

¹أَنَا هُوَ الرَّجُلُ الَّذِي رَأَى مَذَلَّةً يَقْضِي سَخَطَهُ. ²قَادَنِي
 وَسَيَّرَنِي فِي الظَّلَامِ وَلَا نُورَ. ³حَقًّا إِنَّهُ يَعُودُ وَيَرْدُّ عَلَيَّ
 يَدَهُ الْيَوْمَ كُلَّهُ. ⁴أَبْلَى لَحْمِي وَجِلْدِي. كَسَّرَ عِظَامِي. ⁵بَنَى
 عَلَيَّ وَأَخَاطِيي يَعْلَمُ وَمَسَّقَةً. ⁶أَسْكَنَنِي فِي ظُلُمَاتٍ
 كَمَوْتِي الْقَدَمِ. ⁷سَجَّ عَلَيَّ فَلَا أَسْتَطِيعُ الْخُرُوجَ. ثَقُلَ
 سِلْسِلَتِي. ⁸أَيْضًا جِئْتُ أَصْرُخُ وَأَسْتَعِيثُ يَصُدُّ صَلَاتِي. ⁹سَجَّ
 طُرْقِي بِجَارَةٍ مَنْحَوْتَةٍ. قَلْبُ سُلَيْي. ¹⁰هُوَ لِي دُبٌّ كَامِنٌ،
 أَسَدٌ فِي مَخَائِي. ¹¹مِيلَ طُرْقِي وَمَرَقِي. جَعَلَنِي
 خَرَابًا. ¹²مَدَّ قَوْسَهُ وَتَصَيَّنِي كَعَرَضٍ لِلْسَّهْمِ. ¹³أَدْخَلَ فِي
 كُلِّيَّ نِيَالٌ جُعِيته. ¹⁴صِرْتُ ضَحَكَةً لِكُلِّ سَعْيِي وَأُغْيِيَّةً
 لَهُمُ الْيَوْمَ كُلَّهُ. ¹⁵أَسْبَعَنِي مَرَائِرَ وَأَرْوَانِي
 أَفْسَنِيئًا. ¹⁶وَجَرَشَ بِالْحَصَى أَسْنَانِي. كَبَسَنِي
 بِالرَّمَادِ. ¹⁷وَقَدْ أَبْعَدْتَ عَنِ السَّلَامِ نَفْسِي. تَسَبَّحْتُ
 الْخَيْرَ. ¹⁸وَقُلْتُ، بَادَتْ ثِقَتِي وَرَجَائِي مِنَ الرَّبِّ. ¹⁹ذَكَرْتُ
 مَذَلَّتِي وَتَبْهَاتِي أَفْسَنِيئِينَ وَعَلَقُمُ. ²⁰ذَكَرْتُ تَذَكُّرَ نَفْسِي
 وَتَحْنِي فِيَّ. ²¹أَرَدْتُ هَذَا فِي قَلْبِي، مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ
 أَرْجُو. ²²إِنَّهُ مِنْ إِحْسَانَاتِ الرَّبِّ أَنَّنَا لَمْ نَفْنِ، لَأَنَّ مَرَاجِمَهُ
 لَا تَزُولُ. ²³هِيَ جَدِيدُهُ فِي كُلِّ صَبَاحٍ. كَثِيرُهُ
 أَمَاتُكَ. ²⁴تَصِيبي هُوَ الرَّبُّ قَالَتْ نَفْسِي، مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ
 أَرْجُو. ²⁵طَيِّبٌ هُوَ الرَّبُّ لِلَّذِينَ يَتَرَجَّوْنَهُ، لِلنَّفْسِ الَّتِي
 تَطْلُبُهُ. ²⁶جَيِّدٌ أَنْ يَنْتَظِرَ الْإِنْسَانُ وَيَتَوَقَّعَ يَسْكُوتَ خَلَاصَ
 الرَّبِّ. ²⁷جَيِّدٌ لِلرَّجُلِ أَنْ يَحْمَلَ الثِّبَرِ فِي صَبَاهُ. ²⁸يَجْلِسُ
 وَحْدَهُ وَيَسْكُتُ لِأَنَّهُ قَدْ وَضَعَهُ عَلَيْهِ. ²⁹يَجْعَلُ فِي الثَّرَابِ
