

# *Morgenbønner*

*Kapellet, Det teologiske fakultet, 2022*

# Morgenbønn 1, bokmål

## *Innledning (Stående)*

**L:** Herre, lukk opp mine lepper,

**A:** så min munn kan lovprise deg.

**L:** Gud, kom meg til redning.

**A:** Herre, skynd deg til min frelse.

**L:** Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd,

**A:** som det var i begynnelsen, så nå og alltid og i all evighet. Amen.

## *Bibelsk salme: Salme 63, 2.9*

**L:** Gud, du er min Gud,

**A:** jeg vil prise deg hele livet.

**L:** Gud, du er min Gud, som jeg søker. \*

Min sjel tørster etter deg,

**I:** min kropp lengter etter deg \*

i et vannløst, tørt og utarmet land.

**II:** I helligdommen skuet jeg deg, \*

jeg så din makt og herlighet.

**I:** For din miskunn er bedre enn livet. \*

Mine lepper skal synges din pris.

**II:** Slik vil jeg velsigne deg hele livet \*

og løfte hendene i ditt navn.

**I:** Jeg mettes som med fete retter, \*

med jublende lepper priser jeg deg.

**II:** Jeg tenker på deg der jeg ligger og hviler, \*

og grunner på deg gjennom natten.

**I:** For du har vært en hjelp for meg, \*

jeg jubler i skyggen av dine vinger.

**II:** Jeg holder fast ved deg, \*

din høyre hånd har grepet meg.

**A:** Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd, \*  
nå og alltid og i all evighet. Amen.

**A:** Gud, du er min Gud, jeg vil prise deg hele livet.

## *Tekstlesning*

### *Svarsalme*

- L:** Led meg frem og lær meg i din troskap! For du er Gud, min frelser!
- A:** Led meg frem og lær meg i din troskap! For du er Gud, min frelser!
- L:** La meg kjenne dine veier, lær meg dine stier!
- A:** For du er Gud, min frelser!
- L:** Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd.
- A:** Led meg frem og lær meg i din troskap! For du er Gud, min frelser!

### *Sakarjas lovsang*

- L:** Jeg er verdens lys.
- A:** **Den som følger meg, skal ikke vandre i mørket, men ha livets lys.**
- L:** Velsignet er Herren, Israels Gud, \*  
for han har sett til sitt folk og forløst det.
- I:** Han har oppreist for oss et horn til frelse \*  
i sin tjener Davids hus,
- II:** slik han lovet fra gamle tid \*  
ved munnen til sine hellige profeter:
- I:** å frelse oss fra våre fiender \*  
og fra hånden til alle / dem som hater oss.
- II:** Han viste miskunn mot våre fedre og husket på sin hellige pakt, \*  
den ed han ga som løfte til Abraham, vår far,
- I:** så vi, frelst fra fiendehånd og uten redsel, kan tjene ham \*  
for hans ansikt i renhet og rettferd alle våre dager.
- II:** Og du, barn, skal kalles profet for Den høyeste, \*  
for du skal gå fram foran Herren og rydde hans veier
- I:** og gi hans folk å kjenne frelsen når deres synder blir tilgitt, \*  
for vår Gud er rik på miskunn.
- II:** Slik skal lyset fra det høye \*  
gjeste oss som en soloppgang

- L:** og skinne for dem som bor i mørke og dødens skygge, \*  
og lede våre føtter inn på fredens vei. (*Luk 1,68-79*)
- A:** **Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd, \***  
**nå og alltid og i all evighet. Amen.**

**A:** **Jeg er verdens lys. Den som følger meg, skal ikke vandre i mørket, men ha livets lys.** (*Joh 8,12*)

### *Bønn*

- L:** La oss be:  
Treenige Gud, du som alltid virker blant oss:  
Når vi strever med å forstå hverandre, gi oss visdom.
- A:** **Hør vår bønn.**
- L:** Når vi lykkes, la gleden forene oss.
- A:** **Hør vår bønn.**
- L:** Når vi mislykkes, skap noe nytt ut av det som går i stykker.
- A:** **Hør vår bønn.**
- L:** Hjelp oss å bli gode medarbeidere i din kirke.
- A:** **Hør vår bønn.**

### *Eller:*

- L:** Alt som lever, alt som trues,  
alt som er blitt knust til skår,  
bærer vi til deg, vår Skaper,  
jordens sår er dine sår.  
Herre, vi ber for din lidende verden.
- A:** **Hør vår bønn.**

*(Det er anledning til å tenne lys og be en bønn.)*

## *Vår Far*

- 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.

