

مزامیر

کتاب مزامیر که به «زبور داود» نیز شهرت دارد، یکی از دلیزیرترین کتب «کتاب مقدس» است. این کتاب مجموعه‌ای است از شعر و سرود که بزبانی شیوا، روحیات و رویدادهای تاریخی قوم یهود را بیان می‌کند. بیشتر بخشهای این کتاب در زمان داود پادشاه و کمی بعد از آن نگارش یافته است. «زبور داود» را قوم یهود پس از بازگشت از اسارت بابل، بعنوان کتاب سرود بکار می‌برد.

هفتاد و دو مزمور را داود نوشته؛ دو مزمور را سلیمان، دوازده مزمور را آساف، نه مزمور را خاندان قورح و بالاخره یک مزمور را موسی برشته تحریر درآورده. مزامیر روحیات مردم را در هنگام شادی و غم بیان می‌کند. از این کتاب می‌فهمیم که در هر روحیه و حالتی که باشیم می‌توانیم قلب خود را بسوی خدا بگشاییم و با وی راز و نیاز کنیم. همچنین، در این کتاب با سرودهای زیبایی پرستش خدا آشنا می‌شویم. مطالب این کتاب به خواننده کمک می‌کند تا نه فقط مشکلات خود را با خداوند در میان بگذارد بلکه او را برای نعمتهایش ستایش کند.

موضوع اصلی کتاب مزامیر «پرستش» است. این واژه بیش از 200 بار در این کتاب بکار رفته؛ «توکل» و واژه‌های مشابه، 57 بار. آیه کلیدی این کتاب را می‌توان در 150: 6 یافت: «هرکه جان در بدن دارد خداوند را ستایش کند! خداوند را سپاس باد!»

کتاب اول

(مزامیر 1-41)

خوشبختی واقعی

ممالک با هم متحد شده‌اند تا برضد خداوند و پادشاه برگزیده‌اش قیام کنند.³ آنها می‌گویند: «بیایید زنجیرها را پاره کنیم و خود را از قید اسارت آزاد سازیم!»

⁴ اما خداوند که بر تخت خود در آسمان نشسته، به نقشه‌های آنان می‌خندد. سپس با خشم و غضب آنان را توبیخ می‌کند و به وحشت می‌اندازد.⁶ خداوند می‌فرماید: «من پادشاه خود را در شهر مقدس خود اورشلیم بر تخت سلطنت نشاندادم!»

⁷ پادشاه می‌گوید: «من فرمان خداوند را اعلام خواهم کرد. او به من فرموده است: از امروز تو پسر من هستی و من پدر تو! ⁸ از من درخواست کن و من همه قورما را بعنوان میراث به تو خواهم بخشید و سراسر دنیا را ملک تو خواهم ساخت. ⁹ تو با عصای آهنین بر آنها حکومت خواهی کرد و آنها را مانند ظروف گلی خرد خواهی نمود.»

¹⁰ بنابراین، ای پادشاهان، گوش دهید و ای رهبران جهان توجه نمایید! ¹¹ با ترس و احترام خداوند را عبادت کنید؛ ¹² پیش از اینکه پسرش خشمگین شود و شما را نابود کند، به پاهایش بیفتید و آنها را بوسه

خوشبختی حلال کسی که با بدکاران مشورت نمی‌کند و راه گناهکاران را در پیش نمی‌گیرد و با کسانی که خدا را مسخره می‌کنند همنشین نمی‌شود، بلکه مشتاقانه از دستورات خداوند پیروی می‌کند و شب و روز در آنها تکرر می‌نماید. ³ او همچون درختی است که در کنار نهرهای آب کاشته شده و به موقع میوه می‌دهد و برگهایش هرگز پژمرده نمی‌شود؛ گل‌های او همیشه شربخش است.

⁴ اما بدکاران چنین نیستند. آنها مانند کاهی هستند که در برابر باد پراکنده می‌شود. ⁵ آنها در برابر مسند دآوری خدا محکوم خواهند شد و به جماعت خداشناسان راه نخواهند یافت.

⁶ گرسنگران توسط خداوند محافظت و هدایت می‌شوند، اما بدکاران بسوی نابودی پیش می‌روند.

پادشاه برگزیده خداوند

2 چرا قومها شورش می‌کنند؟ چرا مردم بی‌جهت وطنه می‌چینند؟ پادشاهان جهان و رهبران

بسترهای خود، در سکوت به رفتار خود فکر کنید. کبر خداوند توکل کنید و قربانی‌های راستین را به او تقدیم نمایید.

⁶ بسیاری می‌گویند: «کیست که به ما کمک کند؟» ای خداوند، تو نور چهره‌ات را بر ما بتابان. ⁷ تو قلب مرا از شادی لبریز کرده‌ای! آری، شادی‌ای که تو به من بخشیده‌ای بیشتر از شادی‌ای است که به هنگام برداشت محصول فراوان پدید می‌آید. ⁸ با آرامش خیال به خواب می‌روم، زیرا تو ای خداوند، تنها تو، مراد امنیت نگه می‌داری.

دعای محافظت

5 ای خداوند، به سخنان من گوش بده و به ناله من توجه فرما. ² ای پادشاه و ای خدای من، به فریادم برس، زیرا من فقط نزد تو دعا می‌کنم. ³ ای خداوند، صبحگاهان به پیشگاه تو دعا می‌کنم و تو صدای مرا می‌شنوی، پس من انتظار خواهم کشید تا جواب مرا بدهی. ⁴ تو خدایی نیستی که گناه را دوست بداری و شرارت را تحمل کنی. ⁵ تو تحمل دیدن متکبران را نداری و از همه بدکاران نفرت داری. ⁶ ای خداوند، تو از قاتلان و حیل‌گران بیزاری و دروغ‌گویان را هلاک می‌کنی.

⁷ اما من در پناه رحمت عظیم تو به خانه مقدست داخل خواهم شد و با ترس و احترام، تو را عبادت خواهم کرد.

⁸ ای خداوند عادل، راه خود را به من نشان ده و مرا هدایت نما تا دشمنانم نتوانند بر من چیره شوند. ⁹ دهان ایشان لبریز از دروغ است و دلشان مملو از شرارت. حرف‌پایشان پر از تملق و فریب است و به مرگ منتهی می‌شود. ¹⁰ ای خدا، تو آنها را محکوم کن و بگذار خود در دام‌هایشان گرفتار شوند! آنها را دور بینداز، زیرا گناهان زیادی مرتکب شده‌اند و برضد تو برخاسته‌اند.

¹¹ اما بگذار همه کسانی که به تو پناه می‌آورند، خوشحال شوند و همیشه با شادی سرود بخوانند. از کسانی که تو را دوست دارند محافظت نما تا آنها در

زیند، زیرا خشم او ممکن است هر لحظه افروخته شود. خوشبحال همه کسانی که به او پناه می‌برند.

اطمینان به خداوند در مشکلات

(داود این مزمور را وقتی از دست پسرش بشالوم گریخته بود، سرلید.)

3 ای خداوند، دشمنانم چقدر زیاد شده‌اند! بسیاری برضد من بر می‌خیزند. ² بسیاری می‌گویند که خدا به داد من نخواهد رسید. ³ اما ای خداوند، تو سپر من هستی و از هر سو مرا محافظت می‌نمایی. تو مرا پیروز و سربلند می‌سازی و شهادت مرا به من باز می‌گردانی. ⁴ بسوی خداوند فریاد برمی‌آورم و او از کوه مقدس* خود مرا اجابت می‌کند. ⁵ با خیال آسوده به خواب می‌روم و از خواب بیدار می‌شوم، زیرا خداوند از من مراقبت می‌نماید. ⁶ از هزاران دشمنی که از هر سو مرا احاطه کرده‌اند، ترسی ندارم. ⁷ ای خداوند، برخیز! ای خدای من، مرا نجات ده! دشمنانم را مجازات کن و قدرت آنها را در هم شکن تا دیگر نتوانند به من آسیبی برسانند. ⁸ نجات از جانب خداوند می‌آید و اوست که به قوم خود برکت می‌دهد.

آرامش فکر

4 ای خدای عادل من، وقتی نزد تو فریاد بر می‌آورم، مرا اجابت فرما. زمانی که در سختی و تنگنا بودم تو به داد من رسیدی، پس اکنون نیز بر من رحم فرموده، دعایم را اجابت فرما. ² ای آسمان، تا به کی خدای پر جلال مرا بی‌حرمت خواهید کرد؟ تا به کی چیزهای باطل و دروغ را دوست خواهید داشت و از آنها پیروی خواهید کرد؟ ³ بدانید که خداوند اشخاص درستکار را برای خود برگزیده است، پس وقتی نزد او فریاد برآورم صدایم را خواهد شنید. ⁴ نگذارید خشم‌تان شما را به گناه بکشاند. بر

* اشاره به کوه صهیون در اورشلیم است که صندوق عهد خدا در آنجا بود.

خدای عادل که از افکار و دل‌های ما با خبری، بدبها را از بین ببرد و نیکان را استوار ساز.

¹⁰ خدا سپر من است و از من محافظت می‌کند. او کسانی را که دلشان پاک و راست است، نجات می‌بخشد. ¹¹ خدا داور عادل است. او هر روز بر بندگان خشمگین می‌شود. ¹² اگر آنها بسوی خدا بازگشت نکنند، او شمشیرش را نیز خواهد کرد. خدا کمان خود را کشیده و آماده کرده است. ¹³ او سلاح‌های مرگبار و تیرهای آتشین خود را بدست گرفته است.

¹⁴ وجود اشخاص گناهکار پر از شرارت و ظلم است و اعمالشان نادرست. ¹⁵ آنها برای دیگران چاه می‌کنند، اما خود در آن می‌افتند ¹⁶ او در دام بداندیشی و ظلم خود گرفتار می‌شوند.

¹⁷ خداوند را بخاطر عدالتش می‌ستایم و در وصف او که متعال است می‌سرایم.

شکوه و عظمت خداوند

ای خداوند، ای خداوند ما، شکوه نام تو **8** سراسر زمین را فرا گرفته است و عظمت تو از آسمانها نیز فراتر رفته است. ² کودکان و شیرخوارگان، زبان به ستایش تو می‌کشایند و دشمنانت را سزاوار ساخته و خاموش می‌سازند.

³ وقتی به آسمان تو و به ماه و ستارگانی که آفریده‌ای نگاه می‌کنم، ⁴ می‌گویم انسان چیست که تو به فکر او باشی و او را مورد لطف خود قرار دهی؟

تو مقام او را فقط اندکی پایین‌تر از فرشتگان قرار دادی و تاج عزت و احترام را بر سر وی نهادی. ⁶ او را بر تمام خلقت خود گماری و همه چیز را زیر فرمان او درآوردی: ⁷ گوسفندان و گاو، حیوانات وحشی، ⁸ پرندگان آسمان، ماهیان دریا و جاندارانی که در آنها زندگی می‌کنند.

⁹ ای خداوند! ای خداوند ما! شکوه نام تو سراسر زمین را فرا گرفته است.

خدا، داور عادل

ای خداوند، با تمام وجود تو را می‌ستایم و از **9** کارهای شگفت‌انگیز تو سخن می‌رانم. تو

پناه تو شادمان باشند. ¹² تو ای خداوند، درستکاران را برکت می‌دهی و ایشان را با سپر محبت خود محافظت می‌نمایی.

دعای انسان دردمند

ای خداوند، مرا در شدت خشم خود توییح و **6** تنبیه نکن. ² ای خداوند، به من رحم کن زیرا بپژمرده شده‌ام. خداوند، مرا شفا ده، زیرا درد وجودم را فرا گرفته ³ و بسیار پریشانم. تا به کی ای خداوند، تا به کی؟

⁴ ای خداوند، بیا و مرا برهان؛ به رحمت خود، مرا نجات ده؛ زیرا اگر بمیرم نخواهم توانست تو را به یاد آورم و ستایش کنم.

⁶ از نالیدن خسته شده‌ام. هرشب بسترم را غرق اشک می‌سازم. ⁷ از آزار دشمنانم آنقدر گریه کرده‌ام که چشماتم تار شده‌اند.

⁸ ای همه بندگان، از من دور شوید؛ زیرا خداوند صدای گریه مرا شنیده است. ⁹ او به فریاد من خواهد رسید و دعایم را اجابت خواهد کرد. ¹⁰ آنگاه همه دشمنانم ناگهان عاجز و درمانده شده، با سرافکنندگی دور خواهند شد.

فریاد دادخواهی

ای خداوند، خدای من، به تو پناه می‌آورم؛ **7** مرا از دست تعقیب‌کنندگانم نجات ده، ² وگرنه آنها همچون شیر مرا می‌درند و نکند که می‌کنند بدون آنکه کسی بتواند به نجاتم بشتابد. ³ ای خداوند، خدای من، اگر به کسی ظلم کرده‌ام، ⁴ اگر خوبی را با بدی تلافی نموده‌ام و یا به ناحق دشمن خود را غارت کرده‌ام، ⁵ آنگاه بگذار دشمن مرا تعقیب نموده، به دام اندازد و زندگی‌ام را تباہ سازد.

⁶ ای خداوند، برخیز و با غضبت در مقابل خشم دشمنانم بایست! ای خدای من، برخیز و عدالت را برقرار نما. ⁷ همه قوم‌ها را نزد خود جمع کن و از بالا بر ایشان دوری فرما. ⁸ ای خداوند که داور همه مردم هستی، پکی و بی‌گناهی مرا ببین و حکم ده. ⁹ ای

فریاد دادخواهی

ای خداوند، چرا دور ایستاده‌ای؟ چرا به هنگام سختی‌ها خود را پنهان می‌کنی؟¹⁰ تبیا و اشخاص متکبر و بدکار را که بر فقرا ظلم می‌کنند در دامهای خودشان گرفتار ساز. آنها با غرور از مقاصد پلید خود سخن می‌رانند. آنها اشخاص طمعکار را می‌ستایند ولی خدا را ناسزا می‌گویند. این بدکاران فکر می‌کنند خدایی وجود ندارد تا از آنها بازخواست کند.⁵ آنها در کارهایشان موفقند و دشمنانشان را به هیچ می‌شمارند و توجهی به احکام خدا ندارند.⁶ به خود می‌گویند: «همیشه موفق خواهیم بود و از هر مصیبتی به دور خواهیم ماند.»

⁷دشمنان پر از کفر و دروغ و تهدید است و از زبانشان گناه و شرارت می‌بارد. ⁸نزديک روستاها به کمین می‌نشینند و اشخاص بی‌گناه را می‌کشند. ⁹مانند شیر درنده، کمین می‌کنند و بر اشخاص فقیر و درمانده حمله می‌برند و ایشان را در دام خود گرفتار می‌سازند. ¹⁰اشخاص بیچاره در زیر ضربات بی‌رحمانه آنها خرد می‌شوند. ¹¹این بدکاران در دل خود می‌گویند: «خدا روی خود را برگردانده و این چیزها را هرگز نمی‌بیند.»

¹²ای خداوند، برخیز و این بدکاران را مجازات کن! ای خدا، بیچارگان را فراموش مکن! ¹³چرا اجازه می‌دهی که بدکاران به تو اهانت کنند؟ آنها فکر می‌کنند که تو هرگز از ایشان بازخواست نخواهی کرد! ¹⁴اما ای خدا، تو می‌بینی! تو رنج و غم مردم را می‌بینی و به داد آنها می‌رسی. تو امید بیچارگان و مددکار بی‌تیمان هستی. ¹⁵دست این بدکاران را بشکن. آنها را به سزای اعمالشان برسان و به ظلم آنها پایان بده.

¹⁶خداوند تا ابد پادشاه است؛ آنانی که او را نمی‌پرستند از سرزمین وی رانده و هلاک خواهند شد. ¹⁷ای خداوند، تو دعای بیچارگان را اجابت می‌کنی. تو به درد دل آنها گوش می‌دهی و به ایشان قوت قلب می‌بخشی. ¹⁸تو از حق بی‌تیمان و مظلومان دفاع می‌کنی تا دیگر انسان خاکی نتواند آنها را بترساند.

پناهگاه درستکاران

شادی و خوشی من هستی و من در وصف تو، ای خدای متعال، می‌سرایم.

³دشمنانم عقب‌نشینی کرده، در حضور تو برزمین خواهند افتاد و هلاک خواهند شد،⁴ زیرا تو ای داور عادل بر مسند خود نشسته‌ای و از حق من دفاع می‌کنی. ⁵تو قومهای شرور را محکوم و نابود کرده‌ای و نام آنها را از صفحه روزگار محو ساخته‌ای.⁶ دشمنان ما را بکلی ریشه کن نموده‌ای و شهرهای آنها را ویران کرده‌ای بطوری که حتی نامی از آنها نیز باقی نمانده است.

⁷خداوند تا به ابد پادشاه است. او مسند داوری خود را برقرار کرده ⁸تا بر قومهای دنیا با عدل و انصاف داوری نماید.

⁹خداوند پناهگاه رنج‌دیدگان است و ایشان را در سختی‌ها حفظ می‌کند.

¹⁰خداوند، کسانی که تو را می‌شناسند، به تو پناه می‌آورند زیرا تو هرگز طالبان خود را ترک نکرده‌ای.

¹¹در وصف خداوند که در اورشلیم سلطنت می‌کند، بسرایید! کارهای او را در میان همه قومها اعلام کنید!¹² زیرا او قاتلان را بی‌سزا نخواهد گذاشت و فریاد ستم‌دیدگان را فراموش نخواهد کرد.

¹³ای خداوند، ببین دشمنانم چگونه به من ظلم می‌کنند. بر من رحم کن و مرا از چنگال مرگ رهایی ده ¹⁴تا تو را در حضور همه مردم اورشلیم ستایش کنم و بسبب این رهایی شادی نمایم.

¹⁵دشمنان در چاهی که برای دیگران کنده بودند، افتاده‌اند و در دامهایی که برای دیگران گذاشته بودند گرفتار شده‌اند. ¹⁶خداوند بدکاران را در دامهای خودشان گرفتار می‌کند و نشان می‌دهد که خدای عادل است. ¹⁷همه بدکاران و تمام قومهایی که خدا را از یاد می‌برند هلاک خواهند شد. ¹⁸بیچارگان و ستم‌دیدگان سرانجام به یاد آورده خواهند شد و امیدشان بر باد خواهد رفت.

¹⁹ای خداوند، برخیز و قومها را محاکمه کن! نگذار انسان پیروز شود. ²⁰آنها را به وحشت انداز تا بفهمند که انسان فانی‌ای بیش نیستند.

شود؟ تا به کی دشمن بر من پیروز باشد؟³ ای خداوند من، بر من نظر کن و دعای مرا اجابت فرما. نگذار نور زندگی‌ام خاموش شود. نگذار به خواب مرگ فرو روم⁴ و دشمن از شکست من شاد شده، بگوید: «بر او پیروز شدم.»

⁵ من به رحمت تو ایمان دارم و دلم از نجات تو شاد می‌شود. ⁶ در وصف تو ای خداوند خواهم سراپید زیرا به من خوبی کرده‌ای.

انسان بدکار

کسی که فکر می‌کند خدا نیست، احمق **14** است. چنین شخصی فاسد است و دست به کارهای پلیدی می‌زند و هیچ نیکی در او نیست. ² خداوند از آسمان به انسانها نگاه می‌کند تا شخص فهمیده‌ای بیابد که طالب خدا باشد. ³ ولی همه از او روگردان شده‌اند، همه فاسد گشته‌اند، در هیچ یک از آنها نیکی نیست.

⁴ این بدکاران بی‌فهم، خدا را نمی‌شناسند و قوم مرا مثل نان می‌بلعند. ⁵ ولی وحشت، آنها را فرا می‌گیرد زیرا خدا با درستکاران است. ⁶ بلی، وقتی بدکاران امید آدم بیچاره را نقش بر آب می‌کنند، خداوند او را در پناه خود می‌گیرد.

⁷ قوم اسرائیل چقدر شاد خواهند شد وقتی خداوند آنها را رستگار سازد! ای خداوند بیا و قوم خود را نجات ده!

آنچه خدا از انسان می‌خواهد

ای خداوند، چه کسی می‌تواند به خیمه¹ تو وارد شود؟ **15** چه کسی می‌تواند در خانه² مقدس تو بماند؟

³ کسی که بی‌عیب و بی‌ریا باشد و هر کاری را با صداقت انجام دهد، ⁴ کسی که از دیگران بدگویی نکند، به تهمت‌ها گوش ندهد و به همسایه⁵ خود بدی نکند، ⁶ کسی که بدکاران را خوار بشمارد ولی به کسی که از خدا می‌ترسد احترام بگذارد، کسی که به قول خود وفا کند اگر چه به ضررش تمام شود،

چرا به من که به خداوند پناه برده‌ام **11** می‌گویید: «مثل پرنده به کوه‌ها فرار کن² زیرا بدکاران در کمین درستکاران نشسته‌اند و تیرهای خود را به کمان نهاده‌اند تا ایشان را هدف قرار دهند. ³ پایه‌های نظم و قانون فرو ریخته، پس مرد درستکار چه می‌تواند بکند؟»

⁴ اما خداوند هنوز در خانه⁵ مقدس خود است، او همچنان بر تخت آسمانی خود نشسته است. خداوند انسانها را می‌بیند و می‌داند که آنها چه می‌کنند. ⁶ خداوند بدکاران و درستکاران را امتحان می‌کند. او از آدم بدکار و ظالم بیزار است.

⁶ او بر بدکاران آتش و گوگرد خواهد بارانید و با بادهای سوزان آنها را خواهد سوزانید. ⁷ خداوند عادل است و انصاف را دوست دارد و درستکاران در حضور او خواهند زیست.

حمایت خدا از درستکاران

ای خداوند، به داد ما برس، زیرا دیگر اثری از خداشناسان نیست و انسان درستکاری در دنیا باقی نمانده است. ² همه دروغ می‌گویند و با چاپلوسی یکدیگر را فریب می‌دهند. ³ ای خداوند، زبان چاپلوسان و متکبران را ببر که می‌گویند: «ما هر چه را که بخواهیم با زبانتان بدست می‌آوریم. هر چه را که بخواهیم می‌گیریم و کسی نمی‌تواند مانع ما شود.»

⁴ خداوند می‌گوید: «من بر می‌خیزم و به داد فقیران و درماندگان می‌رسم و آنها را از دست ظالمان نجات می‌بخشم.»

⁶ وعده‌های خداوند، مانند نقره‌ای که هفت بار در کوره تصفیه شده باشد، پاک و قابل اعتماد است.

⁸ ای خداوند، هر چند پای شخص بدکار به همه جا رسیده است و مردم کارهای پلیدی آنها را ستایش می‌کنند، ولی تو ما را تا ابد از چنین شخص حفظ خواهی کرد.

دعای شخص درمانده

ای خداوند، تا به کی مرا فراموش می‌کنی؟ **13** تا به کی روی خود را از من برمی‌گردانی؟² تا به کی افکارم مرا آزار دهند و هر روز دلم از غم پر

خود را از گناهکاران دور نگهداشته از راه‌های آنها پیروی نکرده‌ام، بلکه از کلام تو اطاعت نمودم⁵ و پاهای من هرگز از راه‌های تو منحرف نشده‌اند.

⁶ای خدا، من تو را می‌خوانم زیرا یقین دارم که مرا اجابت خواهی نمود پس دعای مرا بشنو. ⁷ای که با دست پر قدرتت کسانی را که به تو پناه می‌آورند از دست دشمنان می‌رهانی، محبت بی‌دریغت را به من بنمایان. ⁸از من مانند مردمک چشمت مواظبت نما و مرا زیر سایهٔ بالهای خود پنهان کن. ⁹مرا از چنگ دشمنانی که محاصره‌ام می‌کنند و بر من هجوم می‌آورند، برهان. ¹⁰این سنگدلان منکیر، مرا احاطه کرده‌اند و منتظر فرصتی هستند تا مرا از پای درآورند. ¹²آنها مانند شیری درنده در کمین من نشسته‌اند تا مرا بدرند.

¹³ای خداوند، برخیز و در مقابل آنها بایست و آنها را از پای درآور. با شمشیر خود، جانم را از دست گناهکاران نجات بده، ¹⁴مرا از دست مردمانی که دل به این دنیا بسته‌اند، برهان. آنها با نعمت‌های تو شکم خود را سیر می‌کنند و برای فرزندانشان مال و ثروت می‌اندوزند.

¹⁵اما من از دیدن روی تو است که سیر می‌شوم. هنگامی که بیدار شوم تو را خواهم دید، زیرا تو گناه مرا بخشیده‌ای.

سرود پیروزی داود

(پس از رهایی از دست شائول، داود این مزمور را سرایید.)

ای خداوند، ای قوت من، تو را دوست دارم!
18 ²خداوند، جان پناه من است. او صخرهٔ من است و مرا نجات می‌بخشد. خدایم صخرهٔ محکمی است که به آن پناه می‌برم. او همچون سپر از من محافظت می‌کند، به من پناه می‌دهد و با قدرتش مرا می‌رهاند. ³او را به کمک خواهم طلبید و از چنگ دشمنان رهایی خواهم یافت. ای خداوند تو شایستهٔ پرستش هستی!

⁴مرگ، مرا در چنگال خود گرفتار کرده بود و موجهای ویرانگرش مرا فرو گرفته بود. ⁵مرگ برای من دام نهاده بود تا مرا به کام خود بکشد. ⁶اما من در

کپول قرض دهد ولی سود آن را نگیرد، و از گرفتن رشو به برای دادن شهادت بصد بی‌گناه خودداری کند. چنین شخصی همیشه پایدار خواهد ماند.

لذت حضور خدا

ای خدا، از من محافظت فرما، زیرا که به تو پناه آورده‌ام.
16 ²به خداوند گفتم: «تو خداوند من هستی و جز تو هیچ چیز مرا خوشبخت نمی‌کند.»
³بزرگان واقعی دنیا کسانی هستند که به تو ایمان دارند، و ایشان مایهٔ شادی من می‌باشند.
⁴آنان که بنیال خدایان دیگر می‌روند دچار دردهای زیادی خواهند شد. من برای این خدایان قربانی نخواهم کرد و حتی نام آنها را بر زبان نخواهم آورد.

⁵ای خداوند، تو همه چیز من هستی! تو مال و ثروت من هستی! زندگی من در دستهای تو است. ⁶آنچه به من بخشیده‌ای، عالی است و من از آن لذت می‌برم.
⁷خداوند را شکر می‌کنم که مرا راهنمایی می‌کند و حتی شب هنگام نیز مرا تعلیم می‌دهد. ⁸خداوند همیشه با من است! او در کنار من است و هیچ چیز نمی‌تواند مرا بلرزاند.

⁹پس من در امان خواهم ماند و قلب و وجودم از شادی لبریز خواهد شد؛ ¹⁰زیرا تو مرا در چنگال مرگ رها نخواهی کرد و کسی را که دوستش داری نخواهی گذاشت از بین برود. ¹¹تو راه حیات را به من نشان خواهی داد. حضور تو مرا از شادی لبریز می‌کند و بودن در کنار تو به من لذتی جاودانی می‌بخشد.

دعای مرد بی‌گناه

ای خداوند، فریاد عدالت خواهانهٔ مرا بشنو
17 و به دعای من که از دل بی‌ریا بر می‌آید، توجه فرما! ²تو واقعیت را می‌دانی، پس بی‌گناهی مرا اعلام کن. ³تو از دل من باخبری. حتی در شب به سراغم آمدی و مرا آزمودی و خطایی در من نیافتی. هیچ بدی در سخنان من نبوده است، ⁴ و من

این پریشانی بسوی خداوند فریاد برآوردم و از خدایم کمک خواستم. فریاد من به گوش او رسید و او از خانه مقدسش ناله مرا شنید.

آنگاه زمین تکان خورد و لرزید و بنیاد کوه‌ها مرتعش شد و به لرزه درآمد؛ زیرا خداوند به خشم آمده بود. ⁸دود از بینی او برآمد و شعله‌های سوزاننده آتش، از دهانش زبانه کشید! ⁹او آسمان را شکافت و نزول کرد و زیر پایش ابرهای سیاه قرار داشت. ¹⁰بر فرشته‌های سوار شد و بر بالهای باد پرواز نمود. ¹¹او خود را با تاریکی پوشاند و ابرهای غلیظ پر آب، او را احاطه کردند. ¹²درخشندگی حضور او، ابرهای تیره را کنار زد و تگرگ و شعله‌های آتش پدید آورد.

آنگاه خداوند، خدای متعال، از آسمان و از میان تگرگ و شعله‌های آتش با صدای رعدآسا سخن گفت. ¹⁴او با تیرهای آتشین خود، دشمنانم را پراکنده و پریشان ساخت. ¹⁵آنگاه فرمان داد و آب دریا عقب رفت، دمید و خشکی پدید آمد. ¹⁶خداوند از آسمان دست خود را دراز کرد و مرا از اعماق آبهای بسیار بیرون کشید. ¹⁷مرا از چنگ دشمنان نیرومندی که از من بسی تواناتر بودند رها کنید. ¹⁸وقتی در سختی و پریشانی بودم، آنها بر من هجوم آوردند، اما خداوند مرا حفظ کرد. ¹⁹او مرا به جای امنی برد و نجاتم داد زیرا مرا دوست می‌داشت.

خداوند پاداش درستکاری و پاک‌ی مرا داده است، ²⁰زیرا از دستورات او اطاعت نکرده‌ام و نسبت به خدای خود گناه نورزیده‌ام. ²²همه احکامش را بجا آورده‌ام و از فرمان او سرپیچی نکرده‌ام. ²³در نظر خداوند بی‌عیب بوده‌ام و خود را از گناه دور نگاه داشته‌ام. ²⁴خداوند به من پاداش داده است زیرا در نظر او پاک و درستکار بوده‌ام. ²⁵خدایا، تو نسبت به کسانی که به تو وفادارند، امین هستی و کسانی را که کاملند محبت می‌کنی.

اشخاص پاک را برکت می‌دهی و آمه‌های فاسد را مجازات می‌کنی. ²⁷تو افتادگان را نجات می‌دهی اما متکبران را سرنگون می‌کنی.

²⁸خداوند، تو چراغ مرا روشن نگهدار و تاریکی مرا به روشنایی تبدیل کن. ²⁹با کمک تو بر صفوف دشمنان حمله خواهم برد و قلعه‌های آنها را در هم خواهم کوبید.

³⁰اعمال خداوند کامل و بی‌نقص است و وعده‌های او پاک و قابل اعتماد! خداوند از کسانی که به او پناه می‌برند مانند سپر محافظت می‌کند. ³¹کیست خدا غیر از خداوند و کیست صخره نجات غیر از خدای ما؟ ³²خدا به من قوت می‌بخشد و در راه‌هایی که می‌روم مرا حفظ می‌کند. ³³پاهایم را چون پاهای اهو می‌گرداند تا بتوانم بر بلندبها بایستم. ³⁴او دستهای مرا برای جنگ تقویت می‌کند تا بتوانم کمان برنجین را خم کنم.

³⁵خداوند، تو با سپرت مرا نجات داده‌ای، با قدرت مرا حفظ کرده‌ای و از لطف تو است که به این عظمت رسیده‌ام. ³⁶زمین زیر پاهایم را وسیع ساخته‌ای تا نلغزم. ³⁷دشمنانم را تعقیب می‌کنم و به ایشان می‌روم و تا آنها را از بین نبرم بر نمی‌گردم. ³⁸آنها را چنان بر زمین می‌کوبم که زیر پایم بیافتند و بر نخیزند. ³⁹تو برای جنگین به من قوت بخشیده‌ای و دشمنانم را زیر پای من انداخته‌ای. ⁴⁰تو آنها را وادار به عقب‌نشینی و فرار می‌نمایی و من آنها را نابود می‌کنم. ⁴¹فریاد برمی‌آورند ولی کسی نیست که آنها را برهاند. از خداوند کمک می‌خواهند، اما او نیز به داد ایشان نمی‌رسد. ⁴²من آنها را خرد کرده، بصورت غبار در می‌آورم و به دست باد می‌سپارم. آنها را مانند گل کوچمه‌ها لگنمال می‌کنم.

⁴³تو مرا از چنگ قومی شورشگر نجات دادی و مرا رئیس قوم‌ها ساختی. مردمی که قبلاً نمی‌شناختم، اکنون مرا خدمت می‌کنند. ⁴⁴ببیگانه‌ها در حضور من سر تعظیم فرود می‌آورند و بمحض شنیدن دستوراتم، آنها را اجرا می‌کنند. ⁴⁵آنها روحیه خود را باخته‌اند و با ترس و لرز از قلعه‌های خود بیرون می‌آیند.

⁴⁶خداوند زنده است! شکر و سپاس بر خدای متعال باد که صخره نجات من است! ⁴⁷او خدایی است که انتقام مرا می‌گیرد، قومها را مغلوب من می‌گرداند، ⁴⁸و مرا از چنگ دشمنان می‌رهاند.

¹⁴ای خداوند، ای پناهگاه و نجات دهنده من، سخنان و افکارم موردپسند تو باشند.

پیروزی پادشاه برگزیده خداوند

20 خداوند دعای تو را در روز بلا اجابت فرماید! خدای یعقوب از تو محافظت نماید. ²خداوند از مکان مقدس خود، برایت کمک بفرستد، و از کوه صهیون تو را حمایت کند! ³تمام هدایای تو را به باد آورد و قربانی‌های سوختنی‌ات را قبول فرماید. ⁴آرزوی دلت را برآورد و تو را در همه کاره‌ایت موفق سازد. ⁵ما از شنیدن خبر پیروزی تو شاد خواهیم شد و پرچم پیروزی را به نام خدای خود بر خواهیم افراشت. بلی، خداوند تمام درخواستهای تو را اجابت فرماید!

⁶اینک می‌دانم که خداوند از مکان مقدس خود در آسمان، دعای پادشاه برگزیده خود را اجابت می‌کند و با نیروی نجاتبخش خویش او را می‌رهاند. ⁷برخی به عریه‌های خود می‌بالند و برخی دیگر به اسبهای خویش، ولی ما به خداوند، خدای خود فخر می‌کنیم! ⁸آنان به زانو درمی‌آیند و می‌افتند، اما ما برمی‌خیزیم و پابرجا می‌مانیم.

⁹ای خداوند، پادشاه ما را پیروز گردان و هنگامی که از تو کمک می‌طلبیم، ما را اجابت فرما!

شادی بخاطر پیروزی

21 ای خداوند، پادشاه از قوتی که به او داده‌ای شادی می‌کند و از پیروزی‌ای که به او بخشیده‌ای شادمان است. ²تو آرزوی دل او را برآوردی و هرچه از تو خواسته از او دریغ نداشتی. ³تو با برکات نیکو، به استقبالش رفتی و تاجی از طلای ناب بر سرش نهادی. ⁴از تو حیات خواست، به او دادی و بقا و طول عمر به او بخشیدی.

⁵شکوه و عظمت او بخاطر پیروزی‌ای است که تو به او بخشیده‌ای. تو به او عزت و احترام داده‌ای. ⁶او را تا ابد با برکاتت پر ساخته‌ای و با حضورت او را شاد گردانیده‌ای.

خداوند، تو مرا بر دشمنانم پیروز گردانیدی و از دست ظالمان رهایی دادی. ⁴⁹ای خداوند، تو را در میان قومها خواهم ستود و در وصف تو خواهم سرانید.

⁵⁰خدا پیروزیهای بزرگی نصیب پادشاه برگزیده خود داود می‌سازد و بر او و نسلش همیشه رحمت می‌فرماید.

عظمت خدا در خلقت

19 آسمان از شکوه و عظمت خدا حکایت می‌کند و صنعت دستهای او را نشان می‌دهد. ²روز و شب حکمت خدا را اعلام می‌نمایند؛ ⁴و بی‌آنکه سخنی بگویند، ساکت و خاموش پیام خود را به سراسر جهان می‌رسانند. ⁵افتاب هر صبح از خانه‌ای که خدا برایش در آسمان قرار داده است مانند تازه دامادی خوشحال و مانند قهرمانی که مشتاقانه منتظر دویدن در میدان است، بیرون می‌آید. ⁶از یک سوی آسمان به سوی دیگر می‌شتابد، و حرارتش همه جا را فرا می‌گیرد.

احکام خداوند

⁷احکام خداوند کامل است و جان را تازه می‌سازد، کلام خداوند قابل اعتماد است و به سادمدلان حکمت می‌بخشد. ⁸فرامین خداوند راست است و دل را شاد می‌سازد، اوامر خداوند پاک است و بصیرت می‌بخشد. ⁹فوانین خداوند قابل احترام و نیکوست و تا ابد برقرار می‌ماند. احکام خداوند تماما حق و عدل است، ¹⁰از طلای ناب مرغوبتر و از عسل خالص شیرینتر. ¹¹احکام تو بندهات را آگاه و هوشیار می‌سازد و هر که آنها را بجا آورد، پاداش عظیمی خواهد یافت.

¹²کیست که بتواند به گناهان نهان خود پی ببرد؟ خداوند، تو مرا از چنین گناهان پاک ساز! ¹³و نیز مرا از گناهان عمدی بازدار و نگذار بر من مسلط شوند. آنگاه خواهم توانست از شر گناه آزاد شده، بی‌عیب باشم.

¹³ همچون شیران درنده دهان خود را باز کرده‌اند تا مرا بدرند. ¹⁴ نیرویی در من نمانده است. تمام بندهای استخوانهایم از هم جدا شده‌اند. دلم مانند موم آب می‌شود. ¹⁵ انگلیم همچون ظرف گلی خشک شده و زبانم به کام چسبیده. تو مرا به لب گور کشانده‌ای. ¹⁶ دشمنانم مانند سگ، دور مرا گرفته‌اند. مردم بدکار و شرور مرا احاطه نموده‌اند. دستها و پاهای مرا سوراخ کرده‌اند. ¹⁷ از فرط لاغری تمام استخوانهایم دیده می‌شوند؛ بدکاران به من خیره شده‌اند. ¹⁸ رخت مرا در میان خود تقسیم کردند و بر ردای من قرعه انداختند.

¹⁹ ای خداوند، از من دور شو؛ ای قوت من، به یاری من بشتاب! ²⁰ جانم را از دم شمشیر برهان. جان عزیز مرا از دست بدکاران نجات ده. ²¹ مرا از دهان این شیران برهان؛ مرا از شاخهای این گوان وحشی نجات ده!

²² کارهای شگفت‌انگیز تو را برای برادران خود تعریف خواهم کرد. در میان جماعت خواهم ایستاد و تو را ستایش خواهم کرد. ²³ ای قوم خدا، او را سپاس گوید! ای فرزندان یعقوب، وی را گرمی بدارید! ای بنی‌اسرائیل او را بپرسید! ²⁴ او فقیران را فراموش نمی‌کند و مصیبت آنها را ندیده نمی‌گیرد؛ روی خود را از آنها بر نمی‌گرداند، بلکه دعای آنها را می‌شنود و آن را اجابت می‌کند.

²⁵ در حضور جماعت بزرگ، تو را خواهم ستود. نذرهای خود را در حضور عزیزانت ادا خواهم نمود. ²⁶ فقیران غذا خواهند خورد و سیر خواهند شد. طالبان خداوند او را ستایش خواهند کرد. باشد که آنان همیشه زنده‌دل و کامیاب باشند!

²⁷ همه مردم جهان خداوند را به یاد خواهند داشت؛ همه قومه‌ها بسوی خداوند بازگشت خواهند نمود و او را پرستش خواهند کرد. ²⁸ زیرا فرمانروایی از آن خداوند است و او بر قومه‌ها حکومت می‌کند.

²⁹ همه متکبران در حضور او به خاک خواهند افتاد و او را سجده خواهند کرد؛ همه انسانهای فانی در حضورش زانو خواهند زد! ³⁰ نسل‌های آینده او را عبادت خواهند کرد، زیرا از پدران خود درباره

پادشاه بر خداوند توکل دارد و به لطف خدای متعال همیشه پایدار خواهد ماند. ⁸ پادشاه بر همه دشمنانش غلبه خواهد یافت. ⁹ او وقتی بیاید مانند آتش مشتعل مخالفانش را نابود خواهد کرد.

آتش خشم خداوند، دشمنان پادشاه را خواهد بلعید؛ ¹⁰ و نسل آنها را از روی زمین نابود خواهد ساخت. ¹¹ آنها بر ضد پادشاه قیام کردند و نقشه‌های پلید کشیدند، اما موفق نشدند. ¹² او با تیر و کمان آنها را هدف قرار خواهد داد و ایشان برگشته، پا به فرار خواهند گذاشت. ¹³ ای خداوند، بخاطر قدرتت تو را ستایش می‌کنیم و عظمت تو را می‌سراییم.

فریاد کمک و سرود ستایش

22 ای خدای من، ای خدای من، چرا مرا ترک کرده‌ای؟ چرا دور ایستاده‌ای و ناله‌ام را نمی‌شنوی و به نجاتم نمی‌شتابی؟ ² شب و روز می‌نالم و آرامی ندارم، اما تو مرا اجابت نمی‌کنی. ³ آیا وجود این، تو پاک و مقدس هستی. پدران ما تو را ستایش کردند و بر تو توکل نمودند و تو نیز ایشان را نجات دادی؛ ⁴ نژد تو فریاد برآوردند و رهایی یافتند. ایشان بر تو توکل کردند و نومید و سرافکنده نشدند.

