

Week 3

Zondag in de Laudén

Ant.: Looft de Heer, Hij is goedertieren,
— eeuwig is zijn genade.

PSALM 136

Looft de Heer, Hij is goedertieren,
— eeuwig is zijn genade.
Looft de God der goden,
— eeuwig is zijn genade, —
looft de Heer der heren,
— eeuwig is zijn genade.
Hij alleen doet grootse daden,
— eeuwig is zijn genade.
Hij schiep de hemel met inzicht,
— eeuwig is zijn genade, —
Hij spreidde de aarde over het water,
— eeuwig is zijn genade, —
Hij maakte de grote lichten,
— eeuwig is zijn genade, —
de zon om de dag te beheersen,
— eeuwig is zijn genade, —
de maan en de sterren om de nacht te regeren,
— eeuwig is zijn genade.
Egypte trof Hij in hun eerstelingskinderen,
— eeuwig is zijn genade, —
Israël leidde Hij weg uit hun midden,
— eeuwig is zijn genade, —
met krachtige hand en een arm die gestrekt is,
— eeuwig is zijn genade.
De Schelfzee heeft Hij doorsneden,
— eeuwig is zijn genade, —
en Israël liet Hij daar doorgaan,
— eeuwig is zijn genade.

Farao met zijn leger heeft Hij in zee bedolven,
— eeuwig is zijn genade, —
Zijn volk liet Hij door de woestijn gaan,
— eeuwig is zijn genade, —
machtige koningen heeft Hij verslagen,
— eeuwig is zijn genade, —
Hij doodde geweldenaarsvorsten,
— eeuwig is zijn genade —:
Sichon, de koning der Amorieten,
— eeuwig is zijn genade, —
Og, de vorst van Basan,
— eeuwig is zijn genade.
Hij gaf hun land ten erfdeel,
— eeuwig is zijn genade, —
ten erfdeel aan Israël zijn dienaar,
— eeuwig is zijn genade.
Hij gedacht ons, toen wij vernederd waren,
— eeuwig is zijn genade, —
en ontrukte ons aan onze belagers,
— eeuwig is zijn genade.
Aan alles wat leven heeft, schenkt Hij voedsel,
— eeuwig is zijn genade.
Looft Hem, de God van de hemel:
eeuwig is zijn genade!
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 3

Zondag in het Middagebed

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 3

Zondag in de Vespers

Ant.: Van de opgang der zon tot haar dalen
zij geloofd de Naam des Heren.

PSALM 113

Verheerlijkt, gij knechten des Heren,
verheerlijkt de Naam des Heren.
De Naam van de Heer zij gezegend
van thans tot in eeuwigheid.
Van de opgang der zon tot haar dalen
zij geloofd de Naam des Heren.
Hoog boven alle volken de Heer,
over de hemelen spreidt zich zijn glorie.
Wie is als Hij die de Heer onze God is,
die in den hoge gezeteld,
nochtans zo laag wil neerzien,
— in de hemel is Hij en op aarde, —
dat Hij tilt uit het stof de schamele,
de arme uit het slijk omhoog heft
en hem een zetel bereidt temidden der vorsten,
bij wie zijn eigen volk besturen,
en haar die het huis geen zonen kon schenken
plaats geeft als een fiere moeder.

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

Ant.: Juda werd Hem tot een heiligdom,
Israël een eigen bezitting.

PSALM 114

Bij de uittocht van Israël, weg uit Egypte,
toen Jakobs huis het volk van vreemde taal ontvluchtte,
werd Juda Hem tot een heiligdom,
Israël Hem een eigen bezitting.

Dit zag de zee en zij vluchtte;
de Jordaan is teruggeweken,
de bergen sprongen op als rammen
en de heuvels alsof het lammeren waren.

Wat was er, zee, dat u deed vluchten,
Jordaan, dat gij zijt teruggeweken?
Dat gij, bergen, opsprong als rammen,
en heuvels, als waart gij lammeren?

Gij aarde, beef voor 's Heren Aanschijn,
voor het Aanschijn van de God van Jakob;
hij deed in een bron de rots verkeren
en in een fontein het hard gesteente.

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

Ant.: Niet aan ons, o Heer, niet aan ons, maar aan uw Naam geef ere.

PSALM 115

Niet aan ons, o Heer, niet aan ons,
maar aan uw Naam geef ere,
om uw goedheid, uw getrouwheid.
Waarom mogen de heidenen zeggen:
Die God van hen, waar blijft Hij?
Maar onze God in de hemel,
al wat Hem behaagt, dat doet Hij!

Goud en zilver slechts zijn hun godenbeelden,
maaksel van mensenhanden;
ze hebben een mond, maar kunnen niet spreken,
ze hebben wel ogen, maar zien niet,
ze hebben wel oren, maar kunnen niet horen,
ze hebben een neus, waarmee zij niets ruiken.
Met hun handen tasten zij niet,
zij kunnen op hun voeten geen stap verzetten,
hun keel brengt geen geluid voort.
Hun evenbeeld worden hun makers,
allen die daarop vertrouwen.
Laat Israël op de Heer vertrouwen,
— Hij is hun hulp en bescherming;
laat Aärons huis op de Heer vertrouwen, —
Hij is hun hulp en bescherming;
laat wie hem vreest op de Heer vertrouwen,
— Hij is hun hulp en bescherming!
De Heer gedenkt ons, Hij wil zegenen,
Israëls huis wil Hij zegenen,
zegenen wil Hij het huis van Aäron,
zegenen wil de Heer wie Hem vrezen,
kleinen en groten tegader.
Talrijk zal de Heer u maken,
talrijk u zelf en uw zonen.
Gezegend zijt gij van Godswege,
door de Schepper van hemel en aarde.
De hemel is des Heren hemel,
maar de aarde schonk Hij de mensenkinderen.
Het zijn niet de doden die de Here loven,
niemand van wie zijn gedaald in de stilte,
maar wij, wij zijn het die God mogen zegenen
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 3

Maandag in de Laudén

Ant.: Hij legde mij een nieuw lied op de lippen,
een lofzang, onze God ter ere.

