PANNONHALMI

Zsoltároskönyv

Előszó 5

zsoltárok egy hétre 6

vasárnap 7

hétfő 37

kedd 64

szerda 90

csütörtök 116

péntek 138

szombat 162

zsoltárok naponta 186

a hónap 1. napja 187
a hónap 2. napja 198
a hónap 3. napja 204
a hónap 4. napja 213
a hónap 5. napja 219
a hónap 6. napja 227
a hónap 7. napja 234
a hónap 8. napja 240
a hónap 9. napja 246
a hónap 10. napja 253
a hónap 11. napja 259
a hónap 12. napja 265
a hónap 13. napja 270
a hónap 14. napja 276
a hónap 15. napja 283
a hónap 16. napja 290
a hónap 17. napja 295
a hónap 18. napja 301
a hónap 19. napja 306
a hónap 20. napja 313
a hónap 21. napja 320
a hónap 22. napja 329
a hónap 23. napja 332
a hónap 24. napja 338
a hónap 25. napja 344
a hónap 26. napja 350
a hónap 27. napja 356
a hónap 28. napja 364
a hónap 29. napja 370
a hónap 30. napja 375
Legfontosabb zsoltárok 381
evangéliumi énekek 382
Benedictus Lk 1,69-79 383
Magnificat Lk 1,46-55 384
Nunc dimitis (Simeon éneke) Lk 2,29-32 385
Utószó 386
Köszönet a közreműködésért: 387

Előszó

zsoltárok egy hétre
vasárnap
hétfő
kedd
szerda
csütörtök
péntek
szombat

zsoltárok naponta
a hónap 1. napja
a hónap 2. napja
a hónap 3. napja
a hónap 4. napja
a hónap 5. napja
a hónap 6. napja
a hónap 7. napja
a hónap 8. napja
a hónap 9. napja
a hónap 10. napja
a hónap 11. napja
a hónap 12. napja
a hónap 13. napja
a hónap 14. napja
a hónap 15. napja
a hónap 16. napja
a hónap 17. napja
a hónap 18. napja
a hónap 19. napja
a hónap 20. napja
a hónap 21. napja
a hónap 22. napja
a hónap 23. napja
a hónap 24. napja
a hónap 25. napja
a hónap 26. napja

a hónap 27. napja
a hónap 28. napja
a hónap 29. napja
a hónap 30. napja

Legfontosabb zsoltárok

evangéliumi énekek

Benedictus Lk 1,69-79
Magnificat Lk 1,46-55
Nunc dimitis Lk 2,29-32

Utószó

Köszönet a közreműködésért

Előszó

A zsoltárok minden túlzás nélkül tekinthetők Jézus imádságainak, amelyek mélyen meghatározzák és átjárják mind az ő, mind az egész Újszövetség beszédmódját. Talán az sem elhanyagolható tény, hogy a korai kereszténység mindig is ragaszkodott a zsoltárimádsághoz; a szerzetesatyák pedig egyenesen az imádság iskolájának tekintették, és teljességgel a magukénak érezték ezeket az ősi szövegeket.
Zsoltárt imádkozni nem egyéb tehát, mint Jézus imádságait, a zsidó nép imádságait, Mária, Zakariás, Simeon, Anna prófétaasszony, a korai keresztény közösségek imádságait és a szerzetesség több évszázada ismételt imádságait a mi korunkban, a mi életünkben újra elismételni.

zsoltárok egy hétre

A korai keresztény hagyományban igen gyakori volt a zsoltárok folyamatos imádkozása (ami minden bizonnyal a zsidó gyakorlatból ered) a következő felosztás lehetővé teszi, hogy az imádkozó egyetlen hét alatt jusson végig a százötven zsoltáron.

vasárnap

1. zsoltár • Az igaz és a hamis út

Boldog ember, aki nem követi a gonoszok tanácsát, † aki nem jár a bűnösök útján, * és nem ül le a csúfot űzők közé;

Aki az Úr törvényében leli örömét, * s parancsairól elmélkedik éjjel és nappal.

Olyan ő, mint a fa a patak partján, * mely idejében megtermi gyümölcsét,

És lombja el nem hervad: * siker koronázza minden tettét.

De nem így járnak a gonoszok, * hanem mint a pelyva, melyet a szél tovasodor.

Nem állnak meg a gonoszok az ítélet idején, * sem a bűnösök az igazak gyűlésén.

Mert ismeri az Úr az igazak útját, * a gonoszok útja pedig pusztulás.

2. zsoltár • A diadalmas Messiás-király

Miért zúgnak a nemzetek, * miért szőnek üres terveket a népek?

Fölkelnek a föld királyai, † a fejedelmek egybegyűlnek * az Úr ellen és Fölkentje ellen:

„Bilincsüket törjük össze, * igájukat rázzuk le magunkról!”

Mosolyog rajtuk, aki a mennyben lakik, * megcsúfolja őket az Isten.

Ám haragjában szól majd hozzájuk, * és megzavarja dühében őket:

„Én kentem föl királyom * szent hegyemen, Sion hegyén.”

Az Úr végzését hirdetem, † ő mondotta nékem: * „Fiam vagy te, ma szültelek téged.

Kérd tőlem és örökségül neked adom a népeket,* birtokod lesz a föld minden határa.

Vasvesszővel kormányzod őket, * és összetöröd őket, mint a cserépedényt.”

Nos, királyok, bölcsek legyetek, * föld bírái, értsetek belőle!

Szolgáljátok az Urat és féljétek, * ujjongjatok előtte reszkető szívvel!

Fogadjátok el intését, † hogy haragjától el ne vesszetek, * ha egyszer haragja lángra lobban.

Boldogok mindazok, * akik oltalmában bízva élnek!

3. zsoltár • Az Úr a védelmezőm

(Dávid zsoltára, amikor menekült fia, Absalom elől.)

Uram, de sokan gyötörnek engem, * sokan fölkelnek ellenem,

Sokan mondják rólam: * „Nincs oltalma Istenben!”

De te, Uram, védő pajzsom vagy, * dicsőségem, aki fölemelted csüggedt fejemet.

Az Úrhoz kiáltottam hangos szóval, * és ő meghallgatott engem szent hegyéről.

Nyugalomra tértem és álomba merültem, * de fölkeltem, mert az Úr fölemelt engem.

Vegyen bár körül ezernyi nép, akkor sem félek. * Kelj fel, Uram, ments meg, Istenem!

Ellenségeimet arcul verted, * a bűnösök fogát összezúztad.

Menedékünk benned van, Uram, * Legyen áldásod népeden!

4. zsoltár • Esti imádság

(A karvezetőnek, húros hangszerre – Dávid zsoltára.)

Hallgass meg, ha hozzád kiáltok, igaz Istenem! * Szorult helyzetemben tágas utat nyitottál nékem.

Könyörülj rajtam * és hallgasd meg imámat!

Meddig marad kemény a szívetek, emberek? * Miért szeretitek a hiúságot, és hazugságot miért kerestek?

Tudjátok meg: az Úr csodát tesz hívével, * meghallgat az Úr, amikor hozzá kiáltok.

Ha indulat fog is el, kerüljétek a vétket, † fontoljátok meg szívetek mélyén, * és fekhelyeteken pihenni térjetek!

Igaz áldozati adományt hozzatok * és az Úrban bízzatok!

Sokan mondják: „Ki részesít még jóban minket?” * Derítsd ránk, Urunk, arcod fényét!

Nagyobb örömet adtál szívembe, * mint akik dúskálnak búzában s borban!

Békében fekszem le és el is alszom, * mert egyedül csak benned találom nyugalmam, Uram.

5. zsoltár • Reggeli ima

(A karvezetőnek, fuvolára – Dávid zsoltára.)

Hallgasd meg, Uram, szavamat, * figyelj könyörgő imámra!

Imádságom jusson eléd, * én királyom, Istenem!

Mert hozzád könyörgök, Uram, † már reggel meghallod szavam, * reggel hozom imám eléd, úgy várlak téged.

Mert nem vagy olyan Isten, hogy kedvelnéd a hamisságot, † a rossz ember nem talál otthonra nálad, * az istentelen meg nem áll színed előtt.

Gyűlölsz minden gonosztevőt, † elveszíted, akinek hazugságot beszél szája, * a véreskezű és álnok ember utálatos az Úr színe előtt.

Én azonban kegyelmed bőségében házadba lépek, † leborulok szent templomod felé, * mert féllek téged.

Te vezess, Uram, ellenségeim miatt igaz voltodban, * tedd járhatóvá előttem utadat!

Mert nincs igaz szó szájukban, * gonoszat forralnak szívükben.

Tátongó sír a torkuk, * hízelgésre hajlik nyelvük.

Büntesd őket érte, Istenem, hadd essenek saját csapdájukba!

Számtalan gonoszságuk miatt taszítsd el őket, mivel ellened szegültek.

De örvendezzenek mindnyájan, akik tebenned bíznak, * ujjongjanak minden időben!

Légy oltalmuk, hogy örvendjenek benned mindazok,* akik szeretik nevedet!

Mert te, Uram, az igazat megáldod, * s pajzsként borítod fölébe jóságod.

6. zsoltár • A megtört szívű ember az Úr irgalmát kéri

(A karvezetőnek, húros hangszerre – Dávid zsoltára.)

Uram, haragodban ne feddj meg engem, * indulatodban meg ne fenyíts!

Könyörülj rajtam, Uram, mert gyenge vagyok, * gyógyíts meg, Uram, mert reszket minden tagom!

A lelkem mélyen megrendült, * meddig késel még, Uram?

Fordulj hozzám, Uram, mentsd meg életem, * szabadíts meg irgalmad miatt!

Mert nem gondol rád senki a holtak között, * a halál országában ki dicsőít téged?

Belefáradtam a sóhajtozásba, † egész éjjel könnyel áztatom ágyamat, * könnyeimmel öntözöm fekvőhelyem.

Elhomályosult szemem a bánattól, * ellenségeim miatt őszülök.

Távozzatok tőlem, mind, akik gonoszat műveltek, * mert meghallgatta az Úr hangos sírásom.

Meghallgatta az Úr kérő szavamat, * elfogadta az Úr imámat.

Szégyenüljön meg minden ellenségem és félelem szállja meg őket, * hátráljanak meg és tüstént borítsa szégyen őket!

7. zsoltár • A megrágalmazott ember imádsága

(Dávid gyászéneke, amelyet az Úrnak énekelt a benjaminita Kus felett.)

Uram, Istenem, tebenned remélek, * szabadíts meg minden üldözőmtől, és ments meg engem;

Nehogy valaki oroszlánként elvegye életem, * szét ne szaggasson, mert nincs, aki megmentsen.

Uram, Istenem, hogyha rosszat tettem, * ha gonoszság tapad kezemhez,

Ha barátommal gonoszul bántam, * ha bántalmaztam azt, aki rám támadt ok nélkül,

Akkor üldözzön és fogjon el ellenségem, † tiporja földre életem, * becsületemet taposssa porba!

Haragodban kelj föl, Uram, * lépj fel ellenségeim dühe ellen!

Ébredj fel, Istenem, * és tarts ítéletet törvényed szerint.

Gyűljön köréd a nemzetek tanácsa, † ülj magas trónra fölöttük: * Ítél az Úr a népek felett.

Az Úr a népek bírája.

Szolgáltass igazságot nékem, Uram, * ártatlanságomért és igaz voltomért.

Vess véget a bűnösök gonoszságának, † erősítsd meg az igaz embert, * szívek és vesék vizsgálója, igaz Isten.

Isten az én védőpajzsom, * ő menti meg a tiszta szívűt.

Igazságos bíró az Isten, * olyan Isten, aki minden nap büntethet.

Ha az ellenség újra élezi kardját, * feszíti íját és céloz,

Maga ellen irányítja a halálos fegyvert * és készíti tüzes nyilait.

Gonoszat forral szívében, * nyomorúságot hordoz, és álnokságot hoz a világra.

Gödröt ásott és mélyre vájta, * de maga esett a verembe, amelyet készített.

Gonoszsága visszahull fejére, * gazsága saját fejére szakad.

De én igaz voltáért áldom az Urat, * zsoltárt zengek a Fölséges nevének.

8. zsoltár • Isten fönsége, az ember méltósága

(A karvezetőnek, Gát szerint – Dávid zsoltára.)

Uram, mi Urunk, széles e világon, * milyen csodálatos a te neved.

Dicsőséged magasztalja az egekig * a gyermekek és a kicsinyek ajka.

Védőbástyát emeltél elleneid ellen, * hogy elhallgattasd az ellenszegülőt és a lázadót.

Vizsgálom az eget, kezed művét, * holdat, csillagot: te alkottad őket.

Mi az ember, hogy megemlékezel róla? * Mi az emberfia, hogy gondot viselsz rája?

Kevéssel tetted őt kisebbé Istennél, * dicsőséggel és nagysággal koronáztad.

Úrrá tetted kezed művei fölött, † lába alá vetettél mindent: * minden juhot, a barmokat, s a mezők vadjait,

az ég madarait, s a tenger halait, * mindent, ami a tenger ösvényén kering.

Uram, mi Urunk, széles e világon, * milyen csodálatos a te neved.

9. zsoltár • Az ítélő Bíró

(A karvezetőnek, oboára és hárfára – Dávid zsoltára.)

Magasztallak, Uram, teljes szívemből, * elbeszélem minden csodádat.

Ujjongok és örvendezem benned, * zsoltárt zengek nevednek, Fölséges.

Mert ellenségeim meghátrálnak és elbuknak, * semmivé lesznek színed előtt.

Vállaltad ügyemet és javamra ítéltél, * trónodra ültél mint igaz bíró.

Megfenyítetted a népeket és semmivé tetted a gonoszt, * és eltörölted nevüket örökre.

Az ellenség megsemmisült, † városai, miket leromboltál, örökre pusztasággá lettek, * még emlékük is elenyészett velük együtt.

De az Úr uralkodik örökké, * ítélkezésre készítette királyi székét.

Igazságban ítéli meg az egész földet, * és méltányosan ítél a népeken.

Az Úr lesz az elnyomottak oltalma, * menedékük a szükség idején.

Benned bíznak, akik nevedet ismerik, * mert nem hagyod el, Uram, aki keres téged.

Énekeljetek az Úrnak, aki a Sionon lakik, * hirdessétek a népek közt tetteit!

Mert számon kéri a vérontást, † a szegényeket nem felejti, * emlékezik kiáltó szavukra.

Könyörülj rajtam, Uram, † lásd, ellenségemtől mennyit szenvedek, * a halál kapujából emelj föl engem,

Hogy Sion városának kapujában dicsőségedet hirdessem, * és ujjongjak megmentő tetteden!

A népek a maguk ásta verembe estek, * titkon kivetett hálójuk megfogta lábukat.

Megmutatta magát az Úr és ítéletet tartott, * saját csapdájába esett a gonosz.

Az alvilágba hullanak a gonoszok, * és minden nemzet, amely feledi Istent.

Mert ő nem feledkezik meg a szegényekről végleg, * a nyomorultak reménye nem vész el örökre.

Emelkedjél fel, Uram, nehogy elbízza magát az ember, * ítéld meg a népeket színed előtt!

Bocsáss rájuk rettegést, Uram, * tudják meg a nemzetek, hogy ők csak emberek!

Uram, miért vagy olyan távol, * miért rejtőzöl el a nyomorúság és szükség idején?

Mikor a kevély gonoszok gyötrik a szegényt, * saját csalárd tervük fogja meg őket.

Bűnös vágyaival dicsekszik a gonosz, * önmagát magasztalja a kapzsi ember.

Elbizakodottságában megveti a bűnös az Urat: * „Nem kéri számon, nincsen Isten!”

Mindig csak erre gondol, * siker kíséri útját minden időben.

Oly magasak ítéleteid, hogy fel se fogja, * ellenfeleit semmibe veszi.

Így szól szívében: „Meg nem rendülök, * nemzedékről nemzedékre baj nélkül élek.”

Csalárdsággal, álnoksággal és átokkal van telve szája, *
nyomorúságot és bajt okoz nyelve.

Lesben áll az utak mentén, * és megöli titkon az ártatlant.

Szeme a nyomorultat kémleli, * mint bozótban az oroszlán,
leselkedik rejtekhelyén.

Csapdát állít, hogy elfogja a szegényt, * elfogja a szegényt, és tőrbe
ejti.

Meglapul, majd rárohan, * és lesújtja a szegényt karjának ereje.

Azt mondja szívében: „Feledékeny az Isten, * elfordítja arcát, soha
meg nem látja.”

Emelkedjél fel, Uram, emeld fel karodat, Istenem, * és ne
feledkezzél el az elnyomott emberről!

Miért veheti semmibe a gonosz az Istent? * Miért mondja szívében:
„Nem kéred számon!”

De te ezt látod, † számon tartasz minden gondot, szenvedést, * és
mindezt a kezedben tartod.

Rád hagyatkozik az elhagyott, * az árvának te vagy oltalma.

Törd össze a bűnös és a gonosztevő karját, * büntesd meg vétküket,
hogy nyomuk se maradjon!

Király az Úr örökkön-örökké, * a pogányok eltűnnek földjéről.

Meghallgatod a szegények kívánságát, Uram, * megerősíted
szívüket, figyelmed feléjük fordul.

Igazságot szolgáltatsz az elnyomottnak és árvának. * Ne keltsen
félelmet többé senki a földön!

10. zsoltár • Az igaz az Úrban bízik

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Az Úrban bízom, miért mondjátok nékem: * „Menekülj a hegyekbe, mint a madár!”?

Mert a bűnösök kifeszítették már íjukat, † a nyílvesszőt a húrra tették, * hogy leterítsék a sötétben a tiszta szívűt.

Ha leomlanak az alapfalak, * mit tehet akkor az igaz ember?

Az Úr szent házában lakik, * az Úr az égben trónol.

Rátekint szeme a szegényre, * pillantása vizsgálja az emberek fiait.

Az Úr megvizsgálja az igazat s a bűnöst egyaránt, * s aki az erőszakot szereti, azt szívből gyűlöli.

A bűnösökre parazsat és tüzes kénkövet hullat, * és pusztító vihar lesz osztályrészük.

Az Úr igazságos és kedveli az igaz tetteket, * csak az igazak látják meg arcát.

11. zsoltár • Az ember hamissága és Isten hűsége

(A karvezetőnek, nyolc húrra – Dávid zsoltára.)

Segíts, Uram, mert az igazak elfogytak, * kiveszett a hűség az emberek közül.

Hazug módon beszélnek egymással, * hamis ajakkal, s kétszínűen szól a szívük.

Némítsa el az Úr az összes hazug ajkat, * minden nyelvet, mely nagy szótól hangos.

Azokét, akik azt mondják: † „Nyelvünk tesz naggyá bennünket * ajkunk a fegyverünk, ki lehet úrrá felettünk?”

De így szól az Úr: † „Fölkelek most már a gyengék nyomora és a szegények sóhaja miatt, * szabadulást viszek a megvetett embernek.”

Az Úr beszéde egyenes beszéd, * tűzben kipróbált ezüst, salaktalan, hétszer tisztított.

Uram, te megvédesz bennünket, * e nemzedéktől örökre megőrzöl.

Mert körülöttünk a gonoszok szabadon járnak-kelnek, * s az emberek között terjed az aljasság.

12. zsoltár • Az Úrban bízó igaz panasza

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Meddig feledkezel el rólam, Uram? * Meddig fordítod el arcodat tőlem?

Meddig emészti lelkem a fájdalom, † meddig bánkódom naphosszat szívemben? * Meddig győzedelmeskedik rajtam az ellenség?

Tekints rám és hallgass meg, Uram, Istenem! * Tartsd meg szemem fényét, nehogy halálos álomba merüljek!

Ne mondhassa ellenségem: „Győztem ellene!” * Ne ujjonghassanak üldözőim, hogyha elesem!

Mert irgalmasságodban bíztam, † segítségeden ujjong a szívem, * az Úrnak énekelek, mert jót tett velem.

13. zsoltár • Az istentelenek oktalansága

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Így szól szívében az oktalan: „Nincsen Isten.” † Megromlottak és utálatos dolgokat művelnek, * senki sincs, aki jót tenne.

Az Úr letekint az emberekre a mennyből, * hogy lássa: van-e köztük értelmes, aki Istent keresi.

Elpártoltak tőle és megromlottak mindnyájan, * nincs, aki jót tenne, nincsen senki sem.

Nem térnek észre, akik gonoszat tesznek? * Emésztik népemet, ahogy a kenyeret eszik.

Nem hívják segítségül az Urat; † akkor majd rettegés tölti el őket, * mert Isten az igaz nemzedék pártját fogja.

Ti megzavarnátok a védtelen ember szándékát, * ám az Úr az ő reménye.

Ki ad Sionból üdvösséget Izraelnek? † Ha majd Isten jóra fordítja népe sorsát, * ujjong Jákob és örvend Izrael.

14. zsoltár • Isten házában

(Dávid zsoltára.)

Uram, ki lehet sátradnak lakója, * ki nyugodhat a te szent hegyeden?

Aki szeplőtelenül járja útját és helyesen cselekszik, * aki igazat gondol szívében,

Akinek nyelve nem szól álnokságot, † embertársának nem tesz rosszat, * és nem illeti társát gyalázó szavakkal,

Aki a gonoszt hitványnak ítéli, * de tiszteli az istenfélőt,

Aki esküjét meg nem tagadja, * még akkor sem, ha kárát vallja,

Aki uzsorára nem adja pénzét, * és nem fogad el ajándékot az ártatlan ellen;

Aki ezeket cselekszi, * az soha meg nem inog.

15. zsoltár • Az Úr az örökségem

(Miktam – Dávid zsoltára.)

Oltalmazz engem, Istenem, * mert én benned bízom.

Így szólok az Úrhoz: „Uram vagy nékem, * nincs más javam rajtad kívül!”

A szentekhez, kik a földön élnek, * s az igazakhoz vonzódom egész szívemmel.

Sok lesz a fájdalmuk azoknak, * akik más istent követnek.

Véres áldozataikban nincsen részem, * még csak nevüket sem veszem ajkamra.

Az Úr az én kelyhem és osztályrészem, * sorsom kezedben tartod.

Gazdag földre esett mérőláncom, * valóban értékes az örökrészem.

Áldom az Urat, mert értelmet adott nékem, * még éjszaka is erre int szívem.

Az Úr mindenkor szemem előtt, * nem ingok meg, mert ő áll jobbomon.

Ezért örvend a szívem és ujjong a lelkem, * sőt testem is reménybe nyugszik el.

Mert nem hagyod lelkem a holtak honában, * és nem engeded, hogy szented pusztulást lássa.

Az élet útját mutatod meg nékem, † az öröm teljességét színed előtt, * és a gyönyörűséget jobbodon, mely örökké megmarad.

16. zsoltár • A tiszta szívű ember könyörgése

(Ima Dávidtól.)

Hallgasd meg, Uram, igaz ügyemet, * figyelj könyörgő szavamra!

Imádságom fogadd füledbe, * mert ajkamon nincsen hamisság.

Ítéletemet arcodtól várom, * mivel látja az igazat szemed.

Ha szívemet megvizsgálod és éjjelente kifürkészed, † s ha kipróbálsz is tűzben engem, * álnokságot nem találsz bennem.

Nem vétkeztem szavamban, mint emberek szoktak, * megtartottam ajkad igéit.

Parancsaid útján szilárdan járok, * ösvényeiden lábam meg nem inog.

Hozzád kiáltok, mert meghallgatsz, Uram, * hajtsd füled hozzám, hallgasd meg szavam!

Csodálatos irgalmadat mutasd meg nékem, * mert megmented mindazt, aki jobbodhoz menekül.

Oltalmazz, mint szemed fényét, † szárnyad árnyékába rejts el engem * a gonoszok elől, kik erőszakkal törnek ellenem!

Ellenségeim körülrajzanak engem, † elzárták konok szívüket, * szájukból kevély szó árad.

Sarkamban vannak, már körül is fognak, * rám szegezik szemüket, hogy földre verjenek.

Olyanok, mint a zsákmányra éhes oroszlán, * mint a rejtekben lapuló fiatal oroszlán.

Kelj föl, Uram, szállj szembe vele, terítsd a földre! * Ments meg kardoddal a bűnöstől engem!

Szabadíts meg ezektől az emberektől karoddal, Uram, * akik ettől az élettől várnak mindent.

Töltsd el testüket azzal, amit nekik szántál, † lakjanak jól ők és fiaik, * és hagyják gyermekeikre, ami megmaradt.

De én igaz voltomban látlak meg, Uram, téged, * mikor fölébredek, színed látása tölt el engem.

17. zsoltár • Hálaadás a szabadulásért és a győzelemért

(A karvezetőnek – Dávidnak, az Úr szolgájának zsoltára. Ennek az éneknek szavait az Úrnak énekelte, miután az Úr kimentette ellenségeinek és Saulnak a kezéből.
Így szólt:)

Szeretlek, Uram, erős váram, * az Úr az én erősségem és megmentő kőszálam.

Istenem, segítségem, őbenne remélek, * védelmezőm, üdvösségem és biztos oltalmam.

Dicsőséges az Úr, hozzá kiáltok, * és megszabadulok az ellenség kezéből.

Körülvett engem a halál örvénye, * megrémít a pusztító uradat.

Az alvilág kötelei körém fonódtak, * rabul ejtett a halál hálója.

Gyötrelmemben segítségül hívtam az Urat, * Istenemhez emeltem szavamat.

Templomában meghallotta kiáltó hangomat, * a színe előtt elmondott panaszom füléig hatolt.

Megindult és megrendült a föld, † remegett a hegyek alapja, * megingott, mert föllobbant haragja.

Füstölgő felhő volt orrának lehelete, † emésztő tűz szállt föl szájából, * izzó parázs áradt belőle.

Meghajlította az eget és leszállt, * sötét felhőn nyugodott lába.

Kerub hordozta, úgy szállt tova, * suhant a szelek szárnyán.

Sötétségbe rejtőzött, sátorként vonta maga köré, * sötétlő víz takarta be és sűrű felhő.

Fellegek törtek elő arcának fényétől, * jégeső és tüzes villám.

Mennydörgött az égből az Úr, † megzengette hangját a Fölséges: * jégeső zuhogott és tüzes villám.

Kilőtte nyilait és ellenségeit messze űzte, * sújtó villámaival szétszórta őket.

Előtűnt a tenger mélye, * feltárult a földnek alapja,

Feddő szavadtól, Uram, * tomboló haragod hevétől.

Kinyújtotta kezét a magasból és megfogott engem, * kiemelt az áradó vizekből,

Kiragadott hatalmas ellenségeim köréből, † azok közül, akik gyűlölnek engem, * akik erősebbek, mint amilyen én vagyok.

Rám támadtak a gyötrelem napján, * de az Úr lett támaszom;

Kivezetett a tágas mezőre, * megszabadított, mert kedvét lelte bennem.

Az Úr megjutalmaz igaz voltomért, * kezem tisztasága szerint megfizet nekem.

Mert nem hagytam el az Úrnak útjait, * és Istenemhez nem lettem hűtlen.

Mert szemem előtt volt minden törvénye,* és parancsaitól el nem tértem;

Feddhetetlen voltam előtte, * és távol tartottam magam a bűntől.

Az Úr megjutalmaz igaz voltomért, * mert kezem tiszta színe előtt.

A hűségeshez hűséges maradsz, * az igaz emberhez igaz leszel,

Tisztán bánsz a tisztával, * ám a gonosznak rosszal fizetsz.

A megalázott népet szabaddá teszed, * de a gőgös tekintetet porba alázod.

Te gyújtasz világosságot nekem, Uram, * sötétségemet, Istenem, fényre deríted.

Ha velem vagy, rárontok az ellenség hadára, * ha Isten segít, a falon is átugrom.

Dicsőség az Atyának és Fiúnak * és Szentlélek Istennek.

Miképpen kezdetben, most és mindenkor * és mindörökkön-örökké. Ámen.

Az Isten útja szeplőtelen, † az Úr szava tűzben próbált szó; * oltalmat ád a benne bízóknak.

Van-e Isten az Úron kívül? * Van-e más menedék, mint a mi Istenünk?

Isten övezett föl engem erővel, * feddhetetlenné ő tette utamat.

Olyanná tette lábamat, mint a szarvasét, * magaslatra állított engem.

Ő tanította kezemet harcra, * karom ércíjat feszít.

Oltalmad pajzsát nyújtottad nekem, * jobbod emelt föl és jóságod nevelt engem.

Biztossá tetted járásom, * lépteim meg nem inognak.

Üldöztem ellenségeimet és utolértem őket, * vissza sem fordultam, amíg el nem vesztek.

Összetörtem őket, nem tudnak felkelni, * odahullottak lábam elé.

Felöveztél erővel a harcra, * elbuktattad, akik ellenem törtek.

Ellenségeimet megfutamítottad, szétszórtad gyűlölőimet, † kiáltottak, de nem volt számukra menedék, * hívták az Urat, de szavukat meg nem hallgatta.

Mint szél a port, szétszórtam őket, * tapostam őket, mint az utca sarát.

Kimentettél engem a lázongó tömegből, * nemzetek fejévé rendeltél.

Olyan nép is, akit nem ismertem, szolgál nékem, * engedelmeskednek, mihelyt meghallják szavam.

Idegenek fiai keresték kedvemet, † az idegeneknek elszállt az erejük, * és reszkettek rejtekhelyükön.

Éljen az Úr, segítőm legyen áldott, * dicséret áldja üdvöm Istenét!

Isten, aki elégtételt adtál nekem, † és népeket vetettél hatalmam alá, * haragvó ellenségeimtől te teszel szabaddá.

Az ellenem lázadók közül kimentesz engem, * és kiragadsz az álnok ember kezéből.

Ezért magasztallak, Uram, a nemzetek között, * és zsoltárt éneklek nevednek,

Aki nagy győzelmet adtál királyodnak, † irgalmas vagy fölkented iránt, * Dávid és utódai iránt örök időkre.

18. zsoltár • A teremtő Isten nagysága

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Az ég hirdeti Isten nagyságát, * a mennybolt zengi keze műveit.

Ezt harsogja nappal a nappalnak, * erre tanítja éj az éjszakát.

Nem szóval, nem beszéddel, * hangjuk sem hallható.

Mégis végigszárnyal szavuk a földön, * elhat szózatuk a világ végéig.

A nap is ott vert sátrat, * mint vőlegény jön ki házából.

Ujjong akár a bajnok, * pályáját úgy futja végig.

Fölkel az ég egyik szélén, † s körüljár a másik széléig, * melegétől semmi el nem bújhat.

Az Úr törvénye tökéletes, a lelket újjászüli, * az Úr tanúsága megbízható, az oktalant bölccsé teszi.

Az Úr parancsai egyenesek, a szívet örömmel töltik el, * az Úr rendelkezése tiszta, fényt gyújt a szemnek.

Az Úr félelme szent és örökké megmarad, * az Úr ítéletei igazak és mind jogosak.

Értékesebbek az aranynál, a színtiszta aranynál, * édesebbek a méznél, a csorgatott méznél.

Szolgád is ügyel rájuk, * ha megtartja őket, jutalma bőséges.

De tévedését ki veszi észre? * Azoktól tisztíts meg engem, amikről nem is tudok én!

A kevélységtől is tartsd vissza szolgád, * hogy erőt rajtam ne vegyen!

Akkor tiszta leszek minden bűntől, * és mentes maradok a súlyos vétektől.

Kedves legyen előtted ajkam beszéde, szívem szándéka, * Uram, Megváltóm és menedékem!

19. zsoltár • Imádság a király győzelméért

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Az Úr hallgasson meg szorongatásod napján, * Jákob Istenének neve legyen oltalmad!

Küldjön segítséget a szentélyből, * oltalmazzon téged Sionból!

Emlékezzék mindarra, amit neki áldoztál, * égőáldozatod legyen kedves előtte!

Adja meg, amit szíved kíván, * teljesítse minden szándékod!

Akkor ujjongunk majd győzelmednek, † magasba emeljük a zászlót Istenünk nevében; * teljesítse az Úr minden kérésed!

Tudom, hogy az Úr győzelmet ad fölkentjének, † meghallgatja szent egéből, * s győzelmes jobbjának erejével segíti.

Némelyek a harci szekerekben, mások a lovakban bíznak, * mi azonban Urunk, Istenünk nevét hívjuk segítségül.

Ők lezuhantak és a földre estek, * mi azonban szilárdan állunk.

Uram, vezesd győzelemre a királyt, * hallgass meg minket, amely napon hozzád kiáltunk!

20. zsoltár • Hálaének a király győzelméért

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Urunk, hatalmadnak örvend a király, * és segítséged miatt ujjongva ujjong.

Betöltötted szíve vágyát, * nem tagadtad meg tőle ajkának kérését.

Gazdag áldásoddal siettél eléje, * fejére színarany koronát helyeztél.

Életet kért tőled és megadtad néki, * napok hosszú sorát örökkön-örökké.

Nagy lett dicsősége oltalmad alatt, * méltósággal és fönséggel övezted.

Áldássá teszed őt minden időkre, * örömmel töltöd el színed előtt.

Mert a király bízik az Úrban, * nem hagyja meginogni a Fölséges irgalma.

Emeld fél a kezed elleneid ellen, s akik gyűlölnek, azokra sújtson le jobbod!

Égjenek, mint a kemence tüzében azon a napon, amelyen arcod megjelenik!

Semmisítse meg őket az Úr haragjában, eméssze meg őket a tűz!

Töröld el nemzetségüket a földről, s ivadékukat az emberek fiai közül!

Bár rosszat forralnak és cselt szőnek ellened, győzni sohasem fognak.

Hiszen te mind megfutamítod őket, s nyilaikat arcukba vezényled.

Emelkedjél fel, Urunk, hatalmas erőddel, * mi pedig éneklünk és nagy tetteidről zsoltárt zengünk.

21. zsoltár • Az igaz szenvedése és reménye

(A karvezetőnek a „Szarvasünő reggel…” dallamára – Dávid zsoltára.)

Istenem, Istenem, miért hagytál el engem? * Miért maradsz távol könyörgésemtől, panaszos szavamtól?

Szólítalak nappal, Istenem, de nem hallod, * szólítalak éjjel, de meg nem nyughatom.

Pedig te vagy szent egyedül, aki a trónon ülsz, * Izrael téged magasztal.

Benned bíztak atyáink, * s te megszabadítottad őket, mert benned reméltek.

Hozzád kiáltottak és megmentetted őket, * nem vallottak szégyent, mert benned bíztak.

De én féreg vagyok és nem ember, * gyaláznak az emberek, s a népek megvetnek.

Mindaz, aki lát, gúnyt űz belőlem, * elhúzza száját, fejét csóválja.

„Segítse meg az Úr, hisz benne bízott, * szabadítsa meg, ha kedves előtte!”

Anyám méhétől te vezettél engem, * te voltál biztonságom anyám ölében.

Rád hagyatkoztam születésem óta, * anyám méhétől te vagy Istenem.

Nyomorúságomban ne légy tőlem távol, * légy közel, mert senki sem segít rajtam!

Hatalmas bivalyok vesznek körül, * körülfognak engem Básán bikái.

Szájukat kitátják ellenem, * mint ordító, ádáz oroszlán.

Olyan vagyok, mint a szétömlő víz, † megtörték minden csontomat, * szívem megolvadt bennem, mint a viasz.

Torkom kiszáradt, mint a cserép, † nyelvem ínyemhez tapadt, * a halál porába sújtottál engem.

Kutyák, falkája ólálkodik köröttem, * gonosztevők csapata vesz körül engem.

Átlyuggatták kezemet és lábamat, † megszámlálhatom minden csontomat, * ők pedig bámulva néznek engem.

Elosztják ruhámat maguk között, * és köntösömre sorsot vetnek.

Ne maradj távol, Uram! * Te vagy erősségem, siess, ments meg engem!

Mentsd meg a kardtól lelkemet, * a kutyák karmaiból ragadd ki életem!

Szabadíts ki az oroszlán torkából, * védj meg engem, szegényt, a bölények szarvától!

Testvéreim között hirdetem neved, * a közösségben dicsérlek téged.

Ti, akik félitek az Urat, dicsérjétek, † magasztaljátok, Jákob fiai, * félje őt Izrael minden sarja!

Mert nem veti meg és nem utálja a szegény nyomorúságát, † nem rejti el előle arcát, * meghallgatja, mikor hozzá kiált.

A közösségben téged dicsérlek, * teljesítem fogadalmam azok előtt, kik félnek téged.

Egyenek a szegények és lakjanak jól, † dicsőítsék az Urat, akik őt keresik, * szívük élni fog örökké.

A föld minden határa emlékezik erre és megtér az Úrhoz, * leborul előtte a népek minden törzse.

Mert az Úré a királyság, * ő uralkodik a nemzetek fölött.

Egyedül előtte borulnak le a föld hatalmas urai, * előtte hajolnak meg mind, akik a porba térnek.

Lelkem csak neki él, * nemzetségem neki szolgál.

Az Úrról beszélnek az eljövendő nemzedéknek, † üdvözítő tetteit hirdetik a születendő népnek: * „Ezek az Úrnak művei!”

22. zsoltár • A jó Pásztor

(Dávid zsoltára.)

Az Úr nékem pásztorom, * semmiben nincs hiányom.

Tápláló mezőre terel és csendes vizekhez, * s felüdíti fáradt lelkem.

Igaz úton vezet engem * szent nevéhez híven.

Járjak bár a halál árnyékában, * ott sem félek semmitől, hisz te vagy velem.

Uram, a te pásztorbotod * megvéd és biztonságot ad nékem ott.

Asztalt terítesz nékem * azok előtt, kik ellenem törnek.

Megkened olajjal homlokom, * színültig töltöd serlegem.

Jóságod és kegyelmed elkísér engem * életem minden napján.

Az Úr házában lakhatom * hosszú-hosszú időkön át.

23. zsoltár • Az Úr bevonul a templomba

(Dávid zsoltára.)

Az Úré a föld minden teljessége, * lakóival a földnek kereksége.

Az Úr adott neki a tengereken szilárd alapot, * ő erősítette meg a vizek fölött.

Ki fog fölhágni az Úr hegyére, * ki állhat meg az ő szent helyén?

Az ártatlan kezű, a tiszta szívű, * aki nem sóvárog hiábavalóság után és hamisan nem esküszik;

Az nyer áldást az Úr kezéből, * igazságot szabadító Istenétől.

Ez az őt keresők nemzedéke, * akik Jákob Istenének arcát keresik.

Emeljétek föl fejeteket, ajtók, † táruljatok föl, ősi kapuk, * s bevonul a dicsőség Királya.

Kicsoda ő, a dicsőség Királya? * ő az Úr, erős és hatalmas, a harcokban diadalmas.

Emeljétek föl fejeteket, ajtók, † táruljatok föl, ősi kapuk, * s bevonul a dicsőség Királya.

Kicsoda ő, a dicsőség Királya? * A seregek Ura, ő a dicsőség Királya!

24. zsoltár • Könyörgés bűnbocsánatért és szabadulásért

(Dávid zsoltára.)

Hozzád emelem a lelkemet, Uram, * Istenem, benned bízom, ne engedd, hogy szégyent valljak!

Ellenségem ne arasson diadalt fölöttem, * mert aki benned bízik, meg nem szégyenül.

Azok valljanak szégyent, * akik könnyelműen megszegik hűséged!

Útjaidat, Uram, mutasd meg nékem, * ösvényeidre taníts engem!

Igazságod szerint taníts és vezess engem, * te vagy üdvözítő Istenem, mindig csak benned bízom.

Irgalmasságodat ne feledd, Uram, * és kegyelmedet, mely örök̲től való!

Ne emlékezz ifjúságom bűneire és vétkeimre, † irgalmadban gondolj reám, * mert nagy a te jóságod, Uram!

Irgalmas az Úr és jóságos: * a bűnösöket jó útra téríti.

Az engedelmeseket igazsága szerint vezeti, * az alázatosakat útjára tanítja.

Kegyelem és hűség az Úr minden útja * azoknak, kik szövetségét és törvényét megtartják.

Nevedért, Uram, bocsáss meg nekem; * vétkeim fölötte nagyok.

Ki az az ember, aki féli az Urat? * Megtanítja, milyen útra térjen.

Jólétben él majd mindig, * gyermekei pedig örökségül kapják a földet.

Az Úr barátai, akik őt félik, * szövetségét feltárja nékik.

Szüntelen az Úrra tekint szemem, * ő szabadítja ki a hálóból lábamat.

Tekints rám és könyörülj rajtam, * mert magamra maradtam és szegény vagyok.

Enyhítsd szívem gyötrelmét, * szorongatásomból ments ki engem!

Lásd meg, mily elesett és megtört vagyok, * s bocsásd meg minden bűnömet!

Nézd, ellenségeimnek nagy a száma, * kegyetlen gyűlölettel gyűlölnek engem.

Védd meg az életem és szabadíts meg, † ne hagyd, hogy szégyent valljak, * hiszen tebenned remélek.

Ártatlanság és tiszta szándék legyen támaszom, * mert, Uram, benned bízom.

Szabadítsd meg, Urunk, Istenünk, * minden nyomorúságából Izrael népét!

25. zsoltár • Az ártatlan ember bizalma és könyörgése

(Dávid zsoltára.)

Uram, szolgáltass nekem igazságot, † mert feddhetetlenül éltem, * az Úrban bíztam, s meg nem inogtam.

Tégy próbára, Uram, és vizsgálj meg engem, * kutasd ki szívem rejtekét!

Mert jóságodat szemem előtt tartom, * igazságod szerint élek.

Nem ülök a gonoszok közé, * az álnok emberekkel nem járok együtt.

Gyűlölöm a gonosztevők gyűlését, * nem érintkezem a bűnösökkel.

Ártatlanságban mosom meg kezemet, * és körüljárom oltárod, Uram,

Hogy dicséretedet hangosan hirdessem, * elmondjam minden csodás tettedet.

Szeretem, Uram, házad szentélyét, * a sátrat, ahol jelen van dicsőséged.

Ne veszítsd el a bűnösökkel lelkem, * a véreskezű emberekkel ne oltsd ki életem!

Kezükön gonosztett szárad, * s a megvesztegetés díjával telve jobbjuk.

Én azonban ártatlanságban járom utamat, * válts meg és könyörülj rajtam!

Egyenes úton jár lábam, * a közösségben dicsőítelek, Uram, téged.

26. zsoltár • Az Úr az én fényességem

(Dávid zsoltára.)

Az Úr fényességem, üdvösségem: kitől félnék? * Az Úr életem oltalma: kitől remegnék?

Ha vesztemre törnek a gonoszok, hogy gyötörjék testemet, * szorongatóim és ellenségeim meginognak és földre hullanak.

Ha egész tábor áll is szemben velem, * nem fél akkor sem szívem;

Ha harcra kelnek is ellenem, * én akkor is remélek.

Egyért könyörgök az Úrhoz, csak egyet kérek: * hogy lakhassam az Úr hajlékában, amíg csak élek;

Hogy élvezhessem az Úrnak jóságát, * és láthassam ékes templomát.

Mert sátorába rejt el engem a csapások napján, * megvéd hajlékában és sziklára állít engem.

Ezért magasra emelem fejem * ellenségeim fölé, kik körülvesznek.

Ujjongva mutatom be áldozatomat az Úrnak sátrában, * zsoltározok és éneket zengek.

Halld meg, Uram, kiáltó hangom, * könyörülj rajtam, halld meg szavam!

Szívem a szavadra gondol: † „Keressétek az én arcomat!” * Uram, én arcodat keresem!

Ne rejtsd el előlem arcod, * haragodban ne vesd el szolgádat!

Ne taszíts el, hisz te vagy oltalmam, * Istenem, megmentőm, el ne hagyj engem!

Elhagyna bár apám, anyám, * az Úr magához fogad engem.

Uram, mutasd meg utadat nékem, * ellenségeim miatt vezess sima ösvényen!

Ne szolgáltass ki ellenségeim kezébe, † mert hamis tanúk lépnek föl ellenem, * és olyanok, akik bosszút lihegnek.

Hiszem, hogy meglátom az Úr jóságát * az élők országában.

Hagyatkozz az Úrra és erős légy, * szíved legyen szilárd és bízzál az Úrban!

27. zsoltár • Uram, hozzád kiáltok

(Dávid zsoltára.)

Uram, hozzád kiáltok, * Istenem, ne hagyj magamra szótlanul!

Mert ha némán elfordulsz tőlem, * olyan leszek, mint akik a sírba szálltak.

Hallgasd meg könyörgő szavamat, amikor hozzád kiáltok, * szent templomod felé emelem kezem!

Ne sorolj a bűnösök közé, * sem azok közé, akik gonoszat tesznek,

Akik embertársukkal békésen beszélnek, * szívükben azonban gonoszat forralnak!

Bánj velük, Uram, ahogy megérdemlik, tetteiknek gonoszsága szerint!

Torold meg kezük művét, tettüket fizesd vissza nekik!

Nem törődnek az Úr törvényével és kezének műveivel, ezért rontsa le őket és ne építse újra!

Áldott legyen az Úr, † mert meghallgatta kérő szavamat, * erőm az Úr és védőpajzsom.

Benne bízott szívem és ő megsegített, † ezért ujjong a szívem, * énekszóval adok hálát néki.

Az Úr népének erős vára, * Fölkentjének megmentő oltalma.

Szabadítsd meg, Uram, néped, † áldd meg a te örökrészed, * légy pásztora és vezesd örökkön-örökké.

28. zsoltár • Az Úr szavának dicsősége

(Dávid zsoltára.)

Adjátok meg az Úrnak, Isten fiai, * adjátok meg az Úrnak a dicsőséget és a hatalmat!

Magasztaljátok az Úr dicső nevét, * imádjátok az Urat szent ünnepi díszben!

Az Úr szava a vizek fölött, † a fölséges Isten mennydörög, * az Úr a hatalmas vizek fölött.

Az Úr szava telve erővel, * az Úr szava telve fönséggel.

Az Úr szava cédrustörzseket tördel, * az Úr Libanon cédrusait összetöri.

Az Úr előtt táncol a Libanon * és a Hermon, mint fiatal bölény.

Az Úr szava tüzes villámot szór, † az Úr szava a pusztát megrázza, * megrengeti az Úr Kádes pusztáját.

Az Úr szava megriasztja a szarvasokat, † letarolja a rengeteg erdőt. * Templomában mindenki fönségét dicséri.

Az Úr uralkodik a vizek fölött, * az Úr királyi trónon ül örökkön-örökké.

Az Úr erőt ad népének, * az Úr békével áldja meg népét.

hétfő

29. zsoltár • Hála a megmenekülésért

Magasztallak, mert megszabadítottál engem, Uram, * nem hagytad, hogy ellenségem örüljön bajomon.

Kiáltottam hozzád, Istenem, * és te meggyógyítottál engem, Uram.

Kivezetted a halál országából lelkemet, Uram, * életben tartottál, nehogy sírba szálljak.

Zsoltárt zengjetek az Úrnak, összes szentjei, * magasztaljátok együtt szent nevét!

Mivel haragja csak egy pillanat, * de egész életen át megmarad jósága.

Ha sírás látogat este, * reggelre itt az ujjongás.

Így szóltam, amikor elbíztam magam: * Nem rendülök meg soha többé!”

Uram, te jó voltál hozzám, * szilárd hegyre helyeztél engem.

De elfordítottad arcodat tőlem, * és lelkem megrendült.

Tehozzád kiáltok, Uram, * Istenem, irgalmadért könyörög szavam:

„Mi hasznod lenne véremből, * hogyha sírba szállnék?

Dicsér-e téged, aki porrá lett, * hirdeti-e igaz voltodat?

Hallgass meg, Uram, légy irgalmas hozzám, * segítségem te légy, Uram!”

Örömre fordítottad sírásomat, † leoldottad vezeklő ruhámat, * és vígsággal öveztél körül.

Ezért neked énekel szívem szünet nélkül, * örökké magasztallak, Uram, Istenem.

30. zsoltár • Az üldözött ember bizakodó imádsága

Te vagy, Uram, én reményem, ne hagyj soha szégyent érnem, * szabadíts meg igaz voltodban!

Fordítsd felém füledet, * siess, ments meg engem!

Te légy oltalmazó sziklám, * szabadító, erős házam!

Hiszen te vagy erősségem és sziklaváram, * neved miatt vezess és irányíts engem!

Kiszabadítasz a hálóból, amit titkon nekem vetettek, * mivel te vagy megmentőm.

Kezedbe ajánlom lelkem, * megváltottál, Uram, hűséges Istenem.

Te gyűlölöd azokat, akik hiábavaló bálványokat tisztelnek, * de én az Úrban remélek.

Irgalmadnak ujjongok és örvendek, * mert tekintetre méltattad kicsiny voltomat.

Ismered lelkem szorongattatását, † nem adtál ellenségem kezébe, * lábamnak tágas teret adtál.

Könyörülj rajtam, Uram, mert gyötrődöm, † elhomályosult szemem a bánattól, * összetört a testem-lelkem.

Mert fájdalomban múlik életem, * sóhajtozásban fogynak el éveim.

Nyomorúság törte meg erőmet, * elsorvadt minden csontom.

Ellenségeim gúnyt űznek belőlem, † szomszédaim csúfolnak, ismerőseim félnek tőlem, * akik meglátnak az utcán, elfutnak előlem.

Szívükben elfelednek, mintha halott lennék, * olyan lettem, mint az összetört edény.

Hallom sokak suttogását, körülöttem csupa rettegés, * mert összeszövetkeztek ellenem, ki akarják oltani életem.

De én benned bízom, Uram, † azt mondom: Te vagy Istenem, * sorsom kezedben tartod.

Ments meg ellenségeim kezéből, * és azoktól, akik üldöznek engem!

Ragyogtasd fel arcod szolgád fölött, * irgalmadban ments meg engem!

Uram, ne hagyd, hogy szégyent valljak, hiszen téged hívlak!

A gonoszok valljanak szégyent, némuljanak el és szálljanak sírba!

Némuljanak el a hazug ajkak, amelyek az igaz ellen szólnak, rátarti gőggel és megvetéssel!

Mily nagy a te jóságod, Uram, * melyet azoknak őrzöl, akik félnek téged!

Ebben részesíted azokat, akik benned remélnek, * minden ember szeme láttára.

Arcod oltalmába rejted őket * az emberek dühe elől.

Megvéded őket sátradban * az átkot szóró nyelvektől.

Áldott legyen az Úr, aki megmutatta csodálatos irgalmát * az ostromlott városban.

Félelmemben így szóltam: * Elvetettél színed elől!”

De te meghallgattad könyörgő szavamat, * amikor segítségül hívtalak téged.

Szeressétek az Urat, összes szentjei, † megőrzi az Úr azokat, akik hűek hozzá, * de a gőgösöknek bőven megfizet.

Legyetek erősek és bátor szívűek, * mindnyájan, akik az Úrban reméltek!

31. zsoltár • Boldog, aki bűnbocsánatot nyert

Boldog, akinek megbocsátotta vétkét * és eltörölte bűnét az Isten.

Boldog ember, akinek gonoszságát fel nem rója, * és akinek lelkében nincsen álnokság.

Amíg erről hallgattam, elmerevedtek csontjaim, * sóhajtozásomnak nem volt vége.

Mert rám nehezedett kezed éjjel és nappal, * életerőm ellankadt, mint a föld a nyári hőségben.

Megvallottam akkor neked vétkemet, * nem rejtegettem tovább bűnömet.

Így szóltam: „Megvallom gonoszságomat az Úrnak!” * És te megbocsátottad, amit ellened vétettem.

Ezért hozzád fohászkodik minden igaz * a csapások idején.

Hiába tör rá a vizek árja, * hullámai őt el nem érik.

Te vagy oltalmam, megóvsz minden bajtól, * a szabadulás örömével veszel körül engem.

„Bölcsességet adok neked, † és megtanítalak az útra, amelyen járnod kell, * szemem rajtad nyugszik.

Ne legyetek olyanok, mint a ló vagy az öszvér, * mert azokban nincsen értelem,

Kantárral és gyeplővel kell megfékezni őket, * különben nem követik szavadat.”

Sok szenvedés éri a bűnöst, † de aki az Úrban bízik, * azt ő irgalommal veszi körül.

Vigadjatok és ujjongjatok az Úrban, igazak, * és örvendjen minden tiszta szívű!

32. zsoltár • A gondviselő Isten dicsérete

Örvendjetek az Úrban, igazak, * jókhoz illik a dicséret.

Dicsőítsétek citerával az Urat, * tízhúrú hárfán zengjetek néki!

Énekeljetek új dalt az Úrnak, * daloljatok néki ujjongás szavával!

Mert az Úr igéje igaz, * hűség vezeti minden tettében.

Az igazságot és a törvényt szereti, * telve a föld az Úr irgalmával.

Az Úr igéje alkotta az eget,* szája lehelete az ég minden seregét.

Tömlőbe gyűjti a tengerek vizét, * örvényeit kamrába zárja.

Az egész föld félje az Urat, * remegjen előtte minden földlakó!

Mert amit ő mondott, meglett, * és létrejött, amit parancsolt.

Semmivé teszi az Úr a nemzetek terveit, * meghiúsítja a népek minden szándékát.

De az Úr akarata örökké megmarad, * szívének gondolata nemzedékről nemzedékre.

Boldog az a nép, melynek az Úr az Istene, * a nemzet, melyet örökségül választott magának.

Az Úr letekint a mennyből, * látja az emberek fiait.

Rátekint hajlékából azokra, * akik a földön élnek.

Ő alkotta mindnyájuk szívét, * ismeri minden tettüket.

A királyt nem menti meg erős serege, * hatalmas ereje a hősön nem segít.

Csalódik, aki lovától vár győzelmet, * nem menti meg, bármily erős is.

De az Úr szeme az őt félőkön nyugszik, * azokon, akik bíznak irgalmában.

Mert megszabadítja őket a haláltól, * és táplálja őket éhínség idején.

Lelkünk bízik az Úrban, * ő a mi pajzsunk és oltalmunk.

Benne örvend a szívünk, * szent nevében bízva bízunk.

Irgalmad őrködjék fölöttünk, Uram, * mert tebenned remélünk!

33. zsoltár • Az Úr az igazak üdvössége

Minden időben áldom az Urat, * mindenkor dicséretét zengi ajkam.

Az Úrban dicsekszik lelkem, * hallják meg és örvendjenek mind a szegények!

Magasztaljátok velem az Urat, * dicsérjük együtt nevét!

Kerestem az Urat, és ő hallgatott szavamra, * megszabadított mindattól, amitől rettegtem.

Tekintsetek rá és arcotok felragyog, * és nem borítja szégyen többé.

Meghallgatta az Úr a szegényt, amikor hozzá kiáltott, * megszabadította minden bajából.

Az Úr angyala védelmezi azokat, akik félik őt, * és megmenti őket.

Ízleljétek és lássátok, hogy milyen jó az Úr, * boldog az az ember, ki őbenne bízik.

Féljétek az Urat, ti szentjei, * kik félik őt, nem szenvednek hiányt semmiben.

Szűkölködnek a gazdagok s éheznek, * de akik az Urat keresik, nincs hiányuk semmi jóban.

Jöjjetek gyermekeim, halljátok szavamat, * az Úr félelmére tanítlak titeket.

Ki az az ember, aki életet akar, * és jó napokat kíván látni?

