PSALMS

Inhoudsopgawe

Inhoudsopgawe 2
- Psalms oorsig 3
- Groot treë deur Psalms 4
- Die pad van die lewe (Psalm 16 11
- U stem, o HERE (uit Psalm 29) 13
- Ps 37 vir vandag 14
- Krag vir die nag (Ps 46, 2020) 16
- 'n Prewelende gebed uit Psalm 71 18
- Die pelgrim (Psalm 120 – 134) 19
- My vreugde in U Woord (Ps 119) 21
- Lof: liefde in die more, trou in die aand (Psalm 92) 26
- Die ballingskap uit Psalms 27

Psalms oorsig

Psalms is ‘n wonderlike boek,	Paar voorbeelde:
dit besing die lewe uit elke hoek.	
Jy kry daar profetiese stof	Psalm 47, 93, 96, 97, 98 en 99
en heelwat gedigte vol lof.	Psalm 100, 103 , 135, 13, 146-150
Die Woord besing in Wysheidspsalm.	Psalms 1, 32, 34, 37, 49, 73, 112, 119, 127, 128, 133 en 139
Vloek word ook in party weergalm.	Psalms 35, 58, 69, 83, 109 en 137
In sommige word sonde bely.	Dawid 32, 51
Klaag en verdriet sal jy ook kry.	Individu 3, 6, 7, 13, 22, 38, 39, 42, 51, 61, 63, 86, 102 en 130. Volk 44, 60, 74, 79, 80, 83
Fees en pelgrimslied in vertroue,	Pelgrim 120-134, Feesdae 113-118
want deur geskiedenis hul behoue.	Skepping vertel in psalms 19, 29, 33, 65, 74, 104, 136, 139, 147 en 148, Kronologies Psalms 8, 78, 105, 106, 135 en 136, Gebeure psalm 44, 47, 60, 68, 77, 80, 81, 99, 106, 108, 114, 135 en 136

Groot treë deur Psalms

As jy detail gedigte soek,
gaan lees jou Psalmboek.
Ek kan nie die vol boodskap gee:
Stap saam hierdeur met enkel treë.

"O Heer en Gees, sal U my lei
dat ek die regte vers sal kry.
Maar vergewe my, o Heer,
as ek hier iets verkeerds probeer…"

Dit gaan goed as ek op U Woord steun	Ps 1:1-2
Hy beloof: Ek is jou Vader, jy is My seun.	Ps 2:7
U beskerm my van voor	Ps 3:4
as Ek roep, sal U my hoor.	Ps 4:4
My oggendgebed het op U vertrou:	Ps 5:4
Help, my want U is getrou.	Ps 6:5.
Sal U my beskerm o Heer?	Ps 7:2
Kinders en suigelinge sing to U eer!	Ps 8:3
U is regter in U woning.	Ps 9:5,9
Die Here bly altyd Koning.	Ps 10:16
Op Sy troon met hemelse gesag	Ps 11:4
U Here, hou oor my wag!	Ps 12:8
Hoe lank nog in die vyand se hand?	Ps 13:3
God is aan regverdiges se kant.	Ps 14:5
Wie kan toegang tot U woonplek kry?	Ps 15:1
'n Deel is afgemeet vir my!!	Ps 16:6
Soos die appel van U oog het U my beskerm,	Ps 17:8
U het uit die hemel afgebuig en U oor my ontferm.	Ps 18:10,30

Die hemel en aarde getuig van God se mag,	Ps 19:2
uit die hemel verhoor U my gebed vir krag.	Ps 20:7
Die koning sal sy vertroue op die Here laat.	Ps 21:8
My God, my God, waarom het U my verlaat?	Ps 22:2
Die Here is my herder, moet jy verstaan,	Ps 23:1
daarom kan ek saam deur die poorte gaan!	Ps 24:3,7
Leer my U pad, maak U wil aan my bekend.	PS 25:4
Ek laat my lei deur U liefde en trou,	Ps 26:3
die Here is my lig op wie ek vertrou.	Ps 27:1
Die Here beskerm die wat hulle na Hom wend.	Ps 28:7
Magtig is die stem van die Heer.	Ps 29:4
U red, daarom sing ek tot U eer.	Ps 30:4,5,13
In U hande gee ek my lewe oor:	Ps 31:6
U het my sonde belydenis gehoor	Ps 32:5
Deur die natuur kan jy God se almag sien.	Ps 33:4-17
Kom kinders, ek wil julle leer hoe om God te dien.	Ps 34:12
Ek sal U voor die hele gemeente prys,	Ps 35:18
oor U trou wat tot by die wolke rys.	Ps 36:6
Wees rustig: Die skurke sal soos gras vergaan.	Ps 37:2,3
Deur my eie sonde is my lyf geslaan.	Ps 38:4
U alleen is my hoop en U sorg vir my.	Ps 39:8,13
“Nie offers, maar gehoorsaamheid” vra Hy.	Ps 40:7
Maak my tog gesond, o Heer…	Ps 41:5
Soos ‘n wildsbok smag om water te kry,	Ps 42:1
vra ek dat U lig en waarheid my lei,	Ps 43:3

U ken my geheime en seer…	Ps 44:22
Ek dra my gedig voor aan die Koning,	Ps 45:2
Hy is my hulp en toevlug in die nood.	Ps 46:2
Oor die hele aarde is Hy Koning, ja só groot.	Ps 47:3
Hier op Sionsberg is Sy stad en woning.	Ps 48:2,3
Loskoop uit die mag van die dood? Net God alleen!	Ps 49:16
“Ek sal jou uithelp en jy sal My eer.”	Ps 48:15
Was my skoon van my skuld, o Heer	Ps 51:4,11
Die goddelose wil op eie rykdom steun,	Ps 52:9
Daar is niemand wat goed doen nie, selfs nie een.	Ps 53:4
Ek bid, want ek gaan teen die vyande verloor.	Ps 54:4,5
God, wat van ewigheid af regeer, sal hoor!	Ps 55:20
Ek is nie bang, want op God kan ek vertrou:	Ps 56:12
Tot by die wolke reik Sy liefde en trou!	Ps 57:11
Daar is tóg ‘n God wat reg laat geskied.	Ps 58:12
Vir U, my veilige vesting, sing ek die lied.	Ps 59:17,18
Met God aan my kant sal ek die vyand nie vrees:	Ps 60:14
U bring my op ‘n rots waar ek veilig sal wees.	Ps 61:3
Net by God word ek rus gegewe:	Ps 62:1,6
U troue liefde is meer werd as die lewe!	Ps 63:4
O God, my toevlug, hoor my as ek kla.	Ps 64:2,11
U sorg dat die land in oorvloed dra.	Ps 65:10
Hoe ontsagwekkend is U werk, o Heer -	Ps 66:3
alle mense op die hele aarde moet U eer!	Ps 67:8
Hef ‘n loflied aan om Hom eer te betoon.	Ps 68:33,34