PSALM 40

Hoe heb ik gewacht, gewacht op de Heer;
toen boog Hij zich over mij, hoorde mijn roepen,
Hij trok mij omhoog uit de gruwzame groeve,
uit het slijk van de modderpoel opwaarts,
Hij zette op een rots mijn voeten,
gaf vaste grond weer aan mijn schreden,
Hij legde mij een nieuw lied op de lippen,
een lofzang, onze God ter ere.

Velen zullen dit zien en vrees zal hen bevangen;
dan zullen zij op de Heer gaan vertrouwen,
want die mens is zalig te prijzen
die op de Heer zijn vertrouwen gesteld heeft,
die zich met wie trots zijn niet inlaat,
noch met wie zijn vervallen tot leugen.
Ontelbaar, Heer die mijn God zijt,
zijn de wondere daden die Gij verricht hebt,
uw beschikkingen om onzentwille,
— niets dat met U zich kan meten! —,
zou ik ze willen verhalen en melden,
het zijn er te veel om te noemen ...

Gij, die geen offers, geen gaven verlangt,
Gij hebt mij de oren geopend;
brandoffers vraagt Gij niet,
geen offers om schuld te boeten.

Dus heb ik gesproken: "Zie, daar kom ik;
het gaat over mij wat te boek staat.

Mijn God, uw wil te doen, dat is mijn vreugde,
uw wet staat mij in 't hart geschreven."

Van gerechtigheid breng ik de blijde boodschap,
daar waar de schare zich voltallig tezamen vindt;
ik houd niet mijn lippen gesloten,
Heer, zoals U bekend is.

Uw gerechtigheid houd ik in mijn hart niet verborgen,
ik verkondig uw trouw, uw verlossing,
ik houd uw genade, uw waarheid niet achter
waar de gemeente met velen bijeen is.

En Gij, Heer, houd van mij uw erbarming niet verre,
laat uw genade, uw waarheid
mij gestadig bewaren,
want rampen omringen mij, ongeteld vele,
mijn zonden hebben mij achterhaald,
ik kan er niet meer aan ontkomen;
de haren op mijn hoofd gaan zij in tal te boven
en mijn hart, het gaat mij begeven.

Verwaardig U, Heer, mij te redden,
Heer, kom mij spoedig helpen.

Laat hen te zamen schande, beschaming treffen
die het hebben gemunt op mijn leven.

Laat terugdeinzen en te schande worden
zij die voor mij onheil begeren,
laat van schaamte verstommen
die mij toeroepen: "Goed zo, goed zo!",
maar mogen zij jubelen en zich in U verblijden,
allen die U zoeken,
bestendig zeggen: "Groot is God!",
die uw heil beminnen.

Al ben ik ellendig en arm,
de Heer wil mij gedenken.
Gij zijt mijn hulp, mijn bevrijder,
mijn God, laat niet op U wachten!

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

Ant.: Genees mij, o Heer, wees mij genadig,
al heb ik tegen U gezondigd.

PSALM 41

Gelukkig hij die naar de geringe omziet;
op de kwade dag brengt de Heer hem uitkomst.

De Heer zal hem bewaren
en hem in leven houden,

men prijst hem gelukkig op aarde;

Gij geeft hem niet over aan wat zijn haters begeren.

De Heer staat hem bij wanneer hij ziek te bed ligt,
heel zijn krankheid doet Gij in kracht verkeren.

En nu zeg ik het: "Heer, wees mij genadig,
genees mij, al heb ik tegen U gezondigd."

Hieraan weet ik, dat Gij mij liefhebt,
als wie mij haat over mij geen triomf viert.

Mij biedt Gij steun om mijn onschuld,

mij doet Gij staan voor uw Aanschijn, gestadig.

Gezegend de Heer, de God van Israël,
van eeuwigheid tot eeuwigheid. Amen, ja, amen!

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

Week 3

Maandag in het Middaggebed

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 3

Maandag in de Vespers

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 3

Dinsdag in de Laudén

Ant: Mijn ziel heeft dorst naar God, de God van 't leven;
wanneer zal ik ooit nog opgaan
en voor Gods Aanschijn komen?

PSALM 42

Als een hert dat smacht naar waterstromen,
zó smacht mijn ziel naar U, o Heer.

Mijn ziel heeft dorst naar God,
de God van 't leven;
wanneer zal ik ooit nog opgaan
en voor Gods Aanschijn komen?

Dag en nacht heb ik voor brood mijn tranen,
omdat men aldoor tot mij zegt:

“Waar blijft jouw God nu?”

Telkens raak ik weer ontroerd
wanneer ik daaraan terugdenk,
hoe ik met de schare meeinging,
naar Gods huis vooraanschreed

onder lofzang en jubel, —
een stoet van pelgrims ...

