

OLAĞAN DEVRE IV.HAFTA ÇARŞAMBA

TANRI'YI ÖVMEME DAVET

¥ Ey Rab aç dudaklarımı

¶ Ve ağzım sana övgüler duyursun.

Davet nak.: Tüm yeryüzü Rab'bi alkışlayın, neşe içinde O'na hizmet edin!

Mezmun 95 Tanrı'yı övmeye davet

"Gün bugündür" denildikçe birbirinizi her gün yüreklendirin. (İbr. 3, 13)

Gelin, Rab'be sevinçle haykıralım; *
Bizi kurtaran kayaya sevinç çığlıkları atalım,
Şükranla huzuruna çıkalım, *
O'na sevinç ilahileri yükseltelim!

Çünkü Rab ulu Tanrı'dır, *
Bütün ilahların üstünde ulu kraldır.
Yerin derinlikleri O'nun elindedir. *
Dağların dorukları da O'nun.

Deniz O'nundur, çünkü O yarattı, *
Karaya da O'nun elleri biçim verdi.
Gelin tapınalım, eğilelim. *
Bizi yaratan Rab'bin önünde diz çökelim.

Çünkü O Tanrımız'dır, †
Bizse O'nun otlağının halkı, *
Elinin altındaki koyunlarız.
Bugün sesini duyarsanız, *
Meriva'da, o gün çölde,
Massa'da olduğu gibi, *
Yüreklerinizi nasırlaştırmayın.

Yaptıklarımı görmelerine karşın, *
Atalarınız orada beni sınavıp denediler.
Kırk yıl o kuşaktan hep öğrendim, *
"Yüreği kötü yola sapan bir halktır" dedim,

"Yollarımı bilmiyorlar." †
Bu yüzden öfkeyle ant içtim: *

“Huzur diyarıma asla girmeyecekler!”

Peder’e, Oğul’a ve Kutsal Ruh’a şan ve şeref olsun.

-Ezelerde olduğu gibi, şimdi, her zaman ve ebediyete kadar. Âmin.

Davet nak.: Tüm yeryüzü Rab’bi alkışlayın, O’na neşe içinde hizmet edin!

Okumalar Övgü Duaları

✠ Ey Tanrım gel beni kurtarmaya;

✠ Ey Rabbim yardımına koş.

Peder’e, Oğul’a ve Kutsal Ruh’a şan ve şeref olsun.

Ezelerde olduğu gibi, şimdi, her zaman

ve ebediyete kadar. Âmin. Alleluya.

Övgüler Tanrı’yı Övmeye Davet ile başladıysa, yukardaki giriş kullanılmaz.

İLAHİ

Ebedi hikmet, İsa,
kalbinin sevgisini
hep tatmamızı sağla.

Bilge öğretici sen,
yüce adını öven
halkının rehberi ol.

Kötü saldırmalardan
bizi kurtaran kaya,
güç, umudumuz sensin.

Hep izzet ve krallık,
şan, şeref olsun sana,
çağlardan çağlara dek. Âmin.

1. Nak. Rab’be övgüler sun, ey canım, iyiliklerinin hiç birini unutma.

MEZMUR 103 (102) Tanrı’nın merhametine dua

O’nun merhameti sayesinde, Yücelerden doğan Güneş Yardımımıza gelecektir. (Lk. 1, 78)

I (1-7)

Rab’be övgüler sun, ey gönlüm! †
O’nun kutsal adına övgüler sun, *
ey bütün varlığım!

Rab'be övgüler sun, ey canım! *
İyiliklerinin hiçbirini unutma!
Bütün suçlarını bağışlayan, *
Bütün hastalıklarını iyileştiren,

Canını ölüm çukurundan kurtaran, *
Sana sevgi ve sevecenlik tacı giydiren,
Yaşam boyu seni iyiliklerle doyuran O'dur, *
Bu nedenle gençliğin kartalınki gibi tazelenir.

Rab bütün düşkünlere *
Hak ve adalet sağlar.
Kendi yöntemlerini Musa'ya, *
İşlerini İsraililer'e açıkladı.

1. Nak. Ey canım, Rab'be övgüler sun, iyiliklerinin hiç birini unutma.

2. Nak. Babanın çocuklarını sevdiği gibi Rab kendisinden korkanlara merhamet eder.

II (8-16)

Rab sevecen ve lütfedendir, *
Tez öfkelenmez, sevgisi engindir.
Sürekli suçlamaz, *
Öfkesini sonsuza dek sürdürmez.

Bize günahlarımıza göre davranmaz, *
Suçlarımızın karşılığını vermez.

Çünkü gökler yeryüzünden ne kadar yüksekse, †
Kendisinden korkanlara karşı *
sevgisi de o kadar büyüktür.

Doğu batıdan ne kadar uzaksa, *
O kadar uzaklaştırdı bizden isyanlarımızı.

Bir baba çocuklarına nasıl sevecen davranırsa, †
Rab de kendisinden korkanlara *
öyle sevecen davranır.

Çünkü mayamızı bilir, *
Toprak olduğumuzu anımsar.
İnsana gelince, ota benzer ömrü, *
Kır çiçeği gibi serpilir;

Rüzgar üzerine esince yok olur gider, *
Bulunduğu yer onu tanımaz.

2. Nak. Babanın çocuklarını sevdiği gibi Rab kendisinden korkanlara merhamet eder.

3. Nak. Rab'bi yüceltin ey O'nun eserleri.

III (17-22)

Ama Rab kendisinden korkanları *
sonsuz dek sever,

Antlaşmasına uyan †
Ve buyruklarına uymayı anımsayan *
soylarına adil davranır.