Sy nasate sal in die land bly woon.	Ps 69:37
Ek is hulpeloos en arm, gee my raad.	Ps 70:6
Ek is oud en grys, moet my nie verlaat…	Ps 71:18
Geloofd sy die magtige God, die Here:	Ps 72:18
In die einde sal U my by U opneem, in ere!	Ps 73:24
O God, ek kan die swaarkry nie verstaan	Ps 74:1,310,11
God: "Ek sal die goddelose verslaan!"	Ps 75:11
As U uit die hemel antwoord, bly ek sku	Ps 76:9
Waar is 'n God so groot soos U?	Ps 77:14
Ek het bly sondig ten spyte van U wonderdaad…	Ps 78:32
Hoe lank nog, o Here, bly U kwaad?	Ps 79:5
Ek is 'n verlate wingerdstok sonder 'n muur.	Ps 80:9,13
As ek bly voorgee gaan die straf ewig duur…	Ps 81:16
In duisternis gaan almal aan:	Ps 82:5
O God, moet nie afsydig staan!	Ps 83:2
Hoe lieflik is U woning, Heer:	Ps 84:2
Laat ons U troue liefde leer.	Ps 85:8
Sal u die waarheid se pad my leer?	Ps 86:11
Maak my ook 'n Sionskind, o Heer.	Ps 87:6
Kan ek op U wondermag vertrou?	Ps 88:13
Die hemel loof U wondermag en trou!	Ps 89:6
U was 'n toevlug van geslag tot geslag.	Ps 90:1
Ek is nie bang vir die gevaar in die nag.	Ps 91:5
Dit staan vas: U sal altyd regeer.	Ps 92:9,10
Ja, vas: Van altyd af is U daar, o Heer!	Ps 93:2

Kom Regter van die aarde – ons het seer…	Ps 94:2,5
Ek kniel voor U, die Skepper: Aan U die eer.	Ps 95:6
By U heilige verskyning buig ek neer.	Ps 96:9
Die aarde moet juig: Die Here regeer!	Ps 97:1
Juig en sing 'n nuwe lied tot Sy eer:	Ps 98:1,4,5
U, o God, is heilig: hoog verhewe.	Ps 99:2,3
Juig al wat leef, juig voor die Heer.	Ps 100:1
Ek wil my daaraan wy om opreg te lewe.	Ps 101:2
U heers vir altyd, ja van geslag tot geslag.	Ps 102:13
Onverganklik U liefde vir die wat op U wag.	Ps 103:17
U is met 'n kleed van lig omhul.	Ps 104:2
U sal U verbondsbeloftes vervul.	Ps 105:10,42
U hoor my smeekbede uit genade.	Ps 106:44,45
Ek sien daagliks die trou van U dade.	Ps 107:42,43
Met God aan my kant sal ek oorwin:	Ps 108:14
Ek is hulpeloos en arm – my hart krimp in…	Ps 109:22
U is die Koning wat oor die wêreld regeer.	Ps 110,,5,6
Wysheid begin met die dien van die Heer.	Ps 111:10
Dit gaan goed met elkeen wat die Here dien,	Ps 112:1
Hy wat in die hemel woon en alles hier sien.	Ps 113:5,6
Bewe, aarde, as die Here verskyn!	Ps 114:7
Nie aan my nie, maar aan U die eer:	Ps 115:1
U het 'n einde gemaak aan my pyn.	Ps 116:8
Ja, daar is geen einde aan U trou o Heer!	Ps 117:1

Die Here is by my – ek ken geen vrees: Ps 118:6
Ek wil gehoorsaam aan sy gebooie wees! Ps 119:5,13,40,44,72,97
Al kom die vyand se pyle soos kole aan, Ps 120:4
die Here beskerm my waar ek ookal gaan. Ps 121:8

Ek vat weer 'n pelgrimstog na U huis, Ps 122:1
my slaafsoë is op U gerig, om my te wys: Ps 123:2
Om die wip van die voëlvanger te vermy Ps 124:7
ja, soos Jerusalem se berge beskerm U my! Ps 125:2

Ek kan nou lag en sing: "U het my bevry. Ps 126:1,2,3
As U die huis nie bou nie, swoeg ek verniet! Ps 127:1
Die vrug van my arbeid sal ek geniet. Ps 128:2
Die goddelose se bande is losgesny!" Ps 129:4

Ek wag op die vervulling van U Woord. Ps 130:5
Wagtend, soos 'n kind, sal ek vrede in U arms vind. Ps 131:2
Uit Dawid se geslag bring U verlossing voort, Ps 132:11,12
daarom leef ons afwagtend eensgesind. Ps 133:1

Laat Heer U seën op ons daal, Ps 134:3
U wat hemel en aarde uitmekaar kan haal. Ps 135:6
Aan U liefde is daar geen end. Ps 136:1,2,3,4…
Maak U krag ook hier in Babel bekend! Ps 137:1,8

Ek kry krag as ek in gebed na U toe gaan. Ps 138:3
Of ek sit en of ek staan, U weet waar ek gaan. Ps 139:1,2,3
Help my om nie in goddelose strikke te val. Ps 140:5,6
Bewaar my gedagtes dat ek nie in sonde verval. Ps 141:4

Ek smeek om genade, Here hoor: Ps 142:2

Ek het alle moed verloor!	Ps 143:4
U is my veilige vesting wat my red.	Ps 144:2
Genadig hoor U my gebed!	Ps 145:19
Prys die Heer met bly galme	Ps 146:2
in genot sing ek my psalme!	Ps 147:1
Prys Hom engele, prys die Heer,	Ps 148:2
ek sing 'n nuwe lied tot Sy eer.	Ps 149:1,3
Prys hom almal wat asem haal,	Ps 150:6
prys Hom met galmende simbaal!	Ps 150:5

Die pad van die lewe (Psalm 16

Kernvers:
Vers 11
U wys die pad van die lewe vir my uit:
Oorvloedige vreugde in U teenwoordigheid.
Lieflikhede uit U regterhand uit
en dit hou aan vir altyd!

