

Sześciopsalmie

I zaczynamy sześć psalmów, słuchając ich w milczeniu i rozrzwinienu, wyznaczony zaś brat z pobożnością i bojaźnią mówi:
Chwała na wysokościach Bogu, a na ziemi pokój w ludziach dobre upodobanie (*trzy razy*). [Łk 2,14]

Panie, otwórz moje wargi i moje usta będą głosić Twoją chwałę (*dwa razy*). [Ps 50,17]

Psalm 3

2 Panie, czemuż się mnożą moi prześladowcy?

Wielu powstaje przeciwko mnie,

3 wielu powiada mojej duszy:

„Nie ma dla niego zbawienia w jego Bogu”.

4 Ty jednak, Panie, jesteś moim wspomóżycielem, moją chwałą,

Ty podnosisz moją głowę.

5 Głosem moim do Pana wołałem, i wysłuchał mnie ze swojej świętej góry.

6 Zasnąłem i spałem, i wstałem, albowiem Pan wspomaga mnie.

7 Nie ulęknę się tysiący ludzi, którzy zewsząd napadają na mnie.

8 Powstań, Panie, wybaw mnie, Boże mój, albowiem Ty poraziłeś wszystkich, którzy bezpodstawnie okazywali mi wrogość,

skruszyłeś zęby grzesznikom.

9 Pana jest zbawienie, i nad Twoim ludem Twoje błogosławieństwo.

6 Zasnąłem i spałem, i wstałem, albowiem Pan wspomaga mnie.

Psalm 37

2 Panie, nie karć mnie w Twojej zapalczywości

i nie doświadczaj mnie w Twoim gniewie.

3 Albowiem Twoje strzały utkwily we mnie i legła na mnie Twoja ręka.

4 Nie ma uleczenia w moim ciele w obliczu Twojego gniewu, nie ma pokoju moim kościom w obliczu moich grzechów.

5 Albowiem moje nieprawości przewyższają moją głowę, jak ciężkie brzemie mnie gniotą.

6 Cuchną i gniją moje rany z powodu mojego szaleństwa.

7 Wycierpiałem i pochyliłem się bardzo, cały dzień chodzę smutny.

8 Albowiem moje lędźwie zostały napełnione szyderstwami, i nie ma uleczenia w moim ciele.

9 Osłabłem i upokorzony jestem bardzo, szlochałem od wzdychania mojego serca.

10 Panie, przed Tobą wszelkie moje pragnienie

i moje wzdychanie nie skryje się przed Tobą.

11 Moje serce się trwoży, opuściła mnie moja siła,

i światła moich oczu nie ma przy mnie.

12 Moi przyjaciele i moi bliscy przybliżyli się do mnie i stanęli.

13 Moi bliźni stanęli daleko ode mnie i czyhają na moją duszę, i szukają zła dla mnie, mówią marność i cały dzień uczą się knuć zdrady.

14 A ja, niby głuchy, nie słyszę, jak niemy, nie otwieram moich ust.

15 I stałem się jak człowiek, który nie słyszy i nie ma w swoich ustach oskarżenia.

16 Albowiem w Tobie, Panie, mam nadzieję, Ty usłyszysz, Panie Boże mój.

17 Albowiem rzekłem:

„Niech nie mają ze mnie radości moi wrogowie”,

kiedy chwieją się moje nogi, oni pyszną się nade mnie.

18 Albowiem jestem przygotowany na rany, i moja boleść jest zawsze przede mną.

19 Albowiem wyjawię moją nieprawość i będę się martwił moim grzechem.

20 Moi wrogowie żyją i wzmacniają się bardziej niż ja, rozmnożyli się nienawidzący mnie bez powodu.

21 Ci, którzy odpłacają mi złem za dobro, znieślawiają mnie,

albowiem prześladują sprawiedliwość.

22 Nie opuszczaj mnie, Panie Boże mój, nie odstępуй ode mnie.

23 Pospiesz mi na pomoc, Panie mojego zbawienia.

22 Nie opuszczaj mnie, Panie Boże mój, nie odstępуй ode mnie.

23 Pospiesz mi na pomoc, Panie mojego zbawienia.

Psalm 62

2 Boże, Boże mój, dla Ciebie wstaję o poranku, moja dusza pragnie Ciebie, jakże tęskni do Ciebie moje ciało na ziemi pustynnej, nieprzebytej i bezwodnej.