Őrizd meg a rossztól nyelvedet, * és csalárdságot ne szóljon ajkad!

Fordulj el a rossztól és tedd a jót, * keresd a békét és járj a nyomában!

Az Úr szeme látja az igazat, * füle meghallja kiáltó szavát.

De elfordítja arcát azoktól, akik gonoszat tesznek, * eltörli a földről emlékük.

Meghallgatja az Úr azt, aki hozzá kiált, * és kimenti minden gyötrelméből.

Közel van az Úr azokhoz, akik bűnbánó szívűek, * szabadulást hoz azoknak, akik megtört lelkűek.

Sok szenvedés vár az igazra, * de az Úr mindenből kimenti.

Megőrzi minden csontját, * egyetlen egy meg nem törik.

Saját gonoszsága végez a bűnössel, * megbűnhődik, aki az igazat gyűlöli.

Az Úr megváltja szolgái lelkét, * és nem bűnhődnek, kik őbenne bíznak.

34. zsoltár • Isten megszabadítja az üldözöttet

(Dávidtól.)

Uram, szállj perbe azokkal, kik velem vitáznak, * győzd le azokat, kik ellenem harcolnak.

Ragadj fegyvert és pajzsot, kelj fel, hogy megsegíts. * vess lándzsát és dárdát üldözőim ellen! Mondd lelkemnek: Én vagyok megmentőd!”

Vesszenek dicstelenül, akik életemre törnek, hátráljanak meg szégyenletesen, akik gonoszat forralnak ellenem!

Legyenek olyanok, mint pelyva a szélben, az Isten angyala szórja őket szét!

Útjuk legyen síkos és sötét, üldözze őket az Isten angyala!

Ébredj fel, kelj védelmemre, Istenem és Uram, intézd te az ügyem!

Mivel ok nélkül csapdát állítottak nekem, és ok nélkül vermet ástak életemnek.

Érje őket fájdalmas pusztulás, akadjanak a nekem vetett hálóba maguk, és essenek bele a verembe!

De lelkem ujjong az Úrban, * és szabadításában leli örömét.

Ezt mondja minden csontom: * „Ki hasonló hozzád, Uram?”

Megmented a gyengét az erős kezéből, * a nyomorult szegényt a rablótól.

Előálltak hamis tanúk, * s olyanokkal vádolnak, amikről mit sem tudok.

Rosszal fizetnek nekem a jóért, * elhagyatott és magányos vagyok.

Pedig amikor ők voltak betegek, * vezeklő ruhát öltöttem magamra,

Böjttel gyötörtem lelkemet, * és buzgón könyörögtem értük imámban.

Szomorú voltam, mintha barátom vagy testvérem lett volna, * mély bánatba merültem, mint aki anyját gyászolja.

Mégis amikor meginogtam, örvendezve egybegyűltek, * egybegyűltek és mint idegenek támadtak ellenem.

Szünet nélkül rágalmaztak, † bosszantottak és gúnyoltak engem, * csikorgatták fogukat ellenem.

Uram, még meddig tűröd? † Oltalmazd meg dühüktől lelkemet, * az oroszlánoktól mentsd meg életem.

Akkor a nagy gyülekezetben áldalak téged, * dicsőítelek az egész nép előtt.

Ne nevessenek rajtam, akik álnokul ellenem törnek, * akik ok nélkül gyűlölnek és sanda szemmel néznek.

Ők nem a béke hangján szólnak, akik szelídek a földön,
azok ellen álnokságot koholnak.

Kitátják ellenem nagyra a szájukat, s azt kiáltják: „Na, most majd meglátjuk!”

Uram, te mindezt látod, ne hallgass tovább, * ne maradj, Uram, távol tőlem.

Ébredj fel és állj ki igazam mellett, * igaz ügyem mellett, Uram, Istenem.

Tégy igazságot, igaz voltod szerint! Uram, Istenem, ne diadalmaskodjanak rajtam,

ne gondolják szívükben: „Éppen így akartuk!” Ne mondhassák: „Most aztán felfaltuk!”

Pusztuljanak el szégyenletesen mind, akik nyomorúságomon kéjelegnek!

Érje szégyen és gyalázat azokat, akik fölényesen beszélnek felőlem!

Ujjongjanak és örüljenek, akik igazam akarják, * szüntelen hirdessék: „Legyen áldott az Úr, aki szolgájának békét akar!”

Igazságosságodat hirdesse nyelvem, * dicséretedet egész napon át.

35. zsoltár • A bűnös gonoszsága és Isten jósága

Az álnok ember szívét gonoszság uralja, * Isten félelme nincs szeme előtt.

Azzal ámítja magát, * hogy bűnét fel nem fedik és el nem ítélik.

Ajkán a szó csalás és gonoszság, * eszébe sem jut már, hogy jót tegyen.

Fekvőhelyén is gonoszat forral, † rálép minden gonosz útra, * nem irtózik semmi rossztól.

Uram, irgalmad fölér az égig, * hűséged a magas felhőkig.

Igazságosságod, mint Isten hegyei, † ítéleteid, mint a tenger mélye, * embert és állatot te éltetsz, Uram.

Mily drága a te kegyelmed, Istenünk, * az emberek szárnyad árnyékában keresnek oltalmat.

Házad bőségéből táplálod őket, * örömöd patakját adod italul nékik,

Mert nálad van az élet forrása, * s a világosságot a te világosságodban látja meg szemünk.

Irgalmazz azoknak, akik ismernek téged, * légy igazságos azokhoz, akik tiszta szívűek!

Ne taposson rám a gőgösök lába, * s a bűnösök keze ne űzzön el engem!

Lám, elbuknak, akik gonoszat tesznek, * a földre esnek, s többé föl sem kelnek.

36. zsoltár • A gonoszok és az igazak sorsa

Ne háborogj a bűnösök miatt, * ne irigykedj a gonosztevőkre!

Mert hamar elszáradnak, mint a széna, * elfonnyadnak, mint a zöldellő növény.

Bízzál az Úrban és tedd a jót, * akkor földeden lakhatsz és élhetsz biztosan.

Az Úrban leljed örömöd, * ő betölti szíved vágyait.

Az Úrra bízzad utadat, * benne remélj, s ő gondodat viseli.

Igaz voltodat fölkelti, mint a napfényt, * és igazságodat, mint déli verőfényt.

Hagyatkozzál az Úrra és remélj őbenne, † ne irigykedj arra, akinek siker kíséri útját, * az emberre, aki gonoszat művel!

Ne légy indulatos és hagyj föl a haraggal, * ne is irigykedj, mert az rosszra vezet!

Mert a gonosztevők sorsa pusztulás, * ám azoké lesz a föld, akik az Úrban bíznak.

Egy kis idő még, s a gonosz nem lesz többé, * keresed helyét, de nyomát sem találod.

Ám a szelídek öröklik majd a földet, * és élvezik a teljes békét.

Cselt sző a bűnös az igaz kárára, * acsarkodik az ártatlan ellen.

Az Úr azonban nevet rajta, * mert látja, hogy eljön a napja.

Kardot rántanak a gonoszok s íjat feszítenek, † hogy a szegényt és a gyengét elejtsék, * hogy megöljék az egyenes úton járót.

De kardjuk saját szívükbe hatol, * és íjaik összetörnek.

Többet ér a kevés az igaznak, * mint a sok kincs a bűnösnek.

Mert összetörik a gonosz karja, * de az igaznak az Úr pártját fogja.

Ismeri az Úr az igazak életét, * örökségük megmarad örökre.

Nem szégyenülnek meg a csapás idején, * s jóllaknak az ínséges napokban.

De a bűnösök elpusztulnak, † az Úr ellenségei elhullanak, mint a mezők dísze, * akár a füst, semmivé lesznek.

Kölcsönt kér a gonosz, de nem adja vissza, * ám az igaz jó szívvel osztja javait.

Mert azoké lesz a föld, akiket megáld az Isten, * de elpusztulnak, akiket megátkoz.

Megszilárdítja az Úr az igaz lépteit, * és útjában kedvét találja.

Nem esik el, ha meg is botlik, * mert az Isten kézen fogja.

Fiatal voltam, meg is öregedtem, † de nem láttam elhagyott igazat, * sem azt, hogy gyermekei kenyeret koldultak.

Mindenkor könyörül és kész kölcsönt adni, * és gyermekei áldottak lesznek.

Hagyd el a rosszat és tedd a jót, * és megmaradsz örökkön-örökké

Mert az Úr az igazságot és a jogot szereti, * és nem hagyja cserben szentjeit.

A gonoszok elvesznek örökre, * s a bűnösök minden ivadéka semmivé válik.

Ám az igazak öröklik majd a földet, * és mindörökké lakni fogják.

Bölcsességet szól az igaznak ajka, * és igazságot beszél nyelve.

Szívében él Isten törvénye, * nem ingadoznak soha léptei.

Leselkedik a gonosz az igazra, * és keresi, hogy elvegye életét.

De az Úr nem hagyja, hogy kezébe kerüljön, * és nem marasztalja el, ha ítélet elé kerül.

Várakozz az Úrra és maradj meg útján, † fölmagasztal téged, és öröklöd a földet, * meglátod a bűnösök vesztét.

Láttam én már gonosz, gőgös embert, * mint viruló cédrus, fenn hordta fejét.

Ám mikor újra arra jártam, már nem volt többé, * kerestem, de helyét sem találtam.

Nézd az ártatlant, tekints az igazra, * a békesség emberének utóda támad.

De a gonoszok hamar elvesznek, * a bűnösök vége pusztulás.

Az Úrtól jön az igazak üdve, * és oltalmazza őket a szenvedés idején.

Segítségük az Úr és szabadítójuk, † kiragadja őket a bűnösök közül, * üdvözíti őket, mert benne remélnek.

37. zsoltár • Súlyos beteg imádsága

Uram, indulatodban ne feddj meg, * haragodban ne büntess engem;

Mert nyilaid belém hatoltak, * és rám nehezedett súlyos kezed.

Nincs ép hely testemen, mert haragszol énrám, * nincs egy ép csontom, mert sok a vétkem.

Gonoszságaim összecsaptak fejem fölött, * rám nehezednek, mint súlyos teher.

Elmérgedtek és gyulladásban vannak sebeim, * mivel oktalan vagyok.

Elcsüggedtem és földre görnyedtem, * szomorúan járok naphosszat.

Égő fájdalom kínozza derekam, * nincs ép hely testemen.

Elgyöngültem és megtört vagyok, * szívem gyötrelmében kiált szavam.

Előtted van minden kívánságom, Uram, * sóhajom nincs rejtve előtted.

Szívem hevesen dobog, erőm elhagyott, * elhomályosult szemem világa.

Barátaim és szeretteim magamra hagynak bajomban, * rokonaim kerülnek engem.

Tőrt vetettek, akik életemre törnek, † pusztulással fenyegetnek, akik vesztemet akarják, * és csalárd terveket szőnek egész nap.

De én meg sem hallom, mintha süket volnék, * mint a néma, számat föl nem nyitom.

Olyan lettem, mint aki nem hall, * akinek szájában nincs ellenvetés.

Mert benned remélek, Uram, * te meghallgatsz engem, Uram, Istenem.

Így szóltam: „Ne nevessenek rajtam, * ne ujjongjanak, ha megbotlik lábam.”

Bizony az elbukáshoz már közel vagyok, * szemem előtt van mindig a fájdalom.

Én pedig megvallom, hogy bűnös vagyok, * és vétkeim miatt meg nem nyughatom.

De ellenségeim virulnak és erősebbek nálam, * sokan vannak, akik ok nélkül gyűlölnek.

Rágalmaznak engem és a jóért rosszal fizetnek, * mivel mindenkor a jóra törekszem.

Ne hagyj magamra, Uram, † Istenem, ne távozz el tőlem! * Uram, szabadítóm, siess, oltalmazz engem!

38. zsoltár • Beteg ember imája

Így szóltam: „Vigyázok utamra, * hogy ne vétkezzem nyelvemmel.

Megzabolázom ajkam, * amíg gonosz ember áll velem szemben.”

Elnémultam, szótlan lettem és hallgattam megfosztva minden jótól, * kiújult ismét fájdalmam.

Égett a szívem bensőmben, * töprengésemben tűz emésztett engem.

Megoldódott nyelvem s így szóltam: * „Add tudtomra, Uram, életem végét.

Hadd tudjam meg napjaim számát, * s hogy milyen rövid az életem!”

Íme, napjaimat néhány araszra mérted, * életem ideje előtted semmiség.

Bizony csak egy sóhajtás az ember, * mint az árnyék, úgy fogynak napjai.

Minden vesződsége csak hiúság, * kincset gyűjt, de nem tudja, ki veszi hasznát.

Most hát mit várhatnék, Uram? * Reményem egyedül benned van.

Minden gonoszságomból ragadj ki engem, * az esztelenek gúnyolódásának ne vess oda prédául.

Elnémulok és többé nem nyitom ki számat, * mert ez a te végzésed.

Csapásaid vedd le rólam, * elpusztulok sújtó kezed alatt.

Megfenyíted az embert bűne miatt, † semmivé teszed vágyait, mint molyok a ruhát, * csak egy fuvallat minden ember.

Hallgasd meg imádságomat, Uram, * figyelj kiáltó szavamra.

Ne zárd be füledet, amikor siránkozom, † hiszen jövevény vagyok előtted, * zarándok, miként atyáink.

Vedd le rólam büntető szemed, hogy örömben élhessek, * mielőtt elmegyek és nem leszek többé.

39. zsoltár • Hálaadás és segítségkérés

Bízva bíztam az Úrban, * lehajolt hozzám és meghallotta kiáltásom.

Kimentett a pusztulás verméből, * a mocsár iszapjából.

Sziklára állította lábamat, * és szilárddá tette léptemet.

Új éneket adott ajkamra, * hogy magasztaljam Istenünket.

Sokan látják ezt majd és félik az Urat, * és benne remélnek.

Boldog ember, aki bízik az Úrban, * s nem tart a gőgös és hazug emberrel.

Mily számosak csodás tetteid, Uram, Istenem, * gondoskodásodban nincs hozzád hasonló.

Ha hirdetni és elmondani akarnám, * több annál, hogy fel tudnám sorolni.

Véres vagy ételáldozatban nem leled kedved, * de megnyitottad hallásra fülemet.

Égő, és engesztelő áldozatot nem kívánsz, * így szólok hát hozzád: íme, itt vagyok.

A könyvtekercsben írva van rólam, † hogy akaratod betöltsem, * örömmel hordom szívemben parancsod, Istenem.

A nagy gyülekezetben igazságodat hirdetem, * tudod, Uram, hogy nem hallgat ajkam.

Igazságodat nem rejtem szívembe, * elbeszélem hűséged és üdvösséged.

Kegyelmedről nem hallgatok, * a nagy gyülekezet előtt nem titkolom hűséged.

Irgalmadat, Uram, ne tagadd meg tőlem, * kegyelmed és hűséged őrizzen szüntelen!

Mert számtalan baj vett körül engem, * elborított gonoszságom, hogy nem is látok.

Számosabbak, mint fejemen a hajszál, * cserben hagyott minden erőm.

Légy hozzám kegyelmes, Uram, és ments meg, * Uram, siess, segíts meg engem!

Piruljanak és szégyenkezzenek, akik életemre törnek, hogy tönkretegyenek. Szégyent vallva hátráljanak, akik örülnek bajomnak.

Dermedjenek kővé szégyenükben, akik gúnyolnak: „Jól van így!”

Ujjongjanak és örüljenek benned mindazok, * akik hűségesen keresnek téged!

Hirdessék mindig: „Dicsőség az Úrnak!” * mind, akik várják üdvösséged.

Én azonban nyomorult vagyok és szegény, * de az Úr gondot visel reám.

Te vagy szabadítóm és gyámolom, * ne késlekedj immár, Istenem!

40. zsoltár • Imádság betegségben

Boldog, aki gondot visel a szegényre, * megmenti az Úr a nehéz napokban

Megőrzi az Úr és életben tartja, † boldoggá teszi itt a földön, * s nem engedi, hogy ellensége kezébe essen.

Az Úr betegségében segít rajta, * jobbulást ad neki betegágyán.

Így szólok: „Uram, könyörülj rajtam, * gyógyíts meg, mert vétkeztem ellened!”

Ellenségeim rosszat mondanak rólam: * „Mikor hal meg már, mikor tűnik el neve?”

Ha valaki meglátogat, álnokságot beszél, † szívébe összegyűjt minden rosszat, * majd kimegy és tovább mondja.

Gyűlölőim ellenem összesúgnak, * és minden rosszat gondolnak rólam:

„Elhatalmasodott rajta a betegség, * itt fekszik s nem kel föl többé.”

Még a barátom is, akiben megbíztam, * akivel megosztottam kenyerem, sarkát emelte ellenem.

De te, Uram, könyörülj rajtam, * segíts fel, hogy meg tudjak fizetni nékik!

Abból tudom meg, hogy kegyes vagy hozzám, * ha nem ujjonghat rajtam ellenségem,

Engem pedig megőrzöl, mert vétlen vagyok, * és engeded, hogy színed előtt álljak örökre.

Áldott legyen az Úr, Izrael Istene, * mindörökkön-örökké! Úgy legyen! Ámen!

41. zsoltár • Lelkem Istenre szomjazik

Mint a szarvas vágyakozik a forrás vizére, * úgy vágyakozik hozzád a lelkem, Istenem.

Istent, az élő Istent szomjazza lelkem: * mikor juthatok Isten elé, hogy meglássam arcát.

Könny a kenyerem éjjel és nappal, * mert naponta mondják: „Hol van Istened?”

Megdobban a szívem, ha arra gondolok, * hogyan vonultam a fölséges sátorba, az Úrnak házába,

Ujjongva és hálaadó énekkel * a vidáman ünneplő sokaság körében.

Miért vagy szomorú lelkem, * miért háborogsz bennem?

Bízzál Istenben; hiszen majd áldom őt, * Istenemet és szabadítómat, akire fölnézek.

Elcsügged bennem a lélek, * azért rád gondolok a Jordán földjéről, a Hermonról, a Mizár hegyéről.

Örvény örvénynek kiált zuhatagjaid szavában, * tajtékzó hullámaid átcsapnak fölöttem.

Nappal az Úr adja kegyelmét, † éjjel éneket mondok néki, * imádkozom életem Urához.

Így szólok Istenhez: † Sziklám vagy, miért feledkezel meg rólam, * miért kell gyászban járnom, miért gyötör az ellenség?

Mintha csontjaimat tördelnék, amikor üldözőim gúnyolnak, * naponta mondogatják: „Hol van Istened?”

Miért vagy szomorú lelkem? * Miért háborogsz bennem?

Bízzál Istenben; hiszen majd áldom őt, * Istenemet és szabadítómat, akire fölnézek.

42. zsoltár • Sóvárgás a templom után

Szolgáltass nekem igazságot, Istenem, † képviseld ügyemet a hűtlen néppel szemben, * szabadíts meg az álnok és gonosz embertől!

Hiszen te vagy oltalmazó Istenem, * miért vetsz el engem?

Miért kell szomorúan járnom, * miért gyötör az ellenség?

Küldd el világosságod és igazságod, † azok kísérjenek engem, * és vezessenek szent hegyedre, lakóhelyedre!

Én Isten oltárához lépek, † Istenhez, akinek ujjongva örülök, * citerával dicsérlek, Uram, Istenem.

Miért vagy szomorú lelkem, * miért háborogsz bennem?

Bízzál Istenben: hiszen majd áldom őt, * Istenemet és szabadítómat, akire fölnézek.

43. zsoltár • Az üldözött nép panasza

Istenünk, saját fülünkkel hallottuk, † atyáink beszélték el nekünk a tetteket, * amiket végbevittél napjaikban, a régmúlt időkben.

Kezeddel népeket űztél el, őket pedig helyükre ültetted, * nemzeteket zúztál össze, őket meg naggyá tetted.

Mert országukat nem karddal vették birtokba, * és szabadságukat nem saját karjuk szerezte,

Hanem a te jobbod, a te karod, a te arcod fénye, * mert kedved találtad bennük.

Te vagy Istenem s királyom, * te szerzel győzelmet Jákobnak.

Ellenségeinket általad vertük vissza, * támadóinkat nevedben törtük össze.

Mert nem íjamban bízom, * nem is kardom segít meg engem:

Te mentettél meg az üldözők kezéből, * te hoztál szégyent azokra, akik gyűlölnek minket.

Istenben dicsekszünk egész napon át, * nevedet magasztaljuk örök időkig.

Most mégis elvetettél és szégyennel sújtottál bennünket, * Istenünk, seregünkkel nem vonulsz együtt.

Megfutamítottál az ellenség elől, * gyűlölőink prédája lettünk.

Mint vágásra szánt juhokat dobtál oda minket, * szétszórtál a pogányok közé.

Nyereség nélkül adtad el népedet, * nem lett hasznod ebből a cseréből.

Szomszédaink szemében csúfsággá tettél, * a körülöttünk élők gúnyolnak s gyaláznak bennünket.

Nevetségessé tettél a népek előtt, * a nemzetek fejüket csóválva csúfolnak minket.

Gyalázatom előttem lebeg szüntelen, * szégyenpír borítja arcomat

Szidalmazóm és káromlóm szavától, * a bosszúálló ellenség arcától.

Mindezek ránk szakadtak, † de mi nem feledtünk el mégsem téged, * szövetségedhez nem lettünk hűtlenek.

Nem szakadt el szívünk tőled, * nem hagyták el utadat lépteink,

De te kitaszítottál minket a sakálok földjére, * és ránk borítottad a halál árnyékát.

Ha elfeledtük volna Istenünk nevét, * ha kezünket idegen istenekhez emeltük volna,

Vajon Isten nem kérné-e mindezt számon? * Hiszen ő ismeri szívünk titkait.

Hiszen miattad gyilkolnak minket szüntelen, * leölésre szánnak, mint a vágójuhokat.

Serkenj fel, miért alszol, Uram, * kelj föl, ne űzz el végleg!

Miért rejted el arcod, * miért felejted el sanyarú sorsunkat?

Lelkünket a porba alázták, * testünk a földhöz tapadt.

Kelj föl, Uram, segíts meg minket, * válts meg minket irgalmad szerint!

44. zsoltár • A király menyegzője

Szívemből ünnepi ének árad, † dalomat zengem a királynak, * nyelvem gyors, mint az írnok tolla.

Ékesebb vagy, mint bárki az emberek fiai közül, † kedvesség árad el ajkadon, * mert Istened örökre megáldott téged.

Övezd fel, hős harcos, karddal derekad, * indulj fönségesen ragyogó ruhádban!

Indulj harcba kocsidon az igazságért, jóságért, hűségért, * és íjadon feszítse a húrt erős jobbod!

Nyilaid hegyesek, † a király ellenségeinek szívébe találnak, * népek hullanak lábad elé.

Trónod, Isten, áll örökkön-örökké, * királyi pálcád az igazság jogara.

Szereted az igazságot, gyűlölöd a gonoszságot, † Isten, a te Istened ezért kent föl téged * az öröm olajával társaid közül.

Ruhád fahéjtól, aloétól és mirhától illatos, * elefántcsont palotákból örömödre hárfa zendül.

Királylányok járulnak színed elé, * Ofír aranyával ékesen királynő áll a jobbodon.

Halljad, leányom, figyelj és hajlítsd füledet szavamra, * felejtsd el népedet és atyád házát!

A király kívánja szépséged, * urad ő, borulj le előtte!

Tírusz leányai ajándékokkal sietnek hozzád, * a nép gazdagjai arcod fényét keresik.

A királylány ékesen öltözött, * arannyal átszőtt ruhát öltött.

Színpompás ruhában vezetik a király elé, * szüzek követik, barátnői kísérik útján.

Ujjongó örömmel hozzák őket, * és bevezetik a király házába.

Atyáid helyébe majd fiaid lépnek, * fejedelmekké teszed őket az egész földön.

Én pedig mindenkor hirdetem nevedet * a nemzedékek hosszú során,

Ezért magasztalnak majd téged a népek * századokon át, örökkön-örökké.

45. zsoltár • Isten a mi menedékünk, a mi erős várunk

Isten a mi menedékünk és erős várunk, * minden szorongattatásban biztos segítség.

Még ha megremeg is a föld, ezért nem félünk, * még ha a hegyek a tenger mélyébe dőlnek is,

Ha háborognak és zúgnak is vizei, * és viharától a hegyek remegnek.

Csörgedező patakok üdítik fel Isten városát, * a Magasságbeli szentséges sátorát.

Nem rendül meg soha, mert Isten lakik benne, * Isten oltalmazza már kora hajnalban.

Népek háborognak, országok inognak, * mennydörgő szózatától a föld is megremeg.

Velünk van a Seregek Ura, * Jákob Istene erős várunk.

Jöjjetek és lássátok az Úrnak tetteit, * a csodákat, miket a földön végbevitt.

Véget vet a háborúnak szerte a földön, † szétzúzza az íjakat, a lándzsákat eltöri, * elégeti tűzben a pajzsokat.

„Álljatok meg és lássátok be: az Isten én vagyok! * fölséges a nemzetek fölött, fölséges az egész földön.”

Velünk van a Seregek Ura, * Jákob Istene erős várunk.

46. zsoltár • Isten a mindenség királya

Tapsoljatok ujjongva, minden népek, * háladallal Istent áldjátok!

Fölséges az Úr és hatalmas, * nagy Király ő az egész földön.

Megalázta a népeket előttünk, * a nemzeteket lábunkhoz vetette.

Örökséget választott nékünk, * dicsőséget Jákobnak, akit szeretett.

Fölmegy Istenünk ujjongás közben, * az Úr hangos harsonaszóval.

Énekeljetek Istenünknek, zengjetek néki, * zengjetek Királyunknak, zsoltárt zengjetek!

Király az Úr az egész földön, * mondjatok zsoltárt néki!

Királyként kormányozza Isten a népeket, * Isten uralkodik szentséges trónusán.

A népek fejedelmei egybegyűlnek, * Ábrahám Istenének népe lesznek,

Mert Istené a földön minden hatalom, * dicsőséges ő mindenek fölött.

47. zsoltár • Az Úr védelmezi szent városát

Nagy az Úr és dicséretre méltó minden fölött * Istenünk városában, Sion hegyén.

Az ő szent hegye híres halom, * az egész világnak öröme.

A Sion-hegy észak szélső foka, * a nagy király városa.

Házaiban Isten lakik, * ő lett annak biztos oltalma.

Íme, királyok gyűltek össze * és ellene hadba keltek.

De amint meglátták, elámult szemük, * megzavarodtak és szertefutottak.

Megszállta őket a félelem, * mint vajúdó asszonyt a kín és fájdalom,

Mint mikor keletről szélvihar támad, * mely szétzúzza Tarzisz hajóit.

Amiről hallottunk, † a Seregek Urának városában látja most szemünk: * Istenünk megalapozta szent városát örök időkre.

Irgalmadat hirdetjük, Istenünk, * templomodban, lakóhelyeden.

Nevedhez méltóan, Istenünk, † dicsőséged betölti a föld minden határát; * igazságossággal telve jobbod.

Örvendezzen Sion hegye, † ujjongjon Júda minden városa * ítéleteid miatt, Uram.

Járjátok körül Sion falait, * vegyétek számba tornyait!

Szemléljétek meg védőbástyáit, † járjátok végig házait, * hogy utódaitoknak hírül adjátok:

Itt van az Isten, a mi Istenünk, † itt lakik örökkön-örökké, * mindenkor ő vezet bennünket.

48. zsoltár • A gazdagság hiábavalósága

Halljátok ezt, minden népek, * értsétek meg mind, akik a földön laktok:

Alacsony sorúak és előkelő emberek, * gazdag és szegény egyaránt!

Bölcsességet hirdet szájam, * okos beszédet sugall szívem.

Példázatra figyel fülem, * zsoltárt énekelve tárom fel titkomat.

Miért féljek a rossz napokban, * amikor körülvesznek az álnok gonoszok,

Akik a maguk erejében bíznak, * s nagy gazdagságuk büszkeséggel tölti el őket?

Nem válthatja meg önmagát az ember, * váltságdíjat nem adhat Istennek.

Mert nagyon magas az élet ára: † soha nem fizetheti meg senki sem, * hogy örökké éljen és ne lásson halált.

Hiszen látja, hogy meghalnak a bölcsek is, † ugyanúgy elpusztul balga és ostoba, * vagyonukat másoknak hagyják.

A sír lesz lakásuk örökké, † nemzedékeken át hajlékuk, * bár saját nevüket adták földjüknek.

Egy ember sem él örökké, övezze bár tiszteletet, † olyan, mint az állat, amely elpusztul; * bizony csak ahhoz hasonló!

Így járnak, akik önmagukban bíznak, * és ez a végük azoknak, akiknek elég a maguk beszéde.

Az alvilág mélyére esnek, * a halál legelteti őket, mint a juhokat.

Alászállnak, sírba hullanak, † és elenyészik alakjuk, * a holtak országa lesz lakóhelyük.

De Isten megmenti életem, * az alvilág országából magához emel engem.

Ne törődj azzal, ha gazdag lesz valaki, * ha nagy dicsőség éri házát;

Mert semmit sem vihet magával, ha meghal, * dicsősége nem megy utána.

Ha életében boldognak mondta is magát: * „Dicsérni fognak, mert jól bántál magaddal!”,

Mégis atyái nemzedékéhez kell térnie, * akik napfényt már sohasem látnak.

Az oktalan ember, övezze bár tisztelet, † olyan, mint az állat, amely elpusztul: * bizony csak ahhoz hasonló!

49. zsoltár • Isten igaz tisztelete

Az Úr szól, az istenek Istene, * és hívja a földet kelettől nyugatig.

Sionból, szépsége koronájából az Isten felragyog, * eljön Istenünk, nem hallgat többé.

Emésztő tűz jár előtte, * körülötte hatalmas szélvész tombol.

Odakiált fönt az égnek, hívja a földet, * így tart ítéletet népe fölött.

„Gyűjtsétek körém híveim, * akik az áldozatban szövetséget kötöttek velem!”

Igazságát az egek hirdetik, * Isten maga ül a bírói székbe.

„Hallgass meg, népem, hozzád szólok, † tanúskodom ellened, Izrael, * én az Isten, a te Istened.

Nem áldozataidért feddlek meg téged, * hisz égőáldozataid szüntelenül előttem vannak.

Nem fogadok el bikát házadból, * sem bakot nyájadból.

Hiszen enyém az erdő minden állata, * hegyeim ezernyi vadja.

Ismerem az ég összes madarát, * s ami a mezőn él, mind az enyém.

Ha éheznék, nem szólnék néked, * mert enyém a földkerekség, s mindaz, mi betölti.

Talán a bikák húsát egyem, * vagy a bakok vérét igyam?

A dicséret áldozatát mutasd be Istennek, * és teljesítsd fogadalmaid a Fölséges előtt!

Hívj segítségül engem a gyötrelem idején; * én megszabadítalak, s te magasztalsz engem.”

A bűnöshöz pedig így szól az Isten: † „Parancsaim miért sorolod, * szövetségemet mért veszed ajkadra?

Hiszen te a fegyelmet gyűlölöd, * és szavamat megveted.

Ha tolvajt látsz, hozzá társulsz, * a házasságtörővel egyetértesz.

Hagyod, hogy szád gonoszat szóljon, * nyelved csalásra bujtogat.

Leültél és testvéred ellen beszéltél, * anyád fiára szidalmat szórtál.

Ezt tetted, és én hallgassak; † azt hiszed, hasonló vagyok hozzád? * Mindezt szemed elé tárom és megfeddlek érte!

Ti, akik megfeledkeztek Istenről, † lássátok be, különben elvesztek, * és nem lesz, aki megmentsen titeket!

Aki a dicséret áldozatát mutatja be, az tisztel engem, * aki az én utamon jár, megmutatom neki Isten üdvösségét.”

kedd

50. zsoltár • Bűnbánat

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára, amikor Nátán próféta fölkereste, mivel együtt volt Batsebával.)

Könyörülj rajtam irgalmadban, Istenem, * töröld le gonoszságomat nagy jóságod szerint!

Teljességgel moss meg bűnömtől engem, * vétkeimtől tisztíts meg engem!

Mert elismerem vétkemet, * előttem van bűnöm szüntelen.

Egyedül ellened vétkeztem, * színed előtt gonoszat tettem.

Ám te végzésedben igaz vagy, * és igazságos, amikor ítélsz.

Íme vétekben jöttem a világra, * anyám bűnben fogant engem.

Ám te az igaz szívet szereted, * bölcsességedet föltárod nékem.

Hints meg izsóppal és tiszta leszek, * moss meg és a hónál fehérebb leszek!

Add hallanom a vígság és öröm szavát, * hadd ujjongjanak megtört csontjaim!

Fordítsd el bűneimtől arcodat, * töröld el minden vétkemet!

Tiszta szívet teremts bennem, Istenem, * újítsd meg bensőmben az erős lelket!

Ne taszíts el színed elől, * ne vond meg tőlem szent Lelkedet!

Add vissza üdvösséged örömét, * tégy erőssé engem készséges lélekkel!

Megtanítom a bűnösöket minden utadra, * az istentelenek hozzád térnek.

Szabadíts meg a vérontás bűnétől, Isten,
megmentő Istenem, * és igazságodat ujjongva hirdeti nyelvem!

Nyisd meg ajkamat, Uram, * és szám hirdeti dicséreted!

Mert véres áldozatban nem leled kedved, * égő áldozatban sem telnék örömed.

Az Istennek tetsző áldozat a töredelmes lélek, * nem veted meg, Istenem, az alázatos és megtört szívet.

Tégy jót, Uram, jóságodban Sionnal, * építsd fel Jeruzsálem falait!

Akkor majd kedves lesz előtted az igaz áldozat, † az égő és a teljes áldozat, * akkor majd állatokat hoznak oltárodra.

51. zsoltár • A rágalmazók ellen

(A karvezetőnek tanítóköltemény Dávidtól, amikor az edomita Doeg jött, és jelentette Saulnak: Dávid bement Achimelek házába.)

Gonoszságoddal mit dicsekszel, * te, az erőszak embere?

Egész nap álnokságon jár az eszed, te cselszövő, * nyelved éles, mint a borotva.

Jobban kedveled a rosszat a jónál, * a hazugságot az igaz beszédnél.

Csak a romlást hozó szavakat szereted; * te, álnokság nyelve!

Ezért Isten örökre elpusztít, † kiköltöztet sátradból, * gyökerestől kitép az élők földjéről.

Félelemmel látják ezt az igazak, * majd nevetve mondják:

„Nézzétek, ő az, aki nem Istenben kereste oltalmát, † hanem gazdagsága bőségében bízott, * és csalárdságában volt minden ereje!”

Én pedig, mint viruló olajfa Isten házában, † Isten irgalmában bízom * mindenkor és örökkön-örökké.

Magasztallak azért minden időben, amit cselekedtél, † jóságos nevedben bízom * azok előtt, akik hűek hozzád.

52. zsoltár • A tévelygő emberiség

(A karvezetőnek – betegség idején; Dávid tanítóköltemény e.)

Így szól szívében az esztelen: „Nincsen Isten.” † Romlottak és utálatosak tetteik, * senki sincs, aki jót tesz.

Letekint az Úr az emberekre a mennyből: * van-e értelmes ember, aki Istent keresi?

Elpártoltak tőle és megromlottak mindnyájan, * nincs, aki jót tenne, nincsen senki sem.

Nem térnek észre, akik gonoszat tesznek? * Emésztik népemet, ahogy a kenyeret eszik.

Nem hívják segítségül az Istent; † akkor majd rettegés tölti el őket, * amilyen rettegés még nem volt sohasem.

Szétszórta az Úr azok csontjait, akik hűtlenek lettek, * megszégyenültek, mert Isten szétszórta őket.

Ki ad Sionból üdvösséget Izraelnek? † Ha majd Isten jóra fordítja népe sorsát, * ujjong Jákob és örvend Izrael.

53. zsoltár • Segítségkérés

(A karvezetőnek, húros hangszerre – Dávid tanítóköltemény e, azután, hogy a cifiták elmentek Saulhoz és jelentették: „Dávid nálunk rejtőzik.”)

Isten, nevedben ments meg engem, * szolgáltass igazságot erőddel nékem!

Imádságomat hallgasd meg, Istenem, * figyelj ajkam szavára!

Mert gőgösök fenyegetik életem, † hatalmaskodók törnek ellenem, * akik Istennel semmit sem törődnek.

De íme, Isten az oltalmam, * az Úr megtartja életem.

A bajt fordítsd vissza ellenségeimre,
hűségedben, Uram, semmisítsd meg őket!

Én pedig készséggel áldozok néked, * és dicsőítem, Uram, jóságos nevedet.

Mert az Úr minden nyomorúságból kimentett engem, * s ellenségeimre megvetéssel tekint szemem.

54. zsoltár • A hűtlenné vált jóbarát

(A karvezetőnek, húros hangszerre – Dávid tanítóköltemény e.)

Imádságomat hallgasd meg, Uram, * ne zárkózz el kérésem elől!

Fordulj felém és hallgass meg; † a félelem hajszol, zavart vagyok, * rám tört az ellenség kiáltása, a bűnösök lármája.

Rám zúdítanak minden gyötrelmet, * haraggal támadnak ellenem.

Megremeg a szívem bensőmben, * halálfélelem vesz körül engem.

Rám szállt a félelem s reszketés, * megborzongtam egész valómban.

S így szóltam: „Bárcsak szárnyam volna, mint a galambnak, * elrepülnék s nyugalmat lelnék.”

Szívesen elfutnék messzire, * és a pusztában laknék.

Ott várnám, aki megment engem * az ítéletidőtől s a tomboló vihartól.

Szórd szét őket, Uram, zavard meg nyelvüket, * mert erőszakot és viszályt láttam a városban.

Éjjel-nappal körbejárnak a város falain, † gonoszság, küszködés, csalárdság lakik benne, * terein nem szűnik a csalás és zsarnokság.

Mert ha ellenségem szórna rám átkot, * azt még el tudnám viselni;

Ha az fordulna ellenem, aki gyűlöl, * talán elbújnék előle.

De te vagy az, akit társamnak ismerlek, * bizalmasom és kedves barátom.

Meghitt barátságban éltem veled, * s az ünneplő közösségben együtt mentünk az Isten házába.

Én azonban Istenhez kiáltok, * és az Úr megment engem.

Este, reggel és délben is panaszkodom, † sóhajtozom színe előtt, * mert meghallgatja esengő szavamat.

Megszabadít engem támadóimtól, hogy békében éljek, * bár seregestül jönnek ellenem.

Isten meghallgat engem, s őket földig alázza, * aki él öröktől fogva.

Mert nem akarnak jóra térni, * s nincs bennük istenfélelem.

Ki-ki kezet emel társai ellen, * és megszegi esküjét.

Szava simább a vajnál, * de szívében harcra készül.

Látszatra beszéde enyhítő olaj, * de a valóságban kivont, éles kard.

Vesd az Úrra gondodat, ő majd táplál téged, * nem engedi, hogy az igaz örökké hánykódjon.

Istenem, te a gonoszokat a mélybe veted, * a pusztulás mélyére.

A véreskezű és álnok ember nem éri meg napjai felét, * de én, Uram, tebenned bízom.

55. zsoltár • Az Úr ígéretébe vetett bizalom

(A karvezetőnek a „Távoli istenek galambja” szerint – miktam Dávidtól, amikor a filiszteusok elfogták Gátban.)

Könyörülj rajtam, Istenem,
mert üldöznek engem az emberek, * egész nap támadnak s szorongatnak engem.

Ellenségeim szüntelen támadnak, * sokan vesztemre törnek kevélyen.

Ha egy napon elfog a félelem, * bizalmamat beléd vetem.

Istenben, akinek igéjét dicsérem, † Istenben reménykedem és nem félek, * ember mit árthat nékem?

Nem hagynak nyugton egész nap, * minden gondolatukkal vesztemet tervezik.

Belém kötnek, lesben állnak, * szemmel tartják minden lépésem.

Gonoszságuk ellenére megszabaduljanak?
Uram, haragodban söpörd el e népeket!

Számon tartod bujdosásom, † gyűjtsd össze könnyeim, * jegyezd föl könyvedben.

Ellenségeim megfutamodnak, amikor segítségül hívlak, * tudom, hogy Isten valóban velem van.

Istenben, akinek igéjét dicsérem, * az Úrban, akinek igéjét dicsérem,

Istenben reménykedem és nem félek, * ember mit árthat nékem?

Fogadalmaim teljesítésével tartozom neked, Istenem, * hálaáldozatot mutatok be néked,

Mert megmentetted életemet a haláltól, † s az elbukástól lábamat, * hogy az élők világosságában járhassak az Isten színe előtt.

56. zsoltár • Imádság megpróbáltatások idején

(A karvezetőnek a „Ne töröld el” szerint – miktam Dávidtól, amikor Saul elől barlangba menekült.)

Könyörülj rajtam, Istenem, könyörülj rajtam, * lelkem hozzád menekül.

Szárnyaid árnyékában keresek oltalmat, * amíg a veszély el nem múlik.

A fölséges Istenhez kiáltok, * Istenhez, aki jót tett velem.

Küldjön segítséget a mennyből, † üldözőimet szégyennel sújtsa, * árassza rám irgalmát s hűségét!

Oroszlánok közt kell laknom, * akik emberi zsákmányra éhesek.

Foguk nyíl és lándzsa, * éles kard a nyelvük.

Emelkedjél fel, Isten, az egeknek fölébe, * ragyogjon dicsőséged az egész föld fölé!

Csapdát feszítettek lábam elé, * földig alázták lelkemet.

Vermet ástak vesztemre, * de maguk estek bele.

Kész az én szívem, Istenem, kész az én szívem, * hogy énekeljek és zsoltárt zengjek.

Ébredj, lelkem, ébredj, citera, hárfa, * a hajnalt keltem pirkadásra.

A nemzetek közt, Uram, megvallak, * s énekkel magasztallak a népek között.

Mert nagy a te irgalmad, s felér az egekig, * hűséged a magas felhőkig.

Emelkedjél fel, Isten, az egeknek fölébe, * ragyogjon dicsőséged az egész föld fölé!

[57. zsoltár • Itélet a föld bírái fölött]

(A karvezetőnek a „Ne töröld el” szerint – miktam Dávidtól.)

Ti istenek, az igazság szerint beszéltek?
Emberek fiai, igazságosak az ítéleteitek?

Nem, szívetekben gonoszság rejtőzik,
kezetek igazságtalanságot oszt az országnak.

A gonoszok már anyjuk ölétől eltávolodtak,
a hazugok már az anyaméhtől téves úton járnak.

Mérgük, mint a kígyó mérge,
mint a süket vipera mérge,
amely a fülét bezárja.

Nem hallja meg a varázsló hangját,
a kígyóbűvölő hangját, aki jól ért a bűvöléshez.

Istenem, zúzd össze szájukban fogukat,
Uram, törd össze az oroszlánok állkapcsát!

Hadd folyjanak szét, mint a kiömlött víz,
hervadjanak el, mint a letiport fű.

Múljanak el, ahogy elmúlik a csiga,
s mint az asszony elvetélt magzata,
amely a napot nem látja meg soha!

Mielőtt még tövist hajtanak, mint a tüskebozót,
- zölden vagy száradtan - hordja el őket
a haragos szél!

Örüljön az igaz, ha látja a megtorlást,
lábát fürössze a gonoszok vérében!

S az emberek majd mondogatják:
„Valóban, az igazra mégis jutalom vár,
van még Isten, aki ítél a földön!”

58. zsoltár • Oltalomkérő imádság

(A karvezetőnek a „Ne töröld el” szerint – miktam Dávidtól, amikor Saul odaküldött és őriztette a házát, hogy megölje.)

Ellenségeimtől ments meg, Istenem, * védj meg azoktól, akik fölkelnek ellenem!

A gonosztevők közül ragadj ki engem, * szabadíts meg a vérszomjas férfiak kezétől!

Mert íme, lesben állnak * és életemre törnek az erősek.

Pedig sem vétek, sem bűn nincs bennem, Uram,*
sietnek, rám törnek, bár ártatlan vagyok.

Kelj fel, siess felém és tekints reám, * Seregek Ura, Izrael Istene!

Ébredj föl, büntesd meg mind a népeket, * a megátalkodottakhoz ne légy irgalmas!

Esténként mindig visszatérnek, * járják a várost, mint a vonító kutyák.

Hangosan csaholnak, éles kard a szájuk, * azt gondolják, nem hallja őket senki.

De te, Uram, nevetsz rajtuk, * semmivé teszel minden népet.

Istenem, erősségem, terád figyelek, * mert te vagy erős váram.

Istenem irgalmával elém siet, * Isten megadja, hogy ellenségeim fölébe kerüljek.

De ne öld meg őket, * hogy népem el ne feledkezzék soha erről.

Szórd szét őket erőddel, * és sújtsd le őket, Uram, védőpajzsom!

Ajkuk vétke és szájuk beszéde miatt † ejtse őket csapdába gőgjük, * mert hazugságot beszélnek és átkot szórnak.

Haragodban veszítsd el őket, * pusztítsd el őket és nem lesznek többé.

Hadd tudják meg, hogy uralkodik az Isten Jákobon * és a föld minden határán!

Esténként mindig visszatérnek, * járják a várost, mint a vonító kutyák.

Kóborolnak, élelmet keresnek, * és morognak, ha jól nem laknak.

De én hatalmas erődet éneklem, * már reggel ujjongok irgalmad miatt,

Mert te lettél az én erős bástyám, * menedékem gyötrelmem napján.

Istenem, erősségem, rólad szól énekem, † Te vagy erős váram, * az én irgalmas Istenem.

59. zsoltár • Imádság elvesztett csata után

(A karvezetőnek a „Liliom a bizonyíték” szerint – miktam Dávidtól; okulásul írta, amikor kivonult a két folyó arámjai és Coba arámjai ellen; amikor Joáb visszatért és a Só-völgyben megverte az edomitákat, tizenkétezer embert.)

Isten, elvetettél és szétszórtál minket, * megharagudtál ránk; térj vissza hozzánk!

Megrendítetted a földet és összetörted, * megindult egészen: gyógyítsd be sebeit!

Kemény csapással sújtottad népedet, * a keserűség borával itattál bennünket.

Jelt adtál azoknak, akik félnek téged, * hogy megmeneküljenek az íjak elől.

Ments meg jobboddal és hallgass meg minket, * hogy megszabaduljanak azok, akiket szeretsz!

Isten így szólt szentélyében: † „Ujjongva osztom fel Szichemet, * kimérem Szukkot völgyét.

Az enyém Gileád és enyém Manasszе, † Efraim sisak lesz fejemen, * Júda a királyi jogarom.

Moáb a mosdótálam, † Edomra teszem sarumat, * csatakiáltásom Filisztea fölött hangzik.“

Ki vezet el az erős városba, * ki kíséri Edomba léptemet?

Nemde te, Istenünk, aki elhagytál minket, * és seregeinkkel nem vonulsz csatába, Istenünk?

Adj segítséget a gyötrelem idején, * mert az emberi segítség mit sem ér!

Istennel nagy dolgokat viszünk végbe, * ellenségeinket ő porba tiporja.

60. zsoltár • Az örökkévalókat remélő igaz imája

(A karvezetőnek, húros hangszerre – Dávidtól.)

Hallgasd meg könyörgő imámat, Istenem, * figyelj esdeklő szavamra!

A föld széléről kiáltok hozzád, amikor szorong a szívem, * magas kőszirtre vezess föl engem!

Mert reménységem te vagy nékem, * és erős bástyám az ellenség ellen.

Bár lakhatnám örökké sátradban, * hogy szárnyaid árnyékában találjak oltalmat!

Mert meghallgattad fogadalmamat, Istenem, † és nekem adtad azok örökrészét, * akik tisztelik neved.

Adj a király napjaihoz bőségben napokat, * és sok nemzedékkel mérjed éveit!

Élhessen trónján mindörökké Isten színe előtt, * tartsa meg őt irgalmad s hűséged!

Akkor zsoltárt zengek nevednek örökkön-örökké, * és amit fogadtam, teljesítem napról-napra.

61. zsoltár • A bizalom éneke

(A karvezetőnek, Jedutun szerint – Dávid zsoltára.)

Egyedül Istenben talál megnyugvást lelkem, * hiszen segítséget csak tőle kapok.

Mert menedékem és üdvöm az Isten, * erős váram ő, többé meg nem rendülök.

Meddig támadtok egy emberre oly sokan, * hogy ledöntsétek, mint omladozó falat, mint roskadó kerítést?

Mindenképp le akarják taszítani a magasból, † hazugságban telik kedvük, * szájukkal áldanak, szívükben átkoznak.

Egyedül Istenben talál megnyugvást lelkem, * hiszen türelmemet tőle kapom.

Mert ő az én Istenem s üdvöm, * erős váram, meg nem rendülök.

Szabadulásom és dicsőségem Istentől várom, * ő az én kősziklám, menedékem Istenben találom.

Mindenkor benne remélj, népem, † előtte öntsd ki szívedet, * mert Isten az oltalmunk.

Bizony csak pára Ádám minden fia, * az emberek élete hazug látszat.

Ha mérlegre teszed őket, * a páránál is könnyebb mindegyik.

Az erőszakban ne bízzatok, † ne kérkedjetek rablott zsákmánnyal, * ha gyarapszik is kincsetek, ne tapadjon hozzá szívetek!

Egyszer szólt az Isten, két dolgot értettem meg belőle: † „Istené a hatalom és nálad van, Uram, az irgalom, * te megfizetsz mindenkinek tettei szerint.”

62. zsoltár • Vágyakozás Isten után

(Dávid zsoltára, amikor Júda pusztájában tartózkodott.)

Isten, te vagy Istenem nékem, * pirkadattól melletted virrasztok.

Téged szomjaz a lelkem, érted eped a testem, * mint aszú föld, mely szomjas és vizetlen.

A szent sátorban téged keres arcom, * hogy dicsőséges hatalmad meglássam.

Jobb a te jóságod, mint az élet, * hirdetni fog ajkam téged.

Áldalak, amíg csak élek, * s nevedben tárom feléd kezemet.

Mint dús lakomával, teljék be lelkem, * és ajkam dicsér ujjongás szavával.

Rád emlékezem éjjel ágyamon, * és rád gondolok reggel.

Mert te vagy oltalmam, * szárnyaid árnyékában örömöm lelem.

Hozzád ragaszkodom egész szívvel, * jobboddal erősen tartasz engem.

Akik meg akarják rontani életem,
azok lekerülnek a földnek mélyébe,

kiszolgáltatva a kard hatalmának
és zsákmányul a sakáloknak.

A király azonban Istenben örül,
s mind dicsekszik majd, aki rá esküdött,
de a hazugok ajka elnémul örökre.

63. zsoltár • Oltalmamat Istentől várom

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Hallgasd meg, Istenem, panaszos szavamat, * óvd meg lelkemet, hogy ellenségeimtől ne kelljen félnem!

Ments meg a gonoszok hadától, * a gonosztevők tomboló dühétől!

Élesítik nyelvüket, mint a kardot, † mérgezett szavaikkal, mint nyilakkal céloznak, * hogy a rejtekből leterítsék az ártatlan embert.

Gyorsan rálőnek nyilaikkal, nem félnek semmitől, * egyre vakmerőbbek gonosz terveik.

Egymást biztatják a gonoszságra, † titokban tőrt vetnek * és így szólnak: „Ki láthat minket?”

Gonosz terveket szőttek, † kiforralt tervüket végre is hajtották; * kifürkészhetetlen az ember szíve.

De Isten kiröpíti rájuk nyilait, † váratlan csapással sújtja őket, * romlásukat nyelvük okozza.

Aki csak látja, fejét csóválja, * és félelem fog el minden embert.

Hirdetik Isten tetteit, * és megértik műveit.

Örvendezik az igaz az Úrban, † nála keres oltalmat, * benne dicsekszik minden igaz szívű.

64. zsoltár • Ünnepélyes hálaadás

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára, ének.)

Téged illet az ének Sionon, Istenem, * a fogadalom Jeruzsálemben néked adassék!

Te vagy, ki meghallgatod az imádság szavát, * tehozzád siet bűneinek terhével minden ember.

Erőt vettek rajtunk vétkeink, * de te megbocsátod őket nekünk.

Boldog, akit kiválasztasz és magadhoz emelsz, * csarnokaidnak lehet lakója.

Töltsenek el bennünket házad javai * és templomod szentsége!

Igaz voltodban meghallgatsz minket, megváltó Istenünk, † nagy csodákat művelsz velünk, * te vagy reménye minden földhatárnak és a távoli partoknak.

Erőd épített szilárd hegyeket, * hatalommal övezed magadat.

Lecsendesíted a tenger moraját, * habjai zúgását és a nemzetek zaját.

Jeleid láttán félelem fogja el a föld határán lakókat, * örömmel töltöd el Kelet és Nyugat kapuit.

Meglátogatod a földet és megöntözöd, * elhalmozod bőséges javakkal.

Isten patakja bővizű; † gabonát sarjasztasz az ember számára, * a földet is előkészíted:

Barázdáit megöntözöd, göröngyeit széjjelvágod, * Záporesőkkel puhítod és megáldod sarjadó vetését.

Megkoronázza az évet áldásod, * s jólét és bőség jár nyomodban.

Virulnak a rétek a pusztában, * a halmok is örömet öltenek.

Nyájakba öltözködnek a legelők, † a völgyeket gabona borítja, * ujjonganak és éneket zengenek.

65. zsoltár • Hálaadó himnusz

(A karvezetőnek – ének, zsoltár.)

Ujjongjatok Istennek, minden földek, † zsoltárt mondjatok fölséges nevének, * dicséretére éneket zengjetek!

Mondjátok Istennek: „Csodásak műveid!” * ellenségeid meghajolnak hatalmas erőd alatt.

Imádjon téged az egész föld és daloljon néked, * nevedet zsoltárral dicsérje!

Jertek, lássátok Isten tetteit, * csodálatosak, amiket végbevitt az emberek között!

Szárazfölddé tette a tengert, † száraz lábbal keltek át az áron; * azért őbenne vigadunk.

Hatalmasan uralkodik örökre, † szeme fürkészve néz a népekre, * a lázadók nem tudnak felkelni ellene.

Áldjátok Istenünket, népek, * dicsőségét hangosan zengjétek!

Ő adott életet nékünk, * és nem engedte, hogy lábunk inogjon.

Próbára vetettél minket, Isten, * tűzben kiégettél, mint az ezüstöt.

Hálóba fogtál bennünket, * súlyos terhet raktál hátunkra.

Embereket tettél fejünk fölé, † tűzön és vízen mentünk keresztül, * de végül mégis enyhülést adtál.

Égő áldozattal lépek házadba, * és teljesítem, amit fogadtam,

Mindazt, amit kimondott ajkam, * amiket szám a bajban megígért.

Hízott állatokat mutatok be áldozatul néked, * bikákat és kosokat áldozok.

Jertek, ti istenfélők, halljátok, * elbeszélem, mily nagy dolgot tett ő vélem.

Hozzá kiáltott ajkam, * nyelvem dicséretet mondott néki.

Ha rossz lett volna szívem szándéka, * az Úr soha meg nem hallgat.

