

OFFICIE VAN DE MYSTERIES VAN DE HEER

Bij de vertaling van dit Officie in de gedrukte uitgave was gebruik gemaakt van een verbetering van de grondtekst van Eßer, namelijk L. Gallant 'L'Officium Passionis de saint François d'Assise. Discussion concernant quelques variantes' in *AFH* 74 (1981) 502-508. Daardoor hoeven niet alle veranderingen van Paolazzi ten opzichte van Eßer genoteerd te worden.

Hier volgen de psalmen die onze allerheiligste vader Franciscus heeft samengesteld om de mysteries van de Heer te eren, te gedenken en te prijzen.

Bij alle gebedstijden van de dag en de nacht wordt er een gebeden.

Zij beginnen bij de completen van de avond voor Goede Vrijdag, omdat in die nacht onze Heer Jezus Christus verraden werd en gevangen genomen.

Merk op dat de zalige Franciscus dit officie als volgt bad: eerst bad hij het gebed dat de Heer en Leraar ons geleerd heeft Onze allerheiligste Vader¹ enzovoort met de lofzang Heilig, heilig, heilig,² zoals die hiervoor te vinden is.

Na deze lofzang met het gebed begon hij met de antifoon Heilige maagd Maria.

Dan bad hij eerst de psalmen van de heilige Maria; vervolgens bad hij andere psalmen die hij uitgekozen had. Aan het eind van alle psalmen die hij bad, bad hij tenslotte de psalmen van dit officie.

Na de psalm bad hij de antifoon Heilige maagd Maria. Met deze antifoon eindigde het officie.³

(Deel 1: Voor de laatste drie dagen van de Goede Week en de weekdays door het jaar.)

Bij de completen

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 1

- 1 God, mijn leven heb ik U verteld, *
Gij hebt oog voor mijn tranen. (Ps 56,8-9)
- 2 Al mijn vijanden beraamden kwaad tegen mij * (Ps 41,8)
en kwamen eensgezind tot een besluit. (vgl. Ps 71,10c)
- 3 Zij hebben mij goed met kwaad vergolden *
en mijn liefde met haat. (Ps 109,5)
- 4 In plaats van mij lief te hebben, lasterden ze mij; *
ik echter, ik bleef bidden. (Ps 109,4)
- 5 Mijn heilige Vader, Koning van hemel en aarde, (Joh 17,11; Mt 26,42; 11,25)
verlaat mij niet: *
kwelling is nabij en er is niemand die helpt. (Ps 22,12)
- 6 Laat mijn vijanden achteruitdeinzen *
elke dag dat ik U aanroep.
Zie, ik weet: Gij zijt mijn God. (vgl. Ps 56,10)
- 7 Mijn vrienden en burens zijn op mij afgekomen en stonden daar, *
mijn naaste verwanten bleven op een afstand staan. (Ps 38,12)
- 8 Gij hebt mijn vertrouwelingen van mij verwijderd, *
ze gruwden van mij.
Ik werd overgeleverd en kon niet ontkomen. (Ps 88,9)
- 9 Heilige Vader, houd uw hulp niet ver van mij. * (Joh 17,11; Ps 22,20a)

¹ . Het is niet duidelijk of hier het gewone onzevader of het Gebed bij het onzevader bedoeld wordt. Misschien gaat het om het onzevader met een kleine versiering van Franciscus.

² . Zie de Lofzang bij de gebedstijden.

³ . Niet alleen Franciscus' privé-officie eindigde hier, maar alle gebeden van het betreffende gebedsuur.

- Mijn God, zie naar mij om en help mij. (vgl. Ps 71,12)
- 10 Kom mij toch te hulp *
Heer, God van mijn heil. (Ps 38,23)
Eer aan de Vader en de Zoon en de Heilige Geest.⁴
Zoals het was in het begin en nu en altijd,
tot in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Antifoon

- 1 Heilige maagd Maria,
onder de vrouwen in deze wereld
is er niemand geboren zoals gij,
2 dochter en dienaar
van de allerhoogste, meest verheven Koning,
de hemelse Vader,
moeder van onze allerheiligste Heer Jezus Christus,
bruid van de Heilige Geest:
3 bid voor ons,
samen met de heilige aartsengel Michaël,
met alle hemelse krachten
en met alle heiligen,
bij uw allerheiligste geliefde Zoon,
Heer en Leraar.⁵
Eer aan de Vader.