Rab tahtını göklere kurmuştur, *
O'nun egemenliği her yeri kapsar.
Rab'be övgüler sunun, ey sizler, *
O'nun melekleri,

O'nun sözünü dinleyen, *
Söylediklerini yerine getiren güç sahipleri!
Rab'be övgüler sunun, ey sizler, *
O'nun bütün göksel orduları,

İsteğini yerine getiren kulları! *
Rab'be övgüler sunun,

Ey O'nun egemen olduğu †
yerlerdeki bütün yaratıklar! *
Rab'be övgüler sun, ey gönlüm!

3. Nak. Rab'bi yüceltin ey O'nun eserleri.

¥ Buyruklarını anlamama yardım et, ya Rab.
¶ Harikaların üzerine uzun uzun düşüneceğim.

BİRİNCİ OKUMA

Aziz Pavlus'un Selaniklilere 1. Mektubundan

5, 1-28

Işık çocuklarının yaşamı

Kardeşler, bu olayların zamanı ve tarihi konusunda size yazmaya gerek yoktur.

Çünkü siz de çok iyi bilirsiniz ki, Rab'bin günü gece hırsız nasıl gelirse öyle gelecektir. İnsanlar, "Her şey esenlik ve güvenlik içinde" dedikleri bir anda, gebe kadının birden sancılanması gibi, ansızın yıkıma uğrayacak ve asla kaçamayacaklar.

Ama kardeşler, siz karanlıkta değilsiniz ki, o gün sizi hırsız gibi yakalasın. Hepiniz ışık çocukları, gündüz çocuklarıdır. Geceye ya da karanlığa ait değiliz.

Öyleyse başkaları gibi uyumayalım, ayık ve uyanık olalım. Çünkü uyuyanlar gece uyur, sarhoş olanlar da gece sarhoş olurlar. Gündüze ait olan bizlerse, iman ve sevgi zırhını kuşanıp başımıza miğfer olarak kurtuluş umudunu giyerek ayık duralım. Çünkü Tanrı bizi gazaba uğrayalım diye değil, Rabbimiz İsa Mesih aracılığıyla kurtuluşa kavuşalım diye belirledi.

Mesih bizler için öldü; öyle ki, ister uyanık ister uykuda olalım, O'nunla birlikte yaşayalım. Bunun için şimdi yaptığımız gibi, birbirinizi yüreklendirip ruhça geliştirin.

Kardeşler, aranızda çalışanların, Rab yolunda size önderlik edip öğüt verenlerin değerini bilmenizi rica ederiz. Yaptıkları işten ötürü onlara sınırsız saygı, sevgi gösterin. Birbirinizle barış içinde yaşayın.

Size yalvarız, kardeşler, boş gezenleri uyarın, yüreksizleri cesaretlendirin, güçsüzlere destek olun, herkese karşı sabırlı olun. Sakın kimse kötülüğe kötülükle karşılık vermesin. Birbiriniz ve bütün insanlar için her zaman iyiliği amaç edin.

Her zaman sevinin. Sürekli dua edin. Her durumda şükredin. Çünkü Tanrı'nın Mesih İsa'da sizin için istediği budur.

Ruh'u söndürmeyin. Peygamberlik sözlerini küçümsemeyin. Her şeyi sınavın, iyi olana sınırsız tutun. Her çeşit kötülükten kaçın.

Esenlik kaynağı olan Tanrı'nın kendisi sizi tümüyle kutsal kılsın. Ruhunuz, canınız ve bedeniniz Rabbimiz İsa Mesih'in gelişinde eksiksiz ve kusursuz olmak üzere korunsun. Sizi çağıran Tanrı güvenilirdir; bunu yapacaktır.

Kardeşler, bizim için dua edin. Bütün kardeşleri kutsal öpüşle selamlayın. Rab adına size buyuruyorum, bu mektup bütün kardeşlere okunsun.

Rabbimiz İsa Mesih'in lütfu sizinle birlikte olsun.

RESPONSORIUM

Bkz. 1. Sel. 5, 9; Kol.1, 13

✠ Çünkü Tanrı bizi gazaba uğrayalım diye değil, Rabbimiz İsa Mesih aracılığıyla kurtuluşa kavuşalım diye belirledi. * Biz O'nda yaşayalım diye O bizler için öldü.

¶ O bizi karanlığın hükümlerinden kurtarıp sevgili Oğlu'nun egemenliğine aktardı * Biz O'nda yaşayalım diye O bizler için öldü.

İKİNCİ OKUMA

Foticeli Episkopos Aziz Diyakos "Tinsellik Mükemmellik Üstüne"

(Lib. 10, 26, 37 – 29, 40; CSEL 255-256)

Ruhları ayırt etme bilimi, bilgelikle elde edilir.

Gerçek bilgelik, iyi olanı kötü olandan hiç yanılmaksızın ayırt edebilme bilimidir. Bu olduğunda adalet yolu aklı, adalet güneşi olan Allah'a götürür ve artık büyük bir güvenle sevgiyi arayan aklının kendisini bilimin sonsuz aydınlığına ulaştırır. Mücadele edenlerin ruhlarını iç

çatışmalardan arındırmaları gereklidir. Böylece akıl, oluşan düşünceleri ayırt ederek belleğinin tapınacağına iyi olan ve Allah'tan gelenleri koruyup, kötü olup şeytan tarafından kaynaklananları kovabilsin. Deniz de kusursuzcasına sakın olduğunda balıkçılara balıklar gözlerinden kaçmasın diye dibe kadar ulaşan bir görme olanağını tanır. Oysa rüzgârlarla sarsıldığında bulanık dalgaları ile sakinken açıkça gösterdiklerini gizler. Böylece balıkçıların balıkları avlayabilmek için kullandığı tüm yöntemler sonuçsuz kalır.