 قَمَهُ لَعَلَّهُ يُوجَدُ رَجَاءً. ³⁰يُعْطِي حَذَهُ لِصَارِيهِ. يَسْبُغُ
 غَارًا. ³¹لَأَنَّ السَّيِّدَ لَا يَرْفُضُ إِلَى الْأَبَدِ. ³²فَإِنَّهُ وَلَوْ أَحْرَنَ
 يَرْحَمُ حَسَبَ كَثْرَةِ مَرَاجِمِهِ. ³³لَأَنَّهُ لَا يُذِلُّ مِنْ قَلْبِهِ وَلَا
 يُخْزِنُ بَنِي الْإِنْسَانِ. ³⁴أَنْ يَدُوسَ أَحَدٌ تَحْتَ رِجْلَيْهِ كُلَّ
 أَسْرَى الْأَرْضِ، أَنْ يُخَرِّفَ حَقَّ الرَّجُلِ أَمَامَ وَجْهِ
 الْعَلِيِّ، أَنْ يَقْلِبَ الْإِنْسَانَ فِي دَعْوَاهُ إِلَيْهِ لَا
 يَرَى. ³⁵مَنْ ذَا الَّذِي يَقُولُ فَيَكُونُ وَالرَّبُّ لَمْ يَأْمُرْ. ³⁶مَنْ
 قَمَ الْعَلِيِّ أَلَا تَخْرُجُ السُّرُورُ وَالْخَيْرُ. ³⁷لِمَاذَا يَسْتَكِي
 الْإِنْسَانُ الْحَيُّ الرَّجُلُ مِنْ قِصَاصِ خَطَايَاهُ. ³⁸لِتَفْخَصَ
 طُرْقُنَا وَتَمْتَحِنَهَا وَتَرْجِعَ إِلَى الرَّبِّ. ³⁹لِتَرْفَعْ قُلُوبُنَا وَأَيِّدُنَا
 إِلَى اللَّهِ فِي السَّمَاوَاتِ نَحْنُ أَدْنَبْنَا وَعَصَيْنَا. أَنْتَ لَمْ
 تَغْفِرْ. ⁴⁰الْتَحَفْتَ بِالْعَصَبِ وَطَرَدْتَنَا. قَتَلْتَ وَلَمْ
 تُسْفِكْ. ⁴¹الْتَحَفْتَ بِالسَّحَابِ حَتَّى لَا تُنْفِذَ الصَّلَاةَ. ⁴²جَعَلْتَنَا
 وَسَخًا وَكَرْهًا فِي وَسْطِ الشُّعُوبِ. ⁴³فَتَحَ كُلُّ أَعْدَائِنَا
 أَفْوَاهَهُمْ عَلَيْنَا. ⁴⁴صَارَ عَلَيْنَا خَوْفٌ وَرُغْبٌ، هَلَاكُ

¹أَنَا هُوَ الرَّجُلُ الَّذِي رَأَى مَذَلَّةً يَقْضِي سَخَطَهُ. ²قَادَنِي
 وَسَيَّرَنِي فِي الظَّلَامِ وَلَا نُورَ. ³حَقًّا إِنَّهُ يَعُودُ وَيَرْدُّ عَلَيَّ
 يَدَهُ الْيَوْمَ كُلَّهُ. ⁴أَبْلَى لَحْمِي وَجِلْدِي. كَسَّرَ عِظَامِي. ⁵بَنَى
 عَلَيَّ وَأَخَاطِيي يَعْلَمُ وَمَسَّقَةً. ⁶أَسْكَنَنِي فِي ظُلُمَاتٍ
 كَمَوْتِي الْقَدَمِ. ⁷سَجَّ عَلَيَّ فَلَا أَسْتَطِيعُ الْخُرُوجَ. ثَقُلَ
 سِلْسِلَتِي. ⁸أَيْضًا جِئْتُ أَصْرُخُ وَأَسْتَعِيثُ يَصُدُّ صَلَاتِي. ⁹سَجَّ
 طُرْقِي بِجَارَةٍ مَنْحَوْتَةٍ. قَلْبُ سُلَيْي. ¹⁰هُوَ لِي دُبٌّ كَامِنٌ،
 أَسَدٌ فِي مَخَائِي. ¹¹مِيلَ طُرْقِي وَمَرَقِي. جَعَلَنِي