⁶ اما من مانند کرم پست شده‌ام؛ مرا انسان بحساب نمی‌آورند. نزد قوم خود خوار و حقیر شده‌ام. ⁷ هر که مرا می‌بیند، مسخره می‌کند. آنها سر خود را تکان می‌دهند و با طعنه می‌گویند: ⁸ «آیا این همان کسی است که بر خدا توکل داشت؟ آیا این همان شخصی است که می‌گفت خدا او را دوست دارد؟ اگر خدا او را دوست دارد پس چرا نجاتش نمی‌دهد؟»

⁹ ای خداوند، این تو بودی که مرا از رحم مادرم بدنیا آوردی. وقتی هنوز در آغوش مادرم بودم، تو از من مراقبت نمودی. ¹⁰ از شکم مادرم، تو خدای من بوده‌ای و مرا حفظ کرده‌ای. ¹¹ اکنون نیز مرا ترک مکن، زیرا خطر در کمین است و غیر از تو کسی نیست که به داد من برسد. ¹² دشمنانم مانند گوان نر سرزمین «باشان» مرا محاصره کرده‌اند.

10 این پادشاه جلال کیست؟ خداوند است! خداوند قادر متعال! آری، اوست پادشاه جلال!

دعا برای هدایت و محافظت

ای خداوند، راز دل خود را با تو در میان می‌گذارم. ²خدایا، من بر تو توکل دارم، پس نگذار شرمنده شوم و دشمنانم با دیدن بدبختی من شادی کنند. ³بلی، آنانی که به تو امیدوارند هرگز سرافکنده نخواهند شد، اما کسانی که بیجهت از اوامر تو سرپیچی می‌کنند خوار خواهند شد.

⁴ای خداوند، راه خود را به من نشان ده و احکام خود را به من بیاموز. ⁵راستی خود را به من تعلیم ده و مرا هدایت فرما، زیرا تو نجات دهنده من هستی و من همیشه به تو امیدوار بودم.

⁶ای خداوند، رحمت ازلی و محبت عظیم خود را به یاد آر! ⁷خطایا و گناهان جوانی‌ام را ببخش! ای خداوند، به رحمت خویش و بخاطر نیکویی خود مرا یاد کن!

⁸خداوند نیکو و عادل است؛ او راه راست خود را به کسانی که از راه منحرف شوند نشان خواهد داد. ⁹او شخص فروتن را در انجام کارهای درست هدایت خواهد کرد و راه خود را به او تعلیم خواهد داد. ¹⁰خداوند تمام کسانی را که عهد او را نگاه می‌دارند و از او امرش پیروی می‌کنند، با وفاداری و محبت هدایت می‌کند.

¹¹ای خداوند، گناه من بزرگ است، بخاطر نام خونت آن را ببامرز! ¹²اگر کسی خداترس باشد، خدا راه راست را به او نشان خواهد داد. ¹³او همیشه کامیاب خواهد بود و فرزندانش در دنیا پایدار خواهند شد. ¹⁴خداوند به کسانی اعتماد دارد که از او اطاعت می‌کنند. او عهد خود را با ایشان تحکیم می‌کند.

¹⁵چشم امید من همیشه بر خداوند است، زیرا تنها او می‌تواند مرا از خطر برهاند. ¹⁶ای خداوند، به من توجه فرما و بر من رحم نما، زیرا تنها و درمانده‌ام. ¹⁷غمهای دلم زیاد شده است، مرا از غصه‌هایم رها ساز! ¹⁸به فقر و بدبختی من توجه کن و همه گناهانم را ببامرز.

کارهای خدا خواهند شنید. ¹به فرزندان که بعد متولد خواهند شد، گفته خواهد شد که خداوند قوم خود را نجات داده است.

خداوند، شبان ما

23 خداوند شبان من است؛ محتاج به هیچ‌چیز نخواهم بود. ²گر مرتعهای سبز مرا می‌خواهند، بسوی آبهای آرام هدایت می‌کند ³و جان مرا تازه می‌سازد. او بخاطر نام پرشکوه خود مرا به راه راست رهبری می‌کند. ⁴حتی اگر از دره تاریک مرگ نیز عبور کنم، نخواهم ترسید، زیرا تو، ای شبان من، با من هستی! عصا و چوبدستی تو به من قوت قلب می‌بخشد.

⁵گر برابر چشمان دشمنانم سفره‌ای برای من می‌گسترانی، از من همچون مهمانی عزیز پذیرایی می‌کنی و جامم را لبریز می‌سازی. ⁶اطمینان دارم که در طول عمر خود، نیکویی و رحمت تو، ای خداوند، همراه من خواهد بود و من تا ابد در خانه تو ساکن خواهم شد.

پادشاه بزرگ

24 زمین و هر آنچه در آنست، از آن خداوند می‌باشد. ²او اساس و بنیاد زمین را بر آب دریاها قرار داد.

³چه کسی می‌تواند به خانه مقدس خداوند که بر کوه واقع است راه یابد؟ ⁴کسی که پندار و کردارش پاک باشد و از ناراستی و دروغ بپرهیزد. ⁵خداوند چنین کسی را نجات بخشیده، برکت خواهد داد و او را بی‌گناه اعلام خواهد نمود. ⁶آینانند کسانی که همیشه در طلب خدای یعقوب می‌باشند و مشتاق دیدار او هستند! ⁷ای دروازه‌ها، سرهای خود را بلند کنید! ای درهای قدیمی اورشلیم کنار بایستید، تا پادشاه جلال وارد شود! ⁸این پادشاه جلال کیست؟ خداوند است! خداوند قادر مطلق؛ خداوند فاتح همه جنگها!

⁹ای دروازه‌ها، سرهای خود را بلند کنید! ای درهای قدیمی اورشلیم کنار بایستید تا پادشاه جلال وارد شود!

⁴تنها خواهش من از خداوند این است که اجازه دهد تمام روزهای عمرم در حضور او زیست کنم و در خانه^۵ او به او تفکر نمایم و جمال او را مشاهده کنم. ^۶در روزهای سخت زندگی، او مرا در خانه خود پناه خواهد داد، مرا حفظ خواهد کرد و بر صخره‌ای بلند و مطمئن استوار خواهد ساخت. ^۷آنگاه بر دشمنانی که مرا احاطه کرده‌اند پیروز خواهم شد؛ با فریاد شادی در خیمه^۸ او قربانی‌ها تقدیم خواهم نمود و برای خداوند سرود شکرگزاری خواهم خواند.

^۹ای خداوند، فریاد مرا بشنو و رحمت فرموده، دعایم را اجابت کن. ^{۱۰}تو گفته‌ای که تو را بطلبیم، من نیز از ته دل می‌گویم که ای خداوند تو را خواهم طلبید.

^{۱۱}خود را از من پنهان مکن؛ بر من خشمگین مشو و مرا از حضورت مران. تو مددکار من بوده‌ای، مرا طرد مکن؛ ای خدای نجات دهنده من، مرا ترک مگو! ^{۱۲}حتی اگر پدر و مادرم مرا از خود برانند، خداوند مرا نزد خود خواهد پذیرفت.

^{۱۳}ای خداوند، مرا به راه راست خود هدایت کن تا از گزند دشمن در امان باشم. ^{۱۴}مرا به دست بدخواهانم نسپار، زیرا این ظالمان می‌خواهند با شهادت دروغ خود، برضد من قیام کنند.

^{۱۵}اگر مطمئن نبودم که نیکویی خداوند را بار دیگر در این دنیا می‌بینم، تا به حال از بین رفته بودم.

^{۱۶}ای خداوند امیدوار باش و بر او توکل کن. ایمان داشته باش و ناامید مشو.

طلب کمک از خداوند

ای خداوند، نزد تو فریاد بر می‌آورم؛ ای **28** تکیه‌گاه من، دعایم را بشنو! اگر دعای مرا

نشنوی به سرنوشت کسانی دچار خواهم شد که الان در قبرها خفته‌اند. ^۱وقتی دستهای خود را بسوی تو بلند می‌کنم و با گریه و زاری از تو کمک می‌طلبم، مرا اجابت فرما. ^۲مرا جزو بدکاران و شروران محسوب نکن. آنها در ظاهر با همسایگان خود سخنان دوستانه می‌گویند، اما در دل خود قصد اذیت و آزارشان را دارند. ^۳آنها را برای آنچه که کرده‌اند مجازات کن! برای کارهای زشتی که مرتکب

^۴دشمنانم را ببین که چه زیادند و چقدر از من نفرت دارند! ^۵جانم را حفظ کن و مرا نجات ده تا شرمنده نشوم، زیرا که بر تو توکل کرده‌ام. ^۶آیست که کمال و راستی من محافظ من باشند، زیرا به تو پناه می‌برم. ^۷خدایا، بنی اسرائیل را از تمام مشکلاتش نجات ده!

دعای مرد نیک

ای خداوند، به داد من برس، زیرا در کمال **26** صداقت رفتار می‌کنم و توکل راسخ به تو دارم. ^۱خداوندا، مرا بیازما. فکر و دل مرا تقویت کن و پاک ساز؛ ^۲زیرا رحمت تو را در نظر دارم و وفاداری تو را شعار زندگی خود کرده‌ام.

^۳با مردان نادرست نمی‌نشینم و با اشخاص دورو و متظاهر رفت و آمد نمی‌کنم. ^۴از بدکاران نفرت دارم و با شروران معاشرت نمی‌کنم. ^۵دستهای خود را خواهم شست تا نشان دهم که بی‌گناهم، سپس قربانگاه تو را طواف خواهم کرد. ^۶آنگاه با سراییدن سرود شکرگزاری کارهای شگفت‌انگیز تو را به همه خیر خواهم داد.

^۷خداوندا، خانه تو را که حضور پرجلالت در آنجاست، دوست می‌دارم. ^۸پس با من مانند بدکاران و قاتلان رفتار نکن که رشوه می‌دهند و خون مردم را می‌ریزند.

^۹اما من راستی را پیشه کرده‌ام؛ بر من رحم کن و مرا نجات ده.

^{۱۰}خداوند را در حضور مردم سپاس خواهم گفت، زیرا مرا از خطر می‌رهاند.

دعای شکرگزاری

خداوند نور و نجات من است، از که **27** بترسم؟ خداوند حافظ جان من است از که هراسان شوم؟

^۱هنگامی که بدکاران بر من هجوم آوردند تا مرا نابود کنند، لغزیدند و افتادند. ^۲حتی اگر لشگری برضد من برخیزد، ترسی به دل راه نخواهم داد! اگر علیه من جنگ برپا کنند، به خدا توکل خواهم کرد و نخواهم ترسید!

خداوند، ای خدای من، وقتی نزد تو فریاد برآوردم و کمک طلبیدم، مرا شفا دادی. ³ مرا از لب گور برگرداندی و از چنگال مرگ نجاتم دادی تا نمیرم.

⁴ ای عزیزان خداوند، او را ستایش کنید! نام مقدس خداوند را بستانید، زیرا غضب او لحظه‌ای است، اما رحمت و محبت او دایمی! اگر تمام شب نیز اشک بریزیم، صبحگاهان باز شادی آغاز می‌شود.

⁶ هنگامی که خوشحال و کامیاب بودم، به خود گفتم هرگز شکست نخواهم خورد. ⁷ فکر کردم مانند کوه همیشه پایرجا و پایدار خواهم بود. اما همین که تو، ای خداوند، روی خود را از من برگرداندی، ترسان و پریشان شدم.

⁸ ای خداوند، در پیشگاه تو نالیدم و التماس‌کنان گفتم:

⁹ «نابودی من برای تو چه فایده‌ای دارد؟ اگر بمیرم و زیر خاک بروم، آیا غبار خاک من، تو را خواهد ستود؟ آیا جسد خاک شده من از وفاداری و صداقت تو تعریف خواهد کرد؟ ¹⁰ خداوند، دعایم را بشنو و بر من رحم کن! ای خداوند، مددکار من باش!»

¹¹ خدایا، تو ماتم مرا به شادی و رقص تبدیل کرده‌ای! تو رخت عزا را از تنم در آوردی و لباس جشن و شادی به من پوشاندی. ¹² بنابراین سکوت نخواهم کرد و با تمام وجود در وصف تو سرود خواهم خواند. ای خداوند، ای خدای من، تا به ابد تو را سپاس خواهم گفت!

دعای توکل به خداوند

ای خداوند، به تو پناه آورده‌ام، نگذار **31** هرگز سرافکنده شوم. تو خدایی عادل هستی، پس مرا نجات ده. ² به دعای من گوش ده و مرا نجات ببخش. پناهگاهی مطمئن و خانه‌ای حصاردار برای من باش و مرا برهان.

³ تو جان پناه و سنگر من هستی؛ بخاطر نام خود مرا رهبری و هدایت فرما. ⁴ مرا از دامی که برابم نهاده‌اند حفظ نما و مرا از خطر برهان. ⁵ به تو پناه می‌آورم؛ روح خود را به دست تو می‌سپارم؛ ای خداوند، خدای حق، تو بهای آزادی مرا پرداخته‌ای.

شده‌اند، مزدشان را کف دستشان بگذار! ⁵ آنها را چنان بر زمین بکوب که دیگر نتوانند بلند شوند، زیرا به آفرینش و کارهای دست تو اهمیت نمی‌دهند.

⁶ خدا را سپاس باد! او فریاد مرا که از او کمک طلبیدم، شنیده‌است. ⁷ خداوند قوت و سپر من است. از صمیم قلب بر او توکل کردم و او مرا یاری کرد. از این رو، دلم شاد است و با سرود از او تشکر می‌نمایم.

⁸ خداوند قوم خود را حفظ می‌کند و از پادشاه برگزیده خویش حمایت می‌نماید و او را نجات می‌بخشد. ⁹ ای خداوند، قوم برگزیده خود را نجات ده و عزیزان خود را برکت عنایت فرما. تو شبان آنها باش و تا ابد از ایشان نگهداری کن!

صدای خداوند در طوفان

ای فرشتگان، خداوند را ستایش کنید! **29** شکوه و عظمت او را بستانید! ² خداوند را آنچنانکه سزاوار است بپرستید! در لباس تقوی و تقدس او را سجده کنید!

³ صدای خداوند از ورای دریاها شنیده می‌شود؛ او همچون رعد می‌غرد! صدای او بر اقیانوسها طنین افکن است! ⁴ صدای خداوند پر قدرت و باشکوه است. ⁵ صدای خداوند درختان سرو را می‌شکند. آری درختان سرو لبنان را می‌شکند ⁶ و کوه‌های لبنان را می‌لرزاند و کوه حرمون را مانند گوساله به جست و خیز وامی‌دارد.

⁷ صدای خداوند رعد و برق ایجاد می‌کند، ⁸ دشته‌ها را به لرزه در می‌آورد و صحرائی قانش را تکان می‌دهد. ⁹ صدای خداوند درخت بلوط را می‌لرزاند و برگهای درختان جنگل را به زمین می‌ریزد. در خانه خداوند، همه جلال و عظمت او را می‌ستایند.

¹⁰ خداوند بر آبهای عمیق فرمان می‌راند و تا به ابد سلطنت می‌نماید. ¹¹ خداوند به قوم برگزیده خود قدرت می‌بخشد و صلح و سلامتی نصیب ایشان می‌کند.

دعای تشکر

خدانوا، تو را ستایش می‌کنم، زیرا مرا نجات دادی و نگذاشتی دشمنانم به من بخندند. ² ای

²³ای قوم خداوند، او را دوست بدارید! خداوند افراد وفادار و امین را حفظ می‌کند، اما متکبران را به سزای اعمالشان می‌رساند.²⁴ ای همه کسانی که به خداوند امید بسته‌اید، شجاع و قوی دل باشید!

اعتراف و بخشش

خوشبحال کسی که گناهانش آمرزیده شده و خطاهایش بخشیده شده است!² خوشبحال کسی که خداوند او را مجرم نمی‌شناسد و حيله و تزویری در وجودش نیست.

32 گناهم وقتی آن را اعتراف نمی‌کنم، وجود مرا مثل خوره می‌خورد و تمام شب غصه و گریه امانم نمی‌دهد! ³تو، ای خداوند، شب و روز مرا تنبیه می‌کنی، بطوری که طراوات و شادابی خود را از دست می‌دهم و خرد می‌شوم.⁵ اما وقتی در حضور تو به گناه خود اعتراف می‌کنم و از پوشاندن جرم خودداری نمی‌نمایم و به خود می‌گویم: «باید گناه خود را نزد خداوند اقرار کنم»، تو نیز گناه مرا می‌آمرزی.⁶ بنابراین، هر شخص با ایمانی محض آگاه شدن از گناه خود، باید تا فرصت باقی است آن را در حضور تو اعتراف کند. طوفان حوادث هرگز به چنین شخصی آسیب نخواهد رساند.⁷ تو پناهگاه من هستی و مرا از بلا حفظ خواهی کرد. دل مرا با سرودهای پیروزی و رهایی شاد خواهی ساخت!

⁸خداوند می‌فرماید: «تو را هدایت خواهم نمود و راهی را که باید بروی به تو تعلیم خواهم داد؛ تو را نصیحت خواهم کرد و چشم از تو برنخواهم داشت! پس، مانند اسب و قاطر نباش که با لگام و افسار هدایت و رام می‌شوند و از خود فهم و شعوری ندارند!»¹⁰ غم و غصه اشخاص شورور پایان ندارد؛ اما هر که به خداوند توکل کند از رحمت او برخوردار خواهد شد.¹¹ ای نیکان، بسبب آنچه خداوند انجام داده است شادی کنید! ای پاکدلان، بانگ شادی برآورید!

سرود پرستش

⁶از آنانی که به بت اعتماد می‌کنند، منتفرم؛ من بر تو، ای خداوند، توکل کرده‌ام.⁷ به رحمت تو شادی می‌کنم، زیرا به مصیبت من توجه نمودی و از مشکلات من آگاه شدی.⁸ مرا به دست دشمن نسپردی، بلکه راه نجات پیش پایم نهادی.

⁹خداوند، بر من رحم کن، زیرا در تنگنا و سختی هستم. از شدت گریه چشمانم تار شده است. دیگر تاب تحمل ندارم.¹⁰ عرم با آه و ناله بسر می‌رود. بر اثر گناه، قوتم را از دست داده‌ام و استخوانهایم می‌پوسند.¹¹ انزد همه دشمنان سرافکنده و رسوا شده‌ام و پیش همسایگان نمی‌توانم سرم را بلند کنم. آشنایان از من می‌ترسند؛ هر که مرا در کوچه و بازار می‌بیند، می‌گریزد.¹² همچون مرده‌ای هستم که به دست فراموشی سپرده شده است؛ مانند ظرفی هستم که به دور انداخته باشند.¹³ آشنیدم که بسیاری پشت سر من بدگویی می‌کنند. وحشت مرا احاطه کرده است، زیرا آنان نقشه قتل مرا می‌کشند؛ برضد من برخاسته‌اند و قصد جانم را دارند.

¹⁴اما من بر تو، ای خداوند، توکل کرده‌ام و می‌گویم که خدای من تو هستی.¹⁵ از ننگی من در دست تو است؛ مرا از دست دشمنان و آزاردهندگانم برهان.¹⁶ نظر لطف بر بندهات بیافکن و به رحمت خود مرا نجات ده.¹⁷ ای خداوند، به تو متوسل شده‌ام، نگذار سرافکنده شوم. بگذار بدکاران شرمنده شوند و خاموش به قیرهایشان فرو روند.¹⁸ بگذار زبان دروغگو که برضد درستکاران سخن می‌گوید لال شود.

¹⁹خداوند، نیکویی تو در حق مطیعانت چه عظیم است! تو به موقع، در حضور مردم، رحمت خود را به آنها نشان خواهی داد.²⁰ دوستدارانت را از دام توطئه و زخم زبان در امان می‌داری و آنها را در سایه حضورت پناه می‌دهی.

²¹خداوند را سپاس باد! وقتی من در محاصره بودم، او محیبتش را بطرز شگفت‌انگیزی به من نشان داد!²² من ترسیده بودم و فکر می‌کردم که دیگر از نظر خداوند افتاده‌ام؛ اما وقتی نزد او فریاد برآوردم، او دعای مرا شنید و مرا اجابت فرمود.

33 ای نیکان، خداوند را با سرودی شاد ستایش کنید! خداوند را ستودن زبیده نیکان است. خداوند را با بریط بپرستید و با عود ده تار برای او سرود بخوانید! ³سرودهای تازه برای خداوند بسرایید، نیکو بنوازید و با صدای بلند بخوانید. ⁴زیرا کلام خداوند راست و درست است و او در تمام کارهایش امین و وفادار است. ⁵او عدل و انصاف را دوست دارد. دنیا از رحمت خداوند پر است. ⁶به فرمان خداوند آسمانها بوجود آمد؛ او دستور داد و خورشید و ماه و ستارگان آفریده شدند. ⁷او آبهای دریاها را در یک جا جمع کرد و آبهای عمیق را در مخزنهای ریخت. ⁸ای همه مردم روی زمین، خداوند را حرمت بدارید و در برابر او سر تعظیم فرود آورید! زیرا او دستور داد و دنیا آفریده شد؛ او امر فرمود و عالم هستی بوجود آمد. ¹⁰خداوند تصمیمات قومها را بی اثر می کند و نقشه های قومهای جهان را نقش بر آب می سازد. ¹¹اما تصمیم خداوند قطعی است و نقشه های او تا ابد پایدار است. ¹²خوشبحال قومی که خداوند، خدای ایشان است! خوشبحال مردمی که خداوند، ایشان را برای خود برگزیده است! ¹³خداوند از آسمان نگاه می کند و همه انسانها را می بیند؛ ¹⁴او از محل سکونت خود، تمام ساکنان جهان را زیر نظر دارد. ¹⁵او که آفریننده دلهاست، خوب می داند که در دل و اندیشه انسان چه می گذرد. ¹⁶پادشاه بسبب قدرت لشکرش نیست که پیروز می شود؛ سرباز با زور بازویش نیست که نجات پیدا می کند. ¹⁷اسب جنگی نمی تواند کسی را نجات دهد؛ امید بستن به آن کار بیبوده ای است. ¹⁸اما خداوند از کسانی که او را گرامی می دارند و انتظار رحمتش را می کشند مراقبت می کند. ¹⁹او ایشان را از مرگ می رها کند و در هنگام قحطی آنها را زنده نگه می دارد. ²⁰امید ما به خداوند است. او مددکار و مدافع ماست. ²¹و مایه شادی دل ماست. ما به نام مقدس او توکل می کنیم.

²²خداوند، رحمت تو بر ما باد؛ زیرا ما به تو امید بسته ایم!

در ستایش نیکویی خداوند

34 در هر زمانی خداوند را ستایش خواهم کرد؛ شکر و سپاس او پیوسته بر زبانم جاری خواهد بود. ²جان من به وجود خداوند فخر می کند؛ اشخاص فروتن و افتاده این را خواهند شنید و خوشحال خواهند شد. ³بیباید با من عظمت خداوند را اعلام کنید؛ بیباید با هم نام او را ستایش کنیم! ⁴خداوند را به کمک طلبیدم و او مرا اجابت فرمود و مرا از همه ترسهایم رها ساخت. ⁵مظلومان بسوی او نظر کردند و خوشحال شدند؛ آنها هرگز سرفاکنده نخواهند شد. ⁶این حقیر فریاد برآورد و خداوند صدای او را شنید و او را از همه مشکلاتش رها کنید. ⁷فرشته خداوند دور آنانی که از خداوند می ترسند و او را گرامی می دارند حلقه می زند و ایشان را از خطر می رها کند. ⁸بیباید امتحان کنید و ببینید که خداوند نیکوست! خوشبحال کسانی که به او پناه می برند! ⁹ای همه عزیزان خداوند، او را گرامی بدارید؛ زیرا کسانی که ترس و احترام او را در دل دارند هرگز محتاج و درمانده نخواهند شد. ¹⁰شیرها نیز گرسنگی می کشند، اما طالبان خداوند از هیچ نعمتی بی بهره نیستند. ¹¹ای جوانان، بیباید تا به شما درس خداترسی یاد بدهم. به من گوش کنید! ¹²آیا می خواهید زندگی خوب و عمر طولانی داشته باشید؟ ¹³پس، زبانتان را از بدی و دروغ حفظ کنید. ¹⁴ایلی، از بدی دوری کنید و نیکویی و آرامش را پیشه خود سازید. ¹⁵خداوند از نیکوکاران مراقبت می کند و به فریاد ایشان گوش می دهد. ¹⁶اما او برضد بکاران است و سرانجام، اثر آنها را از روی زمین محو خواهد ساخت. ¹⁷اینک فریاد برآوردند و خداوند صدای ایشان را شنید و آنها را از تمام سختیهایشان رها کنید. ¹⁸خداوند نزدیک دل شکستگان است؛ او آنانی را که امید خود را از دست داده اند، نجات می بخشد.

15¹⁶ اما وقتی من در زحمت افتادم، آنها شاد و خندان دورم جمع شدند و مرا استهزا کردند؛ مانند آدمهای هرزه به من ناسزا گفتند.

17¹⁷ خداوند، تا به کی نظار مگر خواهی بود؟ جانم را از شر آنها رهایی ده؛ زندگی مرا از دست این شیران درنده نجات ده. 18¹⁸ آنگاه در میان جماعت بزرگ، تو را ستایش خواهم نمود و در حضور مردم، تو را سپاس خواهم گفت.

19¹⁹ نگذار کسانی که بی‌جهت با من دشمنی می‌کنند به من بخندند و آنانی که از من متفرزند، مسخرام کنند.

20²⁰ سخنان آنان دوستانه نیست؛ آنها برضد کسانی که صلح‌جو هستد و زندگی آرامی دارند افترا می‌زنند.

21²¹ به من می‌گویند: «ما با چشمان خود دیدیم که چه کردی!» 22²² اما تو، ای خداوند، از همه چیز آگاهی؛

پس اینچنین ساکت متشین؛ ای خداوند، از من دور مباش! 23²³ خداوند، برخیز و به دادم برس و از حق من دفاع کن! 24²⁴ خدایا، خداوند، برطبق عدالت خود،

در مورد من داوری کن و نگذار دشمنانم به من بخندند. 25²⁵ نگذار در دل خود بگویند: «ما به آرزوی خود رسیدیم! او را شکست دادیم!» 26²⁶ آنانی که از

ناکامی و بدبختی من شاد شده‌اند، همگی خجل و شرمنده شوند؛ کسانی که خود را از من برتر و بزرگتر می‌دانند، سرفکنده و رسوا گردند.

27²⁷ اما آنانی که می‌خواهند حقم به من داده شود، شاد و خرم باشند و پیوسته بگویند: «خداوند بزرگ است و خواستار سلامتی و موفقیت خدمتگزار خود می‌باشد.» 28²⁸ آنگاه من عدالت تو را بیان خواهم کرد

و تمام روز تو را سپاس خواهم گفت.

شرارت انسان و نیکی خداوند

36³⁶ گناه در عمق دل انسان شرور لانه کرده است و ترس خدا در دل او جای ندارد. 2² او

چنان از خود راضی است که فکر می‌کند گنااهش بر ملا نخواهد شد و او از مجازات فرار خواهد کرد.

3³ سخنانش شرارت‌آمیز و مملو از دروغ است؛ خرد و نیکی در وجودش نیست. 4⁴ به راه‌های کج می‌رود و از

کارهای خلاف دست نمی‌کشد.

19¹⁹ مشکلات انسان خوب زیاد است، اما خداوند او را از همه مشکلاتش می‌رهاند. 20²⁰ خداوند تمام

استخوانهای او را حفظ می‌کند و نمی‌گذارد حتی یکی از آنها شکسته شود. 21²¹ شرارت آدم شرور او را

خواهد کشت؛ کسانی که از نیکان نفرت دارند، محکوم و مجازات خواهند شد. 22²² خداوند جان

خدمتگزاران خود را نجات می‌دهد؛ کسانی که به او پناه می‌برند، محکوم و مجازات نخواهند شد.

طلب کمک از خداوند

35³⁵ ای خداوند، با دشمنانم دشمنی کن و با کسانی که با من می‌جنگند، بجنگ. 2² سپر

خود را بردار و به کمک من بیا. 3³ نیزه خود را بدست گیر و راه را بر آنانی که مرا تعقیب می‌کنند، ببند. به

من اطمینان بده که مرا نجات خواهی داد. 4⁴ آنانی که قصد جان مرا دارند، خجل و رسوا شوند؛ آنانی که

بدخواه من هستند شکست خورده، خوار و مغیوب شوند. 5⁵ همچون کاه در برابر باد پراکنده شوند و فرشته

خداوند آنها را براند. 6⁶ وقتی فرشته آنها را تعقیب می‌کند، راه آنها تاریک و لغزنده شود تا نتوانند فرار

کنند. 7⁷ زیرا بی‌جهت برای من دام نهادند و چاهی عمیق کنند تا در آن گرفتار شوم. 8⁸ باشد که غفلتاً

بلایی بر آنها نازل شود و در دامی که نهاده‌اند و چاهی که کنده‌اند، خود گرفتار شوند.

9⁹ و اما جان من از وجود خداوند شادی خواهد کرد و بسبب نجاتی که او می‌دهد خوشحال خواهد شد. 10¹⁰ با

تمام وجودم می‌گویم: «کیست مانند تو، ای خداوند؟ تو ضعیف را از دست زورگو نجات می‌دهی و

مظلوم را از چنگ ظالم می‌رهانی.»

11¹¹ شاهان بیرحم علیه من برخاسته‌اند و مرا به چیزهایی متهم می‌کنند که روح از آنها بی‌خبر است. 12¹² نیکی مرا

با بدی پاسخ می‌گویند و جان مرا می‌رنجانند. 13¹³ و اما من، وقتی آنها بیمار بودند لباس عزا پوشیدم، از غصه چیزی

نخوردم و برایشان دعا کردم. 14¹⁴ مانند یک دوست و برادر بر ایشان دل سوزاندم؛ چنان آندوه‌گین بودم که گویی

مادرم را از دست داده‌ام!

اشخاص فروتن از برکات خود برخوردار خواهند شد و زندگی‌شان با صلح و صفا توأم خواهد بود.

¹² آدم شرور از انسانهای با ایمان و نیکوکار نفرت دارد و برای آنها توطئه می‌چیند،¹³ اما خداوند به او می‌بخشد، زیرا می‌بیند که روز دآوری او نزدیک است.

¹⁴ اشخاص شرور شمشیرهای خود را کشیده‌اند و کمانهای خود را زه کرده‌اند تا فقیران و نیازمندان را هدف حملات خود قرار دهند و درستکاران را نابود سازند.¹⁵ اما شمشیرهای آنها به قلب خودشان فرو خواهد رفت و کمانهایشان شکسته خواهد شد.

¹⁶ اندک دارایی شخص نیکوکار با ارزشتر از ثروت هنگفت آدم بدکار است.¹⁷ زیرا خداوند نیروی بدکاران را از آنها سلب خواهد کرد، اما نیکوکاران را محافظت خواهد نمود.

¹⁸ خداوند از زندگی افراد درستکار و امین مراقبت می‌کند؛ او به ایشان ارثی فسادناپذیر خواهد بخشید!¹⁹ آنها در زمان بلا زحمت نخواهند دید و حتی در ایام قحطی سیر خواهند بود.²⁰ اما بدکاران نابود خواهند شد و دشمنان خداوند همچون گلهای وحشی زودگذر، پژمرده و فانی خواهند گردید و مانند دود ناپدید خواهند شد.²¹ آدم شرور قرض می‌گیرد و پس نمی‌دهد، اما شخص نیک با سخاوتمندی به دیگران کمک می‌کند.²² کسانی که برکت خداوند بر آنها باشد بسلامتی زندگی خواهند کرد، اما آنانی که زیر لعنت خداوند قرار دارند ریشه کن خواهند شد.

²³ خداوند مردم را به راهی که باید بروند هدایت می‌کند و آنانی را که از ایشان راضی باشد، حفظ می‌نماید.²⁴ اگر بیفتند به آنان آسیبی نخواهد رسید، زیرا خداوند دست ایشان را می‌گیرد.²⁵ از دوران جوانی تا امروز که پیر هستم ندیده‌ام که انسان نیکوکار را خداوند ترک گفته باشد و فرزندانش گرسنه و محتاج نان باشند!²⁶ انسان نیکوکار با سخاوتمندی می‌بخشد و قرض می‌دهد و خداوند فرزندانش را برکت می‌دهد.

²⁷ اگر از بدی دوری نمایی و نیکویی کنی در زندگی پایدار و کامیاب خواهی شد.²⁸ زیرا خداوند انصاف را

کرمحت تو، ای خداوند، تا به آسمانها می‌رسد و وفاداری تو به بالاتر از ایرها! ⁶ عدالت تو همچون کوه‌های بزرگ پابرجاست؛ احکام تو مانند دریا عمیق است. ای خداوند، تو حافظ انسانها و حیوانات هستی.

⁷ خدایا، رحمت تو چه عظیم است! آدمیان زیر سایهٔ بالهای تو پناه می‌گیرند. ⁸ آنها از برکت خانهٔ تو سیر می‌شوند و تو از چشمهٔ نیکویی خود به آنها می‌نوشتی. ⁹ تو سرچشمهٔ حیات هستی؛ از نور تو است که ما نور حیات را می‌بینیم!

¹⁰ خداوندا، رحمت تو همیشه بر کسانی که تو را می‌شناسند باقی بماند و نیکویی تو پیوسته همراه درستکاران باشد. ¹¹ نگذار متکبران به من حمله کنند و شروران مرا متواری سازند.

¹² ببینید چگونه بدکاران افتاده‌اند! آنها نقش زمین شده‌اند و دیگر نمی‌توانند برخیزند!

سرنوشت نیکان و بدان

بسیب بدکاران خود را آزرده خاطر مکن و بر آنمهای شرور حسد مبر. ² آنها مانند علف بی‌دوام، بزودی پژمرده شده، از بین خواهند رفت.

³ تیر خداوند توکل نما و نیکویی کن تا در زمین خود در کمال امنیت زندگی کنی. ⁴ با خدا خوش باش و او آرزوی دلت را به تو خواهد داد. ⁵ خودت را به خداوند بسپار و بر او تکیه کن و او تو را یاری خواهد داد؛ ⁶ او از حق تو دفاع خواهد کرد و خواهد گذاشت حقانیت تو مانند روز روشن بر همه آشکار شود.

⁷ در حضور خداوند سکوت نما و با صبر و شکیبایی منتظر عمل او باش. به کسانی که با نیرنگ و حیله در زندگی موفق می‌شوند، حسادت موزر. ⁸ خشم و غضب را ترک کن. خاطر خود را آزرده مساز تا گناه نکنی. ⁹ کسانی که انتظار خداوند را می‌کشند از برکات او برخوردار خواهند شد.

¹⁰ اشخاص شرور چندان دوامی نخواهند داشت؛ مدتی خواهند بود، ولی بعد از نظر ناپدید خواهند شد. ¹¹ اما

شده‌ام. تمام روز می‌نالم و به اینسو و آنسو می‌روم. ⁷ از شدت تب می‌سوزم و جای سالمی در بدنم نمانده است. ⁸ تاب تحمل خود را از دست داده‌ام و بکلی از پای افتاده‌ام؛ غم، دلم را گرفته و از شدت درد می‌نالم.

⁹ خداوند، تمام آرزوهایم را می‌دانی؛ آه و ناله من از تو پوشیده نیست. ¹⁰ قلب من بشدت می‌تپد، قوتم از بین رفته و چشمانم کم نور شده است. ¹¹ دوستان و رفقایم بسبب این بلایی که بر من عارض شده، از من فاصله می‌گیرند و همسایگانم از من دوری می‌کنند. ¹² آنانی که قصد جانم را دارند، برایم دام می‌گذارند و کسانی که در صدد آزارم هستند، به مرگ تهدید می‌کنند و تمام روز علیه من نقشه می‌کشند.

¹³ من همچون شخص کری هستم که نمی‌تواند بشنود، مانند شخص لالی هستم که نمی‌تواند سخن بگوید. ¹⁴ مثل کسی هستم که بسبب کری قادر نیست پاسخ دهد.

¹⁵ ای خداوند، امیدوارم و یقین دارم که تو به من پاسخ خواهی داد. ¹⁶ انگذار دشمنانم به ناکامی من بخندند و وقتی می‌افتم خود را برتر از من بدانند. ¹⁷ نزدیک است از پای درآیم؛ این بیماری، دایم مرا عذاب می‌دهد.

¹⁸ من به گناهانم اعتراف می‌کنم و از کردار خود غمگین و پشیمانم. ¹⁹ دشمنانم سالم و نیرومند هستند؛ کسانی که از من نفرت دارند بسیارند. ²⁰ آنها خوبی مرا با بدی پاسخ می‌دهند؛ با من مخالفت می‌ورزند زیرا من کوشش می‌کنم کار نیک انجام دهم.

²¹ خداوند، مرا تنها نگذار؛ ای خدای من، از من دور مباش. ²² ای خداوند، تو نجات دهنده من هستی، به کمک بشتاب!

اعتراف انسان رنجور

به خود گفتم: «مواظب رفتارم خواهم بود **39** و احتیاط خواهم کرد تا با زبان خود خطا نورزم. مادامی که آدم بدکار نزدیک من است سخن نخواهم گفت.» ² من گنگ و خاموش بودم، حتی از

دوست دارد و عزیزان خود را ترک نمی‌کند، بلکه همیشه از آنها مراقبت می‌نماید. اما نسل شروران ریشه‌کن خواهد شد. ²⁹ نیکان، دنیا را به ارث خواهند برد و تا به ابد در آن سکونت خواهند نمود.

³⁰ از دهان انسان درستکار، حکمت بیرون می‌آید و زبان او آنچه را راست است بیان می‌کند. ³¹ او احکام و دستورات خداوند را در دل خود جای داده است و از راه راست منحرف نخواهد شد. ³² بدکاران، نیکوکاران را هدف قرار می‌دهند و درصددند آنها را از بین ببرند. ³³ اما خداوند ایشان را به دست بدکاران نخواهد سپرد و نخواهد گذاشت به هنگام دوری محکوم شوند.

³⁴ به خداوند امیدوار باش و احکام او را نگاهدار و او بموقع تو را برکت خواهد داد و سرفراز خواهد نمود و تو به چشم خود نابودی بدکاران را خواهی دید.

³⁵ شخص بدکار و ظالمی را دیدم که همچون درختی سبز به هر سو شاخ و برگ گسترده بود. ³⁶ اما طولی نکشید که از بین رفت و اثری از او باقی نماند؛ سراغش را گرفتم، ولی پیدا نشد. ³⁷ اما شخص پاک و درستکار را ملاحظه کن! او عاقبت به خیر خواهد شد. ³⁸ اما عاقبت بدی در انتظار بدکاران است؛ همه آنها هلاک خواهند شد.

³⁹ خداوند نیکان را نجات خواهد داد و در سختیهای زندگی حامی آنها خواهد بود. ⁴⁰ خداوند به کمک آنها خواهد شتافت و آنها را از چنگ بدکاران خواهد رهانید، زیرا به او پناه می‌برند.

دعای انسان رنجور

38 ای خداوند، هنگامی که غضبناک و خشمگین هستی مرا تنبیه نکن. ² تیرهای تو در بدنم فرو رفته و از ضرب دست تو به خاک افتاده‌ام. ³ در اثر خشم تو جای سالمی در بدنم نمانده؛ بسبب گناهانم استخوانهایم در هم کوبیده شده‌اند. ⁴ زیرا گناهانم از سرم گذشته‌اند و همچون باری گران بر من سنگینی می‌کنند. ⁵ بسبب حماقتم، زخمهایم متعفن و چرکین شده‌اند. ⁶ به خود می‌پیچم و بکلی خمیده

4 چه خوشبختند کسانی که بر خداوند توکل دارند و از اشخاص منکر و خدایان دروغین پیروی نمی‌کنند. 5 ای خداوند، خدای ما، تو کارهای شگفت‌انگیز بسیاری برای ما انجام داده‌ای و پیوسته به فکر ما بوده‌ای؛ تو بی‌نظیری! کارهای شگفت‌انگیز تو چنان زیادند که زبانم از بیان آنها قاصر است.

6 تو از من قربانی و هدیه نطلبیدی؛ از من نخواستی که برای پاک شدن گناهام حیوانی ذبح کنم؛ بلکه گوشه‌ایم را باز کردی تا سخنان تو را بشنوم و اطاعت کنم. 7 آنگاه گفتم: «آماده‌ام تا دستورات تو را که در کتاب شریعت درباره من نوشته شده انجام دهم. 8 ای خدای من، چقدر دوست دارم خواست تو را بجا آورم! دستورات تو را در دل خود حفظ می‌کنم.»

9 در اجتماع بزرگ قوم تو بشارت داده‌ام که تو ما را نجات می‌دهی! ای خداوند، تو می‌دانی که من این خبر خوش را برای خود نگه نداشته‌ام و در دادن این مژده کوتاهی نکرده‌ام. آری، در اجتماع بزرگ قوم تو پیوسته از رحمت و راستی تو سخن گفته‌ام. 11 ای خداوند، لطف و محبت خود را از من دریغ مدار. رحمت و صداقت تو همواره مرا حفظ کند.

دعا برای کمک

12 بلایای بی‌شماری مرا احاطه کرده و گناهان زیادم بر من سنگینی می‌کند بطوری که نمی‌توانم سرم را بلند کنم. در دل خود آرامش ندارم. 13 ای خداوند، رحم کن و مرا از این وضعیت نجات ده! به کمک من بشتاب! 14 بگذار خجل و سرافکنده شونم آنانی که قصد جانم را دارند؛ مغلوب و رسوا گردند کسانی که به دشمنی با من برخاسته‌اند؛ 15 خوار و پریشان شونم آنانی که مرا تحقیر و مسخره می‌کنند.

16 اما طالبان تو، ای خداوند، شاد و خوشحال شونم؛ و آنانی که نجات تو را دوست دارند پیوسته بگویند که خداوند بزرگ است! 17 من فقیر و درمانده‌ام، اما خداوند برای من فکر می‌کند. ای خداوند من، تو مددکار و رهانده من هستی، پس تأخیر نکن.