Şimdi akılları arındırmak görevi salt Kutsal Ruh'a aittir: nitekim hırsız bastırmak için güç kullanılmazsa, ganimet elinden alınamaz. Bu yüzden bizim sakın bir ruhla Kutsal Ruh'un eylemini beslememiz gerekiyor, yani duru öngörünün lambasını içimizde daima ya-nar halde tutmalıyız. Çünkü aklın dehlizlerinde parladığında, hem şeytanların tehlikeli ve karanlık saldırıları ortaya çıkmış olur, hem de o kutsal ve şanlı ışığın darbeleri altında bozguna uğratılırlar.

Bu yüzden Havari: "Ruh'u söndürmeyin" (I. Se. 5, 19) diye salık verir, yani muziplikleriniz ya da kötü düşünceleriniz yüzünden Kutsal Ruh'u üzmemeniz ki tanrısal ışığı ile sizi korumaktan vazgeçmesin. Gerçekten Kutsal Ruh'un sonsuz ve yaşam verici ışığını söndüre-bilmek olası değildir, fakat üzüntüsü, yani bizim yüzümüzden midesinin bulanması, O'nu ruhumuzu bilgi ışığından yoksun ve karanlıklara sarılmış olarak bırakmaya zorlayabilir. Aklın ayırt edebilmesi, her şeyi yargılayan kusursuz bilgeliktir. Bünyemiz sağlıklı iken, tat alma duyusu ile iyiliği dokunanla kötülük eden arasında bir ayırım yapar, hoşumuza gidenleri ararız.

Kusursuz bir denge içindeyken aklımız da öyledir. Bin bir derdin içinde bile tanrısal teselliden tümü ile zevk alabilir durumdadır. Hatta iyilik yapmak yoluyla, tatlılığının anısını uzun süre koruya-bilir. Sonra ise gitgide yücelen değerleri elde etmeyi amaçlar ve Havari'nin dediği gibi, "Duam şu ki sevginiz, bilgi ve her tür sez-gide arttıkça artsın. Öyle ki üstün değerleri ayırt edebilesiniz" (Flp. 1, 9).

RESPONSORIUM

Bkz. Tob. 4, 19;14,8.9

¥ Tüm çağlar boyunca Tanrı'yı takdis edin ve ondan sizi yollarında yürütmesini isteyin, * böylece onda köklenebilesiniz..

¶ ona layık olarak ve tüm gücünüzle onu hoşnut edecek şeyleri yapabilmek için ondan size yol göstermesini isteyin, * böylece onda köklenebilesiniz.

DUA

Merhametli ve yüce Tanrı, sana inanan bizlerin, sana tüm ruhumuzla tapınmamızı ve Mesih İsa'nın sevgisinde kardeşlerimizi sevmemizi sağla. Bunu seninle ve Kutsal Ruh'la birlikte şimdi ve ebediyen hükmeden Oğlun Rabbimiz Mesih İsa'nın adına senden dileriz. Âmin.

İncil: Markos 6, 1-6

İsa oradan ayrılarak kendi memleketine gitti. Öğrencileri de ardından gittiler. Şabat Günü olunca İsa havrada öğretmeye başladı. Söylediklerini işiten birçok kişi şaşırıp kaldı. "Bu adam bunları nereden öğrendi?" diye soruyorlardı. "Kendisine verilen bu bilgelik nedir? Nasıl böyle mucizeler yapabiliyor? Meryem'in oğlu, Yakup, Yose, Yahuda ve Simun'un kardeşi olan marangoz değil mi bu? Kızkardeşleri burada, aramızda yaşamıyor mu?" Ve gücenip O'nu reddettiler. İsa da onlara, "Bir peygamber, kendi memleketinden, akraba çevresinden ve kendi

evinden başka yerde hor görülmez" dedi. Orada birkaç hastayı, üzerlerine ellerini koyarak iyileştirmekten başka hiçbir mucize yapamadı. Halkın imansızlığına şaşıyordu.

DUA

Merhametli ve yüce Tanrı, sana inanan bizlerin, sana tüm ruhumuzla tapınmamızı ve Mesih İsa'nın sevgisinde kardeşlerimizi sevmemizi sağla. Bunu seninle ve Kutsal Ruh'la birlikte şimdi ve ebediyen hükmeden Oğlun Rabbimiz Mesih İsa'nın adına senden dileriz. Âmin.

Sabah Övgü Duaları

✠ Ey Tanrım gel beni kurtarmaya;

✠ Ey Rabbim yardımına koş.

Peder'e, Oğul'a ve Kutsal Ruh'a şan ve şeref olsun.

Ezelden olduğu gibi, şimdi, her zaman

ve ebediyete kadar. Âmin. Alleluya.

Övgüler Tanrı'yı Övmeye Davet ile başladıysa, yukardaki giriş kullanılmaz.

İLAHİ

Gece, karanlık ve sis

Dağılsın, ışık gelsin;

İşte Mesih geliyor.

Peder'den doğan güneş

Evreni aydınlatsın

Halini yücelterek.

Ezgiler söyleyerek,

Temiz, uysal sevinçle

Rab'bi karşılayalım.

Fakirlerine bakan

Yüzünün yüceliği

Dünyayı aydınlatsın.

Sana ey Mesih İsa,

Peder'e, Kutsal Ruh'a

Ebedi övgü olsun. Âmin.