Ámde Isten meghallgatott engem, * felfigyelt könyörgő szómra.

Áldott az Isten, mert nem vetette meg imámat, * és nem vonta meg kegyelmét tőlem.

66. zsoltár • Magasztalja Istent minden nemzet!

(A karvezetőnek, húros hangszerre – zsoltár, ének.)

Isten legyen irgalmas hozzánk, * áldjon meg bennünket s ragyogjon ránk arcának fénye,

Hogy a földön megismerjék útját, * mind a népek megváltását!

Áldjanak, Isten, a nemzetek, * mind a népek áldjanak téged!

Örvendjen minden nép és vigadjon, * mert igazságban kormányzod a földet!

Igazságosan ítélkezel a nemzeteken, * te kormányzod a föld népeit.

Áldjanak, Isten, a nemzetek, * mind a népek áldjanak téged!

A föld meghozta gyümölcsét nekünk, * megáldott Isten, a mi Istenünk.

Áldjon meg bennünket Isten, * félve tisztelje őt az egész világ!

67. zsoltár • Az Úr ünnepélyes bevonulása Sína hegyéről Sionba

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Fölkel az Isten és ellenségeit széjjelszórja, * elfutnak gyűlölői színe elől.

Szétszórod őket, amint a füst szertefoszlik, † miként megolvad a tűztől a viasz, * úgy semmisülnek meg a gonoszok az Isten színe előtt.

De örvendenek és ujjonganak Isten előtt az igazak, * és vigadoznak boldog örömmel.

Énekeljetek Istennek, zsoltárt zengjetek nevének, * készítsetek utat neki, aki a felhőkön közeleg!

Az Úr az ő neve, * vigadjatok színe előtt!

Árvák atyja és özvegyek védője * az Isten szent lakóhelyén.

Isten otthont ad a hontalannak, † a foglyokat szabad életre vezeti, * a lázadók azonban ott fognak lakni a pusztában.

Istenünk, amikor kivonultál néped élén * és átvonultál a pusztán, a föld akkor megrendült,

Az egek is szétfolytak Isten előtt, * Sína Urának, Izrael Istenének színe előtt.

Bőven hullattál esőt, Istenünk, * felüdítetted örökrészedet, ellankadt népedet.

Minden teremtményed otthonra talál, Istenünk, * jóságodban a szegények gondját viseled.

Felhangzik az Úr igéje, * a jó hírt hozóknak nagy a serege:

„Futnak a seregek királyai, futnak, * a házban zsákmányt osztanak.

Míg ti alusztok az aklok között, * a galamb szárnya ezüstösen csillog, arany színben ragyognak tollai.

Amikor a Mindenható a királyokat szétszórta, * a Szalmon hótól fehérlett.”

Básán hegye az Isten hegye, * sokormú hegység a Básán hegye.

Miért néztek irigykedve, ti magas csúcsok, arra a hegyre, † amelyet Isten lakóhelyül választott magának; * az Úr ott lakik örökre.

Isten harci szekere ezerszer ezer, * az Úr szentélyébe vonul Sína hegyéről.

Fölemelkedtél a magasságba, foglyokat vittél magaddal, † ajándékul embereket kaptál, * hogy a lázadók is Istennél, az Úrnál lakjanak.

Áldott legyen az Úr minden napon, * üdvösségünk Istene visel gondot reánk.

Istenünk ő, szabadító Istenünk; * az Úr, a mi Urunk, a halálból is kivezet minket.

Valóban, az Isten szétzúzza ellenségei fejét, * azok fejét, akik bűnben élnek.

Így szól az Úr: † „Lehozom őket Básán hegyéről, * fölhozom őket a tenger mélyéről,

Hogy vérben gázoljon lábad, * és ellenségeidből a kutyák is megkapják részüket.”

Látták bevonulásodat, Isten, * hogyan vonultál be a szentélybe, Istenem, Királyom.

Elöl mentek az énekesek, † a hárfások a menet végén, * középütt jöttek a doboló leányok:

„Ünnepi kórusban dicsérjétek az Istent, * ti, akik Izraeltől származtok, az Urat áldjátok!”

A törzsek élén az ifjú Benjamin, † őt a seregükkel Júda vezérei követik, * majd Zebulon fejedelmei és Neftali nagyjai.

Mutasd meg hatalmadat, Istenünk, * erősítsd meg, amit bennünk műveltél!

Jeruzsálembe, templomod javára * hozzanak ajándékokat neked a királyok!

Fenyítsd meg a nádlakó vadat, † a népek fejedelmeit, a hatalmasok seregét, * boruljanak le előtted ezüst kincsükkel!

Szórd szét a népeket, amelyek háborút akarnak! † Jöjjenek Egyiptom nagyjai, * Etiópia tárja kezét Isten felé!

Énekeljetek Istennek, föld népei, * zengjetek zsoltárt az Úrnak;

Aki áthalad az egeknek egein, * íme hallatja szavát, hatalmas szózatát.

Ismerjétek el Isten hatalmát, † Izrael fölött ragyogó fölségét * és nagy erejét a felhők felett!

Csodálatos vagy, Isten, szentélyedben! † Izrael Istene ad hatalmat és erőt népének. * Istenünk legyen áldott!

68. zsoltár • A házadért való buzgóság emészt

(A karvezetőnek a „Liliomok” szerint – Dávidtól.)

Ments meg engem, Istenem, * mert a víz már fölér a torkomig!

Elmerültem a mély iszapba,
és nincs hol megvessem lábamat, * a vizek mélyére zuhantam,
átcsapott a hullám fejem fölött.

Belefáradtam a kiáltozásba, a torkom berekedt, * elhomályosult szemem, míg Istenre várok.

Számosabbak, mint fejemen a hajszál, * akik ok nélkül gyűlölnek engem.

Hazug ellenségeim, akik üldöznek, erőre kaptak, * fizetnem kell azért is, amit el sem vettem.

Te ismered balgaságomat, Uram, * bűneim nincsenek rejtve előtted.

Ne szégyenüljenek meg miattam, akik benned bíznak, * Uram, seregek Ura!

Ne érje gyalázat miattam azokat, * akik keresnek téged, Izrael Istene!

Mert érted viselem a szégyent, * arcomat érted borítja gyalázat.

Idegen lettem testvéreim szemében, * jövevény anyám fiai előtt.

Mert a házadért való buzgóság emészt, * ha téged szidalmaznak, rám hull a gyalázat.

Sírtam és böjttel gyötörtem magam, * de rám az is csak szégyent hozott.

Vezeklő ruhát öltöttem magamra, * de ezért is megszólnak gúnyosan.

Rólam beszélnek, akik a kapuban ülnek, * rólam énekelnek a bor mellett vigadók.

De én tehozzád imádkozom, Uram, * a kegyelem idején, Istenem.

Bőséges irgalmadban hallgass meg engem, * segíts meg hűséged szerint!

Emelj ki az iszapból, hogy el ne süllyedjek, * gyűlölőim közül és a vizek mélyéből ragadj ki engem!

Ne sodorjon el a vizek árja, † és ne nyeljen el a mélység, * ne záruljon be fölöttem a kútnak szája!

Hallgass meg jóságos szeretettel, Uram, * nagy irgalmaddal tekints énrám!

Ne fordítsd el arcodat szolgádtól, * sietve hallgass meg, mert nagyon gyötrődöm!

Állj mellém és védj meg, * ellenségeim közül ments ki engem!

Te tudod, milyen gyalázat ért engem, * ismered csúfos szégyenem.

Látod mind, akik gyötörnek engem, * szívemet a gyalázat összetörte, beteggé váltam.

Vártam, hogy valaki együtt érez velem, de nem volt, * és aki megvigasztal, de azt sem találtam.

Ételembe epét kevertek, * és szomjúságomban ecettel itattak.

Asztaluk ezért váljék számukra csapdává,
barátaiknak pedig szorító hurokká!

Homályosodjék el a szemük, ne lássanak,
derekuk örökre veszítse erejét!

Áraszd ki rájuk méltatlankodásod,
s haragodnak tüze eméssze meg őket!

Lakóhelyük váljék pusztasággá,
senki ne tanyázzék többé sátraikban!

Hiszen azt üldözték, akit te vertél meg,
akit megsebeztél, annak fokozták fájdalmát.

Tetézd meg bűnökkel eddigi vétküket,
hogy ne számítsanak igaznak előtted!

Töröljék ki őket az élők könyvéből,
ne legyenek beírva az igazakkal együtt!

Nyomorult vagyok és szenvedek, * de segítséged, Istenem, fölemel engem.

Énekkel áldom Isten nevét, * s őt magasztalom dicsérő szóval.

Ez kedvesebb az Úrnak, mint az áldozati állat, * vagy mint a tinó, melynek már szarva és körme van.

Látják ezt a megalázottak és örülnek; * keressétek az Istent, és szívetek élni fog!

Az Úr meghallgatja a szegényt, * és nem veti meg övéit, ha fogságban sínylődnek.

Dicsérje őt ég és föld, * a tenger és minden, ami benne mozog!

Mert Isten megszabadítja Siont, † újra felépíti Júda minden városát; * ott lesz lakóhelyük, és az lesz birtokuk.

Szolgáinak ivadéka kapja örökül, * és ott laknak majd, akik szeretik nevét.

69. zsoltár • Istenem, hallgass szavamra!

(A karvezetőnek – Dávidtól, emlékezetül.)

Istenem, hallgass hívó szavamra, * Uram, siess, segíts meg engem!

Piruljanak és valljanak szégyent, * akik vesztemre törnek!

Hátráljanak meg és érje gyalázat azokat, * akik örülnek bajomon!

Megszégyenülve vonuljanak vissza, * akik gúnyolódva mondják: „Úgy kell néki!”

De ujjongjanak és örvendjenek benned, * mind, akik keresnek téged!

Hirdessék mindig: „Nagy az Isten!” * mind, akik várják üdvösséged!

De én nyomorult és szegény vagyok, * Istenem, siess, segíts meg engem!

Segítőm és szabadítóm te vagy nékem, * ne késsél tovább, Uram!

70. zsoltár • Uram, ifjúkorom óta te vagy reményem

Uram, benned van reményem, * ne hagyj soha szégyent érnem!

Igazságodban ments meg és szabadíts meg engem, * fordítsd felém füled és segíts meg!

Légy erős sziklám, * menedéket adó váram!

Ígéreted szerint szabadíts meg engem, * mert te vagy kősziklám és menedékem!

Istenem, ments meg a bűnösök kezéből, * a hatalmaskodók és a gonoszok öklétől!

Mert te vagy bizodalmam, Uram, Istenem, * ifjúságom óta te vagy reményem.

Anyám méhétől fogva rád hagyatkozom, † születésem óta te vagy támaszom, * szüntelen téged dicsérlek.

Gúny tárgya lettem sokak szemében, * de nekem te vagy erős gyámolom.

Dicséreted tölti el számat, * magasztalásod egész napomat.

Öregkoromban se vess el engem, * ne hagyj el, ha elfogy erőm!

Mert ellenségeim megszólnak engem, * szemmel tartanak, s a tanácskozásban rólam beszélnek.

Azt mondják: „Elhagyta őt az Isten, * üldözzétek, fogjátok el, mert nincs, aki megmentse!”

Istenem, ne maradj távol tőlem, * Istenem, siess, segíts meg engem!

Valljanak szégyent és vesszenek el, akik ellenem támadnak, * szégyen és gyalázat szálljon azokra, akik vesztemre törnek!

Én pedig mindenkor benned remélek, * napról-napra jobban dicsérlek.

Ajkam hirdesse igazságodat, † jótetteidről beszéljen egész nap, * mert megszámlálni nem tudom őket!

Uramnak, Istenemnek templomához járulok, * egyedül igazságodra gondolok, Uram.

Istenem, te tanítottál ifjúkorom óta, * még ma is hirdetem csodás tetteid.

De öregkoromra, aggságomra se hagyj el, Istenem, * hogy hirdessem az eljövendő nemzedéknek karod erejét!

Istenem, hatalmad és igazságod fölér az egekig, † nagy dolgokat vittél végbe; * Istenem, ki hasonló hozzád?

Mily sok és nehéz gyötrelmet raktál rám, † de te új életre keltesz, * és felhozol a földnek mélyéből.

Állítsd helyre régi rangomat, * fordulj felém, és adj vigaszt nékem!

Én pedig hárfával magasztallak hűségedért, Istenem, * citerával zsoltározok néked, Izrael Szentje.

Ujjong az ajkam, amikor énekelek néked, * örvend a lelkem, mert te vagy megváltóm.

Igazságodat áldja nyelvem naphosszat, * mert szégyen és gyalázat érte azokat, kik vesztemre törtek.

71. zsoltár • A Messiás-király méltósága

(Salamontól.)

Isten, ítéletedet add a királynak, * és igazságodat a király fiának,

Hogy igazságosan ítélje népedet, * és méltányosan a szegény embert.

A hegyek hozzanak békét, * és igazságot a halmok a népnek.

Igazságosan ítéli népe szegényeit, † megszabadítja a nincstelen fiait, * de megaláz minden álnok embert.

Élni fog majd számos évig, * amíg csak nap és hold világít.

Leszáll, mint eső a rétre, * mint a zápor, amely a földet öntözi.

Napjaiban virágzik az igazság és a teljes béke, * amíg a hold meg nem szűnik.

Uralkodik tengertől tengerig, * a Folyótól a földnek széléig.

Leborulnak előtte a puszták lakói, * ellenségei a földig hajolnak.

Tarziszból s a szigetekről adományokkal királyok jönnek, * arab királyok, sábai királyok kincset hoznak.

A föld minden királya hódol néki, * és őt szolgálja minden nemzet.

Megszabadítja a szegényt, aki hozzá kiált, * a nyomorultat, akit nem segít senki.

Az elesettet és gyengét megszánja, * megmenti a szegények életét.

Az erőszaktól és elnyomástól megmenti őket, * mert az ő vérük drága néki.

Éljen, s adjanak neki Arábia aranyából, † imádkozzanak mindig érte, * s egész nap áldják nevét!

Bőven teremjen földjén a gabona, * a hegytetőket kalász borítsa!

Mint a Libanon viruljon gyümölcse, * és gyűjtsék össze, mint szénát a réten!

Legyen áldott a neve örökké, * maradjon fenn neve, amíg a nap ragyog!

Áldott legyen benne a föld minden törzse, * magasztalja őt minden nemzet!

Áldott az úr, Izrael Istene, * aki egyedül művel csodákat.

Dicső neve mindörökké legyen áldott, * fölségével teljék be az egész föld! Úgy legyen! Ámen!

szerda

72. zsoltár • Boldog vagyok, ha Isten közelében élek

(Aszaf zsoltára.)

Milyen jó az Isten az igaz emberhez, * azokhoz, akiknek a szíve tiszta.

Lábam mégis majdnem megbotlott, * kis híján elestem jártomban.

Mert fölháborodtam a kérkedők miatt * látva a bűnösök jólétét.

Szenvedés nem gyötri őket, * testük egészséges és erővel teljes.

Nem ismerik a halandók bajait, * nem érik csapások őket, mint a többi embert.

A kevélységet mint nyakláncot viselik, * és köntös rajtuk az erőszak.

Jólétükből gonoszság fakad, * álnok terveket szőnek szívükben.

Gúnyolódnak és hazug minden szavuk, * fölényesen, gonoszul beszélnek.

Az eget ostromolja káromló szavuk, * a földet sem kíméli nyelvük.

Ezért a nép feléjük fordul, * és mohón isszák szavukat, mint a vizet.

Azt mondják: † „Honnan tudná ezt az Isten, * hogyan szerezne tudomást a Fölséges minderről?”

Íme, ilyenek a bűnösök: mindig bőségben élnek, * vagyont vagyonra halmoznak.

Így szóltam: † „Hiába őriztem meg tisztán szívemet, * s ártatlanságban hiába mostam kezemet?

Mert egész nap csapások értek, * fenyítésben volt részem már kora reggel.”

Ha azt mondtam volna: † „Úgy beszélek én is, mint ők”, * fiaid nemzedékét árultam volna el.

Töprengtem, hogy meg tudjam érteni, * de túlságos nehéznek látszott.

Végül elmentem Isten szent hegyére, * és megértettem, hogy mi lesz a végük.

Mert valójában ingatag talajra helyezted őket, * és romlásba döntöd őket.

Hirtelen éri őket utol a pusztulás, * összeesnek s a rémülettől semmivé lesznek.

Miként az álom az ébredő emberben, * úgy tűnik el képük előtted, ha fölkelsz majd, Uram.

Amikor szívem kesergett, * és átjárta a bánat bensőmet,

Balga és tudatlan voltam, * mint oktalan állat álltam előtted.

De most már mindig veled maradok, * hiszen megfogtad jobbomat.

Szándékod szerint vezérelsz engem, * és dicsőségbe emelsz végül.

Mert nincs senkim a mennyben kívüled, * ha veled vagyok, nem kívánok a földön semmit sem.

Ha elgyengül is szívem és testem, * Isten a szívem sziklája, és örökre ő az osztályrészem.

Íme elpusztul, aki elszakad tőled, * elveszíted mind, aki hűtlenül elhagy.

Jó nekem, hogy Istenhez tartozzam, * reményemet az Úrba, Istenbe vessem,

Hogy hirdessem minden művedet * Sion leányának kapui előtt.

73. zsoltár • Kesergés a templom pusztulásán

(Aszaf tanítóköltemény e.)

Miért vetettél el végleg, Istenünk, * miért lángolt fel haragod legelőd nyája ellen?

Emlékezzél meg közösségedről, amely kezdettől birtokod, † a törzsről, amelyet megváltottál örökrészedül, * és Sion hegyéről, lakóhelyedről!

Irányítsd lépteidet az örök romokhoz, * az ellenség szentélyedben mindent lerombolt.

Szent helyeden zajonganak, akik gyűlölnek téged, * kitűzték zászlóikat, győzelmük jelét.

Olyanok, mint akik szekercéjüket magasra emelték * a sűrű erdő fáira.

Szétverték faragott kapuit, * és ledöntötték fejszével s baltával.

Lángba borították szentélyed, * porig alázták neved hajlékát.

Azt mondták szívükben: † „Pusztítsuk el egyszerre őket!” * és fölégették a földön Isten minden csarnokát.

Nem látunk jeleket, próféta nincs többé, * senki sem tudja, meddig tart még mindez.

Istenünk, meddig gyalázhat még az ellenség, * örökké csúfolhatja neved az ellenség?

Miért vonod vissza jobbodat, * miért nézed ezt ölbe tett kézzel?

De Isten a királyunk kezdettől fogva, * szabadító tetteket vitt végbe a földön.

Te hasítottad szét hatalmaddal a tengert, * összetörted a tengeri szörnyek fejét.

Te zúztad szét a Leviatán fejét, * odaadtad eledelül a tengeri szörnyeknek.

Te fakasztasz forrást, patakot, * kiszárítasz bővizű folyókat.

Tiéd a nappal és tiéd az éjszaka, * te alkottad a napot s a holdat.

Te jelölted ki a föld minden határát, * a te alkotásod a nyár és a tél is.

Emlékezz arra, Uram, † hogy az ellenség gyalázott téged, * az oktalan nép csúfolta nevedet!

Ne add a vadaknak a benned bízók lelkét, * és ne feledd el végleg a szegények életét!

Tekints szövetségedre, Uram, * mert erőszak ütötte fel sátrát a föld minden zugában!

A megalázott ne távozzék szégyennel, * a szűkölködő és a szegény dicsérje nevedet!

Kelj fel, Istenünk, vedd kézbe ügyedet, * lásd meg, hogy az oktalan naphosszat gyaláz téged!

Ne feledd ellenségeid hangját, * ellenfeleid egyre növekvő szidalmát!

74. zsoltár • Az Úr a legfőbb bíró

(A karvezetőnek a „Ne töröld el” szerint – Aszaf zsoltára, ének.)

Hálát adunk, Istenünk, hálát adunk néked, † és segítségül hívjuk nevedet, * elbeszéljük csodatetteid.

„Amikor megszabom idejét, * én meghozom igaz ítéletem.

Megrengjen bár a föld és minden lakója, * oszlopainak ereje tőlem való.

A kevélyeknek azt mondom: Ne legyetek kevélyek! * a bűnösöknek: Fejeteket föl ne emeljétek!”

Ne hordjátok fejeteket magasan, * az Isten ellen vakmerőn ne szóljatok!

Mivelhogy nem keletről, nem nyugatról, * nem a hegyekből jön a felmagasztalás, nem a sivatagból.

Istentől jön az ítélet: * megalázza az egyiket s a másikat fölemeli.

Mert serleg van az Úr kezében, * színig töltött bor pezseg benne.

Abból tölt az Úr, † a seprejéig ki kell inniuk; * belőle iszik a föld minden bűnöse.

Ám én örökké ujjongok, * Jákob Istenének zsoltárt zengek.

Letöröm a bűnösök hatalmát, * és magasra emelkedik az igaz feje.

75. zsoltár • Hálaadás győzelemért

(A karvezetőnek húros hangszerre – Aszaf zsoltára, ének.)

Megismertette magát Isten Júda földjén, * Izraelben nagy az ő neve.

Sálemben áll sátora, * Sionban van lakóhelye.

Ott törte össze a tüzes nyilakat, * pajzsot, kardot és minden harci eszközt.

Csodálatos vagy, fényesen tündökölsz a győzelem hegyén, * ahol kifosztották azokat, akik magukban bíztak,

Mert álom nyomta el őket, * és lehanyatlott a harcosok karja.

Feddő szavadtól, Jákob Istene, * megtorpannak a lovak és a harci szekerek.

Félelmetes vagy, ki állhat meg előtted, * amikor fellángol haragod?

Kihirdetted az égből az ítélet szavát, * megremegett a föld és elnémult,

Amikor fölkelt ítéletre az Isten, * hogy a szelídeknek szabadulást hozzon a földön.

Még a haragvó ember is magasztal, * és aki megmenekült haragodtól, téged ünnepel.

Tegyetek fogadalmat és teljesítsétek Isteneteknek, az Úrnak, * hozzatok ajándékot a Félelmetesnek, akik körötte vagytok!

Megtöri ő a fejedelmek gőgjét, * rettenetes a föld minden királya előtt.

76. zsoltár • Emlékezés az Úr nagy tetteire

(A karvezetőnek a „Jedutun” szerint – Aszaf zsoltára.)

Hangos szóval az Úrhoz kiáltok, * Istenhez száll szavam, és ő meghallgat engem.

Szorongatásom napján Istent keresem, † éjszaka szüntelen hozzá emelem kezem, * vigasztalódni nem akar szívem.

Ha Istenre gondolok, egyre csak sóhajtok, * ha rá emlékezem, elcsügged bennem a lélek.

Szememet ébren tartod, * nyugtalan vagyok, szólni sem tudok.

A régi napokra gondolok, * emlékezem a régmúlt évekre.

Egész éjjel töprengek szívemben, * gondolkodom és ezt fürkészi lelkem:

Vajon az Isten örökre elvet, * s nem lesz többé hozzánk kegyelmes?

Vajon végleg elfogyott irgalma, * nemzedékről nemzedékre megszűnt igéje?

Könyörülni az Isten elfeledt, * haragjában megvonja tőlünk irgalmát?

S így szólok: „Az az én fájdalmam, * hogy megváltozott a Fölséges jobbja!”

Tetteidre, Uram, visszagondolok, * emlékezem csodáidra, melyeket kezdettől műveltél.

Megfontolom minden tettedet, * végiggondolom nagyszerű műveid.

Szent a te utad, Istenem! * Van-e oly nagy isten, mint a mi Istenünk?

Te vagy az Isten, aki csodákat művelsz, * megmutattad hatalmad a népek között.

Megszabadítottad karoddal népedet, * Jákob és József fiait.

Láttak a vizek, Isten, téged, † láttak a vizek és remegtek, * megrendült a tenger mélye.

A felhőkből vizek ömöltek, † megdördültek a magas fellegek, * és nyilaid szerteröpültek.

Dörgésedtől zúgott a förgeteg, † villámaid bevilágították az egész földet, * megrendült a föld és remegett.

Tengernek vetted utadat, † a nagy vizeken át vezetett ösvényed, * s lépteid nyomát senki sem látta.

Néped vezetted mint a nyájat * Mózes és Áron keze által.

77. zsoltár • Izrael története, amely figyelmeztet és biztat is

(Aszaf tanítóköltemény.)

Figyelj tanításomra, népem, * hallgass ajkam szavára!

Példabeszédre nyitom meg számat, * ősidők titkait hirdetem nektek.

Amit hallottunk és megismertünk, † amit atyáink beszéltek el nekünk, * nem titkoljuk el fiaink elől.

Hirdetjük a jövő nemzedéknek az Úr dicső tetteit és erejét, * a csodákat, melyeket művelt.

Úgy rendelkezett Jákobnak, * azt a törvényt adta Izrael népének,

Hogy amit atyáinknak meghagyott, * fiaiknak adják azt tudtára,

Hadd ismerje meg a jövendő nemzedék, * a fiak, akik ezután születnek.

Ha felnőnek, gyermekeiknek ők is adják tovább, * hogy reményüket Istenbe vessék,

Ne feledjék el Isten tetteit, * és tartsák meg minden parancsát.

Ne legyenek olyanok, mint atyáik: * lázadó és makacs nemzedék,

Állhatatlan szívű nemzedék, * mert lelkük nem maradt hűséges Istenhez.

Efraim fiai, a harcra kész íjászok, * meghátráltak az ütközet napján.

Isten szövetségét semmibe vették, * nem akarták követni törvényét.

Elfelejtették tetteit, * a csodákat, melyeket nekik mutatott.

Atyáik szeme láttára csodás jeleket művelt * Egyiptom földjén, Tánisz mezején.

Szétválasztotta a tengert és átvitte őket, * megállította a vizet, mint egy falat.

Felhő által vezette őket nappal, * éjjel pedig tűznek fényével.

Ketté hasította a sziklát a pusztában, * és bőven adott inni az áradó forrásból.

Patakot fakasztott a sziklából, * és lezúdult a sok víz folyamként.

Ők mégis tovább vétkeztek ellene, * lázongtak a pusztában a Fölséges ellen.

Istent kísértették szívükben, * kívánságuk szerint enni kértek.

Isten ellen zúgolódtak s így beszéltek: * „Tud-e asztalt teríteni Isten a pusztában?”

Bár ráütött a sziklára és víz fakadt, † patakok folytak, de ők így szóltak: * „Tud-e kenyeret és húst adni népének?”

Hallotta az Úr és haragra gerjedt, † tűz lobbant fel Jákob ellen, * haragja fellángolt Izrael ellen,

Mert nem hittek Istenben, * és segítségében nem volt bizalmuk.

Mégis parancsolt a felhőknek, * és megnyitotta az egek kapuit:

Eledelül mannát hullatott, * és mennyei kenyeret adott nekik.

Angyalok kenyerét ette az ember, * ételt küldött nekik bőséggel.

Keleti szelet támasztott az égből, * és déli szelet küldött hatalmas ereje.

Mint a por, annyi húst hullatott rájuk, * annyi madarat, mint a tenger fövenye.

Lehullottak táboruk közepén, * sátraik mellé körös-körül.

Ettek és igen jóllaktak, * amit csak kívántak, megadta nékik.

Mégis kitartottak vágyaik mellett, * bár még szájukban volt az étel.

Ezért Isten haragja fellobbant ellenük, * megölte nagyjaikat és leterítette Izrael ifjait.

Ám ők tovább vétkeztek, * és csodáinak nem adtak hitelt.

Ezért napjaik semmibe tűntek, * éveiknek hamar véget vetett.

Amikor pusztítani kezdte őket, ismét őt keresték, * megtértek és hozzá siettek.

Ráeszméltek, hogy Isten a sziklájuk, * megváltójuk a fölséges Isten.

Szájukkal azonban hamisan szóltak, * és nyelvükkel hazudtak néki.

Szívük nem volt őszinte hozzá, * és szövetségéhez hűtlenek lettek.

De ő mégis irgalmas, * megbocsátja a vétket, nem akar pusztulást.

Újra meg újra fékezte haragját, * nem engedte fellobbanni dühének lángját.

Meggondolta, hogy múló test az ember, * mint a lehelet, amely nem tér vissza.

Hányszor lázadoztak a sivatagban Isten ellen, * hányszor keltették fel a pusztában haragját!

Istent kísértették újra meg újra, * keserűséget okoztak Izrael Szentjének.

Nem emlékeztek vissza hatalmas karjára, * sem arra a napra, amikor kimentette őket az elnyomó kezéből,

Amikor megmutatta Egyiptomban jeleit, * csodáit Tánisz mezején.

Vérré változtatta a folyókat, * és patakjaikat, hogy ne tudjanak inni belőlük.

Legyeket küldött, hogy kínozzák őket, * és békákat, hogy így romlást hozzon rájuk.

Termésüket rovaroknak adta, * a sáskáknak munkájuk gyümölcsét.

Szőlőjüket jégesővel verte el, * fügefáikra fagyot küldött.

Csordáikat jégveréssel irtotta, * nyájaikat tüzes villámmal.

Rájuk bocsátotta izzó haragját, † indulatát, fenyegetését, verését, * ártó angyalok seregét.

Szabadjára engedte haragját, † nem kímélte őket a haláltól, * életüket pestissel sújtotta.

Megölt minden elsőszülöttet Egyiptom földjén, * Kám sátraiban fiaik színe-virágát.

Kihozta népét, mint juhokat, * mint nyájat vezette őket a pusztában.

Biztonságban terelte őket és nem féltek, * de ellenségeiket elborította a tenger árja.

Bevezette őket szent földjére, * a hegyre, melyet jobbja szerzett nekik.

Elűzte előlük a népeket, † földjüket örökségül adta nekik, * és sátraikba telepítette Izrael törzseit.

Mégis megkísértették és ingerelték a fölséges Istent, * szövetségével mit sem törődtek.

Elpártoltak tőle és hűtlenek lettek, miként atyáik, * amint a meglazult íj félrehord, úgy tértek el tőle.

Magaslataikkal felkeltették haragját, * féltékennyé tették a faragott szobrokkal.

Isten meghallotta ezt és haragra gerjedt, * és elutasította magától Izraelt.

Elhagyta silói hajlékát, * sátorát, ahol emberek között lakott.

Fogságba juttatta hatalmának jelét, * a szövetség ládáját az ellenség kezére adta.

Kard martalékává tette a népet, * örökségével szemben haragra lobbant.

Fiaikat megemésztette a tűz lángja, * lányaik nem mentek férjhez.

Kard által hullottak el papjaik, * és nem maradt özvegy, ki sirassa holtjait.

De aztán felserkent az Úr álmából, * mint a bor mámorából ébredő harcos.

Végigvert ellenségeik hátán, * és örök szégyent hozott rájuk.

Elvetette József sátrát is, * nem választotta Efraim törzsét sem,

Hanem választása Júda törzsére esett, * és Sion hegyére, amelyet szeretett.

Magasra építette szentélyét, * örök alapot vetett neki, mint a földnek.

És kiválasztotta szolgáját, Dávidot, * elhozta a juhok aklától,

Elhívta az anyajuhok mellől, † hogy pásztora legyen népének, Jákobnak, * és Izraelnek, az ő örökrészének.

Ő pedig tiszta szívvel legeltette őket, * és vezette őket gondos kézzel.

78. zsoltár • Jeruzsálem siratása

(Aszaf zsoltára.)

Isten, pogányok törtek örökségedre, † meggyalázták szent templomod, * Jeruzsálemet romba döntötték.

Szolgáid testét az ég madarainak adták prédául, * és híveidet a mezei vadaknak.

Vérüket úgy ontották Jeruzsálem körül, mint a vizet, * nem temette el őket senki.

Gyalázattá lettünk szomszédaink előtt, * csúfsággá és nevetséggé azok előtt, akik között élünk.

Meddig még, Urunk? † Örökké tart haragod? * Indulatod, mint a tűz, még meddig lobog?

Öntsd ki haragod a pogányokra,
akik nem ismernek, az országokra,
amelyek neved nem tisztelik,

amiért Jákobot eltiporták
s lakóhelyét pusztasággá tették.

Atyáink vétkét ne tartsd számon, † irgalmaddal siess elénk, * mert nyomorultak lettünk egészen!

Segíts rajtunk, szabadító Istenünk, * neved dicsőségéért tégy szabaddá bennünket,

Nevedért ments meg minket, * és bocsásd meg minden vétkünket!

Miért mondják a pogányok: „Hol van az ő Istenük?” † Szemünk láttára legyenek tanúi a nemzetek, * hogy szolgáid kiontott vérét számon kéred!

Jusson eléd a foglyok sóhaja, * erős karoddal szabadítsd ki a halálra szántakat!

Szomszédainknak add vissza hétszeresen
a gyalázatot, amellyel illettek, Uram!

Mi pedig, a te néped és legelőd juhai, † mindörökké áldunk, *
nemzedékről nemzedékre dicsérünk téged.

79. zsoltár • Látogasd meg szőlődet, Uram!

(A karvezetőnek a „Liliom a bizonyíték” szerint – Aszaf zsoltára.)

Hallgass meg, Izrael pásztora, * aki terelgeted Józsefet mint egy nyájat!

Ki a kerubok felett trónolsz, * ragyogj fel Efraim, Benjamin és Manassze előtt!

Éleszd fel hatalmadat és jöjj el, * hogy üdvözíts minket!

Újíts meg bennünket, Istenünk, * ragyogtasd ránk arcodat, és szabadok leszünk!

Meddig haragszol még, Seregek Ura, * hiszen néped hozzád könyörög?

Könnyek kenyerével etettél, * könnyek árjával itattál bennünket.

Kiszolgáltattál minket szomszédainknak,
hogy harcoljanak ellenünk, * és ellenségeink gúnyolnak bennünket.

Seregek Ura, újíts meg bennünket, * ragyogtasd ránk arcodat, és szabadok leszünk!

Kihoztál Egyiptomból egy szőlőtőkét, * népeket űztél el, azt pedig helyükre ültetted.

Előkészítetted a talajt néki, * gyökeret vert és ellepte földjét.

Árnyékával befödte a hegyeket, * ágaival Isten cédrusfáit.

A tengerig nyújtotta vesszeit, * hajtásait a nagy folyam vizéig.

Miért romboltad le falait? * Azok szedik le, akik az úton járnak.

Az erdei vadkan pusztítja, * a mezők vadjai legelnek benne.

Térj vissza, seregek Istene, * tekints le az égből, lásd meg és gondozd ezt a szőlőt!

Oltalmazd, amit jobbod ültetett, * s az Emberfiát, kit magadnak neveltél!

Haragvó tekinteted pusztítsa el azokat, * akik letarolták és elégették, mint a szemetet!

Kezed védje a férfit, aki ott áll jobbodon, * az Emberfiát, kit magadnak neveltél!

Többé nem hagyunk el téged, * tarts életben minket, és segítségül hívjuk nevedet!

Seregek Ura, újíts meg bennünket, * ragyogtasd ránk arcodat, és szabadok leszünk!

80. zsoltár • A szövetség ünnepélyes megújítása

(A karvezetőnek Gát szerint – Aszaftól.)

Örvendjetek az Úrban, ő az oltalmunk, * ujjongjatok Jákob Istenének!

Kezdjétek a zsoltárt, szóljon a dob, * lágyan zengjen a lant és a hárfa!

Újholdkor fújjátok meg a harsonát, * s holdtöltekor, ünnepünk napján!

Mert ez parancs volt Izraelben, * Jákob Istenének törvénye,

Józsefnek szóló rendelet, * mikor az Úr fölvonult Egyiptom ellen.

Hangot hallottam, amit nem ismertem: † „Válláról leemeltem a terhet, * kezéből a kosarat kivettem.”

Hozzám kiáltottál a bajban s én megmentettelek, † meghallgattalak a dörgő felhőből, * megpróbáltalak Meriba vizénél.

Hallgass meg népem, hadd intselek, * Izrael, bárcsak hallgatnál szavamra!

Ne legyen soha más istened, * idegen istent ne imádj soha!

Én vagyok a te Urad és Istened, † én hoztalak ki Egyiptom földjéről, * nyisd tágra szádat s én megtöltöm azt.

De szavamra nem hallgatott népem, * nem figyelt rám Izrael.

Ráhagytam őket kemény szívükre, * járjanak csak fejük után!

Bárcsak hallgatna népem énrám, * és utamon járna Izrael!

Megaláznám akkor támadóit, * üldözőire emelném kezemet.

Nekik hódolnának, akik az Urat gyűlölik, * s örökké tartana jólétük:

Búzának javával táplálnám népem, * jól tartanám sziklából mézzel.

81. zsoltár • Isten ítélkezik a gonosz bírákon

(Aszaf zsoltára.)

Feláll az Isten az istenek gyűlésén, * ítéletet tart az istenek körében.

„Meddig akartok még hamisan ítélni, * meddig pártoljátok még a gonosz ügyét?

Védelmezzétek a nincstelen és az árva jogát, * szolgáltassatok igazságot a szegénynek s gyengének!

Az elnyomottat és a szűkölködőt tegyétek szabaddá, * mentsétek ki a gonoszok kezéből!”

Ők azonban nem tudnak és nem értenek semmit,
sötétben járnak: * alapjaiban inog az egész föld!

Bár azt mondtam: „Istenek vagytok, * s a Magasságbeli fiai mindnyájan.”

Mégis meghaltok, mint bármelyik ember, * és mint a fejedelmek, elhulltok mindnyájan.

Kelj föl, Istenünk, ítélj a földön, * hiszen a te örökséged minden nemzet.

[82. zsoltár • Izrael ellenségei ellen]

(Aszaf éneke.)

Istenem, ne maradj néma,
ne hallgass, Istenem, ne légy tétlen!

Nézd, hogyan dühöngnek ellenségeid,
s milyen fenn hordják a fejüket,
akik gyűlölnek téged.

Gonoszat forralnak néped ellen,
védetted ellen tanácsot tartanak.

Így szólnak: „Gyertek, töröljük ki a népek sorából,
Izrael nevét ne is emlegessék!”

Igen, egyetértőn tanácskoznak,
és szövetkeznek ellened:

Edom sátrai, az izmaeliták,
Moáb és a hagriták,

Gebál, Ammon és Amalek,
a filiszteusok és Tírusz lakói.

Asszur is velük szövetkezett,
segítséget nyújt Lót fiainak.

Bánj velük, ahogy Midiánnal tettél,
Sziszerával és Jábinnal a Kison-pataknál.

Endornál megsemmisültek,
és a földben televénnyé lettek.

Fejedelmeikkel bánj el, mint Orebbel és Zebbel,
vezéreikkel tégy úgy, ahogy Szebachhal és Zalmunnával,

akik azt mondogatták:
„Szerezzük meg magunknak Izrael földjeit!”

Istenem, tedd őket olyanná,
mint a száraz kóró,
mint pelyva a szélben,

mint a tűz, mely égeti az erdőt,
mint a láng, mely nyaldossa a hegyet!

Így hajszold őket a viharban,
fenyegesd meg őket zivatarodban!

Arcukat borítsa gyalázat,
és keressék a te nevedet, Uram!

Érje őket örök szégyen, tanácstalanság,
pusztuljanak el dicstelenül!

Hadd ismerjenek meg téged,
akinek neve: Úr!
Az egész világon egyedül te vagy fölséges.

83. zsoltár • Vágyódás az Úr házába

(A karvezetőnek Gát szerint – Korach fiainak zsoltára.)

Milyen kedves a te hajlékod, Seregek Ura! * Lelkem epedve sóvárog az Úr udvarába.

Testem és lelkem * örvendezik az élő Istenben.

A veréb is talál otthont magának, † a gerle is fiókáinak fészket; * én a te oltárodnál, Seregek Ura, Istenem, Királyom!

Boldogok, kik házadban élnek, * és mindörökké téged dicsérnek.

Boldog az az ember, aki benned találja erejét, * aki szívében zarándokútra készül.

Ha kiszáradt völgyben jár is, † ott források fakadnak, * a hajnali eső elárasztja áldásával.

Ahogy halad, egyre növekszik ereje, * a Sionon meglátja Istent.

Seregek Ura, hallgasd meg imámat, * fordítsd hozzám füled, Jákob Istene!

Nézz le ránk, védelmező Istenünk, * tekints Fölkented arcára!

Egyetlen nap templomodban jobb nékem, * mint bármely másik ezer.

Jobb Istenem házának küszöbén állni, * mint a bűnösök sátrában lakni.

Mivel az Úristen nap és védőpajzs, * kegyelmet ad és dicsőséget.

Nem tagad meg semmi jót azoktól, * akik tiszta szívvel élnek.

Seregek Ura, boldog az az ember, * aki benned bízik!

84. zsoltár • Imádság békéért

(A karvezetőnek – Korach fiainak zsoltára.)

Megáldottad országod, Uram, * jóra fordítottad Jákob sorsát.

Megbocsátottad néped vétkét, * elengedted minden bűnét.

Indulatodnak féket vetettél, * eloltottad haragod tüzét.

Teremts újjá minket, megváltó Istenünk, * haragodat fordítsd el tőlünk!

Vajon örökké nehéztelsz miránk, * s nemzedékről nemzedékre terjed haragod?

Miért nem keltesz újra életre minket, * hogy örvendhessen néped tebenned?

Engedd, Uram, irgalmad látnunk, * és megváltásodat add meg nékünk!

Hadd halljam, hogy mit mond az Úr, az Isten! * ő valóban a békét hirdeti.

Békét népének és minden szentjének, * és azoknak, akik szívből hozzá térnek.

Közel van üdvössége az istenfélőkhöz, * hogy dicsőség lakja földünket.

Találkozik majd hűség és irgalom, * együtt lesz akkor béke és igazság.

Hűség sarjad a földből, * igazságosság néz le a mennyből.

Az Úr megadja áldását, * s földünk meghozza gyümölcsét.

Igazságosság jár az Úr előtt, * békesség követi lépteit.

85. zsoltár • Isten irgalmas és jóságos

(Dávid imája.)

Fordulj hozzám és hallgass meg, Uram, * mert nyomorult és szegény vagyok!

Végy oltalmadba, mert neked élek, * szabadítsd meg, Istenem, szolgádat, aki benned bízik!

Könyörülj rajtam, Uram, * mert egész nap hozzád kiáltok.

Örvendeztesd meg szolgád szívét, * mert hozzád emelem a lelkemet, Uram.

Mert te, Uram, jóságos és irgalmas vagy, † megbocsátasz készséggel azoknak, * akik téged hívnak.

Hallgasd meg imámat, Uram, * figyelj könyörgő szavamra.

Szorongatásom napján hozzád kiáltok, * mert te meghallgatsz engem.

Az istenek közt, Uram, nincs hozzád hasonló, * és műveidhez semmi sem fogható.

Eljön minden nép, amelyet alkottál, † leborul előtted, Uram, * és dicsőíti nevedet,

Mert nagy vagy és csodákat művelsz: * egyedül te vagy Isten.

Taníts engem utadra, Uram, * hogy igazságod szerint járjak.

Irányítsd arra szívemet, * hogy nevedet félje.

Egész szívvel áldalak, Uram, Istenem, * és mindörökké dicsőítem nevedet.

Mert irgalmad oly nagy irántam, * hogy a halál országából kimentettél engem.

Istenem, kevélyek kelnek föl ellenem, † hatalmaskodók törnek vesztemre, * senki sem törődik veled.

Pedig te, Uram, irgalmas és jóságos Isten vagy, * hosszan tűrő, könyörülő és hűséges.

Tekints rám és légy hozzám kegyelmes, * adj erőt szolgádnak és szabadítsd meg szolgálód fiát.

Mutasd meg életemben jóságod jelét, † hadd lássák gyűlölőim és borítsa szégyen őket, * mert te, Uram, megsegítesz és megvigasztalsz engem.

86. zsoltár • Jeruzsálem minden nép anyja

(Korach fiainak zsoltára, ének.)

Szent hegyén vetette meg az Úr háza alapját, † szereti Sion kapuit, * jobban, mint Jákob bármely hajlékát.

Dicső dolgokat mondanak rólad, * Isten városa!

Megemlékezem Egyiptomról és Babilonról azok között,
akik ismernek engem; *

íme Filisztea, Türusz és Etiópia: ezek mind itt születtek!
Sionról pedig ezt mondják majd: †

„Benne született minden ember, * maga a Fölséges tette szilárddá.”

Az Úr bejegyzi a népek könyvébe: * „Ezek mind itt születtek!”

Azt éneklik a körtáncot járók: * „Minden forrásom belőled fakad!”

87. zsoltár • Beteg és magányos ember imádsága

(Ének, Korach fiainak zsoltára. A karvezetőnek a „Machalat” szerint énekelni – az eszrachita Heman tanítóköltemény.)

Uram, szabadító Istenem, hozzád kiáltok éjjel és nappal. †
Imádságom jusson színed elé, * kiáltásomra fordítsd füledet!

Mert gyötrelemmel telt meg a lelkem, * a holtak országához közel van életem.

Azok közé sorolnak, akik a sírba szállnak, * olyan lettem, mint az erőtlen ember.

A holtak között van fekhelyem, * mint akik halálra sebzetten sírban fekszenek,

Akikre nem gondolsz többé, * akiket többé nem tart kezed.

A sír mélyére vetettél, * a sötétségbe és a halál árnyékába.

Rám nehezedett súlyos haragod, * örvényeid összecsaptak fölöttem.

Barátaimat elszakítottad tőlem, † utálatossá tettél előttük, * nem szabadulhatok, mert fogoly vagyok.

Kínomban elhomályosult szemem, † Uram, egész nap hozzád kiáltok, * kezemet feléd tárom.

Teszel-e csodát a holtakon, * fölkelnek-e az árnyak, hogy téged áldjanak?

Vajon hirdeti irgalmadat a sírban valaki, * és hűségedet az enyészet honában?

Felismerhetők-e a sötétben csodáid, * és igazságosságod a feledés földjén?

De én, Uram, hozzád kiáltok, * már hajnalban hozzád száll imám.

Miért vetsz el magadtól, Uram, * arcodat miért rejted el előlem?

Ifjúkorom óta megtört vagyok s a halál fenyeget, * lesújtott engem félelmed, és zavart vagyok.

Rám zúdult izzó haragod, * felkavart a tőled való rettegés;

Ez vesz körül egész nap, mint az áradat, * bekerít engem minden oldalról.

Elszakítottál tőlem rokont és barátot, * csak a sötétség ismer engem.

88. zsoltár • Isten hűséges népéhez

(Az eszrachita Etán tanítóköltemény e.)

Uram, irgalmad tetteit éneklem örökké, * nemzedékről nemzedékre hirdeti ajkam hűséged.

Mert így szóltál: „Kegyelmem örökké megmarad”; * és hűséged szilárd, akár az égbolt.

„Szövetséget kötöttem választott fiammal, * megesküdtem Dávidnak, szolgámnak:

Házadat fenntartom örökké, * nemzedékről nemzedékre építem trónodat.”

Az egek magasztalják, Uram, csodás tetteid, * a szentek közössége áldja hűséged.

Ki mérhető az Úrhoz a felhők között? * ki hasonló hozzá az istenek fiai közül?

Félve tiszteli Istent a szentek tanácsa, * nagy és félelmetes azok előtt, akik körülveszik.

Ki hasonló hozzád, Uram, Seregek Istene? * Hatalmas vagy, Uram, hűséged körülvesz téged.

Te uralkodsz a háborgó tengeren, * lecsendesíted a tajtékzó hullámot.

Átszúrtad Ráhábot, halálra sebezted, * ellenségeidet szétszórta erős karod.

Tiéd az ég és a föld is tiéd, * te alkottad a földkerekséget s mindazt, mi betölti.

Észak és Dél kezed műve, * a Tábor és a Hermon nevednek, ujjong.

Karod hatalmas, Uram, * kezed erős, jobbod győzelmes.

Igazság és jog trónod támasza, * irgalom és hűség jár színed előtt.

Boldog az a nép, amely ismeri az ünnep örömét, * arcod világosságában járnak ők, Uram.

Nevednek örülnek minden időben, † igazságod magasra emeli őket, * mert te vagy díszük és erejük.

Kegyelmeddel magasra emeled hatalmunk, † mert az Úrtól van védőpajzsunk, * Izrael Szentjétől királyunk.

Látomásban egykor így szóltál szentjeidhez: † „Segítségére keltem egy hősnek, * kiemeltem választottamat népe köréből.

Megtaláltam szolgámat, Dávidot, * szent olajommal királlyá kentem.

Kezem lesz szilárd támasza, * karom erőt ad néki.

Ellensége nem győz vele szemben, * álnok ember el nem nyomja.

Ellenségeit szétzúzom színe előtt, * s mindazt, ki gyűlöli, földre sújtom.

Hűségem és kegyelmem kíséri, * nevemben emelkedik magasra hatalma.

Ráteszem kezét a tengerre, * és jobbját a folyamok vizére.

Így szólít majd: Atyám vagy nékem, * Istenem, üdvöm sziklája.

És én elsőszülött fiammá teszem őt, * minden földi királynál nagyobbá.

Örökké megtartom iránta kegyelmem, * szövetségem vele meg nem szűnik.

Nemzetségét megtartom örök időkre, * s trónját, amíg csak fennáll az égbolt.

De ha fiai elhagyják törvényem, * és nem járnak végzésem szerint,

Ha rendelkezéseim semmibe veszik, * és megszegik parancsom;

Vesszővel büntetem vétküket, * és ostorral minden bűnüket.

De nem vonom meg tőle kegyelmem, * és hűségemet meg nem tagadom.

Szövetségemet meg nem szegem, * és szavaimat vissza nem vonom.

Szentségemre egyszer esküt tettem, * és Dávidnak hazudni nem fogok:

Nemzetsége örökké megmarad, * és előttem lesz trónja, miként a nap,

És szilárdan áll örökké, mint a hold, * a hűséges tanú az égen.”

Te azonban eltaszítottad és félredobtad, * fölgerjedt haragod Fölkented ellen.

Felbontottad a szövetséget, mit szolgáddal kötöttél, * koronáját porig aláztad.

Leromboltad minden falát, * várait romba döntötted.

Kifosztották mind az arra járók, * gúny tárgya lett a szomszédok előtt.

Elnyomóinak jobbját magasba emelted, * ellenségeinek örömet szereztél.

Kicsorbítottad kardjának élét, * és nem álltál mellé a harcban.

Ragyogásának véget vetettél, * trónját a földre döntötted.

Megrövidítetted ifjú éveit, * elborítottad életét szégyennel.

Meddig rejtőzöl el, Uram; talán végleg? * Meddig lángol haragod tüze?

Emlékezz arra, hogy mily rövid az életem, * milyen mulandónak teremtettél minden embert!

Ki az az ember, aki életben marad és nem lát halált, * aki megmenthetné magát az alvilág kezéből?

Hol vannak, Uram, irgalmad régi tettei, * melyeket hűségedben esküvel ígértél Dávidnak?

Szolgáid gyalázatára emlékezz, Uram, * amit eltűrtem sok nép részéről.

Hiszen ellenségeid gyaláznak engem, Uram, * és kigúnyolják Fölkented lépteit.

Az Úr legyen áldott örökké! * Úgy legyen! Ámen!

csütörtök

89. zsoltár • Az Úr fényessége ragyogjon fölöttünk!

(Mózesnek, az Isten emberének imája.)

Uram, te lettél menedékünk, * nemzedékről nemzedékre.

Mielőtt a hegyek lettek, † föld és világ megszülettek, * öröktől örökig vagy te, Isten.

Te a halandót ismét porrá teszed, * és így szólsz: „Emberfiak, a porba térjetek!”

A te szemedben ezer év, akár a tegnap, úgy tűnik tova, * mint egy őrállás éjszaka.

Te elragadod őket, † olyanok lesznek, mint az álom, * mint a hajnalban sarjadó virág.

Reggel kizöldül, fölvirul, * estére megfonnyad s elszárad.

Bizony elsorvadtunk haragodtól, * indulatodtól megrendültünk.

Mert szemed elé állítottad vétkeinket, * s arcod világosságában látod bűneinket.

Haragodban múltak el napjaink, * sóhajként múltak el esztendeink.

Mindössze hetven év egész életkorunk, * nyolcvan talán, ha erősek vagyunk.

Ebből is legtöbb betegség, szenvedés, * sebesen elszáll és elragadtatunk.

Ki érti meg hatalmát haragodnak, * és ki fél igazán haragod hevétől?

Taníts meg számbavenni napjaink sorát,*
hogy eljussunk a szív bölcsességére.

Fordulj hozzánk, Uram, meddig késel? * Légy könyörületes szolgáidhoz!

Tölts el minket már reggel irgalommal, * hogy minden nap ujjongjunk s vigadjunk.

Örvendeztess meg a szenvedés napjaiért, * a sok bajt látott esztendőkért.

Ragyogjon föl műved szolgáid fölött, * és fiaik fölött dicsőséged.

Szálljon ránk Urunk, Istenünk jósága, † s kezünk munkáját igazítsd jó végre, * kezünk munkáját igazítsd jó végre.

90. zsoltár • A Fölséges oltalmában

Ki a Fölséges oltalmában lakik, * s a Mindenható árnyékában leli nyugalmát,

Az így szólhat az Úrhoz: † „Te vagy menedékem és váram, * Istenem, benned bízom!”

Ő ment meg téged a vadász tőrétől, * és a gonosz beszédtől.

Szárnyával véd és menedéket ád néked: * pajzs és páncél a hűsége.

Nem rettent az éjszaka árnya, * sem nappal a suhanó nyílvessző,

Nem félsz a sötétben lopódzó ragálytól, * sem a délben pusztító haláltól.

Ezrek hulljanak bár oldaladon és tízezrek jobbodon, * de hozzád közel sem férhet.

Meglátod majd saját szemeddel, * látni fogod, hogy meglakolnak mind a bűnösök.

Mert az Úr a védelmező várad, * a Magasságost választottad védő hajlékul.

Nem érhet semmi baj téged, * sátradhoz nem közelíthet semmi csapás.

Mert angyalainak parancsba adta, * hogy védelmezzenek minden utadon.

Tenyerükön hordoznak téged, * hogy kőbe ne üssed lábadat.

Viperán és kígyón lépdelsz, * oroszlánra és sárkányra taposol.

„Hű volt hozzám, azért megmentem, * védelmezem, mert ismeri nevem.

Ha hozzám kiált, meghallom szavát, † szorongatásában mellette állok, * megszabadítom és dicsőséget szerzek néki.

Megáldom hosszú élettel * és üdvösségemet meglátja szeme.”

91. zsoltár • A teremtő Isten dicsérete

(Zsoltár, szombati ének.)

Jó az Úristent áldani, * nevednek, Fölséges, zsoltárt zengeni,

Irgalmadat hirdetni reggel, * és hűségedet egész éjszaka,

Tízhúrú lanton, hárfának szavával, * citera mellett, énekszóval.

Mert tetteidben, Uram, örömöm lelem, * örvendezem kezed művein.

Mily fölségesek, Uram, műveid, * gondolataid igen mélyek!

Az oktalan ezt fel nem fogja, * az esztelen meg nem érti.

Ha sarjadnak is, mint a fű, a bűnösök, * és virulnak is mind a gonosztevők,

A sorsuk végül mégis pusztulás, * te pedig fölséges vagy, Uram, örökké.