STAP 1 van die pad van die lewe:
Oorvloedige vreugde in U teenwoordigheid.

Vers 9-10
Daarom is my hart bly,
ja, my liggaam sal veilig bly.
Dis 'n innerlike blydskap, onverdien,
want my lewe sal die doderyk nie sien.

Hand 2:22-32
Petrus haal die psalm aan
en help ons om te verstaan,
dat die hier oor Jesus gaan –
Hy het uit die dood opgestaan!

Hy het die dood vir ons oorwin,
daarom maak oorvloedige vreugde sin.
Ja in Sy teenwoordigheid,
in alle ewigheid!

Stap 2 van die pad van die lewe:
Lieflikhede uit U regterhand uit.

Handelinge 2
Hy sit aan God se regterhand
en bestuur so alle gebeure in elke land.
Alles wat in my lewe gebeur,
is heeltemal in Sy beheer.

Verse 7-8
U is alomteenwoordig,
op U hou ek my oë gerig.
U is aan my regterkant,
daarom struikel ek nie uit U hand.

Verse 5-6
My erfdeel en beker se lot is deur U bepaal.
My erfenis is mooi en deur U betaal.
Die meetsnoere het in lieflike plekke geval.
Dit gaan hier oor meer as die nageslag se getal:

Vers 2
U is my Heer!
Buiten U, het ek geleer,
is daar niks goeds vir my –
die grootste Skat wat ek kon kry!

Stap 3 van die pad van die lewe:
Vir altyd!

Die pad van die lewe gaan vir altyd aan,
‘n tydperk bo my verstaan,
Vir altyd in U teenwoordigheid,
vir ewig lieflikhede uit U regterhand uit!

Ja, U wys die pad van die lewe vir my uit:
Oorvloedige vreugde in U teenwoordigheid.
Lieflikhede uit U regterhand uit
en dit hou aan vir altyd!

U stem, o HERE (uit Psalm 29)

Ek buig in aanbidding voor U HERE, se glansryke heerlikheid.
Ek erken U as HERE, soos Moses met my skoene uit…
Ek erken, HERE, dat U majesteit en krag groot is.
Ek erken, HERE, die majesteit van U Naam.

U stem, o HERE, kom oor magtige waters heen.
U stem, o God van majesteit laat dreun.
U stem, o HERE, geen krag is daaraan gelyk.
U stem, o HERE, geen ding is so glansryk.

U stem, o HERE, kan seders breek.
Libanon se seders versplinter as U spreek.
Reuse bome wat soos ‘n kalf bokspring.
Sirjon se bome word soos buffels gedring.

U stem, o HERE, laat vlamme lewe.
U stem, o HERE, laat die woestyn bewe.
U stem, o HERE, laat terebint bome sidder,
dit laat bosse kaal in die koue bibber…

U hele paleis roep uit:
Heerlikheid, Majesteit!

U HERE, troon en heers oor die vloed,
U HERE, is vir ewig koning oor alle goed.
Alle krag wat ek het: U HERE, is die rede.
O HERE, seën my nou met U vrede.

Ps 37 vir vandag

Die Amerikaanse verkiesing het almal op hol.
Uitsprake in ons eie land laat bloed in jou are stol.
Korrupsie in die regering in aan die orde van die dag.
Vir die gewone burger lyk dinge donker soos die nag...

Moet jou nie oor skelms en skurke bekommer,
soos gras en groenigheid verdwyn hul sommer.
Vertrou op die Heer se beloftes in Sy Woord!
Doen goed, woon en werk rustig voort.
Vind jou vreugde in jou Heer -
Hy sal jou gee wat jy begeer. (Ps 37:1-4).

Mens lees op Facebook hoe mense vertel
hoe die voorspoed van die skelms hul ontstel...
Party soek paniekbevange raad,
ander word weer net kwaad...

Maar die psalm wil jou laat onthou:
Jy moet in stilte op die Heer vertrou.
Laat staan die woede, moet jou nie ontstel,
dit bring net ellende as jy jou so kwel.
Eendag is al die skelms van kant,
maar jy deel in die beloofde land... (Ps 37:7-11)

Ekstremes dreig om jou dood te maak
Plaasmoorde laat boere beangs waak...
Nog 'n mislukte oes verdroog,
maar goddeloses lewe hoog!

Die goddelose soek die regverdige se lewe
Die Here lag, want Hy weet eendag sal hul bewe...
Dis beter, al het die regverdige min,
as die rykdom wat goddelose in.
Die vyand van die Here sal tot niet gaan,
maar jy sal in nood nie verleë staan. (Ps 37: 12-20)

Staatsgeld vir eie gewin.
Tenders hul kinders sin.
Leen, maar nooit betaal.
Gierigheid op 'n ander skaal!

Die goddelose leen en betaal nie terug,
die regverdige kry jammer en help die wat sug.
Die Here roei hulle uit wat Hom vervloek,
maar Hy seën die wat na Hom soek.

Die goeie leen uit, maar wil nie rente hê,
as hy val, sal God nie dat hy bly lê! (Ps 37:21-26)

Gewelddadiges soek om dood te maak.
Ander vat jou hof toe oor hul saak.
Oor elke negatiewe nuus berig,
hang moedeloosheid in die lug.

Die goddelose lê die regverdige voor,
want hy wil hulle vermoor...
Maar God laat hom nie begaan,
selfs as hy in die regbank moet staan.
Die regverdige kan met wysheid praat,
want God se Woord bepaal sy daad. (Ps 37:27-33).

Die wettelose mense bly so vervuil
dat mens skoon in jou hande wil huil.
Gewone mense laat die reëls ook nou staan
want dis om te oorleef – kan jy nie verstaan?

Die Here sal jou weer laat opstaan in die land,
al skiet roekeloses op soos 'n plant.
Vir die opregte is daar 'n ewige weg,
die toekoms vir die goddeloses is sleg...
Skuil by Hom wat help en bevry,
want jy sal die ewige lewe kry! (Ps 37:34-40).

