak, amazok pedig azért nem hittek, mert nem is akartak.

Regula

(Reg. Aug. IV,6)

Amikor tehát együtt vagytok a templomban, vagy bárhol, ahol nők is vannak, kölcsönösen őrizzétek egymás tisztaságát. A bennetek élő Isten így is meg fog benneteket magatoktól őrizni.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De praed. sanct.* 14)

Isten mindenkit arra tanít, hogy menjenek Krisztushoz, nem mintha mindannyian mennének, hanem, mert másként senki sem jön hozzá. Ámde, hogy miért nem tanít mindenkit az Atya, azt föltárja az Apostol, már amennyit föltárandónak ítél: egyrészt, hogy megmutassa haragját és kinyilvánítsa erejét, nagy türelemmel viselte a harag edényeit, melyek a romlásra készültek, másrészt pedig, hogy kinyilatkoztassa dicsősége gazdagságát az irgalom edényein, melyeket a dicsőségre rendelt.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Eltemettek tehát vele együtt a halálba a keresztség által, hogy amint az Atya dicsősége feltámasztotta Krisztust a halottak közül, éppúgy mi is új életben járjunk. (Róm 6,4) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De praed. sanct.* 16)

A hit tehát, akár a kezdeti, akár a tökéletes, Isten adománya: és Istennek ez az adománya egyeseknek megadatik, másoknak pedig nem. Ebben egyáltalán nem kételkedhet senki, aki nem akar a szent írások nyilvánvaló tanításával szembeszállni.

Húsvét hétfő
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Élet-halál megharcoltak,
mélyéből a síri boltnak
fölkél Krisztus és a holtak
tanú serge kél vele.
Új reggel, víg reggel támad,
szétfoszlik az esti bánat:
Ura élet a halálnak!
Ez az öröm ideje!

Jézus, élet, diadalmas
ki halállal vagy hatalmas
a halálon, légy irgalmas,
nyisd meg nékünk bizodalmas
szent húsvéti asztalod.
Élő kenyér, édességes,
szőlővessző, üdvösséges,
táplálj és tisztára égess,
s rontsa meg a szörnyűséges
második halált karod. Ámen.

Antifóna

Ha tehát a száddal vallod, hogy »Jézus az Úr!«, és a szíved-

ben hiszed, hogy Isten feltámasztotta őt a halottak közül, üdvözülsz.

1. Zsoltár

(Zsolt 135,1–9)

Alleluja! Dicsérjétek az Úr nevét, *
dicsérjétek szolgái az Urat,
akik az Úr házában álltok, *
Istenünk házának udvaraiban!
Dicsérjétek az Urat, mert az Úr jó, *
zengjetek nevének, mert kedvességgel teli.
Mert kiválasztotta magának az Úr Jákobot, *
Izraelt a maga birtokául.
Mert én tudom, hogy nagy az Úr, *
s a mi Istenünk felülmúl minden istent.
Amit akar, az Úr mindent megtehet *
égen, földön, tengeren és minden mélységben.
Felhőket hoz fel a föld széléről, *
villámokat készít az esőhöz,
tárházaikból szeleket hoz elő.
Megölte Egyiptom elsőszülötteit, *
embert, állatot egyaránt.
Jeleket és csodákat küldött benned, Egyiptom, *
a fáraóra és valamennyi szolgájára.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 2,12–18)

Felvirrad a Seregek Urának napja minden kevélyre és büszkére, minden felfuvalkodottra, hogy megalázza; Libanonnak minden magas, sudár cédrusára és Básán minden tölgyére, minden magas hegyre és minden kiemelkedő dombra, min-

den magas toronyra és minden megerősített falra, Tarzis minden hajójára és minden szép bárkára. Meghajlik az emberi gőg,és megalázkodik a férfiak büszkesége;egyedül az Úr lesz magasztos azon a napon, s a bálványok teljesen megsemmisülnek.

2. Zsoltár

(Zsolt 116,1–9)

Alleluja! Szeretem az Urat, *
mert meghallgatta könyörgésem szavát.
Mert felém fordította fülét *
azon a napon amelyen segítségül hívtam.
Körülvettek engem a halál gyötrelmei, *
rám találtak az alvilág veszedelmei.
Szorongatásba és nyomorúságba jutottam, *
de segítségül hívtam az Úr nevét:
»Uram, szabadíts meg engem!« *
Irgalmas az Úr és igaz,
megkönyörül a mi Istenünk.
Megoltalmazza az Úr a kicsinyeket, *
megaláztatásomban megszabadított engem.
Térj vissza, lelkem, nyugalmadba, *
mert az Úr jót tett veled.
Megmentett engem a haláltól, *
szememet a könnyhullatástól,
lábamat az elbukástól.
Az Úr kedvében járok *
az élők földjén.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Jel 20,1–6)

Székeket láttam, és a rajta ülőket, akik ítélő hatalmat kaptak, és láttam azok lelkeit, akiknek fejét vették a Jézusról való tanúságtétel és Isten igéje miatt, és akik nem imádták a fenevadat, sem annak képmását, sem bélyegét nem vették homlokukra és kezükre, és éltek és uralkodtak Krisztussal ezer esztendeig. A többi halott nem éled föl, amíg el nem telik az ezer esztendő. Ez az első feltámadás. Boldog és szent az, akinek része van az első feltámadásban! Ezeken nincs hatalma a második halálnak, hanem Isten és Krisztus papjai lesznek, és uralkodnak vele ezer esztendeig.

3. Zsoltár

(Zsolt 105,1–9)

Alleluja! Áldjátok az Urat, hívjátok segítségül nevét, *
hirdessétek a nemzetek közt műveit!
Énekeljetek és zengjetek zsoltárt neki, *
beszéljétek el minden csodatettét.
Dicsekedjetek szent nevével, *
örvendezzen azoknak a szíve,
akik az Urat keresik.
Keressétek az Urat és erejét, *
keressétek szüntelenül arcát.
Emlékezzetek meg csodatetteiről, amelyeket művelt, *
jeleiről és szája ítéleteiről,
ti, az ő szolgájának, Ábrahám utódai, *
választottjának, Jákobnak fiai.
Ő, az Úr, a mi Istenünk, *
az egész földön ő ítélkezik.
Örökké gondol szövetségére, *
szavára, amelyet ezer nemzedékre adott,
arra, amit Ábrahámmal megkötött, *
amire megesküdött Izsáknak.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Ha tehát a száddal vallod, hogy »Jézus az Úr!«, és a szívedben hiszed, hogy Isten feltámasztotta őt a halottak közül, üdvözülsz.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 274.)

A pap feladata az, hogy átlelkesítse a világot. Fölemeli megszentelt kezét, és kiárad belőle Krisztus feltámadásának kegyelme, hogy megvilágosítsa a választottak lelkét, és azokét, akik sötétségben ülnek és a halál árnyékában. Áldására a teremtett, anyagi világ fölemelkedik, megszentelődik, és Isten dicsőségét szolgálja. A pap azzal készíti elő Krisztus jövetelét, hogy kiárasztja az egész világra azt a láthatatlan fényt, amely megvilágosít minden e világra jövő embert. A papon keresztül szivárog ki Krisztus dicsősége a teremtett világba, míg az imádság át nem itat mindent.

Regula

(Reg. Aug. V,2)

Senki se dolgozzék magának, hanem minden tevékenységtek a köz javára irányuljon, sőt nagyobb buzgalommal és vidámabb készséggel, mintha egyedül csak magatoknak csinálnátok valamit. A szeretet ugyanis, amint meg van írva, „nem keresi a magáét” (1Kor 13,5), ami azt jelenti, hogy a köz érdekeit helyezi az egyén, és nem az egyénét a köz érdeke elé. És ezért minél inkább a köz ügyével törődtök, s nem saját ügyetekkel, annál jobban haladtok a lelki életben. Így, a szükséges ideigvalók használatában az tűnjék elő, ami örökre megmarad: a szeretet.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*A csend szava*, 403.)

Ha a béke meggyökerezik a lélekben, mi pedig elfogadjuk, kik vagyunk és kik nem - akkor ráeszmélünk arra, hogy a szegénység a legnagyobb vagyonunk. Attól a gazdagságtól fosztanak meg bennünket. amely nem a miénk, s nekünk nem is okozhatott mást, csak bajt. Ha felhagyunk azzal az önmagában véve jó és megengedett törekvésünkkel, hogy megismerjük és megszerezzük mindazt, ami mégsem tudja megadni végső célunkat és boldogságunkat – akkor eszmélünk rá arra, hogy életünk legmélyebb értelme az a szegénység és üresség, amely egyáltalán nem kudarc, hanem a legigazibb biztosítéka mindannak a csodálatos természetfölötti ajándéknak. amelyet általunk befogadhatunk.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Íme, sokak romlására és feltámadására lesz ő Izraelben;

jel lesz, melynek ellene mondanak. (Lk 2,34) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De Trin.* 14,9,12)

Az igazságosság sajátossága az, hogy aláveti magát az isteni természet uralmának.

Húsvét hétfő
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.
℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 117)

Alleluja! Dicsérjétek az Urat minden népek, *

dicsérjétek őt minden nemzetek!
Mert megerősíttetett mirajtunk az ő irgalma, *
és jósága örökre megmarad!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Fil 2,5–11)

Ugyanazt az érzést ápoljátok magatokban, amely
Krisztus Jézusban is megvolt,
aki, bár Isten alakjában létezett,
nem tartotta Istennel való egyenlőségét
olyan dolognak,
amelyhez mint zsákmányhoz ragaszkodnia kell,
hanem kiüresítette önmagát,
szolgai alakot vett fel,
és hasonló lett az emberekhez,
külsejét tekintve úgy jelent meg, mint egy ember.
Megalázta magát, engedelmes lett a halálig,
mégpedig a kereszthalálig.
Ezért Isten felmagasztalta őt,
és olyan nevet adott neki,
amely minden más név fölött van,
hogy Jézus nevére hajoljon meg minden térd
az égben, a földön és az alvilágban,
és minden nyelv vallja,
hogy »Jézus Krisztus az Úr!«
az Atyaisten dicsőségére.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 22.1)

Jézust és Máriát édes szeretet kapcsolta össze. Mennyire szerethette Mária az Urat, s az Úr szeretete mégis mennyivel nagyobb az övénél. Az evangélium történetét nem vehetjük félvállról, mintha valami fölszínes elbeszélés volna. Kettejük kapcsolatát a maga mélységes valóságában tárja föl előttünk. Olvastán ki ne venné észre, mennyire fenntartás nélkül szerette Mária Jézust, s viszonzásul nem érte be kevesebbel, mint magának az Úrnak szeretetével. Mária volt az, aki sírva kereste őt a sírban húsvét hajnalán. Az angyalok szelíden szólították meg: „Ne sírj Mária! Az Úr, akit keresel, feltámadt, amint megmondotta. Előtted megy Galileába. Ott meglátha-tod tanítványai között, amint megígérte." De még az angyalok sem tudták megvigasztalni és megállítani könnyeit. Angyalok aligha vigasztalhatják meg azt, aki az angyalok Királyát keresi.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Urunk mennybemenetele
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Egy Atyának Egyszülöttje,
egy-természet, egy-örök te,
Atyád fénye-mása fényed:
a teremtő teremtmény lett.
Testet öltél, embertestet,
embersorsunk felkerested.
időt tür a változatlan,
halandó a halhatatlan.
Igaz ember, igaz Isten:

egy személyben ember-Isten.
Isten itt, hogy testtel társult,
nem csekélyült, meg se másult,
s bár a testet Isten hordja,
el nem olvadt test-mivolta.
Isten, egy az ős Atyával,
kisebb nála teste által.
Mint Istennek, Isten Atyja,
ám a szűz is Isten anyja.
csodálatos új kötés ez:
megmarad a két természet,
nem bomolnak, nem vegyülnek,
mégis újjá egyesülnek.
Közbenjárónk és vezérünk,
s törvényhozónk lett minékünk.
megmetélték, keresztelték,
keresztfára felemelték.
Sírt feküdt, poklokra szállott,
s feltámadt, mint írva állott,
és Atyjához mennybe ment Ő,
ítéletre eljövendő. Ámen.

Antifóna

Úgy jön el, ahogyan láttátok őt felmenni a mennybe.

1. Zsoltár

(Zsolt 139,1–14)

Uram, te megvizsgáltál és ismersz engem, *
tudod, ha leülök és ha fölkelek.
Messziről ismered gondolataimat, *
szemmel tartod akár járok-kelek, akár pihenek.
Előre ismered minden utamat. *
Még nyelvemen sincs a szó,

és te már érted egészen, Uram.
Minden oldalról körülveszel engem, *
és fölöttem tartod kezedet.
Oly nagy, oly csodálatos nekem ez a tudás: *
ésszel föl sem érhetem!
Hová mehetnék lelked elől, *
hová bújhatnék színed elől?
Ha fölmennék az ég magasába, te ott vagy, *
ha alászállnék az alvilágba, jelen vagy.
Ha felölteném a hajnal szárnyát, *
s a tenger szélső határára szöknék,
ott is a te kezed vezetne, *
és jobbod tartana engem.
Mondhatnám: »Borítson be a sötétség, *
s váljon éjszakává köröttem a fény«,
de neked nem sötét a sötétség, *
s az éj mint a nappal, oly világos előtted.
Fény és sötétség közt neked nincs különbség. *
Hiszen te formáltad bensőm,
s anyám méhében te szőtted a testem.
Dicsőítlek téged, mert olyan csodálatosan alkottál, *
és tudom jól, milyen csodálatos minden műved!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(2Kir 2,9–14)

Azt mondta Illés Elizeusnak: »Kívánj valamit, amit akarsz, hogy megtegyek neked, mielőtt elvesznek engem tőled.« Azt mondta erre Elizeus: »Kérlek, legyen a lelkedből kétszeres osztályrész rajtam.« Ő azt felelte: »Nehéz dolgot kértél: mindazonáltal, ha majd látsz engem, amikor elvesznek engem tőled, meglesz neked, amit kértél; ha azonban nem látsz, nem

lesz meg.« Miközben így mendegéltek, s menet közben beszélgettek, íme, egy tüzes szekér tüzes lovakkal elválasztotta őket egymástól, s Illés felment a forgószéllel az égbe. Amikor ezt Elizeus látta, kiáltott: »Atyám, atyám, Izrael szekere és szekérvezetője!« Amikor aztán nem látta többé, megragadta ruháit és kettészaggatta. Aztán felemelte Illés palástját, amely leesett róla, s visszafordult, s megállt a Jordán partján, s Illés palástjával, amely leesett róla, ráütött a vízre, s az nem vált ketté. Erre azt mondta: »Hát most hol van Illés Istene?« Aztán ismét ráütött a vízre, s az kétfelé vált, s Elizeus átment.

2. Zsoltár

(Zsolt 68,33–36)

Föld országai, Istennek énekeljetek, *
zengjetek az Úrnak dicséretet,
zengjetek Istennek,
aki kezdettől fogva az egek egén trónol; *
Íme onnan hallatja szavát, hatalmának szavát.
Magasztaljátok Isten dicsőségét. *
Az ő felsége honol Izrael felett,
az ő ereje a fellegek között.
Csodálatos vagy Isten a te szentélyedben! *
Izrael Istene ad erőt és hatalmat népének.
Áldott legyen Isten!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Kor 15,20–24)

Krisztus azonban feltámadt a halottak közül, mint az elszenderültek zsengéje. Mert amint egy ember által lett a halál, úgy egy ember által lett a halottak feltámadása is. Amint ugyanis

Ádámban mindnyájan meghalnak, úgy Krisztusban mindnyájan életre fognak kelni. Mindenki a maga rendje szerint: elsőként Krisztus; azután azok, akik Krisztuséi, az ő eljövetelekor. Azután jön a vég, amikor majd átadja az uralmat az Atyaistennek, miután megsemmisített minden fejedelemséget, minden hatalmasságot és erőt.

3. Zsoltár

(Zsolt 146)

Alleluja! Dicsérd lelkem, az Urat! *
Dicsérem az Urat, amíg csak élek,
zsoltárt énekelek Istenemnek,
amíg csak leszek.
Ne bízzatok fejedelmekben, *
emberek fiaiban, akik nem segíthetnek!
Ha lelkük elszáll, visszatérnek a földbe, *
terveik még aznap mind megsemmisülnek.
Boldog, akinek segítője Jákob Istene, *
akinek az Úrban, az ő Istenében van reménye!
Ő alkotta az eget és a földet, *
a tengert és mindent ami bennük van.
Hűségét megtartja örökre, *
igazságot szerez a méltatlanul szenvedőknek,
kenyeret ad az éhezőknek. *
Az Úr megszabadítja a foglyokat,
az Úr a vakokat látóvá teszi, *
az Úr felemeli a lesújtottakat,
az Úr az igazakat szereti. *
Az Úr megoltalmazza a jövevényeket,
felkarolja az özvegyet és az árvát, *
de elpusztítja a bűnösök útjait.
Király az Úr mindörökké, *
a te Istened, Sion, nemzedékről nemzedékre.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Úgy jön el, ahogyan láttátok őt felmenni a mennybe.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 105.)

A pap különlegesebben és bensőségesebben válik Krisztus képmásává, mint a többi keresztény vagy a szerzetes. A feltámadt Üdvözítőnek szentségi jelenlétét és működését tartja elevenen a földön. a látható emberi eszköze annak a Krisztusnak, aki a Mennyben uralkodik, aki tanítja, megszenteli és kormányozza az Egyházat fölszentelt papjai által. Ha a pap szól, nem pusztán a saját szavait vagy a saját tanítását mondja. Mindig annak tanítását kell közvetítenie, akitől küldetést kapott. A pap sokkal nagyobb erővel hat a lelkünkre, mint az saját szegényes emberi hatalma, amellyel tanácsot ad vagy vigasztal. Bármennyire emberiek legyenek is a cselekedetei, bármenynyire szegényesek és hiányosak önmagukban, Jézus Krisztus szentségi ereje támogatja és a Szentlélek rejtett működése élteti őket.

Regula

(Reg. Aug. VI,1)

Veszekedés vagy ne legyen köztetek, vagy a leggyorsabban vessetek neki véget, különben a harag gyűlöletté fajul, s akkor a szálka gerendává válik, és a lélek gyilkossá lesz. Így olvassátok ugyanis: „Aki testvérét gyűlöli, az gyilkos.” (1Jn 3,15)

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.

℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De Trin.* XIII,13,17)

A boldogsághoz két dolog tartozik: a jót akarni, és meg tudni tenni azt, amit akarunk.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. A mi hazánk azonban a mennyekben van, ahonnan mint üdvözítőt várjuk az Úr Jézus Krisztust. (Fil 3,20) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De praed. sanct.* 19)

Jóllehet az emberek hajtják végre azokat a tetteket, melyek az Isten tiszteletére vonatkoznak, mindazonáltal mégis Isten az, aki teszi, hogy az emberek megtegyék, amit ő parancsolt.

Urunk mennybemenetele
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Naptámadat mesgyéitől
a föld végső határaig
Krisztust daloljuk, a Királyt,
Szűz Máriának egy Fiát.

Illatokkal hajnal felé
egynémi jámbor asszonyok
jőnek s hallják angyal szavát:
„Élőt a sírbolt nem takar!”

Daloljunk édes dalokat,
Krisztusnak győztes éneket,
ki poklot láb alá szegett.
megváltott, kit eladtanak.

Az álnok kígyónak fejét,
gonosz oroszlán erejét
az Isten Fia megtöré,
aztán a mennybe visszatért. Ámen.

Antifóna

Jézust Isten feltámasztotta, s ennek mi mindannyian tanúi vagyunk.

1. Zsoltár

(Zsolt 147,12–20)

Dicsérd az Urat, Jeruzsálem, *
Dicsérd Sion, Istenedet,
Mert ő erőssé teszi kapuid zárait, *
megáldja benned fiaidat.
Békességet ad határaidnak, *
és a búza javával lakat jól téged.
Elküldi szavát a földre, *
igéi gyorsan futnak.
Olyan havat ad, mint a gyapjú, *
és mint a hamut, szórja a zúzmarát.
Mint a morzsát, úgy hullatja jegét, *
ki tudja hidegét elviselni?
De ha elküldi igéjét, felolvasztja azokat, *
a szele fúj, és folynak a vizek.
Kihirdeti igéjét Jákobnak, *
törvényeit és rendeleteit Izraelnek.
Nem tett így egyetlen nemzettel sem, *
nem ismertette meg őket rendeleteivel.
Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Dán 7,13–14)

Azt láttam az éjszakai látomásban, hogy íme, az ég felhőiben valaki jött, aki olyan volt, mint az Emberfia, s amikor az Ősöregig eljutott, az ő színe elé vitték, és ő hatalmat, méltóságot és országot adott neki, hogy minden nép, törzs és nyelv neki szolgáljon, és hatalma örök hatalom legyen, amely meg nem szűnik, és országa olyan, amely el nem pusztul.

2. Zsoltár

(Zsolt 68,20–21; 35–36)

Áldott legyen az Úr minden nap! *
Üdvösségünk Istene hordoz minket.
A mi Istenünk szabadító Isten, *
s az Úr, az Úr a halálból is kivezet minket.
Magasztaljátok Isten dicsőségét. *
Az ő felsége honol Izrael felett,
az ő ereje a fellegek között. *
Csodálatos vagy Isten a te szentélyedben! *
Izrael Istene ad erőt és hatalmat népének.
Áldott legyen Isten!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(2Kor 4,8–12)

Mindenfelől szorongatnak minket, de agyon nem nyomnak; bizonytalanságban vagyunk, de nem esünk kétségbe; üldözést szenvedünk, de elhagyatottak nem vagyunk; földre terítenek, de el nem veszünk; állandóan hordozzuk testünkben Jézus halálát, hogy Jézus élete is nyilvánvaló legyen testünkben. Mert minket, élőket, szüntelenül halálra adnak Jézusért, hogy Jézus élete is nyilvánvaló legyen halandó testünkön. Bennünk tehát a halál munkálkodik, bennetek pedig az élet.

3. Zsoltár

(Zsolt 66,1–8)

Ujjongjatok az Istennek, minden földek, *
mondjatok nevének éneket,
dicsőségét dicsérve zengjétek.

Mondjátok Istennek: »Milyen félelmetesek műveid, *
hatalmad nagysága miatt
ellenségeid hízelegnek neked.
Az egész föld imádjon és dicsérjen téged, *
zengjen nevednek dicséretet.«
Jöjjetek és lássátok az Úr tetteit, *
félelmetes, amit végbevitt az emberek fiai közt.
Szárazfölddé változtatta a tengert, *
gyalog keltek át a folyóvízen;
Örvendeztünk akkor benne. *
Uralkodik hatalmával örökre,
szemmel tartja a nemzeteket, *
hogy fel ne fuvalkodjanak magukban
a lázongók.
Áldjátok Istenünket, ti nemzetek, *
hallassátok dicséretének szavát.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Jézust Isten feltámasztotta, s ennek mi mindannyian tanúi vagyunk.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 25.)

Az Ő szeretete nem hasonlítható éhséghez. Ez a mennyek országának lakomája, amelyre a nagy király sokakat meghívott. Sokan nem tudtak eljönni e lakomára, mert valami másra vágyakoztak a maguk számára - farmra, feleségre, egy igás ökörre. Nem értették meg, hogy ha előbbre helyezték volna az országot és a lakomát, akkor mindezt mellesleg megkapták volna. A szeretet nem éhes. Vidám lakoma, juge convivium - örök lakoma, amelyen nincsen csömör, olyan ünnep, melyen mások szolgálata táplál bennünket, nem saját táplálkozásunk.

Regula

(Reg. Aug. VII,3)

Aki elöljárótok, ne azért tartsa magát szerencsésnek, mert hatalommal kormányoz, hanem, azért, mert szeretettel szolgál. Tisztelet tekintetében első legyen köztetek, Isten előtt azonban félelemmel boruljon lábatokhoz. Jócselekedeteivel adjon mindenkinek példát, fegyelmezze a nyugtalanokat, bátorítsa a kishitűeket, támogassa a gyöngéket, legyen mindenkivel türelmes. Szívesen tartsa meg a fegyelmet, és ennek megtartására ébresszen félelmet. S jóllehet mindkettő szükséges, inkább kívánja azt, hogy szeressétek, mintsem hogy féljetek tőle, mindig arra gondolva, hogy majd számot kell adnia rólatok Istennek.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De Trin.* XIII,14,18)

Mi igazabb, mint ha valaki az igazságosságért elmegy egészen a kereszthalálig, és mi hatalmasabb erő, mint feltámadni a halálból és felmenni a mennybe azzal a testtel, amelyben megölték? Így az ördögöt először az igazságosság győzte le, és azután a hatalom.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Ha ez a mi földi sátrunk leomlik, Istentől kapunk hajlékot, nem kézzel alkotott, örök házat az égben. (2Kor 5,1) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* VIII,3,7)

Diadalt ül a győztes hadvezér és nem győzött volna, ha nem harcolt volna és minél nagyobb volt a háború veszedelme, annál nagyobb a diadalmas öröm.

Urunk mennybemenetele
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 118,14–24)

Az Úr az én erőm és dicsőségem, *
ő lett az én szabadítóm.
Ujjongás és diadal szava *
hangzik az igazak sátraiban:
»Az Úr jobbja győzelmet szerzett, *
az Úr jobbja fölmagasztalt engem,
az Úr jobbja győzelmet szerzett!« *
Nem halok meg, hanem élek,
és hirdetem az Úr tetteit.
Az Úr nagyon megfenyített engem, *
de nem engedett át a halálnak.
Nyissátok meg előttem az igazság kapuit, *
hadd lépjek be rajtuk, hogy dicsérjem az Urat.
Ez az Úr kapuja, *
az igazak lépnek be rajta.
Hálát adok neked, hogy meghallgattál engem, *
és szabadítóm lettél.
A kő, amelyet az építők elvetettek, *
szegletkővé lett.
Az Úr műve ez, *
csodálatos a mi szemünkben.
Ezt a napot az Úr adta, *
ujjongjunk és vigadjunk rajta!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Iz 9,1–2)

A nép, amely sötétségben jár,
nagy világosságot lát;
akik a halál árnyékának országában laknak,
azokra világosság ragyog.
Megsokasítod az ujjongást,
megnöveled az örömet;
örvendenek színed előtt,
ahogy örvendenek aratáskor,
és amint ujjonganak, akik a zsákmányt osztják.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 58.3)

Ami pedig Urunk testi mennybemenetelét illeti, midőn édesanyjának és tanítványainak szeme láttára égbe emelkedett, vajon az következik-e ebből, hogy a csillagokra meredjünk imádság közben, abban a reményben, hogy meglátjuk az Urat dicsőségének trónusán, vagy a mennyben állva, ahogyan Szent István látta? Bizonyára nem várja tőlünk Isten, hogy az egeket kutassuk szemlélődésünk közben, mintha így meglát-hatnánk őt állva, ülve vagy akár fekve, vagy bármi egyéb test-helyzetben. Nem ismerjük igazán Urunk megdicsőült emberségének természetét, s nem tudjuk, milyen helyzetet foglalt el a mennyben. Ez lényegtelen és mellékes. Csupán azt tudjuk, hogy emberi teste és lelke mindörökre egyesült istenségével a dicsőségben. Nem ismerjük azonban mostani tevékenységét, s erre nincs is szükségünk. Csupán azt tudjuk, hogy tökéletes szabadságban birtokolja önmagát. Ha ilyen vagy olyan test-

helyzetben mutatkozik is meg valamilyen látomásban, a lelki üzenetét fontos kutatnunk, nem pedig azt, hogy vajon milyen helyzetben található ő a mennyben.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Pünkösd vasárnap
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Már Krisztus mennybe költözött,
ahonnan egykor földre jött,
hogy az Atya ajándokát
küldje, a Szentlelket nekünk.

Sürgette már az ünnep-est:
titokzatos hetes-körén
hétszer fordult a földkerek,
s jelezte már e szent időt.

Hogy harmadórán hirtelen
megdördül a világ felett,
hirdetvén az imádkozó
apostoloknak: jő az Úr!

Az Atya fényéből való
szépségével a drága tűz
átjárja Krisztus híveit,
hozván az Ige melegét.

Ujjongnak a betölt szívek
a Szentléleknek ihletén,
sokféle nyelven hirdetik
az Istennek nagytetteit.

Minden nép érti szavukat,
görög, barbár és római,
s mind egyformán álmélkodik,
mindnyájuk nyelvén szólnak ők.

Az Úr Atyának tisztelet
s Fiának, ki feltámadott,
s a Vigasztalónak velük,
most és örök időkörön át. Ámen.

Antifóna

Az én lelkemet adom belétek.