1. Nak. Kalbim hazır, senin için ey Tanrım, kalbim hazır.

MEZMUR 108 (107)

Tanrı'nın Oğlu göklerin üzerinde yükseldiği için, ihtişamı yeryüzünde duyuruluyor. (Arnobio)

Kararlıyım, ey Tanrı, †
Bütün varlığımla sana ezgiler, *
ilahiler söyleyeceğim!

Uyan, ey lir, ey çenk, *
Seheri ben uyandırayım!
Halkların arasında sana *
şükürler sunayım, ey Rab,

Ulusların arasında *
seni ilahilerle öveyim.
Çünkü sevgin göklere erişir, *
Sadakatin gökyüzüne ulaşır.

Yüceliğini göster göklerin üstünde, ey Tanrı, *
Görkemini bütün yeryüzünü kaplasın! -
Kurtar bizi sağ elinle, yardım et, *
Sevdiklerin özgürlüğe kavuşsun diye!

Tanrı şöyle konuştu kutsal yerinde: *
“Şekem’i sevinçle bölüştürecek,
Sukkot Vadisi’ni ölçeyeceğim. *
Gilat benimdir, Manaşşe de benim,

Efrayim miğferim, Yahuda asam. *
Moav yıkanma leğenim,
Edom’un üzerine çarığımı fırlatacağım. *
Filist’e zaferle haykıracağım.”

Kim beni surlu kente götürecekt? *
Kim bana Edom’a kadar yol gösterecek?
Ey Tanrı, sen bizi reddetmedin mi? *
Ordularımıza öncülük etmiyor musun artık?

Yardım et bize düşmana karşı, *
Çünkü boştur insan yardımı.
Tanrı’yla zafer kazanırsınız, *
O çiğner düşmanlarımızı.

1. Nak. Kalbim hazır, senin için ey Tanrım, kalbim hazır.

2. Nak. Rab beni bir manto gibi, doğruluk ve kurtuluş giysisi ile donattı.

EZGİ Yeşaya 61,10-62,5

Kutsal kentin, yeni Yeruşalim'in gökten, Tanrı'nın yanından indiğini gördüm. Güveyi için hazırlanmış süslü bir gelin gibiydi. (Va. 21,2)

Rabde büyük sevinç bulacağım, *
Tanrım'la yüreğim coşacak.
Çünkü çelenkle süslenmiş güvey gibi, *
Takılarını kuşanmış gelin gibi,

Bana kurtuluş giysisini giydirdi, *
Beni doğruluk kaftanıyla örttü.
Toprak filizlerini nasıl çıkartır, *
Bahçe ekilen tohumları nasıl yetiştirirse,

Egemen Rab de doğruluk ve övgüyü *
Bütün ulusların önünde öyle yetiştirecek.
Zaferi ışık gibi parlayıncaya, *
Kurtuluşu meşale gibi yanıncaya dek

Siyon uğruna susmayacak, *
Yeruşalem uğruna sessiz kalmayacağım.
Uluslar senin zaferini, *
Bütün krallar görkemini görecek.
Rab'bin kendi ağzıyla belirlediği *
yeni bir adla anılacaksın.
Rab'bin elinde güzellik tacı, *
Tanrın'ın elinde krallık sarığı olacaksın.

Artık sana "Terk edilmiş", *
Ülkene "Virane" denmeyecek;
Bunun yerine sana "Sevdiğim", *
Ülkene "Evli" denecek.

Çünkü Rab seni seviyor, *
Ülken de evli sayılacak.
Bir delikanlı bir kızla nasıl evlenirse, *
Oğulların da seninle öyle evlenecek.

Güvey gelinle nasıl sevinirse, *
Tanrın da seninle öyle sevinecek

2. Nak. Rab beni bir manto gibi, doğruluk ve kurtuluş giysisi ile donattı.

3. Nak. Yaşadıkça Rabbime övgüler sunacağım.

MEZMUR 146 (145) Ne mutlu Rab'be ümit bağlayana

Körlerin gözleri açılıyor, kötürümler yürüyor, cüzamlılar temiz kılınıyor, sağırlar işitiyor, ölüler diriliyor ve Mijde yoksullara duyuruluyor. (Mt. 11, 5)

Rab'be övgüler sunun! *
Ey gönlüm, Rab'be övgüler sun.
Yaşadıkça Rab'be övgüler sunacak, *
Var oldukça Tanrım'a ilahiler söyleyeceğim.

Önderlere, *
Sizi kurtaramayacak insanlara güvenmeyin.
O son soluğunu verince toprağa döner, *
O gün tasarıları da biter.
Ne mutlu yardımcısı †
Yakup'un Tanrısı olan insana, *
Umudu Tanrısı Rabde olana!

Yeri göğü, *
Denizi ve içindeki her şeyi yaratan,

Sonsuza dek sadık kalan, †
Ezilenlerin hakkını alan, *
Açlara yiyecek sağlayan O'dur.

Rab tutsakları özgür kılar, †
Körlerin gözünü açar, *
İki büklüm olanları doğrultur,

Doğruları sever. *
Rab garipleri korur,
Öksüze, dul kadına yardım eder, *
Kötülerin yolunuysa saptırır.

Rab Tanrın sonsuza dek, ey Siyon, †
Kuşaklar boyunca egemenlik sürecek. *
Rab'be övgüler sunun!

3. Nak. Yaşadıkça Rabbime övgüler sunacağım.

KISA OKUMA

Yasa'nın Tekrarı 4,39-40a

Bugün Rab'bin yukarıda göklerde, aşağıda yeryüzünde Tanrı olduğunu, O'ndan başkası olmadığını bilin ve bunu aklınızdan çıkarmayın. Size ve sizden sonra gelen çocuklarınıza iyilik

sağlaması ve Tanrınız Rab'bin sonsuza dek size vereceği bu topraklarda uzun yıllar yaşamanız için bugün size bildirdiğim Rab'bin kurallarına, buyruklarına uyun.

