

De psalmen zijn voor het bidden van de Getijden verdeeld over een cyclus van zes weken. Enkele psalmen of gedeelten daarvan, in het bijzonder wanneer deze wraak- of vloekverzen bevatten die het verstaan van de tekst of de samenhang daarvan niet belemmeren, zijn hierin weggelaten.

Bij de aanwijzingen voor de zon- en feestdagen en de weken van het kerkelijke jaar is vermeld welke weekcyclus van het Psalterium wordt gevolgd.

De psalmen of de delen daarvan zijn voorzien van antifonen, die bij enige gelegenheden door andere worden vervangen. In deze gevallen zijn de vervangende antifonen bij de aanwijzingen voor de feest- en gedenkdagen opgenomen.

Elke psalm wordt volgens de traditie van de westerse katholieke kerken, behalve wanneer dit afzonderlijk is vermeld, besloten met het vers:

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

waarna de antifoone kan worden herhaald, vooral wanneer het getijdengebed gemeenschappelijk wordt gebeden.

Psalterium

Week 1

Zondag in de Laudan

Ant.: Uw rechterhand doet mij staande blijven.

PSALM 63

God, mijn God zijt Gij, U blijf ik zoeken,
ik dorst naar U met groot verlangen,
naar U smacht heel mijn wezen,
in een land, dor en droog, zonder water.

Hoe zag ik naar U op in 't heiligdom,
waar ik uw macht en glorie schouwde.
"Uw goedheid is meer dan het leven",
zo sprak mijn mond, U ter ere.

Zo zal ik U prijzen, heel mijn leven,
in uw Naam mijn handen heffen.

Ik word als met kostelijke spijs verzadigd,
mijn mond zingt uw glorie, mijn lippen een loflied,
wanneer ik U op mijn bed in gedachten houd,
over U peins in doorwaakte nachten.

Waart Gij niet steeds mijn helper?
In de schaduw van uw vleugels
heb ik mijn jubel gezongen.

Mijn ziel is in U verzonken,
uw rechterhand doet mij staande blijven,
doch zij die mijn leven bedreigen,
zij komen om in de diepten der aarde;
aan de macht van het zwaard
zijn zij alhaast vervallen,
straks zijn zij een prooi voor de wolven,

maar de koning, hij vindt zijn vreugde bij God,
wie hem trouw zwoer mag zich terecht verheugen;
de leugenaarsmond wordt voorgoed gesloten.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: God zij ons genadig, Hij schenke ons zegen.

PSALM 67

God zij ons genadig, Hij schenke ons zegen,
Hij doe zijn Aanschijn ons lichten;
dat men weet van uw weg op aarde,
van uw heil bij alle volken.
Dat de volkeren, God, U loven,
U loven de volkeren, alle!
Laat blij zijn de landen en juichen,
daar Gij bestuurt de volken naar recht
en leidt alle landen op aarde.
Dat de volkeren, God, U loven,
U loven de volkeren, alle!
Het land heeft zijn vrucht gegeven,
zo wil God, onze God, ons zegenen:
God wil zo zijn zegen ons schenken
dat de einden der aarde Hem vrezen.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: De Heer is waarachtig, Hij is mijn rots,
bij Hem is geen onrecht.

PSALM 92

Heerlijk is het de Heer te loven,
uw Naam te bezingen, o Allerhoogste,
des morgens vroeg uw mildheid te melden
en uw trouw des nachts in het donker,

op het tiental snaren, het psalter,
bij de muziek van de citer.

Hoe maakt Gij mij blij, Heer, door uw daden;
ik juich om hetgeen uw handen vol brengen.

Hoe groots zijn toch uw werken, o Heer,
hoe grondeloos diep uw gedachten.

Dit beseft niet wie zonder bezinning maar voortleeft,
nooit krijgt een dwaas hiervan inzicht.

Al groeien de booswichten snel als onkruid
en tieren ook welig wie kwaad bedrijven,
de gerechte gedijt als een palmboom,
hij wast op als een ceder op Libanon;

zij die, geplant in het huis des Heren,
in de hoven van onze God mogen groeien,
zij zullen, ook als zij oud zijn,
nog altijd vruchten dragen,

onverwelkelijk en groen steeds blijven
en zo verkonden: "De Heer is waarachtig,
mijn rots, bij Hem is geen onrecht.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Zondag in het Middaggebed

Ant.: De glorie van God verkondigt de hemel.

PSALM 19

De glorie van God verkondigt de hemel,
het uitspansel meldt het werk van zijn handen;
de dag laat bericht aan de volgende uitgaan,
de ene nacht leert de andere kennis.

Daar klinken taal noch woorden,
hun stem is niet te horen,

maar hun samenklank gaat over gans het aardrijk,
hun roep tot de rand van de wereld.

Hij sloeg daar voor de zon een tent op;
gelijk de bruidegom komt uit zijn bruidsvertrek,
zo komt die daaruit voortgetreden,
als een held, van vreugde stralend,
als hij zijn baan gaat lopen.

Van de hemelrand af is zijn opgang,
naar het andere einde zijn omloop,
aan zijn gloed kan niets ontkomen.
Gods richtsnoer is volmaakt,
het wekt weer de ziel tot leven,
Gods getuigenis betrouwbaar,
de onwetende schenkt het wijsheid.

Gods bevelen zijn waarachtig,
zij kunnen het hart verblijden;
Gods gebod is helder,
het verlicht de ogen.
Gods woord is zuiver,
het is voor altijd bestendig;
Gods oordelen zijn waarheid,
geheel en al rechtvaardig.

Gezocht is dit alles, boven goud,
meer dan een gouden sieraad,
zoeter is het dan honing,
die vloeit uit de raten.

Dit neemt uw knecht dan ook ernstig ter harte,
in 't betrachten daarvan ligt rijke beloning.

Maar dwalingen, wie bemerkt ze?
Scheld mij ze kwijt,
al zijn ze ook mijzelf verborgen.

Bewaar uw dienaar ook voor hoogmoed,
laat die over mij niet de overhand krijgen;
dan ben ik onberispelijk
en vrij van grote zonden.

Laat welgevallig zijn wat mijn mond tot U spreekt,
wat mijn hart overweegt voor uw Aanschijn,
Heer, mijn Rots, mijn Losser.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant: Wij willen, Heer, uw macht met psalmen bezingen.

PSALM 21

Om uw machtige daad, Heer, verheugt zich de koning,
hoe opgetogen juicht hij om uw bijstand!

Wat zijn hart begeerde hebt Gij hem geschonken,
het gebed dat hij uitsprak hield Gij niet van U.

Gij waart hem vóór met milde zegen;

een kroon van zuiver goud
gaf Gij zijn hoofd tot sieraad.

Hij vroeg U om leven,

Gij hebt het hem geschonken:

lengte van dagen, voor altijd en eeuwig.

Groot werd zijn eer door uw zegen,

daar Gij hem bekleed hebt met glorie en luister;

ja, Gij stelt hem tot zegen voor immer,

overstelt hem met vreugd voor uw Aanschijn.

Want de koning vertrouwt op de Heer,

hij komt niet ten val, want hij staat

in de gunst van Hem, de Allerhoogste.

Verhef U, Heer, in uw sterkte;

wij willen uw kracht met psalmen bezingen!

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,

nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Zondag in de Vespers

Ant.: Hoe talrijk zijn uw werken, Heer,
en alles hebt Gij gemaakt met wijsheid.

PSALM 104

Verheerlijk, mijn ziel, de Heer,
Heer, mijn God, hoe ontzaglijk zijt Gij,
Gij die bekleed zijt met glans en luister,
 gehuld in licht als een mantel,
 de hemel spannend gelijk een tentkleed.
Gij zijt degeen die zijn zalen bouwt
op de wateren boven,
die wolken tot zijn wagen maakt,
die op de wieken van de stormwind wandelt,
 die de stormen maakt tot zijn boden
 en laaiend vuur tot zijn knechten,
die de aarde vast op haar zuilen gesteld heeft,
zodat zij nimmer wankelt.
 De oerzee, — Gij hebt die haar als kleed gegeven,
 het water stond tot boven de bergen,
maar het week terug voor uw dreigen
en vluchtte weg voor de stem van uw donder;
 bergen rezen, dalen zonken
 op de plaats die Gij hun beschikte.
Een grens stelde Gij, die zij niet overschrijden;
de wateren zullen de aarde niet nog eens bedekken.
 Gij wijst de bronnen hun weg naar de dalen,
 tussen de bergen door wandelt het water,
het geeft alle dieren op het veld te drinken
en lest de dorst van de wilde ezels.
 Daarboven wonen de vogels des hemels,
 hun liederen schallen tussen de twijgen.

Gij drenkt de bergen vanuit uw hoge zalen,
met de vrucht van uw werken geeft Gij zaad aan de aarde.