*Morgensalme (Stående)* Fra salmeboka

## *Velsignelse*

- L:** La oss be om velsignelse:  
**A:** Herren velsigne oss og verne oss mot alt ondt og føre oss til det evige liv.  
Amen.

# Morgonbøn 2, nynorsk

*Innleiing (Ståande)*

- L:** Herre, lat opp mine lepper,  
**A:** så min munn kan lovprisa deg.  
**L:** Gud, kom og berg meg,  
**A:** Herre, skund deg og frels meg.  
**L:** Ære vere Faderen og Sonen og Den heilage ande,  
**A:** som det var i opphavet, så no og alltid, og i all æve.  
**Amen.**

*Bibelsk salme:* Salme 121

- L:** Mi hjelp kjem frå Herren,  
**A:** som har skapt himmel og jord.
- L:** Eg lyfter auga mine til fjella. \*  
Kvar kjem mi hjelp ifrå?  
**I:** Mi hjelp kjem frå Herren, \*  
som har skapt himmel og jord.  
**II:** Han vil ikkje la foten din vakla, \*  
din vaktar vil ikkje blunda!  
**I:** Sjå, han blundar ikkje og søv ikkje, \*  
Israels vaktar.  
**II:** Herren er din vaktar, Herren er din skugge \*  
ved di høgre hand.  
**I:** Sola skal ikkje skada deg om dagen, \*  
heller ikkje månen om natta.  
**II:** Herren skal vara deg frå alt vondt. \*  
Han skal verna om ditt liv.  
**I:** Herren skal vara din utgang \*  
frå no og til evig tid.  
**A:** Ære vere Faderen og Sonen og Den heilage ande, \*  
no og alltid og i all æve. Amen.
- A:** Mi hjelp kjem frå Herren, som har skapt himmel og jord.

## *Testlesing*

### *Kort stille*

### *Svarsalme*

- L: Lova vere Herrens namn, frå no og til evig tid!  
A: **Lova vere Herrens namn, frå no og til evig tid!**  
L: Frå soloppgang til solnedgang,  
A: **frå no og til evig tid!**  
L: Ære vere Faderen og Sonen og Den heilage ande.  
A: **Lova vere Herrens namn, frå no og til evig tid!**

### *Bøn*

- L: La oss be:  
A: **Eg bind ikring meg sjølv i dag  
det namnet eg skal vernast ved,  
det namn vi lovar høgt i lag,  
Gud, Tre i Ein og Ein i Tre.**

#### *Eller:*

- L: Heilage, treeinige Gud, du er opphavet til alt,  
A: **bli hos oss til tida endar.**  
L: Du var hos oss då våre liv vart til,  
A: **bli hos oss når livet endar.**  
L: Du er der når morgonen gryr,  
A: **bli hos oss til dagen endar.**

*(Det er høve til å tenne lys og be ein bøn.)*

## *Vår Far*

**A:** Vår Far i himmelen!

Lat namnet ditt helgast.

Lat riket ditt koma.

Lat viljen din råda på jorda slik som i himmelen.

Gjev oss i dag vårt daglege brød,

og tilgjev oss vår skuld, slik vi òg tilgjev våre skuldnarar.

Og lat oss ikkje koma i freisting,

men frels oss frå det vonde.

For riket er ditt og makta og æra i all æve.

Amen.

*Morgonsalme (Ståande)* Frå salmeboka

## *Velsigning*

**L:** Ta imot velsigninga:

Herren velsigne deg og vare deg.

Herren late sitt andlet lysa over deg og vere deg nådig.

