

¹To the chief Musician, even to Jeduthun, A Psalm of David. I said, I will take heed to my ways, that I sin not with my tongue: I will keep my mouth with a bridle, while the wicked is before me.²I was dumb with silence, I held my peace, even from good; and my sorrow was stirred.³My heart was hot within me, while I was musing the fire burned: then spake I with my tongue,⁴LORD, make me to know mine end, and the measure of my days, what it is; that I may know how frail I am .⁵Behold, thou hast made my days as an handbreadth; and mine age is as nothing before thee: verily every man at his best state is altogether vanity. Selah.⁶Surely every man walketh in a vain shew: surely they are disquieted in vain: he heapeth up riches , and knoweth not who shall gather them.⁷And now, Lord, what wait I for? my hope is in thee.⁸Deliver me from all my transgressions: make me not the reproach of the foolish.⁹I was dumb, I opened not my mouth; because thou didst it .¹⁰Remove thy stroke away from me: I am consumed by the blow of thine hand.¹¹When thou with rebukes dost correct man for iniquity, thou makest his beauty to consume away like a moth: surely every man is vanity. Selah.¹²Hear my prayer, O LORD, and give ear unto my cry; hold not thy peace at my tears: for I am a stranger with thee, and a sojourner, as all my fathers were .¹³O spare me, that I may recover strength, before I go hence, and be no more.

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.³Mein 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.⁵Siehe, 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.)⁶Sie gehen daher wie ein Schemen und machen sich viel vergebliche Unruhe; sie sammeln, und wissen nicht, wer es einnehmen wird.⁷Nun, HERR, wes soll ich mich trösten? Ich hoffe auf dich.⁸Errette 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.¹⁰Wende deine Plage von mir; denn ich bin verschmachtet von der Strafe deiner Hand.¹¹Wenn 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.¹³Laß ab von mir, daß ich mich erquicke, ehe ich den hinfahre und nicht mehr hier sei.