Mert íme, a te ellenségeid, † ellenségeid elvesznek, Uram, * szétszóródnak mind, akik gonoszat tesznek.

A bivaly erejét adtad nékem, * fölkentél színtiszta olajjal.

Ellenségeimre letekint szemem, * gonosz támadóimat hallgatja fülem.

Virul az igaz, mint a pálma, * növekszik, mint a Libanon cédrusa.

Elültetve az Úrnak házában, * Istenünk csarnokaiban virágot bontanak.

Még vénségükben is gyümölcsöt hoznak, * erősek és zöldellők maradnak,

Hogy hirdessék: igaz az Úr; ő a kősziklám, * igaztalanság benne nincsen.

92. zsoltár • A teremtő Isten dicsérete

Király az Úr, fönségbe öltözött, * fönségbe öltözött, erővel övezte magát.

Biztos alapot vetett a földnek, * erősen áll az, meg nem inog.

Szilárd a trónusod kezdet óta, * öröktől élsz te, Uram.

Zúgnak a folyamok, Uram, † hangosan zúgnak a folyamok, * zúgva morajlanak a széles folyók.

Hatalmasabb, mint sok vizek morajlása, † hatalmasabb, mint tenger zúgása, * hatalmas az Úr a magas egekben.

Tanításaid, Uram, valóban igazak, * szentség illeti házadat örök időkig.

93. zsoltár • Az Úr megvédi az igazat

Uram, számonkérés Istene, * számonkérés Istene, jelenj meg ragyogva!

Kelj föl, ki megítéled a földet, * fizess meg a gőgösöknek tetteik szerint!

Meddig ujjonghatnak még a bűnösök, * meddig még, Uram?

Hangoskodnak és vakmerőn beszélnek, * és kérkednek, akik gonoszat tesznek!

Megalázzák népedet, Uram, * sanyargatják örökrészedet.

Gyilkolják az özvegyet, az idegent, * s az árvákat megölik.

Azt mondják: † „Ezt az Úr nem látja, * nem veszi észre Jákob Istene.”

Értsétek meg végre, akik oktalanul éltek népem körében; * ti esztelenek, mikor tértek észre?

Az ne hallana, aki a fület alkotta, * az ne látna, aki a szemet formálta?

Az ne büntetne, aki megfenyít népeket, * aki az embert tudásra tanítja?

Tudja az Úr, hogy mit gondol az ember, * hogy olyan az, mint egy fuvallat.

Boldog ember, akit te oktatsz, * akit törvényedre tanítasz, Uram.

Nehéz napjaiban enyhülést adsz néki, * amíg a gonosznak megássák sírját.

Mert az Úr nem veti el népét, * nem hagyja el örökrészét.

Mert az ítélkezés visszatér az igazsághoz újra * és ezt követi minden igaz szívű ember.

Ki véd meg a gonoszoktól engem, * a gonosztevőkkel szemben ki áll mellém?

Mert ha az Úr nem segített volna rajtam, * én már a csend honában laknék.

Ha azt mondom: „Meginog a lábam”, * irgalmad, Uram, megtart engem.

Ha szívem megtelik gonddal, * vigasztalásod örömre deríti lelkemet.

Vajon hozzád szegődhet-e a hamisság bírói széke, * mely a törvény látszatával gyötrelmet teremt?

Már az igaz életére törnek, * s elítélik az ártatlan embert.

De nekem az Úr lett erős váram, * Isten az oltalmam, kősziklám.

Ő megfizet gonoszságukért, † gaztetteik miatt pusztítja el őket, * Urunk, Istenünk elpusztítja őket!

94. zsoltár • Felhívás Isten dicséretére

Örvendezzünk, jertek az Úr előtt, * ujjongjunk üdvünk sziklája előtt,

Magasztalással lépjünk színe elé, * és zsoltárénekkel ujjongjunk néki!

Mert nagy Isten az Úr, * és nagy király minden isten fölött.

Kezében vannak a földnek mélyei, * és övé mind a magas hegyek.

Övé a tenger, ő alkotta meg, * s a szárazföld is kezének műve.

Boruljunk le, jertek és imádjuk őt, * boruljunk térdre Urunk és Alkotónk előtt,

Mert ő az Úr, a mi Istenünk, * mi pedig legelőjének népe és kezének juhai vagyunk.

Bárcsak hallgatnátok ma az ő szavára: * „Ne keményítsétek meg szíveteket, mint
Meribánál és Massza napján a pusztában,

Hol atyáitok próbára tettek engem: * megkísértettek, bár látták minden művemet.”

E nemzedéktől undorodtam negyven éven át és mondtam: † Tévelygő szívű ez a nép. * ők nem ismerték meg útjaimat,

Ezért haragomban kimondtam eskümet: * ők nem léphetnek be nyugalmam helyére.

95. zsoltár • Az Úr Király és Bíró

Új éneket énekeljetek az Úrnak, * minden földek zengjetek dalt az Úrnak.

Énekeljetek az Úrnak és áldjátok nevét, * mondjátok el naponként üdvösségét.

Hirdessétek dicsőségét a nemzetek között, * és csodás tetteit minden népnek.

Mert nagy az Úr és dicséretre méltó, * félelmetesebb ő minden istennél.

Mert a népek istenei bálványok, * az Úr pedig az egek alkotója.

Előtte fenség és méltóság, * szentélyében hatalom és fényesség.

Adjátok meg az Úrnak, népek törzsei, † adjátok meg az Úrnak dicsőségét és hatalmát, * adjátok meg az Úrnak nevének dicsőségét.

Áldozati ajándékkal lépjetek be az Úr házába, * imádjátok az Urat ünnepi díszben.

Földkerekség, reszkess az Úr előtt, * király az Úr, mondjátok el a nemzetek között.

Ő tette a földet szilárddá: meg nem inog, * igazságban ítéli meg a népeket.

Örvendjen az ég és ujjongjon a föld, † zúgjon a tenger s ami azt betölti, * ujjongjon a mező s mind, ami rajta él.

Örül majd akkor az erdő minden fája az Úr előtt, † mivelhogy eljön, * eljön és ítélkezik a földön.

Igazságban ítéli meg a földet, * hűségében a népeket.

96. zsoltár • Isten dicsőségesen ítélkezik

Király az Úr: ujjongjon a föld, * vigadozzanak a szigetek.

Felleg és homály veszi őt körül, * igazság és jog trónjának támasza.

Előtte tűz lobog, * és fölégeti ellenségeit köröskörül.

Villámai megvilágítják a föld kerekségét, * látja a föld és megremeg.

A hegyek szétfolynak, mint a viasz az Úr színe előtt, * a világ urának tekintete előtt.

Az egek hirdetik igazságát, * nagyságát látják minden nemzetek.

Megszégyenülnek mind a bálványimádók, † s akik faragott képeket tisztelnek. * Leborulnak előtte mind az istenek.

Hallja ezt és örvend Sion, † Júda városai ujjonganak, * ítéleteid miatt, Uram.

Mert nagy vagy, Uram, az egész föld felett, * fölségesebb, mint minden istenek.

Szereti az Úr azokat, akik gyűlölik a rosszat, † megőrzi szentjei lelkét, * s megmenti őket a gonoszok kezétől.

Fényesség kél az igaz emberre, * a tisztaszívűeket öröm tölti el.

Vigadjatok az Úrban, igazak, * szent nevére áldást mondjatok!

97. zsoltár • Az Úr diadalmas bíró

(Zsoltár)

Énekeljetek az Úrnak új éneket, * mert csodálatos dolgokat művelt.

Győzelmet aratott jobbja, * szentséges karjának ereje.

Üdvösségét az Úr tudtul adta, * kinyilvánította igazságát a nemzetek színe előtt.

Emlékezetbe idézte irgalmát * és hűségét Izrael háza iránt.

A föld minden határa látta * Istenünk megváltó erejét.

Ujjongjatok Istennek, minden földek, * örvendjetek, vigadjatok és zsoltárt zengjetek!

Citerával zengjetek zsoltárt az Úrnak, * citerával és hárfának szavával!

Harsona zengje és búgó kürtök, * ujjongjatok az Úr s Király előtt!

Zúgjon a tenger és mind, ami betölti, * a földkerekség és ami rajta él!

Tapsoljanak a folyamok, † a hegyek is velük ujjongjanak az Úr színe előtt, * mert eljön, hogy ítéletet mondjon a föld fölött.

Igazságosan ítéli meg az egész világot, * és méltányossággal mind a népeket.

98. zsoltár • Szent az Úr, Istenünk

Király az Úr: a népek megremegnek,*
kerubok fölött van trónja: reng a föld.

Nagy az Úr Sionban, * fölséges minden nép fölött.

Áldják nagy és félelmetes neved, * mert szent és hatalmas ő!

Király vagy, Uram,* szereted az igazságot.

Szilárddá tetted a rendet, * Jákobban az igazságot és a jogot te teremted.

Dicsérjétek Urunkat, Istenünket, és boruljatok le zsámolyához, * mert szent és hatalmas ő!

Mózes és Áron a papokkal együtt, * Sámuel és akik nevét szólították,

Az Úrhoz kiáltottak, * és ő hallgatott rájuk.

Felhő oszlopban szólott ő nekik, † s ők megtartották rendeléseit, * a törvényt, melyet ő adott nekik.

Meghallgattad őket, Urunk, Istenünk, † irgalmas voltál hozzájuk, Istenünk, * de megbüntetted vétkeiket.

Dicsérjétek * Urunkat, Istenünket, és boruljatok le szent hegyén, mert szent az Úr, a mi Istenünk.

99. zsoltár • Az Úr házába lépők örvendezése

(Hálaadó zsoltár.)

Örvendjetek az Úrban, minden földek, * szolgáljatok az Úrnak vigassággal!

Járuljatok eléje ujjongással, * tudjátok meg, az Úr az Istenünk!

Ő alkotott bennünket, az övé vagyunk, * legelőjének nyája és népe vagyunk.

Jöjjetek házába háladallal, * templomába magasztalással!

Magasztaljátok őt és áldjátok nevét! † Jóságos az Úr és irgalma megmarad * és hűsége nemzedékről nemzedékre.

100. zsoltár • Királyi fogadalom

(Dávid zsoltára.)

Igazságról és jóságról éneklek, * neked, Uram, zsoltárt zengek.

Az ártatlanság útjára figyelek, * mikor jelensz meg nékem?

Tiszta szívvel akarok élni házamban, * nem jár eszem hitvány dolgokon.

Megvetem azokat, akik a törvényt megszegik, * közösséget nem tartok velük.

Az álnok szív tőlem távol legyen, * a gonoszságról tudni sem akarok.

Elnémítom, aki titkon rágalmazza embertársát, * a gőgöst és a kemény szívűt meg nem tűröm.

A hűségeseket keresi a földön szemem, * hogy ők lakjanak mindig velem.

Aki egyenes úton jár, az legyen szolgám, * nem lakhat házamban, akinek szíve álnok.

Aki hazug dolgokat beszél, * szemem előtt meg nem állhat.

Már reggel elnémítom földünk minden bűnösét, * és kiűzök az Úr városából minden gonosztevőt.

101. zsoltár • A száműzött imája

(Egy szenvedő imája, aki nyomorúságában elpanaszolja baját az Úrnak.)

Uram, hallgasd meg imámat, * kiáltásom jusson eléd!

Ne rejtsd el előlem arcodat, * szorongatásom napján fordítsd felém füledet!

Amikor csak hozzád kiáltok, * siess, hallgass meg engem!

Mint a füst, elmúlnak napjaim, * csontjaim, mint a parázs, izzanak.

Mint a lekaszált és elszáradt fű, olyan a szívem, * elfelejtem megenni kenyerem.

Egyre csak jajgatva kiáltok, * húsom csontomra tapadt.

Olyan lettem, mint pelikán a pusztában, * mint bagoly a romok között.

Elkerül az álom és sírok, * mint magányos veréb a háztetőn.

Ellenségeim egész nap gyaláznak, * összeesküsznek ellenem, akik miattam haragra lobbantak.

Hamut eszem kenyér helyett, * és italomat könnyel vegyítem

Neheztelésed és haragod miatt, * mert magasba emeltél, hogy földre sújts engem.

Napjaim olyanok, mint a megnyúlt árnyék, * elszáradok, miként a széna.

Ám te, Uram, örökre megmaradsz, * nemzedékről nemzedékre fennmarad neved.

Fölkelsz és megkönyörülsz Sionon, † mert itt az ideje, hogy megkegyelmezz néki, * valóban itt az óra.

Még köveiben is gyönyörködnek szolgáid, * és sírnak romjai fölött.

A nemzedékek félik majd nevedet, Uram, * és dicsőségedet vallja a föld minden királya;

Mert az Úr felépíti újra Siont, * és megjelenik dicső fényében.

Meghallgatja a szegények imáját, * könyörgésüket meg nem veti.

Születendő gyermekeiknek írják föl mindezt, * hogy dicsérje az Urat a jövő nemzedék.

Mert letekintett az Úr fönséges házából, * a mennyből a földre nézett,

Hogy meghallja a foglyok sóhaját, * és megszabadítsa a halálra szántakat,

Hogy Sion hegyén az Úr nevét hirdessék, * és Jeruzsálemben dicső erejét,

Ha majd egybegyűlnek ott népek és országok, * hogy az Urat szolgálják.

Útközben megtörte erőmet, * megrövidítette életem napjait.

Akkor így szóltam: † Ne ragadj el életem derekán, * hisz nemzedékről nemzedékre tartanak éveid, Istenem!

Kezdetben te vetettél a földnek szilárd alapot, * az égbolt is a te kezed műve.

Ezek elmúlnak, de te megmaradsz, † elavulnak, mint az ócska ruha, * mint az öltözéket, váltod őket.

Megváltoznak, de te ugyanaz maradsz, * s éveid nem érnek véget.

Szolgáid fiai nálad laknak, * utódaik megmaradnak színed előtt.

102. zsoltár • A könyörülő Isten dicsérete

(Dávidtól.)

Áldjad, lelkem, az Urat, * egész bensőm az ő szent nevét!

Áldjad, lelkem, az Urat, * és ne feledd, hogy mennyi jót tett veled!

Megbocsátja minden vétked, * meggyógyítja minden gyengeséged.

A pusztulástól megmenti életed, * kegyelemmel és irgalommal koronáz téged.

Betölt ajándékaival életed folyamán, * és megújul ifjúságod, mint a sasé.

Az Úr igazságos tetteket visz végbe, * igazságot szolgáltat mindannak, akit elnyomnak.

Kinyilvánította útjait Mózesnek, * Izrael fiainak csodás tetteit.

Könyörületes az Úr és jóságos, * hosszan tűrő és irgalma bőséges.

Nem pörlekedik örökre, * nem tart örökké haragja.

Nem bánik velünk bűneink szerint, * és nem gonoszságaink szerint fizet nékünk.

Mert amilyen magas az ég a föld fölött, * jósága oly hatalmas azokhoz, akik félik őt.

Amilyen távol van napnyugattól napkelet, * olyan messze dobja tőlünk vétkünket.

Amint az apa megkönyörül fiain, * úgy könyörül az Úr azokon, akik félik őt.

Hiszen tudja ő, hogy mik vagyunk, * emlékezik rá, hogy porból lettünk.

Akár a fűszál, olyanok az ember napjai, * virul, mint a mező virága.

Ráfú a szél, és már nincsen többé, * elfeledi a hely is, ahol állott.

Ám az Úr kegyelme mindörökre azokkal van, kik félik őt, * és fiaiknak fiaival igazsága;

Azokkal, akik szövetségét megtartják, * gondolnak parancsaira és azok szerint élnek.

Az Úr a mennyben állította fel trónját, * királyi hatalma uralkodik a mindenségen.

Áldjátok az Urat, angyalai mind, † ti hatalmasok, kik megtartjátok parancsát, * és engedelmesen hallgattok szavára!

Áldjátok az Urat, seregei mindnyájan, * akaratának készséges szolgái!

Áldjátok az Urat, minden alkotása, † uralmának minden helyén! * Áldjad, lelkem, az Urat!

103. zsoltár • A teremtés himnusza

Áldjad, lelkem, az Urat! * Mindennél hatalmasabb vagy, Uram, Istenem!

Fenségbe és szépségbe öltözöl, * fényesség borul rád köntösként.

Kifeszítetted az eget, mint egy sátrat, * a vizek fölött építettél magadnak hajlékot.

Fogatoddá tetted a felhőket, * és tovaszállsz a szelek szárnyán.

Követeiddé tetted a szeleket, * a tüzes villámot szolgáddá.

A földet biztos alapra helyezted, * az idők végéig meg nem inog.

Az őstenger köntösként takarta, * vizek borították a hegyek ormait.

Ám visszahúzódtak feddő szavadra, * megremegtek mennydörgő hangodra.

A hegyek fölemelkedtek, a völgyek mélybe szálltak, * arra a helyre, amelyet nekik rendeltél.

Határt szabtál nekik és nem lépnek át rajta, * és nem öntik el többé a földet.

Patakokba gyűjtötted a források vizét, * ott csörgedeznek a hegyek között.

Belőlük isznak a mező vadjai, * a vadszamarak ott oltják szomjukat.

Partjukon fészkelnek az égi madarak, * a lombok között zengik énekük.

A hegyeket hajlékod vizével öntözöd, * munkád gyümölcsével jól tartod földünket.

Az állatoknak füvet sarjasztasz, * növényeket az ember hasznára,

Hogy a föld kenyeret hozzon, * és bort, amely felvidítja az ember szívét,

Hogy arcát az olaj örömre derítse, * és kenyér adjon erőt az ember szívének.

Jóllaknak az Úrnak fái, * s a Libanon cédrusai, melyeket ültetett.

A madarak ott raknak fészket, * tetejükön lakik a gólya.

A magas hegyek a zergék hazája, * a hegyi borz a sziklák közt tanyázik.

Te alkottad a holdat, hogy az időt mérje, * a nap is tudja nyugtának idejét.

Sötétséget támasztasz és leszáll az éjszaka, * az erdő vadjai útrakelnek.

Prédáért üvöltenek az oroszlánkölykök, * Istentől várják étküket.

Felkel a nap és hazatérnek, * elrejtőznek tanyájuk mélyén.

Az ember munkába indul, * és dolgozik napestig.

Milyen számosak műveid, Uram, † bölcsességgel alkottál mindent, * betöltik a földet kezed művei.

Nézd, mily nagy és széles a tenger, * számtalan kisebb és nagyobb állat él benne.

Rajta hajók járnak, * s benne a Leviatán, amelyet azért alkottál, hogy játsszál vele.

Mindezek tőled várják, * hogy idejében adj nekik eledelt.

Megadod nekik és ők összegyűjtik, * kitárod kezed és eltelnek minden jóval.

Ha elrejted arcodat, félelem szállja meg őket, † ha az élet leheletét megvonod tőlük, * elpusztulnak és a porba térnek.

Ha kiárasztod lelkedet, újra élnek, * és megújítod a földnek színét.

Dicsőség legyen az Úrnak örökké! * Örvendjen az Úr minden művének!

Letekint a földre, és az beléremeg, * füstölnek a hegyek, ha érinti őket.

Egész életemben az Úrnak éneklek, * zsoltárokkal dicsérem, amíg csak vagyok.

Kedves legyen előtte énekem, * örömömet az Úrban lelem.

Tűnjenek el a földről a bűnösök, † és ne legyenek többé gonoszok! * Áldjad, lelkem, az Urat!

104. zsoltár • Az Úr hűséges marad ígéreteihez

(Alleluja!)

Adjatok hálát az Úrnak, és hívjátok segítségül nevét, * hirdessétek tetteit a nemzetek között!

Énekeljetek és zengjetek zsoltárt néki, * elmélkedjetek minden csodáján!

Dicsekedjetek szent nevében, * szívből örvendezzenek, akik az Urat keresik!

Keressétek az Urat és hatalmas erejét, * keressétek arcát szüntelen!

Ne feledjétek csodatetteit, melyeket végbevitt, * a jeleket és ajkának igéit,

Ne feledjétek, Ábrahámnak, az ő szolgájának sarjai, * választottjának, Jákobnak fiai!

Ő az Úr, a mi Istenünk, * ő ítéli meg az egész földet.

Emlékezik szövetségére mindenkor, * ezernyi nemzedéknek adott szavára:

A szövetségre, melyet Ábrahámmal kötött, * s az esküre, melyet Izsáknak adott.

Ezt hagyta végzésül Jákobnak, * és örök szövetségül Izrael népének.

Így szólt: „Neked adom Kánaán földjét, * az lesz kimért örökrészed.”

Amikor még csekély számban voltak, * kevesen és jövevényként éltek azon a földön,

Vándoroltak nemzettől nemzetig, * egyik országtól a másik népig,

Nem engedte, hogy bárki is ártson nekik, * királyokat feddett meg miattuk:

„Fölkentjeimhez hozzá se érjetek, * prófétáimmal ne tegyetek semmi rosszat!”

Azután éhséget bocsátott a földre, * és elpusztított minden falat kenyeret.

De elküldött előttük egy férfit, * a rabszolgának eladott Józsefet.

Béklyóba verték lábát, * vasbilincsbe zárták nyakát,

Amíg be nem teljesedett, amit mondott, * és igazolta őt az Úrnak szava.

A király üzent, hogy oldják le bilincsét, * a népek fejedelme szabadon engedte.

Házának urává tette őt, * minden vagyona fölé rendelte,

Hogy főembereit tetszése szerint oktassa, * és bölcsességre tanítsa véneit.

Akkor költözött Egyiptomba Izrael, * és Jákob Kám földjén akkor lett jövevény.

Az Úr nagyon megsokasította népét, * és erősebbé tette az őt elnyomó népnél,

De megváltoztatta azok szívét, † hogy meggyűlöljék népét, * hogy szolgáival álnokul bánjanak.

Akkor elküldte szolgáját, Mózest, * és Áront, akit magának választott.

Szavuk által jeleket vitt végbe, * Kám földjén csodákat művelt.

Sötétséget támasztott és minden homályba borult, * s még akkor sem hallgattak szavára.

Vérré változtatta a vizeket, * elpusztított bennük minden halat.

Békák hemzsegtek földjükön, * még a királyi palota is telve volt velük.

Legyek rajzottak elő szavára, * és szúnyogok lepték el egész földjüket.

Eső helyett jégverést küldött, * és földjükre emésztő tüzet.

Elvert minden szőlőt és fügefát, * letörte határukban a termőfákat.

Szavára sáskák jöttek, * és számtalan pusztító bogár.

Lerágtak a mezőn minden füvet, * fölfalták földjük minden termését.

Országukban minden elsőszülöttet halálra sújtott, * fiaik színe-virágát.

Arannyal, ezüsttel gazdagon vezette ki őket, * s törzseik között egy sem volt erőtlen.

Kivonulásuk miatt ujjongott Egyiptom, * mert rettegésben éltek miattuk.

Oltalmul felhőt borított rájuk, * és tüzet, hogy világítson nekik éjjel.

Kérésükre fürjek jöttek, * és jóllakatta őket mennyei kenyérrel.

Széjjelhasította a sziklát és víz ömlött belőle, * és folyamként ömlött a pusztában.

Mert megemlékezett szent szaváról, * melyet szolgájának, Ábrahámnak adott egykor.

Örvendezés közt vezette ki népét, * választottait ujjongó örömben.

Nekik adta a nemzetek földjeit, * s a népek munkájának gyümölcsét birtokba vették,

Hogy törvényeit megtartsák, * és kövessék minden parancsát.

105. zsoltár • Az Úr jósága és a nép hűtlensége

(Alleluja!)

Adjatok hálát az Úrnak, mert jó, * mert irgalma örökkévaló!

Ki tudná elmondani az Úr hatalmas tetteit, * dicséretét ki tudná hirdetni?

Boldog, aki megtartja a törvényt, * akinek tettei mindenkor igazak.

Emlékezzél meg rólunk, Urunk, hiszen szereted népedet, * szabadításoddal látogass hozzánk!

Hadd lássuk választottaid boldogságát, † hadd örvendjünk néped örömén, * és dicsekedjünk örökrészeddel!

Atyáinkkal együtt mi is vétkeztünk, * igaztalanul cselekedtünk, gonoszat tettünk.

Atyáink Egyiptomban nem értették meg csodáidat, † mérhetetlen irgalmadra nem gondoltak, * és lázadoztak, amikor elérték a tengert, a Vörös-tengert.

De az Úr megszabadította őket nevéért, * hogy megismertesse hatalmas erejét.

Parancsolt a Vörös-tengernek, és az kiszáradt, * átvezette őket a tenger mélyén, miként a pusztában.

Gyűlölőik hatalmából kimentette őket, * és megszabadította az ellenség kezéből.

Sanyargatóikat elnyelte a tenger, * egy sem maradt életben közülük.

Akkor hittek szavának, * és dicséretét zengték hangosan.

Ám hamar elfeledték tetteit, * és nem bíztak többé szavában.

Saját vágyaikat követték a pusztában, * Istent kísértették a kietlen földön.

S ő megadta nekik, amit kértek, * jóllaktak, sőt csömör fogta el őket.

Irigykedtek a táborban Mózesre, * és Áronra, az Úrnak szentjére.

Megnyílt a föld és elnyelte Dátánt, * és eltemette Abiron csapatát.

Tűz csapott le seregük ellen, * a bűnösök lángban égtek el.

Borjút öntöttek Hóreb hegyénél, * és leborultak a szobor előtt.

Fölcserélték a dicsőséges Istent * a füvet legelő bika képével.

Elfeledték Istent, aki megszabadította őket, * aki Egyiptomban jeleket művelt,

Kám földjén csodákat, * félelmetes dolgokat a Vörös-tengernél.

Már arra gondolt, hogy eltörli őket, * ha nem lett volna ott Mózes, választott szolgája.

Ám ő odaállt színe elé, * elfordította az Úr haragját, hogy ne ártson nekik.

Semmibe vették az ígéret földjét, * és nem hittek szavának.

Zúgolódtak sátraik mélyén, * és nem hallgattak Isten szavára.

Ő pedig fölemelte kezét ellenük, * hogy leterítse őket a pusztában,

Hogy szétszórja utódaikat a pogányok között, * és elszélessze őket messzi országokba.

Majd Beelfegor mellé szegődtek, * és a bálványoknak áldozott ételből ettek.

Tetteikkel felingerelték az Urat, * ezért súlyos csapás érte őket.

Fölállt akkor Fineász és ítéletet tartott, * és megszűnt a csapás.

Igaz tettnek számított ez néki, * nemzedékről nemzedékre, örökkön-örökké.

Újból felingerelték Meriba vizénél, * még Mózest is bajba sodorták,

Mert megkeserítették lelkét, * és ő meggondolatlan szóra nyitotta száját.

Nem irtották ki a népeket, * pedig az Úr meghagyta nekik.

Elvegyültek a pogányok közé, * és eltanulták minden tettüket.

Bálványaiknak szolgáltak, * s ez csapda lett számukra.

Fiaikat áldozatul adták, * és lányaikat föláldozták a gonosz démonnak.

Ártatlan vért ontottak, † fiaik és leányaik vérét; * Kánaán bálványainak áldozták őket.

Vérrel szennyezték be a földet, † tetteikkel beszennyezték magukat, * cselekedeteikkel hűtlenek lettek.

Haragra lobbant az Úr népe ellen, * és megutálta örökrészét.

Pogány nemzetek kezére adta őket, * és gyűlölőik lettek úrrá rajtuk.

Ellenségeik sanyargatták őket, * földre görnyedtek kezük alatt.

Sokszor megmentette őket, † ők azonban szándékával szembeszálltak, * és bűneikben egyre mélyebbre süllyedtek.

Nyomorúságukban mégis rájuk tekintett, * amikor meghallotta kiáltó szavukat.

Megemlékezett szövetségéről kedvükért; * szeretetében könyörületre indult irántuk.

Szánalmat ébresztett azok szívében, * akik fogságba hurcolták őket.

Szabadíts meg minket, Urunk, Istenünk, * és gyűjts egybe a pogányok közül,

Hogy magasztaljuk szent nevedet, * és az legyen dicsekvésünk, hogy téged dicsérünk!

Áldott legyen az Úr, Izrael Istene † kezdettől fogva örökkön-örökké! * Mondja az egész nép: „Úgy legyen! Ámen!”

péntek

106. zsoltár • Hálaadás a szabadulásért

(Alleluja!)

Adjatok hálát az Úrnak, mert jó, * mert irgalma örökkévaló!

Így szólnak mind, akiket az Úr megváltott, * akiket megmentett az ellenség kezéből,

Akiket összegyűjtött minden tájról, * keletről és nyugatról, délről és északról.

A pusztában, a sivatagban bolyongtak, * nem találtak utat, mely lakható városba vezet.

Éheztek és szomjaztak, * elepedt bennük a lélek.

Gyötrelmükben kiáltottak az Úrhoz, * s ő kiragadta őket súlyos bajukból.

Egyenes úton vezette őket, * s lakható városba jutottak.

Adjanak hálát irgalmasságáért az Úrnak, * az emberekért művelt minden csodatettéért;

Mert a szomjazóknak vizet adott, * és az éhezőket eltöltötte minden jóval.

Sötétben, a halál árnyékában ültek, * nyomorúságban, vasra verve,

Mert ellenszegültek Isten szavának, * és megvetették a Fölséges döntését.

Ezért megalázta szenvedéssel szívüket, * elestek, és nem volt, aki segítsen rajtuk.

Gyötrelmükben kiáltottak az Úrhoz, * s ő kiragadta őket súlyos bajukból.

A sötétből, a halál árnyékából kivezette őket, * és bilincseiket összetörte.

Adjanak hálát irgalmasságáért az Úrnak, * az emberekért művelt minden csodatettéért;

Mert az érckapukat széttörte, * és a vas-zárakat összezúzta.

Elerőtlenedtek gonoszságuk miatt, * és bűneikért szenvedés sújtotta őket.

Undorodtak minden ételtől, * s a halál kapujához közel jutottak.

Gyötrelmükben kiáltottak az Úrhoz, * s ő kiragadta őket súlyos bajukból.

Elküldte igéjét és meggyógyította őket, * s kimentette a sírnak mélyéből.

Adjanak hálát irgalmasságáért az Úrnak, * az emberekért művelt minden csodatettéért;

Hogy a dicséret áldozatát áldozzák, * és ujjongással hirdessék tetteit.

Akik hajókon tengerre szálltak, * és kereskedtek a hatalmas vizeken,

Azok meglátták az Úr nagy tetteit * és csodáit az örvénylő tengeren.

Szavára szélvihar támadt, * és a hullámok a magasba csaptak.

Felemelkedtek az égig, † majd a mélységbe zuhantak, * s nagy veszedelmükben már kétségbe estek.

Imbolyogtak, tántorogtak, mint a részeg, * minden tudományuk végéhez értek.

Gyötrelmükben kiáltottak az Úrhoz, * s ő kiragadta őket súlyos bajukból.

Szellővé csendesítette a vihart, * s elcsitultak a tenger habjai.

Örültek akkor, hogy elcsendesedtek a hullámok; * s a kívánt kikötőbe vezette őket.

Adjanak hálát irgalmasságáért az Úrnak, * az emberekért művelt minden csodatettéért;

Az egész nép gyülekezete áldja őt, * és dicsőítse a vének tanácsa.

Sivataggá tette a folyókat, * és a forrásokat szomjazó földdé,

A termékeny földet szikes mezővé * a rajta lakók bűnei miatt.

A pusztában pedig bővizű tavat fakasztott, * a kiszáradt földön vizek forrását.

Éhezőket telepített oda, * és várost emeltek lakóhelyül.

Megművelték a földet és szőlőt ültettek, * ez bőséges termést hozott nekik.

Megáldotta őket és nagyszámú néppé lettek, * s állatokban sem láttak hiányt.

Majd újra kevesen lettek, * bajok és szenvedések gyötörték őket.

Vezetőikre megvetést zúdított, * és hagyta, hogy bolyongjanak az úttalan pusztában.

De nyomorúságából kiemelte a szegényt, * nemzetségeiket megsokasította, miként a nyájat.

Az igazak látják ezt és örülnek, * de elnémul minden gonosz ajak.

Ki olyan bölcs, hogy mindezt föléri, * és megérti az Úrnak irgalmát?

107. zsoltár • A nép reggeli imája

(Ének, Dávid zsoltára.)

Kész az én szívem, Istenem, kész az én szívem, * hogy énekeljek és zsoltárt zengjek.

Ébredj, lelkem, ébredj, citera, hárfa, * hadd ébresszem így a hajnalt!

A nemzetek közt, Uram, megvallak, * énekkel magasztallak a népek között.

Mert nagy a te irgalmad s felér az egekig, * hűséged a magas felhőkig.

Emelkedjél fel, Isten, az egeknek fölébe, * dicsőséged ragyogja be az egész földet!

Hallgass meg és terjeszd ránk jobbodat, * hogy megszabaduljanak, akiket szeretsz!

Így szólt az Úr szentélyében:
„Ujjongva osztom fel Szichemet,
felmérem Szukkot völgyét.

Az enyém Gileád, az enyém Manassze,
és Efraim a fejem sisakja,
jogarom pedig Júda.

De Moáb legyen a mosdótálam,
és Edomra ráteszem sarumat,
s diadalmaskodom a filiszteusok földje fölött.”

Ki visz el engem az erős városba?
Ki vezet el Edomba?

Nem vetettél el minket, Istenem?
Istenem, miért nem vonulsz ki seregeinkkel?

Nyújts segítséget az ellenség ellen,
hisz az emberek segítsége hiábavaló.

Istennel hősi tetteket viszünk véghez,
ő eltiporja ellenségeinket.

[108. zsoltár • Átokzsoltár]

(A karvezetőnek – Dávidtól, zsoltár.)

Isten, akit dicsőítek, ne hallgass,

hisz az árulók gonosz szája tátog ellenem!
Hazug nyelvvel beszélnek hozzám,

gyűlölet szavával vesznek körül,
s ok nélkül harcolnak ellenem.

Szeretetem jutalmául váddal illetnek,
én azonban imádkozom.

A jót rosszal viszonozzák,
szeretetem gyűlölettel.

"Bérelj fel egy gonoszt ellene,
vádlóul a jobb oldalára!

Bűnösként kerüljön ki az ítéletről,
kérése ne találjon meghallgatásra!

Csak kevés napot hagyjanak neki osztályrészül,
hivatalát nyerje el más,

fiai váljanak árvákká,
felesége pedig özveggyé!

Fiai nyugtalan bolyongjanak és kolduljanak,
űzzék ki őket elpusztult házukból!

Minden java legyen uzsorások zsákmánya,
munkája gyümölcsét vigye el idegen.

Senki ne bánjon kímélettel vele,
ne akadjon, aki könyörül árváin!

Törzse induljon pusztulásnak,
a második nemzedékben szűnjék meg a neve!

Atyáinak bűnét ne feledjék,
ősanyái vétkét le ne vezekeljék,

lebegjen az mindig az Úr előtt!
Az Úr törölje el emlékét a földön!”

Mivel senkin sem könyörült,
üldözte a nyomorult és szegény embert,
s a szenvedőnek életére tört.

Átkot akart, most érje utol őt,
megvetette az áldást, most hagyja el.

Fedje el az átok, mint a köntös,
hatoljon belsejébe, miként a víz,
hassa át csontjait, mint az olaj!

Igen, úgy borítsa be, mint a ruha,
mint az öv, amely mindig átfogja.

Ez legyen jutalma az Úrtól azoknak,
akik vádolnak engem,
akik gonoszul szólnak ellenem!

Te pedig, Uram, nevedért állj mellém,
ments meg jóságodban és irgalmadban!

Hiszen nyomorult vagyok, elhagyatott,
szívem bensőmben összeszorul.

Mint hanyatló árnyék, úgy fogyatkozom,
leráznak engem is, mint a sáskát.

Térdem inog a böjtöléstől,
húsom sorvad a sóványságtól.

Gúny tárgya lettem számukra,
csóválják fejüket, ha látnak.

Segíts rajtam, Uram, Istenem,
irgalmadban ments meg engem!

Hadd tudják meg: a kezed volt az,
te voltál, Uram, aki ezt művelte.

Hadd átkozzanak, csak te áldj meg.
Valljanak szégyent, akik fölkelnek ellenem,
csak a te szolgád vigadozzon.

Vádlóim öltözzenek gyalázatba,
mint köntös borítsa őket a szégyen.

Vidám ajakkal dicsőítem az Urat,
a sokaság közepette dicsérem.

Mivel melléje áll a szegénynek,
hogy megmentse bíráitól.

109. zsoltár • Pap és király a Messiás

(Dávid zsoltára.)

Így szólt az Úr az én Uramhoz: * „Jobbom felől foglald el trónod!

Ellenségeidet trónod elé vetem, * és lábad zsámolyává teszem őket.”

Kinyújtja az Úr Sionból hatalmad jogarát, * hogy ellenségeid között uralkodj.

Tiéd a királyság születésed óta szentséges fényben: * „Mint harmatot, a hajnalcsillag előtt szültelek téged.”

Megesküdött az Úr és meg nem bánja: * „Pap vagy te mindörökre Melkizedek rendje szerint.”

Az Úr áll a jobbodon, * eltiporja a királyokat haragja napján.

Megítéli mind a népeket, * A halottak halomban feküsznek, összezúzza a hatalmasokat messze földön.

Patakból iszik az úton, * ezért magasra emeli fejét.

110. zsoltár • Isten műveinek dicsérete

(Alleluja!)

Teljes szívemből az Urat dicsérem * mikor az igazak tanácskozásra egybegyűlnek.

Csodálatosak az Úrnak művei, * kutassa mindaz, ki vágyódik utánuk.

Nagyság és fölség minden tette, * igazsága megmarad örökre.

Csodáinak emléket szerzett, * irgalmas az Úr és kegyelmes.

Ételt adott azoknak, kik őt félik, * szövetségére emlékezik örökkön-örökké.

Megmutatta népének hatalmas műveit, † a nemzetek örökségét adta nékik: * hűség és igazság keze műve.

Igaz minden rendelése, † mindörökké szilárdan állnak, * igazság és méltányosság szülte őket.

Megváltást küldött népének, * szövetséget kötött véle örökre.

Félelmetes és szent az ő neve, * az Úr félelme a bölcsesség kezdete.

Helyesen gondolkodnak, akik aszerint élnek. * Az Úr dicsérete megmarad örökké.

111. zsoltár • Az igaz ember dicsérete

(Alleluja!)

Boldog ember, aki féli az Urat, * aki törvényében örömét találja.

Nemzetsége hatalmas lesz a földön, * az igazak nemzetsége áldásban részesül.

Gazdagság lesz házában és bőség, * igazsága örökre megmarad.

Olyan ő az igaznak, mint fény a sötétben, * könyörületes, irgalmas és igazlelkű.

Aki könyörül és ad másoknak, jó sora lesz annak, * aki az igazsághoz szabja tetteit.

Nem inog meg ő sohasem, * az igaz emlékezete örökre megmarad.

Rossz hírtől félnie soha nem kell, * szíve nyugodt, mert bízik az Úrban.

Nincs kitől féljen, szíve bátor, * ellenségei szégyenben maradnak.

Javait szétosztja: adakozik a szegénynek, † igazsága örökre megmarad, * és dicsőség lesz osztályrésze.

Látja ezt a bűnös és haragra lobban, † fogát csikorgatja és emészti magát. * A bűnösök kívánsága semmivé válik.

112. zsoltár • Isten fönsége és irgalma

(Alleluja!)

Dicsérjétek, az Úrnak szolgái, * dicsérjétek az Úr szent nevét!

Az Úr neve legyen áldott * most és örökkön-örökké!

Az egész földön kelettől nyugatig * dicsérjétek az Úr szent nevét!

Fölséges az Úr minden nép fölött, * dicsősége beragyog mindent.

Ki olyan, mint az Úr, a mi Istenünk? † A magasságban áll a trónja, * és szemmel tartja az eget s a földet?

Felkarolja a gyengét a porból, * fölemeli a szegényt a sárból,

Fejedelmek között juttat neki helyet, * népe vezérei közé ülteti.

A gyermektelen asszony úgy lakhat házában * mint a fiainak örvendő anya.

113. zsoltár • Hatalmas és irgalmas az igaz Isten

(Alleluja!)

Amikor Izrael kivonult Egyiptomból, * Jákob háza az idegen nemzet közül,

Júda lett akkor az Úr hajléka, * Izrael az ő országa.

Látta a tenger és messze futott, * és a Jordán visszafordult.

A hegyek ugrándoztak mint a kosok, * a halmok mint a kis bárányok.

Tenger, mi lelt, hogy elfutottál, * Jordán, hogy megfordultál?

Hegyek, miért ugrándoztok mint a kosok, * és ti, halmok, mint a kis bárányok?

Rendülj meg, te föld, az Úr színe előtt, * Jákob Istenének arca előtt,

Aki sziklából bőséges vizet fakaszt * s a kőszirtből forrásokat.

Ne nekünk, Uram, ne nekünk, hanem nevednek adj dicsőséget, * irgalmadért és hűségedért!

Miért mondanák a pogány népek: * „Hol van hát az ő Istenük?”

A mi Istenünk az égben lakik, * mindent végbevisz, amit akar.

Ám a nemzetek bálványai arany és ezüst, * emberi kéz alkotása.

Szájuk van, de nem beszélnek, * szemük van, de mégse látnak.

Fülük van, de nem hallanak, * orruk van, de illatot nem éreznek.

Kezük van, de nem tapintanak, † lábuk van, de mégse járnak, * és torkuk nem ad hangot.

Ilyenek lesznek készítőik, * és mindazok, kik bennük bíznak.

Izrael háza az Úrban bízik, * ő a gyámola és védőpajzsa.

Áron háza az Úrban bízik, * ő a gyámola és védőpajzsa.

Akik az Urat félik, benne bíznak, * ő a gyámoluk és védőpajzsuk.

Megemlékezik rólunk az Úr és megáld minket,† megáldja Izrael házát, * megáldja Áron házát.

Megáldja mindazt,aki féli az Urat,* nagyokat és kicsinyeket.

Megsokasít az Úr benneteket,* titeket és minden fiatokat.

Áldjon meg az Úr benneteket,* aki az eget és a földet teremtette.

Az egek az Úr egei, * ám a földet rábízta az emberekre.

Nem a holtak dicsérnek, Uram, téged, * sem azok, kik leszálltak a csend honába.

Mi, akik élünk, áldjuk az Urat, * mostantól fogva mindörökké.

114. zsoltár • Hálaadás a szabadulásért

(Alleluja!)

Szeretem az Urat, mert meghallgatta könyörgésem szavát. * felém fordította fülét, mikor hívtam őt.

Körülvettek a halál kötelékei s az alvilág tőrei, * elborított a nyomor s a félelem.

Akkor segítségül hívtam az Úr nevét: * „Mentsd meg, Uram, az életem!”

Igazságos az Úr és irgalmas, * könyörül rajtunk Istenünk.

Az egyszerűeket az Úr őrzi, * elesett voltam, de fölemelt engem.

Nyugodjál meg, lelkem, újra, * mert az Úr jót tett veled.

Megmentette lelkem a haláltól, * szemem a könnyektől, lábam a botlástól.

Íme, az Úr színe előtt járok * az élők földjén.

115. zsoltár • Hálaadás a templomban

Erős volt a hitem, még akkor is, mikor így szóltam: * „Megaláztak igen nagyon!”

Félelmemben így beszélt ajkam: * „Hazug minden ember!”

Mi az, amit az Úrnak adhatok, * mindazért, amit nékem adott?

Az üdvösség kelyhéből iszom, * és segítségül hívom az Úr szent nevét.

Megadom az Úrnak, amit fogadtam, * teljesítem egész népe előtt.

Kedves az Úrnak szemében * az igaz ember halála.

Uram, a te szolgád vagyok, * szolgád vagyok, szolgálód fia.

Összetörted bilincseimet: † a dicséret áldozatát áldozom néked, * és segítségül hívom az Úr szent nevét.

Megadom az Úrnak, amit fogadtam, * teljesítem egész népe előtt,

Az Úr házának udvarán, * tebenned, Jeruzsálem.

116. zsoltár • Felhívás Isten dicséretére

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Urat, minden népek, * hirdessétek őt, minden nemzetek!

Mert nagy az ő irgalma irántunk, * és mindörökké megmarad hűsége.

117. zsoltár • Az ujjongás és szabadulás éneke

(Alleluja!)

Áldjátok az Urat, mert jó: * irgalma örökkévaló.

Mondja Izrael háza, mert jó: * irgalma örökkévaló.

Mondja Áronnak háza: * irgalma örökkévaló.

Mondják, akik félik az Urat: * irgalma örökkévaló.

Gyötrelmemben hívtam az Urat, * meghallgatott az Úr, és tágas térre vezetett engem.

Velem az Úr, nincs mitől félnem; * ember mit árthat nékem?

Velem az Úr, ő segít nékem, * megszégyenül minden ellenségem.

Jobb az Úrban bízni, * mint emberekre hagyatkozni.

Jobb az Úrban bízni, * mint hatalmasokra hagyatkozni.

Körülvettek engem a népek, * az Úr nevében legyőztem őket.

Minden oldalról körülvettek engem, * az Úr nevében legyőztem őket.

Körülrajzottak mint a méhek, † de elhamvadtak mint a bozót lángja, * az Úr nevében legyőztem őket.

Üldöztek, taszítottak, hogy elessem, * de az Úr megsegített.

Dicsőség az Úr és erő nékem, * ő lett az én üdvösségem.

Ujjongás és diadal szava szól az igazak sátrából, * győzelmes az Úrnak jobbja.

Az Úr magasra emelte jobbkezét, * győzelmes az Úrnak jobbja.

Nem halok meg, hanem élek, * és hirdetem az Úr tetteit.

Megfenyített az Úr, megfenyített engem, * de a halálnak át nem engedett.

Nyissátok ki nékem az igazság kapuját, * belépek rajta, és áldom az Urat.

Ez az Úr kapuja, * az igazak mennek be rajta.

Hálát adok, Uram, mert rám figyeltél, * mert te lettél az én üdvösségem.

A kő, amit megvetettek az építők, * az lett a háznak szegletköve.

Mindezt az Úr művelte, * csodálatos a szemünk előtt.

Ezt a napot az Úr adta, * örvendezzünk és ujjongjunk ma!

Küldj szabadulást, Uram, nékem, * adj, Uram, gazdag életet!

Áldott, aki jön az Úr nevében, * megáldunk titeket az Úr szentélyéből.

Az Úr az Istenünk, * fényessége ragyog fölöttünk.

Ünnepeljetek zöldellő ágakkal, * vonuljatok a szent oltárhoz!

Te vagy Istenem, hálát adok néked, * magasztallak, Istenem, téged.

Áldjátok az Urat, mert jó, * irgalma örökkévaló.

118. zsoltár • Isten törvénye fölötti öröm

א (Alef)

Boldogok, akiknek útja szeplőtlen, * akik az Úr törvénye szerint élnek.

Boldogok, akik előírásait megtartják, * akik őt keresik egész szívükkel.

Nem követnek el semmi gonoszat, * hiszen az ő útjain járnak.

Azért adtad minden törvényed, * hogy hűségesen kövessük azokat.

Bárcsak bizton vezetnének útjaim, * hogy megtartsam, amit rendelsz.

Nem érhet akkor soha szégyen, * ha követem minden végzésed.

Tiszta szívvel áldalak téged, * mert ismerem ítéleteid igazságát.

Rendeléseid megtartom, * ne hagyj el soha engem!

ב (Bét)

Hogy őrzi meg az ifjú tisztán útjait? * Ha megtartja igédet.

Teljes szívemből kereslek téged, * végzéseidtől ne hagyj soha eltérnem.

Szavaidat szívembe zárom, * hogy ne vétkezzem ellened.

Légy áldott, Uram! * Taníts meg arra, amit rendelsz.

Szám hangosan hirdeti * ajkad minden döntését.

Előírásaidban nagyobb örömöm találom, * mint bármilyen gazdagságban.

Parancsaidat fontolóra veszem, * és útjaidat tartom szemem előtt.

Törvényeidben örömöm lelem, * szavadat el nem feledem.

ג (Gimel)

Légy jó szolgádhoz, hogy éljek, * s én követem igédet.

Nyisd meg szememet, hogy meglássam: * milyen csodálatos minden törvényed.

Vándor vagyok a földön, * ne rejtsd el előlem végzésed.

Epedve vágyakozik lelkem * döntéseidre, minden időben.

Te megfenyíted a gőgöst, * ki parancsaidtól eltér, átkozott.

Végy le rólam gyalázatot és megvetést, * hiszen megtartom, amit előírsz.

Még ha fejedelmek ülnek is össze és ítélnek ellenem, * szolgád akkor is törvényedet forgatja szívében.

Előírásaidban van örömöm, * rendeléseid adnak tanácsot nékem.

ד (Dalet)

Lelkem a porban hever: * önts életet belém igéddel!

Meghallgattál engem, mikor útjaimról beszéltem, * törvényeidre taníts meg engem!

Add rendeléseid útját értenem, * hadd fontolgassam csodás tetteid!

Bánatában könnyeket ont lelkem, * emelj fel igéddel engem!

Tarts távol a hazugság útjától, * jóságosan add nekem törvényed!

Igazságod útját választottam magamnak, * ítéleteidet állítottam szemem elé.

Rendeléseidhez ragaszkodom, Uram, * ne engedd, hogy szégyent valljak!

Sietve járok parancsaid útján, * mert szárnyaló szívet adsz nékem.

ה (He)

Uram, tedd törvényemmé rendelésed útját, * és én megtartom mindvégig.

Nyisd meg értelmem, hogy kövessem törvényed, * és megőrizzem egész szívemmel!

Vezess végzéseidnek ösvényén, * mert abban találom örömöm.

Előírásaidra hajlítsd szívem, * kapzsiságba ne hagyj esnem!

A hiábavaló dolgoktól fordítsd el szemem, * utadon adj életet nékem!

Teljesítsd, amit ígértél szolgádnak, * mindazoknak, akik félnek téged.

Tartsd távol tőlem a gyalázatot, amelytől rettegek, * mert ítéleteid kedvesek nékem.

Íme, parancsaidra vágyódom, * igaz voltodban kelts életre engem!

ו (Vav)

Szálljon rám, Uram, irgalmad, * és üdvösséged, amit ígértél.

Akkor megfelelek azoknak, akik gúnyolnak, * mert szavadba vetem reményem.

Ne vond meg számtól az igazság igéjét, * hiszen ítéleteidben bízva bízom.

Megtartom törvényed mindenkor, * és örökkön-örökké.

Akkor tágas tereken járhatok, * mert parancsod kutatom.

Előírásaid királyok előtt hirdetem, * és nem vallok szégyent előttük.

Végzéseidben örömöm telik, * szívből szeretem őket.

Kitárom kezem törvényeid felé, mert szeretem őket, * és fontolgatom igaz tetteid.

ז (Zajin)

Emlékezz szolgádnak adott igédre, * benne reményt adtál nékem.

Gyötrelmeim közt az vigasztal engem, * hogy szavad önt belém életet.

Bármennyire gúnyolnak is engem a gőgösök, * törvényedet el nem hagyom.

Emlékezem hajdani végzéseidre, Uram, * vigaszt találok bennük.

Haragra gyúlok a bűnösök miatt, * akik megvetik törvényed.

Rendeléseid énekszó fülemnek * a földön, ahol zarándok vagyok.

Éjszaka nevedre gondolok, Uram, * és megőrzöm törvényed.

Osztályrészem ez lett nékem, * mert megtartom parancsod.

ח (Chet)

Az Úr az én örökrészem: * ígérem, hogy megtartom szavad.

Teljes szívemből könyörgök színed előtt; * irgalmazz nekem igéd szerint!

Megfontolom minden utamat, * lépteimet parancsaid felé fordítom.

Késedelem nélkül sietek, * hogy megtartsam végzésed.

Ha gonoszok hálója vesz is körül engem, * törvényedet el nem feledem.

Az éj közepén is felkelek, * hogy áldjalak igaz végzésed miatt.

Barátja vagyok mindazoknak, kik félnek téged, * s akik megőrzik parancsod.

Irgalmad, Uram, betölti a földet, * rendeléseidre taníts meg engem!

ט (Tet)

Jóságosan bántál szolgáddal, * szavad szerint, Uram.

Taníts meg okosságra és helyes tudásra, * mert parancsaidat hittel fogadtam.

Mielőtt nyomorúság ért, téves úton jártam, * most azonban szavadat követem.

Jó vagy, és jóságosak műveid, * minden rendelésed tárd fel előttem.

A gőgösök cselt szőnek ellenem, * de én teljes szívemből megőrzöm parancsod.

Szívük érzéketlen a jóléttől, * ám én törvényedben találom örömöm.

Jó nekem, hogy megaláztatás ért engem; * így megtanultam minden végzésed.

Ajkad törvénye számomra többet ér, * mint ezernyi arany és ezüst.

י (Jod)

Kezed teremtett és alkotott engem, * adj bölcsességet nekem, hogy megértsem parancsod!

Örvendeznek a téged félők, ha rám néznek, * mert igédben nagyon remélek.

Tudom, hogy igazságosak ítéleteid, Uram: * megaláztál, mert jó vagy hozzám.

Irgalmadban vigasztalj meg engem, * amint szolgádnak ígérted.

Szálljon rám irgalmad, hogy éljek, * mert törvényedben kedvemet lelem.

Szégyenüljenek meg a kevélyek, mert csalárdul bántak velem, * én pedig törvényedet forgatom szívemben.

Álljanak mellém, kik félnek téged, * akik ismerik végzésed.

Törvényeid megtartásában szeplőtlen legyen szívem, * hogy ne valljak szégyent sohasem!

כ (Kaf)

Lelkem szabadításodra sóvárog, * szavadban bizton remélek.

Vágyakozva tekint ígéretedre szemem: * mikor találok vigaszt nálad?

Olyan lettem, mint tömlő a füstben, * rendeléseid mégsem feledem.

Hány napja van még szolgádnak? * Üldözőim fölött mikor ítélsz?

Vermet ástak nekem a kevélyek, * akik nem élnek törvényed szerint.

Végzéseid mind igazak, * álnokul üldöznek, segíts meg engem!

Majdnem eltörölnek a föld színéről, * de parancsaidtól el nem tértem.

Tarts meg életben irgalmad szerint, * s megőrzöm ajkad végzését.

ל (Lamed)

Uram, igéd örökre megmarad, * szilárd, akár a mennybolt.

Nemzedékről nemzedékre száll hűséged, * megalkottad a földet, s áll az biztosan.

Rendelésed szerint máig fennáll, * és neked szolgál a mindenség.

Ha gyönyörűségem nem törvényedben lelném, * nyomorombан elvesztem volna.

Parancsaid nem feledem soha, * mert azokkal éltetsz engem.

Szabadíts meg, hisz a tiéd vagyok, * kutatom minden végzésed.

Arra várnak a bűnösök, hogy elpusztítsanak engem, * de értelmem arra figyel, amit parancsolsz.

Látom, hogy minden, ami tökéletes, véget ér, * de a te parancsod végtelen.

מ (Mem)

Uram, mennyire szeretem törvényed, * róla elmélkedem egész napon át.

Ellenségemnél bölcsebbé tesz végzésed, * mert velem van örökké.