Gij doet voor het vee het gras ontkiemen,
gewas dat de mens moet bewerken
om brood uit de grond te winnen
en wijn die het mensenhart deugd doet,
olie om het gelaat te doen glanzen
en brood, dat het mensenhart kracht geeft.

Gedrenkt worden ook de bomen des Heren,
de Libanonceders, die Gij geplant hebt,
waarin de vogels hun nesten bouwen;
hun kruin is het huis van de ooievaar.

De bergtoppen zijn het domein van de steenbok,
in de rotsgrond verschuilt zich de klipdas.

Gij maakte de maan voor de vaste tijden,
de zon weet wanneer zij moet dalen.
Beschikt Gij het duister, dan valt de nacht in;
in de dieren van 't woud komt de onrust,
de jonge leeuwen brullen roofgierig,
zij vragen God om hun voedsel.

Gaat de zon dan weer op, zij keren weder
en leggen zich neer in hun holen.

Dan gaat de mens aan zijn arbeid,
naar zijn werk tot aan de avond.

Hoe talrijk zijn uw werken, o Heer,
en alles hebt Gij gemaakt met wijsheid;
de aarde is vol van uw rijkdom.

Daar is de zee, groot, onafzienbaar
met haar eindeloos levend gewemel
van dieren, kleine en grote;
daar gaan de schepen,
daar huist ook het monster Leviatan,
dat Gij hebt gemaakt om ermee te spelen.
Van U verwachten zij alle
dat Gij hun voedsel geeft wanneer het tijd is.

Gij geeft het hun, zij verzamelen,
Gij opent uw hand, zij worden verzadigd met overvloed.
Maar verbergt Gij uw Aanschijn, zij raken verbijsterd;
ontneemt Gij hun adem, zij sterven
en tot hun stof keren zij weder.
Zendt Gij uw Geest uit, zij worden geschapen
en Gij vernieuwt het gelaat van de aarde.
De roem van de Heer zij eeuwig,
dat de Heer zich over zijn werken verheuge!
Ziet Hij de aarde aan, dan beeft zij,
beroert Hij de bergen, zij roken.
Voor de Heer zal ik zingen, heel mijn leven,
een psalm voor mijn God, zolang ik zijn zal;
Hem moge mijn lied behagen,
in de Heer vind ik heel mijn vreugde.
De zondaars verdwijnen eens van de aarde,
van de booswichten is dan geen spoor meer over.
Verheerlijk, mijn ziel, de Heer.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Maandag in de Laudén

Ant.: Zalig is hij die in de wet van de Heer zijn geluk vindt.

PSALM 1

Zalig hij die niet ingaat
op wat hem de bozen raden,
die daar niet staat waar zondaars gaan,
noch samenzit met spotters,
maar veeleer in de wet van de Heer zijn geluk vindt,
zijn wet overweegt dag en nacht.

Hij is als een boom, geplant aan stromend water,
die vruchten draagt wanneer 't zijn tijd is;
zijn loof verdort niet.
Al wat hij doet, dat brengt hem voorspoed.
Zo gaat het niet met de bozen:
zij zijn als kaf, door de wind voortgedreven.
Nee, geen boze doorstaat het oordeel,
geen zondaar het gericht der vromen,
want de Heer kent de weg der rechtvaardigen,
maar het pad van de booswicht leidt tot dwaling.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: De koningen der aarde stellen zich op,
vorsten spannen samen:
't is tegen de Heer en tegen diens gezalfde.

PSALM 2

Waartoe zweren de natiën samen,
beramen de volken zinloze plannen?
De koningen der aarde stellen zich op,
vorsten spannen samen:
't is tegen de Heer en tegen diens gezalfde.
"Laat ons hun ketens verbreken,
hun boeien van ons werpen!"
Maar Eén die troont in de hemel zal lachen,
de Heer zal de spot met hen drijven.
Dan spreekt Hij tot hen in zijn gramschap,
zijn verbolgenheid doet hen verschrikken:
"Heb Ik hem niet zelve gesteld tot mijn koning,
op mijn heilige berg, op de Sion?"
Laat mij het besluit van de Heer niet verzwijgen
die tot mij sprak: "Gij zijt mijn zoon,
u verwekte Ik heden;
vraag Mij en Ik geef u volken als erfdeel,
de einden der aarde als eigen bezitting.

Breek hun verzet maar met ijzeren scepter,
sla hen in stukken als aarden vaten.”

Nu dan, gij koningen, komt tot inzicht,
laat u gezeggen, gij heersers der aarde.

Dient de Heer met vreze

en toont met ontzag uw vreugde,

kust hem de voeten en wekt niet zijn toorn op,

opdat gij onderweg niet omkomt,

want snel ontbrandt zijn gramschap.

Zalig allen die bij Hem hun toevlucht nemen.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,

nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: De Heer, van Hem komt de redding;
over uw volk zij uw zegen.

PSALM 3

Heer, wat zijn mijn belagers talrijk,

hoevelen die tegen mij opstaan,

talloos die van mij zeggen:

“Die vindt bij God geen redding!”

Maar Gij, Heer, Gij zult mij tot schild zijn,

mijn glorie, en die mij het hoofd omhoog heft.

Telkens wanneer ik mijn stem tot de Heer hef,

komt van zijn heilige berg mij het antwoord.

Ik mag te ruste gaan, aanstonds slapen

en weer ontwaken, want de Heer is mijn bijstand.

Voor geen tienduizend man behoef ik te vrezen,

al komen zij rondom zich tegen mij stellen.

Sta op, Heer, — mijn God, kom mij redden!

Gij die al mijn haters de kaak hebt verbrijzeld,

Gij die de tanden breekt van de bozen.

De Heer, van Hem komt de redding,

over uw volk zij uw zegen.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,

nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Maandag in het Middagebed

Ant.: Zalig zij die wandelen zoals de Heer hun wil wijzen.

PSALM 119, 1 (1-8)

Zalig zij die zuiver hun weg gaan,
die wandelen zoals de Heer hun wil wijzen,
zalig die zijn uitspraken achten;
zij zoeken naar Hem van ganser harte.

Nee, zij begaan geen onrecht
die op zijn wegen wandelen.

Gij hebt van hetgeen Gij opdraagt geboden
dat men zich daarnaar getrouw zal richten;
och, waren mijn wegen maar zó bestendig,
dat ik steeds uw wetten nakwam,
dan zou ik mij niet behoeven te schamen
bij het denken aan al uw geboden.

Ik wil in oprechtheid des harten U loven,
nu ik uw rechtvaardig bestel ga inzien.

Aan uw wetten wil ik mij houden;
wil mij dan niet voorgoed verlaten.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Met heel mijn hart blijf ik U zoeken,
laat mij van uw geboden niet wijken.
Ik koester in mijn hart wat Gij aanzegt.

PSALM 119, 2 (9-16)

Hoe zal de jeugd zich het pad rein bewaren?
Door naar uw woord zich te richten.

Met heel mijn hart blijf ik U zoeken;
laat mij van uw geboden niet wijken.

Ik koester in mijn hart wat Gij aanzegt
om niet tegen U tot zonde te komen.

Gezegend zijt Gij, o Heer;
wil mij uw wetten leren.

Luide zullen mijn lippen gewagen
van heel het bestel dat uw mond heeft verordend.

Op de weg van uw uitspraken, dáár ligt mijn vreugde,
alsof ik onmetelijk rijk was.

Ik zal wat Gij opdraagt bepeinzen,
op de paden die Gij wijst zal ik letten,
uw wetten zijn mij een bron van vreugde,
nooit zal ik uw woorden verzaken.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Draag zorg voor uw dienaar, voor mij, ik zal leven
en ik zal uw woord bewaren.

PSALM 119, 3 (17-24)

Draag zorg voor uw dienaar, voor mij, ik zal leven
en ik zal uw woord bewaren.

Ontsluit mij de ogen en doe mij aanschouwen
wat aan wonderen in uw wet ligt besloten.

Ik ben maar een vreemdeling hier op aarde,
houd mij uw geboden niet verre.

Mijn ziel wordt verteerd van verlangen,
altijd maar door, naar hetgeen Gij verordent.

Bedreigend zijt Gij voor de trotsaards;
vervloekt wie van uw geboden afdwaalt!

Wend smaad van mij af en schande,
want uw uitspraken neem ik ter harte.

Al zetten zich vorsten neder
om tegen mij samen te spannen,
uw knecht blijft uw wet bepeinzen.

Uw uitspraken zijn mijn grootste vreugde,
zij zijn het die mij raad verschaffen.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Maandag in de Vespers

Ant.: Zalig elk die voor de Heer ontzag heeft.

PSALM 128

Zalig elk die voor de Heer ontzag heeft
en op diens weg wil voortgaan:
eten zult gij van het werk uwer handen,
geluk zal uw deel zijn, en welvaart!