Herren lyfte sitt åsyn på deg og gjeve deg fred

**A:** Amen.



# Morgenbønn 3, bokmål

## *Innledning (Stående)*

**L:** Herre, lukk opp mine lepper,

**A:** så min munn kan lovprise deg.

**L:** Gud, kom meg til redning.

**A:** Herre, skynd deg til min frelse.

**L:** Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd,

**A:** som det var i begynnelsen, så nå og alltid og i all evighet. Amen.

## *Bibelsk salme: Salme 118, 14-22*

**L:** Takk Herren, for han er god,

**A:** **evig varer hans miskunn.**

**L:** Herren er min styrke og min sang, \*  
han er blitt min frelse.

**I:** Hør, det er jubel og seiersrop i de rettferdiges telt! \*  
Herrens høyre hånd gjør storverk,

**II:** Herrens høyre hånd løfter opp. \*  
Herrens høyre hånd gjør storverk.

**I:** Jeg skal ikke dø, men leve \*  
og fortelle om Herrens gjerninger.

**II:** Hardt har Herren tuktet meg, \*  
men han overga meg ikke til døden.

**I:** Lukk rettferds porter opp for meg, \*  
jeg vil gå inn og prise Herren!

**II:** Dette er Herrens port, \*  
her går de rettferdige inn.

**I:** Jeg priser deg fordi du svarte meg, \*  
du ble min frelse.

**II:** Steinen som bygningsmennene vraket,  
er blitt hjørnestein.

**A:** Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd, \*  
nå og alltid og i all evighet. Amen.

**A:** Takk Herren, for han er god, evig varer hans miskunn.

## Tekstlesning

### Svarsalme

- L: Ditt ord står fast i himmelen. I evighet, Herre, varer ditt ord.  
A: **Ditt ord står fast i himmelen. I evighet, Herre, varer ditt ord.**  
L: Din trofasthet varer fra slekt til slekt.  
A: **I evighet, Herre, varer ditt ord.**  
L: Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd.  
A: **Ditt ord står fast i himmelen. I evighet, Herre, varer ditt ord.**

### Sakarjas lovsang

- L: Jeg er verdens lys.  
A: **Den som følger meg, skal ikke vandre i mørket, men ha livets lys.**
- L: Velsignet er Herren, Israels Gud, \*  
for han har sett til sitt folk og forløst det.  
I: Han har oppreist for oss et horn til frelse \*  
i sin tjener Davids hus,  
II: slik han lovet fra gamle tid \*  
ved munnen til sine hellige profeter:  
I: å frelse oss fra våre fiender \*  
og fra hånden til alle / dem som hater oss.  
II: Han viste miskunn mot våre fedre og husket på sin hellige pakt, \*  
den ed han ga som løfte til Abraham, vår far,  
I: så vi, frelst fra fiendehånd og uten redsel, kan tjene ham \*  
for hans ansikt i renhet og rettferd alle våre dager.  
II: Og du, barn, skal kalles profet for Den høyeste, \*  
for du skal gå fram foran Herren og rydde hans veier  
I: og gi hans folk å kjenne frelsen når deres synder blir tilgitt, \*  
for vår Gud er rik på miskunn.  
II: Slik skal lyset fra det høye \*  
gjeste oss som en soloppgang  
I: og skinne for dem som bor i mørke og dødens skygge, \*  
og lede våre føtter inn på fredens vei. (Luk 1,68-79)

- A:** Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd, \*  
nå og alltid og i all evighet. Amen.
- A:** Jeg er verdens lys. Den som følger meg, skal ikke vandre i  
mørket, men ha livets lys. (*Joh 8,12*)

### *Bønn*

- L:** La oss be:  
Gud, vår Skaper: Du har formet oss i ditt bilde.  
Hjelp oss å se oss selv og hverandre med ditt kjærlige blikk.
- A:** **Gud, vår skaper: Hør vår bønn.**
- L:** Kristus, vår Frigjører:  
Når vi er trette, gjenskap i oss troen på din seier over  
ondskapen og døden.
- A:** **Kristus vår Frigjører: Hør vår bønn.**
- L:** Hellige Ånd, vår Livgiver: Når vi er urolige, gi oss mot til å  
leve og frimodighet til å tro
- A:** **Hellige Ånd, vår Livgiver: Hør vår bønn.**

### *Vår Far*

- 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.