Minden tanítómnál okosabb lettem, * mert arról elmélkedem, amire oktatsz engem.

Értelmesebb vagyok, mint a vének, * mert amit előírsz követem.

Minden gonosz úttól távol tartom lábam, * hogy megtartsam igédet.

Ítéleteidtől el nem térek, * mert te voltál tanító mesterem.

Mily édes számnak beszéded, * édesebb, mint méz az ajkamnak.

Parancsaid révén mindent megértek, * ezért gyűlölök minden hazug utat.

נ (Nun)

Égő lámpás lábam előtt igéd, * világosság utamnak ösvényén.

Esküt teszek és fogadom, * hogy megtartom igaz döntésed.

Nagyon mélyre aláztak, Uram, * tartsd meg életemet igéd szerint!

Ajkam áldozatát fogadd kegyesen, * és ítéleteidre taníts meg, Uram!

Szakadatlan veszélyben életem, * de törvényedet el nem feledem.

Csapdát állítanak nekem a bűnösök, * de parancsodtól el nem térek.

Előírásaid osztályrészem örökre, * mert szívem bennük örvend.

Szívből törekszem megtenni, amit rendelsz, * minden időben, örökkön-örökké.

ס (Szamech)

Gyűlölöm a megosztott szívű embert, * de szeretem törvényed.

Te vagy oltalmam, te vagy pajzsom, * igédben van minden reményem.

Távozzatok tőlem, gonoszok, * én megtartom Istenem végzését.

Fogadj el engem, Istenem, † szent igéd szerint, hogy neked éljek, * és ne szégyeníts meg engem, mert tebenned bíztam, Uram!

Segíts meg, és szabadulást nyerek, * rendelkezéseidben találom mindig örömöm.

Elveted mind, akik rendeléseidtől eltérnek, * mert hazugságot forgatnak fejükben.

A föld minden bűnösét salaknak tartod, * ezért szeretem végzésed.

Testem megborzad, mert féllek téged, * ítéletedet reszketve nézem.

ע (Ajin)

Azt tettem, ami jogos és törvényes, * ne vess oda elnyomóimnak prédául engem!

Vállalj kezességet szolgádért, * hogy a kevélyek el ne nyomjanak!

Vágyódva fürkészi segítségedet szemem, * igazságodat, amit ígértél.

Bánj szolgáddal irgalmad szerint, * s rendeléseidre taníts meg engem!

Szolgád vagyok, oktass engem, * hogy megértsem, amit parancsolsz!

Itt az ideje a cselekvésnek, Uram, * mert megszegték törvényed.

De én parancsaidat szeretem, * jobban az aranynál, színtiszta aranynál.

Ezért mindenben törvényeid szerint élek, * és gyűlölök minden hazug utat.

פ (Pe)

Előírásaid csodálatra méltók, * lelkem ezért megtartja őket.

Igéd hirdetése világosságot áraszt, * a kicsinyek is megértik szavad.

Sóvárogva nyitom fel ajkam, * végzéseid után vágyódom.

Fordulj hozzám és könyörülj rajtam, * ahogy azokkal bánsz, akik szeretik neved.

Irányítsd lépteimet ígéreted szerint, * ne legyen úrrá rajtam a gonoszság!

Az emberek hatalmából szabadíts ki engem, * hogy megtartsam minden parancsod!

Szolgád fölött ragyogtasd fel arcod, * és rendeléseidre taníts engem!

Szememből könnyek patakja árad, * mert nem tartják meg sokan törvényed.

צ (Cáde)

Uram, valóban igaz vagy, * és igazságos minden végzésed.

Te kinyilvánítottad törvényed * igazságban és teljes hűségben.

Buzgóság emészt érted, * mert ellenségeim feledik igédet.

Szavad tiszta és igaz, * szolgád kedvét találja benne.

Bár kicsiny vagyok és megvetett, * rendelésed mégsem felejtem.

Igazságosságod örökké megmarad, * és törvényed maga az igazság.

Szorongatás és gyötrelem ért engem, * de parancsaidban örömöm lelem.

Előírásaid örökké igazak, * taníts engem, és életet találok.

ק (Kof)

Teljes szívemből kiáltok, hallgass meg, Uram, * és megtartom, amit rendelsz.

Hozzád kiáltok: szabadíts meg engem, * és megőrzöm végzésed.

Virradatkor jövök és segítségül hívlak, * igéidben van minden reményem.

Az éjszakai őrváltás előtt ébren van már szemem, * hogy szavaidat forgassam elmémben.

Irgalmasságod szerint halld meg hangomat, Uram, * ítéleted szerint éltess engem!

Közelednek, akik álnokul üldöznek, * de törvényedtől messze kerültek.

Te azonban közel vagy, Uram, * s igaz minden végzésed.

Rendeléseidet régóta ismerem, * örök időkre adtad őket.

ר (Res)

Tekints nyomorúságomra és szabadíts meg engem, * mert törvényedet el nem feledtem.

Ítélkezz ügyemben és ments meg, * szavad szerint kelts életre engem!

A bűnösöktől messze a menekvés, * mert ők megvetik törvényed.

Nagy a te irgalmad, Uram, * ítéleted szerint adj életet nekem!

Sokan üldöznek és szorongatnak engem, * de előírásaidat el nem hagyom.

Megborzadok, ha törvényszegőket látok, * akik nem tartják szavadat.

Lásd, Uram, parancsaidat mennyire szeretem, * irgalmadban tartsd meg életem!

Igéd alapja igazság, * örökké igaz minden végzésed.

ש (Sin)

Fejedelmek törnek ok nélkül vesztemre, * de szívem csak igédet féli.

Örvendezem beszéded miatt, * mint aki gazdag zsákmányra talált.

Gyűlölöm a hazugságot és irtózom tőle, * de törvényedet nagyon szeretem.

Dicséretedet naponta hétszer éneklem, * mert igazságos minden végzésed.

Békességet nyernek, akik szeretik törvényed, * és soha el nem botlanak.

Segítségedet várom, Uram, * parancsaidat híven követem.

Ítéleteidet megtartja lelkem, * mindenek fölött szeretem őket.

Minden tanításod és rendelésed megtartom, * hiszen ismered minden utamat.

ת (Tav)

Uram, könyörgésem jusson eléd, * szavad szerint taníts engem!

Szálljon föl imádságom színed elé, * szabadíts meg, amint ígérted!

Ajkam zengjen dicsérő éneket, * mert törvényedre tanítasz engem.

Szavadat dicsérje nyelvem, * mert igazságos minden végzésed.

Segítségemre nyújtsd ki kezedet, * mert én mindig törvényed választom.

Szabadításodra vágyódom, Uram, * mert törvényedben örömöm lelem.

Hogy dicsérhesselek téged, tartsd meg életem, * és ítéleteiddel segíts engem!

Eltévedtem, mint az elveszett bárány, keresd meg szolgádat, * mert törvényedet el nem feledtem.

szombat

119. zsoltár • Vágyódás béke után

(Zarándokének.)

Nyomorúságomban az Úrhoz kiáltok, * és ő meghallgat engem.

Mentsd meg lelkemet, Uram, a hazug ajaktól, * mentsd meg az álnok nyelvtől!

Mit érdemelsz, te álnok nyelv? * Mit ad az Úr majd néked?

Harcosoknak hegyes nyilát, * s bozótnak izzó parazsát.

Jaj nekem, mert Mesekben kell bujdosnom, * és Kédár sátrában laknom!

Már nagyon régen élek azok között, * akik a békét gyűlölik.

Békességes a szándékom, * de ha megszólalok, ők máris harcra készek.

120. zsoltár • Isten őrzi a hívőket

(Zarándokének.)

Szemem a hegyekre emelem: * honnan jön segítségem?

Segítséget csak az Úr ad nékem, * aki az eget és a földet alkotta.

Nem engedi, hogy lábad inogjon, * éberen őriz téged, el nem alszik.

Bizony nem szunnyad és el nem alszik, * aki Izraelt őrzi.

Az Úr a te őrződ, * jobbodon áll az Úr és oltalmaz téged.

Nem árt neked a nap tüze nappal, * sem a holdvilág éjszaka.

Megőriz az Úr téged minden rossztól, * az Úr megőrzi lelkedet.

Megőriz az Úr jártadban-keltedben, * most és örökkön-örökké.

121. zsoltár • Zarándokok áldó éneke

(Zarándokének – Dávidtól.)

Örvendezem, mert azt mondták nekem: * „Az Úr házába indulunk!”

Itt állunk már kapuidban, Jeruzsálem. † Jeruzsálem, te jól épült város, * szilárdan illeszkedik minden részed.

Oda vonulnak föl a törzsek, † az Úr törzsei Izrael törvénye szerint, * hogy az Úr nevére áldást mondjanak.

Ott állnak a bírói székek, * Dávid házának székei.

Jeruzsálemre békét esdjetek: * „Biztonságban éljenek, kik téged szeretnek!

Falaid közt legyen béke, * biztonság házaid között!”

Így könyörgök testvéreim és társaim miatt: * „Békesség legyen benned!”

Urunk, Istenünk háza miatt * áldásért esdek számodra.

122. zsoltár • A nép az Úrban bízik

(Zarándokének.)

Hozzád emelem szememet, * aki a mennyben lakozol.

Amint a szolgák gazdájuk kezét figyelik, * ahogy a szolgáló úrnőjének kezére tekint,

Úgy tekint szemünk Istenünkre, az Úrra, * amíg meg nem kegyelmez nékünk.

Könyörülj rajtunk, Urunk, könyörülj, * mert a gyalázattal nagyon elteltünk.

Mert nagyon megtelt a lelkünk * a gazdagok gúnyolódásával, a dölyfösök büszke gőgjével.

123. zsoltár • Segítségünk az Úr nevében

(Zarándokének – Dávidtól.)

Ha az Úr nem lett volna mivelünk, vallja meg most Izrael, † ha az Úr nem lett volna mivelünk, * amikor az emberek ellenünk támadtak,

Elevenen nyeltek volna el bennünket, * mikor haragjuk fellángolt ellenünk.

Elsodortak volna minket a vizek, † átcsapott volna rajtunk a folyó, * átcsaptak volna rajtunk a tajtékzó habok.

Az Úr legyen áldott, * aki nem vetett oda minket zsákmányul foguknak.

Lelkünk megmenekült, mint a madár a vadászok hálójából, † a háló szétszakadt, * és mi szabadok lettünk.

Segítségünk az Úr nevében, * aki az eget és a földet alkotta.

124. zsoltár Az Úr népének őrzője.

(Zarándokének.)

Aki az Úrban bízik, olyan mint a Sion hegye, * nem inog meg az, megmarad örökké.

Jeruzsálemet hegyek övezik, † az Úr így veszi körül népét, * most és örökkön-örökké.

Ne uralkodjék az igazak földjén a gonoszság jogara, * nehogy az igaz is erőszakra nyújtsa kezét.

Tégy jót, Uram, a jókkal, * és azokkal, akik igazszívűek.

De akik hajlanak a hamis utakra, † űzze el az Úr a bűnösökkel együtt őket. * Békesség legyen Izraelnek!

125. zsoltár • Öröm és reménység az Úrban

(Zarándokének.)

Mikor az Úr hazahozta rab fiait Sionnak, * olyanok voltunk, mint akik álmodnak.

Akkor szánk telve volt vígsággal, * nyelvünk hangos örömmel.

Akkor mondták a pogányok között: * „Nagy dolgot tett az Úr velük!”

Nagy dolgot tett az Úr mivelünk, * nagy a mi örömünk!

Fogságunkból, Uram, hozz vissza bennünket, * ahogy visszaadod délen a patakok vizét!

Akik könnyek közt vetnek, * majd ujjongva aratnak.

Sírva vitték a magot, mikor vetni indultak, * de ujjongva érkeznek, mikor a kévéket hozzák.

126. zsoltár • Bizakodás a gondviselésben

(Zarándokének – Salamontól.)

Hogyha nem építi az Úr a házat, * építői hasztalan fáradnak.

Hogyha nem őrzi az Úr a várost, * őrzője hasztalan virraszt.

Hasztalan nektek hajnal előtt kelni, † nyugovóra későn térni, * és verejtékkel enni kenyeret;

Pihentében is megad minden áldást * annak az Úr, akit szeret.

Íme, a gyermek az Úrtól kapott örökség, * az anyaméh gyümölcse jutalom.

Akár a hős kezének nyilai, * olyanok a serdülő ifjak.

Boldog ember, aki velük tölti meg tegzét, * ha a kapuban vitába száll az ellenséggel, nem éri szégyen.

127. zsoltár • Áldás a hívőre

(Zarándokének.)

Boldog mindaz, aki féli az Urat, * aki az ő ösvényein halad.

Kezed munkáját élvezed, * boldog leszel és jó lesz sorod.

Feleséged olyan házadban, * mint a termő szőlőtő;

Gyermekeid asztalod körül, * mint a hajtások az olajfán.

Ilyen áldásban részesül az az ember, * aki féli az Urat.

Áldjon meg téged az Úr Sionból, * hogy lásd Jeruzsálem boldogságát életed minden napján!

Lásd meg fiaidnak fiait! * Békesség legyen Izraelnek!

128. zsoltár • A lesújtott nép újraéledő bizalma

Sokat gyötörtek engem ifjúságom óta, * vallja meg most Izrael!

Sokat gyötörtek engem ifjúságom óta, * de elpusztítani mégsem tudtak engem.

Ekével szántottak hátamon, * hosszú barázdát húztak.

De az Úr igazságos, ő széttépte * a gonoszok minden bilincsét.

Hátráljon meg és valljon szégyent * mindaz, aki Sionit gyűlöli!

Olyanok legyenek, mint a fű a háztetőn, * amely elszárad, mielőtt kitépnék!

Nem szedi azt marokra arató, * s nem köti kévébe kévekötő.

Nem mondják az arra járók: † „Az Úr áldása legyen rajtatok, * megáldunk titeket az Úr nevében.”

129. zsoltár • Kiáltás a mélységből

(Zarándokének.)

A mélységből kiáltok, Uram, hozzád, * hallgasd meg szavamat, Uram!

Legyen füled figyelmezéssel, * amikor hozzád könyörög szavam!

Ha felrovod a vétkeket, Uram, * ki áll meg akkor előtted, Uram?

Ám nálad bocsánatot nyer a vétek, * hogy félelemmel szolgáljunk téged.

Remélek az Úrban, benne remél a lelkem, * bizalommal várom igéjét.

Lelkem eseng az Úr után, * jobban, mint éji őr a virradat után.

Jobban, mint éji őr a virradat után, * esengjen Izrael az Úr után,

Mert az Úrnál az irgalom, * s bőséges a megváltás nála.

Ő váltja meg Izraelt * minden bűnétől.

130. zsoltár • Gyermeki bizalom az Úrban

(Zarándokének.)

Nem gőgös az én szívem, Uram, * szememben nincsen kérkedés.

Nem járok nagy ügyek után, * sem erőmet felülmúló csodák után.

Békében nyugszik a lelkem, * miként a gyermek anyja ölében.

Miként a kicsi gyermek, * olyan a lelkem.

Bízzál az Úrban, Izrael, * most és örökkön-örökké!

131. zsoltár • Isten szentélye az emberek között

(Zarándokének.)

Uram, emlékezzél meg Dávidról, * és fáradozásáról el ne feledkezz!

Megesküdött az Úrnak, * ígéretet tett Jákob Erősének.

„Nem lépek be addig házamba, * nem fekszem le nyugvóhelyemre;

Nem engedek addig álmot szememnek * és szempilláimnak nyugodalmat,

Amíg hajlékot nem találok az Úrnak, * lakóhelyet Jákob Erősének.”

Íme, hallottuk, hogy Efratában van az Úr ládája, * rátaláltunk Jáár mezején.

Vonuljunk lakóhelyéhez, * boruljunk le lába zsámolyához!

Indulj el, Uram, nyugalmad helyére, * te és fölséged szekrénye!

Igazságba öltözzenek papjaid, * ujjongjanak, akik hűek hozzád!

A te szolgádért Dávidért * ne fordulj el fölkented arcától!

Megesküdött az Úr Dávidnak, † erős ígéretét meg nem másítja: * „Nemzetségedből emelek utódot trónodra.

Ha megtartják szövetségemet fiaid, † és intelmeimet, amelyekre tanítottam őket, * akkor az ő fiaik is trónodon ülnek örökké.”

Mert Siont választotta ki az Úr magának, * ezt kívánta lakóhelyének.

„Ez lesz nyugvóhelyem örökre, * itt fogok lakni, mert ezt kedvelem.

Eledelét gazdagon megáldom, * szegényeit kenyérrel táplálom.

Üdvösségbe öltöztetem papjait, * szentjei ujjongva ujjonganak.

Megerősítem ott Dávid hatalmát, * lámpást készítek fölkentemnek.

Ellenségeit szégyennel borítom, * ám az ő fején korona ragyog.”

132. zsoltár • Testvérek között

(Zarándokének – Dávidtól.)

Íme, mily jó és áldásos, * ha a testvérek békében élnek.

Olyan, mint a drága olaj az ember fején, * amely végigcsordul a szakállon.

Lecsordul Áron szakállán * és palástja szegélyén.

Olyan, mint a Hermon harmatja, * amely leszáll a Sion hegyére.

Mert az Úr ott ad áldást, * életet örök időkre.

133. zsoltár • Esti ima a templomban

(Zarándokének.)

Áldjátok az Urat, szolgái, mindnyájan, * kik éjszaka az Úr házában álltok!

Tárjátok ki kezeteket szentélye felé * és áldjátok az Urat!

Áldjon meg téged az Úr Sionból, * aki az eget és a földet alkotta!

134. zsoltár • A csodákat tévő Isten dicsérete

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Úr szent nevét, * dicsérjétek az Urat, szolgái,

Akik az Úr házában álltok, * Isten házának udvarán!

Dicsérjétek az Urat, mert jó, * zengjetek zsoltárt nevének, mert mindennél kedvesebb!

Mert kiválasztotta az Úr Jákobot magának, * tulajdonába vette Izraelt.

Tudom jól, hogy nagy a mi Urunk, * Istenünk nagyobb minden istennél.

Amit az Úr akar mindent végbevisz, * égen s földön, tengeren és a vizek mélyén.

Felleget hajt a föld szélérő̲l, † villámokból e̲sőt te̲remt, * kamráiból vi̲harsze̲let.

Lesújtotta Egyiptom minden e̲lsőszü̲löttét, * embert, á̲llatot e̲gyaránt.

Elküldte rád, Egyiptom, cso̲dáit, je̲leit, * a fáraó és minden szo̲lgája e̲llen.

Lesújtotta a po̲gány né̲peket, * megölt sok ha̲talmas ki̲rályt:

Szichont, az amoriták királyá̲t, † Ogot, Bá̲sán ki̲rályát, * s minden uralkodót Ká̲naán fö̲ldjén;

S átadta fö̲ldjüket bi̲rtokul, * népének, Izraelnek ö̲rökré̲szül.

Uram, neved fe̲nnmarad ö̲rökké, * nemzedékről nemzedékre e̲mléked, U̲ram.

Mert az Úr igazságot szo̲lgáltat né̲pének, * és megkönyörül mi̲nden szo̲lgáján.

A pogányok istenei a̲rany és e̲züst, * emberi kéz a̲lkotta ő̲ket.

Szájuk van, de ne̲m tudnak be̲szélni, * szemük van, és mégse lá̲tnak.

Fülük van, de mégse ha̲llanak, * és szájukban ni̲ncsen le̲helet.

Ilyenek lesznek, akik a̲lkották ő̲ket, * és mindazok, akik be̲nnük bí̲znak.

Izrael háza, á̲ldjad az U̲rat, * Áronnak háza, á̲ldjad az U̲rat!

Lévinek háza, á̲ldjad az U̲rat, * Akik az Urat félik, á̲ldják az U̲rat!

Áldott legyen az Úr Si̲on he̲gyéről; * Jeruzsálem az ő la̲kóhe̲lye.

135. Zsoltár • A nagy húsvéti hálaének

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Urat, me̲rt jó, * mert irgalma örökkévaló!

Dicsérjétek az Istenek Istenét, * mert irgalma örökkévaló!

Dicsérjétek az uraknak Urát, * mert irgalma örökkévaló!

Ki egymaga tett csodadolgokat, * mert irgalma örökkévaló.

Ki az egeket bölcsen alkotta, * mert irgalma örökkévaló.

Ki a vizek fölött megszilárdította a földet, * mert irgalma örökkévaló.

Ki nagy világítókat alkotott, * mert irgalma örökkévaló.

Napot, hogy legyen úr a nappalon, * mert irgalma örökkévaló.

Holdat, csillagot, hogy uralkodjanak az éjszakán, * mert irgalma örökkévaló.

Ki Egyiptom elsőszülötteire lesújtott, * mert irgalma örökkévaló.

Kivezette közülük Izraelt, * mert irgalma örökkévaló.

Hatalmas kézzel és kinyújtott karral, * mert irgalma örökkévaló.

Aki kettészelte a Vörös-tengert, * mert irgalma örökkévaló.

És átvezette közepén Izraelt, * mert irgalma örökkévaló.

Ki a fáraót s hadát tengerbe vetette, * mert irgalma örökkévaló.

Ki a pusztában vezérelte népét, * mert irgalma örökkévaló.

Aki lesújtott nagy királyokat, * mert irgalma örökkévaló.

És megölt erős királyokat, * mert irgalma örökkévaló.

Szichont, az amoriták királyát, * mert irgalma örökkévaló.

És Ogot, Básán királyát, * mert irgalma örökkévaló.

Földjüket átadta birtokul, * mert irgalma örökkévaló.

Örökségül szolgájának, Izraelnek, * mert irgalma örökkévaló.

Ki megalázottságunkban megemlékezett rólunk, * mert irgalma örökkévaló.

Ki megszabadított ellenségeinktől minket, * mert irgalma örökkévaló.

Ki eledelt ad minden testnek, * mert irgalma örökkévaló.

Dicsérjétek az égnek Istenét, * mert irgalma örökkévaló.

136. zsoltár • A száműzöttek éneke

Babilon folyói mellett ültünk és sírtunk: * amikor Sionra gondoltunk.

Hárfáinkat a fűzfákra függesztettük * azon a földön.

Mert akik minket elhurcoltak, * énekszót követeltek tőlünk.

Elnyomóink örömeneket kívántak hallani: * „Énekeljetek Sion dalaiból nekünk!”

Hogyan énekeljünk az Úrról éneket * a számkivetés földjén?

Ha megfeledkezem rólad, Jeruzsálem, * száradjon el a jobbom;

Tapadjon ínyemhez nyelvem, * ha nem emlékezem meg rólad;

Ha minden örömöm közül * nem Jeruzsálemet tartom legtöbbre!

Ne felejtsd el, Uram, Edom fiainak
Jeruzsálem napját!

Amikor így kiáltoztak:
„Romboljátok le, romboljátok le,
hadd pusztuljon el a földig!”

Bábel leánya, te pusztító,
áldott, aki megfizeti neked,
ami gonoszságot velünk tettél!

Áldott, aki megragadja gyermekeidet
és szétzúzza őket a sziklán!

137. zsoltár • Hálaadás Isten nagy tetteiért

(Dávidtól.)

Teljes szívből magasztallak, Uram, téged, * mert meghallgattad ajkam igéit.

Angyalaid színe előtt zengek zsoltárt néked, * leborulok szent templomod felé.

Dicsőítem nevedet jóságod és hűséged miatt, * mert naggyá tetted nevedet és igédet.

Meghallgattál, mikor hívtalak, * erőt öntöttél lelkembe.

Dicsér majd, Uram, a föld minden királya, * amikor meghallják ajkad igéit.

Az Úr útjairól éneket zengenek, * valóban nagy az Úr dicsősége.

Valóban fenséges az Úr, † irgalommal tekint a gyöngére, * de megismeri a kevélyt messziről.

Megőrzöd életem, ha gyötrelmek közt járok is; † kinyújtod kezedet ellenségeim dühével szemben, * és jobbod szabadulást szerez nékem.

Az Úr javamra ítél. † Uram, irgalmad örökre megmarad, * ne hagyd el kezed műveit!

138. zsoltár • Isten mindentudása és jelenléte

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Uram, te megvizsgálsz és ismersz engem: † tudod, ha leülök vagy ha felállok, * messziről is észreveszed szándékom.

Járásom és pihenésem szemmel tartod, * gondod van minden utamra.

Még ajkamra sem jött a szó, * Uram, te máris ismered.

Minden felől körülfogtál engem, Uram, * kezedet rajtam tartod.

Csodálatos ez a tudás nékem, * olyan magas, hogy meg nem érthetem.

Hova meneküljek lelked elől, * hova rejtőzzem színed elől?

Ha az egekbe szállnék: ott is jelen vagy! * Holtak közt vessem ágyam: odalenn vagy!

Ha a hajnal szárnyaira kelnék, * és a tenger szélein ha laknék,

Oda is csak a te karod vezet, * s ott is csak jobbod tart engemet.

Ha azt gondolnám: „Elnyel a sötétség, * és éjszakává lesz körülöttem a világosság”,

Az éj sötétje nem sötét előtted, † s az éjszaka fényes napvilág, * fény és sötét ugyanaz néked.

Uram, te alkottad, egész bensőmet, * anyám méhében te formáltál engem.

Áldalak, amiért csodálatosan alkottál engem, * és amiért csodálatos minden műved.

Lelkem teljesen ismered, * csontjaim nem voltak rejtve előtted,

Mikor megalkottál a rejtek ölében, * amikor formáltál a föld mélyében.

Szemed már látott, mielőtt megszülettem, † s könyvedben minden fel volt írva rólam, * megszabtad napjaimat, mielőtt egy is lett volna belőlük.

Mily drágák szándékaid számomra, Istenem, * mily hatalmas azoknak száma!

Ha megszámlálnám: több a homokszemeknél, * s ha végére érnék, az csak kezdet volna.

Ó, Uram, bárcsak lesújtanál a gonoszokra,
bárcsak távoznának a vérszopók.

Álnok módon beszélnek rólad,
s gondolataidat őrültségnek veszik.

Ne gyűlöljem, Uram, aki téged gyűlöl?
Ne irtózzam azoktól, akik ellened lázadnak?

Igen, égő gyűlölettel fordulok feléjük,
nekem magamnak is elleneim lettek.

Vizsgálj meg, Istenem, ismerd meg szívemet, * tégy próbára engem és ismerd meg minden ösvényem!

Figyelj meg, nem járok-e téves úton, * vezess engem az örökkévalóság útján!

139. zsoltár • Istenem, te vagy menedékem

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Ments meg, Uram, az álnok embertől, * az erőszakos férfitől védj meg engem;

Azoktól, akik szívükben rosszat terveznek, * viszályt támasztanak egész nap.

Nyelvük éles, mint a kígyó nyelve, * viperaméreg van ajkukon.

Őrizz meg, Uram, a bűnös kezétől, * az erőszakos embertől védj meg engem!

Arról tanakodnak, hogy elgáncsolják lépteimet, * tőrt vetnek titkon nekem a kevélyek.

Hálót feszítenek lábam elé, * csapdát állítanak utamba.

Így szólok az Úrhoz: † „Te vagy Istenem nékem, * hallgasd meg könyörgő szavamat!

Uram, Istenem, erős sziklaváram, * megvédesz engem a küzdelem napján.

Ne teljesítsd, Uram, a gonosz vágyát, * ne engedd sikerülni terveit!”

Akik körülvesznek, fejük ne hordják fenn,

ajkuk gonoszsága őket magukat érje!

Hullasson rájuk tüzes esőt,
taszítsa őket szakadékba,
hogy többé ne keljenek föl.

Az álnok nyelvű embernek
nincs maradása a földön,
a baj hamar utoléri az erőszak emberét.

Tudom, hogy az Úr megvédi a gyenge jogát, * és igazságot szolgáltat a szegénynek.

Az igazak áldják majd neved, * a tiszta szívűek színed előtt laknak.

140. zsoltár • Imádság veszély idején

(Dávid zsoltára.)

Uram, hozzád kiáltok, siess oltalmamra, * halld meg szavam, amikor hívlak!

Szálljon föl színedhez imádságom, mint a tömjén füstje, * kitárt kezem legyen előtted esti áldozat!

Tégy, Uram, zárat a számra, * és őrizzed ajkam kapuját!

Ne engedd, hogy szívem rosszra hajoljon, † hogy gonosz terveket szőjek a gonosztevőkkel, * és megízleljem lakomájuk!

Az igaz ember ha ostoroz és megfedd, jót tesz velem. † De a bűnös ne kenje meg olajjal fejemet; * miközben gonoszat tesznek, én imádkozom.

Ha majd bíráik kezébe esnek, * meglátják, mily szelíd volt szavam.

Mint ekevas a földet széjjelvágja, * úgy szóródnak le csontjaik az alvilágba.

De én rád tekintek, Uram, Istenem, * hozzád menekülök, ne engedd elveszni életem!

Ments meg a tőrtől, mit nekem vetettek, * és a gonosztevők csapdáitól!

A gonoszokat fogja meg a saját hálójuk,
én meg megyek tovább a magam útján.

141. zsoltár • Te vagy menedékem

(Tanítóköltemény Dávidtól, amikor a barlangban volt. Ima.)

Hangos szóval az Úrhoz kiáltok, * nagy szóval az Úrhoz könyörgök.

Panaszomat kiöntöm előtte, * nyomorúságomat elébe tárom.

Amikor elcsügged bennem a lélek, * ösvényeimet akkor is ismered.

Az úton, amelyen járok, * tőrt vetettek nekem titokban.

Tekints jobbom felé és lásd meg: * nincs senki, aki törődnék velem.

Számomra nincs már menekvés, * senki sincs, aki vigyázna énrám.

Hozzád kiáltok, Uram,† s azt mondom: „Te vagy oltalmam, * te vagy örökségem az élők földjén!”

Figyelj könyörgő szavamra, * mert nagyon mélyre aláztak engem.

Ments meg azoktól, akik üldöznek, * mivel nagy erővel törnek ellenem.

Börtönömből vezess ki engem, * hogy hálát mondhassak nevednek!

Akkor körém gyűlnek az igazak, * mivel jót tettél velem.

142. zsoltár • Imádság megpróbáltatás idején

(Dávid zsoltára.)

Hallgasd meg imádságomat, Uram,
könyörgésem szavára figyelj, * hallgass meg, mert hű és igaz vagy!

Ne szállj perbe szolgáddal, * hiszen egy élő sem igaz előtted.

Mert ellenség üldöz engem, földre tiporja életem, * sötétségbe taszít, mint régen meghaltat.

Elcsüggedt bennem a lélek, * szívem megdermedt bensőmben.

Visszaemlékezem a régi napokra, † végiggondolom minden tettedet, * átgondolom, amit kezed művelt.

Kitárom feléd kezemet, * mint aszú föld, szomjazik utánad lelkem.

Siess, Uram, hallgass meg, * mert elfárad bennem a lélek!

Ne rejtsd el arcodat előlem, * mert olyan leszek, mint a sírba szállók!

Hadd érezzem irgalmad minden reggel, * hiszen tebenned bízom!

Mutasd meg, melyik úton járjak, * lelkemet hozzád emelem!

Ellenségeimtől ments meg, Uram, * oltalmat nálad keresek.

Taníts meg, miként teljesítsem akaratod, † hiszen te vagy Istenem. * Jó lelked vezéreljen az egyenes úton!

Tarts életben nevedért, Uram, * vezess ki engem a gyötrelemből igaz voltodban!

Irgalmadban semmisítsd meg ellenségemet,
tedd ártalmatlanná,
akik szorongatják a lelkem,
mert, nézd, én a szolgád vagyok.

143. zsoltár • Ének Isten áldásairól

(Dávidtól.)

Áldott legyen az Úr, az én sziklám! † ő tanította kezemet harcra, * ujjaimat viadalra.

Irgalmam, erős váram, menedékem, † szabadítóm és pajzsom, benne remélek, * aki népeket hódoltat előttem.

Uram, mi az ember, hogy gondját viseled, * az ember fia, hogy törődsz vele?

Olyan az ember, mint a fuvallat, * mint az árnyék, úgy fogynak napjai.

Hajlítsd meg egedet, Uram, és szállj le, * érintsd meg a hegyeket, hogy füstöt ontsanak!

Villogtasd villámaidat, szórd a földre, * lődd ki nyilaidat, röpítsd szét őket!

Nyújtsd ki kezed a magasból, † ments ki a hatalmas vizekből, * szabadíts ki az idegenek kezéből!

Mert hazugságot beszél szájuk, * s jobbjuk hamisan esküszik.

Ám én új éneket énekelek neked, Istenem, * tízhúrú hárfán játszom színed előtt.

A királyoknak te adsz győzelmet, * te mented meg szolgádat, Dávidot.

Ments meg engem a végzetes kardtól, * szabadíts meg az idegenek kezéből.

Mert hazugságot beszél szájuk, * s jobbjuk hamisan esküszik.

Mint a fiatal fák, viruljanak fiaink, * ifjúságukban erőtől duzzadók!

Lányaink legyenek ékesek, * mint a palotákhoz faragott oszlopok!

Teljenek meg csűreink gazdagon, * bőven legyen bennük minden gyümölcs!

Sokasodjanak juhaink a mezőkön, * barmaink legyenek kövérek!

Ne dőljenek romba falaink, * és utcáinkat ne töltse be jajszó!

Boldog az a nép, melynek ez az osztályrésze, * boldog az a nép, melynek az Úr az Istene!

144. zsoltár • Isten jóságának dicsérete

(Dicsőítő ének – Dávidtól.)

Dicsérlek téged, Istenem, királyom, * nevedet örökké áldom.

Minden nap áldalak téged * és magasztalom neved örökkön-örökké.

Nagy az Úr és dicséretre méltó, * fönsége meghalad mindent.

Nemzedék nemzedéknek hirdeti művedet, * s elbeszélik fölséges tetteid.

Dicsőséged fényéről szólnak, * s elhírlelik csodás tetteid.

Elmondják félelmes tetteid erejét, * és műveid nagyságát hirdetik.

Emlékezetbe idézik túláradó jóságod, * és ujjonganak igaz voltodon.

Könyörületes az Úr és irgalmas, * hosszan tűrő és kegyelme bőséges.

Jóságos az Úr minden emberhez, * irgalmas minden művéhez.

Dicsérjenek, Uram, minden műveid, * magasztaljanak minden szentjeid!

Országod dicsőségéről szóljanak, * és hirdessék hatalmad!

Beszéljék el az embereknek hatalmas tetteid, * s országod ragyogó fölségét!

Királyságod örökké tartó királyság, * és nemzedékről nemzedékre megmarad uralmad.

Hűséges az Úr minden szavában, * és szent minden művében.

Támogatja az Úr azt, aki elesett, * és fölemel minden görnyedőt.

Mindeneknek szemei benned bíznak, * te adsz nekik ételt alkalmas időben:

Föltárod kezedet, * és eltöltesz javaiddal minden élőt.

Igazságos az Úr minden tettében, * és szent minden művében.

Közel az Úr mindahhoz, aki hozzá kiált, * mindahhoz, aki igaz szívvel hívja.

Teljesíti az istenfélők vágyát, * meghallgatja kérésüket és megmenti őket.

Megőrzi az Úr mindazt, aki őt szereti, * de elvet minden bűnös embert.

Az Úr dicséretét hirdesse ajkam, * minden élő áldja szent nevét örökkön-örökké.

145. zsoltár • Az Úrban bízók boldogsága

(Alleluja!)

Dicsérd, lelkem, az Urat! † Egész életemben az Urat áldom, * amíg élek, Istenemnek zsoltárt zengek.

Ne higgyetek a fejedelmeknek, ne bízzatok emberben, * segítséget nem leltek nála!

Ha kileheli lelkét és porba tér az ember, * akkor megsemmisül minden terve.

Boldog, akinek oltalma Jákob Istene, * s akinek Istenben, az Úrban van reménye.

Ő teremtette az eget s a földet, * a tengert s ami él benne, mindent.

Megőrzi a hűséget mindörökké, † az elnyomottnak jogát megvédi, * az éhezőnek ő ad kenyeret.

Megszabadítja az Úr a foglyokat, * megnyitja az Úr a vakok szemét.

Fölemeli az Úr a görnyedőt, * kedveli az igaz embert.

Megvédi az Úr a jövevényeket, † gyámolít árvát, özvegyet, * ám a gonoszok lépteit tévútra vezeti.

Mindörökké uralkodik az Úr, † a te Istened, Sion, * nemzedékről nemzedékre. Alleluja.

146. zsoltár • A Mindenható himnusza

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Urat, † mert jó a mi Istenünknek zsoltárt zengeni, * mily nagy öröm dicséretet mondani néki!

Jeruzsálemet az Úr felépíti, * és összegyűjti a szétszórt Izraelt.

Meggyógyítja a megtört szíveket, * bekötözi minden sebüket.

Ő szabja meg a csillagok számát, * és mindegyiket nevén szólítja.

Nagy a mi Urunk, erős és hatalmas, * bölcsességének nincsen határa.

Az alázatost az Úr magához emeli, * a gonoszat porig alázza.

Énekeljetek hálát az Úrnak, * Istennek hárfán zsoltárt zengjetek!

Az égre ő borít felleget, * a földre tőle száll eső.

A hegyeken ő sarjaszt gyepet, * füveket az ember javára.

Eleséget oszt az igás állatnak, * és a hozzá kiáltó hollófiaknak.

A lovak erejében nem leli kedvét, * a harcosok izmaiban nincsen öröme.

Az Úr az őt félőkben találja örömét, * akik irgalmába vetik reményük.

147. zsoltár • A Mindenható himnusza

Jeruzsálem, dicsérd az Urat, * magasztald, Sion, Istened!

Megerősítette kapuid zárát, * gyermekeidet megáldja benned.

Határaidat békével áldja, * s a búza javával táplál téged.

Szavát küldi a földre, * Igéje sebesen szökell.

Havat hullat akár a gyapjat, * és zúzmarát hint mint a hamut.

Morzsaként hullatja jegét, * ki állja annak hidegét?

Igéjét küldi és olvadni kezd a jég, * leheletére a vizek folynak.

Kihirdette szavát Jákobnak, * törvényét és igazságát Izrael népének.

Más népekkel nem tett ily dolgokat, * végzéseit nem tárta föl senki másnak.

148. zsoltár • A mindenség az Urat dicséri

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Urat a mennyből, * dicsérjétek a magasságban!

Dicsérjétek mind, ti angyalok, * dicsérjétek, égi seregek!

Dicsérjétek, nap és hold, * dicsérjétek, fénylő csillagok!

Dicsérjétek, egeknek egei, * dicsérjétek minden vizek az ég felett!

Dicsérjék az Úr nevét, * mert ő parancsolt és létrejöttek!

Odaállította őket minden időkre, * törvényt szabott nekik, mely el nem évül.

Dicsérjétek az Urat a földről, * tengeri szörnyek és vizek mélységei!

Tűz és jégeső, hó és ködfelhő,*
dübörgő vihar, mely teljesíti akaratát!

Minden hegyek és halmok, * gyümölcsfák és mind, ti cédrusok,

Vadak és minden állatok, * csúszómászók és mind, ti szárnyasok,

Föld királyai és minden nemzetek, * fejedelmek és a föld minden bírája,

Mind, ti ifjak és leányok, * öregek és gyermekek,

Dicsérjétek az Úr nevét mindnyájan, * mert egyedül az ő neve magasztos!

Fönsége fölülmúlja az eget s a földet, * dicsőségre emelte népe fejét.

Dicséret minden szentjének, * Izrael fiainak, a népnek, amely közel van hozzá.

149. zsoltár • A szentek ujjongása

(Alleluja!)

Új dalt énekeljetek az Úrnak, * a szentek közösségében zengő dicséretet!

Örvendezzék Teremtőjén Izrael népe, * és ünnepeljék királyukat Sion lakói!

Körtánccal dicsérjék nevét, * dobon és hárfán zengjék énekét,

Mert népét az Úr szeretettel áldja, * s a magát megalázót győzelem koronázza.

Ujjongjanak dicsőségükön a szentek, * vigadozzanak nyugvóhelyükön!

Isten magasztalása legyen nyelvükön, * kétélű kard a kezükben,

Hogy megtorolják a nemzetek vétkét * és megfenyítsék a népeket.

Hogy királyokat verjenek bilincsbe, * fejedelmeket vasláncra.

A megszabott ítéletet rajtuk így betöltsék; * ez lesz dicsőségére minden szentjének!

150. zsoltár • Dicsérjétek az Urat!

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Urat szentélyében, * dicsérjétek őt erős várában!

Dicsérjétek hatalmas tetteiért, * dicsérjétek végtelen fölségéért!

Dicsérjétek őt harsonaszóval, * dicsérjétek hárfával és citerával!

Dicsérjétek dobbal és tánccal, * dicsérjétek húrokkal és fuvolák hangjával!

Dicsérjétek őt zengő cimbalommal, * dicsérjétek őt búgó cimbalommal!

Minden lélek az Urat dicsérje! * Alleluja, alleluja!

zsoltárok naponta

A korai keresztény hagyományban igen gyakori volt a zsoltárok folyamatos imádkozása (ami minden bizonnyal a zsidó gyakorlatból ered) a következő felosztás lehetővé teszi, hogy az imádkozó egy hónap alatt jusson végig a százötven zsoltáron.

a hónap 1. napja

1. zsoltár • Az igaz és a hamis út

Boldog ember, aki nem követi a gonoszok tanácsát, † aki nem jár a bűnösök útján, * és nem ül le a csúfot űzők közé;

Aki az Úr törvényében leli örömét, * s parancsairól elmélkedik éjjel és nappal.

Olyan ő, mint a fa a patak partján, * mely idejében megtermi gyümölcsét,

És lombja el nem hervad: * siker koronázza minden tettét.

De nem így járnak a gonoszok, * hanem mint a pelyva, melyet a szél tovasodor.

Nem állnak meg a gonoszok az ítélet idején, * sem a bűnösök az igazak gyűlésén.

Mert ismeri az Úr az igazak útját, * a gonoszok útja pedig pusztulás.

2. zsoltár • A diadalmas Messiás-király

Miért zúgnak a nemzetek, * miért szőnek üres terveket a népek?

Fölkelnek a föld királyai, † a fejedelmek egybegyűlnek * az Úr ellen és Fölkentje ellen:

„Bilincsüket törjük össze, * igájukat rázzuk le magunkról!”

Mosolyog rajtuk, aki a mennyben lakik, * megcsúfolja őket az Isten.

Ám haragjában szól majd hozzájuk, * és megzavarja dühében őket:

„Én kentem föl királyom * szent hegyemen, Sion hegyén.”

Az Úr végzését hirdetem, † ő mondotta nékem: * „Fiam vagy te, ma szültelek téged.

Kérd tőlem és örökségül neked adom a népeket,* birtokod lesz a föld minden határa.

Vasvesszővel kormányzod őket, * és összetöröd őket, mint a cserépedényt.”

Nos, királyok, bölcsek legyetek, * föld bírái, értsetek belőle!

Szolgáljátok az Urat és féljétek, * ujjongjatok előtte reszkető szívvel!

Fogadjátok el intését, † hogy haragjától el ne vesszetek, * ha egyszer haragja lángra lobban.

Boldogok mindazok, * akik oltalmában bízva élnek!

3. zsoltár • Az Úr a védelmezőm

(Dávid zsoltára, amikor menekült fia, Absalom elől.)

Uram, de sokan gyötörnek engem, * sokan fölkelnek ellenem,

Sokan mondják rólam: * „Nincs oltalma Istenben!”

De te, Uram, védő pajzsom vagy, * dicsőségem, aki fölemelted csüggedt fejemet.

Az Úrhoz kiáltottam hangos szóval, * és ő meghallgatott engem szent hegyéről.

Nyugalomra tértem és álomba merültem, * de fölkeltem, mert az Úr fölemelt engem.

Vegyen bár körül ezernyi nép, akkor sem félek. * Kelj fel, Uram, ments meg, Istenem!

Ellenségeimet arcul verted, * a bűnösök fogát összezúztad.

Menedékünk benned van, Uram, * Legyen áldásod népeden!

4. zsoltár • Esti imádság

(A karvezetőnek, húros hangszerre – Dávid zsoltára.)

Hallgass meg, ha hozzád kiáltok, igaz Istenem! * Szorult helyzetemben tágas utat nyitottál nékem.

Könyörülj rajtam * és hallgasd meg imámat!

Meddig marad kemény a szívetek, emberek? * Miért szeretitek a hiúságot, és hazugságot miért kerestek?

Tudjátok meg: az Úr csodát tesz hívével, * meghallgat az Úr, amikor hozzá kiáltok.

Ha indulat fog is el, kerüljétek a vétket, † fontoljátok meg szívetek mélyén, * és fekhelyeteken pihenni térjetek!

Igaz áldozati adományt hozzatok * és az Úrban bízzatok!

Sokan mondják: „Ki részesít még jóban minket?” * Derítsd ránk, Urunk, arcod fényét!

Nagyobb örömet adtál szívembe, * mint akik dúskálnak búzában s borban!

Békében fekszem le és el is alszom, * mert egyedül csak benned találom nyugalmam, Uram.

5. zsoltár • Reggeli ima

(A karvezetőnek, fuvolára – Dávid zsoltára.)

Hallgasd meg, Uram, szavamat, * figyelj könyörgő imámra!

Imádságom jusson eléd, * én királyom, Istenem!

Mert hozzád könyörgök, Uram, † már reggel meghallod szavam, * reggel hozom imám eléd, úgy várlak téged.

Mert nem vagy olyan Isten, hogy kedvelnéd a hamisságot, † a rossz ember nem talál otthonra nálad, * az istentelen meg nem áll színed előtt.

Gyűlölsz minden gonosztevőt, † elveszíted, akinek hazugságot beszél szája, * a véreskezű és álnok ember utálatos az Úr színe előtt.

Én azonban kegyelmed bőségében házadba lépek, † leborulok szent templomod felé, * mert féllek téged.

Te vezess, Uram, ellenségeim miatt igaz voltodban, * tedd járhatóvá előttem utadat!

Mert nincs igaz szó szájukban, * gonoszat forralnak szívükben.

Tátongó sír a torkuk, * hízelgésre hajlik nyelvük.

Büntesd őket érte, Istenem, hadd essenek saját csapdájukba!

Számtalan gonoszságuk miatt taszítsd el őket, mivel ellened szegültek.

De örvendezzenek mindnyájan, akik tebenned bíznak, * ujjongjanak minden időben!

Légy oltalmuk, hogy örvendjenek benned mindazok,* akik szeretik nevedet!

Mert te, Uram, az igazat megáldod, * s pajzsként borítod fölébe jóságod.

6. zsoltár • A megtört szívű ember az Úr irgalmát kéri

(A karvezetőnek, húros hangszerre – Dávid zsoltára.)

Uram, haragodban ne feddj meg engem, * indulatodban meg ne fenyíts!

Könyörülj rajtam, Uram, mert gyenge vagyok, * gyógyíts meg, Uram, mert reszket minden tagom!

A lelkem mélyen megrendült, * meddig késel még, Uram?

Fordulj hozzám, Uram, mentsd meg életem, * szabadíts meg irgalmad miatt!

Mert nem gondol rád senki a holtak között, * a halál országában ki dicsőít téged?

Belefáradtam a sóhajtozásba, † egész éjjel könnyel áztatom ágyamat, * könnyeimmel öntözöm fekvőhelyem.

Elhomályosult szemem a bánattól, * ellenségeim miatt őszülök.

Távozzatok tőlem, mind, akik gonoszat műveltek, * mert meghallgatta az Úr hangos sírásom.

Meghallgatta az Úr kérő szavamat, * elfogadta az Úr imámat.

Szégyenüljön meg minden ellenségem és félelem szállja meg őket, * hátráljanak meg és tüstént borítsa szégyen őket!

7. zsoltár • A megrágalmazott ember imádsága

(Dávid gyászéneke, amelyet az Úrnak énekelt a benjaminita Kus felett.)

Uram, Istenem, tebenned remélek, * szabadíts meg minden üldözőmtől, és ments meg engem;

Nehogy valaki oroszlánként elvegye életem, * szét ne szaggasson, mert nincs, aki megmentsen.

Uram, Istenem, hogyha rosszat tettem, * ha gonoszság tapad kezemhez,

Ha barátommal gonoszul bántam, * ha bántalmaztam azt, aki rám támadt ok nélkül,

Akkor üldözzön és fogjon el ellenségem, † tiporja földre életem, * becsületemet taposssa porba!

Haragodban kelj föl, Uram, * lépj fel ellenségeim dühe ellen!

Ébredj fel, Istenem, * és tarts ítéletet törvényed szerint.

Gyűljön köréd a nemzetek tanácsa, † ülj magas trónra fölöttük: * Ítél az Úr a népek felett.

Az Úr a népek bírája.

Szolgáltass igazságot nékem, Uram, * ártatlanságomért és igaz voltomért.

Vess véget a bűnösök gonoszságának, † erősítsd meg az igaz embert, * szívek és vesék vizsgálója, igaz Isten.

Isten az én védőpajzsom, * ő menti meg a tiszta szívűt.

Igazságos bíró az Isten, * olyan Isten, aki minden nap büntethet.

Ha az ellenség újra élezi kardját, * feszíti íját és céloz,

Maga ellen irányítja a halálos fegyvert * és készíti tüzes nyilait.

Gonoszat forral szívében, * nyomorúságot hordoz, és álnokságot hoz a világra.

Gödröt ásott és mélyre vájta, * de maga esett a verembe, amelyet készített.

Gonoszsága visszahull fejére, * gazsága saját fejére szakad.

De én igaz voltáért áldom az Urat, * zsoltárt zengek a Fölséges nevének.

8. zsoltár • Isten fönsége, az ember méltósága

(A karvezetőnek, Gát szerint – Dávid zsoltára.)

Uram, mi Urunk, széles e világon, * milyen csodálatos a te neved.

Dicsőséged magasztalja az egekig * a gyermekek és a kicsinyek ajka.

Védőbástyát emeltél elleneid ellen, * hogy elhallgattasd az ellenszegülőt és a lázadót.

Vizsgálom az eget, kezed művét, * holdat, csillagot: te alkottad őket.

Mi az ember, hogy megemlékezel róla? * Mi az emberfia, hogy gondot viselsz rája?

Kevéssel tetted őt kisebbé Istennél, * dicsőséggel és nagysággal koronáztad.

Úrrá tetted kezed művei fölött, † lába alá vetettél mindent: * minden juhot, a barmokat, s a mezők vadjait,

az ég madarait, s a tenger halait, * mindent, ami a tenger ösvényén kering.

Uram, mi Urunk, széles e világon, * milyen csodálatos a te neved.

9. zsoltár • Az ítélő Bíró

(A karvezetőnek, oboára és hárfára – Dávid zsoltára.)

Magasztallak, Uram, teljes szívemből, * elbeszélem minden csodádat.

Ujjongok és örvendezem benned, * zsoltárt zengek nevednek, Fölséges.

Mert ellenségeim meghátrálnak és elbuknak, * semmivé lesznek színed előtt.

Vállaltad ügyemet és javamra ítéltél, * trónodra ültél mint igaz bíró.

Megfenyítetted a népeket és semmivé tetted a gonoszt, * és eltörölted nevüket örökre.

Az ellenség megsemmisült, † városai, miket leromboltál, örökre pusztasággá lettek, * még emlékük is elenyészett velük együtt.

De az Úr uralkodik örökké, * ítélkezésre készítette királyi székét.

Igazságban ítéli meg az egész földet, * és méltányosan ítél a népeken.

Az Úr lesz az elnyomottak oltalma, * menedékük a szükség idején.

Benned bíznak, akik nevedet ismerik, * mert nem hagyod el, Uram, aki keres téged.

Énekeljetek az Úrnak, aki a Sionon lakik, * hirdessétek a népek közt tetteit!

Mert számon kéri a vérontást, † a szegényeket nem felejti, * emlékezik kiáltó szavukra.

Könyörülj rajtam, Uram, † lásd, ellenségemtől mennyit szenvedek, * a halál kapujából emelj föl engem,

Hogy Sion városának kapujában dicsőségedet hirdessem, * és ujjongjak megmentő tetteden!

A népek a maguk ásta verembe estek, * titkon kivetett hálójuk megfogta lábukat.

Megmutatta magát az Úr és ítéletet tartott, * saját csapdájába esett a gonosz.

Az alvilágba hullanak a gonoszok, * és minden nemzet, amely feledi Istent.

Mert ő nem feledkezik meg a szegényekről végleg, * a nyomorultak reménye nem vész el örökre.

Emelkedjél fel, Uram, nehogy elbízza magát az ember, * ítéld meg a népeket színed előtt!

Bocsáss rájuk rettegést, Uram, * tudják meg a nemzetek, hogy ők csak emberek!

Uram, miért vagy olyan távol, * miért rejtőzöl el a nyomorúság és szükség idején?

Mikor a kevély gonoszok gyötrik a szegényt, * saját csalárd tervük fogja meg őket.

Bűnös vágyaival dicsekszik a gonosz, * önmagát magasztalja a kapzsi ember.

Elbizakodottságában megveti a bűnös az Urat: * „Nem kéri számon, nincsen Isten!”

Mindig csak erre gondol, * siker kíséri útját minden időben.

Oly magasak ítéleteid, hogy fel se fogja, * ellenfeleit semmibe veszi.

Így szól szívében: „Meg nem rendülök, * nemzedékről nemzedékre baj nélkül élek.”

Csalárdsággal, álnoksággal és átokkal van telve szája, * nyomorúságot és bajt okoz nyelve.

Lesben áll az utak mentén, * és megöli titkon az ártatlant.

Szeme a nyomorultat kémleli, * mint bozótban az oroszlán, leselkedik rejtekhelyén.

Csapdát állít, hogy elfogja a szegényt, * elfogja a szegényt, és tőrbe ejti.

Meglapul, majd rárohan, * és lesújtja a szegényt karjának ereje.

Azt mondja szívében: „Feledékeny az Isten, * elfordítja arcát, soha meg nem látja.”

Emelkedjél fel, Uram, emeld fel karodat, Istenem, * és ne feledkezzél el az elnyomott emberről!

Miért veheti semmibe a gonosz az Istent? * Miért mondja szívében: „Nem kéred számon!”

De te ezt látod, † számon tartasz minden gondot, szenvedést, * és mindezt a kezedben tartod.

Rád hagyatkozik az elhagyott, * az árvának te vagy oltalma.

Törd össze a bűnös és a gonosztevő karját, * büntesd meg vétküket, hogy nyomuk se maradjon!

Király az Úr örökkön-örökké, * a pogányok eltűnnek földjéről.

Meghallgatod a szegények kívánságát, Uram, * megerősíted szívüket, figyelmed feléjük fordul.

Igazságot szolgáltatsz az elnyomottnak és árvának. * Ne keltsen félelmet többé senki a földön!

a hónap 2. napja

10. zsoltár • Az igaz az Úrban bízik

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Az Úrban bízom, miért mondjátok nékem: * „Menekülj a hegyekbe, mint a madár!”?

Mert a bűnösök kifeszítették már íjukat, † a nyílvesszőt a húrra tették, * hogy leterítsék a sötétben a tiszta szívűt.

Ha leomlanak az alapfalak, * mit tehet akkor az igaz ember?

