

ΙΕΡΑ ΣΥΝΟΔΟΣ  
ΚΑΘΟΛΙΚΗΣ ΙΕΡΑΡΧΙΑΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΨΑΛΜΟΙ  
και  
ΩΔΕΣ

ΓΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΧΡΗΣΗ

Έκδοση  
Συνοδικής Επιτροπής για τη Θεία Λατρεία  
2010



**ΙΕΡΑ ΣΥΝΟΔΟΣ  
ΚΑΘΟΛΙΚΗΣ ΙΕΡΑΡΧΙΑΣ ΕΛΛΑΔΟΣ**

Αρ.Πρωτ.: 34/09

**ΔΙΑΤΑΓΜΑ**

Η παρούσα έκδοση των Ψαλμών και των Ωδών (της Παλαιάς και της Καινής Διαθήκης) των οποίων γίνεται χρήση στη Θεία Λατρεία στο Ρωμαϊκό Τυπικό, είναι η επίσημη απόδοση στη νεοελληνική που εγκρίθηκε από την Ιερά Σύνοδο της Καθολικής Ιεραρχίας Ελλάδος.

Η χρήση της καθίσταται υποχρεωτική από την ημέρα της δημοσίευσης της για όλες τις επόμενες εκδόσεις Λειτουργικών Βιβλίων και κάθε φορά που χρησιμοποιούνται Ψαλμοί ή Ωδές στην προσευχή της Εκκλησίας.

Δόθηκε στην Άνω Σύρο στις 30 Σεπτεμβρίου 2009

Μνήμη του Αγίου Ιερωνύμου



*+ Φραγκίσκος*

+ Φραγκίσκος  
Επίσκοπος Σύρου, Θήρας και Κρήτης  
Πρόεδρος της Ιεράς Συνόδου Καθολικής Ιεραρχίας Ελλάδος

## ΑΝΤΙ ΠΡΟΛΟΓΟΥ

### *Η φωνή της Εκκλησίας, που γλυκά ψάλλει*

Από την Αποστολική Διάταξη Divino Afflatu του αγίου Πίου Γ', πάπα

(AAS 3 [1911], 633-635)

Υπό θεία έμπνευση συντέθηκαν οι ψαλμοί, των οποίων η συλλογή βρίσκεται στην Αγία Γραφή, και από όπου, ήδη από τις αρχές της Εκκλησίας, σταθερά αντλήθηκαν κατά τρόπο θαυμαστό για να θρέψουν την ευλάβεια των πιστών, οι οποίοι πρόσφεραν συνεχώς στον Θεό διά του Ιησού σαν θυσία τον ύμνο τους, δηλαδή τον καρπό των χειλιών τους, που ομολογούσαν το μεγαλείο του Θεού (πρβλ. Εβρ 13, 15· Ωσ 14, 3).

Επίσης, σύμφωνα με την συνήθεια που υπήρχε ήδη στον παλαιό Νόμο, στην ίδια τη θεία Λατρεία και στην Ακολουθία των Ωρών ένα σημαντικό μέρος αποτελείται από ψαλμούς. Από αυτούς, όπως λέει ο Βασίλειος, γεννήθηκε η «*φωνή της Εκκλησίας*», καθώς και η ψαλμωδία, «*θυγατέρα της υμνωδίας*», όπως την αποκαλεί ο προκάτοχός μας Ουρβανός Η', «*η οποία εγκωμιάζει ανελλιπώς ενώπιον του θρόνου του Θεού και του Αγίου*».

Είναι προπάντων οι ψαλμοί οι οποίοι, κατά τον λόγο του αγίου Αθανασίου, διδάσκουν τους ανθρώπους τους αφιερωμένους στη θεία Λατρεία, «*κατά ποιον τρόπο οφείλουν να υμνούν τον Θεό και με ποια λόγια να τον δοξολογούν επάξια*». Πολύ όμορφα λέει επί του προκειμένου ο Αυγουστίνος: «*Επειδή ο Θεός θέλει να τον δοξάζουν σωστά οι άνθρωποι, ο ίδιος ο Θεός δόξασε τον εαυτό του· κι επειδή ευδόκησε να δοξάσει τον εαυτό του, γι' αυτό και οι άνθρωποι ανακάλυψαν τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να τον δοξάσουν*».

Στους ψαλμούς ενυπάρχει μια έμφυτη δύναμη η οποία παρακινεί όλες τις ψυχές στην εξάσκηση των αρετών. Αν και

όλη η Γραφή μας, τόσο η Παλαιά όσο και η Καινή, είναι εμπνευσμένη από το Πνεύμα του Θεού και είναι ωφέλιμη για τη διδασκαλία της αλήθειας (πρβλ. Α΄ Τιμ 3, 16), όμως ιδιαιτέρως το βιβλίο των ψαλμών, κατά τον Αθανάσιο, σαν παράδεισος, εμπεριέχει τους καρπούς όλων των υπόλοιπων βιβλίων. Έτσι το Ψαλτήριο όχι μόνο συνοψίζει τις υπόλοιπες βιβλικές ωδές, αλλά συνθέτει και τις δικές του, τις οποίες συνοδεύει και ανυψώνει με τον ήχο της κιθάρας. Ο άγιος Αθανάσιος ορθά προσθέτει επίσης τα εξής: «*Στα μάτια μου οι ψαλμοί μοιάζουν με καθρέφτη, στον οποίο βλέπει κανείς τον εαυτό του και την ψυχική του κατάσταση, και νιώθει έτσι την επιθυμία να τους απαγγείλει*». Έτσι και ο άγιος Αυγουστίνος στις Εξομολογήσεις αναφωνεί: «*Πόσο έκλαψα ακούγοντας τους ύμνους και τους ψαλμούς σου, ζωηρά συγκινημένος από τις φωνές της Εκκλησίας σου, που γλυκά σου έψαλλε! Οι φωνές εκείνες έρρεαν στα αυτιά μου και σάλαζε η αλήθεια στην καρδιά μου· αναζωπυρωνόταν το πάθος της ευλάβειας κι έτρεχαν τα δάκρυα, που τόση χαρά μου προκαλούσαν*».

Πράγματι, ποιος δεν θα ένιωθε παρακινημένος να επαναλάβει εκείνους τους ψαλμικούς στίχους, στους οποίους τόσο υψηλά διακηρύσσεται το απέραντο μεγαλείο του Θεού, η παντοδυναμία του, η ανείπωτη δικαιοσύνη και καλοσύνη και επιείκειά του, καθώς και τα άλλα άπειρα προτερήματά του; Ποιον, αυτό το έντονο θρησκευτικό συναίσθημα που τους διαποτίζει, δεν θα τον παρότρυνε να ευχαριστήσει για τις ευεργεσίες που έλαβε από τον Θεό, ή να ανυψώσει με πίστη προσευχές ταπεινές προσδοκώντας μια χάρη, ή να μετανοήσει για τις κραυγαλέες αμαρτίες και να μεταστρέψει την ψυχή του; Ποιος δεν θα φλεγόταν από αγάπη βλέποντας στους ψαλμούς να διαμορφώνεται, σαν σε σκιά, η εικόνα του Λυτρωτή Χριστού; Δίκαια, λοιπόν, ο Αυγουστίνος άκουγε «*σε όλους τους ψαλμούς τη φωνή του Χριστού να ψάλλει, να θρηνεί, να ευφραίνεται, να ελπίζει και να προσδοκεί*».

## ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

1 - Στην αρίθμηση των Ψαλμών ακολουθείται εκείνη της Nova Vulgata – Editio altera, που είναι το επίσημο και αναγνωρισμένο κείμενο της Αγίας Γραφής της Καθολικής Εκκλησίας.

2 - Πριν το ψαλμικό κείμενο παρατίθενται οι λεγόμενες «διδασκαλίες», δηλαδή εκείνα τα νεοδιαθηκικά χωρία, όπως κι εκείνα των Πατέρων και Διδασκάλων της Εκκλησίας, τα οποία διαφωτίζουν τους ψαλμούς και προσανατολίζουν την προσευχή δίνοντάς της χαρακτήρα χριστιανικό.

3 - Στις Ωδές υπάρχει αρίθμηση (αραβική για την ΠΔ και του ελληνικού αλφαβήτου για εκείνες της ΚΔ). Η αρίθμηση αυτή δεν είναι ούτε της Nova Vulgata ούτε της Ακολουθίας των Ωρών στα λατινικά, αλλά έγινε για τη διευκόλυνση του αναγνώστη.

4 - Κάποιοι μεγάλοι ψαλμοί έχουν διαιρεθεί σε τρία ή και τέσσερα μέρη, πχ. ο Ψλ 18 (17), των οποίων προηγείται λατινική αρίθμηση.

5 - Σε μερικούς ψαλμούς ορισμένοι στίχοι είναι σε αγκύλες, πχ. στον Ψλ 69 (68) οι στ. 23-29. Αυτό σημαίνει πως αυτοί οι στίχοι, λόγω της σκληρότητας των εικόνων τους, δεν φέλνονται στην Ακολουθία των Ωρών.







# ΟΙ ΨΑΛΜΟΙ



## Βιβλίο Πρώτο (Ψαλμοί 1-41)

### Ψαλμός 1

Για τους δύο δρόμους του ανθρώπου

*Μακάριοι αυτοί, οι οποίοι, ελπίζοντας στον σταυρό, κατέβηκαν στο νερό του βαπτίσματος (Από έναν άγνωστο συγγραφέα του Β΄ αιώνα).*

1 Μακάριος ο άνθρωπος που δεν πορεύτηκε \*  
στον ασεβών τις συναθροίσεις

και στον δρόμο των αμαρτωλών δεν στάθηκε \*  
και σε συμβούλιο χλευαστών δεν κάθισε.

2 Αλλά ο νόμος του Κυρίου είναι η χαρά του, \*  
και τον νόμο του μελετά ημέρα και νύχτα.

3 Θα είναι σαν το δέντρο το φυτεμένο †  
δίπλα σε νερά τρεχούμενα, \*  
που τους καρπούς θα δώσει στον καιρό του.

Και τα φύλλα του ποτέ δεν θα μαραίνονται, \*  
όλα τα έργα του θα κατευοδώνονται.

4 Δεν είναι έτσι οι ασεβείς, δεν είναι έτσι, \*  
αλλά σαν το άχυρο που το σκορπίζει ο άνεμος.

5 Γι' αυτό οι ασεβείς θα καταδικαστούν στην κρίση, \*  
οι αμαρτωλοί θα αποκλειστούν από τη σύναξη των δικαίων.

6 Επειδή γνωρίζει ο Κύριος την οδό των δικαίων, \*  
ενώ η πορεία των ασεβών οδηγεί στην απώλεια.

## Ψαλμός 2

### Ο Μεσσίας, βασιλέας και νικητής

*Πραγματικά, εναντίον του αγίου δούλου σου, του Ιησού, τον οποίο εσύ έχρισες Μεσσία, συγκεντρώθηκαν ο Ηρώδης και ο Πόντιος Πιλάτος μαζί με πλήθος εθνικών και Ιουδαίων (Πραξ 4, 27).*

<sup>1</sup> Γιατί συνταράχθηκαν τα έθνη, \*  
και οι λαοί μάταια συνωμότησαν;

<sup>2</sup> Οι βασιλείς της γης ξεσηκώθηκαν, †  
και οι άρχοντες συνάχθηκαν στο ίδιο μέρος, \*  
εναντίον του Κυρίου κι εναντίον του χριστού του.

<sup>3</sup> «Ας διαρρήξουμε τα δεσμά τους \*  
και ας αποτινάξουμε τον ζυγό τους».

<sup>4</sup> Αυτός που κατοικεί στους ουρανούς θα τους περιγελάσει, \*  
ο Κύριος θα τους εμπαίξει.

<sup>5</sup> Τότε οργισμένος θα τους μιλήσει \*  
και θυμωμένος θα τους συνταράξει:

<sup>6</sup> «Εγώ κατέστησα τον βασιλέα μου, \*  
επάνω στη Σιών, το αγίο μου όρος».

<sup>7</sup> Θα εξαγγείλω το πρόσταγμά του· †  
ο Κύριος μου είπε: «Υιός μου εσύ είσαι, \*  
εγώ σήμερα σε γέννησα.

<sup>8</sup> Ζήτησέ μου και θα σου δώσω τα έθνη ως κληρονομία σου, \*  
και τα πέρατα της γης ως κτήμα σου.

<sup>9</sup> Θα τα ποιμάνεις με σιδερένια ράβδο, \*  
και θα τα συντρίψεις σαν πήλινο σκεύος».

<sup>10</sup> Και τώρα, βασιλείς, συνέλθετε, \*  
εσείς που κρίνετε τη γη, συμμορφωθείτε.

<sup>11</sup> Υπηρετήστε τον Κύριο με φόβο, \*

και αγαλλιιάστε ενώπιόν του με τρόμο.

12 Συνετιστείτε, μην οργιστεί και χαθείτε στην πορεία, \*  
όταν γρήγορα θα ανάψει ο θυμός του.

Μακάριοι όσοι έθεσαν \*  
σε αυτόν την εμπιστοσύνη τους.

## Ψαλμός 3

«Ο Κύριος προστάτης μου»

*Αποκοιμήθηκε στον ύπνο του θανάτου και ξύπνησε στην ανάσταση,  
επειδή ο Κύριος τον προστάτεψε (Αγ. Ειρηναίος).*

2 Κύριε, γιατί πλήθυναν όσοι με θλίβουν; \*  
Πολλοί επαναστάτησαν εναντίον μου.

3 Πολλοί λένε στην ψυχή μου: \*  
«Δεν υπάρχει γι' αυτόν σωτηρία στον Θεό του».

4 Εσύ όμως, Κύριε, είσαι ο προστάτης μου, \*  
η δόξα μου, και αυτός που υψώνει την κεφαλή μου.

5 Με τη φωνή μου κραύγασα στον Κύριο, \*  
και με εισάκουσε από το άγιό του όρος.

6 Εγώ πλάγιασα και αποκοιμήθηκα, \*  
ξύπνησα, επειδή ο Κύριος με προστάτεψε.

7 Δεν θα φοβηθώ τις μυριάδες λαού που με περικυκλώνουν. \*  
Σήκω, Κύριε, σώσε με, Θεέ μου.

8 Διότι εσύ πάταξες όσους μάταια με εχθρεύονται, \*  
συνέτριψες των αμαρτωλών τα δόντια.

9 Του Κυρίου η σωτηρία, \*  
κι επάνω στον λαό σου η ευλογία σου.

## Ψαλμός 4

### Ευχαριστία

*Θαυμάσια έργα έκανε ο Κύριος, γι' αυτόν τον οποίο ανέστησε από τους νεκρούς (Αγ. Αυγουστίνος).*

2 Όταν σε επικαλέστηκα με εισάκουσες, \*  
Θεέ της δικαιοσύνης μου.

Στη θλίψη με ανακούφισες, \*  
ελέησέ με και εισάκουσε την προσευχή μου.

3 Άνθρωποι, ως πότε θα είστε σκληρόκαρδοι; \*  
Γιατί αγαπάτε τη ματαιότητα και αναζητάτε το ψεύδος;

4 Γνωρίστε ότι ο Κύριος κάνει θαυμάσια για τον όσιό του, \*  
όταν τον επικαλεστώ, θα με εισακούσει ο Κύριος.

5 Οργιστείτε, αλλά μην αμαρτήσετε, †  
μελετήστε μέσα στις καρδιές σας \*  
και ησυχάστε στις κλίνες σας.

6 Προσφέρετε θυσία δικαιοσύνης, \*  
κι ελπίζετε στον Κύριο.

7 Πολλοί λένε: †  
«Τα αγαθά ποιος θα μας τα δείξει;» \*  
Λάμπσε επάνω μας το φως του προσώπου σου, Κύριε.

8 Έδωσες ευφροσύνη στην καρδιά μου, \*  
μεγαλύτερη από όση όταν αφθονούν το κρασί και το σιτάρι τους.

9 Θα πλαγιάσω και θα αποκοιμηθώ με ειρήνη, \*  
διότι εσύ μόνο, Κύριε, μου χαρίζεις ασφαλή κατοικία.

## Ψαλμός 5

### Πρωινή ικεσία για βοήθεια

*Εκείνοι που δέχτηκαν τον Λόγο κι έγιναν κατοικία του, αιώνια θα ευφραίνονται.*

2 Τα λόγια μου εισάκουσε, Κύριε, \*  
δείξε κατανόηση στην κραυγή μου.

3 Πρόσεξε τη φωνή της δέησής μου, \*  
βασιλέα μου και Θεέ μου.

4 Διότι θα επικαλεστώ εσένα, Κύριε: †  
το πρωί θα εισακούσεις τη φωνή μου, \*  
το πρωί θα σταθώ ενώπιόν σου και θα προσμένω.

5 Διότι δεν είσαι Θεός που αγαπά την ανομία, †  
ούτε θα κατοικήσει ο πονηρός πλησίον σου, \*

6 ούτε θα μείνουν οι παράνομοι εμπρός στα μάτια σου.

7 Μίσησες όσους εργάζονται την ανομία, †  
κάνεις να χαθούν όσους λαλούν το ψεύδος. \*  
Ο Κύριος απεχθάνεται τον αιμοχαρή και δόλιο άνθρωπο.

8 Όμως εγώ, χάρη στο πλήθος του ελέους σου, †  
θα εισέλθω στον οίκο σου: \*  
θα προσκυνήσω στον άγιο ναό σου γεμάτος από τον φόβο σου.

9 Κύριε, χάρη στη δικαιοσύνη σου, οδήγησέ με, †  
ως απάντηση στους εχθρούς μου, \*  
κατεύθυνε τον δρόμο μου ενώπιόν σου.

10 Επειδή στο στόμα τους η αλήθεια δεν υπάρχει, \*  
η καρδιά τους είναι λάκκος.

Τάφος ανοιχτός ο λάρυγγάς τους, \*  
κολακεύουν με τη γλώσσα τους.

11 Κρίνε τους, Θεέ, ας πέσουν μέσα στις παγίδες τους, †  
για όλα τους τα εγκλήματα εκδίωξέ τους, \*  
διότι σε παραπύκρναν, Κύριε.

12 Και ας ευφραίνονται όσοι ελπίζουν σ' εσένα \*  
κι αιώνια ας αγάλλονται.

Θα τους επισκιάσεις και θα καυχώνται για σένα, \*  
όλοι όσοι αγαπούν το όνομά σου,

13 επειδή εσύ, Κύριε, θα ευλογήσεις τον δίκαιο, \*  
σαν ασπίδα, με την εύνοιά σου θα τον επικαλύψεις.

## Ψαλμός 6

Ο δοκιμαζόμενος άνθρωπος εκλιπαρεί τη θεία επιείκεια

*Νιώθω ταραχή μέσα μου ... Πατέρα, γλίτωσέ με από ό,τι θα συμβεί αυτή  
την ώρα (Ιω 12, 27).*

2 Κύριε, μη με ελέγξεις μέσα στον θυμό σου, \*  
ούτε να με τιμωρήσεις μέσα στην οργή σου.

3 Ελέησέ με, Κύριε, επειδή είμαι αδύναμος, \*  
θεράπευσέ με, Κύριε, επειδή ταραχθήκαν τα οστά μου.

4 Και η ψυχή μου πάρα πολύ ταραχθήκε, \*  
αλλά εσύ, Κύριε, ως πότε;

5 Επίστρεψε, Κύριε, λύτρωσε την ψυχή μου, \*  
σώσε με, χάρη στην ευσπλαχνία σου.

6 Διότι κανείς από τους νεκρούς δεν σε θυμάται \*  
και ποιος μέσα στον άδη θα σε δοξολογήσει;

7 Κουράστηκα να αναστενάζω, †  
έλουζα κάθε νύχτα την κλίνη μου, \*  
με δάκρυα πότιζα το στρώμα μου.

8 Ταραχθήκαν από τους λυγμούς τα μάτια μου, \*  
γέρασα ανάμεσα σε όλους τους εχθρούς μου.

9 Φύγετε από μπροστά μου όσοι εργάζεστε την ανομία \*  
επειδή εισάκουσε ο Κύριος τη φωνή των δακρύων μου.



10 Εισάκουσε ο Κύριος τη δέησή μου, \*  
δέχτηκε ο Κύριος την προσευχή μου.

11 Με ντροπή ας καλυφτούν οι εχθροί μου όλοι †  
και ας νιώσουν ταραχή μεγάλη, \*  
ας οπισθοχωρήσουν γρήγορα καταντροπιασμένοι.

## Ψαλμός 7

### Προσευχή του δικαίου που καταδιώκεται

*Ιδού ο κριτής, στέκεται ήδη στην πόρτα (Ιακ 5, 9).*

#### I

2 Κύριε, Θεέ μου, σ' εσένα ήλπισα, \*  
σώσε με από όσους με καταδιώκουν κι ελευθέρωσε με.

3 Να μην κατασπαράξουν σαν λιοντάρια την ψυχή μου, \*  
όταν δεν θα υπάρχει κανείς για να με σώσει.

4 Κύριε, Θεέ μου, αν έτσι εγώ έπραξα, \*  
αν στα χέρια μου υπάρχει αδικία,

5 αν ανταπέδωσα κακό σε όσους με ευεργέτησαν \*  
και αν έγδυσα τον εχθρό μου γυμνό αφήνοντας τον,

6 ας καταδιώξει ο εχθρός την ψυχή μου και ας τη συλλάβει, †  
στο χώμα τη ζωή μου ας ποδοπατήσει,\*  
και τη δόξα μου σε σκόνη ας μετατρέψει.

7 Σήκω, Κύριε, μέσα στην οργή σου, †  
και υψώσου επάνω από τη μανία των εχθρών μου. \*  
Ορθώσου, Θεέ μου, να κρίνεις όπως όρισε.

8 Όλους τους λαούς συνάθροισε ενώπιόν σου, †  
και από ψηλά τη σύναξη να επιβλέψεις. \*

9 Τους λαούς ο Κύριος τούς κρίνει. †  
Κρίνε με, Κύριε, και δεξ την ακεραιότητά μου, \*  
και την αθωότητά μου διακήρυξε.

10 Θέσε τέλος στον αματωλών την πονηρία †  
και στήριξε τον δίκαιο, \*  
εσύ που διερευνάς καρδιές και λογισμούς, Θεέ δικαιοσύνης.

## II

11 Η βοήθειά μου έρχεται από τον Θεό μου, \*  
που σώζει όσους έχουν καρδιά ευθεία.

12 Ο Θεός είναι κριτής ισχυρός και δίκαιος, \*  
η οργή του ανάβει κάθε ημέρα.

13 Μήπως δεν θα στιλβώσει πάλι τη ρομφαία του, †  
δεν θα τεντώσει το τόξο του, \*  
και δεν θα το ετοιμάσει;

14 Ετοίμασε για τον εαυτό του σκεύη θανάτου, \*  
με φωτιά επεξεργάστηκε τα βέλη του.

15 Ιδού, ο ασεβής συνέλαβε αδικία, \*  
πόνος κυοφόρησε και γέννησε ασέβεια.

16 Άνοιξε λάκκο και τον βάθυνε, \*  
κι έπεσε στο πηγάδι που ανέσκαψε.

17 Επάνω στην κεφαλή του η κακία του ας πέσει, \*  
και η αδικία του στο μέτωπό του ας βαρύνει.

18 Θα δοξολογώ τον Κύριο για τη δικαιοσύνη του, \*  
και θα ψάλλω στο όνομα του Κυρίου του Υψίστου.

## Ψαλμός 8

### Η μεγαλοσύνη του Κυρίου και η αξιοπρέπεια του ανθρώπου

*Τα σύμπαντα τα υπέταξε στην εξουσία του, κι αυτόν τον ίδιο τον Χριστό τον έδωσε στη Εκκλησία ως υπέρτατο αρχηγό (Εφ 1, 22).*

2 Κύριε, εσύ ο Κύριός μας, \*  
πόσο θαυμαστό σε ολόκληρη τη γη το όνομά σου,  
επειδή υψώθηκε η μεγαλοπρέπειά σου \*  
από τους ουρανούς πιο επάνω.

3 Από το στόμα των μικρών και των νηπίων που θηλάζουν †  
ύμνο συνθέτεις ενάντια στη δύναμη των αντιπάλων σου, \*  
για να αποστομώσεις τον εχθρό και τον διώκτη τους.

4 Όταν βλέπω τους ουρανούς σου, έργο των δακτύλων σου, \*  
τη σελήνη και τα αστέρια που εσύ τα στερέωσες,

5 τί είναι ο άνθρωπος για να τον θυμάσαι, \*  
ή ο υιός του ανθρώπου για να τον φροντίζεις;

6 Τον έπλασες λίγο κατώτερο από τους αγγέλους, †  
με δόξα και τιμή τον στεφάνωσες \*

7 κι εξουσία του έδωσες στα έργα των χεριών σου.

Όλα τα υπέταξες κάτω από τα πόδια του, †

8 τα πρόβατα και τα βόδια όλα, \*  
ακόμη και τα ζώα τα άγρια,

9 τα πουλιά του ουρανού και τα ψάρια της θάλασσας, \*  
και ό,τι διασχίζει τους θαλάσσιους δρόμους.

10 Κύριε, εσύ ο Κύριος μας, \*  
πόσο θαυμαστό σε ολόκληρη τη γη το όνομά σου!

## Ψαλμός 9 (9 Α)

### Ευχαριστία για τη νίκη

Θα έρθει πάλι, για να κρίνει τους ζωντανούς και τους νεκρούς (από το Σύμβολο της Πίστεως).

#### I

<sup>2</sup> Θα σε δοξολογήσω, Κύριε, με όλη την καρδιά μου, \*  
όλα θα διηγηθώ τα θαυμάσιά σου.

<sup>3</sup> Θα ευφρανθώ και θα αγαλλιάσω για σένα, \*  
θα ψάλω στο όνομά σου, Ύψιστε.

<sup>4</sup> Όταν οι εχθροί μου θα στραφούν προς τα πίσω, \*  
θα ασθενήσουν και θα χαθούν από το πρόσωπό σου.

<sup>5</sup> Επειδή εσύ υποστήριξες το δίκαιο και την υπόθεσή μου, \*  
κάθισες στον θρόνο σου, εσύ που κρίνεις δίκαια.

<sup>6</sup> Χτύπησες τα έθνη, τον ασεβή απώλεσες, †  
εξάλειψες για πάντα το όνομά τους \*  
και στους αιώνες των αιώνων.

<sup>7</sup> Οι εχθροί κουράστηκαν· †  
έγινε ερημιά αιώνια, κατεδάφισες τις πόλεις, \*  
χάθηκε μαζί τους και η μνήμη τους.

<sup>8</sup> Ο Κύριος, όμως, αιώνια θα μένει, \*  
ετοίμασε τον θρόνο του για να δικάσει,

<sup>9</sup> και αυτός θα κρίνει την οικουμένη με δικαιοσύνη, \*  
θα κρίνει τους λαούς με ευθύτητα.

<sup>10</sup> Και θα είναι ο Κύριος καταφυγή του καταπιεσμένου, \*  
καταφυγή στους δύσκολους καιρούς, στη θλίψη.

<sup>11</sup> Και θα ελπίζουν σ' εσένα όσοι γνώρισαν το όνομά σου, \*  
διότι όσους σε αναζητούν δεν τους εγκατέλειψες, Κύριε.

## II

12 Ψάλετε στον Κύριο, που έχει στη Σιών την κατοικία του, \*  
αναγγείλετε στα έθνη τα θαυμάσιά του.

13 Επειδή τους θυμήθηκε κι εκδικείται το αίμα τους, \*  
την κραυγή των φτωχών δεν τη λησμόνησε.

14 Ελέησέ με, Κύριε, †  
δες τη θλίψη που μου προξενούν οι εχθροί μου, \*  
εσύ που με υψώνεις από τις πύλες του θανάτου,

15 για να εξαγγείλω τους αίνους σου όλους †  
στης θυγατέρας Σιών τις πύλες \*  
και να αγαλλιάσω για τη σωτηρία σου.

16 Βούλιαξαν τα έθνη στον λάκκο που έσκαψαν, †  
στην παγίδα αυτή που έστησαν οι ίδιοι \*  
πίαστηκε το πόδι τους.

17 Φανέρωσε τον εαυτό του ο Κύριος κάνοντας κρίση: \*  
ο αμαρτωλός πιάστηκε από τα ίδια τα έργα των χεριών του.

18 Ας στραφούν οι αμαρτωλοί στον άδη, \*  
όλα τα έθνη που τον Θεό έχουν λησμονήσει.

19 Διότι ο φτωχός δεν θα λησμονηθεί στο τέλος, \*  
δεν θα εξαπατηθεί ποτέ των φτωχών η προσδοκία.

20 Σήκω, Κύριε, ας μην υπερισχύσει ο άνθρωπος, \*  
ας κριθούν τα έθνη ενώπιόν σου.

21 Ας τα κυριέψει, Κύριε, ο τρόμος \*  
ας γνωρίσουν τα έθνη πως είναι άνθρωποι.

## Ψαλμός 10 (9 B)

### Ευχαριστία

*Μακάριοι εσείς οι φτωχοί, διότι δική σας είναι η βασιλεία του Θεού (Λκ 6, 20).*

#### I

<sup>1</sup> Γιατί, Κύριε, στέκεσαι μακριά μου, \*  
κρύβεσαι στους δύσκολους καιρούς, στη θλίψη;

<sup>2</sup> Όταν υπερηφανεύεται ο ασεβής, τον φτωχό καταδιώκει, \*  
ας παγιδευτούν στις πανουργίες που συλλογίστηκαν.

<sup>3</sup> Επειδή ο αμαρτωλός καυχάται για τις επιθυμίες της ψυχής του, \*  
και ο άπληστος ευλογεί τον εαυτό του.

<sup>4</sup> Ο αμαρτωλός περιφρονεί τον Κύριο μες στην αλαζονεία του: \*  
«Ο Θεός δεν ερευνά, Θεός δεν υπάρχει».

<sup>5</sup> Αυτοί είναι οι μόνοι συλλογισμοί του, \*  
πάντα θα κατευδώνονται τα σχέδιά του.

Πολύ ψηλά είναι γι' αυτόν οι κρίσεις σου, \*  
χλευάζει όλους τους εχθρούς του.

<sup>6</sup> Είπε μέσα στην καρδιά του: †  
«Ακλόνητος πάντοτε θα είμαι, \*  
από γενεά σε γενεά κακό δεν πρόκειται να πάθω».

<sup>7</sup> Με κατάρες το στόμα του γεμίζει, με δόλους και απάτες, \*  
κάτω από τη γλώσσα του κακία και ανομία.

<sup>8</sup> Στήννει ενέδρες στα μονοπάτια, \*  
στα σκοτεινά σκοτώνει τον αθώο.

<sup>9</sup> Τα μάτια του τον φτωχό σκοπεύουν, \*  
παραμονεύει στα κρυφά, σαν το λιοντάρι στη σπηλιά του.

Παραμονεύει τον φτωχό να αρπάξει, \*  
αρπάζει τον φτωχό, τον παρασύρει στην παγίδα του.

10 Συσπειρώνεται, ορμά, και οι δυστυχισμένοι πέφτουν \*  
μέσα στη δύναμη των χεριών του.

11 Είπε μέσα στην καρδιά του: †  
«Ο Θεός λησμονήσε, \*  
απέστρεψε το πρόσωπό του, δεν θα δει στο τέλος».

## II

12 Σήκω, Κύριε Θεέ, ύψωσε το χέρι σου, \*  
τους φτωχούς μη λησμονήσεις.

13 Γιατί ο ασεβής τον Θεό δεν υπολογίζει; \*  
Διότι λέει στην καρδιά του: «Δεν θα μου ζητήσει λόγο».

14 Εσύ είδες: †  
υπολογίζεις τον κόπο και τον πόνο, \*  
και τους παραδίνεις στα χέρια σου.

Σ' εσένα ο φτωχός εγκαταλείφθηκε, \*  
εσύ έγινες του ορφανού η βοήθεια.

15 Σύντριψε του αμαρτωλού και του πονηρού τον βραχίονα, \*  
θα αναζητήσεις και δεν θα βρεις την αμαρτία του.

16 Ο Κύριος είναι βασιλέας αιώνια, †  
και στους αιώνες των αιώνων, \*  
από τη γη του χάθηκαν τα έθνη.

17 Την επιθυμία των φτωχών εισάκουσες, Κύριε, †  
θα στεριώσεις την καρδιά τους, \*  
θα στρέψεις σε αυτούς την ακοή σου.

18 Στον ορφανό και τον ταπεινό αποδίδεις δικαιοσύνη, †  
ώστε ο άνθρωπος που πλάστηκε από χώμα, \*  
να μην μπορεί πια τον τρόπο να σπείρει.

## Ψαλμός 11 (10)

### Ο Κύριος, εμπιστοσύνη του δικαίου

*Μακάριοι όσοι πεινούν και διψούν για την επικράτηση του θελήματος του Θεού, διότι ο Θεός θα ικανοποιήσει την επιθυμία τους (Μτ 5, 6).*

<sup>1</sup> Τον Κύριο εμπιστεύομαι· †  
πώς λέτε στην ψυχή μου: \*  
«Φύγε στα όρη σαν σπουργίτι;»

<sup>2</sup> Επειδή, ιδού, οι αματωλοί τέντωσαν το τόξο, \*  
ετοίμασαν στη χορδή τα βέλη τους,  
για να τοξεύσουν στο σκοτάδι \*  
όσους έχουν ακέραιη την καρδιά τους.

<sup>3</sup> Όταν τα θεμέλια κλονίζονται, \*  
ο δίκαιος τι μπορεί να κάνει;

<sup>4</sup> Ο Κύριος είναι στον άγιο ναό του, \*  
ο Κύριος: στον ουρανό ο θρόνος του,  
οι οφθαλμοί του τον φτωχό κοιτάζουν, \*  
τα βλέφαρά του εξετάζουν τους υιούς των ανθρώπων.

<sup>5</sup> Ο Κύριος εξετάζει τον ασεβή και τον δίκαιο, \*  
αυτόν όμως που αγαπά την αδικία, τον μισεί η ψυχή του.

<sup>6</sup> Κάρβουνα θα βρέξει στους αματωλούς επάνω, †  
φωτιά και θειάφι, \*  
άνεμος πυρωμένος θα είναι η μερίδα του ποτηρίου τους.

<sup>7</sup> Επειδή δίκαιος ο Κύριος και τη δικαιοσύνη αγάπησε: \*  
οι ακέραιοι θα δουν το πρόσωπό του.



## Ψαλμός 12 (11)

### Η κραυγή ενός φτωχού

*Για μας τους φτωχούς, για χάρη μας, ευδόκησε ο Πατέρας να στείλει τον Υιό του (Άγ. Αυγουστίνος).*

2 Σώσε με, Κύριε, διότι εξέλειψε ο άγιος, \*  
λιγότεψαν οι πιστοί ανάμεσα στους υιούς των ανθρώπων.

3 Ψέματα λέει ο καθένας στον πλησίον του, \*  
με δόλια χείλη μίλησαν, με σκέψη διφορούμενη.

4 Ας εξολοθρέψει ο Κύριος όλα τα δόλια χείλη \*  
και τη γλώσσα τη μεγαλορρήμονη.

5 Αυτούς που είπαν: «Με τη γλώσσα μας θα δοξαστούμε, †  
τα χείλη μας είναι η άμυνά μας: \*  
ποιος μπορεί να μας εξουσιάσει;»

6 «Επειδή ταλαιπωρούν τους αβοήθητους †  
και τους φτωχούς που στενάζουν, \*  
τώρα θα σηκωθώ να σώσω τον περιφρονημένο», λέει ο Κύριος.

7 Τα λόγια του Κυρίου λόγια διάφανα, †  
ασήμι στη φωτιά δοκιμασμένο, \*  
ξεχωρισμένο από το χώμα, επτά φορές καθαρισμένο.

8 Εσύ, Κύριε, θα μας φυλάξεις και θα μας προστατέψεις \*  
από αυτή τη γενεά, αιώνια.

9 Τριγυρνούν οι ασεβείς και αυξάνονται οι διεφθαρμένοι, \*  
ανάμεσα στους υιούς των ανθρώπων.

## Ψαλμός 13 (12)

Ελπίδα στον Κύριο

*Ο Θεός της ελπίδας να σας γεμίσει με κάθε λογής χαρά (Ρωμ 15, 13).*

2 Ως πότε, Κύριε, θα με έχεις λησμονημένο; \*  
Ως πότε θα αποστρέφεις το πρόσωπό σου από μένα;

3 Ως πότε θα ζω με άγχος στην ψυχή μου, †  
με πόνο κάθε ημέρα στην καρδιά μου; \*  
Ως πότε ο εχθρός επάνω μου θα θριαμβεύει;

4 Επίβλεψε, εισάκουσέ με, Κύριε, Θεέ μου, †  
φώτισε τα μάτια μου, \*

5 για να μην κοιμηθώ τον ύπνο του θανάτου,

για να μην πει ο εχθρός μου: †  
«Υπερίσχυσα εναντίον του!», \*  
ούτε, αν πέσω, να αγαλλιόσουν όσοι με θλίβουν.

6 Όμως εγώ ήλπισα στο έλεός σου, †  
θα αγαλλιάσει η καρδιά μου για τη σωτηρία σου, \*  
θα ψάλλω στον Κύριο επειδή αυτός με ευεργέτησε.

## Ψαλμός 14 (13)

Τι είναι ο άνθρωπος χωρίς τον Θεό;

*Όπου η αμαρτία φάνηκε στο αληθινά τρομακτικό της μέγεθος, εκεί η χάρη του Θεού την υπερκάλυψε με το παραπάνω (Ρωμ 5, 20).*

1 Είπε ο άμυαλος στην καρδιά του: «Θεός δεν υπάρχει». †  
Έχουν διαφθαρεί κι έπραξαν ανόσια έργα, \*  
δεν υπάρχει κάποιος που το καλό να πράττει.

2 Ο Κύριος από τα ουράνια \*  
έσκυψε επάνω στους υιούς των ανθρώπων,

για να δει άνθρωπος συνετός αν υπάρχει \*  
ή κάποιος που τον Θεό να αναζητάει.

3 Όλοι παρέκκλιναν και είναι διεφθαρμένοι, †  
δεν υπάρχει κάποιος που το καλό να πράττει, \*  
δεν υπάρχει ούτε ένας.

4 Δεν ξέρουν όσοι εργάζονται την ανομία, \*  
ότι, όπως τρώνε το ψωμί, κατασπαράζουν τον λαό μου;

Τον Κύριο δεν επικαλέστηκαν, †  
5 εκεί όμως τρόμαξαν από φόβο, \*  
επειδή ο Κύριος είναι με τη γενεά τη δίκαιη.

6 Στο σχέδιό σας εναντίον του φτωχού θα αποτύχετε, \*  
διότι ο Κύριος είναι η ελπίδα του.

7 Ας έλθει από τη Σιών του Ισραήλ η σωτηρία! †  
Όταν ο Κύριος επαναφέρει τον αιχμάλωτο λαό του, \*  
θα αγαλλιάσει ο Ιακώβ και ο Ισραήλ θα ευφραίνεται.

## Ψαλμός 15 (14)

Ποιος είναι άξιος ενώπιον του Κυρίου;

*Προσήλθατε στο όρος Σιών, στην πόλη του αληθινού Θεού (Εβρ 12, 22).*

1 Κύριε, ποιος θα κατοικήσει στον οίκο σου; \*  
ποιος θα κατασκηνώσει στο άγιό σου όρος;

2 Όποιος ακέραιος πορεύεται κι εργάζεται τη δικαιοσύνη, \*  
όποιος λέει την αλήθεια στην καρδιά του,

3 όποιος με τη γλώσσα του δεν συκοφάντησε, †  
ούτε έκανε κακό στον πλησίον του \*  
ούτε χλεύασε τον διπλανό του.

4 Δείχνει στον πονηρό την περιφρόνησή του, \*  
ενώ εγκωμιάζει όσους τον Κύριο φοβούνται.

5 Όποιος ορκίστηκε και δεν αθετεί ό,τι και αν του στοιχίσει, †  
όποιος δεν δάνεισε τα χρήματά του με τόκο \*  
και δώρα δεν έλαβε εις βάρος του αθώου.

6 Όποιος ενεργεί με αυτόν τον τρόπο \*  
θα μένει πάντοτε ακλόνητος.

## Ψαλμός 16 (15)

«Ο Κύριος είναι το μερίδιο της κληρονομίας μου»

*Ο Θεός ανέστησε τον Ιησού, ελευθερώνοντάς τον από τα δεσμά του θανάτου (Πραξ 2, 24).*

1 Φύλαξέ με, Κύριε, \*  
επειδή σ' εσένα ήλπισα.

2 Είπα στον Κύριο: «Εσύ είσαι ο Κύριός μου, \*  
καλό για μένα δεν υπάρχει χωρίς εσένα.

3 Για τους αγίους που είναι στη γη επάνω, †  
τους ονομαστούς ανθρώπους, \*  
είναι όλος ο θαυμασμός μου.

4 Πληθαίνει η δυστυχία εκείνων, \*  
που έτρεξαν πίσω από ξένες θεότητες.

Δεν θα χύσω τις αιματηρές σπονδές τους, \*  
ούτε με τα χείλη μου θα προφέρω τα ονόματά τους.

5 Ο Κύριος είναι το μερίδιο της κληρονομίας μου †  
και του ποτηρίου μου: \*  
εσύ είσαι που κρατάς το μέλλον μου.

6 Υπέροχη είναι η μερίδα που μου έπεσε, \*  
και πράγματι θαυμάσια η κληρονομία μου.

7 Θα ευλογήσω τον Κύριο που με συνέτισε, \*  
ακόμη και τη νύχτα οι σκέψεις μου με διδάσκουν.

8 Τον Κύριο θα θέτω πάντοτε ενώπιόν μου, \*  
στα δεξιά μου στέκεται για να μην κλονιστώ ποτέ μου.

9 Γι' αυτό ευφράνθηκε η καρδιά μου †  
και αγαλλίασαν τα τρίσβαθά μου, \*  
ακόμη και η σάρκα μου θα αναπαυθεί με ελπίδα.

10 Διότι δεν θα εγκαταλείψεις την ψυχή μου στον άδη, \*  
ούτε θα αφήσεις τον όσιό σου τη φθορά να αντικρίσει.

11 Τους δρόμους της ζωής θα μου γνωρίσεις, †  
με το πρόσωπό σου θα με πλημμυρίσεις ευφροσύνη, \*  
ατελείωτη γλυκύτητα στα δεξιά σου.

## Ψαλμός 17 (16)

### Προσευχή για σωτηρία

*Κατά τη διάρκεια της επίγειας ζωής του ... απηύθυνε προσευχές ... και εισακούστηκε από τον Θεό (Εβρ 5, 7).*

## I

1 Εισάκουσέ με, Κύριε, ζητώ δικαιοσύνη, \*  
πρόσεξε την κραυγή μου,

γύρε να ακούσεις την προσευχή μου: \*  
δεν προέρχεται από δόλια χείλη.

2 Από το πρόσωπό σου ας εξέλθει για μένα η απόφαση, \*  
τα μάτια σου ας κοιτάξουν την ευθύτητα.

3 Εξέτασε την καρδιά μου, τη νύχτα διερεύνησέ με, †  
στη φωτιά δοκίμασέ με, \*  
και αδικία δεν θα βρεις σ' εμένα.

4 Ας μην παρεκτραπεί το στόμα μου \*  
στα έργα των ανθρώπων.

Σύμφωνα με τον λόγο των χειλιών σου, \*  
φύλαξα τον εαυτό μου από του βίαιου τους δρόμους.

5 Κράτησε σταθερά τα βήματά μου στους δρόμους σου, \*  
ώστε να μην παραπαίουν τα πόδια μου.

6 Εγώ σ' εσένα κραύγασα, Θεέ, διότι μου αποκρίνεσαι, \*  
γύρε το αυτί σου επάνω μου, εισάκουσε τα λόγια μου.

7 Λάμπσε τα θαυμαστά ελέη σου, †  
εσύ που σώζεις με τη δεξιά σου, \*  
όσους ζητούν καταφύγιο από τους εχθρούς τους.

8 Ως κόρη οφθαλμού φύλαξέ με, †  
κάτω από τη σκιά των πτερυγών σου σκέπασέ με, \*

9 από το πρόσωπο των ασεβών που με ταλαιπώρησαν.

## II

Οι εχθροί μου ορμητικά με περικύκλωσαν, †

10 ανηλεείς και άσπλαχνοι, \*  
το στόμα τους μίλησε με αλαζονεία.

11 Προέλασαν τώρα και με περικύκλωσαν, \*  
κάρφωσαν επάνω μου τα μάτια τους στο χρώμα να με ρίξουν.

12 Η όψη τους σαν λιοντάρι έτοιμο για το θήραμά του, \*  
και σαν μικρό λιοντάρι που στα κρυφά παραμονεύει.

13 Σήκω, Κύριε, πρόφθασέ τους, υποσκέλισέ τους: \*  
γλίτωσε από τους ασεβείς την ψυχή μου με τη ρομφαία σου,

14 σήκωσέ με από τους νεκρούς με το χέρι σου, Κύριε, \*  
από τους νεκρούς που δεν έχουν στη ζωή μερίδα.

Όμως, σε όσους προστατεύεις, δώσε τροφή σε αφθονία: †  
τα παιδιά τους να χορτάσουν \*  
και να περισεύσει και για τα μικρά τους.

15 Κι εγώ, δικαιωμένος, θα δω το πρόσωπό σου, \*  
όταν ξυπνήσω θα χορτάσω από την παρουσία σου.

## Ψαλμός 18 (17)

### Ευχαριστία για τη σωτηρία και τη νίκη

*Εκείνη την ημέρα έγινε μεγάλος σεισμός (Απ 11, 13).*

#### I

<sup>2</sup> Θα σε αγαπώ, Κύριε, δύναμή μου. \*

<sup>3</sup> Κύριε, στερέωμά μου, καταφυγή μου κι ελευθερωτή μου.

Θεός μου, βοηθός μου, και σε αυτόν θα ελπίζω: \*  
υπερασπιστής μου, δύναμη σωτηρίας μου, προστάτης μου.

<sup>4</sup> Θα αινέσω και θα επικαλεστώ τον Κύριο \*  
και θα σωθώ από τους εχθρούς μου.

<sup>5</sup> Κύματα θανάτου με περικύκλωσαν, \*  
οι χείμαρροι του Βελιάλ με συντάραξαν.

<sup>6</sup> Τα δεσμά του άδη με περιέζωσαν, \*  
με πρόφθασαν οι παγίδες του θανάτου.

<sup>7</sup> Στη θλίψη μου επικαλέστηκα τον Κύριο, \*  
και στον Θεό μου φώναξα.

Άκουσε από τον ναό του τη φωνή μου, \*  
και η κραυγή μου ενώπιόν του έφθασε στα αυτιά του.

#### II

<sup>8</sup> Σείστηκε η γη και τρόμαξε, †  
εκ θεμελίων τα όρη ταραχθηκαν \*  
και σάλεψαν διότι οργίστηκε.

<sup>9</sup> Καπνός ανέβηκε από τους μυκτήρες του, †  
και από το στόμα του φωτιά που καταφλόγιζε, \*  
κάρβουνα αναμμένα από αυτό εξήλθαν.

<sup>10</sup> Χαμήλωσε τους ουρανούς και κατέβηκε, \*  
και πυκνή ομίχλη κάτω από τα πόδια του.

- 11 Και κάθισε επάνω στα Χερουβίμ και πέταξε, \*  
φερόταν επάνω στα φτερά των ανέμων.
- 12 Κι έθεσε το σκότος κρησφύγετό του, †  
και ολόγυρά του η σκηνή του, \*  
νερά σκοτεινά, νεφέλες αέρων.
- 13 Από τη λάμψη ενώπιόν του τα νέφη διαλύθηκαν, \*  
το χαλάζι και οι πυρακτωμένοι άνθρακες.
- 14 Και βρόντησε εξ ουρανού ο Κύριος, †  
και ο Ύψιστος έστειλε τη φωνή του, \*  
χαλάζι και πυρακτωμένα κάρβουνα.
- 15 Κι εξαπέστειλε τα βέλη του και τους σκόρπισε, \*  
κεραυνούς έριξε και τους συντάραξε.
- 16 Και φάνηκαν οι πηγές των υδάτων, \*  
και αποκαλύφθηκαν τα θεμέλια της οικουμένης,  
από την επιτίμησή σου, Κύριε, \*  
από το φύσημα του πνεύματος της οργής σου.
- 17 Εξαπέστειλε από τα ύψη και με παρέλαβε, \*  
με τράβηξε από τα πολλά τα ύδατα.
- 18 Με γλίτωσε από τους πανίσχυρους εχθρούς μου, †  
και από αυτούς που με μίσησαν, \*  
επειδή ήταν δυνατότεροί μου.
- 19 Με πολέμησαν την ημέρα της θλίψης μου, \*  
αλλά ο Κύριος έγινε το στήριγμά μου.
- 20 Και σε τόπο ελευθερίας με οδήγησε, \*  
με έσωσε, διότι με αγάπησε.

### III

- 21 Θα ανταποδώσει ο Κύριος την πιστότητά μου, \*  
και θα ανταμείψει την καθαρότητα των χεριών μου.



- 22 Διότι φύλαξα τους δρόμους του Κυρίου, \*  
και δεν ασέβησα προς τον Θεό μου.
- 23 Επειδή κρατώ σταθερά όλα τα προστάγματά του, \*  
και δεν απομακρύνθηκα από τις εντολές του.
- 24 Και μαζί του ήμουν άμεμπτος, \*  
και προσεκτικός να μην αμαρτήσω.
- 25 Και ο Κύριος θα επιβραβεύσει την πιστότητά μου †  
και την καθαρότητα των χεριών μου \*  
ενώπιον των οφθαλμών του.
- 26 Με όποιον είναι άγιος, κι εσύ θα είσαι άγιος, \*  
και με τον άμεμπτο, κι εσύ άμεμπτος θα είσαι,
- 27 με τον ειλικρινή, ειλικρινής θα είσαι, \*  
όμως σκληρός θα είσαι με τους πανούργους.
- 28 Επειδή εσύ τον λαό τον ταπεινό θα σώσεις, \*  
και τα μάτια των υπερήφανων θα ταπεινώσεις.
- 29 Επειδή εσύ, Κύριε, ανάβεις το λυχνάρι μου, \*  
ο Θεός μου: φωτίζει το σκότος μου.
- 30 Επειδή μαζί σου θα επιτεθώ στον εχθρόν τα πλήθη, \*  
και μαζί με τον Θεό μου το τείχος θα δρασκελίσω.

#### IV

- 31 Ο Θεός μου! Ασφαλής η οδός του, †  
τα λόγια του Κυρίου πυρωμένα, \*  
υπερασπιστής είναι όσων σε αυτόν ελπίζουν.
- 32 Διότι ποιος είναι Θεός εκτός από τον Κύριο; \*  
Ή ποιος είναι οχυρό εκτός από τον Θεό μας;
- 33 Ο Θεός, που με περιέζωσε με δύναμη, \*  
και ασφαλή κατέστησε την πορεία μου.

- 34 Αυτός έκανε γοργά σαν ελαφιού τα πόδια μου, \*  
κι επάνω στα ύψη όρθιο με κράτησε.
- 35 Αυτός μαθαίνει να πολεμούν τα χέρια μου, \*  
και οι βραχιόνές μου χάλκινο τεντώνουν τόξο.
- 36 Και μου έδωσες την ασπίδα της σωτηρίας σου, †  
και η δεξιά σου με παρέλαβε, \*  
και η πραότητα σου με δόξασε.
- 37 Έκανες να πορευθώ με βήματα μεγάλα, \*  
και δεν ασθένησαν τα πόδια μου.
- 38 Καταδίωκα τους εχθρούς μου και τους πρόφθانا, \*  
και δεν επέστρεφα πριν τους εξολοθρεύσω.
- 39 Τους συνέθλιβα και να σταθούν δεν μπορούσαν, \*  
έπεφταν κάτω από τα πόδια μου.
- 40 Και με έζωσες με δύναμη για πόλεμο, \*  
ποδοπάτησες όσους εναντίον μου ξεσηκώθηκαν.
- 41 Μου έδειξες τα νώτα των εχθρών μου, \*  
και όσους με μισούν τους εξολόθρευσες.
- 42 Κραύγασαν, και δεν υπήρχε ποιος να τους σώσει, \*  
φώναξαν στον Κύριο, αλλά δεν τους εισάκουσε.
- 43 Τους σκόρπισα όπως ο άνεμος τη σκόνη, \*  
τους ποδοπάτησα σαν τη λάσπη στις πλατείες.
- 44 Με ελευθέρωσες από του λαού τις φιλονικίες, \*  
κεφαλή των εθνών με κατέστησες:
- λαός που δε γνώριζα με υπηρέτησε, \*
- 45 μόλις με άκουσε, υπάκουσε σ' εμένα.
- Αλλοεθνών παιδιά με κολάκευαν, †
- 46 αλλοεθνών παιδιά κατέρρευσαν, \*  
άφησαν τρέμοντας τα οχυρά τους.

47 Ζει ο Κύριος! Κι ευλογητός ο Υπερασπιστής μου! \*  
Και ας υπωθεί ο Θεός της σωτηρίας μου!

48 Ο Θεός, που εκδικείσαι για μένα, †  
και υποτάσσεις τους λαούς σ' εμένα, \*  
με ελευθερώνεις από τους οργισμένους εχθρούς μου.

49 Με κάνεις να θριαμβεύω στους καταπιεστές μου, \*  
από τον άδικο άνθρωπο με σώζεις.

50 Γι' αυτό θα σε δοξολογήσω ανάμεσα στα έθνη, Κύριε, \*  
και στο όνομά σου θα ψάλω.

51 Αυτός δίνει μεγάλες νίκες στον βασιλέα του †  
και δείχνει την αγάπη του στον χριστό του, \*  
στον Δαβίδ και τους απογόνους του αιώνια.

## Ψαλμός 19 (18)

### Αίνος του Κυρίου, ποιητή των πάντων

*Ο Θεός έκανε να ανατείλει για μας ένα φως από ψηλά, για να οδηγήσει  
τα βήματά μας στον δρόμο της ειρήνης (πρβλ. Λκ 1, 78. 79).*

2 Οι ουρανοί διηγούνται του Θεού τη δόξα, \*  
και το στερέωμα αναγγέλλει τα έργα των χειρών του.

3 Η μια ημέρα στην άλλη το μεταδίδει, \*  
και η μια νύχτα στην άλλη το αφηγείται.

4 Χωρίς λέξεις, χωρίς ομιλίες, \*  
χωρίς να ακούγεται η λαλιά τους,

5 κι όμως σε όλη τη γη αντήχησε η φωνή τους, \*  
τα λόγια τους στα πέρατα της οικουμένης.

6 Στους ουρανούς στερέωσε το σκίνημα του ήλιου, †  
και αυτός, σαν νυμφίος, εξέρχεται από τον νυμφώνα του, \*  
σαν αθλητής, χαίρεται να τρέξει τον δρόμο του.

7 Από την άκρη των ουρανών η έξοδός του, †  
και η πορεία του μέχρι την άλλη άκρη, \*  
και ούτε υπάρχει κάτι που να κρύβεται από τη θερμότητά του.

8 Ο νόμος του Κυρίου είναι τέλειος, \*  
την ψυχή αναμορφώνει.

Η μαρτυρία του Κυρίου αξιόπιστη, \*  
κάνει σοφούς τα νήπια.

9 Οι κρίσεις του Κυρίου δίκαιες, \*  
και την καρδιά ευφραίνουν.

Η εντολή του Κυρίου ξεκάθαρη, \*  
φωτίζει τα μάτια.

10 Αγνός ο φόβος του Κυρίου, \*  
παραμένει στους αιώνες των αιώνων.

Οι αποφάσεις του Κυρίου έγκυρες, \*  
είναι οι μόνες δίκαιες,

11 επιθυμητές πιο πολύ από το χρυσάφι \*  
και από τους πολύτιμους λίθους,

πιο γλυκές από το μέλι \*  
και από το στάλαγμα κερήθρας.

12 Σε αυτές και ο δούλος σου διαπαιδαγωγήθηκε, \*  
σε όσους τις τηρούν μεγάλη θα είναι η ωφέλεια.

13 Τα σφάλματά του ποιος τα συναισθάνεται; \*  
Από τα σφάλματα που αγνώω καθάρισέ με.

14 Από την έπαρση φύλαξε τον δούλο σου, \*  
ώστε να μη με κυριέψει.

Τότε κι εγώ ακέραιος θα μείνω \*  
κι απαλλαγμένος από μεγάλη αμαρτία.

15 Ας είναι ευπρόσδεκτα τα λόγια του στόματός μου, †  
και η μελέτη της καρδιάς μου ενώπιόν σου, \*  
Κύριε, ο βοηθός μου και ο λυτρωτής μου!

## Ψαλμός 20 (19)

### Δέηση για τη νίκη του βασιλέα

*Όποιος επικαλεστεί το όνομα του Κυρίου, θα σωθεί (Πραξ 2, 21).*

2 Είθε να σε εισακούσει ο Κύριος την ημέρα της θλίψης σου, \*  
το όνομα του Θεού του Ιακώβ να σε υπερασπίσει.

3 Να σου αποστείλει βοήθεια από το αγιαστήριό του, \*  
και από τη Σιών να σε διαφυλάξει.

4 Να θυμηθεί κάθε σου θυσία, \*  
και το ολοκαύτωμά σου ευπρόσδεκτο να κάνει.

5 Να σου δώσει ό,τι επιθυμεί η καρδιά σου, \*  
και να πραγματώσει τα σχέδιά σου.

6 Θα αγαλλιάσουμε για τη σωτηρία σου, †  
και στο όνομα του Θεού μας θα υψώσουμε λάβαρα. \*  
Ας εκπληρώσει ο Κύριος όλα τα αιτήματά σου.

7 Τώρα γνώρισα ότι έσωσε ο Κύριος τον χριστό του: †  
τον εισάκουσε από τον άγιο ουρανό του, \*  
με τις σωτήριες δυνάμεις της δεξιάς του.

8 Άλλοι ελπίζουν στα άρματα και άλλοι στο ιππικό τους, \*  
όμως εμείς το όνομα του Κυρίου και Θεού μας επικαλεστήκαμε.

9 Αυτοί λύγισαν κι έπεσαν,\*  
όμως εμείς σηκωθήκαμε και όρθιοι στεκόμαστε.

10 Κύριε, σώσε τον βασιλέα, \*  
και εισάκουσέ μας την ημέρα που θα σε επικαλεστούμε.

## Ψαλμός 21 (20)

### Ευχαριστία για τη νίκη του βασιλέα

*Στην ανάσταση ο Χριστός έλαβε τη ζωή και μακρότητα ημερών για πάντα (Αγ. Ειρηναίος).*

<sup>2</sup> Κύριε, ο βασιλέας θα ευφρανθεί για τη δύναμή σου, \*  
και για τη σωτηρία σου ευτυχής θα αγαλλιάσει.

<sup>3</sup> Την επιθυμία της καρδιάς του ικανοποίησες \*  
και το θέλημα των χειλιών του δεν αρνήθηκες.

<sup>4</sup> Επειδή τον πρόλαβες με γλυκείες ευλογίες, \*  
έθεσες στην κεφαλή του στέφανο από καθαρό χρυσάφι.

<sup>5</sup> Ζωή σου ζήτησε, κι εσύ του τη χορήγησες, \*  
μακρότητα ημερών δίχως τέλος και για πάντα.

<sup>6</sup> Μεγάλη είναι η δόξα του από τη σωτηρία σου, \*  
με λαμπρότητα και μεγαλοπρέπεια θα τον στεφανώσεις.

<sup>7</sup> Την ευλογία σου θα του δώσεις για πάντα, \*  
θα τον πλημμυρίσεις με χαρά στη θέα του προσώπου σου.

<sup>8</sup> Επειδή ο βασιλέας ελπίζει στον Κύριο, \*  
και δεν θα σαλευτεί χάρη στο έλεος του Υψίστου.

<sup>9</sup> Θα βρει το χέρι σου όλους τους εχθρούς σου, \*  
αυτούς που σε μισούν θα βρει η δεξιά σου.

<sup>10</sup> Θα τους βάλεις σαν μέσα σε καμίνι φλεγόμενο, \*  
τον καιρό της παρουσίας σου.

Ο Κύριος μες στην οργή του θα τους συνταράξει \*  
και η φωτιά θα τους καταφάει.

<sup>11</sup> Τον καρπό τους από τη γη θα εξαλείψεις, \*  
και τους απογόνους τους ανάμεσα από τους ανθρώπους.

<sup>12</sup> Επειδή μηχανεύτηκαν το κακό εναντίον σου, \*  
κατέστρωσαν σχέδια, τίποτα όμως δεν κατάφεραν.

13 Επειδή σε φυγή θα τους τρέψεις, \*  
τα τόξα σου θα σκοπεύσεις στο πρόσωπό τους.

14 Υψώσου, Κύριε, με τη δύναμή σου, \*  
θα υμνήσουμε και θα ψάλουμε τις δυνάμεις σου.

## Ψαλμός 22 (21)

### Τα πάθη του Δικαίου

*Κραύγασε ο Ιησούς με δυνατή φωνή: «Ηλί ηλί λαμά σαβαχθανί» (Μτ 27, 46).*

#### I

2 Θεέ μου, Θεέ μου, γιατί με εγκατέλειπες; †  
Είναι μακριά από τη σωτηρία μου \*  
τα λόγια της κραυγής μου.

3 Θεέ μου, κραυγάζω την ημέρα και δεν αποκρίνεσαι, \*  
και όλη τη νύχτα, και ανάπαυση δεν βρίσκω.

4 Εσύ όμως είσαι άγιος \*  
και κατοικείς ανάμεσα στους Ισραήλ τους ύμνους.

5 Σ' εσένα ήλπισαν οι πατέρες μας, \*  
ήλπισαν και τους ελευθέρωσες.

6 Σ' εσένα κραύγασαν και σώθηκαν, \*  
σ' εσένα ήλπισαν και δεν ντροπιάστηκαν.

7 Όμως εγώ είμαι σκουλήκι κι όχι άνθρωπος, \*  
χλεύασμα των ανθρώπων και του λαού απόβλητο.

8 Με περιγελούν όσοι με βλέπουν, \*  
μορφάζουν με τα χείλη, κουνούν την κεφαλή τους:

9 «Ήλπισε στον Κύριο, αυτός ας τον σώσει, \*  
ας τον ελευθερώσει, αν είναι βοηθός του».

10 Εσύ είσαι που με έβγαλες από τη μήτρα, \*  
και με εμπιστεύτηκες στα στήθη της μητέρας μου.

11 Σ' εσένα ανατέθηκα από τη γέννησή μου, \*  
από τα σπλάχνα της μητέρας μου εσύ είσαι ο Θεός μου.

12 Μη μείνεις μακριά μου, †  
επειδή πλησιάζει η θλίψη, \*  
επειδή δεν υπάρχει κάποιος να με βοηθήσει.

## II

13 Μόσχοι πολλοί με περικύκλωσαν, \*  
οι ταύροι της Βασάν με πολιόρκησαν.

14 Άνοιξαν επάνω μου το στόμα τους, \*  
σαν λιοντάρι που αρπάζει και βρυχάται.

15 Σαν το νερό ξεχύθηκα, \*  
κι εξαρθρώθηκαν όλα τα οστά μου.

Σαν το κερί έγινε η καρδιά μου, \*  
και λιώνει μες στα σπλάχνα μου.

16 Ο ουρανίσκος μου σαν το κεραμικό ξεράθηκε, †  
και η γλώσσα μου κόλλησε στον λάρυγγά μου, \*  
στο χόμα του θανάτου με κατέβασες.

17 Σκύλοι πολλοί με κυκλώνουν, \*  
με πολιορκεί πονηρών συμμορία.

Τα χέρια και τα πόδια μου τρύπησαν. \*

18 Μπορώ να μετρήσω όλα τα οστά μου.

Αυτοί όμως με κοιτάζουν και με περιεργάζονται. †

19 Διαμοιράζονται τα ιμάτιά μου, \*  
για τον χιτώνα μου ρίχνουν κλήρο.

20 Εσύ όμως, Κύριε, μη μένεις μακριά μου, \*  
ισχύ μου, σπεύσε να με βοηθήσεις.



21 Φύλαξε από τη ρομφαία την ψυχή μου, \*  
και από τα νύχια του σκύλου τη μονάκριβη ζωή μου.

22 Σώσε με από του λιονταριού το στόμα, \*  
από τα κέρατα των βουβαλιών, εμένα τον δύστυχο.

23 Στους αδελφούς μου το όνομά σου θα αναγγείλω, \*  
στο μέσο της εκκλησίας θα σε δοξάσω.

### III

24 Αινείτε τον Κύριο όσοι τον φοβάστε, \*  
ας τον δοξάζουν του Ιακώβ οι απόγονοι.

Ας τον φοβάται του Ισραήλ όλος ο οίκος, †

25 διότι δεν περιφρόνησε \*

ούτε παραγνώρισε του φτωχού τη θλίψη,

ούτε από αυτόν απέστρεψε το πρόσωπό του, \*  
αλλά μόλις φώναξε, τον εισάκουσε.

26 Θα σε υμνώ στη μεγάλη εκκλησία: \*

θα εκπληρώσω τα τάματά μου ενώπιον όσων τον φοβούνται.

27 Θα φάνε οι φτωχοί και θα χορτάσουν †

και όσοι τον αναζητούν, θα υμνήσουν τον Κύριο: \*

«Να ζήσουν οι καρδιές τους στους αιώνες των αιώνων».

28 Θα θυμηθούν και θα επιστρέψουν στον Κύριο \*

όλα της γης τα πέρατα,

και όλες των εθνών οι οικογένειες \*

θα προσκυνήσουν ενώπιόν του.

29 Επειδή του Κυρίου είναι η βασιλεία, \*

και αυτός θα δεσπόζει στα έθνη.

30 Αυτόν μόνο θα προσκυνήσουν \*

όσοι στη γη κοιμούνται.

Ενώπιόν του θα προσπέσουν \*  
όσοι στο χώμα κατεβαίνουν.

Η ψυχή μου όμως σε αυτόν θα ζησει, \*  
31 και οι απόγονοί μου αυτόν θα υπηρετήσουν.

Για τον Κύριο θα αφηγούνται στη γενεά που έρχεται, †  
32 στον λαό που θα γεννηθεί θα αναγγείλουν τη δικαιοσύνη του: \*  
«Αυτά είναι που έκανε ο Κύριος».

## Ψαλμός 23 (22)

### Ο Καλός Ποιμένας

*Το Αρνίο...σαν καλός βοσκός θα τους κατευθύνει, και θα τους οδηγήσει στις νεροπηγές της ζωής (Απ 7, 17).*

1β Ποιμένας μου ο Κύριος, \*  
και τίποτα δεν μου λείπει.

2 Σε χλοερά λιβάδια έστησε τη σκηνή μου, \*  
σε ήρεμα νερά με έφερε, 3 αναζωογόνησε την ψυχή μου.

Στον δρόμο το σωστό με οδήγησε, \*  
πιστός στο όνομά του.

4 Ακόμη και αν πορευτώ στην πιο σκοτεινή κοιλάδα, †  
κανένα φόβο δεν πρόκειται να νιώσω, \*  
διότι εσύ μένεις στο πλευρό μου.

Η ράβδος και η βακτηρία σου, \*  
ασφάλεια μού παρέχουν.

5 Τραπέζι ετοίμασες μπροστά μου \*  
απέναντι από αυτούς που με θλίσουν.

Μύρωσες με λάδι την κεφαλή μου, \*  
και το ποτήρι μου ξεχειλίζει.

6 Η καλοσύνη και το έλεός σου θα με συνοδεύουν \*  
όλες τις ημέρες της ζωής μου,  
και θα κατοικώ στον οίκο του Κυρίου \*  
για ημέρες ατελείτητες .