سخن گفتن درباره چیزهای خوب خودداری می‌کردم؛ ولی درد من باز هم شدیدتر شد. 3 اضطرابی در دلم بوجود آمد؛ هر چه بیشتر می‌اندیشیدم آتش درونم بیشتر شعله می‌کشید. سرانجام به سخن آمدم و گفتم: 4 «خداوند، پایان عمرم را بر من معلوم ساز و اینکه ایام زندگانی من چقدر است تا بدانم که چقدر فانی هستم!» 5 تو عمرم را به اندازه یک وجب ساخته‌ای و زندگانیم در نظر تو هیچ است. عمر انسان همچون نفسی است که برمی‌آید و نیست می‌گردد! 6 عمر انسان مانند سایه زودگذر است و او بیهوده خود را مشوش می‌کند. او مال و ثروت جمع می‌کند، ولی نمی‌داند چه کسی از آن استفاده خواهد کرد.

7 خداوند، اکنون دیگر به چه امیدوار باشم؟ تنها امیدم تو هستی. 8 مرا از همه گناهانم برهان و نگذار احقران به من بخندند. 9 من سکوت اختیار می‌کنم و زبان به شکایت نمی‌گشایم، زیرا این مصیبت را تو بر من عارض کرده‌ای. 10 بلای خود را از من دور کن، زیرا از ضرب دست تو تلف می‌شوم. 11 تو انسان را بسبب گناهانش توبیخ و تادیب می‌کنی؛ آنچه را که او به آن دل بسته است نابود می‌کنی، درست همانگونه که بید لباس را نابود می‌کند. آری، عمر انسان بادی بیش نیست.

12 خداوند، دعای مرا بشنو و به فریادم برس؛ اشکهایم را نادیده بگیر. در این دنیا مسافری بیش نیستم؛ غریبم، غریب مانند اجداد خود؛ مرا نزد خود پناه بده. 13 غضب خود را از من برگردان؛ بگذار پیش از مرگم بار دیگر روی شادی و نشاط را ببینم!

سرود پرستشی

با صبر و شکیبایی انتظار خداوند را کشیدم، 40 و او بسوی من توجه نمود و فریادم را شنید. 20 مرا از چاه هلاکت و از گل لجن بیرون کشید و در بالای صخره گذاشت و جای پایم را محکم ساخت. 30 به من آموخت تا سرودی تازه بخوانم، سرودی در ستایش خدایمان! چون این را ببینند خواهند ترسید و بر خداوند توکل خواهند کرد.

دعا برای رستگاری

41

خوشباه حال کسانی که به فکر فقیران و درماتندگان هستند، زیرا هنگامی که خود در زحمت بیفتند خداوند به یاری ایشان خواهد شتافت.¹ و ایشان را حفظ کرده، زنده نگاه خواهد داشت. آنان در دنیا سعادتمند خواهند بود و خدا نخواهد گذاشت که به دست دشمنانشان بیفتند.³ به هنگام بیماری، خداوند ایشان را شفا میبخشد و سلامتی از دست رفته را به آنان باز میگرداند.

⁴گفتم: «خداوندا، نسبت به تو نگاه کرده‌ام؛ بر من رحم کن و مرا شفا ده!»⁵ دشمنانم با کینه و نفرت دربارهٔ من می‌گویند: «کی می‌میرد و نامش گم می‌شود؟»⁶ هنگامی که به عبادتم می‌آیند، وانمود می‌کنند که دوستدارانم هستند، و حال آنکه از من نفرت دارند و قصدشان سخن‌چینی و شایعه‌سازی است.⁷ همهٔ دشمنانم پشت سرم حرف می‌زنند و درباره‌م بد می‌اندیشند.⁸ آنها می‌گویند: «به مرض کشنده‌ای مبتلا شده؛ از بستر بیماری بلند نخواهد شد.»⁹ حتی بهترین دوستم نیز که به او اعتماد داشتم و نان و نمک مرا می‌خورد، دشمن من شده است.

¹⁰ای خداوند، بر من رحم کن و مرا برپا بدار تا جواب آنان را بدهم.¹¹ یقین دارم که از من راضی هستی و نخواهی گذاشت دشمنانم بر من پیروز شوند.¹² مرا بسبب در سنکاریم حفظ خواهی کرد و تا ابد در حضورت نگاه خواهی داشت.

¹³اسپاس بر خداوند، خدای اسرائیل، از حال تا ابد. آمین! آمین!

کتاب دوم

(مزامیر 42-72)

دعایی از دیار غربت

42

چنانکه آمو برای نهرهای آب اشتیاق دارد، همچنان ای خدا، جان من اشتیاق شدیدی برای تو دارد.² آری، جان من تشنهٔ خداست، تشنهٔ خدای زنده! کی می‌توانم به حضور او بروم و او را ستایش کنم؟³ روز و شب گریه می‌کنم، و اشکهایم

غذای من است؛ تمام روز دشمنان از من می‌پرسند:

«پس خدای تو کجاست؟»

⁴چون به گذشته فکر می‌کنم دلم می‌گیرد؛ به یاد می‌آورم چگونه در روزهای عید، جماعت بزرگی را سرودخوانان و همگوییان به خانهٔ خدا هدایت می‌کردم!

⁵ای جان من، چرا محزون و افسرده شده‌ای؟ بر خدا امید داشته باش! او را دوباره ستایش کن، زیرا او خدا و نجات‌دهندهٔ توست!

⁶ای خدا، در این دیار غربت دلم گرفته است. حتی ابشارهای کوهستانها و موجهای دریاهای تو نیز غم و اندوه بر من می‌دمند؛ اعماق اقیانوسها بر من می‌غرند. از سرزمین اردن و کوههای حرمون و مصغر، تو را به یاد می‌آورم.⁸ خداوندا، در طی روز مرا مورد لطف و رحمت خود قرار ده، تا هنگامی که شب فرا می‌رسد سرودی برای خواندن داشته باشم و نزد خدای حیات خود دعا کنم.

⁹به خدا که صخرهٔ من است می‌گویم: «چرا مرا فراموش کرده‌ای؟ چرا بسبب ظلم دشمن ناله‌کنان به اینسو و آنسو بروم؟»¹⁰ سرزنش دشمنانم مرا خرد کرده است، زیرا هر روز با کنایه به من می‌گویند:

«پس خدای تو کجاست؟»

¹¹ای جان من، چرا محزون و افسرده شده‌ای؟ بر خدا امید داشته باش! او را دوباره ستایش کن، زیرا او خدا و نجات‌دهندهٔ توست!

دعایی از دیار غربت

(دنبالهٔ مزمور 42)

خدایا، از من در برابر مردم بیرحم دفاع کن و مرا تیرنه نما؛ مرا از دست اشخاص

43

حیلگر و ظالم برهان.² خدایا، تو پناهگاه من هستی؛ چرا مرا طرد کرده‌ای؟ چرا بسبب ستمگریهای دشمن، ماتم‌کنان به اینسو و آنسو بروم؟

³تور و راستی خود را بفرست تا هدایتم کنی و مرا به کوه مقدس تو و به مکان سکونتت باز گردانند.

⁴آنگاه به محراب تو خواهیم رفت، ای خدایی که شادی و خوشی من هستی، و در آنجا با نغمهٔ بربط و سرود تو را ستایش خواهیم کرد.

و دشنامهای مخالفان و دشمنان، رسوا و سرافکننده می‌شوم.

¹⁷ این همه بر ما واقع شده است، ولی تو را فراموش نکرده‌ایم و پیمانی را که با ما بسته‌ای نشکسته‌ایم. ¹⁸ نسبت به تو دلسرد نشده‌ایم و از راه تو منحرف نگشته‌ایم. ¹⁹ با وجود این، تو ما را در میان حیوانات وحشی رها نموده‌ای و با مرگ روبرو ساخته‌ای.

²⁰ اگر ما تو را فراموش می‌کردیم و دستهای خود را بسوی بن‌ها دراز می‌کردیم، ²¹ آیا تو که اسرار دل هر کس را می‌دانی، این را نمی‌دانستی؟ ²² تو می‌دانی که ما بخاطر تو هر روز با مرگ روبرو می‌شویم و با ما همچون گوسفندانی که می‌باید قربانی شوند رفتار می‌کنند. ²³ ای خداوند، بیدار شو! چرا خوابیده‌ای؟ بیدار شو و ما را تا ابد دور نیانداز! ²⁴ چرا روی خود را از ما بر می‌گردانی و ذلت و خواری ما را نادیده می‌گیری؟ ²⁵ اینک به خاک افتاده و مغلوب شده‌ایم. ²⁶ برخیز و به کمک ما بشتاب و ما را نجات ده زیرا تو سراسر، رحمت و محبتی!

سرود عروسی پادشاه

در حالیکه این سرود را برای پادشاه **45** می‌سرایم، کلماتی زیبا فکرم را پر می‌سازند. همچون قلمی در دست شاعری توانا، زیانم آماده سرودن است.

² تو از همهٔ انسانها زیباتری؛ از لبانت نعمت و فیض می‌چکد. خداوند تو را تا ابد متبارک ساخته است. ³ ای پادشاه مقتدر،

شمشیر جلال و جبروتت را بر کمر خویش ببند و شکوهمندانه بر اسب خویش سوار شو تا از حقیقت و عدالت و تواضع دفاع کنی! قدرتت پیروزی بزرگی را نصیب تو می‌گرداند. ⁵ تیرهای تیز تو به قلب دشمنانت فرو می‌روند؛ و قومها در برابر تو سقوط می‌کنند.

⁶ خداوند تخت فرمانروایی تو را جاودانی کرده است. تو با عدل و انصاف سلطنت می‌کنی؛

⁷ عدالتت را دوست داری و از شرارت بیزار می‌باشی؛

⁵ ای جان من، چرا محزون و افسرده شده‌ای؟ بر خدا امید داشته باش! او را دوباره ستایش کن، زیرا او خدا و نجات دهندهٔ توست!

دعا برای محافظت

44 ای خدا، ما به گوشهای خود شنیده‌ایم و اجدادمان برای ما تعریف کرده‌اند که تو در گذشته چه کارهای شگفت‌انگیزی برای آنان انجام داده‌ای. ² تو به دست خود قومهای بت‌پرست را از این سرزمین بیرون راندی و اجداد ما را بجای آنها مستقر نمودی. قومهای خدانشناس را از بین بردی، اما بنی‌اسرائیل را در سرزمین موعود تثبیت نمودی. ³ قوم تو به زور شمشیر این سرزمین را تسخیر ننمودند و به بازوی خویش نجات نیافتند، بلکه قدرت و توانایی تو و اطمینان به حضور تو آنان را رها کرد، زیرا از ایشان خرسند بودی.

⁴ ای خدا، تو پادشاه من هستی؛ اکنون نیز قوم خود اسرائیل را پیروز گردان. ⁵ ما با کمک تو دشمنان خود را شکست خواهیم داد و به نام تو کسانی را که برضد ما برخاسته‌اند، پایمال خواهیم کرد.

⁶ امید من به تیر و کمانم نیست، و نه به شمشیرم که مرا نجات دهد، ⁷ زیرا این تو بودی که ما را از دست دشمنان نجات دادی، و آتانی را که از ما متفرق بودند شکست دادی. ⁸ برای همیشه تو را ستایش خواهیم کرد، و تا ابد از تو سپاسگزار خواهیم بود.

⁹ اما در حال حاضر تو ما را دور انداخته‌ای و رسوا ساخته‌ای؛ دیگر لشگرهای ما را در جنگ کمک نمی‌کنی. ¹⁰ تو ما را در مقابل دشمنان شکست داده‌ای و آنها اکنون ما را غارت می‌کنند. ¹¹ اما را همچون گوسفندان به کشتارگاه فرستاده‌ای و در میان قومهای خدانشناس پراکنده ساخته‌ای تا ما را بکشند و بخورند. ¹² تو قوم برگزیده‌ات را ارزان فروخته‌ای و از فروش آنها سودی نبرده‌ای. ¹³ ما را نزد همسایگان خوار ساخته‌ای و ما مورد تمسخر و توهین اطرافیان قرار گرفته‌ایم. ¹⁴ ما را در میان قومهای خدانشناس انگشت‌نما ساخته‌ای و آنها ما را به باد ریشخند گرفته‌اند. ¹⁵ هر روز بسبب تهمت‌ها

تهریست که شعبه‌هایش شادمانی به شهر خدا می‌آورد و خانه مقدس خدا را پر نشاط می‌سازد.^۵ این شهر هرگز نابود نخواهد شد، زیرا خدا در آن ساکن است. پیش از آنکه اتفاقی رخ دهد خدا به باری آن خواهد شتافت.^۶ قومهای جهان از ترس فریاد بر می‌آورند؛ حکومت‌ها لرزانند؛ خدا ندا می‌دهد و دنیا مانند موم گداخته می‌شود.

^۷ خداوند قادر متعال با ماست! خدای یعقوب پناهگاه ماست!

^۸ بیابید کارهای خداوند را مشاهده کنید. ببینید در دنیا چه خرابیها برجای نهاده است.^۹ او جنگها را در سراسر دنیا متوقف خواهد ساخت؛ کمانها را خواهد شکست، نیزه‌ها را خرد خواهد کرد و عریه‌ها را به آتش خواهد کشید.^{۱۰} «آرام باشید و بدانید که من خدا هستم و در میان قومهای جهان مورد عزت و احترام خواهم بود.»

^{۱۱} خداوند قادر متعال با ماست! خدای یعقوب پناهگاه ماست!

پادشاه تمام جهان

ای همه مردم جهان، دست بزنید و شادی کنید! **47** خدا را با سرودهای شاد پرستش کنید! ^۱ زیرا خداوند متعال و پرهیبت است. او پادشاهی است با عظمت که بر سراسر جهان فرمان می‌راند.^۲ او قومها را مغلوب ما ساخت، طایفه‌ها را به زیر پای ما انداخت^۳ و سرزمینی برای سکونت ما برگزید، سرزمینی که موجب افتخار قوم عزیز اوست.

^۴ خداوند در میان غریب شادی و صدای شیپور، به تخت خود صعود نموده است! ^۵ در ستایش او سرود بخوانید! پادشاه ما را با سرود پرستش کنید! ^۶ خدا پادشاه تمام جهان است؛ او را با سرود ستایش کنید! ^۷ خدا بر قومهای جهان فرمان می‌راند. او بر تخت مقدس خود نشسته است. ^۸ روسای مالک جهان با ما متحد شده‌اند تا با ما خدای ابراهیم را پرستش کنند، زیرا او قدرتمندتر از تمام جنگاوران و برتر از همه مردم جهان می‌باشد.

بنابراین خدایت تو را برگزیده و تو را بیش از هر کس دیگر شاد گردانیده است.

^۸ همه رختهایت به بوی خوش مر و عود و سلیخه آمیخته است؛

در کاخ عاج تو، نوای موسیقی گوشایت را نوازش می‌دهد.

^۹ ندیمه‌های دربارت، شاهزادگانند؛

در دست راست تو،

ملکه مزین به طلای خالص، ایستاده است.

^{۱۰} ای دختر، به نصیحت من گوش کن.

قوم و خویش و زادگاه خود را فراموش کن تا پادشاه شیفته زیبایی تو شود.

او را اطاعت کن، زیرا سرور توست.

^{۱۲} اهالی سرزمین صور با هدایا نزد تو خواهند آمد و ثروتمندان قوم تو طالب رضامندی تو خواهند بود.

^{۱۳} عروس پادشاه را نگاه کنید!

او در درون کاخش چه زیباست!

لباس‌هایش زربفت می‌باشد.

^{۱۴} او را با لباس نقشارش نزد پادشاه می‌آورند؛

ندیمه‌هایش نیز از پی او می‌آیند.

^{۱۵} آنان با خوشی و شادمانی به درون کاخ پادشاه هدایت می‌شوند.

^{۱۶} ای پادشاه، تو صاحب پسران بسیار خواهی شد و آنها نیز مانند اجدادت تاج شاهی را بر سر خواهند نهاد،

و تو ایشان را در سراسر جهان به حکمرانی خواهی گماشت.

^{۱۷} نام تو را در تمام نسل‌ها شهرت خواهد داد،

و همه مردم تا ابد سپاسگزار تو خواهند بود.

خدا با ماست

خدا پناهگاه و قوت ماست! او مددکاری **46** است که در سختیها فوراً به کمک ما می‌شتابد. بنابراین، ما نخواهیم ترسید اگرچه زمین از جای بجنبند و کوه‌ها به قعر دریا فرو ریزند،^۱ دریا غرش نماید و کف برآرد و طغیانش کوه‌ها را بلرزاند!

شهر خداوند

48 خداوند بزرگ است و باید او را در کوه مقسّس در اورشلیم، ستایش کرد.

² چه زیباست صهیون، آن کوه بلند خدا، آن شهر پادشاه بزرگ، که موجب شادی تمام مردم جهان می‌باشد! ³ خداوند در قصرهای آن حضور دارد؛ او پناهگاه مردم اورشلیم است.

⁴ پادشاهان جهان متحد شدند تا به اورشلیم حمله کنند. ⁵ اما چون آن را دیدند، شگفت‌زده شده، گریختند. ⁶ آنجا ترس، آنان را فراگرفت و همچون زنی در حال زاء، وحشت زده شدند. ⁷ تو ای خدا، آنان را مانند کشتیهای جنگی که باد شرقی آنها را در هم می‌کوبد، نابود کردی. ⁸ آنچه درباره کارهای خداوند شنیده بودیم، اینک با چشمان خود در شهر خداوند قادر متعال می‌بینیم؛ او اورشلیم را برای همیشه پایدار نگه خواهد داشت.

⁹ ای خدا، ما در داخل خانه تو، به رحمت و محبت تو می‌اندیشیم. ¹⁰ تو مورد ستایش همه مردم هستی؛ آوازه تو به سراسر جهان رسیده است؛ تو با عدل و انصاف حکمرانی می‌کنی. ¹¹ بسبب داوریهای عادلانه تو ساکنان اورشلیم شادی می‌کنند و مردم یهودا به وجد می‌آیند.

¹² ای قوم خدا، صهیون را طواف کنید و برجهایش را بشمارید. ¹³ به حصار آن توجه کنید و قلعه‌هایش را از نظر بگذرانید. آن را خوب نگاه کنید تا بتوانید برای نسل آینده آن را تعریف کنید و بگویید: ¹⁴ «این خدا، خدای ماست و تا به هنگام مرگ او ما را هدایت خواهد کرد.»

فانی بودن ثروت

ای همه قومهای روی زمین این را 49 بشنوید! ای تمام مردم جهان گوش کنید! ² ای عوام و خواص، ای ثروتمندان و فقیران، ³ به سخنان حکیمانه من گوش دهید. ⁴ می‌خواهم با مثلی معمای زندگی را بیان کنم؛ می‌خواهم با نوای بربط این مشکل را بگشایم.

⁵ چرا باید در روزهای مصیبت ترسان باشم؟ چرا ترسان باشم که دشمنان تبهکار دور مرا بگیرند و ⁶ آنانی که اعتمادشان بر ثروتشان است و به فراوانی مال خود فخر می‌کنند مرا محاصره نمایند؟ ⁷ هیچکس نمی‌تواند بهای جان خود را به خدا بپردازد و آن را نجات دهد. ⁸ زیرا فدیة جان انسان بسیار گرانبهاست و کسی قادر به پرداخت آن نیست. ⁹ هیچکس نمی‌تواند مانع مرگ انسان شود و به او زندگی جاوید عطا کند. ¹⁰ زیرا می‌بینیم که چگونه هر انسانی، خواه دانا خواه نادان، می‌میرد و آنچه اندوخته است برای دیگران برجای می‌نهد. ¹¹ آنان املاک و زمینهای خود را به نام خود نامگذاری می‌کنند و گمان می‌برند که خانه‌هایشان دایمی است و تا ابد باقی می‌ماند. ¹² غافل از اینکه هیچ انسانی تا به ابد در شکوه خود باقی نمی‌ماند بلکه همچون حیوان جان می‌سپارد.

¹³ این است سرنوشت افرادی که به خود توکل می‌کنند و سرنوشت کسانی که از ایشان پیروی می‌نمایند. ¹⁴ آنها گوسفندانی هستند که بسوی هلاکت پیش می‌روند زیرا «مرگ» آنها را شبانی می‌کند. صبحگاهان، شروران مغلوب نیکان می‌شوند و دور از خانه‌های خود، اجسادشان در عالم مردگان می‌پوسد. ¹⁵ اما خداوند جان مرا از عالم مردگان نجات داده، خواهد رها کند.

¹⁶ نگران نشو وقتی کسی ثروتمند می‌شود و بر شکوه خانه‌اش افزوده می‌گردد! ¹⁷ زیرا هنگامی که میرد چیزی را از آنچه دارد با خود نخواهد برد و ثروتش بدنبال او به قبر نخواهد رفت. ¹⁸ هرچند او در زندگی خوشبخت باشد و مردم او را برای موفقیتش بستانند، ¹⁹ اما او سرانجام به جایی که اجدادش رفته‌اند خواهد شتافت و در ظلمت ابدی ساکن خواهد شد. ²⁰ آری، انسان با وجود تمام فرّ و شکوهش، سرانجام مانند حیوان می‌میرد.

قربانی واقعی

50 خداوند قادر مطلق سخن می‌گوید؛ او همه مردم را از مشرق تا مغرب نزد خود فرا می‌خواند. ² نور جلال خدا از کوه صهیون، که مظهر زیبایی و بزرگی اوست، می‌تابد. ³ خدای ما خواهد

نخواهید داشت. ³³قربانی شایسته³³ من آنست که از من سیاسیگزار باشید و مرا ستایش کنید. هر که چنین کند راه نجات را به او نشان خواهم داد.»

دعای توبه

(این مزمور را داود هنگامی نوشت که ناتان نبی نزد او آمد و او را بسبب زنا با زن اوریا و کشتن خود اوریا سرزنش کرد.)

ای خدای رحیم و کریم، بر من رحم فرما

51 و گناهانم را محو کن. ²مرا از عصیانم کاملاً شستشو ده و مرا از گناه پاک ساز.

³تبه عمل زشتی که مرتکب شده‌ام اعتراف می‌کنم؛ گناه همیشه در نظر من است. ⁴تبه تو ای خداوند، بلی، تنها به تو گناه کرده‌ام و آنچه را که در نظر تو بد است، انجام داده‌ام. حکم تو علیه من عادلانه است و در این داوری، تو مصون از خطا هستی. ⁵من از بدو تولد گناهکار بوده‌ام، بلی، از لحظه‌ای که نطفه⁶ من در رحم مادرم بسته شد آلوده به گناه بوده‌ام.

⁷گو از ما قلبی صادق و راست می‌خواهی؛ پس فکر مرا از حکمت خود پر کن. ⁸گناه مرا از من دور کن تا پاک شوم؛ مرا شستشو ده تا سفیدتر از برف شوم. ⁹ای که مرا در هم کوبیده‌ای، شادی مرا به من باز گردان تا جان من بار دیگر مسرور شود. ¹⁰از گناهانم چشم ببوش و همه¹¹ خطاهایم را محو کن.

¹²خدایا، دلی پاک در درون من بیافرین و از نو، روحی راست به من عطا کن. ¹³مرا از حضورت مران و روح پاک خود را از من بگیر. ¹⁴شادی نجات از گناه را به من باز ده و مرا یاری کن تا با میل و رغبت تو را اطاعت کنم. ¹⁵آنگاه احکام تو را به گناهکارانم خواهم آموخت و آنان بسوی تو بازگشت خواهند نمود.

¹⁶ای خدایی که نجات‌دهنده¹⁶ من هستی، وجدان مرا از این گناه خونریزی پاک کن تا بتوانم در وصف عدالت تو سرود بخوانم. ¹⁷خداوند، کمک کن تا بتوانم دهانم را بگشایم و تو را ستایش کنم.

¹⁸تو از من قربانی حیوانی نخواستی، وگرنه آن را تقدیم می‌کردم. ¹⁹قربانی من این قلب شکسته و این روح توبه‌کار من است که به تو تقدیم می‌کنم؛ ای

آمد و سکوت نخواهد کرد. شعله‌های آتش در پیشاپیش او و گردباد در اطراف اوست. ²⁰او آسمان و زمین را به گواهی می‌طلبد تا بر قوم خود داوری کند. ²¹خداوند می‌فرماید: «قوم خاص مرا که با قربانی‌های خود با من عهد بسته‌اند که نسبت به من وفادار بمانند، نزد من جمع کنید.» ²²آسمانها گواهند که خود خداوند داور است و با عدالت داوری می‌کند.

²³«ای قوم من، ای اسرائیل، به سخنان من گوش دهید، زیرا من خدای شما هستم! من خود بر ضد شما شهادت می‌دهم. ²⁴در باره²⁴ قربانی‌هایتان شما را سرزنش نمی‌کنم، زیرا آنها را پیوسته به من تقدیم می‌کنید. ²⁵من طالب گوساله‌ها و بزهای شما نیستم، ²⁶زیرا همه²⁶ حیواناتی که در جنگل و کوه هستند از آن منند. ²⁷همه²⁷ پرندگانی که بر کوه‌ها پرواز می‌کنند و تمام حیواناتی که در صحراها می‌چرند، به من تعلق دارند. ²⁸اگر گرسنه می‌بودم از تو خوراک نمی‌خواستم، زیرا که جهان و هر چه که در آن است از آن من است. ²⁹مگر من گوشت گاوها را می‌خورم و یا خون بزها را می‌نوشم؟ ³⁰قربانی واقعی که باید تقدیم کنید این است که خدای خویش را شکر نمایید و نذرهایی را که کرده‌اید ادا کنید. ³¹هنگامی که در مشکلات هستید مرا بخوانید؛ من شما را نجات خواهم داد و شما مرا ستایش خواهید کرد.»

³²اما خدا به بنکاران چنین می‌گوید: «شما چه حق دارید که احکام مرا بر زبان بیایید و درباره³² عهد من سخن بگویید؟ ³³زیرا شما از اصلاح شدن نفرت دارید و دستورات مرا پشت گوش می‌اندازید. ³⁴وقتی نزد مرا می‌بینید که نزدی می‌کند با وی همدست می‌شوید و با زناکاران معاشرت می‌کنید. ³⁵سخنان شما با خیانت و نیرنگ آمیخته است. ³⁶هرجا می‌نشینید از برادرانم بد می‌گویید و غیبت می‌کنید. ³⁷این کارها را کردید و من چیزی نگفتم. فکر کردید من هم مانند شما هستم! اما اینک من شما را برای تمام این کارها تنبیه می‌کنم. ³⁸«ای کسانی که مرا فراموش کرده‌اید، به من گوش دهید وگرنه شما را هلاک خواهم کرد و فریادرسی

روگردان شده‌اند، همه فاسد گشته‌اند و در وجود هیچ یک از آنان نیکی نیست.

⁴ این بدکاران بی‌فهم خدا را نمی‌شناسند و قوم او را مانند نان می‌بلعند. کولی زمائی که هیچ فکرش را نمی‌کند ناگهان وحشت و وجود آنها را فرا خواهد گرفت، زیرا خدا دشمنان قوم خود را هلاک کرده، استخوانهایشان را روی زمین پخش خواهد کرد. خدا آنان را طرد کرده است، بنابراین قوم او بر آنان چیره خواهند شد.

⁵ قوم اسرائیل چقدر شاد خواهند شد وقتی خداوند آنان را رستگار و کامیاب سازد! ای خداوند، از صهیون تجلی فرما و قوم خود را نجات ده!

دعا برای نجات از دست دشمن

(این مزمور را داود هنگامی نوشت که اهالی زبف می‌خواستند او را به شاول تسلیم کنند. نگاه کنید به اِسْموئیل 23: 19 و 26: 1)

ای خدا، به قدرت خود مرا نجات ده و به قوت خویش از من دفاع کن. ⁵⁴ خدایا، دعای مرا بشنو و به سخنانم توجه فرما، زیرا بدکاران بر ضد من برخاسته‌اند و ظالمان قصد جان مرا دارند. آنان کسانی‌اند که تو را نمی‌شناسند.

⁴ ای خداوند، تو مددکار من هستی و جان مرا حفظ می‌کنی. ⁵ تو دشمنان مرا به سزای اعمالشان خواهی رساند. تو امین هستی و آنها را ریشه کن خواهی کرد.

⁶ ای خداوند، با میل و رغبت قربانی به تو تقدیم خواهم کرد و تو را سپاس خواهم گفت زیرا تو نیکو هستی. ⁷ تو مرا از همه مشکلاتم رهانیده‌ای و من با چشمان خود شکست دشمنانم را دیده‌ام.

دعای کسی که دوستش به او خیانت کرده

ای خدا، به دعای من گوش کن. هنگامی که نزد تو ناله می‌کنم، خود را پنهان مکن. ⁵⁵ ² دعایم را بشنو و آن را مستجاب فرما، زیرا از شدت پریشانی فکر، نمی‌دانم چه کنم. ³ تهدید دشمنان و ظلم بدکاران، خاطر من را آشفته کرده است. آنان با خشم و نفرت با من رفتار می‌کنند و مرا عذاب می‌دهند.

خداوند، می‌دانم که این هدیه مرا خوار نخواهی شمرد.

¹⁸ خدایا، به لطف خود مردم اورشلیم را کامیاب ساز و دیوارهایش را دوباره بنا کن. ¹⁹ آنگاه بر قربانگاه تو گاوها ذبح خواهد شد و تو از انواع قربانی‌هایی که بر قربانگاه تو تقدیم می‌شوند خوشنود خواهی گردید.

تنبیه خدا

(این مزمور را داود در اعتراض به دشمن خود دواغ لومی نوشت. نگاه کنید به اول سموئیل 22.)

ای مرد قدرتمند، چرا از ظلم خود فخر می‌کنی؟ ای کسی که در نظر خدا رسوا هستی، چرا تمام روز به خود می‌بالی؟ ² ای حیل‌گر، توطئه می‌چینی که دیگران را نابود کنی؛ زبانت مانند تیغ، تیز و برکنده است. ³ بدی را به نیکی ترجیح می‌دهی و دروغ را بیشتر از راستی دوست می‌داری. ⁴ ای فریبکار، تو دوست داری با سخنانت تباهی بار بیاوری.

⁵ بنابراین، خدا نیز تو را از خانه‌ات بیرون کشیده تو را بکلی نابود خواهد کرد و ریشه‌ات را از زمین زندگان خواهد کند. ⁶ نیکان این را دیده، خواهند ترسید و به تو خندیده، خواهند گفت: ⁷ «ببینید، این همان مردی است که به خدا توکل نمی‌کرد، بلکه به ثروت هنگفت خود تکیه می‌نمود و برای حفظ و حراست از خود به ظلم متوسل می‌شد.»

⁸ اما من مانند درخت زیتونی هستم که در خانه خدا سبز می‌شود؛ من تا ابد به رحمت خدا توکل خواهم کرد. ⁹ خدایا، بسبب آنچه که کرده‌ای بیوسه از تو تشکر خواهم نمود و در حضور قوم تو اعلان خواهم کرد که تو نیکو هستی.

انسان بدکار

کسی که فکر می‌کند خدایی وجود ندارد، احمق است. ⁵³ چنین شخص فاسد است و دست به کارهای پلید می‌زند و هیچ نیکی در او نیست.

² خداوند از آسمان به انسانها نگاه می‌کند تا شخص فهمیده‌ای بیابد که طالب خدا باشد. ³ اما همه از او

²²مشکلات خود را به خدا واگذار و او تو را حفظ خواهد کرد. خداوند هرگز نخواهد گذاشت که شخص نیکوکار بلغزد و بیفتد.

²³اما تو ای خدا، این اشخاص خونخوار و نیرنگ‌باز را پیش از وقت به گور خواهی فرستاد. ولی من بر تو توکل دارم.

دعا برای رستگاری از دشمن

ای خدا، بر من رحم فرما، زیرا مورد هجوم دشمنان قرار گرفته‌ام و مخالفانم هر روز عرصه را بر من تنگتر می‌کنند. تمام روز دشمنانم بر من یورش می‌آورند. مخالفانم که با من می‌جنگند بسیارند. ³هنگامی که بترسم، ای خداوند، بر تو توکل خواهم کرد. ⁴وعده‌های خداوند را می‌ستایم و بر او توکل دارم، پس نخواهم ترسید، انسان فانی به من چه می‌تواند کرد؟

⁵دشمنانم تمام روز در فکر آزار من هستند و یک دم مرا راحت نمی‌گذارند. ⁶آنها با هم جمع شده در کمین می‌نشینند و تمام حرکات مرا زیر نظر گرفته، قصد جانم را می‌کنند. ⁷به هیچ وجه مگذار آنها جان سالم بدر برند. با خشم خود آنها را سرنگون کن.

⁸تو از پریشانی من آگاهی؛ حساب اشکهایم را داری و آن را در دفترت ثبت کرده‌ای. ⁹روزی که تو را به کمک بخوانم، دشمنانم شکست خورده، خواهند گریخت. یقین دارم که خداوند پشتیبان من است. ¹⁰و ¹¹وعده‌های خداوند را می‌ستایم و بر او توکل دارم، پس نخواهم ترسید. انسان به من چه می‌تواند کرد؟ ¹²ای خدا، نزهای خود را ادا خواهم کرد و قربانی‌های تشکر را به درگاه تو تقدیم خواهم نمود، ¹³زیرا تو مرا از پرتگاه مرگ رهانیدی و نگذاشتی پایم بلغزد و نابود شوم تا بتوانم اکنون در نور حیاتی که در حضور توست راه روم.

دعای کمک

ای خدا بر من رحم کن! بر من رحم کن، ⁵⁷ زیرا با تو پناه آورده‌ام. تا وقتی که این بلا بگذرد، در زیر باله‌های پناه خواهم گرفت.

¹توس بر قلبم چنگ انداخته و مرا بی‌قرار کرده؛ وحشت مرگ سراسر وجودم را فرا گرفته است. ⁵آن شدت ترس و لرز نزدیک است قالب تهی کنم. ⁶به خود می‌گویم: «ای کاش همچون کبوتر بال می‌داشتم تا به جایی دور در صحرا پرواز می‌کردم و در آنجا پنهان می‌شدم و استراحت می‌کردم؛ ⁸می‌شتافتم بسوی پناهگاهی و از تند باد و طوفان حوادث در امان می‌ماندم.»

⁹خداوند، این بدکاران را چنان پریشان کن که زبان یکدیگر را نفهمند، زیرا آنان شهر را از خشونت و ظلم پر ساخته‌اند. ¹⁰آنان روز و شب شهر را دور می‌زنند و شرارت و جنایت می‌آفرینند. ¹¹شهر پر از ظلم و فساد است و حیل و فریب از کوجه‌ها دور نمی‌شود.

¹²این دشمن من نیست که به من توهین می‌کند، و گرنه تحمل می‌کردم؛ این حریف من نیست که بر من برخاسته، و گرنه خود را از او پنهان می‌کردم. ¹³این تو هستی ای دوست صمیمی و همکار من! ¹⁴اما با یکدیگر رفاقت صادقانه داشتیم، با یکدیگر درد دل می‌کردیم و با هم به خانه خدا می‌رفتیم.

¹⁵باشد که دشمنانم پیش از وقت، زنده به گور شوند، زیرا دلها و خانه‌هایشان پر از شرارت است.

¹⁶اما من از خدا کمک می‌طلبم و او نجاتم خواهد داد. ¹⁷صبح، ظهر و شب به پیشگاه خدا می‌نالم و شکایت می‌کنم و او صدای مرا خواهد شنید. ¹⁸هر چند دشمنان من زیادند، اما او مرا در جنگ با آنها پیروز خواهد ساخت و به سلامت باز خواهد گرداند. ¹⁹خدایی که از ازل بر تخت فرمانروایی نشسته است دعایم را خواهد شنید و آنها را شکست خواهد داد، زیرا آنها از خدا نمی‌ترسند و نقشه‌های پلید خود را تغییر نمی‌دهند.

²⁰دوست و همکار سابق من دست خود را بر روی دوستانش بلند می‌کند و عهد دوستی خود را می‌شکند. ²¹زبانش چرب است اما در باطنش کینه و نفرت هست. سخنانش از روغن نیز نرم‌تر است اما همچون شمشیر می‌برد و زخمی می‌کند.

شوند و مانند بچه‌ای که مرده بدنیا آمده، نور آفتاب را نبینند.⁹ باشد که آتش خشم تو، ای خداوند بر آنها افروخته شود و پیش از اینکه بخود ببایند، پیر و جوان مانند خار و خاشاک بسوزند.

¹⁰ نیکوکاران وقتی مجازات بندگان را ببینند، شادخاطر خواهند شد؛ آنها از میان جویبار خون اجساد بندگان عبور خواهند کرد.¹¹ مردم خواهند گفت: «براستی نیکان پاداش می‌گیرند؛ واقعاً خدایی هست که در جهان داوری می‌کند.»

دعای محافظت

ای خدای من، مرا از دست دشمنانم **59** برهان؛ مرا از مخالفانم حفظ کن.² مرا از شر مردمان گناهکار و خونریز نجات ده.³ ببین چگونه در کمین من نشست‌اند. ستمکاران بر ضد من برخاسته‌اند بدون آنکه گناه یا خطایی از من سر زده باشد.⁴ کار خلافی مرتکب نشده‌ام، با این حال آنها آماده می‌شوند بر من هجوم آورند. ای خداوند، بر خیز و ببین و به کمک بیا!⁵ ای خداوند قادر متعال، ای خدای اسرائیل، بر خیز و همه قومها را به سزای اعمالشان برسان؛ بر ستمکاران و گناهکاران رحم مکن.

⁶ دشمنانم شامگاهان باز می‌گردند و مانند سگ پارس می‌کنند و شهر را دور می‌زنند.⁷ فریاد برمی‌آورند و ناسزا می‌گویند؛ زبانشان مانند شمشیر نیز است. گمان می‌برند کسی سخنان توهین‌آمیزشان را نمی‌شنود.⁸ اما تو ای خداوند، به آنها خواهی خندید و تمام آن قومها را تمسخر خواهی نمود.⁹ ای قوت من، چشم امید من بر توست، زیرا پشتیبان من تو هستی.¹⁰ خدای من با رحمت خویش پیشاپیش من می‌رود و مرا هدایت می‌کند؛ خداوند به من اجازه خواهد داد شکست دشمنانم را ببینم.¹¹ ای خداوندی که سپر ما هستی، آنها را یکباره نابود نکن، مبادا مردم این درس عبرت را زود فراموش کنند، بلکه آنها را با قدرت خویش پراکنده و خوار گردان.¹² گناه بر زبان آنهاست؛ سخنانشان تماماً آلوده به شرارت است. باشد که در تکبر خود گرفتار شوند. آنها دشمنان می‌دهند و دروغ

تزد خدای متعال که همه نیازهایم را بر می‌آورد، دعا می‌کنم.³ او از آسمان دعای مرا اجابت فرموده، مرا نجات خواهد بخشید و دشمنم را شکست خواهد داد. خدا رحمت و راستی خود را از من دریغ نخواهد داشت.

⁴ مردم درندمخو مانند شیر مرا محاصره کرده‌اند. دندانهای آنها همچون نیزه و پیکان و زبانشان مانند شمشیر، تیز و برنده است.⁵ ای خدا، جلال و شکوه تو بالاتر از آسمانها قرار گیرد و عظمت تو بر تمام جهان آشکار شود.

⁶ دشمنانم برایم دام نهند تا مرا گرفتار سازند و من در زیر بار غصه خم شدم. آنها در سر راه من چاه کردند، اما خودشان در آن افتادند.

⁷ ای خدا، من روحیه خود را نباخته‌ام و اعتماد خود را از دست نداده‌ام. من سرود خواهم خواند و تو را ستایش خواهم کرد.⁸ ای جان من بیدار شو! ای بریط و عود من، بصدادرآیید تا سپیده دم را بیدار سازیم! ⁹ خدایا، در میان مردم تو را سپاس خواهم گفت و در میان قومها تو را ستایش خواهم کرد،¹⁰ زیرا رحمت تو بی‌نهایت عظیم است.¹¹ ای خدا، جلال و شکوه تو بالاتر از آسمانها قرار گیرد و عظمت تو بر تمام جهان آشکار شود.

دعا برای مجازات بندگان

ای قضات، شما که دم از انصاف می‌زنید، **58** چرا خود عادلانه قضاوت نمی‌کنید؟² شما در فکر خود نقشه‌های پلید می‌کشید و در سرزمین خود مرتکب ظلم و جنایت می‌شوید.³ اشخاص بدکار در تمام زندگی خود منحرف هستند؛ از روز تولد لب به دروغ می‌کشایند.⁴ زهری کشنده چون زهر مار دارند و مانند افعی کر، گوش خود را می‌بندند تا آواز افسونگران را نشنوند، هر چند افسونگران با مهارت افسون کنند.⁵ ⁶ ای خدا، دندانهای این مردم درندمخو را بشکن.⁷ بگذار آنها همچون آبی که ریخته می‌شود، نیست و نابود گردند و وقتی تیر می‌اندازند، تیرشان به هدر رود.⁸ بگذار همچون حلزون به گل فرو روند و محو

می‌گویند،¹³ پس آنها را با خشم خود نابود کن تا نامشان گم شود و مردم بدانند که خدا نه تنها بر اسرائیل، بلکه بر سراسر جهان حکمرانی می‌کند.¹⁴ دشمنانم شامگاهان باز می‌گردند و مانند سنگ پارس می‌کنند و شهر را دور می‌زنند.¹⁵ آنها برای خوراک به این سوی و آنسوی می‌دوند و اگر سیر نشوند زوزه می‌کشند.¹⁶ اما من قدرت تو را خواهم سربایید؛ صبحگاهان با شادی در وصف رحمت تو سرود خواهم خواند، زیرا در سختی‌های روزگار، تو پناهگاه من هستی.¹⁷ ای خدا، ای قوت من، برای تو سرود می‌خوانم. پناهگاه من تویی، ای خدایی که مرا محبت می‌کنی.

