



VERKORT
HOROLOGION



❖ ORTHODOX GEBEDEN- EN GETIJDENBOEK ❖

VOOR THUIS EN ONDERWEG



VERKORT
HOROLOGION

❖ ORTHODOX GEBEDEN- EN GETIJDENBOEK ❖
VOOR THUIS EN ONDERWEG

UITGAVE:

ORTHODOX KLOOSTER IN DE PEEL

❖ GEBOORTE VAN DE MOEDER GODS ❖

ASTEN - HERFST - 2013

❖ WOORD VOORAF ❖

Dit gebedenboekje is samengesteld uit bestaande, niet altijd door ons gemaakte Nederlandse vertalingen. We hopen t.z.t. een complete nieuwe vertaling te maken uit de originele Griekse teksten.

Het gebedenboekje is een ingekorte versie van het Horologion. Het is dan ook beslist **niet bedoeld voor liturgisch gebruik**, maar voor persoonlijk gebruik van de gelovigen. Gebeden of zegenbeden die uitsluitend door de priester worden gezegd zijn niet opgenomen, waar gebruikelijk is dit vervangen door “*door de gebeden van onze heilige vaders*”. Bent u op zoek naar een ‘gewoon’ Horologion voor gebruik in de orthodoxe diensten, neem dan contact met ons op. Er zijn diverse (deel-)uitgaven beschikbaar.

U allen vragen wij om ons klooster te gedenken in uw gebeden.

Abdis Maria en medezusters

© **Orthodox Klooster in de Peel - Asten - Herfst 2013**

voor meer informatie: + Orthodox Klooster in de Peel +
Geboorte van de Moeder Gods
Gruttoweg 7
5725 RT Asten
tel/fax (0031) 0493 - 560421
www.orthodoxasten.nl
e-mail: orthodoxasten@hetnet.nl

❖ INHOUD ❖

MESONYKTIKON	7
METTEN	21
EERSTE UUR	43
DERDE UUR	51
ZESDE UUR	61
NEGENDE UUR	69
VESPERS	77
KLEINE COMPLETEN	89

APPENDIX

- TROPAREN/KONDAKEN VAN DE FEESTDAGEN	103
VASTE FEESTDAGEN	103
BEWEGELIJKE FEESTEN	110
- TROPAREN/KONDAKEN VAN DE ZONDAGEN	113
- TROPAREN/KONDAKEN VAN DE WEEKDAGEN	119
- PAASUUR	122
- LEZING VAN APOSTEL EN EVANGELIE	124

❖ MESONYKTIKON ❖

Ga zodra u bent opgestaan met eerbied en vreze voor God staan en zeg:

In de Naam van de Vader, de Zoon, en de Heilige Geest. Amen.

Heilige God, Heilige Sterke, Heilige Onsterfelijke,
ontferm U over ons. (3x)

Eer aan de Vader, de Zoon en de Heilige Geest,
nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Alheilige Drie-eenheid, ontferm U over ons.
Heer, wis onze zonden uit,
Meester, vergeef ons onze ongerechtigheden,
Heilige, bezoek ons en genees onze zwakheden,
omwille van Uw Naam.

Heer, ontferm U. (3x) Eer ... Nu en ...

Onze Vader, Die in de hemelen zijt,
Uw Naam worde geheiligd,
Uw Koninkrijk kome.
Uw wil geschiede, zoals in de hemel, zo ook op aarde.
Geef ons heden ons dagelijks brood,
en vergeef ons onze schulden,
zoals ook wij onze schuldenaren vergeven,
en leid ons niet in verzoeking,
maar verlos ons van de boze.
Amen.

* *Van Pasen tot Hemelvaart wordt i.p.v. 'Heilige God' driemaal het paastropaar gelezen:*

Christus is opgestaan uit de doden,
de dood vertredend door Zijn dood,
en aan hen in de graven schonk Hij het leven.

TROPAREN TOT DE DRIE-EENHEID

Ontwaakt uit de slaap, vallen wij voor U neer, o Goede, en wij roepen U, o Machtige, de hymne der engelen toe: Heilig, Heilig, Heilig, zijt Gij, o God, omwille van de Moeder Gods ontferm U over ons.

Eer aan de Vader, de Zoon en de Heilige Geest.

Uit bed en uit de slaap hebt Gij mij opgewekt, o Heer, verlicht mijn geest en mijn hart, en open mijn lippen om U te bezingen, Heilige Drie-eenheid: Heilig, Heilig, Heilig, zijt Gij, o God, omwille van de Moeder Gods ontferm U over ons.

Nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Onverwachts zal de Rechter komen en ieders daden zullen blootgelegd worden; maar laat ons in vreze roepen in het midden van de nacht: Heilig, Heilig, Heilig, zijt Gij o God; omwille van de Moeder Gods ontferm U over ons.

Heer, ontferm U. (12x)

DANKGEBED MET SMEKING

Opgestaan uit de slaap dank ik U, Heilige Drie-eenheid, dat Gij in Uw grote goedheid en lankmoedigheid U niet vertoornd hebt over mij, nalatige zondaar, en dat Gij mij niet verloren hebt laten gaan, samen met mijn ongerechtigheden. Maar volgens Uw gewoonte zijt Gij menslievend geweest en hebt Gij mij, die vertwijfeld neerlag, opgericht, om vroeg in de morgen te bidden en Uw macht te verheerlijken. Verlicht dan nu de ogen van mijn verstand, open mijn mond om Uw woorden te overwegen en Uw geboden te begrijpen en Uw wil te doen, en U te bezingen en van harte te belijden, en Uw alheilige Naam te loven, van de Vader, de Zoon en de Heilige Geest, nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

ANDER GEBED

Eer aan U, Koning, God, Albeheerser, dat Gij in Uw goddelijke en mens-lievende voorzienigheid mij, onwaardige zondaar, waardig geacht hebt uit de slaap op te staan en Uw heilig Godshuis te betreden. Aanvaard, Heer, ook mijn smekende stem, zoals die van Uw heilige, geestelijke krachten. En sta mij toe met een rein hart en in een geest van nederigheid U de lof op te dragen met mijn onreine lippen, opdat ook ik deelgenoot mag worden van de wijze maagden, met de stralende glans van mijn ziel, en ik U mag verheerlijken, God het Woord, Die in de Vader en de Geest verheerlijkt wordt. Amen.

Komt, laat ons aanbidden en neervallen voor God, onze Koning.
Komt, laat ons aanbidden en neervallen voor Christus God, onze Koning.
Komt, laat ons aanbidden en neervallen voor Christus Zelf, onze Koning en God.

PSALM 50

Ontferm U over mij, o God, volgens Uw grote ontferming en volgens de overvloed van Uw barmhartigheid, wis mijn ongerechtigheid uit.

Was mij steeds meer van mijn ongerechtigheid en reinig mij van mijn zonde.

Want ik erken mijn ongerechtigheid, en mijn zonde staat mij voortdurend voor ogen.

Tegen U alleen heb ik gezondigd, en ik heb kwaad gedaan voor Uw aanschijn.

Zodat Gij rechtvaardig blijkt in Uw uitspraak, en zult winnen als men U oordeelt.

Want zie, in ongerechtigheden ben ik ontvangen, mijn moeder droeg mij in zonden.

Want zie, Gij hebt waarheid lief,
het onbekende en het verborgene van Uw wijsheid hebt Gij mij
bekend gemaakt.

Besprenkel mij met hysop en ik zal rein worden;
was mij en ik word witter dan sneeuw.

Laat mij vreugde en blijdschap horen,
en mijn vernederd gebeente zal zich verheugen.

Wend Uw aangezicht van mijn zonden af,
en wis al mijn ongerechtigheden uit.

Schep in mij een rein hart, o God,
en maak nieuw een rechte geest in mijn binnenste.

Verwerp mij niet van voor Uw aangezicht,
en neem Uw Heilige Geest niet van mij weg.

Geef mij de vreugde terug van Uw heil,
en sterk mij met een besturende geest.

Wettelozen zal ik Uw wegen leren,
en goddelozen zullen zich tot U bekeren.

Bevrijd mij van bloedschuld, o God, God van mijn heil;
mijn tong zal Uw gerechtigheid bejubelen.

Heer, open mijn lippen,
en mijn mond zal Uw lof verkondigen.

Want als Gij een offer wilde, zou ik het brengen,
maar in brandoffers hebt Gij geen behagen.

Een offer voor God is een vermorzelde geest,
een vermorzeld en vernederd hart zult Gij, God, niet versmaden.

Doe goed, Heer, in Uw welbehagen aan Sion,
en mogen de muren van Jeruzalem worden opgebouwd.

Dan zult Gij behagen hebben in een offer van rechtvaardigheid,
offerande en brandoffers,
dan zal men kalveren op Uw altaar opdragen.

*Hierna volgt op maandag t/m vrijdag het 17e kathisma, ps. 118;
op zaterdag het 9e kathisma ps.64-69;*

op zondag besluit men nu het mesonyktikon als volgt:

*de canon voor de H. Drieenheid uit de oktoïch met megalinaria;
hier niet opgenomen.*

Heilige God ... t/m het Onze Vader...

Hypakoï van de toon ; hier niet opgenomen

Heer, ontferm U (40x) . Eer ... Nu en ...

U, eerbiedwaardiger...

Door de gebeden ...

op wekdagen vervolgt men:

GELOOFSBELIJDENIS

Ik geloof in één God, de almachtige Vader,
Schepper van hemel en aarde,
van al het zichtbare en onzichtbare.

En in één Heer, Jezus Christus,
de eniggeboren Zoon van God,
geboren uit de Vader vóór alle eeuwen.

Licht uit Licht, ware God uit de ware God,
geboren, niet geschapen, één in wezen met de Vader;
en door Wie alles geworden is.

Die om ons mensen en om onze verlossing uit de hemel is nedergedaald
en vlees heeft aangenomen door de Heilige Geest uit de Maagd Maria,
en Mens geworden is.

Die voor ons onder Pontius Pilatus gekruisigd is,
geleden heeft en begraven is,

Die opgestaan is op de derde dag volgens de Schriften,
 Die opgevaren is ten hemel,
 en zetelt aan de rechterhand van de Vader.
 Die zal wederkomen in heerlijkheid,
 om levenden en doden te oordelen,
 en aan Wiens Rijk geen einde zal zijn.
 En in de Heilige Geest, Heer en Levendmaker,
 Die uitgaat van de Vader;
 Die aanbeden en verheerlijkt wordt
 te samen met de Vader en de Zoon;
 Die door de profeten gesproken heeft.
 In één heilige, katholieke en apostolische Kerk;
 Ik belijd één doop tot vergeving van zonden;
 Ik verwacht de opstanding van de doden,
 en het leven van de komende eeuwigheid. Amen.

Heilige God... t/m Onze Vader... (zie p.7) TROPAREN (MA-VR)

— Zie dé Bruidgom komt té mid : - dernacht,*
 én zálíg de dienaar die Hij wakend vin : - den zal, *
 maar ónwaardig is hij die Hij le : - dig vindt. * Zie dus
 tõe : - , mijn ziel, dat gij niet door slaap overval : - len
 wordt,* ópdat gij niet aan de dood overgele- -verd wordt,* én van het
 Kō : - ninkrijk uitgeslō : - ten wordt. * Maar waák op én
 rōep : - uit: * Hei : - lig, Heilig, Heilig zijt Gij, : -
 ò Gōd, ** dóór dé Moeder Gods, óntferm Ú òvèr òhs. —

Eer aan de Vader, de Zoon en de heilige Geest.

Denk aan die vreeswekkende dag en wees waakzaam, mijn ziel, ontsteek uw lamp, en doe haar helder branden met olie; want gij weet niet wanneer de stem tot u zal zeggen: ‘Zie, uw Bruidegom.’ Zie dus toe, mijn ziel, dat gij niet slaperig wordt en buiten blijft kloppen, zoals de vijf maagden. Maar volhard waakzaam, opdat gij Christus God met goede olie tegemoet kunt gaan, en Hij u de goddelijke bruiloftszaal van Zijn heerlijkheid moge binnenleiden.

Nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Wij smeken u, gij onverwoestbare vesting, burcht van het heil, Moeder Gods en Maagd: verijdeld de aanslagen van de vijand; verander de droefheid van uw volk in vreugde. Roep Uw wereld tot inkeer, versterk uw rechtgelovigen*, bid voor de vrede van de wereld; want gij, Moeder Gods, zijt onze hoop.

TROPAREN VAN DE ZATERDAG

Ongeschapen Natuur, Schepper van al wat bestaat, open onze lippen, opdat wij Uw lof verkondigen, terwijl wij roepen: Heilig, heilig, heilig zijt Gij, o God, omwille van de Moeder Gods, ontferm U over ons.

Eer ...

Wij, die de hemelse krachten navolgen op aarde, brengen U het overwinningslied, o Goede: Heilig, heilig, heilig zijt Gij, o God, omwille van de Moeder Gods, ontferm U over ons.

Nu en ...

Uit bed en uit de slaap hebt Gij mij opgewekt, o Heer, verlicht mijn geest en mijn hart, en open mijn lippen om U te bezingen, Heilige Drieëenheid: Heilig, heilig, heilig, zijt Gij, o God, omwille van de Moeder Gods ontferm U over ons.

Heer, ontferm U. (40 x)

Gij, Die te allen tijde en te aller ure in de hemel en op aarde aanbeden en verheerlijkt wordt, Christus God; Die lankmoedig, vol erbarming en tot het uiterste medelijdend zijt; Die de rechtvaardigen liefhebt en U over de zondaars ontfermt; Die allen tot verlossing roept door de belofte van het komende heil. Gij, Heer, verhoor ook onze smeking van dit uur; richt ons leven naar Uw geboden; heilig onze zielen; zuiver onze lichamen; maak ons denken recht en onze gedachten rein; en verlos ons van iedere kwelling, alle kwaad en elke smart. Omgeef ons met Uw heilige engelen, opdat wij, door dit heil bewaakt en geleid, mogen komen tot de eenheid van geloof, en tot de kennis van Uw ontoegankelijke heerlijkheid. Want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Heer, ontferm U. (3x) Eer ... Nu en ...

U, eerbiedwaardiger dan de cherubijnen
en onvergelyklijk glorierijker dan de serafijnen,
die ongerept God het Woord hebt gebaard:
in waarheid Gods Moeder, u verheffen wij.

Door de gebeden van onze heilige vaders, Heer Jezus Christus onze God,
ontferm U over ons. Amen.

in de grote vasten:

GEBED VAN DE H. EFRAÏM DE SYRIËR

Heer en Meester van mijn leven
geef mij niet de geest van ledigheid,
bemoezucht, heerszucht of ijdel gepraat. *pokloon*

Maar geef mij, Uw dienaar,
de geest van zelfbeheersing,
nederigheid, geduld en liefde. *pokloon*

Ja, Heer mijn Koning,
laat mij mijn eigen fouten zien,
en mijn broeder niet veroordelen;
want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

pokloon

12 kleine buigingen met: God, wees mij zondaar genadig en ontferm U over mij.

Dan één pokloon met de herhaling: Ja, Heer, mijn Koning...

GEBED VAN DE H. MARDARIUS

Meester, God, Vader, Albeheerser; Heer, eniggeboren Zoon, Jezus Christus en Gij, Heilige Geest: één Godheid, één Macht, ontferm U over mij, zondaar, en volgens de oordelen die Gij kent, red mij, Uw onwaardige dienaar, want Gij zijt gezegend, in de eeuwen der eeuwen. Amen.

GEBED VAN DE H. BASILIUS *(alleen van 22/9 tot Palmzondag)*

Heer, Albeheerser, God over de Machten en over alle vlees; Die in den hoge woont, maar toch ziet op het geringe; Die harten en nieren doorgrondt en het verborgene van iedere mens duidelijk kent. Beginloos, eeuwig Licht, dat niet verandert of door omkeer verduisterd wordt; Gij onsterflijke Koning, aanvaard onze gebeden van dit nachtelijk Uur, die wij met onreine lippen, doch vertrouwend op Uw overvloedige barmhartigheid, tot U opzenden. Vergeef ons onze zonden, die wij in woord en daad en gedachten, bewust of onbewust, hebben begaan. Reinig ons van alle smet van vlees en geest, door ons tot tempels te maken van de Heilige Geest. Geef ons om met een waakzaam hart en een nuchter verstand, heel de nacht van dit leven te doorlopen, in de verwachting van de Wederkomst op de stralende, God-openbarende dag van Uw Eniggeboren Zoon, onze Heer en God en Verlosser Jezus Christus, wanneer Hij met heerlijkheid op aarde zal komen als rechter van het heelal, om ieder volgens zijn werken te vergelden. Moge Hij ons dan niet ter-

neer gelegen en slapend vinden, maar waakzaam en vol ijver in het volbrengen van Zijn geboden, opdat wij gereed zijn om binnen te treden in de vreugde van de goddelijke bruiloftszaal van Zijn heerlijkheid, waar zonder einde de zang weerklinkt van het feest der onzegbare blijdschap van hen, die de onuitsprekelijke schoonheid van Uw gelaat aanschouwen. Want Gij zijt het ware Licht, dat het heelal verlicht en heiligt, en U bezingt al het geschapene, in alle eeuwen der eeuwen. Amen.

GEBED VAN DE H. BASILIUS

U zegenen wij, allerhoogste God en Heer der barmhartigheid, Die altijd met ons talloze, grote, onnaspeurbare, heerlijke en geweldige werken doet. Gij hebt ons de slaap geschonken om uit te rusten van onze zwakte en daardoor ontspanning te vinden voor ons zwaar belaste lichaam. Wij danken U, dat Gij ons niet met onze ongerechtigheden hebt laten verloren gaan, maar dat Gij volgens Uw gewoonte menslievend zijt geweest, en ons uit onze wanhoop weer hebt opgericht, om Uw macht te kunnen verheerlijken. Daarom smeken wij Uw onvergelykbare goedheid: verlicht de ogen van ons verstand, en doe ons inzicht opstaan uit de diepe slaap der onverschilligheid. Open onze mond en vervul hem met Uw lof, opdat wij U zonder verstrooidheid kunnen bezingen en belijden: U de in alles en door allen verheerlijkte God: beginloze Vader, met Uw eniggeboren Zoon, en Uw alheilige, goede en levendmakende Geest; nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Komt, laat ons aanbidden en neervallen

PSALM 120

Ik hef mijn ogen naar de bergen:
vanwaar mijn hulp zal komen.

Mijn hulp komt van de Heer
Die hemel en aarde geschapen heeft.

Moge uw voet niet wankelen
en Hij die over u waakt niet sluimeren.

Zie, Hij die over Israël waakt
zal niet sluimeren of slapen.

De Heer zal over u waken,
de Heer is uw beschutting ter rechterzijde.

Overdag zal de zon u niet branden,
de maan u niet schaden in de nacht.

De Heer behoedt u tegen alle kwaad,
de Heer behoedt uw ziel.

De Heer behoedt uw komen en uw gaan,
van nu af tot in eeuwigheid.

PSALM 133

Zie toch, zegen de Heer,
alle dienaren des Heren.

die staat in het huis van de Heer,
in de voorhoven van het huis van onze God.

Hef in de nacht uw handen naar het heiligdom,
en zegen de Heer.

Moge de Heer u zegenen vanuit Sion,
Hij, Die hemel en aarde geschapen heeft.

Eer ... nu en ...

Heilige God ... t/m Onze Vader...

TROPAREN

Gedenk, Heer, in Uw goedheid Uw ontslapen dienaren, en vergeef hun wat zij in hun leven hebben gezondigd; want niemand is zonder zonde buiten U, Die machtig zijt om ook aan hen die zijn overgegaan, de rust te verlenen.

Gij Die in Uw diepe wijsheid alles menslievend inricht, en aan allen verleent wat hun tot nut strekt, o enige Schepper, geef, Heer, rust aan de zielen van Uw dienaren. Want op U hebben zij hun hoop gesteld, onze Maker en Formeerder, onze God.

Eer aan de Vader, de Zoon en de Heilige Geest.

Met Uw heiligen laat rusten, o Christus, de zielen van Uw dienaren, daar waar geen leed is, noch verdriet, noch verzuchtingen, maar leven zonder einde.

Nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Wij, alle geslachten prijzen U zalig, Moeder Gods en Maagd; want Christus onze God, Die door niets omvat kan worden, heeft het behaagd in u omsloten te worden. Zalig zijn ook wij, die u als voorspraak hebben, want dag en nacht smeekt gij voor ons. Daarom bezingen en roepen wij tot u: verheug u, benadigde, de Heer is met u.

Heer ontferm u. *(12x)*

Gedenk, Heer, onze broeders en zusters, die ontslapen zijn in de hoop op de opstanding tot het eeuwige leven; en allen, die vroom en gelovig hun leven voleindigd hebben. Vergeef hun al hun fouten die zij gewild en ongewild, in woord, in daad of in gedachten begaan hebben. Laat hen wonen in de plaats van Licht, op grazige weiden, in een plaats van verkwikking, waar geen smart, droefheid en verzuchtingen meer zijn, maar waar het opzien naar Uw gelaat de vreugde is van Uw heiligen vanaf het begin der tijden. Schenk hun Uw Koninkrijk, de deelname aan Uw

onzegbare, eeuwige goederen, en het genot van Uw eindeloos gelukzalig leven. Want Gij zijt het leven, de opstanding en de rust van Uw ontslapen dienaren, Christus onze God; en tot U zenden wij de lof, evenals tot Uw beginloze Vader, en Uw alheilige, goede en levendmakende Geest; nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Hooggeëerde, altijd maagdelijke, gezegende Moeder Gods: draag ons gebed tot voor uw Zoon, onze God, en bid dat Hij door u onze zielen moge redden.

Mijn hoop is de Vader; mijn toevlucht de Zoon; mijn beschutting de Heilige Geest: Heilige Drie-eenheid, eer aan U.

Al mijn hoop stel ik op U, Moeder van onze God, bescherm mij onder uw hoede.

ROUWMOEDIGE TROPAREN

1.6 _ Ontferm U over ons, o Heer, ontferm U over ons; * omdat wij van alle rechtvaardiging verstokèn zijn, * bièden wij, zondaars, U, Meester, dit smèekgebèd aan: ** ont - fer^m U òvèr ons. _

_ Eer aan de Vader, de Zoon en de Hèilige Geést. * Héer, ontferm U over ons, * wánt op U vertrouwèn wij; * wées niet te zeer op ons vertoórnd, * én gedenk onze overtredingen niét, * maár zie ook nu op ons neer als Barmhàrtige, * én verlos ons van onze vⁱjan^den: * wánt Gij zijt onze Gó^d, * én wij zijn Uw vólk, * állen zijn wij het werk van Uw h^and^en, ** en Úw Naam^è roèpèn wij aan. _

_ Nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amén. *
Ópen voor ons de poort der barmhartigheid, gezegende
Moedèr Góds. * Óp u hopen wij, laat ons niet afdwàlèn. *
Mógen wij door u uit de gevaren bevrijd wordén: ** want gij
zijt dé rédding van het volk der Christenén. _

Door de gebeden van onze heilige vaders, Heer Jezus Christus onze God,
ontferm U over ons. Amen.

*Hier eindigt op wekdagen de dienst van het Mesonyktikon en beginnen
de Metten*

❖ METTEN ❖

Hemelse Koning, Trooster, Geest der waarheid,
Die alom tegenwoordig zijt en alles vervult,
Schatkamer van het goede, en Schenker van het leven,
kom en verblijf in ons, reinig ons van alle smet,
en red onze zielen, o Goede.

Heilige God, Heilige Sterke, Heilige Onsterfelijke, ontferm U over ons. *(3x)*

Eer aan de Vader, de Zoon en de Heilige Geest,
nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Alheilige Drie-eenheid, ontferm U over ons.
Heer, wis onze zonden uit,
Meester, vergeef ons onze ongerechtigheden,
Heilige, bezoek ons en genees onze zwakheden,
omwille van Uw Naam.

Heer, ontferm U. *(3x)* Eer ... Nu en ...

Onze Vader, Die in de hemelen zijt,
Uw Naam worde geheiligd,
Uw Koninkrijk kome.
Uw wil geschiede, zoals in de hemel, zo ook op aarde.
Geef ons heden ons dagelijks brood,
en vergeef ons onze schulden,
zoals ook wij onze schuldenaren vergeven,
en leid ons niet in verzoeking, maar verlos ons van de boze. Amen.

Heer, ontferm U. *(12x)* Eer ... Nu en ...

Komt, laat ons aanbidden en neervallen voor God, onze Koning.
Komt, laat ons aanbidden en neervallen voor Christus God, onze Koning.
Komt, laat ons aanbidden en neervallen voor Christus Zelf, onze Koning
en God.

PSALM 19

1. **M**oge de Heer u verhoren ten dage van nood,
de Naam van Jakobs God u beschermen.
2. Moge Hij hulp zenden vanuit het heiligdom,
en u bijstaan vanuit Sion.
3. Moge Hij al uw offers gedenken,
uw brandoffer Hem behagen.
4. Moge Hij u schenken volgens uw hart,
al uw plannen in vervulling doen gaan.
5. Wij zullen juichen over Uw redding,
ons verheffen in de Naam van onze God.
Moge de Heer al uw verlangens vervullen.
6. Nu weet ik dat de Heer Zijn gezalfde redt:
Hij zal hem verhoren vanuit Zijn heilige hemel;
door krachtige daden komt de redding van Zijn rechterhand.
7. Sommigen vertrouwen op wagens, anderen op paarden,
maar wij zullen de Naam aanroepen van de Heer onze God.
8. Zij werden verstrikt en vielen,
maar wij stonden op en bleven overeind.
9. Heer, red de koning,
en verhoor ons elke dag dat wij U aanroepen.

PSALM 20

1. **H**eer, over Uw kracht verheugt zich de koning,
hij juicht uitbundig over Uw redding.
2. Wat zijn hart verlangde, hebt Gij hem geschonken
wat zijn lippen wensten, hebt Gij hem niet onthouden.
3. Want Gij kwam hem tegemoet met zegen van goedheid,
op zijn hoofd hebt Gij een kroon van edelstenen geplaatst.
4. Leven vroeg hij van U, en Gij schonk hem lengte van
dagen in de eeuwen der eeuwen.
5. Groot is zijn heerlijkheid door Uw redding,
met heerlijkheid en luister zult Gij hem bekleden.
6. Want Gij zult hem zegen schenken in de eeuwen der eeuwen.
Gij verblijdt hem met vreugde om Uw aangezicht.
7. Want de koning vertrouwt op de Heer,
door de barmhartigheid van de Allerhoogste zal hij niet
wankelen.
8. Uw hand moge al Uw vijanden vinden,
Uw rechterhand zal allen treffen die u haten.
9. Gij doet hen branden als vuur in een oven wanneer Gij
verschijnt.
De Heer zal hen in verwarring brengen door Zijn toorn,
en vuur zal hen verslinden.

10. Gij zult hun vrucht van de aarde verdelgen,
hun zaad onder de zonen der mensen.
11. Want zij smeedden kwaad tegen u,
en beraamden plannen, die zij niet ten uitvoer konden brengen.
12. Want Gij zult hen de rug doen keren,
de pijlen die gij over hebt, richt gij op hun gezicht.
13. Verhef U, Heer, in Uw kracht,
wij zullen met harpspel Uw machtige daden bezingen.

Eer ... Nu en ... *Heilige God ... t/m Onze Vader...*

Red, Heer, Uw volk, en zegen Uw erfdeel; schenk aan de rechtgelovigen de overwinning over de vijanden, en bescherm Uw gemeenschap door Uw kruis.

Eer ...

Gij, Die U vrijwillig op het kruis hebt verheven, schenk Uw erbarmen aan de nieuwe gemeenschap die Uw Naam draagt, Christus God. Verblijd de rechtgelovigen door Uw kracht, en verleen hun overwinning over de vijanden; geef hun, als Uw hulp in de strijd, een wapen van vrede: het onoverwinnelijk zegeteken.

Nu en ...

Ontzagwekkende bescherming die niet beschaamt, veronachtzaam niet, o goede, onze smekingen, alombezongen Moeder Gods; versterk de gemeenschap der orthodoxen, red hen die gij opdraagt te regeren, en verleen hun vanuit de hemel de overwinning, want gij hebt God gebaad, eniggezegende.

HEXAPSALM

De abt (of aangewezen broeder) leest de hexapsalm.

Eer aan God in den hoge, en vrede op aarde;
in de mensen een welbehagen. (3x)

Heer, open mijn lippen,
en mijn mond zal Uw lof verkondigen. (2x)

Heer, waarom werden mijn verdrukkers zo talrijk?
Velen staan tegen mij op;

Velen zeggen van mijn ziel:
Er is geen redding voor hem bij zijn God.

Maar Gij, Heer, zijt mijn helper, mijn eer,
Gij heft mijn hoofd omhoog.

Met mijn stem heb ik tot de Heer geroepen,
en Hij heeft mij verhoord vanaf zijn heilige berg.

Daarom legde ik mij te ruste en sliep in,
ik ontwaakte, want de Heer komt mij te hulp.

Ik zal niet vrezen voor tienduizenden van het volk,
die mij belagen van alle kanten.

Sta op, Heer, red mij, mijn God,
want Gij hebt allen geslagen die mij vergeefs vijandig waren,
de tanden van zondaars hebt Gij verbrijzeld.

Bij U, Heer is redding,
en op Uw volk rust Uw zegen.

en nogmaals: Daarom legde ik mij te ruste en sliep in,
ik ontwaakte, want de Heer komt mij te hulp.

Heer, berisp mij niet in Uw verontwaardiging,
tuchtig mij niet in Uw toorn.

Want Uw pijlen hebben mij doorboord,
Gij hebt Uw hand zwaar op mij doen neerkomen.

Er is geen genezing voor mijn lichaam bij de aanblik van Uw toorn,
geen vrede voor mijn gebeente bij de aanblik van mijn zonden.

Want mijn ongerechtigheden zijn mij boven het hoofd gestegen,
als een zware last drukken zij op mij.

Mijn wonden stinken en etteren
bij de aanblik van mijn dwaasheid.

Ik ben ellendig en geheel terneergedrukt.
heel de dag ga ik somber voort,

want mijn lendenen zijn beladen met bespotting,
en er is geen genezing voor mijn lichaam.

Ik ben lam geslagen en ten uiterste vernederd,
ik schreeuw het uit door het zuchten van mijn hart.

Heer, voor U ligt heel mijn verlangen,
mijn zuchten is voor U niet verborgen,

Mijn hart is ontsteld, mijn kracht heeft mij verlaten,
en het licht van mijn ogen, ook dat is niet bij mij.

Mijn vrienden en verwanten kwamen naderbij,
maar bleven staan, mijn naasten bleven van verre staan.

Zij die mij naar het leven staan, gebruiken geweld.
En wie mij kwaad willen doen, spreken leugens,
heel de dag zinnen zij op list.

Maar ik ben als een dove die niet hoort,
als een stomme die zijn mond niet open doet.

Ik werd als een mens die niet hoort,
die in zijn mond geen weerwoord neemt.

Want op U, Heer, heb ik mijn hoop gesteld,
Gij zult mij verhoren, Heer mijn God.

Want ik zei:
'Laat toch mijn vijanden zich nooit over mij verheugen.'
Wanneer mijn voeten wankelen, bluffen ze tegen mij.

Want ik ben bereid geseling te ondergaan,
en mijn pijn staat mij voortdurend voor ogen.

Want ik zal mijn ongerechtigheid bekennen,
en mij bezinnen op mijn zonden.

Mijn vijanden leven en werden sterker dan ik,
die mij ten onrechte haten, zijn talrijk geworden.

Zij die goed met kwaad vergelden, belasteren mij,
omdat ik streef naar goedheid.

Verlaat mij niet, Heer mijn God, ga niet van mij heen.
Kom mij te hulp, Heer van mijn heil.

en nogmaals:

Verlaat mij niet, Heer mijn God, ga niet van mij heen.
Kom mij te hulp, Heer van mijn heil.



PSALM 62

God, mijn God, in alle vroegte kom ik tot U.
Mijn ziel dorst naar U, en hoe vaak dorst mijn vlees naar U,
in een verlaten, onbegaanbaar en waterloos land.

Zo verscheen ik voor U in het heiligdom,
om Uw macht en Uw heerlijkheid te aanschouwen.

Want Uw genade is beter dan leven,
mijn lippen zullen U loven.

Zo zal ik U zegenen mijn leven lang,
en in Uw Naam zal ik mijn handen opheffen.

Laat mijn ziel verzadigd worden met vet en overvloed.
Met juichende lippen zal mijn mond een lofzang zingen.

Zelfs op mijn bed zijn mijn gedachten bij U,
in de vroege ochtend zijn ze op U gevestigd.

Want Gij zijt mijn helper geworden,
en ik zal juichen onder de bescherming van Uw vleugelen.

Ik ben aan U gehecht met heel mijn ziel,
Uw rechterhand komt mij te hulp.

Maar zij die mijn ziel vergeefs belagen,
zullen binnengaan in het diepste der aarde.

Zij worden overgeleverd aan het geweld van het zwaard,
en zullen aan vossen ten prooi vallen.

Maar de koning zal zich verheugen in God,
ieder die bij Hem zweert, zal geroemd worden,
want wie onrecht spreken, is de mond gesnoerd.

en nogmaals:

In de vroege ochtend zijn mijn gedachten op U gevestigd.
Want Gij zijt mijn helper geworden,
en ik zal juichen onder de bescherming van Uw vleugelen.

Ik ben aan U gehecht met heel mijn ziel,
Uw rechterhand komt mij te hulp.

Eer ... Nu en ...

Alleluja, alleluja, alleluja. Eer aan U, o God. (3x)

Heer ontferm U. (3x) Eer ... Nu en ...

PSALM 87

Heer, God van mijn heil,

dag en nacht roep ik voor Uw aanschijn.

Laat mijn gebed voor Uw aanschijn komen,
neig Uw oor naar mijn smeking.

Want mijn ziel is vervuld van ellende,
mijn leven is de hades nabij.

Ik word gerekend onder hen die afdalen in het graf.
Ik werd als een hulpeloos mens, vrij onder de doden.

Zoals gewonden, die slapen in het graf,
aan wie Gij niet meer denkt
en die verstoten zijn uit Uw hand.

Ze hebben mij geworpen in de diepste put,
in de duisternis en de schaduw des doods.

Uw toorn drukt zwaar op mij,
al uw hoge golven hebt Gij over mij gebracht.

Mijn bekenden hebt Gij van mij verwijderd,
zij kregen een afkeer van mij.

Ik ben overgeleverd en zie geen uitweg meer,
mijn ogen zijn verzwakt door ellende.

Heer, heel de dag roep ik tot U,
ik strek mijn handen naar U uit.

Doet Gij soms wonderen onder de doden?
Of kunnen artsen hen doen opstaan, om U te belijden?

Zal soms iemand in het graf uw barmhartigheid verhalen,
of Uw waarheid in het bederf?

Zullen Uw wonderen in de duisternis gekend worden,
of Uw rechtvaardigheid in het land der vergetelheid?

En ik, ik roep tot U, o Heer,
vroeg in de morgen komt mijn gebed tot U.

Waarom, Heer, verstoot Gij mijn ziel,
wendt Gij Uw aangezicht van mij af.

Ik ben arm en ken ellende vanaf mijn jeugd,
eerst was ik verheven, daarna vernederd en vertwijfeld.

Uw toorn is over mij gekomen,
Uw verschrikkingen hebben mij ontsteld.

Als water omgeven zij mij heel de dag,
en allen tegelijk omsingelen zij mij.

Vriend en naaste hebt Gij van mij verwijderd,
en mijn bekenden vanwege mijn ellende.

en nogmaals:

Heer, God van mijn heil,
dag en nacht roep ik voor Uw aanschijn.

Laat mijn gebed voor Uw aanschijn komen,
neig Uw oor naar mijn smeking.

PSALM 102

Zegen mijn ziel, de Heer,
en al wat in mij, zegen Zijn heilige Naam.

Zegen mijn ziel, de Heer
en vergeet al Zijn vergeldingen niet.

Hij vergeeft al uw ongerechtigheid,
en geneest al uw kwalen.

Hij verlost uw leven uit het verderf.
Hij kroont u met genade en barmhartigheid.

Uw verlangen vervult hij met het goede.
als van een adelaar vernieuwt Hij uw jeugd.

Het is de Heer die barmhartigheid doet
en recht verschaft aan allen die onrecht lijden.

Hij maakte Zijn wegen aan Mozes bekend,
Zijn wilsbeschikkingen aan de zonen van Israël.

Barmhartig en ontfermend is de Heer,
lankmoedig en vol ontferming.

Niet tot het einde duurt Zijn toorn,
niet voor eeuwig Zijn wrok.

Niet naar onze ongerechtigheid heeft Hij met ons gedaan,
Hij heeft ons niet naar onze zonden vergolden.

Want zo hoog als de hemel is boven de aarde,
zo sterk maakt de Heer zijn genade voor hen die Hem vrezen.

Zo ver als het Oosten is van het Westen,
zo ver heeft Hij onze ongerechtigheid van ons verwijderd.

Zoals een vader medelijden heeft met zijn zonen,
zo heeft de Heer medelijden met hen die Hem vrezen.

Want Hij weet waarvan wij gemaakt zijn,
Hij herinnert zich dat wij stof zijn.

De mens, zijn dagen zijn als gras,
als een bloem op het veld, zo verliest hij zijn bloei.

Want de wind waait erover en hij is er niet meer,
en zijn plaats is niet meer bekend.

Maar de barmhartigheid van de Heer is eeuwig
en duurt tot in eeuwigheid over hen die Hem vrezen.

Zijn gerechtigheid rust op het nageslacht van hun zonen,
die Zijn verbond onderhouden,
en Zijn geboden indachtig zijn om ze te vervullen.

De Heer heeft in de hemel Zijn troon bereid,
Zijn koningsmacht heerst over alles.

Zegen de Heer, al zijn engelen,
machtig in kracht, die Zijn woord volbrengen,
bij het horen van het geluid van Zijn woorden.

Zegen de Heer, al Zijn machten,
Zijn dienaren die Zijn wil ten uitvoer brengen.

Zegen de Heer, al Zijn werken,
op iedere plaats van Zijn heerschappij:
zegen, mijn ziel, de Heer.

en nogmaals:

Op iedere plaats van Zijn heerschappij:
zegen, mijn ziel, de Heer.

PSALM 142

Heer, verhoor mijn gebed,
luister naar mijn smeking in Uw betrouwbaarheid.

Verhoor mij in Uw rechtvaardigheid, en treed niet in het gericht met Uw dienaar, want niemand der levenden wordt gerechtvaardigd voor Uw aangezicht.

Want de vijand heeft mijn ziel vervolgd,
mijn leven vernederd tot op de grond.

Hij deed mij neerzitten in het duister,
zoals de doden van eeuwigheid.

En mijn geest is ontmoedigd,
mijn hart is ontsteld in mijn binnenste.

Ik herinner mij dagen van weleer,
ik overweeg al Uw werken.

Ik overweeg de daden van Uw handen.
Ik strek mijn handen naar U uit,
mijn ziel smacht naar U, als een waterloos land.

Verhoor mij spoedig, Heer, mijn geest bezwijkt,
wend Uw aangezicht niet van mij af
anders word ik gelijk aan wie afdalen in het graf.

Laat mij in de ochtend Uw barmhartigheid horen,
want op U heb ik mijn hoop gesteld.

Laat mij, Heer, de weg kennen die ik moet gaan,
want tot U heb ik mijn ziel verheven.

Ontruk mij aan mijn vijanden, Heer,
want tot U heb ik mijn toevlucht genomen.

Leer mij Uw wil te doen, want Gij zijt mijn God.
Uw goede Geest zal mij leiden naar een effen land.

Omwille van Uw Naam, Heer, zult Gij mij in leven laten,
in Uw rechtvaardigheid zult Gij mijn ziel uit de verdrukking voeren.

In Uw ontferming zult Gij mijn vijanden vernietigen,
en Gij zult allen verdelgen die mijn ziel verdrukken,
want ik ben Uw dienaar.

en nogmaals:

Verhoor mij in Uw rechtvaardigheid,
en treed niet in het gericht met Uw dienaar. (2x)

Uw goede Geest zal mij leiden naar een effen land.

