# ONGEA NA MUNGU WAKO

Ndugu,
baada ya kuona tunavyopaswa kuishi
kwa kusadiki, kuadhimisha na kupenda,
ni wakati wa kuzama katika fumbo la Mungu kwa njia ya sala.

Roho Mtakatifu, anayetuwezesha kusadiki, kuadhimisha na kupenda,
ndiye pia anayetuongoza katika sala hasa,
kama alivyowafanyia Yesu, Maria na umati wa wenzetu,
hata wasiofahamu kweli zote tulizofunuliwa na Mungu.

Nyuma yao hata wewe funga safari ya Kiroho
ya kuongea na Mungu aliye hai,
Baba, Mwana na Roho Mtakatifu,
kwa imani, tumaini na upendo mkubwa zaidi na zaidi.

Hakuna mwingine ambaye ni muhimu uongee naye
kuliko Mwenyezi Mungu, Muumba na Mwokozi wako.

Maisha yako yote, ya sasa na ya milele, yamo mikononi mwake:
unamtegemea kabisa upande wa mwili, tena zaidi upande wa roho.

La ajabu ni kwamba ana hamu ya kuongea nawe
kuliko wewe mwenyewe,
kwa kuwa anakupenda zaidi:
daima ndiye wa kwanza katika upendo.

Kwa nini usinyamaze mbele yake ili kusikiliza sauti yake ya fumbo?
Kwa nini usimuitikie kama Yesu alivyofanya?
Kwa nini usiache Roho Mtakatifu ndani mwako
amlilie na kusema naye kwa dhati,
akimuita Baba kwa niaba yako na ya viumbe vyote?

Hapa mbele utakuta baadhi ya maneno ya sala
yaliyobubujika mioyoni mwa watu wa Mungu,
wanaume kwa wanawake, karne hata karne.

Kwa hakika utamu wake utakusaidia kutambua
jinsi mafumbo ya imani yalivyo hai na ya kuvutia;
siyo nadharia ya dini iliyo mbali na maisha,
bali ndiyo kiini chake.

Zama ndani ya Mungu kwa kuongea naye:
hapo utazidi kuishi kwa utulivu na furaha ya dhati!

## SALA KUTOKA BIBLIA

**ABRAHAMU** (Mwa 18:27)

Nimeshika kusema na Bwana, nami ni mavumbi na majivu tu.

**YAKOBO** (Mwa 32:26)

Sikuachi, usiponibariki!

**MUSA** (Kut 33:18)

Nakusihi unionyeshe utukufu wako.

**GIDEONI** (Amu 6:15)

Ee Bwana, nitawaokoa Israeli kwa jinsi gani?
Tazama, jamaa zangu ndio walio maskini sana katika Manase,
na mimi ndimi niliye mdogo katika nyumba ya baba yangu.

**SAMWELI** (1Sam 3:10)

Nena, Bwana, kwa kuwa mtumishi wako anasikia.

**DAUDI** (2Sam 7:18)

Mimi ni nani, Bwana Mungu, na nyumba yangu ni nini,
hata umenileta hata hapa?

**DAUDI** (2Sam 24:17)

Tazama, ni mimi niliyekosa, ni mimi niliyepotoka;
lakini kondoo hawa, wamefanya nini?
Mkono wako na uwe juu yangu, na juu ya nyumba ya baba yangu!

**DAUDI** (1Nya 29:10-13)

Uhimidiwe, Ee Bwana, Mungu wa Israeli baba yetu, milele na milele.
Ee Bwana, ukuu ni wako, na uweza, na utukufu, na kushinda, na enzi;
maana vitu vyote vilivyo mbinguni na duniani ni vyako.
Ufalme ni wako, Ee Bwana, nawe umetukuzwa, u mkuu juu ya vitu vyote.
Utajiri na heshima hutoka kwako wewe, nawe watawala juu ya vyote;
na mkononi mwako mna uweza na nguvu;
tena mkononi mwako mna kuwatukuza na kuwawezesha wote.
Basi sasa, Mungu wetu, twakushukuru na kulisifu jina lako tukufu.

**SULEMANI** (1Fal 3:9)

Nipe mimi mtumwa wako moyo wa adili niwahukumu watu wako,
na kupambanua mema na mabaya;
maana ni nani awezaye kuwahukumu hawa watu wako walio wengi?

**SULEMANI** (1Fal 8:23)

Ee Bwana, Mungu wa Israeli, hakuna Mungu kama wewe,
mbinguni juu wala duniani chini!
Ushikaye maagano na rehema kwa watumishi wako,
waendao mbele zako kwa mioyo yao yote.

**ELIYA** (1Fal 18:36-37)

Ee Bwana, Mungu wa Ibrahimu, na wa Isaka, na wa Israeli,
na ijulikane leo ya kuwa wewe ndiwe Mungu katika Israeli,
na ya kuwa mimi ni mtumishi wako,
na ya kuwa nimefanya mambo haya yote kwa neno lako.
Unisikie, Ee Bwana, unisikie, ili watu hawa wajue
ya kuwa wewe, Bwana, ndiwe Mungu,
na ya kuwa wewe umewageuza moyo wakurudie.

**ELIYA** (1Fal 19:4)

Yatosha! Sasa, Ee Bwana, uiondoe roho yangu;
kwa kuwa mimi si mwema kuliko baba zangu.

**YEREMIA** (Yer 15:16)

Maneno yako yalionekana, nami nikayala;
na maneno yako yalikuwa ni furaha kwangu,
na shangwe ya moyo wangu,
maana nimeitwa kwa jina lako, Ee Bwana, Mungu wa majeshi.

**AZARIA** (Dan 3:37-40)

Sisi, Ee Bwana, tumekuwa duni kuliko maìtaifa mengine yote,
na kudhulumiwa leo katika ulimwengu wote kwa sababu ya dhambi zetu.
Sasa hakuna mfalme wala nabii wala kiongozi;
hakuna dhabihu wala kafara wala sadaka wala uvumba,
wala mahali pa kukutolea dhabihu na kuona rehema.
Lakini kwa moyo uliovunjika na kwa roho nyenyekevu tukubaliwe nawe,
na sadaka yetu iwe machoni pako leo
kama dhabihu za kondoo waume na ng'ombe,
na kama kondoo wanono elfu kumi.
Nasi tukufuate kwa unyofu, maana wanaokutumaini Wewe hawataaibika.

**VIJANA WATATU** (Dan 3:52-56)

Umehimidiwa, Ee Bwana, Mungu wa baba zetu,
wastahili kusifiwa na kuadhimishwa milele.
Limehimidiwa jina lako takatifu, tukufu.
lastahili kusifiwa na kuadhimishwa milele.
Umehimidiwa katika hekalu la fahari yako takatifu,
wastahili kusifiwa na kutukuzwa milele.
Umehimidiwa juu ya kiti cha ufalme wako.
wastahili kusifiwa na kuadhimishwa milele.
Umehimidiwa utazamaye vilindi, uketiye juu ya makerubi,
wastahili kusifiwa na kuadhimishwa milele.
Umehimidiwa katika anga la mbinguni,
wastahili kusifiwa na kutukuzwa milele.

**BIBI ARUSI** (Wim 8:6-7)

Nitie kama muhuri moyoni mwako,
kama muhuri juu ya mkono wako;
kwa maana upendo una nguvu kama mauti,
na wivu ni mkali kama ahera.
Mwako wake ni mwako wa moto,
na miali yake ni miali ya Bwana.
Maji mengi hayawezi kuuzimisha upendo,
wala mito haiwezi kuuzamisha.
Kama mtu angetoa badala ya upendo mali yote ya nyumbani mwake,
angedharauliwa kabisa.

**KUJIOMBEA HEKIMA** (Hek 9:1-6)

Ee Mungu wa baba zetu, Bwana, mwenye kuihifadhi rehema yako,
umevifanya vitu vyote kwa neno lako;
na kwa Hekima yako ukamwumba mwanadamu,
ili avitawale viumbe vilivyoumbwa nawe,

na kumiliki ulimwengu katika utakatifu na kwa haki,
na kutoa hukumu kwa unyofu wa moyo.
Nakusihi unipe Hekima,
ambayo huketi karibu nawe katika kiti chako cha enzi,
wala usinikatae mimi miongoni mwa watumishi wako;
mimi niliye mtumwa wako, na mwana wa mjakazi wako,
mtu dhaifu asiye na siku nyingi,
wala sina nguvu ya kufahamu hukumu na sheria.
Kwa maana mtu ajapokuwa ni mkamilifu miongoni mwa wanadamu,
pasipo Hekima itokayo kwako atahesabiwa kuwa si kitu.

**ZABURI YA 8**

Wewe, Mungu, Bwana wetu,
jinsi lilivyo tukufu jina lako duniani mwote!
Wewe umeuweka utukufu wako mbinguni.
Vinywani mwa watoto wachanga na wanyonyao
umeiweka misingi ya nguvu;
kwa sababu yao wanaoshindana nawe;
uwakomeshe adui na mijilipiza kisasi.
Nikiziangalia mbingu zako, kazi ya vidole vyako,
mwezi na nyota ulizoziratibisha;
mtu ni kitu gain hata umkumbuke,
na binadamu hata umwangalie?
Umemfanya mdogo punde kuliko Mungu;
umemvika taji ya utukufu na heshima;
umemtawaza juu ya kazi za mikono yako;
umevitia vitu vyote chini ya miguu yake.
Kondoo, na ng'ombe wote pia;
naam, na wanyama wa kondeni;
ndege wa angani, na samaki wa baharini;
na kila kipitiacho njia za baharini.
Wewe, Mungu, Bwana wetu,
Jinsi lilivyo tukufu jina lako duniani mwote!

**ZABURI YA 123**

Nimekuinulia macho yangu, wewe uketiye mbinguni.
Kama vile macho ya watumishi kwa mkono wa bwana zao;
kama macho ya mjakazi kwa mkono wa bibi yake;
hivyo macho yetu humlekea Bwana, Mungu wetu,
hata atakapoturehemu.
Uturehemu, Ee Bwana, uturehemu sisi,
kwa maana tumeshiba dharau.
Nafsi zenu zimeshiba mzaha wa wenye raha,
na dharau ya wenye kiburi.

**ZABURI YA 130**

Ee Bwana, toka vilindini nimekulilia;
Bwana, uisikie sauti yangu.
Masikio yako na yaisikilize sauti ya dua zangu.
Bwana, kama Wewe ungehesabu maovu,
Ee Bwana, nani angesimama?
Lakini kwako kuna msamaha, ili Wewe uogopwe.
Nimemngoja Bwana, roho yangu imemngoja,
na neno lake nimelitumainia.
Nafsi yangu inamngoja Bwana,
kuliko walinzi waingojavyo asubuhi,
naam, walinzi waingojavyo asubuhi.
Ee Israeli, umtarajie Bwana;
maana kwa Bwana kuna fadhili,
na kwake kuna ukombozi mwingi.
Yeye atawakomboa Israeli na maovu yake yote.

**BIKIRA MARIA** (Lk 1:38)

Tazama, mimi ni mjakazi wa Bwana;
na iwe kwangu kama ulivyosema.

**SIMEONI** (Lk 2:29-32)

Sasa, Bwana, wamruhusu mtumishi wako,
kwa amani, kama ulivyosema;
kwa kuwa macho yangu yameuona wokovu wako,
uliouweka tayari machoni pa watu wote;
nuru ya kuwa mwangaza wa Mataifa,
na kuwa utukufu wa watu wako Israeli.

**YOHANE MBATIZAJI** (Math 3:14)

Mimi nahitaji kubatizwa na wewe, nawe waja kwangu?

**MKOMA** (Mk 1:40)

Ukitaka, waweza kunitakasa.

**MWANAMKE MSAMARIA** (Yoh 4:15)

Bwana, unipe maji hayo, nisione kiu, wala nisije hapa kuteka.

**WAGALILAYA** (Yoh 6:34)

Bwana, sikuzote utupe chakula hiki.

**MWANDISHI** (Math 8:19)

Mwalimu, nitakufuata kokote uendako.

**WANAFUNZI WA YESU** (Math 8:25)

Bwana, tuokoe, tunaangamia.
**PEPO** (Mk 5:7,12)

Nina nini nawe, Yesu, Mwana wa Mungu aliye juu?
Nakuapisha kwa Mungu usinitese...
Tupeleke katika nguruwe, tupate kuwaingia wao.

**MWANAMKE MKANANAYO** (Math 15:22,25,27)

Unirehemu, Bwana, Mwana wa Daudi.
Binti yangu amepagawa sana na pepo.
Bwana, unisaidie.
Hata mbwa hula makombo yaangukayo mezani pa bwana zao.

**PETRO** (Mk 9:5)

Rabi, ni vizuri sisi kuwapo hapa; na tufanye vibanda vitatu,
kimoja chako wewe, kimoja cha Musa, na kimoja cha Eliya.

**BABA WA MTOTO ALIYEPAGAWA** (Mk 9:24)

Naamini, nisaidie kutokuamini kwangu.

**MWANAFUNZI WA YESU** (Lk 11:1)

Bwana, tufundishe sisi kusali,
kama vile Yohane alivyowafundisha wanafunzi wake.

**MTOZAUSHURU** (Lk 18:13)

Ee Mungu, uniwie radhi mimi mwenye dhambi.

**KIJANA TAJIRI** (Mk 10:17)

Mwalimu mwema, nifanye nini nipate kuurithi uzima wa milele?

**BARTIMAYO** (Mk 10:47,48,51)

Mwana wa Daudi, Yesu, unirehemu!
Mwana wa Daudi, unirehemu!
Mwalimu wangu, nataka nipate kuona.

**MARTHA** (Yoh 11:21-22,27)

Bwana, kama ungalikuwapo hapa, ndugu yangu hangalikufa.
Lakini hata sasa najua ya kuwa yoyote utakayomwomba Mungu,
Mungu atakupa...
Naam, Bwana, mimi nimesadiki ya kwamba wewe ndiwe Kristo,
Mwana wa Mungu, yule ajaye ulimwenguni.

**MHALIFU** (Lk 23:42)

Ee Yesu, nikumbuke utakapoingia katika ufalme wako.

**YESU** (Math 11:25-26)

Nakushukuru, Baba, Bwana wa mbingu na nchi,
kwa kuwa mambo haya uliwaficha wenye hekima na akili,
ukawafunulia watoto wachanga.
Naam, Baba, kwa kuwa ndivyo ilivyopendeza mbele zako

**YESU** (Yoh 11:41-42)

Baba, nakushukuru kwa kuwa umenisikia.
Nami nalijua ya kuwa wewe wanisikia sikuzote;
lakini kwa ajili ya mkutano huu wanaohudhuria nalisema haya,
ili wapate kusadiki kwamba ndiwe uliyenituma.

