

¹أَنَا هُوَ الرَّجُلُ الَّذِي رَأَى مَذَلَّةً يَقْضِبُ سَحْطَهُ. ²قَادَنِي
 وَسَبَّرَنِي فِي الظَّلَامِ وَلَا نُورَ. ³خَفَا إِنَّهُ يَعُودُ وَيَرْدُّ عَلَيَّ
 يَدَهُ الْيَوْمَ كُلَّهُ. ⁴أَبْلَى لَحْمِي وَجِلْدِي. كَسَّرَ عِظَامِي. ⁵بَنَى
 عَلَيَّ وَأَخَاطَنِي يَغْلِقُمْ وَمَسَّقَهُ. ⁶أَسْكَنَنِي فِي ظُلُمَاتٍ
 كَمَوْتِي الْقَدَمِ. ⁷سَجَّ عَلَيَّ فَلَا أَسْتَطِيعُ الْخُرُوجَ. ثَقُلَ
 سِلْسِلَتِي. ⁸أَيْضاً جِئْتُ أَصْرُخُ وَأَسْتَعِيْثُ يَصُدُّ صَلَاتِي. ⁹سَجَّ
 طُرْقِي بِجَارَةٍ مَنُحَوْتَةٍ. قَلْبٌ سُبُلِي. ¹⁰هُوَ لِي دُبٌّ كَامِنٌ،
 أَسَدٌ فِي مَخَائِي. ¹¹مِيلَ طُرْقِي وَمَرَّقِي. جَعَلَنِي
 خَرَاباً. ¹²مَدَّ قَوْسَهُ وَتَصَيَّنِي كَعَرَضٍ لِلْسَّهْمِ. ¹³أَدْخَلَ فِي
 كُلِّيَّ نِيَالِ جُعْتِهِ. ¹⁴صِرْتُ ضِحْكَةً لِكُلِّ سَعْيِي وَأَغْنِيَّةَ
 لَهُمْ الْيَوْمَ كُلَّهُ. ¹⁵أَسْبَعَنِي مَرَائِرَ وَأَزْوَائِي
 أَفْسَنِيئاً. ¹⁶وَجَرَشَ بِالْخَصَى أَسْنَانِي. كَبَسَنِي
 بِالرَّمَادِ. ¹⁷وَقَدْ أَبْعَدَتْ عَنِ السَّلَامِ نَفْسِي. تَسِيْتُ
 الْخَيْرَ. ¹⁸وَقُلْتُ، بَادَتْ ثِقَتِي وَرَجَائِي مِنَ الرَّبِّ. ¹⁹ذَكَرْتُ
 مَذَلَّتِي وَتَبْهَاتِي أَفْسَنِيئِينَ وَعَلَقُمُ. ²⁰ذَكَرْتُ نَفْسِي
 وَتَحَنَّنِي فِيَّ. ²¹أَرَدُّ 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. ²⁴تَصِيَّبِي هُوَ الرَّبُّ قَالَتْ نَفْسِي، مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ
 أَرْجُوهُ. ²⁵طَيِّبٌ هُوَ الرَّبُّ لِلَّذِينَ يَتَرَجَّوْنَهُ، لِلنَّفْسِ الَّتِي
 تَطْلُبُهُ. ²⁶جَيِّدٌ أَنْ يَنْتَظِرَ الْإِنْسَانُ وَيَتَوَقَّعَ بِسُكُوتٍ خَلَاصَ
 الرَّبِّ. ²⁷جَيِّدٌ لِلرَّجُلِ أَنْ يَحْمِلَ الْبِئْسَ فِي صَبَاحِهِ. ²⁸يَجْلِسُ
 وَحْدَهُ وَيَسْكُتُ لِأَنَّهُ قَدْ وَضَعَهُ عَلَيْهِ. ²⁹يَجْعَلُ فِي الثَّرَابِ
 قَمَهُ لَعَلَّهُ يُوَجِدُ رَجَاءً. ³⁰يُعْطِي حَدَّهُ لِمَصَارِيهِ. يَسْبِعُ
 غَاراً. ³¹لَأَنَّ السَّيِّدَ لَا يَرْفُضُ إِلَى الْأَبَدِ. ³²قَائِهِ وَلَوْ أَخْرَنَ
 يَرْحَمُ حَسَبَ كَثْرَةِ مَرَاجِمِهِ. ³³لَأَنَّهُ لَا يُذِلُّ مَنْ قَلْبُهُ وَلَا