3 Pojawiam się przed Tobą w świątyni, aby widzieć Twoją moc i Twoją chwałę.

4 Albowiem Twoje miłosierdzie jest lepsze od życia, moje wargi będą Ciebie wystawiać.

5 Tak błogosławić będę Ciebie w moim życiu, w Twoje imię będę podnosić moje ręce.

6 Niby tłuszczeniem i szpikiem sycić się będzie moja dusza i moje usta będą Ciebie sławić radosnymi wargami.

7 Jak wspominałem Ciebie na moim łożu, tak o poranku myślę o Tobie,

8 byłeś bowiem dla mnie moim pomocnikiem i w cieniu Twoich skrzydeł rozraduję się.

9 Przywarła moja dusza do Ciebie, podtrzymuje mnie Twoja prawica.

10 Oni zaś bezskutecznie szukają mojej duszy, wejdą do najgłębszej otchłani ziemi.

11 Zostaną wydani we władzę miecza i staną się pastwą szakali.

12 Król zaś będzie się weselić w Bogu, chlubić się będzie każdy, kto na Niego przysięga,

albowiem zamknięte zostaną usta mówiących niesprawiedliwie.

7 o poranku myślę o Tobie,

8 byłeś bowiem dla mnie moim pomocnikiem

i w cieniu Twoich skrzydeł rozraduję się.

9 Przywarła moja dusza do Ciebie, podtrzymuje mnie Twoja prawica.

Chwała Ojcu i Synowi i Świętemu Duchowi, i teraz, i zawsze, i na wieki wieków. Amen.

Alleluja. Alleluja. Alleluja, chwała Tobie, Boże (*trzy razy bez pokłonów*). Panie, zmiłuj się (*trzy razy*). Chwała Ojcu i Synowi i Świętemu Duchowi, i teraz, i zawsze, i na wieki wieków. Amen.

Psalm 87

2 Panie, Boże mojego zbawienia, w dzień wołam i w nocy przed Tobą.

3 Niech dojdzie do Ciebie moja modlitwa, nakłoń Twoje ucho do mojego błagania.

4 Albowiem moja dusza pełna jest nieszczęść i moje życie bliskie jest otchłani.

5 Zaliczono mnie do tych, którzy zstępują do dołu,

jestem jak człowiek bez pomocy,
6 wolny pośród umarłych.
Albowiem zabici śpią w grobie,
o których już nikt nie pamięta,
i którzy od Twojej ręki są odłączeni.
7 Położyłeś mnie na dnie otchłani,
w ciemnicy i cieniu śmierci.
8 Utwierdził się na mnie Twój gniew
i sprowadziłeś na mnie wszystkie Twoje
nawałnice.
9 Oddaliłeś ode mnie moich znajomych,
uczyniłeś mnie dla nich ohydą,
zdradzony zostałem i nie mam wyjścia.
10 Moje oczy osłabły z nędzy,
wołam do Ciebie, Panie, cały dzień,
wyciągam do Ciebie moje ręce.
11 Czyż dla umarłych będziesz czynić cuda?
Lub czy lekarze ich wskrzeszą
by wyznawali Ciebie?
12 Czyż ktoś będzie w grobie opowiadać
Twoje miłosierdzie

i Twoją prawdę w miejscu zagłady?
13 Czyż znane będą w ciemności Twoje cuda
i Twoja sprawiedliwość w krainie
zapomnienia?
14 A ja do Ciebie, Panie, wołam,
i rano uprzedzi Ciebie moja modlitwa.
15 Czemu, Panie, odtrącasz moją duszę,
odwracasz ode mnie swoje oblicze?
16 Jestem ubogi i w trudach od mojej
młodości, podniosłem się, ukorzyłem się i
osłabłem.
17 Spadł na mnie Twój gniew
i Twoje groźby mnie przeraziły.
18 Ogarnęły mnie jak woda, cały dzień
wszystkie mnie otaczają.
19 Oddaliłeś ode mnie przyjaciela i sąsiada,
i moich znajomych od cierpień.
2 Panie, Boże mojego zbawienia,
w dzień wołam i w nocy przed Tobą.
3 Niech dojdzie do Ciebie moja modlitwa,
nakłoń Twoje ucho do mojego błagania.