**YESU** (Yoh 17:1-26)

Baba, saa imekwisha kufika.
Mtukuze Mwanao, ili Mwana wako naye akutukuze wewe;
kama vile ulivyompa mamlaka juu ya wote wenye mwili,
ili kwamba wote uliompa awape uzima wa milele.
Na uzima wa milele ndio huu:
wakujue wewe, Mungu wa pekee wa kweli, na Yesu Kristo uliyemtuma.
Mimi nimekutukuza duniani, hali nimeimaliza kazi ile uliyonipa niifanye.
Na sasa, Baba, unitukuze mimi pamoja nawe,
kwa utukufu ule niliokuwa nao pamoja nawe kabla ya ulimwengu kuwako.
Jina lako nimewadhihirishia watu wale ulionipa katika ulimwengu;
walikuwa wako, ukanipa mimi, na neno lako wamelishika.
Sasa wamejua ya kuwa yote uliyonipa yatoka kwako.
Kwa kuwa maneno uliyonipa nimewapa wao;

nao wakayapokea, wakajua hakika ya kuwa nalitoka kwako,
wakasadiki ya kwamba wewe ndiwe uliyenituma.
Mimi nawaombea hao; siuombei ulimwengu;
bali hao ulionipa, kwa kuwa hao ni wako;
na wote walio wangu ni wako, na walio wako ni wangu;
nami nimetukuzwa ndani yao.
Wala mimi simo tena ulimwenguni,
lakini hawa wamo ulimwenguni, nami naja kwako.
Baba mtakatifu, kwa jina lako ulilonipa uwalinde hawa,
ili wawe na umoja kama sisi tulivyo.
Nilipokuwapo pamoja nao,
mimi naliwalinda kwa jina lako ulilonipa, nikawatunza;
wala hapana mmojawapo wao aliyepotea,
ila yule mwana wa upotevu, ili andiko litimie.
Na sasa naja kwako;
na maneno haya nayasema ulimwenguni,
ili wawe na furaha yangu imetimizwa ndani yao.
Mimi nimewapa neno lako, na ulimwengu umewachukia,
kwa kuwa wao si wa ulimwengu, kama mimi nisivyo wa ulimwengu.
Mimi siombi kwamba uwatoe katika ulimwengu;
bali uwalinde na yule mwovu.
Wao si wa ulimwengu, kama mimi nisivyo wa ulimwengu.
Uwatakase kwa ile kweli; neno lako ndiyo kweli.
Kama vile ulivyonituma mimi ulimwenguni,
nami vivyo hivyo naliwatuma hao ulimwenguni.
Na kwa ajili yao najiweka wakfu mwenyewe,
ili na hao watakaswe katika kweli.
Wala si hao tu ninaowaombea;
lakini na wale watakaoniamini kwa sababu ya neno lao.
Wote wawe na umoja;
kama wewe, Baba, ulivyo ndani yangu, nami ndani yako,
hao nao wawe ndani yetu,
ili ulimwengu upate kusadiki ya kwamba wewe ndiwe uliyenituma.
Nami utukufu ule ulionipa nimewapa wao,
ili wawe na umoja kama sisi tulivyo umoja.
Mimi ndani yao, nawe ndani yangu, ili wawe wamekamilika katika umoja;
ili ulimwengu ujue ya kuwa ndiwe uliyenituma,
ukawapenda wao kama ulivyonipenda mimi.
Baba, hao ulionipa nataka wawe pamoja nami popote nilipo,
wapate na kuutazama utukufu wangu ulionipa;
kwa maana ulinipenda kabla ya kuwekwa msingi ulimwengu.
Baba mwenye haki, ulimwengu haukukujua;
lakini mimi nalikujua, na hao wamejua ya kuwa ndiwe uliyenituma.
Nami naliwajulisha jina lako, tena nitawajulisha hilo,
ili pendo lile ulilonipenda mimi liwe ndani yao, nami niwe ndani yao.

**YESU** (Mk 14:36)

Aba, Baba, yote yawezekana kwako; uniondolee kikombe hiki;
walakini, si kama nitakavyo mimi, bali utakavyo wewe.

**YESU** (Mk 15:34)

Eloi, Eloi, lama sabakthani?
(maana yake, Mungu wangu, Mungu wangu, mbona umeniacha?)

**YESU** (Lk 23:46)

Ee Baba, mikononi mwako naiweka roho yangu.

**MARIA MAGDALENA** (Yoh 20:16)

Raboni!
(maana yake, Mwalimu wangu!)

**TOMA** (Yoh 20:28)

Bwana wangu na Mungu wangu!

**PETRO** (Yoh 21:17)

Bwana, wewe wajua yote;
wewe umetambua ya kuwa nakupenda.

**KANISA LA YERUSALEMU** (Mdo 4:24-30)

Bwana, wewe ndiwe Mungu,
ndiwe uliyefanya mbingu na nchi na bahari na vitu vyote vilivyomo;
nawe ulinena kwa Roho Mtakatifu
kwa kinywa cha babaetu Daudi, mtumishi wako:
Mbona mataifa wamefanya ghasia,
na makabila wametafakari ubatili?
Wafalme wa dunia wamejipanga,
na wakuu wamefanya shauri pamoja juu ya Bwana na juu ya Kristo wake.
Maana ni kweli, Herode na Pontio Pilato
pamoja na Mataifa na watu wa Israeli,
walikusanyika katika mji huu
juu ya Mtumishi wako mtakatifu Yesu, uliyemtia mafuta,
ili wafanye yote ambayo mkono wako na mashauri yako
yamekusudia tangu zamani yatokee.
Basi sasa, Bwana, yaangalie matisho yao;
ukawajalie watumwa wako kunena neno lako kwa ujasiri wote,

ukinyosha mkono wako kuponya;
ishara na maajabu vifanyike kwa jina la Mtumishi wako mtakatifu Yesu.

**STEFANO** (Mdo 7:59-60)

Bwana Yesu, pokea roho yangu…
Bwana, usiwahesabie dhambi hii.

**PAULO** (Mdo 22:10)

Nifanye nini, Bwana?

**WAZEE 24 MBINGUNI** (Ufu 4:11)

Umestahili wewe, Bwana wetu na Mungu wetu,
kuupokea utukufu na heshima na uweza,
kwa kuwa wewe ndiwe uliyeviumba vitu vyote,
na kwa sababu ya mapenzi yako vilikuwako, navyo vikaumbwa.

**WENYE UHAI 4 NA WAZEE 24 MBINGUNI** (Ufu 5:9-10)

Wastahili wewe kukitwaa hicho kitabu na kuzifungua muhuri zake;
kwa kuwa ulichinjwa, ukamnunulia Mungu kwa damu yako
watu wa kila kabila na lugha na jamaa na taifa,
ukawafanya kuwa ufalme na makuhani kwa Mungu wetu;
nao wanamiliki juu ya nchi.

**WAFIADINI MBINGUNI** (Ufu 6:10)

Ee Mwenyezi, Mtakatifu, Mwenye kweli,
hata lini kutokuhukumu, wala kuipatia haki damu yetu
kwa hao wakaao juu ya nchi?

**WAZEE 24 MBINGUNI** (Ufu 11:17-18)

Tunakushukuru wewe, Bwana Mungu Mwenyezi, uliyeko na uliyekuwako,
kwa sababu umeutwaa uweza wako ulio mkuu, na kumiliki.
Na mataifa walikasirika, hasira yako nayo ikaja,
na wakati ukaja wa kuhukumiwa waliokufa,
na wa kuwapa thawabu yao watumwa wako manabii na watakatifu,
na hao walichao jina lako, wadogo kwa wakubwa,
na wa kuwaharibu hao waiharibuo nchi.

**WASHINDI MBINGUNI** (Ufu 15:3-4)

Ni makuu, na ya ajabu, matendo yako, Ee Bwana Mungu Mwenyezi;

Ni za haki, na za kweli, njia zako, Ee Mfalme wa mataifa.
Ni nani asiyekucha, Ee Bwana, na kulitukuza jina lako?
Kwa kuwa wewe peke yako u Mtakatifu;
kwa maana mataifa yote watakuja na kusujudu mbele zako;
kwa kuwa matendo yako ya haki yamekwisha kufunuliwa.

**ROHO MTAKATIFU NA BIBIARUSI** (Ufu 22:20)

Na uje, Bwana Yesu!

## SALA ZA WANAKANISA KARNE KWA KARNE

**MWANDISHI WA DIDAKEE** (80 hivi)

Tunakushukuru, Baba yetu,
kwa mzabibu mtakatifu wa Daudi mtumishi wako,
uliotujulisha kwa njia ya Kristo Mwanao.
Utukufu ni wako hata milele…
Kama vile mkate huu uliomegeka ulitawanyika vilimani,
nao kisha kukusanywa umekuwa kitu kimoja,
vivyo hivyo Kanisa lako likusanywe toka mipaka ya dunia
katika ufalme wako:
kwa kuwa utukufu na nguvu ni vyako
kwa njia ya Yesu Kristo hata milele…
Tunakushukuru, Baba mtakatifu,
kwa ajili ya jina lako takatifu,
ulilolifanya likae mioyoni mwetu,
na pia kwa ajili ya ujuzi, imani na uzima usio na mwisho
ulivyotufunulia kwa njia ya Yesu Mwanao.
Utukufu ni wako hata milele.
Wewe, Baba mwenyezi, uliviumba vyote kwa ajili ya jina lako,
ukawajalia wanadamu chakula na kinywaji ili wakusifu;
lakini sisi umetuneemesha chakula na kinywaji cha kiroh
na cha uzima wa milele kwa njia ya Yesu Mwanao.
Kwanza tunakushukuru kwa kuwa u Mwenyezi.
Utukufu ni wako hata milele.
Ulikumbuke, Bwana, Kanisa lako,
uliokoe na kila uovu na kulikamilisha katika upendo wako,
Ulitakase na kulikusanya toka pepo nne
katika ufalme wako ulililoliandalia;
kwa kuwa nguvu na utukufu ni vyako milele.
Neema ya Mungu itufikie na ulimwengu huu upite.
Hosana, Mwana wa Daudi!
Aliye mtakatifu aje, na asiye hivyo aongoke.

Maranatha! Amina!

**MT. KLEMENTI I** (30-96)

Wewe umefunua macho ya mioyo yetu, ili tukujue wewe Mungu pekee,
uliye juu sana katika mbingu za juu,
mtakatifu unayekaa kati ya watakatifu,
ambaye unanyenyekeza ufidhuli wao wenye kiburi,
unabatilisha mashauri ya mataifa,
unawainua juu wanyonge na kuwashusha wanaojikweza,
wewe ambaye unatajirisha na kufukarisha, unaua na kuhuisha,
ambaye peke yako unafadhili roho
na ni Mungu pekee wa kila mwenye mwili,
unatazama vilindi, unachunguza matendo ya wanadamu,
unawasaidia waliopo hatarini na ni mkombozi wa waliokata tamaa,
ni muumbaji na mtunzaji wa roho zote,
unazidisha mataifa duniani,
ambaye kati ya wote umewachagua wanaokupenda,
kwa njia ya Yesu Kristo Mwanao mpendwa,
ambaye kwa njia yake umetulea, umetutakasa na kutuvika heshima.
Tunakusihi, Bwana, uwe kwetu msaidizi na tegemeo.
Uwakomboe walio taabuni kati yetu, uwahurumie wanyonge,
uwainue walioanguka, ujidhihirishe kwa wahitaji,
uwaponye wagonjwa, uwarudishe waliojitenga na taifa lako,
uwashibishe wenye njaa, uwafungue wafungwa wetu,
uwaimarishe walio dhaifu, uwatulize walio duni.
Mataifa yote wapate kujua ya kuwa ndiwe Mungu, wewe peke yako,
na ya kuwa Yesu Kristo ni Mwanao
nasi tu wako wako na kondoo wa malisho yako.

**MT. POLIKARPO** (70-155)

Ee Bwana, Mwenyezi Mungu,
Baba wa Mwanao mpenzi na mbarikiwa Yesu Kristo,
ambaye kwa njia yake tumekufahamu;
Mungu wa malaika na wa wenye uwezo, wa kila kiumbe
na wa kizazi chote cha waadilifu wanaoishi mbele yako:
mimi nakubariki kwa kuwa siku hii na saa hii umenijalia
nishiriki kikombe cha Kristo wako pamoja na wafiadini wote,
kwa ufufuo wa roho na wa mwili katika uzima wa milele,
katika hali ya kutoharibika kwa njia ya Roho Mtakatifu.
Niweze leo kupokewa pamoja nao mbele yako
kama sadaka nono na ya kupendeza,
kama vile wewe, Mungu usiye na hila na msemakweli, ulivyoiandaa
ukanionyesha mapema na sasa umeitimiza.
Kwa sababu hiyo na kwa mambo yote mimi nakusifu, nakuhimidi,

nakutukuza pamoja na kuhani wa milele na wa kimbingu Yesu Kristo,
Mwanao mpenzi, ambaye kwa njia yake kwako na kwa Roho Mtakatifu
uwe utukufu sasa na nyakati zijazo. Amina.

**ORIGEN** (185-253)

Yesu, miguu yangu ni michafu.
Njoo kama mtumwa kwangu, mimina maji katika beseni yako,
njoo unitawadhe miguu.
Ninapoomba hivyo najua kuwa nathubutu mno,
lakini naogopa tishio lililotolewa uliponiambia,
"Nisipokutawadha miguu, huna ushirika nami".
Basi, osha miguu yangu, kwa kuwa naonea shauku urafiki wako.

**MT. HILARI** (315-367)

Mungu, Baba Mwenyezi, najua vema kuwa
huduma kuu inayonipasa kwako katika maisha yangu ni kwamba
kila neno na wazo langu liseme juu yako.
Kipawa cha kusema ulichonijalia hakiwezi kunipa furaha kubwa
kuliko ile ya kukutumikia kwa kuhubiri
na kuonyesha kwa ulimwengu usiokujua, au kwa mzushi anayekukanusha,
jinsi ulivyo, yaani Baba, Baba ambaye Mwanae pekee ni Mungu.
Lakini kwa kusema haya, nasema tu ninachotaka kufanya.
Ili niweze kukifanya kweli nahitaji kuomba msaada wako na huruma yako,
kuomba ujaze upepo tanga nilizozipandisha kwa ajili yako
na uzisukume mbele katika mwendo wangu,
yaani umvuvie Roho wako katika imani yangu na katika kuiungama,
na uniwezeshe kuendelea mahubiri niliyoyaanza…
Acha niseme nawe, Mwenyezi Mungu, ingawa ni mavumbi na majivu tu,
acha niseme kwa uhuru kwa kuwa nimefungamana nawe
kwa vifungo vya upendo.
Kabla sijakufahamu nilikuwa si kitu.
Nilikuwa na bahati mbaya ya kutojua maana ya maisha,
nilikuwa sijielewi, nilikuwa tofauti kabisa na jinsi nilivyo.
Huruma yako ndiyo iliyonipa uhai…
Muda wote ambao nitaishi na kupumua kwa pumzi uliyonipa,
Baba Mtakatifu, Mwenyezi Mungu, nitakiri kwamba tangu milele yote
wewe si Mungu tu, bali Baba pia.
Sitakuwa kamwe na kichaa na uovu wa kujifanya hakimu
wa uwezo wako usio na mipaka, wala wa mafumbo yako,
hata nipendelee wazo langu maskini kuliko yale ambayo
dini inakiri juu ya ukuu wako usio na mipaka
au imani inafundisha kuhusu umilele wake…
Nakuomba, utunze salama imani hiyo uliyonijalia,
na kunifadhilia kwamba muda wote wa maisha yangu niweze tu

kuzingatia yale ambayo dhamiri yangu inasema juu yake.
Niweze daima kushika imani niliyoiungama nilipozaliwa upya,
Nishike ungamo lake nililolitamka nilipobatizwa
kwa jina la Baba, na la Mwana na la Roho Mtakatifu.
Niweze kukuabudu wewe, Baba yetu,
na kumuabudu Mwanao pamoja nawe;
niweze kuwa jinsi Roho wako Mtakatifu anavyotaka niwe,
yeye atokaye kwako kwa njia ya Mwanao pekee.

**MT. EFREM** (306-373)

Mwokozi wetu, msalaba wako ulikomesha uhai wa mwili.
Utujalie tusulubishe kiroho nafsi yetu.
Ufufuko wako, Yesu, ukuze utu wa kiroho ndani mwetu…
Umbile duni la mwili wetu linatuelekeza kufa.
Mimina juu yetu upendo wako wa Kimungu,
ufute moyoni mwetu matokeo ya sisi kuelekea kifo.