Eer... Nu en ...

Alleluja, alleluja, alleluja. Eer aan U, o God. (3x)

GOD IS HEER ...

het refrein: God is Heer.. (totaal vier keer) in de toon van het tropaar dat volgt. verzen:

1. God is Heer en Hij is ons verschenen,
gezegend Hij Die komt in de Naam des Heren.
2. Belijdt de Heer en roept Zijn heilige Naam aan.
3. Alle volkeren omsingelden mij,
maar in de Naam des Heren heb ik hen afgeweerd.
4. Door de Heer is dit geschied,
het is wonderbaar in onze ogen.

na het laatste refrein volgt direct het tropaar van het feest of de dag, zie appendix p.103, gevolgd door de kathismata en kathisma-zangen en ps.50 (zie p. 9); vervolgens de negen Ode's van de Canons uit Oktoich/Mineon

MAGNIFICAT

— Mijn ziel verheft de Heer, *
en gejuicht heeft mijn geest in God, mijn Redder.

U, eerbiedwaardiger dan de cherubijnen, *
en onvergelijklijk glorierijker dan de serafijnen, *
Die ongerept God het Woord hebt gebaard,
in waarheid Gods Moeder: u verheffen wij.

Want Hij heeft neergezien op de nederigheid van Zijn dienstmaagd, *
want zie van nu af zullen alle geslachten mij zalig prijzen.

Want de Machtige heeft grote dingen aan mij gedaan, en heilig is Zijn
Naam, * en Zijn barmhartigheid gaat van geslacht tot geslacht over hen
die Hem vrezen.

Hij heeft kracht getoond met Zijn arm, * verstrooid de hoogmoedigen
van hart.

Machtigen heeft Hij van hun troon gestoten en nederigen heeft Hij ver-
hoogd, * hongerigen heeft Hij met goede gaven vervuld en rijken zond
Hij met lege handen weg.

Hij heeft Israël, Zijn dienaar, bijgestaan zoals Hij gesproken heeft tot
onze vaders: Zijn barmhartigheid indachtig voor Abraham en zijn nage-
slacht in eeuwigheid.

na de 9e ode:

Waarlijk, het is waardig, u zalig te prijzen, Moeder Gods;
u, de altijd zalig geprezen, alreine Moeder van onze God.

U, eerbiedwaardiger dan de cherubijnen,
en onvergelijkelijk glorierijker dan de serafijnen,
Die ongerept God het Woord hebt gebaard,
in waarheid Gods Moeder: u verheffen wij.

[Exapostilaria]

LOFPSALMEN

PSALM 148

Looft de Heer vanuit de hemelen,
looft Hem in den hoge.

Looft Hem, al Zijn engelen;
looft Hem, al Zijn krachten.

Looft Hem, zon en maan;
looft Hem, alle sterren en licht.

Looft Hem, hemel der hemelen;
en het water, dat boven de hemelen is.

Zij loven de Naam des Heren,
want Hij sprak, en zij werden gemaakt.
Hij gaf een bevel, en zij werden geschapen.

Hij grondvestte hen voor alle eeuwigheid;
Hij sprak een gebod uit, en het zal nimmer vergaan.

Looft de Heer op aarde,
zeemonsters, en alle diepten.

Vuur, hagel, sneeuw, ijs en stormwind,
die de uitvoerders zijt van Zijn woord.

Bergen en alle heuvelen;
vruchtbomen en alle ceders.

Wilde dieren en alle vee;
kruipend gedierte en gevleugelde vogels.

Koningen der aarde, en alle volkeren;
vorsten en alle rechters der aarde.

Jonge mensen, grijsaards en kinderen;
dat zij de Naam des Heren loven,
want Zijn Naam alleen is hoogverheven.

Zijn belijdenis gaat over hemel en aarde;
Hij zal de hoorn van Zijn volk verheffen.

Dat is een hymne voor al Zijn gewijden;
voor de kinderen van Israël, het volk dat Hem nabij is.

PSALM 149

Zingt de Heer een nieuw lied;
Zijn lof weerklinke in de kerk der heiligen.

Verheuge Israël zich over zijn Maker;
dat de kinderen van Sion juichen over hun Koning.

Dat zij met koorzang Zijn Naam loven;
Hem bezingen met bekkens en psalter.
Want de Heer heeft behagen in Zijn volk;
Hij verheft de zachtmoedigen tot verlossing.

Dat de gewijden zich beroemen in heerlijkheid;
dat zij juichen op hun rustplaats.

Zij verheffen God met hun stem,
een tweesnijdend zwaard in hun handen.

Om wraak uit te oefenen onder de heidenen,
strafgerichten onder de volkeren.

Om hun koningen in boeien te slaan,
hun rijksgroten in ijzeren kluisters.

Om het geschreven oordeel aan hen te voltrekken;
dat is roemrijk voor al Zijn gewijden.

PSALM 150

Looft God in Zijn heiligen,
looft Hem in het firmament van Zijn macht.

Looft Hem om Zijn machtige daden,
looft Hem naar Zijn geweldige grootheid.

Looft Hem met bazuingeschal,
looft Hem met psalter en harp.

Looft Hem met bekkens en koorzang,
looft Hem met snarenspeel en orgel.

Looft Hem met welluidende bekkens;
looft Hem met jubelende cimbels:
alles wat adem heeft, love de Heer.

Eer ... Nu en ...

KLEINE DOXOLOGIE

U komt heerlijkheid toe, Heer onze God, en tot U zenden wij de lof, tot de Vader, de Zoon en de Heilige Geest, nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Eer aan God in den hoge en vrede op aarde, in de mensen een welbehagen. Wij bezingen U, wij zegenen U, wij aanbidden U, wij verheerlijken U, wij danken U om Uw grote heerlijkheid. Heer, hemelse Koning, God, Vader, Albeheerser; Heer, eniggeboren Zoon, Jezus Christus, en Heilige Geest; Heer God, Lam Gods, Zoon van de Vader, Die wegneemt de zonde van de wereld, ontferm U over ons. Die wegneemt de zonden van de wereld, aanvaard onze bede; Die zetelt aan de rechterhand van de Vader, ontferm U over ons. Want Gij alleen zijt heilig, Gij alleen zijt Heer, Jezus Christus, tot heerlijkheid van God de Vader. Amen. Elke dag zal ik U zegenen en Uw Naam loven tot in eeuwigheid en in de eeuwen der eeuwen. Heer, Gij zijt ons een toevlucht geworden van geslacht tot geslacht. Ik zei: Heer, ontferm U over mij, genees mijn ziel, want tegen U heb ik gezondigd. Heer, tot U ben ik gevluht: leer mij Uw wil te doen, want Gij zijt mijn God. Want bij U is de bron van het leven en in Uw licht zullen wij het Licht zien. Strek Uw barmhartigheid uit over wie U kennen. Acht ons waardig, Heer, dat wij deze dag zonder zonden doorbrengen. Gezegend zijt Gij, Heer God van onze vaderen, en geloofd en verheerlijkt is Uw Naam tot in de eeuwen. Amen.

Moge, Heer, Uw barmhartigheid over ons komen, zoals wij op U gehoopt hebben. Gezegend zijt Gij, Heer, leer mij Uw voorschriften. Gezegend zijt Gij, Meester, geef mij inzicht in Uw voorschriften. Gezegend zijt Gij, Heilige, verlicht mij door Uw voorschriften. Heer, Uw barmhartigheid is in eeuwigheid, veronachtzaam de werken van Uw handen niet. U komt toe de lof, U komt toe de hymne, U komt toe de heerlijkheid: Vader, Zoon en Heilige Geest, nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

[Apostichen van de Lofpsalmen]

Het is goed de Heer te belijden,
 en psalmen te zingen voor Uw Naam, Allerhoogste.
 Om 's morgens Uw barmhartigheid te verkondigen,
 en Uw waarheid in de nacht.

Heilige God ... t/m Onze Vader...

direct gevolgd door tropaar [en theotokion]; zie appendix p. 103

in de grote vasten sluiten we als volgt de metten af :

1.7 **Wij staan in de Tēmpel! van uw heerlijk-
 heid, en wij geloven in de hemel te zijn.
 Moeder Gods, deur des hemels,
 open ons de deur van uw barmhartigheid. _**

Heer, ontferm U. (40x) Eer .. Nu en ...

U, eerbiedwaardiger dan de cherubijnen,
 en onvergelijkelijk glorierijker dan de serafijnen,
 Die ongerept God het Woord hebt gebaard,
 in waarheid Gods Moeder: U verheffen wij.

Door de gebeden van onze heilige vaders,
 Heer Jezus Christus onze God, ontferm U over ons. Amen.

Hemelse Koning, versterk het geloof van de vrome,
 orthodoxe christenen; maak de volken goedgezind,
 schenk vrede aan de wereld; doe onze broeders en zusters
 die ons zijn voorafgegaan binnentreden in de woonplaats
 der rechtvaardigen; en neem ons aan in berouw en belij-
 denis, want Gij zijt goed en menslievend.

GEBED VAN DE H. EFRAÏM DE SYRIËR

Heer en Meester van mijn leven
geef mij niet de geest van ledigheid,
bemoeizucht, heerszucht of ijdel gepraat. *pokloon*

Maar geef mij, Uw dienaar,
de geest van zelfbeheersing,
nederigheid, geduld en liefde. *pokloon*

Ja, Heer mijn Koning,
laat mij mijn eigen fouten zien,
en mijn broeder niet veroordelen;
want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.
pokloon

*12 kleine buigingen met: God, wees mij zondaar genadig
en onferm U over mij. Dan één pokloon met de herhaling:
Ja, Heer, mijn Koning...*

Versterk, Heer God, het heilige ongeschonden geloof van de vrome orthodoxe christenen, in de eeuwen der eeuwen. Amen.

*gewoonlijk nu aansluitend het Eerste Uur, zonder begingebeden,
direkt beginnend met Komt, laat ons zie -> p. 43;*

anders sluit men het ochtendgebed als volgt af:

Alheilige Moeder Gods, red ons.

U, eerbiedwaardiger ...

Eer aan U, onze God, eer aan U.

Eer ... nu en ... Heer, ontferm U. (3x)

Door de gebeden van onze heilige vaders,

Heer Jezus Christus onze God, ontferm U over ons.

Amen.

❖ EERSTE VUR ❖

Hemelse Koning... t/m Onze Vader... Heer, ontferm U. (12x) (zie p. 21)
Eer .. Nu en ...

Komt, laat ons aanbidden en neervallen voor God, onze Koning.
Komt laat ons aanbidden en neervallen voor Christus, God, onze Koning
Komt, laat ons aanbidden en neervallen voor Christus Zelf, onze Koning
en God.

PSALM 5

Heer, leen Uw oor aan mijn woorden;
luister naar mijn geroep.

Sla acht op mijn smekende stem,
mijn Koning en mijn God,
want tot U richt ik mijn bede, Heer;

Hoor mijn stem in de ochtend,
in de ochtend zal ik voor U staan en Gij ziet op mij neer.

Want Gij zijt geen God die wetteloosheid wil,
geen boosdoener kan bij U wonen.

Overtreders houden geen stand voor Uw ogen,
Gij haat allen die onrecht bedrijven.

Allen die leugen spreken, richt Gij ten gronde;
de Heer verafschuwt mannen van bloed en bedrog.

Maar ik, door de overvloed van Uw ontferming,
ik zal binnentreden in Uw huis.

Ik zal mij buigen voor Uw heilige tempel in vreze voor U.

Heer, leid mij in Uw rechtvaardigheid vanwege mijn vijanden;
maak mijn weg recht voor Uw aanschijn.

Want in hun mond is geen waarheid:
hun hart is vol dwaasheid.

Hun keel is open graf,
met hun tong plegen zij bedrog.

Oordeel hen, God,
laat hen ten val komen door hun eigen plannen,

verstoot hen om hun grote goddeloosheid,
want zij hebben u verbitterd, Heer.

Dan zullen allen die op U vertrouwen zich verheugen;
zij zullen jubelen in eeuwigheid en Gij zult onder hen wonen.
Allen die Uw Naam liefhebben, zullen in U roemen.

Want Gij zegent de rechtvaardige;
Heer, als met een schild van welbehagen hebt Gij ons omgeven.

PSALM 89

Heer, Gij zijt onze toevlucht
van geslacht tot geslacht.

Eer de bergen ontstonden of aarde en wereld werden gevormd,
en van eeuwigheid tot eeuwigheid zijt Gij, o God.

Keer de mens niet af in vernedering,
Gij hebt immers gezegd: “Bekeert u, kinderen der mensen”.

Want duizend jaar, Heer, zijn in Uw ogen
gelijk aan de dag van gisteren, die voorbij is.

Als een nachtwake
zo gering worden die jaren geschat.

‘s Morgens verwelkt hij als gras, hij bloeit ‘s morgens en verwelkt; ‘s avonds valt hij af en verdort.

Want wij bezwijken onder Uw toorn,
wij zijn geheel ontsteld door Uw gramschap.

Gij hebt U onze boosheid voor ogen gesteld;
onze levenswijze staat in het licht van Uw aanschijn.

Daarom gaan al onze dagen te gronde;
wij bezwijken onder Uw toorn.

Onze jaren zijn vluchtig als spinrag:
de dagen van ons leven zijn zeventig jaren.

Bij de sterken duren zij tachtig jaar,
maar het meeste ervan is moeite en leed.

Want dan komt zwakheid over ons;
dan worden wij gekweld.

Wie kent de macht van Uw toorn?
Wie weet in vreze voor U, Uw gramschap te meten?

Maak mij Uw rechterhand bekend;
onderricht onze harten in wijsheid.

Keer U om Heer. Hoe lang nog?
Wees een Trooster voor Uw dienaren.

Heer, vervul ons ‘s morgens met Uw barmhartigheid;
dan zullen wij juichen en ons verheugen.

Geef dat wij ons mogen verheugen
over al onze dagen.

Ook over de dagen dat Gij ons vernederd hebt;
over de jaren, waarin wij rampen zagen.

Zie toch neer op Uw dienaren, op Uw werk
en leid Uw kinderen.

Moge de luister van de Heer onze God over ons stralen.
Maak voor ons recht het werk van onze handen;
ja, maak recht het werk van onze handen.

PSALM 100

Barmhartigheid en recht wil ik voor U zingen, Heer;
ik wil psalmzingen en wijs zijn op een vlekkeloze weg.

Wanneer zult Gij tot mij komen?
Ik heb gewandeld in de onschuld van mijn hart
in het midden van mijn huis.

Geen slechte daden duld ik voor mijn ogen;
die overtredingen begaan, heb ik steeds gehaat.

Geen bedorven hart hangt mij aan;
die van mij afwijkt naar het kwaad wil ik niet kennen.

Wie heimelijk zijn naaste belastert,
die heb ik uitgedreven.

Wie trots zijn van oog en onverzadigbaar van hart,
met hen houd ik geen maaltijd.

Mijn ogen zijn op de getrouwen van het land;
ik doe hen bij mij wonen.

Wie wandelt op de vlekkeloze weg,
die mag mijn dienst verrichten.

In het midden van mijn huis mag niemand wonen die hoogmoed
bedrijft, wie onrecht spreekt geldt niet als recht in mijn ogen.

Reeds 's morgens heb ik alle zondaars van het land gedood, om uit de stad des Heren allen die onrecht doen te verdelen.

Eer... Nu en...

Alleluja, alleluja, alleluja, eer aan U, o God (3x)

Heer, ontferm U.(3x)

Eer ... *gelezen tropaar; zie appendix - p.103*

in de grote vasten:

1.6 _ In de ochtend, * luister naar mijn stem, ** mijn
Koning en mijn God. _ pokloon

Heer, schenk gehoor aan mijn woorden, geef acht op mijn geroep.

_ In de ochtend... pokloon

Tot U Heer, richt ik mijn bede; in de ochtend hoort Gij mijn stem.

_ In de ochtend... pokloon

Nu en ... *theotokion:*

Hoe zullen wij u noemen, Begenadigde? Hemel, want de Zon der gerechtigheid hebt gij doen opgaan. Paradijs, want de Bloem der onbederfelijkheid hebt gij doen ontbloeien. Maagd, want gij zijt ongeschonden gebleven. Zuivere Moeder, want in uw heilige armen hebt gij de Zoon gedragen: de God van het heelal. Smeek tot Hem om de redding van onze zielen.

Richt mijn schreden naar Uw godsspraak,
dan zal geen ongerechtigheid mij overheersen;
Bevrijd mij van de laster der mensen,
dan zal ik Uw geboden onderhouden.
Doe Uw aanschijn lichten over Uw dienaar,
leer mij Uw voorschriften.

Mijn mond zij vol van Uw lof, o Heer, opdat ik Uw heerlijkheid bezingen,
heel de dag Uw verhevenheid.

Heilige God... t/m Onze Vader...

gelezen kondaak ; zie appendix - p.103

in de grote vasten:

Maandag Bezingen wij onophoudelijk met hart en mond de
Dinsdag roemrijke Moeder Gods, die heiliger is dan de
Donderdag heilige engelen. En belijden wij haar als de
Moeder Gods, want zij heeft waarlijk de vleesge-
worden God gebaard, en zij bidt zonder ophou-
den voor onze zielen.

Woensdag Haast U ons te hulp te komen, voordat wij
Vrijdag ten prooi gevallen zijn aan de vijanden die U
lasteren en ons bedreigen, Christus onze God.
Overwin door Uw kruis hen die ons bestrijden.
Toon hun de kracht van het Orthodox geloof,
door de gebeden van de Moeder Gods, o enig
Menslievende.

In de vierde Nu staat niet langer als wachter het vlammen-
week, van d zwaard voor Edens poort: want het werd op won-
het kruis: derbare wijze gedooft door het hout van het
kruis. Verjaagd is de prikkel van de dood, de
zegepraal van de hades; want Gij mijn Verlosser
zijt gekomen en hebt tot hen die in de hades
gevangen lagen geroepen: laat u weer terugvoe-
ren in het paradijs.

Heer, ontferm U. (40x)

Gij, Die te allen tijde en te aller ure in de hemel en op aarde aanbeden en verheerlijkt wordt, Christus God; Die lankmoedig, vol erbarming en tot het uiterste medelijdend zijt; Die de rechtvaardigen liefhebt en U over de zondaars ontfermt; Die allen tot verlossing roept door de belofte van het komende heil. Gij, Heer, verhoor ook onze smeking van dit uur; richt ons leven naar Uw geboden; heilig onze zielen; zuiver onze lichamen; maak ons denken recht en onze gedachten rein; en verlos ons van iedere kwelling, alle kwaad en elke smart. Omgeef ons met Uw heilige engelen, opdat wij, door dit heil bewaakt en geleid, mogen komen tot de eenheid van geloof, en tot de kennis van Uw ontoegankelijke heerlijkheid. Want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Heer, ontferm U. (3x) Eer .. Nu en ...

U, eerbiedwaardiger dan de Cherubijnen
en onvergelijklijk glorierijker dan de Serafijnen,
die ongerept God het Woord hebt gebaard,
in waarheid Gods Moeder: u verheffen wij.

Door de gebeden van onze heilige vaders, Heer Jezus Christus onze God,
ontferm U over ons. Amen.

in de grote vasten

GEBED VAN DE H. EFRAÏM DE SYRIËR

Heer en Meester van mijn leven
geef mij niet de geest van ledigheid,
bemoeizucht, heerszucht of ijdel gepraat. *pokloon*

Maar geef mij, Uw dienaar,
de geest van zelfbeheersing,
nederigheid, geduld en liefde. *pokloon*

Ja, Heer mijn Koning,
laat mij mijn eigen fouten zien,
en mijn broeder niet veroordelen;
want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

pokloon

*12 kleine buigingen met: God, wees mij zondaar genadig
en onferm U over mij. Dan één pokloon met de herhaling:
Ja, Heer, mijn Koning...*

SLOTGEBED

O Christus, het ware Licht, Dat verlicht en heiligt iedere mens, komende in de wereld, het Licht van Uw aanschijn worde op ons afgetekend, opdat wij daarin het ontoegankelijk Licht mogen schouwen, en richt onze schreden naar het onderhouden van Uw geboden; door de voorbeden van Uw geheel onbevleete Moeder en van al Uw heiligen. Amen.