Uw vrouw daarbinnen in uw woning,
zij is als een wijnstok die vrucht draagt;
uw zonen als loten aan een olijfboom,
zó zijn zij geschaard om uw tafel.

Zie, aldus zal zegen geworden
de mens die ontzag voor de Heer kent.

U zegene de Heer uit Sion,
zie dan hoe goed het Jeruzalem gaat,
al uw levensdagen;
aanschouw nog van uw zonen de zonen.
Vrede voor Israël!

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Hoe zwaar heeft men mij van jongs af mishandeld,
maar ze hebben mij niet overwonnen!

PSALM 129

Hoe zwaar heeft men mij van jongs af mishandeld,
— laat het nu Israël zeggen, —

hoe zwaar heeft men mij van jongs af mishandeld,
maar ze hebben mij niet overwonnen!

Ploegers hebben geploegd op mijn rug,
hun voren lang getrokken,
maar de Heer, de Gerechte, sneed door
het tuig in de handen der bozen.

Straks zullen vol schaamte de aftocht blazen
al die haters van Sion;

ze zullen zijn als het gras op de daken,
dat verdort nog vóór men het uittrekt.

De maaier kan daarmee zijn hand niet vullen,
noch zijn arm wie de schoven komt binden
en geen die voorbijgaat zal zeggen:

“De zegen des Heren zij met u,
wij zegenen u met de Naam des Heren!”

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Laat Israël op de Here hopen.

PSALM 131

Heer, mijn hart is niet hoogmoedig,
noch kijken trots mijn ogen,
ik houd mij niet op met grootse dingen,
noch met wat voor mij te hoog is gegrepen.

Nee, ik voegde tot rust en stilte mijn ziel,
als een kind op de schoot van zijn moeder,
als dat kind is mijn ziel, zo tevreden.

Laat Israël op de Here hopen,
van nu aan tot in alle eeuwen.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Dinsdag in de Laudan

Ant.: Leid Gij mij, Heer, door uw gerechtigheid
en maak voor mij de weg begaanbaar.

PSALM 5

Heer, neig uw oor naar hetgeen ik wil zeggen,
wil op mijn verzuchting letten,

hoor naar mijn hulpgeroep, God, mijn Koning:
ik richt tot U mijn beden.

's Morgens, Heer, zult Gij mijn stem al horen,
ik leg het U des ochtends voor, vol verwachting.

Gij immers zijt geen God die goddeloosheid liefheeft,
een slechtaard vindt bij U geen woonplaats,
verwaandheid houdt geen stand voor uw ogen,
van al wie kwaad doet hebt Gij een afschuw;

Gij verdelgt wie leugen spreken,
moordenaars en bedriegers zijn de Heer een gruwel.

Maar door uw grote genade
zal ik in uw woning ingaan,
in eerbied voor U mij buigen
tot uw heilige tempel.

Leid mij, Heer, door uw gerechtigheid,
ten spijt van wie mij belagen;
maak voor mij de weg begaanbaar.

In hun mond is geen woord oprecht,
één puin hoop is 't bij hen van binnen,
een open graf is hun keel,
ze spreken vleierig met gladde tongen.

Maar blij zal ieder zijn
die bij U komt schuilen,
zij zullen eeuwig juichen.

Om hen heen is uw bescherming;
in U verblijden zich wie uw Naam beminnen.

Gij immers, Heer, Gij zegent de vrome;
uw gunst houdt hen als met een schild omvangen.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Keer weder, Heer, red mijn leven;
wil mij om uw goedheid verlossen,
want in het doodsrrijk denkt niemand meer aan U.

PSALM 6

Heer, bestraf mij niet in uw gramschap,
sla mij niet, al zijt Gij verbolgen.
Wees mij genadig, Heer,
ik heb geen kracht meer over,
genees mij, Heer, mijn beenderen breken.
Ja, ik ben zelf geheel gebroken,
maar Gij, Heer, ... hoe lang nog?
Keer weder, Heer, en red mijn leven,
wil mij om uw goedheid verlossen,
want in de dood gedenkt U niemand;
wie kan in het doodsrrijk U loven?
Al ben ik afgemat van mijn klagen,
beschrei ik nacht aan nacht mijn sponde,
doordrenken mijn peluw de tranen,
al is mijn oog haast blind van wanhoop,
al staart het dof naar al mijn belagers,
komt mij tòch niet te na, al wie onrecht plegen,
want de Heer heeft gehoord naar mijn wenen;
de Heer, Hij sloeg acht op mijn smeken,
de Heer aanvaardde mijn bidden,
zodat al mijn vijanden weldra beschaamd staan
en, met ontzetting geslagen,
schielijk de aftocht blazen!
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: De Heer zal zich verheffen
en de volken richten in gerechtigheid.

PSALM 7

Heer, mijn God, bij U zoek ik toevlucht,
verlos mij van al mijn vervolgers en red mij,
 laat niemand als een leeuw mij verscheuren
 en verslinden, — reddeloos ben ik dan verloren!

Heer, mijn God, als ik zó heb gehandeld,
als er onrecht kleeft aan mijn handen,
 deed ik kwaad aan wie met mij in vrede leefde,
 — maar veeleer heb ik gered
 wie zonder reden mij kwelde —,
laat dan mij de vijand vervolgen en grijpen,
mijn leven ter aarde vertreden
en sleuren door 't stof wat mijn eer was.
 Sta op, o Heer, in uw toorn,
 verhef U, als mijn verdrukkers tekeer gaan,
 ontwaak, mijn God, die het recht hebt verordend!

Laat de volkerenschare U omringen
en Gij, neem de troon in daarboven,
Gij, o Heer, rechter der volken!
 Doe mij recht, Heer, zowaar als ik recht sta
 en ik mij onschuldig mag weten;
laat de slechtheid der zondaars verdwijnen,
maar houd de rechtvaardige staande,
Gij, die hart en nieren doorgrondt,
die een rechtvaardige God zijt.
 Mijn schild is Gods bescherming,
 Hij helpt wier hart oprecht blijft;
God is een rechtvaardig rechter,
een God die zijn wraak alle dagen doet dreigen.
 Ik wil de Heer om zijn gerechtigheid loven
 en de Naam van de Heer, de Allerhoogste, bezingen.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Dinsdag in het Middagebed

Ant.: Keer U tot mij en wees mij, o Heer, genadig.

PSALM 119, 4 (25-32)

Mijn ziel ligt in het stof verzonken,
maak naar uw woord mij weer levend.

Ik heb van mijn wegen verteld
en van U kwam mij antwoord;

leer mij uw wetten kennen,

doe mij de weg van wat Gij opdraagt inzien,
dan kan ik uw wondere daden bepeinzen.

Mijn ziel stort droeve tranen,

richt mij weer op, naar uw woord, mij gegeven.

De weg van de leugen, laat die van mij wijken,
maar schenk mij de weldaad van dat wat Gij aanwijst.

Ik kies voor de weg der waarheid

en houd uw bestel voor ogen;

verzonken ben ik in wat Gij verordent,
zet mij, o Heer, niet te schande.

Met geestdrift ga ik voort op de weg van uw geboden,
want Gij verruimt mij het inzicht.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Laat mij gaan langs het pad van uw geboden.

PSALM 119, 5 (33-40)

Leer mij, Heer, de weg van uw wetten
en ik zal mij daaraan ten einde toe houden;

geef mij inzicht en ik bewaar wat Gij aanwijst,
dat zal ik met heel mijn hart betrachten.

Laat mij gaan langs het pad van uw geboden,
want daar is mijn vreugd gelegen.

Wil mijn hart tot uw uitspraken neigen
en niet tot het zoeken van eigen voordeel.
Wend mijn ogen af van dingen zonder waarde,
maak mij op uw wegen weer levend.
Doe uw dienaar gestand wat Gij aanzegt,
waardoor men voor U ontzag krijgt.
Wend de smaad van mij af, waarvoor ik bevreesd ben,
want goed is hetgeen Gij verordent.
Zie, naar uw bevelen verlang ik,
wek door uw gerechtigheid mij tot leven.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Vreugde vind ik bij uw geboden, deze zijn het die ik liefheb.

PSALM 119, 6 (41-48)

Laat uw genade, Heer, over mij komen,
uw verlossing, zoals Gij aanzegt;
dan heb ik voor wie mij hoont een weerwoord,
want ik stel op uw woord mijn vertrouwen.
Laat niet het woord der waarheid
in mijn mond tot zwijgen komen,
want ik blijf uw bestel verwachten,
en wat Gij wijst, dat blijf ik bewaren
voor altijd en eeuwig.
Op ruime baan zal dan mijn wandel wezen,
want ik streef te doen zoals Gij opdraagt.
Van uw getuigenissen zal ik spreken
zelfs voor vorsten, — zonder reden tot schaamte.
Vreugde vind ik bij uw geboden,
deze zijn het die ik liefheb;
daarom strek ik naar uw geboden mijn handen
en overpeins uw wetten.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Dinsdag in de Vespers

Ant.: Heer, onze heerser, hoe ontzaglijk uw Naam
over het ganse aardrijk.

