

## لِإِمَامٍ الْمُعْتَبِرِ. لِيَذُوقُونَ. مَرْمُورٍ لِدَاوُدَ.

<sup>1</sup>قُلْتُ: أَتَحْقِطُ لِسِيْلِي مِنَ الْخَطَايَا يَلِسَانِي، أَحْقِطُ لِقَمِي كِمَامَةً فِيمَا السَّرِيرُ مُقَابِلِي.<sup>2</sup> صَمْتُ صَمْتًا، سَكَتُ عَنْ الْخَيْرِ، فَتَحَرَّكَ وَجْعِي.<sup>3</sup> حَمَيْ قَلْبِي فِي جَوْفِي، عِنْدَ لَهْجِي اسْتَعَلَّتِ النَّارُ، تَكَلَّمْتُ يَلِسَانِي.<sup>4</sup> عَرَّفَنِي، يَا رَبُّ، نِهَائِي وَمِقْدَارَ أَيَّامِي كَمْ هِيَ، فَأَعْلَمَ كَيْفَ أَنَا زَائِلٌ.<sup>5</sup> هَوْدًا جَعَلْتَ أَيَّامِي أَسْبَارًا وَعُمْرِي كَلَا شَيْءٍ فُذَامَكُ. إِنَّمَا تَفْحَةٌ كُلُّ إِنْسَانٍ قَدْ جُعِلَ. سِلَاةُ.<sup>6</sup> إِنَّمَا كَخَيَالٍ يَتَمَشَّى الْإِنْسَانُ، إِنَّمَا بَاطِلًا يَضْجُونَ، يَذْخَرُ دَخَائِرَ وَلَا يَذْرِي مَنْ يَضُمَّهَا.

<sup>7</sup>وَالآنَ مَاذَا اسْتَطَرْتُ، يَا رَبُّ؟ رَجَائِي فِيكَ هُوَ.<sup>8</sup> مِنْ كُلِّ مَعَاصِيٍّ تَجَنِّي، لَا تَجْعَلْنِي عَارًا عِنْدَ الْجَاهِلِ.<sup>9</sup> صَمْتُ، لَا أَفْتُحْ قَمِي، لِأَنَّكَ أَنْتَ فَعَلْتَ.<sup>10</sup> اِرْقُ عَنِّي صَرْبَكَ، مِنْ مُهَاجِمَةِ يَدِكَ أَنَا قَدْ قَيَيْتُ.<sup>11</sup> بِنَادِيَاتٍ، إِنْ أَدَبْتَ الْإِنْسَانَ مِنْ أَجْلِ إِثْمِهِ، أَقْبَيْتَ مِثْلَ الْعُتِّ مُسْتَهَاهُ. إِنَّمَا كُلُّ إِنْسَانٍ تَفْحَةٌ. سِلَاةُ.<sup>12</sup> اسْتَمِعْ صَلَاتِي، يَا رَبُّ، وَاصْغُ إِلَى صُرَاخِي، لَا تَسْكُتْ عَنْ دُمُوعِي. لَأَنِّي أَنَا غَرِيبٌ عِنْدَكَ، تَزِيلُ مِثْلُ جَمِيعِ آبَائِي.<sup>13</sup> افْتَصِرْ عَنِّي فَاتَّبَلْجَ قَبْلَ أَنْ أَذْهَبَ فَلَا أَوْجَدَ.

<sup>1</sup>Ein Psalm Davids, vorzusingen, für Jeduthun. Ich habe mir vorgesetzt: Ich will mich hüten, daß ich nicht sündige mit meiner Zunge. Ich will meinen Mund zäumen, weil ich muß den Gottlosen vor mir sehen.<sup>2</sup>Ich bin verstummt und still und schweige der Freuden und muß mein Leid in mich fressen.<sup>3</sup>Mein Herz ist entbrannt in meinem Leibe, und wenn ich daran gedenke, werde ich entzündet; ich rede mit meiner Zunge.<sup>4</sup>Aber, HERR, lehre mich doch, daß es ein Ende mit mir haben muß und mein Leben ein Ziel hat und ich davon muß.<sup>5</sup>Siehe, meiner Tage sind einer Hand breit bei dir, und mein Leben ist wie nichts vor dir. Wie gar nichts sind alle Menschen, die doch so sicher leben! (Sela.)<sup>6</sup>Sie gehen daher wie ein Schemen und machen sich viel vergebliche Unruhe; sie sammeln, und wissen nicht, wer es einnehmen wird.<sup>7</sup>Nun, HERR, wes soll ich mich trösten? Ich hoffe auf dich.<sup>8</sup>Errette mich von aller meiner Sünde und laß mich nicht den Narren ein Spott werden.<sup>9</sup>Ich will schweigen und meinen Mund nicht auftun; denn du hast's getan.<sup>10</sup>Wende deine Plage von mir; denn ich bin verschmachtet von der Strafe deiner Hand.<sup>11</sup>Wenn du einen züchtigst um der Sünde willen, so wird seine Schöne verzehrt wie von Motten. Ach wie gar nichts sind doch alle Menschen! (Sela.)<sup>12</sup>Höre mein Gebet, HERR, und vernimm mein Schreien und schweige nicht über meine Tränen; denn ich bin dein Pilger und dein Bürger wie alle meine Väter.<sup>13</sup>Laß ab von mir, daß ich mich erquicke, ehe ich den hinfahre und nicht mehr hier sei.