

# Rukousrytmi

## 1. Rukouksen kohde

Ikuinen Jumala, taivaan ja maan luoja  
Abrahamin, lisäkin ja Jaakobin Jumala  
Israelin Jumala

Herramme Jeesuksen Kristuksen Jumala ja Isä  
Todellinen ja elävä Jumala, joka on Isä, Poika ja  
Pyhä Henki  
Kuule rukoukseni ja ole minulle armollinen

## 2. Ensimmäinen rukous

Herra, avaa minun huuleni, niin suuni julistaa  
sinun ylistystäsi.

Kunnia Isälle, Pojalle ja Pyhälle Hengelle  
Kuten se oli alussa, on nyt ja tulee aina olemaan  
Aamen (Halleluja)

Jumala, riennä meidät pelastamaan,  
Riennä meidän avuksemme

Kunnia Isälle, Pojalle ja Pyhälle Hengelle  
Kuten se oli alussa, on nyt ja tulee aina olemaan  
Aamen (Halleluja)

## 3. Jeesus Rukous

Herra Jeesus Kristus, Jumalan Poika, ole minulle  
[syntiselle] armollinen

## 4. Synnintunnustus

Tunnustamme edessäsi, pyhä Jumala,  
että olemme tehneet syntiä  
ajatuksin ja sanoin,  
teoin ja laiminlyönnein.

Emme ole rakastaneet Sinua kokosydämisesti  
Emme ole rakastaneet lähimmäisiämme kuten  
itseämme

Olemme pahoillamme ja me nöyrästi  
tunnustamme syntimme

Poikasi Jeesuksen Kristuksen tähden ole meille  
armollinen ja anna meille meidän syntimme  
anteeksi

Jotta me löytäisimme ilon tahdostasi ja  
kulkisimme Sinun teitäsi

Nimesi kunniaksi,  
Aamen

## 5. Päivän psalmi

Aloita Psalmista yksi ja 150. päivän jälkeen  
jälleen alusta.

## 6. Evankeliumin lukeminen (sama teksti viikon ajan)

Evankeliumin tekstit seuraa kirkkovuotta. Lue  
sama teksti viikon ajan aloittaen sunnuntaista.  
Löydät tekstit täältä: [https://  
lectionary.library.vanderbilt.edu/](https://lectionary.library.vanderbilt.edu/) (englanniksi).  
Suomenkielisen kirkkovuosikalenterin  
evankeliumi tekstit löydät täältä: [https://  
www.kirkkovuosikalenteri.fi/](https://www.kirkkovuosikalenteri.fi/)

## 7. Apostolinen uskontunnustus

Minä uskon Jumalaan,  
Isään, Kaikkivaltiaaseen,  
taivaan ja maan Luojaan,

ja Jeesukseen Kristukseen,  
Jumalan ainoaan Poikaan, meidän Herraamme,  
joka sikisi Pyhästä Hengestä,  
syntyi neitsyt Mariasta,  
kärsi Pontius Pilatuksen aikana,  
ristinnaulittiin, kuoli ja haudattiin,  
astui alas tuonelaan,  
nousi kolmantena päivänä kuolleista,  
astui ylös taivasiin,  
istuu Jumalan, Isän, Kaikkivaltiaan, oikealla  
puolella  
ja on sieltä tuleva tuomitsemaan eläviä ja  
kuolleita,

ja Pyhään Henkeen,  
pyhän yhteisen seurakunnan,  
pyhain yhteyden,  
syntien anteeksiantamisen,  
ruumiin ylösnousemisen  
ja iankaikkisen elämän.

## 8. Jeesus Rukous

Herra Jeesus Kristus, Jumalan Poika, ole minulle  
[syntiselle] armollinen

## 9. Psalmi 23

1. Herra on minun paimeneni,  
ei minulta mitään puutu.

2. Hän vie minut vihreille niityille,  
hän johtaa minut vetten ääreen,  
siellä saan levätä.

3. Hän virvoittaa minun sieluni,  
hän ohjaa minua oikeaa tietä  
nimensä kunnian tähden.

4. Vaikka minä kulkisin pimeässä laaksossa,  
en pelkäisi mitään pahaa,  
sillä sinä olet minun kanssani.  
Sinä suojelet minua kädelläsi,  
johdatat paimensauvallasi.