KARŞILIKLI HAMDETME

☩ Her zaman * Rab'bi yücelteceğim.

Her zaman * Rab'bi yücelteceğim.

☩ Ağızımda her zaman * O'nun övgüsü olacak.

Peder'e, Oğul'a ve Kutsal Ruh'a şan ve şeref olsun.

Her zaman * Rab'bi yücelteceğim.

Benediktus

Yaşamımızın tüm günlerinde, kutsallık ve doğrulukla Rab'be hizmet edelim.

BENEDICTUS Luka 1,68-79

Mesih Ve O'nun Habercisi

İsrail'in Tanrısı Rab'be övgüler olsun! †

Çünkü halkının yardımına gelip *

onları fidyeyle kurtardı.

Eski çağlardan beri *

Kutsal peygamberlerinin ağzından bildirdiği gibi,

Kulu Davut'un soyundan *

Bizim için güçlü bir kurtarıcı çıkardı;

Düşmanlarımızdan, †

Bizden nefret edenlerin hepsinin elinden *

Kurtuluşumuzu sağladı.

Böylece atalarımıza merhamet ederek *

Kutsal antlaşmasını anmış oldu.

Nitekim bizi düşmanlarımızın elinden kurtaracağına †

Ve ömrümüz boyunca *

Kendi önünde kutsallık ve doğruluk içinde,

Korkusuzca kendisine tapınmamızı sağlayacağına dair *

Atamız İbrahim'e ant içerek söz vermişti.

Sen de, ey çocuk, *

Yüceler Yücesi'nin peygamberi diye anılacaksın.

Rab'bin yollarını hazırlamak üzere *

önünden gidecek .

Ve O'nun halkına, günahlarının bağışlanmasıyla*

kurtulacaklarını bildireceksin.

Çünkü Tanrımız'ın yüreği *
merhamet doludur.
O'nun merhameti sayesinde, *
Yücelerden doğan Güneş,

Karanlıkta ve ölümün gölgesinde *
yaşayanlara ışık saçmak
Ve ayaklarımızı esenlik yoluna yöneltmek üzere *
Yardımaımıza gelecektir.

✠ Peder'e Oğul'a ve Kutsal Ruh'a şan ve şeref olsun.
✠ Ezelde olduğu gibi, şimdi, her zaman ve ebediyete kadar, âmin.

Benediktus

Yaşamımızın tüm günlerinde, kutsallık ve doğrulukla Rab'be hizmet edelim.

YAKARMALAR

Aramızda, Peder'in şanının görkemi olan Mesih İsa, aramızdadır ve o bizleri sözü ile aydınlatıyor. Güven ve sevgiyle ona yalvaralım: Ey ebedi yüceliğin kralı duamızı dinle.
Bizleri karanlıklardan hükümdarlığının ışığına çağıran seni takdis ederiz,
- Bizlerde başladığın işlerini tamamla ve bizleri iman bütünlüğüne götür.
Görmeyenlerin gözünü, işitmeyenlerin kulağını açan sen,
- imansızlığımızı iyileştir.
Daima sevginde ve birlikte kalmamızı sağla,
- birbirimizden ayrılmamıza izin verme.
Denenmelerde ve bitmeyen zorluklarda sebat ver,
- refahta daima sana minnettar kalmamızı sağla.

Göklerdeki Pederimiz,
adın yüceltilsin,
hükümdarlığın gelsin,
göklerde olduğu gibi
yeryüzünde de senin isteğin olsun.
Günlük ekmeğimizi bugün de bize ver,
bize kötülük edenleri bağışladığımız gibi,
sen de bağışla suçlarımızı,
bizi günah işlemekten kuru
ve kötülükten kurtar.

DUA

Rab'bim, Kuzu'nun kanıyla haçta yenilediğin kutsal anlaşmanı hatırla. Her türlü suçtan arınmış halkının, daima kurtuluşunun yolunda ilerlemesini sağla. Bunu Rab'bimiz Mesih İsa'nın adına senden dileriz.

Sabah Övgüsü Ordinarium'da gösterildiği gibi bitirilir.

Gündüz Övgü Duaları

✠ Ey Tanrım gel beni kurtarmaya;
✠ Ey Rabbim yardımına koş.
Peder'e, Oğul'a ve Kutsal Ruh'a şan ve şeref olsun.
Ezelden olduğu gibi, şimdi, her zaman
ve ebediyete kadar. Âmin. Alleluya.

Öğleden Önce (Hora Tertia)

İLÂHÎ

İşte, yüce Kutsal Ruh,
Peder ve Oğul ile
Kalplere ışığını
Saçmaya geldiğin an.

Dilimiz ve kalbimiz,
Gücümüz, hayatımız
Her zaman ve her yerde
Sevgin ile tutuşsun.

Her zaman yaşayan sen,
Ey yüce, Kutsal Peder,
Oğlunla, Kutsal Ruh'la
Dualarımı dinle. Âmin.

Öğlen (Hora Sesta)

İLÂHÎ

Gün ışıkla doludur
Ve dünya görkeminde;
Işığın Yaradanı,
Taparız sana, Tanrı!

Günah'ın ve öfkenin
Alevlerini söndür;
Kalpleri aşkla doldur,
Barıştır bizi sana.

Her şeye kadir Peder,
Kabul et duamızı;
Kutsal Ruh'la Oğlun'da
Şükürler olsun sana. Âmin.

Öğleden Sonra (Hora Nona)

İLÂHİ

Kudretli, yüce çoban,
Bize yolunu göster;
Bu kısa günden sonra
Görkeme bizi götür.