 خَرَابًا. ¹²مَدَّ قَوْسَهُ وَتَصَيَّنِي كَعَرَضٍ لِلْسَّهْمِ. ¹³أَدْخَلَ فِي
 كُلِّيَّ نِيَالٌ جُعِيته. ¹⁴صِرْتُ ضَحَكَةً لِكُلِّ سَعْيِي وَأُغْيِيَّةً
 لَهُمُ الْيَوْمَ كُلَّهُ. ¹⁵أَسْبَعَنِي مَرَائِرَ وَأَرْوَانِي
 أَفْسَنِيئًا. ¹⁶وَجَرَشَ بِالْحَصَى أَسْنَانِي. كَبَسَنِي
 بِالرَّمَادِ. ¹⁷وَقَدْ أَبْعَدْتَ عَنِ السَّلَامِ نَفْسِي. تَسَبَّحْتُ
 الْخَيْرَ. ¹⁸وَقُلْتُ، بَادَتْ ثِقَتِي وَرَجَائِي مِنَ الرَّبِّ. ¹⁹ذَكَرْتُ
 مَذَلَّتِي وَتَبْهَاتِي أَفْسَنِيئِينَ وَعَلَقُمُ. ²⁰ذَكَرْتُ تَذَكُّرَ نَفْسِي
 وَتَحْنِي فِيَّ. ²¹أَرَدْتُ هَذَا فِي قَلْبِي، مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ
 أَرْجُو. ²²إِنَّهُ مِنْ إِحْسَانَاتِ الرَّبِّ أَنَّنَا لَمْ نَفْنِ، لَأَنَّ مَرَاجِمَهُ
 لَا تَزُولُ. ²³هِيَ جَدِيدُهُ فِي كُلِّ صَبَاحٍ. كَثِيرُهُ
 أَمَاتُكَ. ²⁴تَصِيبي هُوَ الرَّبُّ قَالَتْ نَفْسِي، مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ
 أَرْجُو. ²⁵طَيِّبٌ هُوَ الرَّبُّ لِلَّذِينَ يَتَرَجَّوْنَهُ، لِلنَّفْسِ الَّتِي
 تَطْلُبُهُ. ²⁶جَيِّدٌ أَنْ يَنْتَظِرَ الْإِنْسَانُ وَيَتَوَقَّعَ يَسْكُوتَ خَلَاصَ
 الرَّبِّ. ²⁷جَيِّدٌ لِلرَّجُلِ أَنْ يَحْمَلَ الثِّبَرِ فِي صَبَاهُ. ²⁸يَجْلِسُ
 وَحْدَهُ وَيَسْكُتُ لِأَنَّهُ قَدْ وَضَعَهُ عَلَيْهِ. ²⁹يَجْعَلُ فِي الثَّرَابِ
 قَمَهُ لَعَلَّهُ يُوجَدُ رَجَاءً. ³⁰يُعْطِي حَذَهُ لِصَارِيهِ. يَسْبُغُ
 غَارًا. ³¹لَأَنَّ السَّيِّدَ لَا يَرْفُضُ إِلَى الْأَبَدِ. ³²فَإِنَّهُ وَلَوْ أَحْرَنَ
 يَرْحَمُ حَسَبَ كَثْرَةِ مَرَاجِمِهِ. ³³لَأَنَّهُ لَا يُذِلُّ مِنْ قَلْبِهِ وَلَا
 يُخْزِنُ بَنِي الْإِنْسَانِ. ³⁴أَنْ يَدُوسَ أَحَدٌ تَحْتَ رِجْلَيْهِ كُلَّ
 أَسْرَى الْأَرْضِ، أَنْ يُخَرِّفَ حَقَّ الرَّجُلِ أَمَامَ وَجْهِ
 الْعَلِيِّ، أَنْ يَقْلِبَ الْإِنْسَانَ فِي دَعْوَاهُ إِلَيْهِ لَا
 يَرَى. ³⁵مَنْ ذَا الَّذِي يَقُولُ فَيَكُونُ وَالرَّبُّ لَمْ يَأْمُرْ. ³⁶مَنْ
 قَمَ الْعَلِيِّ أَلَا تَخْرُجُ السُّرُورُ وَالْخَيْرُ. ³⁷لِمَاذَا يَسْتَكِي