Tot u, de Aanvoester die voor ons strijdt, en die ons van ramspoed hebt bevrijd, zingen wij, uw dienaren, dank en zegehymnen, Moeder Gods. Gij, die onoverwinnelijke macht bezit, bevrijd ons uit alle gevaren, opdat wij tot u roepen: “Verheug u, ongetrouwde Bruid.”

Eer aan U, onze God, eer aan U.
Eer ... Nu en ... Heer, ontferm U. (3x)
Heer, zegen!

Door de gebeden van onze heilige vaders,
Heer Jezus Christus onze God, ontferm U over ons.
Amen.

❖ DERDE UUR ❖

Hemelse Koning... t/m Onze Vader... Heer, ontferm U. (12x) (zie p. 21)
Eer .. Nu en ...

Komt, laat ons aanbidden en neervallen voor God, onze Koning.
Komt laat ons aanbidden en neervallen voor Christus, God, onze Koning
Komt, laat ons aanbidden en neervallen voor Christus Zelf, onze Koning
en God.

PSALM 16

Verhoor, Heer, mijn gerecht verzoek,
sla acht op mijn smeking.
Geef gehoor aan mijn gebed van ongeveinsde lippen.

Laat het oordeel over mij uitgaan van Uw aangezicht.
Mogen mijn ogen gerechtigheid aanschouwen.

Gij hebt mijn hart getoetst, mij 's nachts bezocht,
mij met vuur beproefd, maar geen onrecht werd in mij gevonden.

Opdat mijn mond niet de daden van mensen verkondigt,
ben ik, om de woorden van Uw lippen, zware wegen gegaan.

Maak mijn voeten standvastig op Uw paden,
opdat mijn schreden niet wankelen.

God, ik heb geroepen, want Gij hebt mij verhoord.
Neig Uw oor tot mij en luister naar mijn woorden.

Laat zien hoe wonderbaar Uw barmhartigheid is,
Gij die hen, die op U vertrouwen,
verlost van hen die Uw rechterhand weerstaan.

Behoed mij als Uw oogappel,
bescherm mij onder de beschutting van Uw vleugels

tegen de goddelozen die mij verdrukken.
Mijn vijanden hebben mijn ziel omringd,

zij hebben hun hart afgesloten,
hun mond spreekt hoogmoedig.

Zij hebben mij verdreven en nu omsingelen ze mij.
Ze hebben hun blik erop gericht
om mij neer te werpen op de grond.

Ze hebben mij opgewacht als een leeuw, klaar voor zijn prooi,
als een welp die woont in een schuilplaats.

Sta op, Heer, wees hen voor en breng hen ten val,
bevrijd mijn ziel van de goddelozen,
ontruk Uw zwaard aan de vijand van Uw hand.

Heer, scheid hen af tijdens hun leven van de weinigen van de aarde.
Hun maag is gevuld met de dingen die Gij verborg.

Zij werden verzadigd met zonen,
en lieten wat overbleef aan hun kinderen.

Maar ik zal in rechtvaardigheid verschijnen voor Uw aangezicht,
ik zal mij verzadigen wanneer Uw heerlijkheid mij verschijnt.

PSALM 24

Tot U, Heer, verhef ik mijn ziel; mijn God, ik vertrouw op U:
laat mij niet beschaamd worden in eeuwigheid.

Laat mijn vijand niet over mij spotten,
allen immers die U verwachten zullen niet beschaamd staan.

Dat allen beschaamd worden,
die tevergeefs ongerechtigheid doen.

Heer, laat mij Uw wegen kennen,
en leer mij Uw paden.

Leid mij in Uw waarheid, en onderricht mij,
want Gij zijt God, mijn Verlosser, die ik heel de dag verbeid.

Heer, gedenk Uw ontferming en Uw barmhartigheid,
die immers van eeuwigheid zijn.

Mijn jeugdzonden en mijn onwetendheid,
gedenk die niet meer.

Maar denk aan mij volgens Uw barmhartigheid,
omwille van Uw goedheid, o Heer.

Heilig en gerecht is de Heer,
daarom geeft Hij de Wet aan zondaars op hun weg.

Hij leidt zachtmoedigen in het oordeel,
zachtmoedigen leert Hij Zijn wegen.

Alle wegen des Heren zijn ontferming en waarheid,
voor wie streven naar Zijn verbond en Zijn getuigenissen.

Omwille van Uw Naam, Heer, vergeef mij mijn zonde,
want deze is groot.

Wie is de mens die de Heer vreest?
Hij geeft hem de Wet op de weg die hij gaat.

Zijn ziel rust temidden van het goede:
zijn zaad zal de aarde erven.

De Heer is de sterkte van hen die Hem vrezen:
Hij zal hun Zijn verbond openbaren.

Mijn ogen richt ik steeds op de Heer,
want Hij bevrijdt mijn voet uit de strik.

Zie op mij neer en ontferm U over mij,
want ik sta alleen en ben arm.

De beproevingen van mijn hart zijn talrijk geworden,
bevrijd mij uit mijn benauwing.

Zie mijn vernedering en mijn moeiten;
vergeef al mijn zonden.

Zie mijn vijanden, hoe talrijk zij zijn,
hoe zij mij haten met onrechtvaardige haat.

Behoed mijn ziel en bevrijd mij,
laat mij niet beschaamd staan omdat ik op U vertrouw.

Heer, onschuldigen en oprechten hangen mij aan,
omdat ik U verwacht.

O God, bevrijd Israël
uit al zijn beproevingen.

PSALM 50

Ontferm U over mij, o God, volgens Uw grote ontferming,
en volgens de overvloed van Uw barmhartigheid,
wis mijn ongerechtigheid uit.

Was mij steeds meer van mijn ongerechtigheid
en reinig mij van mijn zonde.

Want ik erken mijn ongerechtigheid,
en mijn zonde staat mij voortdurend voor ogen.

Tegen U alleen heb ik gezondigd,
en ik heb kwaad gedaan voor Uw aanschijn.

Zodat Gij rechtvaardig blijkt in Uw uitspraak,
en zult winnen als men U oordeelt.

Want zie, in ongerechtigheden ben ik ontvangen,
mijn moeder droeg mij in zonden.

Want zie, Gij hebt waarheid lief,
het onbekende en het verborgene van Uw wijsheid
hebt Gij mij bekend gemaakt.

Besprenkel mij met hysop en ik zal rein worden;
was mij en ik word witter dan sneeuw.

Laat mij vreugde en blijdschap horen,
en mijn vernederd gebeente zal zich verheugen.

Wend Uw aangezicht van mijn zonden af,
en wis al mijn ongerechtigheden uit.

Schep in mij een rein hart, o God,
en maak nieuw een rechte geest in mijn binnenste.

Verwerp mij niet van voor Uw aangezicht,
en neem Uw Heilige Geest niet van mij weg.

Geef mij de vreugde terug van Uw heil,
en sterk mij met een besturende geest.

Wettelozen zal ik Uw wegen leren,
en goddelozen zullen zich tot U bekeren.

Bevrijd mij van bloedschuld, o God, God van mijn heil;
mijn tong zal Uw gerechtigheid bejubelen.

Heer, open mijn lippen,
en mijn mond zal Uw lof verkondigen.

Want als Gij een offer wilde, zou ik het brengen,
maar in brandoffers hebt Gij geen behagen.

Een offer voor God is een vermorzelde geest,
een vermorzeld en vernederd hart zult Gij, God, niet versmaden.

Doe goed, Heer, in Uw welbehagen aan Sion,
en mogen de muren van Jeruzalem worden opgebouwd.

Dan zult Gij behagen hebben in een offer van rechtvaardigheid,
offerande en brandoffers,
dan zal men kalveren op Uw altaar opdragen.

Eer... Nu en...

Alleluja, alleluja, alleluja, eer aan U o God (3x)

Heer, ontferm U. (3x)

Eer ... *tropaar - zie appendix - p.103*

in de grote vasten :

1.6 _ Heer, Die op het derde uur, * Uw alheilige Geest over Uw apostelen hebt uitgestort, * neem Hem niet van ons weg, o Algoe - dè, ** maar hernieuw Hem in ons, die er U om sme - ken. - *pokloon*

God, schep in mij een rein hart,
vernieuw in mijn binnenste de rechte Geest.

_ Heer, Die op het derde uur... *pokloon*

Verwerp mij niet van voor Uw aangezicht,
neem Uw Heilige Geest niet van mij weg.

_ Heer, Die op het derde uur... *pokloon*

Eer ...

Nu en altijd ... *theotokion*:

Moeder Gods, gij zijt de ware wijnstok, die de vrucht des levens hebt voortgebracht. Wij smeken u, o Vrouwe, bid met de apostelen en alle heiligen, om barmhartigheid voor onze zielen.

Gezegend zij God, de Heer; gezegend zij de Heer van dag tot dag. Moge de God van onze redding ons leiden op de goede weg: onze God is een God Die redt.

Heilige God... t/m Onze Vader...

kondaak zie appendix - p.103

in de grote vasten :

Gij zijt gezegend, o Christus onze God, Die met wijsheid de Vissers hebt vervuld, door de Heilige Geest op hen neer te zenden. Door hen hebt Gij heel de wereld in Uw net gevangen, Menslievende, ere zij U.

Eer ...

Schenk een snelle en blijvende vertroosting aan Uw dienaren, Jezus, nu onze geest ontmoedigd is. Verlaat onze zielen niet wanneer wij gekweld worden. Verwijder U niet uit ons verstand, wanneer wij in moeilijkheden zijn, maar kom ons tijdig te hulp. Nader tot ons, kom nader; Gij Die alom tegenwoordig zijt. Zoals Gij altijd bij Uw apostelen geweest zijt, verenig U zo ook met ons die naar U verlangen, Barmhartige, opdat wij met U verbonden, Uw Alheilige Geest mogen bezingen en verheerlijken.

Nu en altijd ...

Hoop, bescherming en toevlucht der christenen, onneembare schutsmuur, kalme haven voor hen die uitgeput zijn; dat zijt gij, reine Moeder Gods. Gij, die de wereld redt door uw onophoudelijk gebed, gedenk ook ons, albezongen Maagd.

Heer, ontferm U. (40x)

Gij, Die te allen tijde en te aller ure in de hemel en op aarde aanbeden en verheerlijkt wordt, Christus God; Die lankmoedig, vol erbarming en tot het uiterste medelijdend zijt; Die de rechtvaardigen liefhebt en U over de zondaars ontfermt; Die allen tot verlossing roept door de belofte van het komende heil. Gij, Heer, verhoor ook onze smeking van dit uur; richt ons leven naar Uw geboden; heilig onze zielen; zuiver onze lichamen; maak ons denken recht en onze gedachten rein; en verlos ons van iedere kwelling, alle kwaad en elke smart. Omgeef ons met Uw heilige engelen, opdat wij, door dit heil bewaakt en geleid, mogen komen tot de eenheid van geloof, en tot de kennis van Uw ontoegankelijke heerlijkheid. Want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Heer, ontferm U. (3x) Eer .. Nu en ...

U, eerbiedwaardiger dan de cherubijnen
en onvergelijkelijk glorierijker dan de serafijnen,
die ongerept God het Woord hebt gebaard,
in waarheid Gods Moeder: u verheffen wij.

Door de gebeden van onze heilige vaders, Heer Jezus Christus onze God,
ontferm U over ons. Amen.

in de grote vasten

GEBED VAN DE H. EFRAÏM DE SYRIËR

Heer en Meester van mijn leven
geef mij niet de geest van ledigheid,
bemoeizucht, heerszucht of ijdel gepraat. *pokloon*

Maar geef mij, Uw dienaar,
de geest van zelfbeheersing,
nederigheid, geduld en liefde. *pokloon*

Ja, Heer mijn Koning,
laat mij mijn eigen fouten zien,
en mijn broeder niet veroordelen;
want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

pokloon

*12 kleine buigingen met: God, wees mij zondaar genadig
en onferm U over mij. Dan één pokloon met de herhaling:
Ja, Heer, mijn Koning...*

SLOTGEBED

Meester, God, Vader, Albeheerser;
Heer, eniggeboren Zoon, Jezus Christus,
en Gij Heilige Geest, één godheid, één macht,
ontferm U over mij, zondaar
en volgens de oordelen die Gij kent,
red mij, Uw onwaardige dienaar,
want Gij zijt gezegend,
in de eeuwen der eeuwen.
Amen.

❖ ZESDE VUR ❖

Hemelse Koning... t/m Onze Vader... Heer, ontferm U. (12x) (zie p. 21)
Eer .. Nu en ... Komt, laat ons ...

PSALM 53

God, in Uw Naam verlos mij,
doe mij recht in Uw kracht.

God, verhoor mijn gebed,
luister naar de woorden van mijn mond.

Want vreemden staan tegen mij op,
en sterken belagen mijn ziel;
zij hebben zich God niet voor ogen gesteld.

Zie toch, God is mijn Helper;
de Heer is de Beschermers van mijn ziel.

Hij keert het onheil af op mijn vijanden,
vernietig hen in Uw trouw.

Vrijwillig zal ik U een offer brengen,
Uw Naam wil ik belijden, Heer, want dat is goed.

Want aan iedere kwelling hebt Gij mij ontrukkt;
mijn oog heeft neergezien op mijn vijanden.

PSALM 54

God, luister naar mijn gebed en veracht mijn smeken niet;
geef acht op mij en verhoor mij.

Ik ben bedroefd in mijn gedachten,
ik ben ontsteld door het schreeuwen van mijn vijand
en de verdrukking door de zondaar.

Want zij hebben mij overladen met ongerechtigheid,
vol woede strijden zij tegen mij.

Mijn hart is in mij ontsteld,
doodsangst heeft mij overvallen.

Vrees en ontzetting zijn over mij gekomen,
duisternis heeft mij bedekt.

Daarom zeg ik: wie geeft mij vleugels als een duif,
om weg te vliegen en rust te vinden?

Zie, ik zou ver weg vluchten,
om te gaan wonen in de woestijn.

Daar zou ik God verwachten,
die mij redt van kleinmoedigheid en uit de storm.

Werp hen in zee, o Heer, verdeel hun tongen,
want ik zie onrecht en tegenspraak in de stad.

Dag en nacht gaan zij rond op haar muren,
onrecht en slagen zijn in haar midden, en onrechtvaardigheid;
geweld en bedrog wijken niet van haar straten.

Zo het de vijand was die mij verwenste,
dat zou ik verdragen.

En als hij die mij haat, hoogmoedig over mij had gesproken,
dan had ik mij voor hem verborgen.

Maar gij mens, mijn gelijkgezinde, die mij leidde,
mijn vertrouweling!

Die door uw bijzijn de maaltijd verzoette,
die eensgezind met mij wandelde in het Huis van God!

Dat de dood over hen kome, dat zij levend in de hades storten,
want kwaad heerst midden in hun huizen.

Ik heb tot God geroepen
en de Heer heeft mij verhoord.

‘s Avonds en ‘s morgens en ‘s middags zal ik het zeggen en verkondigen;
dan zal Hij mijn stem verhoren.

Hij zal mijn ziel in vrede bevrijden van hen die op mij afkomen,
want met velen omringden zij mij.

God zal mij verhoren en hen vernederen,
Hij Die is vóór alle eeuwen.

Voor hen is er immers geen losgeld,
daar zij God niet vrezen.

Hij strekt Zijn hand uit ter vergelding.:
want zij hebben Zijn verbond onteerd.

Zij zijn verdeeld door de toorn van Zijn gelaat;
en hun harten zijn in benauwdheid.

Hun woorden zijn zachter dan olie,
maar het zijn schichten.

Werp uw zorg op de Heer, en Hij zal voor u zorgen;
Hij zal in eeuwigheid niet toelaten, dat de rechtvaardige wankelt.

Hen echter, God, haalt Gij neer
in de kuil van het verderf.

De mannen van bloed en bedrog bereiken nog niet de helft van hun
dagen, maar ik, Heer, wil vertrouwen op U.

PSALM 90

Wie woont onder de bescherming van de Allerhoogste,
verblijft onder de schutse van de God des hemels.

Hij zal zeggen tot de Heer: Gij zijt mijn Beschermmer en
mijn toevlucht, mijn God op Wie ik vertrouw.

Want Hij zal u verlossen uit de strik der jagers,
en uit de woorden die u ontstellen.

Met Zijn wieken zal Hij u overschaduwē,
en onder Zijn vleugels zult gij vertrouwen:
als met een schild omringt u Zijn waarachtigheid.

Gij hoeft niet te vrezen voor verschrikking in de nacht:
of voor de pijl die vliegt overdag.

Voor wat rondwaart in het duister,
voor een ramp of de duivel van de middag.

Al vallen er duizend aan uw zijde, ja tienduizend aan uw
rechterhand: tot u zal het onheil niet naderen.

Ja, met eigen ogen zult ge het zien,
en de vergelding van de zondaars aanschouwen.

Want Gij, Heer, zijt mijn hoop,
de Allerhoogste hebt gij tot uw toevlucht gesteld.

Tot u zal het onheil niet doordringen,
geen plaag zal uw woontent naderen.

Want Hij zal Zijn engelen over u bevelen,
om u te behoeden op al uw wegen.

Op handen zullen zij u dragen,
opdat gij uw voet niet stoot aan een steen.

Op adder en koningsslang zult gij treden,
leeuw en draak zult gij vertrappen.

Omdat hij op Mij vertrouwt, zal Ik hem bevrijden,
Ik zal hem beschermen, want hij kent Mijn Naam.

Roept hij mij aan, dan zal Ik hem verhoren,
Ik zal bij hem zijn in nood:
Ik zal hem eruit bevrijden en hem verheerlijken.

Met lengte van dagen zal Ik hem verzadigen,
en Ik zal hem mijn heil doen zien.

Eer... Nu en... Alleluja, alleluja, alleluja, eer aan U o God (3x)
Heer, ontferm U. (3x)

Eer ... *tropaar* - zie appendix - p.103

in de grote vasten

1.2 *ƒ* Gij, Die op de zesde dag en op het zesde uur * aan het kruis
genageld hebt * de zonde, die door Adam in het paradijs
bedreven was: * verscheur ook de schuldbrief van onze over-
treddingen Christus God, ** en red ons. _ *pokloon*

God luister naar mijn gebed,
veracht de stem van mijn smeking niet.

_ *Gij, Die... pokloon*

Ik heb tot God geroepen
en de Heer heeft mij verhoord.

_ *Gij, Die... pokloon*

Eer...

Nu en altijd ... *theotokion*:

Omdat wij geen vrijmoedigheid hebben wegens onze vele zonden, bid gij daarom Moeder Gods, Maagd, tot Hem Die uit u geboren is, want veel vermag het gebed van een Moeder bij de goedgunstige Heer. Veronachtzaam onze zondaarsgebeden niet, Alreine, want Hij Die om ons het lijden heeft aanvaard, is barmhartig en in staat om ons te redden.

In de grote vasten: (tropaar en prokimen uit het Triodion) en de voorgeschreven lezing uit het Oude Testament voor het zesde uur.

Laat Uw barmhartigheid ons snel te hulp komen, o Heer, want wij verkeren in diepe ellende. Help ons, God, onze Redder, om de heerlijkheid van Uw Naam; bevrijd ons, Heer, en verzoen onze zonden omwille van Uw Naam.

Heilige God... t/m Onze Vader...

kondaak - zie appendix - p.103

in de grote vasten:

Gij hebt redding bewerkt in het midden der aarde, Christus God: Gij hebt Uw onbevleete handen uitgestrekt aan het Kruis, om alle volkeren bijeen te brengen, die tot U roepen: Heer, eer aan U.

Eer ...

Wij vereren Uw vlekkeloze Ikoon, Goede, en wij smeken U: vergeef ons onze overtredingen, Christus God. In het vlees hebt Gij het Kruis willen bestijgen om Uw schepselen te ontrukken aan de slavernij van de vijand. Daarom roepen wij U dankbaar toe: Gij hebt het heelal met vreugde vervuld, o Redder, door de wereld te komen redden.