Wat zijt gij bedroefd, mijn ziel,
waarom in mij zo terneergeslagen?
Vestig op God uw hoop,
eens zal ik hem weer loven,
mijn God en Heiland.

Wanneer mijn ziel in mij zich buigt terneder,
dan denk ik aan U,

ver van het land der Jordaan,
de Hermon en het klein gebergte.

Daar roepen tot elkaar de stromen,
daar klinkt uw stem in 't geklater van beken;
over mij kwamen heen al uw golven en baren.

Als God des daags zijn gunst doet uitgaan
zal 's nacht zijn lied niet van mij wijken:
een bede tot de God mijns levens!

Nu vraag ik steeds aan God, mijn rots:

“Waarom hebt Gij mij vergeten?

Waar toe ga ik om in rouw
en is mijn vijand machtig?”

Het doorwondt mijn diepste wezen
als mij mijn haters honen

en heel de dag door aan mij vragen:

“Waar blijft jouw God nu?”

Wat zijt gij bedroefd, mijn ziel,
waarom in mij zo terneergeslagen?

Vestig op God uw hoop,
eens zal ik hem weer loven,
mijn God en Heiland.

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

Ant.: Ik mag opgaan tot het altaar van God,
tot U, mijn hoogste vreugde, o Heer die mijn God zijt.

PSALM 43

God, doe mij recht en bepleit mijn zaak
tegen dit volk dat geen trouw kent,
verlos mij van de mens vol bedrog en valsheid,
want Gij zijt, God, mijn toevlucht,
waarom hebt Gij mij verlaten,
waartoe ga ik om in rouw
en is mijn vijand machtig?

Zend uw licht, uw waarheid;
laat die voor mij uitgaan,
mij geleiden naar uw heilige berg
en naar uw weidse woning:

daar mag ik opgaan tot Gods altaar,
tot God, mijn hoogste vreugde,
en bij de citer U loven,
o Heer, die mijn God zijt!
Wat zijt gij bedroefd, mijn ziel,
waarom in mij zo terneergeslagen?
Vestig op God uw hoop,
eens zal ik hem weer loven,
mijn God en Heiland.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant: Jeruzalem, verheug uw, groot zij uw blijdschap,
want Hij komt U redden;
Hij die u hulp brengt, is in aantocht.

PSALM 46

God is ons een toevlucht, een sterkte,
een hulp in bezoeking ten zeerste bevonden;
daarom zijn wij zonder vrees, zelfs al verging de aarde
en stortten de bergen zich neer
daar waar het hart is der zeeën.
Laat razen maar en woeden de wateren,
laat hun tekeergaan de bergwand beuken:
de Heer van de machten, Hij is met ons,
een burcht is ons de God van Jakob!
Een rivier, — de Godsstad is blij met haar stromen,
des Allerhoogsten heilige stede;
in haar midden is God, zij staat onwrikbaar,
God zelf brengt haar hulp als de morgen aanbreekt.
Als volkeren woeden, rijken ineen gaan storten,
verheft Hij zijn stem, dan ontbindt de aarde.
De Heer van de machten, Hij is met ons,
een burcht is ons de God van Jakob!
Komt, aanschouwt wat de Heer volbracht heeft
die op aarde stelt geduchte daden,

die de oorlogen stilt, tot het eind van de aarde,
die verbrijzelt de boog en versplintert de speer,
die de wagens in vlammen laat opgaan.
Laat af en beseft dat Ik God ben,
verheven ben Ik boven de volken,
verheven op aarde.
De Heer van de machten, Hij is met ons,
een burcht is ons de God van Jakob!
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 3

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 bepeinen.
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 3

Dinsdag in de Vespers

Ant.: Gij slechts verlost ons, o Heer,
en uw Naam alleen zullen wij alle dagen weer loven.

PSALM 44

God, wij hoorden het met eigen oren,
het waren onze vaders die het ons vertelden:
het werk dat Gij in hun dagen verrichtte,
in de dagen van lang geleden.
Met eigen hand hebt Gij volken verjaagd
om hèn daar te planten,
stammen verdelgd om hèn te doen groeien,
want niet door hun eigen zwaard
hebben zij het land verworven,
hun eigen sterkte bracht hun geen zege,
maar het waren uw rechterhand en uw arm,
het was het licht van uw Aanschijn,
daar Gij degen waart die hen liefhad.

Gij immers waart het, God, mijn koning,
die gebod de verlossing van Jakob;
met U vellen wij neer wie zich tegen ons stellen,
in uw Naam vertreden wij wie tegen ons opstaan.
Want niet op mijn boog vertrouw ik,
noch kan mijn zwaard mij helpen;
Gij slechts verlost ons van onze belagers,
Gij maakt beschaamd wie ons haten.
Op God mochten wij ons alle dagen beroemen,
uw Naam mochten wij altijd weer loven.
Toch hebt Gij ons verstoten, vernederd,
Gij trekt niet meer op met onze legers,
Gij doet ons voor de vijand wijken;
onze haters plunderen ons zo veel als ze willen.
Gij levert ons uit als vee voor de slachtbank,
verstrooit ons onder de volken,
Gij verkoopt uw volk voor een spotprijs
en verdient nog niet eens aan hun opbrengst!
Gij maakt ons gehoond bij de volken rondom ons,
tot smaad en schimp voor wie ons omringen.
Gij maakt bij de heidenen ons tot een spreekwoord,
dat volken meewarig het hoofd om ons schudden.
Alle dagen heb ik mijn schande voor ogen,
ligt op mijn gelaat de schaamte
om de taal van wie hoont en lastert,
bij het zien van die haat en die wraakzucht.
Dit alles heeft ons getroffen,
al hebben wij U niet vergeten,
al hebben wij uw verbond niet gebroken,
al werd ons hart niet afvallig
en zijn onze schreden van uw pad niet geweken.
Toch moest Gij ons breken
in een oord waar jakhalzen huizen,
onder duisternis diep ons bedelven.
Hadden wij de Naam van onze God vergeten,
naar een vreemde godheid gestrekt onze handen,

