



Nidaros domkirke  
*Nidaros Cathedral*



**MIDDAGSBØNN**  
***MIDDAY PRAYER***



**ORDINÆR TID ~ *ORDINARY TIME***  
**TORSDAG ~ *THURSDAY***

L Leder  
A Alle  
\* Kort pause  
I Leder (evt. menn e.a.)  
II Alle (evt. kvinner e.a.)

~ ~ ~ ~

### Åpningsord

L I Faderens, Sønnens  
og Den Hellige Ånds navn.  
A Amen.

L Vi samles til middagsbønn  
etter Kirkens  
gamle tidebønnordning.

Den bibelske salmen leses som  
vekselbønn med en kort pause ved  
stjernen (\*).  
«I» leses av *leder*, «II» leses av *alle*.

### Innledning

L Herre, la oss se din miskunnhet!  
A Og gi oss din frelse!

L Ære være Faderen og Sønnen  
og Den Hellige Ånd,  
A Som i begynnelsen så nå og alltid,  
og i all evighet.  
Amen. Halleluja!

### Bibelsk salme

*Antifon: Salme 121,2*

L Min hjelp kommer fra Herren,  
A himmelens og jordens skaper.

I Herre, lær meg dine forskrifters vei, \*  
så vil jeg alltid ta vare på den!  
II Gi meg forstand til å ta vare på din lov \*  
og holde den av hele mitt hjerte!

I Led meg på den stien dine bud viser, \*  
for den gir meg glede.  
II Bøy mitt hjerte mot dine lovbud \*  
og ikke mot egen vinning!  
I Vend blikket mitt bort fra tomhet, \*  
gi meg liv på din vei!  
II La ditt ord til din tjener stå fast \*  
så jeg kan frykte deg.

L Leader  
A All  
\* Short pause  
I Leader / men / ...  
II All / women / ...

~ ~ ~ ~

### Opening words

L In the name of the Father, and of the Son  
and of the Holy Spirit.  
A Amen.

L We are gathered here for Midday Prayer  
according to the Church's  
traditional daily office.

The Psalm is read responsively  
with a short pause after the star (\*).  
"I" is read by the *leader*, "II" is read by *all*.

### Introduction

L Show us your mercy, O Lord.  
A And grant us your salvation.  
L Glory be to the Father, and to the Son  
and to the Holy Spirit!  
A As it was in the beginning, is now and ever  
shall be, world without end.  
Amen. Hallelujah!

### Psalm

*Antiphon: Psalm 121,2*

L My help will come from the Lord,  
A the Creator of heaven and earth.

I Lord, teach me your laws, \*  
and I will always follow them.  
II Help me understand your teachings, \*  
and I will follow them.  
Obeying them will be my greatest desire.  
I Help me follow your commands, \*  
because that makes me happy.  
II Give me the desire to follow your rules, \*  
not the desire to get rich.  
I Don't let me look at worthless things. \*  
Help me live your way.  
II Do what you promised me, your servant, \*  
so that people will respect you.

- I Ta bort spotten jeg frykter, \*  
for dine lover er gode!
- II Se, jeg lengter etter dine påbud, \*  
gi meg liv ved din rettferd!
- Salme 119,33-40

A Ære være Faderen og Sønnen  
og Den Hellige Ånd, \*  
Som i begynnelsen så nå og alltid,  
og i all evighet. Amen.

*Antifon:*

A Min hjelp kommer fra Herren,  
himmelens og jordens skaper.

**Lesning**

*Menigheten sitter under lesningen.*

*Stillhet og ettertanke*

**Responsorium**

- L Vi er frelst av nåde.  
A Det er Guds gave!  
L Gud har elsket oss  
og gjort oss levende med Kristus.  
A Det er Guds gave!  
L Ære være Faderen og Sønnen  
og Den Hellige Ånd!  
A Vi er frelst av nåde,  
det er Guds gave!
- L Jeg vil prise deg, Gud, av hele mitt hjerte.  
A Jeg vil evig ære ditt navn.

**Bønner**

- L Kyrie eleison!  
A Kriste eleison, Kyrie eleison!
- L Om fred mellom alle mennesker,  
ber vi deg, Gud.  
A Herre, hør vår bønn.
- L Om enhet i Kirken etter din vilje,  
ber vi deg, Gud.  
A Herre, hør vår bønn.
- L For alle flyktninger og forfulgte,  
ber vi deg, Gud.  
A Herre, hør vår bønn.