1. Zsoltár

(Zsolt 23)

Az Úr az én pásztorom, nem szűkölködöm, *
zöldellő legelőkön adott nekem helyet,
csöndes vizekhez vezetett engem. *

Felüdítette lelkemet,
és az igazság ösvényein vezetett az ő nevéért. *
Járjak bár a halál árnyékában,
nem félek semmi bajtól, mert te velem vagy. *
Vessződ és pásztorbotod megvigasztaltak engem.
Asztalt terítettél számomra *
azok előtt, akik szorongatnak engem;
olajjal kented meg fejemet, *
és kelyhem csordultig töltötted.
Mert jóságod és irgalmasságod *
kísér engem életem minden napján,
hogy az Úr házában
lakjam időtlen időkig.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 11,1–6)

Vessző kél majd Jessze törzsökéből, és hajtás sarjad gyökereiből. Rajta nyugszik az Úr lelke: a bölcsesség és az értelem lelke, a tanács és az erősség lelke, a tudás és kegyesség, és az Úr félelmének lelke; és kedve telik az Úr félelmében. Nem aszerint ítél majd, amit a szem lát, és nem aszerint dönt, amit a fül hall, hanem igazságosan ítéli majd a gyengéket, és méltányosan dönt a föld szegényeinek érdekében; megveri a földet szája vesszejével, és ajkának leheletével megöli az istentelent. Igazságosság lesz derekának öve, és a hűség csípőjének kötője. Akkor majd a farkas a báránnyal lakik, és a párduc a gödölyével heverészik; borjú és oroszlánkölyök együtt híznak, és kisgyermek terelgeti őket.

2. Zsoltár

(Zsolt 15)

Uram, ki lakhat sátradban? *
Ki tartózkodhat szent hegyeden?
Az, aki szeplőtelenül jár, és igazságot cselekszik, *
aki igazat gondol szívében,
aki nyelvével nem követ el álnokságot, *
felebarátjának nem tesz rosszat,
nem ad hitelt embertársa gyalázásának. *
Aki előtt a gonosz nem ér semmit,
de nagyra tartja azokat, akik az Urat félik. *
Aki esküjét nem vonja vissza,
még ha kárára is van,
pénzét nem adja kamatra, *
s vesztegető ajándékot
nem fogad el az ártatlan ellen.
Aki így cselekszik, *
meg nem inog sohasem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Ef 5,15–21)

Gondosan ügyeljetek tehát arra, hogyan éltek, ne mint esztelenek, hanem mint bölcsek. Jól használjátok fel az időt, mert rossz napokat élünk! Ne legyetek tehát ostobák, hanem értsétek meg, hogy mi az Úr akarata! Ne részegedjetek le bortól, mert abból erkölcstelenség fakad, inkább teljetek el Lélekkel! Magatok közt zsoltárokat, szent dalokat és lelki énekeket zengjetek, énekeljetek és zengedezzetek szívetekben az Úrnak! Adjatok hálát mindenkor mindenért a mi Urunk Jézus Krisztus nevében az Istennek és Atyának! Engedelmeskedjetek egymásnak Krisztus félelmében!

3. Zsoltár

(Zsolt 95)

Jöjjetek, örvendezzünk az Úrnak, *
ujjongjunk szabadító Istenünknek.
Járuljunk eléje magasztalással, *
vigadjunk előtte zsoltárokkal.
Mert nagy Isten az Úr, *
hatalmas király ő minden istenen.
Kezében vannak a föld mélységei, *
s övé a hegyek csúcsa.
Övé a tenger, ő alkotta meg, *
s az ő keze formálta a szárazföldet.
Jöjjetek, imádjuk, hajoljunk meg, *
boruljunk térdre az Úr, a mi alkotónk előtt!
Mert ő az Úr, a mi Istenünk, *
mi pedig az ő legelőjének népe,
s kezének juhai vagyunk. *
Ma, ha szavát meghalljátok:
»Ne keményítsétek meg szíveteket, *
Mint Meribánál s Massza napján a pusztában,
hol atyáitok megkísértettek engem: *
próbára tettek, bár látták műveimet.
Negyven esztendeig undorodtam e nemzedéktől, *
s azt mondtam: Tévelygő szívű nép ez.
Nem ismerték útjaimat, *
ezért haragomban megesküdtem:
Nem mennek be nyugalmamba!«.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Az én lelkemet adom belétek.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 21.)

A szeretetem igazsága nem elvont filozófiai okoskodás. Természetfölöttinek és konkrétnak, kézzel foghatónak és elevennek kell lennie. Úgy gondolom, hogy ezek a szavak nem átvitt értelműek. A szeretet igazsága maga a testvéremben élő Isten; az Lelkének életét kell megkeresnem benne. Ezt a titokzatos életet pedig csak ugyanannak a Szentléleknek segítségével tudom fölismerni és megközelíteni, aki ott él és hat az én szívem mélyén is.

Regula

(Reg. Aug. VI,1)

Veszekedés vagy ne legyen köztetek, vagy a leggyorsabban vessetek neki véget, különben a harag gyűlöletté fajul, s akkor a szálka gerendává válik, és a lélek gyilkossá lesz. Így olvassátok ugyanis: „Aki testvérét gyűlöli, az gyilkos.” (1Jn 3,15)

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De Trin*. VIII,7,10)

Készek lehetünk arra is, hogy feláldozzuk életünket testvéreinkért, amire Urunk, Jézus Krisztus saját maga adott példát.

Két olyan parancs van ugyanis, amelyen függ az egész törvény és a próféták tanítása: az Isten szeretete és az embertársak szeretete.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Kiárasztom lelkemet ivadékaidra, és áldásomat sarjaidra. (Iz 44.3) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De Trin.* VIII,10,14)

A szeretet nem más, mint olyan élet, amely két embert összekapcsol vagy össze akar kapcsolni.

Pünkösd vasárnap
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Most szállj le Szentlélek reánk,
Atyával és Fiúval egy,
ömöld el szívünk teljesen,
s maradj bennünk kegyelmesen.

Száj, szív, érzék, ész, lendület,
visszhangozzon hitvallomást,
lánggal égjen a szeretet,
s lobogjon át mindenkire.

Engedd meg ezt, kegyes Atya,
s Atyának mása, egy Fia,
s te Szentlélek, vigasztaló,
mindörökön uralkodó. Ámen.

Antifóna

Én vízzel kereszteltelek titeket, ő pedig Szentlélekkel fog benneteket megkeresztelni.

1. Zsoltár

(Zsolt 19,9–15)

Egyenesek az Úr végzései, vidámmá teszik a szívet, *

világos az Úr parancsa, felvilágosítja a szemet.
Az Úr félelme tiszta, örökkön-örökké megmarad, *
igazak az Úr ítéletei, egytől-egyig igazságosak.
Kívánatosabbak az aranynál, *
és megannyi drágakőnél,
édesebbek a méznél, *
meg a csepegő lépes méznél.
Szolgád meg is tartja őket, *
megtartásuk jutalma bőséges.
Ki veszi észre a vétkeket? *
Tisztíts meg titkos bűneimtől,
és a kevélységtől mentsd meg szolgádat, *
ne uralkodjék rajtam.
Akkor szeplőtelen leszek, *
s a nagy vétektől tiszta maradok.
Hadd legyen kedves előtted szám beszéde, *
és szívem elmélkedése mindenkor.
Uram, én segítőm, én üdvözítőm!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Ez 36,25–30)

Tiszta vizet hintek rátok, és megtisztultok minden szennyetektől, és minden bálványotoktól megtisztítalak titeket. Új szívet adok nektek, és új lelket adok belétek; elveszem testetekből a kőszívet, és hússzívet adok nektek. Az én lelkemet adom majd belétek, és gondoskodom róla, hogy parancsaim szerint járjatok, és törvényeimet megtartsátok és megcselekedjétek. Azon a földön laktok majd, amelyet atyáitoknak adtam, és ti az én népem lesztek, én pedig a ti Istenetek leszek. Megszabadítalak titeket minden szennyetektől; előhívom a gabonát és megsokasítom, és nem küldök többé rátok éhínséget. Meg-

sokasítom a fák gyümölcsét és a szántóföld termését, hogy ne viseljétek többé az éhínség gyalázatát a nemzetek között.

2. Zsoltár

(Zsolt 104,30–35)

Kiárasztod lelkedet, s ők életre kelnek, *
és megújítod a föld színét.
Dicsőség az Úrnak mindörökké, *
örvendezzen műveinek az Úr,
akinek a tekintetére megremeg a föld, *
s érintésére füstöt vetnek a hegyek.
Énekelek az Úrnak, amíg élek, *
amíg leszek, zsoltárt zengek Istenemnek.
Beszédem legyen kedves előtte, *
én pedig az Úrban leljem gyönyörűségem.
Vesszenek el a bűnösök a földről, *
és ne legyenek többé az istentelenek!
Áldjad, én lelkem, az Urat!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Zsid 4,11–13)

Törekedjünk tehát bemenni abba a nyugalomba, nehogy valaki az engedetlenségnek ugyanazt a példáját kövesse. Mert Isten szava eleven és hatékony, áthatóbb minden kétélű kardnál, behatol és szétválasztja a lelket és a szellemet, az ízeket és a velőket, s megítéli a szív gondolatait és szándékait. Semmiféle teremtmény nem láthatatlan a színe előtt, sőt, minden mezítelen és nyitott annak a szeme előtt, akinek elszámolással tartozunk.

3. Zsoltár

(Zsolt 96)

Énekeljetek az Úrnak új éneket, *
énekeljetek az Úrnak minden földek!
Énekeljetek az Úrnak, áldjátok nevét, *
hirdessétek napról-napra szabadítását!
Hirdessétek dicsőségét a nemzetek között, *
csodatetteit minden népnek!
Mert nagy az Úr, méltó a dicséretre, *
minden istennél félelmetesebb.
Mert a nemzetek istenei mind csak hamis istenek, *
az Úr azonban egeket alkotott.
Színe előtt fenség van és szépség, *
szentélyében ékesség és hatalom.
Ünnepeljétek az Urat, népek családjai, *
ünnepeljétek az Úr dicsőségét és hatalmát.
Adjátok meg az Úr nevének a dicsőséget, *
hozzatok áldozati ajándékokat
és jöjjetek udvaraiba.
Boruljatok le szent pompával az Úr előtt, *
rettegjen előtte az egész föld!
Hirdessétek a nemzetek közt: »Király az Úr!« *
Megerősítette a föld kerekségét,
hogy ne ingadozzék,
s igazságosan ítéli a népeket.
Örvendjenek az egek, ujjongjon a föld, *
zúgjon a tenger s ami betölti azt;
Vigadjanak a mezők és minden, ami rajtuk van! *
Ujjongjon akkor az erdő minden fája
az Úr előtt, mert eljön, eljön hogy megítélje a földet. *
Igazságban ítéli meg a föld kerekségét,
s a népeket hűsége szerint.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Én vízzel kereszteltelek titeket, ő pedig Szentlélekkel fog benneteket megkeresztelni.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 79–80.)

Csak az jut el Istenhez, ami tőle származik, s önmegtagadásunk csak úgy válhat természetfölöttivé, ha a Szentlélek kegyelme irányítja. Kegyelmének fénye megmutatja nekünk, hogy mi bennünk a jó és mi a rossz, mi származik Istentől és mi önmagunktól, mi elfogadható az ő számára, és mi az, ami csupán önbecsülésünknek hízeleg. De a Szentlélek megtanít minket az aszkézis és az áldozat közti különbségre is, és megmutatja, hogy a keresztény nem érheti be pusztán az aszkézissel.

Regula

(Reg. Aug. VII,1)

Elöljárótoknak mint atyának engedelmeskedjetek, adjátok meg neki a tiszteletet, nehogy megsértsétek benne Istent. Még inkább engedelmeskedjetek az idősebb testvérnek, aki mindnyájatokra gondot visel.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.

℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De Trin.* VI,5,7)

A Szentlélek az Atyának és a Fiúnak a közösségét fejezi ki, bármilyen is az. Mindenestre ez a közösség egylényegű és örök. Lehetne barátságnak is mondani, de jobb, ha szeretetnek nevezzük. Ez a szeretet lényegi, mert Isten lényegi létező, s Isten a szeretet, ahogy az Írás mondja (1Jn 4,16). A szeretet egylényegű az Atyával és a Fiúval, és velük együtt nagy, jó, szent, s mindaz, amit még állíthatunk Istenről önmagában. Istenben nem más a lét, mint a nagyság, vagy a jóság.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Áldott legyen Urunknak, Jézus Krisztusnak Istene és Atyja, aki Krisztusban minden mennyei, lelki áldással megáldott minket. (Ef 1,3) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De Trin.* XIII,20,26)

Az igaz hitből él (Róm 1,17), s ez a hit a szeretet által tevékeny (Gal 5,6), s így mindazok az erények, amelyek által okosan, bátran, mértékletesen és igazán élünk, azok mind kapcsolatosak a hittel; különben nem lennének erények.

Pünkösd vasárnap
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.
℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 93)

Király lett az Úr! Fölségbe öltözött, *
felöltözött az Úr, erővel övezte fel magát.
Megerősítette a föld kerekségét, *
hogy ne ingadozzék.
Trónod kezdet óta szilárd, *
te öröktől fogva vagy.
Emelkednek a folyóvizek, Uram, *
emelkedik a folyóvizek hangja,
emelkedik a folyóvizek zúgása. *
De a nagy vizek zúgásánál,

a tenger hatalmas hullámainál *
is hatalmasabb az Úr a magasságban.
Törvényeid igen megszilárdultak, *
szentség illeti házadat, Uram, örök időkre.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Jel 2,11; 26–29)

Akinek van füle, hallja meg,
mit mond a Lélek az egyházaknak:
Aki győzni fog, azt nem sebzi meg a második halál!
Aki pedig győz és
mindvégig megtartja cselekedeteimet,
annak hatalmat adok a nemzetek fölött,
hogy vasvesszővel kormányozza azokat,
és összetörjenek, mint a cserépedény,
amint én is megkaptam Atyámtól,
és neki adom a hajnalcsillagot.
Akinek van füle, hallja meg,
mit mond a Lélek az egyházaknak!

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 48.1)

Mindezzel persze világért sem akarlak elriasztani a szóbeli imától, ha a Szentlélek arra indít téged. S ha a lélek öröme elárad az érzékeiden, s úgy kezdesz szólni Istenhez, ahogyan

emberekhez szoktál, ilyesmit mondva: „Jézusom”, „Édes Jézusom”, akkor ezt semmiképpen se nyomd el magadban. Isten óvjon attól, hogy félreértsd, amit mondok. Hiszen valóban nem akarlak visszatartani a szeretet külső kifejezéseitől. Isten óvjon attól, hogy szétválasszam a testet és a lelket, amelyet Isten egységnek alkotott. Istennek egész személyiségünk, testünk- lelkűnk hódolatával tartozunk. Méltó, hogy ő is egész személyiségünket, testestől-lelkestől fogja megdicsőíteni az örökkévalóságban. Az örök dicsőség előízeként Isten néha lángra gyújtja bizalmas barátainak az érzelmeit, hogy már itt a földön kimondhatatlan gyönyörűséget és vigasztalást éljenek át.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Szentháromság vasárnap
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Élő minden idők előtt,
kezdettől született s mint az Atyád, örök!
mert hogy hordana ily nevet,
kezdettől ha Fiú nincs, kinek Atyja ő?

Két ízben születél nekünk,
Krisztus: először szült a születetlen Úr
Istenül, – azután a Szűz
testben földre hozott, Istenül-emberül.

Téged vár a hivő sereg,
himnusz hangjaival, halld kegyesen szavát
nyájad ifja-öregje mind
hozzád esdekel és zengve fohászkodik.

Híven hordja e nép neved,
Istentől született Isten, imája egy:
benned vágyna maradni ő
s hogy Te benne maradj, vággyal esenkedik.

Meg nem értheti emberész:
Atyjában a Fiú benne hogyan lehet,
s ismét: hogy lehet az Atya
a méltó Fiúban benne, ki egy vele. Ámen.

Antifóna

Hárman vannak, akik tanúskodnak: a Lélek, a víz és a vér; és ez a három egy.

1. Zsoltár

(Zsolt 97)

Király az Úr! Ujjongjon a föld, *
örvendezzék a temérdek sziget!
Felhő és homály van körülötte, *
igazság és jog trónjának alapja.
Tűz halad előtte, *
s körös-körül felperzseli ellenségeit.
Villámai beragyogják a föld kerekségét, *
láttára megrendül a föld.
Viaszként olvadoznak a hegyek az Úr előtt, *
az egész föld Ura előtt.
Az egek hirdetik igazságát, *
minden nemzet látja dicsőségét.

Jussanak szégyenbe mindazok, akik faragott képeket imádnak, *
és bálványaikkal kérkednek.
Imádjátok őt, angyalai mind!
Hallja ezt Sion és örvendezik, *
és ujjonganak Júda leányai
ítéleteiden, Uram.
Mert te vagy, Uram, a legfölségesebb az egész földön,*
messze magasan állsz minden isten fölött.
Akik szeretitek az Urat, gyűlöljétek a rosszat; *
szentjeinek lelkét megőrzi,
a gonoszok kezéből
megszabadítja őket.
Világosság támad az igaznak, *
s öröm az igazszívűeknek.
Örvendezzetek, igazak, az Úrban, *
és dicsérjétek szent emlékezetét!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 45,18–27)

Én vagyok az Úr, és nincs más. Nem a rejtekben szóltam, a földnek egy sötét helyén; nem mondtam Jákob ivadékának: ‘Hiába kerestek!’ Én, az Úr, igazat beszélek, igazságot hirdetek. Gyűljetek össze és jöjjetek, lépjetek ide együtt, akik a nemzetek közül megmenekültetek! Oktalanok, akik bálványuk fáját hordozzák, és olyan istenhez könyörögnek, aki nem szabadít meg. Hirdessétek és adjátok elő, tanácskozzatok is egymással! Ki adta tudtul ezt kezdettől fogva? Ki hirdette régóta? Nemde én, az Úr? Nincs más Isten rajtam kívül, igaz és szabadító Isten nincs kívülem. Forduljatok hozzám, és megszabadultok, a földnek határai mind, mert én vagyok az Isten, és

nincs más! Önmagamra esküdtem, igazság jött ki számból, szó, amely nem tér vissza: előttem hajlik meg minden térd, énrám esküszik minden nyelv.

2. Zsoltár

(Zsolt 99,1–5)

Király az Úr! *
Reszkessenek a népek;
A kerubok fölött trónol, *
rettegjen a föld!
Nagy az Úr a Sionon, *
fölséges minden nép felett.
Magasztalják nagy és félelmetes nevedet, *
mert szentséges.
A nagy király az igazságot szereti: *
te rendeltél egyenességet,
te szereztél Jákobban törvényt és igazságot. *
Magasztaljátok az Urat, a mi Istenünket,
boruljatok le lábának zsámolya előtt, *
mert szentséges ő!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Ef 4,4–6)

Egy a test és egy a Lélek, amint hivatásotok is egy reménységre szól. Egy az Úr, egy a hit, egy a keresztség. Egy az Isten és mindeneknek Atyja, aki mindenek fölött áll, mindent áthat, és mindenben benne van. A kegyelmet azonban mindegyikünk Krisztus ajándékozásának mértéke szerint kapta.

3. Zsoltár

(Zsolt 138)

Hálát adok neked, Uram, teljes szívemből, *
mert meghallgattad szájam szavát.
Magasztallak az angyalok színe előtt, *
leborulok szent templomod felé,
áldást mondok nevednek irgalmadért és igazságodért,*
mert mindenek fölött
felmagasztaltad szent nevedet.
Bármikor hívtalak segítségül, meghallgattál engem, *
és gyarapítottad az erőt lelkemben.
Hálát ad neked, Uram, a föld minden királya, *
a te szád minden szavának hallatára,
és megéneklik az Úr útjait, *
mert nagy az Úr dicsősége.
Fölséges az Úr és rátekint az alázatosakra, *
de messziről megismeri a felfuvalkodottakat.
Ha szorongatások között járok is, *
megőrzöd életemet;
Ellenségeim haragjával szemben kinyújtod kezedet, *
és jobbod megszabadít engem.
Az Úr mindezt véghezviszi értem, *
Uram, irgalmad örökkévaló:
ne vesd meg kezed alkotásait!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Hárman vannak, akik tanúskodnak: a Lélek, a víz és a vér; és ez a három egy.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 129.)

A szeretetvágy több a lélek vak éhségénél (bár bizonyos esetekben valóban vak, és igen hasonlít az éhséghez). Tisztán lát, abban az értelemben, hogy a Szentlélektől megvilágosított értelem fordul az Atyához, és kéri a szeretet növekedését a Fiú nevében. Vagyis az érett keresztény ember a szeretet vágya által világos és mélységes, békés és tevékeny, gazdagon gyümölcsöző módon ismeri meg a Szentháromságot.

Regula

(Reg. Aug. VII,3)

Aki elöljárótok, ne azért tartsa magát szerencsésnek, mert hatalommal kormányoz, hanem, azért, mert szeretettel szolgál. Tisztelet tekintetében első legyen köztetek, Isten előtt azonban félelemmel boruljon lábatokhoz. Jócselekedeteivel adjon mindenkinek példát, fegyelmezze a nyugtalanokat, bátorítsa a kishitűeket, támogassa a gyöngéket, legyen mindenkivel türelmes. Szívesen tartsa meg a fegyelmet, és ennek megtartására ébresszen félelmet. S jóllehet mindkettő szükséges, inkább kívánja azt, hogy szeressétek, mintsem hogy féljetek tőle, mindig arra gondolva, hogy majd számot kell adnia rólatok Istennek.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De Trin.* IV,1)

Az isteni lényeg, amely őt Istenné teszi, nem változik sem az örökkévalóságban, sem a megismerésben, se az akarásban. Őbenne örök az igazság, örök az akarás és örök a szeretet, s ugyanakkor szeretettel teljes az örökkévalóság is meg az igazság is.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Isten elsősorban számotokra támasztotta s küldte el Fiát, hogy megáldjon titeket, és így mindenki megtérjen gonoszságából. (ApCsel 3,26) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De Trin.* VI,3,4)

Az ember lelke és az Isten Lelke különbözik, de az egyesülés által a két lélek egy lélek lesz, de úgy, hogy az Isten Lelke az ember lelke nélkül is tökélete és boldog, az ember lelke viszont csak Istennel együtt lehet boldog.

Szentháromság vasárnap
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Hű keresztfa, nincsen még egy
ily nemes fa, sem bokor,
ilyen lombot, iily virágot
erdő nem terem sehol.
édes törzsök, édes ág te,
édes terhet hordozol.

Hajtsd meg ágaid, szikár fa,
könnyíts merev törzseden.
puhasággal végy erőt a
szigorú természeten:
Tagjait a nagy királynak
úgy karold szelídeden.

Csak te voltál hordni méltó
üdvösségünk zálogát,
rajtad ért, szent bárka, révet
a hajótörött világ,
mert a Bárány drága vére
rólad permetez reánk.

A Boldog Szentháromságnak
mindörökké tisztelet,
Atyát, Fiut, Vigasztalót
egyformán dícsérjetek,
ama Háromságos–Egynek
nevét áldják mindenek. Ámen.

Antifóna

Szent, szent, szent a Seregek Ura, betölti az egész földet dicsősége!

1. Zsoltár

(Zsolt 145,1–10)

Magasztallak téged, Istenem, királyom, *
s áldom nevedet örökkön-örökké.
Áldalak téged mindennap, *
és dicsérem nevedet örökkön-örökké.
Nagy az Úr és méltó a dicséretre, *
nagysága fölfoghatatlan.
Nemzedék nemzedéknek dicséri alkotásaidat *
és hirdeti hatalmadat.
Elmondják szentséged fölséges dicsőségét, *
elbeszélik csodáidat.
Elmondják félelmetes erődet, *
és hirdetik nagyságodat.
Megemlékeznek túláradó jóságodról, *
igazságodat ujjongva ünneplik.
Irgalmas az Úr és könyörületes, *
hosszantűrő és nagyirgalmú.
Jó az Úr mindenkihez, *
és könyörületes minden teremtményéhez.
Magasztaljon téged, Uram, minden műved, *
és áldjanak szentjeid.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Ez 36,25–30)

Ujjongj és örvendj, Sion leánya, mert íme, én majd eljövök és benned lakom – mondja az Úr. – Azon a napon majd sok nemzet csatlakozik az Úrhoz és az én népemmé lesznek, és én majd nálad lakom; és te majd megtudod, hogy a Seregek Ura küldött engem hozzád. És az Úr majd birtokába veszi Júdát,

ez az ő osztályrésze lesz a szent földön, és ismét választottjává teszi Jeruzsálemet. Hallgasson el minden, ami test, az Úr előtt, mert ő immár el is indult szent lakóhelyéről!

2. Zsoltár

(Zsolt 112)

Alleluja! Boldog az az ember, aki az Urat féli, *
és nagy tetszését leli parancsaiban!
Utóda hatalmas lesz a földön, *
áldott lesz az igazak nemzedéke.
Dicsőség és gazdagság lesz házában, *
és igazsága mindörökre megmarad.
Világosságként ragyog fel a sötétségben *
az igazaknak; az irgalmas, a kegyes, az igaz.
Jó annak az embernek, aki könyörül és kölcsönt ad, *
aki a törvény szerint intézi dolgait,
mert az soha meg nem inog. *
Örökké emlékezetben marad az igaz,
rossz hírtől nem kell félnie. *
Erős a szíve, bízik az Úrban,
rendületlen a szíve, nem fél, *
amíg le nem nézheti ellenségeit.
Osztogat, adakozik a szegényeknek; *
igazsága örökre megmarad,
hatalma dicsőségesen emelkedik. *
Látja a bűnös és bosszankodik,
fogát csikorgatja és emészti magát. *
A bűnösök kívánsága meghiúsul.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Mt 28,18–20)

Jézus odament és azt mondta nekik: »Nekem adatott minden hatalom a mennyben és a földön. Menjetek tehát, és tegyetek tanítvánnyá minden népet. Kereszteljétek meg őket az Atya és a Fiú és a Szentlélek nevében, és tanítsátok meg őket arra, hogy megtartsák mindazt, amit parancsoltam nektek! És íme, én veletek vagyok minden nap a világ végéig!«

3. Zsoltár

(Zsolt 113)

Dicsérjétek az Urat, ti szolgái, *
dicsérjétek az Úr nevét!
Áldott legyen az Úr neve *
most és mindörökké!
Napkelettől napnyugatig *
dicsértessék az Úr neve!
Fölséges az Úr minden nemzet fölött, *
dicsősége fölülmúlja az egeket.
Ki olyan mint az Úr, a mi Istenünk, *
aki a magasságban lakik,
de lehajol hogy letekintsen az égre és a földre? *
Fölemeli a nincstelent a porból,
fölsegíti a szegényt a sárból,
hogy helyet adjon neki a fejedelmek között, *
népének fejedelmei között.
Úgy lakhat házában a gyermektelen asszony, *
mint a fiain örvendő anya.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Szent, szent, szent a Seregek Ura, betölti az egész földet dicsősége!

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 417.)

Az Egyház az eukarisztia szentségét és áldozatát adja a kezünkbe, hogy annak segítségével közelítsük meg a Szentháromság titkát. Nem kell erőlködnünk azzal, hogy elképzeljük az Atyát, a Fiút és a Szentlelket - elég, ha a Szentostyára tekintünk, és visszaemlékezünk Jézusnak az utolsó vacsorán mondott szavaira: ,,Aki engem lát, látja az Atyát is. Hogyan mondhatod hát: Mutasd meg nekünk az Atyát? Nem hiszed, hogy én az Atyában vagyok, és az Atya énbennem?" (Jn 14,9-10)

Regula

(Reg. Aug. VII,4)

Amikor tehát szívesen engedelmeskedtek, nemcsak magatok iránt vagytok könyörületesek, hanem iránta is, mivel köztetek magasabb helyen állva nagyobb veszélyben is forog.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De Trin.* XV,6,9)

A hármasság ott van az értelemben, amely által megismerjük, amit megismerünk, és amely megismeri önmagát is, és azt is, hogy megismer; de ott is, ahol az értelem az örök és és változatlan dolgokat szemléli.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Megáldotta Isten és megszentelte a hetedik napot, mert azon nyugodott el minden munkájától, amelyet végezve teremtett Isten. (Ter 2,3) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De Trin.* XV,13)

Ő az anyagi és szellemi dolgokat nem azért ismeri, mert vannak, hanem azért vannak, mert ismeri őket. Mindig is tudta, hogy mit fog teremteni.