Nu en altijd...

maandag/dinsdag/donderdag:

Gij die de bron zijt der barmhartigheid, acht ons uw medelijden waardig, Moeder Gods. Zie neer op het volk dat gezondigd heeft. Toon zoals altijd uw macht, want op u hopen wij u het "Verheug u" toe, zoals eens Gabriël, de aanvoerder der onlichamelijken.

woensdag/vrijdag:

Boven allen zijt gij verheerlijkt, Moeder Gods en Maagd. Wij bezingen u, omdat door het kruis van uw Zoon de Hades is verreden en de dood ter dood is gebracht. Wij waren gestorven, maar zijn weer opgestaan en het leven waardig geacht. Wij hebben het paradijs, onze vroegere vreugde, ontvangen. Daarom danken en verheerlijken wij Christus, onze God, als de Machtige, Die alleen rijk aan ontferming is.

Heer, ontferm U. (40x)

Gij, Die te allen tijde en te aller ure in de hemel en op aarde aanbeden en verheerlijkt wordt, Christus God; Die lankmoedig, vol erbarming en tot het uiterste medelijdend zijt; Die de rechtvaardigen liefhebt en U over de zondaars ontfermt; Die allen tot verlossing roept door de belofte van het komende heil. Gij, Heer, verhoor ook onze smeking van dit uur; richt ons leven naar Uw geboden; heilig onze zielen; zuiver onze lichamen; maak ons denken recht en onze gedachten rein; en verlos ons van iedere kwelling, alle kwaad en elke smart. Omgeef ons met Uw heilige engelen, opdat wij, door dit heil bewaakt en geleid, mogen komen tot de eenheid van geloof, en tot de kennis van Uw ontoegankelijke heerlijkheid. Want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Heer, ontferm U. (3x) Eer .. Nu en ...

U, eerbiedwaardiger dan de cherubijnen en onvergelijklijk glorierijker dan de serafijnen, die ongerept God het Woord hebt gebaard, in waarheid Gods Moeder: u verheffen wij.

in de grote vasten: GEBED VAN DE H. EFRAÏM DE SYRIËR

Heer en Meester van mijn leven
geef mij niet de geest van ledigheid,
bemoeizucht, heerszucht of ijdel gepraat. *pokloon*

Maar geef mij, Uw dienaar,
de geest van zelfbeheersing,
nederigheid, geduld en liefde. *pokloon*

Ja, Heer mijn Koning,
laat mij mijn eigen fouten zien,
en mijn broeder niet veroordelen;
want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.
pokloon

*12 kleine buigingen met: God, wees mij zondaar genadig
en onferm U over mij. Dan één pokloon met de herhaling:
Ja, Heer, mijn Koning...*

SLOTGEBED (van de H. Basilius de Grote)

God, Heer der Krachten, Formerder van heel de schepping, Die door de barmhartigheid van Uw onvergelykelijke ontferming Uw eniggeboren Zoon, onze Heer Jezus Christus, gezonden hebt voor de verlossing van ons geslacht, en Die door Zijn kostbaar Kruis de schuldbrief van onze zonden hebt verscheurd, en de heerschappij en de macht der duisternis overwonnen: Gij, menslievende Meester, neem ook van ons, zondaars, dit dank- en smeekebed aan. Bevrijd ons van alle verderfelijke en duistere zonden, en van alle zichtbare en onzichtbare vijanden die ons kwaad willen doen. Hecht ons vlees vast aan de vreze voor U. Laat ons hart zich niet neigen tot slechte woorden en gedachten. Doe Uw liefde binnendringen in onze zielen, opdat wij temidden van alles tot U omhoogzien. Dan zullen wij door Uw licht geleid worden om eens U, het ontoegankelijke, eeuwige licht te aanschouwen, en onophoudelijk lof en dank op te zenden tot U, de Vader zonder begin, tezamen met Uw eniggeboren Zoon en Uw alheilige, goede en levendmakende Geest; nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

❖ NEGENDE UUR ❖

*Het Negende Uur wordt vlak voor de Vespers gelezen, en begint met:
Hemelse Koning... t/m Onze Vader... Heer, ontferm U. (12x) (zie p. 21)
Eer .. Nu en ... Komt, laat ons ...*

PSALM 83

Hoe lieflijk zijn Uw tenten, Heer der krachten;
mijn ziel dorst en smacht naar de voorhoven des Heren.

Mijn hart en mijn vlees
juichen voor de levende God.

Zelfs de mus vindt zich een woning,
de tortel een nest om voor haar jongen te zorgen.

Bij Uw altaren, Heer der krachten,
mijn Koning en mijn God.

Zalig zij die in Uw Huis wonen;
in de eeuwen der eeuwen zullen zij U loven.

Zalig de mens die zijn hulp vindt bij U:
hij maakt opgangen gereed in zijn hart.

Weg uit het dal der tranen
naar de plaats die hij heeft vastgesteld.

Want de Wetgever schenkt zegeningen,
zodat zij gaan van kracht tot kracht
om de God der goden te zien in Sion.

Heer, God der krachten, verhoor mijn gebed;
neig Uw oor, God van Jakob.

God, onze beschermer zie ons aan:
zie neer op het aangezicht van Uw gezalfde.

Want één dag in Uw voorhoven
is beter dan vele duizenden daarbuiten.

Liever ben ik veracht in het Huis van mijn God,
dan thuis te zijn in de tenten der zondaars.

Want de Heer bemint barmhartigheid en waarheid;
God schenkt genade en heerlijkheid.

De Heer weigert geen enkele weldaad
aan hen die wandelen in onschuld.

Heer God der krachten
zalig is de man die op U vertrouwt.

PSALM 84

Heer, Gij hebt Uw land gezegend,
Gij hebt de gevangenen van Jakob teruggevoerd.

Gij hebt de ongerechtigheden van Uw volk vergeven,
en al hun zonden bedekt.

Gij hebt heel Uw gramschap volkomen gestild;
U afgewend van Uw wrekende toorn.

Bekeer ons God, van ons heil:
keer Uw toorn van ons af.

Blijf niet eeuwig op ons vertoornd;
wilt Gij Uw gramschap doen duren van geslacht tot geslacht?

God keer U tot ons, om ons te doen leven;
dan zal Uw volk zich verblijden in U.

Toon ons Heer, Uw barmhartigheid,
en schenk ons Uw heil.

Ik wil horen wat de Heer God in mij spreekt,
want Hij spreekt vrede tot Zijn volk.

Evenals tot Zijn gewijden,
die hun hart tot Hem hebben bekeerd.

Ja, nabij is Zijn heil voor wie Hem vrezen:
Zijn heerlijkheid woont op onze aarde.

Barmhartigheid en waarheid hebben elkander ontmoet;
gerechtigheid en vrede kussen elkander.

Waarheid ontspringt aan de aarde,
en gerechtigheid ziet neer uit de hemel.

Want de Heer schenkt welwillendheid,
opdat de aarde haar vruchten zal geven.

Gerechtigheid zal voor Zijn aangezicht uitgaan,
om op de weg zijn schreden te richten.

PSALM 85

Heer, neig Uw oor en verhoor mij,
want ik ben arm en behoeftig.

Behoed mijn ziel, want ik ben gewijd;
mijn God, red Uw dienaar die op U vertrouwt.

Ontferm U over mij, o Heer,
want heel de dag roep ik tot U.

Schenk vreugde aan de ziel van Uw dienaar,
want tot U verhef ik mijn geest.

Gij, Heer, zijt immers goed en zachtmoedig,
en rijk aan barmhartigheid voor ieder die U aanroept.

Leen Uw oor, Heer, aan mijn gebed;
geef acht op de stem van mijn smeken.

Toen ik beproefd werd heb ik tot U geroepen,
omdat Gij mij altijd verhoort.

Uws gelijke is er niet onder de goden, Heer:
niets evenaart Uw werken.

Alle volkeren die Gij gemaakt hebt, Heer,
zullen komen en voor U neervallen; zij zullen Uw Naam verheerlijken.

Want Gij zijt groot en Gij doet wonderen:
Gij alleen zijt God.

Heer, leid mij op Uw weg,
opdat ik voortga in Uw waarheid.

Moge mijn hart zich verheugen,
door het vrezen van Uw Naam.

Ik wil U belijden, Heer, mijn God, uit heel mijn hart;
ik wil Uw Naam verheerlijken in eeuwigheid.

Want Uw barmhartigheid is groot over mij:
Gij hebt mijn ziel ontrukkt aan de afgrond van de hades.

God, de overtreders zijn tegen mij opgestaan,
de samensholling der machtigen belaaft mijn ziel;
want zij houden zich U niet voor ogen.

Maar Gij, Heer mijn God, zijt goedertieren en barmhartig;
grootmoedig, rijk aan genaden, en waarachtig.

Zie op mij neer, ontferm U over mij,
geef kracht aan Uw dienaar;
red de zoon van Uw dienstmaagd.

Doe aan mij een teken ten goede,
opdat zij die mij haten het zien en beschaamd staan,
omdat Gij Heer mijn Helper zijt, Die mij hebt getroost. (2x)

Eer... Nu en... Alleluja, alleluja, alleluja, eer aan U o God (3x)
Heer, ontferm U. (3x)

Eer ... *tropaar* - zie appendix - p.103 ;

in de grote vasten

t.8 Gij, Die op het Negende Uur, * om ons de dood
gesmaakt hebt in Uw vlees: * doe sterven onze
vleselijke gezindheid, Christus God, ** en red ons. _

pokloon

Laat mijn smeken naderen tot Uw aangezicht;
Heer, schenk mij inzicht volgens Uw Godsspraak.

_ *Gij, Die op het ne - gende uur... pokloon*

Laat mijn verzoek voor Uw aanschijn komen;
Heer, bevrijd mij volgens Uw Godsspraak.

_ *Gij, Die op het ne - gende uur... pokloon*

Eer...

Nu en altijd ... *theotokion*:

Om ons zijt Gij uit de Maagd geboren en hebt Gij op het Kruis geleden, o Goede. Door Uw dood hebt Gij de dood vertreden, en ons de Opstanding geschonken, als God. Veracht ons, de schepping van Uw handen, niet; toon ons Uw menselijkheid, Barmhartige. Neem de gebeden van Uw Moeder aan, die voor ons bidt; en red, Verlosser, het wanhopige volk.

Lever ons niet over tot aan het einde, omwille van Uw heilige Naam; vernietig niet Uw Verbond en neem Uw barmhartigheid niet van ons weg; omwille van Abraham, de door U beminde; en omwille van Isaäk, Uw dienaar; en van Israël, Uw Heilige.

Heilige God... t/m Onze Vader... Kondaak - zie appendix - p.103

in de grote vasten

Toen de Rover de Leidsman ten Leven aan het Kruis zag, zei hij: als Hij Die met ons gekruisigd is, niet de Vleesgeworden God zou zijn, dan had de zon haar stralen niet verborgen, en zou de aarde niet sidderend hebben gebeefd. Maar Gij, Die alles verduurt, gedenk mij, Heer, in Uw Koninkrijk.

Eer aan ...

Tussen de twee rovers bleek Uw Kruis een rechtvaardige weegschaal, toen de een in de Hades neerzonk door de zwaarte van zijn laster, en de ander verlicht werd van zijn zondenlast door zijn Godskennis, Christus God, eer aan U.

Nu en ...

Toen zij het Lam, de Herder en Redder van de wereld, aan het Kruis aanschouwde, sprak zij, die Hem gebaard had, onder tranen: nu is wel de wereld verheugd, die de verlossing ontvangt, maar mijn binnenste wordt door vuur verteerd bij het zien van Uw kruisiging, die Gij voor allen verdraagt, mijn Zoon en mijn God.

Gij, Die te allen tijde en te aller ure in de hemel en op aarde aanbeden en verheerlijkt wordt, Christus God; Die lankmoedig, vol erbarming en tot het uiterste medelijdend zijt; Die de rechtvaardigen liefhebt en U over de zondaars ontfermt; Die allen tot verlossing roept door de belofte van het komende heil. Gij, Heer, verhoor ook onze smeking van dit uur; richt ons leven naar Uw geboden; heilig onze zielen; zuiver onze lichamen; maak ons denken recht en onze gedachten rein; en verlos ons van iedere kwelling, alle kwaad en elke smart. Omgeef ons met Uw heilige engelen, opdat wij, door dit heil bewaakt en geleid, mogen komen tot de eenheid van geloof, en tot de kennis van Uw ontoegankelijke heerlijkheid. Want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Heer, ontferm U. (3x) Eer .. Nu en ...

U, eerbiedwaardiger dan de cherubijnen en onvergelijkelijk glorierijker dan de serafijnen, die ongerept God het Woord hebt gebaard: in waarheid Gods Moeder, u verheffen wij.

Door de gebeden van onze heilige vaders...

in de grote vasten: GEBED VAN DE H. EFRAÏM DE SYRIËR

Heer en Meester van mijn leven
geef mij niet de geest van ledigheid,
bemoeizucht, heerszucht of ijdel gepraat. *pokloon*

Maar geef mij, Uw dienaar,
de geest van zelfbeheersing,
nederigheid, geduld en liefde. *pokloon*

Ja, Heer mijn Koning,
laat mij mijn eigen fouten zien,
en mijn broeder niet veroordelen;
want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

pokloon

*12 kleine buigingen met: God, wees mij zondaar genadig
en ontferm U over mij. Dan één pokloon met de herhaling:
Ja, Heer; mijn Koning...*

SLOTGEBED

Meester, Heer Jezus Christus onze God,
Die lankmoedig onze zonden verdraagt,
en Die ons tot dit Uur geleid hebt
waarin Gij, hangend aan het levendmakend Hout,
voor de goede Rover de toegang tot het Paradijs geopend,
en de dood door Uw dood hebt vernietigd:
wees ons, Uw zondige en onwaardige dienaren, genadig;
want wij hebben gezondigd en de wet overtreden,
en wij zijn niet waardig onze ogen naar de hemel op te heffen,
want wij hebben de weg van Uw gerechtigheid verlaten
en zijn afgedwaald volgens de begeerte van ons hart.
Maar wij smeken tot Uw onvergelijkelijke goedheid:
spaar ons, Heer, volgens de overvloed van Uw barmhartigheid
en red ons omwille van Uw heilige Naam,
want onze dagen zijn nutteloos voorbijgegaan.
Ontruk ons aan de hand van de vijand
en vergeef ons onze zonden.
Doe sterven onze vleselijke gezindheid,
opdat wij, de oude mens afleggend,
de nieuwe mens mogen aandoen,
om te leven voor U, onze Heer en Beschermmer.
En wanneer wij zo Uw geboden onderhouden,
mogen wij dan komen tot de eeuwige rust,
waar de woning is van allen die zich in U verheugen.
Want Gij zijt werkelijk de ware vreugde en blijdschap van hen die
U liefhebben, Christus onze God, en tot U zenden wij de lof,
evenals tot Uw beginloze Vader,
en Uw alheilige, goede en levendmakende Geest;
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

❖ VESPERS ❖

Indien de vespers volgt op het negende uur: Komt laat ons aanbidden...; anders eerst: Hemelse Koning... t/m Onze Vader... Heer, ontferm U. (12x) (zie p. 21)
Eer .. Nu en ... Komt, laat ons ... (3x)

PSALM 103

Zegen, mijn ziel, de Heer; Heer mijn God, Gij zijt onnoemlijk groot.
Gij bekleedt U met luister en pracht, Gij omhult U met licht als
een mantel.

Gij spant de hemel uit als een tent,
Gij dekt zijn bovenzalen met water.

Gij gebruikt wolken als voertuig;
Gij wandelt op de wieken der wind.

Gij maakt stormen tot Uw engelen,
vuurvlammen tot Uw dienaren.

Gij vestigt de aarde op haar grondslag,
zodat zij niet wankelt in eeuwigheid.

De zee omhulde haar als een mantel,
de wateren stonden tot boven de bergen.

Maar op Uw woord vloten zij heen,
sidderend voor de stem van Uw donder.

Bergen rijzen, vlakten dalen,
op de plaats die Gij hun hebt vastgesteld.

Gij hebt het water met grenzen omringd,
opdat het niet opnieuw de aarde zal overdekken.

Gij doet bronnen ontspringen in de dalen:
midden tussen de bergen stroomt het water.

Om alle dieren des velds te drenken;
de woudezels wachten erop voor hun dorst.

Daarboven nestelen de vogelen des hemels;
temidden der rotsen doen zij hun stem weerklinken.

Vanuit Zijn bovenzalen drenkt Hij de bergen;
met de vrucht van Uw werken wordt de aarde verzadigd.

Gij doet gras ontspruiten voor het vee,
jong groen, ten dienste der mensen.

Om brood voort te brengen uit de aarde,
en wijn, die het hart des mensen verheugt.

Om met olie zijn gelaat te doen stralen,
en 's mensen hart te sterken met brood.

Ook de bomen in de vlakten
brengen hem voedsel.

Maar in de ceders van de Libanon, die Hij geplant heeft,
nestelen vogels: de reiger maakt er zijn nest.

De hoge bergen zijn voor de herten,
en de rots is een toevlucht der hazen.

Gij hebt de maan geschapen voor de verschillende tijden;
de zon weet wanneer hij onder moet gaan.

Dan is het duister, en wordt het nacht;
dan komen allerlei dieren uit de struiken tevoorschijn.

Welpen roepen om prooi:
zij vragen hun voedsel aan God.

Daarna gaat de zon op, en zij kruipen bijeen,
om te rusten in hun holen.

Dan gaat de mens uit naar zijn werk,
naar al wat hij doet tot de avond.

Hoe groot zijn Uw werken, o Heer;
Gij hebt alles met wijsheid gemaakt.

Uw scheppingskracht vervult de aarde:
daar is ook de zee, groot en uitgestrekt.

Daar wemelen ontelbare wezens:
kleine dieren, en grote.

Daar varen schepen, maar ook zeemonsters,
die Gij gemaakt hebt om er te spelen.

Allen verwachten van U,
dat Gij hun voedsel geeft te rechter tijd.

Gij geeft het hun, en zij zamelen in;
Gij opent Uw hand, en allen worden met het goede verzadigd.

Maar als Gij Uw aangezicht afwendt,
dan worden zij verbijsterd.

Gij neemt hun adem weg, en zij bezwijken:
zij keren terug tot hun stof.

Gij zendt Uw Geest uit, en zij worden herschapen:
Gij maakt nieuw het aanschijn de aarde.

De Heer zij roem in eeuwigheid;
dat de Heer zich verheuge over Zijn werken.

Hij ziet neer op aarde, en doet haar beven;
Hij raakt de bergen aan, en zij gaan op in rook.

Ik wil de Heer zingen in heel mijn leven:
psalmzingen voor mijn God, zolang ik besta.

Moge mijn overweging Hem aangenaam zijn,
ikzelf ben verblijd in de Heer.

Dat de zondaars van de aarde verdwijnen,
zodat de goddelozen niet meer bestaan.

Mijn ziel, zegen de Heer

De zon weet wanneer hij onder moet gaan;
dan is het duister en wordt het nacht.

Hoe groot zijn Uw werken, o Heer:
Gij hebt alles met wijsheid gemaakt.

Eer ... Nu en ... Alleluja, alleluja, alleluja. Eer aan U, o God. (3x)

evt. het kathisma van de dag

HEER IK ROEP ...

PSALM 140

Heer ik roep tot U: verhoor mij, verhoor mij, o Heer.
Heer, ik roep tot U: verhoor mij, sla acht op de stem van mijn smeking. Wanneer ik tot U roep, verhoor mij, o Heer.

Laat mijn gebed als wierook opstijgen voor Uw aangezicht.
De opheffing van mijn handen zij een avondoffer; verhoor mij, o Heer.

Stel, Heer, een wacht aan mijn mond;
maak een gesloten deur van mijn lippen.

Neig mijn hart niet tot slechte woorden,
om met uitvluchten mijn zonden te verontschuldigen.

Tezamen met mensen die goddeloosheid bedrijven;
ik wil geen deel hebben aan hun lusten.

Laat de rechtvaardige mij tuchtigen met erbarmen,
dan zal hij mij van schuld overtuigen.

Maar sta niet toe, dat mijn hoofd gezalfd wordt door olie van zondaars;
mijn gebed verzet zich tegen hun lusten.

Wanneer hun rechters vanaf de rots geworpen worden,
zullen zij weten dat mijn woorden God aangenaam zijn.

Want als aardkluiten over het land,
zo zijn hun beenderen verstrooid bij het graf.

Heer, op U zijn mijn ogen gericht;
Heer, op U vertrouw ik: ontnem mij het leven niet.