5. Sinä katat minulle pöydän  
vihollisteni silmien eteen.  
Sinä voitelet pääni tuoksuvalla öljyllä,  
ja minun maljani on ylitsevuotavainen.

6. Sinun hyvyytesi ja rakkautesi ympäröi minut

kaikkina elämäni päivinä,  
ja minä saan asua Herran huoneessa  
päivieni loppuun asti.

## 10. Psalmi 91:1-2

1. Se, joka asuu Korkeimman suojassa  
ja yöpyy Kaikkivaltiaan varjossa,

2. sanoo näin:  
»Sinä, Herra, olet linnani ja turvapaikkani.  
Jumalani, sinuun minä turvaan.»

## 11. Rukous perheenjäsenten puolesta

- Erotettu muusta esirukouksesta, koska perhe  
on tärkeä.

## 12. Psalmi 103:1-5

1. Ylistä Herraa, minun sieluni,  
ja kaikki mitä minussa on,  
ylistä hänen pyhää nimeään.

2. Ylistä Herraa, minun sieluni,  
älä unohda, mitä hyvää hän on sinulle tehnyt.

3. Hän antaa anteeksi kaikki syntini  
ja parantaa kaikki sairauteni.

4. Hän päästää minut kuoleman otteesta  
ja seppelöi minut armolla ja rakkaudella.

5. Hän ravitsee minut aina hyvyydellään,  
ja minä elvyn nuoreksi, niin kuin kotka.

## 13. Isä meidän -rukous

Isä meidän, joka olet taivaissa.  
Pyhitetty olkoon sinun nimesi.  
Tulkoon sinun valtakuntasi.  
Tapahtukoon sinun tahtosi,  
myös maan päällä niin kuin taivaassa.

Anna meille tänä päivänä meidän jokapäiväinen  
leipämme.

Ja anna meille meidän syntimme anteeksi,

niin kuin mekin anteeksi annamme niille,  
jotka ovat meitä vastaan rikkoneet.

Äläkä saata meitä kiusaukseen,  
vaan päästä meidät pahasta.

Sillä sinun on valtakunta ja voima ja kunnia  
iankaikkisesti.

Aamen.

## 14. Jeesus Rukous

Herra Jeesus Kristus, Jumalan Poika, ole minulle  
[syntiselle] armollinen

## 15. Pyyntö ja esirukous

- Omat aiheet ja rukousta toisten puolesta

## 16. Istuskelua Jeesuksen kanssa

Hetki hiljaisuudelle. Hetken pituuden saat itse  
määrittää. Kuvittele, että rukouksen keskellä  
vietetty hetki hiljaisuudessa on kuin istuisi  
Jeesuksen kanssa nuotion ääressä. Rauhoitu  
hetken aikana, annan sisäisten kierosten laskea  
ja ajatusten pysähtyä ja keskity kuuntelemaan  
itseäsi ja Jumalaa. Älä kiiruha hetkestä  
eteenpäin, vaan anna sille reilusti aikaa.

## 17. Rukous ristiinnaulitulle Kristukselle

Herra Jeesus Kristus, Sinä ojensit rakkauden  
käsivartesi ristin kovaan puuhun, jotta jokainen

voisi tulla pelastukseksi ulottuville. Siksi, pue  
meidät Pyhällä Hengelläsi, jotta ojentaisimme  
kätemme rakkaudessa, niin että ne jotka eivät  
sinua tunne voisivat oppia tuntemaan rakkautesi.  
Nimesi kunnian tähden.

Aamen.

## 18. Autuaaksijulistus

3. »Autuaita ovat hengessään köyhät, sillä  
heidän on taivasten valtakunta.