*Merk op dat bovenstaande antifoon wordt gebeden bij elke gebedstijd en wel in plaats van antifoon, kapittel, hymne, vers en gebed; evenzo bij de metten en bij iedere gebedstijd. Hierbij bad hij niets anders dan deze antifoon met de psalm van die gebedstijd.
Als afsluiting van het officie bad de zalige Franciscus altijd:*

Gebed

Laten wij de Heer, de levende en ware God zegenen.
Laten wij Hem steeds de lof, de heerlijkheid en de eer,
de zegen en al het goede brengen.
Amen. Amen. Zo zij het. Zo zij het.⁶

Bij de metten

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 2

- 1 Heer, God van mijn heil, *
overdag en 's nachts heb ik bij U staan roepen. (Ps 88,2)
2 Laat mijn gebed U onder ogen komen, *
neig uw oor naar mijn smeken. (Ps 88,3)

⁴ . Franciscus bad het 'Eer aan de Vader' na iedere psalm, al is dit alleen aan het einde van deze eerste psalm aangegeven.

⁵ . Franciscus gebruikt hier twee termen voor Jezus die in het Nieuwe Testament maar op een plaats samen gebruikt worden, namelijk bij de voetwassing. Christus zegt daar: 'Gij spreekt mij aan als Leraar en Heer en dat doet gij terecht, want dat ben Ik. Maar als ik, de Heer en Leraar, uw voeten heb gewassen, dan behoort ook gij elkaar de voeten te wassen' (Joh 13,13v). Dezelfde passage speelt ook een rol bij het Gebed voor het Kruis.

⁶ . Dit is de enige tekst van Franciscus waarvan met enige zekerheid de melodie is te reconstrueren, zie H. Nolthenius, *Een man uit het dal van Spoleto. Franciscus tussen zijn tijdgenoten*, Amsterdam 1988, 278-280.

- 3 Keer U naar mijn ziel en bevrijd haar; *
mijn vijanden zitten mij op de huid. (Ps 69,19; 30,2)
- 4 Gij zijt het toch die mij uit de buik hebt verlost,
Gij, mijn hoop sinds de moederborst. *
In uw handen werd ik gelegd vanuit de schoot. (Ps 22,10-11a)
- 5 Van de buik van mijn moeder af zijt Gij mijn God, *
verlaat mij toch niet. (Ps 22,11b-12)
- 6 Gij, Gij kent mijn smaad, mijn beschaming *
en mijn schande. (Ps 69,20)
- 7 Voor uw ogen staan allen die mij benauwen; *
smaad en ellende verwachtte mijn hart. (Ps 69,21ab)
- 8 En ik smachtte naar iemand die met mij treurde –
hij was er niet, * (Ps 69,21cd)
naar iemand die mij troostte – ik vond hem niet.
- 9 God, schurken kwamen tegen mij in opstand *
en een horde geweldenaars stond mij naar het leven;
zij hebben U niet voor ogen gehouden. (Ps 86,14)
- 10 Gerekend word ik bij wie dalen in de grafkuil; *
gemaakt tot een mens zonder hulp,
tussen de doden: vrij. (Ps 88,5-6a)
- 11 Gij zijt mijn allerheiligste Vader, *
mijn Koning en mijn God. (vgl. Ps 44,5a)
- 12 Kom mij toch te hulp, *
Heer, God van mijn heil. (Ps 38,23)

Bij de priem

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 3

- 1 Wees mij genadig, God, wees mij genadig *
want op U vertrouwt mijn ziel (Ps 57,2ab)
- 2 en in de schaduw van uw vleugels blijf ik hopen *
tot het onrecht voorbij is. (Ps 57,2cd)
- 3 Ik blijf roepen tot mijn allerheiligste, allerhoogste Vader, *
de God die goed voor mij is geweest. (Ps 57,3)
- 4 Hij heeft uit de hemel mij bevrijding gezonden *
en wie mij verachtten aan de schande prijsgegeven. (Ps 57,4ab)
- 5 De Heer heeft zijn barmhartigheid en zijn waarheid gezonden (Ps 57,4c); *
mijn ziel heeft hij ontrukkt aan mijn overmachtige vijanden (Ps 57,5a)
en aan wie mij haatten:
zij waren mij te machtig. (Ps 18,18)
- 6 Ze hebben een strik voor mijn voeten gespannen, *
en ze hebben mijn ziel vernederd. (Ps 57,7ab)
- 7 Voor mijn ogen hebben ze een kuil gegraven, *
zelf zijn ze erin gevallen. (Ps 57,7cd)
- 8 Vastberaden is mijn hart, God, mijn hart is vastberaden: *
ik zal zingen en psalmen bidden. (Ps 57,8)
- 9 Sta op, mijn lofzang, sta op, harp en citer, *
ik zal opstaan bij de dageraad. (Ps 57,9)
- 10 Ik zal U danken onder de mensen, Heer; *
ik zal psalmen voor U zingen onder de volken. (Ps 57,10)
- 11 Hoogverheven tot de hemel is uw barmhartigheid *

- en tot de wolken uw waarheid. (Ps 57,11)
12 Verhef U boven de hemel, God *
en over de hele aarde, uw roem. (Ps 57,12)

Merk op dat deze psalm steeds bij de priem gebeden wordt.