Ellerin eserinden
Kalbimiz seni tanır
Ve sevginin özlemi
Gittikçe bizde artar.

Yüzünün aydınlığı
Yüzümüze parlansın;
Ebedi ışığına
Hazırla ruhumuzu. Âmin.

1. Nak. Seni çağırıyorum ey Rab, sözüne ümit bağladım.

MEZMUR 119,145-152 (118) XIX(Kof)

Bütün yüreğimle haykırıyorum, *
Yanıtla beni, ya Rab!
Senin kurallarına uyacağım. *
Sana sesleniyorum,

Kurtar beni, *
Öğütlerine uyayım.
Gün doğmadan kalkıp yardım dilerim, *
Senin sözüne umut bağladım.

Verdiğin söz üzerinde düşüneyim diye, *
Gece boyunca uyku girmiyor gözüme.

Sevgin uyarınca sesime kulak ver, †
Hükümlerin uyarınca, ya Rab, *
yaşam ver bana!

Yaklaşıyor kötülük ardınca koşanlar, *
Yasandan uzaklaşıyorlar.
Oysa sen yakınsın, ya Rab, *
Bütün buyrukların gerçektir.

Çoktan beri anladım *
Öğütlerini sonsuza dek verdiğini.

1. Nak. Seni çağırıyorum ey Rab, sözüne ümit bağladım.

2. Nak. Rab insanın düşüncelerini tanır ve onların boş olduğunu bilir.

MEZMUR 94 (93) Tanrı azizlerine hakkını verir.

Günahkârlar Tanrı Egemenliği'ni miras almayacaklar... Rab bütün bu suçlardan ötürü insanları cezalandıracaktır... Tanrı bizi ahlaksızlığa değil, kutsal bir yaşam sürmeye çağırdı (1. Ko. 6, 9; 1. Se. 4, 6-7)

I (1-11)

Ya Rab, öç alıcı Tanrı, *
Saç ışığını, ey öç alıcı Tanrı!
Kalk, ey yeryüzünün yargıcı, *
Küstahlara hak ettikleri cezayı ver!

Kötüler ne zamana dek, ya Rab, *
Ne zamana dek sevinip coşacak?
Ağızlarından küstahlık dökülüyor, *
Suç işleyen herkes övünüyor.

Halkını eziyorlar, ya Rab, *
Kendi halkına eziyet ediyorlar.
Dulu, garibi boğazlıyor, *
Öksüzleri öldürüyorlar.

“Rab görmez” diyorlar, *
“Yakup’un Tanrısı dikkat etmez.”
Ey halkın içindeki budalalar, dikkat edin; *
Ey aptallar ne zaman akıllanacaksınız?

Kulağı yaratan işitmez mi? *
Göze biçim veren görmez mi?
Ulusları yola getiren yargılamaz mı? *
İnsanı eğiten bilmez mi?

Rab insanın düşüncelerinin *
Boş olduğunu bilir.

2. Nak. Rab insanın düşüncelerini tanır ve onların boş olduğunu bilir.

3. Nak. Rab benim kalemdir, o benim güvenilir sığınağım oldu.

II (12-23)

Ne mutlu, ya Rab, yola getirdiğin, *
Yasanı öğrettiğin insana!
Kötüler için çukur kazılıncaya dek, *
Onu sıkıntılı günlerden kurtarıp rahatlatırsın.

Çünkü Rab halkını reddetmez, *
Kendi halkını terk etmez.
Adalet yine doğruluk üzerine kurulacak, *
Yüreği temiz olan herkes ona uyacak.

Kötülere karşı beni kim savunacak? *
Kim benim için suçlulara karşı duracak?
Rab yardımcım olmasaydı, *
Şimdiye dek sessizlik diyarına göçmüştüm bile.

“Ayağım kayıyor” dediğimde, *
Sevgin ayakta tutar beni, ya Rab.
Kaygılar içimi sarınca, *
Senin avutmaların gönlümü sevindirir.

Yasaya dayanarak haksızlık yapan koltuk sahibi *
Seninle bağdaşır mı?
Onlar doğruya karşı birleşiyorlar, *
Suçsuzu ölüme mahkum ediyorlar.

Ama Rab bana kale oldu. *
Tanrım sığındığım kaya oldu.
Tanrımız Rab yaptıkları kötülüğü *
Kendi başlarına getirecek,

Kötülükleri yüzünden köklerini kurutacak, *
Evet, köklerini kurutacak.

3. Nak. Rab benim kalemdir, o benim güvenilir sığınağım oldu.

Diğer saatlerde kullanılacak olan alternatif mezmurlar için s.

Öğleden Önce

KISA OKUMA

1.Korintliler 10,24,31

Herkes kendi yararını değil, başkalarının yararını gözetsin. Sonuç olarak, ne yer ve içerseniz, ne yaparsanız, her şeyi Tanrı'nın yüceliği için yapın.

¥ Rab'be övgü söylemek doğrudur.

¶ Yüceler Yücesine ilahiler okuyun.

DUA

Ey Rab, Kutsal Peder, sadık Tanrı, sen Oğlun'un vadettiği gibi, Ruhun'u günahın ayırdığı insanları birleştirmek için gönderdin. Birlik ve esenliğinin kutsaması için tüm dünyada çalışmak üzere bizi güçlendir. Bunu Rabbimiz İsa Mesih aracılığıyla senden dileriz.

Öğle

KISA OKUMA

Koloseliler 3,17

Söylediğiniz, yaptığınız her şeyi Rab İsa'nın adıyla, O'nun aracılığıyla Baba Tanrı'ya şükrederek yapın.