## Ψαλμός 24 (23)

### Η παρουσία του Κυρίου στον ναό

*Στον Χριστό άνοιξαν οι πύλες του ουρανού, όταν αναλήφθηκε με το σώμα του (Άγ. Ειρηναίος).*

1β Του Κυρίου είναι η γη και η πληρότητά της, \*  
η οικουμένη και όλοι οι κάτοικοί της.

2 Διότι αυτός επάνω στις θάλασσες τη θεμελίωσε \*  
κι επάνω στους ποταμούς τη στερέωσε.

3 Ποιος θα ανεβεί στο όρος του Κυρίου; \*  
Ποιος θα σταθεί στον τόπο του τον άγιο;

4 Όποιος έχει καθαρή καρδιά και αθώα χέρια, †  
όποιος δεν κατέφυγε σε ψεύτικα είδωλα, \*  
ούτε και ορκίστηκε με δόλο.

5 Αυτός από τον Κύριο θα λάβει ευλογία \*  
και θα δικαιωθεί από τον Θεό, τον σωτήρα του.

6 Αυτή εδώ είναι η γενεά που τον αναζητάει, \*  
που το πρόσωπο του Θεού του Ιακώβ αναζητάει.

7 Σηκώστε, πύλες, τα υπέρθυρά σας, †  
και υψωθείτε πύλες αιώνιες, \*  
και θα εισέλθει ο βασιλέας της δόξας.

8 Ποιος είναι αυτός ο βασιλέας της δόξας; †  
Ο Κύριος, ο κραταιός και πανίσχυρος, \*  
ο Κύριος, ο πανίσχυρος στη μάχη.

9 Σηκώστε, πύλες, τα υπέρθυρά σας, †  
και υψωθείτε πύλες αιώνιες, \*  
και θα εισέλθει ο βασιλέας της δόξας.

10 Ποιος είναι αυτός ο βασιλέας της δόξας; †  
Ο Κύριος των δυνάμεων: \*  
αυτός είναι ο βασιλέας της δόξας.

## Ψαλμός 25 (24)

### Ικεσία για συγχώρηση και σωτηρία

*Η ελπίδα δεν απογοητεύει (Ρωμ 5, 5).*

### I

1β Προς εσένα, Κύριε, ύψωσα την ψυχή μου, \*  
2 Θεέ μου, ας μην απογοητευτώ, σ' εσένα εμπιστεύομαι.

Ας μην καταχαρούν για μένα οι εχθροί μου, †  
3 και ας μη ντροπιαστούν όσοι σ' εσένα ελπίζουν. \*  
Ας ντροπιαστεί όμως όποιος σε εγκαταλείπει.

4 Κάνε μου γνωστούς τους δρόμους σου, Κύριε, \*  
και δίδαξέ μου τα μονοπάτια σου.

5 Οδήγησέ με στην αλήθειά σου και δίδαξέ με, †  
διότι εσύ είσαι ο Θεός της σωτηρίας μου, \*  
όλη την ημέρα είσαι η ελπίδα μου.

6 Θυμήσου τους οικτιρμούς σου, Κύριε, \*  
και τα ελέη σου, διότι διαρκούν αιώνια.

7 Λησμόνησε τις αμαρτίες της νεότητάς μου, \*  
και τα σφάλματά μου.

Με ευσπλαχνία θυμήσου με, \*  
χάρη στην καλοσύνη σου, Κύριε.

- 8 Γλυκύς και δίκαιος ο Κύριος, \*  
γι' αυτό στους αμαρτωλούς τον δρόμο θα διδάξει.
- 9 Στη σωστή πορεία τους πράους θα κατευθύνει, \*  
στους μειλίχιους τις οδούς του θα διδάξει.
- 10 Οι δρόμοι του Κυρίου είναι όλοι έλεος και αλήθεια, \*  
γι' αυτούς που τηρούν τη διαθήκη του και τις εντολές του.
- 11 Χάρη στο όνομά σου, Κύριε, \*  
θα εξιλεώσεις την αμαρτία μου που είναι μεγάλη.

## II

- 12 Ποιος είναι ο άνθρωπος που φοβάται τον Κύριο; \*  
Θα του διδάξει τον δρόμο να διαλέξει.
- 13 Θα αναπαυθεί μες στα αγαθά η ψυχή του, \*  
και οι απόγονοί του τη γη θα κληρονομήσουν.
- 14 Ο Κύριος είναι οικείος με όσους τον φοβούνται, \*  
σε αυτούς θα φανερώσει τη διαθήκη του.
- 15 Τα μάτια μου είναι πάντοτε προς τον Κύριο \*  
επειδή αυτός θα βγάλει τα πόδια μου από την παγίδα.
- 16 Στρέψε επάνω μου το βλέμμα σου κι ελέησέ με, \*  
διότι μόνος είμαι και δυστυχισμένος.
- 17 Διάλυσε τις στενοχώριες της καρδιάς μου, \*  
και από κάθε άγχος μου απάλλαξέ με.
- 18 Δες την ταπεινώσή μου και τον κόπο μου, \*  
και συγχώρεσε όλες τις αμαρτίες μου.
- 19 Κοίταξε τους εχθρούς μου διότι πλήθυσαν, \*  
και με μίσος ανήλεο με μίσησαν.
- 20 Φύλαξε την ψυχή μου και σώσε με, \*  
ας μη ντροπιαστώ, επειδή σ' εσένα ήλπισα.

21 Τιμιότητα και ειλικρίνεια ας με συνοδεύουν, \*  
διότι σ' εσένα εμπιστεύθηκα.

22 Λύτρωσε τον Ισραήλ, Θεέ μου,\*  
από όλες του τις θλίψεις.

## Ψαλμός 26 (25)

### Η ελπίδα και η προσευχή του αθώου

*Μας διάλεξε πριν θεμελιώσει τον κόσμο, να γίνουμε δικοί του διά του Χριστού, απεγάδιαστοι στην τελική του κρίση (Εφ 1, 4).*

1 Κρίνε με, Κύριε, †  
επειδή εγώ ακέραιος πορεύτηκα, \*  
στον Κύριο ήλπισα, να κλονιστώ δεν πρόκειται.

2 Εξέτασέ με, Κύριε, και δοκίμασέ με, \*  
πέρασε από τη φωτιά τις σκέψεις μου και την καρδιά μου.

3 Επειδή το έλεός σου είναι μπροστά στα μάτια μου, \*  
κι εγώ βάδισα στην αλήθειά σου.

4 Δεν παρακάθισα με κίβδηλους ανθρώπους, \*  
και τους υποκριτές δεν συναναστρέφομαι.

5 Μίσησα των πονηρών τη σύναξη, \*  
και με τους ασεβείς δεν θα καθίσω.

6 Θα νίψω μες την αθωότητα τα χέρια μου, \*  
και θα κυκλώσω το θυσιαστήριό σου, Κύριε,

7 για να κάνω να ακουστούν φωνές δοξολογίας, \*  
και όλα να διηγηθώ τα θαυμάσιά σου.

8 Κύριε, αγάπησα την ευπρέπεια του οίκου σου, \*  
τον τόπο όπου η δόξα σου έστησε τη σκηνή της.

9 Μην απολέσεις με τους ασεβείς την ψυχή μου \*

και με τους αιματοβαμμένους τη ζωή μου.

10 Τα χέρια των οποίων είναι πλήρη από ανομίες, \*  
η δεξιά τους έχει διαφθαρεί από δωροδοκίες.

11 Όμως εγώ ακέραιος πορεύτηκα, \*  
λύτρωσέ με κι ελέησέ με.

12 Σε σταθερό έδαφος πατούν τα πόδια μου, \*  
στις εκκλησίες θα ευλογώ τον Κύριο.

## Ψαλμός 27 (26)

Εμπιστοσύνη στον Θεό την ώρα του κινδύνου

### I

*Τώρα πια η κατοικία του Θεού είναι μαζί με τους ανθρώπους (Απ 21, 3).*

1β Ο Κύριος φωτισμός μου και σωτηρία μου, \*  
για ποιόν θα νιώσω φόβο;

Ο Κύριος υπερασπιστής της ζωής μου, \*  
μπροστά σε ποιον θα δειλιάσω;

2 Όταν κακοποιοί μου επιτέθηκαν, \*  
για να κατασπαράξουν τη σάρκα μου,  
ήταν αυτοί που σκόνταψαν κι έπεσαν: \*  
οι καταπιεστές και οι εχθροί μου.

3 Αν παραταχθεί εναντίον μου στράτευμα, \*  
δεν θα φοβηθεί η καρδιά μου.

Και αν πόλεμος ξεσπάσει εναντίον μου, \*  
θα έχω την εμπιστοσύνη μου σ' εσένα.

4 Ένα ζήτησα από τον Κύριο και θα αποζητώ το ίδιο: †  
να κατοικώ στον οίκο του Κυρίου \*  
όλες τις ημέρες της ζωής μου.

Για να βλέπω την ωραιότητα του Κυρίου \*  
και να αγρυπνώ στον ναό του.

5 Επειδή τις δύσκολες ημέρες θα με κρύψει στη σκηνή του, †  
στο άδυτο της σκηνής του θα με προστατέψει, \*  
επάνω στο βράχο θα με υψώσει.

6 Και τώρα υψώνεται η κεφαλή μου, \*  
επάνω από τους εχθρούς που με κυκλώνουν.

Θα προσφέρω, στη σκηνή του, αλαλαγμού θυσίες, \*  
θα υμνήσω και θα ψάλω στον Κύριο.

## II

7 Εισάκουσε, Κύριε, τη φωνή μου καθώς σου κραυγάζω: \*  
ελέησέ με και εισάκουσέ με!

8 Η καρδιά μου θυμήθηκε πως είπες: †  
«Αναζητήστε το πρόσωπό μου!». \*  
Το πρόσωπό σου, Κύριε, θα αναζητήσω.

9 Μην αποστρέψεις το πρόσωπό σου από μένα, \*  
μην απωθήσεις με οργή τον δούλο σου.

Εσύ είσαι βοηθός μου, μη με παραπετάξεις, \*  
ούτε να με εγκαταλείψεις, Θεέ της σωτηρίας μου.

10 Επειδή ο πατέρας μου και η μητέρα μου με εγκατέλειψαν, \*  
ο Κύριος όμως με αποδέχτηκε.

11 Δείξε μου, Κύριε, την οδό σου, †  
και σε δρόμο ομαλό οδήγησέ με, \*  
ως απάντηση στους εχθρούς μου.

12 Στη μανία των αντιπάλων μου μη με παραδώσεις, †  
διότι εναντίον μου σηκώθηκαν ψευδομάρτυρες, \*  
και άνθρωποι που διαπνέονται από τη βία.

13 Πιστεύω πως θα δω την καλοσύνη του Κυρίου \*



στη χώρα των ζώντων.

14 Πρόσμενε τον Κύριο, να είσαι θαρραλέος, \*  
και η καρδιά σου θα κραταιωθεί, κι έλπιζε στον Κύριο.

## Ψαλμός 28 (27)

### Παράκληση κι ευχαριστία

*Πατέρα, σε ευχαριστώ που με άκουσες (Ιω 11, 41).*

1 Σ' εσένα, Κύριε, θα κραυγάσω, \*  
μη μείνεις σιωπηλός, Θεέ μου.

Μην τυχόν και σωπάσεις, \*  
και όμοιος γίνω με όσους κατεβαίνουν στον λάκκο.

2 Εισάκουσε τη φωνή της δέησής μου †  
όταν σου κραυγάζω, \*  
όταν υψώνω τα χέρια μου προς τον άγιο ναό σου.

3 Με τους αμαρτωλούς μη με συμπαρασύρεις, \*  
και με όσους εργάζονται την αδικία.

Αυτοί με τον πλησίον τους μιλούν για ειρήνη, \*  
κακία όμως έχουν στην καρδιά τους.

4 Ανταπόδωσέ τους σύμφωνα με τα έργα τους, \*  
σύμφωνα με την πονηριά των πράξεών τους.

Ανάλογα με το έργο των χειριών τους αντάμειψέ τους, \*  
δώσε τους αυτό που τους αξίζει.

5 Επειδή δεν κατανόησαν τα έργα του Κυρίου, †  
και ό,τι έπραξαν τα χέρια του: \*  
αυτός θα τους ρίψει κάτω και δεν θα τους ξανασηκώσει.

6 Ευλογητός ο Κύριος, †  
επειδή τη φωνή της δέησής μου εισάκουσε: \*

7 ο Κύριος είναι βοηθός μου και υπερασπιστής μου.

Σε αυτόν ήλπισε η καρδιά μου κι έλαβα βοήθεια, †  
και ξανάνθισε η καρδιά μου, \*  
και με το άσμα μου θα τον δοξολογήσω.

8 Ο Κύριος κραταίωμα του λαού του, \*  
και καταφύγιο σωτηρίας για τον χριστό του.

9 Σώσε τον λαό σου κι ευλόγησε την κληρονομία σου, \*  
και ποιίμαινέ τους και ανύψωνέ τους αιώνια.

## Ψαλμός 29 (28)

### Εγκώμιο στον λόγο του Κυρίου

*Ακούστηκε τότε μια φωνή από τα ουράνια που έλεγε: «Αυτός είναι ο αγαπημένος μου Υιός, αυτός είναι ο εκλεκτός μου» (Μτ, 3, 17).*

1 Αποδώστε στον Κύριο, οι ουράνιες δυνάμεις, †  
αποδώστε στον Κύριο δόξα και δύναμη, \*

2 αποδώστε στον Κύριο τη δόξα του ονόματός του.

Προσκυνήστε τον Κύριο \*  
στην αγία του λαμπρότητα.

3 Φωνή Κυρίου επάνω στα ύδατα, †  
ο Θεός της δόξας βρόντησε, \*  
ο Κύριος επάνω σε άφθονα ύδατα.

4 Φωνή Κυρίου με δύναμη, \*  
Φωνή Κυρίου με μεγαλοπρέπεια.

5 Φωνή Κυρίου που συντρίβει τους κέδρους, \*  
θα συντρίψει ο Κύριος τους κέδρους του Λιβάνου.

6 Θα κάνει να σκιρτήσει σαν μοσχάρι ο Λίβανος, \*  
και το όρος Σιριών σαν μικρό μονόκερο.

7 Φωνή Κυρίου που αστράφτει φλόγες πύρινες, †

8 φωνή Κυρίου που σείει την έρημο, \*  
συθέμελα θα ταράξει ο Κύριος την έρημο της Κάδης.

9 Φωνή Κυρίου που ξεγεννά τις ελαφίνες, †  
και τα δάση απογυμνώνει. \*  
Και μέσα στον ναό του όλοι ψάλλουν: «Δόξα!».

10 Ο Κύριος στέκεται στον κατακλυσμό επάνω, \*  
και ο Κύριος θα κάθεται βασιλέας στον αιώνα.

11 Ο Κύριος δύναμη θα δώσει στον λαό του, \*  
ο Κύριος θα ευλογήσει τον λαό του με την ειρήνη.

## Ψαλμός 30 (29)

Ευχαριστία για τη λύτρωση από τον θάνατο

*Ο Χριστός, μετά την ανάστασή του, ευχαριστεί τον Θεό (Κασσιόδωρος).*

2 Θα σε υψώσω, Κύριε, επειδή με ανασήκωσες \*  
και δεν άφησες να χαρούν σε βάρος μου οι εχθροί μου.

3 Κύριε, Θεέ μου, προς εσένα κραύγασα, \*  
κι εσύ με θεράπευσες.

4 Κύριε, τράβηξες έξω από τον άδη την ψυχή μου, \*  
ζωή μου ξαναέδωσες ώστε να μην κατεβώ στον λάκκο.

5 Ψάλλετε στον Κύριο οι άγιοί του, \*  
δοξάστε τον ενθουμούμενοι την αγιότητά του.

6 Επειδή μία μόνο στιγμή διαρκεί η οργή του, \*  
η αγάπη του όμως μία ζωή ολόκληρη.

Αν το βράδυ έρθει στην αυλή το κλάμα, \*  
η χαρά το πρωί θα επιστρέψει.

7 Εγώ είπα μες στην ασφάλειά μου: \*  
«Ποτέ δεν θα καταρρεύσω».

8 Κύριε, χάρη στην αγάπη σου, \*  
με έκανες σαν βουνό: ακλόνητο.

Απέστρεψες όμως το πρόσωπό σου από μένα, \*  
και ταραχή με κυρίεψε.

9 Σ' εσένα, Κύριε, κραύγαζα, \*  
και τον Θεό μου ικέτευα:

10 αν χυθεί το αίμα μου, ποια η ωφέλεια, \*  
ή αν τελειώσω στη φθορά του τάφου;

Μήπως το χόμα θα σε δοξολογήσει, \*  
ή θα αναγγείλει την αλήθειά σου;

11 Άκουσε ο Κύριος και με ελέησε, \*  
ο Κύριος έγινε βοηθός μου.

12 Το θρήνο μου σε χορό μετέτρεψες †  
έσκισες τον σάκο του πένθους μου, \*  
και με ευφροσύνη με περιέζωσες,

13 για να σε υμνολογώ και να μη σωπαίνω. \*  
Κύριε, Θεέ μου, θα σε δοξολογώ αιώνια.

## Ψαλμός 31 (30)

Ο δοκιμαζόμενος ικετεύει με εμπιστοσύνη τον Κύριο

*Πατέρα, στα χέρια σου παραδίδω το πνεύμα μου (Λκ 23, 46).*

### I

2 Σ' εσένα, Κύριε, ήλπισα: ντροπή ποτέ ας μη νιώσω, \*  
χάρη στη δικαιοσύνη σου ελευθέρωσέ με.

3 Γύρε επάνω μου το αυτί σου, \*  
επιτάχυνε και σώσε με.

Γίνε για μένα βράχος υπεράσπισης \*

και οχυρωμένος οίκος για να με σώσεις.

4 Επειδή δύναμή μου και καταφύγιό μου εσύ είσαι, \*  
χάριν του ονόματός σου θα με οδηγήσεις και θα με ποιμάνεις.

5 Θα με βγάλεις από την παγίδα που κρυφά μου έστησαν, \*  
επειδή εσύ είσαι ο υπερασπιστής μου.

6 Στα χέρια σου παραδίδω το πνεύμα μου, \*  
με λύτρωσες, Κύριε, Θεέ της αλήθειας.

7 Μίσησες όσους καταφεύγουν σε κενές ματαιότητες, \*  
όμως εγώ στον Κύριο μόνο ήλπισα.

8 Θα αγαλλιάσω και θα ευφρανθώ για το έλεός σου, \*  
επειδή πρόσεξες την ταπεινώσή μου.

Αναγνώρισες τις ανάγκες της ψυχής μου, †

9 και δεν με παρέδωσες στα χέρια των εχθρών μου, \*  
σε έδαφος σταθερό έστησες τα πόδια μου.

## II

10 Ελέησέ με, Κύριε, επειδή βασανίζομαι, †  
τα μάτια μου μαράθηκαν από τη στενοχώρια, \*  
και η ψυχή μου και τα σωθικά μου.

11 Επειδή έσβησε στον πόνο η ζωή μου \*  
και στους αναστεναγμούς τα χρόνια μου.

Μες στην ανέχεια χάθηκε η δύναμή μου, \*  
και τα οστά μου φθάρηκαν.

12 Όλων των εχθρών μου έγινα περίγελος, \*  
κι ακόμη περισσότερο στους γείτονές μου,  
φόβο προκαλούσα στους γνωστούς μου: \*  
όσοι έξω με έβλεπαν, έφευγαν μακριά μου.

13 Από την καρδιά όλων σαν νεκρός λησμονήθηκα, \*  
κατάντησα σαν σκεύος πεταμένο.

14 Άκουσα πολλών τις συκοφαντίες: \*  
τρόμος με περιέζωσε.

Όλοι συνωμότησαν εναντίον μου, \*  
αποφάσισαν να αφαιρέσουν τη ζωή μου.

15 Όμως εγώ σ' εσένα ήλπισα, Κύριε, †  
είπα: «Εσύ είσαι ο Θεός μου, \*

16 στα χέρια σου είναι το μέλλον μου».

Σώσε με από το χέρι των εχθρών μου, \*  
κι από όσους με καταδιώκουν.

17 Λάμπσε το πρόσωπό σου επάνω στον δούλο σου, \*  
σώσε με χάρη στο έλεός σου.

[18 Κύριε, ας μην απογοητευθώ: σε επικαλέστηκα! \*  
ας ντροπιαστούν οι ασεβείς, στον άδη ας σιγήσουν.

19 Άλλα ας γίνουν τα χείλη τα δόλια, †  
που λένε λόγια σκληρά κατά του δικαίου \*  
με αλαζονεία και περιφρόνηση].

### III

20 Πόσο απέραντα μεγάλη η γλυκύτητά σου, Κύριε: \*  
τη φύλαξες γι' αυτούς που σε φοβούνται.

Τη χαρίζεις σε όσους καταφεύγουν σ' εσένα, \*  
μπροστά στα μάτια όλων των ανθρώπων.

21 Θα τους κρύψεις από τις ταραχές των ανθρώπων \*  
μέσα στο άδυτο του προσώπου σου.

Μες στη σκηνή σου θα τους προστατέψεις \*  
από των γλωσσών τις αντιδικίες.

22 Ευλογημένος ο Κύριος: †  
έκανε σ' εμένα θαυμαστά έργα με το έλεός του, \*  
όταν με περικύκλωναν και με πολιορκούσαν.

23 Κι εγώ μες στον τρόπο μου έλεγα: \*  
«Τα μάτια του δεν με βλέπουν, με απέρριψαν».

Εσύ όμως εισάκουσες τη φωνή της ικεσίας μου, \*  
όταν σ' εσένα κραύγασα βοήθεια.

24 Αγαπήστε τον Κύριο, όλοι εσείς οι άγιοί του: †  
τους πιστούς ο Κύριος τούς προστατεύει \*  
και ανταποδίδει περίσσεια στους αλαζόνες.

25 Ανδρωθείτε, και θα κραταιωθεί η καρδιά σας, \*  
όλοι εσείς που ελπίζετε στον Κύριο.

### Ψαλμός 32 (31)

«Μακάριος ο άνθρωπος, του οποίου αφαιρέθηκε η ανομία»

*Ο Δαβίδ μακαρίζει τον άνθρωπο που ο Θεός τον αναγνωρίζει δίκαιο χωρίς να έχει έργα (Ρωμ 4, 6).*

1 Μακάριος ο άνθρωπος, †  
του οποίου αφαιρέθηκε η ανομία, \*  
και του συγχωρήθηκε η αμαρτία.

2 Μακάριος ο άνθρωπος, †  
του οποίου ο Κύριος δεν λογίστηκε την αμαρτία, \*  
ούτε και στο πνεύμα του υπάρχει δόλος.

3 Σιωπηλός παρέμενα †  
και βασανιζόμουν όλη την ημέρα, \*  
οι δυνάμεις μου εξαντλούνταν.

4 Ημέρα και νύχτα βάραινε επάνω μου το χέρι σου, †  
είχε ξηραθεί το σφρίγος μου \*  
σαν κάτω από του καλοκαιριού τον ήλιο.

5 Την αμαρτία μου γνωστή σου έκανα, \*  
και την ανομία μου δεν σου έκρυψα.

Είπα: «Θα εξομολογηθώ στον Κύριο την ανομία μου», \*  
κι εσύ αφαιρέσες το βάρος της αμαρτίας μου.

6 Γι' αυτό κάθε πιστός προσεύχεται σ' εσένα \*  
στην ώρα της ανάγκης.

Κι όταν πολλά νερά αρχίσουν να κατακλύζουν, \*  
αυτά δεν πρόκειται να τον αγγίξουν.

7 Εσύ για μένα είσαι καταφύγιο, †  
από κάθε αντιξοότητα θα με προστατέψεις, \*  
με αγαλλίαση για τη σωτηρία θα με πλημμυρίσεις.

8 «Θα σε συνετίσω, †  
και θα σου διδάξω τον δρόμο για να βαδίσεις, \*  
θα προσηλώσω επάνω σου τα μάτια μου.

9 Μη γίνεστε σαν το άλογο και το μουλάρι, \*  
που σύνεση δεν έχουν:

αν δεν τα αναγκάσεις με λουριά και χαλινάρι \*  
κοντά σου δεν πλησιάζουν».

10 Είμαι πολλές του ασεβούς οι μάστιγες, \*  
το έλεος όμως περιβάλλει όποιον στον Κύριο ελπίζει.

11 Ευφρανθείτε για τον Κύριο και αγαλλιάστε, δίκαιοι, \*  
και καυχηθείτε όσοι έχετε την καρδιά σας ακέραιη .

## Ψαλμός 33 (32)

Ύμνος στον Κύριο που προνοεί

*Τα πάντα δι' αυτού δημιουργήθηκαν (Ιω 1, 3).*

1 Αγαλλιάστε, δίκαιοι, για τον Κύριο, \*  
στους ακέραιους ανθρώπους να υμνούν αρμόζει.

2 Δοξολογήστε τον Κύριο με την κιθάρα, \*  
με το δεκάχορδο ψαλτήριο ψάλετέ του.



- 3 Ψάλετέ του άσμα νέο, \*  
ωραία ψάλετέ του με φωνή που αλαλάζει,
- 4 διότι ορθός είναι ο λόγος του Κυρίου \*  
και όλα τα έργα του αξιόπιστα.
- 5 Αγαπά τη δικαιοσύνη και το δίκαιο· \*  
από το έλεος του Κυρίου η γη είναι πλήρης.
- 6 Με τον λόγο του Κυρίου οι ουρανοί στερεώθηκαν, \*  
με την πνοή του στόματός του το πλήθος των αστέρων.
- 7 Σαν σε ασκό συνάγει τα νερά της θάλασσας, \*  
και κλείνει σε θησαυροφυλάκιο τις αβύσσους.
- 8 Όλη η γη ας φοβηθεί τον Κύριο, †  
στην όψη του προσώπου του \*  
ας νιώσουν δέος οι κάτοικοι όλης της οικουμένης.
- 9 Επειδή αυτός είπε κι έγιναν, \*  
πρόσταξε αυτός και συντελέστηκαν.
- 10 Ο Κύριος ακυρώνει των εθνών τις αποφάσεις, \*  
ανατρέπει των λαών τα σχέδια.
- 11 Η απόφαση όμως του Κυρίου αιώνια μένει, \*  
από γενεά σε γενεά τα σχέδια της καρδιάς του.
- 12 Μακάριο το έθνος του οποίου Θεός είναι ο Κύριος· \*  
ο Κύριος το εξέλεξε ως κληρονομία του.
- 13 Από τον ουρανό επέβλεψε ο Κύριος, \*  
είδε όλα τα παιδιά των ανθρώπων.
- 14 Από τον τόπο της κατοικίας του επέβλεψε \*  
επάνω σε όλους τους κατοίκους της οικουμένης,
- 15 αυτός που έπλασε μία προς μία τις καρδιές τους, \*  
που γνωρίζει όλα τα έργα τους.
- 16 Δεν νικά ο βασιλέας χάρη στον πολύ στρατό του, \*  
ούτε θα σωθεί ο πολεμιστής χάρη στη μεγάλη δύναμή του.

- 17 Ανώφελο το άλογο για τη νίκη, \*  
παρά το μεγάλο σφρίγγος του δεν μπορεί να σώσει.
- 18 Τα μάτια του Κυρίου επάνω σε όσους τον φοβούνται, \*  
σε αυτούς που ελπίζουν στο έλεός του,
- 19 για να σώσει από τον θάνατο τις ψυχές τους, \*  
και να τους θρέψει στον καιρό της πείνας.
- 20 Η ψυχή μας προσμένει τον Κύριο, \*  
αυτός είναι βοηθός και υπερασπιστής μας.
- 21 Γι' αυτόν ευφραίνεται η καρδιά μας, \*  
στο άγιό του όνομα εμπιστευόμαστε.
- 22 Ας έλθει επάνω μας το έλεός σου, Κύριε, \*  
επειδή ελπίσαμε σ' εσένα.

### Ψαλμός 34 (33)

#### Ο Κύριος, σωτηρία των δικαίων

*Γευθήκατε την καλοσύνη του Κυρίου (Α΄ Πε 2, 3).*

#### I

- 2 Θα ευλογώ κάθε στιγμή τον Κύριο, \*  
για πάντα ο ύμνος του στο στόμα μου.
- 3 Καυχάται για τον Κύριο η ψυχή μου, \*  
οι πράοι ας το ακούσουν κι ας αγαλλιάσουν.
- 4 Μεγαλύνετε τον Κύριο μαζί μου, \*  
κι ας εξυψώσουμε μαζί το όνομά του.
- 5 Αναζήτησα τον Κύριο και με εισάκουσε, \*  
κι από όλους τους φόβους μου με ελευθέρωσε.
- 6 Προσέλθετε σε αυτόν και θα φωτιστείτε, \*

κι από τα πρόσωπά σας η ντροπή θα φύγει.

7 Ο δύστυχος κραύγασε, †  
κι ο Κύριος τον εισάκουσε, \*  
κι από όλες τις στενοχώριες του αυτός τον έσωσε.

8 Άγγελος Κυρίου θα στρατοπεδεύσει †  
γύρω από αυτούς που τον φοβούνται \*  
και θα τους ελευθερώσει.

9 Γευθείτε και δείτε πόσο γλυκός είναι ο Κύριος, \*  
μακάριος ο άνθρωπος που σε αυτόν ελπίζει.

10 Φοβηθείτε τον Κύριο οι άγιοί του, \*  
στέρηση δεν νιώθουν όσοι τον φοβούνται.

11 Πλούσιοι πτώχευσαν και πείνασαν, †  
σε όσους όμως αναζητούν τον Κύριο \*  
αγαθό κανένα δεν θα λείψει.

## II

12 Ελάτε, παιδιά μου, ακούστε με, \*  
τον φόβο του Κυρίου θα σας διδάξω.

13 Ποιος άνθρωπος θέλει τη ζωή να απολαύσει, \*  
κι αγαπά να δει ευτυχισμένες ημέρες;

14 Φύλαξε από το κακό τη γλώσσα σου, \*  
και τα χείλη σου ας μη μιλήσουν δόλια.

15 Απόφυγε το κακό και το καλό να πράξεις, \*  
αποζήτησε την ειρήνη κι επιδίωξέ την.

16 Τα μάτια του Κυρίου επάνω στους δικαίους, \*  
και τα αυτιά του στην κραυγή τους.

17 Το πρόσωπο όμως του Κυρίου †  
επάνω σε όσους το κακό διαπράττουν, \*  
για να εξαλείψει από τη γη την ανάμνησή τους.

18 Κραύγασαν και ο Κύριος τους εισάκουσε, \*  
κι από όλες τις στενοχώριες τους αυτός τούς ελευθέρωσε.

19 Κοντά είναι ο Κύριος †  
σε όποιον έχει καρδιά συντετριμμένη, \*  
και θα σώσει όποιον έχει χάσει κάθε ελπίδα.

20 Πολλές οι στενοχώριες των δικαίων, \*  
κι από όλες αυτές θα τους ελευθερώσει ο Κύριος.

21 Φυλάγει όλα τα οστά τους, \*  
δεν πρόκειται να σπάσει ούτε ένα.

22 Η κακία οδηγεί τον ασεβή στον θάνατο, \*  
και θα τιμωρηθεί όποιος μισεί τον δίκαιο.

23 Θα λυτρώσει ο Κύριος τις ψυχές των δούλων του, \*  
και δεν θα τιμωρηθεί όποιος σε αυτόν ελπίζει.

## Ψαλμός 35 (34)

«Δίκασε, Κύριε, όσους με δικάζουν»

*Συγκεντρώθηκαν... και αποφάσισαν να συλλάβουν τον Ιησού με δόλο  
και να τον θανατώσουν (Μτ 26, 3. 4).*

### I

1 Δίκασε, Κύριε, όσους με δικάζουν, \*  
και όσους με πολεμούν, πολέμησέ τους.

2 Άρπαξε πανοπλία και ασπίδα, \*  
και σήκω να με βοηθήσεις.

[<sup>3</sup> Ρίξε ρομφαία και πέλεκυ εναντίον όσων με καταδιώκουν. \*]  
Πες στην ψυχή μου: «Εγώ είμαι η σωτηρία σου!»

[<sup>4</sup> Ας ντροπιασθούν και ας νιώσουν απογοήτευση \*  
όσοι αναζητούν την ψυχή μου·

πίσω ας στραφούν και ας κατακοκκινίσουν \*  
όσοι σκέφτονται κακό για μένα.

5 Ας γίνουν σαν άχυρο στον άνεμο, \*  
και ο άγγελος του Κυρίου ας τους διασκορπίσει.

6 Ας γίνει σκοτεινός και ολισθηρός ο δρόμος τους, \*  
και ο άγγελος του Κυρίου ας τους καταδιώξει.

7 Επειδή αναίτια μου έστησαν παγίδα, \*  
αναίτια έσκαψαν λάκκο στην ψυχή μου.

8 Ας έλθει συμφορά σε αυτούς απρόσμενη †  
και η παγίδα που έστησαν ας τους εγκλωβίσει, \*  
στον ίδιο τον λάκκο ας πέσουν μέσα.]

9 Η ψυχή μου όμως θα αγαλλιάσει για τον Κύριο, \*  
και τέρψη θα νιώσει για τη σωτηρία της.

10 Θα πουν όλα τα οστά μου: \*  
«Κύριε, ποιος είναι σαν εσένα;

Ελευθερώνεις τον αδύναμο από των ισχυρών τα χέρια, \*  
τον εξαθλιωμένο και φτωχό από τους άρπαγές του».

11 Σηκώθηκαν ψευδομάρτυρες: \*  
για πράγματα που αγνοούσα με κατηγορούσαν.

12 Κακό αντί καλού μου ανταπέδιδαν: \*  
ερήμωση στην ψυχή μου!

## II

13 Όταν όμως αυτοί ασθενούσαν, εγώ φορούσα σάκο, †  
ταπεινώνω με νηστεία την ψυχή μου, \*  
και η προσευχή στο στήθος μου αντηχούσε.

14 Φερόμουν σαν σε φίλο μου και σαν σε αδελφό μου, \*  
έσκυβα σκυθρωπός σαν να πενθούσα τη μητέρα μου.

15 Όταν όμως παραπάτησα, χάρηκαν κι επιτέθηκαν, †  
επιτέθηκαν εναντίον μου και με χτύπησαν, \*  
κι εγώ τον λόγο αγνοούσα.

16 Με ξέσκιζαν και δεν έπαυαν· †  
με ενέπαιζαν, με χλεύασαν με λοιδορίες, \*  
μου έτριζαν τα δόντια τους.

### III

17 Κύριε, ως πότε θα κοιτάξεις; †  
Σώσε την ψυχή μου από τους κακούργους, \*  
από τα λιοντάρια τη μονάκριβη ζωή μου.

18 Θα σε δοξολογήσω στη μεγάλη εκκλησία, \*  
μπροστά σε πλήθος λαού θα σε επαινέσω.

19 Να μη χαρούν για μένα όσοι άδικα με εχθρεύονται, \*  
όσοι αναίτια με μίσησαν και συγκατανεύουν με τα μάτια.

20 Και πράγματι με λόγια ειρηνικά δεν μιλούσαν, \*  
κι ενάντια στους μειλίχιους της γης δολοπλοκούσαν.

21 Και ορθάνοιξαν επάνω μου το στόμα τους, \*  
είπαν: «Τα καταφέραμε! Τα μάτια μας είδαν τα πάντα».

22 Είδες, Κύριε, μη σωπάσεις; \*  
Κύριε, μη φύγεις από μένα.

23 Σήκω, έλα να με δικαιώσεις; \*  
Θεέ και Κύριέ μου, υπεράσπισε την υπόθεσή μου.

24 Κρίνε με σύμφωνα με τη δικαιοσύνη σου, Κύριε, Θεέ μου, \*  
και ας μη χαρούν στην πλάτη μου.

25 Ας μην πουν μες την καρδιά τους: «Τα καταφέραμε!», \*  
ούτε να πουν: «Τον εξαλείψαμε!».

26 Ας απογοητευτούν και ας κοκκινίσουν όλοι, \*  
όσοι χαίρονται για τις συμφορές μου,

ας ντυθούν με ντροπή και με ταπεινωση \*  
όσοι καυχώνται για τη δυστυχία μου.

27 Ας αγαλλιάσουν και ας πανηγυρίσουν \*  
όσοι χαίρονται για την αθωότητά μου,  
και ας λένε πάντοτε: «Ας μεγαλυθεί ο Κύριος, \*  
που θέλει την ειρήνη του εκλεκτού του»,

28 και η γλώσσα μου θα εξιστορεί τη δικαιοσύνη σου, \*  
όλη την ημέρα θα ψάλλει τους αίνους σου.

### Ψαλμός 36 (35)

**Η κακία του αματωλού, η καλοσύνη του Θεού**

*Όποιος με ακολουθεί δεν θα πλανιέται στο σκοτάδι, αλλά θα έχει το φως που οδηγεί στη ζωή (Ιω 8, 12).*

2 Ψιθυρίζει μες στην καρδιά του ασεβούς η ανομία, \*  
δεν υπάρχει φόβος Θεού στα μάτια του.

3 Επειδή για τον εαυτό του τρέφει μεγάλη εκτίμηση, \*  
ώστε να βρει την ανομία του και να τη μισήσει .

4 Τα λόγια του στόματός του ανομία και δόλος, \*  
αρνείται να καταλάβει και το καλό να πράξει.

5 Την ανομία σκέφτηκε στην κλίνη του, †  
εμμένει σε έναν δρόμο λανθασμένο, \*  
και την κακία δεν τη μίσησε.

6 Κύριε, στον ουρανό το έλεός σου, \*  
και η αλήθειά σου ως τις νεφέλες.

7 Η δικαιοσύνη σου σαν τα πανύψηλα όρη, †  
οι κρίσεις σου σαν άβυσσος μεγάλη. \*  
Ανθρώπους και ζωντανά θα σώσεις, Κύριε!

- 8 Πόσο πολύτιμο, Θεέ, το έλεός σου! †  
Γι' αυτό και τα παιδιά των ανθρώπων \*  
στη σκιά των πτερύγων σου θα καταφύγουν.
- 9 Θα μεθύσουν από τον πλούτο του οίκου σου, \*  
στο χείμαρρο της τρυφής σου θα τους ποτίσεις.
- 10 Η πηγή της ζωής βρίσκεται σ' εσένα, \*  
στο φως το δικό σου, το φως θα δούμε.
- 11 Έκτεινε το έλεός σου σε όποιον σε αναγνωρίζει, \*  
τη δικαιοσύνη σου σε όποιον έχει ακέραιη την καρδιά του.
- 12 Οι αλαζόνες ας μη με ποδοπατήσουν, \*  
και χέρι αμαρτωλού ας μην κινηθεί εναντίον μου.
- 13 Ιδού, έπεσαν οι εργάτες της ανομίας, \*  
κατέρρευσαν, και να σηκωθούν δεν πρόκειται.

## Ψαλμός 37 (36)

### Η τύχη των πονηρών και των δικαίων

*Μακάριοι όσοι φέρονται με πραότητα στους άλλους, διότι αυτοί θα κληρονομήσουν τη γη της επαγγελίας (Μτ 5, 5).*

## I

- 1 Τους πονηρούς μην ανταγωνίζεσαι, \*  
ούτε να ζηλεύεις όσους την ανομία πράττουν.
- 2 Επειδή γρήγορα θα ξεραθούν σαν το χορτάρι, \*  
θα μαραθούν σαν την πρασινάδα της χλόης.
- 3 Έλπιζε στον Κύριο και το καλό να κάνεις, \*  
κατοίκησε τη γη και ζήσε με πίστη.
- 4 Εντρύφησε στον Κύριο, \*  
και θα σου δώσει ό,τι ζήτησε η καρδιά σου.



5 Ανάθεσε τον δρόμο σου στον Κύριο, \*  
σε αυτόν να ελπίζεις κι εκείνος θα ενεργήσει.

6 Σαν φως της αυγής θα κάνει να λάμψει τη δικαιοσύνη σου, \*  
και σαν ήλιο μεσημεριού την ευθύτητά σου.

7 Αναπαύσου στον Κύριο και περίμένέ τον, †  
μην ανταγωνίζεσαι όποιον πετυχαίνει στην οδό του, \*  
τον άνθρωπο που πράττει παρανομίες.

8 Άφησε την οργή, γαλήνεψε τον θυμό σου, \*  
ό,τι οδηγεί στο κακό μνη το ανταγωνίζεσαι,

9 επειδή θα εξολοθρευτούν οι κακούργοι, †  
όσοι όμως τον Κύριο προσμένουν, \*  
τη γη θα κληρονομήσουν.

10 Ακόμη λίγο και ο αμαρτωλός δεν θα υπάρχει, \*  
θα αναζητείς τον τόπο του και δεν θα τον βρίσκεις.

## II

11 Οι πράοι όμως τη γη θα κληρονομήσουν, \*  
και θα απολαύσουν άφθονη την ειρήνη.

12 Ο αμαρτωλός τον δίκαιο θα παγιδεύσει, \*  
τα δόντια θα τρίζει εναντίον του.

13 Ο Κύριος όμως θα τον περιγελάσει, \*  
επειδή προβλέπει πως έρχεται η ημέρα του.

14 Τη ρομφαία οι αμαρτωλοί ξεσπάθωσαν, \*  
τέντωσαν το τόξο τους,

για να πατάξουν τον φτωχό και τον εξαθλιωμένο \*  
για να σφάξουν όποιον βαδίζει στον ίσιο δρόμο.

15 Όμως η ρομφαία θα τρυπήσει την καρδιά τους, \*  
και θα συντριβεί το τόξο τους.

- 16 Καλύτερο το λίγο του δικαίου, \*  
παρά τα πολλά των ασεβών τα πλούτη.
- 17 Επειδή θα σπάσουν των ασεβών τα χέρια, \*  
όμως ο Κύριος στηρίζει τους δικαίους.
- 18 Ο Κύριος γνωρίζει τις ημέρες των ακέραιων ανθρώπων, \*  
και η κληρονομία τους αιώνια θα είναι.
- 19 Δεν θα απογοητευτούν στον καιρό τον δύσκολο, \*  
και στις ημέρες της πείνας θα χορτάσουν.
- 20 Ναι, θα χαθούν οι ασεβείς, οι εχθροί του Κυρίου: †  
θα σβήσουν σαν την ομορφιά των κάμπων, \*  
όπως ο καπνός θα διαλυθούνε.
- 21 Δανείζεται ο αμαρτωλός και δεν επιστρέφει, \*  
ο δίκαιος όμως σπλαχνίζεται και χαρίζει.
- 22 Ναι, οι ευλογημένοι τη γη θα κληρονομήσουν, \*  
θα εξολοθρευτούν όμως οι καταραμένοι του.
- 23 Ο Κύριος κατευθύνει τα βήματα του ανθρώπου, \*  
κι εγκρίνει την πορεία του.
- 24 Και αν παραπατήσει, δεν θα πέσει, \*  
διότι ο Κύριος στηρίζει το χέρι του.
- 25 Νέος ήμουν κι έχω πια γεράσει, †  
και ποτέ δεν είδα τον δίκαιο εγκαταλελειμμένο. \*  
ούτε τους απογόνους του ψωμί να ζητιανεύουν.
- 26 Όλη την ημέρα σπλαχνίζεται και δανείζει, \*  
οι απόγονοί του θα είναι ευλογημένοι.
- 27 Φύγε από το κακό και το καλό να κάνεις, \*  
και θα έχεις κατοικία στους αιώνες των αιώνων,
- 28 διότι ο Κύριος αγαπά τη δικαιοσύνη, \*  
και δεν εγκαταλείπει τους ευσεβείς του.
- Οι άνομοι θα εκδιωχθούν για πάντα, \*

και θα εξολοθρευτούν των ασεβών οι απόγονοι.

29 Οι δίκαιοι όμως τη γη θα κληρονομήσουν, \*  
κι επάνω της θα κατοικούν στους αιώνες των αιώνων.

### III

30 Το στόμα του δικαίου θα ψιθυρίζει λόγια σοφίας, \*  
και η γλώσσα του θα μιλά με ειλικρίνεια.

31 Ο νόμος του Θεού του στην καρδιά του, \*  
και σταθερά θα είναι τα βήματά του.

32 Κατασκοπεύει ο ασεβής τον δίκαιο, \*  
και ζητά να τον θανατώσει.

33 Ο Κύριος όμως δεν θα τον εγκαταλείψει στα χέρια του, \*  
κι όταν κριθεί, δεν θα τον καταδικάσει.

34 Πρόσμενε τον Κύριο και μείνε στον δρόμο του: †  
θα σε τιμήσει και τη γη θα κληρονομήσεις, \*  
και θα δεις τους ασεβείς να εξολοθρεύονται.

35 Είδα τον ασεβή να υπερηφανεύεται, \*  
και να υπερυψώνεται σαν τους κέδρους του Λιβάνου.

36 Και πάλι πέρασα και δεν υπήρχε, \*  
τον αναζήτησα, όμως δεν τον βρήκα.

37 Κοίταξε τον τίμιο και δεσ τον ακέραιο: \*  
ο ειρηνικός ο άνθρωπος θα έχει μέλλον.

38 Όλοι όμως θα αφανιστούν οι παράνομοι, \*  
για τους ασεβείς μέλλον δεν θα υπάρχει.

39 Η σωτηρία των δικαίων έρχεται από τον Κύριο: \*  
αυτός τους υπερασπίζεται στον καιρό της θλίψης.

40 Θα τους βοηθήσει ο Κύριος και θα τους ελευθερώσει, †  
θα τους ελευθερώσει από τους ασεβείς και θα τους σώσει, \*  
διότι σ' εκείνον κατέφυγαν.

## Ψαλμός 38 (37)

Ικεσία του αμαρτωλού στον έσχατο κίνδυνο

Όλοι οι γνωστοί του Ιησού στέκονταν μακριά (Λκ 23, 49).

### I

2 Κύριε, μες στον θυμό σου μη με επιπλήξεις, \*  
ούτε μες στην οργή σου να με τιμωρήσεις.

3 Επειδή τα βέλη σου με διαπέρασαν, \*  
και το χέρι σου έπεσε επάνω μου.

4 Τίποτα δεν έχει μείνει άθικτο στη σάρκα μου †  
εξαιτίας της οργής σου, \*  
ειρήνη δεν έχουν τα οστά μου λόγω των αμαρτιών μου.

5 Ναι, οι ανομίες μου ξεπέρασαν την κεφαλή μου, \*  
και σαν βαρύ φορτίο επάνω μου πολύ βαραίνουν.

### II

6 Βρώμισαν και σάπισαν οι πληγές μου: \*  
αυτό είναι το τίμημα της ανοησίας μου.

7 Λύγισα κι ως κάτω είμαι κυρτωμένος, \*  
τριγυρνώ σκυθρωπός όλη την ημέρα.

8 Γεμάτα φλεγμονές είναι τα πλευρά μου, \*  
και τίποτα δεν έχει μείνει άθικτο στη σάρκα μου.

9 Ταλαιπωρήθηκα κι εξαντλήθηκα, \*  
ωρούμουν από τον πόνο της καρδιάς μου.

10 Κύριε, ενώπιόν σου κάθε επιθυμία μου, \*  
και δεν σου είναι κρυφός ο στεναγμός μου.

11 Η καρδιά μου τaráχθηκε, †  
με εγκατέλειψε η δύναμή μου, \*

ακόμη και το φως των ματιών μου, κι αυτό ακόμη έχασα.

12 Οι φίλοι μου και οι σύντροφοί μου †  
στάθηκαν μακριά από την πληγή μου, \*  
οι συγγενείς μου στάθηκαν σε απόσταση.

13 Παγίδες έστησαν όσοι επιβουλεύονταν την ψυχή μου, †  
όσοι ζητούσαν το κακό μου με συκοφάντησαν \*  
και όλη την ημέρα κατέστρωναν δόλια σχέδια.

### III

14 Όμως εγώ, σαν κουφός, δεν άκουγα, \*  
και, σαν άλαλος, δεν άνοιγα το στόμα.

15 Κι έγινα σαν τον άνθρωπο που δεν ακούει, \*  
και που δεν έχει στόμα για να αντικρούσει.

16 Επειδή σ' εσένα, Κύριε, ήλπισα, \*  
εσύ θα εισακούσεις, Κύριε, Θεέ μου.

17 Διότι έλεγα: «Ας μη γελάσουν στην πλάτη μου, †  
και ας μη χαρούν εις βάρος μου, \*  
όταν σκοντάψουν τα πόδια μου».

18 Επειδή έτοιμος είμαι να πέσω, \*  
και ο πόνος δεν με εγκαταλείπει.

19 Την ανομία μου εγώ θα ομολογήσω, \*  
διότι είμαι αγχωμένος από το βάρος της αμαρτίας μου.

20 Οι εχθροί μου ζουν και κραταιώνονται, \*  
κι έχουν πληθύνει όσοι με μισούν αδίκως.

21 Κακό αντί για καλό μου ανταποδίδουν, \*  
με κατηγορούν όταν επιδιώκω το καλό να πράξω.

22 Μη με εγκαταλείπεις, Κύριε, Θεέ μου, \*  
μην φύγεις από κοντά μου.

23 Σπεύσε να με βοηθήσεις, \*  
Κύριε, σωτηρία μου.

## Ψαλμός 39 (38)

### Παράκληση ενός ασθενούς

*Η κτίση υποτάχτηκε στη φθορά ... διότι έτσι θέλησε αυτός που την υπέταξε (Ρωμ 8, 20).*

#### I

2 Είπα: «Προσεκτικός θα είμαι στη διαγωγή μου, \*  
για να μην αμαρτήσω με τη γλώσσα μου.

Θα βάλω χαλινάρι στο στόμα μου, \*  
ωσότου θα στέκεται ο ασεβής απέναντί μου».

3 Σώπασα, βουβάθηκα και σίγησα †  
χωρίς άσχημα να μιλήσω, \*  
όμως ο πόνος μου ξαναδυνάμωσε.

4 Έκαιγε η καρδιά μου μέσα μου, \*  
κι ενώ σκεφτόμουν, φωτιά μεγάλη ξέσπασε.

5 Άφησα τη γλώσσα μου να μιλήσει: \*  
«Κύριε, κάνε μου γνωστό το τέλος μου,  
και ποιος είναι ο αριθμός των ημερών μου, \*  
για να μάθω πόσο σύντομη είναι η ζωή μου».

6 Δες, λίγες σπιθαμές παλάμης έκανες τις ημέρες μου, \*  
ο καιρός της ζωής μου σαν ένα τίποτα ενώπιόν σου.

Πράγματι τα πάντα είναι ματαιότητα, †  
ο κάθε άνθρωπος που αναπνέει. \*

7 Σαν τη σκιά φεύγει και περνά ο άνθρωπος.

Και όλος ο μόχθος του είναι ματαιότητα, \*  
θησαυρίζει και αγνοεί σε ποιόν αυτά θα μείνουν.

## II

8 Και τώρα τι να περιμένω, Κύριε; \*  
Η ελπίδα μου είναι σ' εσένα.

9 Από όλες μου τις ανομίες λύτρωσέ με, \*  
μη με αφήσεις στον περιγέλο του ανόητου.

10 Άλαλος έμεινα, δεν θα ανοίξω το στόμα, \*  
επειδή εσύ ενήργησες.

11 Απομάκρυνε από μένα τις μάστιγές σου, \*  
από το χτύπημα του χεριού σου εγώ απέκαμα.

12 Ελέγχοντας την ανομία διαπαιδαγωγείς τον άνθρωπο, †  
σαν το σκόρο κατατρώνς τους θησαυρούς του. \*  
Ο κάθε άνθρωπος είναι πνοή ανέμου.

13 Εισάκουσε την προσευχή μου, Κύριε, \*  
και στην κραυγή μου δώσε ακρόαση.

Στα δάκρυσά μου μην κωφεύεις, †  
επειδή κοντά σου δεν είμαι παρά φιλοξενούμενος, \*  
περαστικός, όπως οι πατέρες μου όλοι.

14 Αφησέ με, για να αναπνεύσω, \*  
προτού να φύγω και πια δεν θα υπάρχω.

## Ψαλμός 40 (39)

### Ευχαριστία κι αίτηση για βοήθεια

*Δεν θέλεις θυσίες και προσφορές, αλλά μου ετοίμασες ανθρώπινο σώμα (Εβρ 10, 5).*

## I

2 Πρόσμενα με υπομονή τον Κύριο \*  
κι εκείνος έγείρε επάνω μου.

3 Και εισάκουσε την κραυγή μου, †  
με ανέσυρε από τον λάκκο του θανάτου \*  
και από τη λάσπη του βάλτου.

Κι έστησε τα πόδια μου επάνω στον βράχο, \*  
έκανε σταθερά τα βήματά μου.

4 Έβαλε στο στόμα μου ένα νέο άσμα, \*  
ύμνο για τον Θεό μας.

Πολλοί θα δουν και θα νιώσουν δέος, \*  
και θα εμπιστευθούν στον Κύριο.

5 Μακάριος ο άνθρωπος \*  
που έθεσε τον Κύριο ελπίδα του,  
και δεν στράφηκε σε ανίσχυρες δυνάμεις \*  
ούτε σε όσους ακολουθούν το ψεύδος.

6 Πόσα θαυμάσια έργα έκανες, Κύριε, Θεέ μου, †  
πόσα για χάρη μας σχεδίασες! \*  
Κανείς δεν είναι όμοιός σου.

Αν ήθελα να τα διηγηθώ και να τα απαριθμήσω, \*  
αναρίθμητα θα ήταν για να τα εξιστορήσω.

7 Θυσία και προσφορά δεν θέλησες, †  
αυτιά όμως μου έδωσες για να σε ακούσω! \*  
Ολοκαύτωμα και θυσίες εξιλέωσης δεν ζήτησες.

8 Τότε είπα: «Ιδού εγώ, έρχομαι. \*  
Στην κεφαλίδα του βιβλίου έχει γραφεί για μένα.

9 Να κάνω το θέλημά σου θέλησα, Θεέ μου, \*  
και ο νόμος σου να είναι μέσα στα τρίσβαθά μου».

## II

10 Ευαγγέλισα τη δικαιοσύνη σου στη μεγάλη εκκλησία, †  
δες τα χείλη μου, δεν τα έκλεισα, \*  
εσύ, Κύριε, το ξέρεις.



11 Τη δικαιοσύνη σου δεν έκρυψα στην καρδιά μου, \*  
ανήγγειλα την αλήθειά σου και τη σωτηρία σου.

Δεν έκρυψα το έλεός σου και την πιστότητά σου \*  
από τη μεγάλη εκκλησία.

12 Εσύ, Κύριε, μη μου στερήσεις τον οίκτο σου, \*  
το έλεος και η αλήθειά σου ας με περιφρουρούν για πάντα.

13 Επειδή αναρίθμητα δεινά με κύκλωσαν, †  
με κατέβαλαν οι ανομίες μου, \*  
το βλέμμα δεν μπορώ πια να σηκώσω.

Είναι περισσότερες από τις τρίχες της κεφαλής μου, \*  
και η καρδιά μου λιγοψύχησε.

14 Ευδόκησε, Κύριε, να με ελευθερώσεις. \*  
Κύριε, σπεύσε να με βοηθήσεις.

15 Ντροπή ας νιώσουν κι απογοήτευση, \*  
όσοι επιβουλεύονται την ψυχή μου.

Ας οπισθοχωρήσουν ταπεινωμένοι, \*  
όσοι θέλουν το κακό μου.

16 Άναυδοι από ντροπή ας μείνουν, \*  
όσοι μου λένε: «Καλά να πάθεις!».

17 Ας χαίρονται και ας αγάλλονται για σένα †  
όσοι σε αναζητούν, και όσοι αγαπούν τη σωτηρία σου \*  
ας λένε πάντοτε: «Ο Κύριος να μεγαλύνεται».

18 Όμως εγώ είμαι φτωχός κι εξαθλιωμένος, \*  
ο Κύριος θα φροντίσει για μένα.

Βοηθός μου και υπερασπιστής μου εσύ είσαι, \*  
Θεέ μου, μην αργήσεις.

## Ψαλμός 41 (40)

### Προσευχή του ασθενούς

*Κάποιος από σας που τρώει μαζί μου θα με προδώσει (Μκ 14, 18).*

2 Μακάριος όποιος τον φτωχό φροντίζει, \*

την ημέρα της συμφοράς θα τον ελευθερώσει ο Κύριος.

3 Ο Κύριος θα τον φυλάξει και στη ζωή θα τον κρατήσει, †

ευτυχοσιμένο επάνω στη γη θα τον καταστήσει, \*

και δεν θα τον παραδώσει στα χέρια των εχθρών του.

4 Ο Κύριος θα τον βοηθήσει στο κρεβάτι του πόνου του, \*

θα του συμπαρασταθεί στην ασθένειά του.

5 Εγώ είπα: «Κύριε, ελέησέ με, \*

θεράπευσε την ψυχή μου διότι αμάρτησα εναντίον σου!»

6 Οι εχθροί μου μίλησαν κακόβουλα για μένα: \*

«Πότε θα πεθάνει και θα εξαφανιστεί το όνομά του;».

7 Και αν ερχόταν κάποιος να με επισκεφθεί, ψεύτικα μιλούσε, †

η καρδιά του μάζευε μέσα την ανομία, \*

έξω έβγαινε και τη διαλαλούσε.

8 Εναντίον μου ψιθύριζαν μεταξύ τους οι εχθροί μου, \*

άσχημα λογίζονταν για μένα:

9 «Κατάρτα έπεσε επάνω του, \*

κι έτσι κατάκοιτος, να σηκωθεί ποτέ δεν πρόκειται».

10 Ακόμη κι ο αγαπημένος φίλος τον οποίο εμπιστευόμουν, †

αυτός που έτρωγε το ψωμί μαζί μου, \*

εναντίον μου στράφηκε και με κλώττησε.

11 Εσύ όμως, Κύριε, ελέησέ με, \*

ανάστησέ με, και θα τους το ανταποδώσω.

12 Από αυτό κατάλαβα πως με αγαπούσες: \*

από το ότι δεν θριάμβευσαν επάνω μου οι εχθροί μου.

13 Εμένα με δέχτηκες λόγω της ακεραιότητάς μου, \*  
και με έβαλες να στέκομαι μπροστά σου για πάντα.

14 Ο Κύριος, ο Θεός του Ισραήλ, ευλογητός ας είναι, \*  
και τώρα και πάντοτε. Ας γίνει, ας γίνει.

## Βιβλίο Δεύτερο (Ψαλμοί 42-72)

### Ψαλμός 42 (41)

Ο πόθος για τον Κύριο και τον ναό του

*Όποιος διψάει ας έρθει, όποιος θέλει ας πάρει δωρεάν το νερό της ζωής (Απ 22, 17).*

2 Όπως το ελάφι ποθεί τις πηγές των υδάτων, \*  
έτσι ποθεί εσένα, Θεέ, η ψυχή μου.

3 Δίψασε η ψυχή μου για τον Θεό, τον Θεό τον ζώντα: \*  
πότε θα έρθω και θα δω του Θεού το πρόσωπο;

4 Τα δάκρυα είναι το ψωμί μου ημέρα και νύχτα, \*  
ενώ συνεχώς μου λένε: «Πού είναι ο Θεός σου;».

5 Αυτά θυμήθηκα κι έλιωνε η ψυχή μου, †  
καθώς βάδιζα προς του Θεού τον οίκο, \*  
στης θαυμαστής σκηνής τον τόπο,  
μέσα σε φωνές αγαλλίασης και δοξολογίας \*  
ενός πλήθους που γιορτάζει.

6 Γιατί περίλυπη είσαι, ψυχή μου, \*  
και γιατί με συνταράζεις;

Έλπισε στον Θεό, πάλι θα τον δοξολογήσω: \*  
σωτήρας είναι του προσώπου μου και Θεός μου.

7 Μέσα μου η ψυχή μου είναι περίλυπη, †  
γι' αυτό εσένα θυμάμαι, \*  
από τη γη του Ιορδάνη, του Ερμών, και του Μιζάρ τα ύψη.

8 Η άβυσσος την άβυσσο φωνάζει †  
με τη βοή των καταρρακτών σου, \*  
όλες οι καταγιίδες και τα κύματά σου πέρασαν από επάνω μου.

9 Την ημέρα χορηγεί ο Κύριος το έλεός του, †  
και τη νύχτα ακούγεται ο ύμνος μου για εκείνον: \*

προσευχή προς τον Θεό της ζωής μου.

10 Θα πω στον Θεό: «Είσαι ο προστάτης μου». †  
Γιατί με λησμόνησες και γιατί περπατώ περίλυπος, \*  
ενώ με συνθλίβει ο εχθρός μου;».

11 Τα οστά μου συντρίβονται, †  
όταν με χλευάζουν οι αντίπαλοί μου, \*  
αυτοί που συνεχώς μου λένε: «Πού είναι ο Θεός σου;».

12 Γιατί περίλυπη είσαι, ψυχή μου, \*  
και γιατί με συνταράζεις;

Έλπισε στον Θεό, πάλι θα τον δοξολογήσω: \*  
σωτήρας είναι του προσώπου μου και Θεός μου.

## Ψαλμός 43 (42)

### Ο πόθος για τον ναό

*Εγώ ήρθα στον κόσμο σαν το φως (Ιω 12, 46).*

1 Κρίνε με, Θεέ, και υπεράσπισε την υπόθεσή μου †  
ενάντια σε ένα έθνος ανόσιο. \*

Γλίτωσέ με από τον άδικο και δόλιο άνθρωπο.

2 Διότι εσύ είσαι, Θεέ, το καταφύγιό μου. †  
Γιατί με απώθησες; Γιατί περπατώ περίλυπος, \*  
ενώ με συνθλίβει ο εχθρός μου;

3 Στείλε το φως σου και την αλήθειά σου: †  
αυτά ας με οδηγήσουν και ας με φέρουν \*  
στο άγιό σου όρος και στα σκηνώματά σου.

4 Και θα εισέλθω στου Θεού το θυσιαστήριο, †  
του Θεού της ευφροσύνης και της αγαλλιάσής μου. \*  
Θα σε δοξολογήσω με την κιθάρα, Θεέ, Θεέ μου.

5 Γιατί περίλυπη είσαι, ψυχή μου, \*  
και γιατί με συνταράζεις;

Ἐλπισε στον Θεό, πάλι θα τον δοξολογήσω: \*  
σωτήρας είναι του προσώπου μου και Θεός μου.

## Ψαλμός 44 (43)

### Οι συμφορές του λαού

*Εμείς υπερνικούμε μέσα από όλες αυτές τις δυσκολίες με τη βοήθεια του Χριστού, ο οποίος μας αγάπησε (Ρωμ 8, 31).*

#### I

<sup>2</sup> Θεέ, με τα αυτιά μας το ακούσαμε, †  
μας ανήγγειλαν οι πατέρες μας το έργο, \*  
που επιτέλεσες στις ημέρες τους, τις αρχαίες ημέρες.

<sup>3</sup> Εσύ με το χέρι σου έθνη εξολόθρευσες †  
κι αυτούς στη θέση εκείνων φύτεψες, \*  
λαούς συνέθλιψες ενώ αυτούς τους πλήθυνες.

<sup>4</sup> Ούτε με τη ρομφαία τους τη γη κληρονόμησαν, \*  
ούτε και τους έσωσε ο βραχίονάς τους,  
αλλά η δεξιά σου και ο βραχίονάς σου, †  
και ο φωτισμός του προσώπου σου, \*  
επειδή τους αγάπησες.

<sup>5</sup> Εσύ είσαι ο βασιλέας μου και ο Θεός μου, \*  
εσύ που στέλνεις στον Ιακώβ τις νίκες.

<sup>6</sup> Με τη δύναμή σου συντρίψαμε τους εχθρούς μας, †  
και στο όνομά σου εκμηδενίσαμε \*  
αυτούς που ξεσηκώθηκαν εναντίον μας.

<sup>7</sup> Δεν θα ελπίζω στο τόξο μου, \*  
και η ρομφαία μου δεν θα με σώσει.

<sup>8</sup> Επειδή εσύ μας έσωσες από τους αντιπάλους μας, \*  
και καταντρόπιασες όσους μας μισούσαν.

9 Για τον Θεό θα καυχόμαστε όλη την ημέρα, \*  
και το όνομά σου αιώνια θα δοξολογούμε .

## II

10 Τώρα όμως μας απέρριψες και μας ντρόπιασες, \*  
και δεν εξέρχεται πια, Θεέ, με τις δυνάμεις μας.

11 Μας έτρεψες σε φυγή στη θέα των εχθρών μας, \*  
και όσοι μας μισούσαν μας λεηλάτησαν.

12 Σαν πρόβατα για σφαγή μας παρέδωσες, \*  
και ανάμεσα στα έθνη μάς διασκόρπισες.

13 Πούλησες τον λαό σου δίχως κέρδος, \*  
δεν έγινες πλουσιότερος από τη συναλλαγή σου.

14 Μας κατάντησες χλεύασμα των γειτόνων μας, \*  
εμπαιγμό και περιγέλο όσων μας τριγυρίζουν.

15 Μας κατάντησες ανέκδοτο για τα έθνη, \*  
μας κοιτάζουν οι λαοί και κουνούν το κεφάλι.

16 Όλη την ημέρα βλέπω τον εξευτελισμό μου, \*  
και η ντροπή σκέπασε το πρόσωπό μου,

17 στο άκουσμα εκείνου που αντιμιλά και βρίζει, \*  
εμπρός στον εχθρό που λαχταρά εκδίκηση.

## III

18 Όλα αυτά ήρθαν επάνω μας, †  
κι όμως δεν σε λησμονήσαμε, \*  
και δεν απιστήσαμε στη διαθήκη σου.

19 Δεν απομακρύνθηκε από σένα η καρδιά μας, \*  
ούτε τα βήματά μας εξέκλιναν από την οδό σου.

20 Κι όμως μας παραπέταξες ανάμεσα στα τσακάλια, \*  
και με τη σκιά του θανάτου μάς επικάλυψες.

21 Αν είχαμε λησμονήσει το όνομα του Θεού μας, \*  
και αν είχαμε υψώσει σε ξένο θεό τα χέρια μας,

22 μήπως ο Θεός δεν θα το ερευνούσε; \*  
Αυτός γνωρίζει τα απόκρυφα της καρδιάς μας.

23 Για χάρη σου μας θανατώνουν όλη την ημέρα, \*  
σαν πρόβατα σφαγής υπολογιζόμαστε.

24 Ξύπνα, γιατί κοιμάσαι, Κύριε; \*  
Σήκω και τελικά μη μας απορρίψεις.

25 Γιατί το πρόσωπό σου αποστρέφεις, \*  
λησμονείς τη φτώχεια μας και τη θλίψη μας;

26 Επειδή ταπεινώθηκε στο χόμα η ψυχή μας, \*  
κόλλησε στη γη το πρόσωπό μας.

27 Ανάστα, Κύριε, βοήθησέ μας, \*  
και λύτρωσέ μας χάρη στην ευσπλαχνία σου.

## Ψαλμός 45 (44)

### Οι γάμοι του βασιλέα

*Ιδού ο Νυμφίος έρχεται βγείτε να τον προϋπαντήσετε (Μτ 25, 6).*

## I

2 Λόγια γλυκά η καρδιά μου ανάβλυσε, †  
εγώ στον βασιλέα ψάλλω τα ποιήματά μου. \*  
Η γλώσσα μου κάλαμος γρήγορου γραφέα.

3 Είσαι ο πιο ωραίος ανάμεσα στους υιούς των ανθρώπων, †  
η χάρη έχει ξεχυθεί στα χείλη σου, \*  
γι' αυτό και ο Θεός σε ευλόγησε για πάντα.

4 Περιζώσε, δυνατέ, τη ρομφαία στον μηρό σου, \*  
περιβεβλημένος με το κάλλος και την ωραιότητά σου.