Bij de terts

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 4

- 1 Wees mij genadig, God,
want mensen hebben mij vertrapt, *
de hele dag mij belaagd en gekweld. (Ps 56,2)
2 Mijn vijanden hebben mij vertrapt, de hele dag door; *
die tegen mij strijden, zijn met velen. (Ps 56,3)
3 Al mijn vijanden beraamden kwaad tegen mij; *
ze hebben een misdadig besluit tegen mij genomen. (Ps 41,8b-9a)
4 Die mijn ziel gevangen hielden, *
kwamen eensgezind tot een besluit. (Ps 71,10b)
5 Ze gingen naar buiten *
en meteen begon het gepraat. (Ps 41,7d.8a)
6 Allen die me zagen, lachten me uit, *
ze meesmuilden en schudden het hoofd. (Ps 22,8)
7 Ik, een worm ben ik en geen mens; *
een schande voor de mensen en verworpen door het volk. (Ps 22,7)
8 Voor het oog van al mijn vijanden
ben ik een grote schande geworden voor mijn burenen *
en een schrik voor mijn bekenden. (Ps 31,12ab)
9 Heilige Vader, houd uw hulp niet ver van mij, * (Joh 17,11)
zie naar mij om en verdedig mij. (Ps 22,20)
10 Kom mij toch te hulp, *
Heer, God van mijn heil. (Ps 38,23)

Bij de sext

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 5

- 1 Met luide stem heb ik tot de Heer geroepen, *
met luide stem heb ik de Heer gesmeekt. (Ps 142,2)
2 Voor zijn ogen stort ik mijn gebed uit *
en voor Hem spreek ik mijn benauwenis uit. (Ps 142,3)
3 Terwijl mijn geest mij verlaat, *
hebt Gij weet van mijn wegen. (Ps 142,4ab)
4 Op deze weg, waarlangs ik wandelde, *
hebben mensen voor mij een strik gespannen. (Ps 142,4cd)
5 Ik keek naar rechts en zag: *
geen was er die mij kende. (Ps 142,5ab)
6 Voor mij is er geen uitweg meer, *
geen is er die mij zoekt. (Ps 142,5cd)
7 Om U heb ik schande ondergaan, *
heeft schaamte mijn gezicht gekleurd. (Ps 69,8)

- 8 Ik ben een vreemdeling geworden voor mijn broers *
 en een vreemde voor de kinderen van mijn moeder. (Ps 69,9)
- 9 Heilige Vader, de ijver voor uw huis heeft mij verteerd * (Joh 17,11)
 en de hoon van wie U honen, kwam op mij neer. (Ps 69,10)
- 10 Ze hebben zich over mij vrolijk gemaakt, en liepen te hoop. *
 Zweep na zweep kwam op mij neer en ik wist niet waarom. (Ps 35,15)
- 11 Talrijker dan de haren op mijn hoofd *
 waren zij die mij zonder reden haatten. (Ps 69,5ab; vgl. Joh 15,25)
- 12 Overmoedig werden de vijanden
 die mij onrechtvaardig vervolgden; *
 wat ik niet geroofd heb, moest ik toen terugbetalen. (Ps 69,5cd)
- 13 Valse getuigen stonden op; *
 ze ondervroegen mij, maar ik wist van niets. (Ps 35,11)
- 14 Zij vergolden mij goed met kwaad en lasterden mij * (Ps 35,12a)
 omdat ik het goede nastreefde. (Ps 38,21)
- 15 Gij zijt mijn allerheiligste Vader, *
 mijn Koning en mijn God. (Ps 44,5)
- 16 Kom mij toch te hulp, *
 Heer, God van mijn heil. (Ps 38,23)

