¹Ein 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. ²Ich bin verstummt und still und schweige der Freuden und muß mein Leid in mich fressen. Mein Herz ist entbrannt in meinem Leibe, und wenn ich daran gedenke, werde ich entzündet; ich rede mit meiner Zunge. ⁴Aber, HERR, lehre mich doch, daß es ein Ende mit mir haben muß und mein Leben ein Ziel hat und ich davon muß. 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.) Sie gehen daher wie ein Schemen und machen sich viel vergebliche Unruhe; sie sammeln, und wissen nicht, wer es einnehmen wird. Nun, HERR, wes soll ich mich trösten? Ich hoffe auf dich. Errette mich von aller meiner Sünde und laß mich nicht den Narren ein Spott werden. 9Ich will schweigen und meinen Mund nicht auftun; denn du hast's getan. 10 Wende deine Plage von mir: denn ich bin verschmachtet von der Strafe deiner Hand. 11 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.)¹²Höre 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. 13 Laß ab von mir, daß ich mich erquicke, ehe ich den hinfahre und nicht mehr hier sei.

لإمَام الْمُغَنِّينَ، لِيَدُوثُونَ، مَزْمُورُ لِدَاوُدَ،

الْقُلْثُ: أَتَحَقَّطُ لِسَبِيلِي مِنَ الْخَطَا بِلِسَانِي، أَحْفَظُ لِفَمِي كِمَامَةً فِيمَا الشِّرِّيرُ مُقَالِلِي. صَمَتُ صَمْتاً، سَكَتُ عَنِ الْخَيْرِ، فَتَحَرَّكَ وَجَعِي. حَمِيَ قَلْبِي فِي جَوْفِي، عِنْدَ لَهَيْرِ، فَتَحَرَّكَ وَجَعِي. حَمِيَ قَلْبِي فِي جَوْفِي، عِنْدَ لَهَايَتِي وَمِقْدَاتِ النَّارُ، تَكَلَّمْتُ بِلِسَانِي. فَعَ خَوْفِي، يَا رَبُّ، نِهَايَتِي وَمِقْدَارَ أَنَّامِي كَمْ هِيْ، فَأَعْلَمَ كَيْفَ أَنَا إِنْهَايَتِي وَمِقْدَارَ أَنَّامِي كَمْ هِيْ، فَأَعْلَمَ كَيْفَ أَنَا إِلْدُ. فَهُوذَا جَعَلْتَ أَنَّامِي أَشْبَاراً وَعُمْرِي كَلاَ شَيْءَ أَنَا لِيُسَانٍ قَدْ جُعِلَ. سِلاَهُ، وَإِنَّمَا بَاطِلاً يَضِجُّونَ، يَذْخَرُ ذَخَائِرَ كَكَرِي مَنْ يَضُمُّهَا.

⁷وَالآنَ مَاذَا ائْتَظَرْتُ، يَا رَبُّ؟ رَجَائِي فِيكَ هُوَ. هُمِنْ كُلِّ مَعَاصِيَّ بَجِّنِي، لاَ يَجْعَلْنِي عَاراً عِنْدَ الْجَاهِلِ. صَمَتُ، لاَ الْعَاصِيَّ بَجِّنِي، لاَ يَجْعَلْنِي عَاراً عِنْدَ الْجَاهِلِ. صَمَتُ، لاَ أَنْتَ فَعَلْتَ. أَارْفَعْ عَنِّي صَرْبَكَ، مِنْ مُهَاجَمَةِ يَدِكَ أَنَا قَدْ فَنِيتُ. أَنْ يَتَاتٍ، إِنْ أَنَّابَتَ الإِنْسَانَ مِنْ أَجْلِ إِنَّمِهِ، أَفْنَيْتَ مِثْلَ الْعُثِّ مُشْتَهَاهُ. إِنَّمَا كُلُّ مِنْ أَجْلِ إِنَّمِهِ، أَفْنَيْتَ مِثْلَ الْعُثِّ مُشْتَهَاهُ. إِنَّمَا كُلُّ مُنْ الْعُثِ مُشْتَهَاهُ. إِنَّمَا كُلُّ مِنْ أَجْلِ إِنْمِي اللَّهِ عَلْدَكِ، يَا رَبُّ، وَاصْغَ إِلَى صَرَاخِي، لاَ تَسْكُثُ عَنْ دُمُوعِي. لأَنِّي أَتَا عَرِيبٌ عِنْدَكَ، مُراخِي، لاَنِّي أَتَا عَرِيبٌ عِنْدَكَ، مَرْبِلٌ مِنْلُ مَنْ مَنْلً أَنْ بَلَيْ فَأَبَيْلُجَ قَبْلَ أَنْ أَنْ مَلْكُمْ عَلْ لَا يَسِكُمْ قَبْلَ أَنْ الْأَيْ فَأَيْلَا مَرْبِيبٌ عِنْدَكَ، أَزْمِلُ مِنْلُ مَنْ مَنْكُمْ عَنْ اللَّهِ فَأَبَيْلُجَ قَبْلَ أَنْ اللَّهِ فَلَا أَوْدَدَ.