**MT. GREGORI WA NAZIENZI** (329-390)

Ee Bwana, umpokee mikononi mwako kaka yangu aliyetuacha.
Kwa wakati wake utupokee sisi pia,
kisha kutuongoza katika hija ya duniani hadi lengo ulilotupangia.
Utujalie tuje kwako tukiwa tayari na watulivu kweli,
si tumevurugwa na hofu, si katika hali ya uadui nawe,
walau siku ya mwisho, siku ya kufariki kwetu.
Utujalie tusijisikie tunaondolewa na kung'olewa kwa nguvu
katika ulimwengu na maisha,
wala kwa hiyo tusifunge safari shingo upande.
Bali utujalie tuje kwa utulivu na utayari mzuri,
kama watu wanaoondoka kuendea uzima wa heri usio na mwisho,
uzima ule ulioma katika Kristo Yesu, Bwana wetu,
ambaye apate utukufu milele na milele. Amina.

**MT. MAKRINA** (330-380)

Ee Bwana, wewe umetuondolea hofu ya kifo.
Mwisho wa maisha yetu hapa umeufanya mwanzo wa uzima wa kweli.
Kwa kitambo tu utaacha miili yetu ilale usingizi,
halafu kwa tarumbeta ya mwisho utaiamsha kutoka usingizini.
Wewe unaukabidhi udongo ukutunzie udongo wako huu
ulioufinyanga kwa mikono yako;
nawe utauchukua tena na kutoka fungu la kufa, lisilo na muundo,
utaugeuza kuwa na uzuri usiokufa.

**MT. GREGORI WA NISA** (335-394)

Ee Mchungaji mwema, unakwenda wapi kuchunga,
wewe unayebeba mabegani kundi lako lote?
Kwa kuwa kondoo yule pekee
anawakilisha ubinadamu wote uliobeba mabegani mwako.
Unionyeshe mahali pa pumziko,
unifikishe kwenye majani mema ya kunilisha,
uniite kwa jina, ili mimi pia, niliye kondoo, niweze kusikia sauti yako
na kwa hiyo niweze kupata uzima wa milele:
"Unionyeshe mpenzi wa roho yangu".
Ndivyo ninavyokuita, kwa kuwa jina lako liko juu ya kila jina na uelewa,
wala ulimwengu wote wa viumbe wenye akili hauwezi kulitaja nakulielewa.
Basi, jina lako, ambamo wema wako unajitokeza,
unawakilisha upendo wa roho yangu kwako.
Kwa kuwa ningewezaje kutokupenda, baada ya wewe kunipenda mno?
Ulinipenda hivi hata ukatoa uhai wako kwa kundi la malisho yako.
Haiwezekani kufikiria upendo mkuu kuliko huo.
Umelipa wokovu wangu kwa uhai wako.

**MARTIN WA TOURS** (316-397)

Ee Bwana, nikihitajiwa bado na watu wako, sikatai uchovu wa kazi:
utakalo lifanyike!

**MT. AMBROSI** (340-397)

Ee Bwana, mwenye huruma kwa wote, uniondolee dhambi zangu,
na kwa huruma washa ndani mwangu moto wa Roho wako Mtakatifu.
Uniondolee moyo wa jiwe na kunipa moyo wa nyama,
moyo wa kukupenda na kukuabudu wewe,
moyo wa kupata raha ndani yako, kukufuata na kukufurahia
kwa ajili ya Kristo.

**MT. JEROMU** (347-420)

Ee Bwana, umetupatia Neno lako kama nuru ambayo iangazie njia yetu;
utujalie tulitafakari Neno lako na kufuata mafundisho yake
hivi kwamba tuone hiyo nuru inazidi kuangaza hadi adhuhuri,
kwa njia ya Kristo Bwana wetu.

**MT. AUGUSTINO** (354-430)

Wewe Bwana ni mkuu na unastahili kabisa sifa.
Uweza wake ni mkuu na hekima yako haina mipaka.
Mtu anataka kukusifu, yeye aliye sehemu ndogo ya viumbe vyako vyote,
yeye anayetembea akielekea kifo, ushahidi wa dhambi yake,

wa kwamba wewe unapinga wenye kiburi.
Hata hivyo mtu, sehemu ndogo ya viumbe vyako vyote, anataka kukusifu.
Wewe unamchochea aonje furaha ya kukusifu,
kwa kuwa umetuumba kwa ajili yako,
na moyo wetu hautulii mpaka ustarehe ndani mwako.

Ee upendo wenye kuwaka daima usiweze kuzimika kamwe,
Mungu wangu uniwashe moto!

Unijalie mimi, mimi pia, Bwana wangu mpenzi,
nikujue, nikupende na kukufurahia.
Nisipoweza kufanya hayo kikamilifu katika maisha haya,
unijalie walau kusonga mbele kila siku
hata niweze kufikia kuyafanya kwa ukamilifu.
Acha nikufahamu zaidi na zaidi hata ukamilifu.
Acha nikupende kila siku zaidi na zaidi hata ukamilifu;
furaha yangu iwe kubwa kwa yenyewe, na kamili ndani yako.

Wewe ni nini kwangu? Uniwie huruma, niweze kusema.
Mimi ni nini kwako, hata uniagize nikupende,
halafu nisipokutii unanikasirikia na kunitishia maafa makubwa?
Je, kutokupenda si balaa kubwa tayari?
Lo, kwa huruma yako, Bwana Mungu wangu,
uniambie wewe ni nini kwangu.
"Uiambie nafsi yangu, Mimi ni wokovu wako".
Sema hivyo, nami nitasikiliza.
Tazama, moyo wangu unakusikiliza, Bwana; uuweke tayari ukaniambie,
"Mimi ni wokovu wako".
Nitafuata sauti ya neno lako hilo hata nikufikie.
Usinifiche uso wako: nife nisije kufa, bali niuone uso wako.

Unijalie nifanye unachoagiza, halafu uniagize unachotaka.

Nimechelewa kukupenda, Uzuri wa kale na mpya daima;
nimechelewa kukupenda.
Tazama, wewe ulikuwa ndani mwangu,
nami nilikuwa nje na kukutafuta huko.
Mimi, mbaya, nilikuwa ninaparamia vitu vizuri ulivyoviumba.
Wewe ulikuwa nami, lakini mimi sikuwa nawe.
Vilikuwa vikinishika mbali nawe viumbe vile ambavyo
kama visingekuwa ndani yako hata kuwepo visingekuwepo.
Uliniita, ukanipigia kelele, ukashinda uziwi wangu.
Uliniangaza, ukanimulikia kama umeme angani,
hatimaye ukaponya upofu wangu.
Ulinipulizia harufu yako nami nikainusa, na sasa nakuonea shauku.
Nimekuonja na sasa nakuonea njaa na kiu.

Umenigusa nami sasa nawaka tamaa ya kupata amani yako.

Sasa nakupenda wewe tu, nakufuata wewe tu, nakutafuta wewe tu,
niko tayari kukutumikia wewe tu, kwa kuwa wewe tu unatawala kwa haki,
natamani kuwa chini ya uwezo wako.

Naomba kitu hiki tu kutokana na hisani yako kuu:
kwamba unigeuzie kabisa kwako,
usiruhusu chochote kunizuia nisielekee kwako.

**MT. PATRISI** (385-461)

Kristo uwe nami, Kristo uwe ndani mwangu,
Kristo nyuma yangu, Kristo mbele yangu,
Kristo karibu nami, Kristo ili unitawale,
Kristo, ili unifariji na kunifundisha,
Kristo pamoja nami, Kristo juu yangu,
Kristo katika amani, Kristo katika hatari,
Kristo moyoni mwa wote wanaonipenda,
Kristo mdomoni mwa rafiki na mgeni.

**MT. BENEDIKTO** (480-543)

Baba, utupe hekima tukutambue, akili tukuelewe, bidii tukutafute,
subira tukungojee, macho tukuzingatie, moyo tukutafakari
na maisha tukutangaze kwa uwezo wa Roho wa Bwana wetu Yesu Kristo.

**MT. KOLUMBA** (521-597)

Peke yangu, pasipo yeyote mbali nawe, Mungu wangu,
nasafiri katika njia yangu.
Niogope nini, ukiwa karibu nami, mtawala usiku na mchana?
Katika mkono wako niko salama
kuliko kama ningezungukwa na jeshi kunilinda.

**MT. KOLUMBANI** (540-615)

Ee Kristo Bwana, utujalie daima maji haya yawe ndani mwetu pia
chemchemi ya maji hai yanayobubujikia uzima wa milele!
Kwa hakika naomba jambo kubwa; nani asiyejua?
Lakini wewe, mfalme wa utukufu, unajua kuzawadisha makuu,
tena umeahidi makuu.
Hakuna kilicho kikuu kuliko wewe: lakini umejizawadisha kwetu
na kujitoa kafara kwa ajili yetu.
Kwa hiyo tunakuomba utujulishe tunachopenda,
kwa kuwa hatutafuti chochote nje yako.

Kwetu wewe ni yote: uhai wetu, mwanga wetu, wokovu wetu,
chakula chetu, kinywaji chetu, Mungu wetu.
Ee Yesu wetu, nakuomba uivuvie mioyo yetu kwa mvumo wa Roho wako
na kuzichoma roho zetu kwa upendo wako
ili kila mmojawetu aweze kusema kwa ukweli wote:
Unijulishe mpenzi wa roho yangu;
kwa kuwa nimejeruhiwa na upendo wako.
Ee Bwana, natamani madonda hayo yatiwe ndani mwangu.
Heri yake roho iliyochomwa na upendo!
Yenyewe itatafuta chemchemi na kuinywea.
Kwa kuinywea ataionea kiu daima.
Kwa kutuliza kiu yake atatamani kwa ari yule anayemuonea kiu daima,
ingawa anamnywa mfululizo.
Hivyo kwa roho upendo ni kiu inayotafuta kwa hamu,
ni jeraha linaloponya.

Ee Kristo, Mwokozi wetu mwema sana, tafadhali uwashe taa zetu:
ziangaze mfululizo katika hekalu lako
na kudumishwa daima na wewe, mwanga wa milele;
pembe zenye giza za roho zetu ziangazwe,
na giza lolote la ulimwengu lifukuzwe mbali nasi.
Basi, Yesu wangu, uijalie taa yangu mwanga wako,
ili kwa uangavu wake nifunguliwe patakatifu pa mbinguni,
patakatifu pa patakatifu ambapo chini ya makuba yake makuu
panakuwa na wewe, kuhani wa milele wa sadaka ya kudumu.
Unijalie nikutazame, nikukazie macho na kukutamani wewe tu;
nikupende wewe tu na kukungojea wewe tu kwa hamu motomoto kabisa.
Katika kutazama kwa upendo hamu yangu izimike ndani mwako
na mbele yako taa yangu iangaze na kuwaka mfululizo.
Tafadhali, Mwokozi wetu mpendwa, ujionyeshe kwetu tunaopiga hodi,
ili, kwa kukufahamu, tukupende wewe tu, tukutamani wewe tu,
tukufikirie mfululizo wewe tu,
na kutafakari usiku na mchana maneno yako.
Tafadhali utumiminie upendo mkubwa ambao
unakufaa wewe uliye Mungu na unastahili kupewa,
ili upendo wako uenee katika nafsi yetu yote na kutufanya wako kabisa.
Hivyo hatutaweza kupenda chochote nje ya wewe uliye wa milele,
na upendo wetu hautaweza kuzimwa na maji mengi
ya uwingu huu, ya dunia hii na ya bahari hii, kama ilivyoandikwa,
Maji mengi hayawezi kuuzimisha upendo.
Hayo yatimie hata kwetu kwa neema yako, Bwana wetu Yesu Kristo,
ambaye upewe utukufu milele na milele. Amina.

**MT. YOHANE WA DAMASKO** (645-750)

Wewe, Bwana, ulinitoa katika viuno vya baba yangu;

wewe uliniunda tumboni mwa mama yangu;
wewe ulinitoa mwangani, mtoto uchi,
kwa kuwa sheria za umbile letu zinafuata daima amri zako.
Wewe uliandaa kwa baraka ya Roho Mtakatifu
uumbaji wangu na maisha yangu,
si kadiri ya matakwa ya mtu wala ya tamaa ya mwili,
bali kadiri ya neema yako isiyosemeka.
Uliandaa uzazi wangu kwa matayarisho yanayopita sheria za umbile letu,
ulinitoa mwangani kwa kunifanya mwanao,
uliniandika kati ya wafuasi wa Kanisa lako takatifu lisilo na doa.
Umenilisha maziwa ya Kiroho, maziwa ya maneno yako ya Kimungu.
Umenitegemeza kwa chakula kizito cha Mwili wa Yesu Kristo,
Mungu wetu, Mwanao pekee mtakatifu sana,
umenilevya kwa kikombe cha Kimungu cha Damu yake itiayo uzima,
aliyoimwaga kwa wokovu wa ulimwengu wote…
Sasa, Bwana, kwa njia ya kuhani wako
umeniita nitumikie wanafunzi wako.
Sijui kwa mpango gani umefanya hivi; wewe tu unajua…
Unichunge, Bwana, na uchunge mwenyewe pamoja nami watu wengine,
ili moyo wangu usiniinamishe kulia wala kushoto,
bali Roho wako mwema unielekeze njia nyofu
ili matendo yangu yafuate matakwa yako,
na yayafuate kweli mpaka mwisho.

**MT. BONIFAS** (675-754)

Mungu wa milele, kimbilio la wanao wote,
katika udhaifu wetu ndiwe nguvu yetu,
katika giza letu ndiwe mwanga wetu,
katika uchungu wetu ndiwe faraja na amani yetu.

**MT. SIRILI WA THESALONIKE** (827-869)

Utakase, ulinganishe taifa lako katika imani ya kweli na ungamo sahihi,
na kuangaza mioyoni neno la mafundisho yako.
Kwa kuwa ni zawadi yako kutuchagua tuihubiri Injili ya Kristo wako,
kuchochea ndugu watende mema na kutimiza yanayokupendeza.
Wale ulionipa nakurudishia kama wako;
uwaongoze sasa kwa mkono wako wa kuume wenye nguvu,
uwalinde kivulini mwa mabawa yako,
ili wote wasifu na kutukuza jina lako la Baba, Mwana na Roho Mtakatifu.
Amina.

**MT. ROMUALDO** (952-1027)

Yesu mpenzi, amani ya moyo wangu, hamu isiyosemeka,

utamu na unono wa malaika na wa watakatifu!

**MT. YOHANE GUALBERTO** (999-1073)

Bwana, unihurumie, Kristo unihurumie: niweze kukuamini.
Bwana, unihurumie, Kristo unihurumie: niweze kukujua,
niweze kukutumainia, niweze kukupenda,
na roho yangu iishi ndani yako. Amina.

**MT. ANSELMO** (1033-1109)

Bwana, wewe ni Mungu wangu, wewe ni Bwana wangu
lakini mimi sijakuona.
Wewe umeniumba na kuniumba upya, umenijalia mema yangu yote,
lakini mimi sijakufahamu.
Nimeumbwa ili nikuone
lakini sijafanya hilo ambalo kwa ajili yake nimeumbwa…
Unifundishe kukutafuta na ujionyeshe ninapokutafuta:
siwezi kukutafuta usiponifundisha, wala kukuona usipojionyesha.
Nikutafute kwa kukutamani na nikutamani kwa kukutafuta,
nikuone kwa kukupenda na nikupende kwa kukuona.

Nakuomba, Bwana,
unijalie nionje kwa upendo yale ninayoyaonja kwa ujuzi;
unijalie nijue kwa upendo ninayoyajua kwa akili.
Nakuwia kuliko uhai wangu wote, lakini sina zaidi,
tena peke yangu siwezi kukurudishia uhai huo kikamilifu.
Univute kwako, Bwana, katika utimilifu wa upendo.
Mimi mzima ni wako kwa uumbaji; unifanye wako kwa upendo pia.
Bwana, moyo wangu uko mbele yako.
Najaribu, lakini peke yangu siwezi kitu; fanya nisichoweza.
Unikaribishe katika chumba cha ndani cha upendo wako.
Naomba, natafuta, napiga hodi.
Wewe uliyenijalia kuomba, unijalie nipate;
uliyenijalia kutafuta, unijalie nione;
uliyenifundisha kupiga hodi, unifungulie.