Szentháromság vasárnap Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy

vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.
℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 118,20–29)

Ez az Úr kapuja, *
az igazak lépnek be rajta.
Hálát adok neked, hogy meghallgattál engem, *
és szabadítóm lettél.
A kő, amelyet az építők elvetettek, *
szegletkővé lett.
Az Úr műve ez, *
csodálatos a mi szemünkben.
Ezt a napot az Úr adta, *
ujjongjunk és vigadjunk rajta!
Nyújts, ó Uram, segítséget, *
adj, ó Uram, jó sikert!
Áldott, aki az Úr nevében jön! *
Áldunk az Úr házából titeket.
Az Úr Isten világosított meg minket. *
Álljatok sort az ünnepi lombokkal,
egészen az oltár szarváig.
Istenem vagy te, hálát adok neked, *
Istenem vagy te, magasztallak téged.
Áldjátok az Urat, mert jó, *
mert irgalma örökkévaló.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(1Sám 2,1–7)

Ujjongóvá vált az én szívem az Úrban,
Istenem révén felemelkedett a szarvam.
Tágra nyílt a szám ellenségeimmel szemben,
mert örvendezem segítségeden.
Nincs olyan szent, mint az Úr,
bizony nincsen más terajtad kívül,
nincs oly erős, mint a mi Istenünk.
Ne beszéljetek annyit, kérkedve, kevélyen,
távozzék a régi beszéd szátoktól,
mert mindentudó Isten az Úr
s eléje kerülnek szándékaitok.
Vereséget szenved az erősek íja,
de erővel övezik fel magukat a gyengék,
elszegődnek kenyérért, akik azelőtt bővelkedtek,
de jóllaknak, akik éheztek,
s míg sokat szül, aki meddő volt,
akinek sok fia volt, meddőségbe esik.
Az Úr tesz halottá és élővé,
visz le az alvilágba, s hoz vissza onnét,
az Úr tesz szegénnyé s gazdaggá,
megalázottá és felmagasztalttá.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 69.1)

Milyen csodálatosan átformálódik az ember szeretete a „semmi” és a „sehol” megtapasztalása által! Amikor először beletekint, egész életének bűnei felágaskodnak előtte. Egyetlen rossz gondolat, szó vagy tett sem marad rejtve előtte. Titokzatosan és sötéten beleégnek. Akármerre fordul is, szembenéznek vele, mindaddig, amíg hatalmas erőfeszítések, fájdalmas lelkiismeretfurdalások és sok keserű könny után nagy részüket sikerül eltörölnie.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

A szent kereszt felmagasztalása
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Urunk kínszenvedései,
mikben a föld üdvét leli,
adjanak nékünk frissülést,
szívünk vágyának enyhülést.

Éljen szívünkben szüntelen
e gyalázat, e gyötrelem,
a koronázó tövisek,
kereszt és lándzsa és szögek,

és szentséges szent sebei.
Mily méltó ezt énekleni!
Ecet és epe italát
és ezt a keserű halált.

Ez az igazi lakoma,
ez szívünk édes mámora,
lelkünk erénnyel töltse el
s dicsőség gyümölcseivel.

Ó megfeszített Jézusunk,
egész szívvel fohászkodunk,
juttass mennyországodba el,
a szentek seregeivel.

Krisztusnak áldás, tisztelet,
kit eladott a gyülölet,
ki népeért halt kínhalált
kereszt keserves kínpadán. Ámen.

Antifóna

A kereszt igéje azoknak, akik elvesznek, oktalanság ugyan, de azoknak, akik üdvözülnek, vagyis nekünk, Isten ereje.

1. Zsoltár

(Zsolt 2)

Miért dühöngenek a nemzetek, *
terveznek hiúságokat a népek?
Fölkelnek a föld királyai, *
egybegyűlnek mind a fejedelmek
az Úr ellen, s az ő Fölkentje ellen: *
»Szakítsuk széjjel láncukat,
igájukat rázzuk le magunkról!«

A mennyekben lakó kineveti őket, *
az Úr kigúnyolja őket.
Haragjában így szól majd hozzájuk, *
bosszúságában szétzavarja őket:
»Fölkentem királyomat a Sionon, *
az én szent hegyemen!«
Hirdetem az Úr rendeletét. *
Mert így szólt hozzám az Úr: »Fiam vagy te,
a mai napon nemzettelek téged. *
Kérd tőlem, és odaadom neked
a nemzeteket örökségedül,
s osztályrészedül a föld határait. *
Kormányozd őket vasvesszővel,
cserépedényként törd össze őket.«
Nos hát, királyok, okuljatok, *
tanuljatok, ti földi bírák!
Szolgáljátok az Urat félelemmel, *
ujjongjatok előtte remegve.
Tanuljatok fegyelmet, *
hogy fel ne gerjedjen az Úr haragja,
s az igaz útról el ne vesszetek, *
amikor haragja hirtelen fellobban.
Boldogok mindazok, *
akik benne bíznak!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 53,2–4)

Úgy nőtt fel színe előtt, mint a hajtás, és mint a gyökér a szomjas földből; nem volt szép alakja, sem ékessége, hogy megnézzük őt, és nem volt olyan külseje, hogy kívánjuk őt. Megvetett volt, és utolsó az emberek között, fájdalmak férfia

és betegség ismerője, aki elől elrejtettük arcunkat; megvetett volt, és nem becsültük őt. Pedig a mi betegségeinket ő viselte, és a mi fájdalmainkat ő hordozta; mi mégis megvertnek tekintettük, Istentől sújtottnak és megalázottnak.

2. Zsoltár

(Zsolt 121)

Szememet a hegyekre emelem: *
honnan jön segítségem?
Az Úr ad nekem segítséget, *
aki az eget és a földet alkotta.
Ne engedje meginogni lábadat, *
és ne szunnyadjon, aki téged őriz!
Bizony nem szunnyad és nem alszik, *
aki Izraelt őrzi.
Az Úr a te őrződ, az Úr oltalmaz téged, *
ő áll jobbod felől.
Nem árt neked nappal a nap, *
sem éjszaka a hold.
Megőriz téged az Úr minden bajtól, *
megőrzi az Úr lelkedet,
Megőrzi az Úr jártadat-keltedet *
most és mindörökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(ApCsel 2,22–28)

A Názáreti Jézust, azt a férfiút, akit Isten igazolt előttetek erőkkel, csodákkal és jelekkel, amelyeket, mint ti is tudjátok, Isten általa művelt közöttetek, ezt az embert istentelenek keze által felszegezve megöltétek, miután Isten elhatározott terve

és előretudása szerint átadatott. Isten azonban föloldozta a halál bilincseit, és föltámasztotta őt, amint lehetetlen is volt, hogy azok fogva tartsák, mert Dávid róla mondja: ‘Magam előtt látom az Urat mindenkor, mert jobbomon áll ő, hogy meg ne inogjak. Ezért örvend a szívem, és ujjong a nyelvem, sőt testem is békében nyugszik el, mert nem hagyod lelkemet az alvilágban s nem engeded, hogy Szented rothadást lásson. Megmutatod nekem az élet útját, és színed előtt örömmel töltesz el engem’.

3. Zsoltár

(Zsolt 130)

A mélységből kiáltok hozzád, Uram! *
Uram, hallgasd meg szavamat!
Legyen füled figyelmes *
hangos esedezésemre.
Uram, ha a vétkeket számon tartod, *
Uram, ki állhat meg előtted?
Hiszen tenálad a bocsánat, *
hogy féljünk téged.
Benned bízom, Uram. *
Lelkem bízik az ő szavában;
várja lelkem az Urat, *
jobban, mint az őr a hajnalt.
Jobban, mint az őr a hajnalt, *
várja Izrael az Urat,
mert az Úrnál van az irgalom, *
és bőséges nála a szabadítás.
Ő megszabadítja Izraelt *
minden gonoszságától.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

A kereszt igéje azoknak, akik elvesznek, oktalanság ugyan, de azoknak, akik üdvözülnek, vagyis nekünk, Isten ereje.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 58–59.)

Ha Isten akaratát mindig a tökéletesség elvont, eszményi szabályai szerint igyekszünk követni, akkor ezzel csak azt bizonyítjuk, hogy még sok mindent kell megtanulnunk Isten akaratáról. (...) A bűnbánó lator, aki Jézussal meghalt a Kálvárián, sokkal tökéletesebb volt, mint azok a szentek, akik őt keresztre feszítették. Mégis, elvben mi lehetne szentebb a papságnál, és kevésbé szent a bűnözőnél? A haldokló lator talán sok mindenben engedetlen volt, de életének legfontosabb pillanatában hallgatott Istenre és engedelmeskedett neki. A farizeusok megtartották a törvény betűjét, és egész életükben aggályoskodva törekedtek a tökéletességre, de annyira elvont eszménynek tartották, hogy amikor Isten konkrét és határozott módon kinyilvánította előttük akaratát és tökéletességét, akkor nem maradt más választásuk, csak az elutasítás.

Regula

(Reg. Aug. VIII,1)

Adja meg az Úr, hogy mindezt szerető gonddal tartsátok meg, mint a lelki szépség szerelmesei; jó magatartásotokkal áraszszátok Krisztus jó illatát, nem mint a törvény alatt görnyedő rabszolgák, hanem mint a kegyelem szabad gyermekei.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.

℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De Trin.* XV,6,9)

Amikor elérkeztünk ahhoz a szeretethez, amely a Szentírás szerint maga Isten (1Jn 4,16), akkor felderengett a Háromság, tudniillik aki szeret, akire a szeretet irányul és maga a szeretet.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Kiegészítem testemben azt, ami hiányzik Krisztus szenvedéseiből, testének, az egyháznak javára. (Kol 1,24) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ench.* 32,121)

Minden parancs célja a szeretet; vagyis a szeretetre irányul minden parancs.

A szent kereszt felmagasztalása
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Dícsérjék a szentkeresztet,
akik általa szereztek
gazdagságos életet.
Ó te üdvösséges oltár,
mely tüzesen bíboroltál
a Báránynak véritől!

Lépcső lett a szent keresztbül,
Krisztus vonz azon keresztül
magához mindeneket.
Összefogott itt a Bárány
a kerek föld négy határán
minden emberszíveket.

Kereszt, immár Isten hozzád,
győzedelem, világosság!
Nincs több ilyen virágos ág,
Ily koszorús földi tő.
Keresztényi medicína,
kórnak, épnek üdvös írja,
nincsen amit meg ne bírna
te nevedben a hivő. Ámen.

Antifóna

Krisztussal együtt keresztre vagyok szegezve: élek én, de már nem én, hanem Krisztus él bennem.

1. Zsoltár

(Zsolt 135,1–7; 19–21)

Alleluja! Dicsérjétek az Úr nevét, *
dicsérjétek szolgái az Urat,

akik az Úr házában álltok, *
Istenünk házának udvaraiban!
Dicsérjétek az Urat, mert az Úr jó, *
zengjetek nevének, mert kedvességgel teli.
Mert kiválasztotta magának az Úr Jákobot, *
Izraelt a maga birtokául.
Mert én tudom, hogy nagy az Úr, *
s a mi Istenünk felülmúl minden istent.
Amit akar, az Úr mindent megtehet *
égen, földön, tengeren és minden mélységben.
Felhőket hoz fel a föld széléről, *
villámokat készít az esőhöz,
tárházaikból szeleket hoz elő.
Izrael háza, áldjátok az Urat! *
Áron háza, áldjátok az Urat!
Lévi háza, áldjátok az Urat! *
Akik félitek az Urat, áldjátok az Urat!
Áldott legyen Sionról az Úr, *
aki Jeruzsálemben lakik. Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 53,6–11)

Mindnyájan, mint a juhok, tévelygetünk, mindenki a maga útjára tért; és az Úr őrá rakta mindnyájunk bűnét. Megkínozták, és ő alázatos volt, nem nyitotta ki száját; mint a bárány, melyet leölésre visznek, és mint a juh, mely nyírói előtt elnémul, nem nyitotta ki száját. Sanyargatás és ítélet után vitték el; és sorsával ki törődik? Mert kivetették az élők földjéből, népem vétke miatt sújtották halálra. Istentelenek között adtak sírt neki, és

gazdag mellett, amikor meghalt, bár nem követett el erőszakot, és nem volt álnokság a szájában. De az Úrnak úgy tetszett, hogy összetörje betegséggel. Ha odaadja engesztelő áldozatul életét, meglátja majd utódait, hosszúra nyújtja napjait; és az Úr tetszése az ő keze által teljesül. Lelkének gyötrelme után meglátja a világosságot, megelégedett lesz. Tudásával szolgám igazzá tesz sokakat, és bűneiket ő hordozza.

2. Zsoltár

(Zsolt 11)

Az Úrban bízom én. Hogyan mondhatjátok nekem: *
»Menekülj a hegyekbe, mint a veréb!
Mert íme a bűnösök kifeszítették az íjat, *
a húrra illesztették nyilaikat,
hogy lenyilazzák a sötétben
az egyenes szívűeket.
Ha semmibe sem veszik végzéseidet, *
mit tehet akkor az igaz?«
Szent templomában van az Úr, *
áll az egekben az Úr trónusa.
A szegényre tekint a szeme, *
az emberek fiait vizsgálja pillantása.
Megvizsgálja az Úr az igazat s az istentelent; *
Saját lelkét gyűlöli, aki szereti a gonoszságot.
Parazsat és kénkövet hullat a bűnösökre, *
és szélvihar lesz kelyhük osztályrésze.
Mert igaz az Úr s az igazságot kedveli, *
az igazak láthatják majd arcát.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Jn 2,2–6)

Ő az engesztelés a mi bűneinkért, de nemcsak a mieinkért, hanem az egész világ bűneiért is. Abból tudjuk meg, hogy ismerjük őt, ha megtartjuk parancsait. Aki azt mondja: »Ismerem őt«, de parancsait nem tartja meg, az hazug, és nincs benne igazság. Aki azonban megtartja az ő igéjét, abban Isten szeretete valóban tökéletes, ebből tudjuk meg, hogy őbenne vagyunk. Aki azt mondja, hogy őbenne marad, annak úgy is kell élnie, ahogyan ő élt.

3. Zsoltár

(Zsolt 67)

Irgalmazzon nekünk Isten és áldjon meg minket! *
Ragyogtassa arcát felettünk,
hogy megismerjük utadat a földön, *
minden nemzet lássa szabadításodat.
Áldjanak téged a népek, Isten, *
áldjanak téged a népek valamennyien!
Örvendjenek és ujjongjanak a nemzetek, *
mert igazsággal ítéled a népeket,
és kormányozod a földön a nemzeteket. *
Áldjanak téged a népek, Isten,
áldjanak téged a népek valamennyien! *
A föld megadja gyümölcsét;
Áldjon meg minket Isten, a mi Istenünk, *
áldjon meg minket Isten,
a föld minden határa félje őt!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Krisztussal együtt keresztre vagyok szegezve: élek én, de már nem én, hanem Krisztus él bennem.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 92.)

Keresztény hivatásunk igazán óriási: de csak akkor válhatunk naggyá, ha már nem törekszünk rá mindenáron. Hiszen a nagyságról alkotott képünk illúzió, és ha túl sokat törődünk vele, akkor kiforgat bennünket az Istentől kapott békénkből és biztonságunkból, s arra csábít, hogy egy magunk alkotta mítoszban éljünk. Ezért a legnagyobb teljesítményünk az, hogy kicsinyek vagyunk: vagyis önmagunk. Ha valóban önmagunkká leszünk, akkor szabadulunk meg attól a haszontalan öntudatosságtól, amely örökké összehasonlítgat bennünket másokkal, hogy nagynak lássuk magunkat.

Regula

(Reg. Aug. VI,2)

Ha valaki szidalmazással vagy gyalázkodással vagy akár bűn emlegetésével megsérti a másikat, amilyen gyorsan csak lehet, nyújtson elégtételt azért, amit tett, a sértett pedig haladéktalanul bocsásson meg. Ha viszont kölcsönösen megsértették egymást, imáitokra, amelyek minél gyakoribbak, annál hatékonyabbak, kölcsönösen bocsássanak meg egymásnak. Sokkal jobb, ha valakit gyakran kísért ugyan a harag, de aztán, elismerve igazságtalanságát, siet bocsánatot kérni a sértett féltől, mint ha valaki nehezebben gerjed haragra, de a bocsánatkérésre is lassabban hajlik. Aki viszont soha nem hajlandó bocsánatot kérni, vagy nem teljes szívéből teszi, jogtalanul van a monostorban, még ha nem küldik is el innen. Tartózkodjatok tehát a keményebb szavaktól. Ha mégis ilyen szó elhagyná ajkatokat, ne restelljétek, hogy ugyanaz a száj gyógyítson, amelyik a sebet okozta.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Ench.* 31,117)

A hit hajtja végre azt, amit a törvény megparancsol. Ugyanis Isten ajándéka, vagyis a Szentlélek nélkül – aki kiárasztja szívünkbe a szeretetet (Róm 5,5) – a törvény nem parancsolhat, nem használ semmit.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Ha felismerték volna, sohasem feszítették volna keresztre a dicsőség Urát. (1Kor 2,8) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ench.* 31,117)

A testi vágy uralkodik ott, ahol nincs jelen Isten szeretete.

A szent kereszt felmagasztalása
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.
℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 69,30–37)

Én szegény vagyok és szenvedek, *
de fölemel, Istenem, a te segítséged.
Énekszóval áldom Isten nevét *
és hálával magasztalom.
Ez kedvesebb lesz Isten előtt, mint a borjú, *
amelynek éppen ered a szarva és patája.
Látják majd a szegények és örvendeznek; *
Keressétek Istent és élni fog szívetek.
Mert meghallgatja az Úr a szegényeket, *
és nem veti meg foglyait.

Dicsérje őt az ég és a föld, *
a tenger és minden, ami bennük nyüzsög.
Mert Isten megmenti Siont, s felépíti Júda városait; *
ott fognak lakni, birtokba veszik.
Szolgáinak utódai öröklik, *
s ott laknak majd, akik szeretik az ő nevét.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Kol 1,12–20)

Örömmel adjatok hálát az Atyának,
aki méltókká tett titeket arra,
hogy nektek is részetek legyen a szentekkel a világosságban.
Kiragadott minket a sötétség hatalmából,
s áthelyezett szeretett Fiának országába.
Benne van a mi megváltásunk, a bűnök bocsánata.
Ő a láthatatlan Isten képmása,
és minden teremtmény elsőszülöttje,
mert benne teremtetett minden az égben és a földön,
a láthatók és a láthatatlanok, a trónusok és uralmak,
a fejedelemségek és hatalmasságok.
Minden őáltala és őérte teremtetett.
Ő előbb van mindennél, és minden benne áll fenn.
Ő a testnek, az egyháznak a feje;
ő a kezdet, az elsőszülött a halottak közül,
hogy az övé legyen az elsőség mindenben.
Mert úgy tetszett az Atyának,
hogy benne lakjon az egész teljesség,
és hogy általa engeszteljen ki magával mindent,
ami a földön és a mennyben van,
azáltal, hogy békességet szerzett

keresztjének vérével.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 25.5)

Krisztus a mi fejünk, mi pedig kegyelme által testének tagjai. A kereszten testéért, az egyházért áldozta föl magát. Mindannak, aki egészen követni akarja Krisztust, készen kell lennie arra, hogy örömest és szeretettel szétossza magát testvéreinek üdvösségére az emberi családban. Ismétlem, nem csupán a barátaiért, a családjáért és a hozzá közelállókért, hanem egyetemes szeretettel az egész emberiség üdvösségéért kell élnie, mivel Krisztus mindazok megmentéséért halt meg, akik megbánják bűneiket és keresik Isten irgalmát.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Mindenszentek
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Üdvösségszerző Jézusunk,
segítsd a megváltottakat.
Irgalom anyja, Szűzanya,
népednek üdvösséget adj.

Ti, Angyaloknak ezrei,
atyák serege, látnokok
ihlett csapatja: esdjetek
a bűnösnek bocsánatot.

Keresztelő Krisztus-követ,
s te mennyei kulcshordozó,
apostolok, oldjátok el
mi bűneink bilincseit.

Mártírok, győztes hadsereg,
jámbor papok kegyes kara,
szűzesség tiszta kórusa;
mossák le vétkünk szennyeit.

Mindnyájan, kik a csillagos
trónszékeken tündöklötök:
fogadjátok jóságosan
malasztért esdeklő imánk.

Áldás, dicsőség, tisztelet
az Atyának és Fiúnak,
s a Vigasztalónak velük,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

A fölséges Isten szentjei azonban elnyerik majd az országot, és övék lesz az ország örökké, örökkön-örökké.

1. Zsoltár

(Zsolt 33,1–11)

Örvendezzetek igazak, az Úrban, *
igaz emberekhez illik a dicséret!
Áldjátok az Urat lanttal, *
zengjetek neki dalt tízhúrú hárfával!
Daloljatok neki új éneket, *
ujjongó szóval ügyesen
zsoltárt énekeljetek neki!

Mert igaz az Úr igéje, *
és minden tette hűséggel teli.
Az igazságot és a törvényt szereti; *
Az Úr irgalma betölti a földet.
Az Úr szava alkotta az egeket, *
szájának lehelete minden seregüket.
A tenger vizeit mintegy tömlőbe gyűjtötte, *
az örvényeket tárházakba helyezte.
Félje az Urat az egész föld, *
remegjen előtte a földkerekség minden lakója!
Mert ő szólt, és meglettek, *
parancsolt, és létrejöttek.
Felforgatja az Úr a nemzetek szándékait, *
elveti a népek gondolatait.
De megmarad az Úr terve mindörökre, *
szíve szándéka nemzedékről nemzedékre.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Ez 20,18b–20; 41–42)

Ne járjatok atyáitok parancsai szerint és szokásaikat se tartsátok meg, se bálványaikkal ne szennyezzétek be magatokat. Én, az Úr, vagyok a ti Istenetek! Járjatok parancsaim szerint, tartsátok meg végzéseimet és cselekedjetek szerintük, szenteljétek meg szombatjaimat, hogy jelek legyenek köztem és köztetek, és tudjátok meg, hogy én, az Úr vagyok a ti Istenetek. Kellemes illatként fogadlak titeket, amikor majd kihozlak titeket a népek közül, és összegyűjtelek azokból az országokból, amelyekbe szét vagytok szórva, és megmutatom rajtatok szentségemet a nemzetek szeme láttára. Ti pedig megtudjátok, hogy én vagyok az Úr, amikor majd bevezetlek titeket Izrael földjére, arra a földre, amelyért esküre felemeltem keze-

met, hogy atyáitoknak adom.

2. Zsoltár

(Zsolt 33,12–23)

Jöjjetek, fiaim, hallgassatok rám, *
az Úr félelmére tanítlak titeket.
Ki az, aki élni akar, *
s jó napokat kíván látni?
Őrizd meg nyelvedet a gonosztól, *
s ajkad ne beszéljen csalárdságot!
Fordulj el a rossztól és tégy jót, *
keresd a békét és azt kövesd!
Az Úr szemmel tartja az igazakat, *
és imádságukat meghallgatja.
De az Úr tekintete ott a gonosztevőkön is, *
hogy eltörölje emléküket a földön.
Kiáltottak az igazak és az Úr meghallgatta, *
és minden szorongatásukból
kiszabadította őket.
Közel van az Úr a megtört szívűekhez, *
és megmenti az alázatos lelkűeket.
Sok nyomorúság éri az igazakat, *
de az Úr valamennyiből kimenti őket.
Megőrzi minden csontjukat, *
egy sem törik el belőlük.
Gonoszságuk öli meg a bűnösöket, *
s megbűnhődnek akik gyűlölik az igazat.
De szolgáit az Úr megszabadítja, *
és senki sem bűnhődik, aki benne bízik.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Róm 8,28–30)

Tudjuk, hogy az Istent szeretőknek minden javukra válik, azoknak, akik az ő végzése értelmében meghívást kaptak, hogy szentek legyenek. Mert akiket eleve ismert, azokat eleve arra is rendelte, hogy hasonlók legyenek Fia képmásához, s így ő elsőszülött legyen a sok testvér között. Akiket pedig eleve elrendelt, azokat meg is hívta; és akiket meghívott, azokat megigazultakká is tette; akiket pedig megigazultakká tett, azokat meg is dicsőítette.

3. Zsoltár

(Zsolt 119,1–8)

Alleluja! Boldogok, akiknek útja szeplőtelen, *
akik az Úr törvénye szerint járnak!
Boldogok, akik kutatják parancsolatait, *
s teljes szívvel keresik őt!
Nem követnek el gonoszságot, *
hanem az ő útjain járnak.
Te azt parancsoltad, hogy rendeleteidet *
gondosan meg kell tartani.
Bár arra irányulnának útjaim, *
hogy megtartsam törvényedet!
Akkor nem szégyenülök meg, *
ha ügyelek minden parancsodra.
Tiszta szívből hálát adok neked, *
hogy megismertem igazságos végzéseidet.
Megtartom rendeléseidet, *
ne hagyj el engem sohasem!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

A fölséges Isten szentjei azonban elnyerik majd az országot, és övék lesz az ország örökké, örökkön-örökké.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 67–68.)

A keresztség beolt bennünket az isteni szőlőtőbe, Krisztus testébe, hogy az életét éljük, és úgy érjünk meg a keresztjén, mint a szőlőfürtök a szőlővesszőn. Fölvesz minket a szentek közösségébe, akik Krisztus szenvedéséből élnek. De az egyesülésnek minden szentsége egyben az elszakadásé is. A keresztség egymás tagjaivá tesz bennünket, de ugyanakkor határozottan el is választ: nemcsak azoktól, akik nem élnek Krisztusban, hanem – elsősorban – egymástól. Hiszen olyan személyes, másokkal meg nem osztható hivatást ad nekünk, hogy éljük Krisztus életét, szenvedését és szeretetét a saját életünkben, olyan módon, ahogyan még senki más nem élte meg a nap alatt.

Regula

(Reg. Aug. I,3)

Semmit se mondjatok sajátotoknak, legyen mindenetek közös. Elöljárótok ossza ki mindegyikőtöknek az élelmet és a ruhát, azonban ne egyenlően, hanem inkább kinek-kinek szükséglete szerint, hiszen teherbírástok sem egyenlő. Így olvassátok ugyanis az Apostolok Cselekedeteiben: „Mindenük közös volt és mindenkinek adtak belőle a szükséghez mérten.” (ApCsel 4,32-35).

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.

℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De lib. arb.* 1,16,35)

Minden bűnt magában foglal az az egy, amikor valaki elfordul az isteni és állandóan igaznak megmaradó dolgoktól, s a változhatókat és bizonytalanokat keresi. Ezeknek ugyan saját rendszerükben megvan a helyük, s saját szépséggel is rendelkeznek, ám elferdült és rendetlen lélekre vall, ha valaki ezek követésének veti alá magát.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Világosítsa meg lelki szemeteket, hogy tudjátok, milyen reményre hívott meg titeket, milyen gazdag dicsőséges öröksége a szentek számára. (Ef 1,18) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De Trin.* 13,21)

Mivel Isten szerint élünk, az ő láthatatlan tulajdonságaira irányuló elménknek az ő örökkévalóságából, igazságából, szeretetéből kiindulva sikeresen kell átformálódnia.

Mindenszentek
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Szentek, Krisztusnak testét venni jöjjetek,
igyátok vérét, melyen megváltattatok.

Mi üdvözítőnk Krisztus teste s vére volt,
hát új erővel énekeljük az Urat.

Fénynek szerzője, Megváltó, mindenkié,
szenteknek bőséges malasztot juttatott.

Mindnyájan, hívek, tiszta szívvel jöjjettek,
vegyétek örök üdvösségtek zálogát.

Szentek őrzője és királya, ád az Úr
a híveknek örökkévaló életet.

Az éhezőknek mennyei kenyeret ád,
a szomjazókat élő vízzel tartja jól.

Mi Urunk Krisztus: alfa és az ómega,
ki embereket ítélendő eljövend. Ámen.

Antifóna

Szentek legyetek, mert én szent vagyok!

1. Zsoltár

(Zsolt 121)

Szememet a hegyekre emelem: *
honnan jön segítségem?
Az Úr ad nekem segítséget, *
aki az eget és a földet alkotta.
Ne engedje meginogni lábadat, *
és ne szunnyadjon, aki téged őriz!
Bizony nem szunnyad és nem alszik, *
aki Izraelt őrzi.
Az Úr a te őrződ, az Úr oltalmaz téged, *
ő áll jobbod felől.
Nem árt neked nappal a nap, *
sem éjszaka a hold.
Megőriz téged az Úr minden bajtól, *
megőrzi az Úr lelkedet,
Megőrzi az Úr jártadat-keltedet *
most és mindörökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Lev 20,24b–26)

Én, az Úr, a ti Istenetek, elkülönítettelek titeket a többi néptől. Tegyetek tehát ti is különbséget a tiszta és a tisztátalan állat között, a tiszta és a tisztátalan madár között, hogy be ne szennyezzétek magatokat olyan állattal, madárral vagy valamilyen

földi csúszó-mászóval, amelyet tisztátalannak nyilvánítottam nektek. Szentek legyetek számomra, mert szent vagyok én, az Úr, s én elkülönítettelek titeket a többi néptől, hogy az enyéim legyetek.

2. Zsoltár

(Zsolt 146)

Alleluja! Dicsérd lelkem, az Urat! *
Dicsérem az Urat, amíg csak élek,
zsoltárt énekelek Istenemnek, *
amíg csak leszek.
Ne bízzatok fejedelmekben, *
emberek fiaiban, akik nem segíthetnek!
Ha lelkük elszáll, visszatérnek a földbe, *
terveik még aznap mind megsemmisülnek.
Boldog, akinek segítője Jákob Istene, *
akinek az Úrban, az ő Istenében van reménye!
Ő alkotta az eget és a földet, *
a tengert és mindent ami bennük van.
Hűségét megtartja örökre, *
igazságot szerez a méltatlanul szenvedőknek,
kenyeret ad az éhezőknek. *
Az Úr megszabadítja a foglyokat,
az Úr a vakokat látóvá teszi, *
az Úr felemeli a lesújtottakat,
az Úr az igazakat szereti. *
Az Úr megoltalmazza a jövevényeket,
felkarolja az özvegyet és az árvát, *
de elpusztítja a bűnösök útjait.
Király az Úr mindörökké, *
a te Istened, Sion, nemzedékről nemzedékre.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(ApCsel 26,22–23)

Isten oltalma megsegített, és a mai napig helytálltam mint tanú, kicsi és nagy előtt. Nem mondok semmit sem azokon kívül, amikről Mózes és a próféták beszéltek, mint eljövendő dolgokról: hogy Krisztus szenvedni fog, első lesz a halottak föltámadásában, és világosságot fog hirdetni a népnek és a pogányoknak.