 الْإِنْسَانُ الْحَيُّ الرَّجُلُ مِنْ قِصَاصِ خَطَايَاهُ. ³⁸لِتَفْخَصَ
 طُرْقُنَا وَتَمْتَحِنَهَا وَتَرْجِعَ إِلَى الرَّبِّ. ³⁹لِتَرْفَعْ قُلُوبُنَا وَأَيِّدُنَا
 إِلَى اللَّهِ فِي السَّمَاوَاتِ نَحْنُ أَدْنَبْنَا وَعَصَيْنَا. أَنْتَ لَمْ
 تَغْفِرْ. ⁴⁰الْتَحَفْتَ بِالْعَصَبِ وَطَرَدْتَنَا. قَتَلْتَ وَلَمْ
 تُسْفِكْ. ⁴¹الْتَحَفْتَ بِالسَّحَابِ حَتَّى لَا تُنْفِذَ الصَّلَاةَ. ⁴²جَعَلْتَنَا
 وَسَخًا وَكَرْهًا فِي وَسْطِ الشُّعُوبِ. ⁴³فَتَحَ كُلُّ أَعْدَائِنَا
 أَفْوَاهَهُمْ عَلَيْنَا. ⁴⁴صَارَ عَلَيْنَا خَوْفٌ وَرُغْبٌ، هَلَاكُ

وَسَخَقْتُ. ⁴⁸ سَكَتْتُ عَيْنَايَ يَتَابِعَ مَاءٌ عَلَى سَخَقٍ يَنْتِ
 شَعْبِي. ⁴⁹ عَيْنِي تَسْكُبُ وَلَا تَكْفُ يَلَا انْقِطَاعٍ ⁵⁰ حَتَّى يُشْرِفَ
 وَيَنْظُرَ الرَّبُّ مِنَ السَّمَاءِ. ⁵¹ عَيْنِي تُؤَثِّرُ فِي نَفْسِي لِأَجْلِ
 كُلِّ بَنَاتِ مَدِينَتِي. ⁵² قَدْ اضْطَّادَنِي أَعْدَائِي كَعُصْفُورٍ يَلَا
 سَبَبٍ. ⁵³ قَرَضُوا فِي الْجُبِّ حَيَاتِي وَالْقُوا عَلَيَّ
 حِجَارَةً. ⁵⁴ طَلَعَتِ الْمِيَاهُ فَوْقَ رَأْسِي. فُلْتُ، قَدْ
 فُرِضْتُ. ⁵⁵ دَعَوْتُ بِاسْمِكَ يَا رَبُّ مِنَ الْجُبِّ
 الْأَسْفَلِ. ⁵⁶ لِمَصَوْتِي سَمِعْتَ. لَا تَسْتُرْ أذُنَكَ عَنْ رَفْرَتِي،
 عَنْ صِيَاحِي. ⁵⁷ دَعَوْتُ يَوْمَ دَعَوْتُكَ. فُلْتُ، لَا
 تَخَفْ. ⁵⁸ خَاصَمْتُ يَا سَيِّدُ خُصُومَاتِ نَفْسِي. فَكَكَّتْ
 حَيَاتِي. ⁵⁹ رَأَيْتُ يَا رَبُّ طُلُمِي. أَقُمْ دَعَوَايَ. ⁶⁰ رَأَيْتُ كُلَّ
 تَقَمَّتِهِمْ، كُلَّ أَفْكَارِهِمْ عَلَيَّ. ⁶¹ سَمِعْتَ تَغْيِيرَهُمْ يَا رَبُّ،
 كُلَّ أَفْكَارِهِمْ عَلَيَّ. ⁶² كَلَامُ مُقَاوِمِي وَمُؤَامَرَتُهُمْ عَلَيَّ
 الْيَوْمَ كُلَّهُ. ⁶³ أَنْظُرْ إِلَى جُلُوسِهِمْ وَوُفُوفِهِمْ، أَنَا
 أَعْيَيْتُهُمْ. ⁶⁴ رَدَّ لَهُمْ جَزَاءً يَا رَبُّ حَسَبَ عَمَلِ
 أَيْدِيهِمْ. ⁶⁵ أَعْطِهِمْ غِسَاوَةً قَلْبٍ، لَعَنَّكَ لَهُمْ. ⁶⁶ ائْبَعْ
 بِالْعَصَبِ وَأَهْلِكْهُمْ مِنْ تَحْتِ سَمَاوَاتِ الرَّبِّ.