**M.H. WILIAMU WA SAINT-THIERRY** (1085-1148)

Umetangulia kutupenda ili tukupende;
si kwamba ulihitaji upendo wetu,
bali kwa sababu bila ya kukupenda tusingeweza kuwa ulivyotuumbia…
Kusema kwako kwa njia ya Mwana ni kuweka mwangani tu,
yaani kuonyesha wazi kadiri na jinsi ulivyotupenda…
Yale aliyoyatenda, aliyoyasema duniani,
hata kutukanwa, kutemewa mate na kupigwa makofi,

hata kusulubiwa na kuzikwa,
yalikuwa tu usemi wako kwetu kwa njia ya Mwana:
himizo na uchochezi wa upendo wako kwa upendo wetu kwako.
Kwa kuwa wewe, Muumba wa roho, ulijua kwamba
upendo huo hauwezi kulazimishwa kwa roho za binadamu,
ila ilibidi uhimizwe tu.
Ulijua pia kwamba palipo na shuruti hapana uhuru tena;
na pasipo uhuru hapana haki pia.
Basi, ulitaka tukupende sisi ambao
tusingeweza hata kuokolewa kwa haki kama tusingekupenda,
tena tusingeweza kukupenda kama tusingejaliwa nawe.

**MT. BERNARDO** (1090-1153)

Bwana, mema yangu ni kukaa katika tabu, mradi wewe uwe nami.
Ni bora kuliko kutawala pasipo wewe, kula karamuni pasipo wewe,
kujitukuza pasipo wewe.
Bwana, mema yangu ni kukukumbatia wewe katika tabu,
kuwa nawe katika tanuri, kuliko kubaki pasipo wewe,
hata kama ingekuwa mbinguni.
Kwangu kuna nini zaidi mbinguni,
nami natamani nini zaidi ya wewe duniani?
Moto unatakasa dhahabu na jaribio la tabu linatakasa waadilifu.
Humo, Bwana, u pamoja nao; humo unakaa
kati ya wale waliokusanyika kwa jina lako, kama zamani na vijana watatu.

**MMONAKI MWINGEREZA** (Karne XII)

Yesu, tumaini la wanaotubu,
jinsi ulivyo mpole kwa waombao!
Jinsi ulivyo mwema kwa wanaokutafuta.
Lakini hasa u nini kwa wanaokupata!
Ulimi hauwezi kusema,
wala maandishi kufafanua;
aliyeng'amua tu anaweza kuamini
kumpenda Yesu ni nini.

**BALDWIN WA CANTERBURY** (1120-1190)

Bwana, uniondolee moyo huu wa jiwe.
Uninyofolee moyo huu ulioganda. Uteketeze moyo huu usiotahiriwa.
Nipe moyo mpya, moyo wa nyama, moyo safi!
Wewe, mtakasaji wa mioyo na mpenzi wa mioyo safi,
utamalaki moyo wangu, ukae ndani yake.
Uukumbatie na kuufariji.
Uwe mrefu kuliko vilele vyangu vyote,

uwe wa ndani kuliko dhati yangu yenyewe.
Wewe, kielelezo cha uzuri wowote na asili ya utakatifu wote,
uchonge moyo wangu kadiri ya sura yako;
uuchonge kwa nyundo ya huruma yako, Mungu wa moyo wangu
na urithi wangu, Ee Mungu, heri yangu ya milele. Amina.

**SALA YA KARNE ZA KATI**

Nakusihi, Bwana, nguvu yenye moto na tamu ya upendo wako
iondoe akili yangu mbali na vitu vyote vilivyopo chini ya mbingu,
ili nife kwa kupenda upendo wako,
wewe uliyeona inafaa ufe kwa kupenda upendo wangu.

**MT. FRANSISKO WA ASIZI** (1181-1226)

BABA YETU mtakatifu kabisa:
muumba, mkombozi, mfariji na mwokozi wetu.
ULIYE MBINGUNI: katika malaika na katika watakatifu,
ukiwaangazia wawe na ufahamu, kwa sababu wewe Bwana ni mwanga;
ukiwawasha wawe na upendo, kwa sababu wewe Bwana ni upendo;
ukikaa ndani mwao na kuwajaza furaha, kwa sababu wewe Bwana
ni wema mkuu kabisa, wema wa milele,
ambaye kwako hutoka mema yote, na bila yako hakuna jema.
JINA LAKO LITUKUZWE: ujuzi wetu juu yako uwe wazi zaidi na zaidi,
tuweze kujua upana wa baraka zako, urefu wa ahadi zako,
kimo cha ukuu wako, kina cha hukumu zako.
UFALME WAKO UFIKE: utawale ndani yetu kwa njia ya neema yako
na kutuwezesha kuingia katika ufalme wako ambapo
unaonekana kama ulivyo, unapendwa kikamilifu,
unatia heri ya kukaa nawe, unatia raha ya kukufurahia milele.
UTAKALO LIFANYIKE DUNIANI KAMA MBINGUNI: tuweze kukupenda
kwa moyo wetu wote, kwa kukuwaza wewe daima;
kwa roho yetu yote, kwa kukutamani wewe daima;
kwa akili yetu yote, kwa kuelekeza nia zetu zote kwako
na kwa kutafuta utukufu wako katika yote;
kwa nguvu zetu zote pia, kwa kutumia uwezo na hisia zote
za roho na mwili katika kuhudumia upendo wako na si chochote kingine;
na tuweze kuwapenda majirani wetu kama tunavyojipenda,
kwa kuwavuta wote kwa nguvu zetu zote kwenye upendo wako,
tukifurahia mema ya wengine kama tunavyofurahia ya kwetu,
na tukihuzunika pamoja na wengine kwa mabaya yanayowafikia,
bila ya kumuudhi yeyote.
MKATE WETU WA KILA SIKU: Mwanao mpendwa Bwana wetu Yesu Kristo.
UTUPE LEO: kwa ukumbusho, ufahamu na heshima
ya upendo ule aliokuwanao kwetu sisi
na ya mambo yale ambayo alisema na kutenda na kuteseka kwa ajili yetu.

UTUSAMEHE MAKOSA YETU: kwa huruma yako isiyosemeka,
kwa nguvu ya mateso ya Mwanao mpendwa,
pamoja na stahili na maombezi ya Bikira mbarikiwa daima
na ya wateule wako wote.
KAMA TUNAVYOWASAMEHE NA SISI WALIOTUKOSEA:
na lolote tusilosamehe kikamilifu,
wewe Bwana utuwezeshe kulisamehe kabisa,
tuwapende kweli maadui wetu kwa ajili yako,
na tuwaombee kwa bidii mbele zako, bila ya kumlipa yeyote ovu kwa ovu,
bali tukijitahidi kumsaidia kila mmoja katika wewe.
NA USITUTIE KATIKA VISHAWISHI: kilichofichika au cha wazi,
cha ghafla au cha muda mrefu.
LAKINI UTUOPOE MAOVUNI: yaliyopita, ya sasa na yajayo.
ATUKUZWE BABA NA MWANA NA ROHO MTAKATIFU
KAMA MWANZO, NA SASA NA MILELE. AMINA.

Ndiwe Bwana Mungu mtakatifu unayetenda maajabu.
Wewe una nguvu. Wewe ni mkuu. Wewe ndiwe mkuu kabisa.
Wewe ndiwe mfalme mwenyezi.
Wewe, Baba mtakatifu, mfalme wa mbingu na nchi.
Wewe ni utatu na umoja, Bwana Mungu wa miungu;
ndiwe wema, wema wote, wema mkuu, Bwana Mungu hai na wa kweli.
Wewe ni pendo, upendo; wewe ni hekima, wewe ni unyenyekevu,
wewe ni uvumilivu, wewe ni uzuri, wewe ni upole, wewe ni usalama,
wewe ni utulivu, wewe ni furaha na heri, wewe ni tumaini letu,
wewe ni haki, wewe ni kiasi, wewe ni mali yetu yote ya kututosha.
Wewe ni uzuri, wewe ni upole, wewe ndiwe msimamizi,
wewe ni mlinzi na mtetezi wetu, wewe ni nguvu, wewe ni burudisho.
Wewe ni tumaini letu, wewe ni imani yetu, wewe ni upendo wetu,
wewe ni utamu wetu wote, wewe ni uzima wetu wa milele:
Bwana mkuu na wa ajabu, Mwenyezi Mungu, Mwokozi mwenye huruma.

**MT. ELIZABETI WA HUNGARIA** (1207-1231)

Bwana, ukitaka kuwa pamoja nami,
mimi nataka kuwa pamoja nawe,
nisitake kutengana nawe kamwe.

**MT. RICHARD** (1197-1253)

Asante kwako, Bwana wangu Yesu Kristo, kwa fadhili zote ulizonistahilia.
Kwa mateso na matusi yote uliyoyavumilia kwa ajili yangu.
Mkombozi, rafiki na kaka mwenye huruma nyingi,
naomba niweze kukufahamu wazi zaidi, kukupenda kwa hisani zaidi,
kukufuata kwa karibu zaidi, siku kwa siku.

**MT. BONAVENTURA** (1217-1274)

Lo, uzuri usiosemeka wa Mungu mkuu,
lo, mng'ao safi kabisa wa nuru ya milele!
Wewe ni uhai unaohuisha kila uhai,
mwanga unaoangaza kila mwanga!

Bwana Yesu Kristo, unichome mpaka kiini cha moyo wangu
kwa donda lile tamu la kuletea wokovu la upendo wako.
Unijaze kwa ule upendo motomoto, mnyofu na mtulivu
uliomfanya mtume wako mtakatifu Paulo
atamani kutengwa na mwili wake awe nawe.
Roho yangu ikuonee shauku, ikijaa daima hamu ya makao yako ya milele.

**MT. THOMA WA AKWINO** (1225-1274)

Mungu wa wema wote, utujalie tutamani motomoto, tutafute kwa busara,
tujue kwa hakika na kutekeleza kikamilifu matakwa yako matakatifu
kwa utukufu wa jina lako.

**M.H. ANJELA WA FOLIGNO** (1248-1309)

Mungu wangu, unijalie kujua fumbo kuu
linalotokana na moto wa upendo wako usiosemeka
na wa Nafsi tatu za Utatu,
yaani fumbo la umwilisho wako mtakatifu
uliotaka kutekeleza kwa ajili yetu.
Ndio mwanzo wa wokovu wetu
nao unatenda mambo mawili ndani mwetu:
kutujaza upendo na kutuhakikishia ukombozi wetu.
Lo, upendo usioweza kueleweka kwa yeyote!
Hakuna upendo mkuu kuliko huo:
Mungu wangu amejifanya mtu anifanye niwe Mungu!
Lo, upendo la kupita kiasi:
umejiharibu ili kunitengeneza wakati ulipotwaa mwili wetu.
Si kwamba wewe au umungu wako umekuja kupungukiwa kitu,
ila kina cha umwilisho wako kinanitoa midomoni maneno yenye hisia kali!
Wewe, usiyeeleweka, umejifanya wa kueleweka;
wewe usiyeumbwa umejifanya kiumbe;
wewe usiyefikirika, umekuja kufikirika;
wewe Roho tupu umekubali kuguswa na mikono ya watu!...
Ee Mkuu kabisa, uniwezeshe kuelewa zawadi hiyo ipitayo nyingine yoyote:
malaika na watakatifu wote heri yao pekee
ni kukuona, kukupenda na kukutazama!
Ee zawadi ya juu kuliko yoyote,
kwa kuwa wewe ndiwe zawadi yenyewe, ndiwe Upendo!

Ee Wema mkuu, umekubali kujulikana kama Upendo,
na unatufanya tuupende Upendo huo.
Wale wote watakaofika mbele yako watapata raha
kadiri ya upendo waliokuwanao kwako.

**MT. GETRUDA** (1256-1301)

Mungu, unayestahili upendo usio na mipaka,
sina chochote cha kupimia vema ukuu wako,
lakini hamu yangu kwako ni hivi kwamba,
kama ningekuwa na yale yote uliyonayo wewe,
ningekupa yote kwa furaha na shukrani.

Kwa ajili ya uongofu nakutolea, Baba mpenzi sana,
mateso yote ya Mwanao mpendwa sana tangu wakati ule ambapo,
akilazwa horini juu ya nyasi, alianza kulia, halafu akavumilia
mahitaji ya utoto, mapungufu ya ubalehe, mateso ya ujana,
hadi alipoinamisha kichwa akafa msalabani kwa mlio mkubwa.
Vilevile, kwa kufidia makosa yangu ya uzembe, nakutolea,
Baba mpenzi sana, mwendo wote wa maisha matakatifu sana
ambayo Mwanao pekee aliyaishi kikamilifu kabisa
katika mawazo, maneno na matendo yake
tangu atumwe kutoka ukuu wa kiti chako cha enzi kuja katika dunia yetu,
hadi alipouonyesha mtazamo wako wa Kibaba
utukufu wa mwili wake mshindi.
Kama shukrani nazama katika kilindi kirefu sana cha unyenyekevu,
na pamoja na huruma yako isiyolipika,
nasifu na kuabudu wema wako mtamu sana.
Wewe, Baba wa huruma, nilipokuwa ninapoteza maisha yangu hivyo,
ulikuza kwangu mawazo ya amani, si ya mabaya,
ukaamua kuniinua kwa wingi na ukuu wa fadhili zako.
Kati ya mengine, ulitaka kunijalia ujirani usiothaminika wa urafiki wako
kwa kunifungulia kwa namna mbalimbali hazina ile azizi sana ya umungu,
ambayo ni moyo wako wa Kimungu,
na kwa kunitolea kwa wingi mkubwa kila utajiri wa furaha ndani yake.