3. Zsoltár

(Zsolt 125)

Aki az Úrban bízik, olyan, mint a Sion hegye: *
meg nem inog, örökre megmarad.
Jeruzsálemet hegyek övezik, *
népét pedig az Úr veszi körül
most és mindörökké.
Mert nem marad meg a gonoszság jogara *
az igazak osztályrészén,
nehogy az igazak is gonoszságra nyújtsák kezüket. *
Tégy jót, Uram, a jókkal
és az igazszívűekkel, *
de azokat, akik görbe utakra térnek,
sodorja el az Úr a gonosztevőkkel! *
Békesség legyen Izraelen!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Szentek legyetek, mert én szent vagyok!

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 72.)

A szentek nem azért voltak szentek, mert megvetették őket az emberek, hanem azért, mert elfogadta őket az Isten. A szenteket nem pusztán a szenvedés teszi szentté.

Regula

(Reg. Aug. I,5)

Akiknek viszont semmijük sem volt, ne keressék a monostorban azt, amivel odakint sem bírtak. Nincstelenségük ellenére mégis kapják meg, amire szükségük van, még ha szegénységük, amikor kint éltek, még a szükségest sem adta meg nekik. Ne tartsák azonban magukat boldognak csupán azért, mivel megtalálták azt a táplálékot és ruházatot, amelyet kint nem tudtak megszerezni.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De Trin.* 14,22)

Íme, a jámborságban áll a bölcsesség; a tudomány pedig nem más, mint hogy távol tartjuk magunkat a rossztól.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Már nem vagytok idegenek és jövevények, hanem a szentek polgártársai és Isten házanépe. (Ef 2,19) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De doctr. christ.* 2,7,10)

Isten miatt kell szeretni Istent, és Isten miatt kell szeretni a felebarátot: méghozzá őt teljes szívünkből, teljes lelkünkből és teljes elménkből, felebarátunkat pedig úgy, mint saját magunkat, vagyis úgy, hogy a felebaráti, illetőleg a saját magunk iránti szeretet teljes egészében Istenre irányuljon.

Mindenszentek
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos

Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.
℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 145,17–21)

Igazságos az Úr minden útjában, *
és szent minden művében.
Közel van az Úr mindazokhoz, akik segítségül hívják, *
akik segítségül hívják őt igazságban.
Teljesíti akaratát azoknak, akik őt félik, *
meghallgatja könyörgésüket
és megszabadítja őket.
Megőrzi az Úr mindazokat, akik őt szeretik, *
de elpusztítja mind a bűnösöket.
Hirdesse szám az Úr dicséretét, *
és minden élő áldja szent nevét
örökkön-örökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Iz 12,1–3; 4b–6)

Hálát adok neked, Uram,
mert haragudtál ugyan rám,
de elfordult haragod, és megvigasztaltál.
Íme, Isten az én üdvösségem,

bízom és nem félek,
mert erőm és ujjongó dalom az Úr,
ő lett nekem üdvösségem.«
Örömmel merítetek majd vizet
az üdvösség forrásaiból.
Adjatok hálát az Úrnak, szólítsátok a nevén,
ismertessétek meg a népek közt tetteit!
Emlékeztessetek arra, hogy magasztos a neve!
Énekkel dicsérjétek az Urat,
mert fönséges dolgot művelt,
legyen ismert ez az egész földön!
Kiálts és ujjongj, Sion lakója,
mert nagy közötted Izrael Szentje!

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 4.9)

Ragaszkodj ezért Jézushoz, hitben és szeretetben. Ha hozzá tartozol, akkor megoszthatod vele mindenét, és bekerülsz azok közösségébe, akik szeretik őt. Ez a szentek közössége – ők lesznek barátaiddá. Asszonyunk, Szűz Mária, aki minden pillanatban kegyelemmel teljes; az angyalok, akik nem tudják elvesztegetni az időt; s az összes szentek az égben és a földön, akik Jézus kegyelmével minden pillanatukat szeretetre fordították. Lásd, ebben rejlik az erőd. Értsd meg, amit mondok, és erősödj meg általa. De ne feledd, egyvalamire komolyan figyelmeztetlek. Senki sem élhet valódi közösségben Jézussal, Anyjával, az angyalokkal és a szentekkel, ha a kegyelem segítségével nem tesz meg mindent, hogy jól használja fel az időt. Mindenkinek meg kell tennie a magáét, bármilyen kevés legyen is az, hogy megerősítse azt a közösséget, amelyikből erejét meríti.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Karácsony
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Feltárul Krisztus kapuja,
minden kegyelmek ajtaja,
s ha átvonult a nagy Király,
mint volt, örökre zárva lesz.

Legfőbb Atyának szent Fia
a Szűz házából lép elénk:
Jegyes, Megváltó, Alkotó,
Egyháza győztes harcosa,

Anyjának dísze, öröme,
a hívő népnek egy remény,
hegyről leváló sziklakő,
az üdvösségnek kútfeje.

Örvendjen minden lélek itt:
eljött a mindenség Ura!
A népek Megváltója ő,
megmenti mind, kit alkotott.

Minden dicsőség Krisztusé,
ki Atyja keblén született,
akit Szentlélektől fogant,
és szült világra Mária. Ámen.

Antifóna

A végső napokban pedig Fia által szólt hozzánk, akit a mindenség örökösévé rendelt, aki által a világokat is teremtette, s aki – mivel az ő dicsőségének fénye és lényegének képmása, és mindent fenntart hatalmának igéjével.

1. Zsoltár

(Zsolt 148)

Alleluja! Dicsérjétek az Urat az egekből, *
dicsérjétek őt a magasságban!
Dicsérjétek őt, angyalai mind, *
dicsérjétek őt, seregei mind!
Dicsérjétek őt, nap és hold, *
dicsérjétek őt mind, ragyogó csillagok!
Dicsérjétek őt egek egei, *
és minden vizek az ég felett
dicsérjék az Úr nevét! *
Mert ő parancsolt és azok létrejöttek,
felállította őket mindörökre, *

s el nem múló törvényt szabott nekik.
Dicsérjétek az Urat a földről, *
sárkányok és mélységes vizek mind!
Tűz, jégeső, hó, fagy és szélvihar, *
amelyek parancsát teljesítik;
Mindnyájan ti hegyek és halmok, *
gyümölcstermő fák és mind a cédrusok,
vadállatok és minden állat, *
csúszómászók és szárnyasok,
föld királyai és mind a népek, *
fejedelmek és mind, bírái a földnek,
ifjak és szüzek, *
vének és gyermekek,
dicsérjék az Úr nevét, *
mert csak az ő neve magasztos.
Fönsége felülmúlja az eget és a földet, *
és hatalmat adott népének.
Dicséret minden szentjének, *
Izrael fiainak, a népnek amely hozzá tartozik.
Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 9,5–7)

Gyermek születik nekünk, fiú adatik nekünk; az uralom az ő vállán lesz, és így fogják hívni nevét: Csodálatos Tanácsadó, Erős Isten, Örökkévalóság Atyja, Béke Fejedelme. Uralma növekedésének és a békének nem lesz vége Dávid trónján és királysága fölött, hogy megszilárdítsa és megerősítse azt joggal és igazsággal, mostantól fogva mindörökké. A Seregek Urának féltő szeretete műveli ezt. Igét küldött az Úr Jákobra, és az ráhullott Izraelre.

2. Zsoltár

(Zsolt 33,12–23)

Alleluja! Énekeljetek az Úrnak új éneket, *
zengjen a szentek gyülekezetében dicsérete!
Örvendezzék Izrael az ő alkotójának, *
Sion fiai ujjongjanak királyuknak!
Dicsőítsék nevét körtánccal, *
dobbal és lanttal zengjenek neki!
Mert az Úr kedveli népét, *
diadalra juttatja az alázatosakat.
Ujjongnak majd a szentek dicsőségben, *
és örvendeznek fekvőhelyükön.
Szájukban Isten magasztalása lesz, *
és kétélű kard a kezükben,
hogy bosszút álljanak a nemzeteken *
megfenyítik a népeket,
láncra verik királyaikat, *
vasbilincsbe nagyjaikat,
és végrehajtják rajtuk a megírt ítéletet: *
Dicsősége lesz ez minden szentjének! Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Gal 4,4–7)

Amikor elérkezett az idők teljessége, Isten elküldte Fiát, aki asszonytól született, és a törvény alattvalója lett, hogy azokat, akik a törvény alatt voltak, megváltsa, és elnyerjük a fogadott fiúságot. Mivel pedig fiak vagytok, Isten elküldte Fiának Lelkét szívünkbe, aki azt kiáltja: »Abba, Atya!« Tehát többé nem vagy már szolga, hanem fiú; ha pedig fiú, akkor örökös is az Isten által.

3. Zsoltár

(Zsolt 150)

Alleluja! Dicsérjétek az Urat szentélyében, *
dicsérjétek őt az ég erős boltozatában!
Dicsérjétek őt hatalmas tetteiért, *
dicsérjétek őt nagyságának teljességéért!
Dicsérjétek őt harsonaszóval, *
dicsérjétek őt hárfával és lanttal!
Dicsérjétek őt dobbal és körtánccal, *
dicsérjétek őt citerával és fuvolával!
Dicsérjétek őt zengő cintányérral, *
dicsérjétek őt csengő muzsikával!
Minden lélek *
dicsérje az Urat! Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

A végső napokban pedig Fia által szólt hozzánk, akit a mindenség örökösévé rendelt, aki által a világokat is teremtette, s aki – mivel az ő dicsőségének fénye és lényegének képmása, és mindent fenntart hatalmának igéjével.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 125–126.)

Istengyermekségünk azonban nem puszta metafora, nem jogi elképzelés, hanem természetfölötti valóság. Ez a valóság a Szentlélek műve, aki nemcsak átruház ránk bizonyos jogokat Isten színe előtt, hanem annyira megnemesíti és tökéletesíti a személyiségünket is, hogy mindegyikünk külön-külön fölismerje magában Isten egyszülött Fiát, Krisztust, a Testté

lett Igét. Ennek következtében minden keresztény nemcsak teljes jogú személyiség, hanem a személyisége át is alakul azáltal, hogy azonosul azzal a Személlyel, akire az Atyának egész szeretete irányul: Isten szavával. Mindegyikünk akkor válik tökéletesen önmagává, amikor Isten lelke által átalakul Krisztusba.

Regula

(Reg. Aug. I,8)

Éljetek tehát mindnyájan békében és egyetértésben, kölcsönösen tiszteljétek egymásban Istent, akinek templomai lettetek.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Ep. 2* 1)

Minden, amit a test érzékel, egy pillanatig sem maradhat ugyanolyan, hanem elillan, elfolyik, és semmi valóságoshoz nem kapcsolódik, vagyis latinul szólva: nem létezik. Az igaz és isteni filozófia arra figyelmeztet minket, hogy fékezzük és csillapítsuk ezeknek a dolgoknak a legpusztítóbb szeretetét, amely büntetésekkel jár, hogy még akkor is, amikor az elme irányítja ezt a testet, teljes lényével azok felé forduljon, és azok után vágyakozzon, amelyek mindig változatlanul léteznek, és nem a mulandó szépségük miatt kellemesek.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Azért jött el Krisztus Jézus erre a világra, hogy üdvözítse a bűnösöket. Ezek között az első én vagyok. (1Tim 1,15) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De Sancta Virginitate* 2)

Krisztus, a Szűz fia és a szüzek vőlegénye, aki szűz méhéből született és a Szentlélek által szűz házasságban kötött házasságot, segítsen nekünk. Mivel tehát az egész Egyház maga is egy férjhez ment szűz, Krisztushoz, amint az Apostol mondja, mekkora tiszteletre méltók azok a tagjai, akik ezt a testben is őrzik, amit az egész Egyház a hitben őriz? (...) Az Egyház is anya és szűz egyaránt. Kinek szűzi tisztaságáért imádkozunk, ha ő nem szűz? Kinek gyermekeihez szólunk, ha ő nem anya? Mária hordozta ennek a testnek a fejét a testben, az Egyház hordozza annak a testnek a tagjait a Lélekben. Mindkettőben a szüzesség nem akadályozza a termékenységet: mindkettőben a termékenység nem veszi el a szüzességet. Mivel tehát az egész Egyház szent mind testben, mind lélekben, és mégis az egész nem szűz testben, hanem lélekben; mennyivel szentebb azokban a tagokban, akikben szűz mind testben, mind lélekben?

Karácsony
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Világmegváltó Jézusunk,
akit a kelő fény előtt,
mint felségének felesét,
a mindenható Atya szült:

Atyának fényessége te,
mindennek örökös remény,
hallgasd meg e világ szerént
könyörgő kis szolgáidat!

Emlékezzél meg, Alkotó,
hogy hozzánk jöttél egykoron,
a Szűz méhének szenthelyén
testünk formáját fölvevén.

Bizonyság rá e mái nap,
ha megkerűl az év körén:
hogy Atyád kebléből kiszállsz,
világ egyetlen üdve, te.

Csillagok, föld és tengerek,
minden, mi él az ég alatt,
új énekkel köszönti fel
új üdvösségünk kútfejét.

Mi is, kiket a drága vér
boldog hulláma megmosott.
Születésnapod ünnepén
himnuszt hozunk ajándokul.

Glória neked Jézusunk,
kinek a Szűz szülőanyád,
Atya, s kegyes Lélek, neked,
most és örök időkön át. Ámen.

Antifóna

Mindenki, aki hiszi, hogy Jézus a Krisztus, az Istentől született, és aki a szülőt szereti, szereti szülöttét is.

1. Zsoltár

(Zsolt 92)

Jó dolog az Urat dicsérni, *
nevednek, ó Fölséges, éneket zengeni,
hirdetni reggelenként kegyelmedet, *
éjjelente hűségedet
tízhúrú hárfával, *
énekszóval, lanttal.
Mert tetteiddel megörvendeztettél, Uram, *
s ujjongok kezed műveinek.
Milyen nagyok, Uram, műveid, *
milyen mélységesek gondolataid!
De az oktalan ember nem ismeri, *
s az esztelen nem érti ezt meg.
Amikor elburjánzanak, mint a fű, a bűnösök, *
és virágzásnak indulnak,
akik gonoszt cselekszenek,
s ez pusztulásukra lesz örökkön örökre. *
De te, Uram, fölséges vagy örökké!

Mert íme, Uram, a te ellenségeid, *
a te ellenfeleid elvesznek,
és akik gonoszat tesznek,
mind szétszóródnak.
De engem erőssé teszel, mint a bivalyt, *
s gazdagon elárasztasz olajjal.
Szemem lenézi majd ellenségeimet, *
és gonosz támadóimról hallani fog fülem.
Az igaz virul majd, mint a pálma, *
és terebélyesedik, mint a Libanon cédrusa.
Az Úr házában vannak elültetve, *
Istenünk udvaraiban virulnak.
Még késő öregségükben is gyümölcsöt hoznak, *
bőven teremnek és jól érzik magukat,
hirdetve, hogy igazságos az Úr, az én menedékem, *
és nincs igazságtalanság benne.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jer 23,5–6)

Íme, jönnek napok – mondja az Úr –, amikor igaz sarjat támasztok Dávidnak; királyként uralkodik majd, és okosan cselekszik, jogot és igazságot szolgáltat az országban. Napjaiban megszabadul Júda, és Izrael biztonságban lakik; ez lesz a neve, amelyen szólítják: Az Úr a mi igazságunk.

2. Zsoltár

(Zsolt 97)

Király az Úr! Ujjongjon a föld, *
örvendezzék a temérdek sziget!

Felhő és homály van körülötte, *
igazság és jog trónjának alapja.
Tűz halad előtte, *
s körös-körül felperzseli ellenségeit.
Villámai beragyogják a föld kerekségét, *
láttára megrendül a föld.
Viaszként olvadoznak a hegyek az Úr előtt, *
az egész föld Ura előtt.
Az egek hirdetik igazságát, *
minden nemzet látja dicsőségét.
Jussanak szégyenbe mindazok, akik faragott képeket imádnak, *
és bálványaikkal kérkednek.
Imádjátok őt, angyalai mind! *
Hallja ezt Sion és örvendezik,
és ujjonganak Júda leányai ítéleteiden, Uram. *
Mert te vagy, Uram,
a legfölségesebb az egész földön,
messze magasan állsz minden isten fölött. *
Akik szeretitek az Urat, gyűlöljétek a rosszat;
szentjeinek lelkét megőrzi, *
a gonoszok kezéből megszabadítja őket.
Világosság támad az igaznak, *
s öröm az igazszívűeknek.
Örvendezzetek, igazak, az Úrban, *
és dicsérjétek szent emlékezetét!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Ef 1,4–10)

Mert kiválasztott minket őbenne a világ megteremtése előtt, hogy szentek és szeplőtelenek legyünk előtte a szeretetben.

Eleve arra rendelt minket, hogy fiaivá fogadjon Jézus Krisztus által, akaratának jóságos tetszése szerint, és magasztaljuk dicsőséges kegyelmét, amellyel megajándékozott minket szeretett Fiában. Benne van számunkra a megváltás az ő vére által, a bűnök bocsánata, kegyelme gazdagságának megfelelően, amelyet igen bőségesen juttatott nekünk minden bölcsességgel és ismerettel. Megismertette ugyanis velünk akaratának a titkát jóságos tetszése szerint, amelyet elhatározott benne az idők teljességének megvalósításáról: hogy Krisztusban, mint Főben, újra összefogjon mindent, ami a mennyben és ami a földön van.

3. Zsoltár

(Zsolt 47)

Tapsoljatok mindnyájan, nemzetek, *
örvendezzetek Istennek ujjongó szóval,
mert az Úr felséges, rettenetes, *
hatalmas királya ő az egész földnek.
Alánk vetette a népeket, *
lábunk alá a nemzeteket.
Kiszemelte nekünk örökségünket, *
Jákob ékességét, melyben kedvét leli.
Ujjongás közepette felvonul az Isten, *
harsonazengés között az Úr.
Zengjetek Istennek, zsoltárt zengjetek, *
zengjetek királyunknak, zengedezzetek.
Mert Isten az egész föld királya, *
zengjetek bölcsességgel.
Isten uralkodik a nemzeteken, *
s ül szent trónusán az Isten.
Egybegyűlnek a népek fejedelmei *
Ábrahám Istenének népével,
mert az Istené a föld pajzsa: *
s igen fenséges ő.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Mindenki, aki hiszi, hogy Jézus a Krisztus, az Istentől született, és aki a szülőt szereti, szereti szülöttét is.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 14.)

Isten Krisztusban mint főben foglal össze mindent. Krisztusban kell szemlélnünk a vílágot, hiszen ő a kezdet és a vég. Észre kell vennünk, hogy minden Istentől származik az Igében, aki testté lett, aki leszáll teremtésének legmélyebb mélységeibe és maga köré gyűjt mindent és mindenkit, hogy az idők végén visszaadja őket az Atyának. Ha „önmagunkat" megtaláljuk tehát, akkor nemcsak a mi szegény, korlátozott, zaklatott lelkünkre lelünk rá, hanem Isten erejére is, amely feltámasztotta Krisztust a halálból és minket is egybeépít benne „a Lélek által Isten hajlékává" (Ef 2, 22).

Regula

(Reg. Aug.VI,1)

Veszekedés vagy ne legyen köztetek, vagy a leggyorsabban vessetek neki véget, különben a harag gyűlöletté fajul, s akkor a szálka gerendává válik, és a lélek gyilkossá lesz. Így olvassátok ugyanis: „Aki testvérét gyűlöli, az gyilkos." (1Jn 3,15)

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.

℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De Sancta Virginitate* 3)

Mária inkább azért áldott, mert elfogadta Krisztus hitét, mint azért, mert Krisztus testét hordozta. Mert amikor valaki azt mondta: „Boldog a méh, amely hordozott", ő maga így válaszolt: „Inkább azok a boldogok, akik Isten szavát hallgatják, és megtartják azt!" Végül, testvéreinek, azaz testi rokonainak, akik nem hittek benne, mi haszna volt abból, hogy rokonok voltak? Így Mária anyai közelsége sem lett volna haszna, ha nem hordozta volna Krisztust a szívében áldottabb módon, mint a testében.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Az Ige testté lett, és köztünk lakott, és mi láttuk az ő dicsőségét, mint az Atya egyszülöttének dicsőségét, aki telve volt kegyelemmel és igazsággal. (Jn 1,14) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De Sancta Virginitate* 8)

Ezért a testnek semmilyen gyümölcse nem hasonlítható ösz-

sze a szent szüzességgel, még a test szüzessége sem. Mivel nem önmagáért tisztelik, mert szüzesség, hanem azért, mert Istennek szentelték, és bár a testben marad, mégis a vallás és a Szentlélek odaadása tartja meg. Ezáltal még a test szüzessége is lelki, amelyet a jámborság fogadalmai és megtartása köt össze.

Karácsony
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.
℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 100)

Ujjongjatok Istennek, minden földek, *
örvendezve szolgáljátok az Urat,

járuljatok eléje lelkendezve! *
Tudjátok meg, hogy az Úr az Isten:
ő alkotott minket és az övéi vagyunk *
az ő népe s az ő legelőjének nyája.
Lépjetek be kapuiba hálaadással, *
udvaraiba magasztalással,
áldjátok őt, dicsérjétek nevét.
Mert jó az Úr; örökké tart kegyelme, *
nemzedékről nemzedékre hűsége.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Kol 1,15–20)

Ő a láthatatlan Isten képmása,
és minden teremtmény elsőszülöttje,
mert benne teremtetett minden az égben és a földön,
a láthatók és a láthatatlanok,
a trónusok és uralmak,
a fejedelemségek és hatalmasságok.
Minden őáltala és őérte teremtetett.
Ő előbb van mindennél,
és minden benne áll fenn.
Ő a testnek, az egyháznak a feje;
ő a kezdet, az elsőszülött a halottak közül,
hogy az övé legyen az elsőség mindenben.
Mert úgy tetszett az Atyának,
hogy benne lakjon az egész teljesség,
és hogy általa engeszteljen ki magával mindent,
ami a földön és a mennyben van,
azáltal, hogy békességet szerzett
keresztjének vérével.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 12.3)

A szeretet gyakorlása nemcsak meggyógyít a bűnös hajlamoktól, hanem növeli benned a jóságot embertársaid iránt. Ha igazi ez a szeretet, akkor érzékennyé tesz mások szükségleteire: nagylelkűen segítségükre sietsz, mert nem fertőzött meg semmilyen önző szándék. Viszont mindenképpen tökéletlen lesz mindaz, amit e szeretet nélkül akarsz véghezvinni, mert hátsó szándékok elsilányítják.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Urunk körülmetélése
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Feltárul Krisztus kapuja,
minden kegyelmek ajtaja,
s ha átvonult a nagy Király,
mint volt, örökre zárva lesz.

Legfőbb Atyának szent Fia
a Szűz házából lép elénk:
Jegyes, Megváltó, Alkotó,
Egyháza győztes harcosa,

Anyjának dísze, öröme,
a hívő népnek egy remény,
hegyről leváló sziklakő,
az üdvösségnek kútfeje.

Örvendjen minden lélek itt:
eljött a mindenség Ura!
A népek Megváltója ő,
megmenti mind, kit alkotott.

Minden dicsőség Krisztusé,
ki Atyja keblén született,
akit Szentlélektől fogant,
és szült világra Mária. Ámen.

Antifóna

A körülmetélés jelét úgy kapta, mint a hitből való, a körülmetéletlenségben elnyert megigazulás pecsétjét, hogy atyja legyen mindenkinek, aki hisz, bár körülmetéletlen, s a megigazulás nekik is beszámíttassék.

1. Zsoltár

(Zsolt 150)

Alleluja! Dicsérjétek az Urat szentélyében,*
dicsérjétek őt az ég erős boltozatában!
Dicsérjétek őt hatalmas tetteiért, *
dicsérjétek őt nagyságának teljességéért!
Dicsérjétek őt harsonaszóval, *
dicsérjétek őt hárfával és lanttal!
Dicsérjétek őt dobbal és körtánccal, *
dicsérjétek őt citerával és fuvolával!
Dicsérjétek őt zengő cintányérral, *
dicsérjétek őt csengő muzsikával!

Minden lélek dicsérje az Urat! *
Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Ter 17,9-14)

Te is tartsd meg tehát szövetségemet, és utódod nemzedékről nemzedékre. Ez a szövetségem közöttem és közöttetek, és utódod között, amelyet meg kell tartanotok: metélkedjék körül közöttetek minden férfi, metéljétek körül előbőrötök húsát, hogy az legyen a jele a szövetségnek közöttem és közöttetek. Nyolcnapos korában metéljenek körül közöttetek minden fiúgyermeket, nemzedékről nemzedékre! A rabszolgát is metéljétek körül, akkor is, ha nálatok született, s akkor is, ha vásárolt, és nem a ti törzsetekből való. Körül kell metélni a nálatok születettet és a pénzen vásároltat is. Ez legyen a szövetségem testeteken örök szövetségül. Az a férfi, akinek előbőre húsát körül nem metélik, irtassék ki a népéből, mert megszegte szövetségemet!

2. Zsoltár

(Zsolt 33,12–23)

Alleluja! Énekeljetek az Úrnak új éneket, *
zengjen a szentek gyülekezetében dicsérete!
Örvendezzék Izrael az ő alkotójának, *
Sion fiai ujjongjanak királyuknak!
Dicsőítsék nevét körtánccal, *
dobbal és lanttal zengjenek neki!
Mert az Úr kedveli népét, *
diadalra juttatja az alázatosakat.
Ujjongnak majd a szentek dicsőségben, *

és örvendeznek fekvőhelyükön.
Szájukban Isten magasztalása lesz, *
és kétélű kard a kezükben,
hogy bosszút álljanak a nemzeteken *
megfenyítik a népeket,
láncra verik királyaikat, *
vasbilincsbe nagyjaikat,
és végrehajtják rajtuk a megírt ítéletet: *
Dicsősége lesz ez minden szentjének! Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Lk 2,22-24)

Mikor pedig elteltek tisztulásuk napjai, Mózes törvénye szerint felvitték őt Jeruzsálembe, hogy bemutassák az Úrnak, amint az Úr törvényében írva van: »Minden elsőszülött fiúgyermek az Úrnak legyen szentelve«, (Kiv 13,2.12) és hogy áldozatot mutassanak be, amint az Úr törvénye mondja: »Egy pár gerlicét vagy két galambfiókát

3. Zsoltár

(Zsolt 149)

Alleluja! Énekeljetek az Úrnak új éneket, *
zengjen a szentek gyülekezetében dicsérete!
Örvendezzék Izrael az ő alkotójának, *
Sion fiai ujjongjanak királyuknak!
Dicsőítsék nevét körtánccal, *
dobbal és lanttal zengjenek neki!
Mert az Úr kedveli népét, *
diadalra juttatja az alázatosakat.
Ujjongnak majd a szentek dicsőségben, *

és örvendeznek fekvőhelyükön.
Szájukban Isten magasztalása lesz, *
és kétélű kard a kezükben,
hogy bosszút álljanak a nemzeteken *
megfenyítik a népeket,
láncra verik királyaikat, *
vasbilincsbe nagyjaikat,
és végrehajtják rajtuk a megírt ítéletet: *
Dicsősége lesz ez minden szentjének! Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

A körülmetélés jelét úgy kapta, mint a hitből való, a körülmetéletlenségben elnyert megigazulás pecsétjét, hogy atyja legyen mindenkinek, aki hisz, bár körülmetéletlen, s a megigazulás nekik is beszámíttassék.

Rendi olvasmány

(*Sermon LXXX* 1.)

Nagy csoda történt, szeretett testvéreim, hogy ötezer embernek elegendő volt öt kenyér és két hal, és a maradékból tizenkét kosárra való maradt. (...) Az ötezer ember a Törvény öt könyve alatt rendelt népet jelenti. A tizenkét kosár a tizenkét apostolt jelenti, akik maguk is tele voltak a Törvény töredékeivel. A két hal vagy az Isten és a felebarátunk iránti szeretet két parancsa, vagy a körülmetéltek és a körülmetéletlenek két népe, vagy a király és a pap két szent személyisége. Amint ezeket a dolgokat megmagyarázzák, összetörik őket; amikor megértik őket, megeszik őket.