وَسَخَقْتُ. ⁴⁸ سَكَتْتُ عَيْنَايَ يَتَابِعَ مَاءٌ عَلَى سَخَقٍ يَنْتِ
 شَعْبِي. ⁴⁹ عَيْنِي تَسْكُبُ وَلَا تَكْفُ يَلَا انْقِطَاعٍ ⁵⁰ حَتَّى يُشْرِفَ
 وَيَنْظُرَ الرَّبُّ مِنَ السَّمَاءِ. ⁵¹ عَيْنِي تُؤَثِّرُ فِي نَفْسِي لِأَجْلِ
 كُلِّ بَنَاتِ مَدِينَتِي. ⁵² قَدْ اضْطَّادَنِي أَعْدَائِي كَعُصْفُورٍ يَلَا
 سَبَبٍ. ⁵³ قَرَضُوا فِي الْجُبِّ حَيَاتِي وَالْقُوا عَلَيَّ
 حِجَارَةً. ⁵⁴ طَلَعَتِ الْمِيَاهُ فَوْقَ رَأْسِي. فُلْتُ، قَدْ
 فُرِضْتُ. ⁵⁵ دَعَوْتُ بِاسْمِكَ يَا رَبُّ مِنَ الْجُبِّ
 الْأَسْفَلِ. ⁵⁶ لِمَصَوْتِي سَمِعْتَ. لَا تَسْتُرْ أذُنَكَ عَنْ رَفْرَتِي،
 عَنْ صِيَاحِي. ⁵⁷ دَعَوْتُ يَوْمَ دَعَوْتُكَ. فُلْتُ، لَا
 تَخَفْ. ⁵⁸ خَاصَمْتُ يَا سَيِّدُ خُصُومَاتِ نَفْسِي. فَكَكَّتْ
 حَيَاتِي. ⁵⁹ رَأَيْتُ يَا رَبُّ طُلُمِي. أَقُمْ دَعَوَايَ. ⁶⁰ رَأَيْتُ كُلَّ
 تَقَمَّتِهِمْ، كُلَّ أَفْكَارِهِمْ عَلَيَّ. ⁶¹ سَمِعْتَ تَغْيِيرَهُمْ يَا رَبُّ،
 كُلَّ أَفْكَارِهِمْ عَلَيَّ. ⁶² كَلَامُ مُقَاوِمِي وَمُؤَامَرَتُهُمْ عَلَيَّ
 الْيَوْمَ كُلَّهُ. ⁶³ أَنْظُرْ إِلَى جُلُوسِهِمْ وَوُفُوفِهِمْ، أَنَا
 أَعْيَيْتُهُمْ. ⁶⁴ رَدَّ لَهُمْ جَزَاءً يَا رَبُّ حَسَبَ عَمَلِ
 أَيْدِيهِمْ. ⁶⁵ أَعْطِهِمْ غِسَاوَةً قَلْبٍ، لَعَنَّكَ لَهُمْ. ⁶⁶ ائْبَعْ
 بِالْعَصَبِ وَأَهْلِكْهُمْ مِنْ تَحْتِ سَمَاوَاتِ الرَّبِّ.