had God dat niet reeds lang doorgrond?
Kent Hij niet hetgeen in het hart ligt verborgen?
 Ja, om Uwentwil worden wij nu gedood, alle dagen,
 beschouwt men ons als schapen ter slachting.
Ontwaak, waarom slaapt Gij, Heer?
Word wakker, verwerp niet voor eeuwig!
 Waarom houdt Gij uw Aanschijn verborgen,
 wilt Gij niet zien onze nood en verdrukking?
Onze ziel is tot in het stof vernederd,
ons lichaam verkleefd aan de aarde.
 Sta op, kom Gij ons helpen!
 Bevrijd ons, om uw ontferming!
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 3

Woensdag in de Laudan

Ant.: Hij wilde u zalven, Hij die uw God is,
met olie van vreugde, uw gelijken te boven.

PSALM 45

Mijn hart vloeit over van blijde woorden,
de koning wijd ik mijn lied,
mijn tong is de pen van een vaardig schrijver.
 Schoon zijt gij, meer dan mensenkinderen,
 over uw lippen komen woorden, goed en lieflijk;
 daartoe zegende u God voor eeuwig.
Gord u, held, het zwaard aan de zijde,
uw sieraad is het, uw luister;
 span uw boog, rijd triomferend uit
 terwille van waarheid en orde;
 uw rechterhand zal van geduchte daden weten.

Uw pijlen zijn gescherpt, u zijn de volken horig,
hun ontzinkt de moed die de koning haten.

Uw troon is als van God, voor altijd en eeuwig,
een rechtmatige scepter uw rijksstaf,
gij begunstigt het recht en verafschuwt misdaad,
daartoe zalfde God, uw God,
u met olie van vreugde, uw gelijken te boven.

Van mirre, aloë en kaneel
geurt kostelijk al uw kleding,
uit zalen van ivoor
klinkt u blij het harpspel tegen.

Prinseten kunt gij onder uw geliefden tellen
en aan uw rechterhand, daar staat uw bruid,
getooid met goud uit Ofir.

Nu, dochter, luister goed, hoor toe met aandacht,
vergeet uw volk en 't huis van uw vader,
de koning, laat hem uw schoonheid begeren
die toch uw meester is; en wees hem toegenegen!

Straks dingen, o dochter van Tyrus,
de rijksten van 't volk naar uw gunst met geschenken.

In volle luister is nu de prinses,
nog steeds daarbinnen,

haar kledij is van gouden borduursel;
in kleurige, rijke gewaden
wordt zij gebracht naar de koning;
jonkvrouwen in haar gevolg,
haar vriendinnen, ook haar leidt men vóór u.

Men leidt haar naar binnen met blij gejubel:
zó doen zij haar intree in 't paleis des konings.

In de plaats van uw vaderen komen eenmaal uw zonen,
die gij aanstelt tot heersers over heel de aarde.

Ik wil van uw naam gewagen,
altoos, van geslacht op geslacht;
zo zullen ook de volken u loven voor altijd en immer.

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

Ant.: Alle gij volken, juicht Gode toe met blijde jubel.

PSALM 47

Alle gij volkeren, klapt in de handen,
juicht Gode toe met blijde jubel,
 want ontzaglijk is de Heer, de Allerhoogste,
 Koning in almacht over heel de aarde.
Hij is het, die stammen ons dienstbaar laat wezen,
die volken onderwerpt en legt aan onze voeten,
 die het erfdeel ons uitkiest,
 het kleinood van Jakob; hem bemint Hij!
God voer omhoog onder jubel,
de Heer, bij geschal van bazuinen.
 Zingt voor God een lofzang,
 laat uw lied voor onze koning klinken;
dat God regeert het ganse aardrijk,
dat moogt gij in uw lied vertolken.
 God gebiedt de volken,
 God troont op zijn heilige zetel.
Eens komt de bloem der natiën samen
met het volk van Hem, die Abrahams God is,
 aan wie de beschermers der aarde behoren.
 Hij is hoog verheven.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 3

Woensdag in het Middaggebed

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 3

Woensdag in de Vespers

Ant.: Groot is de Heer en hoog te loven.