¥ Ey Rab, sana, bir şükran kurbanı sunuyorum.

¶ Ve senin adını çağırıyorum.

DUA

Ey merhametli ve yüce Tanrı, gün ortasındaki yorgunluğumuza verdiğin bu dinlenme anı veren sen, zayıflığımızda bize destek ol ve başladığımız işleri tamamlamamıza yardım et. Bunu Rab'bimiz Mesih İsa'nın adına senden dileriz.

Öğleden Sonra

KISA OKUMA

Koloseliler 3,23-24

Rabden miras ödülünü alacağınızı bilerek, her ne yaparsanız, insanlar için değil, Rab için yapar gibi candan yapın. Rab Mesih'e kulluk ediyorsunuz.

¥ Rab benim payım ve kupamdır.

¶ Hayatım ellerindedir.

DUA

Rab'bimiz Mesih İsa, insan soyunun kurtuluşu için haçın üzerinde kollarını açan sen, yaşantımızın ve eylemlerimizin seni memnun etmesini ve senin kurtarıcı sevginin gücüne tanıklık etmesini sağla. Sen ebediyen yaşar ve hükmedersin.

Gündüz Övgüsü Ordinarium'da gösterildiği gibi bitirilir.

Akşam Övgü Duaları

☩ Ey Tanrım gel beni kurtarmaya;
☩ Ey Rabbim yardımına koş.
Peder'e, Oğul'a ve Kutsal Ruh'a şan ve şeref olsun.
Ezelden olduğu gibi, şimdi, her zaman
ve ebediyete kadar. Âmin. Alleluya.

İLAHİ

Göklerin ve yeryüzünün
şerefli efendisi,
batmayan güneş sensin
ve sonsuz aydınlıksın.

Yıpranmış uzuvlara
istirahat bağışla;
uykuyla ruhumuzun
yaralarını kapat.

İnsanların şehrine,
karanlıklar inse de
imanlının kalbinde
sevgi uyanık kalsın.

Sesimiz seni över,
kalbimiz seni sever,
ruhumuz sana tapar,
Üçlü olan tek Tanrı. Âmin.

1. Nak. Ey Rab, Bilgeliğin ne kadar parlaktır üzerimde.

MEZMUR 139, 1-18, 23-24 (138) Tanrı her şeyi görür

"Rab'bin düşüncesini kim bilebildi? Ya da kim O'nun öğütçüsü olabildi?" (Rom. 11,34)

I (1-12)

Ya Rab, sınavı tanıdın beni. †
Oturup kalkışımı bilirsin, *
Niyetimi uzaktan anlarsın.

Gittiğim yolu, yattığım yeri †
inceden inceye elersin. *
Bütün yaptıklarımın haberin var.

Daha sözü ağzıma almadan, *
Söyleyeceğim her şeyi bilirsin, ya Rab.
Beni çepeçevre kuşattın, *
Elini üzerime koydun.

Kaldıramam böylesi bir bilgiyi, *
Başa çıkamam, erişemem.
Nereye gidebilirim senin Ruhun'dan, *
Nereye kaçabilirim huzurundan?

Göklere çıksam, oradasın., *
Ölüler diyarına yatak sersem, yine oradasın.
Seherin kanatlarını alıp uçsam, *
Denizin ötesine konsam,

Orada bile elin yol gösterir bana, *
Sağ elin tutar beni.
Desem ki, "Karanlık beni kaplasın, *
Çevremdeki aydınlık geceye dönsün."

Karanlık bile karanlık sayılmaz senin için, †
Gece, gündüz gibi ışıldar, *
Karanlıkla aydınlık birdir senin için.

1. Nak. Ey Rab, Bilgeliğin ne kadar parlaktır üzerimde.
2. Nak. Rab, sen benim içimi tanır, herkese yaptıklarına göre verirsin.

II (13-18.23-24) Ey Tanrım, sen beni sınarsın ve beni tanırsın

Tanrı hiçbirimizden uzak değildir. Nitekim, O'nda yaşıyor ve hareket ediyoruz; O'nda varız. (Ha. İş. 17, 27.28)

İç varlığımı sen yarattın, *
Annemin rahminde beni sen ördün.
Sana övgüler sunarım, *
Çünkü müthiş ve harika yaratılmışım.

Ne harika işlerin var! *
Bunu çok iyi bilirim.
Gizli yerde yaratıldığımda, *
Yerin derinliklerinde örüldüğümde,

Bedenim senden gizli değildi. *
Henüz döl yatağındaiken gözlerin gördü beni;
Bana ayrılan günlerin hiçbiri gelmeden. *
Hepsi senin kitabına yazılmıştı.

Hakkımdaki düşüncelerin ne değerli, ey Tanrı, †
Sayıları ne çok! *
Kum tanelerinden fazladır saymaya kalksam.

Uyanıyorum, hala seninleyim. *
Ey Tanrı, yokla beni, tanı yüreğimi,

Sına beni, öğren kaygılarımı. †
Bak, seni gücendiren bir yönüm var mı, *
Öncülük et bana sonsuz yaşam yolunda!

2. Nak. Rab, sen benim içimi tanır, herkese yaptıklarına göre verirsin.

3. Nak. Mesih'te tüm evren yaratıldı ve her şey onda birbirine bağlı durmaktadır.

EZGİ Koloseliler 1, 12-20

Mesih, tüm yaratılıştan önce ve ölümler arasından ilk doğandır.

Bizi kutsalların ışıktaki mirasına †
ortak olmaya yeterli kılan Baba'ya *
şükretmeniz için dua ediyoruz.

O bizi karanlığın hükümlerinden kurtarıp *
sevgili Oğlu'nun egemenliğine aktardı.
O'nda kurtuluşa, *
günahlarımızın bağışına sahibiz.