**MT. BIRGITA** (1303-1373)

Usifiwe, Bwana wangu Yesu Kristo, kwa kuwahi kutabiri kifo chako,
kwa kugeuza kwa namna ya ajabu, katika karamu ya mwisho,
mkate wa kawaida uwe mwili wako mtukufu,
kwa kuwagawia mitume kwa upendo
kama ukumbusho wa mateso yako mastahivu,
kwa kuwaosha miguu kwa mikono yako mitakatifu na azizi,
ukionyesha hivyo ukuu usio na mipaka wa unyenyekevu wako.
Heshima kwako, Bwana wangu Yesu Kristo,

kwa kutoka jasho la damu katika mwili wako usio na kosa
kwa hofu ya mateso na kifo,
na kwa kutekeleza hata hivyo ukombozi wetu uliotamani kuutimiza,
ukionyesha hivyo wazi upendo wako kwa binadamu.
Usifiwe, Bwana wangu Yesu Kristo, kwa kupelekwa kwa Kayafa
na kuruhusu kwa unyenyekevu wako uhukumiwe na Pilato,
wewe uliye hakimu wa wote.
Utukufu kwako, Bwana wangu Yesu Kristo, kwa kudhihakiwa pale ambapo,
kisha kuvikwa nguo ya zambarau, ulitiwa taji la miba mikali sana,
na kwa kuvumilia kwa subira isiyo na mipaka kwamba
uso wako mtukufu ujae mate, macho yako yafunikwe,
mashavu yako yapigwe kwa nguvu na mikono ya kikafiri ya watu waovu.
Sifa kwako, Bwana wangu Yesu Kristo,
kwa kuruhusu kwa uvumilivu mkubwa ufungwe kwenye nguzo,
upigwe mijeledi kinyama,
upelekwe mahakamani kwa Pilato umejaa damu,
uonekane kama mwanakondoo asiye na kosa anayepelekwa machinjoni.
Heshima kwako, Bwana wangu Yesu Kristo,
kwa kukubali kuhukumiwa katika mwili wako mtakatifu,
uliojaa tayari damu, ufe msalabani;
kwa kubeba kwa uchungu msalaba juu ya mabega yako matakatifu,
na kwa kutaka kupigiliwa misumari katika mbao za adhabu,
kisha kuburutwa kikatili hadi mahali pa mateso na kuvuliwa nguo zako.
Heshima kwako, Bwana Yesu Kristo,
kwa kuelekeza kwa unyenyekevu, kati ya mateso hayo,
macho yako yaliyojaa upendo na wema kwa Mama yako mstahivu sana,
ambaye hajawahi kupatwa na dhambi
wala kukubali kosa dogo namna gani,
na kwa kumfariji ukimkabidhi kwa ulinzi mwaminifu wa mwanafunzi wako.
Uhimidiwe milele, Bwana wangu Yesu Kristo,
kwa kuwapa wakosefu wote, wakati wa kihoro chako,
tumaini la msamaha ulipomuahidia kwa huruma
utukufu wa paradiso mhalifu aliyekukimbilia.
Sifa ya milele kwako, Bwana wangu Yesu Kristo,
kwa kila saa uliyovumilia msalabani kwa ajili yetu wakosefu
machungu na mateso makubwa kabisa;
kwa kuwa uchungu mkali sana wa majeraha yako
ulikuwa ukipenya vibaya mno roho yako yenye heri
na kuchoma kikatili moyo wako mtakatifu sana,
mpaka pale ambapo, moyo ukishindwa kazi, ulitoa kwa heri roho yako
na, kisha kuinamisha kichwa,
uliikabidhi kwa unyenyekevu wote mikononi mwa Mungu Baba,
ukabaki mfu, ukiwa na mwili baridi.
Usifiwe, Bwana wangu Yesu Kristo,
kwa kukomboa roho za watu kwa damu yako azizi
na kwa kifo chako kitakatifu sana,

na kwa kuzirudisha kwa huruma katika uzima wa milele toka uhamishoni.
Usifiwe, Bwana wangu Yesu Kristo,
kwa kukubali mkuki ukuchome ubavu na moyo kwa wokovu wetu,
na kwa damu azizi na maji
vilivyobubujika kutoka ubavu huo kwa ukombozi wetu.
Utukufu kwako, Bwana wangu Yesu Kristo,
kwa kutaka mwili wako mbarikiwa ushushwe toka msalabani
kwa mikono ya marafiki wako,
ukabidhiwe mikononi mwa Mama mwenye huzuni na kuvikwa naye,
halafu ufungwe katika kaburi na kulindwa na askari.
Heshima ya milele kwako, Bwana wangu Yesu Kristo,
kwa kufufuka kutoka wafu siku ya tatu
na kwa kukutana hai na wale uliowachagua;
kwa kupaa mbinguni, siku arubaini baadaye, ukitazamwa na wengi
na kwa kutawaza huko juu kwa heshima marafiki wako uliowatoa kuzimu.
Shangwe na sifa ya milele kwako, Bwana Yesu Kristo,
kwa kumtuma Roho Mtakatifu mioyoni mwa wanafunzi
na kwa kushirikisha roho zao upendo mkuu wa Kimungu.
Uhimidiwe, usifiwe na kutukuzwa milele, Bwana wangu Yesu,
uliyeketi katika kiti che enzi kwenye ufalme wako wa mbinguni,
katika utukufu wa enzi yako,
mwenye mwili hai pamoja na viungo vyako vitakatifu vyote,
ulivyovitwaa kutoka mwilini mwa Bikira.
Hivyo utakuja siku ya hukumu
uhukumu roho za wote walio hai na waliokufa:
wewe unayeishi na kutawala pamoja na Baba na Roho Mtakatifu
daima na milele. Amina.

**SALA KUTOKA ASSISI** (Karne XIV)

Salamu, Bwana Yesu Kristo, Neno wa Baba, Mwana wa Bikira,
Mwanakondoo wa Mungu, wokovu wa ulimwengu, Hostia takatifu,
Neno uliyefanyika mwili, chemchemi ya wema.
Salamu, Bwana Yesu Kristo, sifa za malaika, utukufu wa watakatifu,
mandhari ya amani, Mungu mzima, mtu kweli,
chipukizi na tunda la Mama Bikira.
Salamu, Bwana Yesu Kristo, mng'ao wa Baba, mfalme wa amani,
mlango wa mbingu, utukufu wa ufalme, mkate hai,
uliyezaliwa na Bikira, chombo cha Umungu.
Salamu, Bwana Yesu Kristo, mwanga wa mbingu, msingi wa ulimwengu,
furaha yetu, mkate wa malaika,
furaha ya moyo, mfalme na bwanaarusi wa ubikira.
Salamu, Bwana Yesu Kristo, njia tamu, ukweli safi, upendo mkuu,
tuzo letu, chemchemi ya upendo, amani ya wema, pumziko halisi,
uzima wa milele, ambapo baada ya unyonge wa sasa
wewe utujalie kutuburudisha kwa uso wako, Mungu wa miungu,

mfalme wa wafalme, Bwana wa mabwana, daima na milele. Amina.

**SALA NYINGINE YA KARNE XIV**

Roho ya Kristo, unitakase.
Mwili wa Kristo, uniokoe.
Damu ya Kristo, unilevye.
Maji ya ubavu wa Kristo, unioshe.
Mateso ya Kristo, yanitie nguvu.
Ee Yesu mwema, unisikilize.
Katika madonda yako unifiche.
Usikubali nitengane nawe.
Na adui mwovu unikinge.
Saa ya kufa kwangu uniite.
Uniamuru nije kwako,
nikutukuze pamoja na Watakatifu wako,
milele na milele. Amina.

**MT. KATERINA WA SIENA** (1347-1380)

Mungu wa milele, Utatu wa milele,
umefanya damu ya Kristo iwe azizi kabisa kwa kushiriki umungu wako.
Wewe ni fumbo la kina kuliko bahari;
kadiri ninavyotafuta naona; na kadiri ninavyoona nakutafuta.
Siwezi kamwe kushiba; ninachopokea kitanifanya daima nitamani zaidi.
Unapojaza roho yangu nazidi kuonea njaa na shauku mwanga wako.
Hasa natamani kukuona wewe, mwanga halisi, jinsi ulivyo.
Ndiwe muumba wangu, Utatu wa milele, nami ni kiumbe chako.
Umenifanya kiumbe kipya katika damu ya Mwanao,
nami najua unavutwa na uzuri wa kiumbe chako kutokana na upendo.

Bwana wangu, elekeza jicho la huruma yako juu ya taifa lako
na juu ya mwili wa fumbo wa Kanisa takatifu.
Wewe utatukuzwa zaidi sana kwa kusamehe na kuwaangazia akili wengi,
kuliko kwa kupokea heshima toka kwa kiumbe mmoja duni,
kama nilivyo mimi, ambaye nilikukosea sana
na kuwa sababu na chombo cha maovu mengi.
Ingenitokea nini kama ningeona mimi ni hai, na watu wako wamekufa?
Ingekuwaje kama ningeliona gizani,
kutokana na dhambi zangu na za viumbe wengine,
Kanisa lako, Bibiarusi wako mpenzi, lililozaliwa liwe mwanga?
Basi, nakuomba huruma kwa taifa lako
kwa ajili ya ya upendo usioumbwa uliokusukuma wewe
umuumbe mtu kwa sura na mfano wako.
Sababu gani ilikufanya umweke mtu katika heshima kubwa hivyo?
Bila ya shaka ni upendo ule usiothaminika ambao

ulimuangalia kiumbe chako ndani mwako ukachanganyikiwa naye.
Lakini baadaye kwa dhambi aliyoitenda akapoteza ukuu huo uliomuinulia.
Ukisukumwa na moto huohuo ambao ulituumba,
ulipenda kuwatolea binadamu njia ya kupatanishwa nawe.
Ndiyo sababu umetupatia Neno, Mwanao pekee.
Amekuwa mshenga kati yako na sisi,
amekuwa haki yetu aliyeadhibu ndani mwake maovu yetu.
Alitii agizo ambalo wewe, Baba wa milele, ulimpa ulipomvika utu wetu.
Lo, kilindi cha upendo! Moyo upi hautajaa mhemko kwa kuona ukuu huo
kushukia unyonge mkubwa kama huu, yaani ubinadamu wetu?
Sisi ni mfano wako, nawe mfano wetu
kutokana na muungano uliouanzisha kati yako na binadamu,
ukifunika umungu wa milele
kwa wingu maskini la utu ulioharibika wa Adamu.
Kwa sababu gani? Bila ya shaka kwa upendo.
Kwa upendo huo usiosemeka nakuomba na kukuhimiza
uwawie huruma viumbe wako.

**JULIANA WA NORWICH** (1342-1413)

Ee Mungu wa wema wako, unipatie wewe mwenyewe,
kwa kuwa wewe unanitosha.
Siwezi kuomba vema chochote kingine ili nikustahili wewe.
Ningeomba chochote kidogo kuliko wewe ningekuwa mhitaji daima,
kwa sababu ndani mwako tu nina kila kitu.

**THOMAS WA KEMPIS** (1379-1471)

Ee Bwana, unangurumisha hukumu zako juu yangu,
na kutikisa mifupa yangu yote kwa hofu na tetemeko.
Roho yangu imeshtuka sana.
Nabaki nimeduwaa na kuzingatia mbingu zenyewe si safi machoni pako.
Kama uliona kasoro katika malaika usiwaachilie, itakuwaje kwangu?
Nyota za mbinguni zilianguka, nami, mavumbi, natarajia nini?
Watu kadhaa walioonekana wenye mwenendo bora
walianguka chini kabisa;
na mtu aliyekula mkate wa malaika,
baadaye nikamuona kufurahia vyakula vya nguruwe.
Basi, hakuna utakatifu wowote, ukiondoa mkono wako, Bwana.
Hakuna hekima inayofaa, ukiacha kutawala wewe.
Hakuna nguvu inayosaidia, ukiacha kutegemeza.
Tukiachwa, tunazama na kufa.
Kumbe tukitembelewa, tunainuka na kuishi.
Hatuna msimamo, lakini wewe unatuimarisha.
Tunapoa, lakini wewe unatuwasha tena.
Majivuno yoyote yanamezwa na kilindi cha hukumu zako juu yangu.

Mwili wowote ni nini mbele yako?
Je, udongo utajivuna dhidi ya mfinyanzi?
Anawezaje kupotea katika majivuno mtu ambaye anahisi sana ukweli
na kukaa chini ya Mungu?
Ulimwengu wote hauwezi kumtia kiburi mtu
anayejiona kutawaliwa na sheria ya ukweli,
wala midomo ya walaghai wote haitamsogeza mtu
aliyeweka tumaini lake lote kwa Mungu.
Wale wenyewe wanaosema si kitu vilevile;
Watatoweka pamoja na sauti ya maneno yao:
kumbe, "Uaminifu wa Bwana ni wa milele".

Bwana Yesu, kadiri maisha yako yalivyodharauliwa na ulimwengu,
utujalie tukuige hivi kwamba,
tukiwa na picha yako daima mbele ya macho yetu,
hata kama ulimwengu unatudharau,
tujifunze kwamba watumishi wa msalaba tu
wanaweza kuona njia ya heri halisi na mwanga wa kweli.

**MT. NIKOLA WA FLUE** (1417-1487)

Bwana, uniondolee yale yote yanayonizuia nisifike kwako;
unijalie yale yote yanayoweza kunifikisha kwako;
ujichukulie nafsi yangu, na kujipatia kabisa mwenyewe.

**MT. THOMAS MORE** (1478-1535)

Bwana mwema, utujalie neema ya kuyafanyia kazi yale tunayokuomba.

**MT. INYASYO WA LOYOLA** (1491-1556)

Pokea, Bwana, hiari yangu yote.
Pokea kumbukumbu, akili na utashi wote.
Vyovyote nilivyonavyo au kuvimiliki nimejaliwa na wewe:
nakurudishia vyote na kuukabidhi utashi wako uvitawale.
Unijalie tu upendo wako na neema yako, nami nitakuwa tajiri kutosha,
nisitamani kitu kingine chochote.

**M.H. PETRO FAVRE** (1506-1546)

Ee Yesu Kristo, kifo chako kiwe uhai wangu;
nijifunze kuona uhai katika kifo chako.
Uchovu wako uwe pumziko langu,
udhaifu wako wa kibinadamu uwe nguvu yangu.
Kudhalilishwa kwako kuwe chemchemi ya utukufu wangu,
mateso yako raha yangu, huzuni yako furaha yangu.

Kujishusha kwako kuniinue:
kwa ufupi, machungu yako yawe yote nilivyonavyo.

**MT. FRANSISKO SAVERI** (1506-1552)

Ee Mungu wa mataifa yote ya dunia,
uukumbuke umati wa Wapagani ambao,
ingawa waliumbwa kwa sura yako,
hawajakufahamu wewe wala kifo cha Mwanao Yesu Kristo, mwokozi wao.
Fanya kwamba, kwa sala na kazi za Kanisa lako takatifu,
wakombolewe kutoka ushirikina wote na utovu wa imani
wakaletwe kwenye ibada zako.
Kwa njia ya yule uliyemtuma awe ufufuo na uzima wa watu wote,
huyo Mwanao Yesu Kristo, Bwana wetu.

**MT. LUDOVIKO BERTRANDO** (1526-1581)

Bwana, unichome moto hapa duniani, na kunikausha hapa duniani,
ili unihurumie milele.

**MT. TERESA WA YESU** (1515-1582)

Bwana wangu, je, hukuweza kujumlisha yote katika neno moja
na kusema, "Baba, utupe yote tunayoyahitaji"?
Kwa yule anayejua yote vizuri kabisa, inaonekana haihitajiki zaidi.
Lo, hekima ya milele! Kwako na kwa Baba yako hiyo ingetosha,
na kweli ndivyo ulivyosali katika bustani la Getsemane:
ulionyesha matakwa na hofu yako, lakini ukajiachilia kwa matakwa yake.
Hata hivyo kwa kuwa unajua hatuko tayari kama wewe, Bwana wangu,
kutii matakwa ya Baba yako, ilikubidi ubainishe vizuri maombi,
tuweze kuona kama tunayoyaomba yanatufaa,
na tujizuie kuomba tukiona haitufai.
Kwa sababu ndivyo tulivyo kwamba, tusipopewa tunayotamani,
kwa hiari yetu tunayakataa tunayopewa na Bwana,
hata yakiwa mambo bora.
Kwa kuwa hatujioni matajiri mpaka tushike fedha mikononi.

Bwana wangu, kwa hakika saa niliyoitamani sana hatimaye imefika.
Kwa hakika wakati wa sisi kuonana umefika.
Bwana na mwokozi wangu, kwa hakika huu ni wakati
wa mimi kuchukuliwa kutoka uhamisho huu niwe nawe milele.
Dhabihu za Mungu ni roho iliyovunjika;
moyo uliovunjika na kupondeka, Ee Mungu, hutaudharau.
Usinitenge na uso wako,
wala roho yako mtakatifu usiniondolee.
Ee Mungu, uniumbie moyo safi.

**MT. YOHANE WA MSALABA** (1542-1591)

Roho yangu ni kavu ndani mwangu kwa sababu imesahau kujilisha wewe.