5 Με την ωραιότητά σου προχώρα, ανέβα στο άρμα, †  
πάλεψε για την αλήθεια, το δίκαιο και τη δικαιοσύνη. \*  
Η δεξιά σου θαυμαστά έργα θα σου δείξει:

6 Τα βέλη σου ακονισμένα †  
- λαοί από κάτω σου θα πέσουν - \*  
στην καρδιά των εχθρών του βασιλέα.

7 Ο θρόνος σου, Θεέ, στους αιώνες των αιώνων, \*  
σκήπτρο ευθύτητας το σκήπτρο της βασιλείας σου.

8 Αγάπησες τη δικαιοσύνη και μίσησες την ανομία, †  
γι' αυτό και μεταξύ των συντρόφων σου, \*  
εσένα έχρισε με λάδι αγαλλίασης ο Θεός, ο Θεός σου.

9 Σμύρνα και αλόη και κασσία όλα τα ενδύματά σου, \*  
από τα φιλντισένια ανάκτορα έγχχορδα σε ευφραίνουν.

10 Θυγατέρες βασιλέων στη συνοδεία σου, †  
στέκεται η βασίλισσα στα δεξιά σου \*  
με το χρυσάφι της Οφείρ περιβεβλημένη.

## II

11 Άκουσε, κόρη, και δεξ και γύρε το αυτί σου, \*  
λησμόνησε τον λαό σου και τον οίκο του πατέρα σου,

12 θα ποθήσει ο βασιλέας την ωραιότητά σου. \*  
Αυτός είναι ο κύριός σου, και προσκύνησέ τον.

13 Της Τύρου οι θυγατέρες με δώρα, \*  
το πρόσωπό σου οι πλούσιοι του λαού θα εκλιπαρήσουν.

14 Πανένδοξη από μέσα η κόρη του βασιλέα, \*  
στα κροσσωτά χρυσά καταστολισμένη.

15 Με πλουμιστά ενδύματα θα οδηγηθεί στον βασιλέα, †  
πίσω οι παρθένες της συνοδείας της \*  
θα οδηγηθούν μπροστά σου.

16 Θα οδηγηθούν με ευφροσύνη και αγαλλίαση, \*  
θα εισέλθουν στον οίκο του βασιλέα.

17 Στη θέση των πατέρων σου θα είναι τα παιδιά σου, \*  
σε όλη τη γη επάνω άρχοντες θα τους καταστήσεις.

18 Σε κάθε γενεά και γενεά το όνομά σου \*  
θα το μνημονεύω.

Γι' αυτό οι λαοί θα σε δοξολογήσουν αιώνια, \*  
και στους αιώνες των αιώνων.

## Ψαλμός 46 (45)

«Ο Θεός μας καταφύγιο και δύναμη»

*Θα του δώσεις το όνομα Εμμανουήλ, που σημαίνει, «ο Θεός είναι μαζί μας» (Μτ 1, 23).*

2 Ο Θεός μας καταφύγιο και δύναμη, \*  
πολύτιμη βοήθεια την ώρα των θλίψεων.

3 Γι' αυτό και δεν φοβόμαστε αν η γη ταραάζεται, \*  
αν μετατοπίζονται τα όρη στην καρδιά της θάλασσας.

4 Ας παφλάζουν κι ας αναταράζονται τα νερά της, \*  
ας σεΐονται τα όρη από την ανάτασή της.

5 Τα ρυάκια του ποταμού ευφραίνουν του Θεού την πόλη, \*  
τα άγια σκηνώματα του Υψίστου.

6 Ο Θεός ανάμεσά της, να σαλευτεί δεν πρόκειται, \*  
πριν το χάραμα της αυγής ο Θεός θα τη βοηθήσει.

7 Ταράχθηκαν έθνη, κλονίστηκαν βασιλεία, \*  
αντήχησε τη φωνή του, η γη σαλεύτηκε.

8 Ο Κύριος των δυνάμεων είναι μαζί μας, \*  
ο Θεός του Ιακώβ είναι το καταφύγιό μας.

9 Ελάτε και δείτε τα έργα του Κυρίου, \*

τα θαυμαστά που έκανε στη γη επάνω.

Θα παύσει τους πολέμους μέχρι της γης τα πέρατα, †  
10 θα συντρίψει τα τόξα, θα κομματιάσει τις λόγχες, \*  
και στη φωτιά θα κατακάψει τις ασπίδες.

11 Σταματήστε και αναγνωρίστε, †  
πως εγώ είμαι ο Θεός, ψηλότερος από τα έθνη, \*  
και από τη γη ψηλότερος.

12 Ο Κύριος των δυνάμεων είναι μαζί μας, \*  
ο Θεός του Ιακώβ είναι το καταφύγιό μας.

## Ψαλμός 47 (46)

### Ο Κύριος, βασιλέας του παντός

*Κάθεται στα δεξιά του Πατέρα, και η βασιλεία του δεν θα έχει τέλος (από το Σύμβολο της Πίστεως).*

2 Όλα τα έθνη χειροκροτήστε, \*  
αλαλάξτε στον Θεό με φωνή αγαλλίασης.

3 Επειδή φοβερός ο Κύριος, ο Ύψιστος, \*  
βασιλέας μέγας σε όλη τη γη επάνω.

4 Λαούς σ' εμάς υπέταξε \*  
κι έθνη κάτω από τα πόδια μας.

5 Επέλεξε μια χώρα ως κληρονομία μας, \*  
καύχημα του Ιακώβ, τον οποίον αγάπησε.

6 Εν μέσω αλαλαγμών ο Θεός ανέβηκε, \*  
ο Κύριος στον ήχο της σάλπιγγας.

7 Ψάλλετε στον Θεό, ψάλλετε, \*  
ψάλλετε στον βασιλέα μας, ψάλλετε.

8 Επειδή ο Θεός είναι όλης της γης ο βασιλέας, \*  
ψάλλετε περίτεχνα.

9 Βασίλευσε ο Θεός επάνω στα έθνη, \*  
ο Θεός κάθεται επάνω στον άγιο του θρόνο.

10 Οι άρχοντες των λαών συνάχθηκαν, \*  
με τον λαό που τον Θεό του Αβραάμ λατρεύει.

Στον Θεό ανήκουν οι κραταιοί της οικουμένης: \*  
αυτός επάνω από όλους ανυψώθηκε.

## Ψαλμός 48 (47)

### Ευχαριστία για τη σωτηρία του λαού

*Με έφερε σε ένα μεγάλο βουνό και μου έδειξε την αγία Πόλη, την Ιερουσαλήμ (Απ 21, 10).*

2 Μέγας ο Κύριος και άξιος να υπερυμνεΐται, \*  
στην πόλη του Θεού μας.

3 Το άγιο του όρος, ύψωμα πανέμορφο, \*  
όλης της γης αγαλλίαση.

Το όρος Σιών, στη βορινή την άκρη, \*  
είναι η πόλη του μεγάλου βασιλέα.

4 Ο Θεός ανάμεσα στα μέγαρά της \*  
αναδείχτηκε απόρθητο προπύργιο.

5 Επειδή, κοίτα, οι βασιλείς συνάχθηκαν, \*  
προήλασαν ενωμένοι.

6 Αυτοί μόλις την είδαν έμειναν έκθαμβοι, \*  
ταράχθηκαν, διασκορπίστηκαν.

7 Τρόμος εκεί τους έπιασε, \*  
πόνιοι σαν γυναίκας ετοιμόγεννης.

8 Όμοια με τους ανατολικούς ανέμους \*  
θα συντρίψεις της Θαρσής τα πλοία.

9 Όπως το ακούσαμε έτσι και το είδαμε \*

στην πόλη του Κυρίου των δυνάμεων,

στην πόλη του Θεού μας: \*  
ο Θεός τη θεμελίωσε για πάντα.

10 Αναλογιζόμαστε, Θεέ, το έλεός σου, \*  
στο μέσο του ναού σου.

11 Ο ύμνος μας, Θεέ, όπως και το όνομά σου, †  
φτάνει στα πέρατα της οικουμένης. \*  
Από τη δικαιοσύνη σου είναι πλήρης η δεξιά σου.

12 Το όρος Σιών ας ευφραίνεται †  
και ας αγαλλιάζουν οι κόρες της Ιουδαίας, \*  
λόγω των δίκαιων αποφάσεών σου.

13 Κυκλώστε τη Σιών και τρέξτε γύρω της, \*  
καταριθμήστε τους πύργους της.

14 Θαυμάστε με την καρδιά σας τη δύναμή της, †  
περιδιαβείτε τα μέγάρά της, \*  
για να τα διηγείστε στη γενεά που έρχεται.

15 Επειδή αυτός είναι ο Θεός, ο Θεός μας, †  
αιώνια και στους αιώνες των αιώνων. \*  
Αυτός θα μας ποιμαίνει για πάντα.

## Ψαλμός 49 (48)

### Η ματαιότητα του πλούτου

*Δύσκολα θα εισέλθει πλούσιος στη βασιλεία του Θεού (Μτ 19, 23).*

#### I

2 Ακούστε αυτό, τα έθνη όλα, \*  
βάλτε στα αυτιά σας, όλοι εσείς της γης οι κάτοικοι:

3 όσοι από ταπεινή γενιά και όσοι από τρισεύγεννη, \*  
όλοι μαζί φτωχοί και πλούσιοι.

4 Το στόμα μου θα μιλήσει με σοφία, \*  
και η καρδιά μου θα μελετήσει με σύνεση.

5 Θα γύρω το αυτί μου τα γνωμικά να ακούσω, \*  
θα λύσω το αίνιγμά μου στο ψαλτήριο.

6 Γιατί να φοβάμαι στις αντίξοες ημέρες, \*  
όταν η ανομία των πονηρών θα με κυκλώσει;

7 Αυτοί εμπιστεύονται στη δύναμή τους \*  
και καυχώνται για τον αμέτρητο πλούτο τους.

8 Πράγματι, ο άνθρωπος δεν λυτρώνει τον εαυτό του, \*  
ούτε εξαγοράζει από τον Θεό την εξιλέωσή του.

9 Ακριβό το τίμημα για τη λύτρωση της ψυχής του: †  
το χρήμα ποτέ δεν θα του φτάσει, \*

10 για να ζησει μέχρι τέλος και να μη δει τον θάνατο.

11 Και θα δει τους σοφούς να πεθαίνουν, †  
μαζί θα χαθούν ο ανόητος και ο άμυαλος \*  
και θα αφήσουν σε ξένους τα πλούτη τους.

12 Ο τάφος κατοικία τους για πάντα, †  
σε όλες τις γενεές γίνεται σκηνή τους, \*  
κι όμως τα ονόματά τους έδωσαν στη γη τους.

13 Ο άνθρωπος, έστω και αν δοξάζεται, δεν έχει διάρκεια, †  
μοιάζει με τα ζώα που χάνονται, \*  
και όμοιος είναι μαζί τους.

## II

14 Αυτός ο δρόμος όσων εμπιστεύονται στον εαυτό τους, \*  
το τέλος όσων καυχώνται για τη σοφία τους.

15 Σαν πρόβατα μανδρώθηκαν στον άδη, \*  
ο θάνατος θα τους βόσκει.

Θα κατακρημνισθούν στον τάφο, †  
θα εξαφανιστεί η μορφή τους: \*

ο άδης κατοικία τους.

16 Αλλά ο Θεός θα λυτρώσει την ψυχή μου, \*  
από τα νύχια του άδη, πράγματι, θα με αρπάξει.

17 Μη φοβάσαι όταν πλουτίσει ο άνθρωπος \*  
κι όταν η δόξα του οίκου του πληθύνει.

18 Επειδή, όταν πεθάνει, τίποτα δεν παίρνει, \*  
ούτε η δόξα του θα κατεβεί μαζί του.

19 Όταν ήταν στη ζωή ευλογούσε την ψυχή του: \*  
«Σε εγκωμιάζουν γιατί όλα καλά σου πάνε»,

20 αλλά και αυτός θα πάει με τη γενεά των πατέρων του, \*  
που αιώνια το φως δεν πρόκειται να δούνε.

21 Ο άνθρωπος μες στη λάμψη δεν συναισθάνεται, †  
μοιάζει με τα ζώα που χάνονται, \*  
και όμοιος είναι μαζί τους.

## Ψαλμός 50 (49)

### Η αληθινή λατρεία

*Δεν ήρθα για να καταργήσω τον νόμο, αλλά για να τον πραγματοποιήσω (Πρβλ. Μτ 5, 17).*

## I

1β Ο Θεός των θεών, ο Κύριος, μίλησε \*  
και κάλεσε τη γη από την ανατολή του ήλιου μέχρι τη δύση.

2 Από τη Σιών, το κόσμημα της ωραιότητας, †  
ο Θεός κατέλαμψε, \*

3 ο Θεός μας θα έρθει και δεν θα σωπάσει.

Εμπρός του προπορεύεται φωτιά που κατατρώει, \*  
και γύρω του μαίνεται σφοδρή καταιγίδα.

- 4 Από ψηλά τον ουρανό θα προσκαλέσει, \*  
και τη γη για να κρίνει τον λαό του:
- 5 «Συνάξτε μου τους οσίους μου, \*  
που σύναψαν μαζί μου διαθήκη τελώντας θυσία».
- 6 Και θα αναγγείλουν οι ουρανοί τη δικαιοσύνη του, \*  
επειδή ο Θεός έρχεται να κρίνει.

## II

- 7 «Άκουσε, λαέ μου, τώρα θα μιλήσω, †  
Ισραήλ, θα καταμαρτυρήσω εναντίον σου. \*  
Εγώ είμαι ο Θεός, ο Θεός σου.
- 8 Για τις θυσίες σου δεν πρόκειται να σε ελέγξω, \*  
τα ολοκαυτώματά σου ενώπιόν μου είναι πάντοτε.
- 9 Δεν θα δεχτώ από τον οίκο σου μόσχους, \*  
ούτε από τα ποιμνιά σου τράγους.
- 10 Επειδή δικά μου είναι όλα του δρυμού τα θηρία, \*  
τα αναρίθμητα ζώα επάνω στα όρη.
- 11 Όλα του ουρανού τα πουλιά γνωρίζω, \*  
και ό,τι κινείται στους αγρούς δικό μου είναι.
- 12 Αν πεινούσα, δεν θα το έλεγα σ' εσένα, \*  
δική μου είναι η οικουμένη και η πληρότητά της.
- 13 Μήπως θα φάω κρέας ταύρων \*  
ή θα πιω το αίμα τράγων;
- 14 Θυσίασε στον Θεό δοξαστική θυσία, \*  
και απόδωσε στον Ύψιστο τις ευχές σου.
- 15 Κι επικαλέσου με την ημέρα της θλίψης: \*  
θα σε λυτρώσω κι εσύ θα με τιμήσεις».



### III

- 16 Και στον αμαρτωλό ο Θεός είπε: †  
«Γιατί εσύ απαριθμείς τις εντολές μου \*  
και βάζεις τη διαθήκη μου στο στόμα σου;
- 17 Εσύ μίσησες τη διαπαιδαγώγηση, \*  
και αποστράφηκες τα λόγια μου.
- 18 Αν έβλεπες τον κλέφτη, έτρεχες μαζί του, \*  
και με τους μοιχούς συναναστρεφόσουν.
- 19 Το στόμα σου πλεόναζε από κακία, \*  
και δολοπλοκούσε η γλώσσα σου.
- 20 Καθόσουν και τον αδελφό σου κακολογούσες, \*  
και τον γιο της μητέρας σου διαπόμπευες.
- 21 Αυτά έκανες, κι εγώ σίγησα. †  
Νόμισες πως ήμουν όμοιός σου. \*  
Θα σε ελέγξω και όλα αυτά μπροστά σου θα τα βάλω.
- 22 Κατανοήστε τα, εσείς που τον Θεό ξεχνάτε, †  
μην τυχόν και σας αρπάξω \*  
και δεν υπάρχει ποιος να σας γλιτώσει.
- 23 Όποιος δοξαστική θυσία προσφέρει, θα με τιμήσει, †  
και σε όποιον άμωμος πορεύεται, \*  
θα δείξω του Θεού τη σωτηρία».

### Ψαλμός 51 (50)

«Ελέησέ με, Θεέ»

*Να ανανεωθείτε σε όλο το πνευματικό σας βάθος. Να ενδυθείτε τον καινούριο άνθρωπο (Εφ 4, 23-24).*

- 3 Ελέησέ με, Θεέ, χάρη στο έλεός σου, †  
και χάρη στην αμέτρητη ευσπλαχνία σου, \*  
εξάλειψε το ανόμημά μου.

- 4 Πλύνε με εντελώς από την ανομία μου, \*  
και από την αμαρτία μου καθάρισέ με.
- 5 Επειδή την ανομία μου εγώ αναγνωρίζω, \*  
και η αμαρτία μου είναι συνεχώς ενώπιόν μου.
- 6 Εναντίον σου, εναντίον σου μόνο αμάρτησα, \*  
και το κακό ενώπιόν σου έπραξα,  
έτσι δίκαιος να είσαι στην απόφασή σου \*  
και διαυγής στην κρίση σου.
- 7 Δες ότι μες στην ανομία γεννήθηκα, \*  
και μες στην αμαρτία με συνέλαβε η μητέρα μου.
- 8 Δες ότι μες στην καρδιά μου αγάπησες την αλήθεια, \*  
και δίδαξες στα μύχιά μου τη σοφία σου.
- 9 Με ύσσωπο ράντισέ με, και καθαρός θα γίνω. \*  
Πλύνε με, και θα είμαι λευκότερος από το χιόνι.
- 10 Κάνε να ακούσω τον ήχο της χαράς και της αγαλλίασης, \*  
και θα ευφρανθούν τα οστά που συνέτριψες.
- 11 Απόστρεψε το πρόσωπό σου από τις αμαρτίες μου \*  
και όλες τις ανομίες μου εξάλειψε.
- 12 Καρδιά καθαρή, Θεέ, σ' εμένα δημιούργησε, \*  
και πνεύμα ακλόνητο ανακαίνισε στα τρισβαθά μου.
- 13 Μη με απορρίψεις από το πρόσωπό σου, \*  
και το πνεύμα σου το άγιο μην αφαιρέσεις από μένα.
- 14 Δώσε μου πάλι την αγαλλίαση της σωτηρίας σου, \*  
και με πνεύμα θαρραλέο στήριξέ με.
- 15 Θα διδάξω στους ανόμους τις οδούς σου, \*  
και οι ασεβείς σ' εσένα θα επιστρέψουν.
- 16 Λύτρωσέ με, Θεέ, από το αίμα που χύθηκε, †  
Θεέ της σωτηρίας μου, \*  
και η γλώσσα μου θα εξυμνήσει τη δικαιοσύνη σου.

17 Κύριε, τα χείλη μου θα ανοίξεις, \*  
και το στόμα μου τον ύμνο σου θα ψάλει.

18 Με τη θυσία, πράγματι, δεν ευαρεστείσαι, \*  
ολοκαύτωμα, αν σου πρόσφερα, δεν θα το αποδεχόσουν.

19 Θυσία στον Θεό είναι το συντετριμμένο πνεύμα, †  
καρδιά συντετριμμένη και ταπεινωμένη, \*  
Θεέ, δεν θα περιφρονήσεις.

20 Ευεργέτησε, Κύριε, τη Σιών με την εύνοιά σου, \*  
ώστε να οικοδομηθούν της Ιερουσαλήμ τα τείχη.

21 Τότε θα αποδεχτείς θυσία δικαιοσύνης, †  
προσφορές και ολοκαυτώματα, \*  
τότε θα προσφέρουν στο θυσιαστήριό σου μόσχους.

## Ψαλμός 52 (51)

### Η καταδίκη του συκοφάντη

*Όποιος καυχάται, ας καυχάται μόνο για τον Κύριο (Α΄ Κορ 1, 31).*

3 Γιατί καυχιέσαι για την κακία, \*  
εσύ που είσαι επιδέξιος στην ανομία;

4 Όλη την ημέρα κατέστρωνες παγίδες, †  
η γλώσσα σου σαν ξυράφι ακονισμένο, \*  
εσύ που είσαι τεχνίτης στην απάτη.

5 Αγάπησες την κακία παρά την καλοσύνη, †  
το ψεύδος παρά το να μιλάς με ειλικρίνεια. \*

6 Αγάπησες όλα τα λόγια που καταστρέφουν, δόλια γλώσσα.

7 Γι' αυτό και ο Θεός θα σε αφανίσει για πάντα, †  
θα σε πετάξει έξω από τη σκηνή και θα σε εξορίσει, \*  
θα σε ξεριζώσει από τη γη των ζώντων.

8 Θα δουν και θα φοβηθούν οι δίκαιοι, \*  
και θα τον περιγελάσουν:

9 «Ίδού ο άνθρωπος, που δεν έθεσε τον Θεό καταφύγιό του, †  
αλλά ήλπισε στα άφθονά του πλούτη, \*  
κι έγινε ισχυρός χάρη στις απάτες του».

10 Αλλά εγώ σαν καρποφόρο ελαιόδεντρο \*  
στον οίκο του Κυρίου.

Ήλπισα στου Θεού το έλεος, \*  
για πάντα και στους αιώνες των αιώνων.

11 Θα σε δοξολογώ αιώνια για όλα όσα έκανες, †  
και θα διακηρύττω πόσο αγαθό είναι το όνομά σου, \*  
ενώπιον των αγίων σου .

## Ψαλμός 53 (52)

### Ο άνθρωπος χωρίς Θεό

*Όλοι έχουν αμαρτήσει και βρίσκονται μακριά από τη δόξα του Θεού  
(Ρωμ 3, 23).*

1β Είπε ο άμυαλος στην καρδιά του: «Θεός δεν υπάρχει». †  
2 Έχουν διαφθαρεί κι έπραξαν έργα ανόσια, \*  
δεν υπάρχει κάποιος που το καλό να πράττει.

3 Ο Θεός από τα ουράνια \*  
έσκυψε επάνω στους υιούς των ανθρώπων,  
για να δει άνθρωπος συνετός αν υπάρχει \*  
ή κάποιος που τον Θεό να αναζητάει.

4 Όλοι παρέκκλιναν και είναι διεφθαρμένοι, †  
δεν υπάρχει κάποιος που το καλό να πράττει, \*  
δεν υπάρχει ούτε ένας.

5 Δεν ξέρουν όσοι εργάζονται την ανομία, \*  
ότι, όπως τρώνε το ψωμί, κατασπαράζουν τον λαό μου;

6 Τον Θεό δεν τον επικαλέστηκαν, \*

τρόμαξαν από φόβο, εκεί όπου φόβος δεν υπήρχε.

Επειδή ο Θεός σκόρπισε τα οστά όσων σου επιτέθηκαν, \*  
καταντροπιάστηκαν, επειδή ο Θεός τους καταφρόνησε.

7 Ποιος θα δώσει από τη Σιών στον Ισραήλ τη σωτηρία; †  
Όταν θα επαναφέρει ο Θεός τον λαό από την αιχμαλωσία, \*  
θα αγαλλιάσει ο Ιακώβ και ο Ισραήλ θα ευφραίνεται.

## Ψαλμός 54 (53)

### Ικεσία για βοήθεια

*Προσεύχεται ο προφήτης, ώστε στο όνομα του Κυρίου να ελευθερωθεί από την κακία των διωκτών του (Κασσιόδωρος).*

3 Σώσε με, Θεέ, χάρη στο όνομά σου, \*  
και με τη δύναμή σου κρίνε με.

4 Θεέ, εισάκουσε την προσευχή μου, \*  
γύρε το αυτί σου στα λόγια του στόματός μου.

5 Επειδή αλαζόνες ξεσηκώθηκαν εναντίον μου, †  
και κραταιοί ζήτησαν την ψυχή μου \*  
και τον Θεό δεν υπολόγισαν.

6 Και ιδού ο Θεός είναι βοηθός μου, \*  
ο Κύριος είναι ο προστάτης της ψυχής μου.

[7 Στρέψε το κακό επάνω στους εχθρούς μου, \*  
και με την αλήθειά σου εξολόθρευσέ τους.]

8 Πρόθυμα θα σου θυσιάσω, \*  
θα υμνήσω το όνομά σου, Κύριε, για την καλοσύνη σου.

9 Επειδή από κάθε θλίψη με ελευθέρωσε, \*  
και τα μάτια μου είδαν την ήττα των εχθρών μου.

## Ψαλμός 55 (54)

Ο Θεός δεν μένει αδιάφορος μπροστά στα βάσανα των πιστών του

*Άρχισε ο Ιησούς να συνταράζεται και να αγωνιά (Μκ 14, 33).*

### I

<sup>2</sup> Άκουσε, Κύριε, την προσευχή μου, †  
και μην παραβλέψεις τη δέησή μου, \*

<sup>3</sup> Πρόσεξέ με και εισάκουσέ με.

Η ψυχή μου αγωνιά και ταραίζεται \*

<sup>4</sup> στις απειλές του εχθρού κι από του μοχθηρού την πίεση:  
επειδή επάνω μου ρίχνουν την ανομία, \*  
και με οργή μου επιτίθενται.

<sup>5</sup> Η καρδιά μου μέσα ταραίζεται, \*  
και ο τρόμος του θανάτου με κυρίεψε.

<sup>6</sup> Φόβος και τρόμος με κατέλαβε, \*  
και φρίκη με περιέζωσε.

<sup>7</sup> Και είπα: «Φτερά περιστεράς ποιος θα μου δώσει, \*  
για να πέταγα και να έβρισκα ξεκούραση;

<sup>8</sup> Και, να, σε τόπο μακρινό θα έφευγα, \*  
και στην έρημο θα κατασκηνώνα.

<sup>9</sup> Θα έτρεχα να βρω καταφύγιο \*  
από την ορμή του ανέμου κι από την καταιγίδα».

<sup>10</sup> Καταπόντισέ τους, Κύριε, σύγχυσε τις γλώσσες τους, \*  
επειδή βία είδα και διχόνοια στην πόλη.

<sup>11</sup> Ημέρα και νύχτα περιφέρονται επάνω στα τείχη της, †

<sup>12</sup> μέσα της ανομία και κόπος και παγίδες, \*  
και δεν λείπει από τις πλατείες της η απάτη και ο δόλος.

## II

13 Δεν είναι κάποιος εχθρός που με προσβάλει: \*  
αυτό θα το υπέφερα.

Δεν είναι κάποιος αντίπαλος που μου επιτίθεται: \*  
ίσως θα μπορούσα να του ξεφύγω.

14 Αλλά είσαι εσύ, άνθρωπε, σύντροφέ μου, \*  
ο φίλος μου και ο έμπιστός μου,

15 εσύ, που μαζί μάς έδενε μια γλυκιά φιλία, \*  
και στον οίκο του Θεού με ομόνοια πορευόμασταν.

[16 Ας έλθει θάνατος επάνω τους, \*  
και ζωντανοί ας κατεβούν στον άδη,

επειδή γεμάτες πονηριά είναι οι κατοικίες τους, \*  
και μέσα οι καρδιές τους.]

17 Όμως εγώ στον Θεό θα κραυγάσω, \*  
και ο Κύριος θα με σώσει.

18 Βράδυ, πρωί, μεσημέρι αγωνιώ και στενάζω, \*  
και θα εισακούσει τη φωνή μου.

19 Θα λυτρώσει με ειρήνη την ψυχή μου †  
από όσους με αντιμάχονται, \*  
επειδή πολλοί μου εναντιώνονται.

20 Θα εισακούσει ο Θεός και θα τους ταπεινώσει, \*  
αυτός που υπάρχει πριν τους αιώνες.

Αυτοί ποτέ δεν θα αλλάξουν, \*  
και φόβο Θεού ποτέ δεν θα έχουν.

21 Σήκωσε το χέρι του ενάντια στους συντρόφους του, \*  
βεβήλωσε τη συμφωνία του.

22 Πιο μαλακό κι από το βούτυρο το στόμα του, \*  
πόλεμος όμως μέσα στην καρδιά του.

Πιο απαλά τα λόγια του κι από το λάδι, \*  
βέλη όμως είναι ακονισμένα.

23 Ρίξε στον Κύριο το βάρος σου, †  
και αυτός θα σε φροντίσει, \*  
δεν θα επιτρέψει ποτέ να σαλευτεί ο δίκαιος.

24 Εσύ όμως, Θεέ, θα τους κατακρημνίσεις \*  
στο βάραθρο της απώλειας.

Άνθρωποι αιμοσταγείς και δόλιοι, †  
δεν θα ζήσουν ούτε τις μισές ημέρες τους, \*  
όμως εγώ σ' εσένα θα ελπίζω, Κύριε.

## Ψαλμός 56 (55)

### Εμπιστοσύνη στον λόγο του Κυρίου

*Εδώ εικονίζεται ο Χριστός κατά το Πάθος του (Άγ. Ιερώνυμος).*

2 Ελέησέ με, Θεέ, επειδή με ποδοπάτησε ο άνθρωπος, \*  
όλη την ημέρα με πολεμά και με συνθλίβει.

3 Με ποδοπατούν οι εχθροί μου όλη την ημέρα, \*  
επειδή πολλοί με αντιμάχονται, Ύψιστε.

4 Όποτε κι αν νιώσω φόβο, \*  
εγώ σ' εσένα θα ελπίζω.

5 Στον Θεό του οποίου θα εξυμνώ τον λόγο, †  
στον Θεό έχω ελπίσει, \*  
δεν θα φοβηθώ: Τι μπορεί ο θνητός να μου κάνει;

6 Όλη την ημέρα διέστρεφαν τους λόγους μου, \*  
σκέφτονταν μόνο το κακό να κάνουν εναντίον μου.

7 Προκαλούσαν λογομαχίες, δολοπλοκούσαν, \*  
κατασκόπευαν τα βήματά μου.

8 Όπως ζήτησαν την ψυχή μου, †  
έτσι για την ανομία τους ανταπόδωσέ τους, \*  
μες στην οργή σου, Θεέ, τους λαούς εκμηδένισε.

9 Τις περιπλανήσεις μου εσύ τις καταμέτρησες, †



μάζεψε τα δάκρυά μου στο ασκί σου: \*  
δεν τα έχεις μήπως όλα καταγεγραμμένα;

10 Θα οπισθοχωρήσουν οι εχθροί μου, †  
όποια ημέρα και αν σου ζητήσω βοήθεια: \*  
ναι, το γνωρίζω, επειδή ο Θεός είναι με το μέρος μου.

11 Στον Θεό, του οποίου θα εξυμνώ τον λόγο, \*  
στον Κύριο, του οποίου θα εξυμνώ τον λόγο.

12 Στον Θεό έχω ελπίσει, \*  
δεν θα φοβηθώ: τι μπορεί ο άνθρωπος να μου κάνει;

13 Ό,τι σου υποσχέθηκα, Θεέ, θα το εκπληρώσω, \*  
τους αίνους θα σου αποδώσω,

14 επειδή άρπαξες την ψυχή μου από τον θάνατο, †  
και τα πόδια μου για να μην πέσω, \*  
ώστε να περπατώ ενώπιον του Θεού στο φως των ζώντων.

## Ψαλμός 57 (56)

### Πρωινή προσευχή κατά τον κίνδυνο

*Αυτός ο ψαλμός ψάλλει το Πάθος του Κυρίου (Άγ. Αυγουστίνος).*

2 Ελέησέ με, Θεέ, ελέησέ με, \*  
επειδή σ' εσένα καταφεύγει η ψυχή μου.

Στον ίσκιο από τις φτερούγες σου θα καταφύγω, \*  
έως ότου παρέλθει ο κίνδυνος.

3 Θα κραυγάσω στον Θεό τον Ύψιστο, \*  
στον Θεό που με ευεργέτησε.

4 Θα αποστείλει από τον ουρανό και θα με ελευθερώσει, †  
με ντροπή θα σκεπάσει όσους με ποδοπατούσαν. \*  
Θα αποστείλει ο Θεός το έλεός του και την αλήθειά του.

5 Η ψυχή μου πλαγιάζει ανάμεσα σε μικρά λιοντάρια, \*  
που κατασπαράζουν τους υιούς των ανθρώπων.

Τα δόντια τους ακόντια και βέλη, \*  
η γλώσσα τους κοφτερό μαχαίρι.

6 Θεέ, από τους ουρανούς επάνω υψώσου, \*  
σε όλη τη γη επάνω η δόξα σου.

7 Παγίδα έστησαν στα πόδια μου, \*  
και λύγισε η ψυχή μου.

Έσκαψαν μπροστά μου λάκκο, \*  
κι έπεσαν οι ίδιοι μέσα.

8 Έτοιμη, Θεέ, η καρδιά μου, †  
έτοιμη η καρδιά μου, \*

9 θα εξυμνήσω και θα ψαλμωδήσω.

Εύπνα, δόξα μου, †  
Εύπνα, ψαλτήριο και κιθάρα, \*  
θέλω την αυγή να την ξυπνήσω.

10 Ανάμεσα στους λαούς θα σε δοξολογήσω, Κύριε, \*  
και θα σου ψαλμωδήσω ανάμεσα στα έθνη,

11 επειδή ως τους ουρανούς μεγάλο το έλεός σου, \*  
και ως τα σύννεφα η αλήθειά σου .

12 Θεέ, από τους ουρανούς επάνω υψώσου, \*  
σε όλη τη γη επάνω η δόξα σου.

## Ψαλμός 58 (57)

### Ο Κριτής των επίγειων κριτών

*Αλίμονο σ' εσάς, νομοδιδάσκαλοι. Φορτώνετε τους ανθρώπους με δυσβάστακτα φορτία κι εσείς ούτε με το δάκτυλό σας δεν τα αγγίζετε για να τους βοηθήσετε (Λκ 11, 46).*

[<sup>2</sup> Άραγε αληθινά, εσείς οι ισχυροί, μιλάτε για δικαιοσύνη, \*  
κρίνετε ορθά τους υιούς των ανθρώπων;

<sup>3</sup> Κι όμως στην καρδιά εργάζεστε ανομίες, \*  
τη βία επάνω στη γη τα χέρια σας συμπλέκουν.

<sup>4</sup> Παραστρατημένοι οι αμαρτωλοί από μήτρας, \*  
πλανημένοι εκ γενετής όσοι διαλαλούν το ψεύδος.

<sup>5</sup> Όμοιο με του φιδιού το δηλητήριό τους, \*  
σαν της οχιάς που κωφεύει και φράσσει τα αυτιά της,

<sup>6</sup> που τη φωνή των γητευτών δεν πρόκειται να ακούσει, \*  
του μάγου που επιδέξια γητεύει.

<sup>7</sup> Μεσ στο στόμα τους, Θεέ, σύντριψε τα δόντια τους, \*  
τσάκισε των λιονταριών τα σαγόνια, Κύριε.

<sup>8</sup> Ας σκορπιστούν σαν το νερό που χύνεται, \*  
ας ξεραθούν σαν το χορτάρι το ποδοπατημένο.

<sup>9</sup> Σαν σαλιγκάρια, να περπατούν επάνω στη βλέννα τους, \*  
σαν εξάμβλωμα γυναίκας, να μη δουν τον ήλιο.

<sup>10</sup> Σαν θάμνοι αγκαθωτοί ας ξεριζωθούνε, \*  
ας παραπεταχτούν σαν βάτα και ξερόκλαδα.

<sup>11</sup> Θα καταχαρεί ο δίκαιος όταν δει την εκδίκηση, \*  
τα πόδια του θα πλύνει στου αμαρτωλού το αίμα.

<sup>12</sup> Και θα πει ο άνθρωπος: †  
«Αλήθεια, υπάρχει αμοιβή για τον δίκαιο, \*  
αλήθεια, υπάρχει Θεός, που επάνω στη γη τούς κρίνει».]

## Ψαλμός 59 (58)

### Προσευχή ενός αθώου

*Αυτά τα λόγια φανερώνουν σε όλους τη μεγάλη αγάπη του Σωτήρα προς τον Πατέρα του (Ευσέβιος Καισαρείας).*

<sup>2</sup> Γλίτωσέ με από τους εχθρούς μου, Θεέ μου, \*  
από όσους μου επιτίθενται προστάτευσέ με.

<sup>3</sup> Γλίτωσέ με από τους εργάτες της ανομίας \*  
και από τους αμοσταγείς ανθρώπους σώσε με.

<sup>4</sup> Διότι, ιδού, έστησαν ενέδρες στην ψυχή μου, \*  
οι πανίσχυροι μού επιτέθηκαν.

<sup>5</sup> Χωρίς να έχω ανομία ούτε και αμαρτία, Κύριε, †  
χωρίς εγώ να φταίω τρέχουν κι ετοιμάζονται. \*  
Σήκω, έλα να με βοηθήσεις και κοίταξε.

[<sup>6</sup> Τώρα εσύ, Κύριε, Θεέ του Ισραήλ, Θεέ των δυνάμεων, †  
ξύπνα κι έλα να τιμωρήσεις όλα τα έθνη, \*  
μη δείξεις έλεος σε όσους δόλια εργάζονται.

<sup>7</sup> Το βράδυ επιστρέφουν, σαν τα σκυλιά ουρλιάζουν, \*  
στην πόλη περιφέρονται.

<sup>8</sup> Ιδού βγαίνουν ύβρεις από το στόμα τους, †  
στα χείλη τους έχουν ρομφαίες: \*  
λένε: «Ποιος μας ακούει;».

<sup>9</sup> Όμως εσύ, Κύριε, θα τους περιγελάσεις, \*  
ειρωνεύεσαι όλα τα έθνη.]

<sup>10</sup> Δύναμή μου, εσένα θα προσμένω, \*  
διότι εσύ, Θεέ, είσαι ο προμαχώνας μου.

<sup>11</sup> Ο Θεός μου θα με συνδράμει με το έλεός του, \*  
ο Θεός θα κάνει να εκμηδενίσω τους εχθρούς μου.

[<sup>12</sup> Μην τους αφανίσεις, μη τυχόν ξεχάσει ο λαός μου, †  
μόνο διασκορπισέ τους με τη δύναμή σου \*

και ισοπέδωσέ τους, Κύριε, υπερασπιστή μου.

13 Αμαρτωλό το στόμα τους, ο λόγος των χειλιών τους, \*  
ας πέσουν θύματα της αλαζονείας τους.

Επειδή καταριούνται και ψεύδονται †

14 εκμηδένισέ τους με την οργή σου, \*  
εκμηδένισέ τους και πλέον ας μην υπάρξουν.

Και ας γνωρίσουν ότι ο Θεός στον Ιακώβ δεσπόζει, \*  
και στης γης τα πέρατα.

15 Το βράδυ επιστρέφουν, σαν τα σκυλιά ουρλιάζουν, \*  
στην πόλη περιφέρονται.

16 Θα τριγυρίζουν για να φάνε, \*  
και αν δεν χορτάσουν, θα γογγίζουν.]

17 Όμως εγώ θα εξυμνήσω τη δύναμή σου \*  
και το πρωί θα αγαλλιάσω για το έλεός σου,

διότι εσύ έγινες προμαχώνας μου και καταφυγή μου \*  
την ημέρα της θλίψης μου.

18 Δύναμή μου, σ' εσένα θα ψάλλω, †  
διότι, Θεέ, είσαι ο προμαχώνας μου: \*  
Θεέ μου, έλεός μου.

## Ψαλμός 60 (59)

### Προσευχή μετά τη συμφορά

*Ο κόσμος θα σας κάνει να υποφέρετε· αλλά εσείς να έχετε θάρρος, διότι  
εγώ έχω νικήσει τον κόσμο (Ιω 16, 33).*

3 Θεέ, μας απέρριψες, μας διασκορπίσες. \*  
Οργίστηκες. Επίστρεψε κοντά μας.

4 Συθέμελα τάραξες τη γη, την καταρράγισες, \*  
ίασε τα ραγίσματά της, διότι συγκλονίστηκε.

5 Έκανες να υποστεί σκληρές δοκιμασίες ο λαός σου, \*  
μας πότισες οίνο παραφροσύνης.

6 Σε όσους σε φοβούνται έδωσες σημάδι, \*  
ώστε να ξεφύγουν από των τοξοτών τα βέλη.

7 Σώσε με τη δεξιά σου και εισάκουσέ μας, \*  
και θα ελευθερωθούν οι αγαπητοί σου

8 Μίλησε ο Θεός μες στον άγιο ναό του: †  
«Θα αγαλλιάσω και τη Συχέμ θα μοιράσω, \*  
και την κοιλάδα της Σουκκώθ θα διαιρέσω.

9 Δικός μου είναι Γαλαάδ και ο Μανασσής δικός μου, \*  
και ο Εφραΐμ περικεφαλαία μου.

Ο Ιούδας σκήπτρο μου, \*

10 η Μωάβ λεκάνη για να νίβομαι.

Επάνω στην Ιδουμαία θα ρίξω το σανδάλι μου, \*  
κι επί της Φιλισταίας τη νίκη θα κραυγάσω».

11 Ποιος θα με πάει στην οχυρωμένη πόλη; \*  
Ποιος θα με οδηγήσει μέχρι την Ιδουμαία;

12 Ποιος άλλος παρά εσύ, Θεέ, που μας έχεις απορρίψει, \*  
και δεν εξέρχεσαι πια, Θεέ, με τα στρατεύματά μας.

Δώσε μας βοήθεια στη θλίψη, \*  
διότι η σωτηρία από τους ανθρώπους είναι μάταιη.

13 Με τον Θεό θα κάνουμε ανδραγαθήματα, \*  
και αυτός θα ποδοπατήσει όσους μας συνθλίβουν.

## Ψαλμός 61 (60)

### Προσευχή ενός εξόριστου

*Προσευχή του δίκαιου που ελπίζει τα αιώνια (Άγ. Ιλάριος).*

2 Εισάκουσε, Θεέ, την ικεσία μου, \*  
πρόσεξε την προσευχή μου.

3 Από τα πέρατα της γης προς εσένα κραύγασα, †  
με την καρδιά γεμάτη αγωνία. \*  
Σε βράχο απρόσιτο για μένα οδήγησέ με!

4 Διότι εσύ έγινες ελπίδα μου, \*  
πύργος ισχυρός μπροστά στον εχθρό μου.

5 Θα κατοικώ στη σκηνή σου αιώνια, \*  
θα καλυφθώ στη σκέπη των φτερών σου,

6 επειδή εσύ, Θεέ μου, εισάκουσες τις επιθυμίες μου, †  
μου έδωσες την κληρονομία εκείνη, \*  
που χορηγείς σε όποιον φοβάται το όνομά σου.

7 Πρόσθεσε ημέρες στις ημέρες του βασιλέα, \*  
σε γενεές και γενεές ας διαρκούν τα χρόνια του.

8 Ενώπιον του Θεού ας κάθεται για πάντα, \*  
ας τον υπηρετούν το έλεος και η αλήθεια.

9 Έτσι θα ψάλλω το όνομά σου ακατάπαυστα, \*  
και κάθε ημέρα θα τηρώ τις υποσχέσεις μου.

## Ψαλμός 62 (61)

«Στον Θεό μόνο αναπαύσου!»

*Ο Θεός της ελπίδας να σας γεμίσει με κάθε λογής χαρά και ειρήνη που δίνει η πίστη (Ρωμ 15, 13).*

2 Στον Θεό μόνο αναπαύσου, ψυχή μου, \*  
η σωτηρία μου μόνο από αυτόν πηγάζει.

3 Αυτός πράγματι καταφύγιο και σωτηρία μου, \*  
φρούριό μου: πάντοτε ακλόνητος θα είμαι.

4 Ως πότε θα επιτίθεστε στον άνθρωπο, †  
όλοι μαζί κάτω να τον ρίξετε, \*  
σαν τοίχο κεκλιμένο και φράχτη ετοιμόρροπο;

5 Και πράγματι από το ύψος του †  
σκέφτηκαν να τον γκρεμίσουν, \*  
διασκέδαζαν με το ψέμα.

Με το στόμα τους ευλογούσαν \*  
και με την καρδιά τους καταριόνταν.

6 Στον Θεό μόνο αναπαύσου, ψυχή μου, \*  
μόνο από αυτόν κρέμεται η ελπίδα μου.

7 Αυτός πράγματι Θεός και σωτηρία μου, \*  
φρούριό μου: πάντοτε σταθερός θα είμαι.

8 Στον Θεό η σωτηρία και η δόξα μου, †  
στον Θεό της δύναμής μου, \*  
στον Θεό η καταφυγή μου.

9 Σε αυτόν ελπίζετε, όλη του λαού η σύναξη, †  
ανοίξτε τις καρδιές σας ενώπιόν του, \*  
ο Θεός είναι καταφύγιό μας.

10 Τα παιδιά του Αδάμ είναι πνοή ανέμου, \*  
κίβδηλα τα παιδιά των ανθρώπων.

Στη ζυγαριά μαζί αν ανέβουν, \*  
λιγότερο από πνοή ανέμου θα ζυγίζουν.

11 Μην καταφεύγετε στη βία †  
και να αρπάξετε μην ποθείτε, \*  
τα πλούτη αν ρέουν, μην προσκολλάτε την καρδιά σας.

12 Μία φορά ο Θεός μόνο μίλησε, \*  
δύο φορές εγώ το άκουσα:

«Στον Θεό η δύναμη ανήκει», †

13 και σ' εσένα, Κύριε, το έλεος, \*  
εσύ θα αποδώσεις στον καθένα σύμφωνα με τα έργα του.



## Ψαλμός 63 (62)

### Η ψυχή διψάει για τον Κύριο

*Η Εκκλησία διψάει για τον Σωτήρα της λαχταρώντας να ξεδιψάσει στην πηγή του ζωντανού νερού, η οποία αναβλύζει νερό ζωής αιώνιας (Κασσιόδωρος).*

2 Κύριε, εσύ είσαι ο Θεός μου, \*  
εσένα αναζητώ από τα χαράματα.

Για σένα δίψασε η ψυχή μου, †  
εσένα πόθησε η σάρκα μου, \*  
στη γη την έρημη, την άνυδρη και διψασμένη.

3 Γι' αυτό στον άγιο ναό παρουσιάστηκα μπροστά σου, \*  
για να δω τη δύναμή σου και τη δόξα σου.

4 Το έλεός σου είναι από τη ζωή πολυτιμότερο, \*  
τα χείλη μου θα σε ανυμνήσουν.

5 Θα σε ευλογήσω με τη ζωή μου, \*  
και στο όνομά σου θα υψώσω τα χέρια μου.

6 Σαν από λίπος και μεδούλι θα χορτάσει η ψυχή μου, \*  
και με χείλη αγαλλίασης το στόμα μου θα σε εξυμνήσει.

7 Εσένα θυμάμαι όταν ξαπλώνω στο στρώμα μου, \*  
εσένα σκέφτομαι όταν ξαγρυπνώ τις νύχτες.

8 Διότι έγινες βοηθός μου, \*  
και στη σκέπη των φτερών σου θα αγαλλιάσω.

9 Προσκολλήθηκε επάνω σου η ψυχή μου, \*  
με υποστηρίζει η δεξιά σου.

[10 Όποιος όμως αποζητά την ψυχή μου να αφανίσει: \*  
θα εισέλθει στις γης τα κατάβαθα,

11 θα παραδοθεί στην εξουσία της ρομφαίας, \*  
βορά των τσακαλιών θα γίνει.

12 Όμως στον Θεό θα βρει ο βασιλέας τη χαρά του, †  
περήφανος ας είναι όποιος σε αυτόν ορκίζεται, \*  
διότι θα σφραγιστεί το στόμα των ψευδολόγων.]

## Ψαλμός 64 (63)

Ασφαλές καταφύγιο είναι μόνο ο Κύριος

*Σε αυτόν τον ψαλμό εικονίζεται πρωτίστως το Πάθος του Κυρίου  
(Αγ. Αυγουστίνος).*

2 Εισάκουσε, Θεέ, τη φωνή και την αγωνία μου, \*  
από την απειλή του εχθρού προσάτεψε τη ζωή μου.

3 Φύλαξέ με από των πονηρών τις συνωμοσίες, \*  
από το πλήθος που εργάζεται την ανομία.

4 Αυτοί σαν ρομφαία ακόνισαν τις γλώσσες τους, †  
στόχευσαν τα βέλη τους, λόγια δηλητηριώδη, \*

5 για να τοξεύσουν στα κρυφά τον αθώο.

Ξαφνικά θα τον τοξεύσουν και φόβο δεν θα νιώσουν, \*

6 ο ένας παρακινεί τον άλλο σε πράξεις παράνομες.

Συμφώνησαν πώς τις παγίδες τους να κρύψουν, \*  
είπαν: «Ποιος θα το καταλάβει;».

7 Ανομίες ύφαναν, †  
εκτέλεσαν τα σχέδιά που μελέτησαν. \*

Τα τρίςβαθα του ανθρώπου και η καρδιά του άβυσσος.

8 Και ο Θεός έριξε επάνω τους τα βέλη του, †  
ξαφνικά βρέθηκαν πληγωμένοι, \*

9 τους έκανε θύματα της γλώσσας τους.

Θα κουνούν το κεφάλι όσοι θα τους βλέπουν, \*

10 και θα φοβηθεί κάθε άνθρωπος.

Και θα αναγγείλουν του Θεού τα έργα, \*

και θα κατανοήσουν ό,τι εκείνος έπραξε.

11 Θα ευφρανθεί ο δίκαιος για τον Κύριο †  
και σε αυτόν θα ελπίζει, \*  
και θα καυχηθούν όλες οι καρδιές οι τίμιες.

## Ψαλμός 65 (64)

### Πανηγυρική ευχαριστία

*Όταν ακούς για τη Σιών, να σκέφτεσαι την ουράνια Πόλη (Ωριγένης).*

2 Στη Σιών, Θεέ, ύμνος σου αρμόζει, \*  
και στην Ιερουσαλήμ ευχές θα σου αποδοθούνε.

3 Σ' εσένα, που ακούς τη δέηση, \*  
κάθε άνθρωπος αματωλός θα έρθει.

4 Και αν έχουν βαρύνει επάνω μας οι ασέβειές μας, \*  
εσύ θα τις εξιλεώσεις.

5 Μακάριος αυτός που εξέλεξες και οδηγείς κοντά σου, \*  
θα κατασκηνώσει στις αυλές σου.

Θα πλημμυρίσουμε από τα αγαθά του οίκου σου, \*  
από την αγιότητα του ναού σου.

6 Μεσ στη δικαιοσύνη σου †  
με έργα θαυμαστά μας αποκρίνεσαι, \*  
Θεέ της σωτηρίας μας,

εσύ ελπίδα όλων της γης των περάτων, \*  
των μακρινών θαλασσών ασφάλεια.

7 Στερεώνεις τα όρη με τη δύναμή σου, \*  
ισχύ περιζωσμένος.

8 Γαληνεύεις τον παφλασμό της θάλασσας, †  
τον παφλασμό των κυμάτων της, \*  
και των λαών την ανατάραξη.

9 Και θα φοβηθούν από τα σημεία σου, †  
όσοι κατοικούν στης γης τα πέρατα, \*  
τα άκρα της ανατολής και της δύσης θα χαροποιήσεις.

10 Επισκέφτηκες τη γη και τη μέθυσες, \*  
πλήθυνες τα πλούτη της.

Ο ποταμός του Θεού είναι πλήρης υδάτων, †  
το σιτάρι εξασφάλισες για τους ανθρώπους, \*  
έτσι εσύ τη γη την ετοίμασες.

11 Πότισες τα αυλάκια της, εξομάλυνες τα χέρσα της, †  
με σταγόνες βρόχινες την απαλύνεις, \*  
ευλογείς τα γεννήματά της.

12 Στεφάνωσες το έτος με τα ευεργετήματά σου, \*  
στο πέρασμά σου θα στάζει αφθονία.

13 Θα ξεχυλίσουν τα βοσκοτόπια της ερήμου, \*  
με αγαλλίαση θα περιζωστούν οι λόφοι.

14 Οι πεδιάδες ντύθηκαν με κοπάδια, †  
και από σιτάρι θα αφθονήσουν οι κοιλάδες: \*  
από παντού κραυγές χαράς και ύμνοι.

## Ψαλμός 66 (65)

### Αναγνώριση του έργου του Θεού και δοξολογία

*Για την ανάσταση του Κυρίου και για τη μεταστροφή των εθνών  
(Ησύχιος).*

#### I

Αλαλάξτε στον Θεό, όλης της γης οι κάτοικοι, †  
2 ψάλλετε στη δόξα του ονόματός του, \*  
δοξάστε τον με ύμνο.

3 Πείτε στον Θεό: «Πόσο φοβερά τα έργα σου. †  
Λόγω της μεγάλης δύναμής σου, \*

οι εχθροί σου τιμές θα σου αποδώσουν.

4 Όλη η γη ας σε προσκυνήσει και ας σου ψάλει, \*  
ας ψάλει στο όνομά σου».

5 Ελάτε και δείτε του Θεού τα έργα: \*  
φοβερός όταν ενεργεί για τους υιούς των ανθρώπων.

6 Μετέβαλε σε ξηρά τη θάλασσα, †  
πεζοί τον ποταμό διάβηκαν, \*  
γι' αυτό ας ευφρανθούμε μαζί του.

7 Αυτός αιώνια δεσπόζει με τη δύναμή του, †  
τα μάτια του επιβλέπουν τα έθνη, \*  
όσοι του εναντιώνονται ας αδρανήσουν.

8 Ευλογείτε, έθνη, τον Θεό μας, \*  
κάνετε να αντηχήσει η φωνή των αίνων του.

9 Αυτός επανέφερε στη ζωή την ψυχή μας, \*  
και δεν άφησε να κλονιστούν τα πόδια μας.

10 Επειδή, Θεέ, μας δοκίμασες, \*  
από τη φωτιά μάς πέρασες, όπως πυρώνεται το ασήμι.

11 Μας οδήγησες στην αιχμαλωσία, \*  
με στενοχώριες φόρτωσες την πλάτη μας.

12 Έβαλες ανθρώπους επάνω στα κεφάλια μας, †  
περάσαμε δια πυρός και ύδατος, \*  
και σε τόπο αναψυχής μας εξήγαγες.

## II

13 Θα εισέλθω στον οίκο σου με ολοκαυτώματα, \*  
θα εκπληρώσω ό,τι σου έταξα,

14 αυτά που πρόφεραν τα χείλη μου, \*  
και λάλησε το στόμα μου μέσα στην αγωνία μου.

15 Παχιά ολοκαυτώματα θα σου προσφέρω, †  
με κριαριών θυμίαμα· \*  
θα σου προσφέρω βόδια και τράγους.

16 Ελάτε, ακούστε, †  
όλοι εσείς που τον Θεό φοβάστε, \*  
και θα διηγηθώ όσα έκανε για την ψυχή μου.

17 Σε αυτόν κραύγασα με το στόμα μου, \*  
και τον εξύψωσα με τη γλώσσα μου.

18 Αν είχα δει ανομία στην καρδιά μου, \*  
δεν θα με είχε εισακούσει ο Κύριος.

19 Ο Θεός όμως με εισάκουσε, \*  
πρόσεξε τη φωνή της δέησής μου.

20 Ευλογητός ο Θεός: δεν αποστράφηκε τη δέησή μου, \*  
ούτε μου αρνήθηκε το έλεός του.

## Ψαλμός 67 (66)

*Όλα τα έθνη ας δοξολογήσουν τον Κύριο*

*Μάθετε ότι ο Θεός έστειλε τη σωτηρία αυτή στους εθνικούς (Πραξ 28, 28).*

2 Ο Θεός να μας ελεήσει και να μας ευλογήσει, \*  
να λάμψει επάνω μας το πρόσωπό του,

3 για να γίνει γνωστός επάνω στη γη ο δρόμος σου, \*  
και η σωτηρία σου σε όλα τα έθνη.

4 Οι λαοί, Θεέ, ας σε δοξολογήσουν, \*  
όλοι οι λαοί ας σε δοξολογήσουν.

5 Ας ευφρανθούν και ας αγαλλιόσουν τα έθνη, †  
επειδή κρίνεις τους λαούς με δικαιοσύνη \*  
και τα έθνη καθοδηγείς στη γη επάνω.

6 Οι λαοί, Θεέ, ας σε δοξολογήσουν, \*  
όλοι οι λαοί ας σε δοξολογήσουν.

7 Η γη έδωσε τον καρπό της, \*  
να μας ευλογήσει ο Θεός, ο Θεός μας.

8 Ο Θεός να μας ευλογήσει, \*  
και ας τον φοβηθούν όλα της γης τα πέρατα.

## Ψαλμός 68 (67)

### Η θριαμβική είσοδος του Κυρίου

*Ανέβηκε ψηλά, πήρε μαζί του αιχμαλώτους, έδωσε δώρα στους ανθρώπους (Εφ 4, 8).*

## I

2 Ας σηκωθεί ο Θεός και ας σκορπιστούν οι εχθροί του, \*  
και ας φύγουν όσοι τον μισούν από μπροστά του.

3 Όπως διαλύεται ο καπνός, εσύ τους διαλύεις, †  
όπως λιώνει το κεριά μπροστά στην φωτιάς τη φλόγα \*  
έτσι χάνονται οι ασεβείς ενώπιον του Κυρίου.

4 Κι ενώπιον του Θεού οι δίκαιοι †  
ας ευφρανθούν και ας αγαλλιόσουν, \*  
και με χαρά ας πανηγυρίσουν.

5 Υμνήστε τον Θεό, ψάλετε στο όνομά του, †  
ανοίξτε δρόμο σε αυτόν που τα σύννεφα ιππεύει: \*  
Κύριος είναι το όνομά του.

Αλαλάξτε ενώπιόν του. †

6 Πατέρας των ορφανών και βοηθός στις χήρες, \*  
είναι ο Θεός στο άγιο κατοικητήριό του.

7 Ο Θεός που δίνει στέγη σε όποιον είναι μόνος, †  
που οδηγεί τους δέσμιους στην ευημερία· \*  
μόνο οι αποστάτες θα κατοικήσουν σε γη άγονη.

8 Θεέ, όταν έβγαινες μπροστά από τον λαό σου, \*  
όταν διέσχιζες την έρημο,

9 σείστηκε η γη και στάλαξαν τα ουράνια, †  
μπροστά του Θεού του Σινά το πρόσωπο, \*  
μπροστά του Θεού του Ισραήλ το πρόσωπο.

10 Βροχή, Θεέ, έριχνες γενναιόδωρη, \*  
την εξασθενημένη κληρονομία σου αναζωογόνησες.

11 Το ποίμνιό σου σε αυτήν κατοίκησε, \*  
μες στην καλοσύνη σου, Θεέ, για τον φτωχό προνόησες.

## II

12 Ο Κύριος έδωσε το πρόσταγμα, \*  
και πλήθος παρθένας το ευαγγελίζουν:

13 «Φεύγουν οι βασιλείς, φεύγουν τα στρατεύματα, \*  
στα σπίτια οι γυναίκες μοιράζονται τα λάφυρα.

14 Κι όσο εσείς ανάμεσα στις μάντρες ξαποσταίνατε, †  
τα φτερά της περιστεράς σκεπάζονταν με ασήμι, \*  
τα πούπουλά της με χρυσαφένια ώχρα.

15 Όταν εκεί ο Παντοδύναμος τους βασιλείς κατατρόπωνε, \*  
κάτασπρο ήταν το Σελμών από το χιόνι».

16 Όρος του Θεού, της Βασάν το όρος, \*  
όρος με πανύψηλες κορφές, της Βασάν το όρος.

17 Γιατί, όρη με τις πανύψηλες κορφές, φθονείτε, †  
το όρος που ευδόκησε ο Θεός να κατοικήσει; \*  
Ναι, ο Κύριος σε αυτό θα κατασκηνώσει για πάντα.



- 18 Τα άρματα του Θεού μυριάδες μυριάδων: \*  
ο Κύριος έρχεται από το Σινά στον ναό του.
- 19 Ανέβηκες ψηλά, πήρες αιχμαλώτους, \*  
δώρα έλαβες από τους ανθρώπους,  
ως κι αυτοί που σου εναντιώθηκαν,\*  
θα κατοικήσουν κοντά στον Θεό, τον Κύριο.
- 20 Ευλογητός ο Κύριος κάθε ημέρα, \*  
θα μας κατευοδώσει ο Θεός της σωτηρία μας.
- 21 Ο Θεός μας, Θεός που σώζει· \*  
στον Κύριο, στον Κύριο η έξοδος από τον θάνατο.
- 22 Ο Θεός θα συντρίψει το μέτωπο των εχθρών του, \*  
την κεφαλή όσων πορεύονται στα σφάλματά τους.
- 23 Είπε ο Κύριος: «Από τη Βασάν θα τους επαναφέρω, \*  
θα τους επαναφέρω από τον βυθό της θάλασσας,
- 24 για να βαφεί το πόδι σου στο αίμα των εχθρών σου, \*  
και η γλώσσα των σκυλιών σου να έχει και αυτή μερίδιο».

### III

- 25 Φάνηκε, Θεέ, η πομπή σου, \*  
η πομπή στον ναό του Θεού μου, του βασιλέα μου.
- 26 Προπορεύονται οι ψάλτες, †  
οι κιθαριστές ακολουθούνε, \*  
ανάμεσα σε νεαρές που χτυπούν τα τύμπανα.
- 27 «Στις εκκλησίες ευλογείτε τον Θεό, τον Κύριο, \*  
εσείς που από τις πηγές του Ισραήλ προέρχεστε».
- 28 Εκεί ο νεότερος Βενιαμίν, που προηγείται, †  
οι άρχοντες του Ιούδα με τα πλήθη τους, \*  
οι άρχοντες του Ζαβουλών, του Νεφθαλή οι άρχοντες.

29 Φανέρωσε, Θεέ, τη δύναμή σου, \*  
στερέωσε, Θεέ, ό,τι για μας εργάστηκες.

30 Στην Ιερουσαλήμ από τον ναό σου, \*  
οι βασιλείς δώρα θα σου φέρουν.

31 Επιτίμησε το Θηρίο του καλαμιώνα, †  
εκείνη την αγέλη των βουβαλιών, εκείνα τα στίφη των ταύρων: \*  
που προσκυνούν είδωλα από ασήμι.

Διασκορπίσε τα έθνη που αγαπούν τον πόλεμο. †

32 Ας έλθουν οι πρέσβεις από την Αίγυπτο, \*  
η Αιθιοπία προς τον Θεό ας απλώσει το χέρι.

33 Βασίλεια της γης, τον Θεό υμνήστε, \*  
ψάλετε στον Κύριο, στον Θεό ψαλμωδίστε,

34 σε αυτόν που τους ουρανούς ιππεύει, †  
τους ουρανούς τους πανάρχαιους! \*

Ιδού θα αντηχήσει τη φωνή του, την κραταιά φωνή του.

35 Αναγνωρίστε του Θεού τη δύναμη. †  
Επάνω στον Ισραήλ η μεγαλοπρέπειά του, \*  
η δύναμή του επάνω στις νεφέλες.

36 Θαυμαστός είσαι, Θεέ, από το αγιαστήριό σου! †  
Ο Θεός του Ισραήλ, δίνει δύναμη και σφρίγος στον λαό του. \*  
Ο Θεός ας είναι ευλογημένος!

## Ψαλμός 69 (68)

«Ο ζήλος για τον οίκο σου με κατέφαγε»

Έδωσαν στον Ιησού να πιει ξύδι ανακατεμένο με χολή (Μτ 27, 34).

### I

2 Σώσε με, Θεέ: τα νερά έφθασαν μέχρι τον λαιμό μου. †

3 Βούλιαξα βαθιά μες στη λάσπη και δεν έχω στήριγμα, \*  
έπεσα σε βαθιά νερά και το ρεύμα με καταπόντισε.

4 Κουράστηκα να κραυγάζω, βράχνιασε ο λάρυγγάς μου, \*  
απέκαμαν τα μάτια μου να προσμένω τον Θεό μου.

5 Πλήθυναν πιο πολύ από τις τρίχες της κεφαλής μου \*  
όσοι αναίτια με μίσησαν.

Κραταιώθηκαν οι διώκτες μου, †  
οι κίβδηλοι εχθροί μου: \*

πώς μπορώ να επιστρέψω εκείνο που δεν άρπαξα;

6 Εσύ, Θεέ, γνωρίζεις την αφροσύνη μου, \*  
και δεν σου είναι κρυφά τα σφάλματά μου.

7 Ας μη ντροπιαστούν εξαιτίας μου όσοι σε προσμένουν, \*  
Κύριε, Κύριε των δυνάμεων.

Ας μην καταισχυνθούν εξαιτίας μου, \*  
Θεέ του Ισραήλ, όσοι αναζητούν εσένα.

8 Επειδή για χάρη σου εξευτελισμούς υπέμεινα, \*  
κάλυψε η ντροπή το πρόσωπό μου.

9 Ξένος έγινα για τους αδελφούς μου, \*  
ένας άγνωστος για τα παιδιά της μητέρας μου.

10 Επειδή ο ζήλος για τον οίκο σου με κατέφαγε, \*  
κι έπεσαν επάνω μου οι αισχροίτητες εκείνων που σε βρίζουν.

11 Ἐκλεγα για μένα και νήστευα, \*  
και άλλο δεν έλαβα παρά χυδαιότητες.

12 Και φόρεσα σάκο για ρούχο μου, \*  
κι έγινε γι' αυτούς περίγελος.

13 Για μένα έλεγαν όσοι κάθονταν στην πύλη, \*  
και οι μέθυσοι για μένα τραγουδούσαν.

## II

14 Ὅμως εγώ υψώνω την προσευχή μου σ' εσένα, Κύριε: \*  
καιρός ευμενής είναι, Θεέ, για μένα.

Χάρη στο πλήθος του ελέους σου, εισάκουσέ με, \*  
με την αλήθεια της σωτηρίας σου.

15 Τράβηξέ με από τη λάσπη για να μη βουλιάξω, †  
θα ελευθερωθώ από αυτούς που με μίσησαν \*  
και από τα βαθιά τα ύδατα.

16 Το ρεύμα των νερών ας μη με καταποντίσει †  
ούτε να με καταπιεί ο πυθμένας, \*  
και το φρέαρ ας μην κλείσει επάνω μου το στόμα του.

17 Εισάκουσέ με, Κύριε, επειδή καλό το έλεός σου, \*  
πρόσεξέ με χάρη στην αμέτρητη ευσπλαχνία σου.

18 Και μην αποστρέψεις το πρόσωπό σου από το παιδί σου, \*  
επειδή κινδυνεύω· γρήγορα εισάκουσέ με.

19 Πλησίασέ με, ελευθέρωσε την ψυχή μου, \*  
από τους εχθρούς μου λύτρωσέ με.

20 Εσύ γνωρίζεις τον εξευτελισμό μου, \*  
την αισχύνη μου και την ντροπή μου.

Ενώπιόν σου βρίσκονται όσοι με καταθλίβουν. \*

21 Ο εξευτελισμός συνέτριψε την καρδιά μου κι απέκαμα.

Περίμενα κάποιον να συμπονέσει μαζί μου και δεν υπήρξε, \*

κάποιον να με παρηγορήσει και δεν τον βρήκα.

22 Κι έδωσαν χολή ως τροφή μου, \*  
και στη δίψα μου με πότισαν με ξύδι.

[23 Παγίδα ας γίνει μπροστά τους το τραπέζι τους, \*  
βρόχος για τους συνδαιτημόνες.

24 Τα μάτια τους να σκοτεινιάσουν ώστε να μη βλέπουν, \*  
και κάνε η ράχη τους να είναι πάντα κυρτωμένη.

25 Άδειασε επάνω τους την οργή σου, \*  
και ο θυμός της απαξίωσής σου ας τους περιλάβει.

26 Ας γίνει ο καταυλισμός τους έρημος, \*  
κανείς να μην καθίσει μέσα στις σκηνές τους.

27 Επειδή κυνήγησαν έναν που εσύ επάταξες, \*  
και σε αυτόν που πλήγωσες πρόσθεσαν κι άλλο πόνο.