- I Take away the shame I fear. \*  
Your laws are good.
- II See how much I want to obey your instructions!  
Be good to me, and let me live.
- Psalms 119,33-40*

A Glory to the Father, and to the Son,  
and to the Holy Spirit, \*  
As it was in the beginning, and now, and ever  
shall be, world without end. Amen

*Antiphon:*

A My help will come from the Lord,  
the Creator of heaven and earth.

**Reading**

*The congregation remains seated.*

*Silence and reflection*

**Responsorium**

- L By grace we have been saved.  
A This is the gift of God!  
L God has loved us  
and created us in Christ Jesus.  
A This is the gift of God!  
L Glory be to the Father, and to the Son  
and to the Holy Spirit!  
A By grace we have been saved,  
this is the gift of God!
- L I will praise you, God, with my whole heart.  
A I will honour your name for ever.

**Prayers**

- L Lord, have mercy  
A Christ, have mercy. Lord, have mercy
- L For peace among all peoples,  
we pray to you, O God!  
A Lord, hear our prayer.
- L For unity in the church according to your will,  
we pray to you, O God!  
A Lord, hear our prayer.
- L For all refugees and persecuted,  
we pray to you, O God!  
A Lord, hear our prayer.

L For alle syke, ensomme og fortvilte,  
ber vi deg, Gud.

A Herre, hør vår bønn.

L For alle som søker deg, Gud, ber vi.

A Herre, hør vår bønn.

L For oss som er samlet her,  
at vi må leve våre liv i tjeneste for vår  
neste, ber vi deg, Gud.

A Herre, hør vår bønn.

L I stillhet legger vi fram for deg  
det hver av oss har på hjertet.

~ ~

L Herre, hør vår bønn

A og la vårt rop komme til deg.

A VÅR FAR i himmelen!

La navnet ditt helliges.

La riket ditt komme.

La viljen din skje på jorden  
slik som i himmelen.

Gi oss i dag vårt daglige brød,

og tilgi oss vår skyld,

slik også vi tilgir våre skyldnere.

Og la oss ikke komme i fristelse,  
men frels oss fra det onde.

For riket er ditt, og makten og æren  
i evighet. Amen.

L Hellige Gud og Far, som sender din evige  
sannhets lys, vi ber at du i nåde lar din  
velsignelse komme over oss, dine tjenere,  
og lærer oss, så vi alltid holder fast på ditt  
ord og blir stående i dåpens nåde.  
Ved Jesus Kristus, din Sønn, vår Herre!

A Amen.

### **Velsignelse**

*Alle reiser seg.*

L La oss prise Herren:

A Gud være lovet!

L La oss be om velsignelse:

Herre, velsign oss og vern oss mot alt  
ondt, og før oss til det evige liv.

A Amen.

L For all the sick, lonely and desperate,  
we pray to you, O God!

A Lord, hear our prayer.

L For all who seek you, God, we pray.

A Lord, hear our prayer

L For all gathered here at this time,  
that we may live our lives in the service of  
our neighbour, we pray to you, O God!

A Lord, hear our prayer

L In silence we submit to you what each of  
us has on our heart.

~ ~

L Lord, hear our prayer

A and let our cry come to you.

A OUR FATHER in heaven,

hallowed be your name,

your kingdom come,

your will be done, on earth  
as in heaven.

Give us today our daily bread.

Forgive us our sins

as we forgive those who sin against us.

Lead us not into temptation  
but deliver us from evil.

For the kingdom, the power, and the glory  
are yours now and for ever. Amen.

L Holy God and Father, you send your  
eternal light of truth, we pray that you, in  
your mercy, let your blessing flow upon  
us, your servants, and teach us so that we  
are always firm in our belief in your word  
and in the grace of baptism. In the name  
of Jesus Christ, your Son, our Lord!

A Amen.

### **Blessing**

*All rise.*

L Let us praise the Lord:

A God be praised!

L Let us ask for God's blessing on us:

O Lord, bless us and protect us against all  
evil, and lead us into eternal life.

A Amen