So jy wat so graag op Facebook blaai
en met al die "likes" paniek verder saai.
Miskien moet jy eerder gaan soek
vir jou hulp in God se Boek:

Moet jou nie oor skelms en skurke bekommer,
soos gras en groenigheid verdwyn hul sommer.
Vertrou op die Heer se beloftes in Sy Woord!
Doen goed, woon en werk rustig voort.
Vind jou vreugde in jou Heer -
Hy sal jou gee wat jy begeer. (Ps 37:1-4).

Krag vir die nag (Ps 46, 2020)

O God, Heerser oor elke mag,
ek bring my vrees na U vandag.
Ukraïne, geweld, armoede en Covid wêreldwyd,
natuurrampe, ja, Here, alles tekens van die tyd.

My kind, jy gaan jou verstom,
oor wat binnekort nóg kom:

Die hele aarde gaan skud,
waters woed, skuimend wit
berge gaan wankel en meegee
tot in die hart van die see! (Ps 46:3-4)

Here as alles nog erger gaan loop,
waarop plaas ons dan ons hoop?

Ek gaan help as die oggend aanbreek,
dan het ek my reeds op jou vyande gewreek.
Vir ewig sal jy in My heilige woonplek bly.
Vreugde uit My rivier se watervore kry. (Ps 46:5-7)

O God, waar kry mens dan krag
vir hierdie laaste stukkie donker nag?

Ek is die bron van jou krag! (Ps 46:2)
Kyk na die dade van jou Heer:
Ek, die een wat oorloë beheer. (Ps 46:9-10)
Ek is die Heerser oor alle mag. (Ps 46:6,12)

O God, vir dit wat kom is ek nog benoud,
waarheen kan ek vlug vir my behoud?

Roep My aan met vertroue My kind:
In benoudheid kan jy My altyd vind. (Ps 46:2)
Ek is by jou, ja altyd daar, (Ps 46:2,6)
jou Skuilplek in gevaar! (Ps 46:1)

My eie dinge lyk so uit beheer,
sal ek kan staande bly, o Heer?

Bo die nasies is ek verhewe,
Bo die aarde is ek verhewe.
Jy moet my woorde aanvaar en
erken dat ek God is en bedaar. (Ps 46:11)

O Here, Heerser oor alle mag,
U is die bron van al my krag.
In benoudheid het ek U hier by my gevind.
Ja, U is My toevlugsoord, en ek U kind! (Ps 46:2,12)

'n Prewelende gebed uit Psalm 71

Here, U is ‘n bergskuiling wat my omvou (Vers 3).
Van my jeug af kon ek op U vertrou.
U het my losgeknip uit my moeder se ingewand,
van toe af steun ek op U beskermende hand (Verse 4-5).

Moet my nie in my ouderdom versaak,
my verlaat as my krag al minder raak (Vers 9).
Al word ek nou baie broos,
vra ek dat U my sal troos (Vers 21).

Met voortdurende hoop bly ek sing,
my mond wil net lof aan U bring,
want U verlossingsdade is meer as wat ek kan tel,
ek sal die hele dag van U geregtigheid vertel (Verse 14-15).

U het my van my jeug af geleer,
U wonderdade word net meer en meer.
In die grysheid en ouderdom moet U my nie verlaat,
totdat ek aan die nageslag kan getuig van U daad: (Vers 18).

Ek wil U dank vir U heiligheid.
Ek wil jubel oor U getrouheid.
Ek prewel oor U geregtigheid,
al kom die klanke nou moeilik uit… (Vers 22).

Die pelgrim (Psalm 120 – 134)

Oppad na die ewige Jerusalem,
is ek 'n pelgrim, hoor my stem:

As vreemdeling het ek geleer (Psalm 120)
dat ek U ewige vrede begeer.

Ek stap tussen gevaarlike berge deur, (Psalm 121)
my hulp kom net van die Heer!
Hy beskerm my teen gevaar,
dag en nag sal Hy my bewaar.

My eindpunt is die huis van die Heer, (Psalm 122)
daar wil ek Sy naam loof en eer!

My oë is gerig op U o God, (Psalm 123)
ontferm U tog oor my lot…

Die Here het my gehelp, ek bely: (Psalm 124)
Uit die wip van die voëlvanger bevry.

Sionsberg kan nie beweeg of vergaan, (Psalm 125)
net so vas moet my vertroue staan.
Soos berge Jerusalem omvou,
so beskerm die Here my nou.

Terwyl ek met trane loop en saai, (Psalm 126)
weet ek die gerwe sal juigend waai.

As die Here my huis nie bou (Psalm 127)
swoeg ek tevergeefs daaraan nou.
Tevergeefs om daagliks te raap en skraap:
Vir die wat Hy liefhet gee hy dit in hul slaap!

Dit gaan goed met die wat die Here dien, (Psalm 128)
die vrug van jou arbeid sal jy sien.
'n Vrou en kinders word vir jou geleen,
as deel van God se vrugbaarheidseën.

En word ek deur die wêreld verdruk, (Psalm 129)
sal God my uit die bande losruk.

Uit die dieptes roep ek, o Heer, (Psalm 130)
U vergifnis is wat ek begeer.
As U my sonde sou gadeslaan
sou ek glad nie meer bestaan!

In vertroue by ek op U wag,
want U beloftes bly van krag.
Die Here is in liefde getrou:
Verlossing van sonde kry ek nou!

In die aardse stryd moes ek leer: (Psalm 131)
Oor groot dinge bekommer ek nie meer.
Soos in my ma se arms as kind,
moet ek rus en kalmte vind.
Op dié manier kan ek elke dag
in vertroue op die Here wag!

As pelgrim moes ek verstaan, (Psalm 132)
dat alles oor U ewige woning gaan.

Nou kan broers in eensgesindheid bly (Psalm 133)
en so die koninklike salwing kry.

Ek hef my hande op in gebed: (Psalm 134)
Net U seën, o Skepper, sal my red!

En jy, pelgrim, wanneer gaan jý leer
wat dit is wat jy regtig begeer?

My vreugde in U Woord (Ps 119)

Psalm 119 is die langste psalm en hoofstuk in die Bybel. Daar is 176 verse. Elke agt verse begin met die volgende letter van die alfabet. In feitlik elke vers word God se Woord besing. Daar is dus nie nog 'n letter van die alfabet waarmee die omvattende wonder, standvastigheid en regverdigheid van God se Woord nog beskryf kan word nie. Hierdie gedig poog nie om, soos die psalm wat ons sing, elke lyn te berym nie, maar fokus op die tema wat deur hierdie psalm loop van die vreugde wat die Woord in ons lewe bring.