Bij de noon

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 6

- 1 Jullie die voorbijkomen, *
 kijk allemaal aandachtig:
 is er lijden zo groot als mijn lijden? (Kl 1,12)
- 2 Veel honden hebben mij omsingeld, *
 een bende booswichten heeft mij belaagd. (Ps 22,17ab)
- 4 Ze hebben mijn handen en voeten doorboord *
 en al mijn beenderen geteld. (Ps 22,17c-18a)
- 3 Ze hebben mij met onbeschaamde blik aangestaard, *
 ze hebben mijn kleren onder elkaar verdeeld
 en over mijn kleed het lot geworpen. (Ps 22,18b-19; Joh 19,24)
- 5 Ze hebben tegen mij hun muil opengesperd, *
 als een brullende leeuw op rooftocht. (Ps 22,14)
- 6 Als water ben ik uitgegoten *
 en al mijn beenderen zijn verspreid. (Ps 22,15ab)
- 7 Mijn hart is als smeltende was geworden, *
 midden in mijn borst. (Ps 22,15c)
- 8 Mijn kracht is uitgedroogd als een potscherf *
 en mijn tong is vastgekleefd aan mijn gehemelte. (Ps 22,16ab)
- 9 Ze hebben mij gal te eten gegeven *
 en mijn dorst met azijn gelest. (Ps 69,22)
- 10 Tot in het stof van de dood hebben ze mij neergetrokken * (Ps 22,16c)
 en de pijn van mijn wonden vergroot. (Ps 69,27b)
- 11 Ik ben ingeslapen en ik ben verzezen * (Ps 3,6)
 en mijn allerheiligste Vader heeft mij met luister ontvangen. (Ps 73,24c)
- 12 Heilige Vader, Gij hebt mij bij mijn rechterhand genomen. (Joh 17,11)
 Gij hebt mij volgens uw wil binnengeleid *
 en met luister opgenomen. (Ps 73,24)
- 13 Wat immers heb ik in de hemel *

- en wat buiten U heb ik op de aarde verlangd? (Ps 73,25)
- 14 'Zie, zie: Ik ben God', zegt de Heer. *
Ik zal verheven worden onder de volken, verheven op de aarde. (vgl. Ps 46,11)
- 15 Gezegend de Heer, de God van Israël, (Ps 72,18; Lc 1,68a)
die de zielen van zijn dienaren
door zijn eigen allerheiligst bloed heeft verlost * (vgl. Heb 9,12)
en allen die op Hem hopen niet in de steek zal laten. (Ps 34,23)
- 16 Ja, wij weten dat Hij gekomen is * (1 Joh 5,20)
en komen zal om recht te doen aan gerechtigheid. (vgl. Ps 96,13b)

Bij de vespers

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 7

- 1 Alle volken, klap in de handen, *
jubel van vreugde voor God met juichende stem. (Ps 47,2)
- 2 De Heer is verheven, *
een ontzagwekkende koning, groot over heel de aarde. (Ps 47,3)
- 3 Want de allerheiligste Vader in de hemel,
onze koning van voor de tijden, *
heeft zijn geliefde Zoon gezonden vanuit de hoge
en heeft het heil bewerkt in het midden van de aarde. (Ps 74,12)
- 4 Laten de hemelen zich verblijden,
laat de aarde juichen en de zee met al wat erin is bruisen, *
laat het land met al wat erop is zich verheugen. (Ps 96,11-12a)
- 5 Zing voor Hem een nieuw lied, *
zing voor de Heer, heel de aarde. (Ps 96,1)
- 6 Want groot is de Heer en zeer te prijzen, *
ontzagwekkend is Hij boven alle goden. (Ps 96,4)
- 7 Geef de Heer, landen en volken,
geef de Heer roem en eer, *
geef de Heer roem van zijn naam. (Ps 96,7-8a)
- 8 Neem je lichaam op en draag zijn heilig kruis *
en volg tot het einde toe zijn allerheiligste geboden.⁷
- 9 Laat heel de aarde beven voor zijn aangezicht, *
verkondig onder de volken:
de Heer heerst vanaf het kruishout. (Ps 96,9b-10a)

Vanaf Goede Vrijdag tot het feest van Hemelvaart wordt deze psalm dagelijks gebeden, tot hier. Op het feest van Hemelvaart worden de volgende verzen toegevoegd:

- 10 Hij is opgestegen ten hemel *
en zit aan de rechterhand van de allerheiligste Vader in de hemel.
- 11 Verhef U boven de hemel, God *
en over de hele aarde, uw roem. (Ps 57,12)
- 12 Ja, wij weten dat Hij gekomen is * (1 Joh 5,20)
en komen zal om recht te doen aan gerechtigheid. (vgl. Ps 96,13b; 75,3)

Merk op dat vanaf Hemelvaart tot aan de advent de psalm Alle volken met de bovenvermelde verzen elke dag op deze wijze gebeden wordt. Aan het eind van de psalm, na: en komen zal om recht te doen

⁷

In dit vers komen geliefde thema's van Franciscus samen, vgl. 1 RegMB 16,21, Wijs 5,8 en BrOrde 6-7. Er klinken ook allerlei bijbelteksten in mee zoals Ps 96,8b; Rom 12,1; Mt 10,22 en Lc 14,27.

aan gerechtigheid, *wordt het Eer aan de Vader gebeden.*

Merk op dat deze psalmen vanaf Goede Vrijdag tot aan Paaszondag gebeden worden.