PSALM 8

Heer, onze heerser, hoe ontzaglijk uw Naam
over het ganse aardrijk;

Gij die uw luister toont hoog aan de hemel,
die 't gestamel van kinderen, onmondige kleinen,
nog laat uw kracht bevestigen
ten spijt van wie U weerstreven,
dat haat en wraakzucht verstommen.

Aanschouw ik uw hemel, het werk van uw vingers,
de maan en de sterren, die Gij gevormd hebt,
wat is dan de mens, dat Gij hem wilt gedenken,
het mensankind, dat Gij naar hem omziet?

Hem die Gij maakte, haast gelijk aan de engelen,
die Gij kroonde met eer en met waarde,
meester maakt over 't werk van uw handen;
alles legde Gij neer aan zijn voeten:
schapen en runderen, vee op de velden,
vogels des hemels en vissen der zee,
al wat beweegt langs de paden van 't water.

Heer, onze heerser,
hoe ontzaglijk uw Naam
over het ganse aardrijk!

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: De Heer, Hij troont voor eeuwig,
heeft zijn zetel gesteld ten gerichte.

PSALM 9

U wil ik loven, Heer, van ganser harte,
van al uw wondere daden vertellen,
om U wil ik blij zijn en juichen,
uw Naam, Allerhoogste, bezingen,
nu mijn vijanden weg moeten vluchten:
ze komen ten val en vergaan voor uw aanblik.

Ja, Hij vonnist de wereld rechtvaardig
en oordeelt naar recht de volken.

Daarom is de Heer voor verdrukten een toevlucht,
een burcht in bittere tijden;

daarom vertrouwt op U wie met uw Naam bekend is,
want nooit hebt Gij, Heer, wie U zoeken verlaten.

Zingt een psalm voor de Heer, die woont op de Sion,
vermeldt bij de volken zijn daden,

want Hij die het bloed van de armen wil wreken,
Hij blijft hen gedenken en vergeet niet hun roepen.

Wees mij genadig, Heer, zie mijn ellende,
zie wat mijn haters mij deden;

Gij die uit de poorten des doods mij opricht,
opdat ik vertel van al uw roemvolle daden,

in de poorten van Sions dochter

mag juichen, want Gij schenkt bevrijding.

De volken verzinken in de kuil die zij delven,
hun voet raakt verstrikt in het net
dat zij kunstig hadden verborgen.

De Heer deed zich kennen,

Hij heeft vonnis geweest;

nu wort de goddeloze

wat zijn eigen handen maakten.

De booswichten keren naar het doodsrijk weder,
al de heidenen, die God vergeten.

Maar wie arm is, wordt niet steeds maar overgeslagen,
wat de hulpelozen hopen gaat niet voorgoed verloren.

Sta op, Heer, laat het niet toe
dat de sterveling zou zegepralen;
laat de volken voor uw Aanschijn
het oordeel wedervaren.

Heer, laat vrees hen vervullen,
laat de volken beseffen:
ook zij zijn maar mensen!

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Woensdag in de Laudan

Ant.: Gij hebt oog voor leed en zorgen,
op U mag zich verlaten al wie zwak is;
Gij zijt voor wie alleen staat een helper.

PSALM 10

Waarom staat Gij, Heer, zo verre,
verbergt Gij U in bange tijden?
De boze in zijn hoogmoed,
hij vervolgt de verdrukke met felheid;
laat hem worden verstrikt
in de listen die hij zelf bedacht heeft.

De booswicht pocht op zijn moedwil,
de woekeraar prijst zich zalig,
terwijl hij met de Heer de spot drijft.

De goddeloze meent in zijn verwaandheid:
"Hij vraagt toch niet om rekenschap!"
en denkt voortdurend:
"Welnee, een God bestaat niet!"

Zo gaat hij maar voort op eigen wegen,
 hij waant zich uw oordeel
 hoog en ver van zich verwijderd
 en wie zich tegen hem keert, die veracht hij.
 Hij denkt bij zichzelf: "Ik zal niet vallen,
 nooit ofte nimmer zal ik in nood geraken!"
 Vol heeft hij de mond van vloek,
 van bedrog en valsheid,
 onder zijn tong huizen misdaad en onheil;
 achter de heg ligt hij op de loer
 om de onschuld in het geheim te vermoorden,
 zijn ogen zien spiedend uit naar wie zwak staat.
 In hinderlaag ligt hij, — een leeuw in de struiken, —
 in hinderlaag ligt hij om de arme te vangen;
 wie weerloos is grijpt hij, in zijn net hem trekkend:
 dan duikt hij ineen en kromt zich, —
 wie hem in de klauwen valt, is diep te beklagen.
 Hij zegt bij zichzelf:
 "Dit zal God wel vergeten;
 toont Hij ooit zijn Aangezicht?
 Dan zal Hij ook dit vast niet merken!"
 Sta op, Heer; God, hef uw hand op,
 wil niet wie arm zijn vergeten!
 Waarom mag de booswicht God smaden,
 mag hij tot zichzelf blijven zeggen:
 "Gij vraagt tòch niet om rekenschap?"
 Gij ziet het,
 ja, Gij hebt oog voor leed en zorgen,
 dat Gij ze in uw hand wilt wegen;
 op U mag zich wie zwak is verlaten,
 Gij zijt voor wie alleen staat een helper.
 Breek de macht van de goddeloze
 en voor wat betreft de booswicht:
 straf zijn kwaad en eens is het spoorloos verdwenen.
 De Heer zal koning zijn, voor altijd en eeuwig,
 dan zijn de heidenen uit zijn land gebannen;

wat de vertrapten wensten hebt Gij verstaan, Heer,
hun hart maakt Gij sterk, uw oor is opmerkzaam
om recht te doen aan wees en verdrukte,
en geen sterveling op aarde
die hun nog de schrik op het lijf jaagt.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Rechtvaardig is de Heer, Hij bemint gerechte daden.

PSALM 11

Bij de Heer zoek ik mijn toevlucht,
hoe durft gij nog tot mij te zeggen:
"Vlucht als een vogel maar heen naar de bergen?"
Zie, de slechtaards houden de boog al gespannen,
zij leggen de pijl op de pees,
om oprechten van hart in het donker te treffen.
Als de grond der dingen is weggeslagen,
wat kan dan een rechtvaardig mens nog bereiken?
De Heer, die woont in zijn heilige tempel,
de Heer, die in de hemel zijn troon heeft,
zijn ogen slaan de wereld gade,
zijn blikken doorgronden de mensenkinderen.
De Heer doorziet de rechtvaardige
evenzeer als de goddeloze,
en wie van geweld houdt,
die haat Hij hartgrondig.
Want de Heer, Hij is rechtvaardig,
Hij bemint gerechte daden;
wie oprecht is krijgt zijn Gelaat te aanschouwen.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Woensdag in het Middagebed

Ant.: Gedenk het woord, tot uw dienaar gesproken,
waardoor Gij mij hoop hebt gegeven.

PSALM 119, 7 (49-56)

Gedenk het woord, tot uw dienaar gesproken,
waardoor Gij mij hoop hebt gegeven.

Dat is mijn troost, wanneer ik bedrukt ben,
dat Gij mij door dat wat Gij aanzegt doet leven.

Hoezeer mij ook trotsaards bespotten,
ik wil van wat Gij wijst niet wijken.

Bedenk ik wat Gij van oudsher verordent,
Heer, dan word ik bemoedigd.

Toen een brandende toorn mij aangreep
om booswichten, die uw wet verlaten,

klonken mij uw wetten als harpspel
in het huis waar ik als vreemdeling woonde.

's Nachts houd ik, Heer, uw Naam in gedachten
en 't bewaren van dat wat Gij aanwijst.

Dat is wat mij ten deel is gevallen,
daar ik uw bevelen nakom.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Leer mij onderscheiding,
want ik stel vertrouwen in uw geboden.

PSALM 119, 8 (57-64)

Dit mag ik, Heer, mijn erfdeel noemen,
dat ik aan uw woorden trouw blijf.

Met heel mijn hart zoek ik de gunst van uw Aanschijn,
volgens uw aanzegging, wees mij genadig!