Regula

(Reg. Aug. V,10)

Könyveket naponta és bizonyos órákban kérjenek. Aki ezen órán kívül kér, ne kapjon.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*De praed. Sanct.* 31)

Számunkra, a mi Főnkben jelenik meg a kegyelem kútfeje, amelyből a kegyelem kinek-kinek mértéke szerint szétárad a tagokban.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Azért jött el Krisztus Jézus erre a világra, hogy üdvözítse a bűnösöket. Ezek között az első én vagyok. (1Tim 1,15) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De praed. Sanct.* 31)

Ugyanazon Szentlélektől születik újjá a keresztény, akitől Krisztus született.

Urunk körülmetélése
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

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. Ámen.

Antifóna

A körülmetélés nem ér semmit, sem a körülmetéletlenség,

csak a szeretet által munkálkodó hit.

1. Zsoltár

(Zsolt 148)

Alleluja! Dicsérjétek az Urat az egekből, *
dicsérjétek őt a magasságban!
Dicsérjétek őt, angyalai mind, *
dicsérjétek őt, seregei mind!
Dicsérjétek őt, nap és hold, *
dicsérjétek őt mind, ragyogó csillagok!
Dicsérjétek őt egek egei, *
és minden vizek az ég felett
dicsérjék az Úr nevét!
Mert ő parancsolt és azok létrejöttek, *
felállította őket mindörökre,
s el nem múló törvényt szabott nekik.
Dicsérjétek az Urat a földről, *
sárkányok és mélységes vizek mind!
Tűz, jégeső, hó, fagy és szélvihar, *
amelyek parancsát teljesítik;
Mindnyájan ti hegyek és halmok, *
gyümölcstermő fák és mind a cédrusok,
vadállatok és minden állat, *
csúszómászók és szárnyasok,
föld királyai és mind a népek, *
fejedelmek és mind, bírái a földnek,
ifjak és szüzek, vének és gyermekek, *
dicsérjék az Úr nevét,
mert csak az ő neve magasztos. *
Fönsége felülmúlja az eget és a földet,
és hatalmat adott népének. *
Dicséret minden szentjének,
Izrael fiainak,
a népnek amely hozzá tartozik. *

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Jer 9,24-25)

Íme, jönnek napok – mondja az Úr –, amikor meglátogatok minden körülmetéltet, aki mégis körülmetéletlen; Egyiptomot és Júdát, Edomot és Ammon fiait, Moábot és minden megnyírt halántékút, akik a pusztában laknak. Mert minden nemzet körülmetéletlen, és Izrael egész háza körülmetéletlen szívű.

2. Zsoltár

(Zsolt 97)

Király az Úr! Ujjongjon a föld, *
örvendezzék a temérdek sziget!
Felhő és homály van körülötte, *
igazság és jog trónjának alapja.
Tűz halad előtte, *
s körös-körül felperzseli ellenségeit.
Villámai beragyogják a föld kerekségét, *
láttára megrendül a föld.
Viaszként olvadoznak a hegyek az Úr előtt, *
az egész föld Ura előtt.
Az egek hirdetik igazságát, *
minden nemzet látja dicsőségét.
Jussanak szégyenbe mindazok, akik faragott képeket imádnak, *
és bálványaikkal kérkednek.
Imádjátok őt, angyalai mind! *
Hallja ezt Sion és örvendezik,
és ujjonganak Júda leányai ítéleteiden, Uram. *
Mert te vagy, Uram,
a legfölségesebb az egész földön,

messze magasan állsz minden isten fölött. *
Akik szeretitek az Urat, gyűlöljétek a rosszat;
szentjeinek lelkét megőrzi, *
a gonoszok kezéből megszabadítja őket.
Világosság támad az igaznak, *
s öröm az igazszívűeknek.
Örvendezzetek, igazak, az Úrban, *
és dicsérjétek szent emlékezetét!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Róm 4,9-12)

Azt mondjuk, hogy »a hit számíttatott be Ábrahámnak megigazulásul«. (Ter 15,6) Nos hát, hogyan tudatott be? Körülmetélt, vagy körülmetéletlen állapotában? Bizony, nem mint körülmetéltnek, hanem mint körülmetéletlennek. A körülmetélés jelét úgy kapta, mint a hitből való, a körülmetéletlenségben elnyert megigazulás pecsétjét, hogy atyja legyen mindenkinek, aki hisz, bár körülmetéletlen, s a megigazulás nekik is beszámíttassék, (Ter 17,10-11) és hogy atyjuk legyen a körülmetélteknek is; nemcsak azoknak, akik a körülmetéltségből valók, hanem azoknak is, akik követik Ábrahám atyánknak a körülmetéletlenség állapotában tanúsított hitének nyomdokait.

3. Zsoltár

(Zsolt 47)

Tapsoljatok mindnyájan, nemzetek, *
örvendezzetek Istennek ujjongó szóval,
mert az Úr felséges, rettenetes, *
hatalmas királya ő az egész földnek.
Alánk vetette a népeket, *

lábunk alá a nemzeteket.
Kiszemelte nekünk örökségünket, *
Jákob ékességét, melyben kedvét leli.
Ujjongás közepette felvonul az Isten, *
harsonazengés között az Úr.
Zengjetek Istennek, zsoltárt zengjetek, *
zengjetek királyunknak, zengedezzetek.
Mert Isten az egész föld királya, *
zengjetek bölcsességgel.
Isten uralkodik a nemzeteken, *
s ül szent trónusán az Isten.
Egybegyűlnek a népek fejedelmei *
Ábrahám Istenének népével,
mert az Istené a föld pajzsa: *
s igen fenséges ő.
℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

A körülmetélés nem ér semmit, sem a körülmetéletlenség, csak a szeretet által munkálkodó hit.

Rendi olvasmány

(*De utilitate credendi* 9)

Ezért adott az embereknek egy tanítót, akitől félniük kell, aki aztán adott nekik egy Mestert, akit szeretniük kell. És mégis, a törvénynek ezekben a parancsolatokban és előírásokban, amelyeket a kereszténynek ma már nem szabad alkalmazniuk, mint például a szombat, a körülmetélés vagy az áldozatok, és ha van még ilyen jellegű dolog, olyan nagy titkok rejlenek, hogy minden jámbor ember megértheti, nincs halálosabb annál, mint ha azt, ami ott van, betű szerint avagy szó szerint értjük.

Regula

(Reg. Aug.VI,1)

Veszekedés vagy ne legyen köztetek, vagy a leggyorsabban vessetek neki véget, különben a harag gyűlöletté fajul, s akkor a szálka gerendává válik, és a lélek gyilkossá lesz. Így olvassátok ugyanis: „Aki testvérét gyűlöli, az gyilkos.” (1Jn 3,15)

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Ep. 23* 4)

Végül is, ahogy most, hogy eljött a hit szabadsága és eltűnt a szolgaság igája, egyetlen keresztény sincs körülmetélve testileg, úgy akkor sem lesz, amikor az igazak uralkodnak az Úrral, és a gonoszok elítéltetnek, és senki sem fog megkeresztelkedni, hanem az, amit jelképez, vagyis a szív körülmetélése és a lelkiismeret tisztasága örökké megmarad.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Az Ige testté lett, és köztünk lakott, és mi láttuk az ő dicsőségét, mint az Atya egyszülöttének dicsőségét, aki telve volt kegyelemmel és igazsággal. (Jn 1,14) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ep. 75* 9)

Te, aki megbocsátasz magadnak a pogányok közül származó tanítványok körülmetélése miatt, bocsáss meg Péternek, elődödnek is, amiért a zsidó hívők félelmében tett bizonyos dolgokat.

Urunk körülmetélése
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 100)

Ujjongjatok Istennek, minden földek, *
örvendezve szolgáljátok az Urat,
járuljatok eléje lelkendezve! *
Tudjátok meg, hogy az Úr az Isten:
ő alkotott minket és az övéi vagyunk *
az ő népe s az ő legelőjének nyája.
Lépjetek be kapuiba hálaadással, *
udvaraiba magasztalással,
áldjátok őt, dicsérjétek nevét.
Mert jó az Úr; örökké tart kegyelme, *
nemzedékről nemzedékre hűsége.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Lk 2,29.32)

Most bocsátod el, Uram, szolgádat
a te igéd szerint békességben,
mert látták szemeim
üdvösségedet,
melyet minden nép
színe előtt készítettél,
világosságul a nemzetek megvilágosítására
és dicsőségére népednek, Izraelnek

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 21.3)

Istent önmagáért kell szeretnünk és dicsőítenünk. Nincs ennél nagyobb feladatunk. Végül azt is meg akarta értetni Mártával, hogy nem lehetséges egyszerre teljes odaadással élni a tevékeny és a szemlélődő életet. A mindennapi gondok és a szemlélődő élet sohasem kerülhetnek teljes harmóniába egymással, valamiképpen azért mégis összekapcsolhatók. Hogy ezt világossá tegye, Jézus hozzáfűzte: „Mária a legjobb részt választotta, amely sohasem vétetik el tőle." A tökéletes szeretet gyakorlásával ugyanis az a szeretet támad föl a szívünkben már itt a földön, amely az áldott mennyországban örökké él. A kétféle szeretet ugyanis egyetlen egészet alkot.

(Csöndesség)

Most azonban hallgasd meg, Istenünk, szolgád könyörgését és esdeklését, és önnön kedvedért ragyogtasd fel arcodat feldúlt szentélyed felett. ✠ Hallgass meg, Uram! Légy kegyes, Uram! Figyelj ránk, és cselekedj önnön kedvedért késedelem nélkül, Istenem, hiszen a te nevedet viseli városod és néped! (Dán 9,17. 19)

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Vízkereszt, Urunk megjelenése
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Látván az újszülött Fiút,
a bölcsek Kelet kincseit
hódolva átadják neki:
mirhát, tömjént és aranyat.

Ismerd fel: nyíltan hirdetik
erődet és országodat;
Fiú, e hármas jel szerint
Atyádtól kaptad sorsodat!

Királynak szól a színarany,
Istent imád az illatos
tömjén, jósolja sírodat
a mirha drága kenete.

Minden városnál, Betlehem,
nagyobb vagy: néked adatott
megszülni testben a Királyt,
az égi üdvösség Urát.

Hirdette próféták szava,
jelezte számtalan csoda,
s tanú a Teremtő maga,
ki országát jelenti már.

Mert övé lesznek mindenek,
a föld, a menny, a tengerek,
kelettől messze nyugatig
az alvilág s a magas ég.

Ki nemzeteknek megjelensz,
dicsérünk téged, Jézusunk,
Atya s Szentlélek, áldva légy
most és örökre szüntelen. Ámen.

Antifóna

Mindnyájan egy Lélekben egy testté keresztelkedtünk.

1. Zsoltár

(Zsolt 118,1-9)

Alleluja! Magasztaljátok az Urat, mert jó, *
mert irgalma örökkévaló!
Mondja hát Izrael, hogy jó, *

hogy irgalma örökkévaló!
Mondja hát Áron háza, *
hogy irgalma örökkévaló!
Mondják hát, akik félik az Urat, *
hogy irgalma örökkévaló!
Szorongatásomban segítségül hívtam az Urat, *
s az Úr meghallgatott és tágas térre vezetett.
Az Úr velem van, nem félek, *
ember mit árthatna nekem?
Az Úr az én segítőm, *
s én lenézhetem ellenségeimet.
Jobb az Úrhoz menekülni, *
mint emberben reménykedni.
Jobb az Úrhoz menekülni, *
mint fejedelmekben reménykedni.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 1,16-17)

Mosakodjatok meg, tisztítsátok meg magatokat, távolítsátok el gonosz tetteiteket szemem elől! Hagyjatok fel azzal, hogy rosszat cselekedtek, tanuljatok jót tenni! Keressétek a jogot, siessetek segítségére az elnyomottnak, szolgáltassatok igazságot az árvának, védelmezzétek az özvegyet!

2. Zsoltár

(Zsolt 116,1-9)

Alleluja! Szeretem az Urat, *
mert meghallgatta könyörgésem szavát.
Mert felém fordította fülét *
azon a napon amelyen segítségül hívtam.

Körülvettek engem a halál gyötrelmei, *
rám találtak az alvilág veszedelmei.
Szorongatásba és nyomorúságba jutottam,
de segítségül hívtam az Úr nevét: *
»Uram, szabadíts meg engem!«
Irgalmas az Úr és igaz, *
megkönyörül a mi Istenünk.
Megoltalmazza az Úr a kicsinyeket, *
megaláztatásomban megszabadított engem.
Térj vissza, lelkem, nyugalmadba, *
mert az Úr jót tett veled.
Megmentett engem a haláltól, *
szememet a könnyhullatástól,
lábamat az elbukástól.
Az Úr kedvében járok *
az élők földjén.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(ApCsel 18,5-8)

Amikor pedig Szilás és Timóteus megjöttek Makedóniából, Pál még többet fáradozott az igehirdetésben, és bizonyította a zsidóknak, hogy Jézus a Krisztus. Mivel azok káromlások között ellentmondtak neki, lerázta ruháit, és azt mondta nekik: »A fejeteken a véretek! Én tiszta vagyok, és mostantól fogva a pogányokhoz megyek.« Elköltözött tehát onnan, és betért egy bizonyos Tíciusz Jusztusz nevű istenfélő férfinak a házába. Az illető háza a zsinagóga mellé épült. Kriszpusz pedig, a zsinagóga elöljárója hitt az Úrban egész házával együtt, sőt, a korintusiak közül sokan, akik hallgatták, hittek és megkeresztelkedtek.

3. Zsoltár

(Zsolt 116,10-19)

Hittem, még ha így is szóltam: *
»Nagyon nagy megalázás ért!«
Elkeseredésemben azt mondtam: *
»Hazug minden ember!«
Mivel viszonozzam az Úrnak *
mindazt, amit velem cselekedett?
Fölemelem a szabadulás kelyhét, *
és segítségül hívom az Úr nevét.
Teljesítem az Úrnak tett fogadalmaimat *
egész népe előtt.
Az Úr szemében drága dolog, *
szentjeinek halála.
Én is, Uram, a te szolgád vagyok, *
szolgád vagyok és szolgálód fia.
Széttörted bilincseimet: *
a hála áldozatát mutatom be neked,
és segítségül hívom az Úr nevét. *
Teljesítem az Úrnak tett fogadalmaimat
egész népe előtt
az Úr házának udvaraiban, *
tebenned, Jeruzsálem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Mindnyájan egy Lélekben egy testté keresztelkedtünk.

Rendi olvasmány

(*Ep. 23* 4)

Ha tehát én akkor zsidó lettem volna, és egy szamaritánus jött volna hozzám, és zsidó akart volna lenni, miután elhagyta azt a gonoszságot, amelyet az Úr elítélt, amikor azt mondta: Ti azt imádjátok, akit nem ismertek; mi azt imádjuk, akit ismerünk, mert a megváltás a zsidóktól származik (Jn 4,22) – ha tehát ez a szamaritánus, akit a szamaritánusok körülmetéltek, zsidó akart lenni, akkor biztosan mentesülne a merészség vádjától, és mi kénytelenek lennénk nem megismételni, hanem jóváhagyni azt a cselekedetet, amelyet Isten parancsolt, bár eretnekségben hajtották végre. De ha egy körülmetélt ember testében nem találnék helyet a körülmetélés megismétlésére, mert csak egy testrésze van arra, akkor még kevésbé találok helyet a szívben, ahol Krisztus keresztségét meg lehetne ismételni. Így tehát azoknak, akik kettős keresztséget akarnak, szükségszerűen kettős szívre van szükségük.

Regula

(Reg. Aug. VII,1)

Elöljárótoknak mint atyának engedelmeskedjetek, adjátok meg neki a tiszteletet, nehogy megsértsétek benne Istent. Még inkább engedelmeskedjetek az idősebb testvérnek, aki mindnyájatokra
gondot visel.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Ep. 61* 1)

Tudnod kell tehát, hogy mi csak azt a véleménykülönbségüket ítéljük el, amely miatt eretnekekké vagy szakadárok lettek. Mert nem tartják fenn a katolikus egyház egységét és igazságát, amennyiben nem tartják fenn a békét az egész világon elterjedt Isten népével, és amennyiben nem ismerik el Krisztus keresztségét azokban az emberekben, akik azt megkapták. Ezért elítéljük a gonosz tévedésüket, de elismerjük, tiszteljük és elfogadjuk bennük Isten jó nevét, amely nekik is megvan, és az ő szentségét. De szomorkodunk miattuk, mert tévedésben vannak.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Szenteld meg őket az igazságban. A te igéd igazság. ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ep. 93* 47)

A keresztség, amelyet Péter kiszolgáltatott, nem Péteré volt, hanem Krisztusé, és az, amelyet Pál kiszolgáltatott, nem Pálé volt, hanem Krisztusé. És a keresztség, amelyet azok szolgáltattak ki, akik az apostolok idején nem jó szándékkal, hanem irigységből hirdették Krisztust, nem az övék volt, hanem Krisztusé.

Vízkereszt, Urunk megjelenése
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Krisztus, tündöklő nappalunk,
az éj árnyát eloszlatod,
kit fényből fénynek vall a hit
és fénnyel áldod szentjeid.

Esengünk hozzád, szent Urunk,
míg tart az éj, vigyázz reánk,
találjunk benned pihenést,
adj nyugodalmas éjszakát.

Mikor lecsukjuk két szemünk,
a szívünk virrasszon veled,
őrködjék mindig jobb kezed
hűséges híveid felett.

Védelmezőnk, tekints le ránk,
igázd le ellenségeink,
vezesd szolgáidat, kikért
véred váltsága volt a bér.

Legyen most néked, Krisztusunk,
és szent Atyádnak tisztelet,
s a Szentléleknek is veled
zengjen dicséret szüntelen. Ámen.

Antifóna

Történt pedig, hogy amikor az egész nép megkeresztelkedett, Jézus is megkeresztelkedett.

1. Zsoltár

(Zsolt 135,1–7; 19–21)

Alleluja! Dicsérjétek az Úr nevét, *
dicsérjétek szolgái az Urat,
akik az Úr házában álltok, *
Istenünk házának udvaraiban!
Dicsérjétek az Urat, mert az Úr jó, *
zengjetek nevének, mert kedvességgel teli.
Mert kiválasztotta magának az Úr Jákobot, *
Izraelt a maga birtokául.
Mert én tudom, hogy nagy az Úr, *
s a mi Istenünk felülmúl minden istent.
Amit akar, az Úr mindent megtehet *
égen, földön, tengeren és minden mélységben.
Felhőket hoz fel a föld széléről, *
villámokat készít az esőhöz,
tárházaikból szeleket hoz elő.
Izrael háza, áldjátok az Urat! *
Áron háza, áldjátok az Urat!
Lévi háza, áldjátok az Urat! *
Akik félitek az Urat, áldjátok az Urat!
Áldott legyen Sionról az Úr, *
aki Jeruzsálemben lakik. Alleluja!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Lev 16,29-34)

Ez pedig örök törvény legyen számotokra: a hetedik hónapban, a hó tizedik napján, tagadjátok meg magatokat és semmiféle munkát se végezzetek – se a bennszülött, se a köztetek tartózkodó jövevény. Ezen a napon engesztelés lesz értetek, megtisztítás minden bűnötöktől: megtisztultok az Úr előtt. Nyugalom szombatja legyen ez tehát és tagadjátok meg magatokat örök törvény alapján. A jövőben pedig majd az a pap végezze az engesztelést, akit fel fognak kenni, s akinek a kezét fel fogják avatni, hogy pappá legyen atyja helyett: öltözzék a gyolcsruhába, a szent öltözetbe és végezzen engesztelést a szent helyért, a bizonyság sátráért, az oltárért, valamint a papokért és az egész népért. Örök törvény legyen számotokra, hogy esztendőnként egyszer könyörgést tartsatok Izrael fiaiért, s minden bűnükért.

2. Zsoltár

(Zsolt 115,12-18)

Megemlékezik rólunk az Úr, *
s áldását adja ránk.
Áldását adja Izrael házára, *
áldását adja Áron házára.
Áldását adja mindazokra, akik az Urat félik, *
kicsinyekre és nagyokra egyaránt.
Sokasítson meg titeket az Úr, *
titeket és fiaitokat.
Áldjon meg az Úr titeket, *
aki az eget és a földet alkotta.
Az ég az Úr ege, *
de a földet az emberek fiainak adta.
Nem a holtak dicsérnek téged, Uram, *
és egy sem azok közül,
akik leszálltak a némaság honába, *

hanem mi, akik élünk,
dicsérjük az Urat, *
most és mindörökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Kor 12,12-14)

Mert amint a test egy, bár sok tagja van, a testnek pedig minden tagja, bár sok, mégis egy test, úgy Krisztus is. Mi ugyanis mindnyájan egy Lélekben egy testté keresztelkedtünk, akár zsidók, akár görögök, akár szolgák, akár szabadok; és mindnyájunkat egy Lélek itatott át. Mert a test sem egy tag, hanem sok.

3. Zsoltár

(Zsolt 114)

Alleluja! Amikor Izrael kivonult Egyiptomból, *
Jákob házanépe az idegen nép közül,
Júda lett az ő szentélye, *
Izrael a birodalma.
Látta a tenger és elfutott, *
a Jordán visszafelé tartott.
Ugrándoztak a hegyek, mint a kosok, *
és a halmok mint juhok bárányai.
Mi lelt téged, tenger, hogy elfutottál, *
és téged, Jordán, hogy visszafordultál?
Hegyek, miért ugrándoztatok, mint a kosok, *
és mint a juhok bárányai, ti halmok?
Rendülj meg föld az Úr színe előtt, *
Jákob Istenének arca előtt,
aki a kősziklát vizek tavává változtatta, *
s a szirtet vizek forrásává.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Történt pedig, hogy amikor az egész nép megkeresztelkedett, Jézus is megkeresztelkedett.

Rendi olvasmány

(*Ep. 98* 5)

Ne zavarjon meg az, hogy egyesek nem azért hozzák el kicsinyeiket [megkereszteltetni], hogy az örök életre újjászülessenek, hanem azért, mert úgy gondolják, hogy ezzel a gyógymóddal megőrzik vagy visszanyerik földi egészségüket. Nem maradnak el az újjászületéstől, csak azért, mert ezek az emberek ezzel a szándékkal hozták őket. Végül is a pap szükséges cselekedetei és a misztériumok szavai rajtuk keresztül ünnepeltetnek meg, amelyek nélkül viszont a kisded nem szentelhető meg.

Regula

(Reg. Aug. I,6)

Ne járjanak magasra emelt fejjel amiatt, hogy olyanok lettek társai, akikhez közeledni sem mertek volna a világban, hanem szívüket emeljék fel és ne a hiú földi javakat keressék. Nehogy az történjék, hogy a monostorok a gazdagoknak lesznek hasznára, a szegényeknek pedig nem, mivel az ottani gazdagok megalázkodnak, az ottani szegények viszont fölfuvalkodnak.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.

℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De beata vita* 32)

A szerénység eredete a mérték, a mértékletességé pedig a helyes arány. Ahol pedig mérték és helyes arány uralkodik, ott nincs sem több, sem kevesebb a kelleténél. Ez tehát az a teljesség, amit a szükséggel állítottunk szembe, sokkal helyesebben, mintha a bőséget helyeztük volna ide.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Ha felismerték volna, sohasem feszítették volna keresztre a dicsőség Urát. (1Kor 2,8) Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De pat.* 11)

Ha Istennek szeretnél szolgálni, készülj fel igen sok megpróbáltatásra. Keményítsd meg szíved és légy állhatatos, a kísértés napján ne kapkodj el semmit. Ragaszkodj az Úrhoz és ne tágíts tőle.

Vízkereszt, Urunk megjelenése
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.
℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 6)

Uram, mi Urunk, *
Milyen csodálatos neved szerte a világon!
Hisz az egeknél fenségesebb dicsőséged. *
Kisdedek és csecsemők szájával
hirdetteted dicséretedet ellenségeid előtt, *
hogy tönkretedd az ellenséget
s a bosszúra kelőt.
Hiszen ha nézem az eget, kezed művét, *
a holdat és a csillagokat, amelyeket alkottál,
mi az ember, hogy figyelemre méltatod, *

és mi az emberfia, hogy meglátogatod?
Kevéssel tetted őt kisebbé az angyaloknál, *
dicsőséggel és tisztelettel koronáztad,
és kezed művei fölé állítottad. *
Lába alá vetettél mindent:
minden juhot és marhát, és hozzá a mezei vadakat, *
az ég madarait s a tengeri halat,
mindazt, ami a tenger ösvényein jár. *
Uram, mi Urunk, milyen csodálatos neved
szerte a világon!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(1Kor 10,1-5)

Nem akarom, hogy figyelmen kívül hagyjátok, testvérek, hogy atyáink mindnyájan a felhő alatt voltak, és mindnyájan átvonultak a tengeren, és mindnyájan megkeresztelkedtek Mózes által a felhőben és a tengerben. Mindnyájan ugyanazt a lelki eledelt ették, és mindnyájan ugyanazt a lelki italt itták, ittak ugyanis az őket követő lelki sziklából: a szikla pedig Krisztus volt. De legtöbbjükben nem telt kedve Istennek, hiszen elpusztultak a pusztában.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 10.1)

Bár a keresztségben megtisztultál az eredeti bűntől, következményeinek terhe mégis rád súlyosodik. Azonnal utasítsd

el ezeket a gondolatokat, mivel emberi természeted túlságosan gyönge, s ha ezt nem teszed meg, akkor egyszer csak azon veszed észre magad, hogy szeretet és gyűlölet keveredik benned aszerint, hogy milyen emlékek idéződtek fel. Ha tetszetős a gondolat, vagy valami régi gyönyör emléke jut eszedbe, akkor előfordulhat az is, hogy beleegyezel az élvezetébe. Ha pedig fájdalmas a gondolat, vagy rossz emléket idéz fel, akkor haragot vált ki belőled. Aki tudatosan foglalkozik ilyen gondolatokkal, az súlyos bűnt követ el, ha már amúgy is a halálos bűn állapotában van, mivel alapvetően a jó ellen döntött. Neked azonban és mindazoknak, akik őszintén lemondtak a világról, csupán bocsánatos bűn. Amikor ugyanis mostani életformádat választottad, mindenestül elkötelezted magad Istennek, s ez továbbra is fönnáll, átmeneti botlásod ellenére. Nem adtad hozzá teljes beleegyezésed, ezért kevésbé súlyos bűn a te számodra. Ha azonban hagyod ellenőrizetlenül elfajulni ezeket a gondolatokat egészen addig, hogy már tudatosan és teljes beleegyezéseddel időzöl velük, akkor te is halálos bűnt követsz el. Hiszen halálos bűn az, ha egészen tudatosan és szándékosan úgy időzöl el egy személynél vagy tárgynál, hogy ez a hét főbűn egyikéhez juttatja el a szívedet.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.
℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Hamvazószerda
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Üdvösség napja, Krisztusunk,
hasítsd szét vakságunk ködét,
hogy felragyogjon az erény,
midőn reánk nappalt hozol.

Adtál üdvünkre szent időt,
adj hát bűnbánó szívet is,
hogy jóságod térítse meg,
kiket sokáig tűrt kegyed.

Hadd vezekeljünk némiképp
a bűnbocsánat díjaként:
hisz bűneink bármily nagyok:
csodás irgalmad még nagyobb.

Jön már a nap, fényes napod,
és minden újra felvirít;
mi is vigadjunk boldogan,
hogy szent kegyelmed ránk ragyog.

A nagy mindenség téged áld,
kegyes Háromság, és imád,
bocsánatodban újulók,
mi is mondjunk új éneket! Ámen.

Antifóna

Akiket szeretek, azokat korholom és megfenyítem; buzdulj tehát föl, és térj meg.

1. Zsoltár

(Zsolt 51,1-15)

Könyörülj rajtam, Isten, irgalmad szerint, *
könyörületességed szerint
töröld el gonoszságomat!
Moss egészen tisztára vétkemtől, *
bűnömtől tisztíts meg engem!
Mert elismerem gonoszságomat, *
és bűnöm előttem van szüntelen.
Ellened vétkeztem, egyedül ellened, *
s azt cselekedtem, ami előtted gonosz,
hogy igaznak bizonyulj beszédedben, *
és igazságosnak a te ítéletedben.
Íme, gonoszságban fogantattam, *

és bűnökben fogant engem az én anyám.
Íme, te a szív igazságát szereted, *
bölcsességedet titokban
kinyilatkoztattad nekem.
Hints meg engem izsóppal és megtisztulok, *
moss meg engem és a hónál fehérebb leszek!
Add, hogy örömet és vidámságot halljak, *
hadd ujjongjanak csontjaim,
amelyeket összetörtél!
Fordítsd el bűneimtől arcodat, *
töröld el minden gonoszságomat!
Tiszta szívet teremts bennem, Isten, *
s az erős lelket újítsd meg bensőmben!
Színed elől ne vess el engem, *
szent lelkedet ne vond meg tőlem!
Add vissza nekem üdvösséged örömét, *
és készséges lélekkel erősíts meg engem!
Hadd tanítsam útjaidra a bűnösöket, *
hogy hozzád térjenek az istentelenek!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Ám 5,12-15)

Bizony, tudom én, hogy sok a gonoszságtok, és nagyok a ti bűneitek; ellenségei vagytok az igaznak, megvesztegetést fogadtok el, és elnyomjátok a kapuban a szegényeket. Ezért okos ember hallgat ebben az időben, mert gonosz idő ez! A jót keressétek, ne a rosszat, és akkor éltek; és veletek lesz az Úr, a Seregek Istene, úgy, amint mondtátok. Gyűlöljétek a rosszat, szeressétek a jót, állítsátok helyre az igazságot a kapuban; talán megkönyörül az Úr, a Seregek Istene József maradványain.