Bewaar mij voor de strik die zij tegen mij spannen,
voor de struikelblokken der boosdoeners.

Laat de zondaars in hun eigen net vallen;
al ben ik alleen toch ga ik Uw weg.

PSALM 141

Met mijn stem heb ik tot de Heer geroepen;
met mijn stem heb ik tot de Heer gebeden.

Ik stort mijn gebed uit voor Zijn aangezicht;
voor Zijn aanschijn klaag ik mijn nood.

Mijn geest ging uit mij heen,
maar Gij, Heer, kent mijn wegen.

Op de weg die ik gaan moest,
hadden zij een valstrik voor mijn verborgen.

Tevergeefs wendde ik mij naar rechts om een verdediger,
maar er was niemand die mij wilde kennen.

Vluchten was mij onmogelijk;
er was niemand die zich om mijn leven bekommerde.

Toen heb ik tot U geroepen, Heer; ik zeide: Gij zijt mijn hoop,
Gij zijt mijn deel in het land der levenden.

Luister naar mijn gebed,
want ik ben ten uiterste vernederd.

Bevrijd mij van mijn vervolgers,
want zij hebben mij overmeesterd.

Voer mijn ziel uit de kerker,
opdat ik Uw Naam moge belijden.

De rechtvaardigen zien uit
tot Gij mij vergeldt.

PSALM 129

Uit de diepten, Heer, heb ik tot U geroepen:
Heer, geef gehoor aan mijn stem.

Laat Uw oren aandacht schenken
aan de stem van mijn smeking.

Zo Gij op ongerechtigheden zoudt achtslaan, Heer;
Heer, wie kan dat doorstaan? Maar bij U is vergeving;

Omwille van Uw naam, Heer, heb ik U verbeid.
Mijn ziel verwacht Uw Woord; mijn ziel vertrouwt op de Heer.

Van de ochtendwake tot de nacht
vertrouwe Israël op de Heer.

Want bij de Heer is barmhartigheid;
bij Hem is overvloedige verlossing.
Ja, Hijzelf zal Israël verlossen uit al zijn ongerechtigheden.

PSALM 116

Looft de Heer, alle natiën,
bezingt Hem alle volkeren.

Want Zijn barmhartigheid is machtig over ons;
en de waarheid des Heren blijft in eeuwigheid.

*en tussen de laatste verzzen de Heer ik roep - stichieren uit oktoich / mineon / trio-
dion invoegen*

VREUGDEVOL LICHT

Je - zus Chris - tus, vreug - de - vol Licht van de Hei - li - ge Glo - rie van de

on - sterf - lij - ke, he - mel - se, hei - li - ge, za - li - ge Va - der, ge - ko - men

bij zons - on - der - gang en schou - wend het a - - vond - licht be - zin - gen

wij God, de Va - der, de Zoon en de Hei - li - ge Geest. Het is waar - dig U te.

al - len tij - de te be - zingen met hei - li - ge stem. Zoon van God, Die het

le - - ven schenkt Daar - om ver - heer - lijkt de we - reld U.

PROKIMENA

Zaterdagavond toon 6

De Heer is Koning, met heerlijkheid heeft Hij Zich bekleed.

De Heer heeft Zich met macht bekleed en Zich omgord.

Want Hij heeft de wereld bevestigd, zij zal niet wankelen.

Zondagavond toon 8

Ziet, looft nu de Heer, gij alle dienaren des Heren.

Gij die staat in het Huis des Heren,
in de voorhoven van het Huis van onze God.

Maandagavond toon 4

De Heer verhoort mij, wanneer ik tot Hem roep.

Als ik roep, verhoor mij, God van mijn gerechtigheid;
schenk mij ruimte in de benauwing.

Dinsdagavond toon 1

Uw genade volgt mij van nabij, alle dagen van mijn leven.

De Heer is mijn herder, het ontbreekt mij aan niets,
op grazige weiden doet Hij mij verblijven.

Woensdagavond toon 2

God, red mij, omwille van Uw Naam; doe mij recht in Uw kracht.

God, verhoor mijn gebed, luister naar de woorden van mijn mond

Donderdagavond toon 6

Mijn hulp komt van de Heer: de Schepper van hemel en aarde.

Ik heb mijn ogen geheven naar de bergen:
vanwaar mijn hulp zal komen.

Vrijdagavond toon 7

Gij, God, zijt mijn Helper, Uw barmhartigheid gaat voor mij uit.

God, ontruk mij aan mijn vijanden,
bevrijd mij van hen die tegen mij opstaan.

*in de grote vasten
[prokimena uit het triodion; en de twee voorgeschreven
lezingen uit het Oude Testament]*

GEBED

Acht ons waardig, Heer, dat wij deze avond zonder zonden doorbrengen. Gezegend zijt Gij, Heer God van onze vaders, en geloofd en verheerlijkt is Uw Naam tot in de eeuwen. Amen. Moge, Heer, Uw barmhartigheid over ons komen, zoals wij op U gehoopt hebben. Gezegend zijt Gij, Heer, leer mij Uw voorschriften. Gezegend zijt Gij, Meester, geef mij inzicht in Uw voorschriften. Gezegend zijt Gij, Heilige, verlicht mij door Uw voorschriften. Heer, Uw ontferming is in eeuwigheid, veronachtzaam de werken van Uw handen niet. U komt toe lof, U komt toe de hymne, U komt toe de heerlijkheid: Vader, Zoon en Heilige Geest, nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

apostichen uit oktoich-mineon-triodion

LOFZANG VAN SIMEON

Nu laat Gij, Heer, Uw dienaar in vrede heengaan volgens Uw woord. Want mijn ogen hebben Uw heil aanschouwd, dat Gij bereid hebt voor het aangezicht van alle volkeren: licht tot openbaring voor de heidenen en heerlijkheid van Uw volk Israël.

*Heilige God... t/m Onze Vader... en tot slot buiten de grote vasten:
tropaar - zie appendix - p.103 ; [en slottheotokion]*

Versterk, Heer God, het heilige, ongeschonden geloof van de vrome orthodoxe christenen, in de eeuwen der eeuwen. Amen. Door de gebeden van onze heilige vaders, Heer Jezus Christus onze God, ontferm U over ons. Amen.

slot van de vespers in de grote vasten; na het Onze Vader:

≡ Moeder Góds en Maagd, verheug u;
begenádigde Maria, de Heer is met u;
gij zijt gezegend onder de vrouwen
en gezegend is de vrucht van uw schoot,
wánt gij hebt gebaard de Rëdder van onze zielen. ≡

pokloon

≡ Doper van Christus, gedenk ons al-len;
opdat wij van onze ongeréchtigheden worden bevrijd;
wánt aan u is ge-gè-ven
de genadegave om voor ons te bid - den. ≡

Eer ..

pokloon

≡ Smeekt voor ons, heilige Apostelen en alle Hei-li-gen,
opdat wij van gevaren en droefheid worden bevrijd,
wánt u hebben wij verkre - gen,
als vurige beschermers bij de Hei - land. ≡

pokloon

Nu en ...

≡ Onder uw hoede vluchten wij, Moeder Gods;
veracht niét onze smekingen in elke nood,
maar verlos ons uit gevaren,
gij, alleen reine, alleen gezegende. ≡

zonder pokloon

Heer, ontferm U. (40x)

Eer .. Nu en ...

U, eerbiedwaardiger dan de cherubijnen,
en onvergelykelyk gloriejker dan de serafijnen,
Die ongerept God, het Woord, hebt gebaard:
in waarheid Gods Moeder, u verheffen wij.

Door de gebeden... Amen.

Hemelse Koning, versterk het geloof van de vrome, orthodoxe christenen; maak de volken goed gezind, schenk vrede aan de wereld, doe onze vaders en moeders die ons zijn voorafgegaan binnentreden in de woonplaats der rechtvaardigen; en neem ons aan in berouw en belijdenis, want Gij zijt goed en menslievend.

GEBED VAN DE H. EFRAÏM DE SYRIËR

Heer en Meester van mijn leven
geef mij niet de geest van ledigheid,
bemoeizucht, heerszucht of ijdel gepraat. *pokloon*

Maar geef mij, Uw dienaar,
de geest van zelfbeheersing,
nederigheid, geduld en liefde. *pokloon*

Ja, Heer mijn Koning,
laat mij mijn eigen fouten zien,
en mijn broeder niet veroordelen;
want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen.
Amen. *pokloon*

12 kleine buigingen met: God, wees mij zondaar genadig en onferm U over mij. Dan één pokloon met de herhaling: Ja, Heer, mijn Koning...

Heer, ontferm U. (12x)

De Naam des Heren zij gezegend,
van nu af tot in eeuwigheid. (3x)

Eer .. Nu en... [evt. ps 33 en 144]

Heer, ontferm U. (3x) Door de gebeden ..
Amen.

❖ KLEINE COMPLETEN ❖

Hemelse Koning... t/m Onze Vader... Heer, ontferm U. (12x) (zie p. 21)
Eer .. Nu en ... Komt, laat ons ... (3x)

PSALM 50

Ontferm U over mij, o God, volgens Uw grote ontferming,
En volgens de overvloed van Uw barmhartigheid,
wis mijn ongerechtigheid uit.

Was mij steeds meer van mijn ongerechtigheid
en reinig mij van mijn zonde.

Want ik erken mijn ongerechtigheid,
en mijn zonde staat mij voortdurend voor ogen.

Tegen U alleen heb ik gezondigd,
en ik heb kwaad gedaan voor Uw aanschijn.

Zodat Gij rechtvaardig blijkt in Uw uitspraak,
en zult winnen als men U oordeelt.

Want zie, in ongerechtigheden ben ik ontvangen,
mijn moeder droeg mij in zonden.

Want zie, Gij hebt waarheid lief,
het onbekende en het verborgene van Uw wijsheid
hebt Gij mij bekend gemaakt.

Besprenkel mij met hysop en ik zal rein worden;
was mij en ik word witter dan sneeuw.

Laat mij vreugde en blijdschap horen,
en mijn vernederd gebeente zal zich verheugen.

Wend Uw aangezicht van mijn zonden af,
en wis al mijn ongerechtigheden uit.

Schep in mij een rein hart, o God,
en maak nieuw een rechte geest in mijn binnenste.

Verwerp mij niet van voor Uw aangezicht,
en neem Uw Heilige Geest niet van mij weg.

Geef mij de vreugde terug van Uw heil,
en sterk mij met een besturende geest.

Wettelozen zal ik Uw wegen leren,
en goddelozen zullen zich tot U bekeren.

Bevrijd mij van bloedschuld, o God, God van mijn heil;
mijn tong zal Uw gerechtigheid bejubelen.

Heer, open mijn lippen,
en mijn mond zal Uw lof verkondigen.

Want als Gij een offer wilde, zou ik het brengen,
maar in brandoffers hebt Gij geen behagen.

Een offer voor God is een vermorzelde geest,
een vermorzeld en vernederd hart zult Gij, God, niet versmaden.

Doe goed, Heer, in Uw welbehagen aan Sion,
en mogen de muren van Jeruzalem worden opgebouwd.

Dan zult Gij behagen hebben in een offer van rechtvaardigheid,
offerande en brandoffers, dan zal men kalveren op Uw altaar opdragen.

PSALM 69

God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen.

Laat hen beschaamd worden en ontsteld,
die mijn ziel belagen.

Dat zij terugdeinzen en schaamrood worden,
die kwaad tegen mij beramen.

Dat zij terstond beschaamd terugdeinzen,
die tot mij zeggen: Goed zo, goed zo.

God, dat in U juichen en zich verblijden,
allen die U zoeken.

Laat hen altijd zeggen: “Hoogverheven is de Heer”,
zij die Uw heil liefhebben.

Ik echter ben arm en behoeftig.
God, kom mij te hulp.

Gij zijt mijn Helper en mijn Bevrijder;
Heer, wacht niet langer.

PSALM 142

Heer, verhoor mijn gebed,
luister naar mijn smeking in Uw waarachtigheid.

Verhoor mij in Uw rechtvaardigheid,
en treed niet in het gericht met Uw dienaar.

Immers, niemand der levenden
kan zich rechtvaardigen voor Uw aangezicht,

want de vijand heeft mijn ziel vervolgd,
mijn leven vernederd tot op de grond.

Hij doet mij neerzitten in het duister,
evenals de doden van eeuwigheid.

En mijn geest is ontmoedigd,
mijn hart is ontsteld in mijn binnenste.

Maar ik herinner mij vroegere dagen,
ik overweeg al Uw werken,
ik overweeg de daden van Uw handen.

Ik strek mijn handen naar U uit,
mijn ziel dorst naar U, als waterloos land.

Verhoor mij spoedig, Heer, mijn geest versmacht,
wend Uw aangezicht niet van mij af,
anders word ik gelijk aan wie afdalen in het graf.

Doe mij in de ochtend Uw barmhartigheid horen,
want op U heb ik mijn hoop gesteld.

Doe mij, Heer, de weg kennen die ik moet gaan,
want tot U heb ik mijn ziel verheven.

Bevrijd mij van mijn vijanden, Heer,
want tot U heb ik mijn toevlucht genomen.

Leer mij Uw wil te doen, want Gij zijt mijn God.
Uw goede Geest geleide mij naar een effen land.

Omwille van Uw Naam, Heer,
zult Gij mij doen leven,

in Uw rechtvaardigheid zult Gij mijn ziel uit de verdrukking voeren,
in Uw ontferming zult Gij mijn vijanden verdelgen,

en Gij zult allen vernietigen die mijn ziel verdrukken,
ik ben immers Uw dienaar.

DOXOLOGIE

Eer aan God in den hoge en vrede op aarde, in de mensen een welbehagen. Wij bezingen U, wij zegenen U, wij aanbidden U, wij verheerlijken U, wij danken U om Uw grote heerlijkheid. Heer, hemelse Koning, God, Vader, Albeheerser; Heer, eniggeboren Zoon, Jezus Christus, en Heilige Geest; Heer God, Lam Gods, Zoon van de Vader, Die wegneemt de zonde van de wereld, ontferm U over ons. Die wegneemt de zonden van de wereld, aanvaard onze bede; Die zetelt aan de rechterhand van de Vader, ontferm U over ons. Want Gij alleen zijt heilig, Gij alleen zijt Heer, Jezus Christus, tot heerlijkheid van God de Vader. Amen. Elke avond zal ik U zegenen en Uw Naam loven tot in eeuwigheid en in de eeuwen der eeuwen. Heer, Gij zijt ons een toevlucht geworden van geslacht tot geslacht. Ik zei: Heer, ontferm U over mij, genees mijn ziel, want tegen U heb ik gezondigd. Heer, tot U ben ik gevluht: leer mij Uw wil te doen, want Gij zijt mijn God. Want bij U is de bron van het leven en in Uw licht zullen wij het Licht zien. Strek Uw barmhartigheid uit over wie U kennen.

Acht ons waardig, Heer, dat wij deze nacht zonder zonden doorbrengen. Gezegend zijt Gij, Heer God van onze vaders, en geloofd en verheerlijkt is Uw Naam tot in de eeuwen. Amen. Moge, Heer, Uw barmhartigheid over ons komen, zoals wij op U gehoopt hebben. Gezegend zijt Gij, Heer, leer mij Uw voorschriften. Gezegend zijt Gij, Meester, geef mij inzicht in Uw voorschriften. Gezegend zijt Gij, Heilige, verlicht mij door Uw voorschriften. Heer, Uw ontferming is in eeuwigheid, veronachtzaam de werken van Uw handen niet. U komt toe lof, U komt toe de hymne, U komt toe de heerlijkheid: Vader, Zoon en Heilige Geest, nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

GELOOFSELIDENIS

Ik geloof in één God, de almachtige Vader,
Schepper van hemel en aarde,
van al het zichtbare en onzichtbare.

En in één Heer, Jezus Christus,
de eniggeboren Zoon van God,
geboren uit de Vader vóór alle eeuwen.
Licht uit Licht, ware God uit de ware God,
geboren, niet geschapen, één in wezen met de Vader;
en door Wie alles geworden is.

Die om ons mensen en om onze verlossing uit de hemel is nedergedaald
en vlees heeft aangenomen door de Heilige Geest uit de Maagd Maria,
en Mens geworden is.

Die voor ons onder Pontius Pilatus gekruisigd is,
geleden heeft en begraven is,
Die opgestaan is op de derde dag volgens de Schriften,
Die opgevaren is ten hemel,
en zetelt aan de rechterhand van de Vader.

Die zal wederkomen in heerlijkheid,
om levenden en doden te oordelen,
en aan Wiens Rijk geen einde zal zijn.

En in de Heilige Geest, Heer en Levendmaker,
Die uitgaat van de Vader;

Die aanbeden en verheerlijkt wordt te samen met de Vader en de Zoon;
Die door de profeten gesproken heeft.

In één heilige, katholieke en apostolische Kerk;
Ik belijd één doop tot vergeving van zonden;
Ik verwacht de opstanding van de doden,
en het leven van de komende eeuwigheid. Amen.

Waarlijk, het is waardig, u zalig te prijzen, Moeder Gods,
u de altijd zaliggeprezen, alreine Moeder van onze God:
U, eerbiedwaardiger dan de cherubijnen,

en onvergelykelyk gloriejker dan de serafijnen,
die ongerept God, het Woord, hebt gebaad,
in waarheid Gods Moeder: u verheffen wij.

[hier kan canon of akathist worden ingevoegd]

Heilige God... t/m Onze Vader ...

tropaar (of kondaak) van de dag of van het feest- zie appendix - p.103; en/of:

God van onze vaders, Die altijd met ons handelt volgens Uw zachtmoedigheid: neem Uw barmhartigheid niet van ons weg, maar bestuur ons leven in vrede, omwille van hun gebeden.

Over de hele wereld is Uw Kerk getooid met het bloed van Uw martelaren als met byssos en purper; en door hen roept zij tot U, Christus God: Zend over Uw volk Uw barmhartigheid neer; schenk vrede aan Uw wereld, en aan onze zielen de grote genade.

Eer ...

Met Uw heiligen laat rusten, o Christus, de zielen van Uw dienaren, daar waar geen leed is, noch verdriet, noch verzuchtingen, maar leven zonder einde.

Nu en ...

Door de voorspraak, Heer, van al Uw heiligen en van de Moeder Gods, geef ons Uw vrede en ontferm U over ons, enig Barmhartige.

Heer, ontferm U. *(40x)*

Gij, Die te allen tijde en te aller ure in de hemel en op aarde aanbeden en verheerlijkt wordt, Christus God; Die lankmoedig, vol erbarming en tot het uiterste medelijdend zijt; Die de rechtvaardigen liefhebt en U over de zondaars ontfermt; Die allen tot verlossing roept door de belofte van het komende heil. Gij, Heer, verhoor ook onze smeking van dit uur; richt ons leven naar Uw geboden; heilig onze zielen; zuiver onze lichamen; maak

ons denken recht en onze gedachten rein; en verlos ons van iedere kwelling, alle kwaad en elke smart. Omgeef ons met Uw heilige engelen, opdat wij, door dit heil bewaakt en geleid, mogen komen tot de eenheid van geloof, en tot de kennis van Uw ontoegankelijke heerlijkheid. Want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Heer, ontferm U. (3x) Eer ... Nu en ...

U, eerbiedwaardiger dan de cherubijnen,
en onvergelijklijk glorierijker dan de serafijnen,
die ongerept God, het Woord, hebt gebaard,
in waarheid Gods Moeder: U verheffen wij.

Door de gebeden van onze heilige vaders,
Heer Jezus Christus, onze God, ontferm U over ons. Amen.

in de grote vasten: GEBED VAN DE H. EFRAÏM DE SYRIËR

Heer en Meester van mijn leven
geef mij niet de geest van ledigheid,
bemoeizucht, heerszucht of ijdel gepraat. *pokloon*

Maar geef mij, Uw dienaar,
de geest van zelfbeheersing,
nederigheid, geduld en liefde. *pokloon*

Ja, Heer mijn Koning,
laat mij mijn eigen fouten zien,
en mijn broeder niet veroordelen;
want Gij zijt gezegend in de eeuwen der eeuwen. Amen.

pokloon

*12 kleine buigingen met: God, wees mij zondaar genadig
en onferm U over mij. Dan één pokloon met de herhaling:
Ja, Heer, mijn Koning...*

Heer, ontferm U. (12x) Red en help ons, Alheilige Maagd.