Görünmez Tanrı'nın görünümü, *
bütün yaratılışın ilk doğanı O'dur.

Nitekim yerde ve gökte, görünen ve görünmeyen her şey †
-tahtlar, egemenlikler, yönetimler, hükümlerlikler- *
O'nda yaratıldı.

Her şey O'nun aracılığıyla *
ve O'nun için yaratıldı.
Her şeyden önce var olan O'dur *
ve her şey varlığını O'nda sürdürmektedir.

Bedenin, yani kilisenin başı O'dur. *
Her şeyde ilk yeri alsın diye -
başlangıç olan ve ölümler arasından *
ilk doğan O'dur.

Çünkü Tanrı bütün doluluğunun *
O'nda bulunmasını uygun gördü.

Mesih'in çarpmıhta akıtılan kanı aracılığıyla †
esenliği sağlamış olarak yerdeki ve gökteki her şeyi *
O'nun aracılığıyla kendisiyle barıştırmaya razı oldu.

3. Nak. Mesih'te tüm evren yaratıldı ve her şey onda birbirine bağlı durmaktadır.

KISA OKUMA

1.Yuhanna 2,3-6

Buyruklarını yerine getirirsek, O'nu tanıdığımızdan emin olabiliriz. "O'nu tanıyorum" deyip de buyruklarını yerine getirmeyen yalancıdır, kendisinde gerçek yoktur.

KARŞILIKLI HAMDETME

☩ Gözbebeğin gibi, * ey Rab, koru bizi.

Gözbebeğin gibi, * ey Rab, koru bizi.

☩ Kanatlarının gölgesinde bizi barındır, * ey Rab, koru bizi.

Peder'e, Oğul'a ve Kutsal Ruh'a şan ve şeref olsun.

Gözbebeğin gibi, * ey Rab, koru bizi.

Magnifikat

Rabbim, bileğinin gücüyle, yüreklerinde büyüklenenleri darmadağın edip alçakgönüllüleri yükselt.

MAGNIFICAT Luka 1,46-55

Canım Rab'bi yüceltir.

Ruhum Tanrı'da sevinir.

Canım Rab'bi yüceltir; *

Ruhum, Kurtarıcım Tanrı sayesinde sevinçle coşar.

Çünkü O, sıradan biri olan kuluyla ilgilendi. *

İşte, bundan böyle bütün kuşaklar beni mutlu sayacak.

Çünkü Güçlü Olan, benim için büyük işler yaptı. *

O'nun adı kutsaldır.

Kuşaktan kuşağa*

kendisinden korkanlara merhamet eder.

Bileğiyle büyük işler yaptı; †
Gururluları yüreklerindeki kuruntularla *
darmadağın etti.

Hükümdarları tahtlarından indirdi, *
Sıradan insanları yükseltti.

Aç olanları iyiliklerle doyurdu, *
Zenginleri ise elleri boş çevirdi.

Atalarımıza söz verdiği gibi, *
İbrahim'e ve onun soyuna sonsuza dek

Merhamet etmeyi unutmayarak *
Kulu İsrail'in yardımına yetişti.

¥ Peder'e Oğul'a ve Kutsal Ruh'a şan ve şeref olsun.

¶ Ezelde olduğu gibi, şimdi, her zaman ve ebediyete kadar, Âmin

Magnifikat

Rabbim, bileğinin gücüyle, yüreklerinde büyüklemleri darmadağın edip alçakgönüllüleri yükselt.

YAKARMALAR

Peder Tanrımızın, gökleri ve yeri kat kat aşan merhametini hatırlayarak onu alkışlayalım ve diyelim: Ey Rab, sana ümit edenleri sevindir.

Ey Rab, Oğlun'u dünyayı yargılamak için değil, kurtarmak için gönderdiğini hatırla,

- O'nun haçı bizlerde ebedi hayat meyvelerini vermeyi sağlasın.

Rahipleri, Mesih'in görevlileri ve muhteşem armağanlarının kâhyaları yapan sen,

- onlara iman, bilgelik ve sevgi bağışla.

Göklerin Egemenliği uğruna tam iffete çağırдыңın kişilerin de

- Oğlun Mesih İsa'yı cömertlikle takip eden azizler gibi onu izlemesini sağla.

Kadınları ve erkekleri krallığın için, iffetli olmaya çağırın sen,

- onların kutsalların cömertliği içinde imanla Oğlun'u izlemelerine yardım et.

İnsanı kadın ve erkek olarak yaratan sen,

- tüm ailelerin sevgi temeli üzerine kurulmalarını sağla.

Oğlu'nun kurbanı aracılığıyla suçlarımızı yok eden sen,

- ölümlerimize af ve huzur bağışla.

Göklerdeki Pederimiz,

adın yüceltilsin,

hükümdarlığın gelsin,

göklerde olduğu gibi

yeryüzünde de senin isteğın olsun.

Günlük ekmeğimizi bugün de bize ver,
bize kötülük edenleri bağışladığımız gibi,
sen de bağışla suçlarımızı,
bizi günah işlemekten korusun
ve kötülükten kurtar.

DUA

Merhametli Tanrı, doğruluğa acıkıp susayanları açları nimetleri ile doyuran sen, duada toplanmış olan aileni anımsa ve yoksulluğumuzu sevginin zenginliğinde dönüştür. Bunu seninle ve Kutsal Ruh'la birlikte şimdi ve ebediyen hükmeden Oğlun Rab'bimiz Mesih İsa'nın adına senden dileriz.

Akşam Övgüsü Ordinariusum'da gösterildiği gibi bitirilir.