دعا برای محافظت

ای خدا، فریادم را بشنو و دعای مرا
61 اجابت فرما! از این دیار غریب، تو را به کمک می‌طلبم. مرا که فکرم پریشان است به پناهگاهی مطمئن هدایت کن.³ زیرا تو در برابر دشمنانم حامی و پناهگاه من بوده‌ای.

⁴ بگذار تمام عمرم در خیمه تو ساکن شوم و در زیر سایه بالهای تو پناه بگیرم.⁵ خدایا، تو قولهایی را که داده‌ام، شنیده‌ای، و برکاتی را نصیب ساخته‌ای که به کسانی که نام تو را گرامی می‌دارند، می‌بخشی.

⁶ عمر پادشاه را زیاد کن تا سالهای سال سلطنت کند.⁷ باشد که تا ابد در حضور تو ای خدا، او حکومت کند. او را با رحمت و راستی خود محافظت فرما.⁸ پس همیشه تو را ستایش خواهم کرد و هر روز به قولهایی که به تو داده‌ام وفا خواهم نمود.

اعتماد به محافظت خدا

جان من تنها نزد خدا آرام می‌یابد، زیرا
62 نجات من از جانب اوست.² او نجات دهنده و تنها صخره پناهگاه من است؛ او قلعه محافظ من است، پس هرگز شکست نخواهم خورد.

³ ای آدمیان، تا به کی هجوم می‌آورید تا مرا که همچون دیواری فرو ریخته‌ام از پای درآورید؟⁴ تنها فکرتان این است که مرا از این مقامی که دارم بزرگ اندازید؛ شما دروغ را دوست دارید. بزبان خود مرا برکت می‌دهید ولی در دلتان لعنت می‌کنید.

⁵ ای جان من، تنها نزد خدا آرام یاب، زیرا امید من بر اوست.⁶ او نجات دهنده و تنها صخره پناهگاه من است؛ او قلعه محافظ من است، پس هرگز شکست

می‌گیرم،³ پس آنها را با خشم خود نابود کن تا نامشان گم شود و مردم بدانند که خدا نه تنها بر اسرائیل، بلکه بر سراسر جهان حکمرانی می‌کند.¹⁴ دشمنانم شامگاهان باز می‌گردند و مانند سنگ پارس می‌کنند و شهر را دور می‌زنند.¹⁵ آنها برای خوراک به این سوی و آنسوی می‌دوند و اگر سیر نشوند زوزه می‌کشند.¹⁶ اما من قدرت تو را خواهم سربایید؛ صبحگاهان با شادی در وصف رحمت تو سرود خواهم خواند، زیرا در سختی‌های روزگار، تو پناهگاه من هستی.¹⁷ ای خدا، ای قوت من، برای تو سرود می‌خوانم. پناهگاه من تویی، ای خدایی که مرا محبت می‌کنی.

دعا برای رهایی

(این مزمور را داود هنگامی نوشت که با لشکر سوری در جنگ بود و هنوز معلوم نبود کدام طرف برنده خواهد شد. این همان جنگی است که یوباب، سردار لشکر داود، دوازده هزار انومی را در «جره نمک» از پای درآورد.)

ای خدا، تو ما را طرد کرده‌ای، ما را
60 پراکنده ساخته و بر ما خشمگین بوده‌ای؛ اما اینک بسوی ما بازگرد.² زمین را لرزان ساخته و آن را شکافته‌ای؛ شکافهایش را بهم آور، زیرا نزدیک است متلاشی شود.³ به قوم برگزیده‌ام سختی‌های فراوان داده‌ای؛ ما را همچون افراد مست گیج و سرگردان نموده‌ای.

تو برای کسانی که تو را گرامی می‌دارند پرچمی به اهتزاز درآورده‌ای تا آنان را در مقابل تیرهای دشمن در امان داری.⁵ ای خدایی که ما را دوست داری، با قدرت خویش ما را نجات ده و دعای ما را اجابت فرما.

⁶ خدا در خانه مقدس خویش سخن گفته و فرموده است: «با پیروزی شهر شکیم و دره سوکوت را بین قوم خود تقسیم خواهم کرد.⁷ جلعاد و منسی از آن من است؛ افرایم کلاهخود من و یهوذا عصای سلطنت من است.⁸ اما قوم موآب را مانند لگن برای شستشو بکار خواهم برد، بر قوم ادوم کفشم را خواهم انداخت و بر فلسطین فریاد بر خواهم آورد.»

نخواهم خورد.⁷ نجات و عزت من از جانب خداست؛ قوت و پناهگاه من خداست.⁸ ای مردم، همه وقت بر او توکل نمایید؛ دل‌های خود را بحضور او بریزید، زیرا خدا پناهگاه ماست.

⁹ همه انسانها در مقابل او ناچیزند؛ اشخاص سرشناس و افراد بی‌نام و نشان، همگی در ترازوی او بالا می‌روند، زیرا از باد هم سبکترند.¹⁰ بر خشونت تکیه نکنید و به کسب ثروت از راه دزدی دل خوش نکنید، و هرگاه ثروتمان زیاد شود دل بر آن نبندید.

¹¹ بیش از یک بار شنیده‌ام که خداوند فرموده است: «قوت از آن من است.»¹² ای خداوند، رحمت نیز از آن توست، و تو هر کس را بر اساس کارهایش پاداش خواهی داد.

اشتیاق برای خداوند

(این مزمور را دود هنگمی که در بیابان بود، سرایید.)

63 ای خدا، تو خدای من هستی؛ در صبح سحر تو را می‌طلبم. جان من مشتاق توست؛ تمام وجودم همچون زمینی خشک و بی‌آب، تشنه توست. تو را در مکان مقدس دیده‌ام و قوت و جلال تو را مشاهده کرده‌ام.³ محبت تو برابم شیرینتر از زندگی است، پس لب‌های من تو را ستایش خواهد کرد،⁴ و تا زنده‌ام تو را سپاس خواهم گفت و دست‌های خود را به نیایش بسوی تو دراز خواهم کرد. ⁵جان من سیر خواهد شد و با شادی خداوند را ستایش خواهد کرد.

⁶تنب هنگام که در بستر خود دراز می‌کنم، در باره تو فکر می‌کنم. تو همیشه مددکار من بوده‌ای، پس در زیر بال‌های تو شادی خواهم کرد.⁸ همیشه در تو پناه خواهم گرفت و تو با دست پر قدرتت از من حمایت خواهی نمود.

⁹اما آنانی که قصد جان مرا دارند هلاک شده، به زیر زمین فرو خواهند رفت.¹⁰ ایشان در جنگ به دم شمشیر خواهند افتاد و طعمه گرگها خواهند شد.¹¹ اما من در خدا شادی خواهم کرد. همه کسانی که بر خدا اعتماد نموده‌اند او را ستایش خواهند کرد، اما دهان دروغگویان بسته خواهد شد.

دعای محافظت

64 ای خدا، به ناله‌های شکوه‌آمیز من گوش کن و جانم را از دست دشمنان حفظ فرما.² در مقابل توطئه بدکاران که فتنه برپا می‌کنند، از من محافظت کن.³ آنها زبان خود را همچون شمشیر، تیز کرده‌اند و بجای تیر و کمان با سخنان تلخ مجهز شده‌اند تا در کمینگاه‌های خود به انسان بی‌گناه شبیخون زنند.⁴ آنها یکدیگر را در انجام دادن نقشه‌های شرورانه خود تشویق می‌کنند. درباره اینکه کجا دام‌های خود را کار بگذارند با هم مشورت می‌نمایند، و می‌گویند: «هیچ کس نمی‌تواند اینها را ببیند.»⁶ آنها نقشه شوم طرح می‌کنند و می‌گویند: «نقشه ما نقصی ندارد!» فکر و دل انسان چقدر حيله‌گر است!

⁷اما خدا این بدکاران را هدف تیرهایش قرار خواهد داد و آنها در یک چشم بهم زدن نقش زمین خواهند شد.⁸ آری، آنها طعمه سخنان زشت خود خواهند شد. کسانی که آنها را ببینند با تمسخر سر خود را تکان خواهند داد.⁹ ایشان خواهند ترسید و در باره کارهای خدا تفکر خواهند نمود و آنها را برای دیگران تعریف خواهند کرد.

¹⁰انیکان در خداوند شادی کنند و بر او توکل نمایند؛ همه پاکدلان او را ستایش کنند!

ستایش و شکرگزاری

65 ای خدا، شایسته است که تو را در صهیون ستایش کنیم و آنچه را که نذر کرده‌ایم ادا نماییم،² زیرا تو خدایی هستی که دعا می‌شنوی! همه مردم بسبب گناهانشان نزد تو خواهند آمد. گناهان ما بر ما سنگینی می‌کنند، اما تو آنها را خواهی بخشید.⁴ خوشا به سعادت کسی که تو او را برگزیده‌ای تا بیاید و در خیمه مقدس در پیشگاه تو ساکن شود! ما از همه نیکویی‌های خانه مقدس تو برخوردار خواهیم شد.

⁵ای خدایی که رهاننده ما هستی، تو با کارهای عادلانه و شگفت‌انگیز خود پاسخ ما را می‌دهی. تو امید و پشتیبان همه مردم در سراسر جهان هستی.

¹⁰ای خدا، تو ما را امتحان کرده‌ای؛ مانند نقره‌ای که در کوره می‌گذارند تا پاک شود، ما را پاک نموده‌ای. ¹¹ما را در دام گرفتار ساختی و بارهای سنگین بر دوش ما نهادی. ¹²اشمنان ما را بر ما مسلط گرداندی و گذاشتی از آب و آتش عبور کنیم، اما سرانجام ما را به مکانی آوردی که در آن وفور نعمت است.

¹³قربانی‌های سوختنی به خانه تو خواهیم آورد تا نذرهای خود را ادا نمایم. ¹⁴ایلی، هنگامی که در زحمت بودم نذر کردم و اینک آن را ادا خواهم کرد. ¹⁵گوسفند قربانی خواهم کرد و گوساله و بز تقدیم خواهم نمود و آنها را بر قربانگاه خواهم سوزاند تا بوی خوب آنها بسوی تو زبانه کشد.

¹⁶ای همه خداترسان، بیایید و بشنوید تا به شما بگویم که خداوند برای من چه کرده است. ¹⁷افریاد برآوردم و از او کمک خواستم و او را ستایش نمودم. ¹⁸اگر گناه را در دل خود نگه می‌داشتیم، خداوند دعایم را نمی‌شنید. ¹⁹اما او به دعای من توجه نموده و آن را مستجاب کرده است!

²⁰سپاس بر خدایی که دعای مرا بی‌جواب نگذاشته و رحمت خود را از من دریغ نکرده است.

سرود شکرگزاری

خدایا، بر ما رحم کن و ما را برکت ده و **67** نور روی خود را بر ما بتابان، تا بوسیله نجات تو به همه مردم روی زمین برسد. ³خدایا، باشد که همه مردم تو را ستایش کنند؛ باشد که همه قومها تو را سپاس گویند! ⁴همه قومها شاد شده، سرود خواهند خواند، زیرا تو از روی عدل و انصاف مردم را داوری می‌کنی و آنها را هدایت می‌نمایی.

⁵خدایا، باشد که همه مردم تو را ستایش کنند؛ باشد که همه قومها تو را سپاس گویند! ⁶آنگاه زمین محصول خود را تولید خواهد کرد و تو ما را برکت خواهی داد و همه مردم جهان به تو احترام خواهند گذاشت.

⁶کوه‌ها را در جای خود محکم ساختی و قدرت مهیب خود را نشان دادی. ⁷همانگونه که تلاطم دریا و غرش امواج را ساکت می‌سازی، شورش مردم را نیز خاموش می‌کنی. ⁸ساکنان زمین از کارهای شگفت‌انگیز تو حیرانند. فریاد شادی مردم بسبب کارهای تو از یک سوی زمین تا سوی دیگر طنین‌انداز است!

⁹تو زمین را سیراب می‌سازی و آن را حاصلخیز می‌گردانی. با رودخانه‌های پر از آب، زمین را برای انسان بارور می‌سازی تا از محصولاتش استفاده کند. ¹⁰شیارهای آن را سیراب می‌کنی و بلندبهایش را هموار می‌سازی. باران بر زمین می‌بارانی تا نباتات برویند. ¹¹آب برکات خود زمین را می‌آرایی؛ جهان از نعمت‌های تو لبریز است. ¹²چراگاه‌ها و تپه‌ها پر از گل‌های گاو و گوسفند است؛ وادیا سرشار از غله می‌باشد؛ تمام جهان بانگ شادی برمی‌آورد و سرود می‌خواند!

سرود شکرگزاری

ای همه مردم روی زمین، برای خدا فریاد **66** شادی سر دهید! تمام پرشکوه او را با سرود بستایید و عظمت او را بیان کنید! ³به خدا گویید: «چه حیرت‌انگیز است کارهای تو! قدرت تو دشمنان را از پای در خواهد آورد. ⁴تمام مردم جهان تو را پرستش خواهند کرد، تو را خواهند ستود و به نام تو سرود خواهند خواند.»

تبیایید کارهای خدا را مشاهده کنید؛ ببینید چه کارهای شگفت‌انگیز برای انسانها انجام داده است. ⁶او دریا را به خشکی تبدیل کرد و اجداد ما با پای پیاده از میان آن عبور نمودند. ایشان بسبب این کار خدا شادیا کردند.

⁷خداوند تا ابد با قدرت حکمرانی می‌کند و رفتار همه قومها را زیر نظر دارد. پس ای مردم سرکش، برضد او قیام نکنید. ⁸ای قومها، خدای ما را ستایش کنید! بگذارید آواز ستایش شما شنیده شود. ⁹او زندگی ما را از خطر می‌رهاند و نمی‌گذارد پاهایمان بلغزد.

سرود ملی پیروزی

68

ای خدا، بر خیز و دشمنانت را پراکنده ساز. بگذار آتانی که از تو نفرت دارند از حضور تو بگریزند.² چنانکه نود در برابر باد پراکنده می‌شود، همچنان تو ایشان را پراکنده ساز؛ همانگونه که موم در مقابل آتش گداخته می‌شود، همچنان بگذار نگاهاران در حضورت نابود شوند.³ اما نیکوکاران شادی کنند و در حضور تو خوشحال باشند؛ از شادی فریاد برآورند و خوش باشند.

⁴ در وصف خدا سرود بخوانید. نام او را ستایش کنید. برای او که بر ابرها سوار است، راهی درست کنید. نام او خداوند است! در حضورش شادی کنید!

⁵ خدایی که در خانه مقدس خود ساکن است، پدر یتیمان و دادرسی بیوه زنان می‌باشد.⁶ او بی‌کسان و آوارگان را در خانه‌ها ساکن می‌گرداند و اسیران را آزاد می‌سازد. اما یاغیان در زمین خشک و بی‌آب ساکن خواهند شد.

⁷ ⁸ ای خدای اسرائیل، وقتی تو قوم برگزیده خود را هدایت کردی و از میان بیابان عبور نمودی، زمین تکان خورد و آسمان بارید و کوه سینا از ترس حضور تو به لرزه افتاد.⁹ ای خدا، تو نعمتها بارانیدی و قوم برگزیده خود را که خسته و ناتوان بودند، نیرو و توان بخشیدی.¹⁰ جماعت تو در زمین موعود ساکن شدند و تو ای خدای مهربان، حاجت نیازمندان را بر آوردی.

¹¹ خداوند کلام را اعلان کرد و کسانی که آن را بشارت دادند عده بی‌شماری بودند؛ کلام او این است:¹² «پادشاهان و سپاهیان‌شان بشتاب می‌گریزند! زنانی که در خانه هستند غنایم جنگی را بین خود قسمت می‌کنند.¹³ آنها اگر چه روزی فقیر و بینوا بودند، اما اینک خوشبخت و ثروتمندند و خود را مانند کبوتری که بالهایش نقرماف و پرهايش طلایی است با زر و زیور آراسته‌اند.»¹⁴ خدای قادر مطلق پادشاهانی را که دشمن اسرائیل بودند مانند دانه‌های برف که در جنگلهای کوه صلومن آب می‌شود، پراکنده و محو ساخت.

¹⁵ ای کوه‌های عظیم باشان، ای سلسله جبالهای بزرگ که قله‌های بلند دارید، چرا با حسرت به این کوهی که خدا برای مسکن خود برگزیده است نگاه می‌کنید؟ به یقین خداوند تا به ابد در آن ساکن خواهد بود.

¹⁷ خداوند در میان هزاران هزار عرابه از کوه سینا به خانه مقدس خویش که در کوه صهیون است، رفته است.¹⁸ او به عالم بالا صعود نموده عده زیادی را با خود به اسارت برده است. از میان آدمیان، حتی از کسانی که زمانی یاغی بوده‌اند، بخششها گرفته است. خداوند در میان ما ساکن خواهد شد.

¹⁹ لشکر و سپاه بر خداوندی که هر روز متحمل بارهای ما می‌شود و خدایی که نجات ماست.²⁰ او نجات دهنده ماست و ما را از مرگ می‌رهاند.

²¹ خدا سر دشمنانش را که در گناه زندگی می‌کنند، خرد خواهد کرد.²² ²³ خداوند می‌فرماید: «دشمنان شما را از باشان و از اعماق دریا باز خواهم آورد تا در میان خون ریخته شده آنان راه بروید و سگها خون ایشان را بخورند.»

²⁴ ای خدایی که پادشاه و خداوند من هستی، همه قومها حرکت پیروزمندانه تو را بسوی خانه مقدست دیده‌اند.²⁵ سرایندگان در پیش و نوازندگان در عقب و دوشیزگان در وسط آنان دف‌زنان حرکت می‌کنند.²⁶ همه مردم اسرائیل خدا را حمد گویند. ای فرزندان یعقوب، خداوند را ستایش کنید.²⁷ قبیله کوچک «بنیامین» پیشاپیش ستایش‌کنندگان خدا در حرکت است؛ بعد از او رهبران قبیله «یهودا» با دسته‌های خود، سپس بزرگان قبیله «زبولون» و «فتالی» حرکت می‌کنند.

²⁸ ای خدا، نیروی خود را برای ما بکار ببر، همانگونه که در گذشته این کار را کردی.²⁹ به احترام خانه تو در اورشلیم، پادشاهان هدایا نزد تو خواهند آورد.³⁰ مصر، آن حیوان وحشی را که در میان نيزارها ساکن است، توبیخ نما. قومهای جهان را که همچون رمه‌های گاو و گوساله هستند، سرزنش کن تا به فرمان تو گردن نهند و نقره‌های

مسخرهام می‌کنند.¹² مردم کوچ و بازار پشت سرم حرف می‌زنند و می‌گساران برای من سرود می‌خوانند.¹³ اما من، ای خداوند، نزد تو دعا می‌کنم. ای خدا، تو در وقت مناسب به من جواب ده، بسبب رحمت عظیمت دعای مرا مستجاب فرما و مطابق وعده خود مرا نجات ده.¹⁴ مرا از میان سیل و طوفان برهان تا غرق نشوم. مرا از دست دشمنانم نجات ده.¹⁵ مگذار سیلاب مرا بپوشاند و در اعماق آنها غرق شوم.

¹⁶ ای خداوند، رحمتت عظیم است، پس دعای مرا مستجاب فرما. با محبت بیکران خود به من توجه نما.¹⁷ روی خود را از من برمگردان، زیرا در سختی و زحمت هستم. دعای مرا زود جواب ده.¹⁸ نزد من بیا و بهای آزادیم را بپرداز و مرا از دست دشمنان رها کن.¹⁹ می‌دانی چگونه مورد سرزنش و اهانت قرار گرفته و رسوا شده‌ام؛ تو همه دشمنانم را می‌بینی.²⁰ طعنه و سرزنش مردم دل مرا شکسته است و سخت بیمار شده‌ام. منتظر بودم کسی با من همدردی کند، ولی شخص دلسوزی یافت نشد. به جستجوی افرادی پرداختم که مرا دلداری دهند، اما کسی را نیافتم.²¹ بجای خوراک، بمن زهر دادند و بجای آب، سرکه نوشاندند.

²² بگذار جشن آنها به عزا تبدیل شود و آرامشان محور گردد.²³ چشمانشان را کور کن و کمرهایشان را بلرزان!²⁴ خشم خود را بر سرشان بریز و با آتش غضبت آنها را بسوزان! ²⁵ ای کاش خانه‌هایشان خراب گردد و هیچکس در آنها سکونت نکند.²⁶ به کسی که تو تیبیه کرده‌ای آزار می‌رساند و از رنجهای آنانی که تو مجروحشان ساخته‌ای سخن می‌گویند.²⁷ گناهانشان را یک به یک در نظر بگیر و مگذار نجات تو شامل حالشان شود.²⁸ تمام آنها را از دفتر حیات خود پاک کن و مگذار جزو قوم تو محسوب شوند.

²⁹ اما من مصیبت‌زده و دردمند هستم. ای خدا، مرا نجات ده و سرفراز فرما.

³⁰ با سرود نام خدا را ستایش خواهم نمود و با دعای شکرگزاری عظمت او را خواهم ستود.³¹ خداوند

خود را به تو تقدیم کنند. اقوامی را که جنگ را دوست می‌دارند، پراکنده ساز. ³¹ مصر هدایا بدست سفیران خود خواهد فرستاد و حبشه دست دعا بسوی خداوند دراز خواهد کرد.

³² ای سرزمینهای جهان، برای خدای ازلی و ابدی که در آسمانها نشسته است، سرود بخوانید؛ ³⁴ خداوند را که با صدای بلند و نیرومند سخن می‌گوید، ستایش کنید. ³⁵ قدرت خدا را توصیف نمایند خدایی که شکوه و جلالش بر اسرائیل است و قوتش در آسمانها پا برجاست. ³⁶ چه سهمناک است خداوند در مکان مقدس خویش! خدای اسرائیل به قوم برگزیده خود قوت و عظمت می‌بخشد. او را شکر و سپاس باد!

فریاد رهایی از رنجها

69 خدایا، مرا از این طوفان مشکلات نجات ده! ² در منجالب فرو رفته‌ام و در زیر پایم جایی برای ایستادن نیست. به جاهای عمیق رسیده‌ام و سیلاب مرا پوشانده است. ³ از بس می‌نالم خسته شده‌ام و گلویم خشک شده است. چشمانم آنقدر منتظر اقدام تو بوده‌اند که تار گشته‌اند.

⁴ آنانی که بی‌سبب از من نفرت دارند از موهای سرم بیشترند. دشمنانم در مورد من دروغها می‌گویند، آنها از من قویترند و قصد کشتن مرا دارند. آنچه از دیگران عصب نکرده بودم به زور از من گرفتند. ⁵ ای خدا، تو حماقت مرا می‌دانی و گناهانم از نظر تو پوشیده نیست. ⁶ ای خداوند قادر متعال، مگذار آنانی که به تو امیدوار هستند و انتظار تو را می‌کشند، بسبب من خجل شوند. ای خدای اسرائیل، مگذار مایه رسوایی دوستدارانت شوم. ⁷ من برای توست که این چنین مورد سرزنش واقع شده و رسوا گشته‌ام. ⁸ نزد برادران خود غریب هستم و در خانواده خود بیگانه محسوب می‌شوم. ⁹ برای خدمت در خانه تو شور و هیجان دارم، از این جهت مورد ملامت دشمنانت قرار گرفته‌ام. ¹⁰ هنگامی که با روزه و اشک در حضور تو خود را فروتن می‌سازم، آنها مرا سرزنش می‌کنند. ¹¹ وقتی برای توبه و ندامت پلاس در بر می‌کنم، آنها

زندگی من برای بسیاری سرمشق شده است، زیرا تو پشت و پناه من بوده‌ای! ⁷خدایا، تمام روز تو را شکر می‌گویم و بزرگیت را می‌ستایم. ⁸اکنون که پیر و ناتوان شده‌ام مرا دور مینداز و ترک مکن.

⁹دشمنانم برضد من سخن می‌گویند و قصد جانم را دارند. ¹⁰می‌گویند: «خدا او را ترک گفته است. پس برویم و او را گرفتار سازیم، چون کسی نیست که او را نجات دهد!»

¹¹ای خدا، از من دور مشو! خدایا، به یاری من بشتاب! ¹²دشمنان جانم رسوا و نابود شوند. آنانی که می‌کشند به من آسیب برسانند سرافکنده و بی‌آبرو شوند!

¹³من پیوسته به تو امیدوارم و بیش از پیش تو را ستایش خواهم کرد. ¹⁴از عدالت تو سخن خواهم گفت و هر روز برای مردم تعریف خواهم کرد که تو بارها مرا نجات داده‌ای! ¹⁵ای خداوند با نیروی تو خواهم رفت و به همه اعلان خواهم کرد که تنها تو عادل هستی.

¹⁶خدایا، از زمان کودکی معلم من تو بوده‌ای و من همیشه درباره کارهای شگفت‌انگیز تو با دیگران سخن گفته‌ام. ¹⁷اکنون که پیر و سفید مو شده‌ام مرا ترک مکن. کمک کن تا بتوانم به نسل‌های آینده از قدرت و معجزات تو خیر دهم.

¹⁸ای خدا، عدالت تو تا به آسمانها می‌رسد. تو کارهای بزرگ انجام داده‌ای. خدایا کسی مانند تو نیست. ¹⁹ای که سختیها و زحمات بسیار به من نشان دادی، می‌دانم که به من نیروی تازه خواهی بخشید و مرا از این وضع فلاکت بار بیرون خواهی آورد. ²⁰مرا بیش از پیش سرافراز خواهی نمود و بار دیگر مرا دلداری خواهی داد.

²¹ای خدای من، با نغمه بریبط صداقت تو را خواهم ستود! ای خدای مقدس اسرائیل، با صدای عود برای تو سرود خواهم خواند. ²²تو تمام وجود برای تو سرود خواهم خواند و از شادی فریاد بر خواهم آورد، زیرا تو مرا نجات داده‌ای. ²³تمام روز از عدالت تو سخن خواهم گفت، زیرا کسانی که در پی آزار من بودند، رسوا و سرافکنده شدند.

چنین پرستشی را بیش از قربانی حیوانات می‌پسندند. ²⁴اشخاص فروتن که طالب خدا هستند وقتی ببینند او به فکر ایشان است شاد و امیدوار خواهند شد. ²⁵خداوند دعای نیازمندان را مستجاب می‌نماید و عزیزان خود را در زندان و اسارت فراموش نمی‌کند. ²⁶ای آسمان و زمین، خدا را ستایش کنید! ای آبها و ای موجودات دریایی، خدا را بستایید! ²⁷خدا اورشلیم را نجات خواهد داد و شهرهای یهودا را دوباره بنا خواهد نمود تا قوم برگزیده‌اش در سرزمین موعود سکونت نمایند و آن را تمام به تصرف خود درآورند. ²⁸فرزندان بندگانش وارث سرزمین موعود خواهند شد و آنانی که خدا را دوست می‌دارند، در آن زندگی خواهند کرد.

دعای کمک

خدایا، به یاری من بشتاب و مرا نجات ده! **70** ¹بگذار آنانی که قصد جانم را دارند خجل و سرافکنده شوند و بدخواهان من پریشان گردند؛ ²بگذار کسانی که مرا مسخره می‌کنند رسوا و ناکام شوند. ³همه کسانی که تو را طلب می‌کنند در تو شاد و خرسند باشند و آنانی که نجات تو را دوست دارند پیوسته بگویند: «خداوند بزرگ است!» ⁴من فقیر و نیازمند هستم. خدایا، به یاری من بشتاب! ای خداوند، تو مددکار و نجات دهنده من هستی، پس تأخیر مکن!

دعای مرد پیر

ای خداوند، به تو پناه آورده‌ام، نومیدم مکن. **71** ¹تو عادل، پس مرا از دست دشمنانم نجات ده. ²برای من پناهگاهی مطمئن باش تا همه وقت به تو پناه آورم. ای صخره و قلعه من، فرمان نجات مرا صادر کن!

³خدایا، مرا از دست اشخاص شرور و بدکار و ظالم برهان! ⁴ای خداوند، تنها امید من تو هستی و از زمان کودکی اعتماد من تو بوده‌ای! ⁵زمانی که در شکم مادرم بودم، تو از من نگهداری می‌کردی و پیش از آنکه متولد شوم، تو خدای من بوده‌ای؛ پس تو را پیوسته ستایش خواهم کرد.

جمعیت شود.¹⁷ نام پادشاه هرگز فراموش نشود و تا خورشید باقی است آوازه او پایدار بماند.

تمام قومهای جهان توسط او برکت خواهند یافت و او را خواهند ستود.

¹⁸ متبارک باد خداوند، خدای اسرائیل! تنها او قادر است کارهای بزرگ و شگفت‌انگیز انجام دهد.
¹⁹ شکر و سپاس بر نام مجید او باد تا ابدالابد! تمام دنیا از شکوه و جلال او پر شود. آمین! آمین!
²⁰ (پایان زبور داود، پسر یسی.)

کتاب سوم

(مزامیر 73-89)

عدل و انصاف خدا

براستی، خدا برای اسرائیل نیکوست یعنی
73 برای آنانی که پاکدل هستند.² اما من نزدیک بود ایمانم را از دست بدهم و از راه راست گمراه شوم.³ زیرا بر کامیابی بدکاران و شروران حسد بردم.⁴ دیدم که در زندگی آنها درد و رنجی وجود ندارد، بدنی قوی و سالم دارند،⁵ مانند سایرین در زحمت نمی‌افتند و هیچ گرفتاری ندارند؛⁶ در نتیجه با تکبر راه می‌روند و به مردم ظلم می‌کنند.⁷ قلبشان مملو از خبثت است و از فکرشان شرارت تراوش می‌کند.⁸ مردم را مسخره می‌کنند و حرفهای کثیف بر زبان می‌رانند. با غرور سخن می‌گویند و نقشه‌های شوم می‌کشند.⁹ به خدایی که در آسمان است کفر می‌گویند و به انسانی که بر زمین است فحاشی می‌کنند.

¹⁰ و ¹¹ و ¹² خداشناسان گول زندگی پرنواز و نعمت آنها را می‌خورند و می‌گویند: «خدا نمی‌داند بر این زمین چه می‌گذرد. به این مردم شرور نگاه کنید! ببینید چه زندگی راحتی دارند و چگونه به ثروت خود می‌افزایند.»

¹³ پس آیا من بی‌جهت خود را پاک نگه داشته‌ام و نگذاشته‌ام دستهایم به گناه آلوده شوند؟¹⁴ نتیجه‌ای که هر روز از این کار عاید می‌شود رنج و زحمت است.

دعا برای پادشاه

ای خدا، از عدالت و انصاف خود به **72** پادشاه و خاندان او عنایت کن تا او بر قوم تو عدالانه حکومت و داوری کند و مظلومان را منصفانه دادرسی نماید.³ آنگاه در سراسر سرزمین ما سلامتی و عدالت برقرار خواهد شد.⁴ باشد که پادشاه به داد مظلومان برسد و از فرزندان فقیران حمایت کند و ظالمان را سرکوب نماید.⁵ باشد که قوم تو ای خداوند، تا زمانی که ماه و خورشید در آسمان باقی باشند، تو را پیوسته با ترس و احترام ستایش کنند.

⁶ سلطنت پادشاه ما* همچون بارانی که بر گیاهان می‌بارد و مانند بارشهایی که زمین را سیراب می‌کند، پر برکت خواهد بود.⁷ در زمان حکومت او، مردم خداشناس کامیاب خواهند شد و تا وقتی که ماه باقی باشد، صلح و سلامتی برقرار خواهد بود.⁸ دامنه قلمرو او از دریا تا به دریا و از رود فرات تا دورترین نقطه جهان خواهد بود.⁹ صحرائشینیان در حضورش تعظیم خواهند کرد و دشمنانش بخاک پایش خواهند افتاد.¹⁰ پادشاهان جزایر مدیترانه و سرزمین ترشیش و نیز اهالی شبا و سبا برایش هدایا خواهند آورد.¹¹ همه پادشاهان، او را تعظیم خواهند کرد و تمام قوما خدمتگزار او خواهند بود.¹² وقتی شخص فقیر و درمانده از او کمک بخواهد، او را خواهد رهانید.¹³ بر افراد ضعیف و نیازمند رحم خواهد کرد و ایشان را نجات خواهد داد.¹⁴ آنها را از ظلم و ستم خواهد رهانید، زیرا جان آنها برای او با ارزش است.

¹⁵ باشد که پادشاه پایدار بماند و مردم طلای شبا به او هدیه دهند. قوم او پیوسته برایش دعا کنند و او را متبارک خوانند.¹⁶ سرزمین او پر از غله شود و کوهستانها مانند کوه‌های لبنان حاصلخیز گردد. شهرها همچون مزرعه‌های برعلف، سرشار از

خرد کردند و خانهٔ مقدس تو را به آتش کشیده با خاک یکسان نمودند.⁸ عبادتگاه‌های تو را در سراسر خاک اسرائیل سوزانیدند تا هیچ اثری از خداپرستی برجای نماند.

⁹ هیچ نبی در میان ما نیست که بداند این وضع تا به کی ادامه می‌یابد تا ما را از آن خبر دهد.¹⁰ ای خدا، تا به کی اجازه می‌دهی دشمن نام تو را اهانت کند؟¹¹ چرا دست خود را عقب کشیده‌ای و به داد ما نمی‌رسی؟ دست راست خود را از گریبان خود بیرون آور و دشمنانمان را نابود کن.

¹² ای خدا، تو از قدیم پادشاه ما بوده‌ای و بارها ما را نجات داده‌ای.¹³ با قدرت خود دریای سرخ را شکافتی و سر نهنگان غول‌پیکر را شکستی و گوشت آنها را خوراک صحرائشینان کردی.¹⁵ چشمه‌ها جاری ساختی تا قوم تو آب بنوشند و رود همیشه پرآب را خشک کردی تا از آن عبور کنند.¹⁶ شب و روز را تو بوجود آورده‌ای؛ خورشید و ماه را تو در آسمان گذاشته‌ای.¹⁷ تمام نظم جهان از توست. تابستان و زمستان را تو ایجاد کرده‌ای.

¹⁸ ای خداوند، ببین چگونه دشمن نام تو را اهانت می‌کند.¹⁹ قوم ستم‌دیدهٔ خود را برای همیشه ترک مکن؛ کیوتر ضعیف خود را به چنگ پرندهٔ شکاری مسیار!²⁰ گوشه‌های تاریک سرزمین ما از ظلم پر شده است، عهدی را که با ما بسته‌ای به یاد آر.²¹ نگذار قوم مظلوم تو بیش از این رسوا شوند. ایشان را نجات ده تا تو را ستایش کنند.

²² ای خدا، برخیز و حق خود را از دشمن بگیر، زیرا این مردم نادان تمام روز به تو توهین می‌کنند.²³ فریاد اهانت‌آمیز آنها را که پیوسته بلند است، نشنیده مگیر.

خدا داور همه است

75 تو را سپاس می‌گویم ای خدا، تو را سپاس می‌گویم! تو به ما نزدیک هستی و ما معجزات تو را اعلام می‌کنیم.

² خداوند می‌فرماید: «وقتی زمان معین برسد، مردم را از روی عدل و انصاف داوری خواهیم کرد.

⁵ ولی اگر این فکرهایم را بر زبان می‌آوردم، جزو مردم خدانشناس محسوب نمی‌شدم.⁶ هرچه فکر کردم نتوانستم بفهمم که چرا بدکاران در زندگی کامیاب هستند؛⁷ تا اینکه به خانهٔ خدا رفتم و در آنجا به عاقبت کار آنها پی‌بردم.⁸ ای خدا، تو بدکاران را بر پرتگاه‌های لغزنده گذاشته‌ای تا بیافتند و نابود شوند.⁹ ای خدا، آنها ناگهان غافلگیر شده، از ترس قالب تهی خواهند کرد.²⁰ آنها مانند خوابی هستند که وقتی انسان بیدار می‌شود از ذهنش محو شده است؛ همچنین وقتی تو ای خداوند، برخیزی آنها محو و نابود خواهند شد!

²¹ وقتی من به این حقیقت پی بردم، از خود شرمنده شدم!²² من احمق و نادان بودم و نزد تو ای خدا، مانند حیوان بی‌شعور رفتار کردم!²³ اما تو هنوز هم مرا دوست داری و دست مرا در دست خود گرفته‌ای!²⁴ به صلاحدید خود مرا در زندگی هدایت خواهی کرد و در آخر مرا به حضور پرجلالت خواهی پذیرفت.²⁵ ای خدا، من تو را در آسمان دارم؛ این برای من کافی است و هیچ چیز دیگر بر زمین نمی‌خواهم.²⁶ اگر چه فکر و بدم ناتوان شوند، اما تو ای خدا، قوت و تکیه‌گاه همیشگی من هستی!²⁷ خدا کسانی را که از او دور شوند و به او خیانت کنند، نابود خواهد کرد.²⁸ اما من از اینکه نزدیک تو هستم لذت می‌برم! ای خداوند، من به تو توکل نموده‌ام و تمام کارهایت را می‌ستایم!

دعا برای قوم خدا

74 ای خدا، چرا برای همیشه ما را ترک کرده‌ای؟ چرا بر ما که گوسفندان مرتع تو هستیم خشمگین شده‌ای؟² قوم خود را که در زمان قدیم از اسارت باز خریدی، به یاد آور. تو ما را نجات دادی تا قوم خاص تو باشیم. شهر اورشلیم را که در آن ساکن بودی، به یاد آور. ³ بر خرابه‌های شهر ما عبور کن و ببین دشمن چه بر سر خانهٔ تو آورده است!⁴ آنها در خانهٔ تو فریاد پیروزی سر دادند و پرچمشان را به اهتزاز در آوردند.⁵ مانند هیژم‌شکنانی که با تیرهای خود درختان جنگل را قطع می‌کنند، تمام نقشهای تراشیده را با گرز و تیر

¹¹ آنچه را برای خدا نذر کرده‌اید بجا آورید. ای همسایگان اسرائیل، برای خداوندی که عظیم و مهیب است، هدایا بیاورید.¹² او حاکمان مغرور را نابود می‌کند و در دل پادشاهان جهان وحشت ایجاد می‌نماید.

تسلی به هنگام گرفتاری

77 با صدایی بلند بسوی خدا فریاد برمی‌آورم! بسوی خدا فریاد برمی‌آورم تا صدای مرا بشنود. ² به هنگام زحمت از خدا کمک می‌طلبم. تمام شب بسوی او دست نیاز دراز می‌کنم. تا دعایم را مستجاب نکند آرام نخواهم گرفت. ³ خدا را به یاد می‌آورم و از حسرت می‌نالم. بفکر فرو می‌روم و پریشان می‌شوم. ⁴ او نمی‌گذارد خواب بچشمانم بیاید. از شدت ناراحتی نمی‌توانم حرف بزنم.

⁵ به سالهایی که پشت سر نهاده‌ام می‌اندیشم. ⁶ تمام شب را در تفکر می‌گذرانم و از خود می‌پرسم: ⁷ «مگر خدا مرا برای همیشه ترک کرده است؟ آیا او دیگر هرگز از من راضی نخواهد شد؟ ⁸ آیا دیگر هرگز بمن رحم نخواهد کرد؟ آیا دیگر هرگز بقول خود وفا نخواهد کرد؟ ⁹ آیا خدا مهربانی و دلسوزی را فراموش کرده است؟ آیا غضب او باعث شده در رحمت او بسته شود؟» ¹⁰ اسپس بخود می‌گویم: «این از ضعف من است که چنین فکر می‌کنم. پس سالهایی را که دست خداوند قادر متعال در کار بوده است به یاد خواهم آورد.» ¹¹ ایلی، معجزات و کارهای بزرگی را که خداوند انجام داده است به یاد خواهم آورد ¹² و در کارهای شگفت‌انگیز او تفکر خواهم کرد.

¹³ ای خدا، تمام راه‌های تو پاک و بی‌عیب است! خدایی به بزرگی و عظمت تو وجود ندارد. ¹⁴ تو آن خدایی هستی که معجزه می‌کنی و قدرت خود را بر قومها نمایان می‌سازی. ¹⁵ با دست توانای خود بنی‌اسرائیل را رها نیدی. ¹⁶ ایها وقتی تو را دیدند به عقب رفتند و اعماق دریا بلرزه در آمد. ¹⁷ از ابرها باران بارید. در آسمان رعد و برق پدید آمد و تیرهای آتشین به هر سو جهید. ¹⁸ در میان گردباد صدای رعد

³ اگرچه زمین چنان بلرزد که ساکنانش هراسان شوند، ولی همچنان محکم و پایرجا خواهد ماند، زیرا من ارکان آن را برقرار نموده‌ام. ⁴ به متکبران و شروران می‌گویم که مغرور نباشند و از بلندپروازی و لاف زدن دست بردارند.»

⁶ سرفرازی انسان نه از غرب می‌آید نه از شرق و نه از هیچ جای دیگر، زیرا هیچکس نمی‌تواند مایه سرفرازی کسی شود جز خدا. اوست که انسانها را داوری می‌کند و یکی را سرفراز و دیگری را سرافکنده می‌نماید. ⁸ خداوند کاسه‌ای در دست دارد که از شراب تند و قوی غضب او پر است. او آن را به تمام بدکاران خواهد نوشانید و آنها آن را تا جرعه آخر سر خواهند کشید.

⁹ اما من از تعریف و تمجید خدای یعقوب باز نخواهم ایستاد، بلکه پیوسته در وصف او سرود خواهم خواند! ¹⁰ او قدرت بدکاران را درهم خواهد شکست و نیکان را تقویت خواهد نمود.