PSALM 48

Groot is de Heer en hoog te loven
in de stad van Hem die onze God is,
 waar zijn heilige berg, die schitterend oprijst,
 een vreugde vormt voor heel de aarde,
de Sionsberg, daarginds in het noorden,
de stede van de grote Koning,
 waar God zich binnen haar burchten
 openbaart als haar veilige schutse.
Zie, vorsten, zij waren vergaderd,
zij trokken op, eendrachtig,
 maar toen zij haar zagen, sloeg hen ontzetting,
 zij raakten verbijsterd, bliezen de aftocht.
Daar bevíngen hen vrees en beven,
als weeën een vrouw die moet baren,
 of als een orkaan uit het oosten
 waarmee Gij versplintert de schepen van Tarsis.
Wat wij eenmaal hoorden, mochten wij nu aanschouwen
in de stad van de Heer van de machten,
 in de stad van Hem die onze God is.
 God laat haar bestaan voor eeuwig.
Wij gedenken, o God, uw genade
in het midden van uw tempel.
 Zoals uw Naam is, God,
 is uw roem tot aan de einden der aarde,
 uw rechterhand is vol van gerechtigheid.

Laat daarom de Sionsberg blij zijn,
juichen moeten de dochters van Juda
om hetgeen Gij beschikt hebt.

 Gaat rondom Sion, van alle zijden,
 teneinde haar torens te tellen,
ziet naar haar vesting met aandacht,
een voor een, beschouwt haar burchten;
dan kunt gij het komend geslacht vertellen:

 “Waarlijk, zo is God, onze God voor altijd en immer;
 in eeuwigheid blijft Hij ons leiden.”

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

Ant.: Mijn leven zal God verlossen uit het rijk der doden,
daar Hij mij bij zich zal nemen.

PSALM 49

Neemt dit ter ore, gij volkeren, alle!
Hooftoe, ieder die woont in de wereld,
 simpele lieden en hoge heren,
 rijk en arm tegader.

Mijn mond gaat diepe wijsheid spreken,
wat omgaat in mijn hart is zuiver inzicht,
 ik leen mijn oor aan een lering
 en ontsluit mijn geheim bij de citer.

Waarom zou ik vrezen, wanneer de dagen kwaad zijn,
als overal op mij afkomt
de gemeenheid van wie mij belagen,
 van wie zich op hun vermogen verlaten
 en op hun grote staat zich beroemen?

Er is toch geen mens die zichzelf daarmee vrijkoopt
en Gode zijn losgeld kan geven?

 Te hoog is immers de prijs voor zijn leven
 en in eeuwigheid ontoereikend
om hem voort te doen leven voor altijd,
om hem nimmer de groeve te laten aanschouwen.

Veeleer ziet men, dat wijzen zelfs sterven,
dat dwazen en redelozen gelijk te niet gaan
en aan anderen hun bezit moeten laten;
het graf wordt hun eeuwige woonstee,
hun verblijf van geslacht op geslacht,
al schonken zij hele landen hun namen.

De mens is met al zijn weelde niet blijvend,
maar gelijkt op het vee dat ten dode gedoemd is.

 Zo is de weg van hen die op zichzelf vertrouwen,
 het einde van wie graag zichzelf horen spreken:
ze dalen in 't dodenrijk neer:
schapen, met de dood als herder,
zo zinken ze regelrecht neer in de groeve,
 waar hun gedaante vergaan zal
 en het oord van de dood hun verblijf wordt.

Maar mijn leven zal God verlossen
uit de greep van het rijk der doden,
daar Hij mij bij zich zal nemen.

 Verontrust u dus niet als een mens komt tot rijkdom,
 wanneer van zijn woning de welstand vermeerdert,
want niets van dat al neemt hij mee bij zijn sterven,
zijn rijkdom zal hem neerwaarts niet volgen.

 Al prijst hij zich bij zijn leven gelukkig:
 "Men acht je hoog, nu je in zo goeden doen bent!",
toch komt hij terecht waar zijn vaad'ren bijeen zijn,
die nooit meer het zonlicht aanschouwen.

 De mens die in weelde leeft, maar zonder inzicht,
 die gelijkt op het vee dat ten dode gedoemd is.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 3

Donderdag in de Laudén

Ant.: Der goden God, de Heer, Hij spreekt en roept tot de aarde.

PSALM 50

Der goden God, de Heer,
Hij spreekt en roept tot de aarde
van de opgang der zon tot haar dalen.
 Uit Sion, in opperste schoonheid,
 is God in glans verschenen.
Hij nadert, Hij, onze God,
en zwijgt niet langer;
verzegend vuur gaat voor Hem uit,
rondom Hem woedt machtig de stormwind.
 Hij roept tot de hemel daarboven
 en tot de aarde, dat Hij zijn volk gaat richten:
"Brenge mijn getrouwen Mij samen,
die met offers een verbond met Mij sloten!"
 Dan verkondigt de hemel zijn rechtsmacht:
 God zelf, Hij is de rechter.
"Hoor, mijn volk, laat Mij spreken,
laat Israël, tegen u Mij getuigen:
God, uw eigen God ben Ik.
 Ik maak om uw offers u geen verwijten,
 uw brandoffers heb ik gestadig voor ogen,
maar ik wens geen stier uit uw eigendom
en uit uw stallen geen bokken,
 want al wat er leeft in het woud is het mijne
 en de dieren, hoog op de bergen,
de vogels daarboven, Ik ken ze alle,
wat zich roert op het veld,
het staat Mij ter beschikking.
 Had Ik honger, Ik zou het u nog niet zeggen,
 want van Mij is de aarde met al wat daarop is.

Eet Ik soms het vlees van stieren,
drink Ik het bloed van bokken?

Dankbaarheid moet gij God als offer brengen
en de Allerhoogste uw geloften kwijten
en roep Mij dan aan op de dag van benauwdheid:
Ik zal u redden en gij zult Mij eren.”