Ze worden ook gebeden na het octaaf van Pinksteren tot aan de advent en na het octaaf van Driekoningen tot aan paaszondag, behalve op de zondagen en de grote feestdagen; dan worden zij niet gebeden. Op andere dagen worden zij dagelijks gebeden.

(Deel 2: de paastijd)

Op paaszaterdag, aan het eind van de dag.

Bij de completeen

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 8

- 1 God, kom mij toch te hulp, *
Heer, haast U mij te helpen.
- 2 Mogen verward worden en te schande gezet *
die mijn leven zoeken.
- 3 Mogen terugdeinzen en rood van schaamte worden *
die mij kwaad willen.
- 4 Mogen terstond terugdeinzen, rood van schaamte, *
die mij zeggen: ‘Net goed!’
- 5 Mogen juichen en zich in U verheugen allen die U zoeken *
en mogen altijd zeggen: ‘Hooggeprezen zij de Heer’
die U liefhebben om uw zorg voor ons heil.
- 6 Maar ik ben schamel en arm, *
God, help mij.
- 7 Mijn helper en mijn bevrijder zijt Gij; *
Heer, wacht niet langer. (Ps 70,2-6)

Deze psalm wordt dagelijks gebeden bij de completeen tot en met het octaaf van Pinksteren.

Bij de metten van paaszondag

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 9

- 1 Zing voor de Heer een nieuw lied *
want Hij heeft wonderbare werken verricht. (Ps 98,1ab)
- 2 Zijn rechterhand en zijn heilige arm
hebben zijn geliefde Zoon als offer aangeboden. (Ps 98,1cd)
- 3 De Heer heeft zijn reddende zorg bekend gemaakt, *
voor het oog van de volken heeft Hij zijn gerechtigheid geopenbaard. (Ps 98,2)
- 4 Op die dag heeft de Heer zijn barmhartigheid verkondigd *
en in de nacht zijn lied. (vgl. Ps 42,9ab)
- 5 Dit is de dag die de Heer heeft gemaakt, *
laten wij juichen en ons erover verheugen. (Ps 118,24)
- 6 Gezegend die komt in de naam van de Heer. * (Ps 118,26a; Mt 21,9; 23,39)
God is Heer, zijn licht is over ons opgegaan. (Ps 118,27a)
- 7 Laten de hemelen zich verblijden,
laat de aarde juichen
en de zee met al wat erin is bruisen; *
laat het land met wat erop is zich verheugen. (Ps 96,11-12a)
- 8 Geef de Heer, landen en volken,

geef de Heer roem en eer, *
geef de Heer roem van zijn naam. (Ps 96,7-8a)

Vanaf paaszondag tot aan het feest van Hemelvaart wordt de psalm dagelijks tot hier gebeden bij alle gebedstijden, behalve bij de vespers, de completen en de priem.

In de nacht van Hemelvaart worden er deze verzen aan toegevoegd:

- 9 Koninkrijken van de aarde, zing voor God, *
zing bij de harp voor de Heer. (Ps 68,33a)
- 10 Zing bij de harp voor God,
die opstijgt naar het oosten *
boven de hoogste hemel. (Ps 68,33b-34a)
- 11 Hoor, Hij geeft zijn stem een machtige klank.
Geef roem aan God die heerst over Israël: *
zijn heerlijkheid en zijn kracht zetelen op de wolken. (Ps 68,34b-35)
- 12 Wonderbaar is God in zijn heiligen. *
De God van Israël zelf zal kracht
en sterkte verlenen aan zijn volk. Gezegend zij God! (Ps 68,36)

Merk op dat vanaf de Hemelvaart van de Heer tot aan het octaaf van Pinksteren deze psalm met bovenvermelde verzen dagelijks gebeden wordt bij de metten, de terts, de sext en de noon. Het Eer aan de Vader wordt gebeden na Gezegend zij God en niet ergens anders.

Merk ook op dat er op dezelfde wijze alleen gebeden wordt bij de metten van de zondagen en de grote feestdagen vanaf het octaaf van Pinksteren tot aan de advent en vanaf het octaaf van Driekoningen tot aan Witte Donderdag, omdat op die dag de Heer met zijn leerlingen het paasmaal heeft gegeten. Desgewenst kan bij de metten of bij de vespers een andere psalm gebeden worden, namelijk Hoog eer ik U, o Heer enzovoort, zoals die in het psalmboek (Ps 29) staat, en wel vanaf paaszondag tot aan het feest van Hemelvaart, en verder niet.

