



## Psalm 6

Heer, bestraf mij niet in uw toorn,  
tuchtig mij niet in uw gramschap.

*Wees mij genadig, zwak als ik ben;  
maak mij gezond, Heer, ik voel mij geslagen.*

Heel mij geest is verward;  
Heer, hoe lang moet dit duren?

*Houd op, Heer, en spaar mijn leven,  
schenk mij genezing, barmhartige God.*

Want in de dood denk geen mens meer aan U;  
wie zal U loven onder de doden?

*Uitgeput ben ik van klagen en kreunen,  
wenend breng ik mijn nachten door,  
tranen doordrenken mijn kussen.*

Dof van verdriet zijn mijn ogen geworden,  
oud voor hun tijd, omdat velen mij kwellen.

*Gaat van mij weg, die onrecht bedrijft;  
God heeft mijn schreien gehoord.*

God heeft mij bede om hulp vernomen,  
God heeft mij smeken verstaan.

*Laat nu mijn kwellers met schaamte en schrik  
spoedig beschaamd op de vlucht slaan.*

Eer aan de Vader en de Zoon,  
en de heilige Geest;  
*zoals het was in het begin en nu en altijd,  
en in de eeuwen der eeuwen. Amen.*

Allen: **Heer, geneest U de wonden  
en vergeeft U de zonden.**

## Psalm 32 (31)

Gelukkig degene wiens fout werd vergeven,  
wiens zonde door God werd bedekt.

*Gelukkig de mens die geen schuld heeft bij God,  
wiens hart geen misdaad verbergt.*

Zolang ik bleef zwijgen, kwijnde ik weg  
en sleet ik zuchtend mijn dagen.

*Uw hand drukte zwaar op mij dag en nacht,  
mijn kracht vloeide weg als in gloeiende hitte.*

Toen heb ik mijn zonde beleden voor U,  
mijn schuld niet langer ontkend.

*Ik sprak: 'Voor de Heer beken ik mijn fout';  
toen hebt Gij mijn zonde vergeven.*

Daarom zal de vromen zich keren tot U  
wanneer hij door onheil bedreigd wordt.

*Al breek er een stortvloed over hem los,  
de ramspoed zal hem niet raken.*

Mijn toevlucht zijt Gij, mijn redder in nood,  
Gij hult mij in voorspoed en vreugde.

*'Ik toon u de weg die ge voortaan moet gaan,  
Ik leid u en waak over u.*

Wees niet eigenwijs als een paard of een muilnier,  
wiens drift men moet temmen met teugen en bit,  
omdat het anders niet luistert'.

*Want talrijke rampen treffen de zondaar,  
maar God beschermt die vertrouwen op Hem.*

Weest blij in de Heer, alle vromen,  
verheugt u en jubelt, oprechten van hart.

*Eer aan de Vader en de Zoon,  
en de heilige Geest;*

zoals het was in het begin en nu en altijd,  
en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Allen: **Heer, geneest U de wonden  
en vergeeft U de zonden.**

### **Psalm 38 (37)**

Heer, tuchtig mij niet in uw gramschap,  
kastijd mij niet in uw toorn.

*Uw pijlen zijn diep in mijn vlees gedrongen,  
uw straf daalde zwaar op mij neer.*

Uw straf liet geen gave plek op mijn huid,  
gekneusd zijn mijn beenderen om mijn verstoktheid.

*Mijn schuld is mij over het hoofd gegroeid,  
hij drukt mij omlaag als een loodzware last.*

Mijn wonden zweren en rieken,  
omdat ik onwijs was in mijn gedrag.

*Ik strompel gebogen en diep gebukt,  
mistroostig slijt ik mijn dagen.*

Mijn leden zijn hevig ontstoken,  
geheel mijn lichaam is ziek.

*Ik ben gebroken en uitgeput,  
ik schreeuw het uit van ellende.*

Ach Heer, Gij kent al mijn noden,  
mijn klagen dringt tot U door.

*Nu siddert mijn hart en ontzinkt mij de moed  
en nergens zie ik nog licht.*

Mijn vrienden en burenen ontlopen het onheil  
en al mijn bekenden houden zich ver.

*Die mij naar het leven staan spannen mij strikken  
en hebben aldoor bedrog in de zin.*

Maar ik houd mij doof en ik luister niet,  
ik doe als een stomme mijn mond niet open.

*Ik doe maar alsof ik er niets van hoor,  
alsof ik geen antwoord weet.*

Want enkel op U, Heer, stel ik mijn hoop,  
mijn God, Gij zult mij verhoren.

*Ik bid U, gun hun geen leedvermaak  
en laat hen niet pochten als ik een struikel.*

Want aldoor ben ik de val nabij,  
mijn ondergang staat mij voortdurend voor ogen.

*Ik weet en beken dat ik schuldig ben  
en straf verdien voor mijn zonde.*

Maar vaak word ik zonder reden geslagen  
en velen haten mij onverdiend.