4. Autuaita murheelliset: he saavat lohdutuksen.

5. Autuaita kärsivälliset: he perivät maan.

6. Autuaita ne, joilla on vanhurskauden nälkä ja  
jano: heidät ravitaan.

7. Autuaita ne, jotka toisia armahtavat: heidät  
armahdetaan.

8. Autuaita puhdassydämiset: he saavat nähdä  
Jumalan.

9. Autuaita rauhantekijät: he saavat Jumalan  
lapsen nimen.

10. Autuaita ovat ne, joita vanhurskauden vuoksi  
vainotaan: heidän on taivasten valtakunta.

11. »Autuaita olette te, kun teitä minun tähteni  
herjataan ja vainotaan ja kun teistä valheellisesti  
puhutaan kaikkea pahaa.

12. Iloitkaa ja riemuitkaa, sillä palkka, jonka te  
taivaissa saatte, on suuri. Niinhän vainottiin  
profeettojakin, jotka elivät ennen teitä.

### **19. Rukous rauhan puolesta**

Oi Jumala, sinä olet tehnyt kaikista maan ihmisistä samaa verta ja olet lähettänyt siunatun poikasi julistamaan rauhaa niille, jotka ovat kaukana ja jotka ovat lähellä. Suo, että ihmiset kaikkialla etsisivät sinua ja löytäisivät sinut; että kaikki kansat tulisivat sinun huomaasi; vuodata Henkesi kaiken lihan päälle; jouduta valtakuntasi tulemista; Pojassasi Jeesuksessa Kristuksessa.

Aamen.

### **20. Fransiskus Assisilaisen rukous**

Vapahtaja, tee minusta rauhasi välikappale, niin että sinne, missä on vihaa, toisin rakkauden, missä loukkausta, toisin anteeksiannon, missä epäsopua, toisin yksimielisyyden, missä erehdystä, osoittaisin totuuden, missä epäilystä, auttaisin uskoon, missä epätoivoa, nostaisin luottamukseen, missä pimeyttä, loisin sinun valoasi, missä surua, virittäisin ilon ja lohdutuksen.

Niin että, oi Mestari, en yrittäisi niin paljon etsiä lohdutusta kuin lohduttaa muita, hakea ymmärtämystä kuin ymmärtää toisia, pyytää rakkautta kuin rakastaa muita,

sillä antaessaan saa, kadottaessaan löytää, unohtaessaan saa anteeksi, kuollessaan nousee iankaikkiseen elämään.

Aamen.

### **21. Rukous alkaneen viikon puolesta**

Lähetä valosi ja totuutesi. Ne johdattakoon minua, ne viekään minut pyhälle vuorellesi, sinun asuntoihisi. (Psalmi 43:3)

### **22. Kiitosrukous**

Kaikkivaltias Jumala, kaiken armon Isä, Me sinun kelvottomat palvelijat annamme sinulle nöyrän kiitokset sinun hyvydestäsi ja rakkautesi hyvydestä meitä kaikkia kohtaan, jotka Sinä olet luonut.

Me ylistämme Sinua elämästä, suojelusta, ja kaikesta elämän siunauksista; mutta ennen kaikkea sinun suunnattomasta rakkaudestasi, jonka näytit Pojassasi Jeesuksessa Kristuksessa maailman vapauttamiseksi; Armostasi ja kirkkauden toivosta.

Ja rukoilemme, anna meille tietoisuus armostasi, jotta kiitollisin sydämin ylistäisimme sinua. Ei

vain huulillamme, vaan elämällämme, antamalla itsemme Sinun palvelukseesi ja kulkemalla edessäsi pyhinä ja vanhurskaudessa kaikkina päivinä. Pojassasi Jeesuksessa Kristuksessa, kenelle yhdessä Sinun ja Pyhän Hengen kanssa kuuluu kunnia ja kirkkaus halki kaikkien sukupolvien.

Aamen.

### **23. Ole armollinen**

Herra, ole armollinen  
Kristus, ole armollinen  
Herra, ole armollinen

### **24. Salaisuuden tunnustaminen**

Kristus kuoli  
Kristus ylösnousi  
Kristus tulee takaisin

### **25. Jeesus Rukous**

Herra Jeesus Kristus, Jumalan Poika, ole minulle [syntiselle] armollinen.

\*Rukoukset on koontanut Brian Zahnd ja suomentanut/poiminut vastaavat suomenkieliset rukoukset Teemu Sormunen.