Bij de priem

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm Wees mij genadig, God, wees mij genadig (Psalm 3)

Bij de terts, sext en noon

Psalm Zing, zoals hierboven (Psalm 9)

Bij de vespers

Psalm Alle volken, zoals hierboven (Psalm 7)

(Deel 3: Zondagen en grote feestdagen)

Hier volgen andere psalmen die onze zalige vader Franciscus op dezelfde wijze heeft samengesteld. Ze worden gebeden in plaats van bovenstaande psalmen van de mysteries van de Heer op de zondagen en de grote feestdagen na het octaaf van Pinksteren tot aan de advent en na het octaaf van Driekoningen tot en met Witte Donderdag. Weet wel dat zij op die dag gebeden worden, want toen vierde de Heer Pasen.

Bij de completen

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm God kom mij toch te hulp zoals in het psalmboek staat (Psalm 8).

Bij de metten

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm Zing zoals hierboven bij de metten van Hemelvaart (Psalm 9).

Bij de priem

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm Wees mij genadig, God, wees mij genadig zoals hierboven (Psalm 3).

Bij de terts

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 10

- 1 Jubel voor **God**, heel de aarde,
zing een psalm zijn Naam ter ere, *
geef luister aan zijn lof. (vgl. Ps 66,1-2)
- 2 Zeg tot God: Hoe ontzagwekkend zijn uw daden, Heer. *
Wegens uw onmetelijke kracht
zullen uw vijanden ontzag voor u veinzen. (Ps 66,3)
- 3 Laat heel de aarde U aanbidden en voor U zingen bij de harp; *
een psalm zingen uw Naam ter ere. (Ps 66,4)
- 4 Kom luisteren, jullie allen die God vrezen, ik zal jullie vertellen *
hoeveel Hij voor mij gedaan heeft. (Ps 66,16)
- 5 Tot Hem heb ik met mijn mond geroepen. *
Ik heb luidkeels gejuicht. (vgl. Ps 66,17)
- 6 Vanuit zijn heilige tempel heeft Hij mijn stem gehoord *
en mijn geroep heeft zijn oor bereikt. (Ps 18,7cd)
- 7 Zegen, volken, onze **God** *
en verkondig luid zijn lof. (Ps 66,8)
- 8 In Hem worden gezegend alle stammen van de aarde, *
alle volken zullen Hem verheerlijken. (Ps 72,17cd)
- 9 Gezegend de Heer, de God van Israël *
die ~~grote~~ wonderbare werken verricht, Hij alleen. (Ps 72,18)
- 10 Gezegend de naam van zijn majesteit altijd door; *
heel de aarde zal vol zijn van zijn majesteit. (Ps 72,19)
Zo zij het, zo zij het.

Bij de sext

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 11

- 1 Moge de Heer je verhoren op de dag dat je gekweld wordt, *
de Naam van Jakobs God jou beschermen. (Ps 20,2)
- 2 Moge Hij jou hulp zenden vanuit het heiligdom *
en vanuit Sion jou behoeden. (Ps 20,3)
- 3 Moge Hij zich elke offergave van jou herinneren *
en in jouw brandoffer behagen scheppen. (Ps 20,4)
- 4 Moge Hij je geven wat je hart verlangt *
en ieder plan van jou laten slagen. (Ps 20,5)
- 5 Wij zullen ons verblijden in jouw redding *
en in de naam van onze God zullen wij ons verheugen. (Ps 20,6)
- 6 Moge de Heer al jouw smeekbeden vervullen. (Ps 20,6c)
Nu weet ik dat de Heer zijn Zoon Jezus Christus heeft gezonden * (Ps 20,7a; Joh 3,17; Gal 4,4)
en Hij zal de mensen oordelen in gerechtigheid. (Ps 9,9b)

- 7 De Heer is een toevlucht voor de **armen** geworden,
bij kwellingen op het juiste moment een helper *
en mogen zij die uw naam kennen op U vertrouwen. (Ps 9,10-11a)
- 8 Gezegend de Heer, mijn God, (Ps 144,1)
omdat Hij mijn behoeder is geworden
en mijn toevlucht, *
op de dag dat ik gekweld werd. (vgl. Ps 59,17cd)
- 9 Mijn helper, voor U zal ik een psalm zingen,
want Gij, God, zijt mijn behoeder, *
mijn God, mijn barmhartigheid. (Ps 59,18)