GEBED TOT DE ALHEILIGE MOEDER GODS

Onbevleete, smetteloze, ongerepte, reine Maagd, Koningin en Bruid Gods; door uw wonderbaar ontvangen is God het Woord één geworden met de mensen, en is de afgefallen natuur van ons geslacht weer verbonden met de Hemelse. Gij zijt de enige hoop van hen die zonder hoop zijn, de hulp der strijdenden, de bereidwillige beschermster van hen die tot u roepen, de toevlucht van alle christenen. Verafschuw mij schuldbeladen zondaar niet, die mijzelf door slechte gedachten, woorden en daden geheel waardeloos heb gemaakt, en die door de lictzinnigheid van mijn geest een slaaf geworden ben van de lusten des levens. Wees menslievend, als Moeder van de menslievende God en heb medelijden met mij, reddeloze zondaar, en neem de smeekbede aan die ik U opdraag met onreine lippen. Gebruik uw vrijmoedigheid en bid als Moeder tot Uw Zoon, onze Meester en Heer, dat Hij Zijn menslievend hart vol goedheid voor mij opene, en dat Hij mijn talloze overtredingen vergeve, dat Hij mij door boetvaardigheid doe omkeren, en mijn hart door Zijn geboden onderrichte. Wees mij steeds nabij in uw barmhartige en medelijdende menslievendheid. Wees mij een warme beschermster en hulp in dit tegenwoordige leven. Houd de tegenstander van mij weg, maar leid mij op de weg van het Heil. Wanneer de tijd komt van mijn levenseinde, omarm dan mijn ongelukkige ziel en bespaar mij het duistere gezicht van de boze geesten. Bescherm mij tegen de eeuwige straf op de vreeswekkende dag van het oordeel, en maak mij erfgenaam van de onzegbare heerlijkheid van Uw Zoon, onze God. Schenk mij dit door uw hulp, mijn Meesteres, alheilige Moeder Gods. Door de genade en de menslievendheid van uw eniggeboren Zoon, onze Heer en God en Verlosser Jezus Christus, aan Wie toekomt alle heerlijkheid, eer en aanbidding, tezamen met Zijn beginloze Vader en Zijn alheilige, goede en levendmakende Geest; nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

GEBED TOT ONZE HEER JEZUS CHRISTUS

Geef ons Meester, nu wij slapen gaan, rust naar lichaam en ziel.
Behoed ons voor een zondige slaap en de duistere lusten van de nacht.
Breng tot rust de storm van onze hartstochten,
en doof de vlammende pijlen van de boze, die ons treffen.
Tem onze opstandigheid, en breng onze woelige gedachten tot rust.
God, schenk ons een waakzame geest,
een wijs verstand en een nuchter hart.
Geef ons een weldadige slaap, vrij van duivelse fantasiebeelden.
Doe ons opstaan op de tijd van het gebed, gesterkt door Uw geboden,
en ons Uw oordelen herinnerend.
Schenk ons de genade,
dat wij U heel deze nacht werkelijk mogen verheerlijken,
door het bezingen, zegenen en loven
van Uw alheerlijke en hoogverheven Naam:
van de Vader, de Zoon, en de Heilige Geest;
nu en altijd, en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Hooggeëerde, altijd maagdelijke, gezegende Moeder Gods:
draag ons gebed tot voor uw Zoon, onze God,
en bid dat Hij door u onze zielen moge redden.

Mijn hoop is de Vader;
mijn toevlucht de Zoon;
mijn beschutting de Heilige Geest:
Heilige Drie-eenheid, eer aan U.

Al mijn hoop, stel ik op u, Moeder Gods, bescherm mij onder uw hoede.

Over u, begenadigde, verheugt zich de hele schepping, het engelenkoor
en het geslacht der mensen, geheiligde tempel en geestelijk paradijs,
roem der maagden, uit wie God vlees heeft aangenomen en uit wie Hij
kind is geworden, onze God de Zijnde vóór alle eeuwen. Uw schoot

maakte Hij immers tot een troon en uw binnenste werd wijder dan de hemelen. Over u, begunadigde, verheugt zich de hele schepping, ere zij u.

GEBED TOT DE SCHUTSENGEL

Heilige engel, bijstand van mijn arme ziel en van mijn moeilijk leven: laat mij niet alleen, al ben ik een zondaar, en ga niet van mij weg wegens mijn slapheid. Laat de plaats niet over aan de duivel, die zich dan van mij meester zou maken door zijn macht over dit sterfelijk lichaam. Vat mijn zwakke hand, en leid mij op de weg van het heil.

Heilige engel van God, beschermer en behoeder van mijn krachteloze ziel en lichaam, vergeef mij alles, waarin ik u alle dagen van mijn leven heb bedroefd, en ook waarmee ik vandaag tegen u heb gezondigd.

Bescherm mij dan in deze nacht, en behoed mij tegen de hinderlagen van de vijand, opdat ik God niet door een vergrijp vertoorn.

Wees mijn voorspraak bij de Heer,
opdat ik mag groeien in de vreze voor Hem,
en dienaar van Zijn goedheid mag zijn. Amen.

Tot u, de Aanvoerster die voor ons strijdt,
en die ons van rampspoed hebt bevrijd, zingen wij, uw dienaren, dank en zegehymnen, Moeder Gods. Gij, die onoverwinnelijke macht bezit, bevrijd ons uit alle gevaren, opdat wij tot u roepen: “Verheug u, ongehuwde Bruid.”

Moeder Gods en Maagd, verheug u!
Begunadigde Maria, de Heer is met u.
Gij zijt gezegend onder de vrouwen en
gezegend is de Vrucht van uw schoot,
want gij hebt gebaard de Redder van onze zielen. (3x)

Eer .. Nu en .. Heer, ontferm U. (3x)

Door de gebeden van onze heilige vaders, Heer Jezus Christus onze God, ontferm U over ons. Amen.

SLOTGEBED

Vergeef, Heer, aan hen die ons haten en die ons onrecht hebben gedaan. Doe wel aan onze weldoeners. Geef aan onze broeders en aan onze familieleden al wat zij U vragen voor hun heil en eeuwig leven. Bezoek de zieken en verleen hun de gezondheid. Sta te roer bij hen die op zee zijn. Vergezelschap de reizenden. Schenk vergeving van hun zonden aan hen die ons helpen en die ons weldoen. Ontferm U, volgens uw grote ontferming, over hen die ons onwaardigen gevraagd hebben om voor hen te bidden. Gedenk Heer, onze broeders en zusters, die reeds ontslapen zijn: verleen hun de rust, daar waar het licht van Uw Aanschijn straalt. Gedenk Heer, onze gevangenen, en bevrijd hen uit alle beproevingen. Gedenk, Heer, hen die vrucht dragen en weldaden verrichten in Uw heilige kerken, en schenk hun wat zij U vragen voor hun redding en eeuwig leven. Gedenk Heer, ons, Uw nederige, zondige en onwaardige dienaren en leid ons op het pad van Uw geboden. Door de voorspraak van Uw alreine Moeder, onze koningin, de altijd-maagdelijke Maria; en van al Uw heiligen: want Gij zijt geloofd in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Door de gebeden van onze heilige vaders,
Heer Jezus Christus, onze God, ontferm U over ons. Amen.

Vaak wordt nog iets gezongen voor de Alheilige Moeder Gods:

'ONDER UW HOEDE'

— Onder uw hoe -- de * vluch- ten wij, Maagd en Moe- der van onze
God. * Hoor on zé sme -- king * in alle no- den. * En ver-lós ons uit
het ge- vaar, * Gij die alleén ongeschonden en ge- zè- gend zijt. **
Alheilige Moeder Gods: red ons. _

of:

THEOTOKION

t. 2 _ Allen beschermt gij, o Goe - de, * die in geloof tot uw sterke hand
vluchten, * want wij, zondaars, hebben geen anderè voorspraak bij God,
* in gevaren en droefheid, * terwijl wij gebukt gaan onder vele zonden;
* Moeder van de allèrhoogste God, * daarom vallen wij voor u neer, **
bevrijd uw dienaren uit iedere moeilijke omstan- digheid. _

of:

KRUISTHEOTOKION

t. 1 _ Toen de Maagd Uw onrechtvaardige slachting zag, ó Chris- tus, *
riep zij klagend tot U: * Mijn aller-zoet-ste Kind, * hoe lijdt Gij onrecht-
vaardig; * hoe hangt Gij aan het Kruis, * Die heel de aarde gehangen
hebt boven de wateren. * Laat mij niet alleén, barmhartige Weldoener, **
Uw Moe- der en Dienst - maagd. _

❖ APPENDIX ❖

TROPAREN EN KONDAKEN VAN DE VASTE FEESTDAGEN

8 SEPTEMBER - TROPAAR - GEBOORTE VAN DE MOEDER GODS

t. 4 $\underline{\neq}$ Uw geboorte, o Moeder Gods, * verkondigde vreugde aan heel de wereld, * want uit u is opgegaan de Zon der gerechtigheid, * Christus onze God. * Hij heeft de vloek opgeheven, en zegen gegeven; * Hij heeft de dood vernietigd, ** en schonk ons het eeuwige leven. $\underline{\neq}$

KONDAAK - GEBOORTE VAN DE MOEDER GODS

t. 4 $\underline{\neq}$ Joachim en Anna zijn van de smaad der kinderloosheid bevrijd, * en Adam en Eva uit het bederf van de dood, * door uw heilige geboorte, Ongerep-te. * Dit feest viert ook uw volk. * dat verlost van de schuld der zonden tot u roept: * Dé onvruchtbare baart de Moeder Gods, ** de voedster van ons Leven. $\underline{\neq}$

14 SEPTEMBER - TROPAAR - KRUISVERHEFFING

t. 1 $\underline{\neq}$ Red, Heer, Uw volk, * en zegen Uw erfdeel; * schenk aan de rechtgelovigen de overwinning over de vijanden, ** en bescherm Uw gemeenschap door Uw kruis. $\underline{\neq}$

KONDAAK - KRUISVERHEFFING

t. 4 / Gij, Die U vrijwillig op het kruis hebt verhe- ven, * schenk Uw erbarmen aan de nieuwe gemeenschap die Uw Naam draagt, Christus God. * Verblijd de rechtgelovigen door Uw kracht, * en verleen hun overwinning over de vijanden; * geef hun als Uw hulp in de strijd * één wapen van vrede: ** het onoverwinnelijk zegete- ken. /

21 NOVEMBER - TROPAAR - TEMPELGANG VAN DE MOEDER GODS

t. 4 / Heden is het begin van Gods welbeha- gen * de voorbereidende Verkondiging van de verlossing der mensen. * De Maagd komt in de Tempel Gods * en verkondigt reeds aan allen de Christus. * Tot haar willen ook wij met de engel roe- pen: * Verheug u ** vervulling van het heilsplan van de Schep- per. /

KONDAAK - TEMPELGANG VAN DE MOEDER GODS

t. 4 / De alreine Tempel van de Verlos- ser, * het kostelijk maagdelijk Bruidsvertrek, * de geheiligde Schatkamer van Gods heerlijkheid * wordt heden binnengeleid in het Huis des Heren. * Zij brengt daar de genade van Gods Heilige Geest * terwijl zijn engelen zingen ** zie, daar is de hemelse woon- tent. /

25 DECEMBER - TROPAAR - KERSTFEEST

t. 4 / Uw geboorte, o Christus onze God, * deed op - gaan voor de wereld het Licht van de ken - nis. * Want een ster heeft de aanbidders der ster - ren, * in die kennis onderwe - zen, * om U te aanbidden: de Zon der Gerechtigheid, * en U te kennen, Die opgaat uit den Ho - ge, ** Eer aan U, o Heer. /

KONDAAK - KERSTFEEST

t. 3 \ De Maagd baart heden Hem Die bovenwezenlijk is * en de aarde biedt een grot aan Hem Die ongenaak - baar is. * De engelen zingen de lofzang met de herders, * de Wijzen zijn onderweg met de Sterre, * want voor ons is gebo - ren ** het nieuwe Kind: de vóór-eeu - - - - - wige God. _

1 JANUARI - TROPAAR - BESNIJDENIS

t. 1 _ Gij Die God zijt van nature, albarhartige Heer, * hebt zonder te veranderen een lichaam aangenomen. * De Wet hebt Gij vervuld, * door de besnijdenis in het vlees te willen ondergaan, * om de duisternis te beëindigen * en om de sluier van onze hartstochten weg te snijden. * Eer aan Uw goedheid, o Heer; * eer aan Uw barmhartigheid; ** eer aan Uw onzegbare afdaling tot de mensen, o Woord. _

KONDAAK - BESNIJDENIS - H. BASILIUS

t. 3 De Heer van al wat bestaat ondergaat de besnijdenis, * en de zonden van de stervelingen, snijdt Hij weg in Zijn goedheid. * Heden geeft Hij verlossing aan de wereld. * In den hoge, verheugt zich ook de hiërarch van de Schepper, ** de lichtdragende, en goddelijke, de ingewijde van Christus Basilius.

6 JANUARI - TROPAAR - THEOFANIE

t. 1 Toen Gij gedoopt werd, o Heer, in de Jordaan, * werd de aanbeding van de Drieëenheid geopenbaard, * want de Stem van de Vader heeft van U getuigd, * en noemde U Zijn geliefde Zoon, * en de Geest in de gedaante van een duif * bevestigde de waarheid van dit woord. * Gij zijt verschenen, Christus onze God, ** en hebt de wereld verlicht: eer aan U.

KONDAAK - THEOFANIE

t. 4 Heden zijt Gij verschenen aan de wereld * en Uw licht, o Heer, is op ons afgetekend. * Wij erkennen en bezingen U * Die gekomen en verschenen zijt: ** het ongenaakbaar Licht.

2 FEBRUARI - TROPAAR - ONTMOETING IN DE TEMPEL

t. 1 _ Verheug u, bēgenadigde Moeder Gods en Maagd, * want uit u is opgegaan de Zon der gerechtigheid: * Chris - tus onze God; * Die hen verlicht die in het duister zijn. * Verblijd u ook rechtvaardige grijsaard, * want in uw armen mocht gij ontvangen * de Bevrijder van onze zielen, ** Die aan ons ook de Opstanding schenkt. _

KONDAAK - ONTMOETING IN DE TEMPEL

t. 1 _ Door uw Geboorte hebt Gij de maagdelijke schoot geheiligd * en de armen van de rechtvaardige Simeon gezegend. * Gij zijt gekomen, Chris - tus God * om ons heden te redden. * Schenk vrede aan uw stad ** en versterk hen, die Gij bemint, o enig Menslievende. _

25 MAART - TROPAAR - VERKONDIGING AAN DE MOEDER GODS

t. 4 / Heden is de aanvang van onze Verlos - sing * de openbaring van het eeuwig Heilsmysterie. * De Zoon Gods wordt de Zoon der Maagd. * Gabriël verkondigt de Blijde Boodschap der genade. * Met hem roepen ook wij tot de Moeder Gods: * Verheug u, Hoogbegenadigde, ** de Heer is met u. /

KONDAAK - VERKONDIGING AAN DE MOEDER GODS

1. 8 _ Tot ú de aanvoerster die vòor ons strijd * en die óns van rampspoed hebt bevrijd * zingén wij, uw dienaren, dánk- en zegehymnen, Moeder Gods. * Gij die ónoverwinnelijke macht bezit * bevrijd óns uit alle gevaren, opdat wij tot u roepen: ** Verheug u, onghuwde bruid. _

6 AUGUSTUS - TROPAAR - TRANSFIGURATIE

1. 7 _ Gij werd van gedaán - te veranderd op de berg, o Christus God, * en aan Uw leerlingen toonde Gij Uw heerlijkheid voor zover hun mogelijk was. * Doe ook voor ons zón - daars Uw eeuwig Licht stralen, * door de gebeden van de Moeder Gods. ** Lichtschenker, eer aan U. _

KONDAAK - TRANSFIGURATIE

1. 7 _ Op de berg werd Gij verheerlijkt, Christus God, * en Uw leerlingen aanschouwden Uw heerlijkheid voor zover zij dit konden, * opdat zij, wanneer zij U gekruisigd zouden zien, * Uw lijden als vrijwillig zouden erkennen * en aan de wê - reld zouden verkondigen ** dat Gij waarlijk zijt de Afglans des Vaders. _

15 AUGUSTUS - TROPAAR - ONTSLAPING VAN DE MOEDER GODS

t. 1 _ Bij uw baren zijt gij Maagd gebleven, * en bij uw ontslapen liet gij de wereld niet achter, Moeder Gods * gij zijt overgegaan tot het leven, * want gij zijt de Moeder van het Leven, ** en door uw gebeden redt gij onze zielen van de dood. _

KONDAAK - ONTSLAPING VAN DE MOEDER GODS

t. 2 _ De Moeder Gods, die onvermoeibaar onze voorspraak is, * en onze onwankelbare hoop door haar bescherming, * werd door graf noch dood vastgehouden. * Want als de Moeder des Levens * is zij naar het leven overgebracht, ** door Hem Die haar maagdelijke schoot bewoond heeft. _

TROPAREN EN KONDAKEN VAN DE BEWEGELIJKE FEESTDAGEN

TRIODION - TROPAAR - ZONDAG VAN DE ORTHODOXIE

t. 2 / Wij vereren Uw reine ikoon, ó Goe - de, * en wij vragen vergeving van onze zonden, Christus God. * Hét behaagde U immers om vrijwillig in het vlees het kruis te bestij - gen, * om Uw schepselen te verlossen uit de slavernij van de vijand. * Daarom roepen wij U dankbaar toe: * Gij hebt alles met vreugde vervuld, onze Heiland, ** Die gekomen zijt om de wereld te red - den. _

TROPAAR - LAZARUSZATERDAG EN PALMZONDAG

t. 1 _ Als een belofte van de gemeenschappelijke Opstanding * hebt Gij voor uw lijden * La - zarus uit de doden opgewekt, Christus God. * Laat ons daarom evenals de kinderen * de symbolen dragen der zegepraal, * en tot U roepen, Overwinnaar van de dood: * Hosanna in den hoge, ** gezegend Hij Die komt in de Naam des He - ren. _

KONDAAK - LAZARUSZATERDAG

t. 2 / Christus, de Waarheid, de vreugde van al - len, * en het Licht, het Leven en de Opstanding van de wereld, * is in Zijn Godheid verschenen op aar - de. * Hij is het Voorbeeld van onze opstanding ** en schenkt aan allen Gods vergiffenis. _

TROPAAR - PALMZONDAG

t. 4 / Wij zijn met U medebegraven door de Doop, * Christus onze God, * en door uw Opstanding * is ook aan ons het onsterfelijke Leven verleend. * Zingend roepen wij: * Hosanna in den hoge ** gezegend Hij Die komt in de Naam des Heren. /

KONDAAK - PALMZONDAG

t. 6 _ In de hemel gezeten op de troon, * maar op aarde op een lastdier, * hebt Gij, Christus God, * de hymne der engelen en het gezang der kinderen aanvaard, die U toeriepen: * Gezegend zijt Gij Die komt ** om Adam weer te roepen. _

TROPAAR - PASCHA

t. 1. _ Christus is op ge staan uit de do - den, * de dood vertre - dend door Zijn dood, * en aan hen in de gra - ven ** schonk Hij het leven. _

KONDAAK - PASCHA

t. 8 _ Ofschoon Gij neergedaald zijt in het graf, gij die onsterfelijk zijt * hebt Gij toch de macht der hel vernietigd, * en zijt als Overwinnaar ver - rezen, o Christus, onze God. * Tot de Myrondraagsters hebt Gij gezegd: verheugt u. * Uw apostelen hebt Gij vrede geschonken, ** geef aan de gevallen Verrijzenis. _

TROPAAR - HEMELVAART

t. 4 / Gij zijt opgenomen in heerlijkheid, Christus onze God, * en Gij
 verblijdde Uw leerlingen door de belofte van de Heilige Geest. * Gij
 verzekerde hen door Uw zegen * dat Gij de Zoon zijt van God, ** de
 Verlosser van de we reld.