Psalm 102

1 Błogosław, duszo moja, Pana,
i całe moje wnętrze,
imię Jego święte.
2 Błogosław, duszo moja, Pana,
i nie zapominaj wszystkich Jego
dobrodziejstw.
3 On oczyszcza wszystkie twoje nieprawości,
leczy wszystkie twoje choroby.
4 On wybawia twoje życie z zagłady,
koronuje cię łaską i zmiłowaniem,
5 twoje pragnienie nasycą dobrami,
twoja młodość odnowi się jak u orła.
6 Pan czyni miłosierdzie
i sprawiedliwość wszystkim uciśnionym.
7 Oznajmił Mojżeszowi swoje drogi,
swoją wolę synom Izraela.
8 Pan jest szczodry i miłosierny,
wielce cierpliwy i wielce łaskawy.
9 Nie jest zagniewany na zawsze,
nie chowa urazy na wieki.

10 Nie postępuje z nami według naszych
nieprawości,
ani nie odplaca nam według naszych
grzechów.
11 Albowiem jak niebiosa wysoko nad ziemią,
tak umocnił Pan swoje miłosierdzie nad
tymi, którzy się Go lękają.
12 Jak daleko wschód od zachodu,
tak oddalił od nas nasze nieprawości.
13 Jak lituje się ojciec nad synami,
tak lituje się Pan, nad tymi,
którzy się Go lękają.
14 Albowiem On zna swoje stworzenie,
pamięta, że jesteśmy prochem.
15 Dni człowieka jak trawa,
jak kwiat polny przekwita,
16 albowiem muśnie go wiatr i już go nie ma,
i jego miejsce już go nie pozna.
17 Ale miłosierdzie Pańskie od wieków
i na wieki nad tymi, którzy się Go lękają.

18 I Jego sprawiedliwość nad synami synów,
którzy chronią Jego przymierze
i pamiętają o Jego przykazaniach,
aby je wypełniać.

19 Pan na niebiosach przygotował swój tron
i Jego królestwo wszystkim włada.

20 Błogosławcie Pana, wszyscy Jego
aniołowie, silni mocą, wykonujący Jego
rozkazy, słuchający głosu Jego słów.

21 Błogosławcie Pana, wszystkie Jego moce,
Jego słudzy, czyniący Jego wolę.

22 Błogosławcie Pana, wszystkie Jego dzieła,
na każdym miejscu Jego panowania.

Błogosław, duszo moja, Pana.

22 Na każdym miejscu Jego panowania.

Błogosław, duszo moja, Pana.

Psalm 142

1 Panie, usłysz moją modlitwę,
wysłuchaj mojego błagania w Twojej
prawdzie, usłysz mnie w Twojej
sprawiedliwości.

2 I nie pozywaj na sąd Twojego sługi,
bo żaden żyjący nie usprawiedliwi się przed
Tobą.

3 Albowiem wróg ściga moją duszę,
moje życie ukorzył do ziemi,
posadził mnie w ciemnościach,
jak tych, co dawno umarli.

4 I omdlał we mnie mój duch,
struchlało we mnie moje serce.

5 Wspominam dawne dni,
rozmyślałam o wszystkich Twoich dziełach,
rozpamiętuję czyny Twoich rąk.

6 Wyciągnąłem ku Tobie moje ręce,
moja dusza tęskni do Ciebie jak spragniona
ziemia.

7 Usłysz mnie szybko, Panie,
bo ustaje mój duch,
nie odwracaj swego oblicza ode mnie,
bo upodobnię się do zstępujących do grobu.

8 Spraw, abym rankiem usłyszał o Twoim
miłosierdziu,
albowiem w Tobie złożyłem nadzieję.

Wskaż mi, Panie, drogę, którą pójdę,
ku Tobie bowiem podnoszę moją duszę.

9 Uwolnij mnie od moich wrogów,
Panie, do Ciebie się uciekam.

10 Naucz mnie pełnić Twoją wolę,
albowiem Ty jesteś moim Bogiem.
Niech dobry Twój Duch prowadzi mnie
ku ziemi prawej.

11 Ze względu na Twoje imię, Panie,
ożyw mnie,
Twoją sprawiedliwością wyprowadź moją
duszę z udręki.

12 I w Twoim miłosierdziu zniszczysz moich
wrogów,
wytracisz wszystkich nastających na moją
duszę,
albowiem ja jestem Twoim sługą.

1* Usłysz mnie, Panie, w Twojej
sprawiedliwości, 2 i nie pozywaj na sąd
Twojego sługi.

1* Usłysz mnie, Panie, w Twojej
sprawiedliwości, 2 i nie pozywaj na sąd
Twojego sługi.

10* Niech dobry Twój Duch
prowadzi mnie ku ziemi prawej.

Chwała Ojcu i Synowi i Świętemu Duchowi, i teraz, i zawsze, i na wieki wieków. Amen.
Alleluja. Alleluja. Alleluja, chwała Tobie, Boże (trzy razy).