Als ik mijn gedachten richt op uw wegen
en naar uw uitspraken heenwend mijn schreden,
dan haast ik mij, zonder talmen,
om wat Gij gebiedt te bewaren.
Al zijn rondom mij de strikken der bozen,
ik vergeet niet wat Gij mij aanwijst.
Te middernacht sta ik op om U te loven,
om de rechtvaardigheid van hetgeen Gij verordent.
Een metgezel ben ik van al wie U vrezen,
van elk die betracht uw bevelen.
Heer, de aarde is vol van uw goedheid;
wil mij uw wetten leren.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Goed hebt Gij met uw knecht gehandeld,
Heer, naar het woord, door U gesproken.

PSALM 119, 9 (65-72)

Goed hebt Gij met uw knecht gehandeld,
Heer, naar het woord, door U gesproken.
Leer mij onderscheiding en kennis,
want ik stel in uw geboden vertrouwen.
Eer ik gebogen werd, was ik in dwaling,
maar thans betracht ik hetgeen Gij aanzegt.
Goed zijt Gij, Gij doet wat goed is,
leer mij uw wetten kennen.
Al word ik van leugens beschuldigd door slechtaards,
aan uw bevelen blijf ik trouw van ganser harte.
Hun hart is als vet, zo ondoordringbaar,
maar ik vind in uw wet mijn vreugde.
't Is mij goed, dat ik eens werd gebogen:
het was om uw wetten te leren.
Beter is mij de wet die uw mond heeft gesproken
dan duizend stukken goud en zilver.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Woensdag in de Vespers

Ant.: Gij zult uw woorden gestand doen
en Gij, Heer, zult ons blijvend beschermen.

PSALM 12

Heer, breng redding, de vromen verdwijnen,
de getrouwen worden schaars
bij de kinderen der mensen.

Leugentaal spreken ze, de één met de ander,
sluw van lippen en gespleten van binnen.

De Heer verdelge al die listige lippen
en iedere tong vol grootspraak,
die lieden die zeggen:

“Met ons woord zijn wij machtig;
onze tong is ons wapen,
— wie zal ons de baas zijn?”

“Om de nood van de nederigen,
het gekerm van de armen
verhef Ik Mij thans”, zo zegt de Heer:

“Ik maak vrij wie smacht naar bevrijding!”

Wat de Heer zegt zijn zuivere woorden,
zuiver als zilver, zó uit de smeltkroes,
zevenvoudig gezuiverd van aarde.

Gij, Heer, zult uw woorden gestand doen,
tegen dit soort volk ons blijvend beschermen,
al wordt het overal vol met schurken,
al stijgt de laagheid ten troon
onder de zonen van Adam.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Ik wil de Heer bezingen, want Hij is het die mij heeft
welgedaan.

PSALM 13

Hoe lang nog, Heer, zult Gij mij blijven vergeten,
hoe lang nog houdt Gij uw Aanschijn verborgen,
hoe lang nog moet ik leed verduren in mijn ziel,
dag aan dag droefheid in mijn hart verdragen?
Hoe lang nog blijft mijn vijand
zich boven mij verheffen?

Zie mij aan en geef mij antwoord,
Heer, die toch mijn God zijt!
Geef aan mijn ogen licht,
opdat ik in de dood niet inslaap,
dat niet mijn vijand zeggen zal:
"Nu heb ik hem eronder!"
en mijn belagers juichen
omdat ik dreig te vallen.

Ik kan mij alleen op uw gunst verlaten:
eens verheugt zich mijn hart
in het heil dat Gij zijt;
dan wil ik de Heer bezingen,
want Hij is het die mij heeft welgedaan!
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: De Heer ziet uit de hemel neer op Adams zonen.

PSALM 14

De zot zegt bij zichzelf:
"Welnee, een God bestaat niet!"
Ze doen gemene, afschuw'lijke dingen,
er is geen mens meer die goed doet.

De Heer ziet uit de hemel
neer op Adams zonen,
of er soms nog één met verstand is,
iemand die nog naar God wil vragen,
maar allen zijn verdwaald,
't is één verdorven bende,
niemand is er die goed doet:
zó is er geen meer over.
"Hebben ze dan nergens meer weet van,
al die stichters van onheil?
Ze mergelen mijn volk uit, als aten ze brood
en roepen niet langer de Naam van de Heer aan!"
Maar plotseling slaat hen ontzetting,
want God staat het vrome geslacht terzijde:
"Wat gij tegen de arme beraamt, wordt verijdeld,
immers, de Heer is zijn toevlucht!"
O, wilde maar vanuit Sion
redding voor Israël dagen!
Als de Heer het lot van zijn volk doet keren,
wat zal dan Jakob juichen,
hoe blij zal Israël wezen!
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Donderdag in de Laudén

Ant.: Gij wilt mijn licht ontsteken,
mijn God, die het donker mij licht maakt.

PSALM 18, 1-30

Hoezeer heb ik U lief, Heer, mijn sterkte,
o Heer, mijn rots, mijn burcht, mijn bevrijder,

mijn God, die mijn berg zijt, bij wie ik kom schuilen,
mijn schild zijt Gij,
de hoorn van mijn heil en mijn vesting.
“Geloofd”, zo riep ik uit, “zij de Heer”
en verlost was ik van wie mij bestreden.
Banden des doods hielden mij omsloten,
stromen van onheil waren op mij gevallen,
de banden van het dodenrijk lagen al om mij
en de strik van de dood had mij bijna gevangen.
Ik riep in mijn angst om de Heer,
ik schreeuwde tot God om bijstand.
Hij hoorde mijn stem in zijn troonzaal,
mijn roepen kwam voor zijn Aanschijn
en bereikte zijn oren.
Daar schokte en schudde de aarde,
de grond der bergen, zij beefden,
zij daverden, — nú werd Hij toornig!
Rook sloeg van zijn adem opwaarts,
uit zijn mond kwam verterend vuur voort,
zodat gloeiende as er van af sloeg;
Hij boog het zwerk omlaag, daalde neder,
een donkere wolk was onder zijn voeten.
Rijdend op een cherub kwam Hij gevlogen,
op de wieken van de wind gedragen.
Hij hulde zich in de duisternis,
die was als beschutting rondom Hem:
donkere regen en wolkengevaarten.
Voor zijn vurige glans uit joegen zijn wolken,
het hagelde gloeiende kolen.
De Heer liet de donder aan de hemel rollen,
zó verhief Hij zijn stem, de Allerhoogste.
Hij schoot zijn schichten naar alle kanten,
Hij slingerde wijd en zijd zijn bliksems.
De bedding der stromen kwam open te liggen,
zichtbaar werd de grondslag der aarde;

het kwam door uw dreigen, o Heer,
het was door de storm van uw woeden.

Hij reikte uit den hoge, Hij stak mij zijn hand toe,
Hij onttrok mij aan de wassende golven,
Hij ontrukte mij aan mijn machtige vijand
en aan mijn haters, die te sterk voor mij waren.

Zij traden op mij toe, die dag van mijn onheil,
maar de Heer, Hij stond aan mijn zijde.
Naar open gebied deed Hij mij uitgaan,
bracht mij redding, daar Hij mij liefhad,
de Heer, die mijn gerechtigheid loonde,
mij vergold mijn reinheid van handen,
omdat ik mij hield aan de wegen des Heren
en mijn God niet verliet om zonde te plegen.

Zijn geboden hield ik mij alle voor ogen,
ik heb niet zijn wetten ontweken,
ik kon vóór Hem staan in alle oprechtheid,
ik bewaarde mij zuiver van zonde.

Daarom werd mijn gerechtigheid
door de Heer vergolden,
die zag naar mijn reinheid van handen.
Hem toont Gij U trouw, die Ú getrouw blijft,
aan de mens die oprecht is toont Gij uw oprechtheid,
voor degeen die betrouwbaar is zijt Gij betrouwbaar,
maar wie vals is, krijgt met U te maken!

Ja, Gij redt het volk dat verdrukt wordt,
de trotsaard doet Gij de ogen neerslaan.

Gij wilt mijn licht ontsteken,
mijn God, die het donker mij licht maakt;
met U durf ik een leger trotseren,
met mijn God elke schans bestormen.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Donderdag in het Middagebed

Ant.: Uw barmhartigheid kome tot mij en ik leef weer!
Wat Gij wijst, Heer, dat is mijn vreugde.

PSALM 119, 10 (73-80)

Mij maakten, bereidden uw handen;
geef mij inzicht om uw geboden te leren.
 Zij die U vrezen, zien mij met vreugde,
 daar ik op uw woord mijn hoop stel.
Ik weet het, Heer, 't is gerecht wat Gij verordent,
Gij bleef trouw, zelfs toen Gij mij had vernederd.
 Laat uw gunst mij toch zijn tot vertroosting,
 naar hetgeen Gij uw dienaar hebt toegezegd.
Uw barmhartigheid kome tot mij, — en ik leef weer!
Wat Gij wijst, dat is mijn vreugde.
 De trotsen mogen beschaamd staan
 die trachtten mij vals te betichten;
 ik echter bleef wat Gij opdraagt bepeinzen.
Laat wie U vrezen tot mij zich wenden,
zij die van uw uitspraken weten.
 Mijn hart blijve trouw aan uw wetten,
 dan zal ik niet worden te schande.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Op uw uitspraak, Heer, blijf ik hopen.