28 Για κάθε τους ανομία χρέωσέ τους ανομία, \*  
και ας μην προσεγγίσουν τη δικαιοσύνη σου.

29 Ας εξαλειφθούν από το βιβλίο των ζώντων, \*  
και ας μην καταγραφούν μαζί με τους δικαίους.]

### III

30 Όμως εγώ είμαι φτωχός και πονεμένος, \*  
η σωτηρία σου, Θεέ, ας με ανακουφίσει.

31 Με ωδή το όνομα του Θεού θα εξυμνήσω \*  
και με αίνους θα το μεγαλύνω.

32 Και στον Κύριο θα αρέσουν πιο πολύ και από ταύρο, \*  
πιο πολύ και από μοσχάρι με οπλές και κέρατα.

33 Ας δουν οι ταπεινοί και ας αγαλλιάνουν, \*  
αναζητήστε τον Θεό και ας αναθαρρύσει η καρδιά σας.

34 Επειδή τους φτωχούς εισάκουσε ο Κύριος \*  
και τους αιχμαλώτους του δεν περιφρόνησε.

35 Οι ουρανοί και η γη ας τον εξυμνήσουν, \*  
οι θάλασσες και ό,τι σε αυτές ελίσσεται.

36 Επειδή ο Θεός τη Σιών θα σώσει, †  
θα ανοικοδομήσει τις πόλεις του Ιούδα, \*  
εκεί θα κατοικήσουν και θα είναι ιδιοκτησία τους.

37 Οι απόγονοι των δούλων του θα την κληρονομήσουν, \*  
και όσοι αγαπούν το όνομά του εκεί θα κατασκηνώσουν.

## Ψαλμός 70 (69)

«Έλα, Θεέ, σε βοήθειά μου»

*Κύριε, σώσε μας, χανόμαστε (Μτ 8, 25).*

2 Έλα, Θεέ, σε βοήθειά μου, \*  
Κύριε, σπεύσε να με βοηθήσεις.

3 Ντροπή ας νιώσουν και απογοήτευση, \*  
όσοι επιβουλεύονται την ψυχή μου.

Ας οπισθοχωρήσουν καταντροπιασμένοι, \*  
όσοι χαίρονται για τη δυστυχία μου.

4 Άναυδοι από ντροπή ας μείνουν, \*  
όσοι μου λένε: «Σου άξιζε να το πάθεις!».

5 Όσοι σε αναζητούν, ας αγαλλιάσουν, \*  
και ας ευφρανθούν κοντά σου.

Και πάντοτε ας λένε: «ο Θεός ας μεγαλύνεται», \*  
όσοι αγαπούν τη σωτηρία σου.

6 Όμως εγώ είμαι φτωχός κι εξαθλιωμένος, \*  
έλα γρήγορα, Θεέ, κοντά μου.

Βοηθός μου είσαι εσύ κι ελευθερωτής μου, \*  
Κύριε, μην αργήσεις.

## Ψαλμός 71 (70)

«Κύριε, είσαι η ελπίδα μου από τη νεότητά μου»

*Η ελπίδα να σας δίνει χαρά. Να έχετε υπομονή στις δοκιμασίες (Ρωμ 12, 12).*

### I

Σ' εσένα, Κύριε, ήλπισα, \*  
ας μην ντροπιαστώ ποτέ μου.

<sup>2</sup> Χάρη στη δικαιοσύνη σου †  
ελευθέρωσε με και γλίτωσέ με, \*  
γύρε επάνω μου το αυτί σου και σώσε με.

<sup>3</sup> Γίνε για μένα βράχος υπεράσπισης \*  
και οχυρωμένος οίκος για να με σώσεις,  
επειδή εσύ είσαι το φρούριό μου \*  
και το καταφύγιό μου.

<sup>4</sup> Θεέ μου, γλίτωσέ με από του αματωλού το χέρι, \*  
από το χέρι αυτού που παρανομεί και πράττει αδικίες.

<sup>5</sup> Επειδή εσύ, Κύριε, είσαι η προσδοκία μου, \*  
Κύριε, είσαι η ελπίδα μου από τη νεότητά μου.

<sup>6</sup> Επάνω σου στηρίχτηκα από τα μητρικά τα σπλάχνα, †  
από την κοιλία της μητέρας μου είσαι ο προστάτης μου, \*  
σ' εσένα διαρκώς η εξύμνησή μου.

<sup>7</sup> Έγινα για πολλούς θαυμαστό σημείο, \*  
κι εσύ πανίσχυρος βοηθός μου.

<sup>8</sup> Το στόμα μου ασ πλημμυρίσει από τον αίνο σου, \*  
από τη μεγαλοπρέπειά σου όλη την ημέρα.

<sup>9</sup> Μη με απορρίψεις τον καιρό των γηρατειών μου, \*  
όταν εκλείψει η δύναμή μου, μη με εγκαταλείψεις.

10 Διότι μίλησαν οι εχθροί μου εναντίον μου, †  
κι αυτοί που επιβουλεύονταν την ψυχή μου, \*  
ενωμένοι συνωμότησαν,

11 λέγοντας: «Ο Θεός τον εγκατέλειψε! †  
Καταδιώξτε τον, συλλάβετέ τον, \*  
διότι δεν υπάρχει κανείς να τον γλιτώσει».

12 Θεέ, μην απομακρυνθείς από μένα. \*  
Θεέ μου, σπεύσε σε βοήθειά μου.

13 Ας ντροπιαστούν και στο χαμό ας πάνε \*  
όσοι επιβουλεύονται την ψυχή μου.

Ας εξευτελιστούν και από ντροπή ας κοκκινίσουν, \*  
όσοι αποζητούν τη δυστυχία μου.

## II

14 Όμως εγώ θα συνεχίσω να ελπίζω, \*  
και θα σε εξυμνήσω με πλήθος ύμνων.

15 Το στόμα μου θα εξαγγείλει τη δικαιοσύνη σου, †  
όλη την ημέρα τη σωτηρία σου, \*  
που αδυνατώ να καταμετρήσω.

16 Κι έρχομαι του Κυρίου να αφηγηθώ τα κατορθώματα. \*  
Κύριε, θαυμάμαι τη δικαιοσύνη σου, τη δική σου μόνο.

17 Με δίδαξες, Θεέ, από τη νεότητά μου, \*  
κι ως τώρα αναγγέλλω τα θαυμάσιά σου.

18 Και τώρα στα γεράματα με τα μαλλιά μου κάτασπρα, \*  
Θεέ, μη με εγκαταλείψεις,

ωσότου αναγγείλω τα έργα του βραχίονά σου, \*  
σε κάθε γενεά που πρόκειται να έλθει.

19 Η δύναμή σου, Θεέ, και η δικαιοσύνη σου, †  
φτάνει μέχρι τα ύψη, επειδή έκανες μεγαλεία: \*



Θεέ, ποιος είναι όμοιός σου;

20 Πόσες με έκανες να δω στενοχώριες και δυστυχίες, †  
και πάλι όμως τη ζωή μου έδωσες, \*  
και από τις αβύσσους της γης πάλι με ανέβασες.

21 Θα αυξήσεις την υπόληψή μου, \*  
σ' εμένα θα στραφείς και θα με παρηγορήσεις.

22 Τότε κι εγώ θα σε δοξολογήσω, †  
την αλήθειά σου με το ψαλτήριο, Θεέ μου, \*  
θα σου ψάλω, Άγιε του Ισραήλ, με την κιθάρα.

23 Θα αγαλλιάσουν τα χείλη μου όταν σε εξυμνήσω, \*  
καθώς και η ψυχή μου την οποία λύτρωσες.

24 Τότε και η γλώσσα μου όλη την ημέρα \*  
θα μιλά για τη δικαιοσύνη σου,

επειδή θα εξευτελιστούν και ντροπή θα νιώσουν, \*  
όσοι αποζητούν τη δυστυχία μου.

## Ψαλμός 72 (71)

### Η βασιλική εξουσία του Μεσσία

*Άνοιξαν τους θησαυρούς τους και του πρόσφεραν δώρα: χρυσάφι,  
λιβάνι και σμύρνα (Μτ 2, 11).*

## I

Δώσε τον νόμο σου, Θεέ, στον βασιλέα, \*  
και στον υιό του βασιλέα τη δικαιοσύνη σου.

2 Για να κυβερνήσει τον λαό σου με δικαιοσύνη, \*  
και τους φτωχούς σου με άψογες κρίσεις.

3 Ας φέρουν τα όρη στον λαό ειρήνη \*  
και οι λόφοι δικαιοσύνη.

4 Τους φτωχούς του λαού θα υπερασπίσει, †  
και τα παιδιά των απόρων θα σώσει \*  
και τον συκοφάντη θα ταπεινώσει.

5 Και σε γενεές γενεών ας παραμείνει, \*  
όσο ζει ο ήλιος κι όσο η σελήνη.

6 Θα κατεβεί σαν τη νεροποντή στις θημωνιές επάνω, \*  
και σαν την ευεργετική βροχή που τη γη ποτίζει.

7 Θα ανθίσει στις ημέρες του η δικαιοσύνη †  
και αφθονία ειρήνης, \*  
ωσότου σβήσει η σελήνη.

8 Και θα κατακυριεύσει από τη μία θάλασσα έως την άλλη, \*  
και από τον Ποταμό μέχρι τα πέρατα της οικουμένης.

9 Ενώπιόν του θα προσπέσουν οι νομάδες της ερήμου, \*  
και το χρώμα θα γλείψουν οι εχθροί του.

10 Βασιλείς Θαρσίς και νήσων δώρα θα προσφέρουν, \*  
βασιλείς Αράβων και Σαβά δώρα θα προσκομίσουν.

11 Και όλοι οι βασιλείς θα τον προσκυνήσουν, \*  
όλα τα έθνη θα τον υπηρετήσουν.

## II

12 Διότι θα ελευθερώσει τον άπορο που κραυγάζει, \*  
και τον φτωχό που βοηθό δεν έχει.

13 Θα συμπονέσει τον φτωχό και τον άπορο, \*  
και τις ψυχές των εξαθλιωμένων θα σώσει.

14 Από καταπίεση και βία θα λυτρώσει τις ψυχές τους, \*  
και πολύτιμο θα είναι το αίμα τους ενώπιόν του.

15 Να ζήσει! Και ας του δοθεί από το χρυσάφι της Αραβίας, †  
και γι' αυτόν ας προσεύχονται πάντοτε, \*  
ας τον ευλογούν όλη την ημέρα.

16 Και υπεραφθονία σιταριού στη γη θα υπάρχει, \*  
στις κορυφές των βουνών θα κυματίζει,

τα στάχια του σαν τους κέδρους του Λιβάνου, \*  
και οι πόλεις θα ακμάζουν σαν της γης το χορτάρι.

17 Ας είναι το όνομά του αιώνια ευλογημένο, \*  
ας παραμένει το όνομά του όσο υπάρχει ο ήλιος.

Και με αυτόν θα ευλογηθούν όλες οι φυλές της οικουμένης, \*  
όλα τα έθνη θα τον μακαρίζουν.

18 Ο Κύριος, ο Θεός, ο Θεός του Ισραήλ, ευλογημένος, \*  
αυτός που κάνει θαυμάσια μόνος.

19 Κι ευλογημένο το όνομα της δόξας του αιώνια \*  
και όλη η γη θα πλημμυρίσει από τη δόξα του. Ας γίνει, ας γίνει.

## Βιβλίο Τρίτο (Ψαλμοί 73-89)

### Ψαλμός 73 (72)

Γιατί βασανίζεται ο δίκαιος;

*Μακάριος είναι όποιος δεν χάσει την εμπιστοσύνη του σ' εμένα (Μτ 11, 6).*

#### I

Πόσο καλός ο Θεός με τους ακέραιους ανθρώπους, \*  
ο Θεός, με όσους έχουν την καρδιά τους αμόλυντη!

<sup>2</sup> Λίγο ακόμη και θα σαλεύονταν τα πόδια μου, \*  
λίγο έλειψε να χάσω τα βήματά μου,

<sup>3</sup> διότι ζήλεψα τους αλαζόνες, \*  
την ειρήνη των αμαρτωλών θωρώντας.

<sup>4</sup> Διότι σε αυτούς δεν υπάρχουν προσκόμματα, \*  
υγιές είναι και θαλερό το σώμα τους.

<sup>5</sup> Σαν τους υπόλοιπους θνητούς δεν κοπιάζουν, \*  
ούτε μαστίζονται όπως οι άλλοι άνθρωποι.

<sup>6</sup> Γι' αυτό την έπαρση έχουν περιδέραϊό τους, \*  
και σαν ένδυμα τους φόρεσαν τη βία.

<sup>7</sup> Βγαίνει όπως το λίπος η ανομία τους, \*  
ξεχειλίζουν οι πονηρές σκέψεις της καρδιάς τους.

<sup>8</sup> Εμπαίζουν και μιλούν με κακοήθεια, \*  
αφ' υψηλού καταφέρονται με αναίδεια.

<sup>9</sup> Έβαλαν ως και τον ουρανό στο στόμα τους, \*  
και η γλώσσα τους τη γη τη σάρωσε.

<sup>10</sup> Γι' αυτό και στα ψηλά επαναπαύονται, \*  
και η πλημμύρα των νερών δεν θα τους αγγίξει.

11 Και είπαν: «Πώς ο Θεός μπορεί να το ξέρει; \*  
είναι δυνατόν ο Ύψιστος να έχει γνώση;»

12 Ιδού, οι ασεβείς έτσι είναι: \*  
συνεχώς ευημερούν και τα πλούτη αυξάνουν.

## II

13 Και είπα: «Άρα μάταια καθάρισα την καρδιά μου, \*  
κι έπλυνα τα χέρια μου στην αθωότητα,

14 και βασανίζομαι όλη την ημέρα, \*  
και κάθε πρωί τιμωρίες υπέμενα»!

15 Αν έλεγα: «Σαν κι αυτούς θα μιλήσω», \*  
ιδού, θα είχα προδώσει τη γενεά των παιδιών σου.

16 Σκεφτόμουν για να το κατανοήσω, \*  
και ήταν βάσανο στα μάτια μου,

17 ωσότου εισήλθα στου Θεού το αγιαστήριο, \*  
και τότε κατόνησα ποιο θα είναι το τέλος τους.

18 Και πράγματι σε τόπους ολισθηρούς τους έβαλες, \*  
τους κατακρήμνισες στα ερείπια.

19 Πώς κατόνησαν έτσι ερημωμένοι! \*  
Σε μια στιγμή εξαφανίστηκαν, χάθηκαν από τον τρόμο.

20 Σαν το όνειρο που χάνεται στο ξύπνημα, Κύριε, \*  
όταν σηκωθείς, την εικόνα τους θα εξαλείψεις.

## III

21 Επειδή πικράθηκε η καρδιά μου, \*  
και τα νεφρά μου αλλοιώθηκαν.

22 Και ανόητος ήμουν και δεν καταλάβαινα, \*  
κτηνώδης είχα γίνει ενώπιόν σου.

23 Όμως εγώ είμαι συνεχώς μαζί σου, \*  
κράτησες το χέρι το δεξί μου.

24 Σύμφωνα με το σχέδιό σου με κατευθύνεις, \*  
κι έπειτα θα με υποδεχτείς με δόξα.

25 Ποιον άλλον έχω στον ουρανό επάνω; \*  
Αν είμαι μαζί σου, τίποτα στη γη δεν θα ποθήσω.

26 Απέκαμε η σάρκα μου και η καρδιά μου, \*  
Θεός της καρδιάς μου και μερίδιό μου ο Θεός αιώνια.

27 Ιδού, όσοι απομακρύνονται από σένα, χάνονται, \*  
εξολόθρευσες όποιον πιστότητα δεν σου δείχνει.

28 Καλό είναι για μένα στον Θεό να προσκολλούμαι, \*  
στον Κύριο τον Θεό να εναποθέτω την ελπίδα μου,  
όλα τα έργα σου για να εξαγγείλλω, \*  
στης θυγατέρας Σιών τις πύλες.

## Ψαλμός 74 (73)

Θρήνος για τη λεηλασία του ναού

*Μη φοβηθείτε αυτούς που σκοτώνουν το σώμα (Μτ 10, 28).*

### I

Γιατί, Θεέ, μας απώθησες για πάντα, \*  
καπνίζει ο θυμός σου επάνω στα πρόβατα της βοσκής σου;

2 Θυμήσου την κοινότητά σου, \*  
που από την αρχή απέκτησες.

Λύτρωσες τη ράβδο της κληρονομίας σου, \*  
το όρος Σιών, όπου κατασκήνωσες.

3 Κίνησε τα βήματά σου προς τα αιώνια ερείπια: \*  
ο εχθρός τα πάντα λεηλάτησε μέσα στο αγιαστήριο.

4 Βρυχήθηκαν οι εχθροί σου ανάμεσα στη σύναξή σου, \*  
ύψωσαν τα λάβαρά τους ως σημείο νίκης.

5 Έμοιαζαν σαν να κράδαιναν ψηλά το τσεκούρι, \*  
μέσα σε ένα πυκνότατο δάσος.

6 Κατέκοψαν μονομιάς τις πύλες του, \*  
με τσεκούρια και σφυριά τις κατεδάφισαν.

7 Κατέκαψαν με φωτιά το αγιαστήριό σου, \*  
βεβήλωσαν ολοσχερώς τη σκηνή του ονόματός σου.

8 Είπαν μέσα στην καρδιά τους: †  
«Όλους μαζί ας τους εξαφανίσουμε». \*  
Πυρπόλησαν όλες τις συνάξεις του Θεού στη χώρα.

9 Δεν βλέπουμε πια τα λάβαρά μας, †  
δεν υπάρχει πια προφήτης, \*  
και κανείς μεταξύ μας δεν γνωρίζει έως πότε:

10 Ως πότε, Θεέ, ο εχθρός θα χλευάζει, \*  
και ο αντίπαλος συνεχώς θα περιφρονεί το όνομά σου;

11 Γιατί αποτραβάς το χέρι σου, \*  
και συγκρατείς και αναπαύεις τη δεξιά σου;

12 Ο Θεός όμως βασιλέας μας πριν τους αιώνες: \*  
εργάστηκε τη σωτηρία μέσα στην οικουμένη.

## II

13 Εσύ με τη δύναμή σου διαχώρισες τη θάλασσα, \*  
συνέτριψες στα ύδατα τις κεφαλές των δράκων.

14 Εσύ του Λεβιαθάν τσάκισες τα κεφάλια, \*  
βορά τον έδωσες στα θαλάσσια κήτη.

15 Εσύ ανάβλυσες πηγές και χειμάρρους, \*  
εσύ ξήρανες ποταμούς αιώνιους.

- 16 Δίκη σου είναι η ημέρα, δική σου και η νύχτα, \*  
εσύ στερέωσες τα αστέρια και τον ήλιο.
- 17 Εσύ καθόρισες όλα της γης τα σύνορα, \*  
καλοκαίρι και χειμώνα εσύ διαφοροποίησες.
- 18 Αυτό θυμήσου: †  
ο εχθρός πρόσβαλε τον Κύριο, \*  
και ο άμυαλος λαός ύβρισε το όνομά σου.
- 19 Μη παραδώσεις στα θηρία την ψυχή που σε δοξάζει, \*  
και την ψυχή των φτωχών σου ποτέ μη λησμονήσεις.
- 20 Κοίταξε επάνω στη διαθήκη σου: \*  
πλημμύρισαν οι γωνιές της γης από κρυψώνες βίας.
- 21 Ο καταπιεσμένος να μη γυρίσει ντροπιασμένος, \*  
ο φτωχός και ο άπορος θα υμνήσουν το όνομά σου.
- 22 Ανάστα, Θεέ, και υπεράσπισε την υπόθεσή σου, †  
θυμήσου τις προσβολές σου, \*  
που από τον άμυαλο υπέστης όλη την ημέρα.
- 23 Μη λησμονήσεις τις ιαχές των εχθρών σου, \*  
την αναταραχή των αντιπάλων σου που συνεχώς αυξάνει.

## Ψαλμός 75 (74)

### Ο Κύριος, ύπατος δικαστής

*Καθαίρεσε άρχοντες από τους θρόνους, και ταπεινούς ανύψωσε (Λκ 1, 52).*

- 2 Θα σε δοξολογήσουμε, Θεέ, θα σε δοξολογήσουμε, †  
και το όνομά σου θα επικαλεστούμε, \*  
τα θαυμάσιά σου θα διηγηθούμε.
- 3 «Τον καιρό που θα καθορίσω, \*  
εγώ θα κρίνω με δικαιοσύνη.



4 Ἀς σείεται ἡ γῆ καὶ οἱ κάτοικοί της ὅλοι, \*  
ἐγὼ σταθεροῦς κρατῶ τοὺς στύλους της.

5 Εἶπα τοὺς ἀλαζόνες: μὴν υπερηφανεύεστε, \*  
καὶ τοὺς ἀμαρτωλοὺς: μὴ σηκώνετε κεφάλι.

6 Μὴν ἐπαίρετε ψηλά τὸ κεφάλι σας, \*  
μὴ λαλεῖτε ἐναντία στον Θεό με θρασύτητα».

7 Διότι οὔτε ἀπὸ τὴν ἀνατολή, οὔτε ἀπὸ τὴ δύση, \*  
οὔτε ἀπὸ τὴν ἔρημο ἔρχεται ἡ δύναμη.

8 Ἐπειδὴ ὁ Θεός μόνο ἔχει τὴν ἐξουσία: \*  
ἄλλον ταπεινώνει καὶ ἄλλον ἐξυψώνει.

9 Διότι στα χέρια τοῦ Κυρίου ὑπάρχει ἓνα ποτήρι \*  
γεμάτο δυνατὸ κρασί ἀνάμεικτο με φαρμάκι.

Καὶ ἤδη τὸ ἔχει κεράσει, †  
ὡς καὶ τὸ κατακάθι τοῦ θα στραγγίσουν, \*  
θα πουν ὅλοι οἱ ἀμαρτωλοὶ τῆς οἰκουμένης.

10 Ὅμως ἐγὼ γιὰ πάντα θα τὸ διακηρύττω, \*  
στον Θεό τοῦ Ἰακώβ θα ψάλλω.

11 «Καὶ ὅλα τὰ κεφάλια τῶν ἀμαρτωλῶν θα ραγίσω, \*  
καὶ θα ἐξυψωθοῦν τὰ κεφάλια τῶν δικαίων».

## Ψαλμός 76 (75)

### Ευχαριστία γιὰ τὴ νίκη

*Θα δουν τὸν Υἱό τοῦ Ἀνθρώπου νὰ ἔρχεται ἐπάνω στα σύννεφα τοῦ οὐρανοῦ (Μτ 24, 30).*

## I

2 Γνωστός ὁ Θεός στὴν Ἰουδαία, \*  
στον Ἰσραὴλ μέγα τὸ ὄνομά του.

3 Και στην Ιερουσαλήμ είναι η σκηνή του, \*  
και στη Σιών η κατοικία του.

4 Εκεί συνέτριψε τα πυρωμένα βέλη των τόξων, \*  
την ασπίδα, τη ρομφαία, τα όπλα του πολέμου.

5 Εσύ, Θαυμαστέ, αστράφτεις, \*  
επάνω από βουνά λαφύρων.

6 Οι γενναίοι απογυμνώθηκαν, †  
νικήθηκαν από τον ύπνο, \*  
οι ρωμαλέοι όλοι δεν είχαν δύναμη στα χέρια τους.

7 Θεέ του Ιακώβ, στην επιτίμησή σου, \*  
παρέλυσαν άλογα και αναβάτες.

## II

8 Εσύ φοβερός είσαι! Ποιος σου αντιστέκεται \*  
όταν η οργή σου ξεσπάει;

9 Από τον ουρανό έκανες να ακουστεί η κρίση, \*  
η γη τρόμαξε και σώπασε,

10 όταν ο Θεός σηκώθηκε να κρίνει, \*  
όλους τους πράους της γης για να σώσει.

11 Έτσι τα μύχια του ανθρώπου θα σε δοξολογήσουν, \*  
και τα τρίσβαθα των μύχιών του θα σε εγκωμιάσουν.

12 Αποδώστε στον Κύριο τον Θεό σας ό,τι του υποσχεθήκατε, \*  
στον Φοβερό ας φέρουν δώρα όσοι γύρω του στέκονται,

13 σε αυτόν που αφαιρεί την πνοή από τους άρχοντες, \*  
στον Φοβερό για τους βασιλείς της οικουμένης.

## Ψαλμός 77 (76)

### Ενθύμηση των έργων του Κυρίου

*Αν και μας πιέζουν από παντού, δεν μας καταβάλλουν. Βρισκόμαστε σε αδιέξοδο, όμως δεν απελπιζόμαστε (Β΄ Κορ 4, 8).*

2 Με τη φωνή μου στον Κύριο κραύγασα, \*  
με τη φωνή μου στον Θεό, και με πρόσεξε.

3 Την ημέρα της αγωνίας μου τον Θεό αποζήτησα, †  
τη νύχτα έτεινα προς αυτόν τα χέρια μου \*  
και δεν απέκαμαν.

Αρνήθηκε να παρηγορηθεί η ψυχή μου, †  
4 θυμάμαι τον Θεό μου και αναστενάζω, \*  
αναλογίζομαι και λιγοψυχά το πνεύμα μου.

5 Κράτησες άγρυπνα τα βλέφαρα των ματιών μου, \*  
ταράχθηκα και δεν μίλησα.

6 Αναλογίστηκα τις αρχαίες ημέρες, \*  
και χρόνια μακρινά ήρθαν στο μυαλό μου.

7 Τη νύχτα μελέτησα μέσα στην καρδιά μου, \*  
συλλογίστηκα και αναρωτήθηκε το πνεύμα μου:

8 Μήπως ο Θεός αιώνια μας απορρίπτει, \*  
και δεν θα είναι πια ευνοϊκός μαζί μας;

9 Ή μήπως στερέψει για πάντα η αγάπη του, \*  
θα πάψουν από γενεά σε γενεά οι επαγγελίες του;

10 Ή μήπως λησμονήσει ο Θεός να δείξει έλεος, \*  
ή συγκρατήσει επάνω στην οργή την τρυφερότητά του;

11 Και είπα: «Τούτο με πληγώνει: \*  
άλλαξε η δεξιά του Υψίστου».

12 Θα αναπολήσω τα έργα του Κυρίου. \*  
Θα αναπολήσω από την αρχή τα θαυμάσιά σου.

- 13 Και όλα τα έργα σου θα μελετήσω, \*  
όλα θα στοχαστώ τα επιτηδεύματά σου.
- 14 Θεέ, αγία η οδός σου. \*  
Ποιος είναι θεός μέγας όπως ο Θεός μας;
- 15 Εσύ είσαι ο Θεός που κάνεις θαυμάσια, \*  
στους λαούς έκανες γνωστή τη δύναμή σου.
- 16 Λύτρωσες με τον βραχίονά σου τον λαό σου, \*  
του Ιακώβ και του Ιωσήφ τα τέκνα.
- 17 Σε είδαν, Θεέ, τα ύδατα, †  
σε είδαν τα ύδατα και φοβήθηκαν, \*  
ταράχθηκαν ακόμη και οι άβυσσοι.
- 18 Κατακλυσμός νερών από τα σύννεφα, †  
φωνή έδωσαν οι νεφέλες, \*  
σαν βέλη οι κεραυνοί σου διέσχιζαν.
- 19 Η φωνή της βροντής σου μες στον ανεμοστρόβιλο, †  
οι αστραπές σου φώτισαν την οικουμένη, \*  
σειστήκε η γη και τρόμαξε.
- 20 Μέσα από τη θάλασσα περνούσε η οδός σου, †  
η πορεία σου ανάμεσα από τα αχανή τα ύδατα, \*  
κανείς όμως δεν μπόρεσε τα ίχνη σου να αναγνωρίσει.
- 21 Οδήγησες σαν πρόβατα τον λαό σου, \*  
με του Μωυσή και του Ααρών το χέρι.

## Ψαλμός 78 (77)

Η καλοσύνη του Κυρίου και η απιστία του λαού  
μέσα στην ιστορία της σωτηρίας

*Αυτά τα περιστατικά έγιναν για παραδειγματισμό μας (Α΄ Κορ 10, 6).*

Πρόσεχε, λαέ μου, τη διδασκαλία μου, \*  
γύρε το αυτί σου στα λόγια του στόματός μου.

2 Θα ανοίξω με παραβολή το στόμα μου, \*  
θα μιλήσω για τα παράδοξα των αρχαίων χρόνων.

3 Όσα ακούσαμε και γνωρίσαμε \*  
και μας διηγήθηκαν οι πατέρες μας,

4 δεν θα τα κρύψουμε από τα παιδιά τους, \*  
που θα αφηγούνται στη γενεά την επερχόμενη:  
τους αίνους του Κυρίου και τις δυνάμεις του, \*  
και τα θαυμάσια που εκείνος έκανε.

5 Στον Ιακώβ όρισε κανόνα, \*  
και στον Ισραήλ έθεσε νόμο,

όσα έδωσε εντολή στους πατέρες μας \*  
να τα γνωστοποιήσουν στα τέκνα τους,

6 ώστε να τα γνωρίσει και η γενεά η επερχόμενη: †  
τα παιδιά που πρόκειται στο φως να έρθουν. \*  
Θα σηκωθούν και θα τα αναγγείλουν στα τέκνα τους,

7 κι έτσι θα εναποθέτουν στον Θεό την ελπίδα τους, †  
και δεν θα λησμονούν του Θεού τα έργα, \*  
και θα τηρήσουν τις εντολές του.

8 Για να μη γίνουν σαν τους πατέρες τους, \*  
γενεά διεστραμμένη και ανυπάκουη,  
γενεά που δεν κράτησε σταθερή την καρδιά της, \*  
και της οποίας δεν έμεινε πιστό στον Θεό το πνεύμα της.

9 Οι γιοί του Εφραΐμ, έτοιμοι να τοξοβολήσουν, \*  
λιποτάκτησαν την ημέρα της μάχης.

10 Δεν φύλαξαν του Θεού τη διαθήκη, \*  
κι αρνήθηκαν να πορευτούν σύμφωνα με τον νόμο του.

11 Και λησμόνησαν τις ευεργεσίες του \*  
και τα θαυμάσια που εκείνος τους είχε δείξει.

12 Ενώπιον των πατέρων τους έκανε θαυμάσια, \*  
στη γη της Αιγύπτου, στην πεδιάδα Τάνεως.

13 Διέρρηξε τη θάλασσα και να διαβούν τους έκανε, \*  
κι έστησε τα ύδατα σαν παραπέτασμα.

14 Και τους οδήγησε με τη νεφέλη την ημέρα, \*  
και με τη λάμψη της φωτιάς όλη τη νύχτα.

15 Διέρρηξε την πέτρα στην έρημο, \*  
και τους πότισε σαν από μεγάλη άβυσσο.

16 Και από τον βράχο έκανε ρυάκια να αναβλύσουν, \*  
και άφησε τα νερά να ξεχυθούν σαν τα ποτάμια.

## II

17 Κι όμως εναντίον του συνέχισαν να αμαρτάνουν, \*  
προκάλεσαν τον Ύψιστο στην έρημο.

18 Και πείραξαν τον Θεό μέσα στην καρδιά τους, \*  
ζητώντας τροφή ανάλογα με τις ορέξεις τους.

19 Και μίλησαν εναντίον του Θεού και είπαν: \*  
«Θα μπορέσει ο Θεός στην έρημο τραπέζι να ετοιμάσει;».

20 Ιδού, πάταξε την πέτρα κι έρρευσαν ύδατα, \*  
και χείμαρροι ξεχείλισαν.

«Μήπως θα μπορέσει και ψωμί να δώσει, \*  
ή να ετοιμάσει κρέατα για τον λαό του;».

21 Τότε ο Κύριος άκουσε και φλόγισε, †  
κι έγινε ο Ιακώβ πυρός παρανάλωμα, \*  
ξέσπασε οργή στον Ισραήλ επάνω.

22 Επειδή στον Θεό δεν πίστεψαν, \*  
ούτε ήλπισαν στη σωτηρία του.

23 Κι όμως από ψηλά πρόσταξε τα σύννεφα \*

και άνοιξε του ουρανού τις θύρες,

24 κι έβρεξε σε αυτούς μάννα για να φάνε \*  
και άρτο ουρανού τους έδωσε.

25 Τον άρτο των αγγέλων έφαγε ο άνθρωπος, \*  
απέστειλε σε αυτούς προμήθειες υπεράφθονες.

26 Άνεμο ανατολικό στον ουρανό ξεσήκωσε, \*  
και με τη δύναμή του φύσηξε τον λίβα.

27 Κι έβρεξε επάνω τους το κρέας σαν τη σκόνη, \*  
και φτερωτά πτηνά σαν την άμμο της θάλασσας.

28 Κι έπεσαν στο μέσο του στρατοπέδου τους, \*  
γύρω από τις σκηνές τους.

29 Κι έφαγαν και κορέστηκαν, \*  
και την επιθυμία τους εκπλήρωσε.

30 Και πριν κορεστεί καλά η απληστία τους, \*  
κι ενώ η τροφή στο στόμα τους ήταν ακόμη,

31 ξέσπασε η οργή του Θεού επάνω τους, †  
κι εξόντωσε τους πιο ρωμαλέους, \*  
και τους εκλεκτούς του Ισραήλ κατατρόπωσε.

### III

32 Παρόλ' αυτά συνέχισαν να αμαρτάνουν, \*  
και δεν πίστεψαν στα θαυμάσιά του.

33 Αποτελείωσε με ένα του φύσημα τις ημέρες τους, \*  
και με ραγδαία μάστιγα τα χρόνια τους.

34 Όταν τους εξόντωνε, τον αποζητούσαν, \*  
και μετανοημένοι έρχονταν σε αυτόν από το χάραμα.

35 Και θυμήθηκαν πως ο Θεός είναι βοηθός τους, \*  
και πως ο Θεός ο Ύψιστος είναι λυτρωτής τους.

36 Τον κολάκευαν με το στόμα τους, \*  
και με τη γλώσσα τους τον εξαπατούσαν.

37 Η καρδιά τους δεν ήταν ειλικρινής μαζί του, \*  
ούτε παρέμειναν πιστοί στη διαθήκη του.

38 Αυτός όμως είναι φιλόανθρωπος, \*  
και συγχωρεί την ανομία και δεν αφανίζει.

Πολλές φορές ανέστειλε τον θυμό του, \*  
και δεν ξεθύμανε όλη την οργή του.

39 Και θυμήθηκε πως αυτοί είναι σάρκα, \*  
αγέρας που παρέρχεται και πια δεν επιστρέφει.

#### IV

40 Πόσες φορές τον παραπύκρναν στην έρημο, \*  
τον προκάλεσαν στη γη την άνυδρη!

41 Και άρχισαν πάλι τον Θεό να πειράζουν, \*  
και τον άγιο του Ισραήλ παρόξυναν.

42 Δεν θυμήθηκαν το χέρι του, †  
την ημέρα κατά την οποία τους λύτρωσε \*  
από το χέρι εκείνου που τους συνέθλιβε.

43 Όταν έκανε σημεία στην Αίγυπτο, \*  
κι έργα θαυμαστά στην πεδιάδα Τάνεως.

44 Μετέτρεψε τους ποταμούς τους σε αίμα \*  
και τα ρυάκια τους για να μην πίνουν.

45 Τους έστειλε αλογόμυγες και τους κατέφαγαν, \*  
βατράχια και τους αφάνισε.

46 Τη σοδειά τους παρέδωσε στις κάμπιες, \*  
τον μόχθο τους στις ακρίδες.

47 Κατέστρεψε τα αμπέλια τους με το χαλάζι, \*



τις συκομουριές τους με την πάχνη.

48 Παράτησε τα ζωντανά τους στο χαλάζι, \*  
και τα κοπάδια τους στις πύρινες τις φλόγες.

49 Τους εξαπέλυσε την έξαψη της οργής του, †  
την απαξίωση, την απειλή, τη στενοχώρια, \*  
και αγγελιοφόρους συμφοράς απέστειλε.

50 Άνοιξε διάπλατα δρόμο στην οργή του, †  
δεν γλίτωσε από τον θάνατο τις ψυχές τους, \*  
κι αποτελείωσε με ασθένειες λοιμώδεις τη ζωή τους.

51 Χτύπησε κάθε πρωτότοκο στη γη της Αιγύπτου, \*  
στις σκηνές του Χαμ τα πρώτα βλαστάρια της ακμαιότητάς τους.

## V

52 Και πήρε από εκεί, όπως τα πρόβατα, τον λαό του, \*  
κι ως ποίμνιο τους περιέφερε στην έρημο.

53 Τους οδήγησε με ασφάλεια και δεν φοβήθηκαν, \*  
και η θάλασσα κατάπιε τους εχθρούς τους.

54 Και τους εισήγαγε στα όρια του αγιαστηρίου του, \*  
στο όρος εκείνο που απέκτησε η δεξιά του.

55 Και από μπροστά τους έδιωξε τα έθνη, †  
και μοίρασε σε αυτούς τη γη, κληρονομιά εκείνων, \*  
και τις φυλές του Ισραήλ εγκατέστησε στις σκηνές τους.

56 Και πείραξαν και παρεπίκραναν τον Θεό τον Ύψιστο, \*  
και δεν τήρησαν τα προστάγματά του.

57 Απομακρύνθηκαν και τον πρόδωσαν, †  
όπως και οι πατέρες τους, \*  
λοξοδρόμησαν σαν το στραβό το τόξο.

58 Τον εξόργισαν με τα ιερά βουνά τους, \*  
προκάλεσαν τη ζηλοτυπία του με τα είδωλά τους.

- 59 Άκουσε ο Θεός και φλόγισε \*  
και τον Ισραήλ με σφοδρότητα τον απαξίωσε.
- 60 Κι εγκατέλειψε της Σιλώ το κατοικητήριο, \*  
τη σκηνή που είχε στήσει μεταξύ των ανθρώπων.
- 61 Και παρέδωσε στην αιχμαλωσία την ισχύ του \*  
και τη λάμψη του στου εχθρού τα χέρια.
- 62 Κι αποτελείωσε με τη ρομφαία τον λαό του \*  
και ξεθύμανε επάνω στην κληρονομία του.
- 63 Τους νέους εκείνων η φωτιά κατέφαγε, \*  
και οι παρθένες τους δεν άκουσαν τραγούδια γάμου.
- 64 Έπεσαν οι ιερείς τους από ρομφαία, \*  
και οι χήρες τους δεν θρήνησαν.

## VI

- 65 Και σηκώθηκε σαν να είχε κοιμηθεί ο Κύριος, \*  
σαν άνδρας ρωμαλέος που είχε από κρασί μεθύσει.
- 66 Και χτύπησε τα νώτα των εχθρών του, \*  
σε εξευτελισμό αιώνιο τους παρέδωσε.
- 67 Και τη σκηνή του Ιωσήφ απέρριψε, \*  
και τη φυλή του Εφραΐμ δεν επέλεξε,
- 68 αλλά επέλεξε τη φυλή του Ιούδα, \*  
το όρος Σιών, που αυτός αγάπησε.
- 69 Και οικοδόμησε το αγιαστήριό του σαν τα ύψη, \*  
και σαν τη γη που αιώνια τη θεμελίωσε.
- 70 Κι επέλεξε τον Δαβίδ τον δούλο του, \*  
τον πήρε από το ποίμνιο των προβάτων.
- 71 Τον τράβηξε από τα πρόβατα που θηλάζουν, †  
ώστε τον Ιακώβ, τον λαό του, να ποιμαίνει, \*

και τον Ισραήλ, την κληρονομία του.

72 Και τους ποιήμανε με την αθωότητα της καρδιάς του, \*  
και τους οδήγησε με τη σύνεση των χεριών του.

## Ψαλμός 79 (78)

### Θρήνος για την Ιερουσαλήμ

*Μακάρι να ήξερες κι εσύ ... τι θα μπορούσε να σου χαρίσει την ειρήνην*  
(Λκ 19, 42).

Θεέ, εισέβαλαν τα έθνη στην κληρονομία σου, †  
βεβήλωσαν τον άγιο ναό σου, \*  
την Ιερουσαλήμ μετέβαλαν σε ερείπια.

2 Έδωσαν τα άψυχα σώματα των δούλων σου †  
βορά στου ουρανού τα πετούμενα, \*  
τις σάρκες των αγίων σου στις γης τα θηρία.

3 Σαν νερό έχυσαν το αίμα τους, †  
από την Ιερουσαλήμ τριγύρω, \*  
και κανείς δεν υπήρχε για να θάψει.

4 Χλεύη γίναμε των γειτόνων μας, \*  
περίγελος κι εξευτελισμός όσων μας τριγυρίζουν.

5 Ως πότε, Κύριε, για πάντα θα οργίζεσαι; \*  
Σαν τη φωτιά θα φλέγεται ο ζήλος σου;

[6 Ξεθύμανε την οργή σου †  
επάνω στα έθνη που δεν σε γνώρισαν, \*  
και στα βασιλεια που το όνομά σου δεν επικαλέστηκαν.

7 Επειδή τον Ιακώβ κατασπάραξαν, \*  
κι ερήμωσαν τον τόπο του.]

8 Μη θυμηθείς τις ανομίες των πατέρων μας, †  
γρήγορα η ευσπλαχνία σου ας μας προϋπαντήσει, \*  
επειδή φτάσαμε στην εξαθλίωση.

9 Βοήθησέ μας, Θεέ της σωτηρίας μας, †  
προς δόξα του ονόματός σου ελευθέρωσέ μας, \*  
σπλαχνίσου την αμαρτία μας χάριν του ονόματός σου.

10 Γιατί να πουν τα έθνη: «Πού είναι ο Θεός τους;» †  
Εμπρός στα μάτια μας ας φανερωθεί στα έθνη \*  
η εκδίκηση για το αίμα των δούλων σου που χύθηκε.

11 Ας φτάσει ενώπιόν σου ο στεναγμός των αλυσοδομένων· †  
σύμφωνα με τη μεγαλοσύνη του βραχιονιά σου: \*  
απολύτρωσε τους καταδικασμένους σε θάνατο.

[12 Και ανταπόδωσε εφταπλάσια †  
στους κόλπους των γειτόνων μας, \*  
την προσβολή την οποία υπέστης, Κύριε.]

13 Εμείς όμως λαός σου και πρόβατα της βοσκής σου, †  
αιώνια θα σε δοξολογούμε, \*  
σε γενεές και γενεές θα εξαγγέλλουμε τους αίνους σου.

## Ψαλμός 80 (79)

Επισκέψου, Κύριε, την άμπελό σου

*Έλα, Κύριε Ιησού (Απ 22, 20).*

2 Εσύ που τον Ισραήλ ποιμαίνεις, πρόσεξε, \*  
εσύ που οδηγείς τον Ιωσήφ σαν ποιμνιο.

Εσύ που κάθεται στα χερουβεΐμ επάνω, λάμψε \*

3 στου Εφραΐμ, Βενιαμίν και Μανασσή τα μάτια.

Αφύπνισε τη δύναμή σου κι έλα, \*  
ώστε να μας σώσεις.

4 Θεέ, στρέψε επάνω μας το βλέμμα σου, \*  
κατάλαμψε το πρόσωπό σου και θα σωθούμε.

5 Κύριε, Θεέ των δυνάμεων, ως πότε θα οργίζεσαι \*

εναντίον του λαού σου που σε ικετεύει;

6 Μας έθρεψες με ψωμί δακρύβρεχτο, \*  
και ποταμούς δακρύων μας έδωσες να πιούμε.

7 Μας έκανες σημείο φιλονικίας των γειτόνων μας, \*  
και μας περιγελούν οι εχθροί μας.

8 Θεέ των δυνάμεων, στρέψε επάνω μας το βλέμμα σου, \*  
κατάλαμψε το πρόσωπό σου και θα σωθούμε.

9 Άμπελο από την Αίγυπτο ξερίζωσες, \*  
τα έθνη έδιωξες και την εμφύτευσες.

10 Λειάνες το έδαφος μπροστά της, \*  
βάθυνες τις ρίζες της και πλημμύρισε τη χώρα.

11 Καλύφθηκαν τα όρη από τη σκιά της, \*  
και από τις αναδεντράδες της του Θεού οι κέδροι.

12 Απλωσε μέχρι τη θάλασσα τις κληματόβεργές της, \*  
και μέχρι τον Ποταμό τις παραφυάδες της.

13 Γιατί γκρέμισες το φράχτη της, \*  
και την τρυγούν όσοι τον δρόμο δίπλα διαβαίνουν;

14 Τη λυμαίνεται ο αγριόχοιρος του δάσους, \*  
και τα ζώα του αγρού τη νέμονται.

15 Θεέ των δυνάμεων, στρέψε το βλέμμα σου, \*  
κοίταξε από τον ουρανό και δες κι επισκέψου αυτή την άμπελο.

16 Και ανόρθωσε την, αυτήν που φύτεψε η δεξιά σου, \*  
και τον υιό του ανθρώπου, που κραταίωσες για σένα.

17 Κάηκε από τη φωτιά και ανασκάφηκε, \*  
θα αφανιστούν από την επιτίμηση του προσώπου σου.

18 Ας είναι το χέρι σου επάνω στον άνδρα της δεξιάς σου, \*  
και στον υιό του ανθρώπου, που κραταίωσες για σένα.

19 Και δεν θα απομακρυνθούμε από κοντά σου, †  
τη ζωή θα μας ξαναδώσεις, \*  
και το όνομά σου θα επικαλεσθούμε.

20 Κύριε, Θεέ των δυνάμεων, †  
στρέψε επάνω μας το βλέμμα σου, \*  
κατάλαψε το πρόσωπό σου και θα σωθούμε.

## Ψαλμός 81 (80)

### Πανηγυρική ανανέωση της Διαθήκης

*Προσέξτε, μήπως κανείς από εσάς έχει τόσο κακή και άπιστη καρδιά,  
ώστε να απομακρυνθεί από τον αληθινό Θεό (Εβρ 3, 12).*

2 Αγαλλιάστε για τον Θεό, τον βοηθό μας, \*  
στον Θεό του Ιακώβ αλαλάξτε.

3 Ψαλμό ανυψώστε, χτυπήστε το τύμπανο, \*  
το μελίρρυτο ψαλτήριο με την κιθάρα.

4 Αντηχήστε τη σάλπιγγα στη νεομηνία, \*  
την ημέρα της πανσέληνου, στην πανηγυρή μας.

5 Επειδή για τον Ισραήλ είναι πρόσταγμα, \*  
του Θεού του Ιακώβ διάταγμα.

6 Το έδωσε στον Ιωσήφ ως εχέγγυο, \*  
όταν αυτός εξήλθε από τη γη της Αιγύπτου.

Άκουσα φωνή που δεν τη γνώριζα: †

7 «Απάλλαξα τον ώμο του από τα βάρη, \*  
τα χέρια του παράτησαν το κοφίνι.

8 Στην αγωνία με επικαλέστηκες και σε ελευθέρωσα, †  
σε εισάκουσα κρυμμένος μες στην καταιγίδα, \*  
στις Πηγές της Μεριβά σε δοκίμασα.

9 Άκουσε, λαέ μου, και θα σε νουθετήσω, \*

Ισραήλ, μακάρι να με άκουγες!

10 Δεν θα υπάρξει άλλος θεός για σένα, \*  
ούτε ξένο θεό θα προσκυνήσεις.

11 Διότι εγώ είμαι ο Κύριος ο Θεός σου, †  
που σε εξήγαγα από τη γη της Αιγύπτου: \*  
ορθάνοιξε το στόμα σου και θα το γεμίσω.

12 Και δεν άκουσε ο λαός μου τη φωνή μου, \*  
και ο Ισραήλ δεν με πρόσεξε.

13 Και τους άφησα στη σκληροκαρδία τους, \*  
να πορευτούν σύμφωνα με τα σχέδιά τους.

14 Αν με άκουγε ο λαός μου, \*  
αν πορευόταν ο Ισραήλ στους δρόμους μου!

15 Αμέσως θα ταπεινώνα τους εχθρούς του, \*  
το χέρι μου θα επέβαλλα σε όσους τον συνθλίβουν,

16 οι εχθροί του Κυρίου θα του υποτάσσονταν, \*  
και το μέλλον τους για πάντα θα σηματοδεύονταν,

17 θα τους έτρεφα με το καλύτερο σιτάρι, \*  
και θα τους χόρταινα με το γλυκύτερο μέλι».

## Ψαλμός 82 (81)

### Κατά των άνομων δικαστών

*Μη βιάζεστε να κρίνετε και να βγάζετε αποφάσεις, ωσότου έρθει ο Κύριος (Α΄ Κορ 4, 5).*

1 Στάθηκε ο Θεός στη θεϊκή τη σύναξη, \*  
εν μέσω των θεών την κρίση του προφέρει:

2 «Ως πότε θα βγάζετε άδικες αποφάσεις, \*  
και υπέρ των ασεβών θα μεροληπτείτε;

3 Υπερασπίστε τον ορφανό και τον αδύναμο, \*  
στον ταπεινό και τον φτωχό δικαιοσύνη αποδώστε.

4 Ελευθερώστε τον φτωχό και τον αδύναμο, \*  
λυτρώστε τον από των ασεβών τα χέρια».

5 Δεν έχουν γνώση, ούτε αντιλαμβάνονται, †  
στο σκοτάδι περιπλανώνται, \*  
συσθέμελα η γη κλονίζεται.

6 Εγώ είπα: «Είναι δυνατόν θεοί να είστε; \*  
Και όλοι τέκνα του Υψίστου;»

7 Σαν άνθρωποι ασφαλώς και θα πεθάνετε, \*  
θα πέσετε εξίσου όπως και οι άρχοντες.

8 Ανάστα, Θεέ, κρίνε την οικουμένη, \*  
επειδή εσύ έχεις όλα τα έθνη κληρονομία.

## Ψαλμός 83 (82)

### Κατά των εχθρών του λαού του Θεού

*Έλαβες, Κύριε, τη δύναμή σου τη μεγάλη, κι εγκαθίδρυσες τη βασιλεία σου (πρβλ. Απ 11, 17).*

2 Θεέ, μην ησυχάσεις, μη σιωπάσεις, \*  
ούτε άπραγος, Θεέ, να μείνεις,

3 επειδή, κοίταξε, οι εχθροί σου ξεσηκώθηκαν, \*  
και όσοι σε μισούν σήκωσαν κεφάλι.

4 Κατά του λαού σου συνωμότησαν \*  
και συσπειρώθηκαν εναντίον αυτών που προστατεύεις.

5 Είπαν: (Ελάτε και ας τους εξολοθρεύσουμε σαν έθνος, \*  
και το όνομα του Ισραήλ πλέον να μη μνημονεύεται).

6 Επειδή συσπειρώθηκαν σαν ένα σώμα, \*



εναντίον σου σύναψαν συμφωνία,

7 οι σκηνές των Ισμαηλιτών και των Ιδουμαίων, \*  
οι Αγαρηνοί και οι Μωαβίτες,

8 ο Γεβάλ, ο Αμμών και οι Αμαληκίτες, \*  
η Φιλισταία με τους κατοίκους της Τύρου.

9 Ως και η Ασσυρία συμμάχησε μαζί τους: \*  
τα παιδιά του Λωτ να ενισχύσουν.

10 Κάνε τους ό,τι στους Μαδιανίτες και στον Σίσερα, \*  
ό,τι στον Ιαβίν, στον Κισών τον χείμαρρο.

11 Στην Ενδώρ εξολοθρεύτηκαν, \*  
έγιναν όπως για τη γη το λίπασμα.

12 Σαν τον Ωρήβ και τον Ζεέβ κάνε τους αρχηγούς τους, \*  
σαν τον Ζεβάχ και τον Σαλμουρνά όλους τους άρχοντές τους,

13 που είπαν: (Ας κάνουμε κληρονομία μας \*  
του Θεού τα λιβάδια).

14 Θεέ μου, στροβίλισέ τους σαν ξερόκλαδα, \*  
σαν άχυρο στη δίνη του ανέμου.

15 Σαν τη φωτιά που κατακαίει το δάσος, \*  
και σαν τη φλόγα που κατατρώει τα όρη,

16 έτσι να τους καταδιώξεις με την καταιγίδα σου, \*  
και με τη θύελλά σου να τους συνταράξεις.

17 Γέμισε με ντροπή τα πρόσωπά τους, \*  
ώστε να ζητήσουν το όνομά σου, Κύριε.

18 Ας ταπεινωθούν και ας κατατρομάξουν για πάντα, \*  
ας ντραπούν και ας πάνε στην απώλεια.

19 Και ας γνωρίσουν πως το όνομά σου είναι Κύριος, \*  
κι επάνω σε όλη τη γη εσύ ο μόνος Ύψιστος.

## Ψαλμός 84 (83)

### Ο πόθος για τον ναό του Κυρίου

*Δεν έχουμε εδώ μόνιμη πολιτεία, αλλά λαχταρούμε τη μελλοντική*  
(Εβρ 13, 14).

2 Πόσο αγαπητά τα σκηνώματά σου, \*  
Κύριε των δυνάμεων!

3 Η ψυχή μου ποθεί και λιώνει για τις αυλές του Κυρίου, \*  
η καρδιά και η σάρκα μου αγαλλίασαν για τον Θεό τον ζώντα.

4 Ακόμη και ο σπουργίτης βρίσκει κατοικία, \*  
και η τρυγόνα τη φωλιά της για να βάλει τα μικρά της: \*  
στα θυσιαστήριά σου, Κύριε των δυνάμεων, \*  
βασιλέα μου και Θεέ μου.

5 Μακάριοι όσοι κατοικούν στον οίκο σου, \*  
θα σε υμνούν αδιάκοπα.

6 Μακάριος ο άνθρωπος που καταφεύγει σ' εσένα, \*  
και στην καρδιά του αποφασίζει την ανάβαση.

7 Διαβαίνοντας την άνυδρη κοιλάδα σε όαση τη μεταβάλλει, \*  
και η πρωινή βροχή τη σκεπάζει με ευλογίες.

8 Βαδίζει και οι δυνάμεις του αναπτερώνονται, \*  
στη Σιών ο Θεός των θεών θα φανεί μπροστά του.

9 Κύριε, Θεέ των δυνάμεων, εισάκουσε την προσευχή μου, \*  
Θεέ του Ιακώβ, γύρε το αυτί σου.

10 Κοίταξε, Θεέ, υπερασπιστή μας, \*  
στρέψε το βλέμμα σου στο πρόσωπο του χριστού σου.

11 Καλύτερη μια ημέρα στις αυλές σου από χιλιάδες άλλες: †  
διάλεξα να είμαι στο κατώφλι του οίκου του Θεού μου \*  
παρά να κατοικώ στον αμαρτωλών τα σκηνώματα.

12 Διότι ήλιος και ασπίδα είναι ο Θεός, ο Κύριος, †

χάρη και δόξα ο Κύριος θα δώσει, \*  
δεν θα στερήσει τα αγαθά από όσους πορεύονται με αθωότητα.

13 Κύριε των δυνάμεων, \*  
μακάριος ο άνθρωπος που σ' εσένα ελπίζει.

## Ψαλμός 85 (84)

### Πλησιάζει η σωτηρία μας

*Με την έλευση του Σωτήρα μας στη γη, ο Θεός ευλόγησε τη γη του (Ωριγένης).*

2 Ήσουν ευνοϊκός, Κύριε, με τη γη σου, \*  
έφερες πίσω τον Ιακώβ από την αιχμαλωσία.

3 Αναίρεσες την ανομία του λαού σου, \*  
κάλυψες όλες τις αμαρτίες τους.

4 Κατέπαυσες όλο τον θυμό σου, \*  
απέστρεφες την οργή της απαξίωσής σου.

5 Αποκατάστησέ μας, Θεέ της σωτηρίας μας, \*  
και απομάκρυνε από εμάς την οργή σου.

6 Άραγε θα οργίζεσαι μαζί μας αιώνια, \*  
ή από γενεά σε γενεά θα παρατείνεις την οργή σου;

7 Δεν θα γυρίσεις μήπως ζωή να μας ξαναδώσεις \*  
ώστε ο λαός σου να ευφραίνεται για σένα;

8 Δείξε μας, Κύριε, το έλεός σου, \*  
και δώσε μας τη σωτηρία σου.

9 Θέλω να ακούσω τι θα πει ο Θεός ο Κύριος: †  
θα μιλήσει για ειρήνη στον λαό του και τους αγίους του, \*  
και σε όσους θα μεταστρέψουν την καρδιά τους.

10 Η σωτηρία του είναι κοντά σε όσους τον φοβούνται, \*  
ώστε να σκηνώσει η δόξα του στη γη μας.

11 Ἐλεος και αλήθεια συναντήθηκαν, \*  
δικαιοσύνη και ειρήνη καταφιλήθηκαν.

12 Από τη γη βλάστησε η αλήθεια, \*  
και από τον ουρανό ανέτειλε η δικαιοσύνη.

13 Και αληθινά ο Κύριος θα δώσει ευημερία, \*  
και η γη μας θα δώσει τον καρπό της.

14 Η δικαιοσύνη μπροστά του θα προπορεύεται, \*  
και θα ανοίγει τον δρόμο στα βήματά του.

## Ψαλμός 86 (85)

### Προσευχή του φτωχού στις αντιξοότητες

*Ευλογημένος να είναι ο Θεός. Αυτός μας ενισχύει σε κάθε μας θλίψη  
(Β΄ Κορ 1, 3. 4).*

1 Γύρε, Κύριε, το αυτί σου και εισάκουσέ με, \*  
διότι εγώ είμαι φτωχός και άπορος.

2 Φύλαξε την ψυχή μου, επειδή πιστός σου είμαι, \*  
σώσε τον δούλο σου, Θεέ μου, που σ' εσένα ελπίζει.

3 Ελέησέ με, Κύριε, \*  
επειδή όλη την ημέρα σ' εσένα κραυγάζω.

4 Χαροποίησε την ψυχή του δούλου σου, \*  
επειδή σ' εσένα, Κύριε, ύψωσα την ψυχή μου.

5 Επειδή εσύ, Κύριε, γλυκός και πράος είσαι, \*  
και σπλαχνικότατος για όποιον σε επικαλείται.

6 Άκουσε, Κύριε, την προσευχή μου, \*  
και πρόσεξε τη φωνή της δέησής μου.

7 Την ημέρα της ταλαιπωρίας μου κραύγασα προς εσένα, \*  
βέβαιος πως θα με εισακούσεις.

8 Μεταξύ των θεών κανείς δεν είναι όμοιός σου, Κύριε, \*  
και τίποτα δεν είναι όπως τα έργα σου.

9 Όλα τα έθνη, τα οποία δημιούργησες, θα έρθουν, †  
και θα προσκυνήσουν ενώπιόν σου, Κύριε, \*  
και θα δοξάσουν το όνομά σου,

10 επειδή εσύ μέγας είσαι και κάνεις θαυμάσια, \*  
εσύ είσαι ο Θεός ο μόνος.

11 Δίδαξέ μου, Κύριε, την οδό σου, \*  
και θα βαδίσω στην αλήθειά σου.

Απλή κάνε την καρδιά μου, \*  
ώστε να φοβάται το όνομά σου.

12 Θα σε δοξολογήσω, Κύριε, Θεέ μου, με όλη την καρδιά μου, \*  
και θα δοξάζω το όνομά σου αιώνια,

13 διότι μεγάλο είναι επάνω μου το έλεός σου \*  
και γλίτωσες την ψυχή μου από τα τρίςβαθα του Άδη.

14 Εναντίον μου, Θεέ, ξεσηκώθηκαν οι αλαζόνες, †  
και σύναξη κραταιών ζήτησε την ψυχή μου, \*  
κι εσένα δεν έθεσαν ενώπιόν τους.

15 Κι εσύ, Κύριε, Θεέ συμπνευτικέ και φιλόανθρωπε, \*  
υπομονετικέ, πιστέ κι έτοιμε να συγχωρήσεις,

16 κοίταξέ με κι ελέησέ με, †  
δώσε τη δύναμή σου στο παιδί σου, \*  
και σώσε τον υιό της δούλης σου.

17 Δώσε μου ένα σημάδι της εύνοιάς σου, †  
να το δουν και να ντραπούν οι εχθροί μου, \*  
επειδή εσύ, Κύριε, με βοήθησες και με παρηγόρησες.

## Ψαλμός 87 (86)

Η Ιερουσαλήμ, μητέρα όλων των εθνών

*Η ουράνια Ιερουσαλήμ είναι ελεύθερη, και αυτή είναι η μητέρα όλων μας (Γαλ 4, 26).*

<sup>1</sup> Τα θεμέλιά της επάνω στα όρη τα άγια, †

<sup>2</sup> αγαπά ο Κύριος της Σιών τις πύλες \*  
πιο πολύ από όλα του Ιακώβ τα σκηνώματα.

<sup>3</sup> Ἐνδοξα πράγματα ειπώθηκαν για σένα, \*  
του Θεού η πολιτεία!

<sup>4</sup> Θα αφηγηθώ για την Αίγυπτο και τη Βαβυλώνα \*  
ανάμεσα σε όσους με γνωρίζουν.

Ιδού η Φιλισταία, η Τύρος και η Αιθιοπία: \*  
αυτοί εκεί γεννήθηκαν.

<sup>5</sup> Ὅμως για τη Σιών θα λέγεται: †  
«Καθένας εδώ γεννήθηκε, \*  
και ο ίδιος ο Ὑψιστος τη θεμελίωσε».

<sup>6</sup> Ο Κύριος στο κατάστιχο των λαών θα γράψει: \*  
«Αυτοί εκεί γεννήθηκαν».

<sup>7</sup> Και θα τραγουδούν χορεύοντας: \*  
«Όλες οι πηγές μου βρίσκονται σ' εσένα».

## Ψαλμός 88 (87)

Προσευχή ενός βαριά ασθενούς ανθρώπου

*Αυτή είναι η ώρα σας, η ώρα κατά την οποία κυριαρχεί το σκοτάδι (Λκ 22, 53).*

I

2 Κύριε, Θεέ της σωτηρίας μου, \*  
την ημέρα κραύγασα, τη νύχτα στάθηκα απέναντί σου.

3 Ας φτάσει ενώπιόν σου η προσευχή μου, \*  
γύρε το αυτί σου στην ικεσία μου.

4 Επειδή χόρτασε από βάσανα η ψυχή μου, \*  
και η ζωή μου άγγιξε τον Άδη.

5 Καταλογίστηκα μεταξύ όσων κατεβαίνουν στον λάκκο, \*  
έγινα σαν τον άνθρωπο που μένει αβοήθητος.

6 Μεταξύ των νεκρών αφέθηκε το στρώμα μου, \*  
όπως οι τραυματίες που ρίχτηκαν στους τάφους,  
τους οποίους πλέον δεν θυμάσαι, \*  
και αποκόπηκαν από το χέρι σου.

7 Με έβαλες μέσα σε λάκκο βαθύτατο, \*  
στα σκοτεινά και στη σκιά του θανάτου.

8 Επάνω μου ξέσπασε η οργή σου, \*  
κι επάνω μου έριξες όλα τα κύματά σου.

## II

9 Απομάκρυνες από μένα τους γνωστούς μου, \*  
με έκανες να τους προκαλώ αηδία.

Αποκλείσθηκα και δεν μπορώ να ξεφύγω. \*

10 Τα μάτια μου θόλωσαν από τον πόνο.

Κραύγαζα προς εσένα, Κύριε, όλη την ημέρα, \*  
σ' εσένα άπλωσα τα χέρια μου.

11 Μήπως θα κάνεις για τους νεκρούς θαυμάσια, \*  
ή θα σηκωθούν οι σκιές να σε δοξολογήσουν;

12 Μήπως στον τάφο θα διηγηθεί κανείς το έλεός σου, \*  
και την αλήθειά σου στον τόπο της απώλειας;

13 Μήπως στα σκότη γνωστά θα γίνουν τα θαυμάσιά σου, \*  
και η δικαιοσύνη σου στη χώρα της λήθης;

14 Όμως εγώ σ' εσένα, Κύριε, κραύγασα, \*  
και η προσευχή μου το πρωί θα σε προφθάσει.

15 Γιατί απωθείς, Κύριε, την ψυχή μου, \*  
γιατί μου κρύβεις το πρόσωπό σου;

16 Φτωχός είμαι εγώ και ψυχορραγώ από τα νιάτα μου, \*  
υπέμεινα τον θυμό σου, είμαι σε απόγνωση.

17 Από επάνω μου πέρασαν οι φλόγες της οργής σου, \*  
και οι φοβέρες σου με εξουθένωσαν.

18 Σαν να ήταν νερά με κύκλωσαν όλη την ημέρα \*  
από κάθε μεριά με περιτύλιξαν.

19 Απομάκρυνες από μένα φίλους και κοντινούς μου, \*  
και σύντροφοί μου είναι τα σκοτάδια.

## Ψαλμός 89 (88)

### Τα ελέη του Κυρίου στον οίκο του Δαβίδ

*Όπως το είχε υποσχεθεί, έφερε ο Θεός τη σωτηρία στον Ισραήλ με έναν απόγονο του Δαβίδ, τον Ιησού (Πραξ 13, 23).*

### I

2 Τα ελέη του Κυρίου αιώνια θα ψάλλω, †  
από γενεά σε γενεά θα αναγγέλω \*  
την πιστότητά σου με το στόμα μου.

3 Επειδή είπες: †  
«Αιώνια θα μένει το έλεός μου». \*  
Η πιστότητά σου είναι σταθερή όπως τα ουράνια!

4 «Σύναψη διαθήκη με τον εκλεκτό μου, \*



ορκίστηκα στον Δαβίδ, τον δούλο μου:

5 Αιώνια θα στερεώσω τη δυναστεία σου, \*  
και από γενεά σε γενεά θα οικοδομήσω τον θρόνο σου».

6 Θα δοξολογήσουν οι ουρανοί τα θαυμάσιά σου, Κύριε, \*  
καθώς και την αλήθειά σου στην εκκλησία των αγίων.

7 Επειδή ποιος στα σύννεφα θα εξισωθεί με τον Κύριο, \*  
όμοιος θα είναι με τον Κύριο μεταξύ των αγγέλων;

8 Ο Θεός, σεβαστός στη σύναξη των αγίων, \*  
μέγας και φοβερός σε όσους τον περιστοιχίζουν.

9 Κύριε, Θεέ των δυνάμεων, ποιος είναι όμοιός σου; \*  
Δυνατός είσαι, Κύριε, και η αλήθεια σε περιβάλλει.

10 Εσύ δαμάζεις την έπαρση της θάλασσας, \*  
το σάλο των κυμάτων της εσύ καταπραΰνεις.

11 Εσύ πάταξες τη Ραάβ και την πλήγωσες, \*  
με τον δυνατό σου βραχίονα σκόρπισες τους εχθρούς σου.

12 Δικοί σου είναι οι ουρανοί και η γη δική σου, \*  
εσύ θεμελίωσες την οικουμένη και την πληρότητά της.

13 Τον Βορρά και τον Νότο εσύ κατέστησες, \*  
το Θαβώρ και ο Ερμών θα αγαλλιάσουν στο όνομά σου.

14 Ρωμαλέος είναι ο βραχίονάς σου, \*  
κραταιό το χέρι σου και η δεξιά σου υψωμένη.

15 Δικαιοσύνη και δίκαιο στηρίζουν τον θρόνο σου. \*  
Έλεος και αλήθεια προπορεύονται του προσώπου σου.

16 Μακάριος ο λαός που ξέρει να σε εγκωμιάζει. \*  
Κύριε, στο φως του προσώπου σου θα βαδίζουν.

17 Και στο όνομά σου θα αγαλλιάζουν όλη την ημέρα \*  
και θα ευφραίνονται για τη δικαιοσύνη σου,

18 επειδή εσύ είσαι το καύχημα της δύναμης τους, \*  
και με την εύνοιά σου θα υψωθεί το μέτωπό μας.

19 Επειδή ο Κύριος είναι η ασπίδα μας, \*  
και ο Άγιος του Ισραήλ είναι ο βασιλέας μας.