Az Úr szent házában lakik, * az Úr az égben trónol.

Rátekint szeme a szegényre, * pillantása vizsgálja az emberek fiait.

Az Úr megvizsgálja az igazat s a bűnöst egyaránt, * s aki az erőszakot szereti, azt szívből gyűlöli.

A bűnösökre parazsat és tüzes kénkövet hullat, * és pusztító vihar lesz osztályrészük.

Az Úr igazságos és kedveli az igaz tetteket, * csak az igazak látják meg arcát.

11. zsoltár • Az ember hamissága és Isten hűsége

(A karvezetőnek, nyolc húrra – Dávid zsoltára.)

Segíts, Uram, mert az igazak elfogytak, * kiveszett a hűség az emberek közül.

Hazug módon beszélnek egymással, * hamis ajakkal, s kétszínűen szól a szívük.

Némítsa el az Úr az összes hazug ajkat, * minden nyelvet, mely nagy szótól hangos.

Azokét, akik azt mondják: † „Nyelvünk tesz naggyá bennünket * ajkunk a fegyverünk, ki lehet úrrá felettünk?”

De így szól az Úr: † „Fölkelek most már a gyengék nyomora és a szegények sóhaja miatt, * szabadulást viszek a megvetett embernek.”

Az Úr beszéde egyenes beszéd, * tűzben kipróbált ezüst, salaktalan, hétszer tisztított.

Uram, te megvédesz bennünket, * e nemzedéktől örökre megőrzöl.

Mert körülöttünk a gonoszok szabadon járnak-kelnek, * s az emberek között terjed az aljasság.

12. zsoltár • Az Úrban bízó igaz panasza

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Meddig feledkezel el rólam, Uram? * Meddig fordítod el arcodat tőlem?

Meddig emészti lelkem a fájdalom, † meddig bánkódom naphosszat szívemben? * Meddig győzedelmeskedik rajtam az ellenség?

Tekints rám és hallgass meg, Uram, Istenem! * Tartsd meg szemem fényét, nehogy halálos álomba merüljek!

Ne mondhassa ellenségem: „Győztem ellene!” * Ne ujjonghassanak üldözőim, hogyha elesem!

Mert irgalmasságodban bíztam, † segítségeden ujjong a szívem, * az Úrnak énekelek, mert jót tett velem.

13. zsoltár • Az istentelenek oktalansága

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Így szól szívében az oktalan: „Nincsen Isten.” † Megromlottak és utálatos dolgokat művelnek, * senki sincs, aki jót tenne.

Az Úr letekint az emberekre a mennyből, * hogy lássa: van-e köztük értelmes, aki Istent keresi.

Elpártoltak tőle és megromlottak mindnyájan, * nincs, aki jót tenne, nincsen senki sem.

Nem térnek észre, akik gonoszat tesznek? * Emésztik népemet, ahogy a kenyeret eszik.

Nem hívják segítségül az Urat; † akkor majd rettegés tölti el őket, * mert Isten az igaz nemzedék pártját fogja.

Ti megzavarnátok a védtelen ember szándékát, * ám az Úr az ő reménye.

Ki ad Sionból üdvösséget Izraelnek? † Ha majd Isten jóra fordítja népe sorsát, * ujjong Jákob és örvend Izrael.

14. zsoltár • Isten házában

(Dávid zsoltára.)

Uram, ki lehet sátradnak lakója, * ki nyugodhat a te szent hegyeden?

Aki szeplőtelenül járja útját és helyesen cselekszik, * aki igazat gondol szívében,

Akinek nyelve nem szól álnokságot, † embertársának nem tesz rosszat, * és nem illeti társát gyalázó szavakkal,

Aki a gonoszt hitványnak ítéli, * de tiszteli az istenfélőt,

Aki esküjét meg nem tagadja, * még akkor sem, ha kárát vallja,

Aki uzsorára nem adja pénzét, * és nem fogad el ajándékot az ártatlan ellen;

Aki ezeket cselekszi, * az soha meg nem inog.

15. zsoltár • Az Úr az örökségem

(Miktam – Dávid zsoltára.)

Oltalmazz engem, Istenem, * mert én benned bízom.

Így szólok az Úrhoz: „Uram vagy nékem, * nincs más javam rajtad kívül!”

A szentekhez, kik a földön élnek, * s az igazakhoz vonzódom egész szívemmel.

Sok lesz a fájdalmuk azoknak, * akik más istent követnek.

Véres áldozataikban nincsen részem, * még csak nevüket sem veszem ajkamra.

Az Úr az én kelyhem és osztályrészem, * sorsom kezedben tartod.

Gazdag földre esett mérőláncom, * valóban értékes az örökrészem.

Áldom az Urat, mert értelmet adott nékem, * még éjszaka is erre int szívem.

Az Úr mindenkor szemem előtt, * nem ingok meg, mert ő áll jobbomon.

Ezért örvend a szívem és ujjong a lelkem, * sőt testem is reménybe nyugszik el.

Mert nem hagyod lelkem a holtak honában, * és nem engeded, hogy szented pusztulást lásson.

Az élet útját mutatod meg nékem, † az öröm teljességét színed előtt, * és a gyönyörűséget jobbodon, mely örökké megmarad.

16. zsoltár • A tiszta szívű ember könyörgése

(Ima Dávidtól.)

Hallgasd meg, Uram, igaz ügyemet, * figyelj könyörgő szavamra!

Imádságom fogadd füledbe, * mert ajkamon nincsen hamisság.

Ítéletemet arcodtól várom, * mivel látja az igazat szemed.

Ha szívemet megvizsgálod és éjjelente kifürkészed, † s ha kipróbálsz is tűzben engem, * álnokságot nem találsz bennem.

Nem vétkeztem szavamban, mint emberek szoktak, * megtartottam ajkad igéit.

Parancsaid útján szilárdan járok, * ösvényeiden lábam meg nem inog.

Hozzád kiáltok, mert meghallgatsz, Uram, * hajtsd füled hozzám, hallgasd meg szavam!

Csodálatos irgalmadat mutasd meg nékem, * mert megmented mindazt, aki jobbodhoz menekül.

Oltalmazz, mint szemed fényét, † szárnyad árnyékába rejts el engem * a gonoszok elől, kik erőszakkal törnek ellenem!

Ellenségeim körülrajzanak engem, † elzárták konok szívüket, * szájukból kevély szó árad.

Sarkamban vannak, már körül is fognak, * rám szegezik szemüket, hogy földre verjenek.

Olyanok, mint a zsákmányra éhes oroszlán, * mint a rejtekben lapuló fiatal oroszlán.

Kelj föl, Uram, szállj szembe vele, terítsd a földre! * Ments meg kardoddal a bűnöstől engem!

Szabadíts meg ezektől az emberektől karoddal, Uram, * akik ettől az élettől várnak mindent.

Töltsd el testüket azzal, amit nekik szántál, † lakjanak jól ők és fiaik, * és hagyják gyermekeikre, ami megmaradt.

De én igaz voltomban látlak meg, Uram, téged, * mikor fölébredek, színed látása tölt el engem.

a hónap 3. napja

17. zsoltár • Hálaadás a szabadulásért és a győzelemért

(A karvezetőnek – Dávidnak, az Úr szolgájának zsoltára. Ennek az éneknek szavait az Úrnak énekelte, miután az Úr kimentette ellenségeinek és Saulnak a kezéből.
Így szólt:)

Szeretlek, Uram, erős váram, * az Úr az én erősségem és megmentő kőszálam.

Istenem, segítségem, őbenne remélek, * védelmezőm, üdvösségem és biztos oltalmam.

Dicsőséges az Úr, hozzá kiáltok, * és megszabadulok az ellenség kezéből.

Körülvett engem a halál örvénye, * megrémít a pusztító uradat.

Az alvilág kötelei körém fonódtak, * rabul ejtett a halál hálója.

Gyötrelmemben segítségül hívtam az Urat, * Istenemhez emeltem szavamat.

Templomában meghallotta kiáltó hangomat, * a színe előtt elmondott panaszom füléig hatolt.

Megindult és megrendült a föld, † remegett a hegyek alapja, * megingott, mert föllobbant haragja.

Füstölgő felhő volt orrának lehelete, † emésztő tűz szállt föl szájából, * izzó parázs áradt belőle.

Meghajlította az eget és leszállt, * sötét felhőn nyugodott lába.

Kerub hordozta, úgy szállt tova, * suhant a szelek szárnyán.

Sötétségbe rejtőzött, sátorként vonta maga köré, * sötétlő víz takarta be és sűrű felhő.

Fellegek törtek elő arcának fényétől, * jégeső és tüzes villám.

Mennydörgött az égből az Úr, † megzengette hangját a Fölséges: * jégeső zuhogott és tüzes villám.

Kilőtte nyilait és ellenségeit messze űzte, * sújtó villámaival szétszórta őket.

Előtűnt a tenger mélye, * feltárult a földnek alapja,

Feddő szavadtól, Uram, * tomboló haragod hevétől.

Kinyújtotta kezét a magasból és megfogott engem, * kiemelt az áradó vizekből,

Kiragadott hatalmas ellenségeim köréből, † azok közül, akik gyűlölnek engem, * akik erősebbek, mint amilyen én vagyok.

Rám támadtak a gyötrelem napján, * de az Úr lett támaszom;

Kivezetett a tágas mezőre, * megszabadított, mert kedvét lelte bennem.

Az Úr megjutalmaz igaz voltomért, * kezem tisztasága szerint megfizet nekem.

Mert nem hagytam el az Úrnak útjait, * és Istenemhez nem lettem hűtlen.

Mert szemem előtt volt minden törvénye,* és parancsaitól el nem tértem;

Feddhetetlen voltam előtte, * és távol tartottam magam a bűntől.

Az Úr megjutalmaz igaz voltomért, * mert kezem tiszta színe előtt.

A hűségeshez hűséges maradsz, * az igaz emberhez igaz leszel,

Tisztán bánsz a tisztával, * ám a gonosznak rosszal fizetsz.

A megalázott népet szabaddá teszed, * de a gőgös tekintetet porba alázod.

Te gyújtasz világosságot nekem, Uram, * sötétségemet, Istenem, fényre deríted.

Ha velem vagy, rárontok az ellenség hadára, * ha Isten segít, a falon is átugrom.

Dicsőség az Atyának és Fiúnak * és Szentlélek Istennek.

Miképpen kezdetben, most és mindenkor * és mindörökkön-örökké. Ámen.

Az Isten útja szeplőtelen, † az Úr szava tűzben próbált szó; * oltalmat ád a benne bízóknak.

Van-e Isten az Úron kívül? * Van-e más menedék, mint a mi Istenünk?

Isten övezett föl engem erővel, * feddhetetlenné ő tette utamat.

Olyanná tette lábamat, mint a szarvasét, * magaslatra állított engem.

Ő tanította kezemet harcra, * karom ércíjat feszít.

Oltalmad pajzsát nyújtottad nekem, * jobbod emelt föl és jóságod nevelt engem.

Biztossá tetted járásom, * lépteim meg nem inognak.

Üldöztem ellenségeimet és utolértem őket, * vissza sem fordultam, amíg el nem vesztek.

Összetörtem őket, nem tudnak felkelni, * odahullottak lábam elé.

Felöveztél erővel a harcra, * elbuktattad, akik ellenem törtek.

Ellenségeimet megfutamítottad, szétszórtad gyűlölőimet, † kiáltottak, de nem volt számukra menedék, * hívták az Urat, de szavukat meg nem hallgatta.

Mint szél a port, szétszórtam őket, * tapostam őket, mint az utca sarát.

Kimentettél engem a lázongó tömegből, * nemzetek fejévé rendeltél.

Olyan nép is, akit nem ismertem, szolgál nékem, * engedelmeskednek, mihelyt meghallják szavam.

Idegenek fiai keresték kedvemet, † az idegeneknek elszállt az erejük, * és reszkettek rejtekhelyükön.

Éljen az Úr, segítőm legyen áldott, * dicséret áldja üdvöm Istenét!

Isten, aki elégtételt adtál nekem, † és népeket vetettél hatalmam alá, * haragvó ellenségeimtől te teszel szabaddá.

Az ellenem lázadók közül kimentesz engem, * és kiragadsz az álnok ember kezéből.

Ezért magasztallak, Uram, a nemzetek között, * és zsoltárt éneklek nevednek,

Aki nagy győzelmet adtál királyodnak, † irgalmas vagy fölkented iránt, * Dávid és utódai iránt örök időkre.

18. zsoltár • A teremtő Isten nagysága

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Az ég hirdeti Isten nagyságát, * a mennybolt zengi keze műveit.

Ezt harsogja nappal a nappalnak, * erre tanítja éj az éjszakát.

Nem szóval, nem beszéddel, * hangjuk sem hallható.

Mégis végigszárnyal szavuk a földön, * elhat szózatuk a világ végéig.

A nap is ott vert sátrat, * mint vőlegény jön ki házából.

Ujjong akár a bajnok, * pályáját úgy futja végig.

Fölkel az ég egyik szélén, † s körüljár a másik széléig, * melegétől semmi el nem bújhat.

Az Úr törvénye tökéletes, a lelket újjászüli, * az Úr tanúsága megbízható, az oktalant bölccsé teszi.

Az Úr parancsai egyenesek, a szívet örömmel töltik el, * az Úr rendelkezése tiszta, fényt gyújt a szemnek.

Az Úr félelme szent és örökké megmarad, * az Úr ítéletei igazak és mind jogosak.

Értékesebbek az aranynál, a színtiszta aranynál, * édesebbek a méznél, a csorgatott méznél.

Szolgád is ügyel rájuk, * ha megtartja őket, jutalma bőséges.

De tévedését ki veszi észre? * Azoktól tisztíts meg engem, amikről nem is tudok én!

A kevélységtől is tartsd vissza szolgád, * hogy erőt rajtam ne vegyen!

Akkor tiszta leszek minden bűntől, * és mentes maradok a súlyos vétektől.

Kedves legyen előtted ajkam beszéde, szívem szándéka, * Uram, Megváltóm és menedékem!

19. zsoltár • Imádság a király győzelméért

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Az Úr hallgasson meg szorongatásod napján, * Jákob Istenének neve legyen oltalmad!

Küldjön segítséget a szentélyből, * oltalmazzon téged Sionból!

Emlékezzék mindarra, amit neki áldoztál, * égőáldozatod legyen kedves előtte!

Adja meg, amit szíved kíván, * teljesítse minden szándékod!

Akkor ujjongunk majd győzelmednek, † magasba emeljük a zászlót Istenünk nevében; * teljesítse az Úr minden kérésed!

Tudom, hogy az Úr győzelmet ad fölkentjének, † meghallgatja szent egéből, * s győzelmes jobbjának erejével segíti.

Némelyek a harci szekerekben, mások a lovakban bíznak, * mi azonban Urunk, Istenünk nevét hívjuk segítségül.

Ők lezuhantak és a földre estek, * mi azonban szilárdan állunk.

Uram, vezesd győzelemre a királyt, * hallgass meg minket, amely napon hozzád kiáltunk!

20. zsoltár • Hálaének a király győzelméért

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Urunk, hatalmadnak örvend a király, * és segítséged miatt ujjongva ujjong.

Betöltötted szíve vágyát, * nem tagadtad meg tőle ajkának kérését.

Gazdag áldásoddal siettél eléje, * fejére színarany koronát helyeztél.

Életet kért tőled és megadtad néki, * napok hosszú sorát örökkön-örökké.

Nagy lett dicsősége oltalmad alatt, * méltósággal és fönséggel övezted.

Áldássá teszed őt minden időkre, * örömmel töltöd el színed előtt.

Mert a király bízik az Úrban, * nem hagyja meginogni a Fölséges irgalma.

Emeld fél a kezed elleneid ellen, s akik gyűlölnek, azokra sújtson le jobbod!

Égjenek, mint a kemence tüzében azon a napon, amelyen arcod megjelenik!

Semmisítse meg őket az Úr haragjában, eméssze meg őket a tűz!

Töröld el nemzetségüket a földről, s ivadékukat az emberek fiai közül!

Bár rosszat forralnak és cselt szőnek ellened, győzni sohasem fognak.

Hiszen te mind megfutamítod őket, s nyilaikat arcukba vezényled.

Emelkedjél fel, Urunk, hatalmas erőddel, * mi pedig éneklünk és nagy tetteidről zsoltárt zengünk.

21. zsoltár • Az igaz szenvedése és reménye

(A karvezetőnek a „Szarvasünő reggel…” dallamára – Dávid zsoltára.)

Istenem, Istenem, miért hagytál el engem? * Miért maradsz távol könyörgésemtől, panaszos szavamtól?

Szólítalak nappal, Istenem, de nem hallod, * szólítalak éjjel, de meg nem nyughatom.

Pedig te vagy szent egyedül, aki a trónon ülsz, * Izrael téged magasztal.

Benned bíztak atyáink, * s te megszabadítottad őket, mert benned reméltek.

Hozzád kiáltottak és megmentetted őket, * nem vallottak szégyent, mert benned bíztak.

De én féreg vagyok és nem ember, * gyaláznak az emberek, s a népek megvetnek.

Mindaz, aki lát, gúnyt űz belőlem, * elhúzza száját, fejét csóválja.

„Segítse meg az Úr, hisz benne bízott, * szabadítsa meg, ha kedves előtte!”

Anyám méhétől te vezettél engem, * te voltál biztonságom anyám ölében.

Rád hagyatkoztam születésem óta, * anyám méhétől te vagy Istenem.

Nyomorúságomban ne légy tőlem távol, * légy közel, mert senki sem segít rajtam!

Hatalmas bivalyok vesznek körül, * körülfognak engem Básán bikái.

Szájukat kitátják ellenem, * mint ordító, ádáz oroszlán.

Olyan vagyok, mint a szétömlő víz, † megtörték minden csontomat, * szívem megolvadt bennem, mint a viasz.

Torkom kiszáradt, mint a cserép, † nyelvem ínyemhez tapadt, * a halál porába sújtottál engem.

Kutyák, falkája ólálkodik köröttem, * gonosztevők csapata vesz körül engem.

Átlyuggatták kezemet és lábamat, † megszámlálhatom minden csontomat, * ők pedig bámulva néznek engem.

Elosztják ruhámat maguk között, * és köntösömre sorsot vetnek.

Ne maradj távol, Uram! * Te vagy erősségem, siess, ments meg engem!

Mentsd meg a kardtól lelkemet, * a kutyák karmaiból ragadd ki életem!

Szabadíts ki az oroszlán torkából, * védj meg engem, szegényt, a bölények szarvától!

Testvéreim között hirdetem neved, * a közösségben dicsérlek téged.

Ti, akik félitek az Urat, dicsérjétek, † magasztaljátok, Jákob fiai, * félje őt Izrael minden sarja!

Mert nem veti meg és nem utálja a szegény nyomorúságát, † nem rejti el előle arcát, * meghallgatja, mikor hozzá kiált.

A közösségben téged dicsérlek, * teljesítem fogadalmam azok előtt, kik félnek téged.

Egyenek a szegények és lakjanak jól, † dicsőítsék az Urat, akik őt keresik, * szívük élni fog örökké.

A föld minden határa emlékezik erre és megtér az Úrhoz, * leborul előtte a népek minden törzse.

Mert az Úré a királyság, * ő uralkodik a nemzetek fölött.

Egyedül előtte borulnak le a föld hatalmas urai, * előtte hajolnak meg mind, akik a porba térnek.

Lelkem csak neki él, * nemzetségem neki szolgál.

Az Úrról beszélnek az eljövendő nemzedéknek, † üdvözítő tetteit hirdetik a születendő népnek: * „Ezek az Úrnak művei!”

a hónap 4. napja

22. zsoltár • A jó Pásztor

(Dávid zsoltára.)

Az Úr nékem pásztorom, * semmiben nincs hiányom.

Tápláló mezőre terel és csendes vizekhez, * s felüdíti fáradt lelkem.

Igaz úton vezet engem * szent nevéhez híven.

Járjak bár a halál árnyékában, * ott sem félek semmitől, hisz te vagy velem.

Uram, a te pásztorbotod * megvéd és biztonságot ad nékem ott.

Asztalt terítesz nékem * azok előtt, kik ellenem törnek.

Megkened olajjal homlokom, * színültig töltöd serlegem.

Jóságod és kegyelmed elkísér engem * életem minden napján.

Az Úr házában lakhatom * hosszú-hosszú időkön át.

23. zsoltár • Az Úr bevonul a templomba

(Dávid zsoltára.)

Az Úré a föld minden teljessége, * lakóival a földnek kereksége.

Az Úr adott neki a tengereken szilárd alapot, * ő erősítette meg a vizek fölött.

Ki fog fölhágni az Úr hegyére, * ki állhat meg az ő szent helyén?

Az ártatlan kezű, a tiszta szívű, * aki nem sóvárog hiábavalóság után és hamisan nem esküszik;

Az nyer áldást az Úr kezéből, * igazságot szabadító Istenétől.

Ez az őt keresők nemzedéke, * akik Jákob Istenének arcát keresik.

Emeljétek föl fejeteket, ajtók, † táruljatok föl, ősi kapuk, * s bevonul a dicsőség Királya.

Kicsoda ő, a dicsőség Királya? * ő az Úr, erős és hatalmas, a harcokban diadalmas.

Emeljétek föl fejeteket, ajtók, † táruljatok föl, ősi kapuk, * s bevonul a dicsőség Királya.

Kicsoda ő, a dicsőség Királya? * A seregek Ura, ő a dicsőség Királya!

24. zsoltár • Könyörgés bűnbocsánatért és szabadulásért

(Dávid zsoltára.)

Hozzád emelem a lelkemet, Uram, * Istenem, benned bízom, ne engedd, hogy szégyent valljak!

Ellenségem ne arasson diadalt fölöttem, * mert aki benned bízik, meg nem szégyenül.

Azok valljanak szégyent, * akik könnyelműen megszegik hűséged!

Útjaidat, Uram, mutasd meg nékem, * ösvényeidre taníts engem!

Igazságod szerint taníts és vezess engem, * te vagy üdvözítő Istenem, mindig csak benned bízom.

Irgalmasságodat ne feledd, Uram, * és kegyelmedet, mely öröktől való!

Ne emlékezz ifjúságom bűneire és vétkeimre, † irgalmadban gondolj reám, * mert nagy a te jóságod, Uram!

Irgalmas az Úr és jóságos: * a bűnösöket jó útra téríti.

Az engedelmeseket igazsága szerint vezeti, * az alázatosakat útjára tanítja.

Kegyelem és hűség az Úr minden útja * azoknak, kik szövetségét és törvényét megtartják.

Nevedért, Uram, bocsáss meg nekem; * vétkeim fölötte nagyok.

Ki az az ember, aki féli az Urat? * Megtanítja, milyen útra térjen.

Jólétben él majd mindig, * gyermekei pedig örökségül kapják a földet.

Az Úr barátai, akik őt félik, * szövetségét feltárja nékik.

Szüntelen az Úrra tekint szemem, * ő szabadítja ki a hálóból lábamat.

Tekints rám és könyörülj rajtam, * mert magamra maradtam és szegény vagyok.

Enyhítsd szívem gyötrelmét, * szorongatásomból ments ki engem!

Lásd meg, mily elesett és megtört vagyok, * s bocsásd meg minden bűnömet!

Nézd, ellenségeimnek nagy a száma, * kegyetlen gyűlölettel gyűlölnek engem.

Védd meg az életem és szabadíts meg, † ne hagyd, hogy szégyent valljak, * hiszen tebenned remélek.

Ártatlanság és tiszta szándék legyen támaszom, * mert, Uram, benned bízom.

Szabadítsd meg, Urunk, Istenünk, * minden nyomorúságából Izrael népét!

25. zsoltár • Az ártatlan ember bizalma és könyörgése

(Dávid zsoltára.)

Uram, szolgáltass nekem igazságot, † mert feddhetetlenül éltem, * az Úrban bíztam, s meg nem inogtam.

Tégy próbára, Uram, és vizsgálj meg engem, * kutasd ki szívem rejtekét!

Mert jóságodat szemem előtt tartom, * igazságod szerint élek.

Nem ülök a gonoszok közé, * az álnok emberekkel nem járok együtt.

Gyűlölöm a gonosztevők gyűlését, * nem érintkezem a bűnösökkel.

Ártatlanságban mosom meg kezemet, * és körüljárom oltárod, Uram,

Hogy dicséretedet hangosan hirdessem, * elmondjam minden csodás tettedet.

Szeretem, Uram, házad szentélyét, * a sátrat, ahol jelen van dicsőséged.

Ne veszítsd el a bűnösökkel lelkem, * a véreskezű emberekkel ne oltsd ki életem!

Kezükön gonosztett szárad, * s a megvesztegetés díjával telve jobbjuk.

Én azonban ártatlanságban járom utamat, * válts meg és könyörülj rajtam!

Egyenes úton jár lábam, * a közösségben dicsőítelek, Uram, téged.

26. zsoltár • Az Úr az én fényességem

(Dávid zsoltára.)

Az Úr fényességem, üdvösségem: kitől félnék? * Az Úr életem oltalma: kitől remegnék?

Ha vesztemre törnek a gonoszok, hogy gyötörjék testemet, * szorongatóim és ellenségeim meginognak és földre hullanak.

Ha egész tábor áll is szemben velem, * nem fél akkor sem szívem;

Ha harcra kelnek is ellenem, * én akkor is remélek.

Egyért könyörgök az Úrhoz, csak egyet kérek: * hogy lakhassam az Úr hajlékában, amíg csak élek;

Hogy élvezhessem az Úrnak jóságát, * és láthassam ékes templomát.

Mert sátorába rejt el engem a csapások napján, * megvéd hajlékában és sziklára állít engem.

Ezért magasra emelem fejem * ellenségeim fölé, kik körülvesznek.

Ujjongva mutatom be áldozatomat az Úrnak sátrában, * zsoltározok és éneket zengek.

Halld meg, Uram, kiáltó hangom, * könyörülj rajtam, halld meg szavam!

Szívem a szavadra gondol: † „Keressétek az én arcomat!” * Uram, én arcodat keresem!

Ne rejtsd el előlem arcod, * haragodban ne vesd el szolgádat!

Ne taszíts el, hisz te vagy oltalmam, * Istenem, megmentőm, el ne hagyj engem!

Elhagyna bár apám, anyám, * az Úr magához fogad engem.

Uram, mutasd meg utadat nékem, * ellenségeim miatt vezess sima ösvényen!

Ne szolgáltass ki ellenségeim kezébe, † mert hamis tanúk lépnek föl ellenem, * és olyanok, akik bosszút lihegnek.

Hiszem, hogy meglátom az Úr jóságát * az élők országában.

Hagyatkozz az Úrra és erős légy, * szíved legyen szilárd és bízzál az Úrban!

27. zsoltár • Uram, hozzád kiáltok

(Dávid zsoltára.)

Uram, hozzád kiáltok, * Istenem, ne hagyj magamra szótlanul!

Mert ha némán elfordulsz tőlem, * olyan leszek, mint akik a sírba szálltak.

Hallgasd meg könyörgő szavamat, amikor hozzád kiáltok, * szent templomod felé emelem kezem!

Ne sorolj a bűnösök közé, * sem azok közé, akik gonoszat tesznek,

Akik embertársukkal békésen beszélnek, * szívükben azonban gonoszat forralnak!

Bánj velük, Uram, ahogy megérdemlik, tetteiknek gonoszsága szerint!

Torold meg kezük művét, tettüket fizesd vissza nekik!

Nem törődnek az Úr törvényével és kezének műveivel, ezért rontsa le őket és ne építse újra!

Áldott legyen az Úr, † mert meghallgatta kérő szavamat, * erőm az Úr és védőpajzsom.

Benne bízott szívem és ő megsegített, † ezért ujjong a szívem, * énekszóval adok hálát néki.

Az Úr népének erős vára, * Fölkentjének megmentő oltalma.

Szabadítsd meg, Uram, néped, † áldd meg a te örökrészed, * légy pásztora és vezesd örökkön-örökké.

a hónap 5. napja

28. zsoltár • Az Úr szavának dicsősége

(Dávid zsoltára.)

Adjátok meg az Úrnak, Isten fiai, * adjátok meg az Úrnak a dicsőséget és a hatalmat!

Magasztaljátok az Úr dicső nevét, * imádjátok az Urat szent ünnepi díszben!

Az Úr szava a vizek fölött, † a fölséges Isten mennydörög, * az Úr a hatalmas vizek fölött.

Az Úr szava telve erővel, * az Úr szava telve fönséggel.

Az Úr szava cédrustörzseket tördel, * az Úr Libanon cédrusait összetöri.

Az Úr előtt táncol a Libanon * és a Hermon, mint fiatal bölény.

Az Úr szava tüzes villámot szór, † az Úr szava a pusztát megrázza, * megrengeti az Úr Kádes pusztáját.

Az Úr szava megriasztja a szarvasokat, † letarolja a rengeteg erdőt. * Templomában mindenki fönségét dicséri.

Az Úr uralkodik a vizek fölött, * az Úr királyi trónon ül örökkön-örökké.

Az Úr erőt ad népének, * az Úr békével áldja meg népét.

29. zsoltár • Hála a megmenekülésért

Magasztallak, mert megszabadítottál engem, Uram, * nem hagytad, hogy ellenségem örüljön bajomon.

Kiáltottam hozzád, Istenem, * és te meggyógyítottál engem, Uram.

Kivezetted a halál országából lelkemet, Uram, * életben tartottál, nehogy sírba szálljak.

Zsoltárt zengjetek az Úrnak, összes szentjei, * magasztaljátok együtt szent nevét!

Mivel haragja csak egy pillanat, * de egész életen át megmarad jósága.

Ha sírás látogat este, * reggelre itt az ujjongás.

Így szóltam, amikor elbíztam magam: * Nem rendülök meg soha többé!”

Uram, te jó voltál hozzám, * szilárd hegyre helyeztél engem.

De elfordítottad arcodat tőlem, * és lelkem megrendült.

Tehozzád kiáltok, Uram, * Istenem, irgalmadért könyörög szavam:

„Mi hasznod lenne véremből, * hogyha sírba szállnék?

Dicsér-e téged, aki porrá lett, * hirdeti-e igaz voltodat?

Hallgass meg, Uram, légy irgalmas hozzám, * segítségem te légy, Uram!”

Örömre fordítottad sírásomat, † leoldottad vezeklő ruhámat, * és vígsággal öveztél körül.

Ezért neked énekel szívem szünet nélkül, * örökké magasztallak, Uram, Istenem.

30. zsoltár • Az üldözött ember bizakodó imádsága

Te vagy, Uram, én reményem, ne hagyj soha szégyent érnem, * szabadíts meg igaz voltodban!

Fordítsd felém füledet, * siess, ments meg engem!

Te légy oltalmazó sziklám, * szabadító, erős házam!

Hiszen te vagy erősségem és sziklavára, * neved miatt vezess és irányíts engem!

Kiszabadítasz a hálóból, amit titkon nekem vetettek, * mivel te vagy megmentőm.

Kezedbe ajánlom lelkem, * megváltottál, Uram, hűséges Istenem.

Te gyűlölöd azokat, akik hiábavaló bálványokat tisztelnek, * de én az Úrban remélek.

Irgalmadnak ujjongok és örvendek, * mert tekintetre méltattad kicsiny voltomat.

Ismered lelkem szorongattatását, † nem adtál ellenségem kezébe, * lábamnak tágas teret adtál.

Könyörülj rajtam, Uram, mert gyötrődöm, † elhomályosult szemem a bánattól, * összetört a testem-lelkem.

Mert fájdalomban múlik életem, * sóhajtozásban fogynak el éveim.

Nyomorúság törte meg erőmet, * elsorvadt minden csontom.

Ellenségeim gúnyt űznek belőlem, † szomszédaim csúfolnak, ismerőseim félnek tőlem, * akik meglátnak az utcán, elfutnak előlem.

Szívükben elfelednek, mintha halott lennék, * olyan lettem, mint az összetört edény.

Hallom sokak suttogását, körülöttem csupa rettegés, * mert összeszövetkeztek ellenem, ki akarják oltani életem.

De én benned bízom, Uram, † azt mondom: Te vagy Istenem, * sorsom kezedben tartod.

Ments meg ellenségeim kezéből, * és azoktól, akik üldöznek engem!

Ragyogtasd fel arcod szolgád fölött, * irgalmadban ments meg engem!

Uram, ne hagyd, hogy szégyent valljak, hiszen téged hívlak!

A gonoszok valljanak szégyent, némuljanak el és szálljanak sírba!

Némuljanak el a hazug ajkak, amelyek az igaz ellen szólnak, rátarti gőggel és megvetéssel!

Mily nagy a te jóságod, Uram, * melyet azoknak őrzöl, akik félnek téged!

Ebben részesíted azokat, akik benned remélnek, * minden ember szeme láttára.

Arcod oltalmába rejted őket * az emberek dühe elől.

Megvéded őket sátradban * az átkot szóró nyelvektől.

Áldott legyen az Úr, aki megmutatta csodálatos irgalmát * az ostromlott városban.

Félelmemben így szóltam: * Elvetettél színed elől!”

De te meghallgattad könyörgő szavamat, * amikor segítségül hívtalak téged.

Szeressétek az Urat, összes szentjei, † megőrzi az Úr azokat, akik hűek hozzá, * de a gőgösöknek bőven megfizet.

Legyetek erősek és bátor szívűek, * mindnyájan, akik az Úrban reméltek!

31. zsoltár • Boldog, aki bűnbocsánatot nyert

Boldog, akinek megbocsátotta vétkét * és eltörölte bűnét az Isten.

Boldog ember, akinek gonoszságát fel nem rója, * és akinek lelkében nincsen álnokság.

Amíg erről hallgattam, elmerevedtek csontjaim, * sóhajtozásomnak nem volt vége.

Mert rám nehezedett kezed éjjel és nappal, * életerőm ellankadt, mint a föld a nyári hőségben.

Megvallottam akkor neked vétkemet, * nem rejtegettem tovább bűnömet.

Így szóltam: „Megvallom gonoszságomat az Úrnak!” * És te megbocsátottad, amit ellened vétettem.

Ezért hozzád fohászkodik minden igaz * a csapások idején.

Hiába tör rá a vizek árja, * hullámai őt el nem érik.

Te vagy oltalmam, megóvsz minden bajtól, * a szabadulás örömével veszel körül engem.

„Bölcsességet adok neked, † és megtanítalak az útra, amelyen járnod kell, * szemem rajtad nyugszik.

Ne legyetek olyanok, mint a ló vagy az öszvér, * mert azokban nincsen értelem,

Kantárral és gyeplővel kell megfékezni őket, * különben nem követik szavadat.”

Sok szenvedés éri a bűnöst, † de aki az Úrban bízik, * azt ő irgalommal veszi körül.

Vigadjatok és ujjongjatok az Úrban, igazak, * és örvendjen minden tiszta szívű!

32. zsoltár • A gondviselő Isten dicsérete

Örvendjetek az Úrban, igazak, * jókhoz illik a dicséret.

Dicsőítsétek citerával az Urat, * tízhúrú hárfán zengjetek néki!

Énekeljetek új dalt az Úrnak, * daloljatok neki ujjongás szavával!

Mert az Úr igéje igaz, * hűség vezeti minden tettében.

Az igazságot és a törvényt szereti, * telve a föld az Úr irgalmával.

Az Úr igéje alkotta az eget,* szája lehelete az ég minden seregét.

Tömlőbe gyűjti a tengerek vizét, * örvényeit kamrába zárja.

Az egész föld félje az Urat, * remegjen előtte minden földlakó!

Mert amit ő mondott, meglett, * és létrejött, amit parancsolt.

Semmivé teszi az Úr a nemzetek terveit, * meghiúsítja a népek minden szándékát.

De az Úr akarata örökké megmarad, * szívének gondolata nemzedékről nemzedékre.

Boldog az a nép, melynek az Úr az Istene, * a nemzet, melyet örökségül választott magának.

Az Úr letekint a mennyből, * látja az emberek fiait.

Rátekint hajlékából azokra, * akik a földön élnek.

Ő alkotta mindnyájuk szívét, * ismeri minden tettüket.

A királyt nem menti meg erős serege, * hatalmas ereje a hősön nem segít.

Csalódik, aki lovától vár győzelmet, * nem menti meg, bármily erős is.

De az Úr szeme az őt félőkön nyugszik, * azokon, akik bíznak irgalmában.

Mert megszabadítja őket a haláltól, * és táplálja őket éhínség idején.

Lelkünk bízik az Úrban, * ő a mi pajzsunk és oltalmunk.

Benne örvend a szívünk, * szent nevében bízva bízunk.

Irgalmad őrködjék fölöttünk, Uram, * mert tebenned remélünk!

33. zsoltár • Az Úr az igazak üdvössége

Minden időben áldom az Urat, * mindenkor dicséretét zengi ajkam.

Az Úrban dicsekszik lelkem, * hallják meg és örvendjenek mind a szegények!

Magasztaljátok velem az Urat, * dicsérjük együtt nevét!

Kerestem az Urat, és ő hallgatott szavamra, * megszabadított mindattól, amitől rettegtem.

Tekintsetek rá és arcotok felragyog, * és nem borítja szégyen többé.

Meghallgatta az Úr a szegényt, amikor hozzá kiáltott, * megszabadította minden bajából.

Az Úr angyala védelmezi azokat, akik félik őt, * és megmenti őket.

Ízleljétek és lássátok, hogy milyen jó az Úr, * boldog az az ember, ki őbenne bízik.

Féljétek az Urat, ti szentjei, * kik félik őt, nem szenvednek hiányt semmiben.

Szűkölködnek a gazdagok s éheznek, * de akik az Urat keresik, nincs hiányuk semmi jóban.

Jöjjetek gyermekeim, halljátok szavamat, * az Úr félelmére tanítlak titeket.

Ki az az ember, aki életet akar, * és jó napokat kíván látni?

Őrizd meg a rossztól nyelvedet, * és csalárdságot ne szóljon ajkad!

Fordulj el a rossztól és tedd a jót, * keresd a békét és járj a nyomában!

Az Úr szeme látja az igazat, * füle meghallja kiáltó szavát.

De elfordítja arcát azoktól, akik gonoszat tesznek, * eltörli a földről emlékük.

Meghallgatja az Úr azt, aki hozzá kiált, * és kimenti minden gyötrelméből.

Közel van az Úr azokhoz, akik bűnbánó szívűek, * szabadulást hoz azoknak, akik megtört lelkűek.

Sok szenvedés vár az igazra, * de az Úr mindenből kimenti.

Megőrzi minden csontját, * egyetlen egy meg nem törik.

Saját gonoszsága végez a bűnössel, * megbűnhődik, aki az igazat gyűlöli.

Az Úr megváltja szolgái lelkét, * és nem bűnhődnek, kik őbenne bíznak.

a hónap 6. napja

34. zsoltár • Isten megszabadítja az üldözöttet

(Dávidtól.)

Uram, szállj perbe azokkal, kik velem vitáznak, * győzd le azokat, kik ellenem harcolnak.

Ragadj fegyvert és pajzsot, kelj fel, hogy megsegíts. * vess lándzsát és dárdát üldözőim ellen! Mondd lelkemnek: Én vagyok megmentőd!”

Vesszenek dicstelenül, akik életemre törnek, hátráljanak meg szégyenletesen, akik gonoszat forralnak ellenem!

Legyenek olyanok, mint pelyva a szélben, az Isten angyala szórja őket szét!

Útjuk legyen síkos és sötét, üldözze őket az Isten angyala!

Ébredj fel, kelj védelmemre, Istenem és Uram, intézd te az ügyem!

Mivel ok nélkül csapdát állítottak nekem, és ok nélkül vermet ástak életemnek.

Érje őket fájdalmas pusztulás, akadjanak a nekem vetett hálóba maguk, és essenek bele a verembe!

De lelkem ujjong az Úrban, * és szabadításában leli örömét.

Ezt mondja minden csontom: * „Ki hasonló hozzád, Uram?”

Megmented a gyengét az erős kezéből, * a nyomorult szegényt a rablótól.

Előálltak hamis tanúk, * s olyanokkal vádolnak, amikről mit sem tudok.

Rosszal fizetnek nekem a jóért, * elhagyatott és magányos vagyok.

Pedig amikor ők voltak betegek, * vezeklő ruhát öltöttem magamra,

Böjttel gyötörtem lelkemet, * és buzgón könyörögtem értük imámban.

Szomorú voltam, mintha barátom vagy testvérem lett volna, * mély bánatba merültem, mint aki anyját gyászolja.

Mégis amikor meginogtam, örvendezve egybegyűltek, * egybegyűltek és mint idegenek támadtak ellenem.

Szünet nélkül rágalmaztak, † bosszantottak és gúnyoltak engem, * csikorgatták fogukat ellenem.

Uram, még meddig tűröd? † Oltalmazd meg dühüktől lelkemet, * az oroszlánoktól mentsd meg életem.

Akkor a nagy gyülekezetben áldalak téged, * dicsőítelek az egész nép előtt.

Ne nevessenek rajtam, akik álnokul ellenem törnek, * akik ok nélkül gyűlölnek és sanda szemmel néznek.

Ők nem a béke hangján szólnak, akik szelídek a földön,
azok ellen álnokságot koholnak.

Kitátják ellenem nagyra a szájukat, s azt kiáltják: „Na, most majd meglátjuk!”

Uram, te mindezt látod, ne hallgass tovább, * ne maradj, Uram, távol tőlem.

Ébredj fel és állj ki igazam mellett, * igaz ügyem mellett, Uram, Istenem.

Tégy igazságot, igaz voltod szerint! Uram, Istenem, ne diadalmaskodjanak rajtam,

ne gondolják szívükben: „Éppen így akartuk!” Ne mondhassák: „Most aztán felfaltuk!”

Pusztuljanak el szégyenletesen mind, akik nyomorúságomon kéjelegnek!

Érje szégyen és gyalázat azokat, akik fölényesen beszélnek felőlem!

Ujjongjanak és örüljenek, akik igazam akarják, * szüntelen hirdessék: „Legyen áldott az Úr, aki szolgájának békét akar!”

Igazságosságodat hirdesse nyelvem, * dicséretedet egész napon át.

35. zsoltár • A bűnös gonoszsága és Isten jósága

Az álnok ember szívét gonoszság uralja, * Isten félelme nincs szeme előtt.

Azzal ámítja magát, * hogy bűnét fel nem fedik és el nem ítélik.

Ajkán a szó csalás és gonoszság, * eszébe sem jut már, hogy jót tegyen.

Fekvőhelyén is gonoszat forral, † rálép minden gonosz útra, * nem irtózik semmi rossztól.

Uram, irgalmad fölér az égig, * hűséged a magas felhőkig.

Igazságosságod, mint Isten hegyei, † ítéleteid, mint a tenger mélye, * embert és állatot te éltetsz, Uram.

Mily drága a te kegyelmed, Istenünk, * az emberek szárnyad árnyékában keresnek oltalmat.

Házad bőségéből táplálod őket, * örömöd patakját adod italul nékik,

Mert nálad van az élet forrása, * s a világosságot a te világosságodban látja meg szemünk.

Irgalmazz azoknak, akik ismernek téged, * légy igazságos azokhoz, akik tiszta szívűek!

Ne taposson rám a gőgösök lába, * s a bűnösök keze ne űzzön el engem!

Lám, elbuknak, akik gonoszat tesznek, * a földre esnek, s többé föl sem kelnek.

36. zsoltár • A gonoszok és az igazak sorsa

Ne háborogj a bűnösök miatt, * ne irigykedj a gonosztevőkre!

Mert hamar elszáradnak, mint a széna, * elfonnyadnak, mint a zöldellő növény.

Bízzál az Úrban és tedd a jót, * akkor földeden lakhatsz és élhetsz biztosan.

Az Úrban leljed örömöd, * ő betölti szíved vágyait.

Az Úrra bízzad utadat, * benne remélj, s ő gondodat viseli.

Igaz voltodat fölkelti, mint a napfényt, * és igazságodat, mint déli verőfényt.

Hagyatkozzál az Úrra és remélj őbenne, † ne irigykedj arra, akinek siker kíséri útját, * az emberre, aki gonoszat művel!

Ne légy indulatos és hagyj föl a haraggal, * ne is irigykedj, mert az rosszra vezet!

Mert a gonosztevők sorsa pusztulás, * ám azoké lesz a föld, akik az Úrban bíznak.

Egy kis idő még, s a gonosz nem lesz többé, * keresed helyét, de nyomát sem találod.

Ám a szelídek öröklik majd a földet, * és élvezik a teljes békét.

Cselt sző a bűnös az igaz kárára, * acsarkodik az ártatlan ellen.

Az Úr azonban nevet rajta, * mert látja, hogy eljön a napja.

Kardot rántanak a gonoszok s íjat feszítenek, † hogy a szegényt és a gyengét elejtsék, * hogy megöljék az egyenes úton járót.

De kardjuk saját szívükbe hatol, * és íjaik összetörnek.

Többet ér a kevés az igaznak, * mint a sok kincs a bűnösnek.

Mert összetörik a gonosz karja, * de az igaznak az Úr pártját fogja.

Ismeri az Úr az igazak életét, * örökségük megmarad örökre.

Nem szégyenülnek meg a csapás idején, * s jóllaknak az ínséges napokban.

De a bűnösök elpusztulnak, † az Úr ellenségei elhullanak, mint a mezők dísze, * akár a füst, semmivé lesznek.

Kölcsönt kér a gonosz, de nem adja vissza, * ám az igaz jó szívvel osztja javait.

Mert azoké lesz a föld, akiket megáld az Isten, * de elpusztulnak, akiket megátkoz.

Megszilárdítja az Úr az igaz lépteit, * és útjában kedvét találja.

Nem esik el, ha meg is botlik, * mert az Isten kézen fogja.

Fiatal voltam, meg is öregedtem, † de nem láttam elhagyott igazat, * sem azt, hogy gyermekei kenyeret koldultak.

Mindenkor könyörül és kész kölcsönt adni, * és gyermekei áldottak lesznek.

Hagyd el a rosszat és tedd a jót, * és megmaradsz örökkön-örökké

Mert az Úr az igazságot és a jogot szereti, * és nem hagyja cserben szentjeit.

A gonoszok elvesznek örökre, * s a bűnösök minden ivadéka semmivé válik.

Ám az igazak öröklik majd a földet, * és mindörökké lakni fogják.

Bölcsességet szól az igaznak ajka, * és igazságot beszél nyelve.

Szívében él Isten törvénye, * nem ingadoznak soha léptei.

Leselkedik a gonosz az igazra, * és keresi, hogy elvegye életét.

De az Úr nem hagyja, hogy kezébe kerüljön, * és nem marasztalja el, ha ítélet elé kerül.

Várakozz az Úrra és maradj meg útján, † fölmagasztal téged, és öröklöd a földet, * meglátod a bűnösök vesztét.

Láttam én már gonosz, gőgös embert, * mint viruló cédrus, fenn hordta fejét.

Ám mikor újra arra jártam, már nem volt többé, * kerestem, de helyét sem találtam.

Nézd az ártatlant, tekints az igazra, * a békesség emberének utóda támad.

De a gonoszok hamar elvesznek, * a bűnösök vége pusztulás.

Az Úrtól jön az igazak üdve, * és oltalmazza őket a szenvedés idején.

Segítségük az Úr és szabadítójuk, † kiragadja őket a bűnösök közül, * üdvözíti őket, mert benne remélnek.

37. zsoltár • Súlyos beteg imádsága

Uram, indulatodban ne feddj meg, * haragodban ne büntess engem;

Mert nyilaid belém hatoltak, * és rám nehezedett súlyos kezed.

Nincs ép hely testemen, mert haragszol énrám, * nincs egy ép csontom, mert sok a vétkem.

Gonoszságaim összecsaptak fejem fölött, * rám nehezednek, mint súlyos teher.

Elmérgedtek és gyulladásban vannak sebeim, * mivel oktalan vagyok.

Elcsüggedtem és földre görnyedtem, * szomorúan járok naphosszat.

Égő fájdalom kínozza derekam, * nincs ép hely testemen.

Elgyöngültem és megtört vagyok, * szívem gyötrelmében kiált szavam.

Előtted van minden kívánságom, Uram, * sóhajom nincs rejtve előtted.

Szívem hevesen dobog, erőm elhagyott, * elhomályosult szemem világa.

Barátaim és szeretteim magamra hagynak bajomban, * rokonaim kerülnek engem.

Tőrt vetettek, akik életemre törnek, † pusztulással fenyegetnek, akik vesztemet akarják, * és csalárd terveket szőnek egész nap.

De én meg sem hallom, mintha süket volnék, * mint a néma, számat föl nem nyitom.

Olyan lettem, mint aki nem hall, * akinek szájában nincs ellenvetés.

Mert benned remélek, Uram, * te meghallgatsz engem, Uram, Istenem.

Így szóltam: „Ne nevessenek rajtam, * ne ujjongjanak, ha megbotlik lábam.”

Bizony az elbukáshoz már közel vagyok, * szemem előtt van mindig a fájdalom.

Én pedig megvallom, hogy bűnös vagyok, * és vétkeim miatt meg nem nyughatom.

De ellenségeim virulnak és erősebbek nálam, * sokan vannak, akik ok nélkül gyűlölnek.

Rágalmaznak engem és a jóért rosszal fizetnek, * mivel mindenkor a jóra törekszem.

Ne hagyj magamra, Uram, † Istenem, ne távozz el tőlem! * Uram, szabadítóm, siess, oltalmazz engem!

a hónap 7. napja

38. zsoltár • Beteg ember imája

Így szóltam: „Vigyázok utamra, * hogy ne vétkezzem nyelvemmel.

Megzabolázom ajkam, * amíg gonosz ember áll velem szemben.”

Elnémultam, szótlan lettem és hallgattam megfosztva minden jótól, * kiújult ismét fájdalmam.

Égett a szívem bensőmben, * töprengésemben tűz emésztett engem.

Megoldódott nyelvem s így szóltam: * „Add tudtomra, Uram, életem végét.

Hadd tudjam meg napjaim számát, * s hogy milyen rövid az életem!”

Íme, napjaimat néhány araszra mérted, * életem ideje előtted semmiség.

Bizony csak egy sóhajtás az ember, * mint az árnyék, úgy fogynak napjai.

Minden vesződsége csak hiúság, * kincset gyűjt, de nem tudja, ki veszi hasznát.

Most hát mit várhatnék, Uram? * Reményem egyedül benned van.

Minden gonoszságomból ragadj ki engem, * az esztelenek gúnyolódásának ne vess oda prédául.

Elnémulok és többé nem nyitom ki számat, * mert ez a te végzésed.

Csapásaid vedd le rólam, * elpusztulok sújtó kezed alatt.

Megfenyíted az embert bűne miatt, † semmivé teszed vágyait, mint molyok a ruhát, * csak egy fuvallat minden ember.

Hallgasd meg imádságomat, Uram, * figyelj kiáltó szavamra.

Ne zárd be füledet, amikor siránkozom, † hiszen jövevény vagyok előtted, * zarándok, miként atyáink.

Vedd le rólam büntető szemed, hogy örömben élhessek, * mielőtt elmegyek és nem leszek többé.

39. zsoltár • Hálaadás és segítségkérés

Bízva bíztam az Úrban, * lehajolt hozzám és meghallotta kiáltásom.

Kimentett a pusztulás veréből, * a mocsár iszapjából.

Sziklára állította lábamat, * és szilárddá tette léptemet.

Új éneket adott ajkamra, * hogy magasztaljam Istenünket.

Sokan látják ezt majd és félik az Urat, * és benne remélnek.

Boldog ember, aki bízik az Úrban, * s nem tart a gőgös és hazug emberrel.

Mily számosak csodás tetteid, Uram, Istenem, * gondoskodásodban nincs hozzád hasonló.

Ha hirdetni és elmondani akarnám, * több annál, hogy fel tudnám sorolni.

Véres vagy ételáldozatban nem leled kedved, * de megnyitottad hallásra fülemet.

Égő, és engesztelő áldozatot nem kívánsz, * így szólok hát hozzád: íme, itt vagyok.

A könyvtekercsben írva van rólam, † hogy akaratod betöltsem, * örömmel hordom szívemben parancsod, Istenem.

A nagy gyülekezetben igazságodat hirdetem, * tudod, Uram, hogy nem hallgat ajkam.

Igazságodat nem rejtem szívembe, * elbeszélem hűséged és üdvösséged.

Kegyelmedről nem hallgatok, * a nagy gyülekezet előtt nem titkolom hűséged.

Irgalmadat, Uram, ne tagadd meg tőlem, * kegyelmed és hűséged őrizzen szüntelen!

Mert számtalan baj vett körül engem, * elborított gonoszságom, hogy nem is látok.

Számosabbak, mint fejemen a hajszál, * cserben hagyott minden erőm.

Légy hozzám kegyelmes, Uram, és ments meg, * Uram, siess, segíts meg engem!

Piruljanak és szégyenkezzenek, akik életemre törnek, hogy tönkretegyenek. Szégyent vallva hátráljanak, akik örülnek bajomnak.

Dermedjenek kővé szégyenükben, akik gúnyolnak: „Jól van így!”

Ujjongjanak és örüljenek benned mindazok, * akik hűségesen keresnek téged!

Hirdessék mindig: „Dicsőség az Úrnak!” * mind, akik várják üdvösséged.

Én azonban nyomorult vagyok és szegény, * de az Úr gondot visel reám.

Te vagy szabadítóm és gyámolom, * ne késlekedj immár, Istenem!

40. zsoltár • Imádság betegségben

Boldog, aki gondot visel a szegényre, * megmenti az Úr a nehéz napokban

Megőrzi az Úr és életben tartja, † boldoggá teszi itt a földön, * s nem engedi, hogy ellensége kezébe essen.

Az Úr betegségében segít rajta, * jobbulást ad neki betegágyán.

Így szólok: „Uram, könyörülj rajtam, * gyógyíts meg, mert vétkeztem ellened!”

Ellenségeim rosszat mondanak rólam: * „Mikor hal meg már, mikor tűnik el neve?”

Ha valaki meglátogat, álnokságot beszél, † szívébe összegyűjt minden rosszat, * majd kimegy és tovább mondja.

Gyűlölőim ellenem összesúgnak, * és minden rosszat gondolnak rólam:

„Elhatalmasodott rajta a betegség, * itt fekszik s nem kel föl többé.”

Még a barátom is, akiben megbíztam, * akivel megosztottam kenyerem, sarkát emelte ellenem.

De te, Uram, könyörülj rajtam, * segíts fel, hogy meg tudjak fizetni nékik!

Abból tudom meg, hogy kegyes vagy hozzám, * ha nem ujjonghat rajtam ellenségem,

Engem pedig megőrzöl, mert vétlen vagyok, * és engeded, hogy színed előtt álljak örökre.

Áldott legyen az Úr, Izrael Istene, * mindörökkön-örökké! Úgy legyen! Ámen!

41. zsoltár • Lelkem Istenre szomjazik

Mint a szarvas vágyakozik a forrás vizére, * úgy vágyakozik hozzád a lelkem, Istenem.

Istent, az élő Istent szomjazza lelkem: * mikor juthatok Isten elé, hogy meglássam arcát.

Könny a kenyerem éjjel és nappal, * mert naponta mondják: „Hol van Istened?”