Maar tot de booswicht zegt God:
“Hoe durft gij mijn geboden op te zeggen
en mijn verbond op de lippen te nemen,
daar gij immers weigert u te laten gezeggen
en mijn woorden achteloos wegwerpt?
Ziet gij een dief, ge gaat met hem uit stelen,
ge maakt gemene zaak met degenen die overspel plegen.

Gij laat uw mond maar gaan in boosheid,
uw tong rijgt bedrog aan elkander,
waar ge zit, spreekt ge kwaad van uw broeder,
werpt ge smaad op de zoon van uw moeder!

Dit hebt gij gedaan, en Ik zou zwijgen?
Meent gij soms dat Ik ben zoals gij zijt?
Ik klaag u aan, Ik stel het u voor ogen!

Komt eindelijk tot inzicht, gij die vergeet wie God is,
want als Ik u verdelg, komt niemand u meer redden!
Wie dankbaarheid offert, die eert Mij,
en wie de gebaande weg gaat,
hem doe Ik Gods heil aanschouwen!”

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

Ant.: Wees mij genadig, God,
maak mij van mijn zonden zuiver, want ik heb tegen U gezondigd.

PSALM 51

Wees mij genadig, God, naar uw goedertierenheid,
delg mijn misdaden uit, naar uw machtig erbarmen.
Was mij schoon van heel mijn onrecht,
maak mij van mijn zonden zuiver,

want ik heb weet van mijn zonden,
mijn misdrijf staat mij steeds voor ogen.

Ik heb tegen U, en tegen U alleen gezondigd,
gedaan heb ik wat in uw ogen verkeerd is,
dus zijt Gij gerecht als Gij oordeelt,
in uw uitspraak onaantastbaar.

Zie, ik werd als zondaar geboren,
ik was al slecht toen ik bij mijn moeder verwekt werd;
en tòch eist Gij waarheid,
ook in hetgeen is verborgen:
op de grond van mijn wezen
doet Gij mij wijsheid ontdekken.

Reinig mij met hysop,
dat ik weer schoon mag worden,
was mij en ik zal blanker dan sneeuw zijn,
doe mij weer vreugde en blijdschap horen,
laat herrijzen mijn kracht, die Gij hebt gebroken.

Keer uw Aanschijn af van mijn zonden,
doe weg . wat ik heb misdreven.
Wil in mij, God, een zuiver hart herscheppen,
maak mijn geest in mij opnieuw bestendig;
verstoot mij niet, ver van uw Aanschijn,
ontneem mij uw heilige Geest niet.

Wil mij het geluk om uw heil hergeven,
laat een bereide geest mij schragen:
dan zal ik zondaars uw wegen leren,
dat schuldigen zich tot U bekeren.

Bevrijd mij van het bloed aan mijn handen,
God, o God, mijn Heiland,
laat mijn tong van uw gerechtigheid juichen.

Heer, open Gij mijn lippen
en mijn mond zal uw lof verkondigen,
want in slachtoffers hebt Gij nu geen welgevallen,
al bracht ik een brandoffer, het zou U niet behagen.

Mijn offer, God, is mijn geest, gebroken;
een gebroken en verbrijzeld hart,
dàt zult Gij toch, God, niet verachten?
Geef Sion voorspoed, naar uw welbehagen,
herbouw Jeruzalems muren,
dan zullen de offers, naar eis U gebracht,
de brandoffers, U zeker weer aanstaan,
dan zal men weer kalveren op uw altaar leggen.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 3

Donderdag in het Middaggebed

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 3

Donderdag in de Vespers

Ant.: Eindeloos zal ik U loven,
daar Gij de voltooiing bewerkt hebt.

PSALM 52

Wat gaat gij groot op misdaad,
gij, dwingeland die God wil krenken?
Maar ik, als een groene olijfboom,
ik weet mij te staan in Gods hoven,
in vertrouwen op Gods genade,
voor altijd en eeuwig.
Eindeloos zal ik U loven,
daar Gij de voltooiing bewerkt hebt;

ik zie uit naar uw Naam, die zo goed is,
in het bijzijn van wie in uw gunst zich verheugen.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Vreemden zijn het die tegen mij opstaan,
geweldenaars staan mij naar het leven.

PSALM 54

God, wil door uw Naam mij redden,
schaf mij recht door uw sterkte.
God, neem mijn gebed ter ore,
hoor naar wat ik U wil zeggen.
Vreemden zijn het die tegen mij opstaan,
geweldenaars staan mij naar 't leven,
lieden die God niet voor ogen houden.
Maar zie, God zelf is mij een helper,
't is de Heer die mijn leven in stand houdt.
Hij zal het kwade keren
tegen hen die mij benauwen.
Wil hen, daar Gij trouw zijt, verdelgen!
Gaarne zal ik U dan offers brengen,
uw Naam zal ik loven, Heer, die zo goed is,
want deze heeft mij verlost uit al wat mij te na kwam,
zodat ik kon neerzien op wie mij vervolgden.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Zie naar mij om en geef mij antwoord, Heer.

PSALM 55

Luister, God, naar mijn bidden,
onttrek U niet aan mijn smeken.
Zie naar mij om en geef mij antwoord;
ik kan niet meer anders dan radeloos dolen,
alleen nog maar kreunen, als de vijand tekeer gaat,
wanneer ik hoor razen wie kwaad wil.