2. Zsoltár

(Zsolt 51,16-21)

Szabadíts meg a vértől, Isten, szabadító Istenem, *
hogy nyelvem ujjongva hirdesse igazságodat!
Uram, nyisd meg ajkamat, *
hadd hirdesse szám dicséretedet!
Hiszen nem kedveled a véres áldozatot, *
ha égő áldozatot hozok, nem tetszik neked.
A töredelmes lélek áldozat Istennek, *
a töredelmes, alázatos szívet,
Isten, nem veted meg.
Tégy jót, Uram, jóságodban Sionnal, *
hogy felépüljenek Jeruzsálem falai.
Akkor majd kedvedet leled *
az igaz áldozatban, ajándékokban,
egészen elégő áldozatokban; *
Akkor majd fiatal bikákat tesznek oltárodra.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Jak 4,6-10)

Isten a kevélyeknek ellenáll, az alázatosaknak pedig kegyelmet ad. (Péld 3,34) Engedelmeskedjetek tehát Istennek; az ördögnek pedig álljatok ellen, és futni fog tőletek. Közeledjetek Istenhez, és ő közeledni fog hozzátok. Tisztítsátok meg kezeteket, bűnösök, és tisztítsátok meg szíveteket, ti kettős lelkűek! Keseregjetek, szomorkodjatok és siránkozzatok, nevetésetek forduljon gyászra, és örömötök szomorkodásra. Alázkodjatok meg az Úr színe előtt, és ő felmagasztal titeket.

3. Zsoltár

(Zsolt 130)

A mélységből kiáltok hozzád, Uram! *
Uram, hallgasd meg szavamat!
Legyen füled figyelmes *
hangos esedezésemre.
Uram, ha a vétkeket számon tartod, *
Uram, ki állhat meg előtted?
Hiszen tenálad a bocsánat, *
hogy féljünk téged.
Benned bízom, Uram. *
Lelkem bízik az ő szavában;
várja lelkem az Urat, *
jobban, mint az őr a hajnalt.
Jobban, mint az őr a hajnalt, *
várja Izrael az Urat,
mert az Úrnál van az irgalom, *
és bőséges nála a szabadítás.
Ő megszabadítja Izraelt *
minden gonoszságától.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Akiket szeretek, azokat korholom és megfenyítem; buzdulj tehát föl, és térj meg.

Rendi olvasmány

(*Ep. 93* 42)

Ha azok, akik megbékélést adtak a bűnbánó házasságtörőknek, közösségben voltak a házasságtörőkkel, akkor azok, akik

nem tették ezt, megfertőződtek-e a velük való társaságtól? De ha – ahogyan az igazság állítja és az Egyház helyesen tartja – a megbánó házasságtörőknek jogosan adtak megbékélést azok, akik teljesen kizárták a házasságtörőknek a bűnbánat lehetőségét, bizonyosan istentelenül cselekedtek, amikor megtagadták a Krisztus tagjainak az egészséget, és megtagadták az Egyház kulcsait azoktól, akik kopogtattak, és kemény kegyetlenséggel ellentmondtak Isten legirgalmasabb türelmének. Mert irgalma lehetővé tette számukra, hogy éljenek, éppen azért, hogy bűnbánatukkal meggyógyulhassanak, amikor megtört lélekkel és zavart szívvel áldozatot mutattak be.

Regula

(Reg. Aug. VII,2)

Hogy tehát mindezt megtartsák, és ha valamit nem tartottak meg, azt ne hagyják annyiban, hanem tegyék jóvá és javítsák ki, arra elsősorban az elöljárónak legyen gondja; úgyhogy mindarról, ami meghaladja az ő hatáskörét vagy erejét, beszámol az idősebb testvérnek, aki fölöttetek nagyobb tekintéllyel bír.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Ep. 61* 1)

Tudnod kell tehát, hogy mi csak azt a véleménykülönbségüket ítéljük el, amely miatt eretnekekké vagy szakadárok lettek. Mert nem tartják fenn a katolikus egyház egységét és igazságát, amennyiben nem tartják fenn a békét az egész világon elterjedt Isten népével, és amennyiben nem ismerik el Krisztus keresztségét azokban az emberekben, akik azt megkapták. Ezért elítéljük a gonosz tévedésüket, de elismerjük, tiszteljük és elfogadjuk bennük Isten jó nevét, amely nekik is megvan, és az ő szentségét. De szomorkodunk miattuk, mert tévedésben vannak

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Hallgass meg, Uram! Légy kegyes, Uram! ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* II,3,7)

Mi méltóbb a korholásra, mint a bűn? Én pedig mind bűnösebbé váltam.

Hamvazószerda
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Úr Jézus, szent negyvennapos
böjtöd vállaljuk újra most:
üdvünkre példát adsz nekünk,
hogy fékezzük természetünk.

Légy hát az Egyház támasza,
légy bánatunknak orvosa;
megtört szívünk kér gyógyulást:
adj bánat szülte tisztulást!

Áraszd ránk bő kegyelmedet,
bocsáss meg régi bűnöket,
s lelkünket újaktól te óvd,
örök jóságú Alkotónk!

Kérünk, hogy évi böjtjeink
és más vezeklő tetteink
számunkra tőled nyerjenek
boldog húsvéti ünnepet!

Kegyes Háromság, tégedet
imádjanak már mindenek,
s kiket megújít nagy kegyed,
zengjük dicső új éneked. Ámen.

Antifóna

Engesztelődj meg, s cselekedj, hogy kinek-kinek megfizess eljárása szerint úgy, amint szívét látod, hiszen egyedül te ismered az emberek minden fiának szívét.

1. Zsoltár

(Zsolt 141)

Uram, hozzád kiáltok, siess hozzám, *
figyelj szavamra, amikor hozzád kiáltok!
Szálljon illatáldozatként színed elé imádságom, *
és kezem fölemelése legyen olyan,
mint az esti áldozat.
Tégy Uram lakatot a számra, *
ajkam ajtajára reteszt.
Ne engedd, hogy szívem gonosz szavakra hajoljon, *
bűnös mesterkedésekre,
a gonoszat cselekvőkkel együtt; *
Részem se legyen abban, amit ők szeretnek.
Ám feddjen meg irgalomból az igaz *
és korholjon engem;
De a bűnös olaja ne kenje meg a fejem, *
mert gonoszságuk ellen imádkozom.
Ha majd bíráik kemény kézbe kerülnek, *
meghallják szavaimat, mert azok hathatósak.
Mint a földből kiszántott és széthasított rögök, *
úgy hullanak csontjaik az alvilág torkába.
Uram, Uram, a szemem rád tekint, *
tebenned remélek, ne vedd el életem!
Őrizz meg engem a tőrtől, amit nekem vetettek, *
a gonosztevők kelepcéitől!
A bűnösök a saját hálójukba esnek, *
de én átmegyek rajta!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Dán 9,5-7)

Hozzád könyörgök, Uram, te nagy és félelmetes Isten, aki megtartod szövetségedet és irgalmadat azok iránt, akik szeretnek téged és megtartják parancsaidat! Vétkeztünk, gonoszságot követtünk el, istentelenül cselekedtünk, eltávoztunk és elfordultunk parancsaidtól és végzéseidtől. Nem engedelmeskedtünk szolgáidnak, a prófétáknak, akik nevedben szóltak királyainkhoz, fejedelmeinkhez, atyáinkhoz és az ország egész népéhez. Az igazság a tied, Uram, az arcpirulás pedig, miként a jelen mutatja, a miénk, Júda férfiaié, Jeruzsálem lakóié, egész Izraelé, legyenek bár közel vagy távol.

2. Zsoltár

(Zsolt 6,2-10)

Uram, ne feddj meg bosszúságodban, *
és ne fenyíts meg engem haragodban.
Könyörülj rajtam, Uram, mert erőtlen vagyok, *
gyógyíts meg, Uram,
mert csontjaim remegnek.
Lelkem teljesen összezavarodott, *
Uram, meddig késlekedsz még?
Fordulj felém, Uram és ments meg engem, *
szabadíts meg irgalmadban engem!
Hisz a halál honában *
senki sem emlékezik meg rólad,
s az alvilágban ki dicsér téged? *
Kimerültem a sóhajtozásban,
éjjelenként megfürösztöm ágyamat, *
könnyeimmel öntözöm nyugvóhelyemet.
Szememet a bánat homályossá tette, *
aggá lettem sok ellenségem miatt.
El tőlem mind, ti gonosztevők, *
mert az Úr meghallgatta sírásom szavát!
Az Úr meghallgatta könyörgésemet, *
az Úr figyelembe vette imádságomat.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(ApCsel 3,17-20)

Tudom azonban, testvérek, hogy tudatlanságból cselekedtetek, mint ahogy a ti elöljáróitok is. Isten azonban ily módon teljesítette, amit minden prófétájának ajka által előre hirdetett, hogy az ő Krisztusa szenvedni fog. Tartsatok tehát bűnbánatot és térjetek meg, hogy eltöröljék bűneiteket, s hogy az enyhülés idői eljöjjenek az Úr színétől, és elküldje azt, akit hirdettek nektek, Jézus Krisztust.

3. Zsoltár

(Zsolt 22,2-12)

Istenem, Istenem, miért hagytál el engem? *
Távol van szabadulásomtól
hangos jajveszékelésem. *
Én Istenem, kiáltok nappal,
de te nem hallgatsz meg, *
és éjjel is, de nyugtot nem találok.
Pedig te szent vagy *
és Izrael dicsérete között laksz.
Benned bíztak atyáink, *
bíztak, és te megszabadítottad őket.
Hozzád kiáltottak és megszabadultak, *
benned bíztak és meg nem szégyenültek.
Én azonban féreg vagyok, nem ember, *
embereknek gyalázata, népnek utálata.
Aki csak lát, mind gúnyt űz belőlem, *
félrehúzza ajkát, fejét csóválgatja:
„Az Úrban bízott, mentse meg őt, *
szabadítsa meg, ha kedvét leli benne.”

Hiszen te vagy, aki kihoztál engem anyám méhéből, *
te vagy reménységem anyám emlője óta.
Rád voltam utalva anyám ölétől, *
anyám méhétől fogva te vagy az Istenem.
Ne légy távol tőlem, mert közel a nyomorúság, *
és nincs, aki segítséget nyújtana.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Engesztelődj meg, s cselekedj, hogy kinek-kinek megfizess eljárása szerint úgy, amint szívét látod, hiszen egyedül te ismered az emberek minden fiának szívét.

Rendi olvasmány

(*Conf.* I,18,28)

Íme, most kiemeled e feneketlen mélységből a téged kereső s a te gyönyörűségedre szomjazó lelket, s e szív így szól hozzád: „kerestem a te orcádat; a te orcádat, Uram, hadd keressem továbbra is; mert a sötét szenvedélyben messze vagyunk orcádtól. (...) Ha tehát buja, sötét szenvedélyben élünk, távol vagyunk orcádtól.

Regula

(Reg. Aug. VII,3)

Aki elöljárótok, ne azért tartsa magát szerencsésnek, mert hatalommal kormányoz, hanem, azért, mert szeretettel szolgál. Tisztelet tekintetében első legyen köztetek, Isten előtt azonban félelemmel boruljon lábatokhoz. Jócselekedeteivel adjon mindenkinek példát, fegyelmezze a nyugtalanokat, bátorítsa a

kishitűeket, támogassa a gyöngéket, legyen mindenkivel türelmes. Szívesen tartsa meg a fegyelmet, és ennek megtartására ébresszen félelmet. S jóllehet mindkettő szükséges, inkább kívánja azt, hogy szeressétek, mintsem hogy féljetek tőle, mindig arra gondolva, hogy majd számot kell adnia rólatok Istennek..

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Ep. 22* 5)

Amit akkor sajnálatosnak tartottunk, azt most meg kell szüntetni, nem keményen, hanem szelídséggel és kedvességgel, ahogy a Szentírás mondja. (...) ...nem keménységgel, nem szigorral, nem parancsoló módon, hanem inkább tanítással, mint parancsolással, inkább figyelmeztetéssel, mint fenyegetéssel (...), a szigorúságot csak a kevesek bűneire kell alkalmazni. És ha fenyegetést alkalmazunk, tegyük azt szomorúan, a Szentírásból idézett jövőbeli büntetéssel fenyegetve, nem azért, hogy féljenek bennünket hatalmunk miatt, hanem hogy Istent féljék a szavaink miatt. Így először a lelki embereket vagy a lelkiekhez közel állókat hatjuk meg, és az ő tekintélyük révén a többi népet a legszelídebb, de legkitartóbb intésekkel lehet majd megfékezni.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. A jót keressétek, ne a rosszat, és akkor éltek; és veletek lesz az Úr. Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Conf.* I,12,19)

A magam bűnéért igazságosan büntettél. Mert te rendelted, s így is van, hogy minden rendezetlen lélek tulajdonmagának legyen büntetése.

Hamvazószerda
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 22,15-24)

Szétfolytam, miként a víz, *
minden csontom kificamodott,
szívem, mint a viasz, *
megolvadt bensőmben.
Ajkam, mint a cserép, kiszáradt, *
nyelvem ínyemhez tapadt,
lesújtottál a halál porába. *
Körülvett engem nagy sereg kutya,
a gonoszok zsinatja körülfogott engem. *
Átlyuggatták kezemet és lábamat,
megszámlálhattam minden csontomat. *
Néznek rám, bámulnak engem,
elosztották maguk között ruháimat, *
és köntösömre sorsot vetettek.
De te, Uram, ne légy távol tőlem, *
én erősségem siess segítségemre!
Szabadítsd meg lelkemet a kardtól, *
egyetlenemet a kutyák karmából!
Ments meg az oroszlán torkából, *
engem, a megalázottat, a bölény szarvától!
Hadd hirdessem testvéreimnek nevedet, *
a gyülekezetben hadd dicsérjelek:
Ti, akik félitek az Urat, *
dicsérjétek őt,
Jákob minden utóda, magasztaljátok őt! *

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Ám 5,21-24)

Gyűlölöm és elvetem ünnepeiteket,
ünnepségeitek nem tetszenek nekem.
Ha egészen elégő áldozatokat mutattok be nekem:
ajándékaitokat el nem fogadom;
kövér békeáldozataitokra nem tekintek.
Vidd el előlem énekeid zaját,
hárfád zenéjét meg nem hallgatom.
Törjön elő inkább a jog, úgy, mint a víz,
és az igazság, mint a sebes patak.
Vajon mutattatok-e be nekem vágó- és ételáldozatokat
a pusztában negyven esztendőn át, Izrael háza?
Vihetitek majd Moloch sátrát, isteneteknek, Refánnak csillagát,
a képeket, melyeket magatoknak csináltatok;
mert Damaszkuszon túlra száműzlek titeket
– mondja az Úr, a Seregek Istene az ő neve.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 11)

Nem azért mondom mindezt, mintha attól félnék, hogy téged vagy a többi imádságos embert tényleg ilyen bűnök terhelnek. Célom csupán az, hogy felhívjam a figyelmedet arra, milyen fontos már keletkezésükkor mérlegre tenned gondolataidat és vágyaidat. Meg kell tanulnod ugyanis, hogy a legkisebbet is elvesd közülük, amelyik bűnhöz vezethetne téged. Figyelmeztetlek rá: aki nem őrködik a gondolatai fölött, s nem ellenőrzi őket még akkor is, ha kezdetben nem bűnösek, az végül is elsiklik majd a kisebb bűnök fölött. Lehetetlen elkerülnünk min-

den hibát és botlást ebben az életben. De aki komolyan törekszik a tökéletességre, az semmiképpen sem veheti könnyen a tudatos apró bűnöket sem. Az apróbb bűnök elhanyagolása ugyanis rendszerint ajtót nyit a súlyos bűnöknek.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Virágvasárnap
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Epeital elepeszti,
vérzi testét szeg, tövis;
lándzsa forrást nyit szívében:
ömlik drága vér s a víz;
ez a szent hab mos fehérre
eget, tengert, földet is.

Hű keresztfa, minden fánál
százezerszer nemesebb:

virág, lomb, fa, drága termés
erdőn nem nő becsesebb.
Édes ág te, édes szeg te,
de a terhed édesebb.

Hajtsd meg lombod, ó, magas fa,
nyisd ki védő ágaid.
Születtél bár oly keménynek,
most az egyszer légy szelíd,
és öleld át puha-lágyan
nagy Királyod tagjait!

E világnak áldozatját
méltón csak te fogtad át,
hullámhányta életpályánk
révbe rajtad át talált,
s mert a Bárány vére mosta,
le is győzte a halált.

Jézust, Atyját és a Lelket
szent himnuszunk zengje meg,
Hármas-Egynek dicsőségét
énekeljék mindenek,
mert az ő nagy kegyességük
a világnak üdve lett! Ámen.

Antifóna

Áldott, aki az Úr nevében jön, hozsanna a magasságban!

1. Zsoltár

(Zsolt 69,2-6)

Szabadíts meg engem, Isten, *
mert a vizek immár a torkomig hatolnak!

Mélységes iszapba süllyedtem, *
megállni nem tudok;
A tenger mélységébe estem, *
S a vihar elmerít engem.
Fáradtra kiáltom magamat, *
torkom berekedt,
szemem elhomályosul, *
amíg Istenemre várakozom.
Többen vannak, mint fejemen a hajszál, *
akik ok nélkül gyűlölnek engem.
Hatalmasak ellenségeim, *
akik jogtalanul üldöznek engem.
Amit el nem vettem,*
azt kell megfizetnem.
Isten, te ismered balgaságomat, *
és vétkeim nincsenek titokban előtted.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 53,5-7)

De őt a mi vétkeinkért szúrták át, a mi bűneinkért törték össze; a mi békességünkért érte fenyítés, és az ő sebe által gyógyultunk meg. Mindnyájan, mint a juhok, tévelyegtünk, mindenki a maga útjára tért; és az Úr őrá rakta mindnyájunk bűnét. Megkínozták, és ő alázatos volt, nem nyitotta ki száját; mint a bárány, melyet leölésre visznek, és mint a juh, mely nyírói előtt elnémul, nem nyitotta ki száját.

2. Zsoltár

(Zsolt 69,30-37)

Én szegény vagyok és szenvedek, *

de fölemel, Istenem, a te segítséged.
Énekszóval áldom Isten nevét *
és hálával magasztalom.
Ez kedvesebb lesz Isten előtt, mint a borjú, *
amelynek éppen ered a szarva és patája.
Látják majd a szegények és örvendeznek; *
Keressétek Istent és élni fog szívetek.
Mert meghallgatja az Úr a szegényeket, *
és nem veti meg foglyait.
Dicsérje őt az ég és a föld, *
a tenger és minden, ami bennük nyüzsög.
Mert Isten megmenti Siont, s felépíti Júda városait; *
Ott fognak lakni, birtokba veszik.
Szolgáinak utódai öröklik, *
s ott laknak majd, akik szeretik az ő nevét.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Pt 5,6-10)

Alázkodjatok meg tehát Isten hatalmas keze alatt, hogy felmagasztaljon titeket annak idején. Bízzátok rá minden aggodalmatokat, mert gondja van rátok. Józanok legyetek és vigyázzatok, mert ellenségetek, az ördög, mint ordító oroszlán körüljár, keresve, kit nyeljen el. Erős hittel álljatok neki ellen, tudjuk ugyanis, hogy ugyanez a szenvedés éri testvéreiteket is, akik ezen a világon vannak. Minden kegyelem Istene pedig, aki meghívott titeket az ő örök dicsőségére Jézus Krisztus által, maga fog titeket – miután kissé szenvedtetek – tökéletesíteni, megerősíteni, megszilárdítani és megalapozni.

3. Zsoltár

(Zsolt 103,2-14)

Áldjad, lelkem, az Urat, *
és ne feledd el jótéteményeit.
Ő megbocsátja minden gonoszságodat, *
ő meggyógyítja minden betegségedet;
Ő megóvja életed a pusztulástól, *
ő irgalommal
és kegyelemmel koronáz meg téged.
Ő kielégíti javaival kívánságodat: *
mint a sasé, visszatér ifjúságod.
Igaz dolgokat cselekszik az Úr, *
és igazságot szolgáltat minden elnyomottnak.
Megismertette Mózessel útjait, *
Izrael fiaival cselekedeteit.
Irgalmas és könyörületes az Úr, *
hosszan tűrő és nagyirgalmú.
Nem tartja meg haragját mindvégig, *
és nem fenyeget örökké.
Nem bűneink szerint bánt velünk, *
és nem fizetett meg nekünk gonoszságainkért.
Mert amilyen magasan van az ég a föld fölött, *
olyan nagy az ő irgalma
azok számára, akik őt félik.
Amilyen messze van kelet a nyugattól, *
olyan messzire veti tőlünk gonoszságainkat.
Mint ahogy az atya könyörül fiain, *
úgy könyörül az Úr azokon, akik őt félik.
Mert ő ismeri létrejöttünket, *
és megemlékezik arról, hogy porból vagyunk.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Áldott, aki az Úr nevében jön, hozsanna a magasságban!

Rendi olvasmány

(*A csend szava 5,2*)

A kereszténynek nemcsak el kell fogadnia a fájdalmat: meg is kell szentelnie. Semmi sem válik olyan könnyen gonosszá, mint a szenvedés. Ha pusztán elfogadjuk a fájdalmat, akkor semmit sem használ a lelkünknek, lelföljebb megkeményíti. Ha pusztán kibírjuk a fájdalmat, azzal még nem szenteljük meg. Az igazi aszkézis nem a lelkierő puszta gyakorlása. (...) A szenvedést a hitben ajánlhatjuk Istennek - nem a szenvedésbe vetett hittel, hanem istenhittel.

Regula

(Reg. Aug. VII,4)

Amikor tehát szívesen engedelmeskedtek, nemcsak magatok iránt vagytok könyörületesek, hanem iránta is [a prior iránt], mivel köztetek magasabb helyen állva nagyobb veszélyben is forog.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem
(*Ep. 26*)

Ó, jó barátom, folytasd életed útját, és mindig új magasságokat érj el, hogy bölcsességed növekedjen, miközben szeretnek. (...) Ti, akik szomjas fületekkel az örök törvényeket hallgatjátok, verjétek mellkasotokat öklötökkel, boruljatok le a földre, és emlékezzetek a fájdalmakra, amelyeket megérdemeltetek, és tartózkodjatok a rossz cselekedetektől. Papunk emlékeztet minket, hogy Isten egy dolgot parancsol mindenkinek, és a közeledő villámok megrémítenek minket.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Áldjátok az Urat, seregei mind, szolgái, akik akaratát megteszitek. ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló
(*Ep. 27* 1)

Mert ha testi fájdalmak gyötörnének, és nem zavarnák meg lelki békémet, akkor azt mondanák, hogy helyesen viselem őket.

Virágvasárnap
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Krisztus, tündöklő nappalunk,
az éj árnyát eloszlatod,
kit fényből fénynek vall a hit
és fénnyel áldod szentjeid.

Esengünk hozzád, szent Urunk,
míg tart az éj, vigyázz reánk,
találjunk benned pihenést,
adj nyugodalmas éjszakát.

Mikor lecsukjuk két szemünk,
a szívünk virrasszon veled,
őrködjék mindig jobb kezed
hűséges híveid felett.

Védelmezőnk, tekints le ránk,
igázd le ellenségeink,
vezesd szolgáidat, kikért
véred váltsága volt a bér.

Legyen most néked, Krisztusunk,
és szent Atyádnak tisztelet,
s a Szentléleknek is veled
zengjen dicséret szüntelen. Ámen.

Antifóna

Nem bűneink szerint bánt velünk, és nem fizetett meg nekünk gonoszságainkért.

1. Zsoltár

(Zsolt 4)

Meghallgatott igazságom Istene, *
amikor segítségül hívtam.
Szorongatásomban tágas teret adtál nekem. *
Könyörülj rajtam, hallgasd meg imámat!
Emberek fiai, meddig lesz nehéz a szívetek? *
Miért szerettek hiábavalóságot,
hajszoltok hazugságot?
Tudjátok meg: az Úr csodát művel szentjével, *
meghallgat az Úr, ha hozzá kiáltok.
Bár haragudtok, ne vétkezzetek, *
rejtsétek azt szívetekbe
nyugvóhelyeiteken, és békéljetek meg.
Áldozzatok igaz áldozatokat *
és bizalmatokat az Úrba vessétek.
Sokan mondják: „Ki mutat jót nekünk?” *
Ragyogtasd ránk jelként
arcod fényességét, Uram!
Több örömöt öntöttél szívembe, *
mint amikor a búza és a bor bőven terem.
Éppen azért békében alszom és megnyugszom, *
mert te, Uram, különösen
megerősítettél a
reménységben engem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Szám 14,17-20)

Bizonyuljon tehát nagynak az Úr ereje és tégy úgy, amint megesküdtél, mondván: Hosszan tűrő s nagyirgalmú az Úr, megbocsát gonoszságot és vétket, de büntetlenül nem hagy senkit, megbünteted az atyák vétkeit fiaikon, harmadik és negyedik nemzedékükön. Bocsásd meg, kérlek, ennek a népnek

a bűnét irgalmasságod nagysága szerint, mint ahogy megbocsátottál nekik Egyiptomból való kijövetelüktől kezdve eddig a helyig. Azt mondta erre az Úr: Megbocsátom szavad szerint.

2. Zsoltár

(Zsolt 107,1-14)

Áldjátok az Urat, mert jó, *
mert irgalma örökkévaló.
Így szóljanak azok, akiket megváltott az Úr, *
akiket megszabadított az ellenség kezéből,
s egybegyűjtött az országokból, *
napkeletről és nyugatról, északról és délről.
Kietlen pusztában bolyongtak, *
nem találtak utat lakott város felé.
Éhséget és szomjúságot szenvedtek, *
a lélek elepedt bennük.
De szorongatásukban az Úrhoz kiáltottak, *
s ő gyötrelmükből kiragadta őket.
Ráterelte őket a helyes útra, *
és lakott városhoz jutottak.
Áldják tehát az Urat irgalmasságáért, *
az emberek fiaival művelt csodáiért,
mert a szomjazók elteltek *
és az éhezőket eltöltötte minden jóval.
Sötétségben, a halál árnyékában ültek, *
vasra verve, nyomorban,
mert ellene szegültek Isten szavának, *
és megvetették a Fölséges tanácsát.
Ezért nyomorúsággal törte meg szívüket, *
elestek és nem volt, aki fölsegítse őket.
De szorongatásukban az Úrhoz kiáltottak, *
s ő gyötrelmükből kiragadta őket.
Kihozta őket a sötétségből s a halál árnyékából, *
és összetörte bilincseiket..

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Kol 3,12-15)

Öltsétek tehát magatokra, mint Isten szent és kedves választottjai, az irgalom érzületét, a jóságot, az alázatosságot, a szelídséget és a béketűrést! Viseljétek el egymást, és bocsássatok meg egymásnak, ha valakinek panasza van a másik ellen! Ahogy az Úr megbocsátott nektek, úgy tegyetek ti is! Mindezek fölött pedig: öltsétek magatokra a szeretetet, amely a tökéletesség köteléke! S Krisztus békéje, amelyre meghívást kaptatok egy testben, uralkodjék a szívetekben! Legyetek hálásak!

3. Zsoltár

(Zsolt 82)

Áll az Isten az istenek gyülekezetében, *
s ítélkezik az isteneken:
„Meddig ítéltek még hamisan, *
és meddig vagytok tekintettel
a gonoszok személyére?
Szolgáltassatok igazságot a szűkölködőnek s az árvának, *
juttassátok jogához
a nyomorultat és a szegényt!
Szabadítsátok meg a szegényt *
és a szűkölködőt mentsétek ki
a gonoszok kezéből!”
De ők sem nem tudnak, sem nem értenek, *
sötétben járnak;
Mind meginognak ezért a föld alapjai. *
Én azt mondtam: „Ti istenek vagytok,
mindnyájan a Fölséges fiai.”

De meghaltok, mint más ember, *
elhullotok, mint akármelyik főember.
Kelj fel, Isten! Ítéld meg a földet, *
mert a te örökséged minden nemzet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Nem bűneink szerint bánt velünk, és nem fizetett meg nekünk gonoszságainkért.

Rendi olvasmány

(*Conf.* V,10,18)

Én voltam az és önmagammal szemben gonoszságom osztott meg engem; s e bűn annál gyógyíthatatlanabb volt, mivel nem ítéltem magamat bűnösnek, s gyalázatos méltatlanság volt, hogy szívesebben győztelek le téged vesztemre önmagamban, hogy sem te győztél volna le engem a magam üdvösségére.

Regula

(Reg. Aug. II,3)

Amikor zsoltárokkal és himnuszokkal Istenhez imádkoztok, szívetek arról elmélkedjék, amit ajkatokkal kimondtok.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.

℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Pat, 20*)

A jókban az Isten szeretete van, amely mindent eltűr, miként a rosszakban a világ kívánsága. De ez a szeretet a Szentlélek által van bennünk, amely adatott nekünk. Tehát akitől a szeretetünk van, attól van a türelmünk.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Áldott legyen Urunknak, Jézus Krisztusnak Istene és Atyja, aki Krisztusban minden mennyei, lelki áldással megáldott minket. Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Pat.* 21)

A rossz akarat más tisztátalan szellem ösztökélése nélkül is létezhet, nem úgy, mint a jó akarat, amely a Szentlélek segítsége nélkül nem létezhet.

Virágvasárnap
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 86,1-84)

Hajtsd hozzám, Uram, füledet, hallgass meg, *
mert nyomorult és szegény vagyok.
Őrizd meg életem, mert kedves vagyok előtted; *
Mentsd meg, Istenem, szolgádat,
aki benned bízik.
Könyörülj rajtam, Uram, *
mert hozzád kiáltok egész nap!
Örvendeztesd meg szolgádat, *
mert hozzád emelem, Uram, lelkemet.

Mert te, Uram, jóságos vagy és szelíd, *
nagy irgalmú mindazokhoz,
akik téged segítségül hívnak.
Figyelj, Uram, imádságomra, *
hallgass könyörgésem szavára!
Hozzád kiáltok szorongatásom idején, *
mert te meghallgatsz engem.
Uram, nincs az istenek közt tehozzád hasonló, *
semmi sem fogható a te műveidhez.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Joel 2,12-17)

Nos tehát – mondja az Úr –,
térjetek hozzám teljes szívetekből,
böjttel, sírással és jajgatással.
Szaggassátok meg szíveteket,
nem pedig ruhátokat,
és térjetek meg az Úrhoz, a ti Istenetekhez,
mert jóságos ő és irgalmas,
türelmes és nagyirgalmú,
és szánakozik a bajok felett.«
Ki tudja, hátha ismét megtér és elfelejt,
s áldást hagy hátra maga után,
étel- és italáldozatot az Úr, a ti Istenetek számára?
Fújjátok meg a harsonát Sionban,
hirdessetek szent böjtöt,
rendeljetek el ünnepet,
gyűjtsétek össze a népet,
szenteljétek meg a gyülekezetet,
hívjátok egybe a véneket,
gyűjtsétek össze a gyermekeket és a csecsemőket;

jöjjön ki hálószobájából a vőlegény,
és nászházából a menyasszony.
Sírjanak az előcsarnok és az oltár között a papok,
az Úr szolgái, és mondják:
Könyörülj, Uram, könyörülj népeden;
ne engedd, hogy gyalázzák örökrészedet,
és uralkodjanak rajta a nemzetek!

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 16,2)

Jól jegyezd meg. Ebben láthatod ugyanis, hogy mi mindent elér Istennél ez a rejtett szemlélődő szeretet. Biztosíthatlak róla, hogy erősebb minden másnál. Ugyanakkor azonban Máriát nyilvánvalóan eltöltötte a bűnbánat, megsiratta korábbi bűneit, és mélységesen megalázta saját nyomorúságának gondolata. Hasonlóképpen, nekünk nyomorult bűnösöknek is őszintén meg kell bánnunk a múltunkat, és meg kell alázódnunk szerencsétlen állapotunk láttán.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr,
✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Nagypéntek
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Epeital elepeszti,
vérzi testét szeg, tövis;
lándzsa forrást nyit szívében:
ömlik drága vér s a víz;
ez a szent hab mos fehérre
eget, tengert, földet is.

Hű keresztfa, minden fánál
százezerszer nemesebb:

virág, lomb, fa, drága termés
erdőn nem nő becsesebb.
Édes ág te, édes szeg te,
de a terhed édesebb.

Hajtsd meg lombod, ó, magas fa,
nyisd ki védő ágaid.
Születtél bár oly keménynek,
most az egyszer légy szelíd,
és öleld át puha-lágyan nagy
Királyod tagjait!

E világnak áldozatját
méltón csak te fogtad át,
hullámhányta életpályánk
révbe rajtad át talált,
s mert a Bárány vére mosta,
le is győzte a halált.

Jézust, Atyját és a Lelket
szent himnuszunk zengje meg,
Hármas-Egynek dicsőségét
énekeljék mindenek,
mert az ő nagy kegyességük
a világnak üdve lett! Ámen.

Antifóna

A mi Pászkánkat, Krisztust feláldozták.

1. Zsoltár

(Zsolt 13)

Meddig felejtesz el egészen, Uram? *
Arcodat meddig fordítod el tőlem?

Meddig kell gondokat hordoznom lelkemben, *
szívemben fájdalmat mindennap?
Meddig kerekedik fölém ellenségem? *
Nézz rám és hallgass meg, Uram, Istenem!
Ragyogtasd fel szememet, *
hogy halálos álomba sohase merüljek,
hogy sohase mondja ellenségem: »Legyőztem!« *
Ne örvendezzenek szorongatóim,
hogy meginogtam.
Én azonban bízom a te irgalmadban. *
Szívem ujjong, mert megszabadítasz,
énekelek az Úrnak, *
aki jót tesz velem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Kiv 12,21-27)

Menjetek, fogjatok családonként egy-egy állatot, és vágjátok le a Pászkát. Aztán mártsatok egy izsópköteget az edényben lévő vérbe, és hintsetek belőle a szemöldökfára s mind a két ajtófélfára, és senki ne menjen ki közületek háza ajtaján reggelig. Körüljár ugyanis az Úr, és megveri az egyiptomiakat. Ha azonban látja a vért a szemöldökfán és a két ajtófélfán, elvonul a ház ajtaja előtt, és nem engedi, hogy az Öldöklő bemenjen a házatokba ártani. Tartsd meg ezt a dolgot, törvény legyen az neked és fiaidnak mindörökre! Ha majd bejuttok arra a földre, amelyet az Úr nektek ad, amint megígérte, ott is tartsátok meg ezt a szertartást! Ha pedig a fiaitok azt kérdezik majd tőletek: ‘Miféle szertartás ez?’ – mondjátok nekik: ‘Az Úr elvonulásának áldozata ez, mert elvonult Izrael fiainak háza felett Egyiptomban, amikor megverte az egyiptomiakat, és megmentette házainkat.’

2. Zsoltár

(Zsolt 27,7–14)

Halld meg, Uram, szózatomat, amellyel hozzád kiáltok, *
könyörülj rajtam és hallgass meg engem!
Rólad mondja a szívem: »Téged keres tekintetem!« *
A te arcodat keresem, Uram!
Ne fordítsd el tőlem arcodat, *
ne fordulj el haragodban szolgádtól,
te vagy segítőm!
Ne hagyj el és ne vess meg engem,
üdvözítő Istenem! *
Hisz atyám és anyám is elhagyott,
de az Úr fölkarolt engem.
Mutasd meg nekem, Uram, utadat, *
és vezess engem a helyes ösvényre
ellenségeim miatt.
Ne adj át ellenségeim akaratának, *
mert hamis tanúk támadnak ellenem,
akik erőszakot lihegnek.
Hiszem, hogy meglátom az Úr javait az élők földjén. *
Remélj az Úrban, légy férfias,
bátor legyen szíved,
és bízzál az Úrban!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Zsid 10,19-25)

Mivel tehát bízunk abban, testvérek, hogy Jézus vére által be-megyünk a szentélybe: ő új és élő utat nyitott meg számunkra

a függönyön, azaz a saját testén keresztül. 21Miután van főpapunk Isten háza fölött, járuljunk oda igaz szívvel a hit teljességében, hintsük meg és tisztítsuk meg szívünket a rossz lelkiismerettől, és mossuk le testünket tiszta vízzel. Tartsunk ki rendületlenül reménységünk megvallása mellett – mert hűséges az, aki az ígéreteket tette –, és figyeljünk egymásra, hogy szeretetre és jótettekre buzduljunk, ne hagyjuk el összejövetelünket, mint némelyek szokták, hanem bátorítsuk egymást, annál inkább, minél inkább látjátok a napot közeledni.

3. Zsoltár

(Zsolt 38, 2–9)

Uram, ne vádolj engem bosszúságodban, *
ne fenyíts meg haragodban.
Mert nyilaid belém hatoltak, *
és kezed rám nehezedik.
Haragod miatt nincs ép hely a testemen, *
bűneim miatt nincs nyugalma csontjaimnak.
Mert gonoszságaim elborítják fejemet, *
és súlyos teherként nehezednek rám.
Rothadnak és üszkösödnek sebeim, *
oktalanságom miatt.
Nyomorult lettem, egészen meggörnyedtem, *
szomorkodva járok-kelek naphosszat.
Ágyékomat gyulladás lepte el, *
nincs ép hely testemen.
Nagyon elgyötört és elcsigázott vagyok, *
szívem fájdalmában kiáltozom.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

A mi Pászkánkat, Krisztust feláldozták.

Rendi olvasmány

(*Ep. 20* 2,1)

Tehát, hogy milyen emberek vagyunk és milyen messzire jutottunk Isten felé, az Isten dolga, akinek ítélete nem tévedhet, nem csupán az ember jóságával, hanem magával az emberrel kapcsolatban sem. A boldogság jutalmát illetően elegendő, ha teljes szívből befogadsz minket és hiszel abban, hogy olyan emberek vagyunk, amilyeneknek Isten szolgáinak lennie kell. De nagyon hálásak vagyunk neked, mert amikor úgy dicsérsz minket, mintha már ilyen emberek volnánk, csodálatos módon arra buzdítasz minket, hogy ilyen emberekká váljunk. Még inkább hálásak vagyunk neked, ha nemcsak követed imádságainkat, hanem nem hanyagolod el azt sem, hogy imádkozz is értünk. Hiszen az imádság egy testvérért sokkal kedvesebb Istennek, ha a szeretet áldozataként ajánlják fel.

Regula

(Reg. Aug. II,3)

Amikor zsoltárokkal és himnuszokkal Istenhez imádkoztok, szívetek arról elmélkedjék, amit ajkatokkal kimondtok.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem
(*Pat.* 22)

A jó akarat (...) az Istennek hűségesen alávetett akarat, a szent mennyei tűztől égő akarat, amely akarat szereti az Istent, és a felebarátot az Isten kedvéért.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Ahol végrendelet van, szükséges, hogy bekövetkezzék a végrendelkező halála. Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló
(*Pat.* 22)

Amint a szentül szeretők szeretete, úgy a jámborul szenvedők türelme Isten adománya.

Nagypéntek
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Kereszted által kérlelünk,
adj, Jézus, boldog életet,
hisz felszegezve ott e fán
bűntől váltottad népedet.

Új törvényt hoztál, új időt,
eltűnt a régi vádlevél;
megnyílt az ősbűn börtöne,
szabadságunk így visszatért.

Atyával, Lélekkel neked,
Jézus, dicsőség, tisztelet,
mit szent kereszted meghozott:
a győzelmet velünk megoszd. Ámen.

Antifóna

Istenem, Istenem, miért hagytál el engem?

1. Zsoltár

(Zsolt 3)

Uram, számosan szorongatnak engem, *
és sokan kelnek föl ellenem!
Sokan mondják rám: *
»Nincsen segítsége Istenében!«
Ám te, Uram, oltalmam vagy nekem, *
dicsőségem vagy, és fölemeled fejem.
Hangos szómmal az Úrhoz kiáltottam, *
s szent hegyéről meghallgatott engem.
Aludni tértem, s álomba merültem, *
és felébredtem, mert az Úr fölkarolt engem.
Nem félek ezernyi néptől, amely körös-körül rám tör. *
Kelj fel, Uram, szabadíts meg, Istenem!
Te arcul csaptad minden ellenségem, *
a bűnösök fogát összetörted.
Az Úré a szabadítás, *
legyen áldásod népeden!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.

℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 30,18-21)

Az Úr azonban arra vár, hogy kegyelmezzen nektek, és ezért fölkel, hogy irgalmazzon nektek. Mert az ítéletnek Istene az Úr; boldogok mind, akik benne reménykednek! Bizony, Sion népe, aki Jeruzsálemben laksz, többé nem fogsz sírni; biztosan megkegyelmez neked kiáltásod hangjára, amint meghallja, válaszol neked. Bár az ínség kenyerét adja nektek az Úr, és a nyomorúság vizét, de nem rejtőzik el többé tanítód, hanem szemed látni fogja tanítódat, és füled meghallja az igét, mely mögötted szól: Ez az út, ezen járjatok!.

2. Zsoltár

(Zsolt 119,82–91)

Szemem epedve várja igédet, *
kérdem: »Mikor vigasztalsz meg engem?«
Olyan vagyok, mint tömlő a füstben, *
de nem feledkezem meg törvényeidről.
Meddig kell még várnia szolgádnak? *
Mikor mondasz ítéletet üldözőim felett?
Vermet ásnak nekem a kevélyek, *
akik nem törvényed szerint élnek.
Minden parancsod igazság; *
Csalárdul üldöznek: segíts meg engem!
Kevés híja, hogy a földről el nem emésztenek, *
de én nem hagytam el rendeleteidet.
Adj irgalmad szerint életet nekem, *
hogy szád parancsolatait megőrizzem.
Uram, örökkön örökké *
áll a mennyben a te igéd.
Nemzedékről nemzedékre tart a te hűséged, *

szilárd alapokra helyezted a földet.
Rendelésed szerint áll fenn máig, *
mert neked szolgál minden.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Zsid 9,24-28)

Mert Krisztus nem kézzel alkotott szentélybe lépett be, amely az igazinak csak jelképe, hanem magába a mennybe, hogy most Isten színe előtt megjelenjék értünk; nem is azért, hogy gyakran föláldozza önmagát, mint ahogy a főpap évről-évre bemegy a szentélybe idegen vérrel; különben gyakran kellett volna szenvednie a világ kezdete óta; így pedig egyszer jelent meg az idők végén, hogy áldozatával eltörölje a bűnt. És ahogyan el van határozva, hogy az emberek egyszer meghaljanak, és utána következik az ítélet, úgy Krisztus is egyszer lett áldozattá, hogy sokak bűnét elvegye; másodszor pedig bűn nélkül fog megjelenni az őt várók üdvösségére.

3. Zsoltár

(Zsolt 119,92–102)

Ha nem törvényed volna gyönyörűségem, *
akkor talán nyomorúságomban
elvesztem volna.
Sohasem feledem rendeleteidet, *
mert általuk adsz életet nekem.
Tied vagyok, ments meg engem, *
mert parancsaidat kutatom.
Lesnek rám a bűnösök, hogy elveszejtsenek, *
de én törvényedre figyelek.
Látom, hogy minden tökéletesség véges, *

de a te parancsolatod bizony megmarad.
Mennyire szeretem, Uram, törvényedet! *
Egész nap róla elmélkedem.
Ellenségeimnél bölcsebbé tettél parancsolatoddal, *
mert mindenkor velem van.
Minden oktatómnál értelmesebb lettem, *
mert törvényedről elmélkedem.
Az öregeknél értelmesebb lettem, *
mert rendeleteidet megfogadtam.
Minden gonosz úttól távol tartom lábamat, *
hogy megtartsam szavaidat.
Rendeleteidtől nem térek el, *
mert te szabsz törvényt nekem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Istenem, Istenem, miért hagytál el engem?

Rendi olvasmány

(*De civ. Dei* XIII,13,2)

Az ördög nem foghatta volna meg az embert, hogyha az már nem kezdett volna el önmagában tetszelegni. Hiszen örömét lelte abban, hogy azt mondták neki: „Olyanok lesztek, mint az Isten!” És egy sokkal kiválóbb módon valóban azok lettek volna, ha engedelmességgel ragaszkodtak volna a végső és igaz Ősokhoz, és a kevélység által nem magukat tették volna meg ősoknak.

Regula

(Reg. Aug. II,2)

Az oratóriumban senki se tegyen mást, mint azt, amire az a hely való, és amiről nevét kapta. Ha tehát egyesek a megál-

lapított órákon kívül is imádkozni akarnak, mert idejük engedi, ne akadályozza őket olyasvalaki, aki úgy véli, ott valami más teendője van.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*Sermo 170* 2)

Senki sincs bűn nélkül, még a csecsemő sem, akinek csak egy nap az élete a földön.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Pat.* 26)

Mindazért, amit itt türelemmel elviseltünk, örök boldogságot fogunk élvezni.

Nagypéntek,
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 25,15-22)

Állandóan az Úrra tekint szemem, *
mert ő húzza ki lábamat a tőrből.
Tekints rám és irgalmazz nekem, *
mert elhagyatott és szegény vagyok.
Szívem szorongatásai megsokasodtak, *
vezess ki ínségemből engem.
Nézd megalázottságomat és szenvedésemet, *
bocsásd meg minden vétkemet!
Nézd, milyen sokan vannak ellenségeim, *
milyen ádáz gyűlölettel gyűlölnek engem!

Oltalmazz és szabadíts meg engem, *
ne hagyd, hogy megszégyenüljek,
hiszen benned remélek!
Álljanak mellém az ártatlanok és az igazak, *
mert beléd vetem bizalmamat.
Szabadítsd meg Isten, Izraelt *
minden szorongatásából!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Iz 53,3,-6)

Megvetett volt, és utolsó az emberek között,
fájdalmak férfia és betegség ismerője,
aki elől elrejtettük arcunkat;
megvetett volt, és nem becsültük őt.
Pedig a mi betegségeinket ő viselte,
és a mi fájdalmainkat ő hordozta;
mi mégis megvertnek tekintettük,
Istentől sújtottnak és megalázottnak.
De őt a mi vétkeinkért szúrták át,
a mi bűneinkért törték össze;
a mi békességünkért érte fenyítés,
és az ő sebe által gyógyultunk meg.
Mindnyájan, mint a juhok, tévelyegtünk,
mindenki a maga útjára tért;
és az Úr őrá rakta
mindnyájunk bűnét.

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 8.5)

Az aktív élet alacsonyabb fokain a jótetteket és az irgalmasság cselekedeteit kell gyakorolni. Magasabb fokán viszont (amely átnyúlik a szemlélődő élet alacsonyabb fokába) az ember elmélkedni kezd a lelki értékekről. Fájdalommal gondolja át saját bűnösségét, miközben részvéttel és együttérzéssel szemléli Krisztus szenvedését és a szentek áldozatait. Egyre inkább növekszik benne a csodálat Isten jóságán és ajándékain, dicsérni kezdi őt, és hálát ad neki a teremtés csodálatos műveiért. A szemlélődés magasabb fokán azonban – amennyire ebben az életben elérhetjük – a sötétség és a Megnemismert felhője borít be mindent. Itt az ember izzó vággyal fordul Istenhez, egyedül érte magáért, s az ő puszta lényének vak tudata tölti be a lelkét.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Szűz Mária ünnepei
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Feltárul Krisztus kapuja,
minden kegyelmek ajtaja,
s ha átvonult a nagy Király,
mint volt, örökre zárva lesz.

Legfőbb Atyának szent Fia
a Szűz házából lép elénk:
Jegyes, Megváltó, Alkotó,
Egyháza győztes harcosa,

Anyjának dísze, öröme,
a hívő népnek egy remény,
hegyről leváló sziklakő,
az üdvösségnek kútfeje.

Örvendjen minden lélek itt:
eljött a mindenség Ura!
A népek Megváltója ő,
megmenti mind, kit alkotott.

Minden dicsőség Krisztusé,
ki Atyja keblén született,
akit Szentlélektől fogant,
és szült világra Mária. Ámen.

Antifóna

A szűz méhében fogan és fiút szül, és a nevét Emmánuelnek fogják hívni.

1. Zsoltár

(Zsolt 2,7-12)

Hirdetem az Úr rendeletét. *
Mert így szólt hozzám az Úr:
„Fiam vagy te, a mai napon nemzettelek téged.” *
Kérd tőlem, és odaadom neked
a nemzeteket örökségedül, *
s osztályrészedül a föld határait.
Kormányozd őket vasvesszővel, *
cserépedényként törd össze őket.
Nos hát, királyok, okuljatok, *
tanuljatok, ti földi bírák!
Szolgáljátok az Urat félelemmel, *
ujjongjatok előtte remegve.

Tanuljatok fegyelmet, *
hogy fel ne gerjedjen az Úr haragja,
s az igaz útról el ne vesszetek, *
amikor haragja hirtelen fellobban.
Boldogok mindazok, *
akik benne bíznak!.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Iz 7,13-16)

Halljátok hát, Dávid háza! Nem elég nektek, hogy embereknek vagytok terhére, és azért terhére vagytok az én Istenemnek is? Ezért az Úr maga ad majd nektek jelet. Íme, a szűz méhében fogan, és fiút szül, s nevét Emmánuelnek fogja hívni. Aludttejet és mézet eszik majd, hogy meg tudja vetni a rosszat és a jót tudja választani. Mert mielőtt a gyermek meg tudná vetni a rosszat, és a jót választani, elhagyott lesz az az ország, melynek két királyától rettegsz.

2. Zsoltár

(Zsolt 45,7-18)

Királyi trónod, Isten, örökké áll, *
kormánypálcád az igazság pálcája.
Szereted az igazságot, gyűlölöd a gonoszságot, *
azért kent fel téged Isten, a te Istened,
az öröm olajával, társaid felett.
Mirha, áloé és kasszia árad ruháidból, *
elefántcsont-palotákból hárfa gyönyörködtet.
Királyleányok vannak díszes udvarodban; *
jobbodon a királyné áll, Ofír aranyától ékesen.
Halljad, leányom, figyelj, hajtsd ide füledet, *

feledd el népedet és atyád házát.
Íme, a király kívánja szépségedet. *
Hiszen ő a te urad, hódolj előtte.
Ajándékkal esdik majd tekintetedet Tírusz leányai, *
s valamennyien a nép gazdagjai.
Belül csupa szépség a király leánya, *
kívül arannyal átszőtt ruha takarja.
Hímzett öltözetben vezetik a királyhoz, *
szűz társnői követik, hozzád vezetik őket.
Örvendezve, ujjongással bevezetik őket, *
bevonulnak a király házába.
Atyáid helyébe fiaid születnek, *
az egész világ fejedelmeivé teszed őket.
Megemlékezem nevedről mindenkor, *
nemzedék ről-nemzedékre,
s dicsérni fognak érte a népek *
mindenkor és örökkön örökké.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(1Kor 7,25-31)

A szüzekre nézve nincs parancsom az Úrtól, tanácsot azonban adok, mint aki irgalmasságot nyertem az Úrtól, hogy hitelt érdemeljek. Azt tartom tehát jónak a küszöbön álló nehéz idők miatt, hogy jó az embernek így maradnia. Feleséghez vagy kötve? Ne keresd az elválást. Feleség nélkül vagy? Ne keress feleséget. De ha feleséget veszel, nem vétkeztél; és ha a szűz férjhez megy, nem vétkezett. Az ilyeneknek azonban testi gyötrelmük lesz, én pedig meg akarlak kímélni benneteket. Azt mondom tehát, testvérek: Az idő rövid. Ezután azok is, akiknek feleségük van, legyenek olyanok, mintha nem volna, és akik sírnak, mintha nem sírnának, akik örvendeznek, mint-

ha nem örvendeznének, akik vásárolnak, mintha nem volna tulajdonuk, és akik élnek ezzel a világgal, mintha nem élnének vele; mert elmúlik ennek a világnak a formája.

3. Zsoltár

(Zsolt 63,2-9)

Isten, én Istenem, *
pirkadatkor már előtted virrasztok.
Téged szomjaz a lelkem, utánad sóvárog a testem, *
puszta, úttalan, víztelen vidéken.
Bárcsak megjelenhetnék előtted a szent helyen, *
és láthatnám hatalmadat és dicsőségedet!
Hisz irgalmad jobb, mint az élet, *
ajkam téged dicsér.
Áldani akarlak, amíg csak élek, *
és nevedben emelem fel kezemet.
Szinte zsírral és kövérséggel telik el a lelkem, *
ujjong az ajkam és dicsér a szám.
Ha reggelenként rólad elmélkedem, *
rád gondolok fekvőhelyemen.
Hisz te megsegítettél engem, *
és szárnyad árnyékában örvendezhetem.
Lelkem tehozzád tapad, *
és jobbod erősen tart engem.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

A szűz méhében fogan és fiút szül, és a nevét Emmánuelnek fogják hívni.

Rendi olvasmány

(*Ep. 61* 2)

Összefogjuk testvéreinket, és az Apostol szavaival élve, a Lélek egységében, a béke kötelékében állunk mellettük (Ef 4,3), és elismerjük bennük Isten ajándékait, legyen az a szent keresztség, a felszentelés áldása, a cölibátus fogadalma, a szüzesség fogadalma, a Szentháromságba vetett hit vagy bármely más ajándék. Még ha mindezeket képviseljük is, azok nem érnek semmit, ha nincs bennünk szeretet. De ki állíthatja magáról, hogy Krisztus szeretete van benne, ha nem fogadja el az ő egységét? Így amikor a katolikus egyházhoz jönnek, nem azt kapják itt, ami már megvolt nekik, hanem azt, ami még nem volt meg nekik, hogy az, ami már megvolt, hasznukra váljon.

Regula

(Reg. Aug. III,1)

Testeteket az ételben és az italban böjttel és önmegtagadással fékezzétek meg, amennyire egészségtek megengedi. Ha azonban valaki nem tud böjtölni, legalább étkezésen kívül ne vegyen magához semmi ételt, hacsak nem beteg.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem
(*De pat.* 26)

Kiáltsunk tehát a szeretet Lelkével, és míg el nem jutunk az örökségbe, amelyben mindig maradunk, szabad emberhez illő szeretettel szenvedjünk, ne szolgai félelemmel.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣ Eljegyeztelek titeket egy férfival, hogy mint tiszta szüzet vezesselek Krisztushoz. Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló
(*De praed sanct.* 31)

Ugyanazon Szentlélek által jön létre bennünk a bűnök bocsánata, akinek köszönhetően Krisztus bűntelen volt.

Szűz Mária ünnepei
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Virágzik Jessze törzsöke,
gyümölcsöt érlel vesszeje:
mint édesanya szült fiat
és mindörökre szűz maradt.

Szegény jászolban jött közénk,
kitől támadt a földre fény,
Atyjával egeket teremt
s pólyázza anyja idelenn.

Kitől a tízparancsolat
törvényét vette a világ,
törvény alattvalójaként
mint ember lépett most közénk.

Fény és üdvösség születik,
halál hatalma megtörik.
Mind Máriához jöjjetek,
higgyétek: Istent szülte meg.

Jézus, magasztal énekünk,
ki Szűztől születtél nekünk:
Atyádat és Szentlelkedet
örökre dicsérjük veled. Ámen.

Antifóna

A szűz arra gondol, ami az Úré, hogy testben és lélekben szent legyen.

1. Zsoltár

(Zsolt 119,103–113)

Milyen édesek igéid ínyemnek, *
jobban ízlenek számnak, mint a méz.
Parancsaid értelmet adnak nekem, *
azért gyűlölöm én a gonoszság minden útját.
A te igéd lámpás a lábamnak, *
s ösvényeimnek fényesség.
Esküszöm és fogadom, *

hogy megtartom igazságos döntéseidet.
Teljes megalázás ért engem, Uram, *
kelts életre, amint megígérted.
Leld, Uram, kedvedet szám önkéntes fogadalmaiban, *
és végzéseidre taníts meg engem.
Életem kezemben hordom szüntelen, *
de törvényedet el nem felejtem.
A bűnösök tőrt vetnek nekem, *
de rendeleteidtől el nem tévelyedtem.
Örökségül nyertem parancsolataidat mindörökké, *
ezért szívem bennük leli örömét.
Törvényeid megtartására hajlítom szívemet *
mindig és mindörökké.
Gyűlölöm az istenteleneket, *
és szeretem törvényedet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Bír 11,36-39)

„Apám, ha szavadat adtad az Úrnak, hajtsd végre rajtam, amit fogadtál, hiszen megkaptad a bosszúállást s a győzelmet ellenségeid felett.” Majd azt mondta apjának: „Csak azt az egyet tedd meg nekem, amit kérek: engedj el engem, hadd menjek két hónapra a hegyekbe, s hadd sírjak szüzességemen barátnőimmel.” Az ezt felelte neki: „Menj!” – és elengedte őt két hónapra. Ő el is ment társ- és barátnőivel és sírt szüzességén a hegyekben. Amikor aztán eltelt a két hónap, visszatért apjához, s az úgy cselekedett vele, amint megfogadta, s ő nem ismert meg férfit.