پیروزی خداوند

76 خدا در سرزمین یهودا معروف است! نام او در اسرائیل مشهور است! ² خانه خدا در اورشلیم است. او در کوه صهیون مسکن دارد. ³ تر آنجا او تیر و کمان دشمن را شکست و شمشیر و سپر جنگی او را خرد کرد. ⁴ خداوندا، تو عظیمتر و پرشکوه‌تر از تمام کوه‌های بلند هستی! ⁵ دشمنان نیرومند ما غارت شده، به خواب مرگ فرو رفتند. دیگر هیچکس نمی‌تواند دست خود را بر ضد ما بلند کند. ⁶ ای خدای یعقوب، وقتی تو آنها را نهیب زدی، عرایها و اسپهپاشان سرجای خود خشک شدند. ⁷ خداوندا، تو بسیار مهیب هستی! وقتی غضبناک می‌شوی، کیست که تواند در حضورت بایستد؟ ⁸ وقتی تو از آسمان داوری خود را اعلام نمودی و برای رهایی مظلومان اقدام کردی، جهان ترسید و سکوت نمود.

¹⁰ خشم انسان جز اینکه منجر به ستایش تو شود، نتیجه دیگری ندارد؛ تو خشم او را مهار می‌کنی و از آن برای نمایاندن قدرت خود استفاده می‌نمایی.

¹⁷ ولی با وجود این، ایشان بار دیگر نسبت به خدای متعال گناه ورزیدند و در صحرا از فرمان او سر پیچیدند. ¹⁸ آنها خدا را امتحان کردند و از او خوراک خواستند. ¹⁹ حتی به ضد خدا حرف زدند و گفتند: «آیا خدا می‌تواند در این بیابان برای ما خوراک تهیه کند؟» ²⁰ ترست است که او از صخره آب بیرون آورد و بر زمین جاری ساخت، ولی آیا می‌تواند نان و گوشت را نیز برای قوم خود فراهم کند؟» ²¹ خداوند چون این را شنید غضبناک شد و آتش خشم او علیه اسرائیل شعلهور گردد. ²² آنها ایمان نداشتند که خدا قادر است احتیاج آنها را برآورد. ²³ با وجود این، خدا درهای آسمان را گشود ²⁴ و نان آسمانی را برای ایشان بارانید تا بخورند و سیر شوند. ²⁵ بلی، آنها خوراک فرشتگان را خوردند و تا آنجا که می‌توانستند بخورند خدا به ایشان عطا فرمود. ²⁶ سپس با قدرت الهی خود، بادهای شرقی و جنوبی را فرستاد ²⁷ تا پرندگان بی‌شماری همچون شنه‌ای ساحل دریا برای قوم او بیاورند. ²⁸ پرندگان در اردوی اسرائیل، اطراف خیمه‌ها فرود آمدند. ²⁹ پس خوردند و سیر شدند؛ آنچه را که خواستند خدا به ایشان داد. ³⁰ اما هنوز غذا در دهانشان بود که

شنیده شد و برقه‌ای آسمان دنیا را روشن کرد. زمین تکان خورد و لرزید. ¹⁹ از میان دریا جایی که هرگز ب فکر کسی نمی‌رسید راهی پدید آوردی و مانند یک شبان، بنی‌اسرائیل را به رهبری موسی و هارون از آن عبور دادی.

خداوند و قوم او

78

ای قوم من، به تعالیم من گوش دهید و به آنچه می‌گویم توجه نمایید. ² می‌خواهم با آوردن مثل به شرح مطالبی بپردازم که از قدیم همچنان پوشیده مانده است. ³ می‌خواهم آنچه را از نیاکان خود شنیده‌ام تعریف کنم. ⁴ اینها را باید تعریف کنیم و مخفی نسازیم تا فرزندان ما نیز بدانند که خداوند با قدرت خود چه کارهای شگفت‌انگیز و تحسین برانگیز انجام داده است. ⁵ خدا احکام و دستورات خود را به قوم اسرائیل داد و به ایشان امر فرمود که آنها را به فرزندانشان بیاموزند ⁶ و فرزندان ایشان نیز به نوبه خود آن احکام را به فرزندان خود تعلیم دهند و به این ترتیب هر نسلی با احکام و دستورات خدا آشنا گردند. ⁷ بنابراین آنها یاد می‌گیرند که بر خدا توکل نمایند و کارهایی را که او برای نیاکانشان انجام داده است، فراموش نکنند و پیوسته مطیع دستوراتش باشند. ⁸ در نتیجه آنها مانند نیاکان خود مردمی سرکش و یاغی نخواهند شد که ایمانی سست و ناپایدار داشتند و نسبت به خدا وفادار نبودند. ⁹ افراد قبیلهٔ فرایم که به تیر و کمان مجهز بودند و در تیراندازی مهارت خاص داشتند، هنگام جنگ پا به فرار نهادند. ¹⁰ آنان پیمان خود را که با خدا بسته بودند، شکستند و نخواستند مطابق دستورات او زندگی کنند. ¹¹ ¹² کارها و معجزات او را که برای ایشان و نیاکانشان در مصر انجام داده بود، فراموش کردند. ¹³ خدا دریای سرخ را شکافت و آنها را مانند دیوار برپا نگه داشت تا ایشان از آن عبور کنند. ¹⁴ بنی‌اسرائیل را در روز بوسیلهٔ ستون ابر راهنمایی می‌کرد و در شب توسط روشنایی آتش! ¹⁵ در بیابان صخره‌ها را شکافت و برای آنها آب فراهم آورد. ¹⁶ بلی، از صخره چشمه‌های آب جاری ساخت!

راه‌های امن و بی‌خطر راهنمایی کرد تا نترسند؛ اما دشمنان آنها در دریای سرخ غرق شدند.

⁵⁴سرانجام خدا اجداد ما را به این سرزمین مقدس آورد، یعنی همین کوهستانی که با دست توانای خود آن را تسخیر نمود. ⁵⁵ساکنان این سرزمین را از برابر ایشان بیرون راند؛ سرزمین موعود را بین قبایل اسرائیل تقسیم نمود و به آنها اجازه داد که در خانه‌های آنجا سکونت گزینند.

⁵⁶اما با این همه، خدای متعال را امتحان کردند و از فرمان او سرپیچیدند و دستورانش را اجرا نکردند. ⁵⁷مانند اجداد خود از خدا روی برتافتند و به او خیانت کردند و همچون کماتی کج غیر قابل اعتماد شدند. ⁵⁸پنجاه‌ها ساختند و به پرستش بنها پرداختند و به این وسیله خشم خداوند را برانگیختند. ⁵⁹وقتی او چنین بی‌وفایی از اسرائیل دید، بسیار غضبناک گردید و آنها را بکلی طرد کرد. ⁶⁰خیمه عبادت را که در شیلوه برپا ساخته بود ترک کرد ⁶¹و صندوق مقدس را که مظهر قدرت و حضورش در بین اسرائیل بود، بدست دشمن سپرد. ⁶²بر قوم برگزیده خویش غضبناک گردید و آنها را به دم شمشیر دشمنان سپرد. ⁶³جوانانشان در آتش جنگ سوختند و دخترانشان لباس عروسی بر تن نکردند. ⁶⁴پیشوایان دینی آنها بدم شمشیر جان سپردند و اجل به زنهایشان مجال نداد تا برای آنها سوگواری کنند.

⁶⁵سرانجام خداوند همچون کسی که از خواب بیدار شود، و مانند شخص نیرومندی که از باده سرخوش گردد، به یاری اسرائیل برخاست. ⁶⁶دشمنان قوم خود را شکست داده، آنها را برای همیشه رسوا ساخت. ⁶⁷او فرزندان یوسف و قبیله افرایم را طرد نمود ⁶⁸اما قبیله یهودا و کوه صهیون را که از قبل دوست داشت، برگزید. ⁶⁹در آنجا خانه مقدس خود را مانند کوه‌های محکم و پابرجای دنیا، جاودانه برپا نمود. ⁷⁰سپس خدمتگزار خود داود را که گوسفندان پدرش را می‌چرانید، برگزید. ⁷¹او را از چوپانی گرفت و به پادشاهی اسرائیل نصب نمود. ⁷²داود با صمیم قلب از اسرائیل مراقبت نمود و با مهارت کامل ایشان را رهبری کرد.

غضب خدا بر ایشان افروخته شد و شجاعان و جوانان اسرائیل را کشت، زیرا از حرص خود دست نکشیدند.

³²با وجود این همه معجزات، بنی‌اسرائیل باز نسبت به خدا گناه کردند و به کارهای شگفت‌انگیز او ایمان نیاوردند. ³³بنابراین خدا نیز کاری کرد که آنها روزهایشان را در بیابان تلف کنند و عمرشان را با ترس و لرز بگذرانند. ³⁴هنگامی که خدا عده‌ای از آنان را کشت بقیه توبه کرده، بسوی او بازگشت نمودند ³⁵و بیاد آوردند که خدای متعال پناهگاه و پشتیبان ایشان است. ³⁶اما توبه آنها از صمیم قلب نبود؛ آنها به خدا دروغ گفتند. ³⁷دل بنی‌اسرائیل از خدا دور بود و آنها نسبت به عهد او وفادار نماندند.

³⁸اما خدا باز بر آنها ترحم فرموده، گناه ایشان را بخشید و آنها را از بین نبرد. بارها غضب خود را از بنی‌اسرائیل برگردانید، ³⁹زیرا می‌دانست که ایشان بشر فانی هستند و عمرشان نمی‌بیش نیست.

⁴⁰بنی‌اسرائیل در بیابان چندین مرتبه سر از فرمان خداوند پیچیدند و او را رنجاندند. ⁴¹بارها خدای مقدس اسرائیل را امتحان کردند و به او بی‌حرمتی نمودند. ⁴²قدرت عظیم او را فراموش کردند و روزی را که او ایشان را از دست دشمن رهانیده بود بیاد نیاوردند. ⁴³بلاهایی را که او در منطقه صوعن بر مصریها نازل کرده بود، فراموش کردند. ⁴⁴در آن زمان خدا آبهای مصر را به خون تبدیل نمود تا مصریها نتوانند از آن بنوشند. ⁴⁵انواع پشه‌ها را به میان مصریها فرستاد تا آنها را بگزند. خانه‌های آنها را پر از قورباغه کرد. ⁴⁶محصولات و مزارع ایشان را بوسیله کرم و ملخ از بین برد. ⁴⁷تاکستانها و درختان انجیرشان را با تگرگهای درشت خراب کرد. ⁴⁸رمله‌ها و گل‌هایشان را با رعد و برق و تگرگ تلف کرد. ⁴⁹او آتش خشم خود را همچون اجل معلق به جان ایشان فرستاد. ⁵⁰او غضب خود را از ایشان باز نداشت بلکه بلایی فرستاد و جان آنها را گرفت. ⁵¹همه پسران نخستزاده مصری را کشت. ⁵²آنگاه بنی‌اسرائیل را از مصر بیرون آورد و آنها را همچون گله گوسفند به بیابان هدایت کرد. ⁵³ایشان را به

خود را بر قبایل افرایم، بنیامین و منسی آشکار ساز!
 بیا و ما را نجات ده!

³ ای خدا، ما را بسوی خود باز آور و به ما توجه فرما تا نجات یابیم. ⁴ ای خداوند قادر متعال، تا به کی بر قوم خود خشمگین خواهی بود و دعاهای آنها را اجابت نخواهی کرد؟ ⁵ تو به ما غصه داده‌ای تا بجای نان بخوریم و کاسه‌ای پر از اشک تا بجای آب بنوشیم! ⁶ سرزمین ما را به میدان جنگ قومه تبدیل کرده‌ای و ما را مورد تمسخر دشمنان ساخته‌ای.

⁷ ای خداوند قادر متعال، ما را بسوی خود باز آور! بر ما نظر لطف ببینداز تا نجات یابیم.

⁸ ما را همچون یک درخت مو از مصر بیرون آوردی و در سرزمین کنعان نشاندی و تمام قومهای بت‌پرست را از آنجا بیرون راندی. ⁹ اطراف ما را از بیگانگان پاک کردی و ما ریشه دوانیده، سرزمین موعود را پر ساختیم. ¹⁰ سایه ما تمام کوهها را پوشاند و شاخه‌های ما درختان سرو را فرا گرفت. ¹¹ تمام سرزمین موعود را تا به دریای بزرگ و رود فرات در برگرفتیم. ¹² اما اکنون دیوارهای ما را فرو ریخته‌ای؛ هر رهگذری دستش را دراز می‌کند و خوشه‌ای می‌کند! چرا، ای خدا، چرا؟ ¹³ گرازهای جنگل، ما را پامال می‌کنند و حیوانات وحشی، ما را می‌خورند.

¹⁴ ای خدای قادر متعال، روی خود را بسوی ما بازگردان و از آسمان بر این درخت مو نظر کن و آن را نجات ده! ¹⁵ از این نهالی که با دست خود آن را نشاندی، و از فرزندی که بزرگش کرده‌ای، محافظت فرما، ¹⁶ زیرا دشمنان آن را مانند هیزم می‌سوزانند. خدایا، بر دشمنان غضب فرما و آنها را نابود کن. ¹⁷ از قومی که برای خود برگزیده و چنین قوی ساخته‌ای، حمایت کن! ¹⁸ اما دیگر از تو روی گردان نخواهیم شد. ما را زنده نگاهدار تا نام تو را ستایش کنیم. ¹⁹ ای خداوند قادر متعال، ما را بسوی خود باز آور و به ما توجه فرما تا نجات یابیم.

سرود عید

دعا برای آزادی قوم

ای خدا، قومهای خدانشناس، سرزمین قوم برگزیده تو را تسخیر نمودند؛ خانه مقدس تو را بی‌حرمت کردند و شهر اورشلیم را خراب نمودند. ² جنازه‌های بندگان را خوراک پرندگان و جانوران ساختند. ³ خون آنها را مانند آب در اطراف اورشلیم جاری کردند؛ کسی باقی نماند تا آنها را دفن کند. ⁴ ای خدا، نزد قومهای اطراف رسوا و مایه ریشخند شده‌ایم.

⁵ خداوند، تا به کی بر ما خشمگین خواهی بود؟ آیا آتش خشم تو تا به ابد بر سر ما زبانه خواهد کشید؟ ⁶ خدایا، خشم خود را بر سرزمینها و قومهایی که تو را نمی‌شناسند و عبادت نمی‌کنند، بریز. ⁷ همین قومها بودند که دست به کشتار قوم تو زدند و خانه‌هایشان را خراب نمودند.

⁸ ای خدا، ما را بسبب گناهانی که اجدادمان مرتکب شده‌اند مجازات نکن. بر ما رحم فرما، زیرا بسیار دردمندیم. ⁹ ای خدایی که نجات دهنده ما هستی، بخاطر حرمت نام خودت ما را یاری فرما؛ ما را نجات ده و گناهان ما را بیامرز. ¹⁰ چرا قومهای خدانشناس بگویند که خدای ایشان کجاست؟ ای خدا، بگذار با چشمان خود ببینیم که تو انتقام خون بندگان را از دشمنان می‌گیری.

¹¹ خداوند، ناله اسیران را بشنو و با دست توانای خود آنانی را که محکوم به مرگ هستند، برهان. ¹² از قومهای مجاور ما، بسبب بی‌حرمتی‌ای که نسبت به تو روا داشته‌اند، هفت برابر شدیدتر انتقام بگیر. ¹³ آنگاه ما که قوم برگزیده و گوسفندان گله تو هستیم، تو را تا به ابد شکر خواهیم گفت و تمام نسلهای آینده ما تو را ستایش خواهند کرد.

دعا برای احیای قوم

ای شبان اسرائیل، به صدای ما گوش ده!
80 ای که قبیله یوسف را مانند گله گوسفند رهبری می‌کنی، جلال و شکوه خود را بنمایان! ای خدایی که بر فراز فرشتگان جلوس فرموده‌ای، قدرت

ظالمان برهانید. ⁵ اما شما به حماقت رفتار می‌نمایید و در جهل و تاریکی زندگی می‌کنید، به همین جهت اساس اجتماع متزلزل است. ⁶ من شما را «خدایان» خواندم و لقب «فرزندان خدای متعال» را به شما دادم. ⁷ اما شما مانند هر انسان دیگر خواهید مرد و همچون سایر رهبران خواهید افتاد.»

⁸ ای خدا، برخیز و بر جهان داوری کن! زیرا تو همه قومها را به تصرف در خواهی آورد.

دعا برای شکست دشمنان اسرائیل

ای خدا، ساکت منشین! هنگامی که دعا **83** می‌کنیم، خموش و آرام می‌باش! برخیز و ما را نجات ده! ¹ ببین چگونه دشمنانت شورش می‌کنند و آنانی که از تو نفرت دارند به مخالفت و دشمنی برخاسته‌اند. ² آنها بر ضد قوم خاص تو نقشه‌های پلید می‌کشند و برای کسانی که به تو پناه آورده‌اند، توطئه می‌چینند. ³ می‌گویند: «بیاید قوم اسرائیل را نابود کنیم تا نامش برای همیشه محو شود.»

⁴ همه دشمنان با نقشه نابودی ما موافقت نموده‌اند و بر ضد تو همدست شده‌اند: ⁵ ادومیان، اسماعیلیان، موآبیان، هاجریان، ⁶ مردمان سرزمینهای جبال، عمون، عمالیق، فلسطین و صور. ⁷ آشور نیز با آنها متحد شده و از عمون و موآب که از نسل لوط هستند حمایت می‌کند.

⁸ خداوند، همان بلایی را که در دره قیشون بر سر مدیان و سیسرا و یابین آوردی، بر سر این دشمنان نیز بیاور. ⁹ همانگونه که مخالفان ما را در «عین دور» از بین بردی و جنازه‌هایشان در روی زمین ماند و کود زمین شد، این دشمنان متحد را نیز نابود کن. ¹⁰ فرماندهان این دشمنان را به سرنوشته غراب و دنب دچار ساز. همه بزرگان آنان را مانند ذبح و صلومع هلاک ساز ¹¹ همان کسانی که قصد داشتند ملک خدا را تصاحب کنند.

¹² ای خدا، دشمنان ما را همچون کاه و غبار در برابر باد، پراکنده ساز. ¹³ چنانکه آتش در جنگل و در کوهستان افروخته می‌شود و همه چیز را می‌سوزاند، ¹⁴ همچنان، ای خدا، آنها را با تندباد

خدای اسرائیل را که قوت ماست با **81** سرودهای شاد ستایش کنید! ¹ با دف و بربط دلنواز و ریاب سرود بخوانید. ² شبپورها را در روز عید به صدا درآورید در اول ماه و در ماه تمام. ³ زیرا این در اسرائیل رسم است و حکمی است از جانب خدای یعقوب. ⁴ خداوند این عید را به هنگام بیرون آمدن بنی اسرائیل از مصر، مملکتی که زبانش برای ما بیگانه بود، برای آنها تعیین کرد.

خداوند می‌فرماید: ⁵ «یار سنگین بردگی را از دوش تو برداشتم. دستهایت را از حمل سبدها رها ساختم. ⁶ وقتی در زحمت بودی دعا کردی و من تو را رها نمودم. از میان رعد و برق به تو پاسخ دادم و در کنار چشمه‌های «مریبه» ایمان تو را آزمایش کردم. ⁷ ای قوم خاص من بشنو، به تو اخطار می‌کنم! ای اسرائیل، به من گوش ده! ⁸ هرگز نباید خدای دیگری را پرستش نمایم. ⁹ من که تو را از بردگی در مصر رها نمودم، خدای تو هستم. دهان خود را باز کن و من آن را از برکات خود پر خواهم ساخت.

¹⁰ «اما بنی اسرائیل سخن مرا نشنیدند و مرا اطاعت نکردند. ¹¹ پس من هم ایشان را رها کردم تا به راه خود روند و مطابق میل خود زندگی کنند. ¹² اما ای کاش به من گوش می‌دادند و مطابق دستورات من زندگی می‌کردند. ¹³ آنگاه بی‌درنگ دشمنانشان را شکست می‌دادم و همه مخالفان را مغلوب می‌ساختم؛ ¹⁴ کسانی که از من نفرت داشتند در حضور من به خاک می‌افتادند و گرفتار عذاب جاودانی می‌شدند؛ ¹⁵ و من اسرائیل را با بهترین گندم و عسل می‌پروراندتم.»

داور همه دنیا

خدا در دادگاه آسمانی ایستاده است تا **82** قضات را به پای میز محاکمه بکشد. ¹ او به قضات این جهان می‌گوید: «تا به کی با بی‌انصافی قضاوت خواهید کرد؟ تا به کی از مجرمین جانبداری خواهید نمود؟ ² از حقوق بیچارگان و یتیمان دفاع کنید؛ به داد مظلومان و فقیران برسید. ³ استمدیدگان و درماندگان را از چنگ

85 ای خداوند، این سرزمین مورد لطف تو واقع شده است. تو بنی اسرائیل را از اسارت باز آورده‌ای. ²خطای امت خود را بخشیده‌ای؛ تمام گناهان ایشان را آمرزیده‌ای؛ ³خشم تو دیگر بر آنها فروخته نمی‌شود. ⁴اکنون ای خدای نجات‌دهنده، ما را بسوی خود بازگردان و دیگر بر ما خشم مگیر. ⁵آیا تا به ابد بر ما خشمگین خواهی بود؟ آیا نسل‌های آینده ما نیز مورد خشم تو قرار خواهند گرفت؟ ⁶آیا به ما حیاتی تازه عطا نخواهی فرمود تا از حضور تو شادی کنیم؟ ⁷خداوند، رحمت خود را بر ما ظاهر کن و ما را نجات ده!

⁸هر آنچه که خداوند بفرماید من با جان و دل اطاعت خواهم کرد، زیرا او به ما که قوم خاص او هستیم، صلح و سلامتی خواهد بخشید، چنانچه به راه احمقانه و گناه‌آلود خود باز نگردیم. ⁹به یقین، خداوند کسانی را که او را احترام می‌کنند می‌رساند؛ او شکوه و عظمت از دست رفته سرزمین ما را به ما باز خواهد گرداند.

¹⁰رحمت و راستی با هم ملاقات کرده‌اند؛ عدالت و صلح یکنیگر را بوسیده‌اند! ¹¹راستی از زمین می‌روید و عدالت از آسمان به زمین نگاه می‌کند. ¹²خداوند به ما چیزهای نیکو خواهد بخشید و سرزمین ما، محصول فراوان خواهد داد. ¹³عدالت پیشاپیش او حرکت خواهد کرد و راه را برای او آماده خواهد ساخت.

دعا برای کمک

86 ای خداوند، دعای مرا بشنو و آن را اجابت فرما، زیرا ضعیف و درمانده‌ام. ²جان مرا حفظ کن و مرا نجات ده زیرا من بنده وفادار تو هستم و بر تو توکل دارم. ³بر من رحمت فرما، زیرا تمام روز به درگاه تو دعا می‌کنم. ⁴بنده خود را شاد کن، زیرا تنها تو را می‌پرستم. ⁵تو برای آنانی که تو را می‌خوانند نیکو و بخشنده و بسیار رحیم هستی. ⁶ای خداوند، دعای مرا اجابت فرما! به ناله من توجه نما! ⁷به هنگام سختی تو را خواهم خواند، زیرا دعای مرا مستجاب خواهی فرمود.

غضب خود بران و با طوفان خشم خویش آنها را آشفته و پریشان کن. ¹⁶آنها را چنان مغیوب کن که به تو التماس کنند. ¹⁷آنها را در انجام نقشه‌هایشان با شکست مواجه ساز. بگذار در ننگ و رسوایی جان بسپارند ¹⁸و بدانند که تنها تو خدای متعال هستی و در سراسر جهان حکومت می‌کنی.

اشتیاق برای خانه خدا

84 ای خداوند قادر متعال، چه دلپذیر است خانه تو! ²تو! ³تو! ⁴تو! ⁵تو! ⁶تو! ⁷تو! ⁸تو! ⁹تو! ¹⁰تو! ¹¹تو! ¹²تو! ¹³تو! ¹⁴تو! ¹⁵تو! ¹⁶تو! ¹⁷تو! ¹⁸تو! ¹⁹تو! ²⁰تو! ²¹تو! ²²تو! ²³تو! ²⁴تو! ²⁵تو! ²⁶تو! ²⁷تو! ²⁸تو! ²⁹تو! ³⁰تو! ³¹تو! ³²تو! ³³تو! ³⁴تو! ³⁵تو! ³⁶تو! ³⁷تو! ³⁸تو! ³⁹تو! ⁴⁰تو! ⁴¹تو! ⁴²تو! ⁴³تو! ⁴⁴تو! ⁴⁵تو! ⁴⁶تو! ⁴⁷تو! ⁴⁸تو! ⁴⁹تو! ⁵⁰تو! ⁵¹تو! ⁵²تو! ⁵³تو! ⁵⁴تو! ⁵⁵تو! ⁵⁶تو! ⁵⁷تو! ⁵⁸تو! ⁵⁹تو! ⁶⁰تو! ⁶¹تو! ⁶²تو! ⁶³تو! ⁶⁴تو! ⁶⁵تو! ⁶⁶تو! ⁶⁷تو! ⁶⁸تو! ⁶⁹تو! ⁷⁰تو! ⁷¹تو! ⁷²تو! ⁷³تو! ⁷⁴تو! ⁷⁵تو! ⁷⁶تو! ⁷⁷تو! ⁷⁸تو! ⁷⁹تو! ⁸⁰تو! ⁸¹تو! ⁸²تو! ⁸³تو! ⁸⁴تو! ⁸⁵تو! ⁸⁶تو! ⁸⁷تو! ⁸⁸تو! ⁸⁹تو! ⁹⁰تو! ⁹¹تو! ⁹²تو! ⁹³تو! ⁹⁴تو! ⁹⁵تو! ⁹⁶تو! ⁹⁷تو! ⁹⁸تو! ⁹⁹تو! ¹⁰⁰تو!

ای خداوند قادر متعال، دعای مرا اجابت فرما! ای خدای یعقوب، تقاضای مرا بشنو! ⁹ای خدایی که سپر ما هستی، بر پادشاه برگزیده خود نظر لطف بپافکن.

¹⁰یک روز در صحنهای خانه تو بودن بهتر است از هزار سال در هر جای دیگر در این دنیا! نوکری در خانه تو را بیشتر می‌پسندم تا اربابی در قصرهای شروان. ¹¹زیرا تو ای خداوند، نور ما هستی! تو حافظ و نگهدارنده ما هستی! تو به ما فیض و جلال خواهی داد و هیچ چیز نیکو را منع نخواهی کرد از آنانی که به راستی عمل می‌کنند. ¹²ای خداوند قادر متعال، خوشباه حال کسی که بر تو توکل دارد!

دعا برای موفقیت بنی اسرائیل

88 ای خداوند، ای خدای نجات من، شب و روز در حضور تو گریه و زاری کردم. دعای مرا بشنو و به ناله‌ام توجه فرما. ³ زندگی من پر از رنج و مصیبت است؛ جانم به لب رسیده است! ⁴ زرقی در من نمانده است؛ مانند مرده شده‌ام، ⁵ مانند کشته‌ای که به قبر سپرده شده، مانند مرده‌ای که دیگر به یاد نخواهی آورد و لطف خود را شامل حالش نخواهی فرمود. ⁶ تو مرا به اعماق تاریکی انداخته‌ای ⁷ غضب تو بر من سنگینی می‌کند؛ طوفان خشم تو مرا در بر گرفته است. ⁸ آشنایانم را از من دور کرده‌ای و آنها را از من بیزار ساخته‌ای. چنان گرفتار شده‌ام که نمی‌توانم برای خلاصی خود چاره‌ای بیاندیشم. ⁹ چشمانم از شدت گریه ضعیف شده‌اند. ای خداوند، هر روز از تو درخواست کمک نموده و دست نیاز بسویت دراز می‌کنم تا بر من رحم کنی. ¹⁰ وقتی بمیرم، دیگر معجزات و کمک تو برایم چه فایده خواهد داشت؟ آنوقت دیگر چگونه می‌توانم تو را ستایش کنم؟ ¹¹ مگر آثانی که در قبر هستند می‌توانند از رحمت و وفاداری تو سخن بگویند؟ ¹² آیا معجزه تو در آن مکان تاریک دیده می‌شود؟ آیا می‌توان در عالم خاموشی از وفاداری و عدالت تو سخن گفت؟ ¹³ خداوند، نزد تو فریاد برمی‌آورم و کمک می‌طلبم. هر روز صبح به پیشگاه تو دعا می‌کنم. ¹⁴ چرا مرا ترک نموده و روی خود را از من برگردانیده‌ای؟ ¹⁵ از اوان کودکی تاکنون، در رنج و خطر مرگ بوده‌ام و همیشه از دست تو تنبیه شده‌ام. ¹⁶ خشم شدید تو مرا پریشان کرده و از ترس تو بیجان شده‌ام. ¹⁷ خشم تو و ترس از تو تمام روز چون سیل از هر سو مرا احاطه می‌کند. ¹⁸ دوستان و عزیزانم را از من دور کرده‌ای؛ تاریکی تنها مونس من است.

سرود ملی

89 ای خداوند، رحمت تو را همواره خواهم ستود و با زبان خود پیوسته از وفاداری تو سخن خواهم گفت، ² زیرا رحمت تو همیشگی است و وفاداری تو چون آسمانها پایدار است. ³³ تو با خادم برگزیده‌ات داود عهد بسته‌ای و وعده کرده‌ای که

⁸ خداوند، خدایی دیگر مانند تو وجود ندارد. کارهای تو بی‌نظیر است. ⁹ همه قومهای که آفریده‌ای خواهند آمد و تو را پرستش نموده، نام تو را خواهند ستود. ¹⁰ تو بزرگ و قادر هستی و معجزه می‌نمایی؛ تنها تو خدا هستی! ¹¹ خداوند، راه خود را به من نشان ده تا وفادارانه در آن گام بردارم. مرا یاری ده تا بدون شک و دودلی تو را خدمت نمایم. ¹² با تمام وجودم تو را حمد و سپاس خواهم گفت و پیوسته عظمت نام تو را بیان خواهم نمود، ¹³ زیرا رحمت تو در حق من بسیار عظیم است؛ تو مرا از خطر مرگ رهانیده‌ای! ¹⁴ خدایا، افراد متکبر بر ضد من برخاسته‌اند و گروهی ظالم و ستمگر در فکر کشتن منند. آنها به تو توجهی ندارند. ¹⁵ خداوند، تو عادل، بخشنده، مهربان، صبور و رحیم هستی. ¹⁶ روی خود را بسوی من برگردان و بر من رحمت فرما. بنده خود را توانا ساز و او را نجات ده. ¹⁷ لطف و مهربانی خود را به من نشان ده، مرا یاری فرما و دلاری ده، تا آثانی که از من نفرت دارند این را ببینند و شرمسار شوند.

تمجید از اورشلیم

87 اورشلیم بر کوه‌های مقدس بنا شده است. ² خداوند آن را بیش از سایر شهرهای اسرائیل دوست دارد. ³ ای شهر خدا، به سخنانی که خدا در باره تو گفته است گوش کن: ⁴ «فلسطین و صور و حبشه به تو، ای اورشلیم، تعلق دارند و مصر و بابل جزو ممالکی می‌باشند که مرا می‌شناسند.» ⁵ کرباره اورشلیم خواهند گفت که تمام قومهای دنیا به آن تعلق دارند و اینکه خدای قادر متعال اورشلیم را قوی خواهد ساخت. ⁶ هنگامی که خداوند اسامی قومها را ثبت نماید، همه آنها را به اورشلیم نسبت خواهد داد. ⁷ آن قومها سرودخوانان و رقص کنان خواهند گفت: «اورشلیم سرچشمه همه برکات و خوشبیهای ما است!»

فریاد کمک

تخت سلطنت او را تا ابد، نسل اندر نسل، پایدار خواهی داشت.

⁵ ای خداوند، آسمانها از کارهای شگفت‌انگیز تو تعریف می‌کنند و امانت و وفاداری تو را می‌ستایند.

⁶ گر آسمانها کیست که با تو برابری کند؟ در میان موجودات آسمانی چه کسی را می‌توان به تو تشبیه کرد؟⁷ تو در میان مقدسین مورد ستایش هستی؛ آنان با ترس و احترام گرداگرد تو ایستاده‌اند.

⁸ ای خداوند قادر متعال، کیست مانند تو؟ تو در قدرت و امانت بی‌ظنیری! ⁹ بر امواج دریاها مسلط هستی و طغیان آنها را آرام می‌گردانی.¹⁰ تو مصر را در هم کوبیدی و با دست توانای خود دشمنانت را تار و مار ساختی.¹¹ آسمانها و زمین و هر آنچه در آنهاست از آن تو می‌باشند؛ زیرا تو آنها را آفریده‌ای.¹² شمال و جنوب را تو بوجود آورده‌ای. کوههای تابور و حرمون، مظهر قدرت تو می‌باشند.¹³ دست تو بسیار تواناست. تو خدای متعال هستی.¹⁴ فرمانروایی تو بر اساس عدل و انصاف است. در تمام کارها بهت رحمت و راستی مشاهده می‌شود.

¹⁵ خوشبحال مردمی که می‌دانند چگونه تو را تحسین و تمجید کنند، زیرا آنها در نور حضورت راه خواهند رفت.¹⁶ آنها تمام روز به نام تو شادی می‌کنند و بسبب عدالت تو سربلند می‌باشند.¹⁷ تو به ما قدرت می‌بخشی و به لطف خویش ما را پیروز و سرافراز می‌گردانی.¹⁸ ای خداوند، تو از ما حمایت کردی؛ ای خدای مقدس اسرائیل، تو به ما پادشاه بخشیدی.

وعدۀ خدا به داود

وفاداری و رحمت من برخوردار خواهد بود و من او را پیروز و سرافراز خواهم ساخت. ²⁵ قلمرو فرمانروایی او را از دریای بزرگ تا رود فرات وسعت خواهم بخشید.²⁶ او مرا پدر خود و خدا و صخره نجات خویش خواهد خواند.²⁷ من نیز با او چون نخستزاده خویش رفتار خواهم کرد و او را برتر از تمام پادشاهان جهان خواهم ساخت.²⁸ رحمت خود را هرگز از او دریغ نخواهم داشت، زیرا عهد من با او عهدی دایمی می‌باشد.²⁹ نسل او را تا ابد باقی خواهم گذاشت و سلطنت او جودانی خواهد بود.

³⁰ ³¹ ³² «اما اگر فرزندان از دستورات من سرپیچی کنند و احکام مرا بشکنند، آنگاه ایشان را تنبیه خواهم نمود.³³ با اینحال آنها را از رحمت خود محروم نخواهم کرد و نسبت به قولی که داده‌ام، وفادار خواهم ماند.³⁴ آری، عهد خود را نخواهم شکست و آنچه را که گفته‌ام تغییر نخواهم داد.³⁵ یک بار به داود به نام مقدس خود وعده دادم و هرگز آن را باطل نخواهم کرد که نسل او تا ابد باقی خواهد ماند و سلطنت وی تا زمانی که خورشید بدرخشد دوام خواهد داشت.³⁷ و مانند ماه که شاهد باوقایی در آسمان است، پایدار خواهد بود.»

سوگاری برای شکست پادشاه

³⁸ اما ای خداوند، تو بر پادشاه برگزیده خود غضبناکی و او را ترک کرده‌ای.³⁹ آیا عهد خود را با بنده خویش باطل نموده‌ای؟ تو تاج او را بر زمین انداخته‌ای و آن را بی‌حرمت ساخته‌ای!⁴⁰ حصار شهر او را شکسته‌ای و قلعه‌هایش را خراب کرده‌ای.⁴¹ هر که از راه می‌رسد اموال او را غارت می‌کند. او نزد همسایگان خود رسوا شده است.⁴² دشمنانش را بر او پیروز ساخته‌ای.⁴³ شمشیر او را کند کرده‌ای. در جنگ او را کمک نکرده‌ای.⁴⁴ تخت سلطنتش را واژگون ساخته، به شکه و عظمتش خاتمه داده‌ای.⁴⁵ پیری زودرس به سراغش فرستاده‌ای و نزد همه رسوایش کرده‌ای.

دعای رستگاری

¹⁹ ²⁰ خداوند، در عالم رویا با نبی خود سخن گفتی و فرمودی: «در میان اسرائیل جوانی را برگزیده‌ام و او را سرافراز نموده‌ام تا پادشاه شود؛ او بنده من داود است!²¹ او را پایدار و توانا خواهم ساخت.²² دشمنانش بر او چیره نخواهند شد و گزند از مخالفانش به او نخواهد رسید.²³ بر برابر چشمان وی بدخواهانش را از بین خواهم برد و آنانی را که از او نفرت داشته باشند هلاک خواهم نمود.²⁴ پیوسته از

رنج نصیب ما نمی‌شود. هر آن ممکن است عمرمان بسرآید و به عالم دیگر پرواز کنیم.
 11 خداوند، کیست که بداند شدت خشم تو چقدر است؟ کدام یک از ما چنان که باید و شاید از تو می‌ترسد؟
 12 به ما یاد بده که بدین عمر ما چه زدگنر است تا در این عمر کوتاه با خردمندی زندگی کنیم.
 13 ای خداوند، تا به کی بر ما خشمگین خواهی بود. از خشم خود برگرد و بر بندگان خود رحم کن.
 14 صبحگاهان ما را از رحمت خود بهر مند گردان تا در تمام عمر خود شادمان باشیم. 15 به اندازه سالیانی که ما را دلیل و خوار ساخته‌ای، ما را شاد و سرفراز گردان. 16 بگذار ما بندگان بار دیگر اعمال شگفت‌انگیز تو را مشاهده کنیم. عظمت خود را بر فرزندانمان نمایان ساز. 17 خداوند، ما را مورد لطف خود قرار بده و در تمام کارهایمان ما را برکت عطا فرما، بلی، در تمام کارهایمان ما را برکت عطا فرما!

خداوند حافظ ماست

آنکه به خدای قادر مطلق پناه می‌برد، زیر سایهٔ او در امان خواهد بود. 2 او به خداوند خواهد گفت «تو پناهگاه و خدای من هستی. من بر تو توکل دارم.»
 3 خداوند، تو را از هر دام خطرناک و بیماری کشنده خواهد رهانید. 4 او تو را در زیر بالهای خود خواهد گرفت و از تو مراقبت خواهد کرد. وعده‌های امین او برای تو چون سلاح و سپر می‌باشد. 5 از بلاهای شب نخواهی ترسید و از حملات ناگهانی روز بیم نخواهی داشت. وبلیی که در تاریکی می‌خزد تو را نخواهد ترساند و طاعونی که در روشنایی کشتار می‌کند تو را نخواهد هراساند. 7 اگر هزار نفر در کنار تو بیفتند و ده هزار نفر در اطراف تو جان بسپارند، به تو آسیبی نخواهد رسید. 8 تنها با چشمان خود، خواهی نگر نیست و مجازات گناهکاران را خواهی دید. 10 هیچ بدی دامنگیر تو نخواهد شد و بلایی بر خانهٔ تو سایه نخواهد افکند، زیرا تو به خداوند پناه برده‌ای و زیر سایهٔ خدای قادر متعال بسر می‌بری. 11 او به فرشتگان

14 ای خداوند، تا به کی روی خود را پنهان می‌کنی؟ آیا تا ابد غضب تو چون آتش افروخته خواهد بود؟ 17 به یاد آور که عمر انسان چقدر کوتاه است. تو همهٔ انسانها را فناپذیر آفریده‌ای. 18 کیست که بتواند نمیرد و تا ابد زنده بماند؟
 19 ای خداوند، کجاست رحمت‌های گذشتهٔ تو؟ کجاست وعدهٔ رحمت تو که در نهایت وفاداری به داود دادی؟ 20 ببین مردم چگونه مرا ملامت می‌کنند. بار ملامت‌های ایشان را بر دوش می‌کشم. 21 دشمنانت پادشاه برگزیدگان را ریشخند می‌کنند و هر جا پای می‌نهد او را ملامت می‌نمایند.
 22 شکر و سپاس بر نام خداوند تا ابد! آمین! آمین!

کتاب چهارم

(مزامیر 90-106)

دعای موسی، مرد خدا

ای خداوند، تو همیشه پناهگاه ما بوده‌ای.
 90 قیل از آنکه دنیا را بیافرینی و کوه‌ها را بوجود آوری، تو بوده‌ای. تو را ابتداء و انتهای نیست.
 3 انسان را به خاک برمی‌گردانی و می‌گویی: «ای خاکیان، به خاک تبدیل شوید!»
 4 هزار سال در نظر تو چون یک روز، بلکه چون یک ساعت است.
 5 تو انسان را چون سیلاب از جای بر می‌کنی و می‌بری. زندگی او خوابی بیش نیست. او مانند گیاهی است که صبح می‌روید و می‌شکند ولی عصر پژمرده و خشک می‌شود.
 7 بر اثر غضب تو ما رو به نابودی می‌رویم و خشم تو ما را پریشان و بی‌قرار ساخته است. 8 گناهان ما را در برابر چشمان خود گذاشته‌ای و هیچ خطای ما از دید تو پنهان نیست.
 9 روزهای زندگی ما بر اثر خشم تو کوتاه شده است و عمر خود را مثل یک خواب می‌گذرانیم. 10 عمر ما هفتاد سال است و اگر قوی باشیم، شاید به هشتاد سال برسد. ولی در طول این مدت چیزی جز درد و

همچون درختانی هستند که در خانهٔ خداوند نشاندۀ شده‌اند و شکوفه می‌دهند.¹⁴ حتی در ایام پیری نیز، قوی و پرنشاط خواهند بود و ثمر خواهند داد،¹⁵ و اعلام خواهند کرد: «خدا عادل است؛ او تکیه‌گاه من است و در او هیچ بدی وجود ندارد.»