## II

20 Κάποτε σε όραμα μίλησες στους αγίους σου και είπες: †  
«Σε έναν γενναίο έφερα βοήθεια, \*  
και τον εκλεκτό μέσ' από τον λαό ανύψωσα.

21 Βρήκα τον Δαβίδ, τον δούλο μου, \*  
με το άγιο λάδι μου τον έχρισα.

22 Το χέρι μου θα είναι σταθερά μαζί του, \*  
ο ίδιος ο βραχίονάς μου θα τον ενισχύσει.

23 Ο εχθρός από αυτόν τίποτα δεν θα κερδίσει, \*  
και ο υιός της ανομίας δεν θα τον καταδυναστεύσει.

24 Μπροστά του θα πατάξω τους εχθρούς του, \*  
και όσους τον μισούν θα τους κατατροπώσω.

25 Η πιστότητα και το έλεός μου θα είναι μαζί του, \*  
και στο όνομά μου θα υψωθεί το μέτωπό του.

26 Κι επάνω στη θάλασσα το χέρι του θα εκτείνω, \*  
κι επάνω στα ποτάμια τη δεξιά του.

27 Αυτός θα με επικαλεστεί: «Πατέρας μου εσύ είσαι, \*  
Θεός μου και καταφύγιο της σωτηρίας μου».

28 Κι εγώ πρωτότοκο θα τον καταστήσω, \*  
τον πιο υψηλό από τους βασιλείς της οικουμένης.

29 Αιώνια θα φυλάξω γι' αυτόν το έλεός μου, \*  
και η διαθήκη μου μαζί του θα είναι αξιόπιστη.

30 Θα καταστήσω αιώνια τη δυναστεία του, \*  
και τον θρόνο του σαν του ουρανού τις ημέρες.

### III

- 31 Αν όμως τα παιδιά του εγκαταλείψουν τον νόμο μου \*  
και δεν πορευτούν σύμφωνα με τις αποφάσεις μου,
- 32 αν βεβηλώσουν τα δικαιώματά μου \*  
και δεν φυλάξουν τις εντολές μου,
- 33 θα τιμωρήσω με τη βέργα τις ανταρσίες τους \*  
και με ραβδίσηματα την ανομία τους.
- 34 Το έλεός μου όμως δεν θα του το στερήσω \*  
ούτε και την πιστότητά μου θα διαψεύσω.
- 35 Ούτε θα βεβηλώσω τη διαθήκη μου, \*  
και όσα εκπορεύονται από τα χείλη μου δεν θα τα αθετήσω.
- 36 Μία φορά ορκίστηκα στην αγιότητά μου: \*  
τον λόγο μου στον Δαβίδ δεν θα πάρω πίσω.
- 37 Η δυναστεία του αιώνια θα παραμένει, \*  
και ο θρόνος του σαν τον ήλιο ενώπιόν μου,
- 38 και ακλόνητος αιώνια θα στέκεται σαν τη σελήνη, \*  
μάρτυρας στον ουρανό αξιόπιστος».

### IV

- 39 Τώρα όμως τον απώθησες και τον απέρριψες, \*  
οργίστηκες εναντίον του χριστού σου.
- 40 Αναίρεσες τη διαθήκη με τον δούλο σου, \*  
στο χρώμα βεβήλωσες το διάδημά του.
- 41 Γκρέμισες όλα τα τείχη του, \*  
και τα οχυρώματά του έκανες ερείπια.
- 42 Τον καταληστεύουν όσοι περνούν τον δρόμο, \*  
κατάντησε χλευασμός των γειτόνων του.

- 43 Ὑψώσες τη δεξιά των καταπιεστών του, \*  
χαροποίησες όλους τους εχθρούς του.
- 44 Στράβωσες την κόψη της ρομφαίας του, \*  
και στον πόλεμο δεν στάθηκες βοηθός του.
- 45 Ἐθεσες τέλος στη λαμπρότητά του, \*  
και τον θρόνο του στο χώμα παραπέταξες.
- 46 Σμίκρυνες τις ημέρες της νεότητάς του, \*  
με ντροπή τον περιέβαλες.
- 47 Ως πότε, Κύριε, θα κρύβεσαι για πάντα; \*  
Θα κατακαίει σαν τη φωτιά η οργή σου;
- 48 Θυμήσου πόσο σύντομη είναι η ζωή μου. \*  
Γιατί έπλασες τόσο εφήμερα τα τέκνα των ανθρώπων;
- 49 Ποιος άνθρωπος θα ζήσει και δεν θα δει τον θάνατο; \*  
Ποιος θα γλιτώσει την ψυχή του από το χέρι του Ἄδη;
- 50 Πού είναι, Κύριε, το αρχικό σου έλεος; \*  
Η πιστότητά σου που στον Δαβίδ ορκίστηκες;
- 51 Θυμήσου, Κύριε, τον εξευτελισμό των δούλων σου, \*  
πόσα έπρεπε να υποφέρω από διάφορα έθνη.
- 52 Χλεύασαν οι εχθροί σου, Κύριε, \*  
χλεύασαν τα ίχνη του χριστού σου.
- 53 Ευλογητός ο Κύριος στον αιώνα. \*  
Ας γίνει. Ας γίνει.

## Βιβλίο Τέταρτο (Ψαλμοί 90-106)

### Ψαλμός 90 (89)

«*Ας είναι επάνω μας η λάμψη του Κυρίου*»

*Για τον Κύριο μία ημέρα είναι σαν χίλια χρόνια, και χίλια χρόνια σαν μία ημέρα (Β΄ Πε 3, 8)*

<sup>1</sup> Κύριε, εσύ για μας υπήρξες καταφύγιο \*  
από τη μια γενεά στην άλλη.

<sup>2</sup> Προτού γεννηθούν τα όρη, †  
και πριν πλαστούν η γη με την οικουμένη, \*  
εσύ είσαι Θεός για πάντα και στην αιωνιότητα.

<sup>3</sup> Επαναφέρεις τον άνθρωπο στο χώμα, \*  
λέγοντας: «Επιστρέψτε, τέκνα του ανθρώπου».

<sup>4</sup> Επειδή χίλια χρόνια στα μάτια σου †  
είναι σαν την ημέρα τη χθεσινή που πέρασε, \*  
και σαν βάρδια σκοπιάς τη νύχτα.

<sup>5</sup> Τους διαλύεις όπως ένα όνειρο, \*  
<sup>6</sup> όπως το χορτάρι που το πρωί φυτρώνει,  
το πρωί ανθίζει και αυξάνει, \*  
το βράδυ γέρνει και ξεραίνεται.

<sup>7</sup> Διότι αποκάμαμε από την οργή σου, \*  
και από τον θυμό σου ταραχτήκαμε.

<sup>8</sup> Έθεσες τις ανομίες μας ενώπιόν σου, \*  
τα απόκρυφα μας στο φωτισμό του προσώπου σου.

<sup>9</sup> Από την οργή σου αφανίστηκαν όλες οι ημέρες μας, \*  
τελειώσαμε, σαν αναπνοή, τα χρόνια μας.

<sup>10</sup> Τα χρόνια της ζωής μας φτάνουν τα εβδομήντα, \*  
ή τα ογδόντα για τους εύρωστους,

και το μεγαλύτερο μέρος τους μόχθος και πόνος· \*  
πράγματι, γρήγορα περνούν κι εμείς μακριά πετούμε.

11 Ποιος γνωρίζει την έξαψη της οργής σου, \*  
και κατανοεί με το πρόπον δέος τον θυμό σου;

12 Δίδαξέ μας πως είναι μετρημένες οι ημέρες μας, \*  
και στη σοφία της καρδιάς θα φτάσουμε.

13 Επίστρεψε, Κύριε! Ως πότε; \*  
Και συμπονετικός να είσαι με τους δούλους σου.

14 Πλημμύρισέ μας το πρωί με το έλεός σου, †  
και θα αγαλλιάσουμε και θα χαρούμε \*  
όλες τις ημέρες της ζωής μας.

15 Χαροποίησέ μας για τις ημέρες που μας ταπεινώσες, \*  
για τα χρόνια στα οποία είδαμε τη δυστυχία.

16 Ας φανερωθεί στους δούλους σου το έργο σου, \*  
και το μεγαλείο σου στα τέκνα τους.

17 Και ας είναι επάνω μας η λάμψη του Κυρίου και Θεού μας· †  
στερέωσε για μας τα έργα των χεριών μας, \*  
το έργο των χεριών μας στερέωσε.

## Ψαλμός 91 (90)

«Υπό τη σκέπη του Υψίστου»

*Σας έχω δώσει εξουσία να πατάτε επάνω σε φίδια και σκορπιούς (Λκ 10, 19).*

1 Αυτός που κατοικεί υπό τη σκέπη του Υψίστου, \*  
στη σκιά του Παντοκράτορα θα καταυλίσσει.

2 Θα πει στον Κύριο: «Καταφυγή μου και προστασία μου, \*  
ο Θεός μου, στον οποίο θα ελπίζω».

3 Επειδή αυτός θα σε γλιτώσει από των κυνηγών την παγίδα \*  
και από τα λόγια τα φαρμακωμένα.

4 Με τα φτερά του θα σε επισκιάσει, \*  
και κάτω από τις φτερούγες του θα καταφύγεις,  
ασπίδα και θώρακας θα είναι η αλήθειά του. \*

5 Δεν θα φοβηθείς από τον τρόμο της νύχτας,  
ούτε από το βέλος που πετά την ημέρα, †  
6 από τον λοιμό που καιροφυλακτεί στο σκοτάδι, \*  
από την επιδημία που ερημώνει το μεσημέρι.

7 Θα πέσουν στα αριστερά σου χίλιοι, †  
και δέκα χιλιάδες στα δεξιά σου, \*  
εσένα όμως τίποτα δεν θα σε αγγίξει.

8 Φτάνει με τα μάτια σου να παρατηρήσεις, \*  
και θα δεις των αμαρτωλών την ανταπόδοση.

9 Επειδή εσύ, Κύριε, είσαι το καταφύγιό μου. \*  
Τον Ύψιστο έκανες κατοικία σου.

10 Κακό δεν θα πέσει επάνω σου, \*  
και μάλιστα δεν θα πλησιάσει τη σκηνή σου,

11 επειδή τους αγγέλους του θα προστάξει για σένα, \*  
ώστε να σε φυλάξουν σε όλες τις οδούς σου.

12 Στα χέρια τους θα σε σηκώσουν, \*  
μην τυχόν σκοντάψεις σε πέτρα το πόδι σου.

13 Επάνω σε οχιές και φίδια θα περπατήσεις, \*  
και θα ποδοπατήσεις τον λέοντα και τον δράκοντα.

14 Προσκολλήθηκε σ' εμένα και θα τον ελευθερώσω, \*  
θα τον δεχθώ πρόθυμα, επειδή γνώρισε το όνομά μου.

15 Θα με επικαλεσθεί κι εγώ θα τον εισακούσω, †  
μαζί του θα είμαι στη στενοχώρια, \*  
θα τον γλιτώσω και θα τον δοξάσω.

16 Χρόνους πολλούς θα του χαρίσω, \*  
και θα του δείξω τη σωτηρία μου.

## Ψαλμός 92 (91)

### Αίνος του Δημιουργού Κυρίου

*Εγκώμια πλέκονται για τα έργα του Μονογενοῦς Υιού (Ἀγ. Αθανάσιος).*

<sup>2</sup> Εἶναι καλό να δοξολογούμε τον Κύριο, \*  
και να ψάλλουμε στο όνομά σου, Ὑψιστε,

<sup>3</sup> το πρωί να αναγγέλλουμε το ἔλεός σου, \*  
και την πιστότητά σου κάθε νύχτα,

<sup>4</sup> με ἄρπα δεκάχορδη και με ψαλτήριον, \*  
με ἄσματα στην κιθάρα.

<sup>5</sup> Ἐπειδή με χαροποίησες, Κύριε, με τις πράξεις σου, \*  
και για τα έργα των χειρῶν σου θα αγαλλιῶσω.

<sup>6</sup> Πόσο μεγαλειώδη τα έργα σου, Κύριε: \*  
πόσο μεγάλο βάθος ἔχουν οι διαλογισμοί σου.

<sup>7</sup> Ο ἄνθρωπος ο ἄμυαλος δεν το αντιλαμβάνεται, \*  
και ο ασύνετος δεν το συναισθάνεται.

<sup>8</sup> Και αν ἀκόμη οι ἀσεβεῖς βλαστήσουν σαν χορτάρι, \*  
και αν ἀκμάσουν ὅλοι ὅσοι πράττουν την ἀνομία,  
αυτοὶ θα ἀφανιστοῦν στους αἰῶνες των αἰῶνων, \*

<sup>9</sup> ἐσύ ὁμως παραμένεις Ὑψιστος αἰώνια, Κύριε.

<sup>10</sup> Ἰδοὺ οι ἐχθροὶ σου, Κύριε, †  
ιδοὺ θα ἐξολοθρευτοῦν οι ἐχθροὶ σου, \*  
και θα διασκορπιστοῦν οι ἐργάτες της ἀνομίας.

<sup>11</sup> Θα μου δώσεις δύναμη σαν αὐτὴ του ταύρου, \*  
περιλούστηκα με ἀρωματισμένο ἔλαιο.

<sup>12</sup> Με τα μάτια μου θα δω την ἴττα των ἐχθρῶν μου, †  
και με τα αυτιά μου για τη συντριβὴ θα ἀκούσω \*  
των πονηρῶν που ξεσηκώθηκαν ἐναντίον μου.



13 Ο δίκαιος σαν φοίνικας θα ανθίσει, \*  
σαν κέδρος του Λιβάνου θα φουντώσει.

14 Φυτεμένοι στον οίκο του Κυρίου \*  
στις αυλές του Κυρίου θα βγάλουν άνθη.

15 Ως και στα γηρατειά καρπό θα δίνουν, \*  
ακμαίοι και θαλεροί θα είναι,

16 για να αναγγέλλουν πως ευθύς είναι ο Κύριος, \*  
το καταφύγιό μου, στον οποίο δεν υπάρχει αδικία.

### Ψαλμός 93 (92)

#### Η μεγαλοπρέπεια του Δημιουργού Κυρίου

*Ο Κύριος, ο Θεός μας, ο παντοκράτορας, εγκατέστησε τη βασιλεία του.  
Ας χαρούμε, ας αγαλλιόσουμε και ας τον δοξάσουμε (Απ 19, 6. 7).*

1 Ο Κύριος βασίλευσε, μεγαλοπρέπεια ενδύθηκε, \*  
ενδύθηκε ο Κύριος, με δύναμη περιζώστηκε.

Και την οικουμένη στερέωσε, να σαλευτεί δεν πρόκειται. \*

2 Από τότε ο θρόνος σου έτοιμος: υπάρχουν εσύ αιώνια.

3 Ύψωσαν οι ποταμοί, Κύριε, †  
ύψωσαν οι ποταμοί τη φωνή τους, \*  
ύψωσαν οι ποταμοί τον παφλασμό τους.

4 Επάνω από τον πάταγο του πλήθους των υδάτων, †  
επάνω από τα πανίσχυρα κύματα της θάλασσας, \*  
πανίσχυρος στα ύψη είναι ο Κύριος.

5 Τα προστάγματά σου είναι όλα αξιόπιστα, †  
η αγιότητα, Κύριε, αρμόζει στον οίκο σου, \*  
για ημέρες ατελείυτες.

## Ψαλμός 94 (93)

Ο Κύριος ανταποδίδει για χάρη των δικαίων

*Ο Κύριος θα είναι δίκαιος τιμωρός για όλα αυτά. Ο Θεός μάς κάλεσε με σκοπό να γίνουμε όχι ηθικά ασύδοτοι, αλλά άγιοι (Α΄ Θεοσ 4, 6-7).*

### I

- 1 Θεέ των ανταποδόσεων, Κύριε, \*  
Θεέ των ανταποδόσεων, άστραψε.
- 2 Ορθώσου εσύ που κρίνεις την οικουμένη, \*  
δώσε στους αλαζόνες την ανταμοιβή τους.
- 3 Κύριε, οι αμαρτωλοί ως πότε, \*  
οι αμαρτωλοί ως πότε θα καυχώνται;
- 4 Ως πότε θα κακολογούν και θα λένε αδικίες, \*  
και θα υπερηφανεύονται όσοι πράττουν την ανομία;
- 5 Τον λαό σου, Κύριε, ταπεινώνουν, \*  
και την κληρονομία σου καταπιézουν.
- 6 Τη χήρα και τον μετανάστη θανατώνουν, \*  
και τα ορφανά φονεύουν.
- 7 Και είπαν: «Δεν θα το δει ο Κύριος, \*  
ο Θεός του Ιακώβ να το αντιληφθεί δεν πρόκειται».
- 8 Αντιληφθείτε το, εσείς του λαού οι άμυαλοι, \*  
κι εσείς, ανόητοι, πότε θα συνετιστείτε;
- 9 Αυτός που φύτεψε τα αυτιά, μήπως και δεν θα ακούσει; \*  
Ή μήπως και δεν θα δει αυτός που έπλασε τα μάτια;
- 10 Αυτός που διαπαιδαγωγεί τα έθνη, δεν θα τιμωρήσει; \*  
Αυτός που διδάσκει στον άνθρωπο τη γνώση;
- 11 Ο Κύριος γνωρίζει τους λογισμούς των ανθρώπων: \*  
δεν είναι παρά μόνο άνεμος.

## II

- 12 Μακάριος ο άνθρωπος που θα διαπαιδαγωγήσεις, Κύριε, \*  
και στον οποίο εσύ θα διδάξεις τον νόμο σου,
- 13 για να του δώσεις γαλήνη στις δύσκολες ημέρες, \*  
ωσότου για τον αμαρτωλό να σκαφτεί ο λάκκος.
- 14 Διότι δεν θα απορρίψει ο Κύριος τον λαό του \*  
και την κληρονομία του δεν θα εγκαταλείψει.
- 15 Η κρίση πάλι θα θεμελιωθεί επάνω στη δικαιοσύνη, \*  
και θα την ακολουθήσουν όσοι έχουν καρδιά ευθεία.
- 16 Απέναντι στους πονηρούς ποιος θα με υπερασπίσει, \*  
ποιος θα μου συμπαρασταθεί εμπρός στους εργάτες της ανομίας;
- 17 Αν ο Κύριος δεν με βοηθούσε, \*  
παραλίγο στη χώρα της σιωπής θα κατοικούσε η ψυχή μου.
- 18 Αν έλεγα: «Παραπάτησε το πόδι μου», \*  
το έλεός σου, Κύριε, με υποβάσταζε.
- 19 Όταν οι αγωνίες πλήθυναν στην καρδιά μου, \*  
η παρηγοριές σου χαροποίησαν την ψυχή μου.
- 20 Μπορεί να είναι σύμμαχοί σου δικαστές διεφθαρμένοι, \*  
που προκαλούν αδικίες ενάντια στον νόμο;
- 21 Ορμούν ενάντια στην ψυχή του δικαίου, \*  
και καταδικάζουν αθώο αίμα.
- 22 Κι έγινε ο Κύριος φρούριο για μένα, \*  
και ο Θεός μου βράχος καταφυγής μου.
- 23 Και θα τους αποδώσει την ανομία τους, †  
και για την κακία τους θα τους αφανίσει, \*
- 24 θα τους αφανίσει ο Κύριος, ο Θεός μας.

## Ψαλμός 95 (94)

### Παραίνηση για εξύμνηση του Κυρίου

*Κάθε ημέρα να ενθαρρύνετε ο ένας τον άλλον, όσο ισχύει το «σήμερα» (Εβρ 3, 13).*

1 Ελάτε, ας αγαλλιόσουμε για τον Κύριο, \*  
ας αλαλάξουμε στον Θεό, τον σωτήρα μας.

2 Ας πλησιάσουμε σε αυτόν με δοξολογίες \*  
και με ψαλμούς ας αλαλάξουμε σ' εκείνον.

3 Επειδή Θεός μέγας είναι ο Κύριος, \*  
και βασιλέας μέγας, από όλους τους θεούς πιο επάνω.

4 Διότι στο χέρι του βρίσκονται της γης οι άβυσσοι, \*  
και οι κορυφές των βουνών δικές του είναι.

5 Επειδή δική του είναι η θάλασσα και αυτός τη δημιούργησε, \*  
και την ξηρά τα χέρια του τη διαμόρφωσαν.

6 Ελάτε, ας προσκυνήσουμε και ας προσπέσουμε \*  
και ας γονατίσουμε ενώπιον του Κυρίου, που μας έπλασε,

7 διότι αυτός είναι ο Θεός μας, \*  
κι εμείς ο λαός που εκείνος βόσκει και πρόβατα στο χέρι του.

8 Μακάρι να ακούσετε σήμερα τη φωνή του: \*  
«Μη σκληρύνετε τις καρδιές σας,

9 όπως στη Μεριβά, όπως την ημέρα της Μασσά στην έρημο, †  
όπου με πείραξαν οι πατέρες σας, \*  
με έβαλαν σε δοκιμασία, αν και είχαν δει τα έργα μου.

10 Για σαράντα χρόνια απεχθανόμουν τη γενεά εκείνη, \*  
και είπα: Αυτός είναι λαός με καρδιά πλανεμένη.

11 Κι αυτοί δεν γνώρισαν τους δρόμους μου, †  
γι' αυτό και ορκίστηκα μες στην οργή μου: \*  
Δεν θα εισέλθουν στην ανάπαυσή μου».

## Ψαλμός 96 (95)

### Ο Κύριος, Βασιλέας και Κριτής όλης της γης

*Τραγουδούσαν ένα νέο άσμα εμπρός στον θρόνο κι ενώπιον του Αρνίου (Πρβλ. Απ 14, 3).*

- 1 Ψάλετε στον Κύριο ένα νέο άσμα, \*  
ψάλετε στον Κύριο, η γη ολόκληρη.
- 2 Ψάλετε στον Κύριο, ευλογήστε το όνομά του, \*  
κάθε ημέρα να ευαγγελίζεστε τη σωτηρία του.
- 3 Αναγγείλετε μεταξύ των εθνών τη δόξα του, \*  
σε όλους τους λαούς τα θαυμάσιά του.
- 4 Επειδή μέγας ο Κύριος και πανύμνητος, \*  
φοβερός στέκεται από όλους τους θεούς πιο επάνω.
- 5 Επειδή όλοι των εθνών οι θεοί κούφια είναι είδωλα, \*  
ο Κύριος όμως ποιήσε τα ουράνια.
- 6 Μεγαλοπρέπεια και ωραιότητα ενώπιόν του, \*  
δύναμη και λαμπρότητα στο αγιαστήριό του.
- 7 Αποδώστε στον Κύριο, των λαών οικογένειες, \*  
αποδώστε στον Κύριο δόξα και δύναμη,
- 8 αποδώστε στον Κύριο τη δόξα του ονόματός του. \*  
Πάρτε τις προσφορές σας και εισέλθετε στις αυλές του,
- 9 προσκυνήστε τον Κύριο στην αγία του λαμπρότητα. \*  
Τρέμε συθέμελα μπροστά του, γη ολόκληρη.
- 10 Πείτε στα έθνη: «Ο Κύριος βασιλεύσε!». †  
Και τη γη ανόρθωσε, να σαλευτεί δεν πρόκειται. \*  
Θα κρίνει τους λαούς με ορθότητα.
- 11 Ας ευφρανθούν οι ουρανοί και η γη ας αγαλλιάσει, \*  
ας αντηχήσει η θάλασσα και η πληρότητά της.
- 12 Θα χαρούν οι πεδιάδες και ό,τι μέσα τους βρίσκεται. \*  
Τότε θα αγαλλιόσουν όλα τα δέντρα του δάσους,

<sup>13</sup> από την παρουσία του Κυρίου που έρχεται, \*  
επειδή έρχεται τη γη να κρίνει.

Θα κρίνει την οικουμένη με δικαιοσύνη, \*  
και τους λαούς με την αλήθειά του.

## **Ψαλμός 97 (96)**

**Ο Κύριος θριαμβεύει!**

*Αυτός ο ψαλμός αναφέρεται στη σωτηρία του κόσμου και στην πίστη όλων των εθνών στον Χριστό (Αγ. Αθανάσιος).*

<sup>1</sup> Ο Κύριος βασίλευσε! Η γη ας αγαλλιάσει, \*  
ας ευφρανθούν τα νησιά τα αναρίθμητα.

<sup>2</sup> Νέφη και ομίχλη τριγύρω του, \*  
δικαιοσύνη και δίκαιο στηρίζουν τον θρόνο του.

<sup>3</sup> Φωτιά προπορεύεται μπροστά του \*  
και θα καταφλέξει γύρω τους εχθρούς του.

<sup>4</sup> Φώτισαν οι αστραπές του την οικουμένη: \*  
είδε η γη και συγκλονίστηκε.

<sup>5</sup> Τα όρη σαν κεριά έλιωσαν από την παρουσία του Κυρίου, \*  
από την παρουσία του Κυρίου η γη ολόκληρη.

<sup>6</sup> Ανήγγειλαν οι ουρανοί τη δικαιοσύνη του \*  
και είδαν όλοι οι λαοί τη δόξα του.

<sup>7</sup> Ας ντροπιαστούν όσοι τα γλυπτά λατρεύουν †  
και όσοι καυχώνται για τα είδωλά τους. \*  
Προσκυνήστε τον όλοι οι άγγελοί του.

<sup>8</sup> Άκουσε η Σιών και ευφράνθηκε, †  
και αγαλλίασαν οι θυγατέρες της Ιουδαίας \*  
για τις αποφάσεις σου, Κύριε.

9 Επειδή εσύ Κύριε, Ὑψιστος σε ὅλη τη γη επάνω, \*  
ψηλότερα από όλους τους θεούς υπερυψώθηκες.

10 Ὅσοι τον Κύριο αγαπάτε, το πονηρό μισήστε, †  
αυτός φυλάγει τις ψυχές των αγίων του, \*  
από το χέρι του αμαρτωλού θα τους ελευθερώσει.

11 Φως ανέτειλε για τον δίκαιο, \*  
και ευφροσύνη για όσους έχουν καρδιά ευθεία.

12 Ευφρανθείτε, δίκαιοι, για τον Κύριο, \*  
και δοξολογείτε ενθουμούμενοι την αγιότητά του.

## Ψαλμός 98 (97)

### Ο Κύριος νικητής

*Αυτός ο ψαλμός προτυπώνει την πρώτη παρουσία του Κυρίου και μιλάει για την πίστη όλων των λαών σε αυτόν (Άγ. Αθανάσιος).*

1 Ψάλετε στον Κύριο ένα νέο άσμα, \*  
διότι έκανε θαυμάσια έργα.

Έσωσε με τη δύναμη της δεξιάς του \*  
και με τον άγιο βραχίονά του.

2 Έκανε γνωστή ο Κύριος τη σωτηρία του, \*  
ενώπιον των εθνών αποκάλυψε τη δικαιοσύνη του.

3 Θυμήθηκε το έλεός του \*  
και στη γενεά του Ισραήλ την πιστότητά του.

Είδαν όλα της γης τα πέρατα \*  
τη σωτηρία του Θεού μας.

4 Αλαλάξτε στον Θεό, η γη ολόκληρη, \*  
πανηγυρίστε, αγαλλιόστε και ψάλετε.

5 Ψάλετε στον Κύριο με την κιθάρα, \*  
με την κιθάρα και τη φωνή των ασμάτων.

6 Με σάλπιγγες αρμονικές και με φωνές οργάνων, \*  
αλαλάζτε ενώπιον του βασιλέα Κυρίου.

7 Ας αντηχήσει η θάλασσα και η πληρότητά της, \*  
η οικουμένη και οι κάτοικοί της.

8 Οι ποταμοί ας χειροκροτήσουν, †  
και τα όρη μαζί ας αγαλλιάνουν \*

9 ενώπιον του Κυρίου που ήδη έρχεται τη γη να κρίνει.

Θα κρίνει την οικουμένη με δικαιοσύνη \*  
και τους λαούς με ορθότητα.

## Ψαλμός 99 (98)

«Άγιος ο Κύριος, ο Θεός μας»

*Εσύ κάθεσαι επάνω στα Χερουβεΐμ, εσύ μετέβαλες την άθλια κατάσταση του κόσμου όταν έγινες όμοιος με εμάς (Αγ. Αθανάσιος).*

1 Ο Κύριος βασίλευσε: ας συγκλονιστούν τα έθνη! \*  
Κάθεται επάνω στα χερουβεΐμ: η γη ας ταραχτεί συθέμελα.

2 Μέγας στη Σιών ο Κύριος, \*  
και ύψιστος σε όλους τους λαούς επάνω.

3 Ας δοξολογήσουν το όνομά σου το φοβερό και μεγάλο, \*  
επειδή εκείνο είναι άγιο.

4 Βασιλέας ισχυρός που αγαπά το δίκαιο: †  
εσύ κανόνες ορθούς καθόρισες, \*  
εσύ το δίκαιο και τη δικαιοσύνη στον Ιακώβ εργάστηκες.

5 Υπερυψώστε τον Κύριο, τον Θεό μας, †  
και προσκυνήστε στο υποπόδιο των ποδιών του, \*  
επειδή εκείνος είναι άγιος.

6 Ο Μωυσής κι ο Ααρών είναι μεταξύ των ιερέων του, \*  
και ο Σαμουήλ μεταξύ όσων επικαλούνται το όνομά του.



Επικαλούνταν τον Κύριο και αυτός τους αποκρινόταν, \*  
7 μεσ' από τη στήλη της νεφέλης τούς μιλούσε.

Φύλαγαν τα προστάγματά του \*  
και τον νόμο που τους έδωσε.

8 Κύριε, Θεέ μας, εσύ τους εισάκουες, †  
Θεέ, υπήρξες σπλαχνικός μαζί τους, \*  
αλλά και τιμωρός των παραβάσεών τους.

9 Υπερυψώστε τον Κύριο, τον Θεό μας, †  
και προσκυνήστε στο άγιο του όρος, \*  
επειδή άγιος είναι ο Κύριος, ο Θεός μας.

## Ψαλμός 100 (99)

*Η χαρά αυτών που εισέρχονται στον Ναό*

*Ο Κύριος παραγγέλλει στους απολυτρωμένους να ψάλουν τον επινίκιο ύμνο (Αγ. Αθανάσιος).*

2 Αλαλάξτε στον Κύριο, η γη ολόκληρη, †  
υπηρετήστε τον Κύριο με ευφροσύνη, \*  
εισέλθετε ενώπιόν του με αγαλλίαση.

3 Γνωρίστε πως ο μόνος Θεός είναι ο Κύριος, †  
αυτός μας έπλασε και δικοί του είμαστε, \*  
λαός του και πρόβατα που εκείνος βόσκει.

4 Διαβείτε τις πύλες του με ευχαριστίες, †  
τις αυλές του με δοξολογίες, \*  
δοξάστε τον, ευλογήστε το όνομά του.

5 Διότι γλυκύς είναι ο Κύριος, †  
αιώνιο είναι το έλεός του, \*  
και από γενεά σε γενεά η πιστότητά του.

## Ψαλμός 101 (100)

### Η ομολογία του δίκαιου βασιλέα

*Αν με αγαπάτε, τηρήστε τις εντολές μου (Γω 14, 15).*

1 Το έλεος και το δίκαιο θα ψάλω, \*  
εσένα, Κύριε, θα εξυμνήσω.

2 Θα είμαι προσεκτικός στην οδό την άωμμη. \*  
Πότε θα έρθεις σ' εμένα;

Θα πορευτώ με την αθωότητα της καρδιάς μου \*  
μέσα στην οικία μου.

3 Δεν θα προτάξω στα μάτια μου πράγμα παράνομο, †  
όποιον κάνει παραβάσεις θα τον μισήσω, \*  
δεν θα προσκολληθεί σ' εμένα.

4 Μακριά από εμένα η καρδιά η διεστραμμένη. \*  
Τον πονηρό δεν θέλω να τον ξέρω.

5 Όποιον διαβάλλει κρυφά τον πλησίον του, \*  
αυτόν θα τον κάνω να σωπάσει.

Μάτια υπεροπτικά και καρδιές αχόρταγες, \*  
δεν θα υποστηρίξω.

6 Τα μάτια μου στους πιστούς της χώρας, \*  
για να συγκατοικίσουν μαζί μου.

Όποιος πορεύεται στην οδό την άωμμη, \*  
αυτός θα με υπηρετήσει.

7 Δεν θα κατοικήσει στην οικία μου ο αλαζόνας, \*  
όποιος κακολογεί δεν θα σταθεί μπροστά μου.

8 Το πρωί όλους τους ασεβείς της γης θα κάνω να σωπάσουν, †  
και θα εκδιώξω από την πόλη του Κυρίου \*  
όλους τους εργάτες της ανομίας.

## Ψαλμός 102 (101)

Οι προσδοκίες και οι προσευχές του εξόριστου

*Αυτός μας ενισχύει σε κάθε μας θλίψη (Β΄ Κορ 1, 4).*

### I

<sup>2</sup> Κύριε, εισάκουσε την προσευχή μου, \*  
και η κραυγή μου ας έλθει προς εσένα.

<sup>3</sup> Μην κρύψεις το πρόσωπό σου από εμένα \*  
την ημέρα που η δυστυχία θα με χτυπήσει.

Στρέψε σ' εμένα το αυτί σου· †  
όποτε κι αν σου φωνάξω, \*  
γρήγορα εισάκουσέ με.

<sup>4</sup> Επειδή όπως ο καπνός χάθηκαν οι ημέρες μου, \*  
σαν ξύλα για προσάναμα φλογίστηκαν τα οστά μου.

<sup>5</sup> Πατήθηκε η καρδιά μου σαν χορτάρι και μαράθηκε, \*  
ως και το ψωμί μου λησμόνησα να φάω.

<sup>6</sup> Από την κραυγή του στεναγμού μου \*  
κόλλησαν τα οστά μου στο δέρμα μου.

<sup>7</sup> Όμοιος έγινα με τον ερημικό τον πελεκάνο, \*  
έγινα σαν την κουκουβάγια μέσα στα χαλάσματα.

<sup>8</sup> Έμεινα ξάγρυπνος κι έγινα \*  
σαν τον σπουργίτη τον μοναχικό στη στέγη.

<sup>9</sup> Όλη την ημέρα με έβριζαν οι εχθροί μου, \*  
μαινόμενοι με αναθεμάτιζαν.

<sup>10</sup> Σαν να ήταν ψωμί έτρωγα τη στάχτη, \*  
και νέρωνα με δάκρυα το ποτό μου,

<sup>11</sup> εμπρός στην οργή και την αγανάκτησή σου, \*  
επειδή με σήκωσες και κάτω με πέταξες.

12 Σαν τη σκιά οι ημέρες μου έδυσαν, \*  
κι εγώ σαν το χορτάρι ξεράθηκα.

## II

13 Εσύ όμως, Κύριε, παραμένεις αιώνια, \*  
και από γενεά σε γενεά η ανάμνησή σου.

14 Εσύ θα σηκωθείς και τη Σιών θα συμπονέσεις, †  
διότι καιρός είναι να της δείξεις έλεος, \*  
διότι ο καιρός ήδη έχει φτάσει,

15 επειδή αγάπησαν οι δούλοι σου τις πέτρες της \*  
και πόνεσαν για το χρώμα της.

16 Και τα έθνη θα φοβηθούν το όνομά σου, Κύριε, \*  
και όλοι της γης οι βασιλείς τη δόξα σου,

17 διότι ο Κύριος τη Σιών ανοικοδόμησε \*  
και φανερώθηκε μέσα στη δόξα του.

18 Στράφηκε στην προσευχή των ανυπεράσπιστων, \*  
και δεν περιφρόνησε τη δέησή τους.

19 Ας καταγραφούν αυτά για τη γενεά την επόμενη, \*  
και ο λαός ο ανακαινισμένος θα εξυμνήσει τον Κύριο.

20 Διότι έσκυψε από το ύψος του αγιαστηρίου του, \*  
ο Κύριος από τον ουρανό στη γη επέβλεψε,

21 για να ακούσει τον στεναγμό των αιχμαλώτων, \*  
για να λύσει τους καταδικασμένους σε θάνατο,

22 ώστε να αναγγείλουν στη Σιών το όνομα του Κυρίου, \*  
και στην Ιερουσαλήμ τους αίνους του,

23 όταν μαζί θα συναχθούν οι λαοί και τα βασίλεια, \*  
για να υπηρετήσουν τον Κύριο.

### III

24 Στον δρόμο αφαίρεσε το σφρίγος μου, \*  
συντόμευσε τις ημέρες μου.

25 Θα πω: «Θεέ μου, †  
μη με αρπάξεις στα μισά των ημερών μου, \*  
σε γενεές γενεών διαρκούν τα χρόνια σου.

26 Στην αρχή τη γη θεμελίωσες, \*  
κι έργο των χεριών σου είναι τα ουράνια.

27 Αυτά θα εξαφανιστούν, εσύ όμως παραμένεις †  
και όλοι σαν το ρούχο θα παλιώσουν· \*  
σαν μανδύα θα τους αλλάξεις, κι αυτοί θα αλλάξουν.

28 Εσύ όμως παραμένεις ο ίδιος, \*  
τα χρόνια σου δεν θα λιγοστέψουν.

29 Τα παιδιά των δούλων σου θα έχουν στέγη, \*  
και οι απόγονοί τους εμπρός σου θα στεριώσουν».

## Ψαλμός 103 (102)

### Αίνος στον ευσπλαχνικό Κύριο

*Χάρη στο ευσπλαχνικό έλεος του Θεού μας, θα μας επισκεφτεί από  
ψηλά ο ήλιος που ανατέλλει (Λκ 1, 78).*

### I

1 Ευλόγησε, ψυχή μου, τον Κύριο, \*  
και όλα τα μύχιά μου, το άγιό του όνομα.

2 Ευλόγησε, ψυχή μου, τον Κύριο \*  
και μη λησμονείς όλες τις ευεργεσίες του.

3 Αυτόν που συγχωρεί όλες τις ανομίες σου, \*  
που θεραπεύει όλες τις ασθένειές σου.

4 Αυτόν που λυτρώνει από τη φθορά τη ζωή σου, \*  
που σε στεφανώνει με έλεος και συμπόνια.

5 Αυτόν που πλημμυρίζει με αγαθά τις ημέρες σου: \*  
σαν του αετού θα ανανεώνεται η νιότη σου.

6 Ο Κύριος πράττει έργα δικαιοσύνης \*  
και υπερασπίζεται όλους τους αδικούμενους.

7 Γνωστοποίησε στον Μωυσή τους δρόμους του \*  
και στους υιούς του Ισραήλ τα θελήματά του.

## II

8 Συμπονητικός κι ελεήμων ο Κύριος, \*  
ανεκτικός και σπλαχνικότατος.

9 Δεν θα μένει για πάντα οργισμένος \*  
ούτε θα κρατά αιώνια ο θυμός του.

10 Δεν μας συμπεριφέρθηκε ανάλογα με τις αμαρτίες μας, \*  
ούτε μας ανταπέδωσε ανάλογα με τις ανομίες μας.

11 Επειδή όπως υψώνονται από τη γη τα ουράνια, \*  
τόσο υπερέχει το έλεός του σε όσους τον φοβούνται,

12 όπως η ανατολή απέχει από τη δύση, \*  
τόσο απομακρύνει από εμάς τις ανομίες μας.

13 Όπως σπλαχνίζεται ο πατέρας τα παιδιά του, \*  
έτσι σπλαχνίζεται ο Κύριος όσους τον φοβούνται.

14 Επειδή ξέρει αυτός από τι πλαστήκαμε, \*  
θυμάται πως χώμα είμαστε.

15 Ο άνθρωπος! Οι ημέρες του είναι σαν το χορτάρι, \*  
σαν το λουλούδι του αγρού, έτσι αυτός ανθίζει.

16 Φυσά ο άνεμος επάνω του και παύει να υπάρχει, \*  
και ούτε που φαίνεται ο τόπος όπου βρισκόταν.

### III

- 17 Το έλεος όμως του Κυρίου αιώνιο †  
επάνω σε όσους τον φοβούνται, \*  
και στα παιδιά των παιδιών η δικαιοσύνη του,  
18 σε αυτούς που φυλάσσουν τη διαθήκη του \*  
και θυμούνται να εκτελούν τις εντολές του.  
19 Ο Κύριος στον ουρανό ετοίμασε τον θρόνο του, \*  
και η βασιλεία του σε όλα επάνω θα δεσποζει.  
20 Ευλογείτε τον Κύριο, όλοι εσείς οι άγγελοί του, †  
ισχυροί στη δύναμη, εκτελεστές του λόγου του, \*  
υπάκουοι στα προστάγματα της φωνής του.  
21 Ευλογείτε τον Κύριο, εσείς όλες οι δυνάμεις του, \*  
οι λειτουργοί του, που εκτελείτε το θέλημά του.  
22 Ευλογείτε τον Κύριο, εσείς όλα τα έργα του, †  
σε κάθε τόπο της δεσποτείας του. \*  
Ευλόγησε, ψυχή μου, τον Κύριο.

### Ψαλμός 104 (103)

#### Ύμνος στον Δημιουργό Κύριο

*Όταν κάποιος ανήκει στον Χριστό είναι μια καινούρια δημιουργία. Τα παλαιά πέρασαν όλα έχουν γίνει καινούρια (Β΄ Κορ 5, 17).*

### I

- 1 Ευλόγησε, ψυχή μου, τον Κύριο. \*  
Κύριε Θεέ μου, πάρα πολύ μεγαλύνθηκες!  
Ενδύθηκες μεγαλοπρέπεια και λαμπρότητα, \*  
2 περιβλήθηκες το φως σαν να ήταν μανδύας.  
Ξεδιπλώνεις τον ουρανό όπως ένα κάλυμμα, \*  
3 εσύ που στα ύδατα στεγάζεις τα υπερώα σου.

Εσύ που θέτεις τα νέφη άμαξά σου, \*  
που περπατάς επάνω στα φτερά των ανέμων.

4 Εσύ που κάνεις τους ανέμους αγγελιοφόρους σου, \*  
και υπηρετές σου τις πύρινες τις φλόγες.

5 Εσύ στερέωσες τη γη επάνω σε ασφαλή θεμέλια, \*  
δεν πρόκειται να κλονιστεί στους αιώνες των αιώνων.

6 Σαν φόρεμα την περιτύλιγε του ωκεανού η άβυσσος, \*  
επάνω από τις κορυφές των βουνών λίμναζαν τα ύδατα.

7 Θα τραβηχτούν εμπρός στην επιτίμησή σου, \*  
θα ζαρώσουν από τη φωνή της βροντής σου.

8 Ανεβαίνουν στα όρη, κατεβαίνουν στις κοιλάδες, \*  
στον τόπο τον οποίο εσύ τους καθόρισες.

9 Όριο έθεσες που δεν θα παραβιάσουν, \*  
ούτε θα επιστρέψουν τη γη να καλύψουν.

10 Εσύ στα φαράγγια τις πηγές εξαποστέλλεις, \*  
θα διέρχονται ανάμεσα από τα όρη,

11 ώστε να ποτίσουν όλα τα θηρία της υπαίθρου, \*  
και οι ζέβρες τη δίψα τους να σβήσουν.

12 Εκεί ψηλά τα πουλιά του ουρανού θα κατασκηνώσουν, \*  
και μέσ' από τις φυλλωσιές τη φωνή θα δώσουν.

## II

13 Ραντίζεις τα όρη από τα υπερώα σου, \*  
από τον καρπό των έργων σου τη γη χορταίνεις.

14 Εξανατέλλεις για τα ζωντανά χορτάρι, \*  
και τη χλωρίδα στην υπηρεσία των ανθρώπων,

ώστε την τροφή από τη γη να βγάζουν: \*

15 το κρασί που ευφραίνει την καρδιά του ανθρώπου,



το λάδι που κάνει φαιδρό το πρόσωπο, \*  
το ψωμί που την καρδιά του ανθρώπου στηρίζει.

16 Θα κορεστούν από χυμούς τα δέντρα του Κυρίου, \*  
και του Λιβάνου οι κέδροι που εκείνος φύτεψε.

17 Εκεί τα σπουργίτια θα χτίσουν τις φωλιές τους, \*  
η κατοικία του ερωδιού στην κορυφή τους.

18 Τα όρη τα ψηλά για τα ελάφια, \*  
οι πέτρες καταφύγιο για τους σκαντζόχοιρους.

19 Για να δηλώνει τους καιρούςποίησε τη σελήνη, \*  
ο ήλιος την ώρα της δύσης του γνωρίζει.

20 Το σκότος έθεσες κι έγινε νύχτα, \*  
μέσα της περιφέρονται όλα τα θηρία του δάσους.

21 Τα νεογνά του λιονταριού ωρύονται για να αρπάξουν, \*  
και να ζητήσουν από τον Θεό την τροφή τους.

22 Ο ήλιος ανατέλλει και αποτραβιούνται, \*  
και κουρνιαάζουν μέσα στις κρυψώνες τους.

23 Τότε βγαίνει ο άνθρωπος για τις υποθέσεις του, \*  
και για την εργασία του μέχρι το βράδυ.

### III

24 Πόσο μεγάλα τα έργα σου, Κύριε! †  
Τα πάντα με σοφίαποίησες, \*  
γέμισε η γη από τα πλάσματά σου.

25 Ιδού η θάλασσα η μεγάλη και η ευρύχωρη, †  
εκεί ελίσσονται πλάσματα αναρίθμητα, \*  
ζώα μικρά και μεγάλα.

26 Εκεί τα πλοία τη διασχίζουν, \*  
ο Λεβιαθάν που έπλασες για να παίζει μαζί της.

- 27 Τα πάντα προσδοκούν από σένα \*  
να τους δώσεις τροφή στην ώρα την κατάλληλη.
- 28 Εσύ τους δίνεις κι αυτά τη συλλέγουν, \*  
ανοίγεις το χέρι σου και από αγαθά γεμίζουν.
- 29 Αποστρέφεις το πρόσωπό σου, ταραάζονται, †  
αφαιρείς το πνεύμα τους, και αφανίζονται, \*  
και στο χόμα τους επιστρέφουν.
- 30 Αποστέλλεις το πνεύμα σου και δημιουργούνται, \*  
και το πρόσωπο της γης ανανεώνεις.
- 31 Αιώνια ας είναι η δόξα του Κυρίου, \*  
ας ευφρανθεί ο Κύριος για τα έργα του.
- 32 Αυτός που επιβλέπει τη γη και την κάνει να τρέμει, \*  
αγγίζει τα βουνά και αυτά καπνίζουν.
- 33 Θα εξυμνώ τον Κύριο στη ζωή μου, \*  
θα ψάλλω στον Θεό μου ωσότου θα υπάρχω.
- 34 Γλυκό ας του είναι το ποίημά μου, \*  
κι εγώ θα ευφραίνομαι για τον Κύριο.
- 35 Οι αμαρτωλοί από τη γη ας αφανιστούνε †  
και πια οι άνομοι ας μην υπάρχουν. \*  
Ευλόγησε, ψυχή μου, τον Κύριο.

## Ψαλμός 105 (104)

### Ο Κύριος μένει πιστός στις υποσχέσεις του

*Οι απόστολοι φανερώνουν στα έθνη τα θαυμάσια που ο Θεός έκανε με την παρουσία του ανάμεσά μας (Αγ. Αθανάσιος).*

## I

1 Δοξολογήστε τον Κύριο κι επικαλεστείτε το όνομά του, \*  
αναγγείλετε τα έργα του ανάμεσα στα έθνη.

- 2 Υμνήστε τον και ψαλμωδήστε του, \*  
εμβαθύνετε σε όλα τα θαυμάσιά του.
- 3 Καυχηθείτε για το άγιό του όνομα, \*  
ας ευφραίνεται η καρδιά όσων αναζητούν τον Κύριο.
- 4 Αναζητείτε τον Κύριο και τη δύναμή του, \*  
αναζητείτε το πρόσωπό του πάντοτε.
- 5 Θυμηθείτε τα θαυμάσια που εκείνος έκανε, \*  
τα παράδοξά του και τις κρίσεις του στόματός του,
- 6 εσείς, απόγονοι του Αβραάμ, του δούλου του, \*  
τέκνα του Ιακώβ, του εκλεκτού του.
- 7 Αυτός ο Κύριος ο Θεός μας, \*  
οι κρίσεις του σε όλη την οικουμένη.
- 8 Θυμάται τη διαθήκη του αιώνια, \*  
σε χίλιες γενεές τον λόγο τον οποίο έδωσε,
- 9 ό,τι με τον Αβραάμ συμφώνησε \*  
και στον Ισαάκ με όρκο υποσχέθηκε.
- 10 Την όρισε στον Ιακώβ ως πρόσταγμα, \*  
και στον Ισραήλ ως διαθήκη αιώνια,
- 11 λέγοντας: «Σ' εσένα τη γη της Χαναάν θα δώσω, \*  
μερίδιο της κληρονομίας σας».
- 12 Όταν ακόμη σε αριθμό ήταν λίγοι, \*  
υπερβολικά λίγοι και πάροικοι σε αυτή τη χώρα,
- 13 και από λαό σε λαό διέρχονταν, \*  
και από ένα βασίλειο σε άλλο έθνος,
- 14 σε άνθρωπο δεν επέτρεψε να τους βλάψει, \*  
κι επέπληξε βασιλείς για χάρη τους:
- 15 «Μην αγγίζετε τους χρισμένους μου, \*  
και τους προφήτες μου μην κακομεταχειρίζετε».

## II

- 16 Και κάλεσε την πείνα στη γη επάνω, \*  
και κάθε στάχυ σιταριού κατέστρεψε.
- 17 Απέστειλε πριν από εκείνους έναν άνδρα, \*  
τον Ιωσήφ, που σαν σκλάβος πουλήθηκε.
- 18 Τον έδεσαν αλυσοπόδαρα, \*  
σε σιδερένιο περιλαίμιο πέρασε ο τράχηλός του,  
19 μέχρι να επαληθευτεί η πρόρρησή του, \*  
ο λόγος του Κυρίου να τον δικαιώσει.
- 20 Απέστειλε ο βασιλέας και τον έλυσε, \*  
ο άρχοντας των λαών, και τον άφησε,  
21 τον κατέστησε κύριο του οίκου του \*  
και άρχοντα σε όλα τα υπάρχοντά του,  
22 τους άρχοντες να καταρτίσει κατά την κρίση του \*  
και τη σοφία στους γέροντες να διδάξει.

## III

- 23 Και εισήλθε ο Ισραήλ στην Αίγυπτο, \*  
και ο Ιακώβ στη γη του Χαμ παροίκισε.
- 24 Και αύξησε πολλαπλάσια τον λαό του, \*  
και τον κραταίωσε πιο πολύ από τους εχθρούς του.
- 25 Μετέστρεψε την καρδιά τους †  
ώστε να μισήσουν τον λαό του, \*  
κι εναντίον των δούλων του να δολοπλοκήσουν.
- 26 Απέστειλε τον Μωυσή, τον δούλο του, \*  
τον Ααρών, τον οποίο εξέλεξε.
- 27 Εκτέλεσε μεταξύ τους τα λόγια των σημείων του, \*  
και στη γη του Χαμ τα παράδοξά του:

- 28 Σκότος απέστειλε και σκότος έγινε, \*  
όμως στα λόγια του αντιστάθηκαν.
- 29 Μετέτρεψε τα νερά τους σε αίμα, \*  
κι αφάνισε τα ψάρια τους.
- 30 Εξέβαλε η γη τους βατράχια \*  
μέχρι και στα δωμάτια των βασιλέων τους.
- 31 Είπε, και ήρθαν οι αλογόμυγες \*  
και σκνίπες σε όλη την επικράτειά τους.
- 32 Τους έδωσε αντί βροχές χαλάζι, \*  
φωτιά που κατέτρωγε τη γη τους.
- 33 Και χτύπησε τα αμπέλια τους και τις συκιές τους, \*  
κι έσπασε όλα τα δέντρα μέσα στα σύνορά τους.
- 34 Είπε, και ήρθαν οι ακρίδες \*  
και κάμπιες αναρίθμητες,
- 35 κι όλο το χορτάρι κατέφαγαν μες στη χώρα τους, \*  
και ρήμαξαν τους καρπούς της γης τους.
- 36 Και πάταξε κάθε πρωτότοκο της χώρας τους, \*  
όλα τα πρώτα βλαστάρια της ακμαιότητάς τους.
- 37 Και τους εξήγαγε με ασήμι και χρυσάφι, \*  
και δεν υπήρχε στις φυλές τους άρρωστος.
- 38 Κι ευφράνθηκε η Αίγυπτος για την έξοδό τους, \*  
διότι ο φόβος τους την είχε κυριέψει.
- 39 Απλώσε νεφέλη για προκάλυμμα τους, \*  
και φωτιά για να τους φωτίζει τη νύχτα.
- 40 Ζήτησαν, και ήρθαν τα ορτύκια, \*  
και με άρτο ουρανού τούς χόρτασε.
- 41 Τον βράχο ράγισε και ανάβλυσαν ύδατα, \*  
ξεπήδησαν ποταμοί σε τόπους άνυδρους.

42 Επειδή θυμήθηκε τον άγιο λόγο του, \*  
που είχε δώσει στον Αβραάμ τον δούλο του.

43 Κι εξήγαγε τον λαό του με αγαλλίαση, \*  
τους εκλεκτούς του με ευφροσύνη.

44 Και τους έδωσε των εθνών τις χώρες, \*  
και κληρονόμησαν των λαών τους μόχθους,

45 για να φυλάξουν τα δικαιώματά του, \*  
και να τηρούν τους νόμους του.

## Ψαλμός 106 (105)

### Η καλοσύνη του Κυρίου και η απιστία του λαού

*Όλα αυτά τα κακά γράφτηκαν για να νουθετήσουν εμάς, που ζούμε σε μια εποχή κατά την οποία φτάνουν στον τέλος τους οι αιώνες (Α΄ Κορ 10, 11).*

## I

1 Δοξολογήστε τον Κύριο: είναι πανάγαθος, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

2 Ποιος θα μιλήσει για του Κυρίου τα κατορθώματα, \*  
ποιος θα κάνει να ακουστούν όλα τα εγκώμιά του;

3 Μακάριοι αυτοί που σέβονται το δίκαιο, \*  
κι ενεργούν κάθε φορά με δικαιοσύνη.

4 Θυμήσου μας, Κύριε, από αγάπη προς τον λαό σου, \*  
έλα να μας επισκεφτείς με τη σωτηρία σου,

5 ώστε να δούμε την ευτυχία των εκλεκτών σου, †  
με την αγαλλίαση του έθνους σου να ευφρανθούμε, \*  
με την κληρονομία σου να καυχηθούμε.

6 Αμαρτήσαμε μαζί με τους πατέρες μας, \*

αδικήσαμε, ανομήσαμε.

7 Οι πατέρες μας στην Αίγυπτο †  
δεν κατανόησαν τα θαυμάσιά σου, \*  
δεν θυμήθηκαν το πλήθος του ελέους σου,  
και αντιστάθηκαν ενώ ανέβαιναν τη θάλασσα, \*  
την Ερυθρά τη Θάλασσα.

8 Και τους έσωσε χάριν του ονόματός του, \*  
για να κάνει γνωστή τη δύναμή του.

9 Κι επέτιμψε την Ερυθρά Θάλασσα και ξεράθηκε, \*  
τους οδήγησε μέσ' από τις αβύσσους όπως και στην έρημο.

10 Και τους έσωσε από το χέρι αυτού που τους μισούσε, \*  
τους λύτρωσε από του εχθρού το χέρι.

11 Και το νερό σκέπασε τους καταπιεστές τους: \*  
από αυτούς δεν γλίτωσε ούτε ένας.

12 Και πίστεψαν στα λόγια του, \*  
κι έψαλαν το εγκώμιό του.

13 Γρήγορα όμως λησμόνησαν τα έργα του \*  
και δεν είχαν υπομονή να περιμένουν την απόφασή του.

14 Από επιθυμίες κυριεύτηκαν στην έρημο \*  
και πείραξαν τον Θεό στον άνυδρο τον τόπο.

15 Κι έδωσε σε αυτούς ό,τι του ζήτησαν \*  
και κόρεσε τις ψυχές τους.

16 Φθόνησαν τον Μωυσή μέσα στο στρατόπεδο, \*  
καθώς και τον Ααρών, τον άγιο του Κυρίου.

17 Άνοιξε η γη και τον Δαθάν κατάπιε, \*  
και σκέπασε του Αβιρώμ τη σπείρα.

18 Και ξέσπασε φωτιά επάνω στη φατρία τους, \*  
η φλόγα τους αμαρτωλούς κατέκαψε.

## II

- 19 Και στο Χωρήβ ένα μοσχάρι κατασκεύασαν \*  
κι ένα γλυπτό προσκύνησαν,
- 20 και αντικατέστησαν τη δόξα τους \*  
με το ομοίωμα ενός ταύρου που τρώει χόρτο.
- 21 Λησμόνησαν τον Θεό που τους έσωσε, \*  
αυτόν που στην Αίγυπτο έκανε μεγαλεία,
- 22 θαυμαστά έργα στου Χαμ τη χώρα, \*  
φοβερά στην Ερυθρά τη Θάλασσα.
- 23 Και είπε να τους εξολοθρεύσει, \*  
αν δεν παρουσιαζόταν ο Μωυσής, ο εκλεκτός του.  
Στάθηκε ενώπιόν του με θάρρος, \*  
για να αποτρέψει την οργή του, να μην τους αφανίσει.
- 24 Και απαρνήθηκαν τη ζηλευτή τη χώρα, \*  
δεν πίστεψαν στον λόγο του.
- 25 Μουρμούριζαν στις σκηνές τους, \*  
τη φωνή του Κυρίου δεν εισάκουσαν.
- 26 Και ύψωσε το χέρι του εναντίον τους, \*  
για να τους γονατίσει μέσα στην έρημο,
- 27 για να εξορίσει τα παιδιά τους στα έθνη, \*  
να τους διασκορπίσει σε όλες τις χώρες.
- 28 Και στη λατρεία του Βάαλ-Φεγώρ προσχώρησαν, \*  
κι έφαγαν από των νεκρών τις θυσίες,
- 29 και τον προκάλεσαν με τις πράξεις τους, \*  
και συμφορά ξέσπασε επάνω τους.
- 30 Και στάθηκε ο Φινεές κι απέδωσε δικαιοσύνη, \*  
και η συμφορά κατέπαυσε.



31 Και του καταλογίστηκε ως πράξη δίκαιη, \*  
από γενεά σε γενεά και στην αιωνιότητα.

32 Και στις Πηγές της Μεριβά τον εξόργισαν, \*  
και ο Μωυσής τιμωρήθηκε εξαιτίας τους,

33 διότι παραπίκραναν το πνεύμα του, \*  
και αστόχαστα μίλησαν τα χείλη του.

### III

34 Δεν εξολόθρευσαν τα έθνη, \*  
όπως τους είχε προστάξει ο Κύριος.

35 Και αναμείχθηκαν με τα έθνη, \*  
κι έμαθαν τα έργα τους.

36 Και πρόσφεραν λατρεία στα γλυπτά τους, \*  
κι εκείνο έγινε γι' αυτούς παγίδα.

37 Και θυσίασαν τους γιούς τους \*  
και τις κόρες τους στα δαιμόνια.

38 Κι έχυσαν αθώο αίμα, \*  
το αίμα των γιών τους και των θυγατέρων τους:  
αυτοί στα είδωλα της Χαναάν θυσιάστηκαν, \*  
και βεβηλώθηκε η γη από τα αίματα.

39 Και μιάνθηκαν με τα έργα τους \*  
και πόρνευσαν με τις πράξεις τους.

40 Και άναψε ο Κύριος από θυμό ενάντια στον λαό του \*  
και αηδίασε με την κληρονομία του,

41 και στα χέρια των εθνών τούς παρέδωσε, \*  
και τους κυρίεψαν εκείνοι που τους μισούσαν.

42 Και τους συνέθλιψαν οι εχθροί τους, \*  
και λύγισαν κάτω από τα χέρια τους.

43 Πολλές φορές τους ελευθέρωσε, †  
αυτοί όμως του αντιστάθηκαν με τις αποφάσεις τους \*  
και βυθίστηκαν μέσα στις ανομίες τους.

44 Και είδε τη στενοχώρια τους, \*  
όταν άκουσε την κραυγή τους.

45 Και θυμήθηκε τη διαθήκη του και μεταμελήθηκε, \*  
χάρη στην απέραντη ευσπλαχνία του.

46 Και τους έκανε να βρούν συμπόνοια \*  
από εκείνους που τους είχαν αιχμαλωτίσει.

47 Σώσε μας, Κύριε, Θεέ μας, \*  
και συνάθροισέ μας από τα έθνη,

για να δοξολογήσουμε το άγιο σου όνομα, \*  
και καύχημά μας να είναι η εξύμνησή σου.

48 Ο Κύριος, ο Θεός του Ισραήλ, ευλογημένος, †  
παντοτινά κι ως την αιωνιότητα. \*  
Και ας πει όλος ο λαός : «Ας γίνει, ας γίνει».

## Βιβλίο Πέμπτο (Ψαλμοί 107-150)

### Ψαλμός 107 (106)

Ο Θεός σώζει τον άνθρωπο από κάθε κίνδυνο

*Ο Θεός έστειλε στον ισραηλιτικό λαό τον λόγο του κι έφερε το χαρμόσυνο άγγελμα της ειρήνης μέσω του Ιησού Χριστού (Πραξ 10, 36).*

#### I

- <sup>1</sup> Δοξολογήστε τον Κύριο: είναι πανάγαθος, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.
- <sup>2</sup> Ας το πουν όσοι λυτρώθηκαν από τον Κύριο, \*  
όσους λύτρωσε από το χέρι του αντιπάλου,
- <sup>3</sup> και τους σύναξε από όλες τις χώρες, †  
από την ανατολή και από τη δύση, \*  
από τον βορρά και από τη θάλασσα.
- <sup>4</sup> Περιπλανήθηκαν στην έρημο, στη γη την άνυδρη, \*  
δεν βρήκαν τον δρόμο προς μία κατοικημένη πόλη.
- <sup>5</sup> Πεινασμένοι και διψασμένοι, \*  
η ψυχή τους μέσα τους απέκαμε.
- <sup>6</sup> Και μες στην αγωνία κραύγασαν προς τον Κύριο, \*  
και αυτός από κάθε ανάγκη τους απάλλαξε.
- <sup>7</sup> Και σε μία οδό ευθεία τους οδήγησε, \*  
ώστε να πορευτούν σε πόλη κατοικημένη.
- <sup>8</sup> Ας δοξολογήσουν τον Κύριο για το έλεός του, \*  
για τα θαυμάσιά του στους υιούς των ανθρώπων,
- <sup>9</sup> διότι χόρτασε την ψυχή που διψούσε, \*  
και την ψυχή που πεινούσε με αγαθά τη γέμισε.

- 10 Κάποιοι κάθονταν στο σκοτάδι και τη σκιά του θανάτου, \*  
δεμένοι με σιδερένιες αλυσίδες και στην αθλιότητα,
- 11 διότι στα λόγια του Θεού είχαν απειθήσει, \*  
και την απόφαση του Υψίστου είχαν περιφρονήσει.
- 12 Και κάτω από τους κόπους λύγισε την καρδιά τους, \*  
αποδυναμώθηκαν, δεν υπήρχε κανείς να τους βοηθήσει.
- 13 Και μες στην αγωνία κραύγασαν προς τον Κύριο, \*  
και αυτός από κάθε ανάγκη τους ελευθέρωσε.
- 14 Και τους έβγαλε από το σκοτάδι και τη σκιά του θανάτου \*  
κι έσπασε τα δεσμά τους.
- 15 Ας δοξολογήσουν τον Κύριο για το έλεός του, \*  
για τα θαυμάσιά του στους υιούς των ανθρώπων,
- 16 διότι πύλες χάλκινες συνέτριψε \*  
και σιδερένιους μοχλούς θρυμματίσει.

## II

- 17 Άλλοι, ζώντας σαν ανόητοι, †  
είχαν πάρει την οδό της ανομίας, \*  
κι εξαιτίας των αδικιών τους υπέφεραν,
- 18 ένιωθαν για κάθε τροφή απέχθεια \*  
και ήδη άγγιζαν τις πύλες του θανάτου.
- 19 Και μες στην αγωνία κραύγασαν προς τον Κύριο, \*  
και αυτός από κάθε ανάγκη τους ελευθέρωσε.
- 20 Απέστειλε τον λόγο του και τους θεράπευσε, \*  
και τους γλίτωσε από τον λάκκο τους.
- 21 Ας δοξολογήσουν τον Κύριο για το έλεός του, \*  
για τα θαυμάσιά του στους υιούς των ανθρώπων,
- 22 και ας θυσιάσουν δοξαστική θυσία, \*  
και ας εξαγγείλουν τα έργα του με αγαλλίαση.

- 23 Άλλοι με πλοία τη θάλασσα διασχίζουν, \*  
κάνοντας εμπόριο επάνω στα πολλά τα ύδατα:
- 24 αυτοί τα έργα του Κυρίου είδαν, \*  
στα βάθη της θάλασσας τα θαυμάσιά του.
- 25 Είπε και σήκωσε άνεμο καταιγίδας, \*  
και υψώθηκαν τα κύματά της.
- 26 Ανεβαίνουν έως τα ουράνια, †  
κατεβαίνουν έως τις αβύσσους. \*  
Η ψυχή τους έλιωνε από την αγωνία.
- 27 Τρίκλιζαν, παραπατούσαν όπως οι μεθυσμένοι, \*  
και όλη τους η τέχνη σε τίποτα δεν βοήθησε.
- 28 Και μες στην αγωνία κραύγασαν προς τον Κύριο, \*  
και αυτός από κάθε ανάγκη τους έδωσε διέξοδο.
- 29 Κι έτρεψε την καταιγίδα σε απαλό αέρα, \*  
και κόπασαν τα κύματά της.
- 30 Και καταχάρηκαν, διότι αυτά ησύχασαν, \*  
κι εκείνος τους οδήγησε στο ποθητό λιμάνι.
- 31 Ας δοξολογήσουν τον Κύριο για το έλεός του, \*  
για τα θαυμάσιά του στους υιούς των ανθρώπων.
- 32 Στην εκκλησία του λαού ας τον υπερυψώσουν, \*  
και στη σύναξη των πρεσβυτέρων ας τον εξυμνήσουν.

### III

- 33 Σε έρημο τους ποταμούς μετέτρεψε, \*  
τις πηγές των νερών σε άμμο διψασμένη,
- 34 τη γη την καρποφόρα σε αλμύρα, \*  
λόγω της κακίας των κατοίκων της.
- 35 Μετέτρεψε την έρημο σε λίμνες υδάτων \*  
και σε νεροπηγές τη γη την άνυδρη.

- 36 Κι εκεί εγκατέστησε τους πεινασμένους, \*  
κι έχτισαν πόλη για να κατοικήσουν.
- 37 Κι έσπειραν αγρούς και φύτεψαν αμπελώνες, \*  
και καρπούς άφθονους αποκόμισαν.
- 38 Και τους ευλόγησε κι έγιναν πολλαπλάσιοι \*  
και τα ζωντανά τους δεν άφησε να λιγοστεψουν.
- 39 Κι έπειτα λιγόστεψαν και λύγισαν \*  
από την πίεση των συμφορών και από τον πόνο.
- 40 Κέρασε την καταφρόνησή του στους άρχοντες, †  
τους έκανε να περιπλανιούνται \*  
σε τόπους άγριους δίχως δρόμο.
- 41 Και σήκωσε τον φτωχό από την ανέχεια \*  
κι έκανε τις οικογένειες πολυάριθμες σαν κοπάδια.
- 42 Θα δουν οι τίμιοι και θα αγαλλιάσουν, \*  
και κάθε παρανομία το στόμα της θα φράξει.
- 43 Όποιος είναι σοφός ας τα φυλάξει όλα \*  
και θα κατανοήσει τα ελέη του Κυρίου.

