

WEEK I

nachtwake (metten)



ZO	MA	DI	WO	DO	VR	ZA
25	12	39	13	11	38	89a
50	35	55	59	102a	109a	89b
23	32	40	41	102b	109b	89c ²
18a	107a	20	132	78a	79	45
18b	107b	60	77	78b	52	1
30	46	48	76	78c ²	87	80

K 69

morgengebed (lauden)

118	5	27	28	88	51	42/43
63	16	26	36	108	92	61
K 57	K 11	K 13	K 15	K 52	H 79	K 2
150	111	112	113	114	115	150

voormiddaggebed (terts)

19a	119,1	119,3	119,5	119,7	119,9	119,11
19b	119,2	119,4	119,6	119,8	119,10.	119,12

middaggebed (sext)

120	122	124	126	128	130
121	123	125	127	129	131

namiddaggebed (noon)

67	54	49a	9a	74	10
3	70	49b	9b		

avondgebed (vespers)

110	65	103	135	145	22A	138
2	81	33	66	100	22B	34
47	96	97	98	99	29	24
K 92	K 84	K 89	K 86	K 91	K 85	K 88

K of H: staat voor Kantiek (niet in de Psalmen of psalmboek)

WEEK II

nachtwake (metten)



ZO	MA	DI	WO	DO	VR	ZA
27 ²	38 ²	31a	56	142	69a	44
75	14	31b	94	140	69b	58
23 ²	139	62	73	64	71	137
68a	37a	21	144	106a	80 ²	105a
68b	37b	83	101	106b	82	105b
30 ²	46 ²	48 ²	76 ²	106c ²	87 ²	105c ²

K 82,3

morgengebed (lauden)

118 ²	17	13 ²	6 ²	90	51 ²	143
	7	26 ²	86	57	12 ²	116
K 59	K 27	K 36	K 9	K 5	K 19	K 18
93	146	147a	147b ²	148	149	150 ²

voormiddaggebed (terts)

8	119,13	119,15	119,17	119,19	119,21	15
16	119,14	119,16	119,18	119,20	119,22	133

middaggebed (sext)

120 ²	122 ²	124 ²	126 ²	128 ²	130 ²
121 ²	123 ²	125 ²	127 ²	129 ²	131 ²

namiddaggebed (noon)

67 ²	54 ²	49a ²	9a ²	74 ²	10 ²
3 ²	70 ²	49b	9b		

avondgebed (vespers)

110 ²	84	104a	136	145 ²	141	132 ²
2 ²	72	104b	66 ²	100 ²	85	34 ²
47 ²	96 ²	97 ²	98 ²	99 ²	29 ²	24 ²
K 92	K 84	K 89	K 86	K 91	K 85	K 88

In de **Completen**: op zon- en feestdagen: Ps. 4 en 134 ; alle andere dagen Ps. 91 en 134

² : Het 'psalmboek van Ida Gerhardt' kent 2 liturgische verzen als aanhef van de Psalm

Noot 1:

Enkele psalmen zijn verdeeld in a, b en soms c., omdat daartussen -zoals aan het begin en het einde- de antifoon ook wordt gezongen.

De indeling van die psalmen is als volgt:

<i>Psalm 9</i>	a:	2 - 11	b:	12 - 21	
<i>Psalm 18</i>	a:	2 - 30	b:	31 - 51	
<i>Psalm 19</i>	a:	2 - 7	b:	8 - 15	
<i>Psalm 22</i>	a:	2 - 22	b:	23 - 32	
<i>Psalm 31</i>	a:	2 - 14	b:	15 - 25	
<i>Psalm 37</i>	a:	1 - 26	b:	27 - 40	
<i>Psalm 49</i>	a:	2 - 12	b:	13 - 21	
<i>Psalm 68</i>	a:	2 - 19	b:	20 - 36	
<i>Psalm 69</i>	a:	2 - 19	b:	20 - 37	
<i>Psalm 78</i>	a:	1 - 29	b:	30 - 55	c: 56 - 72
<i>Psalm 89</i>	a:	2 - 19	b:	20 - 38	c: 39 - 53
<i>Psalm 102</i>	a:	2 - 18	b:	19 - 29	
<i>Psalm 104</i>	a:	1 - 18	b:	19 - 35	
<i>Psalm 105</i>	a:	1 - 15	b:	16 - 38	c: 39 - 45
<i>Psalm 106</i>	a:	1 - 15	b:	16 - 38	c: 39 - 48
<i>Psalm 107</i>	a:	1 - 22	b:	23 - 43	
<i>Psalm 109</i>	a:	1 - 20	b:	21 - 31	

Noot 2:

Het psalmboek dat in de getijden wordt gebruikt, heet het '**Boek der Psalmen**'.

Het is uit het Hebreeuws vertaald door dr. Ida G.M. Gerhardt en dr. Marie H. van der Zeyde.

Het is getoonzet door Nederlands-sprekende Benedictijner en Cisterciënser monniken en monialen uit Nederland en Vlaanderen.

Het boek is een uitgave van Kath. Bijbelstichting te 's-Hertogenbosch, isbn 90 6173 107 0.

Het psalmrooster kan per klooster verschillen!