**MT. MARIA MAGDALENA WA PAZZI** (1566-1607)

Neno, wewe ni wa ajabu katika Roho Mtakatifu pia,
ukimfanya ajimimine katika roho hivi kwamba
roho inakuja kuungana na Mungu, inamjua Mungu, inamuonja Mungu,
haifurahii chochote isipokuwa Mungu.
Na Roho Mtakatifu anakuja rohoni
imetiwa daima mhuri azizi ya Damu ya Neno, Mwanakondoo aliyechinjwa;
tena damu ndiyo inayomsukuma aje,
ingawa mwenyewe anakuja kwa kutaka…
Roho Mtakatifu, huishii katika Baba asiyebadilika,
wala huishii katika Neno;
ingawa umo daima ndani ya Baba, ndani ya Neno,
ndani mwako na ndani ya roho zote zenye heri mbinguni
na ndani ya viumbe.
Unahitajiwa na kiumbe kutokana na damu iliyomwagwa na Neno,
Mwana pekee, ambaye kwa ari ya upendo
amejifanya ahitahiwe na kiumbe chake.
Unapumzika katika viumbe vilivyojiandaa kupokea ndani mwao,
kwa kushirikishwa vipaji vyako, mfano wako kwa usafi.
Unapumzika ndani ya wale wanaopokea tunda la damu ya Neno
na kujifanya maskani ya kukufaa.
Njoo, Roho Mtakatifu.
Uje muungano na Baba, faraja ya Neno.
Roho wa ukweli, ndiwe tuzo la watakatifu, burudisho la roho,
mwanga wa giza, utajiri wa mafukara, hazina ya wenye upendo,
shibe ya wenye njaa, faraja ya wanaohiji;
basi ndiwe mwenye hazina zote.
Njoo wewe ambaye, kwa kumshukia Maria, ulimfanya Neno awe mwili,
fanya tena ndani mwetu kwa neema
kile ulichomfanyia Maria kwa neema na maumbile.
Njoo, uliye lishe ya kila wazo safi, chemchemi ya kila wema
na fungu la usafi wote.
Njoo, uteketeze ndani mwetu yale yote yanayotufanya
tusiweze kuteketea ndani mwako.

**MT. FRANSISKO SOLANO** (1549-1610)

Yesu mwema, mkombozi na rafiki yangu!
Nina kitu gani usichonipa wewe? Najua nini usiyonifundisha wewe?
Nina thamani gani usipokuwa nami?...

Ndiwe uliyeniumba, tena bila ya kuniuliza. Wewe umeniumba.
Elekeza macho yako kwangu, Bwana, na unihurumie,
kwa kuwa mimi ni mkiwa na maskini…
Kwa nini, Bwana Yesu wangu, wewe umesulubiwa,
nami nasaidiwa na watumishi wako?
Kwa nini wewe uchi, nami nina vazi?
Kwa nini wewe umepigwa makofi na kutiwa taji la miba,
nami nimepewa vitu vyema na kufarijiwa na fadhili nyingi?...
Mungu wa roho yangu, utukuzwe kwa yale uliyonijalia!
Bwana wangu, nafurahi kwamba u Mungu; jinsi hilo lilivyo zuri!

**MT. ROBERTO BELLARMINO** (1542-1621)

Wewe, Bwana, u mwema, umekuwa tayari kusamehe,
na mwingi wa fadhili, kwa watu wote wakuitao;
nani hatakutumikia kwa moyo wote baada ya kuanza kuonja walau kidogo
utamu wa mamlaka yako ya Kibaba?
Unawaagiza nini watumishi wako, Bwana?
Unasema, Jitieni nira yangu. Na nira yako ikoje?
Unasema, Nira yangu ni laini, na mzigo wangu ni mwepesi.
Nani hatabeba kwa moyo radhi kabisa nira isiyobana bali inapendeza,
na mzigo usiolemea, bali unainua?
Kwa hiyo umeongeza kwa haki, Nanyi mtapata raha nafsini mwenu.
Na ikoje nira yako hiyo ambayo haichoshi, bali inapumzisha?
Kwa hakika ndiyo amri ya kwanza tena kuu,
Mpende Bwana Mungu wako kwa moyo wako wote.
Nini ni rahisi, nono na tamu kuliko kupenda wema, uzuri na upendo?
Na hayo yote ndiwe wewe, Bwana Mungu wangu.
Nawe unafikia hatua ya kuahidi tuzo kwa wale wanaoshika sheria zako,
ingawa tayari zenyewe ni za thamani kuliko dhahabu nyingi,
na tamu kuliko sega la asali?
Ndiyo, unaahidi kweli tuzo, tena tuzo kubwa mno.

**MT. FRANSISKO WA SAL** (1567-1622)

Ee Mungu wangu, nakutolea siku hii.
Nakutolea sasa mema yote nitakayotenda
na ninakuahidi nitapokea kwa upendo wako magumu yote yanayonikabili.
Unisaidie kuenenda siku hii namna inayokupendeza.

Ee Bwana, mimi ni wako, tena natakiwa kuwa wako tu,
si wa mwingine yeyote.
Roho yangu ni wako, nayo inatakiwa iishi kwa njia yako tu.
Utashi wangu ni wako, nao unatakiwa kupenda kwa ajili yako tu.
Napaswa kukupenda kama asili yangu kuu, kwa kuwa natoka kwako.
Napaswa kukupenda kama lengo na pumziko langu,

kwa kuwa nipo kwa ajili yako.
Napaswa kukupenda kuliko nafsi yangu,
kwa kuwa nafsi yangu inatoka kwako.
Napaswa kukupenda kuliko mimi mwenyewe,
kwa kuwa mimi mzima ni wako na ndani yako. Amina.

**MT. YOHANE WA BREBEUF** (1593-1649)

Ee Mungu wangu, jinsi ninavyosikitika kwamba hujajulikana,
na kwamba katika makabila haya yasiyostaarabika
wachache tu wameikumbatia imani yako!
Dhambi haijatoweka, nawe hujapendwa!
Naam, Mungu wangu, ikiwa mateso yote ambayo katika nchi hizi
mateka wanaweza kupatwa nayo, pamoja na ukatili wa adhabu,
zitatakiwa kumwagika juu yangu,
niko tayari kwa moyo wote kuyapokea na kuyavumilia hata peke yangu.

**SALA ILIYOSAMBAZWA KWA JINA LA KLEMENTI XI**

Nasadiki, Bwana, lakini nisadiki kwa imara zaidi;
natumaini, lakini nitumaini kwa hakika zaidi;
napenda, lakini nipende kwa ari zaidi;
nasikitika, lakini nisikitike kwa nguvu zaidi.
Nakuabudu kama asili ya vyote; nakutamani kama lengo kuu;
nakusifu kama mfadhili wa kudumu; nakulilia kama mtetezi wa kufaa.
Uniongoze kwa hekima yako, unidhibiti kwa haki yako,
unifariji kwa wema wako, unilinde kwa uwezo wako.
Bwana, nakutolea ya kuwaza ili yakuelekee wewe,
ya kusema yakuhusu wewe,
ya kufanya yawe kadiri yako,
ya kuvumilia yake kwa ajili yako.
Nataka chochote unachotaka, nataka kwa sababu unataka,
nataka jinsi unavyotaka, nataka mpaka utakapotaka.
Naomba, Bwana: angaza akili, washa utashi,
safisha moyo, takasa roho.
Nilie juu ya maovu yaliyopita, nifukuze vishawishi vijavyo,
nirekebishe maelekeo mabaya, nistawishe maadili ya kufaa.
Mungu mwema, unipatie upendo kwako, chuki kwangu,
ari kwa jirani, dharau kwa ulimwengu.
Nijitahidi kutii wakubwa, kusaidia walio chini yangu,
nishauri marafiki, nisamehe maadui.
Nishinde tamaa kwa maisha magumu, uroho kwa ukarimu,
hasira kwa upole, uvuguvugu kwa umotomoto.
Unifanye niwe na busara katika maamuzi, niwe na msimamo katika hatari,
niwe mvumilivu katika matatizo, na mnyenyekevu katika mafanikio.
Ee Bwana, fanya niwe mwangalifu katika sala, niwe na kiasi katika mali,

niwe na bidii katika majukumu, niwe imara katika nia.
Nijitahidi kuwa na usafi wa ndani, utaratibu wa nje,
maongezi bora, maisha yanayofuata mipango.
Nikeshe kwa bidii kutawala umbile, kustawisha neema,
kufuata sheria, kustahili wokovu.
Nijifunze kwako yalivyo duni mambo ya dunia,
yalivyo makuu mambo ya Kimungu,
yalivyo mafupi mambo yapitayo,
yanavyodumu yale ya milele.
Unijalie nijiandae kwa kifo, niogope hukumu,
nikimbie moto, nipate paradiso.
Kwa njia ya Kristo Bwana wetu. Amina.

**M.H. MARIA MAGDALENA MARTINENGO** (1687-1737)

Kwa kweli, Mungu wangu, wewe tu ni mtakatifu!
Utufanye wote watakatifu, Bwana,
ukiteketeza kwanza ndani mwetu yale yote yanayopinga utakatifu wako.

**MT. LEONARDO WA PORTOMAURIZIO** (1676-1751)

Yesu wangu, kwa haki tu na kwa shukrani
napaswa kujitoa kabisa kwako, baada ya wewe kujitoa kabisa kwangu…
Wewe umetakasa hisi zangu zote; fanya ziwe zako,
zisifurahie tena kilicho kinyume cha sheria yako ya Kimungu.
Umetakasa kumbukumbu yangu; iwe inakukumbuka mfululizo.
Umetakasa utashi wangu; usigeuke kamwe
kupenda chochote kuliko wewe.
Basi, kutoka dhati ya moyo wangu nakutolea
kama sadaka kamili ya kudumu, kadiri ninavyoweza,
mwili wangu na roho yangu, hisi zangu na vipawa vyangu,
nilichonacho na jinsi nilivyo.
Ee moto wa Kimungu, choma,
Ee Upendo wa Mwenyezi, choma na kuteketeza
yale yote yasiyo yako ndani mwangu! Amina.

**MT. ALFONSO MARIA WA LIGUORI** (1696-1787)

Yesu wangu, nasadiki kuwa umo katika sakramenti takatifu.
Nakupenda kuliko vyote na kukutamani rohoni mwangu.
Kwa kuwa sasa siwezi kukupokea katika sakramenti,
njoo moyoni mwangu walau kiroho.
Kama umeshafika nakukumbatia na kujiunga nawe kabisa.
Usiruhusu nitengane nawe kamwe.

**MT. YOHANE MARIA VIANNEY**(1786-1859)

Nakupenda, Bwana,
na neema pekee ninayokuomba, ni kwamba nikupende milele…
Mungu wangu,
ikiwa ulimi wangu hauwezi kukariri kila nukta kwamba nakupenda,
nataka moyo wangu ukuambie tena na tena kila ninapopumua.

Yesu wangu, jinsi inavyopendeza kukupenda!
Unijalie niwe kama wanafunzi wako juu ya mlima Tabori,
nikikuona wewe tu, Mwokozi wangu.
Tuwe kama marafiki wawili ambao hata mmojawao
hawezi kukubali kumchukiza mwingine. Amina.

**MT. KATERINA LABOURE'** (1806-1876)

Bwana, nipo hapa, nipe chochote unachotaka.

**JOHN HENRY NEWMAN** (1801-1890)

Mungu wangu uliyetuumba,
ulijua kwamba wewe tu unaweza kutushibisha;
basi umeamua kujifanya chakula na kinywaji chetu.
Fumbo abudiwa kuliko yote! Huruma ya ajabu kuliko zote!
Wewe mwenye utukufu, uzuri, nguvu na utamu kuliko wote
ulijua fika kwamba chochote kingine
kisingeweza kutegemeza umbile letu lisilokoma, mioyo yetu dhaifu;
kwa hiyo ulitwaa mwili na damu ya kibinadamu, hivi kwamba,
vikiwa mwili na damu ya Mungu, viweze kuwa uhai wetu…
Naja kwako, Bwana, sio tu kwa sababu pasipo wewe sina raha,
sio tu kwa sababu najitambua ninakuhitaji,
bali kwa sababu neema yako inanivuta
nikutafute kwa ajili yako mwenyewe, kwa jinsi ulivyo mtukufu na mzuri.
Naja kwa uchaji mkubwa, lakini kwa upendo mkubwa zaidi.

**MT. TERESA WA MTOTO YESU** (1873-1897)

Ee Mungu wangu! Utatu mtakatifu!
Natamani tu kukupenda na kukufanya upendwe…
Ili maisha yangu yaweze kuwa tendo moja tu la upendo kamili:
Ninajitoa mhanga
kama kitambiko cha kuteketezwa kabisa na upendo wako rahimu.
Nakusihi uniteketeze bila ya kukoma,
ukiyaruhusu yale mawimbi ya upendo wako usiopimika,
yanayojazana ndani yako, yafurike rohoni mwangu:
hivyo nami niweze kuwa shahidi wa upendo wako, Mungu wangu!
Unijalie kifodini hicho baada ya kunitayarisha kutokea mbele yako,

hatimaye unisababishe kufa:
na roho yangu iruke moja kwa moja, bila ya kuchelewa popote pale,
ifikie kukumbatiana milele na upendo wako rahimu.
Ee mpenzi wangu, mimi napenda, katika kila pigo la moyo wangu,
kurudia upya, mara nyingi zisizohesabika,
hili tendo langu la kujitoa kwako.
Mpaka hapo vivuli vitakapotoweka,
nami nikaweza kukuambia milele, uso kwa uso, jinsi ninavyokupenda.

Ee Yesu, upendo wangu, hatimaye nimegundua wito wangu.
Wito wangu ni kupenda!
Ndiyo, nimeona nafasi yangu ndani ya Kanisa,
na nafasi hiyo umenipatia wewe, Mungu wangu.
Katika moyo wa Kanisa, mama yangu, nitakuwa upendo:
hivyo nitakuwa yote na hamu yangu itatimia.

Ee Bwana Yesu, mimi si tai, ila nina macho na moyo wake.
Ingawa ni mdogo, nathubutu kulikazia macho jua la upendo,
na kutamani kurukia kwake.

**M.H. ELIZABETI WA UTATU** (1880-1906)

Ee Mungu wangu, Utatu, ninayekuabudu, unisaidie nijisahau kabisa
ili nikukazie wewe bila ya kubadilika na kwa utulivu,
kama kwamba roho yangu ingekuwa tayari katika uzima wa milele.
Kisiwepo chochote cha kuvuruga amani yangu
wala cha kunitoa nje yako, wewe usiyebadilika, uliye wangu;
bali kila nukta nizidi kuzama katika vilindi vya fumbo lako!
Tuliza roho yangu; uifanye iwe uwingu wako,
makao yako unayoyapenda zaidi na mahali pa pumziko lako.
Humo nisikuache kamwe peke yako; bali niwemo mzima,
mwenye kukesha na kutenda kwa imani yangu,
mwenye kuzama katika kuabudu,
mwenye kujiachilia kikamilifu kwa utendaji wako Muumba.
Ee Kristo mpendwa wangu, uliyesulubiwa kwa upendo,
nataka kuwa bibiarusi wa moyo wako,
nataka kukujaza utukufu,
nataka kukupenda hadi kufa kwa upendo!
Lakini nahisi unyonge wangu wote: hivyo nakuomba uwe vazi langu,
ulinganishe matendo yote ya roho yangu na yale ya roho yako,
unizamishe ndani mwako, uenee ndani yangu,
ushike nafasi yangu, ili maisha yangu yake kioo cha maisha yako tu.
Njoo ndani mwangu ili uabudu, ufidie, uokoe.
Ee Neno wa milele, Neno wa Mungu wangu,
nataka kutumia maisha yangu kukusikiliza,
nataka kuwa msikivu kabisa kwa mafundisho yako,

nijifunze yote kwako,
halafu katika usiku wa roho, katika utupu, katika unyonge
nataka kukukazia macho daima
na kubaki chini ya uangavu wako mkuu.
Ee nyota yangu ninayoiabudu,
unichanganye hata nisiweze tena kukwepa mng'ao wako.
Ee moto unaoteketeza, Roho wa upendo, ushuke ndani yangu
ili katika roho yangu itokee aina ya umwilisho wa Neno!
Niwe kwake mwendelezo wa ubinadamu wake
ambapo aweze kutekeleza upya fumbo lake.
Nawe Baba uniinamie mimi kiumbe chako maskini,
unifunike kwa kivuli chako, usione ndani yangu kitu kingine
isipokuwa mpenzi wako uliyependezwa naye sana.
Enyi watatu wangu, yote yangu, heri yangu,
upweke usio na mipaka, upana ambao napotea ndani yake,
najiachilia kwenu kama mateka.
Mzame ndani mwangu ili nami nizame ndani mwenu,
wakati ninapongojea kuja kutazama katika mwanga wenu
kilindi cha ukuu wenu.