Bij de noon

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 12

- 1 Op U, Heer, heb ik mijn hoop gesteld,
laat mij in eeuwigheid niet beschaamd staan, *
in uw gerechtigheid, bevrijd mij en verlos mij. (Ps 71,1b-2a)
- 2 Neig uw oor tot mij *
en red mij. (Ps 71,2b)
- 3 Wees voor mij een God die beschermt
en een versterkte plaats, *
opdat Gij mij redt. (Ps 71,3ab)
- 4 Want Gij zijt mijn geduld, Heer, *
Heer, mijn hoop vanaf mijn jeugd. (Ps 71,5)
- 5 In U ben ik sterk gemaakt vanaf de moederschoot,
vanaf de schoot van mijn moeder zijt Gij mijn beschermer. *
Voor U is altijd mijn loflied. (Ps 71,6)
- 6 Laat mijn mond vol worden van lof
opdat ik uw heerlijkheid bezing, *
uw grootheid de hele dag door. (Ps 71,8)
- 7 Verhoor mij, Heer,
want milddadig is uw barmhartigheid, *
naar de overvloed van uw medelijden, zie naar mij om. (Ps 69,17)
- 8 Keer uw aangezicht niet af van uw dienaar: *
ik word gekweld, verhoor mij vlug. (Ps 69,18)
- 9 Gezegend de Heer mijn God, (Ps 144,1)
omdat Hij mijn behoeder is geworden en mijn toevlucht, *
op de dag dat ik gekweld werd. (Ps 59,17cd)
- 10 Mijn helper, voor U zal ik psalmen zingen,
want Gij, God, zijt mijn behoeder, *
mijn God, mijn barmhartigheid. (Ps 59,18)

Bij de vespers

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm Alle volken zoals hierboven in de vespers van Hemelvaart (Psalm 7)

(Deel 4: Adventstijd)

Hier volgen andere psalmen die onze zalige vader Franciscus op dezelfde wijze heeft samengesteld. Ze worden op alle gebedstijden van de hele dag gebeden in plaats van de bovengenoemde psalmen van de mysteries van de Heer, vanaf de advent tot en met de vigilie van Kerstmis en verder niet.

Bij de completen

Antifoon heilige maagd Maria

Psalm Hoelang, Heer zoals in het psalmboek staat:

Psalm 13

- 1 Hoelang, Heer, vergeet Gij mij? Voorgoed? *
Hoelang keert Gij uw gelaat van mij af?
- 2 Hoelang nog moet mijn ziel piekeren, *
mijn hart pijn verduren heel de dag?
- 3 Hoelang nog verheft mijn vijand zich tegen mij? *
Zie naar mij om en verhoor mij, Heer, mijn God.
- 4 Verlicht mijn ogen, want anders zink ik weg in de doodsslaap *
en kan mijn vijand zeggen: Ik heb hem verslagen.
- 5 Mijn kwellers zullen juichen als ik ga wankelen, *
maar ik stel mijn hoop op uw barmhartigheid.
- 6 Mijn hart zal juichen om uw redding;
Ik zal zingen voor de Heer die mij weldaden heeft bewezen *
en zingen bij de harp
voor de Naam van de Heer, de Allerhoogste. (Ps 13,1-6)

Bij de metten

Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 14

- 1 Ik zal U danken, allerheiligste Vader,
koning van hemel en aarde, * (Sir 51,1; Mt 11,25)
want Gij hebt mij getroost. (vgl. Js 12,1)
- 2 Gij, God, zijt mijn redder, * (Ps 25,5b)
ik zal vertrouwen en niet vrezen. (Js 12,2ab)
- 3 Mijn kracht en mijn loflied is de Heer. *
Hij is mij tot redding geworden. (Js 12,2cd; Ex 15,2)
- 4 Uw rechterhand, Heer, heeft zich opgeheven in kracht,
uw rechterhand, Heer, heeft de vijand neergeslagen *
en in uw grote heerlijkheid hebt Gij mijn tegenstanders geveld.⁸ (Ex 15,6-7a)
- 5 Mogen de armen het zien en zich verheugen, *
zoek de Heer en je ziel zal leven, (Ps 69,33)
- 5b want de armen heeft de Heer verhoord *
en de zijnen niet geminacht, al waren ze geboeid. (Ps 69,34)
- 6 Mogen hemel en aarde Hem prijzen, *
de zee en al wat er wemelt. (Ps 69,35)
- 7 Want God zal Sion redden *
en de steden van Juda zullen worden opgebouwd. (Ps 69,36ab)
- 8 En zij zullen daar gaan wonen *
en het als erfdeel verwerven. (Ps 69,36c)
- 9 En de kinderen van zijn dienaren zullen het bezitten *
en wie zijn naam liefhebben, zullen daar wonen. (Ps 69,37)

Bij de priem

⁸ . Dat Franciscus de Heilige Schrift via de liturgie citeert, blijkt onder andere op deze plaats. Het lied uit Ex 15 is namelijk de oud-testamentische kantieken (gezing) van de vrijdag in de lauden in het psalmenschema door het jaar.