سلطنت خداوند

93 خداوند سلطنت می‌کند! او خود را به جلال و قدرت و عظمت آراسته است. زمین بر جای خود محکم شده و متزلزل نخواهد شد. ² ای خداوند، تخت فرمانروایی تو از قدیم برقرار بوده است. تو از ازل بوده‌ای. ³ خداوند، سیلابها طغیان نموده و می‌خروشدند. ⁴ اما تو که در آسمانها سلطنت می‌کنی، قوی‌تر از تمام سیلهای خروشان و امواج شکننده دریاها هستی! ⁵ ای خداوند، تمام وعده‌های تو راست است. خانهٔ تو برای همیشه با قدوسیت آراسته شده است.

خدا، داور همه

94 ای خداوند، ای خدای انتقام گیرنده، قدرتت را نشان بده. ² ای داور جهان، برخیز و متکبران را به سزای اعمالشان برسان. ³ گناهکاران تا به کی پیروز و سرفراز خواهند بود؟ ⁴ همهٔ بدکاران، گستاخ و ستمگر هستند و حرفهای ناروا می‌زنند. ⁵ قوم تو را از بین می‌برند و بر بندگانت ظلم می‌کنند. ⁶ بیوه زنان و غریبان و یتیمان را می‌کشند. ⁷ این ستمکاران می‌گویند: «خداوند ما را نمی‌بیند و متوجه کارهای ما نمی‌شود.» ⁸ ای قوم من، چرا اینقدر نادان هستید؟ کی به سر عقل خواهید آمد؟ ⁹ آیا خدا که به ما گوش داده است، خودش نمی‌شنود؟ او که به ما چشم داده است، آیا نمی‌بیند؟ ¹⁰ او که همهٔ قومها را مجازات می‌کند، آیا شما را مجازات نخواهد کرد؟ او که همه چیز را به انسان می‌آموزد، آیا نمی‌داند که شما چه می‌کنید؟ ¹¹ خداوند از فکر انسان آگاه است و می‌داند که فکر او پوچ و بیهوده است.

خود دستور می‌دهد تا به هر راهی که بروی، از تو حمایت و محافظت کنند. ¹² آنها تو را روی دست خود خواهند گرفت تا پایت به سنگ نخورد. ¹³ بشیر درنده و مار سمی را زیرپا له خواهی کرد و آسیبی به تو نخواهد رسید!

¹⁴ خداوند می‌فرماید: «آنانی را که مرا دوست دارند، نجات خواهم داد و کسانی را که مرا می‌شناسند، محافظت خواهم کرد. ¹⁵ وقتی دعا کنند، دعایشان را مستجاب خواهم ساخت و چون در زحمت بیفتند، به کمک ایشان خواهم شتافت؛ آنها را خواهم رهانید و سرفراز خواهم ساخت. ¹⁶ به آنها عمر دراز خواهم بخشید و نجاتشان خواهم داد.»

(سرود برای روز سبت)

سرود شکرگزاری

92 چه نیکوست خداوند را سپاس گفتن و نام خدای قادر متعال را با سرود ستایش کردن! ² هر صبح، از خداوند بخاطر رحمتش تشکر کنید و هر شب، امانت او را به یاد آورید. ³ او را با صدای رباب ده تار و به نغمهٔ بربط بپرسید. ⁴ ای خداوند، تو با کارهای خود، مرا شاد کرده‌ای؛ بسبب آنچه که برایم انجام داده‌ای، نغمه‌های شاد می‌خوانم. ⁵ خداوند، اعمال تو بسیار با عظمت و شگفت‌انگیزند. افکار تو بی‌نهایت عمیق‌اند. ⁶ شخص نادان درک نمی‌کند و آدم احمق این را نمی‌فهمد که ⁷ هر چند گناهکاران مثل علف هرز می‌رویند و همهٔ بدکاران کامیاب هستند، ولی سرانجام، برای همیشه نابود خواهند شد. ⁸ اما تو ای خداوند، تا ابد باقی و از همه برتر هستی! ⁹ همه دشمنانت نابود خواهند شد و تمام بدکاران، از پای در خواهند آمد.

¹⁰ تو مرا همچون گاو وحشی نیرومند ساخته‌ای و با روغن خوشبوی تازه مرا معطر کرده‌ای. ¹¹ نابودی دشمنانم را با چشمانم دیده‌ام و خیر سقوط گناهکاران را با گوشهای خود شنیده‌ام.

¹² خداشناسان، همچون درخت خرما ثمر می‌دهند و مانند درخت سرو لبنان، رشد می‌کنند. ¹³ آنان

کبیاید در برابر خدا، سر فرود آوریم و او را عبادت کنیم. بیایید در حضور آفریننده خود زانو بزنیم. ⁷ ما قوم او هستیم و او خدای ما، ما گله او هستیم و او شبان ما. ای کاش امروز صدای خداوند را بشنوید که می‌فرماید: ⁸ «سختدل و نامطیع نباشید چنانکه اجداد شما در صحرای مریبا و مسا نامطیع شدند.* ⁹ در آنجا، اجداد شما، هر چند بارها معجزات و اعمال شگفت‌انگیز مرا دیدند، اما باز به من شک کردند. ¹⁰ مدت چهل سال، از آنها محزون و بیزار بودم، زیرا دل و فکرشان از من دور بود و نمی‌خواستند دستوراتم را اطاعت نمایند ¹¹ انا اینکه خشمگین شده، قسم خوردم که نگذارم وارد سرزمینی شوند که وعده داده بودم در آن آرام و قرار بگیرند.

خداوند سلطنت می‌کند

سرودی تازه در وصف خداوند بخوانید. **96** ای همه مردم دنیا در وصف خداوند سرود بخوانید. ² برای خداوند سرود بخوانید و نام او را حمد گوید. هر روز به مردم بشارت دهید که خداوند نجات می‌بخشد. ³ در میان قومها عظمت او را ذکر نمایید و کارهای شگفت‌انگیز او را برای همه تعریف کنید.

⁴ خداوند بزرگ است و سزاوار ستایش! او برتر از همه خدایان است. ⁵ زیرا خدایان قومهای دیگر بت‌ها می‌باشند اما خداوند ما، آفریننده آسمانهاست. ⁶ حضور خداوند پرشکوه و پر عظمت است و خانه او به قوت و جلال آراسته است.

⁷ ای قومهای روی زمین، خداوند را ستایش کنید؛ عظمت و توانایی خداوند را ستایش کنید. ⁸ نام پرشکوه خداوند را ستایش کنید و با هدایای خود به خانه او بیایید. ⁹ خداوند را در لباس تقوی و پرهیزکاری بپرسید. ای همه مردم روی زمین، از حضور وی بلرزید. ¹⁰ به همه قومها گوید «خداوند سلطنت می‌کند!» جهان پایدار است و تکان نخواهد خورد.

¹² خوشباه حال کسی که تو، ای خداوند، او را تأدیب می‌کنی و قوانین خود را به او می‌آموزی. ¹³ چنین شخصی، در روزهایی که تو گناهکاران را گرفتار می‌سازی و نابود می‌کنی، آسوده خاطر و درمان خواهد بود. ¹⁴ خداوند قوم برگزیده خود را ترک نخواهد کرد و ایشان را از یاد نخواهد برد. ¹⁵ بار دیگر داوری از روی عدل و انصاف اجرا خواهد شد و همه دستکاران از آن پشتیبانی خواهند کرد. ¹⁶ کیست که به طرفداری از من برخیزد و در مقابل گناهکاران ایستادگی کند؟ چه کسی حاضر است با من علیه بدکاران بجنگد؟ ¹⁷ اگر خداوند مددکار من نمی‌بود بزودی از بین می‌رفتم. ¹⁸ وقتی فریاد زدم که پاهایم می‌لغزند! تو، ای خداوند رحیم، به فریادم رسیدی و نگذاشتی بیافتم.

¹⁹ هنگامی که فکرم ناراحت و دلم بی‌قرار است، ای خداوند، تو مرا دلداری می‌دهی و به من آسودگی خاطر می‌بخشی.

²⁰ آیا حکمرانان شرور از حمایت تو برخوردار خواهند بود که به نام قانون هر نوع ظلمی را مرتکب می‌شوند؟ ²¹ آنها علیه دستکاران توطئه می‌چینند و بی‌گناهان را به مرگ محکوم می‌کنند. ²² اما خداوند صخره و پناهگاه من است و مرا از هر گزندی حفظ می‌کند.

²³ خداوند، شروران و بدکاران را به سزای اعمالشان خواهد رسانید و آنها را از بین خواهد برد. آری، خداوند، خدای ما، ایشان را نابود خواهد کرد.

سرود پرستش

بیایید خداوند را ستایش کنیم و در وصف **95** «صخره» نجات خود، با شادی سرود بخوانیم! ² با شکرگزاری به حضور او بیاییم و با سرودهای شاد او را بپرسیم! ³ زیرا خداوند، خدای عظیمی است؛ او پادشاهی است که بر همه خدایان فرمان می‌راند. ⁴ اعماق زمین در دست خداوند است و بلندی و عظمت کوه‌ها از آن او می‌باشد. ⁵ آلبها و خشکی‌ها را خدا بوجود آورده و آنها به او تعلق دارند.

2 خداوند پیروزی خود را اعلام نموده و قدرت نجابتبخش خویش را بر قومه آشکار ساخته است. 3 او به قوم اسرائیل وعده داد که بر ایشان رحمت فرماید، و به وعده‌اش وفا نمود. همه مردم دنیا پیروزی رهایی‌بخش خدای ما را دیده‌اند.

4 ای ساکنان زمین، با شادی خداوند را بستاوبید؛ با صدای بلند سرود بخوانید و او را بپرستید. 5 که با نغمه بربط و کرنا و سرنا، خداوند را ستایش کنید؛ در حضور خداوند بانگ شادی برآورد.

7 دریا و هر آنچه که در آن است، به جوش و خروش آید. زمین و ساکنانش سرود بخوانند. 8 کوه‌ها دست بزنند و کوه‌ها در حضور خداوند شادی کنند؛ زیرا خداوند برای داوری جهان می‌آید. او قومه‌های جهان را با عدل و انصاف داوری خواهد کرد.

خدای مقدس

99 ای قوم‌ها بترسید، زیرا خداوند سلطنت می‌کند! ای تمام زمین بلرزید، زیرا خداوند بر تخت خود که بر بالای سرفرشتگان قرار دارد نشسته است!

2 خداوند در اورشلیم جلوس فرموده و بر تمام قومه مسلط است. 3 همه مردم نام بزرگ او را گرامی بدارند، زیرا او مقدس است.

4 ای خدا، ای «پادشاه» مقدر (توانا)، تو انصاف را دوست داری. تو در اسرائیل عدالت و برابری را بنیاد نهاده‌ای.

5 خداوند، خدای ما را ستایش کنید و در پیشگاه او به خاک بیفتید زیرا او مقدس است.

6 وقتی موسی و هارون و سموئیل، مردان خدا، از خداوند کمک خواستند، او درخواست ایشان را مستجاب فرمود. 7 او از میان ستون ابر با آنان سخن گفت و آنان احکام و دستورات او را اطاعت کردند.

8 ای خداوند، خدای ما، تو دعای قوم خود را مستجاب نمودی و به آنها نشان دادی که خدایی بخشنده هستی؛ اما در عین حال آنها را بخاطر گناهانشان تنبیه نمودی.

خداوند قومه‌ها را با انصاف داوری خواهد کرد. 11 آسمان و زمین شادی کنند و دریا و موجودات آن به جوش و خروش آیند. 12 مزرعه‌ها و هر آنچه که در آنهاست شادمان شوند و درختان جنگل شادی کنند. 13 زیرا خداوند برای داوری جهان می‌آید. او همه قومه‌ها را با عدل و انصاف داوری خواهد کرد.

شکوه خداوند

97 خداوند سلطنت می‌کند، پس ای ساکنان زمین شادی کنید و ای جزیره‌های دور دست خوشحال باشید.

2 ابرها و تاریکی، اطراف خداوند را گرفته‌اند. سلطنتش بر عدل و انصاف استوار است. 3 آتش، پیشاپیش خداوند می‌رود و دشمنان او را می‌سوزاند. 4 برق‌هایش دنیا را روشن می‌سازد. زمین این را می‌بیند و می‌لرزد. 5 کوه‌ها از هیبت حضور خداوند تمام جهان، مانند موم ذوب می‌شوند. 6 آسمانها عدالت او را بیان می‌کنند و همه قومه‌ها شکوه و جلال وی را می‌بینند.

7 همه بت‌پرستان که به بت‌های خود فخر می‌کنند، شرمسار خواهند شد. ای همه خدایان، در مقابل خداوند به زانو بیفتید و او را بپرستید! 8 ای خداوند، شهر اورشلیم و همه مردم پهلوها بسبب سلطنت عادلانه تو خوشحال هستند. زیرا تو بر تمام دنیا با عدل و انصاف حکمرانی می‌کنی و از همه خدایان برتر هستی.

10 خداوند آنانی را که از بدی متفرند دوست دارد. او عزیزان خود را حفظ می‌کند و ایشان را از دست بدکاران می‌رهاند. 11 نور بر نیکان می‌تابد و شادی بر پاکدلان. 12 ای درستکاران بسبب آنچه که خداوند انجام داده است شادی کنید. آری، کارهای خدای مقدس را به یاد آرید و او را سپاس گوید.

فرماتروای جهان

98 سرودی تازه در وصف خداوند بسرایید؛ زیرا کارهای شگفت‌انگیز کرده و دست توانا و بازوی مقدسش او را پیروز ساخته است.

رحمت خداوند

ای خداوند، دعای مرا بشنو و به فریادم گوش فراده! ¹⁰² وقتی که در زحمت هستم، روی خود را از من بپرگردان! به من توجه فرما، و هرگاه دعا کنم بی‌درنگ مرا اجابت فرما!

³عمرم چون دود به سرعت ناپدید می‌شود و استخوانهایم همچون چوب خشک می‌سوزد. ⁴دل من مانند گیاهی است که کوبیده و خشک شده باشد. غذا خوردن را از یاد برده‌ام. ⁵با صدای بلند می‌نالم؛ جز پوست و استخوان چیزی در بدنم نمانده است. ⁶همچون پرنده‌ای وحشی، آواره صحرا شده‌ام و چون جغد خرابه‌نشین، بی‌خانمان گشته‌ام. ⁷مانند گنجشکی بر پشت بام، تنها مانده‌ام؛ خواب به چشمانم نمی‌رود. ⁸هر روز دشمنانم مرا تحقیر می‌کنند و مخالفانم مرا لعنت می‌نمایند.

⁹بسیب خشم و غضب تو ای خداوند، غذای من خاکستر است و نوشیدنی‌ام با اشکهایم آمیخته است. زیرا تو مرا برداشتی و به کنار انداختی. ¹¹عمرم چون سایه‌های عصر، زودگذر است؛ همچون علف خشک پژمرده شده‌ام.

¹²اما تو ای خداوند، تا ابد پادشاه هستی؛ ذکر تو در تمام نسل‌ها باقی خواهد ماند. ¹³تو بر خاسته، بر اورشلیم ترحم خواهی فرمود؛ اکنون زمان آن رسیده است که بر اورشلیم رحمت فرمایی. ¹⁴ابندگان تو سنگها و خاک اورشلیم را دوست دارند!

¹⁵قومها از نام خداوند خواهند ترسید و همه پادشاهان جهان از قدرت و عظمت او هراسان خواهند شد. ¹⁶او شهر اورشلیم را دوباره بنا خواهد کرد و با جلال و شکوه فراوان ظاهر خواهد شد. ¹⁷به دعای قوم درمانده خود توجه نموده، ایشان را اجابت خواهد نمود. ¹⁸آنچه که خداوند انجام می‌دهد برای نسل آینده نوشته خواهد شد تا ایشان نیز او را ستایش کنند:

¹⁹«خداوند از مکان مقدس خود در آسمان، به زمین نظر انداخت تا ناله اسیران را بشنود و آنها را که به مرگ محکوم شده بودند، آزاد سازد.» ²¹²²بنابر این وقتی قومها در اورشلیم گرد هم بیایند

⁹خداوند، خدای ما را حمد گویند و او را نزد کوه مقدس در اورشلیم عبادت کنند، زیرا او مقدس است.

سرود شکرگزاری

ای ساکنان روی زمین، در حضور ¹⁰⁰خداوند فریاد شادمانی سر دهید! ²خداوند را با شادی عبادت کنید و سرودخوانان به حضور او بیایید. ³بدانید که او خداست. او خالق ماست و ما قوم او هستیم و گوسفندان چراگاه او. ⁴با شکرگزاری از دروازه‌های خانه او داخل شوید؛ سرود خوانان به صحنهای او بیایید. او را پرستش کنید و نام مقدسش را گرامی بدارید. ⁵خداوند نیکوست و رحمت و امانتش را انتهای نیست.

دعای پادشاه

ای خداوند، رحمت و انصاف تو را ¹⁰¹می‌ستایم و با سرود تو را می‌پرستم. ²من راه درست و بی‌عیب را در پیش خواهم گرفت و با خردمندی رفتار خواهم نمود. ای خداوند، با حضور خود، مرا در این راه یاری فرما. در خانه خود، زندگی پاکي خواهم داشت. ³هر چیز بد و ناپسند را از پیش چشم خود دور خواهم نمود. کردار افراد نادرست را دوست نخواهم داشت و در کارهایشان سهم نخواهم شد. ⁴نادرستی را از خود دور خواهم ساخت و با نگاهکاران معاشرت نخواهم کرد. ⁵کسی را که از دیگران بدگویی کند ساکت خواهم کرد؛ شخص مغرور و خودخواه را متحمل نخواهم شد. ⁶من در پی اشخاص امین و خداشناس هستم تا آنها را به کاخ خود بیاورم. کسی که درستکار باشد، او را به کار خواهم گماشت.

⁷حیله‌گر به کاخ من راه نخواهد یافت و دروغگو نزد من نخواهد ماند. ⁸هر روز عده‌ای از بدکاران را نابود خواهم کرد تا شهر خدا را از وجود همه آنها پاک سازم.

فرزندانش را دوست دارد، همچنان خداوند نیز کسانی را که او را گرامی می‌دارند دوست دارد.

¹⁴ خداوند از سرشت و فطرت ما آگاه است و می‌داند که خاک هستیم.

¹⁵ عمر انسان مانند علف و همچون گل صحرا می‌باشد، ¹⁶ که روزی باد بر آن می‌وزد و از بین می‌رود و دیگر در آن مکانی که بوده، هرگز دیده نمی‌شود. ¹⁷ اما رحمت خداوند بر کسانی که او را گرامی می‌دارند، همیشگی است و او عدالت را در حق فرزندان آنانی که عهد و احکام او را حفظ می‌کنند، بجا می‌آورد.

¹⁹ خداوند تخت فرمانروایی خود را در آسمانها قرار داده است و از آنجا بر همه موجودات حکمرانی می‌کند. ²⁰ ای همه فرشتگان توانا که گوش به فرمان خداوند هستید تا دستورالتش را اجرا نمایید، او را ستایش کنید! ²¹ ای همه نیروهای آسمانی، ای خدمتگزاران خداوند، او را ستایش کنید!

²² ای همه مخلوقات خداوند، در هر جایی که هستید، او را بستانید!

ای جان من، خداوند را ستایش کن!

در ستایش آفریدگار

ای جان من، خداوند را ستایش کن!

104 ای خداوند، ای خدای من، تو چه پرشکوه هستی! تو خود را با عزت و جلال آراسته و خویشتن را با نور پوشانیده‌ای. آسمان را مثل خیمه گسترانیده‌ای و خانه خود را بر آبهای آن بنا کرده‌ای. ابرها را عرابه خود نموده‌ای و بر بالهای باد می‌رانی. ⁴ بادها فرمانبران تو هستند و شعله‌های آتش خدمتگزاران تو.

⁵ ای خداوند، تو زمین را بر اساس استوار کردی تا هرگز از مسیرش منحرف نشود. ⁶ دریاها همچون ردایی آن را دربرگرفت و آب دریاها کوهها را پوشاند. ⁷ اما آنها از هیبت صدای تو گریختند و پراکنده شدند. ⁸ به فراز کوهها بر آمدند و به نشت‌ها سرازیر شده، به مکانی که برای آنها ساخته بودی، جاری شدند. ⁹ برای دریاها حدی تعیین نموده‌ای تا از آنها نگذرند و زمین را دوباره نپوشانند.

تا خدا را در خانه او پرستش کنند، نام خداوند در اورشلیم ستوده و سراییده خواهد شد.

²³ خداوند در جوانی‌ام تو را از من گرفته و عمرم را کوتاه ساخته است. ²⁴ ای خدای من، نگذار در جوانی بمیرم! تو تا ابد زنده هستی! ²⁵ تر ازل، تو بنیاد زمین را نهادی و آسمانها عمل دست تو می‌باشند. ²⁶ آنها فانی می‌شوند، اما تو باقی هستی. همه آنها چون جامه، پوسیده خواهند شد؛ و همچون ردا، آنها را عوض خواهی نمود و از بین خواهند رفت. ²⁷ اما تو جاودانی هستی و برای تو هرگز پایانی وجود ندارد.

²⁸ فرزندان بندگان، همیشه در امان خواهند بود و نسل آنها از حمایت تو برخوردار خواهند شد.

محبت خداوند

ای جان من، خداوند را ستایش کن! ای تمام وجود من، نام مقس او را ستایش کن! **103** ای جان من، خداوند را ستایش کن و تمام مهربانیهای او را فراموش مکن! ³ او تمام گناهانم را می‌آمرزد و همه مرضه‌هایم را شفا می‌بخشد. ⁴ جان مرا از مرگ می‌رهاند و با محبت و رحمت خود مرا برکت می‌دهد! ⁵ جان مرا با نعمت‌های خوب سیر می‌کند تا همچون عقاب، جوان و قوی بمانم.

⁶ خداوند عدالت را اجرا می‌کند و حق مظلومان را به آنها می‌دهد. ⁷ او روشهای خود را بر موسی آشکار نمود و اعمال شگفت‌انگیز خود را به بنی اسرائیل نشان داد.

⁸ خداوند بخشنده و مهربان است؛ او دیر غضب و پر محبت می‌باشد. ⁹ خداوند همیشه توبیخ و تنبیه نمی‌کند و تا ابد خشمگین نمی‌ماند. ¹⁰ او با ما مطابق گناهانمان عمل ننموده و آنچنان که سزاوار بوده‌ایم، ما را به سزای اعمالمان نرسانده است. ¹¹ زیرا به اندازه‌ای که آسمان از زمین بلندتر است، به همان اندازه رحمت خداوند بر کسانی که او را گرامی می‌دارند عظیم می‌باشد! ¹² به اندازه‌ای که مشرق از مغرب دور است به همان اندازه خداوند گناهان ما را از ما دور کرده است! ¹³ همانطوری که یک پدر

جان می‌بخشی، زنده می‌شوند و به زمین طراوت می‌بخشند.

³¹شکوه و عظمت خداوند جاودانی است و او از آنچه آفریده است خشنود می‌باشد.³² خداوند به زمین نگاه می‌کند و زمین می‌لرزد؛ کوه‌ها را لمس می‌نماید و دود از آنها بلند می‌شود.

³³تا زنده‌ام، خداوند را با سرود پرستش خواهم کرد و تا وجود دارم او را ستایش خواهم نمود.³⁴ باشد که او از سرود من خشنود شود، زیرا او سرچشمه همه خوشی‌های من است.³⁵ باشد که همه گناهکاران نابود شوند و بدکاران دیگر وجود نداشته باشند.

ای جان من، خداوند را ستایش کن! سپاس بر خداوند باد!

خداوند و قوم او

خداوند را بسبب کارهای شگفت‌انگیزش سپاس گوئید. کارهای او را برای سایر قوم‌ها تعریف کنید.² او را بسنابید و درباره کارهای شگفت‌انگیزش تکرر نمایید.³ ای طالبان خداوند به او افتخار کنید. دل شما همیشه شاد باشد.⁴ از او کمک بخواهید و پیوسته او را طلب کنید.

⁵ای فرزندان ابراهیم و یعقوب، ای بندگان برگزیده خداوند، کارهای شگفت‌انگیز و داوریهی او را به یاد آورید!⁷ «پهوه» خدای ما است و سراسر جهان را دآوری می‌کند.⁹ او تا ابد به

عهدی که با ابراهیم بسته و سوگندی که برای اسحاق خورده است، اگر چه هزار پشت هم بگذرد، وفادار خواهد ماند.¹⁰ این است عهد جاودانی او با اسرائیل که فرمود: «سرزمین کنعان را به شما خواهم بخشید تا میراث شما شود.»¹² خداوند این وعده را هنگامی به اسرائیل داد که هنوز قومی کوچک بودند و در کنعان در غربت بسر می‌بردند،¹³ در میان قبایل سرگردان بودند و از یک دیار به دیگری دیگر می‌رفتند.¹⁴ اما خداوند نگذاشت کسی بر آنها ظلم کند. او حتی پادشاهان را بخاطر آنها هشدار داده، گفت: «بر برگزیدگان من دست دراز نکنید و به انبیای من آزار نرسانید.»¹⁶ خداوند در

¹⁰در دره‌ها، چشمه‌ها بوجود آورده‌ای تا آب آنها در کوهپایه‌ها جاری شود.¹¹ تمام حیوانات صحرا از این چشمه‌ها آب می‌نوشند و گورخرها تشنگی خود را برطرف می‌سازند.¹² پرندگان بر شاخه‌های درختان لانه می‌سازند و آواز می‌خوانند.¹³ از آسمان بر کوه‌ها باران می‌بارانی و زمین از نعمت‌های گوناگون تو پر می‌شود.¹⁴ نباتات را برای خوراک حیوانات، و درختان میوه‌دار و سبزیجات و غلات را برای استفاده انسان، از زمین می‌رویانی تا انسان بتواند شراب و روغن و نان برای خود تهیه کند و شاد و نیرومند باشد.

¹⁶درختان سرو لبنان که تو ای خداوند، آنها را کاشته‌ای سبز و خرمند.¹⁷ مرغان هوا در درختان سرو لانه می‌سازند و لک‌ها بر شاخه‌های درختان صنوبر.¹⁸ کوه‌های بلند، چراگاه بزهای کوهی است و صخره‌ها، پناهگاه خرگوش‌ها.

¹⁹ماه را برای تعیین ماه‌های سال آفریدی و آفتاب را برای تعیین روزها.²⁰ به فرمان تو شب می‌شود. در تاریکی شب همه حیوانات وحشی از لانه‌های خود بیرون می‌آیند.²¹ شیربجگان برای شکار غرش می‌کنند و روزی خود را از خدا می‌خواهند.²² هنگامی که آفتاب طلوع می‌کند، آنها به لانه‌های خود برمی‌گردند و می‌خوابند.²³ نگاه انسانها برای کسب معاش، از خانه بیرون می‌روند و تا شامگاه کار می‌کنند.

²⁴خداوند، کارهای دست تو چه بسیارند. همه آنها را از روی حکمت انجام داده‌ای. زمین از مخلوقات تو پر است.²⁵ در دریاها بزرگی که آفریده‌ای جانوران بزرگ و کوچک به فراوانی یافت می‌شوند.²⁶ نهنگان در دریاها بازی می‌کنند و کشتی‌ها بر سطح آنها روانند.

²⁷تمام مخلوقات تو منتظرند تا تو روزی‌شان را به آنها بدهی.²⁸ تو روزی آنها را می‌رسانی و آنها را سیر می‌کنی.²⁹ هنگامی که روی خود را از آنها برمی‌گردانی مضطرب می‌شوند؛ و وقتی جان آنها را می‌گیری، می‌میرند و بخاکی که از آن ساخته شده‌اند، برمی‌گردند.³⁰ اما زمانی که به مخلوقات

³⁹ خداوند در روز بر فراز قوم اسرائیل ابر می‌گسترانید تا آنها را از حرارت آفتاب محفوظ نگاهدارد و در شب، آتش به ایشان می‌بخشد تا به آنها روشنائی دهد.⁴⁰ آنها گوشت خواستند و خداوند برای ایشان بلدرچین* فرستاد و آنها را با نان آسمانی سیر کرد.⁴¹ او صخره را شکافت و از آن آب جاری شد و در صحرای خشک و سوزان مثل رودخانه روان گردید.⁴² زیرا خداوند این وعده مقدس را به بنده خویش ابراهیم داده بود که نسل او را برکت دهد.

⁴³ پس او قوم برگزیده خود را در حالیکه با شادی سرود می‌خوانند از مصر بیرون آورد،⁴⁴ و سرزمین قومهای دیگر را با تمام محصولاتشان به آنها بخشید⁴⁵ تا در آن سرزمین نسبت به وی وفادار مانده، از دستوراتش اطاعت نمایند. خداوند را سپاس باد!

مهربانی خداوند نسبت به قومش

خداوند را حمد و سپاس گویند، زیرا که او مهربان است و رحمتش جاودانی!¹⁰⁶ کیست که بتواند تمام کارهای بزرگی را که خداوند انجام داده است بیان کند و شکر و سپاس او را آنچنان که باید و شاید، بجا آورد؟³ خوشبحال آنانی که با انصاف و درستکار هستند.

⁵⁴ ای خداوند، هنگامی که بر قوم خود رحمت می‌فرمای و آنها را نجات می‌دهی مرا نیز به یاد آور و نجات بده تا سعادت برگزیدگان تو را ببینم و با قوم تو شادی کنم و در فخر آنها شریک باشم.⁶ ما نیز مانند اجداد خود گناه کرده‌ایم؛ شرور و بدکار بوده‌ایم.⁷ اجدادمان معجزات تو را در مصر درک ننمودند. آنها محبت و رحمت تو را فراموش کردند و در کنار دریای سرخ از اطاعت تو سر باز زدند.⁸ لیکن تو، همانگونه که وعده فرموده بودی، آنها را نجات دادی و بدین وسیله قدرت خود را آشکار ساختی.⁹ دریای سرخ را امر فرمودی و خشک گردید و بنی‌اسرائیل را هدایت کردی تا از میان دریا که

کنعان خشکسالی پدید آورد و فحطی تمام سرزمین آنجا را فرا گرفت.¹⁷ او پیش از آن یوسف را به مصر فرستاده بود. برادران یوسف او را همچون برده فروخته بودند.¹⁸ پاهای یوسف را به زنجیر بستند و گردن او را در حلقه آهنی گذاشتند.¹⁹ او در زندان ماند تا زمانی که پیشگویی‌اش به وقوع پیوست. در زندان خداوند صبر و بردباری او را آزمود.

²⁰ آنگاه، فرعون دستور داد تا یوسف را از زندان بیرون آورده، آزاد سازند.²¹ سپس او را ناظر خانه خود و حاکم سرزمین مصر نمود²² تا بر بزرگان مملکت فرمان راند و مشایخ را حکمت آموزد.

²³ آنگاه یعقوب و فرزندانش به مصر رفتند و در آن سرزمین ساکن شدند.²⁴ خداوند قوم خود را در آنجا بزرگ ساخت و آنها را از دشمنانشان قوی‌تر کرد.²⁵ اما از طرف دیگر، خداوند کاری کرد که مصری‌ها بر قوم او ظلم کنند و ایشان را برده خود سازند.²⁶ سپس بندگان خود موسی و هارون را که برگزیده بود، نزد بنی‌اسرائیل فرستاد.²⁷ موسی و هارون، کارهای شگفت‌انگیز و معجزات خدا را در مصر به ظهور آوردند.²⁸ خدا سرزمین مصر را با تاریکی پوشانید اما مصریان فرمان خدا را مبنی بر آزادسازی قوم اسرائیل اطاعت نکردند.²⁹ او آبهای ایشان را به خون مبدل ساخت و همه ماهیانشان را کشت.

³⁰ زمین آنها و حتی قصر فرعون بر از قورباغه شد.³¹ به امر خداوند انبوه پشه و مگس در سراسر مصر پدید آمد.³² بجای باران، تگرگ مرگبار و رعد و برق بر زمین مصر فرستاد³³ و باغهای انگور و تمام درختان انجیر مصری‌ها را از بین برد.

³⁴ خداوند امر فرمود و ملخ‌های بی‌شماری پدید آمدند و تمام گیاهان و محصولات مصر را خوردند.³⁶ او همه پسران ارشد مصری‌ها را کشت.

³⁷ سرانجام بنی‌اسرائیل را در حالیکه طلا و نقره فراوانی با خود برداشته بودند، صحیح و سالم از مصر بیرون آورد.³⁸ مصریان از رفتن آنها شاد شدند، زیرا از ایشان ترسیده بودند.

* «بلدرچین» نوعی پرند است با گوشتی چرب.

نمود و وبا قطع گردید.³¹ این کار نیک فینحاس در نزد خدا هرگز فراموش نخواهد شد و تمام نسل‌ها او را به نیکی یاد خواهند کرد.

³² بنی اسرائیل در کنار چشمه «مریبه»، خداوند را خشمگین ساختند، چنانکه حتی موسی بخاطر آنها از ورود به سرزمین کنعان محروم شد.³³ زیرا چنان موسی را به ستوه آوردند که او غضبناک شده، سخن ناشایست بزبان راند.

³⁴ آنها، قومهایی را که خداوند گفته بود از بین ببرند، نکشتند،³⁵ بلکه با آنها وصلت نمودند و از کارهای بد ایشان پیروی کردند.³⁶ بت‌های آنها را پرستش نمودند و با این کار، خود را محکوم به مرگ کردند.³⁷ اسرائیلی‌ها، پسران و دختران خود را برای بت‌ها قربانی کردند.³⁸ خون فرزندان بی‌گناه خود را برای بت‌های کنعان ریختند و زمین موعود را با خون آنها ناپاک ساختند.³⁹ با این کارها، خود را آلوده کردند و به خدا خیانت ورزیدند.⁴⁰ بنابراین، خشم خداوند بر بنی اسرائیل افروخته شد و او از آنها بیزار گردید.⁴¹ آنها را بدست قوم‌هایی که از ایشان نفرت داشتند، سپرد تا بر آنها حکمرانی کنند.⁴² دشمنانشان بر آنها ظلم کردند و ایشان را خوار و ذلیل ساختند.

⁴³ خداوند بارها بنی اسرائیل را از دست دشمنانشان نجات بخشید، ولی آنها هر بار بر ضد او شوریدند و در گناهان خود بیشتر غرق شدند.⁴⁴ با وجود این، هنگامی که فریاد برآوردند، خداوند به داد ایشان رسید و به درماندگی آنها توجه نمود.⁴⁵ او وعده‌ای را که به ایشان داده بود، به یاد آورد و بسبب رحمت فراوانش، آنها را مجازات نکرد.⁴⁶ او دل اسیرکنندگان آنها را به رقت آورد تا به آنها رحم کنند.

⁴⁷ ای خداوند، ما را نجات ده. ما را از میان قومها، به سرزمین خودمان برگردان تا نام مقدس تو را حمد گوئیم و با شادی تو را ستایش کنیم.

⁴⁸ خداوند، خدای اسرائیل، از حال تا ابد متبارک باد. همه مردم اسرائیل بگویند: «آمین! خدا را سپاس باد!»

همچون بیابان، خشک شده بود گذر کنند.¹⁰ آنها را از دست دشمنانشان رهایی و آزاد ساختی.¹¹ همه دشمنان آنها در دریا غرق شدند و حتی یکی از آنها نیز زنده نماند.

¹² آنگاه قوم خداوند، به او ایمان آوردند و او را با سرود ستایش کردند.¹³ ولی طولی نکشید که معجزاتش را فراموش کردند و بدون مشورت با او به راه خود ادامه دادند.¹⁴ آنها با خواسته‌های نفسانی خود، خدا را در صحرا امتحان کردند.¹⁵ خدا هم آنچه را که خواستند به ایشان داد، ولی آنها را به بیماری سختی مبتلا ساخت.

¹⁶ بنی اسرائیل در صحرا به موسی و هارون، پیشوایان برگزیده خداوند، حسد بردند.¹⁷ آنگاه زمین دهان گشود و «داتان» و «ابیرام» را با خاندانشان فرو برد،¹⁸ و آتش از آسمان بر طرفداران ایشان افروخته شد و آن مردم شرور را سوزانید.

¹⁹ بنی اسرائیل در دامنه کوه سینا بئی گوساله شکل از طلا ساختند و آن را پرستش کردند.²⁰ آنها بجای عبادت خدای پر جلال، مجسمه‌گاو را پرستش نمودند.²¹ ²² ²¹ به این ترتیب، خدای نجات دهنده خود را خوار شمردند و کارهای شگفت‌انگیز او را در مصر و دریای سرخ فراموش کردند.²³ آنگاه خداوند خواست ایشان را هلاک کند، ولی خادم برگزیده او موسی به شفاعت برخاست و التماس نمود که از نابود کردن آنها بگذرد.

²⁴ بنی اسرائیل نمی‌خواستند وارد سرزمین موعود شوند، چون به وعده خدا که گفته بود آن زمین را به ایشان می‌دهد، ایمان نداشتند.²⁵ آنها در خیمه‌های خود پیوسته غرغر می‌کردند و به دستورات خداوند گوش نمی‌دادند.²⁶ از این رو، خداوند خواست ایشان را در صحرا نابود کند،²⁷ و فرزندانشان را در سرزمینهای بیگانه پراکنده و آواره سازد.

²⁸ بنی اسرائیل در «فغور» به پرستش بت بعث پرداختند و از گوشت قربانی‌هایی که به بت‌های بی‌جان تقدیم می‌شد، خوردند.²⁹ با این رفتار خود، خشم خداوند را برانگیختند که بسبب آن بیماری وبا دامنگیر آنها شد.³⁰ آنگاه «فینحاس» برخاسته، افراد مقرر را مجازات

در ستایش مهربانی خداوند

خداوند را حمد گویند، زیرا او مهربان است و رحمتش تا ابد باقی است.

107

کسانی که توسط خداوند نجات یافته‌اند به همه اعلام کنند که خداوند آنها را از دست دشمنانشان نجات داده است³ و آنها را از سرزمینهای بیگانه، از مشرق و مغرب، شمال و جنوب، به سرزمین خودشان باز گردانیده است.⁴ بنی‌اسرائیل در صحرا آواره و سرگردان بودند و جای معینی برای سکونت نداشتند، گرسنه و تشنه بودند و جانشان به لب رسیده بود.^{5,6} آنگاه در گرفتاری خود نزد خداوند فریاد برآوردند و او ایشان را از همه گرفتاریهایشان رهانید و ایشان را از راه راست به سرزمینی هدایت کرد که بتوانند در آن زندگی کنند.⁸ پس باید از خداوند، بسبب رحمتش و کارهای بزرگی که در حق ایشان انجام داده است، تشکر کنند.⁹ او جان تشنه و گرسنه را با نعمتهای خوب سیر می‌کند.

¹⁰ آتانی که از دستورات خدا سرپیچیدند و به او اهانت کردند، اسیر و زندانی شدند و مرگ بر آنها سایه افکند.¹² ایست آنها در زیر بار مشقت خم شد و سرانجام افتادند و کسی نبود که ایشان را یاری کند.¹³ آنگاه در گرفتاری خود نزد خداوند فریاد برآوردند و او آنها را از همه گرفتاریهایشان رهانید.¹⁴ آنها را از مرگی که بر آنها سایه افکنده بود رهانید و زنجیرهای اسارت ایشان را پاره کرد.

¹⁵ پس باید از خداوند، بسبب رحمتش و کارهای بزرگی که در حق آنها انجام داده است، تشکر کنند.¹⁶ او درهای برنجین زندانها را می‌شکند و زنجیرهای اسارت را پاره می‌کند.

¹⁷ افراد نادان، بسبب رفتار شرارتبار و آلوده به گناه خود، ضعیف و بیمار شدند،¹⁸ آشتهای خود را از دست دادند و جانشان به لب گور رسید.¹⁹ آنگاه در این گرفتاری خود، نزد خداوند فریاد برآوردند و او ایشان را از گرفتاریهایشان رهایی بخشید.²⁰ او با کلام خود آنها را شفا بخشید و ایشان را از مرگ نجات داد.²¹ پس باید خداوند را بسبب رحمتش و کارهای بزرگی که در حق ایشان انجام داده است، سپاس گویند.²² باید با تقدیم قربانی

از او تشکر کنند و با سرودهای شاد کارهایی را که کرده است اعلام نمایند.

²³ برخی به کشتی سوار شده، به دریا رفتند و به کار تجارت مشغول شدند.²⁴ آنان قدرت خداوند را دیدند و کارهای شگرف او را در اعماق دریاها مشاهده نمودند.²⁵ به امر او بادی شدید ایجاد شد و دریا را طوفانی ساخت،²⁶ چنانکه کشتی‌ها دستخوش امواج گردیدند و بالا و پایین می‌رفتند. سرنشینان آنها، از ترس نیمه جان شدند²⁷ و مثل مستان، تلو تلو خورده، گیج و سرگردان بودند.²⁸ آنگاه در این گرفتاری خود نزد خداوند فریاد برآوردند و او ایشان را از این گرفتاری رهایی بخشید.²⁹ خداوند طوفان را آرام و امواج دریا را ساکت ساخت.³⁰ آنها شاد شدند زیرا از خطر رهایی یافته بودند، و سرانجام سلامت به بندر مراد خود رسیدند.³¹ پس آنها نیز باید خداوند را بسبب رحمتش و کارهای بزرگی که در حق ایشان انجام داده است، سپاس گویند.³² باید عظمت خداوند را در بین جماعت اسرائیل اعلام کنند و نزد بزرگان قوم، او را ستایش نمایند.