Alef (A)

Ai, hoe welgeluksalig sal jy wees

as jy die Woord van God lees.

Neem ter harte wat Hy beloof

dan sal jy Hom opreg loof !

(Ps 119:1-8)

1Dit gaan goed met dié wat onberispelik lewe, [welgeluksalig, 1953] dié wat wandel volgens die woord van die Here. 2Dit gaan goed met dié wat sy verordeninge gehoorsaam, dié wat met hulle hele hart sy wil doen, 3geen onreg pleeg nie en in sy weë wandel. 4U het u bevele gegee dat dit ten volle uitgevoer moet word. 5As ek tog maar net op 'n vaste koers kan bly en my aan u voorskrifte kan hou! 6As ek al u gebooie in ag neem, sal ek nooit raad-op wees nie. 7U bepalings is regverdig; as ek hulle ter harte neem, sal ek U loof met 'n opregte hart. 8Ek sal my aan u voorskrifte hou: moet my tog nooit verlaat nie. (Ps 119:1-8)

Bet (B)

Bo die vreugde om van U Woord te leer

kom niks, nie eers om rykdom te begeer!

Ek verlustig my in U wet

wat ek in my hart gebêre het. (Ps 119:9-16)

9Hoe kan 'n jongmens sy lewe skoon hou? [sy pad suiwer hou, 1953] Deur hom te hou aan u woord! 10Ek wil aan U gehoorsaam wees met my hele hart, laat my nie afwyk van u gebooie nie. 11Aan u beloftes hou ek vas, [Ek het u woord in my hart gebêre, 1953] dit weerhou my van sonde teen U. 12Aan U kom die lof toe, Here, leer my u voorskrifte. 13Al u bepalings wil ek een vir een opnoem. 14Om volgens u verordeninge te lewe, gee my meer vreugde as al die rykdom van die wêreld. 15U bevele bly my altyd by. Ek gee ag op die pad wat U aanwys. 16Ek verlustig my in u voorskrifte, u woord vergeet ek nie. (Ps 119:9-16)

Gimel (G)

Gee uit U Woord vir my raad,

want mense beplan teen my kwaad.

Ek kwyn weg van verlange na u deugde.

U verordeninge is my 'n vreugde.

(Ps 119:17-24)

17Doen goed aan u dienaar, dan sal ek lewe en u woord gehoorsaam. 18Maak my oë oop dat ek die kragtige werking van u wet ervaar. 19Hier op aarde is ek net op u beskerming aangewese: laat my tog nie sonder u gebooie wees nie. 20Ek kwyn weg van verlange na u bepalings. 21U straf die hovaardiges, die vervloektes wat van u gebooie afwyk. 22Keer tog dat ek nie beledig of gesmaad word nie, want ek kom u verordeninge na. 23Selfs al smee mense wat mag het, komplotte teen my, ek sal my hou aan wat U neergelê het. 24U verordeninge is my vreugde, hulle is my raadgewers. (Ps 119:17-24)

Dalet (D)

Dít laat my U kragtige dade loof:

U skenk my krag, soos in U Woord beloof!

Keer tog dat my lewe U nie teleur sal stel:

Laat U Woord my die betroubare pad vertel.

(Ps 119:25-32)

25Ek verkeer in doodsgevaar, gee my nuwe lewe soos U in u woord beloof het. 26Ek het my lewensloop aan U bekend gemaak en U het my gebed verhoor; leer my u voorskrifte. 27Leer my hoe om u bevele uit te voer. Ek wil van u magtige dade vertel. 28Ek kwyn weg van kommer, skenk my krag soos U in u woord beloof het. 29Hou valsheid ver van my af, wees my genadig, leer my u wet. 30Ek kies die betroubare pad, ek lewe volgens u bepalings. 31Ek hou vas aan u verordeninge, Here, moet tog nie dat my lewe 'n teleurstelling word nie. 32Ek is gretig om u gebooie te gehoorsaam, want U verryk my lewe. (Ps 119:25-32)

He (H)

Here, weerhou my van 'n nuttelose lewe:

Met my hele hart wil ek na U bevele strewe.

Laat my wandel na U gebooie, soos U kind,

want daarin sal ek my vreugde vind.

(Ps 119:33-40)

33Here, leer my hoe om u voorskrifte uit te voer, sodat
ek my tot die einde toe daaraan kan hou. 34Gee my
insig, dat ek u wet kan gehoorsaam en dit met my hele
hart kan onderhou. 35Laat my wandel volgens u
gebooie, want daarin vind ek vreugde. 36U
verordeninge, laat dié my na aan die hart lê, nie die
begeerte om myself te verryk nie. 37Weerhou my van 'n
nuttelose lewe, laat my leef op die weg wat U aanwys.
38Vervul ook aan my die belofte wat U gegee het aan
dié wat U dien. 39Die venyn van mense, daarvoor is ek
bang, moenie dat dit my tref nie. Maar u bepalings, dié
is goed. 40Ek wil u bevele nakom. Hou my in die lewe,
want U is getrou. (Ps 119:33-40)

Wau (W)

Wette waarin ek my verlustig!

U verordeninge maak my rustig:

Op U Woord kan ek vertrou,

want U sál U beloftes hou. (Ps 119:41-48)

41Bewys aan my u troue liefde, Here, red my volgens u
belofte. 42Dan sal ek dié wat my vals beskuldig, kan
antwoord, want ek vertrou op u woord. 43Weerhou my
tog van alles wat onwaar is. In u bepalings stel ek my
vertroue. 44Ek wil u wet my hele lewe lank onderhou.
45My lewe sal veilig wees, want ek vra steeds wat u
bevele is. 46Selfs voor die hoogste gesag sal ek u
verordeninge met vrymoedigheid aanhaal. 47In u
gebooie, wat ek liefhet, sal ek my verlustig. 48Op u
gebooie, wat ek liefhet, sal ek al my hoop vestig. U
voorskrifte sal my bybly. (Ps 119:41-48)

Sajin (U)

U voorskrifte is vir my 'n lewenslied:

In die nag dink ek aan wat U gebied.

In my ellende is ek met troos omvou,

want dis U beloftes wat my in die lewe hou.