PSALM 119, 11 (81-88)

Hoe hunkert mijn ziel naar 't heil van uwentwege,
op uw uitspraak blijf ik hopen,
 naar uw aanzegging smachten mijn ogen,
 ze vragen: "Wanneer komt Gij mij troosten?"

Al ben ik als een leren zak
die hangt in de rook geworden,
ik heb uw wetten niet veronachtzaamd.
 Hoevele dagen zijn uw knecht nog beschoren?
 Wanneer treft uw vonnis wie mij vervolgen?
Hovaardigen hebben mij kuilen gedolven,
lieden die naar uw richtsnoer niet leven.
 Waarheid zijn uw geboden;
 nu men mij zonder reden vervolgt,
 geef Gij mij uitkomst!
Haast had men mij op aarde vernietigd,
maar nimmer heb ik verzaakt wat Gij opdraagt.
 Láát mij, om uw genade, het leven
 en ik zal betrachten wat uw mond getuigd heeft.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Uw woord blijft in eeuwigheid, Heer,
het is in de hemel gegrondvest.

PSALM 119, 12 (89-96)

Uw woord blijft in eeuwigheid, Heer,
het is in de hemel gegrondvest,
 uw trouw duurt voort van geslacht op geslacht,
 Gij hebt de aarde vastgesteld en daarom blijft zij staande.
Alles staat vast, naar uw bestel, tot op de dag van heden,
zó is het U dienstbaar.
 Was mijn vreugde niet dat wat Gij aanwijst,
 ik was in mijn ellende verloren.
Nimmer vergeet ik uw bevelen,
want daardoor doet Gij mij leven.
 Ik ben de uwe, bevrijd mij,
 wat Gij beschikt, dat zoek ik.
Slechtaards pogen mij te verderven,
maar ik blijf op uw uitspraken acht slaan.

Aan wat er ook is, hoezeer ook volmaakt,
ik zag aan alles een einde,
maar uw gebod kent geen grenzen.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Donderdag in de Vespers

Ant.: Wie is er God dan alleen de Heer?

PSALM 18, 31-51

God, — zijn weg is volmaakt,
het woord van de Heer is zuiver,
Hij is een schild voor wie bij Hem zich bergen.
Want wie is er God dan alleen de Heer?
Wie dan alleen onze God
mag er anders nog “Steenrots” heten?
Die God die mij met kracht wil omgorden,
die maakt dat mijn baan voor mij uit ligt,
die mijn voeten zo vlug maakt als die van hinden
en mij doet staan op hoge bergen,
die mijn handen tot strijden bekwaam maakt,
mijn armen de bronzen boog leert spannen.
Ook gaf Gij mij het schild van uw heil,
uw rechterhand bood mij ondersteuning;
Gij neigde U tot mij en maakte mij machtig.
Ruim baan maakte Gij voor mijn treden,
ik wankelde niet waar ik mijn schreden richtte.
Mijn vijanden zette ik na en ik trof hen
en keerde niet weer of ik had ze verslagen;
ik velde ze neer, ze konden niet opstaan,
zij vielen mij neer aan de voeten.

Gij gordde mij aan met kracht tot strijden,
Gij deed voor mij buigen wie mij weerstreefden.
Mijn vijanden deed Gij mij de rug toekeren,
ik mocht mijn haters verdelgen.
Gij hebt mij geholpen uit de twist van het volk,
Gij maakte mij hoofd van de stammen;
volken, mij vreemd, ze werden mij dienstbaar.
Nauw'lijks nog hadden ze van mij gehoord
of zij werden mij al gehoorzaam,
zonen van vreemden, zij werden mij horig,
zonen van vreemden, zij raakten hun kracht kwijt
en verlieten bevend hun burchten.
De Heer leeft! Mijn Rots zij gezegend,
verheerlijkt zij God, mijn Verlosser,
de God die mij wraak heeft vergund,
die volken mij heeft onderworpen,
die mij deed aan mijn vijand ontkomen.
Ja, Gij hebt mij verhoogd
boven wie mij weerstreefden,
Gij hebt mij gered van hem die geweld pleegt;
dus loof ik U, Heer, temidden der volken,
uw Naam wil ik in een lied bezingen.
Machtige hulp verleent Hij zijn koning,
trouw betoont Hij zijn gezalfde,
David en zijn nakroost voor eeuwig.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Op de dag van het onheil geve de Heer u antwoord.

PSALM 20

Op de dag van het onheil geve de Heer u antwoord,
de Naam van Jakobs God stelle u op veilige hoogte,
Hij zende u hulp uit zijn heiligdom
en zij u tot steun vanuit Sion.

Hij gedenke al uw offers,
uw brandoffer zij Hem welgevallig.

Hij geve u naar uw diepst verlangen
en vervulle al uw plannen.

Laat ons uw overwinning vieren,
in de Naam van onze God het vaandel heffen;
de Heer vervulle al uw wensen.

Heden weet ik: zijn Gezalfde schenkt de Heer de zege
door het antwoord vanuit zijn heilige hemel,
de uitkomst die zijn rechterhand
biedt met geduchte daden.

In strijdwagens zoekt de één zijn sterkte
en een ander bij paarden,
maar onze kracht is de Naam van de Heer,
die onze God is.

Zij echter gaan door de knieën en vallen;
wij richten ons op en blijven staande.

De Heer heeft de koning de zege geschonken,
Hij antwoordt ons op de dag dat wij roepen.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Vrijdag in de Laudan

Ant.: Wie, o Heer, mag in uw tent te gast zijn,
wie op uw heilige berg verblijven?

PSALM 15

Wie, o Heer, mag in uw tent te gast zijn,
wie op uw heilige berg verblijven?

Die onbesmet wandelt en doet wat recht is,
die van harte waarheid spreekt
en met zijn tong niet lastert,

die zijn naaste geen leed berokkent,
noch zijn nabuur zet te schande,
die de onverlaat geen achting toedraagt,
maar eert wie de Here vrezen,
die, als hij ook zwoer tot zijn schade,
dan nog zijn eed niet zal breken;
die zijn geld niet uitleent op woeker,
noch tegen de onschuldige giften aanneemt:
wie also handelt,
in eeuwigheid zal hij niet wankelen.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: O Heer, mijn erfdeel, Gij handhaaft wat het lot mij aanwees.

PSALM 16

Bewaar mij, God, bij U zoek ik toevlucht.

Tot de Heer is mijn woord:

“Mijn Meester zijt Gij,

buiten U is voor mij geen geluk te vinden”.

Bij wat in dit land voor heilig doorgaat,
deze machten, daar vond ik ooit volop behagen,
doch de ramspoed wordt altijd maar erger
voor wie zich haasten naar andere goden.

Geen druppel bloed zal ik nog voor hen plengen,
ik neem zelfs hun namen niet meer op de lippen.

O Heer, mijn erfdeel, de beker mij beschoren,

Gij handhaaft wat het lot mij aanwees:

een lieflijk land werd mij toegemeten,
wat ben ik verrukt van mijn erfdeel!

Ik zegen de Heer om de raad mij gegeven,

mijn geweten blijft mij in de nacht nog vermanen;

steeds houd ik mij de Heer voor ogen.

Ik zal, wanneer Hij mij terzij staat, niet vallen.

Daarom verblijdt zich mijn hart,
daarom kan ik juichen van binnen,
naar het lichaam ook mag ik mij veilig weten,
 want Gij geeft mij niet prijs aan het doodsrijk,
 wie uw gunst geniet, stelt Gij het graf niet voor ogen.
Gij leert mij de weg ten leven,
vol is de vreugd voor uw Aanschijn,
aan uw zijde is zaligheid, eindeloos durend.
 Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
 nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Luister, Heer, leen het oor aan mijn bidden,
heb voor mijn smeken toch aandacht.

PSALM 17

Luister, o Heer, mijn zaak is rechtvaardig,
heb voor mijn smeken toch aandacht,
 leen het oor aan mijn bidden,
 door een mond, vrij van leugen, gesproken.
Laat het oordeel over mij van uw Aanschijn uitgaan,
uw ogen doorschouwen wat recht is;
 peilt Gij mijn hart, doorzoekt Gij het 's nachts,
 beproeft Gij mij: niets zult Gij vinden!
 Wat ik ook moge bedenken,
 mijn mond gaat zich niet te buiten.
Hoe ook de handel der mensen zij,
ik hoed mij, naar het woord uwer lippen,
voor het meegaan met hem die geweld doet.
 Ik richtte naar het spoor dat Gij wijst mijn schreden
 en zó trad ik, zonder te wankelen, voorwaarts.
Ik roep U aan, God, want Gij geeft mij antwoord,
luister naar mij, hoor naar mijn woorden.
 Toon het wonder van uw genade,
 Verlosser van wie voor hun vijanden
 aan uw rechterhand komen schuilen.