Ja, zij storten over mij ellende
en blijven mij grimmig vervolgen.
Mijn hart krimpt ineen in mijn lichaam,
de schrik van de dood valt op mij,
mij bevangen vrees en ontzetting
en angst heeft mij overweldigd.
Ach, had ik als een duif maar vleugels,
dan vloog ik heen, op zoek naar een wijkplaats;
o, ver van hier zou ik vluchten,
in de woestijn een nachtverblijf vinden,
haastig zou ik mij een heenkomen zoeken,
weg van de storm en het noodweer.
En ik blijf tot God maar roepen,
tot de Heer, die mij zal verhoren.
Avond, morgen en middag, —
ik blijf maar klagen en kermen:
ééns zal Hij horen naar hetgeen ik wil zeggen
en mij verlossen, in veiligheid brengen,
weg van de strijd die tegen mij woedt,
hoevelen zich ook tegen mij keren.
God luistert en Hij zal vernederen,
— Hij die van eeuwigheid ten troon is gezeten, —
hen die halsstarrig zijn en God niet vrezen.
Wie slaat toch de hand aan degene
met wie hij in vrede leefde?
Wie schendt het verbond dat hij eens heeft gesloten?
Eén wiens mond is gladder dan boter,
maar die in zijn hart de strijd draagt,
wiens woorden zijn zachter dan olie,
maar het zijn getrokken messen.
Werp uw last op de Heer, die voor u zal zorgen;
nimmer zal Hij gedogen
dat wie rechtvaardig is wankelt.
En Gij, God, zult hèn doen zinken
in de allerdiepste afgrond;

die leven van bloed en bedrog,
ze zullen de helft van hun dagen niet halen,
doch ik stel op U mijn vertrouwen.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 3

Vrijdag in de Laudan

Ant.: Op God vertrouw ik, wat heb ik te vrezen,
wat kan een mens mij nog aandoen?

PSALM 56

Wees mij genadig, o God, nu mij mensen vertreden,
nu mij heel de dag door mijn bestrijders benauwen;

mij vertreden mijn belagers zolang de dag duurt,
ja, ze zijn met zovelen die mij bevechten.

O, Gij die verheven zijt,
ten dage dat angst mij aangrijpt
stel ik op U mijn vertrouwen,

op God, wiens woord ik wil prijzen,
op God vertrouw ik, niets heb ik te vrezen;
wat kan een sterveling mij aandoen?

Dag aan dag verdraaien zij mijn woorden,
wat zij ook verzinnen, het is mij ten kwade.

Te boek staat bij U mijn ellende,
verzamel Gij in uw kruik mijn tranen,
want zijn ze niet in uw telling begrepen?

Daar deinzen terug wie tegen mij zijn
op de dag van mijn aanroep!

Dan weet ik zeker: God is vóór mij.

Op God, wiens woord ik wil prijzen,
op de Heer, — wat Hij zegt wil ik loven —,

op die God vertrouw ik, niets heb ik te vrezen,
wat kan een mens mij nog aandoen?
Op mij, God, rust nog de taak
geloften aan U te volbrengen:
offers van dank heb ik U te betalen,
want mijn leven hebt Gij aan de dood onttrokken,
mijn voet hoef ik zelfs niet te stoten,
zodat ik mijn weg mag gaan
voor het Aanschijn des Heren,
daar waar het licht schijnt des levens.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: Wees mij genadig, God, wees mij genadig.

PSALM 57

Wees mij genadig, God, wees mij genadig,
want bij U kom ik schuilen,
schuilen kom ik in uwer wieken schaduw,
totdat het onheil is geweken.
Ik roep tot God, de Allerhoogste,
tot God, die het voor mij voleindigt.
Van de hemel uit zal Hij gebieden
dat mij verlossing ten deel valt,
wanneer Hij te schande gemaakt heeft
degeen die op mij de voet durft zetten.
Zo zal God zijn genade
en zijn waarheid gebieden.
Néer moet ik liggen temidden van leeuwen,
die begerig mensen verslinden,
met hun tanden, scherp als speer en pijlen,
hun tong als een zwaard zo snijdend.
Verhef U, God, de hemel te boven,
uw majesteit zij over heel de aarde.
Zij spanden een net waar ik gaan moest,
zij zochten mijn kracht te doen buigen,

ze groeven een kuil die voor mij bestemd was,
om zelf daarin neer te vallen.

Mijn hart is bereid, God, bereid is mijn harte
om te zingen en op de snaren te spelen;
wordt wakker, mijn ziel, ontwaakt, harp en citer,
laat mij het morgenrood wekken!

Loven zal ik U, Heer, bij de volken,
over U zal ik zingen voor alle landen,
want is uw genade niet hoog als de hemel,
uw trouw, reikt zij niet tot de wolken?

Verhef U, God, de hemel te boven,
uw majesteit zij over heel de aarde.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Ant.: God, bied Gij ons hulp tegen wie ons te na komt.

PSALM 60

Gij hebt ons, o God, verstoten, gebroken,
Gij zijt verbolgen geweest, herstel ons!

Gij hebt het land doen schokken en scheuren,
heel nu zijn verscheurdheid, eer het uiteenvalt.
Een harde les hebt Gij uw volk gegeven,
Gij liet ons wijn om te duizelen drinken,
maar Gij gaf een teken aan hen die U vrezen
om te vluchten toen de boogschutters naderden,
opdat vrijheid het deel zou zijn van hen die Gij liefhebt.
Breng heil met uw rechterhand en geef mij antwoord.