**M.H. CHARLES DE FOUCALD** (1858-1916)

Baba yangu, najiaminisha kwako; unifanyie unavyopenda wewe;
kwa chochote utakachonitendea, nakushukuru tu.
Niko tayari kwa lolote; nakubali yoyote,
mradi matakwa yako yatimizwe ndani yangu
na katika viumbe vyako vyote.
Sitamani kitu kingine, Mungu wangu.
Naweka roho yangu mikononi mwako; naitoa kwako, Mungu wangu,
kwa upendo wote wa moyo wangu, kwa kuwa nakupenda.
Basi, kwangu ni sharti la upendo kujitolea,
kujitia mikononi mwako, pasipo kipimo,
ila kwa tumaini lisilo na mipaka,
kwa sababu wewe ndiwe Baba yangu.

**MT. MASIMILIANO MARIA KOLBE** (1894-1941)

Wewe umenipenda milele, tangu u Mungu;
hivyo umenipenda na utanipenda milele!...
Upendo wako kwangu ulikuwepo hata kabla sijakuwepo,
na ni kwa sababu ya kunipenda, Mungu mwema, kwamba
umeniita kutoka utovu wa vyote nianze kuwepo!

**M.H. TERESA WA KOLKATA** (1910-1997)

Baba yetu, mwanao nipo hapa, tayari kwako

unitumie ili kuendelea kupenda ulimwengu kwa kuupatia Yesu
na, kwa njia yangu, kumtoa kwa kila mmoja na kwa ulimwengu.

Ee Bwana, utufanye tustahili kutumikia watu wenzetu
ambao ulimwenguni kote wanaishi na kufa kwa ufukara na njaa.
Kwa mikono yetu uwape leo mkate wao wa kila siku;
na kwa upendo wetu wenye kuelewa uwape amani na furaha.

Ee Bwana wangu, nakupenda,
Mungu wangu, najuta,
Mungu wangu, nakuamini,
Mungu wangu, nakutumainia.
Utusaidie kupendana unavyotupenda.

Bwana Yesu, wewe ambaye uliumba kwa upendo,
ulizaliwa kwa upendo, ulitumikia kwa upendo, ulitenda kwa upendo,
uliheshimiwa kwa upendo, uliteseka kwa upendo,
ulikufa kwa upendo, ulifufuka kwa upendo,
nakushukuru kwa upendo wako kwangu na kwa ulimwengu wote,
na kila siku nakuomba: unifundishe mimi pia kupenda!
Amina.

**YOHANE PAULO II** (1920-2005)

Ee Kristo, kichwa na mwokozi pekee,
uvute kwako viungo vyako vyote.
Uwaunganishe na kuwageuza katika upendo wako,
ili Kanisa ling'ae kwa ule uzuri upitao maumbile
unaodhihirishwa katika watakatifu wa kila wakati na taifa,
katika wafiadini, waungamadini, mabikira
na mashahidi wasiohesabika wa Injili!
Ee Yesu mtamu, Yesu mwema,
Yesu, mwana wa Maria!
Amina!

# SALA ZA LITURUJIA

### MAPOKEO YA WAASHURU

Angaza giza la akili zetu,
nyosha mkono wako utusaidiao, ututhibitishe na kutuimarisha;
ili tuweze kusimama na kukukiri na kukutukuza
bila ya kikomo siku zote za maisha yetu, Ee Bwana wa wote.

**MAPOKEO YA WASIRYA**

Bwana, unijaze roho ya sifa, unijaze furaha,
hivi kwamba kinywa changu, midomo yangu iimbe utukufu wako.

Bwana na mwalimu Yesu Kristo, Neno wa Baba wa milele,
ambaye uliyaondoa maumivu yetu na kubeba maradhi yetu, tunakusihi,
fufua kwa Roho wako Mtakatifu karama za uponyaji ndani ya Kanisa lako,
na kutuma tena wanafunzi wako wakahubiri Injili ya ufalme wako
na kuponya wagonjwa na kuinua wanao wanaoteseka,
kwa sifa na utukufu wa jina lako takatifu.

**MAPOKEO YA WAMARONI**

Baba Mtakatifu, ututunze katika ukweli wako.
Mwana Mtakatifu, utulinde chini ya mabawa ya msalaba wako.
Roho Mtakatifu, utufanye mahekalu na maskani ya utukufu wako;
utujalie amani siku zote za maisha yetu, Bwana.

**MAPOKEO YA WAMISRI**

Mfalme wa amani, utujalie amani yako na kusamehe dhambi zetu.
Uwasogeze mbali maadui wa Kanisa na kulilinda, lisije likakoma.
Emanueli, Mungu wetu, yu kati yetu
katika utukufu wa Baba na wa Roho Mtakatifu.
Atubariki, atakase moyo wetu na kuponya maradhi ya roho na ya mwili.
Tunakuabudu, Ee Kristo,
pamoja na Baba yako mwema na Roho Mtakatifu,
kwa kuwa ulikuja ukatuokoa.

**MAPOKEO YA WAGIRIKI**

Mwana pekee na Neno wa Mungu, wewe usiyeweza kufa,
kwa ajili ya wokovu wetu ulikubali kutwaa mwili tumboni mwa Maria,
Mama Mtakatifu wa Mungu na Bikira daima...
Wewe uliye Mmoja wa Utatu Mtakatifu,
unayetukuzwa pamoja na Baba na Roho Mtakatifu, utuokoe!

Mungu wa roho na miili yote, ambaye umekanyaga mauti,
umemuangamiza Ibilisi na kuujalia ulimwengu wako uzima;
mwenyewe, Bwana, uijalie roho ya mtumishi wako marehemu F.
ipumzike kwenye mwanga, kwenye ustawi, kwenye uhai,
mbali na mateso, uchungu na milio ya huzuni.
Kama Mungu mwema na mwenye huruma umsamehe dhambi zake zote
alizotenda kwa neno, kwa tendo au kwa wazo.
Kwa sababu hakuna mtu anayeishi bila ya kufanya dhambi;

kwa kuwa wewe tu huna dhambi,
uadilifu wako ni uadilifu wa milele na neno lako ni ukweli.
Kristo, Mungu wetu, kwa kuwa ndiwe ufufuko, uzima na starehe
ya mtumishi wako marehemu F.,
sisi tunakushukuru pamoja na Baba yako asiyeumbika
na Roho wako Mtakatifu sana, mwema na mtia uzima,
leo, daima na milele yote. Amina.
Wastarehe kwa amani. Amina.

**MAPOKEO YA WAMILANO**

Tumetenda dhambi dhidi yako, Bwana,
tunaomba msamaha tusiostahili.
Unyoshe mkono wako kwetu sisi tulioanguka,
wewe uliyemfungulia paradiso yako mhalifu aliyetubu.
Maisha yetu yanapiga kite kwa fadhaa,
lakini mwenendo wetu hauongoki.
Ukituvumilia hatutubu, ukituadhibu hatuvumilii.
Unyoshe mkono wako kwetu sisi tulioanguka,
wewe uliyemfungulia paradiso yako mhalifu aliyetubu.

Leo, Mwana wa Mungu wa milele,
unanipokea kama rafiki kwenye karamu yako nzuri ajabu.
Sitawapa fumbo lako wasiostahili, wala sitakusaliti kwa busu kama Yuda,
bali kama mhalifu msalabani nakusihi Bwana,
unipokee katika ufalme wako.

Tafadhali, usifunike uso wako wa Kibaba,
nitakapotazama maisha yangu katika mwanga usioshindikana,
huku nikitetemeka mbele yako, Mungu.
Kwa kuwa Mwanao kwa ajili yangu alitwaa mwili, akasulubiwa, akafufuka,
nguvu ya mauti isinishinde wala kuninyang'anya kwako.
Najua kwamba muda ule mrefu ulionivumilia umekwisha kwangu;
hata hivyo, Mungu wa haki, unitazame bado kwa macho ya huruma.
Yesu, Bwana, Mwenyezi, hai daima, ambaye ulifufuka katika wafu
ukatawala kuume kwa Baba, unihurumie.
Uliyeshinda mauti, unipokee kati ya watakatifu
kwenye mwanga na amani ambako hakuna mahangaiko tena.

**MAPOKEO YA WAMOZARABU**

Kristo, mfalme wa utukufu,
ambaye kupitia milango ya milele ulipaa kwenye kiti cha enzi cha Baba
na kuwafungulia waamini wote ufalme wa mbinguni,
utujalie kwamba, wewe ukiwa unatawala mbinguni,
sisi tusiinamie mambo ya duniani bali mioyo yetu iinuliwe juu,

ambapo umetutangulia wewe, uliye ukombozi wetu,
unayeishi na kutawala na Baba na Roho Mtakatifu,
Mungu mmoja daima, bila ya mwisho kamwe.

Bwana, utujalie tuchanue kama yungiyungi safi
katika nyua za nyumba yako,
na kuwadhihirishia waamini harufu nzuri ya matendo yako mema,
na mfano wa maisha ya Kimungu, kwa huruma na neema yako.

**MAPOKEO YA WAROMA**

Tunakusifu wewe, Mungu: tunakukiri kuwa Bwana.
Dunia yote inakukiri, Baba wa milele.
Malaika wote, nao wote wenye mamlaka, makerubi na maserafi,
wanakuimbia wewe wasikome:
Mtakatifu, Mtakatifu, Mtakatifu, Bwana, Mungu wa majeshi.
Mbingu na dunia zimejaa ukuu wa utukufu wako.
Kwaya tukufu ya mitume, idadi sifiwa ya manabii,
jeshi safi la wafiadini vinakusifu wewe.
Duniani kote Kanisa takatifu linakukiri,
Baba wa ukuu usio na mipaka;
Mwanao halisi na pekee, anayestahili kuabudiwa;
na Roho Mtakatifu Mfariji.
Wewe, Kristo, ni mfalme wa utukufu. Ni Mwana wa milele wa Baba.
Ili kuokoa binadamu, hukusita kutwaa utu tumboni mwa Bikira.
Kwa kushinda mauti, umewafungulia waamini ufalme wa mbinguni.
Umeketi kuumeni mwa Mungu, katika utukufu wa Baba.
Unasadikiwa ndiwe Hakimu ajaye.
Basi tunakuomba wewe, utusaidie watumishi wako,
uliotukomboa kwa damu azizi.
Utujalie tuhesabiwe kati ya watakatifu, katika utukufu wa milele.
Uliokoe taifa lako, Bwana, na kubariki urithi wako.
Utuongoze na kutulinda hata milele.
Kila siku tunakuhimidi; tunasifu jina lako daima na milele.
Kwa huruma yako, Bwana, utukinge leo na dhambi yoyote.
Uturehemu, Bwana, uturehemu sisi.
Huruma yako, Bwana, iwe juu yetu, kwa kuwa tumekutumainia wewe.
Ndiwe tumaini langu, Bwana:nisiaibike milele.

Uje, Roho Muumbaji,
utazame roho zetu,
jaza neema za mbinguni
ndani ya viumbe vyako.
Unaitwa Mfariji,
Paji la Mwenyezi Mungu,
Chanzo cha uzima, moto,

pendo, mpako wa rohoni.
Mtoa wa vipaji saba,
na kidole chake Mungu,
mwahidiwa naye Baba,
na msemesha ndimi zetu.
Tia nuru akilini,
na upendo mioyoni,
tegemeza miili yetu
kwa imara ya kudumu.
Ufukuze mashetani,
na amani tupe hima,
hivyo uwe kiongozi,
tuepuke ovu lote.
Umjulishe kwetu Baba,
tukamjue pia Mwana,
tukakusadiki wewe,
Roho utokaye kwao.
Atukuzwe Mungu Baba,
na Mwanaye mfufuka,
pia Roho Mtakatifu,
kwa milele na milele. Amina.

Uje, Roho Mtakatifu,
tuangaze toka mbingu,
roho zetu kwa mwangao.
Uje, Baba wa maskini,
uje, mtoa wa vipaji,
uje, mwanga wa mioyo.
Ee Mfariji mwema sana,
ee rafiki mwanana,
ewe raha mustarehe.
Kwenye kazi u pumziko;
kwenye joto, burudisho;
u mfutaji wa machozi.
Ewe mwanga wenye heri,
uwajaze waamini
neema yako mioyoni.
Bila nguvu yako wewe,
mwanadamu hana kitu,
kwake yote yana kosa.
Osha machafuko yetu,
panyeshee pakavu petu,
na kuponya majeraha.
Ulegeze ukaidi,
pasha moto ubaridi,
nyosha upotevu wote.

Wape waamini wako
wenye tumaini kwako
paji zako zote saba.
Wape tuzo ya fadhila,
wape mwisho bila ila,
wape heri ya milele. Amina.

Ee Bwana Yesu Kristo, uliyewaambia Mitume wako:
nawaachieni amani, nawapeni amani yangu:
usizitazame dhambi zetu, ila tu imani ya Kanisa lako:
ulijalie amani na umoja kama yalivyo mapenzi yako.
Unayeishi na kutawala, daima na milele
Amina.

Ee Mungu, asili ya huruma zote na ya wema wote,
uliyetaka Mwanao apate adhabu ya msalaba kwa ajili yetu,
ili ufukuze toka kwetu uwezo wa adui,
nakuomba uangalie kwa hisani unyenyekevu na uchungu wangu,
ukanijalie mimi uliyenifanya mpya katika kisima cha ubatizo,
kisha kushinda mashambulizi wa yule Mwovu,
unijaze baraka ya neema yako.
Kwa njia ya Kristo Bwana wetu. Amina.

A. Bwana utuhurumie. Bwana utuhurumie.
Kristo utuhurumie. Kristo utuhurumie.
Bwana utuhurumie. Bwana utuhurumie.
Au B. Baba wa mbinguni, Mungu, utuhurumie.
Mwana, mkombozi wa dunia, Mungu, utuhurumie.
Roho Mtakatifu, Mungu, utuhurumie.
Utatu makatifu, Mungu mmoja, utuhurumie.

Maria mtakatifu, utuombee.
Mzazi mtakatifu wa Mungu,
Bikira mtakatifu, mkuu wa mabikira, utuombee.
Watakatifu Mikaeli, Gabrieli na Rafaeli, mtuombee.
Malaika wote watakatifu, mtuombee.
Mtakatifu Ibrahimu, utuombee.
Mtakatifu Musa, utuombee.
Mtakatifu Elia, utuombee.
Mtakatifu Yohane Mbatizaji, utuombee.
Mtakatifu Yosefu, utuombee.
Watakatifu mababu wa kale na manabii, mtuombee.
Watakatifu Petro na Paulo, mtuombee.
Mtakatifu Andrea, utuombee.
Watakatifu Yohane na Yakobo, mtuombee.
Mtakatifu Toma, utuombee.