³³ خداوند رودخانه‌ها را به خشکی مبدل ساخت و چشمه‌های آب را خشک کرد.³⁴ زمین حاصلخیز را به شورزار تبدیل نمود، زیرا ساکنان آن شورور بودند.³⁵ اما بار دیگر زمین‌های شورزار و خشک را حاصلخیز و پر از چشمه‌های آب نمود.^{36,37} گرسنگان را در آن اسکان داد تا شهرها بسازند، کشت و زرع کنند و تاکستانها ایجاد نمایند.³⁸ خداوند آنها را برکت داده، فرزندان بسیاری به ایشان بخشید، و گذاشت رمه‌ها و گله‌هایشان کم شوند.

³⁹ هنگامی که قوم خداوند در زیر ظلم و ستم رو به نابودی می‌رفتند،⁴⁰ خداوند کسانی را که بر قومش ظلم می‌کردند خوار و ذلیل ساخت و آنها را در میان ویرانه‌ها، آواره و سرگردان کرد.⁴¹ او قوم فقیر و درمانده خود را از زیر بار سختیها رهانید و فرزندان و گله‌های ایشان را افزونی بخشید.⁴² تیکان این را دیده، شاد خواهند شد اما بدکاران خاموش خواهند شد.

من بدی می‌کنند و به عوض محبت، با من دشمنی می‌نمایند.

⁶ای خدا، دشمنم را به دست داوری ظالم بسپار و بگذار یکی از بدخواهانش کنار او بایستد و بر ضد او شهادت دهد. ⁷بگذار او در محاکمه مجرم شناخته شود. حتی دعای او، برایش جرم محسوب گردد. ⁸عمرش کوتاه شود و دیگری جا و مقام او را بگیرد. ⁹فرزندانش یتیم و زنتش بیوه شود. ¹⁰فرزندانش آواره شده، در میان ویرانه‌های خانه خود به گدایی بنشینند. ¹¹طلبکاران تمام دارایی او را ضبط نمایند و بیگانگان هر آنچه را که او به زحمت اندوخته است، تاراج کنند. ¹²کسی بر او رحم نکند و برای یتیمان او دل نسوزاند. ¹³نسلش بکلی از بین برود و دیگر نامی از آنها باقی نماند. ¹⁴خداوند گناهان اجدادش را به یاد آورد و گناهان مادرش را نیامرزد. ¹⁵گناهان آنها در نظر خداوند همیشه بماند، اما نام و نشان آنها از روی زمین محو گردد.

¹⁶این دشمن من رحم نداشت. او بر فقیران و بی‌کسان ظلم می‌کرد و آنها را می‌کشت. ¹⁷دوست داشت مردم را نفرین کند، پس خودش نفرین شود. نمی‌خواست به مردم برکت رساند، پس خود از برکت محروم شود. ¹⁸تمام وجودش به نفرین آلوده بود، پس باشد که نفرینهای او مانند آبی که می‌نوشد وارد بدنش شود و مغز استخوانهایش را بخورد؛ همچون لباس او را در برگیرد و چون کمر بند، به دور او حلقه زند.

²⁰ای خداوند، دشمنانم را که در باره من دروغ می‌گویند و مرا تهدید به مرگ می‌کنند، اینچنین مجازات کن. ²¹اما ای خداوند، با من برحسب وعده خود عمل نما و بخاطر رحمت عظیم خویش، مرا نجات ده، ²²چرا که من فقیر و درمانده و دل شکسته‌ام؛ ²³همچون سابه، رو به زوال هستم و مانند ملخ از باد رانده شده‌ام. ²⁴از بس روزه گرفته‌ام زانوهایم می‌لرزند و گوشت بدنم آب می‌شود. ²⁵تندزد دشمنانم رسوا شده‌ام. هرگاه مرا می‌بینند، سر خود را تکان می‌دهند و مسخره‌ام می‌کنند.

⁴³خردمندان درباره اینها فکر کنند و رحمت و محبت خداوند را به یاد داشته باشند.

دعا برای غلبه بر دشمن

ای خدا، من روحیه خود را نباخته‌ام و **108** اعتماد خود را از دست نداده‌ام. من سرود خواهم خواند و تو را ستایش خواهم کرد. ای جان من بیدار شو! ²ای بربط و عود من بصدادرآیید تا سپیده دم را بیدار سازیم! ³خداوند، در میان مردم تو را سپاس خواهم گفت و در میان قومها تو را ستایش خواهم کرد، ⁴زیرا رحمت تو بی‌نهایت عظیم است. ⁵ای خدا، جلال و شکوه تو بالاتر از آسمانها قرار گیرد و عظمت تو بر تمام جهان آشکار شود. ⁶ای خدایی که ما را دوست داری، با قدرت خویش ما را نجات ده و دعای ما را اجابت فرما.

⁷خدا در خانه مقدس خویش سخن گفته و فرموده است: «با پیروزی شهر شکیم و دره سوکوت را بین قوم خود تقسیم خواهم کرد. ⁸جلعاد و منسی از آن من است؛ افزایم کلام خود من و پهودا عصای سلطنت من است. ⁹اما قوم مواب را مانند لکن برای شستشو بکار خواهم برد، بر قوم اوم کفشم را خواهم انداخت و بر فلسطین فریاد بر خواهم آورد.»

¹⁰کیست که مرا برای گرفتن شهرهای حصاردار ادم رهبری کند؟ ای خدا، تو ما را رهبری کن؛ بلی، تو که اینک از ما روگردان شده‌ای، ما را رهبری کن! ¹²تو ما را در جنگ با دشمن کمک کن، زیرا کمک انسان بی‌فایده است. ¹³با کمک تو ای خدا، پیروز خواهیم شد، زیرا این تویی که دشمنان ما را شکست خواهی داد!

شکایت از دست ظالم

ای خدا و ای معبود من، خاموش مباش! **109** ¹بگذاران به من تهمت ناروا می‌زنند و حرفهای دروغ درباره من می‌گویند. ³با نفرت دور مرا گرفته‌اند و بی‌سبب با من می‌جنگند. ⁴من آنها را دوست دارم و برای ایشان دعای خیر می‌کنم، ولی آنها با من مخالفت می‌ورزند. ⁵به عوض خوبی، به

می‌رساند، او هرگز عهد خود را از یاد نمی‌برد.⁶ خداوند سرزمینهای قوم‌های بیگانه را به بنی‌اسرائیل بخشید و به این وسیله قدرتش را به قوم خود نشان داد.⁷ هر کاری که خداوند انجام می‌دهد، درست و منصفانه است. همهٔ احکام او قابل اعتماد می‌باشند.⁸ کارها و احکام خداوند تا ابد باقی می‌مانند، زیرا بر عدل و راستی بنا شده‌اند.⁹ او با دادن فدیة، قوم خود را آزاد کرده است و با آنها عهد ابدی بسته است. او مقدس و قدرتمند است.

¹⁰ انسان چگونه خردمند می‌شود؟ خداترسی نخستین گام در این راه است. خداوند به همهٔ کسانی که دستوراتش را اجرا می‌کنند، خرد می‌بخشد. خداوند را تا ابد سپاس باد.

خوشبختی درستکاران

خداوند را سپاس باد!

112 خوشبحال کسی که از خداوند می‌ترسد و احکام او را با رغبت انجام می‌دهد.² فرزندان شخص درستکار در دنیا نیرومند خواهند شد و نسل او برکت خواهند یافت.³ خانواده‌اش صاحب مال و ثروت خواهد شد و خوبیهای او هرگز از یاد نخواهد رفت.

⁴ برای کسی که درستکار و بخشنده، مهربان و نیکوکار است، حتی در تاریکی شب نیز نور طلوع می‌کند.⁵ خوشبخت است کسی که دلسوز و قرض دهنده باشد و در کسب و کارش با انصاف باشد.⁶ او در زندگی پیوسته ثابت قدم و پایدار خواهد بود و نام نیکش همیشه در یادها باقی خواهد ماند.

⁷ او از شنیدن خبر بد نمی‌ترسد، زیرا ایمان او قوی است و بر خداوند توکل دارد.⁸ او نگران نمی‌شود و نمی‌ترسد زیرا مطمئن است که شکست دشمنانش را خواهد دید.⁹ با سخاوتمندی به فقیران می‌بخشد؛ اثرات نیکوکاری او تا ابد باقی می‌ماند و همیشه نزد مردم سربلند و محترم می‌باشد.¹⁰ بدکاران این را می‌بینند و خشمگین می‌شوند؛ ندانند که خود را بهم می‌فشارند و همراه آرزوهایشان از بین می‌روند.

²⁶ ای خداوند، ای خدای من، مرا یاری فرما؛ مطابق رحمت خود، مرا نجات بده،²⁷ تا بدخواهانم بدانند که تو نجات دهندهٔ من هستی.²⁸ آنها مرا نفرین کنند، اما تو مرا برکت بده. آنها سرفاکنده شوند، اما بنده تو، شادمان شود.²⁹ دشمنانم شرمسار شوند و خفت و خواری وجودشان را دربرگیرند.³⁰ خداوند را بسیار سپاس خواهم گفت و در بین مردم او را ستایش خواهم کرد،³¹ زیرا او از بیچارگان پشتیبانی می‌کند و ایشان را از دست ظالمان می‌رهاند.

پادشاه برگزیدهٔ خداوند

خداوند، به خداوند من گفت: «به دست

110

راست من بنشین و من دشمنانت را به

زیر پاهایت خواهم افکند.»

² خداوند، شهر اورشلیم را پایتخت تو قرار خواهد داد تا از آنجا بر دشمنانت حکمرانی کنی.³ هنگامی که به قدرت برسی، قوم تو در لباس تقوی و پرهیزکاری، به حضورت خواهند آمد، و نیروی تو همچون شبنم صبحگاهی هر روز تازه تر خواهد شد.

⁴ خداوند قسم خورده است و از آن برنخواهد گشت که تو تا ابد چون «ملک صادق» کاهن هستی.⁵ خداوند که به دست راست تو است در روز غضب خود، پادشاهان را شکست خواهد داد.⁶ او قومها را دآوری خواهد کرد، و میدانهای جنگ را از اجساد کشته‌شدگان پر خواهد ساخت و در سراسر دنیا، پادشاهان را مغلوب خواهد کرد.⁷ او از نهر سر راهش خواهد نوشید و نیروی تازه گرفته، سربلند و پیروز خواهد ایستاد.

خداوند را سپاس باد!

خداوند را با تمام دل خود در میان قوم او ستایش خواهم کرد.

111

² کارهای خداوند چه شگفت‌انگیزند! همهٔ کسانی که به آنها علاقمند هستند در بارشان می‌اندریشند.³ کارهای خداوند شگوه‌مند است و عدالتش جاودانی! ⁴ کارهای شگفت‌انگیز خداوند، فراموش نشدنی است! او رحیم و بخشنده است! ⁵ خداوند، روزی ترسندگان خود را

در ستایش نیکویی خداوند

خداوند را سپاس باد!

113

ای بندگان خداوند، نام او را ستایش کنید!
تمام او از حال تا ابد ستوده شود.³ از طلوع آفتاب تا غروب آن، نام خداوند را ستایش کنید!⁴ خداوند بر همه قومها حکمرانی می‌کند؛ شکوه او برتر از آسمانهاست.
⁵ خداوند، خدای ما که در آسمانها نشسته است، همتا و مانند‌ی ندارد.
⁶ او از آسمان بر زمین نظر می‌افکند تا شخص فروتن و فقیر را از خاک بلند کند و سرفراز نماید و او را در ردیف بزرگان قوم خویش قرار دهد.
⁹ خداوند با بخشیدن فرزندان به زن نازا او را خوشحال و سرفراز می‌سازد.
خداوند را سپاس باد!

سرود عید پِسَح

114

هنگامی که مردم اسرائیل از مصر، آن سرزمین بیگانه بیرون آمدند،² یهودا مکان عبادت خداوند شد و اسرائیل محل سلطنت او.
تئریای سرخ، چون آمدن بنی‌اسرائیل را دید، از مقابل آنها گریخت و رود اردن به عقب برگشت.
⁴ کوهها همچون قوچها، و تپه‌ها مانند بره‌ها به جست و خیز درآمدند.
⁵ ای دریا، تو را چه شد که گریختی؟ ای رود اردن، چرا به عقب برگشتی؟⁶ ای کوهها و تپه‌ها، چرا مثل قوچها و بره‌ها به جست و خیز درآمدید؟
⁷ ای زمین، در برابر خداوند بلرز؛⁸ در برابر کسی که صخره را به دریاچه آب تبدیل می‌کند و از سنگ خارا، چشمه آب جاری می‌سازد.

خدای واحد حقیقی

115

تنها تو ای خداوند، بلی، تنها تو سزاوار تجلیل و تکریم هستی، نه ما؛ زیرا تو سرشار از رحمت و وفا می‌باشی.
² چرا مردم خدانشناس از ما بپرسند: «خدای شما کجاست؟»³ خدای ما در آسمانهاست و آنچه را که اراده

فرماید انجام می‌دهد.⁴ اما خدایان آنها، بت‌های طلا و نقره می‌باشند که با دستهای انسان ساخته شده‌اند.

کت‌هایشان دهان دارند ولی حرف نمی‌زنند. چشم دارند اما نمی‌بینند.⁶ گوش دارند ولی نمی‌شنوند. بینی دارند، اما نمی‌بویند.⁷ دست دارند، ولی لمس نمی‌کنند. پا دارند اما راه نمی‌روند. از گلویشان صدایی بیرون نمی‌آید.⁸ همه کسانی که این بتها را می‌سازند و آنها را پرستش می‌کنند مانند بت‌هایشان بی‌شعور و نادان هستند.

⁹ ای قوم اسرائیل، بر خداوند توکل کنید، زیرا او مددکار و محافظ شماس است.¹⁰ ای کاهنان خداوند بر او توکل کنید، زیرا او مددکار و محافظ شماس است.¹¹ ای خداترسان بر خداوند توکل کنید، زیرا او مددکار و محافظ شماس است.

¹² خداوند همیشه به فکر ماست و ما را برکت می‌دهد. او مردم اسرائیل و کاهنان خود را برکت می‌دهد.¹³ خداوند همه کسانی را که او را گرامی می‌دارند، از کوچک و بزرگ، برکت می‌دهد.
¹⁴ خداوند شما و فرزندان‌تان را صاحب فرزند سازد.
¹⁵ او که آسمانها و زمین را آفرید، شما را برکت دهد.¹⁶ آسمانها از آن خداوند می‌باشند، ولی او زمین را به انسان بخشید.¹⁷ مردگان و آنانی که به عالم خاموشی می‌روند، خداوند را ستایش نمی‌کنند.¹⁸ اما ما زندگان، خداوند را از حال تا ابد ستایش خواهیم کرد.

خداوند را سپاس باد!

پرستش خداوند برای رهایی از مرگ

116

خداوند را دوست می‌دارم زیرا ناله و فریاد مرا می‌شنود و به درخواست من گوش می‌دهد، پس تا آخر عمر، نزد او دعا خواهم کرد.

³ خطر مرگ بر من سایه افکنده بود و مایوس و غمگین بودم،⁴ سپس نام خداوند را خواندم و فریاد زدم: «آه ای خداوند، مرا نجات بده!»⁵ او چه خوب و مهربان است! آری، خدای ما رحیم است.⁶ خداوند

کدر زحمت بودم؛ از خداوند کمک خواستم؛ او به دادم رسید و مرا رها نید. ⁶ خداوند با من است، پس نخواهم ترسید. انسان چه می‌تواند به من بکند؟ ⁷ خداوند مددکار من است و من شکست دشمنانم را با چشمان خود خواهم دید! ⁸ به خداوند پناه بردن بهتر است از امید بستن به انسان. ⁹ آری، به خداوند پناه بردن حتی بهتر است از امید بستن به امیران.

¹⁰ و ¹¹ اگر همه دشمنان مانند زنبور بر سر من بریزند و دور مرا بگیرند، به باری خداوند تمام آنها را نابود خواهم کرد. آنها مثل خارها که دوامی ندارند خواهند سوخت و فوری خاموش خواهند شد. ¹³ دشمن بر من هجوم آورد تا نابودم کند، ولی خداوند مرا کمک نمود. ¹⁴ خداوند قوت و سرود من است؛ او باعث نجات من شده است.

¹⁵ فریاد پیروزی قوم خدا از خیمه‌هایشان شنیده می‌شود که می‌گویند: «دست توانای خداوند متعال این پیروزی را نصیب ما ساخته است! ¹⁶ آری، دست توانای خداوند متعال، ما را در جنگ پیروز ساخته است!»

¹⁷ من نخواهم مرد، بلکه زنده خواهم ماند و کارهای خداوند را برای همه تعریف خواهم کرد. ¹⁸ خداوند مرا بسختی تنبیه نموده، ولی نگذاشته است که بمیرم.

¹⁹ دروازه‌های خانه خدا را باز کنید تا وارد شوم و خداوند را پرستش کنم!

²⁰ این دروازه خداوند است؛ فقط نیکوکاران می‌توانند از آن وارد شوند.

²¹ ای خداوند، تو را ستایش می‌کنم که مرا اجابت فرموده، نجاتم دادی.

²² همان سنگی را که معماران نپسندیدند و دور انداختند، اینک مهمترین سنگ ساختمان شده است.

²³ این کار خداست؛ چه کار شگفت‌انگیزی! ²⁴ امروز روز پیروزی خداوند است، باید جشن گرفت و شادی کرد! ²⁵ خداوند، تمنا می‌کنیم ما را نجات دهی و کامیاب سازی!

²⁶ برکت باد بر آن کسی که به نام خداوند می‌آید! ما از خانه خداوند، تو را برکت می‌دهیم. ²⁷ خداوند،

افراد ساده دل و فروتن را حفظ می‌کند. من با خطر روبرو بودم، ولی او مرا نجات داد.

⁷ ای جان من، آسوده باش، زیرا خداوند در حق من خوبی کرده است! ⁸ او مرا از مرگ نجات داد و اشکهایم را پاک کرد و نگذاشت پایم بلغزد، ⁹ تا بتوانم در این دنیا در حضور خداوند زیست کنم.

¹⁰ در شدت پریشانی خود گفتم: «آنها دروغ می‌گویند، من هرگز از این وضع خود نجات پیدا نخواهم کرد.» با اینحال ایمان خود را از دست ندادم. ¹² اما اینک در برابر همه خوبیهایی که خداوند برای من کرده است، چه می‌توانم به او بدهم؟ ¹³ هدیه نوشیدنی به حضور خداوند خواهم آورد تا از او تشکر نمایم که مرا نجات داده است. ¹⁴ در حضور قوم او نذرهای خود را به خداوند ادا خواهم کرد. ¹⁵ جان‌های مقتصدان خداوند نزد او عزیزند، پس او نخواهد گذاشت آنها از بین بروند.

¹⁶ ای خداوند، من بنده تو و پسر کنیز تو هستم. تو مرا از چنگ مرگ رها ساختی. ¹⁷ قربانی شکرگزاری را به حضورت تقدیم می‌کنم و نام تو را گرامی می‌دارم. ¹⁸ در حضور تمام مردم اسرائیل و در خانه تو که در اورشلیم است، نذرهای خود را ادا خواهم نمود.

خداوند را سپاس باد!

در ستایش خداوند

ای همه قومه‌ها، خداوند را ستایش کنید!

117

ای تمام قبایل، او را حمد گوید. ² زیرا رحمت او بر ما بسیار عظیم است و وفای او را حدی نیست.

خداوند را سپاس باد!

دعای تشکر برای پیروزی

خداوند را ستایش کنید، زیرا او نیکوست **118** و رحمتش بی‌پایان. ² مردم اسرائیل بگویند: «رحمت خداوند بی‌پایان است.» ³ کاهنان خدا بگویند: «رحمت خداوند بی‌پایان است.» ⁴ مردم

خدا ترس بگویند: «رحمت خداوند بی‌پایان است.»

خوشبختی در احکام خداوند

¹⁷ خداوند، به این خدمتگزارت احسان نما تا زنده بمانم و کلام تو را اطاعت کنم. ¹⁸ چشماتم را بگشا تا حقایق شگفت‌انگیز کلام تو را ببینم. ¹⁹ من در این دنیا غریب هستم؛ ای خدا، احکام خود را از من مخفی مدار. ²⁰ اشتیاق به دانستن اوامر تو، همچون آتش همواره جانم را می‌سوزاند! ²¹ تو متکبران ملعون را که از دستورات تو سرپیچی می‌کنند، مجازات خواهی کرد. ²² تنگ و رسوایی را از من بگیر، زیرا دستورات تو را انجام داده‌ام. ²³ حکمرانان می‌نشینند و بر ضد من توطئه می‌چینند، اما من به احکام تو فکر می‌کنم. ²⁴ کلام تو موجب شادی من است و همیشه مرا راهنمایی کرده است.

تصمیم به اطاعت از احکام خدا

²⁵ ای خداوند، جانم به خاک چسبیده است؛ مرا زنده ساز! ²⁶ راه‌های دل خود را در حضورت گشودم و تو مرا اجابت فرمودی. اکنون احکام خود را به من بیاموز. ²⁷ دستوراتت را به من یاد ده تا در باره کلام شگفت‌انگیز تو تفکر نمایم. ²⁸ جان من از حزن و اندوه پژمرده می‌شود؛ با کلامت جان مرا تازه ساز! ²⁹ نگذار به راه خطا روم؛ احکام خود را به من تعلیم ده. ³⁰ من راه راست را اختیار نموده‌ام و داوریهایی تو را از نظر خود دور نداشته‌ام. ³¹ خداوند، دستورات تو را بجا می‌آورم؛ مگذار شرمنده شوم. ³² با اشتیاق فراوان در راه تو گام برمی‌دارم، زیرا تو دل مرا از بندرها ساختی.

دعا برای کسب دانایی

³³ ای خداوند، راه اجرای احکام خود را به من بیاموز و من همیشه آنها را انجام خواهم داد. ³⁴ به من فهم و حکمت بده تا با تمام دل شریعت تو را نگاه دارم. ³⁵ مرا در راه خودت هدایت کن، زیرا راه تو را دوست دارم. ³⁶ دل مرا بسوی احکامت مایل ساز، نه بسوی حرص و طمع! ³⁷ مگذار به آنچه بی‌ارزش است توجه کنم؛ مرا با کلامت احیا کن! ³⁸ طبق وعده‌ای که به من داده‌ای عمل نما همان وعده‌ای که

همان خدایی است که ما را منور ساخته است. شاخه‌ها را بدست بگیرد و جشن را آغاز کند و بسوی قربانگاه خانه خدا پیش برود. ²⁸ تو خدای من هستی، تو را سپاس می‌گویم و بزرگی تو را ستایش می‌کنم. ²⁹ خداوند را ستایش کنی، زیرا او نیکوست و رحمتش بی‌پایان.

احکام خداوند

خوشبحال آنان که در زندگی، پاک و کامل هستند و مطابق دستورات خداوند رفتار می‌کنند. ² خوشبحال کسانی که احکام خداوند را بجا می‌آورند، از صمیم قلب او را اطاعت می‌کنند ³ و به راه‌های کج نمی‌روند، بلکه در راه‌هایی گام بر می‌دارند که خدا نشان داده است. ⁴ خداوند، تو احکام خود را به ما داده‌ای و فرموده‌ای که آنها را با جدیت انجام دهیم. ⁵ چقدر آرزو دارم که در انجام دستورات تو مطیع و وفادار باشم! ⁶ اگر تمام دستورات تو را پیوسته در نظر داشته باشم، هیچوقت شرمنده نخواهم شد! ⁷ وقتی داوریهایی منصفانه تو را بیاموزم، از صمیم قلب تو را حمد خواهم گفت! ⁸ ای خداوند، قوانین تو را بجا خواهم آورد؛ تو هیچگاه مرا ترک نکن!

اطاعت از احکام خداوند

⁹ مرد جوان چگونه می‌تواند زندگی خود را پاک نگاه دارد؟ بوسیله خواندن کلام خدا و اطاعت از دستورات آن! ¹⁰ خداوند، با تمام وجودم تو را می‌جویم، پس نگذار از راه تو منحرف شوم. ¹¹ کلام تو را در دل خود حفظ می‌کنم و بخاطر می‌سپارم تا مبدا نسبت به تو گناه ورزم! ¹² ای خداوند متبارک، احکام خود را به من بیاموز! ¹³ تمام دستورات تو را با صدای بلند بیان خواهم کرد. ¹⁴ ¹⁵ بیش از هر چیز دیگر، از پیروی احکام تو لذت می‌برم! در کلام تو تفکر خواهم کرد و دستوراتت را بخاطر خواهم سپرد. ¹⁶ از قوانین تو لذت می‌برم و هرگز آنها را فراموش نخواهم کرد.

دل خود طالب رضامندی تو می‌باشم، طبق وعده‌ات بر من رحم فرما! ⁵⁹ تر باره زندگی خود بسیار اندیشیدم و بسوی تو آمدم تا از احکام تو پیروی کنم. ⁶⁰ با شتاب آمدم تا اوامر تو را اجرا کنم. ⁶¹ بدکاران کوشیدند مرا به گناه بکشانند، اما من احکام تو را فراموش نکردم. ⁶² در نیمه‌های شب برمی‌خیزم تا تو را بسبب داوری عادلانه‌ات ستایش کنم. ⁶³ من دوست همه کسانی هستم که تو را گرامی می‌دارند و دستورات را انجام می‌دهند. ⁶⁴ ای خداوند، زمین از رحمت تو پر است! احکام خود را به من بیاموز!

ارزش احکام خداوند

⁶⁵ خداوند، همانگونه که وعده دادی، بر بنده‌ات احسان فرموده‌ای. ⁶⁶ حکمت و قضاوت صحیح را به من یاد ده، زیرا به احکام تو ایمان دارم. ⁶⁷ پیش از اینکه تو مرا تنبیه کنی، من گمراه بودم، اما اینک پیرو کلام تو هستم. ⁶⁸ تو نیک هستی و نیکی می‌کنی! احکام خود را به من بیاموز! ⁶⁹ متکبران دروغها درباره من می‌گویند، اما من از صمیم قلب مطیع اوامر تو هستم. ⁷⁰ آنها از فرط تن‌پروری عقل و شعور خود را از دست داده‌اند، اما من از احکام تو لذت می‌برم. ⁷¹ تو مرا تنبیه کردی و این به نفع من تمام شد، زیرا باعث شد احکام تو را بیاموزم. ⁷² کلام تو برای من از تمام زر و سیم دنیا باارزشتر است.

عدالت احکام خداوند

⁷³ ای خداوند، تو مرا آفریده‌ای؛ پس به من دانش عطا کن تا قوانین تو را بیاموزم. ⁷⁴ آنان که تو را گرامی می‌دارند، از دیدن من خوشحال می‌شوند، زیرا من نیز بر کلام تو توکل دارم. ⁷⁵ ای خداوند، می‌دانم که از روی عدل و انصاف داوری می‌کنی و مرا نیز منصفانه تنبیه نموده‌ای. ⁷⁶ اکنون طبق وعده‌ای که فرموده‌ای، بگذار رحمت تو مایه تسلی من شود. ⁷⁷ بر من رحم فرما تا جانم تازه شود، زیرا از احکام تو لذت می‌برم! ⁷⁸ باشد که متکبران شرمنده شوند، زیرا با دروغهای خود مرا آزار رساندند؛ اما

تو به مطیعان خود می‌دهی! ⁷⁹ ترسی را که از رسوا شدن دارم از من بگیر. احکام تو نیکوست! ⁴⁰ خداوند، مشتاق احکام تو هستم! ای خدای عادل، جان مرا تازه ساز!

اعتماد بر احکام خداوند

⁴¹ ای خداوند، بر من رحم فرما و طبق وعده‌ات مرا نجات ده ⁴² تا بتوانم پاسخ مخالفانم را بدهم، زیرا آنان مرا برای اینکه بر تو اعتماد دارم، سرزنش می‌کنند. ⁴³ قدرت بیان حقیقت را از من بگیر، زیرا به احکام تو امید بسته‌ام. ⁴⁴ پیوسته احکام تو را نگاه خواهم داشت! ⁴⁵ در آزادی کامل زندگی خواهم کرد، زیرا همیشه مطیع اوامر تو هستم. ⁴⁶ احکام تو را در حضور پادشاهان اعلام خواهم کرد و از این کار خود شرمنده نخواهم شد. ⁴⁷ از اطاعت کردن دستورات تو لذت می‌برم، زیرا آنها را دوست دارم. ⁴⁸ دستورات تو را با جان و دل می‌پذیرم و درباره اوامر تو تفکر نمی‌کنم.

اطمینان بر احکام خداوند

⁴⁹ خداوند، قولی را که به بنده خود داده‌ای به یاد آور، زیرا مرا بوسیله آن امیدوار ساخته‌ای. ⁵⁰ در زمان مصیبت بوسیله کلامت تسلی یافتم، زیرا وعده تو حیات به جان من بخشید. ⁵¹ متکبران مرا بسیار مسخره کردند، اما من هرگز احکام تو را ترک نکردم. ⁵² ای خداوند، دستورات تو را که در زمانهای قدیم صادر کرده بودی، به یاد آوردم و بوسیله آنها خود را دلداری دارم. ⁵³ وقتی می‌بینم بدکاران احکام تو را می‌شکنند، بسیار خشمگین می‌شوم. ⁵⁴ هر جا مسکن گزینم، احکام تو سرود من خواهد بود. ⁵⁵ ای خداوند، در شب نیز افکارم متوجه توست و درباره کلام تو می‌اندیشم. ⁵⁶ سعادت من در این است که از اوامر تو اطاعت کنم.

تعهد نسبت به احکام خداوند

⁵⁷ ای خداوند، تو همه چیز من هستی، به همین سبب است که گفته‌ام مطیع کلامت خواهم بود. ⁵⁸ با تمام

⁹⁷ خداوند، کلام تو را چقدر دوست دارم! تمام روز در آن تفکر می‌کنم. ⁹⁸ احکام تو مرا از مخالفانم حکیمتر ساخته است، زیرا همیشه در ذهن و وجود من است. ⁹⁹ آری، حتی از معلمان خود نیز داناتر شده‌ام، زیرا همیشه در کلامت تفکر می‌کنم. ¹⁰⁰ از ریش سفیدان قوم خود نیز خردمندتر شده‌ام، زیرا دستورات تو را اطاعت کرده‌ام. ¹⁰¹ از رفتن به راه بد پرهیز کرده‌ام، زیرا خواست من این بوده که کلام تو را اطاعت کنم. ¹⁰² از اینکه مرا تنبیه نمودی، ناراحت نیستم، زیرا قصد تو تربیت من بوده است. ¹⁰³ کلام تو برای جان من شیرین است؛ حتی شیرینتر از عسل! ¹⁰⁴ از احکام تو دانش و حکمت کسب کردم، بهمین جهت از هر راه کج بیزار و گریزانم.

نور از احکام خداوند

¹⁰⁵ کلام تو چراغ راهنمای من است؛ نوری است که راه را پیش پایم روشن می‌سازد! ¹⁰⁶ قول داده‌ام که از احکام عادلانه تو اطاعت کنم و به قول خود وفادار خواهم ماند. ¹⁰⁷ ای خداوند، بسیار در مانده و پریشان هستم؛ همانگونه که وعده فرموده‌ای، جان مرا حیات ببخش! ¹⁰⁸ خداوند، دعای شکرگزاری مرا ببین و احکام خود را به من بیاور. ¹⁰⁹ جان من دایم در معرض خطر قرار می‌گیرد؛ اما من احکام تو را فراموش نمی‌کنم. ¹¹⁰ بدکاران بر سر راه من دام می‌نهند؛ اما من از دستورات تو منحرف نمی‌شوم. ¹¹¹ اوامر تو تا ابد در خزانه قلبم خواهد ماند، زیرا مایه شادی قلبم می‌باشند. ¹¹² با خود عهد بسته‌ام که تا دم مرگ کلام تو را اطاعت کنم!

امنیّت در احکام خداوند

¹¹³ از مردمان دور و متظاهر بیزارم، اما احکام تو را دوست دارم. ¹¹⁴ تو پناهگاه و سپر من هستی؛ امید من به وعده توست. ¹¹⁵ ای بدکاران، از من دور شوید؛ زیرا من اوامر خدای خود را بجا می‌آورم. ¹¹⁶ خداوند، طبق وعده‌ای که به من داده‌ای قدرت عطا فرما تا زنده بمانم. مگذار امیدم به یاس و نومیدی تبدیل شود. ¹¹⁷ به من قدرت ببخش تا از

من درباره احکام تو تفکر خواهم کرد. ⁷⁹ ای خداوند، بگذار آنانی که تو را گرامی می‌دارند و با قوانین تو آشنا هستند، به نزد من آیند. ⁸⁰ مرا یاری ده که بطور کامل از دستورات تو اطاعت کنم تا شرمندة نشوم!

دعا برای رستگاری

⁸¹ خداوند، آنقدر انتظار کشیدم مرا نجات دهی که خسته و فرسوده شدم؛ اما هنوز به وعده تو امیدوارم! ⁸² از بس منتظر شدم به وعده خود وفا کنی، چشمانم تار گردید! خداوند، چه وقت به کمک من خواهی آمد؟ ⁸³ مانند مشک دوده گرفته و چروکیده شده‌ام؛ اما احکام تو را فراموش نکرده‌ام. ⁸⁴ تا به کی باید منتظر باشم؟ کی شکنجه‌گران مرا مجازات خواهی کرد؟ ⁸⁵ متکبران که با کلام تو مخالفت می‌کنند، برای من چاه کنده‌اند تا مرا گرفتار سازند. ⁸⁶ ای خداوند، تمام احکام تو قابل اعتماد می‌باشند. متکبران به ناحق مرا عذاب دادند. خداوند، به دادم برس! ⁸⁷ نزدیک بود مرا از بین ببرند، اما من از دستورات تو غافل نشدم. ⁸⁸ خداوند، تو پر از رحمتی؛ به جان من حیات ببخش تا احکامت را بجا آورم.

ایمان به احکام خداوند

⁸⁹ ای خداوند، کلام تو تا ابد در آسمانها پایدار خواهد ماند. ⁹⁰ وفاداری تو در همه دورانها همچنان ابرجا خواهد بود و مانند زمینی که آفریده‌ای ثابت خواهد ماند. ⁹¹ همه کاینات به فرمان تو تا بحال باقی مانده‌اند، زیرا تمام آنها در خدمت تو هستند. ⁹² اگر کلام تو مایه شادمانی من نشده بود، بدون شک تا بحال از غصه مرده بودم! ⁹³ احکامت را هرگز فراموش نخواهم کرد، زیرا بوسیله آنها مرا حیات بخشیدی. ⁹⁴ من از آن تو هستم، نجاتم ده. کوشیده‌ام احکام تو را نگاه دارم. ⁹⁵ بدکاران منتظرند مرا نابود کنند اما من به احکام تو می‌اندیشم. ⁹⁶ برای هر کمالی انتهایی دیدم، اما کلام تو کامل و بی‌انتهاست!

عشق و علاقه به احکام خداوند

عدالت احکام خداوند

¹³⁷ای خداوند، تو عادل هستی و داوریهایی تو منصفانه است. ¹³⁸احکامی را که وضع نموده‌ای تمام از عدل و انصاف سرشار است. ¹³⁹آتش خشم من وجود مرا می‌سوزاند، زیرا دشمنانم به احکام تو بی‌اعتنایی می‌کنند. ¹⁴⁰کلام تو آزموده شده و پاک است؛ چقدر آن را دوست دارم! ¹⁴¹من کوچک و نالایق هستم، اما از اجرای احکام تو غافل نمی‌شوم. ¹⁴²عدالت تو ابدی است و قوانین تو همیشه راست و درست است. ¹⁴³من در زحمت و فشار هستم، ولی احکام تو موجب شادی من است! ¹⁴⁴اوامر تو همیشه عادلانه است، مرا در فهم آنها یاری فرما تا روح تازه شود!

دعا برای رستگاری

¹⁴⁵ای خداوند، با تمام قوت خود نزد تو فریاد بر می‌آورم؛ مرا اجابت فرما تا احکام تو را بجا آورم. ¹⁴⁶از تو یاری می‌خواهم؛ مرا نجات ده تا دستورات تو را انجام دهم. ¹⁴⁷پیش از طلوع آفتاب نزد تو دعا و التماس کردم و به انتظار وعده تو نشستم. ¹⁴⁸تمام شب بیدار ماندم تا در کلام تو تفکر نمایم. ¹⁴⁹ای خداوند، با رحمت خود فریادم را بشنو و طبق اوامر خود جان مرا تازه ساز! ¹⁵⁰افراد شرور و بدکار، که بویی از احکام تو نبرده‌اند، به من نزدیک می‌شوند؛ ¹⁵¹اما ای خداوند، تو در کنار من هستی. همه اوامر تو حقیقت است. ¹⁵²احکام تو را از مدتها پیش آموخته‌ام! تو آنها را چنان تثبیت کرده‌ای که تا ابد پابرجا بمانند.

تقاضای کمک

¹⁵³ای خداوند، بر رنجهای من نظر کن و مرا نجات ده، زیرا من نسبت به قوانین تو بی‌اعتنا نبوده‌ام. ¹⁵⁴از حق من دفاع کن و مرا آزاد ساز و طبق وعده‌ای که داده‌ای نجاتم ده. ¹⁵⁵بدکاران نجات نخواهند یافت، زیرا احکام تو را اطاعت نمی‌کنند. ¹⁵⁶خداوند، رحمت تو عظیم است! طبق وعده‌ای که فرموده‌ای مرا نجات ده! ¹⁵⁷دشمنان و آزاردهندگان

دست دشمنانم ایمن باشم و به حفظ احکام تو بپردازم. ¹¹⁸تو همه کسانی را که احکام تو را قبول نمی‌کنند از خود می‌زانی و تمام نقشه‌های اغفال کننده آنها را بی‌اثر می‌سازی. ¹¹⁹تمام بدکاران روی زمین را مانند نقاله دور خواهی انداخت، به همین دلیل است که من اوامر تو را دوست دارم. ¹²⁰ای خداوند، ترس تو در دل من است و از داوریهایی تو هراسانم.

اطاعت از احکام خداوند

¹²¹خداوند، مرا به دست دشمنانم تسلیم مکن، زیرا آنچه را که درست و عادلانه بوده است، انجام داده‌ام. ¹²²به من اطمینان بده که مرا یاری خواهی کرد؛ مگذار متکبران بر من ظلم کنند. ¹²³انقدر چشم انتظار ماندم که ببایی و مرا نجات دهی که چشمانم تار شد. ¹²⁴با من طبق رحمت خود عمل نما و اوامر خود را به من بیاموز. ¹²⁵من خدمتگزار تو هستم؛ به من دانایی عنایت فرما تا احکامت را درک نمایم. ¹²⁶خداوند، زمان آن رسیده که تو اقدام کنی، زیرا مردم از دستورات تو سرپیچی می‌کنند. ¹²⁷من احکام تو را دوست دارم؛ آنها را بیش از طلا و نقره دوست دارم. ¹²⁸همه احکام تو را، در هر موردی، صحیح می‌دانم؛ اما از هر نوع تعلیم دروغ متفرم.

اشتیاق به اطاعت از احکام خداوند

¹²⁹ای خداوند، احکام تو بسیار عالی است؛ از صمیم قلب آنها را اطاعت می‌کنم. ¹³⁰درک کلام تو به انسان نور می‌بخشد و ساده‌دلان را خردمند می‌سازد. ¹³¹با اشتیاق فراوان انتظار اجرای فرامین تو را می‌کشم. ¹³²همانگونه که بر دوستداران خود رحمت می‌فرمایی، بر من نیز نظر لطف بیافکن و مرا مورد رحمت خود قرار ده. ¹³³با کلامت مرا راهنمایی کن تا مغلوب بدی نشوم. ¹³⁴مرا از دست ظالمان نجات ده تا اوامر تو را انجام دهم. ¹³⁵مرا با حضور خود برکت ده و احکام خود را به من بیاموز. ¹³⁶اشک همچون سیل از چشمانم سرازیر می‌شود، زیرا مردم دستورات تو را بجا نمی‌آورند.

من بسیارند، اما من از اطاعت نمودن احکام تو غفلت نخواهم کرد.¹⁵⁸ وقتی به بدکاران که کلام تو را اطاعت نمی‌کنند، نگاه می‌کنم، از آنها منجر می‌شوم.¹⁵⁹ خداوند، ملاحظه فرما که چقدر احکام تو را دوست دارم. تو رحیم هستی، پس مرا نجات ده!¹⁶⁰ تمام احکام تو برحق و داوریهای تو همیشه عادلانه است.

تعهد نسبت به احکام خداوند

¹⁶¹زورمندان با بی‌انصافی بر من ظلم کردند، اما من کلام تو را گرامی داشتم.¹⁶² بسبب وعده‌های تو خوشحال هستم، خوشحال مانند کسی که گنج بزرگی یافته باشد!¹⁶³ از دروغ متفکر و بیزارم، اما اوامر تو را دوست دارم.¹⁶⁴ برای داوریهای عادلانه تو، روزی هفت بار تو را سپاس می‌گویم.¹⁶⁵ آنان که احکام تو را دوست دارند از سلامتی کامل برخوردارند و هیچ قدرتی باعث لغزش آنان نخواهد شد!¹⁶⁶ ای خداوند، من اوامر تو را اطاعت می‌کنم و امیدم به توست که مرا نجات دهی.¹⁶⁷ احکام تو را انجام می‌دهم و آنها را از صمیم قلب دوست می‌دارم.¹⁶⁸ دستورات و اوامر تو را انجام داده‌ام، زیرا تو ناظر بر همه کارهای من هستی.