(Ps 119:49-56)

49Onthou tog u woord aan my, die woord waarop U my
laat hoop het. 50Dit is my troos in my ellende: dat u
belofte my in die lewe hou. 51Ek moes die felle spot van
hovaardige mense verduur, maar van u wet het ek nie
afgewyk nie. 52Ek onderhou u bepalings van altyd af,
Here: dit gee my vertroue. 53Ontsteltenis het my oorval
oor die goddeloses wat u wet verontagsaam. 54U
voorskrifte is vir my 'n lied in my lewe hier op aarde.
55Selfs in die nag dink ek aan U, Here, en is ek
gehoorsaam aan u wet. 56Om u bevele uit te voer, is vir
my die lewe. (Ps 119:49-56)

Get (E)

Ek staan op in die middel van die nagwaak

omdat U bepalings my hart te vol maak!

Die aarde is vol van U troue liefde, Heer

Sal U U voorskrifte vir my leer?

(Ps 119:57-64)

57Ek het gesê: "Dít is my lewe, Here, om u woord te
gehoorsaam." 58Ek smeek U met my hele hart: "Wees
my genadig, soos U beloof het. 59Ek het die koers van
my lewe oordink en na u verordeninge teruggekeer.
60Ek talm nie, ek haas my om u gebooie te onderhou."
61Die goddeloses wou my in hulle strikke kry, maar ek
het u wet nie verontagsaam nie. 62Selfs in die middel
van die nag staan ek op om U te loof vir u regverdige
bepalings. 63Ek is 'n vriend van almal wat U dien en u
bevele gehoorsaam. 64Die aarde is vol van u troue
liefde, Here. Leer my u voorskrifte. (Ps 119:57-64)

Tet (T)

Ten spyte van mense se beswaddering

en koue oor U wet, verlustig ek my daarin.

U is goed en U doen goed, O Heer,

laat my goeie insig en kennis leer.

(Ps 119:65-72)

65U het aan my goed gedoen, Here, soos U beloof het.
66Gee my goeie insig en kennis, want ek stel my
vertroue in u gebooie. 67Voordat ek swaargekry het,
het ek gedwaal, maar nou hou ek my aan u woord. 68U
is goed en U doen goed; leer my u voorskrifte.
69Hovaardige mense beswadder my, maar ek voer u
bevele uit met my hele hart. 70Hulle staan koud
teenoor u wet, maar ék verlustig my daarin. 71Dit is vir
my goed dat ek swaargekry het, want daardeur het ek u
voorskrifte geleer. 72U wet is vir my kosbaarder as 'n
oorvloed van goud en silwer. (Ps 119:65-72)

Jod (J)

Ja, met U eie hande het U my gevorm en gemaak,

ek kan U Woord dus vertrou vir elke lewenstaak.

Ontferm U oor my dat ek lewe het

want ek verlustig my in U wet.

(Ps 119:73-80)

73Met u eie hande het U my gemaak, my gevorm; gee my insig, dat ek u gebooie kan verstaan. 74Dié wat U dien, is bly as hulle my sien, want ek vertrou op u woord. 75Ek weet, Here, dat u bepalings regverdig is. Dat U my laat swaarkry, is 'n teken van u trou. 76Gee tog vir my uitkoms deur u troue liefde, soos U my beloof het. 77Ontferm U oor my, dat ek kan lewe, want ek verlustig my in u wet. 78Laat die hovaardige mense die slegste daarvan afkom, want hulle het my vals beskuldig; u bevele bly my altyd by. 79Laat dié wat U dien en u verordeninge ken, aan my kant wees. 80Laat my volledig by u voorskrifte bly, sodat ek nooit raad-op sal wees nie. (Ps 119:73-80)

Kaf (K)

Kan ek nog langer so lewe?

Vervolgers laat my bewe...

Op al u gebooie en liefde kan ek my verlaat.

Met verlange smag ek na U vervullingsdaad!

(Ps 119:81-88)

81Ek smag na u redding, ek vertrou op u woord. 82Ek sien verlangend uit na die vervulling van u belofte en vra: "Wanneer gee U tog vir my uitkoms?" 83Ek het verskrompel soos 'n velsak in die rook, maar u voorskrifte het ek nie verontagsaam nie. 84Hoe lank moet ek nog so lewe? Wanneer straf U my vervolgers? 85Die hovaardiges, wat nie volgens u wet lewe nie, het vir my meer as een keer 'n gat gegrawe om in te val. 86Op al u gebooie kan ek my verlaat. Help my, want dié mense vervolg my sonder rede. 87Hulle het my byna van die aarde af laat verdwyn, maar u bevele het ek nie verontagsaam nie. 88Hou my in die lewe omdat U my liefhet, dan sal ek u onderwysing gehoorsaam. (Ps 119:81-88)

Lamed (L)

Lofwaardig is U trou van geslag tot geslag

U Woord, Here, staan vas tot vandag.

In U wet en gebed het ek my verlustig,

daarom is ek selfs in ellende rustig.

(Ps 119:89-96)

89U woord, Here, staan vir altyd vas in die hemel. 90U trou is van geslag tot geslag; U het die aarde gemaak, en dit staan vas. 91Ja, wat U bepaal het, staan vandag nog vas, alles is aan U onderworpe. 92As ek my nie in u wet verlustig het nie, het ek omgekom in my ellende. 93Ek sal u bevele nooit verontagsaam nie, want deur hulle het U my in die lewe gehou. 94Ek behoort aan U, red my, want ek vra steeds wat u bevele is. 95Al staan die goddeloses gereed om my te vernietig, u verordeninge sal ek in ag bly neem. 96Ek het ondervind dat alle volmaaktheid perke het, net u gebod het geen begrensing nie. (Ps 119:89-96)

Mem (M)

My voete wyk van die verkeerde weg.

U gebod bly by my en leer my wat is reg.

Hoe lief het ek u aangename wet -

dis soeter as die heuning wat ek het!

(Ps 119:97-104)

97Hoe lief het ek u wet! Dit bly my elke oomblik by. 98U gebooie gee my meer insig as wat my vyande het, en is altyd by my. 99Ek munt uit bo al my leermeesters, want u verordeninge bly my by. 100Ek het meer insig as ouer mense, want ek gehoorsaam u bevele. 101Ek het my voete van elke verkeerde pad af gehou sodat ek gehoorsaam kan wees aan u woord. 102Van u bepalings het ek nie afgewyk nie, want U het my dit geleer. 103Hoe aangenaam is u woord, soeter as heuning in die mond. 104U bevele gee my insig, daarom haat ek elke verkeerde pad. (Ps 119:97-104)

Noen (N)

Neem tog my vreugde en dank aan, Heer:

U Woord is die lamp wat my die pad leer.