Antifoon Heilige maagd Maria
Psalm Wees mij genadig, God, wees mij genadig zoals boven (*Psalm 3*)

Bij de terts
Antifoon Heilige maagd Maria
Psalm Jubel voor de Heer zoals boven (*Psalm 10*)

Bij de sext
Antifoon Heilige maagd Maria
Psalm Moge de Heer je verhoren zoals boven (*Psalm 11*)

Bij de noon
Antifoon Heilige maagd Maria
Psalm Op U, Heer, heb ik mijn hoop gesteld zoals boven (*Psalm 12*)

Bij de vespers
Antifoon Heilige maagd Maria
Psalm Alle volken zoals boven (*Psalm 7*)
Merk op dat niet de hele psalm wordt gebeden, maar slechts tot aan het vers Laat heel de aarde beven voor zijn aangezicht (v. 9). *Weet wel dat heel het vers* Neem je lichaam op (v. 8) *gebeden wordt. Na dit vers wordt het* Eer aan de Vader *gebeden.*
En zo wordt het iedere dag bij de vespers gebeden vanaf de advent tot en met de vigilie van Kerstmis.

(Deel 5: Kersttijd tot en met het octaaf van Driekoningen)

Bij de vespers op Kerstmis
Antifoon Heilige maagd Maria

Psalm 15

- 1 Juich voor God, onze helper, * (Ps 81,2a)
jubel van vreugde met juichende stem voor de Heer,
de levende en waarachtige God. (Ps 47,2b; 1 Tes 1,9)
- 2 De Heer is verheven: *
en ontzagwekkende koning, groot over heel de aarde. (Ps 47,3)
- 3 Want de allerheiligste Vader in de hemel,
onze koning van voor de tijden,
heeft zijn geliefde Zoon gezonden vanuit de hoge * (Ps 74,12a; Gal 4,4)
en die werd geboren uit de zalige maagd, de heilige Maria.
- 4 Hij heeft Hem aangeroepen: 'Mijn Vader zijt Gij' * (Ps 89,27a)
en zo gaf die Hem de plaats van eerstgeborene, (Ps 89,28)
verheven boven de koningen van de aarde.
- 5 Op die dag heeft de Heer zijn barmhartigheid verkondigd *
en in de nacht zijn lied. (vgl. Ps 42,9ab)
- 6 Dit is de dag die de Heer heeft gemaakt; *
laten wij juichen en ons erover verheugen. (Ps 118,24)
- 7 Want het allerheiligste, geliefd kind is ons gegeven,
het is voor ons onderweg geboren (vgl. Js 9,5)
en in een kribbe gelegd *
omdat er geen plaats voor Hem was in de herberg. (vgl. Lc 2,7.12.16)
- 8 Glorie aan de Heer God in de hoge *
en vrede op aarde aan de mensen van goede wil. (vgl. Lc 2,14)
- 9 Laat de hemel zich verblijden;
laat de aarde juichen en de zee met al wat erin is bruisen, *

- laat het land met al wat erop is zich verheugen. (Ps 96,11-12a)
- 10 Zing voor Hem een nieuw lied, *
zing voor de Heer, heel de aarde. (Ps 96,1)
- 11 Groot is de Heer en zeer te prijzen, *
ontzagwekkend is Hij boven alle goden. (Ps 96,4)
- 12 Geef de Heer, landen en volken, geef de Heer roem en eer, *
geef de Heer roem van zijn naam. (Ps 96,7-8a)
- 13 Neem je lichaam op en draag zijn heilig kruis *
en volg tot het einde toe zijn allerheiligste geboden.⁹

Merk op dat deze psalm gebeden wordt vanaf de geboorte van de Heer tot en met het octaaf van Driekoningen op alle gebedstijden.

Indien iemand dit officie van de zalige Franciscus wil bidden, moet hij het zo bidden: eerst bidt hij het onzevader met de lofzang Heilig, heilig, heilig. Na de lofzang met het gebed volgt, zoals hierboven aangegeven is, de antifoon Heilige maagd Maria met de psalm die voor iedere gebedstijd van de dag en de nacht is vastgesteld. Het moet met grote eerbied gebeden worden.