Megdobban a szívem, ha arra gondolok, * hogyan vonultam a fölséges sátorba, az Úrnak házába,

Ujjongva és hálaadó énekkel * a vidáman ünneplő sokaság körében.

Miért vagy szomorú lelkem, * miért háborogsz bennem?

Bízzál Istenben; hiszen majd áldom őt, * Istenemet és szabadítómat, akire fölnézek.

Elcsügged bennem a lélek, * azért rád gondolok a Jordán földjéről, a Hermonról, a Mizár hegyéről.

Örvény örvénynek kiált zuhatagjaid szavában, * tajtékzó hullámaid átcsapnak fölöttem.

Nappal az Úr adja kegyelmét, † éjjel éneket mondok néki, * imádkozom életem Urához.

Így szólok Istenhez: † Sziklám vagy, miért feledkezel meg rólam, * miért kell gyászban járnom, miért gyötör az ellenség?

Mintha csontjaimat tördelnék, amikor üldözőim gúnyolnak, * naponta mondogatják: „Hol van Istened?”

Miért vagy szomorú lelkem? * Miért háborogsz bennem?

Bízzál Istenben; hiszen majd áldom őt, * Istenemet és szabadítómat, akire fölnézek.

42. zsoltár • Sóvárgás a templom után

Szolgáltass nekem igazságot, Istenem, † képviseld ügyemet a hűtlen néppel szemben, * szabadíts meg az álnok és gonosz embertől!

Hiszen te vagy oltalmazó Istenem, * miért vetsz el engem?

Miért kell szomorúan járnom, * miért gyötör az ellenség?

Küldd el világosságod és igazságod, † azok kísérjenek engem, * és vezessenek szent hegyedre, lakóhelyedre!

Én Isten oltárához lépek, † Istenhez, akinek ujjongva örülök, * citerával dicsérlek, Uram, Istenem.

Miért vagy szomorú lelkem, * miért háborogsz bennem?

Bízzál Istenben: hiszen majd áldom őt, * Istenemet és szabadítómat, akire fölnézek.

a hónap 8. napja

43. zsoltár • Az üldözött nép panasza

Istenünk, saját fülünkkel hallottuk, † atyáink beszélték el nekünk a tetteket, * amiket végbevittél napjaikban, a régmúlt időkben.

Kezeddel népeket űztél el, őket pedig helyükre ültetted, * nemzeteket zúztál össze, őket meg naggyá tetted.

Mert országukat nem karddal vették birtokba, * és szabadságukat nem saját karjuk szerezte,

Hanem a te jobbod, a te karod, a te arcod fénye, * mert kedved találtad bennük.

Te vagy Istenem s királyom, * te szerzel győzelmet Jákobnak.

Ellenségeinket általad vertük vissza, * támadóinkat nevedben törtük össze.

Mert nem íjamban bízom, * nem is kardom segít meg engem:

Te mentettél meg az üldözők kezéből, * te hoztál szégyent azokra, akik gyűlölnek minket.

Istenben dicsekszünk egész napon át, * nevedet magasztaljuk örök időkig.

Most mégis elvetettél és szégyennel sújtottál bennünket, * Istenünk, seregünkkel nem vonulsz együtt.

Megfutamítottál az ellenség elől, * gyűlölőink prédája lettünk.

Mint vágásra szánt juhokat dobtál oda minket, * szétszórtál a pogányok közé.

Nyereség nélkül adtad el népedet, * nem lett hasznod ebből a cseréből.

Szomszédaink szemében csúfsággá tettél, * a körülöttünk élők gúnyolnak s gyaláznak bennünket.

Nevetségessé tettél a népek előtt, * a nemzetek fejüket csóválva csúfolnak minket.

Gyalázatom előttem lebeg szüntelen, * szégyenpír borítja arcomat

Szidalmazóm és káromlóm szavától, * a bosszúálló ellenség arcától.

Mindezek ránk szakadtak, † de mi nem feledtünk el mégsem téged, * szövetségedhez nem lettünk hűtlenek.

Nem szakadt el szívünk tőled, * nem hagyták el utadat lépteink,

De te kitaszítottál minket a sakálok földjére, * és ránk borítottad a halál árnyékát.

Ha elfeledtük volna Istenünk nevét, * ha kezünket idegen istenekhez emeltük volna,

Vajon Isten nem kérné-e mindezt számon? * Hiszen ő ismeri szívünk titkait.

Hiszen miattad gyilkolnak minket szüntelen, * leölésre szánnak, mint a vágójuhokat.

Serkenj fel, miért alszol, Uram, * kelj föl, ne űzz el végleg!

Miért rejted el arcod, * miért felejted el sanyarú sorsunkat?

Lelkünket a porba alázták, * testünk a földhöz tapadt.

Kelj föl, Uram, segíts meg minket, * válts meg minket irgalmad szerint!

44. zsoltár • A király menyegzője

Szívemből ünnepi ének árad, † dalomat zengem a királynak, * nyelvem gyors, mint az írnok tolla.

Ékesebb vagy, mint bárki az emberek fiai közül, † kedvesség árad el ajkadon, * mert Istened örökre megáldott téged.

Övezd fel, hős harcos, karddal derekad, * indulj fönségesen ragyogó ruhádban!

Indulj harcba kocsidon az igazságért, jóságért, hűségért, * és íjadon feszítse a húrt erős jobbod!

Nyilaid hegyesek, † a király ellenségeinek szívébe találnak, * népek hullanak lábad elé.

Trónod, Isten, áll örökkön-örökké, * királyi pálcád az igazság jogara.

Szereted az igazságot, gyűlölöd a gonoszságot, † Isten, a te Istened ezért kent föl téged * az öröm olajával társaid közül.

Ruhád fahéjtól, aloétól és mirhától illatos, * elefántcsont palotákból örömödre hárfa zendül.

Királylányok járulnak színed elé, * Ofír aranyával ékesen királynő áll a jobbodon.

Halljad, leányom, figyelj és hajlítsd füledet szavamra, * felejtsd el népedet és atyád házát!

A király kívánja szépséged, * urad ő, borulj le előtte!

Tírusz leányai ajándékokkal sietnek hozzád, * a nép gazdagjai arcod fényét keresik.

A királylány ékesen öltözött, * arannyal átszőtt ruhát öltött.

Színpompás ruhában vezetik a király elé, * szüzek követik, barátnői kísérik útján.

Ujjongó örömmel hozzák őket, * és bevezetik a király házába.

Atyáid helyébe majd fiaid lépnek, * fejedelmekké teszed őket az egész földön.

Én pedig mindenkor hirdetem nevedet * a nemzedékek hosszú során,

Ezért magasztalnak majd téged a népek * századokon át, örökkön-örökké.

45. zsoltár • Isten a mi menedékünk, a mi erős várunk

Isten a mi menedékünk és erős várunk, * minden szorongattatásban biztos segítség.

Még ha megremeg is a föld, ezért nem félünk, * még ha a hegyek a tenger mélyébe dőlnek is,

Ha háborognak és zúgnak is vizei, * és viharától a hegyek remegnek.

Csörgedező patakok üdítik fel Isten városát, * a Magasságbeli szentséges sátorát.

Nem rendül meg soha, mert Isten lakik benne, * Isten oltalmazza már kora hajnalban.

Népek háborognak, országok inognak, * mennydörgő szózatától a föld is megremeg.

Velünk van a Seregek Ura, * Jákob Istene erős várunk.

Jöjjetek és lássátok az Úrnak tetteit, * a csodákat, miket a földön végbevitt.

Véget vet a háborúnak szerte a földön, † szétzúzza az íjakat, a lándzsákat eltöri, * elégeti tűzben a pajzsokat.

„Álljatok meg és lássátok be: az Isten én vagyok! * fölséges a nemzetek fölött, fölséges az egész földön.”

Velünk van a Seregek Ura, * Jákob Istene erős várunk.

46. zsoltár • Isten a mindenség királya

Tapsoljatok ujjongva, minden népek, * háladallal Istent áldjátok!

Fölséges az Úr és hatalmas, * nagy Király ő az egész földön.

Megalázta a népeket előttünk, * a nemzeteket lábunkhoz vetette.

Örökséget választott nékünk, * dicsőséget Jákobnak, akit szeretett.

Fölmegy Istenünk ujjongás közben, * az Úr hangos harsonaszóval.

Énekeljetek Istenünknek, zengjetek néki, * zengjetek Királyunknak, zsoltárt zengjetek!

Király az Úr az egész földön, * mondjatok zsoltárt néki!

Királyként kormányozza Isten a népeket, * Isten uralkodik szentséges trónusán.

A népek fejedelmei egybegyűlnek, * Ábrahám Istenének népe lesznek,

Mert Istené a földön minden hatalom, * dicsőséges ő mindenek fölött.

47. zsoltár • Az Úr védelmezi szent városát

Nagy az Úr és dicséretre méltó minden fölött * Istenünk városában, Sion hegyén.

Az ő szent hegye híres halom, * az egész világnak öröme.

A Sion-hegy észak szélső foka, * a nagy király városa.

Házaiban Isten lakik, * ő lett annak biztos oltalma.

Íme, királyok gyűltek össze * és ellene hadba keltek.

De amint meglátták, elámult szemük, * megzavarodtak és szertefutottak.

Megszállta őket a félelem, * mint vajúdó asszonyt a kín és fájdalom,

Mint mikor keletről szélvihar támad, * mely szétzúzza Tarzisz hajóit.

Amiről hallottunk, † a Seregek Urának városában látja most szemünk: * Istenünk megalapozta szent városát örök időkre.

Irgalmadat hirdetjük, Istenünk, * templomodban, lakóhelyeden.

Nevedhez méltóan, Istenünk, † dicsőséged betölti a föld minden határát; * igazságossággal telve jobbod.

Örvendezzen Sion hegye, † ujjongjon Júda minden városa * ítéleteid miatt, Uram.

Járjátok körül Sion falait, * vegyétek számba tornyait!

Szemléljétek meg védőbástyáit, † járjátok végig házait, * hogy utódaitoknak hírül adjátok:

Itt van az Isten, a mi Istenünk, † itt lakik örökkön-örökké, * mindenkor ő vezet bennünket.

a hónap 9. napja

48. zsoltár • A gazdagság hiábavalósága

Halljátok ezt, minden népek, * értsétek meg mind, akik a földön laktok:

Alacsony sorúak és előkelő emberek, * gazdag és szegény egyaránt!

Bölcsességet hirdet szájam, * okos beszédet sugall szívem.

Példázatra figyel fülem, * zsoltárt énekelve tárom fel titkomat.

Miért féljek a rossz napokban, * amikor körülvesznek az álnok gonoszok,

Akik a maguk erejében bíznak, * s nagy gazdagságuk büszkeséggel tölti el őket?

Nem válthatja meg önmagát az ember, * váltságdíjat nem adhat Istennek.

Mert nagyon magas az élet ára: † soha nem fizetheti meg senki sem, * hogy örökké éljen és ne lásson halált.

Hiszen látja, hogy meghalnak a bölcsek is, † ugyanúgy elpusztul balga és ostoba, * vagyonukat másoknak hagyják.

A sír lesz lakásuk örökké, † nemzedékeken át hajlékuk, * bár saját nevüket adták földjüknek.

Egy ember sem él örökké, övezze bár tisztelet, † olyan, mint az állat, amely elpusztul; * bizony csak ahhoz hasonló!

Így járnak, akik önmagukban bíznak, * és ez a végük azoknak, akiknek elég a maguk beszéde.

Az alvilág mélyére esnek, * a halál legelteti őket, mint a juhokat.

Alászállnak, sírba hullanak, † és elenyészik alakjuk, * a holtak országa lesz lakóhelyük.

De Isten megmenti életem, * az alvilág országából magához emel engem.

Ne törődj azzal, ha gazdag lesz valaki, * ha nagy dicsőség éri házát;

Mert semmit sem vihet magával, ha meghal, * dicsősége nem megy utána.

Ha életében boldognak mondta is magát: * „Dicsérni fognak, mert jól bántál magaddal!”,

Mégis atyái nemzedékéhez kell térnie, * akik napfényt már sohasem látnak.

Az oktalan ember, övezze bár tiszteletet, † olyan, mint az állat, amely elpusztul: * bizony csak ahhoz hasonló!

49. zsoltár • Isten igaz tisztelete

Az Úr szól, az istenek Istene, * és hívja a földet kelettől nyugatig.

Sionból, szépsége koronájából az Isten felragyog, * eljön Istenünk, nem hallgat többé.

Emésztő tűz jár előtte, * körülötte hatalmas szélvész tombol.

Odakiált fönt az égnek, hívja a földet, * így tart ítéletet népe fölött.

„Gyűjtsétek körém híveim, * akik az áldozatban szövetséget kötöttek velem!”

Igazságát az egek hirdetik, * Isten maga ül a bírói székbe.

„Hallgass meg, népem, hozzád szólok, † tanúskodom ellened, Izrael, * én az Isten, a te Istened.

Nem áldozataidért feddlek meg téged, * hisz égőáldozataid szüntelenül előttem vannak.

Nem fogadok el bikát házadból, * sem bakot nyájadból.

Hiszen enyém az erdő minden állata, * hegyeim ezernyi vadja.

Ismerem az ég összes madarát, * s ami a mezőn él, mind az enyém.

Ha éheznék, nem szólnék néked, * mert enyém a földkerekség, s mindaz, mi betölti.

Talán a bikák húsát egyem, * vagy a bakok vérét igyam?

A dicséret áldozatát mutasd be Istennek, * és teljesítsd fogadalmaid a Fölséges előtt!

Hívj segítségül engem a gyötrelem idején; * én megszabadítalak, s te magasztalsz engem."

A bűnöshöz pedig így szól az Isten: † „Parancsaim miért sorolod, * szövetségemet mért veszed ajkadra?

Hiszen te a fegyelmet gyűlölöd, * és szavamat megveted.

Ha tolvajt látsz, hozzá társulsz, * a házasságtörővel egyetértesz.

Hagyod, hogy szád gonoszat szóljon, * nyelved csalásra bujtogat.

Leültél és testvéred ellen beszéltél, * anyád fiára szidalmat szórtál.

Ezt tetted, és én hallgassak; † azt hiszed, hasonló vagyok hozzád? * Mindezt szemed elé tárom és megfeddlek érte!

Ti, akik megfeledkeztek Istenről, † lássátok be, különben elvesztek, * és nem lesz, aki megmentsen titeket!

Aki a dicséret áldozatát mutatja be, az tisztel engem, * aki az én utamon jár, megmutatom neki Isten üdvösségét."

50. zsoltár • Bűnbánat

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára, amikor Nátán próféta fölkereste, mivel együtt volt Batsebával.)

Könyörülj rajtam irgalmadban, Istenem, * töröld le gonoszságomat nagy jóságod szerint!

Teljességgel moss meg bűnömtől engem, * vétkeimtől tisztíts meg engem!

Mert elismerem vétkemet, * előttem van bűnöm szüntelen.

Egyedül ellened vétkeztem, * színed előtt gonoszat tettem.

Ám te végzésedben igaz vagy, * és igazságos, amikor ítélsz.

Íme vétekben jöttem a világra, * anyám bűnben fogant engem.

Ám te az igaz szívet szereted, * bölcsességedet föltárod nékem.

Hints meg izsóppal és tiszta leszek, * moss meg és a hónál fehérebb leszek!

Add hallanom a vígság és öröm szavát, * hadd ujjongjanak megtört csontjaim!

Fordítsd el bűneimtől arcodat, * töröld el minden vétkemet!

Tiszta szívet teremts bennem, Istenem, * újítsd meg bensőmben az erős lelket!

Ne taszíts el színed elől, * ne vond meg tőlem szent Lelkedet!

Add vissza üdvösséged örömét, * tégy erőssé engem készséges lélekkel!

Megtanítom a bűnösöket minden utadra, * az istentelenek hozzád térnek.

Szabadíts meg a vérontás bűnétől, Isten,
megmentő Istenem, * és igazságodat ujjongva hirdeti nyelvem!

Nyisd meg ajkamat, Uram, * és szám hirdeti dicséreted!

Mert véres áldozatban nem leled kedved, * égő áldozatban sem telnék örömed.

Az Istennek tetsző áldozat a töredelmes lélek, * nem veted meg, Istenem, az alázatos és megtört szívet.

Tégy jót, Uram, jóságodban Sionnal, * építsd fel Jeruzsálem falait!

Akkor majd kedves lesz előtted az igaz áldozat, † az égő és a teljes áldozat, * akkor majd állatokat hoznak oltárodra.

51. zsoltár • A rágalmazók ellen

(A karvezetőnek tanítóköltemény Dávidtól, amikor az edomita Doeg jött, és jelentette Saulnak: Dávid bement Achimelek házába.)

Gonoszságoddal mit dicsekszel, * te, az erőszak embere?

Egész nap álnokságon jár az eszed, te cselszövő, * nyelved éles, mint a borotva.

Jobban kedveled a rosszat a jónál, * a hazugságot az igaz beszédnél.

Csak a romlást hozó szavakat szereted; * te, álnokság nyelve!

Ezért Isten örökre elpusztít, † kiköltöztet sátradból, * gyökerestől kitép az élők földjéről.

Félelemmel látják ezt az igazak, * majd nevetve mondják:

„Nézzétek, ő az, aki nem Istenben kereste oltalmát, † hanem gazdagsága bőségében bízott, * és csalárdságában volt minden ereje!”

Én pedig, mint viruló olajfa Isten házában, † Isten irgalmában bízom * mindenkor és örökkön-örökké.

Magasztallak azért minden időben, amit cselekedtél, † jóságos nevedben bízom * azok előtt, akik hűek hozzád.

52. zsoltár • A tévelygő emberiség

(A karvezetőnek – betegség idején; Dávid tanítóköltemény.)

Így szól szívében az esztelen: „Nincsen Isten.” † Romlottak és utálatosak tetteik, * senki sincs, aki jót tesz.

Letekint az Úr az emberekre a mennyből: * van-e értelmes ember, aki Istent keresi?

Elpártoltak tőle és megromlottak mindnyájan, * nincs, aki jót tenne, nincsen senki sem.

Nem térnek észre, akik gonoszat tesznek? * Emésztik népemet, ahogy a kenyeret eszik.

Nem hívják segítségül az Istent; † akkor majd rettegés tölti el őket, * amilyen rettegés még nem volt sohasem.

Szétszórta az Úr azok csontjait, akik hűtlenek lettek, * megszégyenültek, mert Isten szétszórta őket.

Ki ad Sionból üdvösséget Izraelnek? † Ha majd Isten jóra fordítja népe sorsát, * ujjong Jákob és örvend Izrael.

53. zsoltár • Segítségkérés

(A karvezetőnek, húros hangszerre – Dávid tanítóköltemény, azután, hogy a cifiták elmentek Saulhoz és jelentették: „Dávid nálunk rejtőzik.”)

Isten, nevedben ments meg engem, * szolgáltass igazságot erőddel nékem!

Imádságomat hallgasd meg, Istenem, * figyelj ajkam szavára!

Mert gőgösök fenyegetik életem, † hatalmaskodók törnek ellenem, * akik Istennel semmit sem törődnek.

De íme, Isten az oltalmam, * az Úr megtartja életem.

A bajt fordítsd vissza ellenségeimre,
hűségedben, Uram, semmisítsd meg őket!

Én pedig készséggel áldozok néked, * és dicsőítem, Uram, jóságos nevedet.

Mert az Úr minden nyomorúságból kimentett engem, * s ellenségeimre megvetéssel tekint szemem.

a hónap 10. napja

54. zsoltár • A hűtlenné vált jóbarát

(A karvezetőnek, húros hangszerre – Dávid tanítóköltemény.)

Imádságomat hallgasd meg, Uram, * ne zárkózz el kérésem elől!

Fordulj felém és hallgass meg; † a félelem hajszol, zavart vagyok, * rám tört az ellenség kiáltása, a bűnösök lármája.

Rám zúdítanak minden gyötrelmet, * haraggal támadnak ellenem.

Megremeg a szívem bensőmben, * halálfélelem vesz körül engem.

Rám szállt a félelem s reszketés, * megborzongtam egész valómban.

S így szóltam: „Bárcsak szárnyam volna, mint a galambnak, * elrepülnék s nyugalmat lelnék.”

Szívesen elfutnék messzire, * és a pusztában laknék.

Ott várnám, aki megment engem * az ítéletidőtől s a tomboló vihartól.

Szórd szét őket, Uram, zavard meg nyelvüket, * mert erőszakot és viszályt láttam a városban.

Éjjel-nappal körbejárnak a város falain, † gonoszság, küszködés, csalárdság lakik benne, * terein nem szűnik a csalás és zsarnokság.

Mert ha ellenségem szórna rám átkot, * azt még el tudnám viselni;

Ha az fordulna ellenem, aki gyűlöl, * talán elbújnék előle.

De te vagy az, akit társamnak ismerlek, * bizalmasom és kedves barátom.

Meghitt barátságban éltem veled, * s az ünneplő közösségben együtt mentünk az Isten házába.

Én azonban Istenhez kiáltok, * és az Úr megment engem.

Este, reggel és délben is panaszkodom, † sóhajtozom színe előtt, * mert meghallgatja esengő szavamat.

Megszabadít engem támadóimtól, hogy békében éljek, * bár seregestül jönnek ellenem.

Isten meghallgat engem, s őket földig alázza, * aki él öröktől fogva.

Mert nem akarnak jóra térni, * s nincs bennük istenfélelem.

Ki-ki kezet emel társai ellen, * és megszegi esküjét.

Szava simább a vajnál, * de szívében harcra készül.

Látszatra beszéde enyhítő olaj, * de a valóságban kivont, éles kard.

Vesd az Úrra gondodat, ő majd táplál téged, * nem engedi, hogy az igaz örökké hánykódjon.

Istenem, te a gonoszokat a mélybe veted, * a pusztulás mélyére.

A véreskezű és álnok ember nem éri meg napjai felét, * de én, Uram, tebenned bízom.

55. zsoltár • Az Úr ígéretébe vetett bizalom

(A karvezetőnek a „Távoli istenek galambja” szerint – miktam Dávidtól, amikor a filiszteusok elfogták Gátban.)

Könyörülj rajtam, Istenem,
mert üldöznek engem az emberek, * egész nap támadnak s szorongatnak engem.

Ellenségeim szüntelen támadnak, * sokan vesztemre törnek kevélyen.

Ha egy napon elfog a félelem, * bizalmamat beléd vetem.

Istenben, akinek igéjét dicsérem, † Istenben reménykedem és nem félek, * ember mit árthat nékem?

Nem hagynak nyugton egész nap, * minden gondolatukkal vesztemet tervezik.

Belém kötnek, lesben állnak, * szemmel tartják minden lépésem.

Gonoszságuk ellenére megszabaduljanak?
Uram, haragodban söpörd el e népeket!

Számon tartod bujdosásom, † gyűjtsd össze könnyeim, * jegyezd föl könyvedben.

Ellenségeim megfutamodnak, amikor segítségül hívlak, * tudom, hogy Isten valóban velem van.

Istenben, akinek igéjét dicsérem, * az Úrban, akinek igéjét dicsérem,

Istenben reménykedem és nem félek, * ember mit árthat nékem?

Fogadalmaim teljesítésével tartozom neked, Istenem, * hálaáldozatot mutatok be néked,

Mert megmentetted életemet a haláltól, † s az elbukástól lábamat, * hogy az élők világosságában járhassak az Isten színe előtt.

56. zsoltár • Imádság megpróbáltatások idején

(A karvezetőnek a „Ne töröld el” szerint – miktam Dávidtól, amikor Saul elől barlangba menekült.)

Könyörülj rajtam, Istenem, könyörülj rajtam, * lelkem hozzád menekül.

Szárnyaid árnyékában keresek oltalmat, * amíg a veszély el nem múlik.

A fölséges Istenhez kiáltok, * Istenhez, aki jót tett velem.

Küldjön segítséget a mennyből, † üldözőimet szégyennel sújtsa, * árassza rám irgalmát s hűségét!

Oroszlánok közt kell laknom, * akik emberi zsákmányra éhesek.

Foguk nyíl és lándzsa, * éles kard a nyelvük.

Emelkedjél fel, Isten, az egeknek fölébe, * ragyogjon dicsőséged az egész föld fölé!

Csapdát feszítettek lábam elé, * földig alázták lelkemet.

Vermet ástak vesztemre, * de maguk estek bele.

Kész az én szívem, Istenem, kész az én szívem, * hogy énekeljek és zsoltárt zengjek.

Ébredj, lelkem, ébredj, citera, hárfa, * a hajnalt keltem pirkadásra.

A nemzetek közt, Uram, megvallak, * s énekkel magasztallak a népek között.

Mert nagy a te irgalmad, s felér az egekig, * hűséged a magas felhőkig.

Emelkedjél fel, Isten, az egeknek fölébe, * ragyogjon dicsőséged az egész föld fölé!

[57. zsoltár • Ítélet a föld bírái fölött]

(A karvezetőnek a „Ne töröld el” szerint – miktam Dávidtól.)

Ti istenek, az igazság szerint beszéltek?
Emberek fiai, igazságosak az ítéleteitek?

Nem, szívetekben gonoszság rejtőzik,
kezetek igazságtalanságot oszt az országnak.

A gonoszok már anyjuk ölétől eltávolodtak,
a hazugok már az anyaméhtől téves úton járnak.

Mérgük, mint a kígyó mérge,
mint a süket vipera mérge,
amely a fülét bezárja.

Nem hallja meg a varázsló hangját,
a kígyóbűvölő hangját, aki jól ért a bűvöléshez.

Istenem, zúzd össze szájukban fogukat,
Uram, törd össze az oroszlánok állkapcsát!

Hadd folyjanak szét, mint a kiömlött víz,
hervadjanak el, mint a letiport fű.

Múljanak el, ahogy elmúlik a csiga,
s mint az asszony elvetélt magzata,
amely a napot nem látja meg soha!

Mielőtt még tövist hajtanak, mint a tüskebozót,
- zölden vagy száradtan - hordja el őket
a haragos szél!

Örüljön az igaz, ha látja a megtorlást,
lábát fürössze a gonoszok vérében!

S az emberek majd mondogatják:
„Valóban, az igazra mégis jutalom vár,
van még Isten, aki ítél a földön!”

58. zsoltár • Oltalomkérő imádság

(A karvezetőnek a „Ne töröld el” szerint – miktam Dávidtól, amikor Saul odaküldött és őriztette a házát, hogy megölje.)

Ellenségeimtől ments meg, Istenem, * védj meg azoktól, akik fölkelnek ellenem!

A gonosztevők közül ragadj ki engem, * szabadíts meg a vérszomjas férfiak kezétől!

Mert íme, lesben állnak * és életemre törnek az erősek.

Pedig sem vétek, sem bűn nincs bennem, Uram,*
sietnek, rám törnek, bár ártatlan vagyok.

Kelj fel, siess felém és tekints reám, * Seregek Ura, Izrael Istene!

Ébredj föl, büntesd meg mind a népeket, * a megátalkodottakhoz ne légy irgalmas!

Esténként mindig visszatérnek, * járják a várost, mint a vonító kutyák.

Hangosan csaholnak, éles kard a szájuk, * azt gondolják, nem hallja őket senki.

De te, Uram, nevetsz rajtuk, * semmivé teszel minden népet.

Istenem, erősségem, terád figyelek, * mert te vagy erős váram.

Istenem irgalmával elém siet, * Isten megadja, hogy ellenségeim fölébe kerüljek.

De ne öld meg őket, * hogy népem el ne feledkezzék soha erről.

Szórd szét őket erőddel, * és sújtsd le őket, Uram, védőpajzsom!

Ajkuk vétke és szájuk beszéde miatt † ejtse őket csapdába gőgjük, * mert hazugságot beszélnek és átkot szórnak.

Haragodban veszítsd el őket, * pusztítsd el őket és nem lesznek többé.

Hadd tudják meg, hogy uralkodik az Isten Jákobon * és a föld minden határán!

Esténként mindig visszatérnek, * járják a várost, mint a vonító kutyák.

Kóborolnak, élelmet keresnek, * és morognak, ha jól nem laknak.

De én hatalmas erődet éneklem, * már reggel ujjongok irgalmad miatt,

Mert te lettél az én erős bástyám, * menedékem gyötrelmem napján.

Istenem, erősségem, rólad szól énekem, † Te vagy erős váram, * az én irgalmas Istenem.

a hónap 11. napja

59. zsoltár • Imádság elvesztett csata után

(A karvezetőnek a „Liliom a bizonyíték” szerint – miktam Dávidtól; okulásul írta, amikor kivonult a két folyó arámjai és Coba arámjai ellen; amikor Joáb visszatért és a Só-völgyben megverte az edomitákat, tizenkétezer embert.)

Isten, elvetettél és szétszórtál minket, * megharagudtál ránk; térj vissza hozzánk!

Megrendítetted a földet és összetörted, * megindult egészen: gyógyítsd be sebeit!

Kemény csapással sújtottad népedet, * a keserűség borával itattál bennünket.

Jelt adtál azoknak, akik félnek téged, * hogy megmeneküljenek az íjak elől.

Ments meg jobboddal és hallgass meg minket, * hogy megszabaduljanak azok, akiket szeretsz!

Isten így szólt szentélyében: † „Ujjongva osztom fel Szichemet, * kimérem Szukkot völgyét.

Az enyém Gileád és enyém Manassze, † Efraim sisak lesz fejemen, * Júda a királyi jogarom.

Moáb a mosdótálam, † Edomra teszem sarumat, * csatakiáltásom Filisztea fölött hangzik.“

Ki vezet el az erős városba, * ki kíséri Edomba léptemet?

Nemde te, Istenünk, aki elhagytál minket, * és seregeinkkel nem vonulsz csatába, Istenünk?

Adj segítséget a gyötrelem idején, * mert az emberi segítség mit sem ér!

Istennel nagy dolgokat viszünk végbe, * ellenségeinket ő porba tiporja.

60. zsoltár • Az örökkévalókat remélő igaz imája

(A karvezetőnek, húros hangszerre – Dávidtól.)

Hallgasd meg könyörgő imámat, Istenem, * figyelj esdeklő szavamra!

A föld széléről kiáltok hozzád, amikor szorong a szívem, * magas kőszirtre vezess föl engem!

Mert reménységem te vagy nékem, * és erős bástyám az ellenség ellen.

Bár lakhatnám örökké sátradban, * hogy szárnyaid árnyékában találjak oltalmat!

Mert meghallgattad fogadalmamat, Istenem, † és nekem adtad azok örökrészét, * akik tisztelik neved.

Adj a király napjaihoz bőségben napokat, * és sok nemzedékkel mérjed éveit!

Élhessen trónján mindörökké Isten színe előtt, * tartsa meg őt irgalmad s hűséged!

Akkor zsoltárt zengek nevednek örökkön-örökké, * és amit fogadtam, teljesítem napról-napra.

61. zsoltár • A bizalom éneke

(A karvezetőnek, Jedutun szerint – Dávid zsoltára.)

Egyedül Istenben talál megnyugvást lelkem, * hiszen segítséget csak tőle kapok.

Mert menedékem és üdvöm az Isten, * erős váram ő, többé meg nem rendülök.

Meddig támadtok egy emberre oly sokan, * hogy ledöntsétek, mint omladozó falat, mint roskadó kerítést?

Mindenképp le akarják taszítani a magasból, † hazugságban telik kedvük, * szájukkal áldanak, szívükben átkoznak.

Egyedül Istenben talál megnyugvást lelkem, * hiszen türelmemet tőle kapom.

Mert ő az én Istenem s üdvöm, * erős váram, meg nem rendülök.

Szabadulásom és dicsőségem Istentől várom, * ő az én kősziklám, menedékem Istenben találom.

Mindenkor benne remélj, népem, † előtte öntsd ki szívedet, * mert Isten az oltalmunk.

Bizony csak pára Ádám minden fia, * az emberek élete hazug látszat.

Ha mérlegre teszed őket, * a páránál is könnyebb mindegyik.

Az erőszakban ne bízzatok, † ne kérkedjetek rablott zsákmánnyal, * ha gyarapszik is kincsetek, ne tapadjon hozzá szívetek!

Egyszer szólt az Isten, két dolgot értettem meg belőle: † „Istené a hatalom és nálad van, Uram, az irgalom, * te megfizetsz mindenkinek tettei szerint.”

62. zsoltár • Vágyakozás Isten után

(Dávid zsoltára, amikor Júda pusztájában tartózkodott.)

Isten, te vagy Istenem nékem, * pirkadattól melletted virrasztok.

Téged szomjaz a lelkem, érted eped a testem, * mint aszú föld, mely szomjas és vizetlen.

A szent sátorban téged keres arcom, * hogy dicsőséges hatalmad meglássam.

Jobb a te jóságod, mint az élet, * hirdetni fog ajkam téged.

Áldalak, amíg csak élek, * s nevedben tárom feléd kezemet.

Mint dús lakomával, teljék be lelkem, * és ajkam dicsér ujjongás szavával.

Rád emlékezem éjjel ágyamon, * és rád gondolok reggel.

Mert te vagy oltalmam, * szárnyaid árnyékában örömöm lelem.

Hozzád ragaszkodom egész szívvel, * jobboddal erősen tartasz engem.

Akik meg akarják rontani életem,
azok lekerülnek a földnek mélyébe,

kiszolgáltatva a kard hatalmának
és zsákmányul a sakáloknak.

A király azonban Istenben örül,
s mind dicsekszik majd, aki rá esküdött,
de a hazugok ajka elnémul örökre.

63. zsoltár • Oltalmamat Istentől várom

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Hallgasd meg, Istenem, panaszos szavamat, * óvd meg lelkemet, hogy ellenségeimtől ne kelljen félnem!

Ments meg a gonoszok hadától, * a gonosztevők tomboló dühétől!

Élesítik nyelvüket, mint a kardot, † mérgezett szavaikkal, mint nyilakkal céloznak, * hogy a rejtekből leterítsék az ártatlan embert.

Gyorsan rálőnek nyilaikkal, nem félnek semmitől, * egyre vakmerőbbek gonosz terveik.

Egymást biztatják a gonoszságra, † titokban tőrt vetnek * és így szólnak: „Ki láthat minket?”

Gonosz terveket szőttek, † kiforralt tervüket végre is hajtották; * kifürkészhetetlen az ember szíve.

De Isten kiröpíti rájuk nyilait, † váratlan csapással sújtja őket, * romlásukat nyelvük okozza.

Aki csak látja, fejét csóválja, * és félelem fog el minden embert.

Hirdetik Isten tetteit, * és megértik műveit.

Örvendezik az igaz az Úrban, † nála keres oltalmat, * benne dicsekszik minden igaz szívű.

64. zsoltár • Ünnepélyes hálaadás

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára, ének.)

Téged illet az ének Sionon, Istenem, * a fogadalom Jeruzsálemben néked adassék!

Te vagy, ki meghallgatod az imádság szavát, * tehozzád siet bűneinek terhével minden ember.

Erőt vettek rajtunk vétkeink, * de te megbocsátod őket nekünk.

Boldog, akit kiválasztasz és magadhoz emelsz, * csarnokaidnak lehet lakója.

Töltsenek el bennünket házad javai * és templomod szentsége!

Igaz voltodban meghallgatsz minket, megváltó Istenünk, † nagy csodákat művelsz velünk, * te vagy reménye minden földhatárnak és a távoli partoknak.

Erőd épített szilárd hegyeket, * hatalommal övezed magadat.

Lecsendesíted a tenger moraját, * habjai zúgását és a nemzetek zaját.

Jeleid láttán félelem fogja el a föld határán lakókat, * örömmel töltöd el Kelet és Nyugat kapuit.

Meglátogatod a földet és megöntözöd, * elhalmozod bőséges javakkal.

Isten patakja bővizű; † gabonát sarjasztasz az ember számára, * a földet is előkészíted:

Barázdáit megöntözöd, göröngyeit széjjelvágod, * Záporesőkkel puhítod és megáldod sarjadó vetését.

Megkoronázza az évet áldásod, * s jólét és bőség jár nyomodban.

Virulnak a rétek a pusztában, * a halmok is örömet öltenek.

Nyájakba öltözködnek a legelők, † a völgyeket gabona borítja, * ujjonganak és éneket zengenek.

a hónap 12. napja

65. zsoltár • Hálaadó himnusz

(A karvezetőnek – ének, zsoltár.)

Ujjongjatok Istennek, minden földek, † zsoltárt mondjatok fölséges nevének, * dicséretére éneket zengjetek!

Mondjátok Istennek: „Csodásak műveid!” * ellenségeid meghajolnak hatalmas erőd alatt.

Imádjon téged az egész föld és daloljon néked, * nevedet zsoltárral dicsérje!

Jertek, lássátok Isten tetteit, * csodálatosak, amiket végbevitt az emberek között!

Szárazfölddé tette a tengert, † száraz lábbal keltek át az áron; * azért őbenne vigadunk.

Hatalmasan uralkodik örökre, † szeme fürkészve néz a népekre, * a lázadók nem tudnak felkelni ellene.

Áldjátok Istenünket, népek, * dicsőségét hangosan zengjétek!

Ő adott életet nékünk, * és nem engedte, hogy lábunk inogjon.

Próbára vetettél minket, Isten, * tűzben kiégettél, mint az ezüstöt.

Hálóba fogtál bennünket, * súlyos terhet raktál hátunkra.

Embereket tettél fejünk fölé, † tűzön és vízen mentünk keresztül, * de végül mégis enyhülést adtál.

Égő áldozattal lépek házadba, * és teljesítem, amit fogadtam,

Mindazt, amit kimondott ajkam, * amiket szám a bajban megígért.

Hízott állatokat mutatok be áldozatul néked, * bikákat és kosokat áldozok.

Jertek, ti istenfélők, halljátok, * elbeszélem, mily nagy dolgot tett ő vélem.

Hozzá kiáltott ajkam, * nyelvem dicséretet mondott néki.

Ha rossz lett volna szívem szándéka, * az Úr soha meg nem hallgat.

Ámde Isten meghallgatott engem, * felfigyelt könyörgő szómra.

Áldott az Isten, mert nem vetette meg imámat, * és nem vonta meg kegyelmét tőlem.

66. zsoltár • Magasztalja Istent minden nemzet!

(A karvezetőnek, húros hangszerre – zsoltár, ének.)

Isten legyen irgalmas hozzánk, * áldjon meg bennünket s ragyogjon ránk arcának fénye,

Hogy a földön megismerjék útját, * mind a népek megváltását!

Áldjanak, Isten, a nemzetek, * mind a népek áldjanak téged!

Örvendjen minden nép és vigadjon, * mert igazságban kormányzod a földet!

Igazságosan ítélkezel a nemzeteken, * te kormányzod a föld népeit.

Áldjanak, Isten, a nemzetek, * mind a népek áldjanak téged!

A föld meghozta gyümölcsét nekünk, * megáldott Isten, a mi Istenünk.

Áldjon meg bennünket Isten, * félve tisztelje őt az egész világ!

67. zsoltár • Az Úr ünnepélyes bevonulása Sína hegyéről Sionba

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Fölkel az Isten és ellenségeit széjjelszórja, * elfutnak gyűlölői színe elől.

Szétszórod őket, amint a füst szertefoszlik, † miként megolvad a tűztől a viasz, * úgy semmisülnek meg a gonoszok az Isten színe előtt.

De örvendenek és ujjonganak Isten előtt az igazak, * és vigadoznak boldog örömmel.

Énekeljetek Istennek, zsoltárt zengjetek nevének, * készítsetek utat neki, aki a felhőkön közeleg!

Az Úr az ő neve, * vigadjatok színe előtt!

Árvák atyja és özvegyek védője * az Isten szent lakóhelyén.

Isten otthont ad a hontalannak, † a foglyokat szabad életre vezeti, * a lázadók azonban ott fognak lakni a pusztában.

Istenünk, amikor kivonultál néped élén * és átvonultál a pusztán, a föld akkor megrendült,

Az egek is szétfolytak Isten előtt, * Sína Urának, Izrael Istenének színe előtt.

Bőven hullattál esőt, Istenünk, * felüdítetted örökrészedet, ellankadt népedet.

Minden teremtményed otthonra talál, Istenünk, * jóságodban a szegények gondját viseled.

Felhangzik az Úr igéje, * a jó hírt hozóknak nagy a serege:

„Futnak a seregek királyai, futnak, * a házban zsákmányt osztanak.

Míg ti alusztok az aklok között, * a galamb szárnya ezüstösen csillog, arany színben ragyognak tollai.

Amikor a Mindenható a királyokat szétszórta, * a Szalmon hótól fehérlett.”

Básán hegye az Isten hegye, * sokormú hegység a Básán hegye.

Miért néztek irigykedve, ti magas csúcsok, arra a hegyre, † amelyet Isten lakóhelyül választott magának; * az Úr ott lakik örökre.

Isten harci szekere ezerszer ezer, * az Úr szentélyébe vonul Sína hegyéről.

Fölemelkedtél a magasságba, foglyokat vittél magaddal, † ajándékul embereket kaptál, * hogy a lázadók is Istennél, az Úrnál lakjanak.

Áldott legyen az Úr minden napon, * üdvösségünk Istene visel gondot reánk.

Istenünk ő, szabadító Istenünk; * az Úr, a mi Urunk, a halálból is kivezet minket.

Valóban, az Isten szétzúzza ellenségei fejét, * azok fejét, akik bűnben élnek.

Így szól az Úr: † „Lehozom őket Básán hegyéről, * fölhozom őket a tenger mélyéről,

Hogy vérben gázoljon lábad, * és ellenségeidből a kutyák is megkapják részüket.”

Látták bevonulásodat, Isten, * hogyan vonultál be a szentélybe, Istenem, Királyom.

Elöl mentek az énekesek, † a hárfások a menet végén, * középütt jöttek a doboló leányok:

„Ünnepi kórusban dicsérjétek az Istent, * ti, akik Izraeltől származtok, az Urat áldjátok!”

A törzsek élén az ifjú Benjamin, † őt a seregükkel Júda vezérei követik, * majd Zebulon fejedelmei és Neftali nagyjai.

Mutasd meg hatalmadat, Istenünk, * erősítsd meg, amit bennünk műveltél!

Jeruzsálembe, templomod javára * hozzanak ajándékokat neked a királyok!

Fenyítsd meg a nádlakó vadat, † a népek fejedelmeit, a hatalmasok seregét, * boruljanak le előtted ezüst kincsükkel!

Szórd szét a népeket, amelyek háborút akarnak! † Jöjjenek Egyiptom nagyjai, * Etiópia tárja kezét Isten felé!

Énekeljetek Istennek, föld népei, * zengjetek zsoltárt az Úrnak;

Aki áthalad az egeknek egein, * íme hallatja szavát, hatalmas szózatát.

Ismerjétek el Isten hatalmát, † Izrael fölött ragyogó fölségét * és nagy erejét a felhők felett!

Csodálatos vagy, Isten, szentélyedben! † Izrael Istene ad hatalmat és erőt népének. * Istenünk legyen áldott!

a hónap 13. napja

68. zsoltár • A házadért való buzgóság emészt

(A karvezetőnek a „Liliomok” szerint – Dávidtól.)

Ments meg engem, Istenem, * mert a víz már fölér a torkomig!

Elmerültem a mély iszapba,
és nincs hol megvessem lábamat, * a vizek mélyére zuhantam,
átcsapott a hullám fejem fölött.

Belefáradtam a kiáltozásba, a torkom berekedt, * elhomályosult szemem, míg Istenre várok.

Számosabbak, mint fejemen a hajszál, * akik ok nélkül gyűlölnek engem.

Hazug ellenségeim, akik üldöznek, erőre kaptak, * fizetnem kell azért is, amit el sem vettem.

Te ismered balgaságomat, Uram, * bűneim nincsenek rejtve előtted.

Ne szégyenüljenek meg miattam, akik benned bíznak, * Uram, seregek Ura!

Ne érje gyalázat miattam azokat, * akik keresnek téged, Izrael Istene!

Mert érted viselem a szégyent, * arcomat érted borítja gyalázat.

Idegen lettem testvéreim szemében, * jövevény anyám fiai előtt.

Mert a házadért való buzgóság emészt, * ha téged szidalmaznak, rám hull a gyalázat.

Sírtam és böjttel gyötörtem magam, * de rám az is csak szégyent hozott.

Vezeklő ruhát öltöttem magamra, * de ezért is megszólnak gúnyosan.

Rólam beszélnek, akik a kapuban ülnek, * rólam énekelnek a bor mellett vigadók.

De én tehozzád imádkozom, Uram, * a kegyelem idején, Istenem.

Bőséges irgalmadban hallgass meg engem, * segíts meg hűséged szerint!

Emelj ki az iszapból, hogy el ne süllyedjek, * gyűlölőim közül és a vizek mélyéből ragadj ki engem!

Ne sodorjon el a vizek árja, † és ne nyeljen el a mélység, * ne záruljon be fölöttem a kútnak szája!

Hallgass meg jóságos szeretettel, Uram, * nagy irgalmaddal tekints énrám!

Ne fordítsd el arcodat szolgádtól, * sietve hallgass meg, mert nagyon gyötrődöm!

Állj mellém és védj meg, * ellenségeim közül ments ki engem!

Te tudod, milyen gyalázat ért engem, * ismered csúfos szégyenem.

Látod mind, akik gyötörnek engem, * szívemet a gyalázat összetörte, beteggé váltam.

Vártam, hogy valaki együtt érez velem, de nem volt, * és aki megvigasztal, de azt sem találtam.

Ételembe epét kevertek, * és szomjúságomban ecettel itattak.

Asztaluk ezért váljék számukra csapdává,
barátaiknak pedig szorító hurokká!

Homályosodjék el a szemük, ne lássanak,
derekuk örökre veszítse erejét!

Áraszd ki rájuk méltatlankodásod,
s haragodnak tüze eméssze meg őket!

Lakóhelyük váljék pusztasággá,
senki ne tanyázzék többé sátraikban!

Hiszen azt üldözték, akit te vertél meg,
akit megsebeztél, annak fokozták fájdalmát.

Tetézd meg bűnökkel eddigi vétküket,
hogy ne számítsanak igaznak előtted!

Töröljék ki őket az élők könyvéből,
ne legyenek beírva az igazakkal együtt!

Nyomorult vagyok és szenvedek, * de segítséged, Istenem, fölemel engem.

Énekkel áldom Isten nevét, * s őt magasztalom dicsérő szóval.

Ez kedvesebb az Úrnak, mint az áldozati állat, * vagy mint a tinó, melynek már szarva és körme van.

Látják ezt a megalázottak és örülnek; * keressétek az Istent, és szívetek élni fog!

Az Úr meghallgatja a szegényt, * és nem veti meg övéit, ha fogságban sínylődnek.

Dicsérje őt ég és föld, * a tenger és minden, ami benne mozog!

Mert Isten megszabadítja Siont, † újra felépíti Júda minden városát; * ott lesz lakóhelyük, és az lesz birtokuk.

Szolgáinak ivadéka kapja örökül, * és ott laknak majd, akik szeretik nevét.

69. zsoltár • Istenem, hallgass szavamra!

(A karvezetőnek – Dávidtól, emlékezetül.)

Istenem, hallgass hívó szavamra, * Uram, siess, segíts meg engem!

Piruljanak és valljanak szégyent, * akik vesztemre törnek!

Hátráljanak meg és érje gyalázat azokat, * akik örülnek bajomon!

Megszégyenülve vonuljanak vissza, * akik gúnyolódva mondják: „Úgy kell néki!”

De ujjongjanak és örvendjenek benned, * mind, akik keresnek téged!

Hirdessék mindig: „Nagy az Isten!” * mind, akik várják üdvösséged!

De én nyomorult és szegény vagyok, * Istenem, siess, segíts meg engem!

Segítőm és szabadítóm te vagy nékem, * ne késsél tovább, Uram!

70. zsoltár • Uram, ifjúkorom óta te vagy reményem

Uram, benned van reményem, * ne hagyj soha szégyent érnem!

Igazságodban ments meg és szabadíts meg engem, * fordítsd felém füled és segíts meg!

Légy erős sziklám, * menedéket adó váram!

Ígéreted szerint szabadíts meg engem, * mert te vagy kősziklám és menedékem!

Istenem, ments meg a bűnösök kezéből, * a hatalmaskodók és a gonoszok öklétől!

Mert te vagy bizodalmam, Uram, Istenem, * ifjúságom óta te vagy reményem.

Anyám méhétől fogva rád hagyatkozom, † születésem óta te vagy támaszom, * szüntelen téged dicsérlek.

Gúny tárgya lettem sokak szemében, * de nekem te vagy erős gyámolom.

Dicséreted töltsi el számat, * magasztalásod egész napomat.

Öregkoromban se vess el engem, * ne hagyj el, ha elfogy erőm!

Mert ellenségeim megszólnak engem, * szemmel tartanak, s a tanácskozásban rólam beszélnek.

Azt mondják: „Elhagyta őt az Isten, * üldözzétek, fogjátok el, mert nincs, aki megmentse!”

Istenem, ne maradj távol tőlem, * Istenem, siess, segíts meg engem!

Valljanak szégyent és vesszenek el, akik ellenem támadnak, * szégyen és gyalázat szálljon azokra, akik vesztemre törnek!

Én pedig mindenkor benned remélek, * napról-napra jobban dicsérlek.

Ajkam hirdesse igazságodat, † jótetteidről beszéljen egész nap, * mert megszámlálni nem tudom őket!

Uramnak, Istenemnek templomához járulok, * egyedül igazságodra gondolok, Uram.

Istenem, te tanítottál ifjúkorom óta, * még ma is hirdetem csodás tetteid.

De öregkoromra, aggságomra se hagyj el, Istenem, * hogy hirdessem az eljövendő nemzedéknek karod erejét!

Istenem, hatalmad és igazságod fölér az egekig, † nagy dolgokat vittél végbe; * Istenem, ki hasonló hozzád?

Mily sok és nehéz gyötrelmet raktál rám, † de te új életre keltesz, * és felhozol a földnek mélyéből.

Állítsd helyre régi rangomat, * fordulj felém, és adj vigaszt nékem!

Én pedig hárfával magasztallak hűségedért, Istenem, * citerával zsoltározok néked, Izrael Szentje.

Ujjong az ajkam, amikor énekelek néked, * örvend a lelkem, mert te vagy megváltóm.

Igazságodat áldja nyelvem naphosszat, * mert szégyen és gyalázat érte azokat, kik vesztemre törtek.

a hónap 14. napja

71. zsoltár • A Messiás-király méltósága

(Salamontól.)

Isten, ítéletedet add a királynak, * és igazságodat a király fiának,

Hogy igazságosan ítélje népedet, * és méltányosan a szegény embert.

A hegyek hozzanak békét, * és igazságot a halmok a népnek.

Igazságosan ítéli népe szegényeit, † megszabadítja a nincstelen fiait, * de megaláz minden álnok embert.

Élni fog majd számos évig, * amíg csak nap és hold világít.

Leszáll, mint eső a rétre, * mint a zápor, amely a földet öntözi.

Napjaiban virágzik az igazság és a teljes béke, * amíg a hold meg nem szűnik.

Uralkodik tengertől tengerig, * a Folyótól a földnek széléig.

Leborulnak előtte a puszták lakói, * ellenségei a földig hajolnak.

Tarziszból s a szigetekről adományokkal királyok jönnek, * arab királyok, sábai királyok kincset hoznak.

A föld minden királya hódol néki, * és őt szolgálja minden nemzet.

Megszabadítja a szegényt, aki hozzá kiált, * a nyomorultat, akit nem segít senki.

Az elesettet és gyengét megszánja, * megmenti a szegények életét.

Az erőszaktól és elnyomástól megmenti őket, * mert az ő vérük drága néki.

Éljen, s adjanak neki Arábia aranyából, † imádkozzanak mindig érte, * s egész nap áldják nevét!

Bőven teremjen földjén a gabona, * a hegytetőket kalász borítsa!

Mint a Libanon viruljon gyümölcse, * és gyűjtsék össze, mint szénát a réten!

Legyen áldott a neve örökké, * maradjon fenn neve, amíg a nap ragyog!

Áldott legyen benne a föld minden törzse, * magasztalja őt minden nemzet!

Áldott az úr, Izrael Istene, * aki egyedül művel csodákat.

Dicső neve mindörökké legyen áldott, * fölségével teljék be az egész föld! Úgy legyen! Ámen!

72. zsoltár • Boldog vagyok, ha Isten közelében élek

(Aszaf zsoltára.)

Milyen jó az Isten az igaz emberhez, * azokhoz, akiknek a szíve tiszta.

Lábam mégis majdnem megbotlott, * kis híján elestem jártomban.

Mert fölháborodtam a kérkedők miatt * látva a bűnösök jólétét.

Szenvedés nem gyötri őket, * testük egészséges és erővel teljes.

Nem ismerik a halandók bajait, * nem érik csapások őket, mint a többi embert.

A kevélységet mint nyakláncot viselik, * és köntös rajtuk az erőszak.

Jólétükből gonoszság fakad, * álnok terveket szőnek szívükben.

Gúnyolódnak és hazug minden szavuk, * fölényesen, gonoszul beszélnek.

Az eget ostromolja káromló szavuk, * a földet sem kíméli nyelvük.

Ezért a nép feléjük fordul, * és mohón isszák szavukat, mint a vizet.

Azt mondják: † „Honnan tudná ezt az Isten, * hogyan szerezne tudomást a Fölséges minderről?”

Íme, ilyenek a bűnösök: mindig bőségben élnek, * vagyont vagyonra halmoznak.

Így szóltam: † „Hiába őriztem meg tisztán szívemet, * s ártatlanságban hiába mostam kezemet?

Mert egész nap csapások értek, * fenyítésben volt részem már kora reggel.”

Ha azt mondtam volna: † „Úgy beszélek én is, mint ők”, * fiaid nemzedékét árultam volna el.

Töprengtem, hogy meg tudjam érteni, * de túlságos nehéznek látszott.

Végül elmentem Isten szent hegyére, * és megértettem, hogy mi lesz a végük.

Mert valójában ingatag talajra helyezted őket, * és romlásba döntöd őket.

Hirtelen éri őket utol a pusztulás, * összeesnek s a rémülettől semmivé lesznek.

Miként az álom az ébredő emberben, * úgy tűnik el képük előtted, ha fölkelsz majd, Uram.

Amikor szívem kesergett, * és átjárta a bánat bensőmet,

Balga és tudatlan voltam, * mint oktalan állat álltam előtted.

De most már mindig veled maradok, * hiszen megfogtad jobbomat.

Szándékod szerint vezérelsz engem, * és dicsőségbe emelsz végül.

Mert nincs senkim a mennyben kívüled, * ha veled vagyok, nem kívánok a földön semmit sem.

Ha elgyengül is szívem és testem, * Isten a szívem sziklája, és örökre ő az osztályrészem.

Íme elpusztul, aki elszakad tőled, * elveszíted mind, aki hűtlenül elhagy.

Jó nekem, hogy Istenhez tartozzam, * reményemet az Úrba, Istenbe vessem,

Hogy hirdessem minden művedet * Sion leányának kapui előtt.

73. zsoltár • Kesergés a templom pusztulásán

(Aszaf tanítóköltemény e.)

Miért vetettél el végleg, Istenünk, * miért lángolt fel haragod legelőd nyája ellen?