## Ψαλμός 108 (107)

### Εξύμνηση του Κυρίου και ικεσία για βοήθεια

*Επειδή ο Υιός του Θεού ανυψώθηκε επάνω από τους ουρανοί, επάνω  
σε όλη τη γη διακηρύσσεται η δόξα του (Αρνόβιος).*

- 2 Έτοιμη, Θεέ, η καρδιά μου, †  
έτοιμη η καρδιά μου, \*  
θα εξυμνήσω και θα ψάλω. Εμπρός, ψυχή μου!
- 3 Ξύπνα, ψαλτήριο και κιθάρα, \*  
θέλω την αυγή να την ξυπνήσω.
- 4 Ανάμεσα στους λαούς θα σε δοξολογήσω, Κύριε, \*

και θα σου ψάλω ανάμεσα στα έθνη,

5 επειδή μεγάλο μέχρι τους ουρανούς είναι το έλεός σου, \*  
και μέχρι τα σύννεφα η αλήθειά σου.

6 Θεέ, επάνω από τους ουρανούς υψώσου, \*  
σε όλη τη γη επάνω η δόξα σου.

7 Σώσε εσύ με τη δεξιά σου και εισάκουσέ με, \*  
και θα ελευθερωθούν οι αγαπητοί σου.

8 Μίλησε ο Θεός μες στον άγιο ναό του: †  
«Θα θριαμβεύσω και τη Συχέμ θα μοιράσω, \*  
και την κοιλάδα της Σουκκώθ θα διαιρέσω.

9 Δικός μου είναι ο Γαλαάδ και ο Μανασσής δικός μου, †  
ο Εφραΐμ είναι περικεφαλαία μου, \*  
και ο Ιούδας δικό μου σκήπτρο.

10 Η Μωάβ είναι λεκάνη για να νίβομαι, †  
επάνω στην Ιδουμαία θα ρίξω το σανδάλι μου, \*  
κι επί της Φιλισταίας θα ζητωκραυγάζω.

11 Ποιος θα με οδηγήσει στην οχυρωμένη πόλη; \*  
Ποιος θα με οδηγήσει μέχρι την Ιδουμαία;

12 Ποιος, αν όχι εσύ, Θεέ, που μας έχεις απορρίψει, \*  
και δεν βγαίνεις πια, Θεέ, με τα στρατεύματά μας.

13 Δώσε μας βοήθεια στη στενοχώρια, \*  
διότι η σωτηρία από τους ανθρώπους είναι μάταιη.

14 Με τον Θεό θα κάνουμε ανδραγαθήματα, \*  
και αυτός θα ποδοπατήσει τους εχθρούς μας.

## Ψαλμός 109 (108)

### Κατά των ύπουλων εχθρών

*Έχετε ακούσει πως δόθηκε η εντολή: “να αγαπήσεις τον πλησίον σου και να μισήσεις τον εχθρό σου”. Εγώ όμως σας λέω: Να αγαπάτε τους εχθρούς σας και να προσεύχεστε γι’ αυτούς που σας κακομεταχειρίζονται και σας καταδιώκουν (Μτ 5, 43. 44).*

### I

1 **Θεέ, καύχημά μου, μη σωπάσεις: †**  
2 το στόμα του αμαρτωλού και του δόλιου το στόμα \*  
άνοιξε και μου εναντιώθηκε.

Μου μίλησαν με ψεύτικη γλώσσα, †  
3 και με λόγια μίσους με περικύκλωσαν, \*  
και με πολέμησαν αναίτια.

4 Ως ανταμοιβή της αγάπης μου με διέβαλαν, \*  
όμως εγώ προσευχόμουν για εκείνους.

5 Και αντί για καλό, κακό μου ανταπέδωσαν \*  
και μίσος ως αντάλλαγμα στην αγάπη μου.

[6 «Έναν ασεβή θέσε εναντίον του, \*  
κι ένας κατηγορος ας σταθεί στα δεξιά του.

7 Όταν δικάζεται, να βγει καταδικασμένος, \*  
και η προσευχή του ας αστοχήσει.

8 Να γίνουν οι ημέρες του λίγες, \*  
και το αξίωμά του άλλος να καταλάβει.

9 Να γίνουν ορφανά τα παιδιά του, \*  
και χήρα η γυναίκα του.

10 Τα παιδιά του να περιφέρονται και να ζητιανεύουν \*  
και ας πεταχτούν έξω από τα χαλάσματά τους.

11 Να δεσμεύσει ο δανειστής όλα τα υπάρχοντά του, \*



και να αρπάξουν τους κόπους του οι ξένοι.

12 Κανείς να μην υπάρξει που να του δείξει έλεος, \*  
ούτε να σπλαχνιστεί κάποιος τα μικρά του.

13 Ας εξολοθρευτούν οι απόγονοί του, \*  
ας εξαλειφθεί στην επόμενη γενεά το όνομά τους.

14 Ας θυμάται ο Κύριος την ανομία των πατέρων του, \*  
και ας μην εξαλειφθεί της μητέρας του η αμαρτία.

15 Όλα αυτά ενώπιον του Κυρίου ας είναι πάντοτε, \*  
και ας αφανίσει από τη γη την ανάμνησή τους.

16 Επειδή δεν θυμήθηκε να δείξει έλεος, †  
καταδίωξε τον φτωχό και τον απόκληρο, \*  
και τον απελπισμένο θέλησε να θανατώσει.

17 Κατάρα του άρεσε να δίνει: ας πέσει επάνω του, \*  
την ευλογία δεν την θέλησε: ας φύγει μακριά του.

18 Και ντύθηκε την κατάρα σαν να ήταν ένδυμα, †  
και σαν νερό εισχώρησε στα έγκατά του, \*  
και σαν λάδι στα οστά του.

19 Ας του γίνει σαν τον μανδύα με τον οποίο σκεπάζεται, \*  
και σαν τη ζώνη με την οποία πάντοτε περιζώνεται!»

20 Αυτή ας είναι η ανταμοιβή εκείνων, †  
που με διαβάλλουν μπροστά στον Κύριο, \*  
και κακολογούν την ψυχή μου.]

## II

21 Κι εσύ, Κύριε, Κύριε, πράξε προς όφελος μου †  
χάριν του ονόματός σου, \*  
διότι γλυκύ είναι το έλεός σου,

22 Ελευθέρωσε με: φτωχός είμαι εγώ κι έχω ανάγκη, \*  
και πληγωμένη μέσα είναι η καρδιά μου.

- 23 Φεύγω σαν τη σκιά που χάνεται, \*  
 με τινάζουν μακριά τους όπως τις ακρίδες.
- 24 Τα γόνατά μου εξασθένησαν από τη νηστεία, \*  
 και ζάρωσε η σάρκα μου δίχως λάδι.
- 25 Κι έγινα εγώ περίγελός τους, \*  
 με έβλεπαν και κουνούσαν το κεφάλι τους.
- 26 Βοήθησέ με, Κύριε, Θεέ μου, \*  
 σώσε με χάρη στο έλεός σου.
- 27 Και ας μάθουν πως αυτό είναι του χεριού σου έργο, \*  
 εσύ, Κύριε, το έκανες.
- 28 Αυτοί ας καταριούνται, όμως εσύ ευλόγησε, †  
 ας ντροπιαστούν όσοι εναντίον μου ξεσηκώνονται, \*  
 και ας ευφρανθεί ο δούλος σου.
- 29 Ας ντυθούν με ντροπή όσοι με διαβάλλουν, \*  
 και ας τυλιχτούν σαν χλαίνη την αναίδειά τους.
- 30 Με το στόμα μου τον Κύριο θα υπερυμνήσω, \*  
 και μες στο πλήθος θα τον δοξολογήσω,
- 31 διότι στα δεξιά του φτωχού παρέστη, \*  
 για να σώσει την ψυχή του από όσους τον δίκαιζαν.

## Ψαλμός 110 (109)

### Ο Μεσσίας, βασιλέας και ιερέας

*Ο ίδιος ο Χριστός πρέπει να βασιλεύει ωσότου ο Θεός υποτάξει σε αυτόν όλους τους εχθρούς (Α΄ Κορ 15, 25).*

- 1β Είπε ο Κύριος στον Κύριό μου: \*  
 «Κάθισε στα δεξιά μου,  
 ωσότου θέσω τους εχθρούς σου \*  
 υποπόδιο των ποδιών σου».

2 Ο Κύριος από τη Σιών θα αποστείλει †  
το σκήπτρο της ισχύος σου: \*  
κυρίευσε μεταξύ των εχθρών σου.

3 Επάνω σου η εξουσία την ημέρα της κυριαρχίας σου, †  
μέσα σε αγία λαμπρότητα, \*  
από τα σπλάχνα μου, πριν τον αυγερινό, εγώ σε γέννησα.

4 Ορκίστηκε ο Κύριος και δεν θα αλλάξει γνώμη: \*  
«Εσύ είσαι ιερέας αιώνια κατά του Μελχισεδέκ την τάξη».

5 Ο Κύριος στα δεξιά σου, \*  
θα συντρίψει βασιλείς την ημέρα της οργής του.

[6 Θα κρίνει τα έθνη: θα σωρευτούν πεσμένα σώματα, \*  
θα συντρίψει κεφαλές στη γη την απέραντη.]

7 Στον δρόμο θα πει από το χείμαρρο, \*  
και πάλι ψηλά το κεφάλι θα σηκώσει.

## Ψαλμός 111 (110)

«Μεγάλα τα έργα του Κυρίου»

*Μεγάλα και θαυμαστά τα έργα σου, Κύριε, Θεέ παντοκράτορα! (Απ 15, 3).*

1 Θα δοξολογήσω τον Κύριο με όλη την καρδιά μου, \*  
στο συμβούλιο των δικαίων και στη σύναξη.

2 Μεγάλα τα έργα του Κυρίου, \*  
όσοι τα αγαπούν, ας τα στοχάζονται.

3 Λαμπρό και μεγαλοπρεπές το έργο του, \*  
η δικαιοσύνη του μένει στους αιώνες των αιώνων.

4 Θέλησε να μνημονεύονται τα θαυμάσιά του, \*  
φιλόανθρωπος και σπλαχνικός ο Κύριος.

5 Έδωσε τροφή σε αυτούς που τον φοβούνται, \*  
αιώνια θα θυμάται τη διαθήκη του.

6 Την ισχύ των έργων του ανήγγειλε στον λαό του, \*  
και τη γη των εθνών τούς έδωσε κληρονομία.

7 Έργα των χειρών του η αλήθεια και το δίκαιο, \*  
αξιόπιστες όλες οι εντολές του,

8 αμετάβλητες στους αιώνες των αιώνων, \*  
για να τηρούνται με ακρίβεια και ειλικρίνεια.

9 Λύτρωση απέστειλε στον λαό του, \*  
επικύρωσε τη διαθήκη του αιώνια.

10 Άγιο και φοβερό το όνομά του: \*  
αρχή σοφίας ο φόβος του Κυρίου.

Σύνεση καλή σε όσους τις εντολές εφαρμόζουν! \*  
Η εξύμνησή του διαρκεί στους αιώνες των αιώνων.

## Ψαλμός 112 (111)

### Μακαρισμός του δίκαιου ανθρώπου

*Να ζείτε σαν άνθρωποι που ανήκουν στο φως. Διότι η ζωή εκείνων που οδηγούνται από το Άγιο Πνεύμα διακρίνεται για την αγαθότητα, τη δικαιοσύνη και την αλήθεια (Εφ 5, 8-9).*

1β Μακάριος ο άνθρωπος που φοβάται τον Κύριο, \*  
και με πάθος αγαπά τις εντολές του.

2 Δυνατοί στη γη θα είναι οι απόγονοί του, \*  
ευλογημένη θα είναι η γενεά των δικαίων.

3 Δόξα και πλούτη στον οίκο του, \*  
η δικαιοσύνη του μένει στους αιώνες των αιώνων.

4 Ανέτειλε μες στο σκοτάδι φως για τους δικαίους, \*  
φιλόανθρωπος και σπλαχνικός και δίκαιος.

5 Ευτυχής ο άνθρωπος που σπλαχνίζεται και δανείζει, †  
διαχειρίζεται τις υποθέσεις του σύμφωνα με το δίκαιο: \*

6 αυτός δεν πρόκειται να κλονιστεί ποτέ του.

7 Αιώνια θα είναι η μνήμη του δικαίου, \*  
δεν πρόκειται να φοβηθεί από κακές αγγελίες.

Γαλήνια είναι η καρδιά του, ελπίζει στον Κύριο, †  
8 η καρδιά του είναι ακλόνητη και δεν φοβάται, \*  
και αναμένει το τέλος των εχθρών του.

9 Μοίρασε, στους φτωχούς έδωσε, †  
η δικαιοσύνη του μένει στους αιώνες των αιώνων, \*  
το μέτωπό του θα σηκωθεί μέσα στη δόξα.

10 Ο αμαρτωλός θα βλέπει και θα οργίζεται, †  
θα τρίζει τα δόντια του και θα λιώνει. \*  
Ο πόθος των αμαρτωλών θα σβήσει.

## Ψαλμός 113 (112)

«Ας εξυμνείται το όνομα του Κυρίου»

*Καθαίρεσε άρχοντες από τους θρόνους, και ταπεινούς ανύψωσε (Λκ 1, 52).*

1β Υμνείτε, δούλοι του Κυρίου, \*  
υμνείτε το όνομα του Κυρίου.

2 Το όνομα του Κυρίου ας είναι ευλογημένο \*  
από τώρα και στην αιωνιότητα.

3 Από την ανατολή του ήλιου μέχρι τη δύση \*  
ας εξυμνείται το όνομα του Κυρίου.

4 Ύψιστος επάνω από όλα τα έθνη ο Κύριος, \*  
υπεράνω των ουρανών η δόξα του.

5 Ποιος είναι όπως ο Κύριος ο Θεός μας, \*  
που έχει την κατοικία του στα ύψη,

6 και χαμηλώνει κι επιβλέπει \*  
όσα στη γη και όσα στα ουράνια;

7 Ανασηκώνει από το χόμα τον εξαθλιωμένο, \*  
τον φτωχό μέσ' από την κοπριά τον ανυψώνει,  
8 για να τον βάλει να καθίσει με τους άρχοντες, \*  
μαζί με τους άρχοντες του λαού του.  
9 Αυτός τη στείρα κάνει δέσποινα του σπιτιού της, \*  
μητέρα παιδιών ευτυχισμένη.

## Ψαλμός 114 (113 Α)

Ο Ισραήλ απελευθερώνεται από τη δουλεία της Αιγύπτου

*Όσοι απαρνηθήκατε τον παρόντα αιώνα, να ξέρετε πως κι εσείς  
εξήλθατε από την Αίγυπτο (Αγ. Αυγουστίνος).*

1β Στην έξοδο του Ισραήλ από την Αίγυπτο, \*  
του οίκου Ιακώβ από τον λαό τον βάρβαρο,  
2 έγινε ο Ιούδας το αγιαστήριό του, \*  
ο Ισραήλ η επικράτειά του.  
3 Η θάλασσα είδε κι αποτραβήχτηκε, \*  
ο Ιορδάνης στράφηκε προς τα πίσω.  
4 Τα όρη σκίρτησαν όπως τα κριάρια, \*  
οι λόφοι σαν τα αρνάκια στο κοπάδι.  
5 Τι έχεις, θάλασσα, κι αποτραβήχτηκες; \*  
Κι εσύ, Ιορδάνη, γιατί στράφηκες προς τα πίσω;  
6 Όρη, γιατί σκιρτήσατε όπως τα κριάρια; \*  
Κι εσείς, λόφοι, σαν τα αρνάκια στο κοπάδι;  
7 Τρέμε, γη, στην παρουσία του Κυρίου, \*  
στου Θεού του Ιακώβ την παρουσία.  
8 Αυτός σε λίμνες υδάτων μετέτρεψε την πέτρα, \*  
και σε πηγές νερών τον σκληρό τον βράχο.

## Ψαλμός 115 (113 B)

### Αίνος στον μοναδικό και αληθινό Θεού

*Εσείς, εγκαταλείποντας τα είδωλα, επιστρέψατε στη λατρεία του ζωντανού και αληθινού Θεού (Α΄ Θεο 1, 9).*

1 Όχι σ' εμάς, όχι σ' εμάς, Κύριε, †  
αλλά στο όνομά σου δώσε δόξα, \*  
προς τιμήν του ελέους και της αλήθειάς σου.

2 Γιατί να λένε τα έθνη: \*  
«Πού είναι ο Θεός τους;»

3 Ο Θεός μας είναι στα ουράνια, \*  
και κάθε τι που θέλησε, το έκανε.

4 Τα είδωλα των εθνών ασήμι και χρυσάφι, \*  
έργα χειρών ανθρώπινων.

5 Στόμα έχουν και δεν θα μιλήσουν, \*  
μάτια έχουν και να δουν δεν πρόκειται.

6 Αυτιά έχουν και δεν θα ακούσουν, \*  
ρουθούνια έχουν και δεν θα μυρίσουν.

7 Χέρια έχουν και δεν θα ψηλαφήσουν, †  
πόδια έχουν και δεν θα περπατήσουν, \*  
πίθυρος δεν θα βγει από τον λάρυγγά τους.

8 Ίδιοι με αυτά να γίνουν οι κατασκευαστές τους, \*  
και όλοι εκείνοι που σε αυτά προσφεύγουν.

9 Ο οίκος του Ισραήλ ήλπισε στον Κύριο: \*  
είναι βοήθειά τους και ασπίδα τους.

10 Ο οίκος του Ααρών ήλπισε στον Κύριο: \*  
είναι βοήθειά τους και ασπίδα τους.

11 Όσοι τον Κύριο φοβούνται, στον Κύριο ήλπισαν: \*  
είναι βοήθειά τους και ασπίδα τους.

- 12 Ο Κύριος μάς θυμήθηκε \*  
και θα μας ευλογήσει:  
τον οίκο του Ισραήλ θα ευλογήσει, \*  
τον οίκο του Ααρών θα ευλογήσει,
- 13 Θα ευλογήσει όσους τον Κύριο φοβούνται, \*  
τους μικρούς και τους μεγάλους.
- 14 Ο Κύριος να προσθέσει επάνω σας, \*  
επάνω σας κι επάνω στα παιδιά σας.
- 15 Ευλογημένοι εσείς από τον Κύριο, \*  
από αυτόν που έκανε τη γη και τα ουράνια.
- 16 Οι ουρανοί των ουρανών ανήκουν στον Κύριο, \*  
ενώ τη γη την έδωσε στα τέκνα των ανθρώπων.
- 17 Δεν είναι οι νεκροί που θα σε υμνήσουν, Κύριε, \*  
ούτε όσοι κατεβαίνουν στην σιωπής τον τόπο,
- 18 αλλά εμείς, που ζούμε, ευλογούμε τον Κύριο, \*  
από τώρα και στην αιωνιότητα.

## Ψαλμός 116 (114, 1-9· 115)

### Ευχαριστία

*Για να εισέλθουμε στη βασιλεία των ουρανών, πρέπει να περάσουμε από πολλούς διωγμούς (Πραξ 14, 22).*

- 1β Αγαπώ τον Κύριο διότι αποκρίνεται \*  
στη φωνή της προσευχής μου.
- 2 Επειδή έγειρε επάνω μου το αυτί του \*  
τις ημέρες κατά τις οποίες τον καλούσα.
- 3 Με περιτύλιξαν τα σχοινιά του θανάτου, \*  
και του άδη με έζωσαν οι στενοχώριες.



Καταβλήθηκα από την αγωνία και τον πόνο †  
4 κι επικαλέστηκα το όνομα του Κυρίου: \*  
«Κύριε, ελευθέρωσε την ψυχή μου».

5 Ελεήμων ο Κύριος και δίκαιος, \*  
και γεμάτος συμπόνοια ο Θεός μας.

6 Προστατεύει τους μικρούς ο Κύριος, \*  
ταπεινώθηκα, και θα με σώσει.

7 Γύρισε, ψυχή μου, στην ανάπαυσή σου, \*  
διότι ο Κύριος σε ευεργέτησε,

8 διότι γλίτωσε την ψυχή μου από τον θάνατο, †  
τα μάτια μου από τα δάκρυα, \*  
τα πόδια μου από την πτώση.

9 Θα πορεύομαι ενώπιον του Κυρίου \*  
στη χώρα των ζώντων.

10 Πίστευα ακόμη κι όταν έλεγα: \*  
«εγώ πολύ καταπονήθηκα».

11 Είπα μες στην ταραχή μου: \*  
«Ψεύτης είναι κάθε άνθρωπος».

12 Τι να ανταποδώσω στον Κύριο, \*  
για όλες τις ευεργεσίες του σ' εμένα;

13 Θα λάβω το ποτήριο της σωτηρίας \*  
και θα επικαλεστώ το όνομα του Κυρίου.

14 Θα εκπληρώσω ό,τι έταξα στον Κύριο \*  
μπροστά σε όλο τον λαό του.

15 Πολύτιμος ενώπιον του Κυρίου \*  
ο θάνατος των αγίων του.

16 Κύριε, δούλος σου είμαι, \*  
δούλος σου και παιδί της δούλης σου.

Ἐσπασες τα δεσμά μου: †

17 Θυσία ευχαριστήρια θα σου προσφέρω, \*  
και θα επικαλεστώ το όνομα του Κυρίου.

18 Θα εκπληρώσω ό,τι έταξα στον Κύριο \*  
μπροστά σε όλο τον λαό του,

19 στις αυλές του οίκου του Κυρίου, \*  
Ιερουσαλήμ, ανάμεσά σου.

## Ψαλμός 117 (116)

Ἕγνος του ελεήμονος Κυρίου

*Χάρη στον Ιησού Χριστό δόξασαν τον Θεό για την ευσπλαχνία του και οι άλλοι λαοί (Ρωμ 15, 9).*

1 Υμνείτε τον Κύριο, όλα τα έθνη, \*  
όλοι οι λαοί αυτόν να εξυμνείτε.

2 Επειδή πανίσχυρο για μας είναι το έλεός του, \*  
και η πιστότητα του Κυρίου μένει στους αιώνες.

## Ψαλμός 118 (117)

«Φωνή αλαλαγμού και σωτηρίας»

*Αυτός είναι ο λίθος που περιφρονήθηκε από σας τους οικοδόμους και που έγινε το πιο βασικό αγκωνάρι (Πραξ 4, 11).*

1β Δοξολογήστε τον Κύριο: είναι πανάγαθος, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

2 Ας το πει τώρα ο Ισραήλ: είναι πανάγαθος, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

3 Ας το πει τώρα του Ααρών ο οίκος: \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

4 Ἄς το πουν τώρα όσοι φοβούνται τον Κύριο: \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

5 Στην αγωνία επικαλέστηκα τον Κύριο, \*  
με εισάκουσε και με έβγαλε σε τόπο ελευθερίας.

6 Ο Κύριος είναι μαζί μου, \*  
δεν πρόκειται να φοβηθώ, τι θα μου κάνει ο άνθρωπος;

7 Ο Κύριος είναι μαζί μου, βοηθός μου, \*  
κι εγώ θα δω την ήττα των εχθρών μου.

8 Καλύτερα στον Κύριο να καταφεύγεις \*  
παρά σε άνθρωπο να εμπιστεύεσαι.

9 Καλύτερα στον Κύριο να καταφεύγεις \*  
παρά σε άρχοντες να εμπιστεύεσαι.

10 Όλα τα έθνη με κύκλωσαν, \*  
και στο όνομα του Κυρίου τους κατατρόπωσα.

11 Με κύκλωσαν, από παντού με κύκλωσαν, \*  
και στο όνομα του Κυρίου τους κατατρόπωσα.

12 Με κύκλωσαν όπως οι μέλισσες, †  
κι έσβησαν καθώς η φωτιά σε θάμνο ακάνθινο, \*  
και στο όνομα του Κυρίου τους κατατρόπωσα.

13 Με βία με έσπρωξαν για να πέσω, \*  
και ο Κύριος με βοήθησε.

14 Δύναμή μου κι εγκώμιό μου ο Κύριος, \*  
κι έγινε για μένα σωτηρία.

15 Φωνή αλαλαγμού και σωτηρίας \*  
στις σκηνές των δικαίων:

16 Η δεξιά του Κυρίου έκανε μεγαλεία! †  
Η δεξιά του Κυρίου με ανύψωσε! \*  
Η δεξιά του Κυρίου έκανε μεγαλεία!

- 17 Δεν θα πεθάνω, στη ζωή θα παραμείνω, \*  
και θα εξιστορώ τα έργα του Κυρίου.
- 18 Με αυστηρότητα ο Κύριος με διαπαιδαγώγησε, \*  
όμως στον θάνατο δεν με παρέδωσε.
- 19 Ανοίξτε μου τις πύλες της δικαιοσύνης, \*  
θα τις διαβώ και θα δοξολογήσω τον Κύριο.
- 20 Αυτή είναι η θύρα του Κυρίου, \*  
από αυτή θα εισέλθουν οι δίκαιοι.
- 21 Θα σε δοξολογήσω, επειδή με εισάκουσες, \*  
κι έγινες για μένα σωτηρία.
- 22 Ο λίθος που παραπέταξαν οι οικοδόμοι, \*  
αυτός έγινε λίθος ακρογωνιαίος.
- 23 Αυτό έγινε από τον Κύριο, \*  
και είναι θαυμάσιο στα μάτια μας.
- 24 Αυτή είναι η ημέρα που ετοίμασε ο Κύριος: \*  
ας αγαλλιόμαστε σε αυτήν και ας ευφρανθούμε.
- 25 Ναι, Κύριε, σώσε με! \*  
Ναι, Κύριε, κατευόδωσε!
- 26 Ευλογημένος ο ερχόμενος στο όνομα του Κυρίου. \*  
Σας ευλογούμε από τον οίκο του Κυρίου.
- 27 Θεός είναι ο Κύριος και μας φώτισε. †  
Ετοιμάστε την πανήγυρη με κλαδιά πυκνόφυλλα \*  
έως τις άκρες του θυσιαστηρίου.
- 28 Θεός μου είσαι εσύ και θα σε δοξολογήσω, \*  
Θεός μου και θα σε ανυμνήσω.
- 29 Δοξολογήστε τον Κύριο: είναι πανάγαθος, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

## Ψαλμός 119 (118)

### Εγκώμιο στον θείο νόμο

*Την αγάπη μας για τον Θεό την εκφράζουμε τηρώντας τις εντολές του (Α΄ Ιω 5, 3).*

#### I

<sup>1β</sup> Μακάριοι όσοι στην οδό τους είναι ακέραιοι, \*  
όσοι πορεύονται στον νόμο του Κυρίου.

<sup>2</sup> Μακάριοι όσοι τηρούν τα διδάγματά του, \*  
τον αναζητούν με όλη την καρδιά τους.

<sup>3</sup> Διότι δεν εργάστηκαν την ανομία: \*  
βάδισαν στους δρόμους του.

<sup>4</sup> Εσύ πρόσταξες να φυλάσσονται \*  
με ακρίβεια οι εντολές σου.

<sup>5</sup> Οι δρόμοι μου σταθεροί ας μείνουν \*  
στην τήρηση των προσταγμάτων σου!

<sup>6</sup> Τότε ντροπή δεν πρόκειται να νιώσω, \*  
όταν θα στοχάζομαι όλες τις εντολές σου.

<sup>7</sup> Με καρδιά ειλικρινή θα σε δοξολογήσω, \*  
όταν θα μάθω τις δίκαιές σου κρίσεις.

<sup>8</sup> Θα φυλάξω τα προστάγματά σου: \*  
ποτέ σου μη με εγκαταλείψεις.

#### II

<sup>9</sup> Πώς ένας νέος θα κρατήσει καθαρή την πορεία του; \*  
Με το να τηρεί τον λόγο σου.

<sup>10</sup> Με όλη την καρδιά μου σε αναζήτησα, \*  
μη με αφήσεις να παρεκκλίνω από τις εντολές σου.

11 Στην καρδιά μου έκρυψα τους λόγους σου, \*  
για να μην αμαρτήσω εναντίον σου.

12 Ευλογημένος είσαι, Κύριε, \*  
δίδαξέ μου τα προστάγματά σου.

13 Με τα χείλη μου απαρίθμησα \*  
όλες τις κρίσεις του στόματός σου.

14 Στην οδό των διδαχών σου τέρπομαι \*  
περισσότερο από όλα τα πλούτη.

15 Τις εντολές σου θα μελετήσω, \*  
και θα στοχάζομαι τις οδούς σου.

16 Στις προσταγές σου θα τέρπομαι, \*  
τον λόγο σου δεν θα λησμονήσω.

### III

17 Φρόντισε τον δούλο σου, και θα ζήσω, \*  
και τον λόγο σου θα φυλάξω.

18 Άνοιξε τα μάτια μου, \*  
και θα δω τα θαυμάσια του νόμου σου.

19 Πάροικος είμαι εγώ στη γη επάνω, \*  
μην κρύψεις από μένα τις εντολές σου.

20 Λιώνει κάθε ημέρα η ψυχή μου \*  
από τον πόθο για τις κρίσεις σου.

21 Επιτίμησες τους αλαζόνες, \*  
καταραμένοι όσοι παρεκκλίνουν από τις εντολές σου.

22 Διώξε μακριά μου ντροπή και καταφρόνηση, \*  
διότι τήρησα όλα όσα μου δίδαξες.

23 Ακόμη και αν οι άρχοντες κάθονται †  
και μιλούν εναντίον μου, \*

ο δούλος σου ασκείται στις εντολές σου.

24 Τα διδάγματά σου είναι πράγματι απόλαυσή μου, \*  
και σύμβουλοί μου οι προσταγές σου.

#### IV

25 Κόλλησε στο χόμα η ψυχή μου, \*  
δώσε μου ζωή σύμφωνα με τον λόγο σου.

26 Σου μίλησα για τους δρόμους μου και με εισάκουσες, \*  
δίδαξέ μου τα προστάγματά σου.

27 Κάνε με να κατανοήσω την οδό των εντολών σου, \*  
και θα εξασκηθώ στα θαυμάσιά σου.

28 Δάκρυσε η ψυχή μου από τη θλίψη, \*  
ανόρθωσέ με σύμφωνα με τον λόγο σου.

29 Κράτησέ με μακριά από τον εσφαλμένο δρόμο, \*  
και δώσε μου ευνοϊκά τον νόμο σου.

30 Επέλεξα τον δρόμο της αλήθειας, \*  
προέταξα τις αποφάσεις σου.

31 Προσκολλήθηκα στα διδάγματά σου, Κύριε, \*  
ντροπή ποτέ μου ας μη νιώσω.

32 Θα τρέξω στον δρόμο των εντολών σου, \*  
διότι πλάτυνες την καρδιά μου.

#### V

33 Δίδαξέ μου, Κύριε, την οδό των προσταγών σου, \*  
και θα την ακολουθώ με σταθερότητα.

34 Δώσε μου σύνεση, και θα τηρήσω τον νόμο σου \*  
και θα τον φυλάξω με όλη την καρδιά μου.

- 35 Οδήγησέ με στο μονοπάτι των εντολών σου, \*  
διότι σε αυτό βρήκα ευχαρίστηση.
- 36 Κλίνε την καρδιά μου στα διδάγματά σου \*  
και όχι στην πλεονεξία.
- 37 Στρέψε αλλού τα μάτια μου για να μη δουν τη ματαιότητα, \*  
δώσε μου ζωή επάνω στην οδό σου.
- 38 Κράτησε τον λόγο σου στον δούλο σου, \*  
ώστε να σε φοβάται.
- 39 Απομάκρυνέ μου τον εξευτελισμό που με ταραίζει, \*  
διότι γλυκές είναι οι αποφάσεις σου.
- 40 Ιδού, πόθησα τις εντολές σου, \*  
δώσε μου ζωή με τη δικαιοσύνη σου.

## VI

- 41 Ας έλθει επάνω μου το έλεός σου, Κύριε, \*  
η σωτηρία σου, σύμφωνα με τον λόγο σου.
- 42 Και θα απαντήσω σε αυτούς που με υβρίζουν, \*  
διότι ήλπισα στους λόγους σου.
- 43 Μην αφαιρέσεις ποτέ από το στόμα μου τον λόγο της αλήθειας, \*  
διότι έχω εμπιστοσύνη στις αποφάσεις σου.
- 44 Και θα φυλάξω τον νόμο σου για πάντα, \*  
αιώνια και στους αιώνες των αιώνων.
- 45 Και θα πορεύομαι με ελευθερία, \*  
διότι αποζήτησα τις εντολές σου.
- 46 Και θα σου δίνω μαρτυρία ενώπιον βασιλέων \*  
και δεν θα ντρέπομαι.
- 47 Και τέρψη μου θα είναι οι εντολές σου, \*  
τις οποίες εγώ αγάπησα.



48 Και θα υψώσω τα χέρια μου προς τις εντολές σου, †  
τις οποίες εγώ αγάπησα, \*  
και θα εξασκούμε στα προστάγματά σου.

## VII

49 Θυμήσου τον λόγο σου προς τον δούλο σου, \*  
στον λόγο σου με έκανες να ελπίζω.

50 Αυτό είναι παρηγοριά στη θλίψη μου: \*  
πως ο λόγος σου ζωή μου δίνει.

51 Οι αλαζόνες συνεχώς με χλεύαζαν, \*  
από τον νόμο σου όμως δεν παρέκκλινα.

52 Θυμήθηκα τις αιώνιες αποφάσεις σου, Κύριε, \*  
και παρηγορήθηκα.

53 Αγανάκτηση με κυρίεψε \*  
για τους αμαρτωλούς που εγκατέλειψαν τον νόμο σου.

54 Τραγούδι έγιναν για μένα οι προσταγές σου \*  
στη χώρα όπου ζούσα ως πάροικος.

55 Το όνομά σου, Κύριε, θυμήθηκα τη νύχτα, \*  
και θέλω να φυλάξω τον νόμο σου.

56 Κι αυτό μου συνέβη, \*  
διότι τήρησα τις εντολές σου.

## VIII

57 Μερίδιό μου είναι ο Κύριος: \*  
θέλησα να φυλάξω τους λόγους σου.

58 Ικέτευσα το πρόσωπό σου με όλη την καρδιά μου, \*  
ελέησέ με σύμφωνα με την υπόσχεσή σου.

- 59 Αναλογίστηκα τους δρόμους μου, \*  
κι έστρεψα τα βήματά μου προς τις εντολές σου.
- 60 Βιάστηκα και δεν καθυστέρησα \*  
να φυλάξω τα προστάγματά σου.
- 61 Τα σχοινιά των αμαρτωλών με περιτύλιξαν, \*  
όμως δεν λησμόνησα τον νόμο σου.
- 62 Μεσάνυχτα σηκωνόμουν να σε δοξολογήσω \*  
για τις δίκαιες αποφάσεις σου.
- 63 Φίλος είμαι εγώ αυτών που σε φοβούνται \*  
και φυλάσσουν τις εντολές σου.
- 64 Από το έλεός σου, Κύριε, η γη έχει πλημμυρίσει \*  
δίδαξέ μου τα προστάγματά σου.

## IX

- 65 Ευεργέτησες τον δούλο σου, Κύριε, \*  
έτσι όπως υποσχέθηκες.
- 66 Την απλότητα, την παιδεία και τη γνώση δίδαξέ μου, \*  
διότι πίστεψα στις εντολές σου.
- 67 Πριν αρχίσω να υποφέρω εγώ περιπλανιόμουν, \*  
όμως τώρα θα τηρώ τον λόγο σου.
- 68 Καλός είσαι και κάνεις ευεργεσίες, \*  
δίδαξέ μου τα προστάγματά σου.
- 69 Ύφαναν πανουργίες εναντίον μου οι αλαζόνες, \*  
όμως εγώ με όλη την καρδιά μου θα τηρήσω τις εντολές σου.
- 70 Έπηξε σαν το λίπος η καρδιά τους, \*  
αλλά εγώ τέρπομαι για τον νόμο σου.
- 71 Ήταν καλό για μένα που ταπεινώθηκα, \*  
ώστε να μάθω τα προστάγματά σου.

72 Ο νόμος του στόματός σου αξίζει για μένα \*  
πιο πολύ από χίλια κομμάτια χρυσάφι και ασήμι.

## X

73 Τα χέρια σου με έπλασαν και με διαμόρφωσαν, \*  
συνέτισέ με και θα μάθω τις εντολές σου.

74 Θα με δουν και θα χαρούν όσοι σε φοβούνται, \*  
διότι στα λόγια σου ήλπισα.

75 Γνώρισα, Κύριε, πως δίκαιες είναι οι κρίσεις σου \*  
και δίκαια με ταπεινώσες.

76 Ας έλθει το έλεός σου να με παρηγορήσει, \*  
σύμφωνα με την υπόσχεσή που έδωσες στον δούλο σου.

77 Ας έλθουν επάνω μου τα ελέη σου και θα ζησω, \*  
διότι ο νόμος σου είναι η ευχαρίστησή μου.

78 Ας ντροπιαστούν οι αλαζόνες, †  
επειδή με καταπιέζουν άδικα, \*  
όμως εγώ θα ασκούμαι στις εντολές σου.

79 Ας γυρίσουν κοντά μου όσοι σε φοβούνται \*  
και όσοι γνωρίζουν τα διδάγματά σου.

80 Η καρδιά μου ας είναι άψογη στα προστάγματά σου, \*  
ώστε να μην ντρέπομαι.

## XI

81 Η ψυχή μου λιώνει προσδοκώντας τη σωτηρία σου, \*  
ήλπισα εγώ στον λόγο σου.

82 Τα μάτια μου απέκαμαν †  
να περιμένουν την εκπλήρωσή της υπόσχεσής σου, \*  
και λέω: «Πότε θα με παρηγορήσεις;»

83 Όπως το ασκί μέσα στον καπνό ξεράθηκα, \*  
όμως δεν λησμόνησα τα προστάγματά σου.

84 Πόσες ημέρες έχει ακόμη ο δούλος σου; \*  
Πότε θα δικάσεις τους διώκτες μου;

85 Έσκαψαν για μένα λάκκο οι αλαζόνες, \*  
αυτοί που δεν ακολουθούν τον νόμο σου.

86 Όλες οι εντολές σου είναι αλήθεια, \*  
άδικα με καταδίωξαν: βοήθησέ με.

87 Λίγο ακόμη και από τη γη θα με εξαφάνιζαν, \*  
όμως εγώ δεν εγκατέλειψα τις εντολές σου.

88 Δώσε μου ζωή σύμφωνα με το έλεός σου, \*  
και θα φυλάξω τα διδάγματα του στόματός σου.

## XII

89 Αιώνια, Κύριε, ο λόγος σου \*  
στον ουρανό προστάζει.

90 Από γενεά σε γενεά η αλήθειά σου: \*  
θεμελίωσες τη γη και παραμένει.

91 Όπως εσύ θέλησες υπάρχουν μέχρι σήμερα, \*  
επειδή τα πάντα είναι στην υπηρεσία σου.

92 Αν ο νόμος σου δεν ήταν η απόλαυσή μου, \*  
τότε θα χανόμουν μέσα στη στενοχώρια μου.

93 Ποτέ δεν θα λησμονήσω τις εντολές σου, \*  
διότι με αυτές στη ζωή με κράτησες.

94 Εγώ δικός σου είμαι: σώσε με, \*  
επειδή αποζήτησα τις εντολές σου.

95 Καραδοκούσαν οι αμαρτωλοί να με θανατώσουν, \*  
εγώ θα είμαι προσεκτικός στα διδάγματά σου.

96 Είδα πως υπάρχει όριο σε κάθε τελειότητα, \*  
όμως η εντολή σου εκτείνεται απεριόριστα.

### XIII

97 Πόσο αγάπησα τον νόμο σου, Κύριε! \*  
Όλη την ημέρα τον στοχάζομαι.

98 Η εντολή σου με κάνει σοφότερο των εχθρών μου, \*  
διότι πάντοτε είναι μαζί μου.

99 Έγινα ευφύστερος όλων των δασκάλων μου, \*  
διότι μελέτη μου είναι τα διδάγματά σου.

100 Έγινα συνετότερος από τους γέροντες, \*  
διότι τήρησα τις εντολές σου.

101 Από κάθε πονηρή οδό κράτησα τα πόδια μου, \*  
για να τηρήσω τα λόγια σου.

102 Από τις αποφάσεις σου δεν εξέκλινα, \*  
διότι εσύ ο ίδιος με διαπαιδαγώγησες.

103 Πόσο γλυκά στον ουρανίσκο μου τα λόγια σου, \*  
πιο γλυκά στο στόμα μου και από το μέλι.

104 Από τις εντολές σου συνετίστηκα, \*  
γι' αυτό και μίσησα κάθε ψεύτικο δρόμο.

### XIV

105 Λυχνάρι στα βήματά μου ο λόγος σου, \*  
και φως στα μονοπάτια μου.

106 Ορκίστηκα και τον όρκο θα κρατήσω: \*  
να φυλάξω τις δίκαιες αποφάσεις σου.

107 Πάρα πολύ, Κύριε, υπέφερα, \*  
δώσε μου ζωή σύμφωνα με τον λόγο σου.

108 Τις προσφορές του στόματός μου, δέξου, Κύριε, \*  
και δίδαξέ μου τις αποφάσεις σου.

109 Η ψυχή μου είναι διαρκώς σε κίνδυνο, \*  
κι όμως δεν λησμόνησα τον νόμο σου.

110 Οι αμαρτωλοί μου έστησαν παγίδα, \*  
κι όμως από τις εντολές σου δεν παρέκκλινα.

111 Τα διδάγματά σου κληρονομία μου για πάντα: \*  
κάνουν την καρδιά μου να αγαλλιάζει.

112 Έγχειρα επάνω σου την καρδιά μου †  
για να εφαρμόσει τα προστάγματά σου, \*  
αιώνια κι ως το τέλος.

## XV

113 Μίσησα τους διπρόσωπους, \*  
και τον νόμο σου αγάπησα.

114 Εσύ είσαι η σκέπη μου και η ασπίδα μου, \*  
και ήλπισα στον λόγο σου.

115 Εσείς οι πονηροί, φύγετε από μπροστά μου, \*  
κι εγώ τις εντολές του Θεού μου θα τηρήσω.

116 Στήριξέ με, όπως υποσχέθηκες, και θα ζήσω, \*  
και την προσδοκία μου μη διαψεύσεις.

117 Θα σωθώ αν εσύ με υποστηρίξεις, \*  
και θα χαίρομαι πάντοτε για τα προστάγματά σου.

118 Καταφρόνησες όσους αποστατούν από τον νόμο σου, \*  
επειδή τα σχέδιά τους είναι απάτη.

119 Σαν τη σκουριά όλους τους αμαρτωλούς της γης εξάλειψες \*  
γι' αυτό κι εγώ αγάπησα τα διδάγματά σου.

120 Από τον φόβο σου η σάρκα μου αναρίγησε, \*

φοβήθηκα τις αποφάσεις σου.

## XVI

121 Έπραξα με ορθότητα και με δικαιοσύνη, \*  
μη με παραδώσεις στους συκοφάντες μου.

122 Εγγυήσου το καλό για τον δούλο σου, \*  
ας μη με συκοφαντήσουν οι αλαζόνες.

123 Απέκαμαν τα μάτια μου προσδοκώντας τη σωτηρία σου \*  
και για την υπόσχεση της δικαιοσύνης σου.

124 Μεταχειρίσου τον δούλο σου με ευσπλαχνία, \*  
και τα προστάγματά σου δίδαξέ μου.

125 Δούλος σου είμαι εγώ, συνέτισέ με, \*  
ώστε να κατανοήσω τα διδάγματά σου.

126 Είναι καιρός να δράσει ο Κύριος: \*  
παρέβησαν τον νόμο σου.

127 Γι' αυτό αγάπησα τις εντολές σου \*  
πιο πολύ από τον χρυσό κι από το τοπάζι.

128 Γι' αυτό και με καθοδηγούν όλες οι εντολές σου, \*  
και κάθε οδό του ψεύδους μίσησα.

## XVII

129 Θαυμαστά τα διδάγματά σου, \*  
γι' αυτό και τα εξερεύνησε η ψυχή μου.

130 Η αποκάλυψη των λόγων σου φωτίζει \*  
και τους απλούς συνετίζει.

131 Άνοιξα με λαχτάρα το στόμα μου, \*  
διότι ποθούσα τις εντολές σου.

- 132 Στρέψου προς εμένα κι ελέησέ με, \*  
όπως κάνεις πάντοτε με όσους αγαπούν το όνομά σου.
- 133 Τα βήματά μου κατεύθυνε κατά τον λόγο σου, \*  
κανένα κακό ας μη με κυριεύσει.
- 134 Λύτρωσέ με από τις συκοφαντίες των ανθρώπων, \*  
ώστε να φυλάξω τις εντολές σου.
- 135 Το πρόσωπό σου φώτισε επάνω στον δούλο σου \*  
και δίδαξέ μου τα προστάγματά σου.
- 136 Ποταμούς δακρύων κατέβασαν τα μάτια μου, \*  
επειδή δεν φύλαξαν τον νόμο σου.

## XVIII

- 137 Δίκαιος είσαι, Κύριε, \*  
και ορθός στις αποφάσεις σου.
- 138 Επέβαλες με δικαιοσύνη τα διδάγματά σου, \*  
και με πιστότητα μεγάλη.
- 139 Με κατέφαγε ο ζήλος μου, \*  
διότι λησμόνησαν τα λόγια σου οι εχθροί μου.
- 140 Πυρωμένος ο λόγος σου, \*  
και ο δούλος σου τον αγάπησε.
- 141 Πολύ μικρός είμαι εγώ και περιφρονημένος, \*  
τις εντολές σου δεν λησμόνησα.
- 142 Η δικαιοσύνη σου είναι δικαιοσύνη αιώνια, \*  
και ο νόμος σου αλήθεια.
- 143 Θλίψη και στενοχώρια με βρήκαν, \*  
οι εντολές σου είναι απόλαυσή μου.
- 144 Τα διδάγματά σου είναι πάντοτε δίκαια, \*  
συνέτισέ με και θα ζήσω.



## XIX

145 Με όλη την καρδιά μου κραύγασα: †  
εισάκουσέ με, Κύριε! \*  
Θα τηρήσω τα προστάγματά σου.

146 Κραύγασα προς εσένα, σώσε με, \*  
ώστε να φυλάξω τα διδάγματά σου.

147 Πριν έρθει το χάραμα κραύγασα, \*  
ήλπισα στα λόγια σου.

148 Πριν η νύχτα φύγει άνοιξαν τα μάτια μου, \*  
τα λόγια σου για να μελετήσω.

149 Τη φωνή μου άκουσε κατά το έλεός σου, Κύριε, \*  
δώσε μου ζωή κατά την κρίση σου.

150 Με προσέγγισαν οι διώκτες μου με κακία, \*  
από τον νόμο σου όμως απομακρύνθηκαν.

151 Εσύ κοντά είσαι, Κύριε, \*  
και όλες οι εντολές σου είναι αλήθεια.

152 Από καιρό γνωρίζω για τα διδάγματά σου: \*  
εσύ τα θεμελίωσες αιώνια.

## XX

153 Δες την ταπείνωσή μου και σώσε με, \*  
διότι τον νόμο σου δεν λησμόνησα.

154 Κρίνε την υπόθεσή μου και λύτρωσέ με, \*  
δώσε μου τη ζωή χάρη στον λόγο σου.

155 Μακριά από τους αμαρτωλούς είναι η σωτηρία, \*  
διότι τα προστάγματά σου δεν αποζητήσαν.

156 Πολλά είναι τα ελέη σου, Κύριε, \*  
δώσε μου ζωή κατά την κρίση σου.

157 Είναι πολλοί όσοι με καταδιώκουν και με θλίνουν, \*  
από τα διδάγματά σου δεν εξέκλινα.

158 Είδα τους αποστάτες και αηδίασα, \*  
διότι τα λόγια σου δεν τήρησαν.

159 Δες ότι αγάπησα τις εντολές σου, Κύριε, \*  
δώσε μου ζωή σύμφωνα με το έλεός σου.

160 Θεμέλιο των λόγων σου είναι η αλήθεια, \*  
αιώνιες όλες οι δίκαιες αποφάσεις σου.

## XXI

161 Άρχοντες αναίτια με καταδίωξαν, \*  
όμως μόνο τα λόγια σου φοβάται η καρδιά μου.

162 Θα αγαλλιάσω εγώ για τα λόγια σου, \*  
σαν έναν που βρίσκει θησαυρό πολύτιμο.

163 Μίσησα το ψεύδος και το απεχθάνομαι, \*  
ενώ τον νόμο σου αγάπησα.

164 Εφτά φορές την ημέρα έψαλα τους αίνους σου \*  
για τις δίκαιες αποφάσεις σου.

165 Ειρήνη πολλή σε όσους αγαπούν τον νόμο σου: \*  
σε αυτούς εμπόδιο δεν υπάρχει.

166 Προσοκούσα τη σωτηρία σου, Κύριε, \*  
κι εκτέλεσα τις εντολές σου.

167 Φύλαξε η ψυχή μου τα διδάγματά σου \*  
και τα αγάπησα με πάθος.

168 Τήρησα τις εντολές σου και τα διδάγματά σου: \*  
ενώπιόν σου βρίσκονται όλοι μου οι δρόμοι.

## XXII

- 169 Ας φτάσει ενώπιόν σου η κραυγή μου, Κύριε, \*  
σύμφωνα με τον λόγο σου συνέτισέ με.
- 170 Ας έλθει ενώπιόν σου η παράκλησή μου, \*  
κατά τον λόγο σου ελευθέρωσε με.
- 171 Θα ξεσπάσουν τα χείλη μου στην εξύμνησή σου, \*  
επειδή μου διδάσκεις τα προστάγματά σου.
- 172 Ας ψάλει η γλώσσα μου την υπόσχεσή σου, \*  
διότι όλες οι εντολές σου είναι δικαιοσύνη.
- 173 Ας έλθει το χέρι σου να με βοηθήσει, \*  
διότι διάλεξα τις εντολές σου.
- 174 Πόθησα τη σωτηρία σου, Κύριε, \*  
και ο νόμος σου είναι η απόλαυσή μου.
- 175 Ας ζήσει η ψυχή μου για να σε υμνήσει, \*  
οι κρίσεις σου ας με συνδράμουν.
- 176 Περιπλανήθηκα σαν πρόβατο που χάθηκε: †  
αναζήτησε τον δούλο σου, \*  
διότι τις εντολές σου δεν λησμόνησα.

## Ψαλμός 120 (119)

### Πόθος για ειρήνη

*Να έχετε υπομονή στις δοκιμασίες. Να επιμένετε στην προσευχή (Ρωμ 12, 13).*

1β Στον Κύριο μες στην αγωνία μου κραύγασα, \*  
κι εκείνος με εισάκουσε.

2 Κύριε, γλίτωσε την ψυχή μου από τα ψεύτικα χείλη, \*  
από την απατηλή τη γλώσσα.

3 Τι να σου δώσω ή τι να σου προσθέσω, \*  
γλώσσα που λαλείς το ψεύδος;

4 Βέλη ακονισμένα τοξοβόλου \*  
με κάρβουνα από αγριοκυπάρισσο.

5 Αλίμονό μου, στη Μεσέχ περιπλανήθηκα, \*  
μες στους νομάδες του Κηδάρ κατασκήνωσα.

6 Για πάρα πολύ καιρό κατοίκησε η ψυχή μου \*  
μαζί με αυτούς που έχουν μίσος για την ειρήνη.

7 Εγώ ήμουν ειρηνικός, αλλά μόλις μιλούσα, \*  
εκείνοι άρχιζαν εναντίον μου τον πόλεμο.

## Ψαλμός 121(120)

### Ο φύλακας του λαού

*Δεν θα πεινάσουν πια, ούτε ποτέ θα διψάσουν· δεν θα υποφέρουν από τον ήλιο ούτε από άλλον καύσωνα (Απ 7, 16).*

1β Θα υψώσω τα μάτια μου προς τα όρη: \*  
από πού θα μου έλθει η βοήθεια;

2 Η βοήθεια θα μου έλθει από τον Κύριο, \*  
από αυτόν που έκανε τη γη και τα ουράνια.

3 Δεν θα αφήσει να σκοντάψει το πόδι σου, \*  
ούτε και θα νυστάξει αυτός που σε φυλάει.

4 Ιδού, δεν θα κοιμηθεί, ούτε και θα νυστάξει, \*  
αυτός που τον Ισραήλ φυλάει.

5 Ο Κύριος σε φυλάει, †  
ο Κύριος είναι η σκιά σου, \*  
στέκεται στα δεξιά σου.

6 Την ημέρα δεν θα σε κάψει ο ήλιος, \*  
ούτε η παγωνιά της σελήνης τη νύχτα.

7 Ο Κύριος από κάθε κακό θα σε φυλάξει, \*  
θα φυλάξει την ψυχή σου ο Κύριος.

8 Ο Κύριος θα σε φυλάει †  
όταν έρχεσαι και όταν φεύγεις, \*  
από τώρα και στους αιώνες.

## Ψαλμός 122 (121)

### Η αγία πόλη της Ιερουσαλήμ

*Προσήλθατε στο όρος Σιών, στην πόλη του αληθινού Θεού, στην  
επουράνια Ιερουσαλήμ (Εβρ 12, 22).*

1 Σκίρτησα από χαρά γι' αυτό που μου είπαν: \*  
«Στον οίκο του Κυρίου θα πορευτούμε».

2 Ιερουσαλήμ, στις πύλες σου \*  
στέκονται ήδη τα πόδια μας.

3 Ιερουσαλήμ, χτισμένη ως πολιτεία \*  
συγκροτημένη και καλά θεμελιωμένη.

4 Εκεί ανέβηκαν οι φυλές, οι φυλές του Κυρίου, †  
σύμφωνα με του Ισραήλ τον νόμο, \*  
για να δοξολογήσουν το όνομα του Κυρίου.

5 Διότι εκεί στήθηκαν οι θρόνοι για την κρίση, \*  
του οίκου του Δαβίδ οι θρόνοι.

6 Ειρήνη για την Ιερουσαλήμ ζητήστε: \*  
«Αυτοί που σε αγαπούν ας ζουν γαλήνια!

7 Ειρήνη ας βασιλεύει στα τείχη σου \*  
και ασφάλεια στα μέγαρά σου».

8 Για χάρη των αδελφών μου και των φίλων μου, \*  
θα ευχηθώ: «Ειρήνη εσύ να έχεις!».

9 Για χάρη του οίκου του Κυρίου και Θεού μας, \*  
κάθε καλό για σένα θα ζητήσω.

## Ψαλμός 123 (122)

### Ο Κύριος, εμπιστοσύνη του λαού

*Δύο τυφλοί ... άρχισαν να φωνάζουν: «Κύριε, Υιέ του Δαβίδ, σπλαχνίσου μας» (Μτ 20, 30).*

1β Ὑψωσα τα μάτια μου σ' εσένα, \*  
που κατοικείς στα ουράνια.

2 Και ιδού! Όπως τα μάτια των δούλων †  
είναι προσηλωμένα στα χέρια των κυρίων τους, \*  
όπως τα μάτια της δούλης στα χέρια της κυρίας της,  
έτσι τα μάτια μας είναι στον Κύριο, τον Θεό μας, \*  
ωσότου μας συμπονέσει.

3 Ελέησέ μας, Κύριε, ελέησέ μας, \*  
διότι πολύ χορτάσαμε από καταφρόνηση.

4 Διότι πολύ χόρτασε η ψυχή μας †  
από τον εμπαιγμό αυτών που ζουν στα πλούτη \*  
και από την καταφρόνηση των αλαζόνων.

## Ψαλμός 124 (125)

«Η βοήθειά μας στο όνομα του Κυρίου»

*Είπε ο Κύριος στον Παύλο: «Μη φοβάσαι ... διότι εγώ είμαι μαζί σου» (Πραξ 18, 9. 10).*

- <sup>1</sup> Αν ο Κύριος δεν ήταν με το μέρος μας, \*  
– ο Ισραήλ τώρα ας το ομολογήσει–,
- <sup>2</sup> αν ο Κύριος δεν ήταν με το μέρος μας, \*  
όταν εναντίον μας άνθρωποι ξεσηκώθηκαν,
- <sup>3</sup> ήδη ζωντανούς θα μας είχαν καταβροχθίσει, \*  
μες στην έξαψη της οργής τους εναντίον μας.
- <sup>4</sup> Ήδη το νερό θα μας είχε καταποντίσει, \*  
ο χείμαρρος θα είχε παρασύρει την ψυχή μας,
- <sup>5</sup> ήδη θα είχαν παρασύρει την ψυχή μας \*  
τα ύδατα τα αφρισμένα.
- <sup>6</sup> Ευλογητός ο Κύριος, \*  
που δεν μας έδωσε βορά στα δόντια τους.
- <sup>7</sup> Η ψυχή μας σαν τον σπουργίτη γλίτωσε \*  
από των κυνηγών την παγίδα.  
Το δίχτυ σκίστηκε, \*  
κι εμείς ελευθερωθήκαμε.
- <sup>8</sup> Η βοήθειά μας στο όνομα του Κυρίου, \*  
ο οποίος έπλασε τη γη και τα ουράνια.

## Ψαλμός 125 (124)

Ο Κύριος, φύλακας του λαού του

*Ειρήνη σε όλο τον λαό του Θεού (Γαλ 6, 16).*

1β Όποιος εμπιστεύεται στον Κύριο, †  
είναι σαν της Σιών το όρος: \*  
δεν πρόκειται να σαλευτεί, μένει αιώνια.

2 Την Ιερουσαλήμ όρη την περιβάλλουν, †  
και ο Κύριος περιβάλλει τον λαό του, \*  
από τώρα κι έως την αιωνιότητα.

3 Δεν θα διαρκέσει η κυριαρχία των ανόμων †  
στη χώρα των δικαίων, \*  
για να μην απλώσουν κι αυτοί τα χέρια στην ανομία.

4 Κύριε, τους καλούς ευεργέτησε \*  
και όσους έχουν την καρδιά τους τίμια.

5 Όσους όμως εξέκλιναν σε τυφλά μονοπάτια, †  
ας τους στείλει ο Κύριος με τους εργάτες της ανομίας. \*  
Στον Ισραήλ ειρήνη!

## Ψαλμός 126 (125)

Χαρά κι εμπιστοσύνη στον Κύριο

*Όπως συμπάσχετε, έτσι θα ενισχυθείτε (Β΄ Κορ 1, 7).*

1β Όταν ο Κύριος επανέφερε †  
στη Σιών τους αιχμαλώτους, \*  
ήταν σαν να βλέπαμε όνειρο.

2 Τότε το γέλιο γέμισε το στόμα μας \*  
και η γλώσσα μας από χαράς τραγούδια.

Έλεγαν τότε μεταξύ τους τα έθνη: \*



«Μεγαλεία έκανε γι' αυτούς ο Κύριος!»

3 Μεγαλεία έκανε για μας ο Κύριος, \*  
από χαρά πλημμυρίσαμε.

4 Άλλαξε, Κύριε, την αιχμαλωσία μας, \*  
όπως αλλάζεις τους χειμάρρους στον Νότο.

5 Όσοι σπέρνουν με δάκρυα, \*  
με αγαλλίαση θα θερίσουν.

6 Όταν πήγαιναν, περπατούσαν κι έκλαιγαν, \*  
βαστάζοντας τον σπόρο για να σπείρουν.

Όμως στον γυρισμό θα έρθουν με αγαλλίαση, \*  
κουβαλώντας πια τα δεμάτια τους.

## Ψαλμός 127 (126)

Μάταιος ο κόπος χωρίς τον Κύριο

*Εσείς είστε το οικοδόμημα του Θεού (Α΄ Κορ 3, 9).*

1β Αν ο Κύριος δεν οικοδομήσει τον οίκο, \*  
όσοι τον οικοδομούν, μάταια κοπιάζουν.

Αν ο Κύριος δεν φυλάξει την πόλη, \*  
μάταια ξαγρυπνά, όποιος τη φυλάει.

2 Μάταια το χάραμα σηκώνεστε και αργά ξεκουράζεστε, †  
και τρώτε το ψωμί του μόχθου σας: \*  
στους φίλους του το δίνει ακόμη και αν κοιμούνται.

3 Ιδού, τα παιδιά είναι δωρεά του Κυρίου, \*  
ο καρπός των σπλάχνων είναι η ευλογία του.

4 Σαν τα βέλη στο χέρι ενός τοξότη, \*  
έτσι και τα παιδιά της νιότης.

5 Μακάριος ο άνθρωπος, \*  
που έχει με αυτά γεμίσει τη φαρέτρα του:

ντροπή δεν πρόκειται να νιώσει, \*  
όταν θα συνδιαλλαγεί με τους εχθρούς στην πύλη.

## Ψαλμός 128 (127)

Η οικογενειακή ειρήνη εν Κυρίω

*«Να σε ευλογήσει από τη Σιών ο Κύριος», δηλαδή: από την Εκκλησία του (Αρνόβιος).*

1<sup>β</sup> Μακάριος όποιος φοβάται τον Κύριο, \*  
όποιος πορεύεται στις οδούς του!

2 Θα τρέφεται από τον μόχθο των χεριών σου, \*  
μακάριος θα είσαι και όλα θα σου κατευδώνονται!

3 Η σύζυγός σου σαν αμπέλι καρποφόρο \*  
μες στα ενδότερα του σπιτιού σου.

Τα παιδιά σου σαν ελιάς βλαστάρια \*  
τριγύρω από το τραπέζι σου.

4 Ιδού, έτσι θα ευλογηθεί ο άνθρωπος, \*  
που φοβάται τον Κύριο.

5 Να σε ευλογήσει από τη Σιών ο Κύριος, †  
και να δεις της Ιερουσαλήμ την ευημερία \*  
όλες τις ημέρες της ζωής σου,

6 και να δεις τα παιδιά των παιδιών σου! \*  
Στον Ισραήλ ειρήνη!

## Ψαλμός 129 (128)

Αναζωπυρώνεται η εμπιστοσύνη του δοκιμαζόμενου λαού

*Η Εκκλησία των αγίων μιλάει για τα ζιζάνια που πρέπει να ανεχτεί μεταξύ των μελών της (Αγ. Αυγουστίνος).*

1 Πολύ με πολέμησαν από τα νιάτα μου, \*  
- ο Ισραήλ ας το επαναλάβει τώρα -:

2 πολύ με πολέμησαν από τα νιάτα μου, \*  
κι όμως δεν υπερίσχυσαν επάνω μου.

3 Μου όργωσαν τη ράχη σαν άροτρα, \*  
βάθυναν τις αυλακιές τους.

4 Ο Κύριος όμως είναι δίκαιος, \*  
τα σχοινιά των ανόσιων κατέκοψε.

5 Ας ντραπούν και ας οπισθοχωρήσουν, \*  
όσοι για τη Σιών ένιωσαν μίσος.

6 Ας γίνουν σαν το χορτάρι επάνω στις στέγες, \*  
που πριν ακόμη ξεριζωθεί, ξεραίνεται,

7 που δεν μπορεί να γεμίσει του θεριστή το χέρι, \*  
ούτε την αγκαλιά εκείνου που δένει τα δεμάτια.

8 Και οι διαβάτες δεν τους λένε: †  
«Η ευλογία του Κυρίου επάνω σας, \*  
σας ευλογούμε στο όνομα του Κυρίου».

## Ψαλμός 130 (129)

«Εκ βαθέων σου κραύγασα»

*Αυτός θα σώσει τον λαό του από τις αμαρτίες τους (Μτ 1, 21).*

1β Εκ βαθέων σου κραύγασα, Κύριε, \*

2 Κύριε, εισάκουσε τη φωνή μου.

Ας γίνουν προσεχτικά τα αυτιά σου \*  
στη φωνή της ικεσίας μου.

3 Αν θυμάσαι τα σφάλματα, Κύριε, \*  
Κύριε, ποιος θα μπορέσει να αντέξει;

4 Σ' εσένα όμως βρίσκεται η χάρη, \*  
ώστε τιμή να σου αποδίδεται.

5 Σε προσμένω, Κύριε, \*  
η ψυχή μου προσμένει τον λόγο σου.

6 Με όλη μου την ψυχή ελπίζω στον Κύριο †  
περισσότερο από όσο οι φύλακες \*  
προσμένουν να χαράξει.

Περισσότερο από όσο οι φύλακες †  
προσμένουν να χαράξει, \*

7 ας ελπίζει ο Ισραήλ στον Κύριο.

Διότι στον Κύριο βρίσκεται το έλεος, \*  
και άφθονα χαρίζει αυτός τη λύτρωσή.

8 Και αυτός τον Ισραήλ θα λυτρώσει, \*  
από όλα τα σφάλματά του.

## Ψαλμός 131 (130)

**Εμπιστοσύνη στον Κύριο όπως ενός μικρού παιδιού**

*Διδαχτείτε από το δικό μου παράδειγμα, διότι είμαι πράος και ταπεινός στην καρδιά (Μτ 11, 29).*

1β Κύριε, η καρδιά μου έπαρση δεν έχει, \*  
ούτε είναι υπεροπτικά τα μάτια μου.

Δεν αποζητώ πράγματα μεγάλα, \*  
ούτε αξιοθαύμαστα για μένα.

2 Αληθινά γαλήνια και ήσυχη \*  
κράτησα την ψυχή μου,

σαν βρέφος που μόλις θήλασε \*  
στην αγκαλιά της μητέρας του,

σαν βρέφος που μόλις θήλασε, \*

έτσι μέσα μου είναι η ψυχή μου.

<sup>3</sup> Ας ελπίζει ο Ισραήλ στον Κύριο, \*  
από τώρα κι έως την αιωνιότητα.

## Ψαλμός 132 (131)

Η θεία υπόσχεση στον οίκο του Δαβίδ

*Σε αυτόν θα δώσει ο Θεός τον θρόνο του Δαβίδ, του προπάτορά του (Λκ 1, 32).*

### I

<sup>1β</sup> Κύριε, τον Δαβίδ θυμήσου, \*  
και πόσο ήταν μεγάλη η πραότητα του!

<sup>2</sup> Θυμήσου ότι αυτός ορκίστηκε στον Κύριο, \*  
στον Ισχυρό του Ιακώβ έδωσε υπόσχεση:

<sup>3</sup> «Δεν θα εισέλθω στη σκηνή της οικογένειάς μου, \*  
δεν θα ανεβώ στο κρεβάτι της ανάπαυσής μου,

<sup>4</sup> δεν θα αφήσω να νυστάξουν τα μάτια μου, \*  
ούτε να αναπαυθούν τα βλέφαρά μου,

<sup>5</sup> ωσότου έναν τόπο να βρω για τον Κύριο, \*  
για τον Ισχυρό του Ιακώβ μια κατοικία».

<sup>6</sup> Ιδού, ακούσαμε πως στην Εφραθά βρισκόταν, \*  
τη βρήκαμε στις Ιαάρ τις πεδιάδες.

<sup>7</sup> Ας εισέλθουμε στη σκηνή του, \*  
στο σκαμνί των ποδιών του ας προσκυνήσουμε.

<sup>8</sup> Σήκω, Κύριε, προς τον τόπο της ανάπαυσής σου, \*  
εσύ και η κιβωτός της δύναμής σου.

<sup>9</sup> Ας ντυθούν οι δικοί σου ιερείς με τη δικαιοσύνη, \*  
και ας αγαλλιόσουν οι άγιοί σου.

10 Για χάρη του Δαβίδ του δούλου σου, \*  
μη μας στερήσεις το πρόσωπο του χριστού σου.

## II

11 Ορκίστηκε λόγο αληθινό στον Δαβίδ ο Κύριος, \*  
και δεν θα τον αθετήσει:

«Έναν καρπό των σπλάχνων σου \*  
θα βάλω επάνω στον θρόνο σου.