Bewaar mij, als zou het uw oogappel gelden,
berg mij in uwer vleugelen schaduw
 tegen mijn haters, als zij mij geweld doen,
 mijn vijanden, als zij mij woedend omringen.
Maar laat mij uw Aanschijn,
als ik mijn recht krijg, aanschouwen
en als ik ontwaak aan uw aanblik mij laven.
 Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
 nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Vrijdag in het Middagebed

Ant.: Hoe heerlijk is 't wat Gij aanzegt te proeven,
voor mijn mond is het zoeter dan honing.

PSALM 119, 13 (97-104)

Hoe is mij wat Gij aanwijst dierbaar,
ik blijf het de ganse dag bepeinen;
 uw gebod maakt mij wijzer dan wie mij weerstreven,
 want het staat steeds aan mijn zijde.

Verstandiger ben ik dan al mijn leraars,
want uw uitspraken zijn het, waarover ik nadenk.
 Inzicht heb ik, meer dan de ouden,
 want ik betracht uw bevelen.

Op geen pad dat niet deugt wil ik mijn voeten zetten,
om maar uw woord te bewaren,
 van uw bestel wil ik niet wijken,
 want Gijzelf onderwijst mij.

Hoe heerlijk is 't wat Gij aanzegt te proeven,
voor mijn mond is het zoeter dan honing.
 Uit uw beschikkingen heb ik inzicht verworven,
 'k heb daarom van ieder leugenpad afschuw.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Uw woord is een lamp voor mijn voeten,
het is een licht waar mijn pad voert.

PSALM 119, 14 (105-112)

Uw woord is een lamp voor mijn voeten,
het is een licht waar mijn pad voert.

Ik zwoer, — en ik zal het gestand doen, —
uw rechtvaardig bestel te betrachten.

Ik ben al ten diepste gebogen,
schenk, Heer, naar uw woord mij het leven.

U moge behagen, Heer,
wat mijn mond U gaarne offert
en leer mij hetgeen Gij verordent.

Los in de hand ligt mij steeds het leven,
maar nooit vergeet ik dat wat Gij aanwijst.

Leggen mij ook de bozen een valstrik,
ik dwaal niet af van uw bevelen.

Uw uitspraken heb ik voor altijd ten erfdeel ontvangen,
ja, zij zijn van mijn hart de verrukking.

Ik zet mijn hart tot het doen van uw wetten,
voor altijd, tot aan het einde.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Wil mij, o Heer, niet om mijn verwachting beschamen.

PSALM 119, 15 (113-120)

Van wie dubbelhartig zijn,
ik heb van zulken een afkeer,
maar wat Gij wijst, dat bemin ik.

Mijn schuilplaats, mijn schild, Gij zijt het;
mijn hoop is op uw uitspraak gevestigd.

Gaat van mij heen, gij die kwaad doet,
dat ik mag bewaren wat mijn God heeft geboden.
 Ondersteun naar uw aanzegging mij, — ik mag leven! —
 en wil mij niet om mijn verwachting beschamen.
Schraag mij, bevrijd zal ik worden;
dan staan mij uw wetten bestendig voor ogen.
 Wie uw wetten verlaten, Gij verwerpt ze allen,
 want hun bedrog is nietswaardig,
als afval werpt Gij hen weg,
al die slechtaards op aarde;
daarom zijn mij uw uitspraken dierbaar.
 Van schrik voor U siddert mijn lichaam,
 in heilig ontzag voor hetgeen Gij verordent.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Vrijdag in de Vespers

Ant.: De Heer heeft niet veracht de ellendige in zijn ellende,
maar heeft geluisterd, toen deze Hem aanriep.

PSALM 22

Mijn God, mijn God, waarom hebt Gij mij verlaten,
houdt Gij U ver van mijn roepen om uitkomst,
ver van mijn jammerlijk klagen?
 Mijn God, ik roep bij dag,
 nochtans geeft Gij geen antwoord,
 en evenzeer des nachts,
 maar tot rust kan ik niet komen.
Toch zijt Gij de Heilige
die zetelt op Israëls zangen,
 op wie onze vaders stelden vertrouwen;
 zij bouwden op U en Gij bracht hun bevrijding.

Zij riepen U aan en er kwam voor hen redding,
zij vertrouwden op U en werden niet te schande.

Maar ik ben een worm en geen mens meer,
voor de mensen een voorwerp van smaad
en bij het volk tot verachting.

Al wie mij ziet bespot mij,

ze grijnzen meewarig, ze schudden het hoofd als ze zeggen:

“Hij wentelt zijn last op de Heer?

Laat die hem maar komen verlossen,

laat die hem maar redden,

Hij heeft toch in hem zijn behagen?”

Ja, Gij hebt mij gehaald uit de schoot van mijn moeder,

Gij liet aan haar borst in vertrouwen mij rusten,

ik kwam U in handen toen ik werd geboren,

van de moederschoot af wilt Gij al mijn God zijn.

Wees daarom thans mij niet verre,

de nood is dáár

en er is geen mens die mij nog wil helpen.

Om mij heen staat een horde van stieren,

mij omringen de buffels van Basan,

ze sperren hun muil naar mij open,

die verscheurende, briesende leeuwen.

Ik verga als water dat wegloopt,

ontwricht zijn al mijn beenderen;

alsof het van was gemaakt is,

zó is mijn hart binnen in mij gesmolten.

Droog is mijn keel als een potscherf,

mijn tong blijft aan mijn gehemelte kleven;

het stof des doods, daarin hebt Gij mij neergeworpen.

De honden zijn al om mij heen,

mij omsingelt een bende wreedaards

die mijn handen en voeten doorboren.

Ik kan àl mijn beenderen tellen,

men komt mij vol leedvermaak bekijken.

Ze verdelen onder elkaar mijn kleren,

ze werpen het lot over dat wat ik aan heb.

Maar Gij, Heer, wees mij niet verre,
Gij die mijn sterkte zijt, kom haastig mij helpen.
Red van het zwaard mijn leven,
het enige wat mij nog rest,
voordat de hond het komt schenden.
Wil voor de leeuwenmuil mij bewaren,
van de horens der buffels mij arme!
Dan zal ik uw Naam bij mijn broeders verkondigen,
waar de schare bijeen is U prijzen:
"Gij die de Heer vreest, looft Hem,
verheerlijkt Hem, al gij nazaat van Jakob,
draagt ontzag voor Hem,
gij nakroost van Israël, allen!"
Hij heeft niet veracht of verafschuwd
de ellendige in zijn ellende,
Hij heeft zijn Gelaat niet gekeerd,
maar geluisterd toen deze Hem aanriep.
Gij zijt de grond van mijn lof,
waar samen is de talrijke schare;
ik zal mijn geloften volbrengen,
waar zij die Hem vrezen erbij zijn.
Dan krijgen de armen te eten,
zij mogen hun honger stillen,
dan loven de Heer wie Hem zoeken,
uw hart mag herleven voor immer.
Dit zullen gedenken al de einden der aarde,
zij zullen tot de Heer zich bekeren;
alle geslachten der volken,
zij buigen zich neer voor uw Aanschijn,
want het koningschap behoort de Heer,
Hij is de beheerser der volken.
Ja, Hem zullen zelfs wie in de aarde slapen
eens nederig hulde bewijzen;
voor Hem knielen allen
die in het stof zijn gezonken

en voor wie niet de kracht vond om voort te leven,
voor die zal het nakroost Hem dienen.

Men zal van de Heer het verhaal doen
aan het geslacht dat gaat komen:
men zal zijn gerechtigheid melden
bij het volk dat straks wordt geboren,
daar het door Hem volbracht is!

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Zaterdag in de Laudan

Ant.: Ik zal Davids macht verheffen,
voor mijn gezalfde zal Ik een licht bereiden;
zo luidt mijn woord.

PSALM 132

Gedenk, o Heer, aan David
en aan al zijn zorgen,

hoe hij de Heer had gezworen,
een gelofte aan Jakobs machtige Helper:

“Ik wil in mijn tent geen verblijf gaan nemen
of mij op mijn bed te ruste leggen,
ik zal aan mijn ogen de slaap niet gunnen
of zelfs mijn ogen luiken,

tot ik voor de Heer een plaats vind,
een woonstee voor Jakobs machtige Bijstand!”

Zie, wij hoorden van de ark in Efrata
en troffen haar aan in de velden van Jaär:

“Laat ons zijn verblijf betreden,
bij zijn voetbank ons ter aarde werpen!”