2. Zsoltár

(Zsolt 119,114–123)

Oltalmam és pajzsom te vagy, *
erősen bízom ígéretedben.
Távozzatok tőlem, gonoszok, *
mert Istenem parancsait kutatom!
Támogass engem ígéreted szerint, hogy éljek, *
s ne hagyd, hogy
megszégyenüljek reménységemben!
Segíts meg, hogy megszabaduljak, *
és mindig törvényeden elmélkedjem!
Megveted mind, akik rendeleteidtől eltérnek, *
mert szándékaik gonoszak.
Mint salakot, elveted a föld minden bűnösét, *
azért szeretem parancsolataidat.
Szent borzalommal tölti el testemet *
az irántad való félelem, félek ítéleteidtől.
Igazat és helyeset cselekszem, *
ne szolgáltass ki azoknak,
akik szorongatnak engem!
Vállalj kezességet szolgád javára, *
hogy el ne nyomjanak engem a kevélyek.
Szemem epedve várja üdvösségedet, *
és igazságos igédet.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Jel 14,1-5)

Ekkor íme, láttam, hogy a Bárány a Sion hegyén állt, és vele a százegyvennégyezer, akiknek homlokára volt írva az ő neve és az ő Atyjának neve. Egy hangot hallottam az égből, amely

olyan volt, mint a nagy vizek zúgása és mint a mennydörgés, s a hang, amelyet hallottam, olyan volt, mint a hárfákon játszó hárfásoké. Új éneket énekeltek a trón előtt, a négy élőlény és a vének előtt, és senki más nem tudta megtanulni azt az éneket, mint az a száznegyvennégyezer, akik meg vannak váltva a földről. Ezek azok, akik nem szennyezték be magukat asszonyokkal, mert szüzek. Követik a Bárányt, amerre csak megy; ők megváltást nyertek az emberek közül, zsengéül Istennek és a Báránynak, és a szájukban nem találtatott hazugság, mert szeplőtelenek.

3. Zsoltár

(Zsolt 119,124–131)

Bánj szolgáddal irgalmad szerint, *
és törvényeidre taníts meg engem!
Szolgád vagyok én, adj értelmet nekem, *
hogy parancsolataidat megismerjem.
Uram, itt az ideje a cselekvésnek, *
mert megszegik törvényedet!
Azért szeretem én parancsaidat *
az aranynál, a színaranynál is jobban.
Azért követem minden parancsolatodat, *
és minden hamis utat gyűlölök.
Parancsolataid csodásak! *
Lelkem azért tanulmányozza őket.
Igéid megértése világosságot ad, *
és értelmesekké teszi az együgyűeket.
Lélegzetvételre nyitom a szám, *
parancsaid után kívánkozom.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

A szűz arra gondol, ami az Úré, hogy testben és lélekben szent legyen.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 147.)

A legtisztábban Isten Szűz Anyja szeretett. Sohasem bántotta meg Őt, s a legnagyobb kegyelmet kapta meg Tőle: a legnagyobb tökéletesség birtokában ismerte föl a maga semmi voltát. Ő lett a legszegényebb szent, mert ő volt a leggazdagab. Szeretete tökéletesen megfelelt alázatának. A legkisebbnek látta önmagát, mégis félelem nélkül vette tudomásul, hogy Isten szemében a legnagyobb. Egyedül azért örült ennek, mert ezáltal Isten örömében osztozott.

Regula

(Reg. Aug. IV,6)

Amikor tehát együtt vagytok a templomban, vagy bárhol, ahol nők is vannak, kölcsönösen őrizzétek egymás tisztaságát. A bennetek élő Isten így is meg fog benneteket magatoktól őrizni.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).

℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*A csend szava*, 147.)

Ő [Mária] kapta a legnagyobb irgalmat és a legtöbb szeretetet. Ezáltal vált a legméltóbbá a szeretetre, s a legalkalmasabbá arra, hogy viszontszeresse Istent.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣ Íme, az Úr szolgálóleánya, legyen nekem a te igéd szerint. Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*De pat.* 26)

Krisztus szegénnyé lett, és amikor ő mennyei gazdagságába emelkedett, küldetett a Szentlélek, hogy szent vágyakat sugalljon szívünkbe.

Szűz Mária ünnepei
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.

℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár

(Zsolt 65,2-6)

Téged illet a dicséret, ó Isten, a Sionon; *
Neked mutatnak be áldozatot Jeruzsálemben.
Te meghallgatod imádságomat, *
eléd járul minden test a gonoszság miatt.
Noha gonoszságaink elhatalmasodtak rajtunk, *
te megbocsátod vétkeinket.
Boldog, akit kiválasztasz és magadhoz fogadsz, *
aki udvaraidban lakhat.
Hadd dúslakodjunk házad javaiban, *
szentséges templomodban!
Igazságodban csodálatosan meghallgatsz minket, *
mi szabadító Istenünk,
reménysége a föld minden szélének, *
s a messze tengernek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Lk 1,46-55)

Magasztalja lelkem az Urat,
és szívem ujjong megváltó Istenemben,
mert tekintetre méltatta szolgálója alázatosságát.
Íme, mostantól fogva boldognak hirdet engem
minden nemzedék,
mert nagy dolgot cselekedett velem a Hatalmas,
és Szent az ő Neve.
Irgalma nemzedékről nemzedékre
azokra száll, akik őt félik.
Hatalmas dolgokat művelt karja erejével,
szétszórta a gondolataikban kevélykedőket.
Hatalmasokat levetett a trónról,
és kicsinyeket felemelt.
Éhezőket betöltött jókkal,
és üresen bocsátott el gazdagokat.
Felkarolta szolgáját, Izraelt,
megemlékezve irgalmasságáról,
amint megmondta atyáinknak,
Ábrahámnak és utódainak mindörökre

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 2)

Ha Isten megnyilatkozik, semmit nem hallgat el, de Istenen kívül nem talál senkit, aki felfoghatná szavai egész mélységét. A legtöbb, amit válaszként kaphat: „Íme, az Úr szolgálóleánya”, s itt sem tudhatta Mária, hogy a „legyen nekem a te igéd szerint” hova vezethet. (...) A Szó legjobb megértése az odaadásban és az egyesülésben valósulhat meg a kölcsönös beszéd

szférája fölött. (...) Így lehetséges, hogy mindaz, amit az elmélkedésben szárazságnak, sötét éjszakának érzünk, ugyanakkor rejtetten, mégis valóságosan a szeretet éles ragyogása. Ennek a szeretetnek azonban a hit mezítelenségébe kell rejtőznie, az egyetlenbe, amit a kívül-belül, mindenéből kifosztott Jézus nem veszíthet el. Ezzel végleg bebizonyosodik, hogy a keresztény elmélkedésben a némaság sohasem jelentés nélkül való. Vagy másképpen szólva: ahol földi értelemben már nincsen szó, ott tárul fel az Ige és az üzenet kimondhatatlan magasságú szférája.

(Csöndesség)

Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Szentek zsolozsmája
Reggeli imaóra

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved; jöjjön el a te országod; legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is. Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma; és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól! Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

Üdvözlégy Mária, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled, áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus. Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent Anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre,
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Himnusz

Fényességosztó, bőkezű,
ki fényt árasztva gazdagon
az éjnek gyászát oszlatod,
s a nap világa tűz le ránk.

Igaz fényesség csak te vagy,
nem hajnal törpe csillaga,
mely a jövendő napsugárt
szegényes fénnyel jelzi csak,

hanem napnál is teljesebb
verőfény, tűző napvilág;
szívünk legmélyebb rejtekén
sugárzó fényed átragyog.

Szív tisztasága győzze le
lázongó vérünk vágyait;
a tiszta testnek temploma
őrizze lelkünk kincseit.

Krisztus, kegyelmes nagy Király,
adassék néked hódolat,
Atyád áldjuk s a Lelket is
idők végéig szüntelen. Ámen.

Antifóna

Szentek legyenek Istenüknek, meg ne szentségtelenítsék nevét.

1. Zsoltár

(Zsolt 99,1-9)

Aki a Fölségesnek oltalmában lakik, *
a Mindenható árnyékában nyugszik,
azt mondja az Úrnak: „Te vagy az én oltalmazóm *
és erősségem, Istenem, akiben bizakodom.”
Mert ő megment engem a vadászok tőrétől, *
a súlyos veszélytől.
Szárnyával árnyékot borít rád, *
és tollai alatt menedékre találsz;
Pajzs és páncél az ő hűsége, *
nem kell félned az éjszaka rémeitől,
a nappal repülő nyíltól, *
a sötétben látogató járványtól,
a délben pusztító ragálytól. *

Ezren essenek el bár oldalad mellől *
és tízezren jobbod felől,
hozzád semmi sem közeledik. *
Sőt saját szemeddel fogod nézni,
meglátod a gonoszok bűnhődését. *

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Lev 20,25-26)

Tegyetek tehát ti is különbséget a tiszta és a tisztátalan állat között, a tiszta és a tisztátalan madár között, hogy be ne szennyezzétek magatokat olyan állattal, madárral vagy valamilyen földi csúszó-mászóval, amelyet tisztátalannak nyilvánítottam nektek. Szentek legyetek számomra, mert szent vagyok én, az Úr, s én elkülönítettelek titeket a többi néptől, hogy az enyéim legyetek.

2. Zsoltár

(Zsolt 99,1–5)

Király az Úr! *
Reszkessenek a népek;
A kerubok fölött trónol, *
rettegjen a föld!
Nagy az Úr a Sionon, *
fölséges minden nép felett.
Magasztalják nagy és félelmetes nevedet, *
mert szentséges.
A nagy király az igazságot szereti: *
te rendeltél egyenességet,
te szereztél Jákobban törvényt és igazságot. *
Magasztaljátok az Urat, a mi Istenünket,
boruljatok le lábának zsámolya előtt, *
mert szentséges ő!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(Ef 2,19-22)

Így tehát most már nem vagytok idegenek és jövevények, hanem a szentek polgártársai és Isten házanépe, az apostolok és próféták alapjára rakott épület, melynek szegletköve maga Krisztus Jézus. Benne illeszkedik egybe az egész építmény, és szent templommá növekszik az Úrban. Ti is benne épültök egybe Isten lakóhelyévé a Lélekben.

3. Zsoltár

(Zsolt 138)

Hálát adok neked, Uram, teljes szívemből, *
mert meghallgattad szájam szavát.
Magasztallak az angyalok színe előtt, *
leborulok szent templomod felé,
áldást mondok nevednek irgalmadért és igazságodért,*
mert mindenek fölött
felmagasztaltad szent nevedet.
Bármikor hívtalak segítségül, meghallgattál engem, *
és gyarapítottad az erőt lelkemben.
Hálát ad neked, Uram, a föld minden királya, *
a te szád minden szavának hallatára,
és megéneklik az Úr útjait, *
mert nagy az Úr dicsősége.
Fölséges az Úr és rátekint az alázatosakra, *
de messziről megismeri a felfuvalkodottakat.
Ha szorongatások között járok is, *
megőrzöd életemet;

Ellenségeim haragjával szemben kinyújtod kezedet, *
és jobbod megszabadít engem.
Az Úr mindezt véghezviszi értem, *
Uram, irgalmad örökkévaló:
ne vesd meg kezed alkotásait!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Szentek legyenek Istenüknek, meg ne szentségtelenítsék nevét.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 58.)

Ha az az életszentség, hogy Isten akaratát akarjuk és meg is tesszük, akkor a tökéletes életszentség az, hogy tökéletesen akarjuk Isten akaratát. De a maradéktalan tökéletességet ebben senki emberfia nem érheti el a földön. Ahhoz, hogy tökéletesen akarjuk azt, amit Ő, hozzá hasonlóan tökéletesen kellene ismernünk is akaratát. Tökéletességünk csupán abban állhat, hogy kifejezetten akarjuk azt, amit biztosan ismerünk az akaratából, de ezen felül el vagyunk szánva arra, hogy megtesszük azt is, amit nem ismerünk meg belőle, mégpedig a legjobb és általunk elérhető legtökéletesebb szándékkal.

Regula

(Reg. Aug. IV,7)

Ha közületek valakiben észreveszitek a tekintet imént említett szertelenségét, azonnal figyelmeztessétek, hogy többre ne vetemedhessen, hanem minél hamarabb térjen jobb belátásra.

℣. Az Úr legyen veletek.
℟. És a te lelkeddel.
℣. Fordítsd felénk irgalmadat, Urunk.
℟. És add meg nekünk az üdvösséget.
℣. Adj nekünk békét, Urunk.
℟. Mert egyedül te vagy bizonyságunk.
℣. Tisztítsd meg szívünket, Istenünk.
℟. És ne vond meg tőlünk Szentlelkedet.

(Szabad imádság.)

Intelem

(*Ep. 30* 3)

Mint ahogy Isten kegyelme veled van, úgy maradjon az örökkévalóságig Krisztus Urunkban, testvérem, akivel egy szív vagyok, és aki tiszteletreméltó, legkedvesebb és legvágyottabb. Üdvözlünk általad Krisztusban minden szentet, mert kétségtelen, hogy ilyen emberek ragaszkodnak hozzád. Ajánlj minket minden szentnek, hogy veled együtt imádkozzanak értünk.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. Isten elsősorban számotokra támasztotta s küldte el Fiát, hogy megáldjon titeket, és így mindenki megtérjen gonoszságából. (ApCsel 3,26) ✠ Isten áldása legyen velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ep.32* 1)

Örülj annak, hogy Krisztus ajándékának köszönhetően olyan nagy szeretettel fogadtak minket a te vidékeden, s hogy mi vagyunk az elsők vagy az elsők között vagyunk, akik megtudják, mit valósít meg ott Isten gondviselése, ami a Szentírás szerint mindig csodálatos a szentjeiben.

Szentek zsolozsmája
Esti imaóra

℣. Isten, ✠ fordítsd figyelmedet megmentésemre.
℟. Uram, siess segítségemre!

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek,
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

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. Ámen.

Antifóna

Áldozatokat mutattak be az Úrnak, és fogadalmakat tettek.

1. Zsoltár

(Zsolt 145,1–10)

Magasztallak téged, Istenem, királyom, *
s áldom nevedet örökkön-örökké.
Áldalak téged mindennap, *
és dicsérem nevedet örökkön-örökké.
Nagy az Úr és méltó a dicséretre, *
nagysága fölfoghatatlan.
Nemzedék nemzedéknek dicséri alkotásaidat *
és hirdeti hatalmadat.
Elmondják szentséged fölséges dicsőségét, *
elbeszélik csodáidat.
Elmondják félelmetes erődet, *
és hirdetik nagyságodat.
Megemlékeznek túláradó jóságodról, *
igazságodat ujjongva ünneplik.
Irgalmas az Úr és könyörületes, *
hosszantűrő és nagyirgalmú.
Jó az Úr mindenkihez, *
és könyörületes minden teremtményéhez.
Magasztaljon téged, Uram, minden műved, *
és áldjanak szentjeid.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Ószövetségi olvasmány

(Szám 6,2-8)

Ha egy férfi vagy nő fogadalmat tesz, hogy megszentelődik és az Úrnak fogja magát szentelni, bortól és mindattól, ami részegít, tartózkodjon. Borból vagy más valami italból készült ecetet és semmit, amit szőlőből sajtolnak, ne igyon, se friss, se szárított szőlőt ne egyék. Azon egész idő alatt, amelyben

fogadalma az Úrnak szenteli, semmit se egyék, ami szőlőtőről való, se aszú szőlőt, se szőlőmagot. Megtartóztatásának egész ideje alatt borotva ne járja fejét; annak a napnak leteltéig, ameddig az Úrnak szentelte magát, szent legyen: hagyja nőni fején haját. Megszentelődésének egész ideje alatt halotthoz be ne menjen, még atyja, anyja, fivére és nővére temetése által se tegye tisztátalanná magát, mert fején annak a jele van, hogy Istenének szentelte magát. Megtartóztatásának egész ideje alatt az Úrnak szentelje magát.

2. Zsoltár

(Zsolt 92,6-16)

Milyen nagyok, Uram, műveid, *
milyen mélységesek gondolataid!
De az oktalan ember nem ismeri, *
s az esztelen nem érti ezt meg.
Amikor elburjánzanak, mint a fű, a bűnösök, *
és virágzásnak indulnak,
akik gonoszt cselekszenek,
s ez pusztulásukra lesz örökkön örökre. *
De te, Uram, fölséges vagy örökké!
Mert íme, Uram, a te ellenségeid, *
a te ellenfeleid elvesznek,
és akik gonoszat tesznek, *
mind szétszóródnak.
De engem erőssé teszel, mint a bivalyt, *
s gazdagon elárasztasz olajjal.
Szemem lenézi majd ellenségeimet, *
és gonosz támadóimról hallani fog fülem.
Az igaz virul majd, mint a pálma, *
és terebélyesedik, mint a Libanon cédrusa.
Az Úr házában vannak elültetve, *
Istenünk udvaraiban virulnak.
Még késő öregségükben is gyümölcsöt hoznak, *

bőven teremnek és jól érzik magukat,
hirdetve, hogy igazságos az Úr, az én menedékem, *
és nincs igazságtalanság benne.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Újszövetségi olvasmány

(ApCsel 21,23-25)

Van nálunk négy férfi, akik fogadalmat vettek magukra. Vedd őket magad mellé, szentelődj meg velük, fizess helyettük, hogy megnyiratkozzanak. Akkor mindenki tudni fogja, hogy nem igaz, amit rólad hallottak; ellenkezőleg, te is megtartod a törvényt, és aszerint élsz. Ami pedig azokat illeti, akik a pogányok közül lettek hívők, mi megírtuk végzésünket, hogy tartózkodjanak a bálványoknak áldozott dolgoktól, a vértől, a fojtott állatoktól és a paráznaságtól.

3. Zsoltár

(Zsolt 113)

Dicsérjétek az Urat, ti szolgái, *
dicsérjétek az Úr nevét!
Áldott legyen az Úr neve *
most és mindörökké!
Napkelettől napnyugatig *
dicsértessék az Úr neve!
Fölséges az Úr minden nemzet fölött, *
dicsősége fölülmúlja az egeket.
Ki olyan mint az Úr, a mi Istenünk, *
aki a magasságban lakik,
de lehajol hogy letekintsen az égre és a földre? *
Fölemeli a nincstelent a porból,
fölsegíti a szegényt a sárból,

hogy helyet adjon neki a fejedelmek között, *
népének fejedelmei között.
Úgy lakhat házában a gyermektelen asszony, *
mint a fiain örvendő anya.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Antifóna

Áldozatokat mutattak be az Úrnak, és fogadalmakat tettek.

Rendi olvasmány

(*A csend szava*, 83.)

A szentek közül sokan testük romhalmazán keresztül kapaszkodtak föl a Mennyek Országába. Ha valóban így történt, és valóban szentek voltak, akkor nem azért történt ez, mert saját lelkükkellerombolták a testüket, hanem mert Istennek elragadtatott szeretete juttatta őket olyan helyzetbe, hogy valami nagyobb jó érdekében kellett lemondaniuk az egészségről vagy akár az életről is. Ez az áldozat igaz és szent. Nem a saját testüket tekintették rossznak, s nem azért pusztitatták el. Tudták, hogy jó és Istentől származik, de azt is tudták, hogy a szeretet értékesebb az életnél, és hogy nincs nagyobb szeretete senkinek annál, aki életét adja barátaiért. A szeretetért, más emberekért, Isten igazságáért áldozták föl testüket. Hiszen senki sem válhat szentté pusztán azáltal, hogy gyűlöli önmagát. Az életszentség pontosan az ellenkezője az öngyilkosságnak.

Regula

(Reg. Aug. IV,3)

Járástokban, magatartástokban, viselkedéstekben semmi se legyen, ami bárki tekintetét sértené. Viselkedjetek megszentelt életállapototokhoz illően.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.
℣. N. püspökünk tartson ki hűségben és szeretetben.
℟. Mi pedig engedelmességben és alázatban.
℣. Krisztus békéje legyen távollevő testvéreinkkel.
℟. Imádságban hordozzuk őket minden nap.
℣. Imádkozzunk ellenségeinkért.
℟. Küldj nekik segítséget szentélyedből.
℣. Imádkozzunk az elnyomottakért.
℟. Tekints rájuk és hallgasd meg esedezésüket.
℣. Imádkozzunk az elhunyt hívekért (különösen N.–ért).
℟. Adj, Urunk, örök nyugodalmat nekik, és az örök világosság fényeskedjék nekik.

Intelem

(*De Trin.* XV,6,9)

A hármasság ott van az értelemben, amely által megismerjük, amit megismerünk, és amely megismeri önmagát is, és azt is, hogy megismer; de ott is, ahol az értelem az örök és és változatlan dolgokat szemléli.

℣. Hallgasd meg szavamat kegyelmesen, Uram!
℟. Döntéseiddel éltess engem!

(Szabad imádság.)

℣. Szent vagyok én, az Úr, s én elkülönítettelek titeket a többi néptől, hogy az enyéim legyetek. Isten áldása ✠ maradjon mindig velünk.
℟. Ámen.

Útravaló

(*Ep. 78* 6)

Természetesen nyilvánvaló, hogy ezek a dolgok nem történnek meg az egyházban anélkül, hogy a szentek és a hívők

mély szomorúságot éreznének. Mindazonáltal vigasztaljon minket az, aki mindezeket megjósolta, és arra intett minket, hogy ne hidegüljünk el a sok igazságtalanság miatt, hanem legyünk kitartóak a végsőkig, hogy üdvözülhessünk. Mert ami engem illet, ha bennem van is a legkisebb szeretet Krisztus iránti, közületek ki gyenge, ha én nem vagyok? Ki botránkozik meg közöttetek, ha én nem élek égő fájdalomban?

Szentek zsolozsmája
Befejező imaóra

℣. Áldj meg ✠ engem, Uram.
℟. Békés éjszakát és tökéletes befejezést adjon nekünk a mindenható Úr. Ámen.

Gyónom a mindenható Istennek, a boldogságos Szűz Máriának, Szent Mihály főangyalnak, Keresztelő Szent Jánosnak, Szent Péter és Pál apostoloknak, és minden szenteknek, hogy vétkeztem gondolattal, szóval és cselekedettel. Én vétkem, én vétkem, én igen nagy vétkem. Kérem azért a Boldogságos Szűz Máriát, Szent Mihály főangyalt, Keresztelő Szent Jánost, Szent Péter és Pál apostolokat, és valamennyi szentet, imádkozzanak érettem a mi Urunkhoz, Istenünkhöz.
℣. Irgalmazzon nekünk a mindenható Isten, bocsássa meg vétkeinket és vezessen el minket az örök életre. ℟. Ámen.

℣. Vétkeink elengedését, ✠ feloldozását és bocsánatát adja meg nekünk a mindenható és irgalmas Úr. ℟. Ámen.

Zsoltár
(Zsolt 118,20–29)

Ez az Úr kapuja, *
az igazak lépnek be rajta.

Hálát adok neked, hogy meghallgattál engem, *
és szabadítóm lettél.
A kő, amelyet az építők elvetettek, *
szegletkővé lett.
Az Úr műve ez, *
csodálatos a mi szemünkben.
Ezt a napot az Úr adta, *
ujjongjunk és vigadjunk rajta!
Nyújts, ó Uram, segítséget, *
adj, ó Uram, jó sikert!
Áldott, aki az Úr nevében jön! *
Áldunk az Úr házából titeket.
Az Úr Isten világosított meg minket. *
Álljatok sort az ünnepi lombokkal,
egészen az oltár szarváig.
Istenem vagy te, hálát adok neked, *
Istenem vagy te, magasztallak téged.
Áldjátok az Urat, mert jó, *
mert irgalma örökkévaló.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

Kantikum

(Jel 12,10-12)

Most lett a mi Istenünké az üdvösség,
az erő és a királyság,
a hatalom pedig az ő Krisztusáé,
mert letaszították testvéreink vádlóját,
aki éjjel-nappal vádat emelt ellenük Istenünk előtt.
Ők pedig legyőzték őt a Bárány vére
és a tanúságtétel igéje által,
s nem kímélték saját életüket mindhalálig.

Jaj a földnek és a tengernek,
mert hozzátok szállt le az ördög nagy haraggal,
s tudja, hogy kevés ideje van!
Örvendezzetek tehát, egek,
és akik bennük laktok!

℣. Add meg újra üdvösséged örömét.
℟. Erősíts meg a készséges lelkületben.

Elmélkedés

(AMNIF 4,9)

Ragaszkodj ezért Jézushoz, hitben és szeretetben. Ha hozzá tartozol, akkor megoszthatod vele mindenét, és bekerülsz azok közösségébe, akik szeretik őt. Ez a szentek közössége – ők lesznek barátaiddá. Asszonyunk, Szűz Mária, aki minden pillanatban kegyelemmel teljes; az angyalok, akik nem tudják elvesztegetni az időt; s az összes szentek az égben és a földön, akik Jézus kegyelmével minden pillanatukat szeretetre fordították. Lásd, ebben rejlik az erőd. Értsd meg, amit mondok, és erősödj meg általa. De ne feledd, egyvalamire komolyan figyelmeztetlek. Senki sem élhet valódi közösségben Jézussal, Anyjával, az angyalokkal és a szentekkel, ha a kegyelem segítségével nem tesz meg mindent, hogy jól használja fel az időt. Mindenkinek meg kell tennie a magáét, bármilyen kevés legyen is az, hogy megerősítse azt a közösséget, amelyikből erejét meríti. Ne hanyagold el tehát a szemlélődés gyakorlatát. Vedd észre, milyen csodálatos hatással van a lelkedre. Ha hiteles, akkor egyszerűen magától támad föl benned a vágy, amely olyan hirtelen jut el Istenhez, ahogyan a szikra kipattan a tűzből.

(Csöndesség)

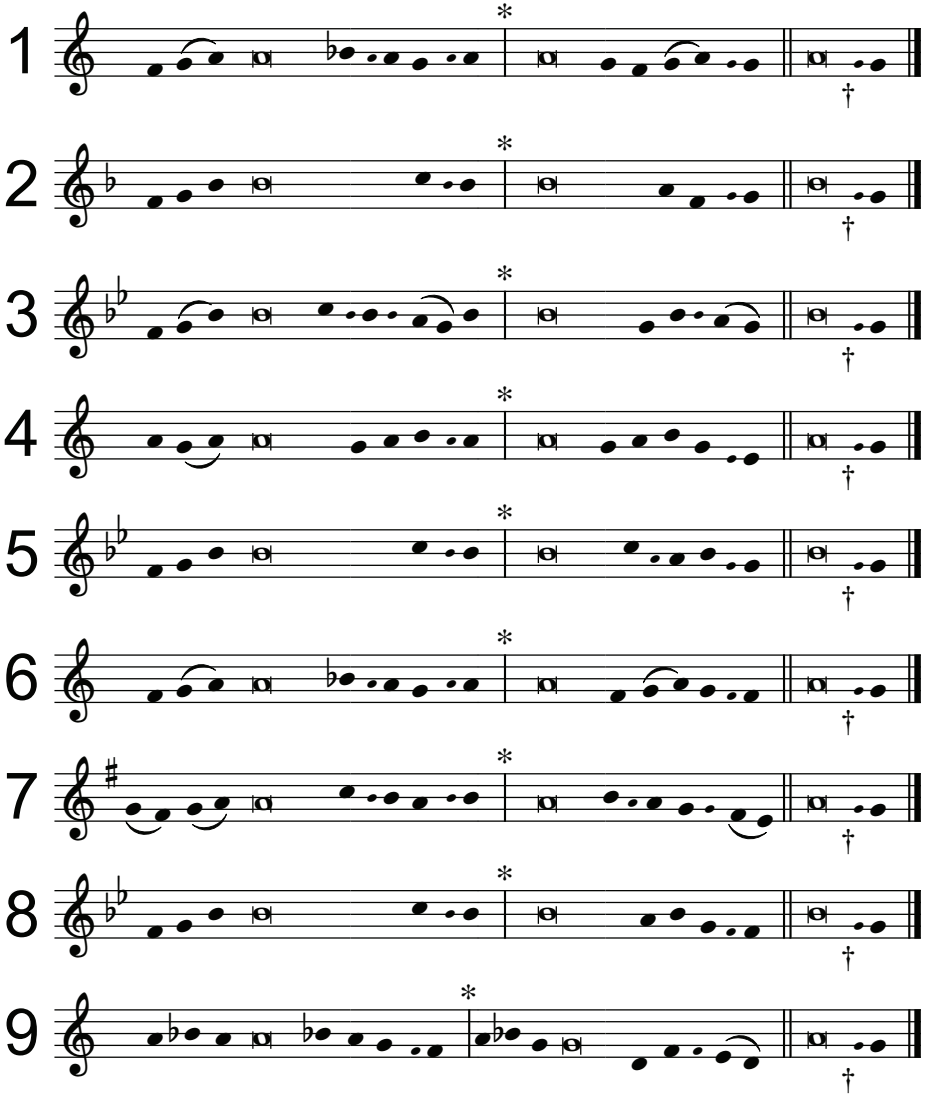
Most bocsátod ✠ el, Uram, szolgádat a te igéd szerint békességben; mert látták szemeim a te üdvösségedet, kit rendeltél minden népek színe elé, világosságul a pogányok megvilágosítására, és dicsőségül a te népednek, Izraelnek.

℣. Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek.
℟. Miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen.

℣. Áldjuk az Urat.
℟. Istennek legyen hála.

℣. Áldjon meg és őrizzen minket a mindenható és irgalmas Úr, ✠ az Atya, a Fiú és a Szentlélek.
℟. Ámen.

Zsoltártónusok



Forrás: Pettersen, Annne, Gunn – Gjertsen, Ingrid. *Norsk Tidebønn*. h.n.: Den nordisk-katolske kirke, 2020.