*En mensen die goed vergelden met kwaad,  
weerstaan mij omdat ik het goede nastreef.*

Heer, wil mij dus niet verlaten,  
mijn God, blijf niet verre van mij;

*maar haast U om mij te helpen;  
Gij, Heer, zijn mijn toeverlaat.*

Eer aan de Vader en de Zoon,  
en de heilige Geest;

*zoals het was in het begin en nu en altijd,  
en in de eeuwen der eeuwen. Amen.*

Allen: **Heer, geneest U de wonden  
en vergeeft U de zonden.**

### **Psalm 51 (50)**

God, ontferm U over mij in uw barmhartigheid,  
delg mijn zondigheid in uw erbarmen.

*Was mijn schuld volkomen van mij weg,  
reinig mij van al mijn zonden.*

Ik erken dat ik misdreven heb,  
altijd heb ik mijn vergrijp voor ogen.

*Jegens U alleen heb ik gezondigd,  
wat U tegenstaat heb ik gedaan.*

Dus zijt Gij rechtvaardig in uw oordeel,  
is het vonnis dat Gij velt gegrond.

*Ach, met schuld belast werd ik geboren,  
schuldig was ik toen mijn moeder mij ontving.*

Maar Gij hebt behagen in oprechtheid,  
Gij hebt mij geleerd in eigen hart te zien.

*Sprenkel mij met hysop dat ik rein word,  
was mij dat ik witter word dan sneeuw.*

Maak mij weer ontvankelijk voor blijde klanken,  
geef mijn gekastijde lichaam nieuwe levensmoed.

*Wend uw ogen af van mij gebreken,  
scheld mij al mijn schulden kwijt.*

Schep in mij een zuiver hart, mijn God,  
geef mij weer een vastberaden geest.

*Wil mij niet verstoten van uw aanschijn,  
neem uw heilige Geest niet van mij weg.*

Geef mij weer de weelde van uw zegen,  
maak mij sterk in edelmoedigheid.

*Dan zal ik de dwalen uw wegen leren,  
alle schuldigen terugvoeren tot U.*

Houd mij ver van bloedschuld, God mij Redder,  
dan bezingt mijn tong uw wijs beleid.

*Heer, maak Gij mijn lippen los,  
dat mijn mond uw lof kan zingen.*

In geschenken hebt Gij geen behagen,  
    wat ik u ook bied, Gij wilt het niet.  
*Wat ik offer, God is mijn boetvaardigheid,  
    een vermorzeld en vernederd hart wijst Gij niet af.*  
Wees ook Sion in uw goedheid weer genadig,  
    bouw de muren van Jeruzalem weer op.  
*Dan ontvangt Gij alle offers die Gij hebt bevolen,  
    dan komt men weer offeren op uw altaar.*  
Eer aan de Vader en de Zoon,  
    en de heilige Geest;  
*zoals het was in het begin en nu en altijd,  
    en in de eeuwen der eeuwen. Amen.*

Allen: **Heer, geneest U de wonden  
    en vergeeft U de zonden.**

### **Psalm 130 (129)**

Uit de diepte roep ik, Heer,  
    luister naar mijn stem.  
*Wil aandachtig horen  
    naar mijn smeekgebed.*  
Als Gij zonden blijft gedenken,  
    Heer, wie houdt dan stand?  
*Maar bij U vind ik vergeving,  
    daarom zoekt mijn hart naar U.*  
Op de Heer stel ik mijn hoop,  
    op zijn woord vertrouw ik.  
*Gretig zie ik naar Hem uit,  
    meer dan wachters naar de ochtend.*  
Meer dan wachters naar de ochtend,  
    hunkert Israël naar Hem.

*Want de Heer is steeds barmhartig,  
zijn genade onbeperkt.*

Hij zal Israël verlossen  
van zijn ongerechtigheid.

Eer aan de Vader en de Zoon,  
en de heilige Geest;  
*zoals het was in het begin en nu en altijd,  
en in de eeuwen der eeuwen. Amen.*

Allen: **Heer, geneest U de wonden  
en vergeeft U de zonden.**

### **Uit Psalm 143 (142)**

Aanhoor mijn bede, Heer,  
Gij zijt getrouw, let op mijn smeken,  
verhoor mij omdat Gij rechtvaardig zijt.  
*Roep toch uw dienaar niet voor uw gerecht,  
geen mens is immers zonder schuld voor U.*

De tegenstander laat mij niet met rust,  
hij werpt mij op de grond,  
en stoot mij in de duisternis der doden. ...

*Verberg uw aangezicht nu niet voor mij,  
dan zou het zijn als was ik reeds begraven.*

Laat uw genade blijken elke morgen,  
want ik vertrouw op U. ...

*Eer aan de Vader en de Zoon,  
en de heilige Geest;*  
zoals het was in het begin en nu en altijd,  
en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Allen: **Heer, geneest U de wonden  
en vergeeft U de zonden.**