“Sta op, o Heer, om te gaan naar uw rustplaats,
Gij en de ark uwer sterkte!”

In gerechtigheid mogen uw priesters zich hullen
en uw getrouwen juichen;
ter wille van David, uw dienstknecht,
wijs hem niet af, uw gezalfde!
De Heer heeft aan David gezworen
een bestendige eed, Hij zal daar niet van wijken:
"Ik zet voor u ten troon uw nakroost;
als uw zonen mijn verbond bewaren,
mijn getuigenis, dat Ik hun zal leren,
dan zullen ook voor altijd uw zonen deze, uw zetel bezetten."
De Heer immers heeft de Sion verkoren,
Hij heeft haar verlangd als woning:
"Hier is mijn rustplaats voor eeuwig,
hier wil Ik wonen, zoals Ik steeds begeerd heb.
Mild zal Ik haar voedsel zegenen,
haar armen met brood verzadigen,
haar priesters met heil bekleden,
dan juichen van vreugde haar vromen.
Daar zal Ik Davids macht verheffen,
voor mijn gezalfde een licht bereiden,
zijn vijanden zal Ik in schande hullen,
maar hem zal stralend zijn wijding kronen!"
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Zie, hoe goed, hoe lieflijk,
als broeders in eendracht zijn aangezeten.

PSALM 133

Zie, hoe goed, hoe lieflijk,
als broeders in eendracht zijn aangezeten:
als heerlijke olie op het hoofd,
die neervloeit op de baard, de baard van Aäron,
die daalt tot de zoom van zijn klederen;
het is als de dauw van Hermon
die neerdaalt op de bergen van Sion.

Want daar gebiedt de Heer de zegen:
leven in eeuwigheid.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Heft naar het heiligdom opwaarts uw handen
en zegent Hem, de Heer!

PSALM 134

Nu dan, zegent de Heer, alle gij 's Heren knechten,
die in de donkere nacht staat in het huis des Heren:
heft naar het heiligdom opwaarts uw handen
en zegent Hem, de Heer!

“Hij zegene u, de Heer, vanuit Sion,
Hij, de Maker van hemel en aarde!”

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Zaterdag in het Middaggebed

Ant.: Geef mij inzicht en ik bewaar wat Gij aanwijst.

PSALM 119, 16 (121-128)

Recht en gerechtigheid zijn wat ik steeds gedaan heb,
geef mij thans aan mijn verdrukkers niet over.

Sta borg voor uw dienaar ten goede,
laat geen trotsaards mij vernederen.

Mijn ogen zien uit naar uw heil met verlangen,
naar het recht dat uw woord mij aanzegt.

Doe met uw knecht naar uw genade
en wil mij uw wetten leren.

Ik ben uw knecht, geef mij inzicht
en uw uitspraken kan ik begrijpen.

't Is tijd, Heer, dat Gij handelend optreedt;
men heeft wat Gij aanwijst verbroken.
Daarom zijn mij uw geboden dierbaar,
boven goud en gouden sieraad,
daarom stel ik behagen in al wat Gij opdraagt,
terwijl ik elk pad van leugen verafschuw.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Richt mijn schreden naar dat wat Gij aanzegt.

PSALM 119, 17 (129-136)

Uw uitspraken, zijn het geen wonderen?
Daarom wil mijn ziel ze bewaren.
Ontvouwt zich uw woord, het licht gaat schijnen,
het geeft aan onwetenden inzicht.
Mijn mond doe ik hunkerend open,
uit honger naar uw geboden.
Keer U tot mij en wees mij genadig,
zoals recht is voor wie uw Naam beminnen.
Richt mijn schreden naar dat wat Gij aanzegt,
laat over mij geen onrecht heersen.
Bevrijd mij van de verdrukking door mensen
en ik zal uw bevelen betrachten.
Doe over uw dienaar uw Aanschijn lichten
en wil mij uw wetten leren.
Als in stromen vloeien uit mijn ogen de tranen
om hen die uw wet niet houden.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Rechtvaardig zijt Gij, Heer,
waarachtig is wat Gij verordent.

PSALM 119, 18 (137-144)

Rechtvaardig zijt Gij, o Heer,
waarachtig is wat Gij verordent.

Uw uitspraken hebt Gij naar recht geboden,
betrouwbaar bovenmate.

Mij verteert mijn ijver,
daar mijn kwellers uw woorden vergeten.

Wat Gij aanzegt is van het zuiverst gehalte
en uw dienaar bemint het.

Al ben ik gering en onaanzienlijk,
nooit heb ik uw bevelen vergeten.

Uw gerechtigheid blijft voor eeuwig gelden
en wat Gij wijst blijft de waarheid.

Treffen mij nood en verdrukking,
uw geboden vormen mijn vreugde.

Uw getuigenissen: recht voor de eeuwen.

Geef mij inzicht daarin en ik mag leven.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 1

Zaterdag in de Vespers

Ant.: Laat mijn bidden, wierook gelijk,
tot voor uw Aanschijn komen,
het heffen van mijn handen zij een avondoffer.

PSALM 141

Heer, ik roep tot U, kom mij haastig helpen,
geef aandacht aan mijn roep, die tot U gericht is.

Laat mijn bidden, wierook gelijk,
tot voor uw Aanschijn komen,
het heffen van mijn handen zij een avondoffer.

Heer, stel aan mijn mond een wachter,
bewaak de deur van mijn lippen;
 neig mij het hart niet naar kwade zaken,
 tot het doen van slechte daden.
Wat lieden aangaat die onrecht plegen,
laat mij niet van hun onthaal genieten!
 Mij mag slaan een gerechte,
 kastijden een vrome,
 maar op mijn hoofd komt geen olie van slechtaards!
Doch mijn gebed blijft stijgen,
hoe verkeerd hun handel ook zijn mag;
 slaat men langs de rotsen
 wie hun pleit voert te pletter,
 woorden, hun ten gunste
 zal men van mij slechts horen.
Zoals men van één rijt de grond bij het ploegen,
zó ligt straks ons gebeente verstrooid
waar de mond is van 't rijk van de doden.
 Maar op U, Heer God, zijn mijn ogen,
 bij U kom ik schuilen,
 pleng mijn bestaan niet!
Bewaar mij voor de strik die mij wordt gespannen,
voor het net van wie onrecht bedrijven;
 laat de slechtaards maar vallen in hun eigen kuilen,
 allen bijeen, — maar laat mij ontkomen!
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Mijn stem hef ik op tot de Heer,
mijn stem om genade te vragen.

PSALM 142

Mijn stem hef ik op tot de Heer,
mijn stem om genade te vragen;
 mijn klacht stort ik uit voor zijn Aanschijn,
 ik maak Hem vertrouwd met mijn zorgen.

Ik voel mij de moed ontzinken,
ofschoon toch mijn pad U bekend is.

Op de weg waarlangs ik gaan moet
wordt mij heim'lijk een valstrik gespannen.

Ik zoek naar hulp en zie om mij heen:
Geen mens die zich iets van mij aantrekt;
er is nergens meer toevlucht voor mij,
niet één die zich om mij bekommert!

Tot U blijf ik roepen, o Heer,
ik blijf U noemen: "Mijn toevlucht,
mijn vaste grond in dit leven op aarde."

Sla Gij dan acht op mijn smeken,
want ik ben al te diep gezonken;
verlos mij van mijn vervolgers,
want zij worden mij te machtig.

Bevrijd mij uit het gevang,
opdat ik weer uw Naam mag loven;
de rechtvaardigen staan in een kring om mij heen
wanneer Gij mij weer uw gunst toont.

Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Ik blijf de Heer verbeiden
meer dan wachters de morgen.

PSALM 130

Uit de diepten heb ik, o Heer, tot U geroepen;
Heer, wil naar mijn vragen luisteren,
mochten verstaan uw oren
hoe ik smEEK om erbarmen.

Slaat Gij, Heer, de zonden gade,
wie zal nog bestaan, o Heer?

Doch er is bij U genade,
want zó wilt Gij gevreesd zijn.

Ik wacht de Heer, verwacht Hem,
op zijn woord is mijn hoop gevestigd;

ik blijf de Heer verbeiden
meer dan wachters de morgen.
Zij wachten de morgen:
Israël hoopt op de Heer,
want er is bij de Heer ontferming,
overvloedig is bij Hem verlossing.
Hij is degeen die Israël vrijmaakt
van al wat het heeft misdreven.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

PSALM 117

Looft de Heer, heel de wereld,
verheft Hem, gij volkeren, alle!
De trouw van de Heer duurt eeuwig!
Want machtig is ons zijn ontferming,
de trouw van de Heer duurt eeuwig.
De trouw van de Heer duurt eeuwig!
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.
De trouw van de Heer duurt eeuwig!