### *Morgensalme (Stående)* Fra salmeboka

### *Velsignelse*

- L:** La oss be om velsignelse:
- A:** **Velsignelsen fra Gud, vår Skaper, Jesus Kristus, vår Frigjører, og  
Den Hellige Ånd, vår Livgiver være med oss alle. Amen.**

# Morgenbønn 4, bokmål

## *Innledning (Stående)*

**L:** Herre, lukk opp mine lepper,

**A:** så min munn kan lovprise deg.

**L:** Gud, kom meg til redning.

**A:** Herre, skynd deg til min frelse.

**L:** Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd,

**A:** som det var i begynnelsen, så nå og alltid og i all evighet. Amen.

## *Bibelsk salme: Salme 23*

**L:** Herren lar meg ligge

**A:** **i grønne enger. Hal-le-lu-ja.**

**L:** Herren er / min hyrde, \*  
jeg mangler / ikke noe.

**I:** Han lar meg ligge i grøn/ne enger, \*  
han leder meg til vann der jeg / finner hvile.

**II:** Han gir meg / nytt liv. \*  
Han fører meg på rettferdighets stier / for sitt navns skyld.

**I:** Om jeg enn skulle vandre i dødsskyg/gens dal, \*  
frykter jeg ikke / noe ondt.

**II:** For du / er med meg. \*  
Din kjepp og din / stav, de trøster meg.

**I:** Du dekker bord for meg like foran mi/ne fiender. \*  
Du salver mitt hode med olje. Mitt beger / renner over.

**II:** Bare godhet og miskunn skal følge meg alle mi/ne dager, \*  
og jeg skal bo i Herrens hus gjennom / alle tider.

**A:** Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd, \*  
nå og alltid og i all evighet. Amen.

**A:** Herren lar meg ligge i grønne enger. Hal-le-lu-ja.

## *Tekstlesning*

## Svarsalme

- L:** Jesus Kristus elsker oss  
og har fridd oss fra våre synder med sitt blod.
- A:** **Jesus Kristus elsker oss**  
**og har fridd oss fra våre synder med sitt blod.**
- L:** Han har gjort oss til et kongerike, til prester for Gud, sin Far,
- A:** **og har fridd oss fra våre synder med sitt blod.**
- L:** Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd.
- A:** **Jesus Kristus elsker oss**  
**og har fridd oss fra våre synder med sitt blod.**

## Sakarjas lovsang

- L:** Jeg er verdens lys.
- A:** **Den som følger meg, skal ikke vandre i mørket, men ha livets lys.**
- L:** Velsignet er Herren, Israels Gud, \*  
for han har sett til sitt folk og forløst det.
- I:** Han har oppreist for oss et horn til frelse \*  
i sin tjener Davids hus,
- II:** slik han lovet fra gamle tid \*  
ved munnen til sine hellige profeter:
- I:** å frelse oss fra våre fiender \*  
og fra hånden til alle / dem som hater oss.
- II:** Han viste miskunn mot våre fedre og husket på sin hellige pakt, \*  
den ed han ga som løfte til Abraham, vår far,
- I:** så vi, frelst fra fiendehånd og uten redsel, kan tjene ham \*  
for hans ansikt i renhet og rettferd alle våre dager.
- II:** Og du, barn, skal kalles profet for Den høyeste, \*  
for du skal gå fram foran Herren og rydde hans veier
- I:** og gi hans folk å kjenne frelsen når deres synder blir tilgitt, \*  
for vår Gud er rik på miskunn.
- II:** Slik skal lyset fra det høye \*  
gjeste oss som en soloppgang
- I:** og skinne for dem som bor i mørke og dødens skygge, \*  
og lede våre føtter inn på fredens vei. (*Luk 1,68-79*)

**A:** Ære være Faderen og Sønnen og Den hellige ånd, \*  
nå og alltid og i all evighet. Amen.

**A:** Jeg er verdens lys. Den som følger meg, skal ikke vandre i  
mørket, men ha livets lys. (*Joh 8,12*)

### *Bønn*

**L:** La oss be:

Fri meg fra feigheten som ikke tør å se nye sannheter i øynene.

Fri meg fra latskapen som gjør meg tilfreds når jeg kjenner  
halve sannheten.

Fri meg fra arrogansen som lar meg tro at jeg kjenner hele  
sannheten; Gode Gud, fri meg.  
ondskapen og døden.

**A:** **Gud, vår skaper: Hør vår bønn.**

### *Vår Far*

**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.

### *Morgensalme (Stående) Fra salmeboka*

### *Velsignelse*

**L:** La oss be om velsignelse:

**A:** **Velsign oss, Gud Fader.**

**Velsign oss, Guds Sønn.**

**Velsign oss, Guds Hellige Ånd.**

**Amen.**