12 Αν φυλάξουν τα παιδιά σου τη διαθήκη μου \*  
και τις εντολές μου, τις οποίες θα τους διδάξω,  
τα δικά τους παιδιά ως στην αιωνιότητα \*  
θα κάθονται επάνω στον θρόνο σου».

13 Επειδή ο Κύριος τη Σιών εξέλεξε, \*  
την επιθύμησε για κατοικία του:

14 «Αυτός είναι ο τόπος της ανάπαυσής μου αιώνια, \*  
εδώ θα κατοικήσω, επειδή τον επιθύμησα.

15 Θα ευλογήσω τις σοδειές της γενναιόδωρα, \*  
με ψωμιά θα χορτάσω τους φτωχούς της.

16 Τους ιερείς της θα τους ντύσω με τη σωτηρία, \*  
και από αγαλλίαση θα σκιρτήσουν οι άγιοί της.

17 Εκεί θα κάνω να βλαστήσει του Δαβίδ το κέρασ, \*  
θα ετοιμάσω λύχνο για τον χριστό μου.

18 Τους εχθρούς του με τη ντροπή θα τους ντύσω, \*  
επάνω του όμωσ θα ανθίσει το διάδημά του».

## Ψαλμός 133 (132)

### Η γλυκύτητα της αδελφικής ομόνοιας

*Ας αγαπάμε ο ένας τον άλλο, γιατί η αγάπη προέρχεται από τον Θεό (Α΄ Ιω 4, 7).*

1β Δείτε πόσο είναι ωραίο και πόσο ευχάριστο \*  
να κατοικούν τα αδέρφια με ομόνοια:

2 Σαν το μύρο το πολύτιμο στην κεφαλή επάνω, †  
που κατεβαίνει στη γενειάδα, στου Ααρών τη γενειάδα, \*  
που κατεβαίνει στον τράχηλο του ενδύματός του.

3 Σαν τη δροσιά του Ερμών που κατεβαίνει στις Σιών τα όρη, †  
επειδή εκεί ο Κύριος έστειλε ευλογία, \*  
ζωή ως την αιωνιότητα.

## Ψαλμός 134 (133)

### Εσπερινή προσευχή στον ναό

*Υμνείτε τον Θεό μας όλοι εσείς οι δούλοι του, και όσοι τον σέβεστε, οι μικροί και οι μεγάλοι! (Απ 19, 5).*

1β Ελάτε κι ευλογήστε τον Κύριο, δούλοι του Κυρίου, \*  
εσείς που στον οίκο του Κυρίου στέκεστε τα βράδια.

2 Υψώστε τα χέρια σας στον άγιο ναό του \*  
κι ευλογήστε τον Κύριο.

3 Να σε ευλογήσει από τη Σιών ο Κύριος, \*  
αυτός που δημιούργησε τη γη και τα ουράνια.

## Ψαλμός 135 (134)

Ἕγνος στον Κύριο που πράττει ἔργα θαυμαστά

*Εσείς είστε ο λαός τον οποίο διάλεξε ο Θεός, για να διακηρύξετε τα μεγαλεία εκείνου που σας οδήγησε από το σκοτάδι στο θαυμαστό του φως (Α΄ Πε 2, 9).*

### I

1β Ὑμνεῖτε τὸ ὄνομα τοῦ Κυρίου, \*  
ὕμνεῖτε, δούλοι τοῦ Κυρίου,

2 εσείς που στέκεστε στον οἶκο τοῦ Κυρίου, \*  
στις αὐλές τοῦ οἴκου τοῦ Θεοῦ μας.

3 Ὑμνεῖτε τὸν Κύριο: πανάγαθος εἶναι ὁ Κύριος, \*  
ψάλλετε στὸ ὄνομά του: εἶναι γλυκύτατο.

4 Διάλεξε τὸν Ἰακώβ ὁ Κύριος γιὰ νὰ εἶναι δικός του, \*  
τὸν Ἰσραὴλ ὡς θησαυρό που του ἀνήκει.

5 Διότι γινώρισα ἐγὼ πὼς εἶναι μέγας ὁ Κύριος \*  
καὶ ὁ Θεός μας ὅλων τῶν θεῶν ὑπεράνω.

6 Οτιδὴποτε θέλησε ὁ Κύριος †  
τὸ ἔκανε στὴ γῆ καὶ στὰ οὐράνια, \*  
στὴ θάλασσα καὶ σὲ ὅλες τὶς ἀβύσσους.

7 Σύννεφα σηκώνει ἀπὸ τῆς γῆς τὰ ἔσχατα, †  
μὲ ἀστραπὲς ἀναγγέλλει τὴν καταιγίδα, \*  
ἐλευθερώνει τοὺς ἀνέμους ἀπὸ τὸ θησαυροφυλάκιό του.

8 Αὐτός πάταξε τὰ πρωτότοκα τῆς Αἰγύπτου, \*  
ἀπὸ τοὺς ἀνθρώπους ὡς καὶ ἀπὸ τὰ ζῶα.

9 Σημεῖα ἐξαπέστειλε καὶ θαύματα †  
ἀνάμεσά σου, γῆ τῆς Αἰγύπτου, \*  
στὸν Φαραὼ καὶ σὲ ὅλους τοὺς δούλους του.

10 Αὐτός ἔθνη πολλὰ κατατρόπωσε, \*



και βασιλείς πανίσχυρους αφάνισε:

11 Τον Σιχών, βασιλέα των Αμορραίων, †  
και τον Ωγ, της Βασάν τον βασιλέα, \*  
και της Χαναάν όλα τα βασίλεια.

12 Κι έδωσε τη γη τους ως κληρονομία, \*  
κληρονομία στον Ισραήλ τον λαό του.

## II

13 Κύριε, το όνομά σου στην αιωνιότητα, \*  
Κύριε, από γενεά σε γενεά η ανάμνησή σου.

14 Διότι θα κρίνει ο Κύριος τον λαό του \*  
και θα σπλαχνιστεί τους δούλους του.

15 Τα είδωλα των εθνών: ασήμι και χρυσάφι, \*  
έργα χειρών ανθρώπων.

16 Στόμα έχουν και δεν θα μιλήσουν, \*  
μάτια έχουν και να δουν δεν πρόκειται.

17 Αυτιά έχουν και δεν θα ακούσουν, \*  
ούτε και υπάρχει πνοή στο στόμα τους.

18 Ίδιοι με αυτά να γίνουν οι κατασκευαστές τους, \*  
και όλοι εκείνοι που σε αυτά προσφεύγουν.

19 Εσύ ο οίκος Ισραήλ, ευλόγησε τον Κύριο, \*  
εσύ ο οίκος Ααρών, ευλόγησε τον Κύριο.

20 Εσύ ο οίκος Λευί, ευλόγησε τον Κύριο, \*  
εσείς που τον Κύριο φοβάστε, τον Κύριο ευλογήστε.

21 Ευλογημένος από τη Σιών ο Κύριος, \*  
που έχει στην Ιερουσαλήμ την κατοικία του.

## Ψαλμός 136 (135)

### Πασχαλινός ύμνος

*Το να αφηγείται κανείς τα θαυμαστά έργα του Κυρίου, σημαίνει να τον εξυμνεί (Κασσιόδωρος).*

#### I

1 Δοξολογήστε τον Κύριο: είναι πανάγαθος, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

2 Δοξολογήστε τον Θεό, των θεών υπεράνω, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

3 Δοξολογήστε τον Κύριο των κυρίων, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

4 Αυτόν που μόνος κάνει θαυμάσια, μεγάλα, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

5 Αυτόν που ποίησε τους ουραμούς με τέχνη, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

6 Αυτόν που άπλωσε τη γη στα ύδατα επάνω, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

7 Αυτόν που ποίησε τους μεγάλους φωτοδότες, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του,

8 τον ήλιο να κυβερνά την ημέρα, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του,

9 τη σελήνη και τα αστέρια να κυβερνούν τη νύχτα, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

#### II

10 Αυτόν που πάταξε την Αίγυπτο και τα πρωτότοκά της, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

- 11 Αυτόν που εξήγαγε τον Ισραήλ από ανάμεσά τους, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του,
- 12 με χέρι κραταιό και υψωμένο βραχίονα, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.
- 13 Αυτόν που κατακερμάτισε την Ερυθρά τη Θάλασσα, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του,
- 14 και πέρασε τον Ισραήλ από ανάμεσά της, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.
- 15 Κι εκτίναξε τον Φαραώ και τη δύναμή του †  
στην Ερυθρά τη Θάλασσα, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.
- 16 Αυτόν που περιέφερε τον λαό του μέσ' από την έρημο, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.
- 17 Αυτόν που χτύπησε βασιλείς μεγάλους, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του,
- 18 κι αφάνισε βασιλείς πανίσχυρους, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του:
- 19 τον Σιχών, βασιλέα των Αμορραίων, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του,
- 20 και τον Ωγ, της Βασάν τον βασιλέα, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.
- 21 Κι έδωσε κληρονομία τη γη τους, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του,
- 22 κληρονομία στον Ισραήλ τον δούλο του, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.
- 23 Αυτόν που μας θυμήθηκε στην ταπεινώσή μας, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του,
- 24 και μας λύτρωσε από τους εχθρούς μας, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

25 Αυτόν που δίνει τροφή σε κάθε σάρκα, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

26 Δοξολογήστε τον Θεό, των ουρανών κυρίαρχο, \*  
αιώνιο είναι το έλεός του.

## Ψαλμός 137 (136)

«Στην όχθη των ποταμών της Βαβυλώνας»

*Αυτή η σωματική αιχμαλωσία του λαού ας αποτελεί παράδειγμα και ας μας θυμίζει πως υπάρχει και μια πνευματική αιχμαλωσία (Αγ. Ιλάριος).*

1 Στην όχθη των ποταμών της Βαβυλώνας, †  
εκεί καθίσαμε και κλάψαμε, \*  
καθώς τη Σιών θυμόμασταν.

2 Στις ιτιές των ποταμών της \*  
κρεμάσαμε τις κιθάρες μας.

3 Εκεί αυτοί που μας αιχμαλώτισαν, \*  
τραγούδια μας ζητούσαν,

κι ωδές χαράς εκείνοι που μας καταπίεζαν: \*  
«Ψάλτε μας από της Σιών τους ύμνους».

4 Πώς να ψάλουμε τον ύμνο του Κυρίου \*  
σε ξένη χώρα;

5 Αν, Ιερουσαλήμ, σε λησμονήσω, \*  
να παραλύσει το δεξί μου χέρι,

6 να κολλήσει η γλώσσα μου στον λάρυγγά μου, \*  
αν δεν είσαι η διαρκής μου σκέψη,

αν την Ιερουσαλήμ δεν προτάξω \*  
στο απόγειο της χαράς μου.

[7 Μην ξεχάσεις, Κύριε, του Εδώμ τα τέκνα, \*

την ημέρα που η Ιερουσαλήμ αλώθηκε,  
αυτούς που έλεγαν: †  
«γυμνώστε την, απογυμνώστε την, \*  
ως και τα θεμέλιά της».

8 Κι εσύ θα ερημωθείς, θυγατέρα Βαβυλώνα, †  
μακάριος όποιος σου ανταποδώσει \*  
ό,τι εσύ μας έκανες.

9 Μακάριος όποιος κρατήσει τα βρέφη σου, \*  
και τα συντρίψει επάνω στον βράχο.]

## Ψαλμός 138 (137)

### Ευχαριστία

*Οι βασιλείς της γης θα φέρνουν τα μεγαλεία και τον πλούτο τους στην  
αγία Πόλη (Πρβλ. Απ 21, 24).*

1β Θα σε δοξολογήσω, Κύριε, με όλη την καρδιά μου, \*  
επειδή άκουσες τα λόγια του στόματός μου.

Ενώπιον των αγγέλων θα σου ψάλω, \*

2 θα προσκυνήσω στραμμένος προς τον άγιο ναό σου,

και θα δοξολογήσω το όνομά σου \*

για το έλεος και την πιστότητά σου,

επειδή εκπλήρωσες τις υποσχέσεις σου, \*

πέρα από κάθε προσδοκία.

3 Όποτε και αν σε επικαλεστώ, εισάκουσέ με, \*

θα αναπτερώσεις τη δύναμη στην ψυχή μου.

4 Όλοι οι βασιλείς της γης θα σε δοξολογήσουν, Κύριε, \*

διότι άκουσαν τις υποσχέσεις του στόματός σου.

5 Και θα ψάλουν στον Κύριο για τις πράξεις του: \*

«Μεγάλη αληθινά η δόξα του Κυρίου,

6 ύψιστος αληθινά ο Κύριος και τον ταπεινό κοιτάζει, \*  
και αναγνωρίζει από μακριά τον αλαζόνα».

7 Αν βαδίσω ανάμεσα σε κινδύνους, \*  
εσύ στη ζωή θα με κρατήσεις,

κι ενάντια στην οργή των εχθρών μου, †  
θα απλώσεις το χέρι σου, \*  
και θα με σώσει η δεξιά σου.

8 Ο Κύριος ας ολοκληρώσει το έργο του για μένα! †  
Κύριε, το έλεός σου στην αιωνιότητα: \*  
μην εγκαταλείψεις τα έργα των χεριών σου.

## Ψαλμός 139 (138)

### Ο Κύριος, παντογνώστης

*Ποιος γνώρισε τη σκέψη του Κυρίου; Ποιος μπόρεσε να γίνει σύμβουλος του; (Ρωμ 11, 34).*

1β Κύριε, με έχεις διερευνήσει και με γνωρίζεις, \*

2 εσύ ξέρεις πότε κάθομαι και πότε σηκώνομαι.

Καταλαβαίνεις από μακριά τις σκέψεις μου, \*

3 εξετάζεις την πορεία μου και τη στάση μου.

Και όλα τα βήματά μου τα προβλέπεις, †

4 και πριν ακόμη στη γλώσσα μου φτάσει ο λόγος, \*  
ιδού, Κύριε, τα πάντα εσύ γνωρίζεις.

5 Είσαι πίσω μου, στέκεσαι μπροστά μου, \*

βάζεις επάνω μου το χέρι σου.

6 Υπέρμετρα θαυμάσια η γνώση αυτή για μένα, \*  
υπέρμετρα υψηλή, δεν μπορώ να τη συλλάβω.

7 Πού να πάω μακριά από το πνεύμα σου \*  
και πως να ξεφύγω από το βλέμμα σου;

8 Αν ανεβώ στον ουρανό, εσύ εκεί βρίσκεσαι, \*  
αν κατεβώ στον άδη, εκεί παρόν είσαι πάλι.

9 Αν με τα φτερά της αυγής πετάξω \*  
και κατασκηνώσω στα έσχατα της θάλασσας,

10 κι εκεί ακόμη θα με οδηγεί το χέρι σου, \*  
και θα με κρατά η δεξιά σου.

11 Αν πω: «Άς με σκεπάσει το σκοτάδι, \*  
και το φως τριγύρω μου ας γίνει νύχτα»,

12 ούτε και το σκοτός είναι σκοτεινό για σένα, †  
και η νύχτα θα φωτιστεί σαν την ημέρα \*  
- σκότη και φως για σένα είναι όμοια -.

13 Διότι εσύ διαμόρφωσες την καρδιά μου, \*  
με ύφανες στα σπλάχνα της μητέρας μου.

14 Θα σε δοξολογήσω, †  
διότι με θαυμαστό τρόπο πλάστηκα, \*  
θαυμάσια τα έργα σου: η ψυχή μου άριστα το ξέρει.

15 Δεν σου ήταν κρυφό το σώμα μου, †  
όταν μυστηριωδώς σχηματιζόμουν, \*  
όταν υφαινόμουν στης γης τη μήτρα.

16 Ακατέργαστο ακόμη με είδαν τα μάτια σου, †  
και στο βιβλίο σου είχαν γραφεί όλες μου οι ημέρες, \*  
είχαν καθοριστεί, όταν καμία τους ακόμη δεν υπήρχε.

17 Για μένα, Θεέ, πόσο πολύτιμες οι σκέψεις σου, \*  
πόσο βαθιές στο σύνολό τους.

18 Αν τις μετρήσω, θα είναι πιο πολλές από την άμμο, \*  
στο τέλος της ημέρας, ακόμη στην αρχή θα είμαι!

[19 Μακάρι, Θεέ, τους ασεβείς να αφάνιζες! \*  
Άνθρωποι αιμοσταγείς, φύγετε μακριά μου.

20 Αυτοί μιλούν και ψευδολογούν εναντίον σου, \*  
χωρίς αιτία σου εναντιώνονται.

21 Μήπως δεν θα μισήσω, Κύριε, όσους σε μίσησαν, \*  
δεν θα αποστραφώ αυτούς που σου εναντιώθηκαν;

22 Με μίσος ασίγαστο θα τους μισήσω: \*  
εχθροί έγιναν και για μένα.]

23 Διερεύνησέ με, Θεέ, και μάθε την καρδιά μου, \*  
δοκίμασέ με και γνώρισε τους λογισμούς μου,

24 και δεξ αν είμαι σε δρόμο εσφαλμένο, \*  
και οδήγησέ με στον δρόμο τον αιώνιο.

## Ψαλμός 140 (139)

Εμπιστοσύνη στον Θεό όταν εμφανίζονται κίνδυνοι

*Ο Υιός του ανθρώπου παραδίδεται στα χέρια ανθρώπων αμαρτωλών  
(Μτ 26, 45).*

2 Γλίτωσέ με, Κύριε, από τον πονηρό τον άνθρωπο, \*  
προστάτεψέ με από τον άνθρωπο τον βίαιο.

3 Όσοι το κακό λογίζονταν στην καρδιά τους, \*  
όλη την ημέρα προστριβές προκαλούσαν.

4 Έχουν γλώσσες ακονισμένες όπως τα φίδια, \*  
οχιάς δηλητήριο κάτω από τα χείλη τους.

5 Από το χέρι του αμαρτωλού φύλαξέ με, Κύριε, †  
και από τον άνθρωπο τον βίαιο προστάτεψέ με: \*  
μηχανεύτηκαν αυτοί να με υποσκελίσουν.

6 Μου έστησαν παγίδα οι αλαζόνες, †  
τέντωσαν σχοινιά κι έφτιαξαν δίχτυ, \*  
κι έβαλαν προσκόμματα στο πέρασμά μου.

7 Είπα στον Κύριο: «Εσύ είσαι ο Θεός μου, \*  
γύρε τα αυτιά σου, Κύριε, στη φωνή της δέησής μου».

8 Κύριε, Κύριε μου, δύναμη και σωτηρία μου, \*



σκέπασες την κεφαλή μου την ημέρα της μάχης.

9 Μην εκπληρώσεις, Κύριε, τους πόθους του ανόσιου, \*  
μην ευνοήσεις τα σχέδιά του.

[<sup>10</sup> Σηκώνουν το κεφάλι αυτοί που με περικυκλώνουν, \*  
ας τους βουλιάξει η κακία των ίδιων των χειλιών τους.

11 Ας πέσουν επάνω τους κάρβουνα πυρωμένα, \*  
σε λάκκο να τους ρίξεις, και να μη βγουν ποτέ τους.

12 Άνθρωπος κακόγλωσσος στη γη να μη στεριώσει, \*  
ως την απώλεια να κυνηγήσει τον βίαιο η δυστυχία.]

13 Ξέρω πως ο Κύριος υπερασπίζεται †  
του φτωχού την υπόθεση, \*  
και το δίκαιο των αδυνάμων.

14 Και θα δοξολογήσουν το όνομά σου οι δίκαιοι, \*  
και οι τίμιοι θα κατοικήσουν στην παρουσία σου.

## Ψαλμός 141 (140)

### Προσευχή την ώρα του κινδύνου

*Από τα χέρια του αγγέλου ο καπνός ανέβαινε με τις προσευχές των πιστών μπροστά στον θρόνο του Θεού (Απ 8, 4).*

1β Κύριε, σου κραύγασα, σπεύσε προς εμένα, \*  
πρόσεξε τη φωνή μου όταν σε επικαλούμαι.

2 Ας κατευθυνθεί η προσευχή μου \*  
όπως το θυμιάμα ενώπιόν σου,

τα υψωμένα χέρια μου \*  
ας είναι όπως η εσπερινή θυσία.

3 Θέσε, Κύριε, φύλακα στο στόμα μου \*  
και φρουρό στη θύρα των χειλιών μου.

4 Μην αφήνεις η καρδιά μου σε πονηριές να ρέπει \*  
και να προφασίζεται αφορμές για να αμαρτήσσει,  
μαζί με ανθρώπους που εργάζονται την ανομία: \*  
ποτέ να μη γευτώ από τα εκλεκτά εδέσματά τους.

5 Ας με επιπλήξει ο δίκαιος με αγάπη και ας με διορθώσει, †  
όμως του αμαρτωλού το έλαιο \*  
ας μην αρωματίσει την κεφαλή μου,  
η αδιάλειπτη προσευχή μου \*  
θα εναντιώνεται στις πονηριές τους.

6 Αφέθηκαν σε χέρια σκληρά οι αρχηγοί τους, \*  
και άκουσαν πόσο γλυκά ήταν τα λόγια μου.

7 Σαν κλαδιά ξεραμένα που στο χώμα παραπετούνται, \*  
έτσι στο χείλος του άδη σκορπίστηκαν τα οστά τους.

8 Σ' εσένα, Κύριε, Κύριε μου, στράφηκαν τα μάτια μου, \*  
σ' εσένα κατέφυγα: τη ζωή μη μου αφαιρέσεις .

9 Προφύλαξέ με από την παγίδα που μου έστησαν, \*  
και από τα προσκόμματα όσων εργάζονται την ανομία.

[<sup>10</sup> Οι ασεβείς μαζί ας πέσουν στα ίδια τους τα δίχτυα, \*  
όμως εγώ ας προσπεράσω άθικτος.]

## Ψαλμός 142 (141)

«Εσύ είσαι το καταφύγιό μου»

*Όλα αυτά εκπληρώθηκαν στον Κύριο, τον καιρό του Πάθους του (Αγ.  
Ιλάριος)*

2 Με τη φωνή μου στον Κύριο κραυγάζω, \*  
με τη φωνή μου τον Κύριο ικετεύω,

3 ξεχειλίζει ενώπιόν του το παράπονό μου, \*  
μπροστά του φανερώνω την αγωνία μου.

4 Όταν το θάρρος με εγκαταλείπει, \*  
εσύ γνωρίζεις την πορεία μου.

Στον δρόμο στον οποίο περπατούσα, \*  
μου έστησαν παγίδα.

5 Στράφηκα στα δεξιά μου και κοίταζα, \*  
και κανείς δεν υπήρχε που να με γνωρίζει.

Οδός διαφυγής για μένα δεν υπάρχει, \*  
κανείς δεν φροντίζει για τη ζωή μου.

6 Κραύγασα προς εσένα, Κύριε, †  
είπα: «Εσύ είσαι το καταφύγιό μου \*  
το μερίδιό μου στη χώρα των ζώντων.

7 Πρόσεξε την κραυγή μου: \*  
είμαι πολύ καταβεβλημένος.

Γλίτωσέ με από τους διώκτες μου: \*  
είναι ισχυρότεροί μου.

8 Βγάλε από τη φυλακή την ψυχή μου, \*  
ώστε να δοξολογήσω το όνομά σου.

Οι δίκαιοι θα με περιβάλλουν, \*  
επειδή θα με έχεις ευεργετήσει».

## Ψαλμός 143 (142)

### Προσευχή στη στενοχώρια

*Ο άνθρωπος δεν μπορεί να σωθεί με την τήρηση των διατάξεων του νόμου. Αυτό γίνεται μόνο με την πίστη στον Ιησού Χριστό (Γαλ 2, 16).*

1β Κύριε, εισάκουσε την προσευχή μου, †  
πρόσεξε την ικεσία μου χάρη στην πιστότητά σου, \*  
εισάκουσέ με χάρη στη δικαιοσύνη σου.

2 Και μην έρθεις σε δίκη με τον δούλο σου: \*  
κανείς που ζει δεν θα δικαιωθεί ενώπιόν σου.

3 Διότι καταδίωξε ο εχθρός την ψυχή μου, †  
ποδοπάτησε στο χώμα τη ζωή μου, \*  
με εξόρισε στα σκοτεινά σαν τους νεκρούς για πάντα.

4 Κι ένιωσα η αναπνοή μου να χάνεται, \*  
πάγωσε μέσα μου η καρδιά μου.

5 Θυμήθηκα τις παλαιότερες ημέρες, †  
στοχάστηκα επάνω σε όλα σου τα έργα, \*  
αναλογίστηκα όσα ποίησαν τα χέρια σου.

6 Άπλωσα τα χέρια μου σ' εσένα, \*  
μπροστά σου η ψυχή μου είναι σαν γη διψασμένη.

7 Γρήγορα εισάκουσέ με, Κύριε, \*  
δεν έχει ανταχί πια το πνεύμα μου.

Μην κρύψεις το πρόσωπό σου από μένα: \*  
θα γίνω σαν αυτούς που κατεβαίνουν στον λάκκο.

8 Κάνε να ακούσω το πρωί τον επιεική σου λόγο, \*  
διότι σ' εσένα ήλπισα.

Γνώρισέ μου τον δρόμο που πρέπει να βαδίσω, \*  
διότι σ' εσένα προσέφυγε η ψυχή μου.

9 Γλίτωσέ με από τους εχθρούς μου, \*  
Κύριε, σ' εσένα κατέφυγα.

10 Μάθε με να κάνω το θέλημά σου, †  
διότι εσύ είσαι ο Θεός μου. \*  
Το αγαθό σου πνεύμα σε γη ομαλή ας με οδηγήσει.

11 Χάρη στο όνομά σου, Κύριε, ζωή θα μου δώσεις. †  
Χάρη στη δικαιοσύνη σου, \*  
θα βγάλεις από τον κίνδυνο την ψυχή μου.

[12 Κι επειδή με σπλαχνίζεσαι, \*  
θα εξολοθρεύσεις τους εχθρούς μου.

Θα αφανίσεις όσους συνθλίβουν την ψυχή μου, \*  
επειδή εγώ δούλος δικός σου είμαι.]

## Ψαλμός 144 (143)

Για τη νίκη και την ειρήνη

*Όλα τα μπορώ χάρη στον Χριστό που με δυναμώνει (Φιλ 4, 13).*

1<sup>β</sup> Ευλογητός ο Κύριος, ο βοηθός μου, †  
που γυμνάζει τα χέρια μου για τον αγώνα \*  
και τα δάχτυλά μου για τη μάχη.

2 Σύμμαχός μου και δύναμή μου, \*  
καταφύγιό μου κι ελευθερωτής μου,  
υπερασπιστής μου, κι αυτόν εμπιστεύτηκα, \*  
αυτόν που τον λαό μου υποτάσσει.

3 Κύριε, τι είναι ο άνθρωπος ώστε να τον φροντίζεις, \*  
ή ο υιός του ανθρώπου ώστε να τον συλλογίζεσαι;

4 Ο άνθρωπος μοιάζει με ένα φύσημα του ανέμου, \*  
οι ημέρες του είναι σαν τη σκιά που χάνεται.

5 Κύριε, χαμήλωσε τους ουρανούς σου και κατέβα, \*  
άγγιξε τα όρη και καπνό θα αναδώσουν.

6 Αστραψε τον κεραυνό και σκόρπισέ τους, \*  
στείλε τα βέλη σου και συντάραξε τους.

7 Στείλε από ψηλά το χέρι σου, †  
γλίτωσέ με και σώσε με από τα πολλά τα ύδατα \*  
και από το χέρι ανθρώπων αλλοτριωμένων,

8 το στόμα των οποίων διαστρέφει την αλήθεια, \*  
και των οποίων η δεξιά είναι δεξιά επίορκη.

9 Νέα ωδή, Θεέ, θα σου ψάλω, \*  
με το δεκάχορδο ψαλτήριό θα σε υμνήσω,

10 εσένα που δίνεις στους βασιλείς τη νίκη, †  
που λυτρώνεις τον Δαβίδ, τον δούλο σου, \*  
από το ανελέητο ξίφος.

- 11 Γλίτωσέ με και σώσε με \*  
από το χέρι ανθρώπων αλλοτριωμένων,  
το στόμα των οποίων διαστρέφει την αλήθεια, \*  
και των οποίων η δεξιά είναι δεξιά επίορκη.
- 12 Τα αγόρια μας σαν θαλερά βλαστάρια, \*  
αναπτυγμένα ήδη από τη νεότητά τους.  
Οι θυγατέρες μας σαν σκαλιστές κολόνες, \*  
σμιλευμένες για του ναού το στόλισμα.
- 13 Οι αποθήκες μας γεμάτες, \*  
από κάθε λογής αγαθά ξεχειλισμένες,  
τα πρόβατά μας κατά χιλιάδες, †  
αναρίθμητα μέσα στους κάμπους μας, \*  
παχιά τα βόδια μας.
- 14 Δεν υπάρχουν χαλάσματα, ούτ' εξορίες, \*  
ούτε θρήνοι στις πλατείες μας.
- 15 Μακάριος ο λαός στον οποίο αυτά συμβαίνουν, \*  
μακάριος ο λαός, του οποίου Θεός είναι ο Κύριος.

## Ψαλμός 145 (144)

### Αίνος στη θεία μεγαλειότητα

*Δίκαιος είσαι, άγιε, εσύ που αληθινά υπάρχουν και υπήρχες (Απ 16, 5).*

- 1 Θα σε υπερυψώσω, Θεέ μου, βασιλέα μου, †  
και θα ευλογήσω το όνομά σου \*  
ατελείωτα και στους αιώνες των αιώνων.
- 2 Θα σε ευλογώ κάθε ημέρα †  
και θα ανυμνώ το όνομά σου \*  
ατελείωτα και στους αιώνες των αιώνων.
- 3 Μέγας ο Κύριος και υπερύμνητος, \*

και η μεγαλοσύνη του ανεξιχνίαστη.

4 Η μια γενεά στην άλλη θα εξυμνεί τα έργα σου, \*  
και θα εξιστορεί τα κατορθώματά σου.

5 Για τη λαμπρότητα της δόξας σου †  
και για τη μεγαλοπρέπειά σου θα μιλήσουν \*  
και θα διηγηθούν τα θαυμάσιά σου.

6 Και θα πουν για τη δύναμη των φοβερών σου, \*  
και θα αφηγηθούν τα μεγαλεία σου.

7 Θα διαιωνίσουν την ανάμνηση †  
της αμέτρητης γλυκύτητάς σου, \*  
και θα αγαλλιόσουν για τη δικαιοσύνη σου.

8 Συμπονετικός κι ελεήμων ο Κύριος, \*  
ανεκτικός και σπλαχνικότατος.

9 Γλυκός ο Κύριος με όλους, †  
και η απέραντη ευσπλαχνία του \*  
αγκαλιάζει όλα του τα έργα.

10 Ας σε δοξολογήσουν, Κύριε, όλα τα έργα σου, \*  
και οι άγιοί σου ας σε ευλογήσουν.

11 Ας πουν τη δόξα της βασιλείας σου \*  
και ας μιλήσουν για τη δύναμή σου,

12 ώστε γνωστά να κάνουν †  
τα κατορθώματά σου στους ανθρώπους, \*  
τη δόξα και τη μεγαλοπρέπεια της βασιλείας σου.

13 Η βασιλεία σου βασιλεία όλων των αιώνων, \*  
σε κάθε γενεά και γενεά η δεσποτεία σου.

Πιστός ο Κύριος σε κάθε του λόγο \*  
και άγιος σε όλα του τα έργα.

14 Ο Κύριος στηρίζει όσους παραπαίουν \*  
και ανορθώνει όσους έχουν λυγίσει.

- 15 Τα μάτια όλων σ' εσένα ελπίζουν, \*  
κι εσύ τροφή τους δίνεις στην ώρα την κατάλληλη.
- 16 Ανοίγεις εσύ το χέρι σου, \*  
και κάθε ζωντανού τον πόθο εκπληρώνεις.
- 17 Δίκαιος ο Κύριος σε όλες τις οδούς του, \*  
και άγιος σε όλα του τα έργα.
- 18 Κοντά είναι ο Κύριος σε όποιον τον επικαλείται, \*  
σε όποιον τον επικαλείται με ειλικρίνεια.
- 19 Θα κάνει το θέλημα όσων τον φοβούνται, \*  
θα εισακούσει τη δέησή τους και θα τους σώσει.
- 20 Όλους εκείνους που τον αγαπούν τους φροντίζει ο Κύριος, \*  
και τον κάθε ασεβή εξολοθρεύει.
- 21 Το στόμα μου ας ψάλλει τους αίνους του Κυρίου, †  
και ας ευλογήσει κάθε σάρκα το άγιο του όνομα \*  
αιώνια και στους αιώνες των αιώνων.

## Ψαλμός 146 (145)

### Η μακαριότητα αυτών που ελπίζουν στον Κύριο

*Ας δοξάσουμε τον Κύριο με τη ζωή μας, δηλαδή με τη διαγωγή και τις πράξεις μας (Αρνόβιος).*

- 1β Δόξασε, ψυχή μου, τον Κύριο, †  
2 θα εξυμνώ τον Κύριο σε όλη τη ζωή μου, \*  
θα ψάλλω στον Θεό μου ωσότου θα υπάρχω.
- 3 Στους άρχοντες μην εμπιστεύεστε, \*  
είναι άνθρωποι θνητοί, δεν δίνουν σωτηρία:
- 4 θα τους εγκαταλείψει το πνεύμα τους †  
και στο χώμα τους θα επιστρέψουν, \*  
την ίδια ημέρα θα εξανεμιστούν τα σχέδιά τους.



5 Μακάριος ο άνθρωπος, †  
που τον Θεό του Ιακώβ έχει βοηθό του, \*  
και την ελπίδα του στον Κύριο, τον Θεό του,  
6 αυτόν που ποίησε τη γη και τα ουράνια, †  
τη θάλασσα και ό,τι μέσα της υπάρχει, \*  
αυτόν που μένει πιστός αιώνια,  
7 δικαιοσύνη αποδίδει στους καταπιεσμένους, \*  
δίνει τροφή στους πεινασμένους.  
8 Ο Κύριος λύνει τους χειροδέσμιους, \*  
ο Κύριος τους τυφλούς φωτίζει,  
ο Κύριος ανορθώνει τους καταρρακωμένους, \*  
ο Κύριος αγαπάει τους δικαίους,  
9 ο Κύριος φυλάει τους μετανάστες, †  
στηρίζει τα ορφανά και τις χήρες \*  
κι αφανίζει των αμαρτωλών τον δρόμο.  
10 Θα βασιλεύσει ο Κύριος στην αιωνιότητα, \*  
από γενεά σε γενεά, Σιών, ο Θεός σου.

## Ψαλμός 147 (146, 1-11· 147)

### Η δύναμη και η καλοσύνη του Κυρίου

*Εσένα τον Θεό υμνούμε: εσένα τον Κύριο δοξολογούμε (Από τη δοξολογία Te Deum).*

1β Αινείτε τον Κύριο: †  
είναι ωραίο να ψάλλουμε στον Θεό μας, \*  
είναι γλυκό να τον εγκωμιάζουμε.

2 Ανοικοδομεί την Ιερουσαλήμ ο Κύριος, \*  
τη διασπορά του Ισραήλ και πάλι θα συνάξει.

- 3 Αυτός γιατρεύει †  
όσους έχουν την καρδιά συντετριμμένη, \*  
κι επιδένει τα τραύματά τους.
- 4 Αυτός τα πλήθη καταριθμεί των άστρων, \*  
και όλα τα φωνάζει με το όνομά τους.
- 5 Μέγας ο Κύριός μας και μεγαλοδύναμος, \*  
και η σοφία του ακαταμέτρητη.
- 6 Στηρίζει τους ταπεινούς ο Κύριος, \*  
και ταπεινώνει τους ασεβείς μέχρι το χρώμα.
- 7 Ευχαριστία στον Κύριο υψώστε, \*  
ψάλλετε στον Θεό μας με την κιθάρα.
- 8 Αυτός με νεφέλες τον ουρανό περιβάλλει, \*  
και τη βροχή για τη γη προετοιμάζει.
- Αυτός κάνει να βλαστήσει στα όρη το χορτάρι \*  
και τη χλωρίδα στην υπηρεσία των ανθρώπων.
- 9 Αυτός δίνει στα ζώα την τροφή τους, \*  
και στα μικρά των κοράκων που του κρίζουν.
- 10 Δεν ευχαριστείται από τη δύναμη του αλόγου, \*  
ούτε προτιμά τα γοργά τα πόδια του ανθρώπου.
- 11 Προτιμά ο Κύριος αυτούς που τον φοβούνται, \*  
κι αυτούς που ελπίζουν στο έλεός του.
- 12 Ύμνησε, Ιερουσαλήμ, τον Κύριο, \*  
ανύμνησε, Σιών, τον Θεό σου.
- 13 Επειδή ενίσχυσε τους μοχλούς των πυλών σου, \*  
ευλόγησε τα παιδιά μέσα στα τείχη σου.
- 14 Αυτός εγκαθιστά την ειρήνη στα σύνορά σου \*  
και με το εκλεκτότερο σιτάρι σε χορταίνει.
- 15 Αυτός αποστέλλει στη γη το μήνυμά του, \*  
τρέχει γρήγορα ο λόγος του.

16 Αυτός σαν νιφάδες μαλλιού δίνει το χιόνι, \*  
σκορπίζει την πάχνη σαν να ήταν στάχτη.

17 Ρίχνει σαν ψίχουλα κρυστάλλους από πάγο, \*  
μπροστά στο ψύχος του ποιος μπορεί να αντέξει;

18 Θα στείλει τον λόγο του και όλα θα λιώσουν, \*  
θα πνεύσει η πνοή του και τα νερά θα τρέξουν.

19 Αυτός αναγγέλλει στον Ιακώβ τον λόγο του, \*  
στον Ισραήλ τα προστάγματα και τις κρίσεις του.

20 Με άλλο έθνος δεν έκανε το ίδιο, \*  
και τις κρίσεις του σε εκείνους δεν φανέρωσε.

## Ψαλμός 148

### Εγκώμιο του Δημιουργού Κυρίου

*Αυτός που κάθεται στον θρόνο και το Αρνίο να είναι για πάντα  
ευλογημένοι, τιμημένοι, δοξασμένοι και ισχυροί (Απ 5, 13).*

1β Αινείτε από τους ουρανοί τον Κύριο, \*  
αινείτε τον στον ουρανό τα ύψη.

2 Αινείτε τον, οι άγγελοί του όλοι, \*  
αινείτε τον, όλες οι δυνάμεις του.

3 Αινείτε τον, ο ήλιος και η σελήνη, \*  
αινείτε τον, όλα τα άστρα που λαμπυρίζουν.

4 Αινείτε τον, όλα τα επουράνια, \*  
και όλα τα ύδατα στους ουρανοί επάνω.

5 Αινείτε το όνομα του Κυρίου, \*  
διότι πρόσταξε αυτός και δημιουργήθηκαν.

6 Τα στερέωσε για πάντα †  
και στους αιώνες των αιώνων, \*  
έθεσε νόμο, και δεν θα παρέλθει.

7 Αινείτε από τη γη τον Κύριο, \*  
θαλάσσια κήτη και όλες οι άβυσσοι,  
8 φωτιά, χαλάζι, χιόνι, ομίχλη, \*  
ανεμοθύελλα, που εκτελείς τον λόγο του,  
9 τα όρη κι εσείς οι λόφοι όλοι, \*  
δέντρα καρποφόρα και όλοι εσείς οι κέδροι,  
10 τα θηρία και όλα τα ζώα, \*  
ερπετά και πουλιά του αέρα.  
11 Βασιλείς της γης και όλα τα έθνη, \*  
άρχοντες και όλοι της γης οι κυβερνήτες,  
12 νέοι μαζί και νέες, \*  
γέροντες και παιδάκια,  
13 ας επαινέσουν το όνομα του Κυρίου, \*  
διότι μόνο το όνομά του είναι ύψιστο!  
14 Η μεγαλοσύνη του υπερέχει γης και ουρανίων· \*  
αυτός έδωσε πάλι δύναμη στον λαό του.  
Ο Κύριος είναι ο ύμνος για όλους τους αγίους του, \*  
για τα τέκνα του Ισραήλ, τον λαό που στέκεται κοντά του.

## Ψαλμός 149

### Η αγαλλίαση των αγίων

*Τα παιδιά της Εκκλησίας, τα παιδιά του νέου λαού ας αγαλλιάζουν για τον βασιλέα τους, τον Χριστό (Ησύχιος).*

1 Ψάλλετε στον Κύριο ένα νέο άσμα, \*  
το εγκώμιό του στην εκκλησία των αγίων.  
2 Ας ευφρανθεί ο Ισραήλ για τον Ποιητή του, †  
και της Σιών τα τέκνα \*  
ας αγαλλιάσουν για τον βασιλέα τους.

3 Με τον χορό ας εγκωμιάσουν το όνομά του, \*  
ας του ψάλουν με το τύμπανο και την κιθάρα,  
4 διότι ευαρεστείται ο Κύριος με τον λαό του, \*  
και τους φτωχούς θα στεφανώσει με τη νίκη.  
5 Ας αλαλάξουν οι άγιοί του για τη δόξα, \*  
ας κραυγάζουν από χαρά στα στρώματά τους.  
6 Τους ύμνους του Θεού στο στόμα τους ας έχουν \*  
και ρομφαίες δίκοπες στα χέρια τους,  
7 για να οδηγήσουν τα έθνη στην ήττα \*  
και τους λαούς στην τιμωρία,  
8 για να αλυσοδέσουν τους βασιλείς τους, \*  
και τους άρχοντές τους με χειροπέδες σιδερένιες,  
9 για να εκτελέσουν εναντίον τους τη γραπτή απόφαση: \*  
τούτο είναι τιμή για όλους τους αγίους του.

## Ψαλμός 150

«Αινείτε τον Κύριο»

*Ψάλλετε με το πνεύμα, ψάλλετε και με τον νου, δηλαδή: δοξάστε τον Θεό και με την ψυχή και με το σώμα σας (Ησύχιος).*

1 Αινείτε τον Κύριο στον άγιο ναό του, \*  
αινείτε τον στο στερέωμα της δύναμής του.  
2 Αινείτε τον για τα κατορθώματά του, \*  
αινείτε τον για το απέραντο μεγαλείο του.  
3 Αινείτε τον με τον ήχο της σάλπιγγας, \*  
αινείτε τον με το ψαλτήριο και την κιθάρα.  
4 Αινείτε τον με τον χορό και το τύμπανο, \*  
αινείτε τον με τα πνευστά και με τα έγχορδα,

<sup>5</sup> αινείτε τον με τα ηχηρά τα κύμβαλα, †  
αινείτε τον με του αλαλαγμού τα κύμβαλα: \*  
οτιδήποτε αναπνέει ας αινεί τον Κύριο.

**ΟΙ ΩΔΕΣ**





**ΩΔΕΣ**  
**ΤΗΣ ΠΑΛΑΙΑΣ ΔΙΑΘΗΚΗΣ**



## Ωδή 1 [Εξ 15, 1-13. 17-18]

### Επινίκιος ύμνος μετά τη διάβαση της Ερυθράς Θάλασσας.

*Είδα κι εκείνους που νίκησαν το θηρίο: τραγουδούσαν το άσμα του Μωυσή, του δούλου του Θεού (Πρβλ. Απ 15, 2-3).*

<sup>1</sup> Ας ψάλουμε στον Κύριο, †  
διότι θαυμαστά δοξάστηκε: \*  
άλογο και αναβάτη έριξε στη θάλασσα.

<sup>2</sup> Δύναμή μου και ύμνος μου ο Κύριος: \*  
έγινε αυτός για μένα σωτηρία.

Αυτός είναι ο Θεός μου και θα τον δοξάσω: \*  
ο Θεός του πατέρα μου και θα τον εγκωμιάσω.

<sup>3</sup> Είναι πολεμιστής ο Κύριος: \*  
Κύριος το όνομά του.

<sup>4</sup> Τις άμαξες του Φαραώ και τα στρατεύματά του †  
στη θάλασσα καταπόντισε: \*  
οι επίλεκτοι πολεμιστές του βυθίστηκαν στην Ερυθρά τη Θάλασσα.

<sup>5</sup> Η άβυσσος τούς κάλυψε, \*  
στα απύθμενα βάθη βούλιαξαν σαν πέτρες.

<sup>6</sup> Η δεξιά σου, Κύριε, δοξάστηκε σε δύναμη: \*  
η δεξιά σου, Κύριε, συνέτριψε τον εχθρό μας.

<sup>7</sup> Με την απέραντη δόξα σου αφάνισες τους αντιπάλους σου, \*  
απέστειλες την οργή σου και τους κατέκαψες σαν καλάμια.

<sup>8</sup> Φύσηξες τον θυμό σου και τα νερά συνάχθηκαν: †  
τα κύματα υψώθηκαν σαν να ήταν τείχος, \*  
έπηξαν οι άβυσσοι στις θάλασσας τα βάθη.

<sup>9</sup> Είπε ο εχθρός: «Θα τους κυνηγήσω, θα τους πιάσω: †  
θα μοιραστώ τα λάφυρα και η ψυχή μου θα χορτάσει, \*  
θα βγάλω το ξίφος μου, το χέρι μου θα τους αφανίσει».

10 Φύσηξες την πνοή σου: τους κάλυψε η θάλασσα· \*  
σαν το μολύβι βούλιαξαν σε αφρισμένα ύδατα.

11 Ποιος μεταξύ των θεών είναι όμοιός σου, Κύριε; †  
Ποιος είναι όμοιός σου, θαυμαστός στην αγιοσύνη, \*  
φοβερός κι επαινετός και ποιητής θαυμάτων;

12 Απλώσες το χέρι σου: η γη τούς κατάπιε. †

13 Οδήγησες με την αγάπη σου αυτό τον λαό που λύτρωσες: \*  
τον κατεύθυνες με την ισχύ σου στην αγία κατοικία σου.

17 Θα τους φέρεις και θα τους φυτέψεις \*  
στο όρος της κληρονομίας σου,

στον τόπο, Κύριε, που ετοίμασες για κατοικία σου, \*  
στο αγιαστήριό σου, Κύριε, που έστησαν τα χέρια σου.

18 Ο Κύριος θα βασιλεύει \*  
στους αιώνες και αιώνια.

## Ωδή 2 [Δτ 32, 1-12]

### Οι ευεργεσίες του Θεού υπέρ του λαού

*Πόσες φορές θέλησα να συνάξω τα παιδιά σου όπως η κλώσα συνάξει  
τα κλωσόπουλα κάτω από τις φτερούγες της (Μτ 23, 37).*

1 Ακούστε, ουρανοί, και θα μιλήσω· \*  
ας ακούσει η γη τους λόγους του στόματός μου!

2 Ας στάξουν σαν τη βροχή τα λεγόμενά μου, \*  
ας κατεβούν σαν τη δροσιά τα ρήματά μου·

σαν ψιχάλα επάνω στη χλόη \*  
και σαν ευεργετικές σταγόνες στο χορτάρι.

3 Διότι θα επικαλεστώ το όνομα του Κυρίου: \*  
δώστε μεγαλοσύνη στον Θεό μας!

4 Βράχος ο Κύριος: τέλεια είναι τα έργα του· \*

όλοι του οι δρόμοι δικαιοσύνη.

Θεός πιστός και δίχως καμιά κακία, \*  
Θεός ευθύς και δίκαιος.

5 Εσείς τον προσβάλατε με τις ανομίες σας †  
- δεν είστε πια παιδιά του - \*  
γενεά στραβή και διεστραμμένη!

6 Έτσι ανταποδίδεις στον Κύριο, \*  
λαέ ανόητε και άμυαλε;

Μήπως αυτός δεν είναι ο πατέρας σου; \*  
Αυτός που σου έδωσε ύπαρξη, ζωή και σε στερέωσε;

7 Θυμήσου, Ισραήλ, τις παλαιές ημέρες, \*  
σκέψου την κάθε γενεά που πέρασε.

Ρώτησε τον πατέρα σου και θα στο εξιστορήσει, \*  
τους γέροντές σου και θα σου το πούνε.

8 Όταν ο Ύψιστος διαμοίραζε τα έθνη, \*  
όταν τα παιδιά του Αδάμ διασκόρπιζε,  
χάραξε των λαών τα σύνορα, \*  
και τον αριθμό των υιών του Ισραήλ καθόρισε.

9 Και ο Κύριος κράτησε τον Ισραήλ ως μερίδιό του, \*  
τον Ιακώβ ως κληρονομία του.

10 Σε έρημη γη τον βρήκε, \*  
σε τόπο τρομαχτικό και στις κραυγές της απόγνωσης.  
Τον περιέθαλψε, τον διαπαιδαγώγησε, \*  
ως κόρη οφθαλμού τον φύλαξε.

11 Σαν τον αετό που προστατεύει τη φωλιά του, \*  
και πετάει επάνω στα μικρά του,  
έτσι άνοιξε τις φτερούγες του και τον παρέλαβε, \*  
τον σήκωσε επάνω στα φτερά του.

12 Ο Κύριος, μόνο αυτός υπήρξε οδηγός τους· \*  
κανείς ξένος θεός δεν ήταν μαζί του.

### Ωδή 3 [Α΄ Σαμ 2, 1-10]

#### Η ταπεινοί σκιρτούν για τον Κύριο

*Καθαίρεσε άρχοντες από τους θρόνους, και ταπεινούς ανύψωσε·  
πλημμύρισε με αγαθά τους πεινασμένους (Λκ 1, 52-53).*

<sup>1</sup> Σκίρτησε η καρδιά μου για τον Κύριο, \*  
ανύψωσε ο Θεός το καταβεβλημένο πνεύμα μου·  
τώρα γελάει το στόμα μου για τους εχθρούς μου, \*  
χαίρομαι για τη σωτηρία σου.

<sup>2</sup> Δεν υπάρχει άγιος όπως ο Κύριος, †  
ούτε υπάρχει άλλος εκτός από σένα· \*  
άλλος δεν υπάρχει δυνατός όπως ο Θεός μας.

<sup>3</sup> Μην καυχιέστε και μην υπερηφανεύεστε, \*  
λόγια αλαζονικά ας μη βγαίνουν από το στόμα σας,  
διότι Θεός παντογνώστης είναι ο Κύριος, \*  
και από αυτόν σταθμίζονται οι πράξεις.

<sup>4</sup> Έσπασαν των ισχυρών τα τόξα, \*  
και οι αδύναμοι με δύναμη περιζώστηκαν.

<sup>5</sup> Βγήκαν οι χορτασμένοι για το ψωμί να μοχθήσουν, \*  
και οι πεινασμένοι έπαψαν πια να έχουν ανάγκη.

Πολλά παιδιά γέννησε η στείρα, \*  
και αυτή που είχε πολλά παιδιά μαράθηκε.

<sup>6</sup> Θανατώνει και ζωογονεί ο Κύριος, \*  
κατεβάζει στον άδη και ανεβάζει.

<sup>7</sup> Ο Κύριος άλλους καθιστά φτωχούς και άλλους πλούσιους, \*  
ταπεινώνει και ανυψώνει.

<sup>8</sup> Ανασηκώνει τον δυστυχή από το χώμα, \*  
και τον φτωχό μέσο' από την κοπριά τον ανυψώνει,  
για να τον βάλει να καθίσει με τους άρχοντες, \*

και θρόνο δόξας να του δώσει.

Του Κυρίου είναι πράγματι της γης τα θεμέλια \*  
κι επάνω σε αυτά στερέωσε την οικουμένη.

9 Αυτός τα βήματα των αγίων του θα φυλάξει, †  
όμως οι ασεβείς θα σωπάσουν μες στα σκότη· \*  
ο άνθρωπος δεν θα υπερिσχύσει με τη δύναμή του.

10 Ο Κύριος θα συντρίψει τους αντιπάλους του· \*  
από τους ουρανούς επάνω τους θα βροντήσει.

Ο Κύριος θα κρίνει της γης τα πέρατα, †  
θα δώσει εξουσία στον βασιλέα του \*  
και θα υψώσει τη δύναμη του χριστού του.

#### **Ωδή 4** [Α΄ Χρ 29, 10-13]

#### **Μόνο στον Θεό τιμή και δόξα**

*Ευλογημένος να είναι ο Θεός, ο Πατέρας του Κυρίου μας Ιησού Χριστού (Εφ 1, 3).*

10 Ευλογημένος είσαι, Κύριε, Θεέ του Ισραήλ, του πατέρα μας, \*  
αιώνια και για πάντα.

11 Δική σου είναι, Κύριε, η μεγαλοσύνη και η δύναμη, \*  
η δόξα, η λαμπρότητα και η μεγαλειότητα:

διότι όλα στον ουρανό και στη γη δικά σου είναι· †  
δική σου είναι, Κύριε, η βασιλεία, \*  
κι εσύ κυρίαρχος υψώνεσαι επάνω από όλα.

12 Από εσένα προέρχονται ο πλούτος και η δόξα, \*  
εσύ τα πάντα εξουσιάζεις.

Στο χέρι σου υπάρχει δύναμη κι εξουσία, †  
στο χέρι σου είναι να ανυψώνεις \*  
και να ισχυροποιείς τα πάντα.

13 Τώρα, λοιπόν, Θεέ μας, σε δοξολογούμε, \*  
και ανυμνούμε το ένδοξό σου όνομα.

## Ωδή 5 [Τωβ 13, 2-8]

### Ο Θεός μαστιγώνει κι ευσπλαχνίζεται

*Ευλογημένος να είναι ο Θεός, ο Πατέρας του Κυρίου μας Ιησού Χριστού, που από μεγάλη ευσπλαχνία μάς αναγέννησε (Α΄ Πε 1, 3).*

2 Ευλογημένος ο Θεός που ζει αιώνια, †  
κι ευλογημένη η βασιλεία του: \*  
διότι αυτός μαστιγώνει κι ευσπλαχνίζεται,  
κατεβάζει μέχρι κάτω στην άβυσσο του άδη †  
και ανεβάζει από την απώλεια με τη μεγαλοσύνη του: \*

3 Δοξολογήστε τον, υιοί του Ισραήλ, εμπρός στα έθνη, †  
διότι αυτός σας διασκορπίσε ανάμεσά τους, \*  
4 κι εκεί σας έδειξε τη μεγαλοσύνη του.

Δοξάστε τον μπροστά σε όλους τους ανθρώπους: †  
αυτός είναι ο Κύριός μας, αυτός και ο πατέρας μας, \*  
αυτός και ο Θεός μας σε όλους τους αιώνες.

5 Θα σας μαστιγώσει για τις ανομίες σας, \*  
και πάλι όλους θα σας ελεήσει  
και από όλα τα έθνη θα σας συνάξει, \*  
όπου και αν ήσασταν διασκορπισμένοι.

6 Όταν σε αυτόν στραφείτε, †  
με όλη την καρδιά και με όλη την ψυχή σας, \*  
ώστε μπροστά του να πράττετε το δίκαιο,  
τότε θα έρθει και αυτός κοντά σας \*  
και δεν θα σας κρύψει πια το πρόσωπό του.

Κοιτάξτε τώρα όσα έκανε για χάρη σας, \*



δοξάστε τον με όλη τη δύναμη της φωνής σας.

Ευλογήστε τον Κύριο της δικαιοσύνης, \*  
ανυμνήστε τον βασιλέα των αιώνων.

Εγώ τον δοξολογώ στη χώρα της αιχμαλωσίας μου, †  
και δείχνω την ισχύ και τη μεγαλοσύνη του, \*  
σε έναν λαό γεμάτο αμαρτίες.

Εσείς, αμαρτωλοί, μεταστραφείτε, †  
και πράξτε το σωστό ενώπιόν του. \*  
Ποιος ξέρει, αν σας αγαπήσει πάλι και σας συμπονέσει!

7 Εγώ και η ψυχή μου †  
στον βασιλέα του ουρανού κραυγάζουμε τη χαρά μας, \*  
η ψυχή μου θα αγάλλεται όλες τις ημέρες της ζωής μου.

8 Ευλογήστε τον Κύριο, εσείς οι εκλεκτοί του, †  
και όλοι εσείς ανυμνήστε τη μεγαλοσύνη του. \*  
Ζήστε ημέρες αγαλλίασης και δοξολογήστε τον!

## **Ωδή 6** [Τωβ 13, 8-11. 13-14αβ. 15-16αβ. 16ζ-18]

### **Ευχαριστία για την απελευθέρωση του λαού**

*Μου έδειξε την αγία Πόλη, την Ιερουσαλήμ ... Είχε τη λαμπρότητα του Θεού (Πρβλ. Απ 21, 10-11).*

8 Ευλογήστε τον Κύριο, εσείς οι εκλεκτοί του, †  
και όλοι εσείς ανυμνήστε τη μεγαλοσύνη του. \*  
Ζήστε ημέρες αγαλλίασης και δοξολογήστε τον!

9 Ιερουσαλήμ, αγία πόλη, θα σε μαστιγώσει ο Κύριος \*  
για τα έργα των χεριών σου.

10 Με αγαθή διάθεση τον Κύριο δοξολόγησε \*  
και τον βασιλέα των αιώνων ευλόγησε.

Αυτός θα ανοικοδομήσει με χαρά εντός σου τον ναό του, \*  
και θα σε κάνει να χαρείς επαναφέροντας τους εξορίστους.

Θα δείξει την αγάπη του στους ταλαιπωρημένους, †  
όταν σ' εσένα θα τους φέρει να ζήσουν \*  
για όλους τους αιώνες των αιώνων.

11 Φως λαμπερό θα λάμψει \*  
ως τα πέρατα της οικουμένης:

έθνη πολλά θα έρθουν από μακριά σ' εσένα: †  
οι κάτοικοι από όλα της γης τα πέρατα \*  
θα έρθουν προς τη σκηνή του αγίου ονόματός σου,  
στα χέρια τους κρατώντας δώρα \*  
για του ουρανού τον βασιλέα.

Ατελείωτες γενεές θα σου εκφράζουν τη χαρά τους, †  
κι εσύ πόλη εκλεκτή θα ονομάζεσαι \*  
σε όλους τους ερχόμενους αιώνες.

13 Σήκω και πανηγύρισε για τα παιδιά των δικαίων: †  
όλοι θα συναχθούν εντός σου \*  
και θα ευλογούν τον Κύριο των αιώνων.

14 Μακάριοι αυτοί που σε αγαπούνε, \*  
μακάριοι αυτοί που θα χαρούν για την ειρήνη σου.

15 Ψυχή μου, ευλόγησε τον Κύριο, τον μέγα βασιλέα, †  
16 διότι η Ιερουσαλήμ θα οικοδομηθεί και πάλι \*  
ως πόλη της κατοικίας του για όλους τους αιώνες.

Θα ανοικοδομηθούν της Ιερουσαλήμ οι πύλες †  
με ζαφείρι και σμαράγδι, \*  
και με λίθους πολύτιμους όλα τα τείχη της.

Θα ανοικοδομηθούν με χρυσάφι της Ιερουσαλήμ οι πύργοι, \*  
με καθαρό χρυσό οι προμαχώνες της.

17 Θα επιστρωθούν της Ιερουσαλήμ οι δρόμοι \*  
με γαλαζόλιθο και της Οφείρ πετράδια.

18 Και της Ιερουσαλήμ οι θύρες †  
χαράς τραγούδια θα αντηχήσουν, \*

και σε όλους τους δρόμους της θα ψάλλουν: “Αλληλούια!  
Ο Θεός του Ισραήλ ευλογημένος, †  
κι ευλογημένοι αυτοί που ευλογούν το άγιο όνομά του \*  
αιώνια και για πάντα”.

### **Ωδή 7 [Ιδθ 16, 1-2. 13-15]**

**Ο Θεός, δημιουργός του κόσμου, προστατεύει τον λαό του**

*Έφελναν έναν καινούριο ύμνο (Απ 5, 9)*

1 Υμνήστε τον Θεό μου με τύμπανα, \*  
δοξάστε τον Κύριό μου με κύμβαλα,  
συνθέστε γι’ αυτόν έναν ψαλμό καινούριο, \*  
ανυψώστε κι επικαλεστείτε το όνομά του.

2 Εσύ είσαι ο Θεός που νικάει στους πολέμους, †  
εσύ θέτεις το στρατόπεδό σου στο μέσο του λαού σου, \*  
για να με σώσεις από το χέρι των διωκτών μου.

13 Θα ψάλω στον Θεό μου ένα νέο ύμνο: †  
Κύριε, μέγας είσαι εσύ και δοξασμένος, \*  
θαυμαστός στη δύναμη και αξεπέραστος.

14 Εσένα κάθε πλάσμα σου ας υπηρετήσει, \*  
διότι είπες κι έγιναν,  
έστειλες το πνεύμα σου και οικοδομήθηκαν, \*  
και δεν υπάρχει κανείς που να αντιστέκεται στη φωνή σου.

15 Συθέμελα θα ταραχτούν τα όρη και οι θάλασσες, \*  
οι βράχοι, στο πρόσωπό σου, σαν το κερί θα λιώσουν·  
σε όσους όμως σε φοβούνται, \*  
εσύ πάντοτε επεικής θα είσαι.

## Ωδή 8 [Σολ 3, 1-6]

Στο χέρι του Θεού βρίσκονται οι ψυχές των δικαίων

*Μακάριοι οι νεκροί, όσοι πεθαίνουν για χάρη του Κυρίου· θα αναπαυθούν από τους κόπους τους (Πρβλ. Απ 14, 13).*

<sup>1</sup> Στο χέρι του Θεού βρίσκονται οι ψυχές των δικαίων, \*  
και δεν θα τους αγγίξει βάσανο θανάτου.

<sup>2</sup> Στα μάτια των ανόητων φάνηκε πως πέθαναν, \*  
και η έξοδός τους θεωρήθηκε τιμωρία,

<sup>3</sup> και το ότι έφυγαν από κοντά μας εξαφάνιση· \*  
όμως αυτοί βρίσκονται στην ειρήνη.

<sup>4</sup> Και αν εμπρός στους ανθρώπους βάσανα υπέφεραν, \*  
αυτοί ήλπισαν ακράδαντα σε μια ζωή αθανασίας.

<sup>5</sup> Και αν για λίγο παιδεύτηκαν, πολλές θα λάβουν ευεργεσίες, †  
επειδή ο Θεός τούς δοκίμασε, \*  
και τους βρήκε αξίους να τους πάρει μαζί του.

<sup>6</sup> Σαν χρυσάφι στο χωνευτήρι τους δοκίμασε, †  
και σαν θυσία ολοκαυτώματος ευνοϊκά τους δέχτηκε, \*  
και στον καθορισμένο καιρό θα τους ανταμείψει.

## Ωδή 9 [Σολ 3, 7-9]

Η μελοντική δόξα των δικαίων

*Οι ευσεβείς θα λάμπουν σαν τον ήλιο στη βασιλεία του Πατέρα τους (Μτ 13, 43).*

<sup>7</sup> Θα λάμπουν οι δίκαιοι, \*  
θα γίνουν σπίθες που τις καλαμιές θα πυρπολήσουν.

<sup>8</sup> Θα κρίνουν τα έθνη και τους λαούς θα εξουσιάσουν, \*  
και θα βασιλεύει ο Κύριος επάνω τους αιώνια.

9 Όσοι έχουν σε αυτόν στηρίξει την εμπιστοσύνη τους †  
θα κατανοήσουν την αλήθεια, \*  
και οι πιστοί του θα τον προσμένουν με αγάπη,  
επειδή χάρη και έλεος \*  
περιμένει τους εκλεκτούς του.

### Ωδή 10 [Σολ 9, 1-6. 9-11]

#### Κύριε, δώσε μου τη σοφία

*Θα σας δώσω λόγια και σοφία, και σε αυτά δεν θα μπορέσουν να αντισταθούν οι αντίπαλοί σας (Πρβλ. Λκ 21, 15).*

1 Θεέ των πατέρων μου και Κύριε του ελέους, \*  
εσύ που τα πάντα δημιούργησες με τον λόγο σου

2 και με τη σοφία σου έπλασες τον άνθρωπο, †  
για να δεσπόζει στην κτίση, \*  
που από εσένα δημιουργήθηκε,

3 και για να κυβερνά την οικουμένη †  
με αγιότητα και δικαιοσύνη, \*  
και να φέρεται με αμεροληψία,

4 δώσε μου τη σοφία, που κάθεται δίπλα σου στον θρόνο, \*  
και μη με αποκλείσεις από τα παιδιά σου,

5 επειδή δούλος σου είμαι εγώ και παιδί της δούλης σου, †  
άνθρωπος αδύναμος και τα χρόνια μου σύντομα, \*  
μικρός για να κατανοήσω το δίκαιο και τους νόμους.

6 Ακόμη και να ήταν κάποιος τέλειος μεταξύ των ανθρώπων, †  
αν έλειπε από αυτόν η σοφία σου, \*  
ένα τίποτα θα λογιζόταν.

9 Μαζί σου είναι η σοφία που γνωρίζει τα έργα σου, \*  
και ήταν αυτή παρούσα όταν τον κόσμο δημιουργούσες,

και γνώριζε τι ήταν αρεστό στα μάτια σου \*  
και τι ταίριαζε στις εντολές σου.

10 Στείλε την από τους αγίους ουρανούς σου, \*  
κατάπεμπέ την από τον θρόνο της μεγαλοσύνης σου,  
για να είναι μαζί μου και μαζί μου να κοπιάζει, \*  
για να γνωρίζω τι σου αρέσει.

11 Πράγματι αυτή γνωρίζει και κατανοεί τα πάντα: †  
θα με καθοδηγεί στις πράξεις μου με σωφροσύνη, \*  
θα με φυλάει με τη δόξα της.

### Ωδή 11 [Σολ 10, 17-21]

#### Ο Θεός οδηγεί τον λαό του στη σωτηρία

*Εκείνοι που νίκησαν το θηρίο τραγουδούσαν το άσμα του Μωυσή, του δούλου του Θεού, και του Αρνίου (Πρβλ. Απ 15, 2. 3).*

17 Αντάμειψε ο Θεός τους αγίους για τους κόπους τους \*  
και τους οδήγησε σε μια θαυμαστή πορεία·  
έγινε γι' αυτούς σκέπη την ημέρα \*  
και φως αστέρων τη νύχτα.

18 Τους έκανε να διαβούν την Ερυθρά τη θάλασσα \*  
και μέσ' από τα αχανή τα ύδατα τούς πέρασε·

19 βούλιαξε όμως τους εχθρούς τους \*  
και από τα βάθη των αβύσσων τους ξέβρασε.

20 Γι' αυτό και οι δίκαιοι τους ασεβείς λαφυραγώγησαν †  
και ύμνησαν, Κύριε, το άγιό σου όνομα \*  
και το υπέρμαχό σου χέρι όλοι μαζί επαίνεσαν,

21 επειδή άνοιξε η σοφία το στόμα των κωφάλαλων \*  
κι έκανε τις γλώσσες των μικρών παιδιών να μιλούν με σαφήνεια.

## Ωδή 12 [Σειρ 14, 22· 15, 3-6β]

### Μακαρισμός του σοφού ανθρώπου

*Η σοφία του Θεού δικαιώθηκε στο πρόσωπο όλων των απεσταλμένων της (Λκ 7, 35).*

22 Μακάριος ο άνθρωπος, †  
που τη σοφία μελετά και σκέφτεται με σύνεση \*  
και με τον νου του τον Θεό στοχάζεται.

3 Θα τον θρέψει με το ψωμί της ζωής και της ευφυίας \*  
και με το νερό της σωστικής σοφίας θα τον ξεδιψάσει.

Επάνω της θα στηριχτεί και δεν θα λυγίσει, †  
4 θα κρατηθεί από αυτήν και δεν θα νιώσει απογοήτευση \*  
κι επάνω από τους συντρόφους του θα τον υψώσει.

5 Στο μέσο της εκκλησίας θα του ανοίξει το στόμα, †  
θα τον γεμίσει με πνεύμα σοφίας κι ευφυίας \*  
και με στολή δόξας θα τον ενδύσει.