 يُخْزِنُ بَنِي الْإِنْسَانِ. ³⁴أَنْ يَدُوسَ أَحَدٌ تَحْتَ رِجْلِهِ كُلَّ
 أَسْرَى الْأَرْضِ، أَنْ يُخْرِفَ حَقَّ الرَّجُلِ أَمَامَ وَجْهِ
 الْعَلِيِّ، ³⁵أَنْ يَقْلِبَ الْإِنْسَانَ فِي دَعْوَاهُ السَّيِّدُ لَا
 يَرَى. ³⁶مَنْ ذَا الَّذِي يَقُولُ فَيَكُونُ وَالرَّبُّ لَمْ يَأْمُرْ. ³⁷مَنْ
 قَمَ الْعَلِيِّ أَلَا تَخْرُجُ السُّرُورُ وَالْخَيْرُ. ³⁸لِمَاذَا يَسْتَكِي
 الْإِنْسَانُ الْحَيُّ الرَّجُلُ مِنْ قِصَاصِ خَطَايَاهُ. ³⁹لِتَفْخَصَ
 طُرْقُنَا وَتَمْتَحِنَهَا وَتَرْجِعَ إِلَى الرَّبِّ. ⁴⁰لِتَرْفَعْ قُلُوبُنَا وَأَيْدِينَا
 إِلَى اللَّهِ فِي السَّمَاوَاتِ. ⁴¹تَحْنُ أَدْنَبْنَا وَعَصَبْنَا. أَنْتَ لَمْ
 تَغْفِرْ. ⁴²الْتَحَفْتَ بِالْعَصَبِ وَطَرَدْتَنَا. قَتَلْتَ وَلَمْ
 تُشْفِقْ. ⁴³الْتَحَفْتَ بِالسَّحَابِ حَتَّى لَا تُنْفِذَ الصَّلَاةَ. ⁴⁴جَعَلْتَنَا
 وَسَخاً وَكَرْهاً فِي وَسْطِ الشُّعُوبِ. ⁴⁵فَتَحَ كُلُّ أَعْدَائِنَا
 أَفْوَاهَهُمْ عَلَيْنَا. ⁴⁶صَارَ عَلَيْنَا خَوْفٌ وَرُعْبٌ، هَلَاكٌ

وَسَخَقْتُ. ⁴⁸ سَكَبْتُ عَيْنَايَ يَتَابِعَ مَاءٌ عَلَى سَخَقِي يَنْتِ
 شَعْبِي. ⁴⁹ عَيْنِي تَسْكُبُ وَلَا تَكْفُ يَلَا انْقِطَاعَ ⁵⁰ حَتَّى يُشْرِفَ
 وَيَنْظُرَ الرَّبُّ مِنَ السَّمَاءِ. ⁵¹ عَيْنِي تُؤَثِّرُ فِي نَفْسِي لِأَجْلِ
 كُلِّ بَنَاتِ مَدِينَتِي. ⁵² قَدْ اضْطَّادَنِي أَعْدَائِي كَعُصْفُورٍ يَلَا
 سَيْبٍ. ⁵³ قَرَضُوا فِي الْجُبِّ حَيَاتِي وَالْقُوا عَلَيَّ
 حِجَارَةً. ⁵⁴ طَلَقَتِ الْمِيَاهُ فَوْقَ رَأْسِي. قُلْتُ، قَدْ
 فُرِضْتُ.. ⁵⁵ دَعَوْتُ يَا سَمِكَ يَا رَبُّ مِنَ الْجُبِّ
 الْأَسْفَلِ. ⁵⁶ لِيَصُوتِي سَمِعْتَ. لَا تَسْتُرْ أذُنَكَ عَنْ رَفْرَفِي،
 عَنْ صِيَاحِي. ⁵⁷ دَعَوْتُ يَوْمَ دَعَوْتُكَ. قُلْتُ، لَا
 تَخَفْ. ⁵⁸ خَاصَمْتُ يَا سَيِّدُ خُصُومَاتِ نَفْسِي. فَكَكَنْتُ
 حَيَاتِي. ⁵⁹ رَأَيْتُ يَا رَبُّ طُلُمِي. أَقِمْ دَعْوَايَ. ⁶⁰ رَأَيْتُ كُلَّ
 نَقْمَتِهِمْ، 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
 أَيَادِيهِمْ. ⁶⁵ أُعْطِهِمْ غِشَاوَةً قَلْبٍ، لَعْنَتِكَ لَهُمْ. ⁶⁶ إِنَّبِعْ
 بِالْعَصَبِ وَأَهْلِكْهُمْ مِنْ تَحْتِ سَمَاوَاتِ الرَّبِّ.