KONDAAK - HEMELVAART

t. 6 _ Toen Gij de heilsorde om ons volbracht had * en het aardse ver-
 enigd had met het hemelse, * zijt Gij in heerlijkheid opgenomen,
 Christus onze God, * zonder U te verwijderen, bleef Gij ongescheiden,
 * En Gij riep tot hen die U liefhebben: ** Ik ben met u, en niemand
 tegen u. _

TROPAAR - PINKSTEREN

t. 8 _ Gij zijt gezegend, o Christus onze God, * Die de vissers vervuld
 hebt met wijsheid, * toen Gij de Heilige Geest op hen neerzond, *
 Gij ving door hen in Uw net de hele mensheid: ** Mens - lievendé,
 é-re zij U. _

KONDAAK - PINKSTEREN

t. 8 _ Toen de Allerhoogste nederdaalde, * verwarde Hij de talen en
 scheidde de volkeren. * Toen Hij echter de vuurtongen uitdeelde * riep
 Hij allen tot de eenheid. ** Laat ons daarom eenstemmig de Heilige
 Geest ver - heerlijkén. _

TROPAREN EN KONDAKEN VAN DE ZONDAG IN ACHT TONEN

OPSTANDINGSTROPAAR - TOON 1

_ Terwijl de steen door de Joden verzegeld was, * en soldaten uw smeteloos lichaam bewaakten, * zijt Gij ten derde dage opgestaan, ó Heiland, waardoor Gij aan de wereld het leven schonk, * daarom riepen de Krachten der hemelen tot U, o Lévenschenker: * Eer aan Uw Opstanding, ó Christus; * eer aan Uw Koninkrijk; ** eer aan Uw heilsorde, enig Menslievende. _

OPSTANDINGSKONDAAK - TOON 1

_ Als God zijt Gij opgestaan uit het graf in heerlijkheid * en de wereld hebt Gij mede opgewekt. * De mensennatuur bezingt U als God * en de dood is teniet gedaàn. * Adam jubelt, ó Meester, * en Eva, uit haar boeien bevrijd, verheugt zich en roept uit: * Gij zijt het, ó Christus, ** Die aan allen de Op - standing schenkt. _

OPSTANDINGSTROPAAR - TOON 2

_ Toen Gij tot de dood afdaalde, Die het onsterfelijke Leven zijt, * hebt Gij de Hades ter dood gebracht door de bliksem der Godheid * En toen Gij de gestorvenen uit de onderwereld had opgewekt, * riepen alle hemelse machten uit: ** Lévenschenker, Christus onze God, eer aan U. _

OPSTANDINGSKONDAAK - TOON 2

∠ Gij zijt opgestaan uit het graf, almachtige Verlos - ser, * en bij het
aanschouwen van dit wonder stond de onderwereld verslagèn. * Dé
dóden verre - zen, * en heel de schepping verheugt zich tezamen met
U. * Ook Adam ju - belt, ** en het heelal, mijn Verlosser, zingt U
de lofzang zonder ein - de. _

OPSTANDINGSTROPAAR - TOON 3

∩ Laat dé hémel zich verheú - gen, * laat de aarde zich verblij - den,
* want dé Héer heeft kracht gewrocht mét Zijn arm, * door Zijn dood
heeft Hij de dood vertreden, * Hij werd de Eerstgeborene van de
dò - den, * uit de buik van Hadès heeft Hij ons gered, ** en Hij
schonk aan de wereld Zijn grote gena - de. _

OPSTANDINGSKONDAAK - TOON 3

∩ Heden zijt Gij, Barmhartige, opgestaan uit het graf, * en hebt Gij ons
weggeleid uit de poorten des doods. * Heden jubelt Adam en Eva ver-
heugt zich * en de profeten en patriarchen * bezingen zonder ein - de
** de goddelijke macht van Uw heer - schappij. _

OPSTANDINGSTROPAAR - TOON 4

∫ Toen zij de Stralende Boodschap van de Opstanding * vān de Engel
gehoord hadden, * wierpen de Myrondraagsters de voorvaderlijke ver-
oordeling vān zich af * én tot de Apostelen zeiden zij jubelend: * de
dood is overwonnen, verrezen is Christus God, ** Dīe aan de wereld
Zijn grote genade schenkt. ∫

OPSTANDINGSKONDAAK - TOON 4

∫ Mijn Heiland en Verlosser * heeft als barmhartige God de aardgebo-
renen opgewekt, * uit de ketenen vān het graf. * Hij heeft de poorten
der hel verbrijzeld, ** en is als de Gebieder na drie dagen verre-zen. ∫

OPSTANDINGSTROPAAR - TOON 5

∫ Het met de Vader en de Geest medebeginloze Woord, * Dāt uit de
Maagd is geboren omwille van ons heil: * laat ons, gelovigen, Hem
bezingen en aanbidden, * wānt in Zijn welbehagen heeft Hij het Kruis
bestegen in het vlees * én de dood ondergaan, ** én de doden heeft
Hij opgewekt in Zijn roemrijke Opstanding. ∫

OPSTANDINGSKONDAAK - TOON 5

Ter helle zĳt Gĳ neergedaald, mĳn Hei - land, * en in Uw almacht
 hebt Gĳ de ijzeren poorten gebroken. * Als Schepper hebt Gĳ de gestor-
 venen opgewekt; * de prikkel des doods vernie - tigd, * en Adam van
 de vloek bevrijd, o Menslievendē. ** Dāarom roepen wij U allen tōe:
 Heer, red ons. ≡

OPSTANDINGSTROPAAR - TOON 6

De machten der Engelen waren bij Uw graf, * en de wachters lagen
 als dood. * En Maria stond in het graf op zoek naar Uw zuiver lichaam.
 * Gĳ hebt de hades beroofd, en werd er niet door aangetast, * Gĳ ont-
 moette de maagd en gaf het Leven. ** Gĳ die uit de doden zĳt opge-
 staan: Heer, ere zij U. ∟

OPSTANDINGSKONDAAK - TOON 6

Met Uw levenschenkende hand, * wekt Gĳ alle doden op uit het
 duistere dal, * o Levenschenker, Christus onze God, * Die aan het men-
 sengeslacht de Opstanding gegeven hebt. * Gĳ zĳt waarlijk onze
 Heiland, ** onze Verrijzenis, ons Leven, en de God van het heelal. _

OPSTANDINGSTROPAAR - TOON 7

⚡ Door Uw Kruis hebt Gij de kracht van de dood ontbonden, * voor de rover hebt Gij het paradijs geopend. * Gij hebt de klaagzang der Myrondraagsters in vreugde veranderd * en Uw Apostelen hebt Gij bevolen te verkondigen, * dat Gij zijt opgestaan, Christus onze God, ** en aan de wereld Uw grote ontferming verleent. _

OPSTANDINGSKONDAAK - TOON 7

⚡ Niet langer houdt de onderwereld de gestorvenen vast, * want Christus is er afgedaald, * en heeft diens kracht vernietigd. * De hades is geboeid; * de profeten jubelen en roepen: * de Verlosser is aan de gelovigen verschenen. ** Verheft u in het geloof, ter Opstanding.

OPSTANDINGSTROPAAR - TOON 8

_ Uit den Hoge zijt Gij neergedaald, o Barmhartige, * en Gij aanvaardde de drie dagen in het graf, * om ons te bevrijden van onze hartstochten; ** Gij zijt ons leven en onze Opstanding, Heer, ere zij U. ⚡

OPSTANDINGSKONDAAK - TOON 8

_ Nadat Gij zijt opgestaan uit het graf, * hebt Gij de doden opgewekt, * en Adam weer doen opstaan. * De einden der wereld jubelen ** over Uw ontwaken uit de doden, o Albarmhartige. _

TROPAREN EN KONDAKEN VAN DE WEEKDAGEN

TROPAAR VAN DE MAANDAG; DE HEILIGE ENGELN

t. 4 / Gij aanvoerders der hemelse heerscharen, * wij onwaardigen bidden tot u, * dat gij ons beschermt door uw gebeden, * en ons beschut met de dekking van uw vleugelen. * Behoedt ons door uw bovenzinnelijke heerlijkheid, * nu wij nedervallen en tot u roepen: ** redt ons uit de gevaren, aanvoerders der krachten uit den hoge. /

KONDAAK VAN DE MAANDAG; DE HEILIGE ENGELN

t. 2 // Aanvoerders van Gods heerscharen, * liturgen der goddelijke heerlijkheid, * begeleiders der mensen en leiders der engelen, * bidt voor ons om het goede en de grote genade, ** gij aanvoerders der onlichamelijken. _

TROPAAR VAN DE DINSDAG; DE H. JOHANNES DE VOORLOPER

t. 2 // De gedachtenis van een rechtvaardige * wordt gevierd met hymnen, * maar u volstaat het getuigenis des Heren, o Voorloper, * want gij toonde u waarlijk eerbiedwaardiger dan de profeten, * omdat gij Hem die gij predikte mocht dopen in de wateren. * En nadat gij geleden had voor de waarheid, * hebt gij vol vreugde de blijde boodschap gebracht in de Hades, * dat God in het vlees is verschenen. * Die de zonde der wereld weg - neemt ** en ons de grote genade verleent. _

KONDAAK VAN DE DINSdag; DE H. JOHANNES, DE VOORLOPER

Kondaak t.2 / Gods prof^eet en voorloper van de gen^ad^e, * sinds wij uw hoofd in de aarde hebben gevonden als een heilige ro^os, * ontv^angen wij voortdurend genezⁱngen * want zoals vro^eg^er ** verk^ondigt gij opnieu^w bekering aan de w^ereld. _

TROPAAR VAN DE WOENSDAG EN VRIJDAG; HET HEILIG KRUIS

t. 1 / Red, Heer, Uw volk, * en zegen Uw erfde^el; * schenk aan de rechtgel^ovigen de overwinning over de vijanden, ** en bescherm Uw geme^en^schap door Uw kruis. _

KONDAAK VAN DE WOENSDAG EN VRIJDAG; HET HEILIG KRUIS

t. 4 / Gij, Die U vrijwillig op het kruis hebt verhe^ven, * schenk Uw erbarmen aan de nieuwe gemeenschap die Uw Naam draagt, Christus God. * Verblijd de rechtgelovigen door Uw kr^acht, * en verleen hun overwinning over de vijanden; * geef hun als Uw hulp in de strijd * een wapen van vrede: ** het onoverwinnelijk zegeteⁿken. =

TROPAAR VAN DE DONDERDAG; H. APOSTELEN

t. 3 / Heilige A - pos - telen, * bidt tot de barmh^artige God, * dat Hij de vergeving der z^on - den ** moge schenken aan on^ze zie - - - - - len. _

KONDAAK VAN DE DONDERDAG; H. APOSTELN

t. 2 / De onwankelbare, door God sprekende Verkondigers, * Uw uitgelezen leerlingen, * hebt Gij opgenomen Heer, in de genietingen van Uw goederen en in Uw rust. * Want hun moeiten en dood hebt Gij hoger geschat * dan alle brandoffers; ** Gij die alleen de harten kent. _

TROPAAR VAN DE DONDERDAG; HEILIGE NICOLAAS

t. 4 = Als richtsnoer van het geloof, voorbeeld van zachtmoedigheid, * en leraar der onthouding * zo heeft de waarheid uwer daden * U aan Uw kudde getoond. * Door nederigheid hebt gij het verhevene gewonnen; * door armoede de rijkdom. * Vader en aartsbisschop Nicolaas * bidt tot Christus God * * onze zielen te redden. =

TROPAAR VAN DE ZATERDAG; DE KOREN DER HEILIGEN

t. 2 / Apostelen, martelaren en profeten, * hiërarchen, gewijden en rechtvaardigen, * die de goede strijd voleindigd en het geloof bewaard hebt, * gij hebt toegang tot de Verlosser. * Smeekt tot Hem, als de Goede, voor ons, ** dat onze zielen mogen worden gered. _

KONDAAK VAN DE ZATERDAG; DE KOREN DER HEILIGEN

t. 8 _ Als het eerstelingenoffer der natuur * draagt de wereld aan U op, o Heer en Formeerder van de schepping, * de Goddragende martelaren. * Bewaar om hun gebeden Uw Kerk in diepe vrede, ** door de Moeder Gods, Barmhartige. =

❖ PAASUUR ❖

Door de gebeden van onze heilige vaders, Heer Jezus Christus, onze God, ontferm u over ons. Amen

PAASTROPAAR :

Christus is opgestaan uit de doden,
de dood vertredend door Zijn dood,
en aan hen in de graven schonk Hij het leven. (3x)

VERRIJZENISLIED t.6

_ Nu wij Christus' opstanding aanschouwd hebben, * laat ons aanbid-
den de heilige Heer Je - zus, * die alleen zonder zòn - de is.
* Uw kruis vereren wij, ò Christus, * én Uw heilige opstanding bezin-
gen en verheerlijken wij; * want Gij zijt on - ze God. * Buiten U
kennen wij geen andere: * Uw Naam noemen wij. * Komt, alle gelo -
- vigen, * laat ons aanbidden de heilige opstanding van Christus; *
want zie, door het kruis kwam er vreugde over de gehele wereld. * Altijd
de Heer ze - genend, * bezingen wij Zijn opstanding; * want Hij
heeft aan het kruis geleden, ** én door Zijn dood de dood vernietigd. _ 3x

HYPAKOI

t.4 \ Toen de gezellinnen van Maria, * vóór de morgenstond, * de
steen van het graf afgewenteld vonden, * hoorden zij van de en - gel: *
wat zoekt gij Hem, Die leeft in het eeu - wig Licht, * als een mens
temidden der dóden * Ziet de begrafenis' windselen, * spoed u en
verkondigt aan de we - reld * dat de Heer is opgewekt * na de dood
te hebben gedood, * want Hij is de Zoon van God. ** Die redt het
geslacht der men - sen. \

KONDAAK

t.8 _ Ofschoón Gij in het graf zijt neérgedaald, o Onsterf'lijke, * hebt Gij dé macht van de hades vernietigd. * Gij zijt ópgestaan als overwinnaar, Christus, onze God; * en Gij riept tot de myrondraagsters: verheugt u; * en aan Uw apostelen schonk Gij de vrede; ** Gij Die de gevallenen dé opstanding verleent. _

t.4 ⊃ In het graf waart Gij met Uw lichaam, * ín de onderwereld als God met Uw ziel, * in het paradijs met de rover, * en op de troon met de Vader en de Geest, ** o Christus, Die alles vervult, o Onomschrijfbare. ≡

_ Eer aan de Vader, de Zoon en de Heilige Geest _

t.4 ⊃ Levenbréngend * én schoner dan het paradijs * en waarlijk stralender dan ieder koninklijk bruidsvetrek, * zo toonde zich, Christus, Uw graf, ** de bron van onze opstanding. ≡

_ Nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen _

t.4 ⊃ Geheiligde, goddelijke woning van de Allerhoogste, verheug u, * wánt door u, o Moeder Gods, * is ons dé vreugde geschonken, * en wij roe - pen; * gij zijt de gezegende onder de vrou - - wén, ** boven allen reinè koningin. ≡

Heer, ontferm U. (40x) Eer ... Nu en ... U, eerbiedwaardiger ...

PAASTROPAAR Christus is opgestaan ... (3x)

En Hij heeft ons het eeuwige leven geschonken,
wij aanbidden zijn verrijzenis op de derde dag.

LEZING VAN APOSTEL EN EVANGELIE

MAANDAG

PROKIMEN - VAN DE ONLICHAMELIJKEN - TOON 4 - PS 103

$\frac{sol}{mi}$ $\underline{\underline{G}}$ ij maakt Uw Engelen tot winden, * uw diena - ren tot
vlammend vuur. $\underline{\underline{c}}$

*Zegen, mijn ziel, de Heer, Heer mijn God.
Gij zijt zeer verheven.*

APOSTELLEZING - DE VOORGESCHREVEN LEZING VAN DE DAG

ALLELUIA PS. 148

Looft de Heer vanuit de hemelen, looft Hem in den hoge.

Looft Hem al zijn engelen, looft Hem al zijn krachten.

GEBED VOOR HET LEZEN VAN HET EVANGELIE

Laat stralen in onze harten, menslievende Meester, het zuivere licht van Uw goddelijke kennis en open de ogen van ons verstand om de verkondiging van Uw Evangelie te begrijpen. Plant in ons het ontzag voor Uw zalige geboden, zodat wij al onze vleselijke begeerten verdeden en een geestelijke levenswijze leiden en U behagen in al ons denken en doen. Want Gij zijt de verlichting van onze zielen en lichamen, Christus God, en tot U zenden wij de lof evenals tot Uw beginloze Vader en Uw alheilige, goede en levendmakende Geest, nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

EVANGELIELEZING - DE VOORGESCHREVEN LEZING VAN DE DAG

DINSDAG

PROKIMEN - VAN DE VOORLOPER - TOON 7 - PS 63

$\frac{mi}{do}$ \leq De rechtvaardige zal zich verblijden in de Heer, * en
op Hem vertrou - wen. _

God, verhoor mijn gebed, als ik mij tot U richt.

ALLELUIA - PS. 91

*De rechtvaardige zal bloeien als een palmboom,
als een ceder van de Libanon zal hij uitgroeien.*

*Geplant in het huis des Heren,
zullen zij bloeien in de voorhoven van onze God.*

WOENSDAG

PROKIMEN - VAN DE MOEDER GODS - TOON 3 - LK. 1

$\frac{sel}{mi}$ \leq Mijn ziel verheft de Heer, * en gejuicht heeft mijn geest
in God, mijn Red - der. _

Want Hij heeft neergezien op de geringheid van zijn dienstmaagd.

ALLELUIA - PS. 131

Sta op, Heer, ga in tot uw rust, Gij en de Ark uwer heiliging.

*De Heer heeft waarheid aan David gezworen,
en Hij zal Zijn eed nooit breken.*

DONDERDAG

PROKIMEN - VAN DE H. APOSTELEN - TOON 8 - PS. 16

$\frac{h}{a}$
 $\frac{r}{e}$ $\underline{\underline{=}}$ Over heel de aarde is hun geluid uitgegaan, * en tot aan de
grenzen der wereld hun woor - - - - den. $\underline{\underline{=}}$

*De hemelen verhalen de heerlijkheid Gods,
het uitspansel verkondigt het werk Zijner handen.*

ALLELUIA - PS. 86

*De hemelen belijden uw wonderwerken, Heer,
en uw waarheid in de kerk der heiligen.*

*God wordt verheerlijkt in de raad der heiligen,
Hij is groot en vreeswekkend boven allen die Hem omringen.*

VRIJDAG

PROKIMEN - VAN HET KRUIS - TOON 7 - PS. 98

\frac{nu}
 \frac{do} $\underline{\underline{=}}$ Verheft de Heer, onze God, * vereert de voetbank Zijner
voeten, want Hij is hei - - lig. $\underline{\underline{=}}$

De Heer is Koning, laat de volkeren toornen.

ALLELUIA - PS. 73

Gedenk Uw gemeente, die Gij vanaf het begin hebt verworven.

*Toch is God voor de eeuwen onze Koning,
Hij heeft redding bewerkt midden op aarde.*

ZATERDAG

PROKIMEN - VAN DE ONTSLAPENEN - TOON 8 - PS. 31

^{ke}
re ≡ Verblijdt u in de Heer, * en verheugt u,
rechtvaar - - - digen. _

*Zalig zijn zij wier overtredingen zijn vergeven,
en wier zonden zijn bedekt.*

ALLELUIA - PS. 33

*De rechtvaardigen riepen en de Heer heeft hen verhoord,
Hij heeft hen bevrijd uit alle kwellingen.*

*Talrijk zijn de kwellingen der rechtvaardigen,
maar uit al deze zal de Heer hen bevrijden.*

ZONDAG - [TOON 1]

PROKIMEN - VAN DE OPSTANDING - TOON 1 - PS. 32

_ Heer, Uw barmhartigheid kome over ons *
zo - als wij op U ver-trou - wen . ≡

Rechtvaardigen, juicht in de Heer; de oprechten past lofzang.

ALLELUIA - PS. 17

*De God die mij wreekt en volkeren aan mij onderwerpt,
Hij bevrijdt mij ook van mijn verbitterde vijanden.*

*Hij verheft het heil van Zijn koning;
Hij doet barmhartigheid aan Zijn Gezalfde,
aan David, zijn zaad, in eeuwigheid.*