God sprak het uit in zijn heiligdom:
"Juichend ga ik Sichem verdelen,
uitmeten zal ik het dal van Sukkot,
Mij behoort Gilead, van Mij is Manasse,
Efraïm is de helm van mijn hoofd
en Juda mijn scepter;

Moab is het bekken waarin Ik Mij was,
mijn sandaal werp Ik neer op Edom,
Ik zal over Filistea de triomfkreet slaken.”

Wie brengt mij in die onneembare vesting,
wie gaat mij vooruit naar Edom?

Zijt Gij het niet, God, die ons eens had verstoten,
zult Gij niet, God, met onze legers voortgaan?

Bied ons hulp tegen wie ons te na komt,
waar hulp van een mens van geen nut is.

Met God ons terzij doen wij moedige daden,
want Hij zal zelf onze vijand vertreden.

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

Week 3

Vrijdag in het Middaggebed

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 bepeinzen;

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 3

Vrijdag in de Vespers

Ant.: Wat zij wensten hebt Gij gegeven,
Heer onze God, aan wie vrezten uw Naam.

PSALM 61

Hoor toch, o God, naar mijn smeken,
schenk aan mijn bidden aandacht.

Ik roep U van daar waar het land zijn grens heeft,
waar ik mij van binnen beangst voel:

“Leid Gij mij op een rots naar boven;
anders zou die mij te hoog zijn.”

Want Gij waart mij altijd een toevlucht, een toren,
tot schuts voor de vijand.

Laat in uw tent mij bestendig vertoeven,
schuilen, onder uw wieken geborgen.

Gij, God, Gij hebt toch verstaan mijn geloften,
aan wie vrezen uw Naam gaaft Gij wat zij wensten.

Voeg dagen toe aan 's konings dagen,
alle geslachten omspannend mogen zijn jaren duren.

Moge hij altoos voor Gods Aanschijn tronen,
beschik Gij genade en trouw, dat zij hem behoeden;

dan wil ik uw Naam door de tijden bezingen
en zo dag aan dag mijn geloften volbrengen.

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

Ant.: God alleen is mijn rots, mijn redding,
mijn burcht, nooit kom ik te vallen.

PSALM 62

Bij God alleen komt mijn ziel tot verstillung,
van Hem is mijn bevrijding,

Hij alleen is mijn rots, mijn redding,
mijn burcht, nooit kom ik te vallen.

Hoe lang nog blijft gij een mens overrompelen,
zoekt gij hem met elkaar te vermoorden;

— een hellende wand, een muur die instort,
hun enige plan: die van boven af neer te halen.

Ze scheppen behagen in leugen,
hun mond spreekt van zegen,
maar hun hart van vervloeking.

Bij God alleen, mijn ziel,
kom bij Hem tot verstillung,
van Hem is mijn verwachting,

Hij alleen is mijn rots, mijn redding,
mijn burcht, ik kom niet te vallen.

Bij God ligt mijn vrijheid, mijn waarde,
de rots van mijn sterkte is God en mijn schuilplaats.

Blijf steeds, o volk, op Hem vertrouwen,
stort voor zijn Aanschijn uw hart uit;
God is voor ons een toevlucht.

Alleen maar een ademtocht zijn de zonen van Adam,
valse schijn de mensenkinderen,
ze gaan omhoog in de weegschaal,
ze wegen nog minder dan lucht met elkander.

Stelt uw vertrouwen niet op verdrukking,
vestigt geen ijdele hoop op roven
en wanneer uw vermogen toeneemt,
wilt daarop uw hart niet zetten.

Eén ding heeft God gesproken,
twee dingen mocht ik vernemen:
de sterkte komt van Godswege
en ook de genade, Heer, is van U afkomstig,
want Gij zult eenieder naar zijn doen vergelden.

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

Ant.: Luister, God, nu ik mijn nood klaag:
voor de dreiging van de vijand hoed mijn leven.

PSALM 64

Luister, God, nu ik mijn nood klaag;
voor de dreiging van de vijand hoed mijn leven,
houd mij voor de bende slechtaards verborgen,
voor het samenzweren dergenen die kwaad doen;
ze scherpen hun tong alsof het een zwaard is,
ze leggen een hatelijk woord als hun pijl aan
om een argeloos mens in het geheim te treffen,
ze richten op hem, onverhoeds,
zonder dat iemand het zien kan.

Ze volharden in de kwade zaak,
vol berekening spannen zij heimelijk strikken
en zeggen: "Wie krijgt dit ooit onder ogen?
Laat men de misdaad maar uit zien te zoeken;
wij zijn er al lang niet meer
als het onderzoek plaats vindt!"
Ja, een mens is peilloos en zijn hart is een afgrond.
Maar dan schiet God op hen een pijl af,
plotseling worden zij zelf getroffen;
't is hun eigen tong die hen ten val brengt,
elk schudt het hoofd die hen aanziet.
Heel het mensdom, vervuld met ontzag,
gewaagt van wat God teweegbracht,
in het besef dat Hij dit gedaan heeft.
Wie rechtvaardig is
vindt bij de Heer vreugd en toevlucht;
zij mogen zich beroemen
die oprecht van hart zijn.
Aan Vader, Zoon en heilige Geest de glorie,
nu en altijd en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Week 3

Zaterdag in de Laudan

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 3

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 3

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!