6 Χαρά θα λάβει και αγαλλίασης διάδημα \*  
και όνομα αιώνιο θα κληρονομήσει.

## Ωδή 13 [Σειρ 31, 8-11]

### Μακάριος αυτός που δεν έτρεξε πίσω από το χρυσάφι

*Αποκτήστε πλούτη μόνιμα στους ουρανούς (Λκ 12, 33).*

8 Μακάριος ο πλούσιος που έμεινε άμεμπτος †  
και δεν έτρεξε πίσω από το χρυσάφι \*  
ούτε στο χρήμα και τους θησαυρούς έθεσε την ελπίδα του.

9 Ποιος είναι αυτός; Να τον εγκωμιάσουμε! \*  
Κατόρθωσε πράγμα θαυμαστό ανάμεσα στον λαό του!

10 Ποιος έτσι δοκιμάστηκε και τέλειος βρέθηκε; \*  
Μπορεί γι' αυτό ατέλειωτα να καυχάται!

Ποιος μπορούσε να παραβεί και δεν παρέβη, \*  
να πράξει το κακό και δεν το έπραξε;

<sup>11</sup> Γι' αυτό και θα μείνουν στεριωμένα τα αγαθά του, \*  
τις ευεργεσίες του θα αφηγείται όλη η εκκλησία των αγίων.

## Ωδή 14 [Σειρ 36, 1-7. 13-16]

### Ίκεσία για την αγία πόλη Ιερουσαλήμ

*Και να ποια είναι η αιώνια ζωή: Να αναγνωρίζουν οι άνθρωποι εσένα  
ως τον μόνο αληθινό Θεό, καθώς κι εκείνον που έστειλες, τον Ιησού  
Χριστό (Ιω 17, 3).*

<sup>1</sup> Ελέησέ μας, Θεέ του σύμπαντος, †  
στρέψε σ' εμάς το βλέμμα σου, \*  
και δείξε μας το φως της ευσπλαχνίας σου.

<sup>2</sup> Κάνε να σε φοβηθούν τα έθνη εκείνα, \*  
που δεν σε αναζήτησαν,

ώστε να γνωρίσουν †  
πως δεν υπάρχει άλλος Θεός εκτός από σένα, \*  
και να διηγούνται τα μεγαλεία σου.

<sup>3</sup> Ύψωσε το χέρι σου επάνω στα ξένα έθνη, \*  
ώστε να δουν τη δύναμή σου.

<sup>4</sup> Όπως μπροστά τους έδειξες σ' εμάς την αγιότητά σου, \*  
έτσι μπροστά μας δείξε σε αυτούς τη δύναμή σου,

<sup>5</sup> ώστε να γνωρίσουν, όπως κι εμείς γνωρίσαμε, \*  
πως δεν υπάρχει Θεός εκτός από εσένα, Κύριε.

<sup>6</sup> Δείξε πάλι τα σημεία κι επανάλαβε τα θαυμάσιά σου, †

<sup>7</sup> φανέρωσε τη δόξα του χεριού σου, \*  
κάνε ισχυρή τη δύναμη της δεξιάς σου.

<sup>13</sup> Όλες τις φυλές του Ιακώβ συνάθροισε †



και δώσε τους πάλι την κληρονομία, \*  
όπως αρχικά το είχες κάνει.

14 Ελέησε τον λαό σου που φέρει το όνομά σου, \*  
τον Ισραήλ, που υιοθέτησες ως υιό πρωτότοκο.

15 Ελέησε την πόλη όπου βρίσκεται ο άγιος ναός σου, \*  
την Ιερουσαλήμ, τον τόπο της ανάπαυσής σου.

16 Πλημμύρισε τη Σιών με τη μεγαλοσύνη σου,\*  
και τον ναό σου με τη δόξα σου.

### Ωδή 15 [Σειρ 39, 17-21]

**Πόσο είναι μεγαλειώδη τα έργα σου, Κύριε!**

*Ας είναι δοξασμένος ο Θεός, που κάνει με το κήρυγμά μας να διαδίδεται σαν άρωμα παντού η γνώση του Χριστού (Β΄ Κορ 2, 14).*

17 Ακούστε με, εσείς ευσεβή παιδιά μου, †  
και σαν το τριαντάφυλλο θα ανθίσετε, \*  
που πλάι στο ρέμα του νερού φυτρώνει.

18 Σαν το λιβάνι ευωδιάστε άρωμα ωραίο, \*  
19 άνθη δώστε σαν τον κρίνο.

Υψώστε τη φωνή κι αρχίστε να ανυμνεείτε, \*  
τον Κύριο ευλογήστε για όλα του τα έργα.

20 Δώστε μεγαλοσύνη στο όνομά του, †  
δοξάστε τον, υμνήστε τον \*  
με τις ωδές των χειλιών και με τις λύρες.

κι έτσι να πείτε καθώς τον δοξολογείτε: \*

21 «Όλα τα έργα του Κυρίου υπέροχα και μεγαλειώδη!».

## Ωδή 16 [Hσ 2, 2-5]

Το όρος του οίκου του Κυρίου: στις κορυφές των βουνών επάνω

Όλα τα έθνη θα έρθουν να σε προσκυνήσουν (Απ 15, 4).

<sup>2</sup> Στις έσχατες ημέρες, †  
το όρος του οίκου του Κυρίου θα φαίνεται \*  
στις κορυφές των βουνών επάνω·

θα υψωθεί επάνω από τους λόφους, \*  
και προς αυτό θα συρρεύσουν όλα τα έθνη.

<sup>3</sup> Και πολλοί λαοί θα έρθουν λέγοντας: †  
«Ελάτε, ας ανεβούμε στο όρος του Κυρίου, \*  
στου Θεού του Ιακώβ τον οίκο,

για να μας διδάξει τους δρόμους του \*  
και να πορευτούμε στα μονοπάτια του»·

διότι από τη Σιών θα εξέλθει ο νόμος \*  
και από την Ιερουσαλήμ ο λόγος του Κυρίου.

<sup>4</sup> Και αυτός κριτής των εθνών θα είναι \*  
και διαιτητής λαών πολυάριθμων.

Τότε τα ξίφη τους θα σφυρηλατήσουν σε άροτρα, \*  
και τις λόγχες τους σε δρεπάνια.

Είφος δεν θα σηκώσει το ένα έθνος ενάντια στο άλλο, \*  
ούτε θα εξασκούνται πια για πόλεμο.

<sup>5</sup> Εσείς, ο οίκος του Ιακώβ, ελάτε, \*  
και ας βαδίσουμε στο φως του Κυρίου!

## Ωδή 17 [Hσ 12, 1-6]

Η αγαλλίαση του απολυτρωμένου λαού

Όποιος διψάει, να έρθει σ' εμένα και να πιει (Ιω 7, 37).

1 Θα σε δοξολογήσω, Κύριε, †  
διότι, αν και είχες οργιστεί μαζί μου, \*  
γαλήνεψες τον θυμό σου και με παρηγόρησες.

2 Ιδού ο Θεός της σωτηρίας μου· \*  
θα τον εμπιστεύομαι και δεν θα φοβάμαι,  
διότι δύναμη και ύμνος μου είναι ο Κύριος, \*  
κι έγινε αυτός η σωτηρία μου.

3 Με χαρά νερό θα αντλήσετε \*  
από τις πηγές της σωτηρίας.

4 Και θα πείτε εκείνη την ημέρα: †  
«Υμνήστε τον Κύριο,\*  
κι επικαλεστείτε το όνομά του.

Κάνετε γνωστά στους λαούς τα θαυμάσιά του· \*  
υπενθυμίστε πόσο ένδοξο είναι το όνομά του.

5 Ψάλετε στον Κύριο, διότι έκανε μεγαλεία· \*  
ας γίνει αυτό γνωστό σε όλη την οικουμένη.

6 Κάτοικε της Σιών, σκίρτησε και ανύμνησε, †  
διότι μέγας είναι αυτός που βρίσκεται ανάμεσά σου: \*  
του Ισραήλ ο Άγιος».

### **Ωδή 18** [Ησ 26, 1-4. 7-9. 12]

#### **Ύμνος μετά τη νίκη εναντίον των εχθρών**

*Το τείχος της πολιτείας έχει δώδεκα θεμέλια* (Πρβλ. Απ 21, 14).

1 Έχουμε ισχυρή πόλη που μας σώζει· \*  
έβαλε ο Κύριος τείχη και προπύργια.

2 Ανοίξτε τις πύλες και θα εισέλθει ο λαός ο δίκαιος, \*  
ο λαός που φυλάει την πίστη.

3 Η απόφασή του είναι ακλόνητη· †  
εσύ θα του εξασφαλίσεις την ειρήνη, \*  
επειδή σ' εσένα ήλπισε.

4 Ελπίζετε στον Κύριο στους αιώνιους αιώνες, \*  
ο Κύριος είναι βράχος αιώνιος.

7 Ευθύς είναι ο δρόμος του δικαίου, \*  
καθιστάς ομαλή του δικαίου την πορεία.

8 Εμείς ακολουθούμε τον δρόμο που μας δείχνεις, \*  
εναποθέτουμε σ' εσένα την ελπίδα μας, Κύριε·

το όνομά σου και η ενθύμησή σου \*  
είναι ο πόθος της ψυχής μας.

9 Η ψυχή μου εσένα ποθεί τη νύχτα, \*  
το πρωί στα μύχιά μου το πνεύμα μου σε αναζητάει.

Όταν επάνω στη γη θα λάμπουν οι δίκαιες κρίσεις σου, \*  
θα μάθουν τη δικαιοσύνη οι κάτοικοι της οικουμένης.

12 Κύριε, θα μας δώσεις την ειρήνη, \*  
εσύ θα κατευοδώσεις όλα μας τα έργα.

### Ωδή 19 [Ησ 33, 13 -16]

#### Ο Θεός θα κρίνει με δικαιοσύνη

*Αυτά που υποσχέθηκε ο Θεός είναι για σας και για τα παιδιά σας και για όλους εκείνους που βρίσκονται μακριά (Πραξ 2, 39).*

13 Ακούστε, εσείς οι μακρινοί, όσα έπραξα, \*  
γνωρίστε, εσείς οι κοντινοί, τη δύναμή μου.

14 Τους αμαρτωλούς στη Σιών φόβος τους κατέλαβε, \*  
και τους ασεβείς τρόμος τους κυρίεψε.

Ποιος από σας μπόρεσε να μείνει με τη φωτιά που κατατρώει; \*  
Ποιος από σας θα μείνει μπροστά στις φλόγες τις αιώνιες;

15 Αυτός που πορεύεται με δικαιοσύνη, \*  
και του οποίου είναι ειλικρινής ο λόγος.

Αυτός που απορρίπτει το κέρδος το παράνομο, \*  
κι αποτραβά τα χέρια του ώστε δώρα να μη λάβει.

Αυτός που φράζει τα αυτιά του σε όσους του προτείνουν φόνους, \*  
και κλείνει τα μάτια του για να μην παρασυρθεί στην πονηρία:

16 αυτός στα ψηλά θα κατοικήσει, \*  
φρούριο επάνω στα βράχια θα είναι το καταφύγιό του·  
ψωμί θα του δοθεί σε επάρκεια, \*  
νερό ποτέ δεν θα του λείπει.

## Ωδή 20 [Ησ 38, 10-14δ. 17α-20]

### Η αγωνία του ψυχorroαγούντα, η αγαλλίαση του θεραπευμένου

*Εγώ είμαι ο ζωντανός· με θανάτωσαν, αλλά ιδού: τώρα ζω για πάντα  
κι εξουσιάζω τον θάνατο και το βασίλειό του (Απ 1, 18).*

10 Είπα εγώ: «Στα μισά των ημερών μου, †  
άγγιξα τις πύλες του άδη· \*  
έχασα τα υπόλοιπα χρόνια μου».

11 Είπα: «Δεν θα δω τον Θεό, τον Κύριο, †  
στη χώρα των ζώντων· \*  
άνθρωπο δεν θα ξαναδώ από όσους κατοικούν στον κόσμο.

12 Η ζωή μου με άφησε και με εγκατέλειψε, \*  
σαν να ήταν σκηνή βοσκών που τη χαλούν και φεύγουν.

Σαν να ήταν ύφασμα η ζωή μου, †  
που στον αργαλειό τυλίχτηκε \*  
και ο υφαντής τής έκοψε το νήμα.

Από το πρωί ως το βράδυ \*  
νιώθω να με οδηγείς στο τέλος.

13 Ἦδη ἀπὸ τὴν αὐγὴ τσακισμένος εἶμαι, \*  
σαν λιοντάρι ὁ Κύριος συντριβίβει τὰ οστά μου.

Ἀπὸ τὸ πρῶν ὡς τὸ βράδυ \*  
νιώθω νὰ με ὀδηγεῖς στο τέλος.

14 Σαν χελιδόνι τιτιβίζω, \*  
σαν περιστέρι τερερίζω·

κουράστηκαν τὰ μάτια μου, \*  
στον οὐρανὸ νὰ βλέπουν.

17 Εσὺ, ὅμως, λύτρωσες τὴν ψυχὴ μου, \*  
ἀπὸ τῆς φθορᾶς τὸν λάκκο,

διότι ἐρίξεις πίσω ἀπὸ τὴν πλάτη σου \*  
ὅλες τὶς ἀμαρτίες μου.

18 Ὁ ἀδης δὲν πρόκειται νὰ σε δοξολογήσει, \*  
οὔτε ὁ θάνατος θὰ σε ἀνυμνήσει·

ὅσοι κατεβαίνουν στὸν λάκκο, \*  
δὲν ἐλπίζουν στὴν πιστότητά σου.

19 Αὐτὸς ποὺ ζεῖ, ὁ ζωντανός, θὰ σε δοξολογήσει, †  
ὅπως ἐγὼ κάνω σήμερᾶ· \*  
ὁ πατέρας θὰ γνωρίσει στὰ παιδιὰ τὴν πιστότητά σου.

20 Κύριε, σῶσε με, †  
κι ἐμεῖς θὰ σε ὑμνοῦμε με τὸν ἦχο τῆς κιθάρας, \*  
ὅλες τὶς ἡμέρες τῆς ζωῆς μας στὸν οἶκο τοῦ Κυρίου».

## **Ὡδὴ 21** [Ἠσ 40, 1-8]

### **Ἡ παρουσία τοῦ Κυρίου**

*Αἰώνιος εἶναι μόνο ὁ λόγος τοῦ Κυρίου. Αὐτὸς ὁ λόγος εἶναι τὸ  
χαρμόσυνο μῆνυμα ποὺ κηρύχθηκε σ' ἐσᾶς (Α΄ Πε 1, 25).*

1 «Παρηγορεῖτε, παρηγορεῖτε τὸν λαὸ μου» \*

- Λέει ο Θεός σας - .

2 «Στην καρδιά της Ιερουσαλήμ μιλήστε †  
και φωνάξτε πως τελείωσε η σκλαβιά της, \*  
συγχωρήθηκε η ανομία της,  
πως έλαβε από το χέρι του Κυρίου το διπλάσιο \*  
για όλες τις αμαρτίες της».

3 Μια φωνή κραυγάζει: †  
«Στην έρημο ετοιμάστε τον δρόμο για τον Κύριο, \*  
στην ερημιά ισιώστε τα μονοπάτια να περάσει ο Θεός μας».

4 Ας υψωθεί κάθε φαράγγι \*  
και κάθε βουνό και λόφος ας χαμηλώσει·  
το έδαφος το ανώμαλο ας γίνει πεδιάδα, \*  
και τα μέρη τα απόκρημνα, κοιλάδα.

5 Τότε θα αποκαλυφθεί η δόξα του Κυρίου †  
και θα δει εξίσου κάθε σάρκα \*  
πως το στόμα του Κυρίου μίλησε».

6 Μια φωνή λέει: «Φώναξε!» \*  
Και ρώτησα: «Τι πρέπει να φωνάξω;».

«Πως κάθε άνθρωπος είναι σαν το χορτάρι, \*  
και όλη του η δόξα σαν το αγριολούλουδο.

7 Ξεραίνεται το χορτάρι, και ο ανθός μαραίνεται, \*  
όταν ο άνεμος του Κυρίου φυσάει επάνω του.

Αληθινά ο λαός είναι σαν το χορτάρι. †

8 Ξεραίνεται το χορτάρι, και ο ανθός μαραίνεται, \*  
όμως ο λόγος του Θεού μας παραμένει αιώνια».

## Ωδή 22 [Ησ 40, 10-17]

Ποιμένας καλός: ο ύψιστος και πάνσοφος Θεός

*Έρχομαι σύντομα, και φέρνω μαζί μου την αμοιβή μου (Απ 22, 12).*

10 Ιδού ο Κύριος, ο Θεός, με δύναμη έρχεται, \*  
και το στιβαρό του χέρι εξουσιάζει·

ιδού φέρνει μαζί του ως σημείο νίκης \*  
τον λαό που ελευθέρωσε.

11 Σαν βοσκός βόσκει το κοπάδι του, †  
συνάζει τα αρνάκια με το χέρι του, \*  
στο στήθος τα κρατά και οδηγεί τις μάνες τους.

12 Ποιος τα νερά της θάλασσας μέτρησε με τη χούφτα του \*  
και υπολόγισε με την παλάμη του τα ουράνια;

Ποιος έβαλε σε σακί όλο της γης το χώμα, †  
ποιος με την πλάστιγγα ζύγισε τα όρη \*  
και με τη ζυγαριά τους λόφους;

13 Ποιος κατεύθυνε το πνεύμα του Κυρίου \*  
ή του υπέδειξε τι πρέπει να κάνει;

14 Ποιον συμβουλευτήκε και ποιος τον δίδαξε; \*  
Ποιος του έμαθε τον δρόμο της δικαιοσύνης;

Ποιος του μετέδωσε τη γνώση \*  
και του έδειξε την οδό της σύνεσης;

15 Ιδού τα έθνη σαν μια σταγόνα σε έναν κάδο †  
και σαν τον κόκκο σκόνης στην πλάστιγγα λογίζονται· \*  
Ιδού τα νησιά σαν ένας κόκκος άμμου.

16 Όλα τα δέντρα του Λιβάνου †  
δεν φτάνουν τη φωτιά να ανάψουν,\*  
και όλα τα ζώα του δεν φτάνουν για τ' ολοκαύτωμα.

17 Όλα τα έθνη, σαν να μην υπάρχουν, ενώπιόν του· \*  
σαν τίποτα, σαν κάτι μηδαμινό από αυτόν λογίζονται.



## Ωδή 23 [Hσ 42, 10-16β]

### Ύμνος στον νικητή και σωτήρα Θεό

*Τραγουδούσαν εμπρός στον θρόνο ένα καινούριο άσμα (Απ 14, 3).*

10 Ψάλλετε στον Κύριο ένα νέο άσμα, \*  
δοξάζετε τον από της γης τα πέρατα·

υμνείτε τον, όσοι ταξιδεύετε στη θάλασσα, †  
και όλα τα πλάσματα που την πλημμυρίζετε, \*  
εσείς τα νησιά και οι κάτοικοί τους.

11 Ύμνο ας υψώσουν η έρημος και οι πολιτείες της, \*  
τα χωριά που από τη φυλή του Κηδάρ κατοικούνται.

Ανυμνείτε, κάτοικοι της Πέτρας, \*  
εσείς από τις κορυφές των βουνών κραυγάστε.

12 Ας αποδώσουν δόξα στον Κύριο, \*  
και ας αναγγείλουν στα νησιά τον ύμνο του.

13 Ο Κύριος εξέρχεται σαν άνδρας ρωμαλέος, \*  
σαν πολεμιστής που είναι για τη μάχη έτοιμος·  
με δύναμη φωνάζει και ιαχές κραυγάζει, \*  
απέναντι στους εχθρούς του υπεριοχύει.

14 «Σώπασα για πολύ καιρό, σίγησα, συγκρατήθηκα· †  
τώρα όμως σαν τη γυναίκα που γεννάει θα κραυγάσω, \*  
θα αναστενάξω, θα ξεφυσήσω:

15 έρημα τα βουνά θα κάνω και τους λόφους, \*  
και όλο το χορτάρι τους θα το ξεράνω.

Ποτάμια στα νησιά θα βάλω, \*  
τα έλη θα αποξηράνω.

16 Και τους τυφλούς θα οδηγήσω σε δρόμο που δεν γνωρίζουν, \*  
θα τους κάνω να περπατήσουν σε άγνωστα μονοπάτια:

θα κάνω το σκοτάδι να αλλάξει σε φως μπροστά τους, \*  
και τα εδάφη τα κακοτράχαλα να γίνουν καλοστρωμένα».

## Ωδή 24 [Ησ 45, 15-25]

Όλα τα έθνη θα στραφούν στον Κύριο

Στο όνομα του Ιησού όλα θα προσκυνήσουν (Φιλ 2, 10).

15 Αληθινά είσαι Θεός που κρύβεσαι, \*  
Θεέ του Ισραήλ, σωτήρα!

16 Ταπεινώθηκαν όλοι και με ντροπή σκεπάστηκαν, \*  
οι γλύπτες των ειδώλων έφυγαν ντροπιασμένοι.

17 Έσωσε τον Ισραήλ ο Κύριος με αιώνια σωτηρία· †  
δεν θα ταπεινωθείτε \*  
ούτε θα ντροπιαστείτε ποτέ μες στους αιώνες.

18 Διότι έτσι λέει ο Κύριος, \*  
αυτός που τους ουρανούς δημιούργησε·  
αυτός ο Θεός που τη γη σχημάτισε και την έφτιαξε, \*  
αυτός που τη στερέωσε·

δεν τη δημιούργησε για να είναι έρημη, \*  
αλλά τη διαμόρφωσε για να κατοικείται:

«Εγώ είμαι ο Κύριος και δεν υπάρχει άλλος. †

19 Εγώ στα κρυφά δεν μίλησα, \*  
ούτε σε μια σκοτεινή της γης γωνία.

Δεν είπα στου Ιακώβ τους απογόνους: \*  
“Εσείς στο κενό αναζητήστε με!”

Εγώ είμαι ο Κύριος, που μιλώ με δικαιοσύνη, \*  
που αναγγέλλω την αλήθεια.

20 Συναχθείτε κι ελάτε, †  
όλοι μαζί πλησιάστε, \*  
όσοι επιζήσατε από τα έθνη!

Δεν καταλαβαίνουν, †  
αυτοί που περιφέρουν τα σκαλισμένα ξύλα τους, \*  
και προσεύχονται σε έναν θεό που δεν μπορεί να σώσει.

21 Διακηρύξτε το κι ελάτε, \*  
συμβουλευτείτε μεταξύ σας!

Ποιος το ανήγγειλε αυτό από τους παλαιούς τους χρόνους, \*  
ποιος από τότε το προείπε;

Μήπως εγώ δεν είμαι ο Κύριος; †  
Άλλος Θεός εκτός από μένα δεν υπάρχει \*  
δίκαιος Θεός και λυτρωτής δεν υπάρχει άλλος από μένα.

22 Στραφείτε σ' εμένα και θα σωθείτε, †  
όλα της γης τα πέρατα, \*  
διότι εγώ είμαι ο Θεός και δεν υπάρχει άλλος.

23 Ορκίστηκα στον εαυτό μου †  
εξήλθε από το στόμα μου η δικαιοσύνη, \*  
ένας λόγος αμετάκλητος:

μπροστά σ' εμένα θα λυγίζει κάθε γόνατο, \*  
και στο όνομά μου κάθε γλώσσα θα ορκίζεται».

24 Θα πουν: «Μόνο στον Κύριο, \*  
βρίσκεται η νίκη και η δύναμη!»

Σε αυτόν θα έρθουν ντροπιασμένοι, \*  
όσοι με βία τον πολέμησαν.

25 Στον Κύριο θα βρουν δικαιοσύνη και δόξα, \*  
όλοι του Ισραήλ οι απόγονοι.

## Ωδή 25 [Hσ 49, 7-13]

Μέσω του δούλου του ο Κύριος θα λυτρώσει τον λαό του

Ο Θεός απέστειλε τον Υιό του το μονογενή στον κόσμο για να μας χαρίσει τη νέα ζωή (Α΄ Ιω 4, 9).

7 Αυτά λέει ο Κύριος, \*  
ο λυτρωτής του Ισραήλ, ο Άγιός του,  
σε αυτόν που τον περιφρονούν και τον μισούν τα έθνη \*  
και οι καταπιεστές τον έχουν υποδουλώσει:

«Όταν σε δούν οι βασιλείς θα σηκωθούν στα πόδια, \*  
το ίδιο και οι άρχοντες και θα σε προσκυνήσουν·

κι αυτό διότι ο Κύριος σε διάλεξε: \*  
ο Άγιος του Ισραήλ κρατά την υπόσχεσή του».

8 Αυτά λέει ο Κύριος: †  
«Τον καιρό τον κατάλληλο σε εισάκουσα \*  
και την ημέρα της σωτηρίας σε βοήθησα.

Σε διαφύλαξα †  
και θα σε κάνω εγγυητή της διαθήκης μου \*  
με όλα τα έθνη.

Κι εσύ τη χώρα θα ανορθώσεις \*  
και κληρονομίες εγκαταλελειμμένες θα ξαναμοιράσεις.

9 Θα πεις στους αιχμαλώτους: “Βγείτε”, \*  
και σε όσους είναι στα σκοτάδια: “Ελάτε έξω”!

Δίπλα στους δρόμους θα βοσκήσουν, \*  
και στους απογυμνωμένους λόφους θα βρουν λειμώνα.

10 Δεν θα πεινάσουν ούτε θα διψάσουν, \*  
και δεν θα τους χτυπήσει καύσωνας και ήλιος,  
διότι αυτός που τους συμπονεί θα είναι οδηγός τους \*  
και στις πηγές των νερών θα τους κατευθύνει.

11 Και όλα τα όρη μου θα τα κάνω προσβάσιμα, \*

και θα εξυψωθούν οι δικοί μου δρόμοι.

12 <sup>†</sup>Ιδού αυτοί από μακριά θα έρθουν, \*  
ιδού εκείνοι από τον βορρά και από τη θάλασσα, \*  
και άλλοι από τον νότο της Αιγύπτου».

13 <sup>\*</sup>Ανυμνήστε, ουρανοί, κι εσύ, γη, αγαλλίασε· \*  
βουνά, πανηγυρίστε,

διότι παρηγορεί ο Κύριος τον λαό του \*  
και σπλαχνίζεται τους ταπεινούς του.

### **Ωδή 26** [Hσ 61, 6-9]

#### **Η συμφωνία του Κυρίου με τους λειτουργούς του**

*Ο Θεός μάς αξίωσε να υπηρετήσουμε τη νέα διαθήκη (Β΄ Κορ 3, 6).*

6 <sup>\*</sup>Εσείς, Ιερείς του Κυρίου θα ονομαστείτε, \*  
Λειτουργούς του Θεού θα σας αποκαλέσουν.

Θα απολαύσετε των εθνών τα πλούτη \*  
και με τη δόξα τους θα στολιστείτε.

7 <sup>\*</sup>Σας έκαναν οι εχθροί διπλά να υποφέρετε: \*  
κλήρος σας ήταν οι προσβολές και η χλεύη.

Γι' αυτό στη γη σας διπλά θα κληρονομήσετε, \*  
για πάντα μέσα στη χαρά θα ζείτε.

8 <sup>\*</sup>Διότι εγώ ο Κύριος αγαπώ τη δικαιοσύνη, \*  
μισώ την αρπαγή και την αδικία·

και θα τους δώσω τον μισθό που δικαιούνται \*  
και συμφωνία αιώνια μαζί τους θα συνάψω.

9 <sup>\*</sup>Οι απόγονοί τους θα είναι ονομαστοί στα έθνη \*  
και οι βλαστοί τους στους λαούς ανάμεσα.

Όλοι όσοι θα τους δουν, θα αναγνωρίσουν \*  
πως αυτός είναι ο λαός που ο Θεός ευλόγησε.

## Ωδή 27 [Ησ 61, 10 - 62, 5]

### Αλαλαγμός του προφήτη για τη νέα Ιερουσαλήμ

*Είδα την αγία Πόλη, τη νέα Ιερουσαλήμ ... έτοιμη σαν τη νύφη που στολισμένη περιμένει τον άντρα της (Απ 21, 2).*

10 Μεγάλη θα είναι η χαρά μου για τον Κύριο, \*  
και η ψυχή μου θα σκιρτήσει για τον Θεό μου·

διότι με έντυσε με ενδύματα σωτηρίας, \*  
και με μανδύα δικαιοσύνης με περιέβαλε,

σαν γαμπρό κοσμημένο με στεφάνι, \*  
και σαν νύφη στολισμένη με τα κοσμήματά της.

11 Όπως ακριβώς η γη δίνει το άνθος της, \*  
κι όπως το περιβόλι βλασταίνει τους σπόρους του,  
έτσι ο Κύριος ο Θεός θα ανατείλει τη δικαιοσύνη \*  
και το αγαλλίασμα μπροστά σε όλα τα έθνη.

1 Για χάρη της Σιών δεν θα σωπάσω, \*  
για χάρη της Ιερουσαλήμ δεν θα ησυχάσω,  
ωσότου προβάλει σαν φως η δικαιοσύνη της, \*  
και καταλάμψει σαν λαμπάδα η σωτηρία της.

2 Τότε θα δουν τα έθνη τη δικαιοσύνη σου, \*  
και όλοι οι βασιλείς τη δόξα σου·

Και θα ονομαστείς με ένα όνομα νέο, \*  
που το στόμα του Κυρίου θα προφέρει.

3 Και θα είσαι στεφάνι δόξας στο χέρι του Κυρίου, \*  
διάδημα βασιλικό στο χέρι του Θεού σου.

4 Δεν θα ονομάζεσαι πια «Εγκαταλελειμμένη», \*  
η γη σου δεν θα αποκαλείται πια «Ερημωμένη»·  
αλλά θα αποκαλείσαι «Αγαπημένη μου», \*  
και η γη σου «Νύφη ευτυχισμένη»,

διότι ο Κύριος θα σε αγαπήσει, \*  
και σε αυτόν η γη σου θα βρει τον νυμφίο της.

<sup>5</sup> Όπως ο νέος ενώνεται σε γάμο με παρθένα, \*  
έτσι ο πλάστης σου θα ενωθεί μ' εσένα·

κι όπως ο γαμπρός χαίρεται για τη νύφη, \*  
έτσι θα χαρεί για σένα ο Θεός σου.

### **Ωδή 28** [Hσ 62, 4-7]

#### **Η δόξα της νέας Ιερουσαλήμ**

*Τώρα πια η κατοικία του Θεού είναι μαζί με τους ανθρώπους. Θα κατοικήσει μαζί τους (Απ 21, 3).*

<sup>4</sup> Δεν θα ονομάζεις πια «Εγκαταλελειμμένη», \*  
η γη σου δεν θα αποκαλείται πια «Ερημωμένη»·

αλλά θα αποκαλείσαι «Αγαπημένη μου», \*  
και η γη σου «Νύφη ευτυχομένη»,

διότι ο Κύριος θα σε αγαπήσει, \*  
και σε αυτόν η γη σου θα βρει τον νυμφίο της.

<sup>5</sup> Όπως ο νέος ενώνεται σε γάμο με παρθένα, \*  
έτσι ο πλάστης σου θα ενωθεί μ' εσένα·

κι όπως ο γαμπρός χαίρεται για τη νύφη, \*  
έτσι θα χαρεί για σένα ο Θεός σου.

<sup>6</sup> Επάνω στα τείχη σου, Ιερουσαλήμ, έβαλα φύλακες· \*  
όλη την ημέρα και όλη τη νύχτα δεν πρέπει να σωπάσουν.

Εσείς που όλα τα υπενθυμίζετε στον Κύριο, μην ησυχάσετε, \*

<sup>7</sup> κι αυτόν μην τον αφήνετε να ησυχάσει,

ωσότου την Ιερουσαλήμ να αποκαταστήσει \*  
και κάνει επάνω στη γη όλοι να την εγκωμιάσουν.

## Ωδή 29 [Hσ 66, 10-14α]

### Παρηγοριά και χαρά στην αγία πόλη

*Η ουράνια Ιερουσαλήμ είναι ελεύθερη, κι αυτή είναι η μητέρα όλων μας (Γαλ 4, 26).*

10 Χαρείτε για την Ιερουσαλήμ και γι' αυτήν σκιρτήστε, \*  
όλοι εσείς που την αγαπάτε·

πανηγυρίστε από χαρά μαζί της, \*  
όλοι εσείς που γι' αυτήν πενθούσατε.

11 Έτσι θα θηλάσετε και θα χορτάσετε \*  
από το στήθος της παρηγοριάς της·

θα γευτείτε και θα απολαύσετε \*  
από τον μαστό της δόξας της.

12 Διότι αυτά λέει ο Κύριος: †  
«Ιδού εγώ προς αυτήν θα στρέψω \*  
σαν ποταμό την ειρήνη,

και σαν πλημμυρισμένο χείμαρρο \*  
των εθνών τη δόξα.

Θα σας θηλάσουν, στην αγκαλιά θα σας βαστάξουν, \*  
επάνω στα γόνατα θα σας χαϊδέψουν.

13 Όπως η μητέρα παρηγορεί το παιδί της, †  
έτσι εγώ θα σας παρηγορήσω \*  
στην Ιερουσαλήμ θα σας παρηγορήσω.

14 Θα το δείτε και θα χαρεί η καρδιά σας, \*  
και τα οστά σας σαν τη χλόη θα θεριεύσουν».



### Ωδή 30 [Ιερ 7, 2-7]

**Διορθώστε τη διαγωγή σας και θα κατοικήσω μαζί σας**

*Πήγαινε να συμφιλιωθείς πρώτα με τον αδελφό σου, και ύστερα έλα να προσφέρεις το δώρο σου (Μτ 5, 24).*

<sup>2</sup> Ακούστε τον λόγο του Κυρίου, όλοι οι κάτοικοι της Ιουδαίας, \*  
όσοι περνάτε αυτές τις πύλες για να προσκυνήσετε τον Κύριο.

<sup>3</sup> Ο Κύριος των δυνάμεων, ο Θεός του Ισραήλ, λέει: †  
διορθώστε τη διαγωγή σας και τις πράξεις σας, \*  
και θα σας κάνω να κατοικήσετε σε αυτόν τον τόπο.

<sup>4</sup> Μην εμπιστεύεστε στα λόγια τα απατηλά εκείνων που λένε: \*  
«Είμαστε ασφαλείς! Εδώ είναι ο οίκος του Κυρίου, ο οίκος του Κυρίου».

<sup>5</sup> Διορθώστε καλύτερα τη συμπεριφορά και τα έργα σας, \*  
αποδώστε το δίκαιο μεταξύ σας και στον συνάνθρωπό σας.

<sup>6</sup> Πάψτε να καταπιέζετε τον ξένο, τον ορφανό και τη χήρα, \*  
πάψτε σε αυτή τη γη να χύνετε αθών αίμα.

Πάψτε να τρέχετε πίσω από ξένες θεότητες: \*  
σας φέρνουν μόνο δυστυχία.

<sup>7</sup> Τότε εγώ θα σας κάνω να κατοικήσετε σε αυτόν τον τόπο, \*  
στη γη που έδωσα στους πατέρες σας αιώνια και για πάντα.

### Ωδή 31 [Ιερ 14, 17-21]

**Θρήνος του λαού στον καιρό της πείνας και του πολέμου**

*Συμπληρώθηκε ο καθορισμένος καιρός κι έφτασε η βασιλεία του Θεού·  
μετανοείτε και πιστεύετε στο χαρμόσυνο αυτό μήνυμα (Μκ 1, 15).*

<sup>17</sup> Δάκρυα τρέχουν από τα μάτια μου ημέρα και νύχτα, \*  
και δεν στερεύουν,

επειδή από μεγάλη συμφορά χτυπήθηκε η παρθένος, †  
η κόρη του λαού μου· \*  
βαρειά πληγώθηκε, θανατηφόρα.

18 Αν βγω στα χωράφια, βλέπω σκοτωμένους από ξίφος· \*  
αν μπω στην πόλη, βλέπω νεκρούς από την πείνα.

Ακόμη και ο προφήτης και ο ιερέας \*  
τριγυρνούν στη χώρα μην ξέροντας τι να κάνουν.

19 Μήπως απέρριψες τελείως τον Ιούδα, \*  
ή μήπως τη Σιών απεχθάνθηκε η ψυχή σου;

Γιατί λοιπόν τόσο πολύ μας χτύπησες, \*  
ώστε να μην υπάρχει θεραπεία;

Προσμέναμε ειρήνη, αλλά δεν ήρθε καλό κανένα· \*  
ελπίζαμε καιρό φροντίδας, και ιδού ο τρόμος.

20 Αναγνωρίσαμε, Κύριε, την ασέβειά μας, †  
τις ανομίες των πατέρων μας: \*  
εναντίον σου αμαρτήσαμε.

21 Για χάρη του ονόματός σου, μη μας εγκαταλείψεις, \*  
μην καταστρέψεις τον δοξασμένο θρόνο σου.

Θυμήσου! Μην ακυρώσεις \*  
τη συμφωνία που σύναψες μαζί μας.

### Ωδή 32 [Ιερ 17, 7-8]

#### Μακάριος ο άνθρωπος που ελπίζει στον Κύριο

*Μακάριοι εκείνοι που ακούν τον λόγο του Θεού και τον εφαρμόζουν*  
(Λκ 11, 28).

7 Ευλογημένος ο άνθρωπος, †  
που εμπιστεύεται τον Κύριο, \*  
και του οποίου ο Κύριος θα είναι η ελπίδα.

8 Θα είναι σαν το δέντρο \*  
που δίπλα στα νερά είναι φυτεμένο·  
απλώνει τις ρίζες του προς το ποτάμι †  
και δεν φοβάται όταν έρχεται ο καύσωνας, \*  
αλλά τα φύλλα του μένουν καταπράσινα·  
αδιαφορεί για τον καιρό της ξηρασίας \*  
και δεν θα πάψει καρπό να δίνει.

### Ωδή 33 [Ιερ 31, 10-14]

#### Η ευτυχία του απελευθερωμένου λαού

*Ο Ιησούς θα πέθαινε ... για να συνάξει σε μια ενότητα τα διασκορπισμένα παιδιά του Θεού (Ιω 11, 51. 52).*

10 Ακούστε τον λόγο του Κυρίου, έθνη, \*  
και αναγγείλετέ τον στα μακρινά νησιά και πείτε:  
«Αυτός που διασκορπίσε τον Ισραήλ, θα τον συνάξει πάλι, \*  
και θα τον φυλάξει όπως ο βοσκός το κοπάδι του».

11 Διότι λύτρωσε τον Ιακώβ ο Κύριος, \*  
τον ελευθέρωσε από το χέρι του ισχυρού δυνάστη.

12 Και στο όρος Σιών θα έρθουν και θα ψάλουν, \*  
και θα προστρέξουν στα αγαθά του Κυρίου,  
στο σιτάρι, στο κρασί και στο λάδι,\*  
στα αρνάκια των κοπαδιών και στα μικρά μωσχάρια·  
και η ψυχή τους θα είναι σαν ποτισμένος κήπος, \*  
ποτέ πια δεν θα πεινάσουν.

13 Τότε οι παρθένες θα χαρούν και θα χορέψουν, \*  
και όλοι μαζί οι νέοι και οι γέροι.

«Και θα αλλάξω σε χαρά το πένθος τους, †  
θα τους παρηγορήσω \*  
και ύστερα από τον πόνο τους θα τους χαροποιήσω.

14 Και θα μεθύσω την ψυχή των ιερέων †  
με τα καλύτερα των θυσιών τα σφάγια \*  
και ο λαός μου από τα αγαθά μου θα χορτάσει».

### **Ωδή 34** [Ιεζ 36, 24-28]

#### **Ο Κύριος θα ανακαινίσει τον λαό του**

*Αυτοί θα αποτελούν τον λαό του. Ο ίδιος ο Θεός θα είναι μαζί τους (Απ 21, 3).*

24 Θα σας βγάλω μέσ' από τα έθνη, †  
θα σας συνάξω μέσ' από όλες τις χώρες, \*  
και θα σας οδηγήσω στη γη τη δική σας.

25 Με καθαρό νερό θα σας ραντίσω, †  
και θα εξαγνιστείτε από όλες τις ρυπαρότητές σας· \*  
από όλα τα είδωλά σας εγώ θα σας εξαγνίσω.

26 Και νέα καρδιά θα σας δώσω, \*  
και νέο πνεύμα θα βάλω μέσα σας·

θα αφαιρέσω από τη σάρκα σας την καρδιά την πέτρινη, \*  
και καρδιά σάρκινη θα σας δώσω.

27 Και το πνεύμα μου θα βάλω μέσα σας, †  
και θα κάνω να βαδίζετε στις εντολές μου, \*  
να τηρείτε τους νόμους μου και να τους εφαρμόζετε.

28 Θα κατοικήτε στη χώρα που έδωσα στους πατέρες σας· †  
εσείς θα είστε ο λαός μου, \*  
κι εγώ θα είμαι ο Θεός σας.

## Ωδή 35 [Δν 3, 26. 27. 29. 34-41]

### Η προσευχή του Αζαρία μέσα στην πύρινη κάμινο

Μετανοήστε κι επιστρέψτε στον Θεό, για να εξαλειφθούν οι αμαρτίες σας (Πραξ 3, 19).

26 Ευλογητός είσαι, Κύριε, Θεέ των πατέρων μας, \*  
κι επαινετό και δοξασμένο το όνομά σου στους αιώνες·

27 διότι σε όλα είσαι δίκαιος, \*  
σε ό,τι για μας πραγματοποίησες.

29 Αμαρτήσαμε, πράγματι, και ανομήσαμε, \*  
απομακρυνθήκαμε από σένα, σε όλα υστερήσαμε.

34 Σε παρακαλούμε, χάρη στο όνομά σου, †  
μη μας εγκαταλείψεις για πάντα, \*  
και μην αθετήσεις τη συμφωνία σου.

35 Μην αφαιρέσεις από μας το έλεός σου, †  
για χάρη του Αβραάμ, του αγαπημένου σου, \*  
του Ισαάκ, του δούλου σου, και του Ισραήλ, του εκλεκτού σου.

36 Υποσχέθηκες πως θα τους δώσεις απογόνους †  
αμέτρητους σαν του ουρανού τα αστέρια, \*  
και σαν την άμμο στο γιαλό της θάλασσας.

37 Τώρα, όμως, Κύριε, \*  
λιγότεροι έχουμε γίνει από όλα τα άλλα έθνη·  
σήμερα σε όλη τη γη περιφρονούμεστε \*  
λόγω των αμαρτιών μας.

38 Και δεν υπάρχει σήμερα ούτε άρχοντας, \*  
ούτε αρχηγός, ούτε προφήτης, ούτε ολοκαύτωμα·  
ούτε θυσία, ούτε προσφορά, ούτε θυμίαμα, †  
ούτε τόπος να σου αφιερώσουμε τους πρώτους καρπούς μας, \*  
ώστε να μπορέσουμε να λάβουμε το έλεός σου.

39 Όμως με ψυχή συντετριμμένη και πνεύμα ταπεινωμένο \*  
ας γίνουμε αποδεκτοί από σένα,

όπως το ολοκαύτωμα των κριαριών και των ταύρων, \*  
40 κι όπως των παχιών αρνιών τις μυριάδες·

έτσι ας είναι και η θυσία μας σήμερα ενώπιόν σου, †  
και ας αποβεί ευάρεστη σ' εσένα, \*  
επειδή ντροπή δεν θα νιώσουν όσοι επάνω σου στηρίζονται.

41 Και τώρα με όλη την καρδιά μας σε ακολουθούμε, \*  
και σε σεβόμαστε κι αποζητούμε το πρόσωπό σου.

### **Ωδή 36** [Δν 3, 52-57]

#### **Κάθε πλάσμα ας υμνεί τον Κύριο**

*Ο Κτίστης ας είναι αιώνια ευλογημένος (Πρβλ. Ρωμ 1, 25).*

52 Ευλογημένος είσαι, Κύριε, Θεέ των πατέρων μας· \*  
άξιος να υμνείσαι και να υπερυψώνεσαι στους αιώνες!

Κι ευλογημένο το όνομα της δόξας σου το άγιο· \*  
άξιο να υπερυμνείται και να υπερυψώνεται στους αιώνες!

53 Ευλογημένος είσαι στον ναό της αγίας δόξας σου· \*  
άξιος να υπερυμνεύεις και να υπερδοξάζεσαι στους αιώνες!

54 Ευλογημένος είσαι στον θρόνο της βασιλείας σου· \*  
άξιος να υπερυμνεύεις και να υπερυψώνεσαι στους αιώνες!

55 Ευλογημένος είσαι εσύ που βλέπεις μέσα στις αβύσσους, †  
και κάθεσαι στα χερουβείμ επάνω· \*  
άξιος να υμνείσαι και να υπερυψώνεσαι στους αιώνες!

56 Ευλογημένος είσαι στου ουρανού το στερέωμα· \*  
άξιος να υμνείσαι και να δοξάζεσαι στους αιώνες!

57 Ευλογείτε, όλα τα έργα του Κυρίου, τον Κύριο· \*  
υμνείτε και υπερυψώνετε τον στους αιώνες!

Ας ευλογήσουμε τον Πατέρα και τον Υιό και το Άγιο Πνεύμα· \*  
άξιος να υμνείται και να υπερυψώνεται στους αιώνες!

**Ωδή 37** [Δν 3, 57-88. 56]

**Κάθε πλάσμα ας υμνεί τον Κύριο**

*Υμνήστε τον Θεό μας όλοι οι δούλοι του (Απ 19, 5).*

57 Ευλογείτε, όλα τα έργα του Κυρίου, τον Κύριο· \*  
υμνείτε και υπερυψώνετε τον στους αιώνες!

58 Ευλογείτε, ουρανοί, τον Κύριο· \*

59 ευλογείτε, άγγελοι του Κυρίου, τον Κύριο.

60 Ευλογείτε, νερά υπεράνω των ουρανών, τον Κύριο· \*

61 ευλογείτε, όλες οι δυνάμεις του Κυρίου, τον Κύριο.

62 Ευλογείτε, ήλιος και σελήνη, τον Κύριο· \*

63 ευλογείτε, άστρα του ουρανού, τον Κύριο.

64 Ευλογείτε, βροχές και δροσιά, τον Κύριο· \*

65 ευλογείτε, οι άνεμοι όλοι, τον Κύριο.

66 Ευλογείτε, φωτιά και καύσωνας, τον Κύριο· \*

67 ευλογείτε, κρύο και ζέστη, τον Κύριο.

68 Ευλογείτε, πάχνη και χιονονιφάδες, τον Κύριο· \*

69 ευλογείτε, παγωνιά και ψύχος, τον Κύριο.

70 Ευλογείτε, πάγοι και χιόνια, τον Κύριο· \*

71 ευλογείτε, νύχτες και ημέρες, τον Κύριο.

72 Ευλογείτε, φως και σκοτάδια, τον Κύριο· \*

73 ευλογείτε, αστραπές και σύννεφα, τον Κύριο.

74 Ας ευλογεί η γη τον Κύριο· \*

ας τον υμνεί και ας τον υπερυψώνει στους αιώνες!

- 75 Ευλογείτε, βουνά και λόφοι, τον Κύριο· \*
- 76 ευλογείτε, όλα όσα φυτρώνετε στη γη, τον Κύριο.
- 77 Ευλογείτε, θάλασσες και ποταμοί, τον Κύριο· \*
- 78 ευλογείτε, πηγές, τον Κύριο.
- 79 Ευλογείτε, κήτη και όσα κινούνται στα νερά, τον Κύριο· \*
- 80 ευλογείτε, όλα τα πουλιά του ουρανού, τον Κύριο.
- 81 Ευλογείτε, όλα τα θηρία και τα ήμερα ζώα, τον Κύριο· \*
- 82 ευλογείτε, παιδιά των ανθρώπων, τον Κύριο.
- 83 Ευλόγησε, Ισραήλ, τον Κύριο· \*  
υμνείτε και υπερυψώνετε τον στους αιώνες!
- 84 Ευλογείτε, ιερείς του Κυρίου, τον Κύριο· \*  
υμνείτε και υπερυψώνετε τον στους αιώνες!
- 85 Ευλογείτε, δούλοι του Κυρίου, τον Κύριο· \*  
υμνείτε και υπερυψώνετε τον στους αιώνες!
- 86 Ευλογείτε, πνεύματα και ψυχές δικαίων, τον Κύριο· \*  
υμνείτε και υπερυψώνετε τον στους αιώνες!
- 87 Ευλογείτε, άγιοι και ταπεινοί στην καρδιά, τον Κύριο· \*  
υμνείτε και υπερυψώνετε τον στους αιώνες!
- 88 Ευλογείτε, Ανανία, Αζαρία και Μισαήλ, τον Κύριο· \*  
υμνείτε και υπερυψώνετε τον στους αιώνες!
- Ας ευλογήσουμε τον Πατέρα και τον Υιό και το Άγιο Πνεύμα· \*  
ας τον υμνήσουμε και ας τον υπερυψώσουμε στους αιώνες!
- 56 Ευλογημένος είσαι στου ουρανού το στερέωμα· \*  
άξιος να υμνείσαι και να δοξάζεσαι στους αιώνες!



## Ωδή 38 [Αβ 3, 2-4. 13α. 15-19]

### Ο Θεός εμφανίζεται για να κρίνει

*Σηκώστε τα κεφάλια σας και αναθαρρήστε, διότι πλησιάζει η ώρα του λυτρωμού σας (Λκ 21, 28).*

<sup>2</sup> Κύριε, άκουσα να μιλούν για ό,τι έπραξες, \*  
Κύριε, δέος ένιωσα για το έργο σου!

Όσο θα είμαι στη ζωή, πράξε το και πάλι, \*  
όσο θα είμαι στη ζωή, κάνε όλοι να το γνωρίσουν!

Όταν θα είσαι οργισμένος, \*  
μην ξεχάσεις το έλεός σου.

<sup>3</sup> Ο Θεός από τη Θαιμάν θα έρθει, \*  
από το όρος Φαράν ο Άγιος.

Καλύπτει τους ουρανούς η δόξα του, \*  
πλήρης είναι η γη από τους ύμνους του.

<sup>4</sup> Θα είναι σαν το φως η λάμψη του, †  
ακτίνες αστραφτερές θα βγαίνουν από τα χέρια του: \*  
εκεί κρύβεται η δύναμή του.

<sup>13α</sup> Εξήλθες για να σώσεις τον λαό σου, \*  
να σώσεις τον χριστό σου.

<sup>15</sup> Δρόμο άνοιξες στη θάλασσα με τα άλογά σου, \*  
ενώ τριγύρω άφριζαν τα μανιασμένα κύματα.

<sup>16</sup> Άκουσα και τaráχθηκαν τα τρίσβαθά μου, \*  
σε εκείνη τη βοή τρεμόπαιξαν τα χείλη μου.

Μπήκε σαράκι στα οστά μου, \*  
άρχισα να τρέμω στο κάθε βήμα μου.

Προσμένω σιωπηλός την ημέρα της θλίψης, \*  
που θα έρθει εναντίον του λαού που μας καταπιέζει.

<sup>17</sup> Τότε οι συκιές δεν θα καρποφορήσουν, \*  
και τα αμπέλια δεν θα δίνουν πια σταφύλια·

η συγκομιδή της ελιάς θα πάψει, \*  
και δεν θα βγάζουν σοδειά οι κάμποι·

τα πρόβατα θα χαθούν από τις στάνες, \*  
και βόδια δεν θα υπάρχουν μες στους στάβλους.

18 Όμως εγώ θα χαίρομαι για τον Κύριο, \*  
και θα αγάλλομαι για τον Θεό, τον σωτήρα μου.

19 Ο Κύριος, ο Θεός, η δύναμή μου, †  
γοργά σαν των ελαφιών κάνει τα πόδια μου, \*  
κι επάνω στις υψηλές κορφές με ανεβάζει.

**ΩΔΕΣ**  
**ΤΗΣ ΚΑΙΝΗΣ ΔΙΑΘΗΚΗΣ**



## Ωδή Α΄ [Λκ 1, 46-55]

### Η αγαλλίαση της ψυχής για τον Κύριο

- 46 Μεγαλύνει η ψυχή μου τον Κύριο, \*
- 47 και αγαλλίασε το πνεύμα μου για τον Θεό, τον σωτήρα μου,
- 48 διότι κοίταξε ευνοϊκά την ταπεινωση της δούλης του· \*
- ιδού από τώρα όλες οι γενεές θα με μακαρίζουν.
- 49 Έργα θαυμαστά έκανε ο δυνατός σ' εμένα: \*
- άγιο είναι το όνομά του.
- 50 Το έλεός του από γενεά σε γενεά υπάρχει \*
- σε όσους τον υπακούν με δέος.
- 51 Έδειξε τη δύναμη του ισχυρού χεριού του, \*
- διασκόρπισε τους υπερήφανους και τα σχέδια της καρδιάς τους.
- 52 Καθαίρεσε άρχοντες από τους θρόνους, \*
- και ταπεινούς ανύψωσε.
- 53 Πλημμύρισε με αγαθά τους πεινασμένους, \*
- κι έδιωξε τους πλούσιους με άδεια χέρια.
- 54 Βοήθησε τον Ισραήλ, τον δούλο του, \*
- κι έμεινε πιστός στο έλεός του·
- 55 όπως είχε υποσχεθεί στους πατέρες μας, \*
- στον Αβραάμ και τους απογόνους του αιώνια.

## Ωδή Β΄ [Λκ 1, 68-79]

### Ο Μεσσίας και ο πρόδρομός του

- 68 Ευλογητός ο Θεός του Ισραήλ, ο Κύριος, \*
- διότι επισκέφτηκε και λύτρωσε τον λαό του·

- 69 και ανέδειξε για μας έναν ισχυρό Σωτήρα, \*  
στον οίκο του Δαβίδ, του δούλου του,
- 70 όπως το είχε υποσχεθεί πριν από αιώνες \*  
μέσ' από το στόμα των αγίων προφητών του:
- 71 για να μας σώσει από τους εχθρούς μας, \*  
και από το χέρι όλων όσων μας μισούνε.
- 72 Έτσι σπλαχνίστηκε τους πατέρες μας, \*  
και θυμήθηκε την αγία διαθήκη του·
- 73 τήρησε τον όρκο που έδωσε \*  
στον Αβραάμ, τον πατέρα μας:
- 74 να μας δώσει άφοβα να τον λατρεύουμε, \*  
- ελεύθεροι από τα χέρια των εχθρών μας -
- 75 με αγιότητα και δικαιοσύνη ενώπιόν του \*  
όλες τις ημέρες της ζωής μας.
- 76 Κι εσύ, παιδί μου, θα αποκαλεστείς προφήτης του Υψίστου: \*  
θα προπορευτείς του Κυρίου για να ετοιμάσεις τους δρόμους του,
- 77 για να κάνεις γνωστή στον λαό του τη σωτηρία \*  
και την άφεση των αμαρτιών τους.
- 78 Χάρη στο ευσπλαχνικό έλεος του Θεού μας, \*  
θα μας επισκεφτεί από ψηλά ο ήλιος που ανατέλλει,
- 79 για να φωτίσει αυτούς που κάθονται στο σκοτάδι \*  
και στη σκιά του θανάτου,
- για να κατευθύνει τα βήματά μας \*  
στον δρόμο της ειρήνης.

### Ωδή Γ´ [Λκ 2, 29-32]

#### Ο Χριστός, φως των εθνών και δόξα του Ισραήλ

29 Άφησε τώρα τον δούλο σου, Κύριε, \*  
να φύγει ειρηνικά, όπως του υποσχέθηκες:  
30 διότι τα μάτια μου είδαν τη σωτηρία σου, \*  
31 που για όλους τους λαούς ετοίμασες:  
32 φως που θα φωτίσει τα έθνη, \*  
και τον λαό σου Ισραήλ θα δοξάσει.

### Ωδή Δ´ [Εφ 1, 3-10]

#### Ο Θεός σωτήρας

3 Ευλογημένος να είναι ο Θεός και Πατέρας \*  
του Ιησού Χριστού, του Κυρίου μας,  
που εν Χριστώ μάς ευλόγησε \*  
με κάθε πνευματική και ουράνια ευλογία.  
4 Μας διάλεξε διά του Χριστού πριν θεμελιώσει τον κόσμο †  
για να μας κάνει άγιους και άμεμπτους ενώπιόν του, \*  
μέσα σε κοινωνία αγάπης.  
5 Διά του Ιησού Χριστού μάς προόρισε †  
να γίνουμε θετά παιδιά του, \*  
σύμφωνα με το καλόβουλο θέλημά του,  
6 ώστε να τον επαινούμε για την ένδοξη χάρη του, \*  
που μας δώρισε μέσω του αγαπημένου Υιού του.  
7 Χάρη στο αίμα του απολυτρωθήκαμε, \*  
μας συγχωρήθηκαν τα παραπτώματα.  
8 Αυτός είναι ο πλούτος της χάρης του, †  
την οποία σκόρπισε επάνω μας περίσσια \*  
μαζί με κάθε σοφία και φρόνηση.

9 Μας έκανε γνωστό το μυστήριο του θελήματός του †  
που είχε με αγαθότητα προσχεδιάσει, \*  
στο πλήρωμα των καιρών, διά του Χριστού, να πραγματοποιήσει:  
10 τα πάντα εν Χριστώ να ανακεφαλαιώσει, \*  
όσα είναι στους ουρανούς και όσα στη γη επάνω.

### **Ωδή Ε΄ [Φιλ 2, 6-11]**

#### **Ο Χριστός, ο δούλος του Θεού**

6 Ο Ιησούς Χριστός, αν και ήταν Θεός ο ίδιος, \*  
δεν θεώρησε την ισότητά του με τον Θεό σαν ένα προνόμιο,  
αλλά κένωσε τον εαυτό του: \*  
7 έλαβε μορφή δούλου κι έγινε όμοιος με τους ανθρώπους.  
8 Και πράγματι ως αληθινός άνθρωπος, †  
ταπείνωσε τον εαυτό του υπακούοντας μέχρι θανάτου, \*  
και μάλιστα σταυρικού θανάτου.  
9 Γι' αυτό και ο Θεός τον υπερύψωσε †  
και του χάρισε το όνομα, \*  
που είναι επάνω από όλα τα ονόματα,  
10 ώστε στο όνομα του Ιησού κάθε γόνατο να λυγίσει \*  
επουράνιων, επίγειων και καταχθόνιων,  
11 και κάθε γλώσσα να ομολογήσει: †  
«Ο Ιησούς Χριστός είναι Κύριος!», \*  
κι έτσι να δοξάζεται ο Θεός Πατέρας.



## Ωδή Στ´ [Κολ 1, 12-20]

Ο Χριστός, γεννημένος πριν από κάθε πλάσμα  
και από τους νεκρούς ο πρωτότοκος

12 Ας ευχαριστήσουμε τον Θεό Πατέρα, †  
που μας αξίωσε να έχουμε μερίδιο \*  
στην κληρονομία των αγίων του μέσα στη λάμψη.

13 Αυτός μας απάλλαξε από την εξουσία του σκότους, \*  
και μας μετέστησε στη βασιλεία του αγαπημένου Υιού του.

14 Χάρη σε αυτόν απολυτρωθήκαμε, \*  
μας συγχωρήθηκαν οι αμαρτίες.

15 Αυτός είναι εικόνα του Θεού του αόρατου, \*  
γεννημένος πριν από κάθε πλάσμα.

16 Τα πάντα δι' αυτού ήρθαν στην ύπαρξη, †  
όσα στον ουρανό και όσα στη γη επάνω, \*  
τα ορατά και τα αόρατα:

είτε Θρόνοι και Κυριότητες, \*  
είτε Αρχές και Εξουσίες.

Όσα υπάρχουν, δι' αυτού είναι πλασμένα \*  
κι αυτόν έχουν σκοπό τους·

17 και πριν από καθετί αυτός υπάρχει, \*  
και αυτός συγκρατεί τα πάντα.

18 Αυτός είναι η κεφαλή του σώματος της Εκκλησίας, †  
αυτός η αρχή, από τους νεκρούς ο πρωτότοκος, \*  
ώστε να γίνει αυτός σε όλα πρώτος·

19 διότι ο Θεός ευδόκησε \*  
μέσα σ' εκείνον πλήρως να κατοικήσει,

20 και όσα στη γη και όσα στα ουράνια μαζί του να συμφιλιώσει, †  
μέσω εκείνου που την ειρήνη έφερε \*  
με του σταυρού του το αίμα.

**Ωδή Ζ'** [Α' Τιμ 3, 16· Ψλ 116 [117], 1]

**Το μυστήριο και η δόξα του Χριστού**

Υμνείτε τον Κύριο, όλα τα έθνη, \*  
όλοι οι λαοί αυτόν να εξυμνείτε.

Αυτός φανερώθηκε με σάρκα, \*  
αποδείχτηκε δίκαιος από το Πνεύμα·

θεάθηκε από τους αγγέλους, \*  
κηρύχθηκε στα έθνη·

πιστεύτηκε από τον κόσμο, \*  
αναλήφθηκε με δόξα.

**Ωδή Η'** [Πρβλ. Α' Πε 2, 21-24]

**Το εκούσιο Πάθος του Χριστού, του δούλου του Θεού**

21 Ο Χριστός υπέφερε για χάρη μας, †  
αφήνοντάς μας το παράδειγμα, \*  
ώστε να ακολουθήσουμε τα ίχνη του.

22 Αυτός αμαρτία δεν έπραξε, \*  
ούτε βρέθηκε δόλος στο στόμα του·

23 υβριζόμενος, δεν απαντούσε με ύβρεις, †  
πάσχοντας, δεν απειλούσε με εκδίκηση, \*  
αλλά στον δίκαιο Κριτή παρέδιδε τον εαυτό του.

24 Αυτός φορτώθηκε τις αμαρτίες μας, \*  
τις σήκωσε με το σώμα του επάνω στο ξύλο,  
ώστε να πεθάνουμε για την αμαρτία †  
και να ζήσουμε για τη δικαιοσύνη· \*  
χάρη στις πληγές του εμείς θεραπευτήκαμε.

**Ωδή Θ'** [Απ 4, 11· 5, 9. 10. 12]

**Ο ύμνος των λυτρωμένων**

11 Άξιος είσαι, Κύριε και Θεέ μας, \*  
να λάβεις τη δόξα, την τιμή και τη δύναμη,  
διότι εσύ τα πάντα δημιούργησες: \*  
χάρη στο θέλημά σου έλαβαν αρχή και ύπαρξη.

9 Άξιος είσαι να λάβεις το βιβλίο \*  
και να ανοίξεις τις σφραγίδες του,  
διότι σφαγιαστήκες, †  
κι εξαγόρασες για τον Θεό με το αίμα σου \*  
ανθρώπους από κάθε φυλή και γλώσσα και λαό και έθνος,

10 και βασιλείς και ιερείς τούς έκανες †  
στην υπηρεσία του Θεού μας, \*  
κι επάνω στη γη θα βασιλέψουν.

12 Άξιο είναι το Αρνίο το εσφαγμένο †  
να λάβει τη δύναμη, τον πλούτο, τη σοφία, \*  
την ισχύ και την τιμή και τη δόξα και την ευλογία.

**Ώδή Ι'** [Απ 11, 17-18· 12, 10β-12α]

**Η κρίση του Θεού**

17 Σε ευχαριστούμε, Κύριε, Θεέ παντοκράτορα, \*  
εσένα που υπάρχουν και υπήρχες,

διότι έλαβες τη δύναμή σου τη μεγάλη \*  
κι εγκαθίδρυσες τη βασιλεία σου.

18 Και τα έθνη ξεθηκώθηκαν, †  
ήρθε όμως η οργή σου, \*  
και ο καιρός τους νεκρούς να κρίνεις,  
να δώσεις την ανταμοιβή στους δούλους σου: \*  
στους προφήτες και τους αγίους,

και σε αυτούς που σέβονται το όνομά σου, \*  
μικρούς και μεγάλους.

10β Τώρα έφτασε η σωτηρία, †  
η δύναμη και η βασιλεία του Θεού μας \*  
και η εξουσία του Χριστού του,

διότι ο κατήγορος των αδελφών μας εκδιώχτηκε, †  
αυτός που τους κατηγορούσε ενώπιον του Θεού μας \*  
ημέρα και νύχτα.

11 Κι αυτοί τον νίκησαν με το αίμα του Αρνίου, \*  
και με τον λόγο της μαρτυρίας τους,  
αδιαφορώντας για τη ζωή τους \*  
και φτάνοντας μέχρι τον θάνατο.

12α Γι' αυτό, ουρανοί, να ευφραίνεστε, \*  
και όλοι εσείς που τους κατοικείτε!

### **Ωδή ΙΑ´** [Απ 15, 3-4]

#### **Ύμνος προσκύνησης**

3 Μεγάλα και θαυμαστά τα έργα σου, \*  
Κύριε, Θεέ παντοκράτορα!

Δίκαιοι και αληθινοί οι δρόμοι σου, \*  
των εθνών βασιλέα!

4 Ποιος δεν θα φοβηθεί εσένα, Κύριε, \*  
και δεν θα δοξάσει το όνομά σου;

Διότι εσύ μόνο είσαι άγιος, †  
και όλα τα έθνη θα έρθουν να σε προσκυνήσουν, \*  
επειδή φανερώθηκαν οι αποφάσεις σου.

**Ωδή IB´** [Πρβλ. Απ 19, 1-2. 5-7]

**Οι γάμοι του Αρνίου**

<sup>1</sup> Αλληλούια!

Η σωτηρία, η δόξα και η δύναμη ανήκουν στον Θεό μας, \*

Απ. Αλληλούια!  
<sup>2</sup> διότι αληθινές και δίκαιες είναι οι κρίσεις του.  
Απ. Αλληλούια, αλληλούια!

<sup>5</sup> Αλληλούια!

Υμνείτε τον Θεό μας όλοι εσείς οι δούλοι του, \*

Απ. Αλληλούια!

και όσοι τον σέβεστε, οι μικροί και οι μεγάλοι!  
Απ. Αλληλούια, αλληλούια!

<sup>6</sup> Αλληλούια!

Επειδή ο Κύριος, ο Θεός μας, ο παντοκράτορας, \*

Απ. Αλληλούια!

εγκατέστησε τη βασιλεία του.  
Απ. Αλληλούια, αλληλούια!

<sup>7</sup> Αλληλούια!

Ας χαρούμε, ας αγαλλιόσουμε και ας τον δοξάσουμε: \*

Απ. Αλληλούια!  
έφτασε ο γάμος του Αρνίου και η νύφη ετοιμάστηκε.  
Απ. Αλληλούια, αλληλούια!

† Αλληλούια!

Δόξα Πατρί και Υιώ και Αγίω Πνεύματι. \*

Απ. Αλληλούια, αλληλούια!

---

**UT IN OMNIBUS GLORIFICETUR DEUS**

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

|  |     |
|--|-----|
| Διάταγμα της Ιεράς Συνόδου της Ιεραρχίας | 5   |
| Αντί Προλόγου                            | 6   |
| Παρατηρήσεις                             | 8   |
| <b>ΟΙ ΨΑΛΜΟΙ</b>                         | 11  |
| Βιβλίο Πρώτο (Ψαλμοί 1-41)               | 13  |
| Βιβλίο Δεύτερο (Ψαλμοί 42-72)            | 78  |
| Βιβλίο Τρίτο (Ψαλμοί 73-89)              | 126 |
| Βιβλίο Τέταρτο (Ψαλμοί 90-106)           | 159 |
| Βιβλίο Πέμπτο (Ψαλμοί 107-150)           | 189 |
| <b>ΟΙ ΩΔΕΣ</b>                           | 257 |
| Ωδές της Παλαιάς Διαθήκης                | 259 |
| Ωδές της Καινής Διαθήκης                 | 301 |