دعای کمک

¹⁶⁹ای خداوند، فریاد مرا بشنو! طبق وعده‌ای که داده‌ای قدرت درک مرا زیاد کن.¹⁷⁰ دعایم را بشنو و طبق وعده‌ات مرا نجات ده!¹⁷¹ همیشه تو را سپاس می‌گویم، زیرا احکام خود را به من می‌آموزی.¹⁷² کلامت را با سرود ستایش خواهم کرد، زیرا تمام احکام تو عادلانه است!¹⁷³ یار و یاور من باش، زیرا مطیع کلامت هستم.¹⁷⁴ ای خداوند، مشتاق دیدن عمل رهایی بخش تو هستم؛ کلام تو لذت زندگی من است!¹⁷⁵ بگذار زنده بمانم و تو را سپاس بگویم! بگذار احکام تو راهنمای من باشند!¹⁷⁶ مانند گوسفند گمشده سرگردان هستم! بیا و مرا دریاب، زیرا غلامت دستورات تو را فراموش نکرده است.

رهایی از دست بدکاران

وقتی در زحمت بودم، از خداوند کمک خواستم و او به داد من رسید.¹² ای خداوند مرا از دست دروغ‌گویان و مردم حیل‌گر نجات بده.³ ای حیل‌گران، می‌دانید چه در انتظار شماست؟⁴ تیرهای تیز و اخگرهای داغ! شما مانند مردمان «ماشک» و خیمه نشینان «قیدار» شرور هستید. ای بر من که در بین شما زندگی می‌کنم!⁶ از زندگی کردن در میان این جنگ‌طلبان خسته شده‌ام.⁷ من صلح را دوست دارم، اما آنان طرفدار جنگ هستند و به سخنان من گوش نمی‌دهند.

خداوند حافظ من است

چشمان خود را به کوه‌ها دوخته‌ام و در انتظار کمک هستم.² کمک من از جانب خداوند می‌آید که آسمان و زمین را آفرید.³ خداوند خواهد گذاشت پایم بلغزد و بیفتم. او که از من حمایت می‌کند، هرگز نمی‌خواهد.⁴ او که از اسرائیل محافظت می‌کند، چشمانش به خواب نمی‌رود.⁵ خداوند خودش از تو مراقبت می‌نماید! او در کنارت است تا از تو حمایت کند.⁶ آفتاب در روز به تو آسیب نخواهد رسانید و نه مهتاب در شب.⁷ خداوند، تو را از هر بدی دور نگاه می‌دارد و جانت را حفظ می‌کند.⁸ خداوند، رفت و آمد تو را زیر نظر دارد و پیوسته از تو مراقبت می‌نماید.

دعا برای اورشلیم

هنگامی که به من می‌گفتند: «بیا تا به خانه خداوند برویم» بسیار خوشحال می‌شدم!² و اینک اینجا در میان دروازه‌های اورشلیم ایستاده‌ایم!³ اورشلیم اینک بازسازی شده و بشکل شهری آراسته درآمده است.⁴ قبایل اسرائیل به اورشلیم می‌آیند تا طبق دستوری که خداوند به ایشان داده است، او را سپاس گویند و پرستش کنند.⁵ این همان دروازه‌ای

همچنان خداوند گرداگرد قوم خود است و تا ابد از آنها محافظت می‌کند!

³گناهاران در سرزمین نیکوکاران همیشه حکمرانی نخواهند کرد، و گرنه نیکوکاران نیز دست خود را به گناه آلوده خواهند کرد.

⁴ای خداوند، به نیکوکاران و آنانی که دلشان با تو راست است، احسان کن، ⁵اما آنانی را که به راه‌های کج خود می‌روند، با سایر بدکاران مجازات کن. صلح و سلامتی بر اسرائیل باد!

است که پادشاهان اسرائیل می‌نشستند تا به شکایات مردم رسیدگی کنند.

⁶برای برقراری صلح و سلامتی در اورشلیم دعا کنید! همه کسانی که این شهر را دوست دارند، کامیاب باشند. ⁷ای اورشلیم، صلح و سلامتی در حصارهای تو و رفاه و آسایش در قصرهایت برقرار باد! ⁸برای برقراری صلح در اورشلیم دعا می‌کنم زیرا برادران و دوستانم در آنجا هستند. ⁹ای اورشلیم، بخاطر خانه خداوند، سعادت تو را خواهیم.

دعا برای رحمت

بسوی تو چشمان خود را برمی‌افرازم، **123** ای خدایی که در آسمانها نشسته و حکمرانی می‌کنی!

²چنانکه غلامان و کنیزان از اربابان خود رحمت و کمک انتظار دارند چشمان ما نیز ای خداوند، بسوی تو است تا بر ما رحمت فرمایی. ³⁴ای خداوند، بر ما رحمت فرما! بر ما رحمت فرما، زیرا به ما اهانت بسیار شده و جانمان از دست ثروتمندان ظالم و مغرور به لب رسیده است.

خداوند، پشتیبان قوم خود است

قوم اسرائیل جواب این سؤال را بدهد: **124** «اگر خداوند با ما نمی‌بود چه می‌شد؟»

³²هنگامی که دشمنان دردمخوی ما بر ما یورش آوردند، اگر خداوند با ما نمی‌بود آنها ما را زنده می‌بلعیدند! ⁴سپیل ما را با خود می‌برد و در گردابها غرق می‌شدیم!

⁶سپاس بر خداوند که نگذاشت ما شکار دندانهای آنها شویم. ⁷همچون پرنده، از دام صیاد گریختیم. دام شکست و ما آزاد شدیم. ⁸مددکار ما خداوند است که آسمان و زمین را آفرید.

امنیت قوم خدا

آنانی که بر خداوند توکل دارند، مانند **125** کوه صهیون، همیشه ثابت و پابرجا هستند. ²چنانکه کوه‌ها گرداگرد شهر اورشلیم هستند،

دعا برای باز یافتن نعمت‌های گذشته

هنگامی که خداوند ما را از اسارت به اورشلیم باز آورد، فکر کردیم که خواب **126** می‌بینیم! ²سپس دهان ما از خنده پر شد و سرود شادی سر دادیم! آنگاه قوم‌های دیگر درباره ما گفتند: «خداوند برای بنی‌اسرائیل کارهای شگفت‌انگیز کرده است!»

³آری خداوند، تو برای ما کارهای شگفت‌انگیز کرده‌ای و ما را آزاد ساخته‌ای!

⁴ای خداوند، آنچه را از دست داده‌ایم به ما بازگردان؛ چنانکه باران، آب را به زمین خشک باز می‌گرداند. ⁵بگذار آنانی که با اشک می‌کارند، با شادی درو کنند!

⁶کسانی که با امید و انتظار بیرون رفته بذر می‌افشاندند، با شادی محصول خود را باز خواهند آورد.

در ستایش نیکی خداوند

اگر خداوند خانه را بنا نکند، بناکنندگانش **127** زحمت بیهوده می‌کشند؛ اگر خداوند شهر را ننگهبانی نکند، ننگهبانان بیهوده ننگهبانی می‌کنند. ²بیهوده است که شما برای امرار معاش، این همه زحمت می‌کشید، صبح زود بر می‌خیزید و شب دیر می‌خوابید؛ زیرا هنگامی که عزیزان خداوند در خوابند، او برای ایشان تدارک می‌بیند.

³فرزندان هدایایی هستند از جانب خداوند. آنها پاداشی هستند که خداوند به انسان می‌دهد. ⁴پسرانی که برای مرد جوان متولد می‌شوند، همچون تیرهای تیزی

خداوند، اگر تو گناهان ما را به نظر آوری، کیست که بتواند تیرنه شود؟⁴ اما تو گناهان ما را می‌بخشی، پس تو را گرامی می‌داریم و از تو اطاعت می‌کنیم.

⁵ من بی‌صبرانه منتظر خداوند هستم و به وعده‌ای که داده است امید بسته‌ام.⁶ آری، من منتظر خداوند هستم بیش از کشیک‌چبانی که منتظر دمیدن سپیده صبح هستند!

⁷ ای اسرائیل، به خداوند امیدوار باش، زیرا رحمت او عظیم است؛ اوست که می‌تواند ما را نجات بخشد.⁸ خداوند اسرائیل را از همه گناهانش نجات خواهد داد.

دعای انسان فروتن

ای خداوند، من از خودبینی و تکبر دست کشیده‌ام؛ از آنچه بزرگتر و بلندتر از عقل من است خود را دور نگه داشته‌ام.² جان مضطرب خود را آرام ساخته‌ام. اینک، دل من، همچون کودکی که در آغوش مادر آریده، آرام و بی‌تشویش است.

³ ای اسرائیل، بر خداوند امیدوار باش، از حال تا ابد!

در ستایش خانه خدا

ای خداوند، داود و سختیهای او را فراموش مکن. به یاد آور که چگونه نزد تو قسم خورد و نذر کرد که تا مکانی برای عبادتگاه دایمی تو پیدا نکند، درخانه خود راحت ننشیند و خواب به چشمانش راه ندهد و آرام نگیرد.

⁶ در «بیت‌لحم» راجع به صندوق عهد تو شنیدیم، و در صحرای «یعاریم» آن را یافتیم. گفتیم: «بیایید به حضور خداوند وارد شویم و در پیشگاه او عبادت کنیم.»

⁸ ای خداوند، برخیز و همراه صندوق عهد خود که نشانه قدرت توست به عبادتگاه خود بیا! ⁹ باشد که کاهنان تو جامه پاک و راستی را در بر کنند و قوم تو با شادی سرود خوانند!

هستند در دست او.⁵ خوشبحال کسی که ترکش خود را از چنین تیرهایی پر می‌کند! او در جدل با دشمنان هرگز مغلوب نخواهد شد.

پاداش اطاعت از خداوند

خوشبحال کسی که خداوند را گرامی می‌دارد و از او اطاعت می‌کند.² حاصل دسترنج او پربرکت خواهد بود و خداوند او را کامیاب خواهد ساخت.³ زن او در خانه‌اش همچون درخت انگور پزئمر خواهد بود. فرزندانش مانند درختان زیتون قوی و سالم، به دور سفره‌اش خواهند نشست.⁴ این است پاداش خداوند به کسی که او را گرامی می‌دارد.

⁵ خداوند تو را از صهیون برکت دهد! باشد که تو در تمام روزهای زندگانت شاهد سعادت اورشلیم باشی! باشد که تو عمر دراز کنی و نوه‌های خود را ببینی! صلح و سلامتی بر اورشلیم باد!

دعا برای شکست دشمنان اسرائیل

ای اسرائیل به ما بگو هنگامی که جوان بودی، دشمنانت چگونه بر تو ظلم می‌کردند؟

² «هنگام جوانی دشمنانم بر من ظلم بسیار کردند، اما نتوانستند مرا از پای درآورند.³ ضربات شلاق آنان پشت مرا به شکل زمینی شیار شده درآورد،⁴ اما خداوند مرا از اسارت آنان آزاد ساخت.»

⁵ سرنگون شوند تمام کسانی که از اسرائیل نفرت دارند!^{7,6} همچون گیاهی باشند که بر پشت بامها می‌روید، که پیش از آنکه آن را ببینند، می‌خشکد و کسی آن را جمع نمی‌کند و به شکل بافه نمی‌بندد.⁸ رهگذران آنان را برکت ندهند و نگویند: «برکت خداوند بر شما باد!» و یا «ما شما را به نام خداوند برکت می‌دهیم.»

درخواست یاری از خداوند

ای خداوند، از گرداب غم نزد تو فریاد برمی‌آورم.² خداوندا، صدای مرا بشنو و به ناله‌ام گوش فراده!

²ای کسانی که در صحن خانهٔ خداوند می‌ایستید، او را پرستش نمایید! ³خداوند را شکر کنید، زیرا او نیکوست. نام خداوند را بسرایید، زیرا نام او دلپسند است. ⁴خداوند بنی‌اسرائیل را برگزید تا قوم خاص او باشند. ⁵می‌دانم که خداوند بزرگ است و از جمیع خدایان برتر! ⁶او هر آنچه که خواهد، در آسمان و زمین و حتی اعماق دریا، انجام می‌دهد. ⁷آبرها را از جاهای دور دست زمین بر می‌آورد، رعد و برق و باد و باران ایجاد می‌کند.

⁸خداوند پسران ارشد مصریها را کشت و نخست‌زاده‌های حیواناتشان را هلاک کرد. ⁹در مقابل چشمان فرعون و اهالی مصر معجزات و علامات عظیم انجام داد. ¹⁰ممالک بزرگ را مجازات کرد و پادشاهان مقتدر را از بین برد. ¹¹سیحون، پادشاه اموریان و عوج، پادشاه باشان و همهٔ پادشاهان کنعان را کشت و سرزمین آنها را به بنی‌اسرائیل داد.

¹³ای خداوند، نام تو تا ابد باقی است! همهٔ نسل‌ها تو را به یاد خواهند آورد. ¹⁴تو قوم خود را داوری خواهی نمود و بر بندگان خود رحم خواهی کرد. ¹⁵خدایان قومهای دیگر، بتهای ساخته شده از طلا و نقره هستند. ¹⁶دهان دارند، ولی سخن نمی‌گویند؛ چشم دارند، اما نمی‌بینند؛ گوش دارند، ولی نمی‌شنوند؛ حتی قادر نیستند نفس بکشند! ¹⁸سازندگان و پرستندگان بتهای نیز مانند آنها بدون شعورند.

¹⁹ای بنی‌اسرائیل، خداوند را ستایش کنید! ای کاهنان، ای خاندان هارون، خداوند را ستایش کنید! ²⁰ای لایوان، خداوند را ستایش کنید! ای خدانشناسان، او را ستایش کنید! ²¹ای مردم اورشلیم، خداوند را ستایش کنید، زیرا او در اورشلیم ساکن است!
خداوند را ستایش کنید!

سرود شکرگزاری

خداوند را شکر گویند، زیرا او مهربان است و رحمتش ابدیست. **136** ²خدای خدایان را شکر گویند، زیرا رحمتش ابدیست. ³پروردگار عالمیان را شکر گویند، زیرا رحمتش ابدیست.

¹⁰ای خداوند، بخاطر بندهات داود، پادشاه برگزیده‌ات را ترک مکن. ¹¹تو به داود وعده فرمودی که همیشه یکی از فرزندانش وارث تخت و تاج او خواهد شد، و تو به وعده‌ات عمل خواهی کرد. ¹²و نیز به داود گفתי که اگر فرزندانش از احکام تو اطاعت کنند، نسل‌اندرونسل سلطنت خواهند کرد.

¹³ای خداوند، تو اورشلیم را برگزیده‌ای تا در آن ساکن شوی. ¹⁴تو فرمودی: «تا ابد در اینجا ساکن خواهم بود، زیرا اینچنین اراده نموده‌ام. ¹⁵آنوقت این شهر را برکت خواهم داد و فقیرانش را با نان سیر خواهم نمود. ¹⁶کاهنانش را در خدمتی که می‌کنند برکت خواهم داد، و مردمش با شادی سرود خواهند خواند. ¹⁷در اینجا قدرت داود را خواهم افزود و چراغ خاندان او را روشن نگه خواهم داشت. ¹⁸دشمنان او را با رسوایی خواهم پوشانند، اما سلطنت او شکوهمند خواهد بود.»

در ستایش محبت برادرانه

133 چه خوشایند و چه دلپسند است که قوم خدا به یکدیگی با هم زندگی کنند! ²یکدلی، همچون روغن خوشبویی است که بر سر «هارون» ریخته می‌شود و بر ریش و ردایش می‌چکد! ³یکدلی، مانند شبنمی است که بر کوه بلند «حرمون» می‌نشیند و از آنجا بر کوه‌های اورشلیم فرود می‌آید. در آنجاست که خداوند برکت خود را عنایت می‌کند، برکت زندگی جاوید را.

دعوت به پرستش خداوند

خداوند را ستایش کنید، ای همهٔ خدمتگزاران خداوند که شبانگاه در خانه خداوند خدمت می‌کنید. ²دستهای خود را به پیشگاه مقدس خداوند برافزاید و او را پرستش کنید. ³خداوندی که آسمان و زمین را آفرید، شما را از سهیون برکت خواهد داد.

سرود پرستش

هللویاه! خداوند را ستایش کنید! ای خدمتگزاران خداوند، او را نیایش کنید!

زیرا چگونه می‌توانستیم در دیار غریب سرود خداوند را بخوانیم؟

⁵ای اورشلیم، اگر تو را فراموش کنم، دست راست من از کار بیافتد تا دیگر برپت ننوازم؛ ⁶اگر از فکر تو غافل شوم و تو را بر همه خوشیهای خود ترجیح ندهم، زبانم لال شود تا دیگر سرود نخوانم.

⁷ای خداوند، به یاد آور روزی را که اورشلیم محاصره شده بود و اندویمان فریاد برمی‌آوردند: «شهر را آتش یزید و آن را با خاک یکسان کنی!»

⁸ای بابل، تو ویران خواهی شد! متبارک باد آنکه همان بلایی را که تو بر سر ما آوردی، بر سر خودت بیاورد. ⁹سعادتمند باد کسی که کودکان تو را بگیرد و آنها را بر صخره‌ها بکوبد!

دعای شکرگزاری

ای خداوند، از صمیم قلب تو را سپاس می‌گویم. در حضور خدایان تو را شکر می‌کنم. **138** بسوی خانه مقدس تو خم شده، تو را عبادت می‌کنم و نام تو را بسبب رحمت و وفاداریت می‌ستایم. بخاطر نام خود، به تمام وعده‌هایی که می‌دهی عمل می‌کنی. ³هرگاه دعا کنم، جواب را می‌دهی و به جانم قوت می‌بخشی.

⁴ای خداوند، تمام پادشاهان جهان وقتی وعده‌های تو را بشنوند تو را خواهند ستود. ⁵آری، آنان کارهایی را که تو انجام داده‌ای خواهند سراپید زیرا پرشکوه و پرجلال هستی. ⁶تو متعالی اما به افراد فروتن توجه می‌نمایی و کارهای متکبران از نظر تو پوشیده نیست.

⁷خداوند، هرچند اکنون در سختی هستم، اما تو مرا خواهی رهانیدی؛ تو دشمنان مرا مجازات خواهی کرد و مرا با قدرت خویش نجات خواهی داد. ⁸تو کار مرا به کمال خواهی رساند. ای خداوند، رحمت تو ابدیست. کاری را که آغاز نموده‌ای به کمال برسان.

علم کامل و مراقبت خداوند

ای خداوند، تو مرا آزموده و شناخته‌ای. **139** تو از نشستن و برخاستن من آگاهی. فکرهای من از تو پوشیده نیست. ³تو کار کردن و

⁴او را که معجزات عظیم می‌کند شکر کنی، زیرا رحمتش ابدیست. ⁵او را که آسمانها را با حکمت خویش آفرید شکر گوئید، زیرا رحمتش ابدیست. ⁶او را که خشکی را بر آنها قرار داد شکر گوئید، زیرا رحمتش ابدیست. ⁷او را که خورشید و ماه را در آسمان آفرید شکر گوئید، زیرا رحمتش ابدیست؛ ⁸اقتاب را برای فرمانروایی بر روز آفرید، زیرا رحمتش ابدیست؛ ⁹و ماه و ستارگان را برای فرمانروایی بر شب، زیرا رحمتش ابدیست.

¹⁰خدا را که پسران ارشد مصریان را کشت شکر گوئید، زیرا رحمتش ابدیست؛ ¹¹¹²او بنی‌اسرائیل را با دست توانای خود از مصر بیرون آورد، زیرا رحمتش ابدیست؛ ¹³¹⁴دریای سرخ را شکافت و بنی‌اسرائیل را از میان آن عبور داد، زیرا رحمتش ابدیست؛ ¹⁵افرعون و لشکر او را در دریای سرخ غرق ساخت، زیرا رحمتش ابدیست.

¹⁶او را که قوم خود را در صحرا رهبری کرد شکر گوئید، زیرا رحمتش ابدیست؛ ¹⁷¹⁸او پادشاهان نامور و قدرتمند را از بین برد، زیرا رحمتش ابدیست؛ ¹⁹²⁰سیحون، پادشاه اموریان و عوج، پادشاه باثان را از میان برداشت، زیرا رحمتش ابدیست؛ ²¹²²سرزمینهای ایشان را به قوم خود بنی‌اسرائیل بخشید، زیرا رحمتش ابدیست.

²³خداوند ما را در مشکلاتمان به یاد آورد، زیرا رحمتش ابدیست؛ ²⁴او ما را از دست دشمنانمان نجات داد، زیرا رحمتش ابدیست. ²⁵او روزی همه انسانها را می‌رساند، زیرا رحمتش ابدیست. ²⁶خدای آسمانها را شکر گوئید، زیرا رحمتش ابدیست.

نوحه سرایی قوم اسرائیل در تبعید

کنار نهرهای بابل نشستیم و اورشلیم را **137** به یاد آوردیم و گریستیم. ²³آنان که ما را اسیر کرده و تاراج نموده بودند از ما خواستند از سرودهای اورشلیم بخوانیم و ایشان را شاد سازیم. اما ما برپه‌های خود را بر درختان بید آویختیم،

^{24,23}خدایا، دل مرا تقشیش کن و افکارم را بیازما؛ ببین آیا فساد و نادرستی در من هست؟ تو مرا به راه حیات جاوید هدایت فرما.

دعای محافظت

ای خداوند، مرا از دست مردان شرور نجات ده! **140** مرا از دست ظالمان محفوظ نگاهدار! ²آنها تنها به شرارت می‌اندیشند و همواره در فکر برپا کردن نزاع هستند. ³زیانشان مانند نیش مار سمی تند و تیز است و لبهایشان همچون مار افعی سم کشنده دارد.

⁴ای خداوند، مرا از دست مردان شرور محفوظ نگاهدار. مرا از دست مردان ظالم که برای سرنگونی من نقشه می‌کشند، حفظ فرما. ⁵مردان متکبر بر سر راه من تله و دام می‌گذارند تا مرا گرفتار سازند.

⁶ای خداوند، من تو را خدای خود می‌دانم. فریاد مرا بشنو و به داد من برس. ⁷تو قوت و نجات دهنده من هستی. در میدان جنگ تو سپر من بوده‌ای! ⁸ای خداوند، نگذار بیکاران به مراد دل خود برسند و کامیاب شده، مغرور شوند. ⁹بگذار آنچه برضد من اندیشیده‌اند بر سر خودشان بیاید. ¹⁰ای کاش پاره‌های آتش بر سرشان بریزد و آنها را بسوزاند، ای کاش به چاه عمیق افکنده شوند و هرگز از آن بیرون نیایند. ¹¹ای کاش آنان که به ناحق به دیگران تهمت می‌زنند، کامیاب نشوند. ای کاش شخص ظالم بوسیله ظلم و شرارت خودش نابود شود.

¹²خداوند، می‌دانم که تو به داد ستم‌دیدگان خواهی رسید و حق آنان را از ظالمان خواهی گرفت. ¹³ای خداوند، نیکان نام تو را ستایش خواهند کرد و درستکاران در حضور تو خواهند زیست.

دعای شبانگهی

ای خداوند، تو را به باری می‌طلبم، پس **141** نزد من بشتاب! وقتی فریاد بر می‌آورم و کمک می‌خواهم، صدای مرا بشنو! ²بگذار دعای من مانند دود بخور به حضور تو رسد و برافراشتن دستهایم بسوی تو، همچون قربانی شامگاهی باشد.

خواهید مرا زیر نظر داری و از همه راهها و روشهای من باخبر هستی. ⁴حتی پیش از آنکه سخنی بر زبان آورم تو آن را می‌دانی. ⁵مرا از هر سو احاطه کرده‌ای و بادت خود مرا حفظ نموده‌ای. ⁶کشاختی که تو از من داری بسیار عمیق است و من یارای درک آن را ندارم.

⁷از حضور تو به کجا می‌توانم بگریزم؟ ⁸اگر به آسمان صعود کنم، تو در آنجا هستی؛ اگر به اعماق زمین فرو روم، تو در آنجا هستی. ⁹اگر بر بالهای سحر سوار شوم و به آسموی دریاها پرواز کنم، در آنجا نیز حضور داری و با نیروی دست خود مرا هدایت خواهی کرد. ¹¹اگر خود را در تاریکی پنهان کنم یا روشنایی اطراف خود را به ظلمت شب تبدیل کنم، ¹²نزد تو تاریکی تاریک نخواهد بود و شب همچون روز روشن خواهد بود. شب و روز در نظر تو یکسان است.

¹³تو مرا در رحم مادرم نقش بستی و مرا بوجود آوردی. ¹⁴تو را شکر می‌کنم که مرا اینچنین شگفت‌انگیز آفریده‌ای! با تمام وجود دریافته‌ام که کارهای تو عظیم و شگفت‌انگیز است. ¹⁵وقتی استخوانهایم در رحم مادرم بدقت شکل می‌گرفت و من در نهان نمو می‌کردم، تو از وجود من آگاه بودی؛ ¹⁶لبی، حتی پیش از آنکه من بوجود بیایم تو مرا دیده بودی. پیش از آنکه روزهای زندگی من آغاز شود، تو همه آنها را در دفتر خود ثبت کرده بودی. ¹⁷خدایا، چه عالی و چه گرانبها هستند نقشه‌هایی که تو برای من داشته‌ای! ¹⁸درک عظمت آنها از فهم من بالاتر است. هر روز که از خواب بیدار می‌شوم کماکان خود را در حضور تو می‌بینم.

¹⁹خدایا، بیکاران را نابود کن! ای جنایتکاران از من دور شوید! ²⁰خداوند، آنان درباره تو سخنان زشت بر زبان می‌آورند و به تو کفر می‌گویند. ²¹پس ای خداوند، آیا حق ندارم از کسانی که از تو نفرت دارند، متنفر باشم؟ ²²آری، از آنها بسیار متنفر خواهم بود و دشمنان تو را دشمنان خود تلقی خواهم کرد!

ای خداوند، دعای مرا بشنو و به التماس من گوش بده! تو عادل و امین هستی، پس دعایم را اجابت فرما.² بیده خود را محاکمه نکن، زیرا هیچکس در نزد تو عادل و بی‌گناه نیست.

143

دشمن مرا از پای در آورده و به زمین کوبیده است! روزگرم را آنچنان سیاه کرده که مرگ را در چند قدمی خود می‌بینم!⁴ روحیه خود را بکلی باخته‌ام و از ترس نزدیک است قالب تهی کنم.

گذشته خود را به یاد می‌آورم و به کارهایی که تو ای خدا، برای من انجام داده‌ای می‌اندیشم.⁶ دستهای خود را بسوی تو دراز می‌کنم. جان من همچون زمین خشک، تشنه و طالب توست!

ای خداوند، دعای مرا هرچه زودتر اجابت فرما، زیرا نومید و مأیوسم. روی خود را از من برگردان، مبادا بمیرم.⁸ هر روز صبح رحمت خود را به من بنمایان، زیرا بر تو توکل دارم. راهی را که باید بپیامیم به من نشان ده، زیرا از صمیم قلب به حضور تو دعا می‌کنم.

ای خداوند، مرا از دست دشمنانم برهان، زیرا به تو پناه آورده‌ام.¹⁰ مرا تعلیم ده تا اراده تو را بجا آورم، زیرا تو خدای من هستی. باشد که روح مهربان تو مرا به راه راست هدایت نماید.

ای خداوند عادل، بخاطر نام خود جانم را حفظ کن.¹¹ بر من رحمت فرما و همه دشمنان و مخالفانم را نابود کن، زیرا من خدمتگزار تو هستم.

شکرگزاری پادشاه برای پیروزی

سپاس بر خداوند که تکیه‌گاه من است و در میدان جنگ به من قوت و مهارت

144

می‌بخشد.² او همیشه نسبت به من رحیم و مهربان بوده است. او سپر و قلعه پناهگاه من است و مرا نجات می‌بخشد. بر او توکل دارم، زیرا قوم مرا زیر فرمان من نگه می‌دارد.

ای خداوند، انسان چیست که به او توجه نمایی؟ بنی‌آدم چه ارزشی دارد که به فکر او باشی؟⁴ عمر او نمی‌بیش نیست؛ روزهای زندگی‌اش همچون سایه می‌گذرد.

ای خداوند، تو مراقب سخنان من باش و زبانم را نگادار.⁴ هر نوع تمایل بد را از من دور کن، مبادا با مردان بدکار مرتکب اعمال زشت شوم و در بزم آنها شرکت کنم.

بگذار مرد نیک مرا بزند که لطفی در حق من خواهد بود؛ بگذار مرا تادیب و تنبیه کند که برایم افتخار خواهد بود و از آن ایبا نخواهم کرد. اما با بدکاران مخالفت خواهم کرد و دعا خواهم کرد که به سزای اعمالشان برسند.⁶ وقتی رهبران این بدکاران از صخره‌ها به پایین پرتاب شوند و استخوانهایشان به هرسو پراکنده گردد، آنگاه مردم به درستی سخنان من پی خواهند برد.

ای خداوند، از تو انتظار کمک دارم. تو پناهگاه من هستی. نگذار بدکاران مرا از بین ببرند.⁹ مرا از دام و تله شروران برهان.¹⁰ بگذار من جان سالم بدر برم، اما آنان در دام خود گرفتار شوند.

دعای کمک

با صدای بلند نزد خداوند فریاد می‌زنم و درخواست کمک می‌نمایم.² تمام شکایات خود را به حضور او می‌آورم و مشکلات خود را برای او بازگو می‌کنم.³ وقتی جانم به لب می‌رسد او به کمک می‌شتاید و راهی پیش پایم می‌نهد. دشمنانم بر سر راه من دام می‌گذارند.⁴ به اطراف خود نگاه می‌کنم و می‌بینم کسی نیست که مرا کمک کند. پناهی ندارم و کسی به فکر من نیست.

ای خداوند، تنها نزد تو فریاد برمی‌آورم و از تو یاری می‌جویم. در این دنیا، یگانه پناهگاه من تو هستی. تنها تو می‌توانی جانم را در امان بداری. در زندگی، تنها تو را آرزو دارم.⁶ فریادم را بشنو، زیرا بسیار درمانده هستم. مرا از دست دشمنانم برهان، زیرا آنها بسیار قویتر از من هستند.⁷ مرا از این پریشانی و اسارت آزاد کن، تا تو را بسبب خوبیهایی که برایم کرده‌ای در جمع نیکان ستایش کنم.

دعای شخص نومید

را خواهم ستود.⁸ خداوند بخشنده و مهربان است. او دیر غضبناک می‌شود و بسیار رحیم است.⁹ او به همه خوبی می‌کند و تمام کارهایش توأم با محبت است.

¹⁰ ای خداوند، همه مخلوقات تو را ستایش خواهند کرد و همه مقدسانت تو را سپاس خواهند گفت.¹¹ ¹² آنها از شکوه ملکوت تو تعریف خواهند کرد و از قدرت تو سخن خواهند گفت، بطوری که همه متوجه عظمت کارهای تو و شکوه ملکوتت خواهند شد.¹³ ملکوت تو جاودانی و سلطنتت بی‌زوال است!¹⁴ خداوند همه کسانی را که در زحمتد یاری می‌دهد و دست افتادگان را می‌گیرد و بر می‌خیزاند.

¹⁵ ای خداوند، چشمان همه موجودات زنده به تو دوخته شده است تا روزی آنها را به موقع به آنها برسانی.¹⁶ دست پربرکت خود را بسوی آنها دراز کن و نیاز همگان را برآورده ساز.

¹⁷ خداوند در تمام کارهایش عادل و مهربان است.¹⁸ خداوند به آتانی که او را به راستی و صداقت طلب می‌کنند نزدیک است.¹⁹ خداوند آرزوی کسانی را که او را گرامی می‌دارند برآورده می‌سازد و دعای آنها را شنیده، ایشان را نجات می‌بخشد.²⁰ خداوند دوستداران خویش را محفوظ می‌دارد، اما بدکاران را نابود می‌کند.

²¹ از دهان من همیشه شکرگزاری خداوند شنیده خواهد شد! باشد که همه مخلوقات نام مقدس او را تا ابد سپاس گویند!

در ستایش خدای نجات دهنده

خداوند را سپاس باد!

146

ای جان من، خداوند را ستایش کن.² آری، تا زنده‌ام خداوند را سپاس خواهم گفت؛ تا نفس دارم خدای خود را ستایش خواهم کرد.³ تیر رهبران انسانی توکل نکنید؛ آنها همگی فانی هستند و قادر به نجات دادن نیستند.⁴ وقتی آنها می‌میرند به خاک باز می‌گردند و تمام نقشه‌هایشان نقش بر آب می‌شود!

⁵ اما خوشبحال کسی که خدای یعقوب مددکار اوست و امیدش بر یهوه، خدای او می‌باشد، همان خدایی

⁵ ای خداوند، آسمان را بشکاف و فرود بیا! کوه‌ها را لمس کن تا از آنها دود برخیزد.⁶ رعد و برق بفرست و دشمنانت را پراکنده ساز؛ تیرهایت را پرتاب کن و آنها را از پای درآور! ⁷ دستت را از آسمان دراز کن و مرا از میان انبهای عمیق نجات ده؛ بلی، مرا از چنگ این بیگانگان که سخنانشان سراسر دروغ است، آزاد ساز!

⁹ ای خدا، تو را سرودی تازه می‌سرایم! سرودم را با نغمه بریبط دتار برای تو می‌سرایم!¹⁰ تو پادشاهان را نجات می‌دهی و خدمتگزارت داود را از دم شمشیر می‌رهانی!¹¹ مرا از دست دشمن ظالم برهان؛ مرا از چنگ این بیگانگانی که سخنانشان سراسر دروغ است نجات ده!

¹² باشد که پسران ما رشد کرده، همچون درختان تنومند و قدبلند شوند و دختران ما مانند پیکره‌های سنگی خوش‌تراش قصر پادشاه گردند!¹³ باشد که انبارهای ما از انواع محصولات پر شود و گوسفندانمان در صحراها هزاران هزار بره بزایند!¹⁴ باشد که گاوئمان باردار شده، بدون زحمت بزایند! باشد که در کوچ‌هایمان صدای آه و ناله نباشد!

¹⁵ خوشبحال قومی که چنین وضعی دارند و «یهوه» خدای ایشان است!

سرود پرستش

ای خدا، ای پادشاه من، تو را گرامی خواهم داشت و تا ابد ستایشت خواهم کرد!² هر روز تو را خواهم پرستید و تا ابد نامت را سپاس خواهم گفت!³ ای خداوند، تو بی‌نهایت عظیم هستی و درخور ستایشی؛ عظمت تو فوق قدرت درک انسانی است.

⁴ اعمال تو را مردم روی زمین نسل‌اندنرسل خواهند ستود و از کارهای تو تعریف خواهند کرد.⁵ آنها از شکوه و عظمت تو سخن خواهند گفت و من درباره کارهای عجیب و شگفت‌انگیزت سخن خواهم راند.⁶ کارهای مقتدرانه تو وارد زبان آنها خواهد بود و من عظمت تو را بیان خواهم نمود.⁷ آنها درباره مهربانی بجد تو سخن خواهند گفت و من عدالت تو

¹⁵ خداوند به زمین دستور می‌دهد و هر چه می‌فرماید فوری عملی می‌شود. ¹⁶ او برف را مانند لحاف بر سطح زمین می‌گستراند و شبنم را همچون خاکستر همه جا پخش می‌کند. ¹⁷ خداوند دانه‌های تگرگ را مانند سنگریزه فرو می‌ریزد و کیست که تاب تحمل سرمای آن را داشته باشد؟ ¹⁸ سپس دستور می‌دهد و یخها آب می‌شوند؛ باد می‌فرستد و آبها جاری می‌شوند.

¹⁹ او شریعت و احکام خود را به قوم اسرائیل داده است. ²⁰ این کار را تنها در مورد اسرائیل انجام داده است و نه قوم دیگری؛ لذا قومهای دیگر با شریعت او آشنا نیستند.

خداوند را سپاس باد!

دعوت به پرستش

خداوند را سپاس باد!

148

خداوند را از عرش برین ستایش کنید، ای کسانی که در آسمانها ساکن هستید. ² ای همهٔ فرشتگان، خداوند را ستایش کنید. ای همهٔ لشکرهاى آسمانی، او را ستایش کنید. ³ ای آفتاب و ماه، خداوند را ستایش کنید. ای همهٔ ستارگان درخشان، او را ستایش کنید. ⁴ ای آسمانها و ای بخارهایی که فوق ابرهاید، او را ستایش کنید. ⁵ همگی خداوند را ستایش کنید، زیرا به فرمان او آفریده شدید. ⁶ او شما را تا ابد بر جایمان ثابت نموده است و آنچه او ثابت نموده است هرگز تغییر نخواهد کرد.

⁷ ای همهٔ نهنگان و موجوداتی که در اعماق دریا هستید، خداوند را ستایش کنید. ⁸ ای آتش و تگرگ و مه و تندباد که مطیع فرمان خداوند هستید، او را ستایش کنید. ⁹ ای کوهها، ای تپه‌ها، ای درختان میوه‌دار، ای سروهای آزاد، خداوند را ستایش کنید. ¹⁰ ای حیوانات وحشی و اهلی، ای پرندگان و خزندگان، خداوند را ستایش کنید. ¹¹ ای پادشاهان و قومهای جهان، ای رهبران و بزرگان دنیا، ای پسران و دختران، ای پیران و جوانان، خداوند را ستایش کنید.

که آسمان و زمین و دریا و آنچه را که در آنهاست، آفرید. او خدایی است که همیشه نسبت به وعده‌هایش امین می‌ماند، ⁷ به داد مظلومان می‌رسد، و گرسنگان را سیر می‌کند. خداوند اسیران را آزاد می‌سازد، ⁸ چشمان کوران را باز می‌کند و آنان را که زیر بار مشقت خم شده‌اند، راست می‌گرداند. خداوند نیکان را دوست دارد، ⁹ از غریبان محافظت می‌کند، از یتیمان و بیوزنان نگهداری می‌نماید؛ اما نقشه‌های بدکاران را نقش بر آب می‌کند.

¹⁰ خداوند تا ابد سلطنت می‌نماید. ای اورشلیم، خدای تو در طی تمام دورانها حکمرانی خواهد کرد. خداوند را سپاس باد!

در ستایش خدای قادرمطلق

خداوند را سپاس باد!

147

چه خوب است که خدای خود را با سرود ببرستیم؛ چه لذتبخش است که او را بستاییم! ² خداوند اورشلیم را دوباره بنا می‌کند و پراکندگان اسرائیل را جمع می‌نماید. ³ او دلشکستگان را شفا می‌بخشد و زخمهای ایشان را می‌بندد.

⁴ خداوند حساب ستارگان را دارد و نام هر یک از آنها را می‌داند. ⁵ خداوند ما بزرگ و تواناست و حکمت او را انتها نیست. ⁶ او بیچارگان را سرفراز می‌کند، اما روی بدکاران را به خاک می‌مالد.

⁷ خداوند را با سرود ببرستید! او را با نغمهٔ برپستایش کنید! ⁸ او ابرها را بر آسمان می‌گستراند و باران را بر زمین می‌باراند و گیاه را می‌رویاند، ⁹ به حیوانات غذا می‌دهد و روزی جوجه‌کلاغها را می‌رساند.

¹⁰ خداوند به نیروی اسب رغبت ندارد و قدرت انسان او را خشنود نمی‌سازد؛ ¹¹ خشنودی او از کسانی است که او را اگر می‌دارند و به رحمت وی امید بسته‌اند.

¹² ای اورشلیم، خداوند را ستایش کن! ای صهیون، خدای خود را سپاس بگو! ¹³ زیرا او دروازه‌هایت را محکم به روی دشمن بسته و فرزندان را که در درون هستند برکت داده است. ¹⁴ او مرزهایت را در صلح و آرامش نگه می‌دارد و تو را با بهترین نان گندم سیر می‌نماید.

ستایش کنید! ³ او را با نغمه سرنا و بریط و عود
ستایش کنید! ⁴ او را با دف و رقص ستایش کنید! او را
با سازهای زهی و نی ستایش کنید! ⁵ او را با سنجهای
خوش صدا و قوی ستایش کنید! ⁶ هر که جان در بدن
دارد خداوند را ستایش کند!
خداوند را سپاس باد!

¹³ همه شما نام خداوند را ستایش کنید، زیرا تنها
اوست خدای متعال؛ شکره و جلال او برتر از زمین
و آسمان است. ¹⁴ او بنی اسرائیل را که قوم
برگزیده‌اش هستند توانایی می‌بخشد تا او را ستایش
کنند.
خداوند را سپاس باد!

سرود پرستش

خداوند را سپاس باد!

149

برای خداوند سرودی تازه بخوانید و در
جمع مؤمنان، او را ستایش کنید! ² ای اسرائیل، بخاطر
وجود آفریننده خود شاد باش؛ ای مردم اورشلیم، بسبب
پادشاه خود شادی کنید! ³ با نغمه بریط و عود، رقص
کنان نام خداوند را سپاس گوید. ⁴ زیرا خداوند از قوم
خود راضی است و فروتنان را نجات می‌بخشد. ⁵ قوم
خداوند بسبب این افتخار بزرگ شاد باشند و تمام شب در
بسترهای خود با شادمانی سرود بخوانند.

^{7,6} ای قوم خداوند، با صدای بلند او را ستایش کنید و
شمشیرهای دودم را بدست گرفته، از قومه‌ها و قبایل
خدانشناس انتقام بگیرید. ⁸ پادشاهان و رؤسای آنها را
به زنجیر بکشید ⁹ و حکم خداوند را در مورد
مجازات آنها اجرا کنید.

این است پیروزی و افتخار قوم او!

خداوند را سپاس باد!

خداوند را سپاس باد!

خداوند را ستایش کنید!

150

خداوند را در خانه مقدس ستایش کنید!
توانایی او را در آسمانها ستایش کنید! ² او را بسبب
کارهای عظیمش ستایش کنید! عظمت بی‌نظیر او را