Mtakatifu Mathayo, utuombee.
Mtakatifu Luka, utuombee.
Mtakatifu Marko, utuombee.
Mtakatifu Barnaba, utuombee.
Mtakatifu Maria Magdalena, utuombee.
Watakatifu wafuasi wa Bwana, mtuombee.
Mtakatifu Stefano, utuombee.
Mtakatifu Inyasi wa Antiokia, utuombee.
Mtakatifu Polikarpo, utuombee.
Mtakatifu Yustino, utuombee.
Mtakatifu Laurenti, utuombee.
Mtakatifu Sipriano, utuombee.
Mtakatifu Bonifasi, utuombee.
Mtakatifu Toma Bekket, utuombee.
Watakatifu Yohane Fisher na Thomas More, mtuombee.
Mtakatifu Paulo Miki, utuombee.
Mtakatifu Yohane Brebee na Isaaki Yog, mtuombee.
Mtakatifu Petro Shanel, utuombee.
Mtakatifu Karolo Lwanga, utuombee.
Watakatifu Perpetua na Felista, mtuombee.
Mtakatifu Anyesi, utuombee.
Mtakatifu Maria Goreti, utuombee.
Watakatifu mashahidi, mtuombee.
Watakatifu Leo na Gregori, mtuombee.
Mtakatifu Ambrosi, utuombee.
Mtakatifu Jeromu, utuombee.
Mtakatifu Augustino, utuombee.
Mtakatifu Atanasi, utuombee.
Watakatifu Basili na Gregori Nazienzi, mtuombee.
Mtakatifu Yohane Krisostomo, utuombee.
Mtakatifu Martini, utuombee.
Mtakatifu Patriki, utuombee.
Watakatifu Sirili na Metodi, mtuombee.
Mtakatifu Karolo Boromeo, utuombee.
Mtakatifu Fransisko wa Sal, utuombee.
Mtakatifu Pio wa Kumi, utuombee.
Mtakatifu Antoni, utuombee.
Mtakatifu Benedikto, utuombee.
Mtakatifu Bernardo, utuombee.
Watakatifu Fransisko na Dominiko, mtuombee.
Mtakatifu Toma wa Akwino, utuombee.
Mtakatifu Inyasi wa Loyola, utuombee.
Mtakatifu Fransisko Ksaveri, utuombee.
Mtakatifu Vinsenti wa Paulo, utuombee.
Mtakatifu Yohane Maria Viane, utuombee.
Mtakatifu Yohane Bosko, utuombee.

Mtakatifu Katerina wa Siena, utuombee.
Mtakatifu Teresa wa Yesu, utuombee.
Mtakatifu Roza wa Lima, utuombee.
Mtakatifu Ludoviko, utuombee.
Mtakatifu Monika, utuombee.
Mtakatifu Elizabeti wa Hungaria, utuombee.
Watakatifu wote, mtuombee.

A. Utufanyizie, utuopoe, Bwana.
Katika uovu wote, utuopoe, Bwana.
Katika dhambi zote, utuopoe, Bwana.
Katika mitego ya shetani, utuopoe, Bwana.
Katika hasira na maonevu na maovu yoyote, utuopoe, Bwana.
Katika mauti ya milele, utuopoe, Bwana.
Kwa kujifanya mtu kwako, utuopoe, Bwana.
Kwa kuzaliwa kwako, utuopoe, Bwana.
Kwa ubatizo na mfungo wako, utuopoe, Bwana.
Kwa msalaba na mateso yako, utuopoe, Bwana.
Kwa kufa na kuzikwa kwako, utuopoe, Bwana.
Kwa kufufuka kwako, utuopoe, Bwana.
Kwa ajabu la kupaa kwako, utuopoe, Bwana.
Kwa kutupelekea Roho Mtakatifu utuopoe, Bwana.
Kwa majilio yako matukufu, utuopoe, Bwana.

Au B. Kristo, Mwana wa Mungu aliye hai, utuhurumie.
Uliyekuja ulimwenguni humu, utuhurumie.
Uliyetundikwa msalabani, utuhurumie.
Uliyetolewa kufa kwa ajili yetu, utuhurumie.
Uliyelazwa kaburini, utuhurumie.
Uliyeshukia kuzimu, utuhurumie.
Uliyefufuka katika wafu, utuhurumie.
Uliyepaa mbinguni, utuhurumie.
Uliyemtuma Roho wako juu ya Mitume, utuhurumie.
Uliyeketi kuumeni kwa Baba, utuhurumie.
Utakayekuja kuhukumu wazima na wafu, utuhurumie.

A. Utusamehe, twakuomba utusikie.
Utujalie tutubu kweli, twakuomba utusikie.
Utufanye imara katika ibada yako, twakuomba utusikie.
Uwajalie mema ya milele wote waliotutendea mema, twakuomba utusikie.
Utujalie mazao ya shamba na uyatunze, twakuomba utusikie.
twakuomba utusikie.
Au B. Utufanyizie, twakuomba utusikie.
Uzielekeze nyoyo zetu kutaka mambo ya mbinguni, twakuomba utusikie.
Uzikinge roho zetu na za ndugu zetu, za jamaa na wafadhili wetu,
zisilaaniwe milele, twakuomba utusikie.

Uwajalie waamini wote marehemu pumziko la milele, twakuomba utusikie.
Uikinge dunia dhidi ya tauni, njaa na vita, twakuomba utusikie.
Uwajalie watu wote amani na umoja, twakuomba utusikie.

Ulisimamie na ulilinde Kanisa lako takatifu, twakuomba utusikie.
Uwalinde Papa na wote wenye daraja katika Kanisa, twakuomba utusikie.
Uwajalie Wakristo wote umoja, twakuomba utusikie.
Uwafikishe watu wote kwenye mwanga wa Injili, twakuomba utusikie.

A. Kristo utusikie. Kristo utusikie.
Kristo utusikilize.Kristo utusikilize.
Au B. Mwanakondoo wa Mungu, uondoaye dhambi za dunia, utuhurumie.
Mwanakondoo wa Mungu, uondoaye dhambi za dunia, utuhurumie.
Mwanakondoo wa Mungu, uondoaye dhambi za dunia, utuhurumie.
Kristo utusikie. Kristo utusikie.
Kristo utusikilize.Kristo utusikilize.
Bwana utuhurumie. Kristo utuhurumie. Bwana utuhurumie.

Kweli ni vema kukushukuru,
pia ni haki kukutukuza, Ee Baba mtakatifu,
kwa kuwa ndiwe peke yako Mungu hai na wa kweli.
Kabla ya nyakati zote wewe upo,
unaishi milele katika nuru isiyoweza kukaribiwa.
Tena wewe uliye peke yako mwema na chanzo cha uzima
umeviumba vitu vyote, ukavijaze baraka
na kuvifurahisha kwa mng'ao wa mwanga wako.
Kwa hiyo, makundi mengi ya Malaika wanasimama mbele yako
wakikutumikia usiku na mchana.
Wanaukazia macho uso wako mtukufu na kukusifu daima.
Nasi pamoja na Malaika na kwa niaba ya viumbe vyote ulimwenguni,
tunaliungama kwa shangwe jina lako tukiimba:

Mtakatifu, Mtakatifu, Mtakatifu Bwana Mungu wa majeshi.
Mbingu na dunia zimejaa utukufu wako.
Hosana juu mbinguni.
Mbarikiwa anayekuja kwa jina la Bwana.
Hosana juu mbinguni.

Tunakiri, Ee Baba mtakatifu, kuwa u mkuu,
na kazi zako zote umezifanya kwa hekima na upendo.
Ulimwumba mtu kwa mfano wako
na kumkabidhi kuutunza ulimwengu wote,
ili avitawale viumbe vyote akikutumikia wewe tu uliye mwumba.
Naye alipoupoteza urafiki wako kwa kutotii,
kukumwacha katika enzi ya mauti,
maana kwa huruma yako ulikuja kuwasaidia watu wote,

ili wanaokutafuta wakupate.
Zaidi ya hayo, mara nyingi ulifanya maagano na watu,
na kwa vinywa vya manabii ukawafundisha kutumaini wokovu.
Kweli, Baba mtakatifu,
uliupenda hivi ulimwengu hata nyakati zilipotimia,
ukamtuma kwetu Mwanao wa pekee atukomboe.
Yeye alijifanya mtu kwa uwezo wa Roho Mtakatifu,
akazaliwa na Bikira Maria, akashiriki hali yetu
katika mambo yote, isipokuwa dhambi.
Aliwatangazia maskini habari njema ya wokovu,
nao wafungwa ukuru, wenye huzuni furaha.
Alijitoa afe ili kutimiza mapenzi yako,
naye alipofufuka katika wafu
akaangamiza mauti na kutuletea uzima mpya.
Kisha alimtuma Roho Mtakatifu kutoka kwako, Baba,
kama malimbuko ya waamini
akaitimize kazi ya Mwanao ulimwenguni hapa
na kukamilisha utakatifu wote,
ili tusiishi tena kwa ajili yetu wenyewe,
bai kwa ajili yake yeye aliyekufa na kufufuka kwa ajili yetu sisi.

Basi, Ee Bwana, tunakuomba huyo Roho Mtakatifu
azitakase dhabihu hizi,
zipate kuwa Mwili na Damu ya Bwana wetu Yesu Kristo
kwa adhimisho la fumbo hili kuu alilotuachia mwenyewe
liwe agano la milele.

Kwa kuwa Mwanao, ilipofika saa ya kutukuzwa nawe, Ee Baba mtakatifu,
kisha kuwapenda watu wake waliokuwa duniani, aliwapenda upeo:
walipokuwa wakila, alitwaa mkate, akakutukuza, akaumega,
akawapa wafuasi wake akisema:

Twaeni, mle wote:
huu ndio mwili wangu,
utakaotolewa kwa ajili yenu.

Vivyo hivyo, akitwaa kikombe kilichojaa divai, tunda la mzabibu,
akashukuru, akawapa wafuasi wake akisema:

Twaeni, mnywe wote:
hiki ni kikombe cha damu yangu,
damu ya agano jipya la milele,
itakayomwagika kwa ajili yenu
na kwa ajili ya umati
kwa maondoleo ya dhambi.

Fanyeni hivi kwa ukumbusho wangu.

Fumbo la imani!

Ee Bwana, tunatangaza kifo chako
na kukiri ufufuko wako mpaka utakapokuja.
Au: 1. Ee Bwana, kila tunapokula mkate huu
na kunywea kikombe hiki,
tunatangaza kifo chako mpaka utakapokuja.
2. Ee Mwokozi wa dunia, utuokoe,
wewe uliyetukomboa kwa msalaba na ufufuko wako.

Kwa hiyo, Ee Bwana,
tunapoadhimisha sasa ukumbusho wa ukombozi wetu,
tunaheshimu kufa kwake Kristo na kushuka kwake kuzimu,
tunakiri kufufuka kwake na kupaa kuumeni kwako,
nasi tunapongojea kuja kwake katika utukufu,
tunakutolea Mwili na Damu yake iliyo sadaka ya kukupendeza,
iletayo wokovu kwa dunia nzima.
Ee Bwana, uitazame sadaka hii uliyoliandalia Kanisa lako
na kwa wema wako uwajalie wote watakaoshiriki
mkate huu mmoja na kikombe hiki,
waunganishwe na Roho Mtakatifu katika mwili mmoja,
wawe sadaka hai katika Kristo, kwa sifa ya utukufu wako.
Basi sasa, Ee Bwana, uwakumbuke wote
ambao kwa ajili yao tunakutolea sadaka hii:
umkumbuke mtumishi wako Papa wetu F.
Askofu wetu F. na daraja yote ya Maaskofu.
Uwakumbuke pia makleri wote, nao wanaokutolea sadaka hii,
na hawa waliopo hapa, na taifa lako lote,
na watu wote wenye kukutafuta kwa moyo mnyofu,
Uwakumbuke pia wale waliofariki dunia wakiwa na amani ya Kristo wako,
na marehemu wote, ambao imani yao uliijua wewe peke yako.
Ee Baba mwema, utujalie sisi sote wanao, tupate urithi wa mbinguni,
pamoja na Bikira Maria mwenye heri Mama wa Mungu
na Mitume na Watakatifu wako katika ufalme wako ambapo
tukutukuze pamoja na viumbe vyote
vilivyookolewa katika dhambi na mauti,
kwa njia ya Kristo Bwana wetu,
ambaye kwake unaujalia ulimwengu mema yote.

Kwa njia yake, pamoja naye, na ndani yake,
wewe Mungu Baba Mwenyezi
katika umoja wa Roho Mtakatifu
unapata heshima na utukufu wote,
daima na milele.

Amina.

# SALA KUTOKA AFRIKA KUSINI KWA SAHARA

## AFRIKA KUSINI

Ee mfalme, heri yetu ni kubwa katika ufalme wako, wewe mfalme wetu.
Sisi tunacheza mbele yako, mfalme wetu, kwa nguvu ya ufalme wako.
Uimarishe miguu yetu, tucheze mbele yako, uliye wa milele.
Enyi malaika wote mpeni sifa yeye anayestahili sifa kuliko wote.

Tunakutolea shukrani kwa kumtuma Mwanao pekee
afe kwa ajili yetu wote.
Katika ulimwengu uliogawanyika kwa msingi wa rangi,
jinsi ilivyo tamu kujua kwamba ndani mwako sisi sote ni jamaa moja.
Kuna wakati ambapo sisi, watu wanyonge, tunalia machozi
ambayo si mazito bali ya dhati, tunapofikiria mateso yanayotupata.
Tunakuja kwako, tumaini na kimbilio letu pekee.
Ee Mungu, utusaidie kukataa uchungu dhidi ya wanaotutenda kwa ukali.
Tunakushukuru kwa zawadi ya kutabasamu nyakati zote.
Utuokoe na chuki dhidi ya wanaotunyanyasa.
Tuweze kumfuata Roho wa Mwanao Yesu Kristo.

## SUDAN

Ingawa naona mtu amenichukia, nitampenda.
Mungu, Baba, unisaidie Baba! Mungu, Muumba, unisaidie, Baba!
Hapo nikiona mtu amenichukia, nitampenda.

## GHANA

Siku za mwisho za kukaa kwako duniani
uliahidi kutuachia Roho Mtakatifu kama mfariji wetu mpya.
Tunajua pia kwamba Roho wako Mtakatifu anavuma juu ya dunia hii,
lakini hatumuelewi.
Wengi wanadhani ni upepo au hisia fulani tu.
Acha Roho wako Mtakatifu aingilie kati maisha yetu.
Acha aje kama damu katika mishipa yetu,
hata tuongozwe na matakwa yako moja kwa moja.
Acha Roho wako avume juu ya nchi tajiri za Ulaya na Amerika,
hivi kwamba watu wa huko wanyenyekee.
Acha avume juu ya nchi fukara za ulimwengu,
hivi kwamba watu wa huko wasihitaji kuteseka tena.
Acha avume juu ya Afrika,

hivi kwamba watu wa huku waelewe uhuru wa kweli ni nini.
Katika ulimwengu huu kuna sauti na roho elfu na elfu,
lakini sisi tunataka kusikiliza sauti yako tu,
na kuwa wazi kwa Roho wako tu.

**KENYA**

Baba yangu, Mzee mkuu, sina maneno kukutolea shukrani,
lakini nina hakika kwamba, kwa hekima yako ya dhati
unaweza kuona ninavyothamini zawadi zako tukufu.
Baba yangu, ninapozingatia ukuu wako nachanganyikiwa kwa uchaji.
Ee mzee mkuu, mtawala wa vitu vyote duniani na mbinguni,
mimi ni askari wako, niko tayari kutenda kadiri unavyotaka.

Ee Mungu, umenijalia kupita usiku kwa amani,
unijalie kupita mchana kwa amani.
Kokote niendapo katika njia uliyonifanyia iwe ya amani,
ee Mungu, ongoza hatua zangu.
Nikisema, unikinge na uongo.
Nikiwa na njaa, unikinge na manung'uniko,
nikiwa nimeshiba, unikinge na kiburi.
Napita siku huku nikikuitia, Bwana usiye na Bwana yeyote.

**KONGO**

Bwana,
tuweze kulitukuza jina lako,
Amina.
Jina lako,
Amina.
Lenye heshima kuu,
Amina.
Baba,
Amina.
Mwana,
Amina.
Roho Mtakatifu,
Amina.
Tuweze kulitukuza jina lako,
Amina.
Leo,
Amina.
Kesho,
Amina.
Daima na milele.
Amina.