Strikke stel my lewe gedurig in gevaar,

maar U bevele sal ek nie laat vaar!

(Ps 119:105-112)

105U woord is die lamp wat my die weg wys, die lig op my pad. 106Ek het 'n eed afgelê, en daarby sal ek bly, om my aan u bepalings te hou; hulle is regverdig. 107Ek ly swaar, Here, hou my in die lewe, soos U beloof het. 108Neem tog my dank aan, Here. Leer my u bepalings. 109My lewe is gedurig in gevaar, maar u wet verontagsaam ek nie. 110Die goddeloses stel vir my 'n strik, maar van u bevele wyk ek nie af nie. 111U verordeninge maak ek altyd my eie, want hulle is vir my 'n vreugde. 112Ek lê my daarop toe om u voorskrifte altyd uit te voer, tot die einde toe. (Ps 119:105-112)

Samek (S)

Skuiling en beskerming teen goddeloses is by U
In my verwagting sal ek nie teleurgestel word nie.
In liefde wil ek U voorskrifte voor oë hou,
met diepe ontsag op U Woord vertrou.
(Ps 119:113-120)

113Ek haat huigelary, maar u wet het ek lief. 114By U
skuil ek, U beskerm my, in u woord stel ek my vertroue.
115Gaan weg van my af, julle wat onreg doen; ek sal
aan die gebooie van my God gehoorsaam bly. 116Laat
my vas staan soos U beloof het, dat ek kan lewe, dat ek
nie teleurgestel sal wees in my verwagting nie.
117Beskerm my, dan sal ek behoue bly en u voorskrifte
gedurig voor oë hou. 118U verwerp almal wat van u
voorskrifte afdwaal; met hulle ontrou mislei hulle
hulleself. 119U verwyder al die goddeloses van die
aarde af soos waardelose skuim, daarom het ek u
verordeninge lief. 120Ek sidder van vrees vir U, ek het
diepe ontsag vir u bepalings. (Ps 119:113-120)

Ajin (O)

Onderrig my volgens U troue liefde, Heer.
Handel met my wat U voorskrifte leer.
Ek het al u gebooie liewer as goud
'n Nougesette lewenspad is my behoud.
(Ps 119:121-128)

121Ek het gedoen wat reg en regverdig is, moet my tog
nie oorgee aan die genade van dié wat my veronreg nie.
122Tree tog vir my in dat dit met my goed kan gaan,
moenie toelaat dat hovaardige mense my verdruk nie.
123Ek smag na die bevryding wat U bring, na u woord
wat my red. 124Handel met my volgens u troue liefde,
leer my u voorskrifte. 125Ek is u dienaar: onderrig my
tog in u verordeninge. 126Dit is tyd dat die Here ingryp
teen dié wat sy wet oortree. 127Ek het u gebooie liewer
as goud, as fyn goud. 128Daarom leef ek nougeset
volgens al u bevele en haat ek elke verkeerde pad. (Ps
119:121-128)

Pe (P)

Padverligting en insig kom van U Woord
Ek smag na U gebooie se druiweboord.
Oor goddeloses vloei my trane sonder ophou
Laat U Woord my op die regte pad hou.
(Ps 119:129-136)

129U verordeninge is wonderlik, daarom kom ek hulle
na. 130Wanneer u woord vir mense oopgaan, bring dit
lig; dit gee insig aan dié wat nog onervare is. 131Met my
hele wese smag ek na u gebooie, verlang ek daarna.
132Sien my in genade aan soos U altyd doen vir dié **wat
u Naam liefhet.** 133Laat u woord my op die regte pad
hou; moet tog nie dat enige kwaad die oorhand oor my
kry nie. 134Bevry my van veronregting deur mense. Ek
wil u bevele gehoorsaam. 135Verskyn tog tot my
redding, leer my u voorskrifte. 136My trane vloei sonder
ophou omdat die mense u wet nie onderhou nie. (Ps
119:129-136)

Sade (Y)

Ydele teëstanders verontagsaam U gebod,
maar U is 'n regverdige en getroue God.
U gebooie het ek lief en kan ek my in verlustig.
Dat dit altyd vas staan maak my rustig.
(Ps 119:137-144)

137U is regverdig, Here, wat U bepaal, is reg. 138In
groot regverdigheid en trou het U u verordeninge
uitgevaardig. 139Ontsteltenis verteer my omdat my
teëstanders u woord verontagsaam. 140U woord is baie
suiwer, ek het dit lief. 141Al is ek gering en verag, u
bevele verontagsaam ek nie. 142U is altyd getrou en
regverdig, u wet staan altyd vas. 143Al oorval angs en
benoudheid my, in u gebooie bly ek my verlustig. 144U
verordeninge is altyd regverdig; gee my insig daarin, dat
ek kan lewe. (Ps 119:137-144)

Kof (K)

K*yk, ek roep na U met my hele hart,*

in vertroue teen listige vervolgersmart.

In die nag oorpeins ek U gebod.

U is by my Here, my God!

(Ps 119:145-152)

145Ek roep na U met my hele hart, verhoor tog my gebed, Here, ek wil u voorskrifte nakom. 146Ek roep na U, red my, ek wil u verordeninge gehoorsaam. 147In die oggendskemer al roep ek om hulp en stel ek my vertroue in u woord. 148Die hele nag lê ek wakker en oorpeins ek u woord. 149Handel volgens u liefde, Here, luister tog na my. Laat u bepalings geld, hou my in die lewe. 150Dié wat my met soveel lis vervolg, kom steeds nader, maar van u wet af bly hulle ver. 151U is by my, Here, alles wat U gebied het, staan vas. 152Van lankal af weet ek van u verordeninge dat U hulle altyd vas laat staan. (Ps 119:145-152)

Resj (R)

R*ed my tog as U my ellende aanskou.*

U is barmhartig en aan u beloftes getrou.

Hou my in die lewe want ek het U lief.

Behartig tog my saak en bevry my asseblief.

