

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!