(Ps 119:153-160)

153Aanskou tog my ellende en red my, want u wet het ek nie verontagsaam nie. 154Behartig tog my saak en bevry my, hou my in die lewe volgens u belofte. 155Vir die goddeloses is daar nie uitkoms nie, want hulle steur hulle nie aan u voorskrifte nie. 156U barmhartigheid is groot, Here, laat u bepalings geld, hou my in die lewe. 157Ek het baie vervolgers en teëstanders, maar van u verordeninge wyk ek nie af nie. 158Ek het die verraad van die ontroues gesien, en dit het my met walging vervul dat hulle u woord nie gehoorsaam nie. 159Neem tog in ag dat ek u bevele liefhet, Here, hou my in die lewe omdat U my liefhet. 160Op u woord kan 'n mens hom geheel en al verlaat. Al u bepalings is regverdig. Hulle staan vas. (Ps 119:153-160)

Sjin (S)

S*oos iemand wat 'n groot skat in die hande kry,*

so lief het ek U Woord en maak dit my bly.

U bepalings is regverdig en gee my krag

daarom loof ek U soveel keer elke dag!

(Ps 119:161-168)

161Maghebbers vervolg my sonder oorsaak, maar u woord is die enigste wat ek vrees. 162Oor u woord is ek so bly soos iemand wat 'n groot skat in die hande gekry het. 163Ek haat en verafsku leuens, maar u wet het ek lief. 164Ek loof U soveel keer elke dag oor u bepalings. Hulle is regverdig. 165Vir dié wat u wet liefhet, is daar groot sekerheid; niks kan hulle laat struikel nie. 166Ek vestig my hoop op hulp van U, Here, u gebooie gehoorsaam ek. 167Ek kom u verordeninge na, ek het hulle baie lief. 168U bevele en verordeninge gehoorsaam ek. My hele lewe lê oop voor U. (Ps 119:161-168)

Tau (T)

T*ot U eer sal ek U Woord besing,*

my lippe sal my lof na U toe bring.

Gee my insig en laat ek U beloftes leer,

want in U wet vind ek vreugde, O Heer.

(Ps 119:169-176)

169Gee tog ag op my geroep, Here, gee my insig soos U beloof het. 170Luister tog na my smeekgebed, red my volgens u belofte. 171Die lof sal oor my lippe stroom, want U leer my u voorskrifte. 172Ek sal u woord besing, want al u gebooie is regverdig. 173Help my tog altyd, want ek stel u bevele eerste. 174Ek smag na u hulp, Here, in u wet vind ek my vreugde. 175Laat my lewe dat ek U kan loof, laat u bepalings my steun wees. 176As ek sou ronddwaal soos 'n skaap wat weggeraak het, soek my dan, want u gebooie het ek nie verontagsaam nie. (Ps 119:169-176)

Lof: liefde in die more, trou in die aand (Psalm 92)

Dis 'n vreugde om lof tot die Here te bring,
ja, die Allerhoogste se naam te besing,
om elke more van U liefde te getuig
en elke aand oor U trou te juig. (Ps 92:2-3)

Elke oggend as ek opstaan,
kan ek van voor af verstaan:
U het uit die graf ontwaak
en so dit vir my ook moontlik gemaak! (Joh 20:1, I Kor 15:12)

So wil die regop been van die kruis
weer die opstanding uit die dood uitwys:
U het van onder na bo opgevaar
en berei vir my ook 'n plek daar!

Elke aand moet ek weer bely:
"Sonde het my weer onder gekry..."
Maar in dankbaarheid kan ek onthou
U bly altyd aan U beloftes getrou.

So wil die dwars been van die kruis
die vergifnis van my sonde vir my wys:
Soos jy die afstand tussen oos en wes nie kan kry,
so ver verwyder deurboorde Hande my sonde van my! (Ps 103:12)

Dis 'n vreugde om lof tot die Here te bring,
ja, die Allerhoogste se naam te besing,
om elke more van U liefde te getuig
en elke aand oor U trou te juig. (Ps 92:2-3)

Die ballingskap uit Psalms

Vir U wingerd het U die nasies uitgedrywe
en het U ons as stok geplant vir druiwe. (Ps 80:9)
Ons wortels het gegroei onder U seën (Ps 80:10).
en het aan die berge sy skadu verleen. (Ps 80:11)

Waarom het U ons mure afgebreek? (Ps 80:13)
Verbygangers kan hulle toe wreek. (Ps 80:13)
Ons is soos 'n onkruid verbrand - (Ps 80:17)
Hou tog oor U uitverkorenes U hand… (Ps 80:18)

Waarom, o God, hou U aan om ons te verstoot?
Waarom is U kwaad vir die kudde wat aan U behoort? (Ps 74:1)
U het ons lank gelede as besitting verkry.
Dink tog aan ons en maak ons vry! (Ps 74:2)

Hulle het u heiligdom aan die brand gesteek,
U woonplek is tot op die grond afgebreek… (Ps 74:7).
Lyke van u dienaars is aan voëls gegee om te vreet,
die vleis van U troue dienaars is deur wilde diere geëet. (Ps 79:2)

Hoe lank nog, o God, wil ons weet,
maar daar is nie meer 'n profeet… (Ps 74:10)
Sal U toorn dan vir altyd duur,
U woede bly brand soos 'n vuur? (Ps 79:6)

Waarom lig Hy nie Sy hand
en vernietig hierdie vyand? (Ps 74:11)
Die heidene sê: "Waar is hulle God nou?"
Laat ons tog hulle straf aanskou. (Ps 79:10)

By die riviere van Babel, so blink
vloei ons trane as ons aan Sion dink. (Ps 137:1)
Hulle vra: Sing vir ons 'n lied.
Hoe kan ons dit doen in verdriet? (Ps 137:3,4)

Die profeet Esegiël het ons geleer:
Ons moet besef wie is die Heer
Daarom kan ons weer sing,
Ja, in swaarkry aan Hom die hulde bring:

God is van altyd af my koning,
Hy red hier op aarde, uit sy woning. (Ps 74:12)
Selfs die monster van die see
word verpletter en vir haaie gegee. (Ps 74:13)

U hou die fonteine en riviere in stand (Ps 74:15)
Somer en winter is die werk van U hand. (Ps 74:17)
U wat die oorsprong van dag en nag weet - (Ps 74:16)
moet tog nie u verdrukte volk vir goed vergeet (Ps 74:19)

Die hele land is verwond -
dink tog weer aan U verbond! (Ps 74:20).
Help ons, o God, ter wille van U eer
vergewe ons, ons sondes, nog ‘n keer. (Ps 79:9)