Emlékezzél meg közösségedről, amely kezdettől birtokod, † a törzsről, amelyet megváltottál örökrészedül, * és Sion hegyéről, lakóhelyedről!

Irányítsd lépteidet az örök romokhoz, * az ellenség szentélyedben mindent lerombolt.

Szent helyeden zajonganak, akik gyűlölnek téged, * kitűzték zászlóikat, győzelmük jelét.

Olyanok, mint akik szekercéjüket magasra emelték * a sűrű erdő fáira.

Szétverték faragott kapuit, * és ledöntötték fejszével s baltával.

Lángba borították szentélyed, * porig alázták neved hajlékát.

Azt mondták szívükben: † „Pusztítsuk el egyszerre őket!” * és fölégették a földön Isten minden csarnokát.

Nem látunk jeleket, próféta nincs többé, * senki sem tudja, meddig tart még mindez.

Istenünk, meddig gyalázhat még az ellenség, * örökké csúfolhatja neved az ellenség?

Miért vonod vissza jobbodat, * miért nézed ezt ölbe tett kézzel?

De Isten a királyunk kezdettől fogva, * szabadító tetteket vitt végbe a földön.

Te hasítottad szét hatalmaddal a tengert, * összetörted a tengeri szörnyek fejét.

Te zúztad szét a Leviatán fejét, * odaadtad eledelül a tengeri szörnyeknek.

Te fakasztasz forrást, patakot, * kiszárítasz bővizű folyókat.

Tiéd a nappal és tiéd az éjszaka, * te alkottad a napot s a holdat.

Te jelölted ki a föld minden határát, * a te alkotásod a nyár és a tél is.

Emlékezz arra, Uram, † hogy az ellenség gyalázott téged, * az oktalan nép csúfolta nevedet!

Ne add a vadaknak a benned bízók lelkét, * és ne feledd el végleg a szegények életét!

Tekints szövetségedre, Uram, * mert erőszak ütötte fel sátrát a föld minden zugában!

A megalázott ne távozzék szégyennel, * a szűkölködő és a szegény dicsérje nevedet!

Kelj fel, Istenünk, vedd kézbe ügyedet, * lásd meg, hogy az oktalan naphosszat gyaláz téged!

Ne feledd ellenségeid hangját, * ellenfeleid egyre növekvő szidalmát!

74. zsoltár • Az Úr a legfőbb bíró

(A karvezetőnek a „Ne töröld el” szerint – Aszaf zsoltára, ének.)

Hálát adunk, Istenünk, hálát adunk néked, † és segítségül hívjuk nevedet, * elbeszéljük csodatetteid.

„Amikor megszabom idejét, * én meghozom igaz ítéletem.

Megrengjen bár a föld és minden lakója, * oszlopainak ereje tőlem való.

A kevélyeknek azt mondom: Ne legyetek kevélyek! * a bűnösöknek: Fejeteket föl ne emeljétek!”

Ne hordjátok fejeteket magasan, * az Isten ellen vakmerőn ne szóljatok!

Mivelhogy nem keletről, nem nyugatról, * nem a hegyekből jön a felmagasztalás, nem a sivatagból.

Istentől jön az ítélet: * megalázza az egyiket s a másikat fölemeli.

Mert serleg van az Úr kezében, * színig töltött bor pezseg benne.

Abból tölt az Úr, † a seprejéig ki kell inniuk; * belőle iszik a föld minden bűnöse.

Ám én örökké ujjongok, * Jákob Istenének zsoltárt zengek.

Letöröm a bűnösök hatalmát, * és magasra emelkedik az igaz feje.

75. zsoltár • Hálaadás győzelemért

(A karvezetőnek húros hangszerre – Aszaf zsoltára, ének.)

Megismertette magát Isten Júda földjén, * Izraelben nagy az ő neve.

Sálemben áll sátora, * Sionban van lakóhelye.

Ott törte össze a tüzes nyilakat, * pajzsot, kardot és minden harci eszközt.

Csodálatos vagy, fényesen tündökölsz a győzelem hegyén, * ahol kifosztották azokat, akik magukban bíztak,

Mert álom nyomta el őket, * és lehanyatlott a harcosok karja.

Feddő szavadtól, Jákob Istene, * megtorpannak a lovak és a harci szekerek.

Félelmetes vagy, ki állhat meg előtted, * amikor fellángol haragod?

Kihirdetted az égből az ítélet szavát, * megremegett a föld és elnémult,

Amikor fölkelt ítéletre az Isten, * hogy a szelídeknek szabadulást hozzon a földön.

Még a haragvó ember is magasztal, * és aki megmenekült haragodtól, téged ünnepel.

Tegyetek fogadalmat és teljesítsétek Isteneteknek, az Úrnak, * hozzatok ajándékot a Félelmetesnek, akik körötte vagytok!

Megtöri ő a fejedelmek gőgjét, * rettenetes a föld minden királya előtt.

a hónap 15. napja

76. zsoltár • Emlékezés az Úr nagy tetteire

(A karvezetőnek a „Jedutun” szerint – Aszaf zsoltára.)

Hangos szóval az Úrhoz kiáltok, * Istenhez száll szavam, és ő meghallgat engem.

Szorongatásom napján Istent keresem, † éjszaka szüntelen hozzá emelem kezem, * vigasztalódni nem akar szívem.

Ha Istenre gondolok, egyre csak sóhajtok, * ha rá emlékezem, elcsügged bennem a lélek.

Szememet ébren tartod, * nyugtalan vagyok, szólni sem tudok.

A régi napokra gondolok, * emlékezem a régmúlt évekre.

Egész éjjel töprengek szívemben, * gondolkodom és ezt fürkészi lelkem:

Vajon az Isten örökre elvet, * s nem lesz többé hozzánk kegyelmes?

Vajon végleg elfogyott irgalma, * nemzedékről nemzedékre megszűnt igéje?

Könyörülni az Isten elfeledt, * haragjában megvonja tőlünk irgalmát?

S így szólok: „Az az én fájdalmam, * hogy megváltozott a Fölséges jobbja!”

Tetteidre, Uram, visszagondolok, * emlékezem csodáidra, melyeket kezdettől műveltél.

Megfontolom minden tettedet, * végiggondolom nagyszerű műveid.

Szent a te utad, Istenem! * Van-e oly nagy isten, mint a mi Istenünk?

Te vagy az Isten, aki csodákat művelsz, * megmutattad hatalmad a népek között.

Megszabadítottad karoddal népedet, * Jákob és József fiait.

Láttak a vizek, Isten, téged, † láttak a vizek és remegtek, * megrendült a tenger mélye.

A felhőkből vizek ömöltek, † megdördültek a magas fellegek, * és nyilaid szerteröpültek.

Dörgésedtől zúgott a förgeteg, † villámaid bevilágították az egész földet, * megrendült a föld és remegett.

Tengernek vetted utadat, † a nagy vizeken át vezetett ösvényed, * s lépteid nyomát senki sem látta.

Néped vezetted mint a nyájat * Mózes és Áron keze által.

77. zsoltár • Izrael története, amely figyelmeztet és biztat is

(Aszaf tanítóköltemény.)

Figyelj tanításomra, népem, * hallgass ajkam szavára!

Példabeszédre nyitom meg számat, * ősidők titkait hirdetem nektek.

Amit hallottunk és megismertünk, † amit atyáink beszéltek el nekünk, * nem titkoljuk el fiaink elől.

Hirdetjük a jövő nemzedéknek az Úr dicső tetteit és erejét, * a csodákat, melyeket művelt.

Úgy rendelkezett Jákobnak, * azt a törvényt adta Izrael népének,

Hogy amit atyáinknak meghagyott, * fiaiknak adják azt tudtára,

Hadd ismerje meg a jövendő nemzedék, * a fiak, akik ezután születnek.

Ha felnőnek, gyermekeiknek ők is adják tovább, * hogy reményüket Istenbe vessék,

Ne feledjék el Isten tetteit, * és tartsák meg minden parancsát.

Ne legyenek olyanok, mint atyáik: * lázadó és makacs nemzedék,

Állhatatlan szívű nemzedék, * mert lelkük nem maradt hűséges Istenhez.

Efraim fiai, a harcra kész íjászok, * meghátráltak az ütközet napján.

Isten szövetségét semmibe vették, * nem akarták követni törvényét.

Elfelejtették tetteit, * a csodákat, melyeket nekik mutatott.

Atyáik szeme láttára csodás jeleket művelt * Egyiptom földjén, Tánisz mezején.

Szétválasztotta a tengert és átvitte őket, * megállította a vizet, mint egy falat.

Felhő által vezette őket nappal, * éjjel pedig tűznek fényével.

Ketté hasította a sziklát a pusztában, * és bőven adott inni az áradó forrásból.

Patakot fakasztott a sziklából, * és lezúdult a sok víz folyamként.

Ők mégis tovább vétkeztek ellene, * lázongtak a pusztában a Fölséges ellen.

Istent kísértették szívükben, * kívánságuk szerint enni kértek.

Isten ellen zúgolódtak s így beszéltek: * „Tud-e asztalt teríteni Isten a pusztában?”

Bár ráütött a sziklára és víz fakadt, † patakok folytak, de ők így szóltak: * „Tud-e kenyeret és húst adni népének?”

Hallotta az Úr és haragra gerjedt, † tűz lobbant fel Jákob ellen, * haragja fellángolt Izrael ellen,

Mert nem hittek Istenben, * és segítségében nem volt bizalmuk.

Mégis parancsolt a felhőknek, * és megnyitotta az egek kapuit:

Eledelül mannát hullatott, * és mennyei kenyeret adott nekik.

Angyalok kenyerét ette az ember, * ételt küldött nekik bőséggel.

Keleti szelet támasztott az égből, * és déli szelet küldött hatalmas ereje.

Mint a por, annyi húst hullatott rájuk, * annyi madarat, mint a tenger fövenye.

Lehullottak táboruk közepén, * sátraik mellé körös-körül.

Ettek és igen jóllaktak, * amit csak kívántak, megadta nékik.

Mégis kitartottak vágyaik mellett, * bár még szájukban volt az étel.

Ezért Isten haragja fellobbant ellenük, * megölte nagyjaikat és leterítette Izrael ifjait.

Ám ők tovább vétkeztek, * és csodáinak nem adtak hitelt.

Ezért napjaik semmibe tűntek, * éveiknek hamar véget vetett.

Amikor pusztítani kezdte őket, ismét őt keresték, * megtértek és hozzá siettek.

Ráeszméltek, hogy Isten a sziklájuk, * megváltójuk a fölséges Isten.

Szájukkal azonban hamisan szóltak, * és nyelvükkel hazudtak néki.

Szívük nem volt őszinte hozzá, * és szövetségéhez hűtlenek lettek.

De ő mégis irgalmas, * megbocsátja a vétket, nem akar pusztulást.

Újra meg újra fékezte haragját, * nem engedte fellobbanni dühének lángját.

Meggondolta, hogy múló test az ember, * mint a lehelet, amely nem tér vissza.

Hányszor lázadoztak a sivatagban Isten ellen, * hányszor keltették fel a pusztában haragját!

Istent kísértették újra meg újra, * keserűséget okoztak Izrael Szentjének.

Nem emlékeztek vissza hatalmas karjára, * sem arra a napra, amikor kimentette őket az elnyomó kezéből,

Amikor megmutatta Egyiptomban jeleit, * csodáit Tánisz mezején.

Vérré változtatta a folyókat, * és patakjaikat, hogy ne tudjanak inni belőlük.

Legyeket küldött, hogy kínozzák őket, * és békákat, hogy így romlást hozzon rájuk.

Termésüket rovaroknak adta, * a sáskáknak munkájuk gyümölcsét.

Szőlőjüket jégesővel verte el, * fügefáikra fagyot küldött.

Csordáikat jégveréssel irtotta, * nyájaikat tüzes villámmal.

Rájuk bocsátotta izzó haragját, † indulatát, fenyegetését, verését, * ártó angyalok seregét.

Szabadjára engedte haragját, † nem kímélte őket a haláltól, * életüket pestissel sújtotta.

Megölt minden elsőszülöttet Egyiptom földjén, * Kám sátraiban fiaik színe-virágát.

Kihozta népét, mint juhokat, * mint nyájat vezette őket a pusztában.

Biztonságban terelte őket és nem féltek, * de ellenségeiket elborította a tenger árja.

Bevezette őket szent földjére, * a hegyre, melyet jobbja szerzett nekik.

Elűzte előlük a népeket, † földjüket örökségül adta nekik, * és sátraikba telepítette Izrael törzseit.

Mégis megkísértették és ingerelték a fölséges Istent, * szövetségével mit sem törődtek.

Elpártoltak tőle és hűtlenek lettek, miként atyáik, * amint a meglazult íj félrehord, úgy tértek el tőle.

Magaslataikkal felkeltették haragját, * féltékennyé tették a faragott szobrokkal.

Isten meghallotta ezt és haragra gerjedt, * és elutasította magától Izraelt.

Elhagyta silói hajlékát, * sátorát, ahol emberek között lakott.

Fogságba juttatta hatalmának jelét, * a szövetség ládáját az ellenség kezére adta.

Kard martalékává tette a népet, * örökségével szemben haragra lobbant.

Fiaikat megemésztette a tűz lángja, * lányaik nem mentek férjhez.

Kard által hullottak el papjaik, * és nem maradt özvegy, ki sirassa holtjait.

De aztán felserkent az Úr álmából, * mint a bor mámorából ébredő harcos.

Végigvert ellenségeik hátán, * és örök szégyent hozott rájuk.

Elvetette József sátrát is, * nem választotta Efraim törzsét sem,

Hanem választása Júda törzsére esett, * és Sion hegyére, amelyet szeretett.

Magasra építette szentélyét, * örök alapot vetett neki, mint a földnek.

És kiválasztotta szolgáját, Dávidot, * elhozta a juhok aklától,

Elhívta az anyajuhok mellől, † hogy pásztora legyen népének, Jákobnak, * és Izraelnek, az ő örökrészének.

Ő pedig tiszta szívvel legeltette őket, * és vezette őket gondos kézzel.

a hónap 16. napja

78. zsoltár • Jeruzsálem siratása

(Aszaf zsoltára.)

Isten, pogányok törtek örökségedre, † meggyalázták szent templomod, * Jeruzsálemet romba döntötték.

Szolgáid testét az ég madarainak adták prédául, * és híveidet a mezei vadaknak.

Vérüket úgy ontották Jeruzsálem körül, mint a vizet, * nem temette el őket senki.

Gyalázattá lettünk szomszédaink előtt, * csúfsággá és nevetséggé azok előtt, akik között élünk.

Meddig még, Urunk? † Örökké tart haragod? * Indulatod, mint a tűz, még meddig lobog?

Öntsd ki haragod a pogányokra,
akik nem ismernek, az országokra,
amelyek neved nem tisztelik,

amiért Jákobot eltiporták
s lakóhelyét pusztasággá tették.

Atyáink vétkét ne tartsd számon, † irgalmaddal siess elénk, * mert nyomorultak lettünk egészen!

Segíts rajtunk, szabadító Istenünk, * neved dicsőségéért tégy szabaddá bennünket,

Nevedért ments meg minket, * és bocsásd meg minden vétkünket!

Miért mondják a pogányok: „Hol van az ő Istenük?” † Szemünk láttára legyenek tanúi a nemzetek, * hogy szolgáid kiontott vérét számon kéred!

Jusson eléd a foglyok sóhaja, * erős karoddal szabadítsd ki a halálra szántakat!

Szomszédainknak add vissza hétszeresen
a gyalázatot, amellyel illettek, Uram!

Mi pedig, a te néped és legelőd juhai, † mindörökké áldunk, *
nemzedékről nemzedékre dicsérünk téged.

79. zsoltár • Látogasd meg szőlődet, Uram!

(A karvezetőnek a „Liliom a bizonyíték” szerint – Aszaf zsoltára.)

Hallgass meg, Izrael pásztora, * aki terelgeted Józsefet mint egy nyájat!

Ki a kerubok felett trónolsz, * ragyogj fel Efraim, Benjamin és Manassze előtt!

Éleszd fel hatalmadat és jöjj el, * hogy üdvözíts minket!

Újíts meg bennünket, Istenünk, * ragyogtasd ránk arcodat, és szabadok leszünk!

Meddig haragszol még, Seregek Ura, * hiszen néped hozzád könyörög?

Könnyek kenyerével etettél, * könnyek árjával itattál bennünket.

Kiszolgáltattál minket szomszédainknak,
hogy harcoljanak ellenünk, * és ellenségeink gúnyolnak bennünket.

Seregek Ura, újíts meg bennünket, * ragyogtasd ránk arcodat, és szabadok leszünk!

Kihoztál Egyiptomból egy szőlőtőkét, * népeket űztél el, azt pedig helyükre ültetted.

Előkészítetted a talajt néki, * gyökeret vert és ellepte földjét.

Árnyékával befödte a hegyeket, * ágaival Isten cédrusfáit.

A tengerig nyújtotta vesszeit, * hajtásait a nagy folyam vizéig.

Miért romboltad le falait? * Azok szedik le, akik az úton járnak.

Az erdei vadkan pusztítja, * a mezők vadjai legelnek benne.

Térj vissza, seregek Istene, * tekints le az égből, lásd meg és gondozd ezt a szőlőt!

Oltalmazd, amit jobbod ültetett, * s az Emberfiát, kit magadnak neveltél!

Haragvó tekinteted pusztítsa el azokat, * akik letarolták és elégették, mint a szemetet!

Kezed védje a férfit, aki ott áll jobbodon, * az Emberfiát, kit magadnak neveltél!

Többé nem hagyunk el téged, * tarts életben minket, és segítségül hívjuk nevedet!

Seregek Ura, újíts meg bennünket, * ragyogtasd ránk arcodat, és szabadok leszünk!

80. zsoltár • A szövetség ünnepélyes megújítása

(A karvezetőnek Gát szerint – Aszaftól.)

Örvendjetek az Úrban, ő az oltalmunk, * ujjongjatok Jákob Istenének!

Kezdjétek a zsoltárt, szóljon a dob, * lágyan zengjen a lant és a hárfa!

Újholdkor fújjátok meg a harsonát, * s holdtöltekor, ünnepünk napján!

Mert ez parancs volt Izraelben, * Jákob Istenének törvénye,

Józsefnek szóló rendelet, * mikor az Úr fölvonult Egyiptom ellen.

Hangot hallottam, amit nem ismertem: † „Válláról leemeltem a terhet, * kezéből a kosarat kivettem.”

Hozzám kiáltottál a bajban s én megmentettelek, † meghallgattalak a dörgő felhőből, * megpróbáltalak Meriba vizénél.

Hallgass meg népem, hadd intselek, * Izrael, bárcsak hallgatnál szavamra!

Ne legyen soha más istened, * idegen istent ne imádj soha!

Én vagyok a te Urad és Istened, † én hoztalak ki Egyiptom földjéről, * nyisd tágra szádat s én megtöltöm azt.

De szavamra nem hallgatott népem, * nem figyelt rám Izrael.

Ráhagytam őket kemény szívükre, * járjanak csak fejük után!

Bárcsak hallgatna népem énrám, * és utamon járna Izrael!

Megaláznám akkor támadóit, * üldözőire emelném kezemet.

Nekik hódolnának, akik az Urat gyűlölik, * s örökké tartana jólétük:

Búzának javával táplálnám népem, * jól tartanám sziklából mézzel.

81. zsoltár • Isten ítélkezik a gonosz bírákon

(Aszaf zsoltára.)

Feláll az Isten az istenek gyűlésén, * ítéletet tart az istenek körében.

„Meddig akartok még hamisan ítélni, * meddig pártoljátok még a gonosz ügyét?

Védelmezzétek a nincstelen és az árva jogát, * szolgáltassatok igazságot a szegénynek s gyengének!

Az elnyomottat és a szűkölködőt tegyétek szabaddá, * mentsétek ki a gonoszok kezéből!”

Ők azonban nem tudnak és nem értenek semmit,
sötétben járnak: * alapjaiban inog az egész föld!

Bár azt mondtam: „Istenek vagytok, * s a Magasságbeli fiai mindnyájan.”

Mégis meghaltok, mint bármelyik ember, * és mint a fejedelmek, elhulltok mindnyájan.

Kelj föl, Istenünk, ítélj a földön, * hiszen a te örökséged minden nemzet.

a hónap 17. napja

[82. zsoltár • Izrael ellenségei ellen]

(Aszaf éneke.)

Istenem, ne maradj néma,
ne hallgass, Istenem, ne légy tétlen!

Nézd, hogyan dühöngnek ellenségeid,
s milyen fenn hordják a fejüket,
akik gyűlölnek téged.

Gonoszat forralnak néped ellen,
védetted ellen tanácsot tartanak.

Így szólnak: „Gyertek, töröljük ki a népek sorából,
Izrael nevét ne is emlegessék!”

Igen, egyetértőn tanácskoznak,
és szövetkeznek ellened:

Edom sátrai, az izmaeliták,
Moáb és a hagriták,

Gebál, Ammon és Amalek,
a filiszteusok és Tírusz lakói.

Asszur is velük szövetkezett,
segítséget nyújt Lót fiainak.

Bánj velük, ahogy Midiánnal tettél,
Sziszerával és Jábinnal a Kison-pataknál.

Endornál megsemmisültek,
és a földben televénnyé lettek.

Fejedelmeikkel bánj el, mint Orebbel és Zebbel,
vezéreikkel tégy úgy, ahogy Szebachhal és Zalmunnával,

akik azt mondogatták:
„Szerezzük meg magunknak Izrael földjeit!”

Istenem, tedd őket olyanná,
mint a száraz kóró,
mint pelyva a szélben,

mint a tűz, mely égeti az erdőt,
mint a láng, mely nyaldossa a hegyet!

Így hajszold őket a viharban,
fenyegesd meg őket zivatarodban!

Arcukat borítsa gyalázat,
és keressék a te nevedet, Uram!

Érje őket örök szégyen, tanácstalanság,
pusztuljanak el dicstelenül!

Hadd ismerjenek meg téged,
akinek neve: Úr!
Az egész világon egyedül te vagy fölséges.

83. zsoltár • Vágyódás az Úr házába

(A karvezetőnek Gát szerint – Korach fiainak zsoltára.)

Milyen kedves a te hajlékod, Seregek Ura! * Lelkem epedve sóvárog az Úr udvarába.

Testem és lelkem * örvendezik az élő Istenben.

A veréb is talál otthont magának, † a gerle is fiókáinak fészket; * én a te oltárodnál, Seregek Ura, Istenem, Királyom!

Boldogok, kik házadban élnek, * és mindörökké téged dicsérnek.

Boldog az az ember, aki benned találja erejét, * aki szívében zarándokútra készül.

Ha kiszáradt völgyben jár is, † ott források fakadnak, * a hajnali eső elárasztja áldásával.

Ahogy halad, egyre növekszik ereje, * a Sionon meglátja Istent.

Seregek Ura, hallgasd meg imámat, * fordítsd hozzám füled, Jákob Istene!

Nézz le ránk, védelmező Istenünk, * tekints Fölkented arcára!

Egyetlen nap templomodban jobb nékem, * mint bármely másik ezer.

Jobb Istenem házának küszöbén állni, * mint a bűnösök sátrában lakni.

Mivel az Úristen nap és védőpajzs, * kegyelmet ad és dicsőséget.

Nem tagad meg semmi jót azoktól, * akik tiszta szívvel élnek.

Seregek Ura, boldog az az ember, * aki benned bízik!

84. zsoltár • Imádság békéért

(A karvezetőnek – Korach fiainak zsoltára.)

Megáldottad országod, Uram, * jóra fordítottad Jákob sorsát.

Megbocsátottad néped vétkét, * elengedted minden bűnét.

Indulatodnak féket vetettél, * eloltottad haragod tüzét.

Teremts újjá minket, megváltó Istenünk, * haragodat fordítsd el tőlünk!

Vajon örökké nehéztelsz miránk, * s nemzedékről nemzedékre terjed haragod?

Miért nem keltesz újra életre minket, * hogy örvendhessen néped tebenned?

Engedd, Uram, irgalmad látnunk, * és megváltásodat add meg nékünk!

Hadd halljam, hogy mit mond az Úr, az Isten! * ő valóban a békét hirdeti.

Békét népének és minden szentjének, * és azoknak, akik szívből hozzá térnek.

Közel van üdvössége az istenfélőkhöz, * hogy dicsőség lakja földünket.

Találkozik majd hűség és irgalom, * együtt lesz akkor béke és igazság.

Hűség sarjad a földből, * igazságosság néz le a mennyből.

Az Úr megadja áldását, * s földünk meghozza gyümölcsét.

Igazságosság jár az Úr előtt, * békesség követi lépteit.

85. zsoltár • Isten irgalmas és jóságos

(Dávid imája.)

Fordulj hozzám és hallgass meg, Uram, * mert nyomorult és szegény vagyok!

Végy oltalmadba, mert neked élek, * szabadítsd meg, Istenem, szolgádat, aki benned bízik!

Könyörülj rajtam, Uram, * mert egész nap hozzád kiáltok.

Örvendeztesd meg szolgád szívét, * mert hozzád emelem a lelkemet, Uram.

Mert te, Uram, jóságos és irgalmas vagy, † megbocsátasz készséggel azoknak, * akik téged hívnak.

Hallgasd meg imámat, Uram, * figyelj könyörgő szavamra.

Szorongatásom napján hozzád kiáltok, * mert te meghallgatsz engem.

Az istenek közt, Uram, nincs hozzád hasonló, * és műveidhez semmi sem fogható.

Eljön minden nép, amelyet alkottál, † leborul előtted, Uram, * és dicsőíti nevedet,

Mert nagy vagy és csodákat művelsz: * egyedül te vagy Isten.

Taníts engem utadra, Uram, * hogy igazságod szerint járjak.

Irányítsd arra szívemet, * hogy nevedet félje.

Egész szívvel áldalak, Uram, Istenem, * és mindörökké dicsőítem nevedet.

Mert irgalmad oly nagy irántam, * hogy a halál országából kimentettél engem.

Istenem, kevélyek kelnek föl ellenem, † hatalmaskodók törnek vesztemre, * senki sem törődik veled.

Pedig te, Uram, irgalmas és jóságos Isten vagy, * hosszan tűrő, könyörülő és hűséges.

Tekints rám és légy hozzám kegyelmes, * adj erőt szolgádnak és szabadítsd meg szolgálód fiát.

Mutasd meg életemben jóságod jelét, † hadd lássák gyűlölőim és borítsa szégyen őket, * mert te, Uram, megsegítesz és megvigasztalsz engem.

86. zsoltár • Jeruzsálem minden nép anyja

(Korach fiainak zsoltára, ének.)

Szent hegyén vetette meg az Úr háza alapját, † szereti Sion kapuit, *
jobban, mint Jákob bármely hajlékát.

Dicső dolgokat mondanak rólad, * Isten városa!

Megemlékezem Egyiptomról és Babilonról azok között,
akik ismernek engem; *

íme Filisztea, Tírusz és Etiópia: ezek mind itt születtek!
Sionról pedig ezt mondják majd: †

„Benne született minden ember, * maga a Fölséges tette szilárddá.”

Az Úr bejegyzi a népek könyvébe: * „Ezek mind itt születtek!”

Azt éneklik a körtáncot járók: * „Minden forrásom belőled fakad!”

a hónap 18. napja

87. zsoltár • Beteg és magányos ember imádsága

(Ének, Korach fiainak zsoltára. A karvezetőnek a „Machalat” szerint énekelni – az eszrachita Heman tanítóköltemény.)

Uram, szabadító Istenem, hozzád kiáltok éjjel és nappal. †
Imádságom jusson színed elé, * kiáltásomra fordítsd füledet!

Mert gyötrelemmel telt meg a lelkem, * a holtak országához közel van életem.

Azok közé sorolnak, akik a sírba szállnak, * olyan lettem, mint az erőtlen ember.

A holtak között van fekhelyem, * mint akik halálra sebzetten sírban fekszenek,

Akikre nem gondolsz többé, * akiket többé nem tart kezed.

A sír mélyére vetettél, * a sötétségbe és a halál árnyékába.

Rám nehezedett súlyos haragod, * örvényeid összecsaptak fölöttem.

Barátaimat elszakítottad tőlem, † utálatossá tettél előttük, * nem szabadulhatok, mert fogoly vagyok.

Kínomban elhomályosult szemem, † Uram, egész nap hozzád kiáltok, * kezemet feléd tárom.

Teszel-e csodát a holtakon, * fölkelnek-e az árnyak, hogy téged áldjanak?

Vajon hirdeti irgalmadat a sírban valaki, * és hűségedet az enyészet honában?

Felismerhetők-e a sötétben csodáid, * és igazságosságod a feledés földjén?

De én, Uram, hozzád kiáltok, * már hajnalban hozzád száll imám.

Miért vetsz el magadtól, Uram, * arcodat miért rejted el előlem?

Ifjúkorom óta megtört vagyok s a halál fenyeget, * lesújtott engem félelmed, és zavart vagyok.

Rám zúdult izzó haragod, * felkavart a tőled való rettegés;

Ez vesz körül egész nap, mint az áradat, * bekerít engem minden oldalról.

Elszakítottál tőlem rokont és barátot, * csak a sötétség ismer engem.

88. zsoltár • Isten hűséges népéhez

(Az eszrachita Etán tanítóköltemény e.)

Uram, irgalmad tetteit éneklem örökké, * nemzedékről nemzedékre hirdeti ajkam hűséged.

Mert így szóltál: „Kegyelmem örökké megmarad”; * és hűséged szilárd, akár az égbolt.

„Szövetséget kötöttem választott fiammal, * megesküdtem Dávidnak, szolgámnak:

Házadat fenntartom örökké, * nemzedékről nemzedékre építem trónodat.”

Az egek magasztalják, Uram, csodás tetteid, * a szentek közössége áldja hűséged.

Ki mérhető az Úrhoz a felhők között? * ki hasonló hozzá az istenek fiai közül?

Félve tiszteli Istent a szentek tanácsa, * nagy és félelmetes azok előtt, akik körülveszik.

Ki hasonló hozzád, Uram, Seregek Istene? * Hatalmas vagy, Uram, hűséged körülvesz téged.

Te uralkodsz a háborgó tengeren, * lecsendesíted a tajtékzó hullámot.

Átszúrtad Ráhábot, halálra sebezted, * ellenségeidet szétszórta erős karod.

Tiéd az ég és a föld is tiéd, * te alkottad a földkerekséget s mindazt, mi betölti.

Észak és Dél kezed műve, * a Tábor és a Hermon nevednek, ujjong.

Karod hatalmas, Uram, * kezed erős, jobbod győzelmes.

Igazság és jog trónod támasza, * irgalom és hűség jár színed előtt.

Boldog az a nép, amely ismeri az ünnep örömét, * arcod világosságában járnak ők, Uram.

Nevednek örülnek minden időben, † igazságod magasra emeli őket, * mert te vagy dícsük és erejük.

Kegyelmeddel magasra emeled hatalmunk, † mert az Úrtól van védőpajzsunk, * Izrael Szentjétől királyunk.

Látomásban egykor így szóltál szentjeidhez: † „Segítségére keltem egy hősnek, * kiemeltem választottamat népe köréből.

Megtaláltam szolgámat, Dávidot, * szent olajommal királlyá kentem.

Kezem lesz szilárd támasza, * karom erőt ad néki.

Ellensége nem győz vele szemben, * álnok ember el nem nyomja.

Ellenségeit szétzúzom színe előtt, * s mindazt, ki gyűlöli, földre sújtom.

Hűségem és kegyelmem kíséri, * nevemben emelkedik magasra hatalma.

Ráteszem kezét a tengerre, * és jobbját a folyamok vizére.

Így szólít majd: Atyám vagy nékem, * Istenem, üdvöm sziklája.

És én elsőszülött fiammá teszem őt, * minden földi királynál nagyobbá.

Örökké megtartom iránta kegyelmem, * szövetségem vele meg nem szűnik.

Nemzetségét megtartom örök időkre, * s trónját, amíg csak fennáll az égbolt.

De ha fiai elhagyják törvényem, * és nem járnak végzésem szerint,

Ha rendelkezéseim semmibe veszik, * és megszegik parancsom;

Vesszővel büntetem vétküket, * és ostorral minden bűnüket.

De nem vonom meg tőle kegyelmem, * és hűségemet meg nem tagadom.

Szövetségemet meg nem szegem, * és szavaimat vissza nem vonom.

Szentségemre egyszer esküt tettem, * és Dávidnak hazudni nem fogok:

Nemzetsége örökké megmarad, * és előttem lesz trónja, miként a nap,

És szilárdan áll örökké, mint a hold, * a hűséges tanú az égen."

Te azonban eltaszítottad és félredobtad, * fölgerjedt haragod Fölkented ellen.

Felbontottad a szövetséget, mit szolgáddal kötöttél, * koronáját porig aláztad.

Leromboltad minden falát, * várait romba döntötted.

Kifosztották mind az arra járók, * gúny tárgya lett a szomszédok előtt.

Elnyomóinak jobbját magasba emelted, * ellenségeinek örömet szereztél.

Kicsorbítottad kardjának élét, * és nem álltál mellé a harcban.

Ragyogásának véget vetettél, * trónját a földre döntötted.

Megrövidítetted ifjú éveit, * elborítottad életét szégyennel.

Meddig rejtőzöl el, Uram; talán végleg? * Meddig lángol haragod tüze?

Emlékezz arra, hogy mily rövid az életem, * milyen mulandónak teremtettél minden embert!

Ki az az ember, aki életben marad és nem lát halált, * aki megmenthetné magát az alvilág kezéből?

Hol vannak, Uram, irgalmad régi tettei, * melyeket hűségedben esküvel ígértél Dávidnak?

Szolgáid gyalázatára emlékezz, Uram, * amit eltűrtem sok nép részéről.

Hiszen ellenségeid gyaláznak engem, Uram, * és kigúnyolják Fölkented lépteit.

Az Úr legyen áldott örökké! * Úgy legyen! Ámen!

a hónap 19. napja

89. zsoltár • Az Úr fényessége ragyogjon fölöttünk!

(Mózesnek, az Isten emberének imája.)

Uram, te lettél menedékünk, * nemzedékről nemzedékre.

Mielőtt a hegyek lettek, † föld és világ megszülettek, * öröktől örökig vagy te, Isten.

Te a halandót ismét porrá teszed, * és így szólsz: „Emberfiak, a porba térjetek!”

A te szemedben ezer év, akár a tegnap, úgy tűnik tova, * mint egy őrállás éjszaka.

Te elragadod őket, † olyanok lesznek, mint az álom, * mint a hajnalban sarjadó virág.

Reggel kizöldül, fölvirul, * estére megfonnyad s elszárad.

Bizony elsorvadtunk haragodtól, * indulatodtól megrendültünk.

Mert szemed elé állítottad vétkeinket, * s arcod világosságában látod bűneinket.

Haragodban múltak el napjaink, * sóhajként múltak el esztendeink.

Mindössze hetven év egész életkorunk, * nyolcvan talán, ha erősek vagyunk.

Ebből is legtöbb betegség, szenvedés, * sebesen elszáll és elragadtatunk.

Ki érti meg hatalmát haragodnak, * és ki fél igazán haragod hevétől?

Taníts meg számbavenni napjaink sorát,*
hogy eljussunk a szív bölcsességére.

Fordulj hozzánk, Uram, meddig késel? * Légy könyörületes szolgáidhoz!

Tölts el minket már reggel irgalommal, * hogy minden nap ujjongjunk s vigadjunk.

Örvendeztess meg a szenvedés napjaiért, * a sok bajt látott esztendőkért.

Ragyogjon föl műved szolgáid fölött, * és fiaik fölött dicsőséged.

Szálljon ránk Urunk, Istenünk jósága, † s kezünk munkáját igazítsd jó végre, * kezünk munkáját igazítsd jó végre.

90. zsoltár • A Fölséges oltalmában

Ki a Fölséges oltalmában lakik, * s a Mindenható árnyékában leli nyugalmát,

Az így szólhat az Úrhoz: † „Te vagy menedékem és váram, * Istenem, benned bízom!”

Ő ment meg téged a vadász tőrétől, * és a gonosz beszédtől.

Szárnyával véd és menedéket ád néked: * pajzs és páncél a hűsége.

Nem rettent az éjszaka árnya, * sem nappal a suhanó nyílvessző,

Nem félsz a sötétben lopódzó ragálytól, * sem a délben pusztító haláltól.

Ezrek hulljanak bár oldaladon és tízezrek jobbodon, * de hozzád közel sem férhet.

Meglátod majd saját szemeddel, * látni fogod, hogy meglakolnak mind a bűnösök.

Mert az Úr a védelmező várad, * a Magasságost választottad védő hajlékul.

Nem érhet semmi baj téged, * sátradhoz nem közelíthet semmi csapás.

Mert angyalainak parancsba adta, * hogy védelmezzenek minden utadon.

Tenyerükön hordoznak téged, * hogy kőbe ne üssed lábadat.

Viperán és kígyón lépdelsz, * oroszlánra és sárkányra taposol.

„Hű volt hozzám, azért megmentem, * védelmezem, mert ismeri nevem.

Ha hozzám kiált, meghallom szavát, † szorongatásában mellette állok, * megszabadítom és dicsőséget szerzek néki.

Megáldom hosszú élettel * és üdvösségemet meglátja szeme.”

91. zsoltár • A teremtő Isten dicsérete

(Zsoltár, szombati ének.)

Jó az Úristent áldani, * nevednek, Fölséges, zsoltárt zengeni,

Irgalmadat hirdetni reggel, * és hűségedet egész éjszaka,

Tízhúrú lanton, hárfának szavával, * citera mellett, énekszóval.

Mert tetteidben, Uram, örömöm lelem, * örvendezem kezed művein.

Mily fölségesek, Uram, műveid, * gondolataid igen mélyek!

Az oktalan ezt fel nem fogja, * az esztelen meg nem érti.

Ha sarjadnak is, mint a fű, a bűnösök, * és virulnak is mind a gonosztevők,

A sorsuk végül mégis pusztulás, * te pedig fölséges vagy, Uram, örökké.

Mert íme, a te ellenségeid, † ellenségeid elvesznek, Uram, * szétszóródnak mind, akik gonoszat tesznek.

A bivaly erejét adtad nékem, * fölkentél színtiszta olajjal.

Ellenségeimre letekint szemem, * gonosz támadóimat hallgatja fülem.

Virul az igaz, mint a pálma, * növekszik, mint a Libanon cédrusa.

Elültetve az Úrnak házában, * Istenünk csarnokaiban virágot bontanak.

Még vénségükben is gyümölcsöt hoznak, * erősek és zöldellők maradnak,

Hogy hirdessék: igaz az Úr; ő a kősziklám, * igaztalanság benne nincsen.

92. zsoltár • A teremtő Isten dicsérete

Király az Úr, fönségbe öltözött, * fönségbe öltözött, erővel övezte magát.

Biztos alapot vetett a földnek, * erősen áll az, meg nem inog.

Szilárd a trónusod kezdet óta, * öröktől élsz te, Uram.

Zúgnak a folyamok, Uram, † hangosan zúgnak a folyamok, * zúgva morajlanak a széles folyók.

Hatalmasabb, mint sok vizek morajlása, † hatalmasabb, mint tenger zúgása, * hatalmas az Úr a magas egekben.

Tanításaid, Uram, valóban igazak, * szentség illeti házadat örök időkig.

93. zsoltár • Az Úr megvédi az igazat

Uram, számonkérés Istene, * számonkérés Istene, jelenj meg ragyogva!

Kelj föl, ki megítéled a földet, * fizess meg a gőgösöknek tetteik szerint!

Meddig ujjonghatnak még a bűnösök, * meddig még, Uram?

Hangoskodnak és vakmerőn beszélnek, * és kérkednek, akik gonoszat tesznek!

Megalázzák népedet, Uram, * sanyargatják örökrészedet.

Gyilkolják az özvegyet, az idegent, * s az árvákat megölik.

Azt mondják: † „Ezt az Úr nem látja, * nem veszi észre Jákob Istene.”

Értsétek meg végre, akik oktalanul éltek népem körében; * ti esztelenek, mikor tértek észre?

Az ne hallana, aki a fület alkotta, * az ne látna, aki a szemet formálta?

Az ne büntetne, aki megfenyít népeket, * aki az embert tudásra tanítja?

Tudja az Úr, hogy mit gondol az ember, * hogy olyan az, mint egy fuvallat.

Boldog ember, akit te oktatsz, * akit törvényedre tanítasz, Uram.

Nehéz napjaiban enyhülést adsz néki, * amíg a gonosznak megássák sírját.

Mert az Úr nem veti el népét, * nem hagyja el örökrészét.

Mert az ítélkezés visszatér az igazsághoz újra * és ezt követi minden igaz szívű ember.

Ki véd meg a gonoszoktól engem, * a gonosztevőkkel szemben ki áll mellém?

Mert ha az Úr nem segített volna rajtam, * én már a csend honában laknék.

Ha azt mondom: „Meginog a lábam”, * irgalmad, Uram, megtart engem.

Ha szívem megtelik gonddal, * vigasztalásod örömre deríti lelkemet.

Vajon hozzád szegődhet-e a hamisság bírói széke, * mely a törvény látszatával gyötrelmet teremt?

Már az igaz életére törnek, * s elítélik az ártatlan embert.

De nekem az Úr lett erős váram, * Isten az oltalmam, kősziklám.

Ő megfizet gonoszságukért, † gaztetteik miatt pusztítja el őket, * Urunk, Istenünk elpusztítja őket!

94. zsoltár • Felhívás Isten dicséretére

Örvendezzünk, jertek az Úr előtt, * ujjongjunk üdvünk sziklája előtt,

Magasztalással lépjünk színe elé, * és zsoltárénekkel ujjongjunk néki!

Mert nagy Isten az Úr, * és nagy király minden isten fölött.

Kezében vannak a földnek mélyei, * és övé mind a magas hegyek.

Övé a tenger, ő alkotta meg, * s a szárazföld is kezének műve.

Boruljunk le, jertek és imádjuk őt, * boruljunk térdre Urunk és Alkotónk előtt,

Mert ő az Úr, a mi Istenünk, * mi pedig legelőjének népe és kezének juhai vagyunk.

Bárcsak hallgatnátok ma az ő szavára: * „Ne keményítsétek meg szíveteket, mint
Meribánál és Massza napján a pusztában,

Hol atyáitok próbára tettek engem: * megkísértettek, bár látták minden művemet.”

E nemzedéktől undorodtam negyven éven át és mondtam: † Tévelygő szívű ez a nép. * ők nem ismerték meg útjaimat,

Ezért haragomban kimondtam eskümet: * ők nem léphetnek be nyugalmam helyére.

95. zsoltár • Az Úr Király és Bíró

Új éneket énekeljetek az Úrnak, * minden földek zengjetek dalt az Úrnak.

Énekeljetek az Úrnak és áldjátok nevét, * mondjátok el naponként üdvösségét.

Hirdessétek dicsőségét a nemzetek között, * és csodás tetteit minden népnek.

Mert nagy az Úr és dicséretre méltó, * félelmetesebb ő minden istennél.

Mert a népek istenei bálványok, * az Úr pedig az egek alkotója.

Előtte fenség és méltóság, * szentélyében hatalom és fényesség.

Adjátok meg az Úrnak, népek törzsei, † adjátok meg az Úrnak dicsőségét és hatalmát, * adjátok meg az Úrnak nevének dicsőségét.

Áldozati ajándékkal lépjetek be az Úr házába, * imádjátok az Urat ünnepi díszben.

Földkerekség, reszkess az Úr előtt, * király az Úr, mondjátok el a nemzetek között.

Ő tette a földet szilárddá: meg nem inog, * igazságban ítéli meg a népeket.

Örvendjen az ég és ujjongjon a föld, † zúgjon a tenger s ami azt betölti, * ujjongjon a mező s mind, ami rajta él.

Örül majd akkor az erdő minden fája az Úr előtt, † mivelhogy eljön, * eljön és ítélkezik a földön.

Igazságban ítéli meg a földet, * hűségében a népeket.

a hónap 20. napja

96. zsoltár • Isten dicsőségesen ítélkezik

Király az Úr: ujjongjon a föld, * vigadozzanak a szigetek.

Felleg és homály veszi őt körül, * igazság és jog trónjának támasza.

Előtte tűz lobog, * és fölégeti ellenségeit köröskörül.

Villámai megvilágítják a föld kerekségét, * látja a föld és megremeg.

A hegyek szétfolynak, mint a viasz az Úr színe előtt, * a világ urának tekintete előtt.

Az egek hirdetik igazságát, * nagyságát látják minden nemzetek.

Megszégyenülnek mind a bálványimádók, † s akik faragott képeket tisztelnek. * Leborulnak előtte mind az istenek.

Hallja ezt és örvend Sion, † Júda városai ujjonganak, * ítéleteid miatt, Uram.

Mert nagy vagy, Uram, az egész föld felett, * fölségesebb, mint minden istenek.

Szereti az Úr azokat, akik gyűlölik a rosszat, † megőrzi szentjei lelkét, * s megmenti őket a gonoszok kezétől.

Fényesség kél az igaz emberre, * a tisztaszívűeket öröm tölti el.

Vigadjatok az Úrban, igazak, * szent nevére áldást mondjatok!

97. zsoltár • Az Úr diadalmas bíró

(Zsoltár)

Énekeljetek az Úrnak új éneket, * mert csodálatos dolgokat művelt.

Győzelmet aratott jobbja, * szentséges karjának ereje.

Üdvösségét az Úr tudtul adta, * kinyilvánította igazságát a nemzetek színe előtt.

Emlékezetbe idézte irgalmát * és hűségét Izrael háza iránt.

A föld minden határa látta * Istenünk megváltó erejét.

Ujjongjatok Istennek, minden földek, * örvendjetek, vigadjatok és zsoltárt zengjetek!

Citerával zengjetek zsoltárt az Úrnak, * citerával és hárfának szavával!

Harsona zengje és búgó kürtök, * ujjongjatok az Úr s Király előtt!

Zúgjon a tenger és mind, ami betölti, * a földkerekség és ami rajta él!

Tapsoljanak a folyamok, † a hegyek is velük ujjongjanak az Úr színe előtt, * mert eljön, hogy ítéletet mondjon a föld fölött.

Igazságosan ítéli meg az egész világot, * és méltányossággal mind a népeket.

98. zsoltár • Szent az Úr, Istenünk

Király az Úr: a népek megremegnek,*
kerubok fölött van trónja: reng a föld.

Nagy az Úr Sionban, * fölséges minden nép fölött.

Áldják nagy és félelmetes neved, * mert szent és hatalmas ő!

Király vagy, Uram,* szereted az igazságot.

Szilárddá tetted a rendet, * Jákobban az igazságot és a jogot te teremted.

Dicsérjétek Urunkat, Istenünket, és boruljatok le zsámolyához, * mert szent és hatalmas ő!

Mózes és Áron a papokkal együtt, * Sámuel és akik nevét szólították,

Az Úrhoz kiáltottak, * és ő hallgatott rájuk.

Felhő oszlopban szólott ő nekik, † s ők megtartották rendeléseit, * a törvényt, melyet ő adott nekik.

Meghallgattad őket, Urunk, Istenünk, † irgalmas voltál hozzájuk, Istenünk, * de megbüntetted vétkeiket.

Dicsérjétek * Urunkat, Istenünket, és boruljatok le szent hegyén, mert szent az Úr, a mi Istenünk.

99. zsoltár • Az Úr házába lépők örvendezése

(Hálaadó zsoltár.)

Örvendjetek az Úrban, minden földek, * szolgáljatok az Úrnak vigassággal!

Járuljatok eléje ujjongással, * tudjátok meg, az Úr az Istenünk!

Ő alkotott bennünket, az övé vagyunk, * legelőjének nyája és népe vagyunk.

Jöjjetek házába háladallal, * templomába magasztalással!

Magasztaljátok őt és áldjátok nevét! † Jóságos az Úr és irgalma megmarad * és hűsége nemzedékről nemzedékre.

100. zsoltár • Királyi fogadalom

(Dávid zsoltára.)

Igazságról és jóságról éneklek, * neked, Uram, zsoltárt zengek.

Az ártatlanság útjára figyelek, * mikor jelensz meg nékem?

Tiszta szívvel akarok élni házamban, * nem jár eszem hitvány dolgokon.

Megvetem azokat, akik a törvényt megszegik, * közösséget nem tartok velük.

Az álnok szív tőlem távol legyen, * a gonoszságról tudni sem akarok.

Elnémítom, aki titkon rágalmazza embertársát, * a gőgöst és a kemény szívűt meg nem tűröm.

A hűségeseket keresi a földön szemem, * hogy ők lakjanak mindig velem.

Aki egyenes úton jár, az legyen szolgám, * nem lakhat házamban, akinek szíve álnok.

Aki hazug dolgokat beszél, * szemem előtt meg nem állhat.

Már reggel elnémítom földünk minden bűnösét, * és kiűzök az Úr városából minden gonosztevőt.

101. zsoltár • A száműzött imája

(Egy szenvedő imája, aki nyomorúságában elpanaszolja baját az Úrnak.)

Uram, hallgasd meg imámat, * kiáltásom jusson eléd!

Ne rejtsd el előlem arcodat, * szorongatásom napján fordítsd felém füledet!

Amikor csak hozzád kiáltok, * siess, hallgass meg engem!

Mint a füst, elmúlnak napjaim, * csontjaim, mint a parázs, izzanak.

Mint a lekaszált és elszáradt fű, olyan a szívem, * elfelejtem megenni kenyerem.

Egyre csak jajgatva kiáltok, * húsom csontomra tapadt.

Olyan lettem, mint pelikán a pusztában, * mint bagoly a romok között.

Elkerül az álom és sírok, * mint magányos veréb a háztetőn.

Ellenségeim egész nap gyaláznak, * összeesküsznek ellenem, akik miattam haragra lobbantak.

Hamut eszem kenyér helyett, * és italomat könnyel vegyítem

Neheztelésed és haragod miatt, * mert magasba emeltél, hogy földre sújts engem.

Napjaim olyanok, mint a megnyúlt árnyék, * elszáradok, miként a széna.

Ám te, Uram, örökre megmaradsz, * nemzedékről nemzedékre fennmarad neved.

Fölkelsz és megkönyörülsz Sionon, † mert itt az ideje, hogy megkegyelmezz néki, * valóban itt az óra.

Még köveiben is gyönyörködnek szolgáid, * és sírnak romjai fölött.

A nemzedékek félik majd nevedet, Uram, * és dicsőségedet vallja a föld minden királya;

Mert az Úr felépíti újra Siont, * és megjelenik dicső fényében.

Meghallgatja a szegények imáját, * könyörgésüket meg nem veti.

Születendő gyermekeiknek írják föl mindezt, * hogy dicsérje az Urat a jövő nemzedék.

Mert letekintett az Úr fönséges házából, * a mennyből a földre nézett,

Hogy meghallja a foglyok sóhaját, * és megszabadítsa a halálra szántakat,

Hogy Sion hegyén az Úr nevét hirdessék, * és Jeruzsálemben dicső erejét,

Ha majd egybegyűlnek ott népek és országok, * hogy az Urat szolgálják.

Útközben megtörte erőmet, * megrövidítette életem napjait.

Akkor így szóltam: † Ne ragadj el életem derekán, * hisz nemzedékről nemzedékre tartanak éveid, Istenem!

Kezdetben te vetettél a földnek szilárd alapot, * az égbolt is a te kezed műve.

Ezek elmúlnak, de te megmaradsz, † elavulnak, mint az ócska ruha, * mint az öltözéket, váltod őket.

Megváltoznak, de te ugyanaz maradsz, * s éveid nem érnek véget.

Szolgáid fiai nálad laknak, * utódaik megmaradnak színed előtt.

102. zsoltár • A könyörülő Isten dicsérete

(Dávidtól.)

Áldjad, lelkem, az Urat, * egész bensőm az ő szent nevét!

Áldjad, lelkem, az Urat, * és ne feledd, hogy mennyi jót tett veled!

Megbocsátja minden vétked, * meggyógyítja minden gyengeséged.

A pusztulástól megmenti életed, * kegyelemmel és irgalommal koronáz téged.

Betölt ajándékaival életed folyamán, * és megújul ifjúságod, mint a sasé.

Az Úr igazságos tetteket visz végbe, * igazságot szolgáltat mindannak, akit elnyomnak.

Kinyilvánította útjait Mózesnek, * Izrael fiainak csodás tetteit.

Könyörületes az Úr és jóságos, * hosszan tűrő és irgalma bőséges.

Nem pörlekedik örökre, * nem tart örökké haragja.

Nem bánik velünk bűneink szerint, * és nem gonoszságaink szerint fizet nékünk.

Mert amilyen magas az ég a föld fölött, * jósága oly hatalmas azokhoz, akik félik őt.

Amilyen távol van napnyugattól napkelet, * olyan messze dobja tőlünk vétkünket.

Amint az apa megkönyörül fiain, * úgy könyörül az Úr azokon, akik félik őt.

Hiszen tudja ő, hogy mik vagyunk, * emlékezik rá, hogy porból lettünk.

Akár a fűszál, olyanok az ember napjai, * virul, mint a mező virága.

Ráfú a szél, és már nincsen többé, * elfeledi a hely is, ahol állott.

Ám az Úr kegyelme mindörökre azokkal van, kik félik őt, * és fiaiknak fiaival igazsága;

Azokkal, akik szövetségét megtartják, * gondolnak parancsaira és azok szerint élnek.

Az Úr a mennyben állította fel trónját, * királyi hatalma uralkodik a mindenségen.

Áldjátok az Urat, angyalai mind, † ti hatalmasok, kik megtartjátok parancsát, * és engedelmesen hallgattok szavára!

Áldjátok az Urat, seregei mindnyájan, * akaratának készséges szolgái!

Áldjátok az Urat, minden alkotása, † uralmának minden helyén! * Áldjad, lelkem, az Urat!

a hónap 21. napja

103. zsoltár • A teremtés himnusza

Áldjad, lelkem, az Urat! * Mindennél hatalmasabb vagy, Uram, Istenem!

Fenségbe és szépségbe öltözöl, * fényesség borul rád köntösként.

Kifeszítetted az eget, mint egy sátrat, * a vizek fölött építettél magadnak hajlékot.

Fogatoddá tetted a felhőket, * és tovaszállsz a szelek szárnyán.

Követeiddé tetted a szeleket, * a tüzes villámot szolgáddá.

A földet biztos alapra helyezted, * az idők végéig meg nem inog.

Az őstenger köntösként takarta, * vizek borították a hegyek ormait.

Ám visszahúzódtak feddő szavadra, * megremegtek mennydörgő hangodra.

A hegyek fölemelkedtek, a völgyek mélybe szálltak, * arra a helyre, amelyet nekik rendeltél.

Határt szabtál nekik és nem lépnek át rajta, * és nem öntik el többé a földet.

Patakokba gyűjtötted a források vizét, * ott csörgedeznek a hegyek között.

Belőlük isznak a mező vadjai, * a vadszamarak ott oltják szomjukat.

Partjukon fészkelnek az égi madarak, * a lombok között zengik énekük.

A hegyeket hajlékod vizével öntözöd, * munkád gyümölcsével jól tartod földünket.

Az állatoknak füvet sarjasztasz, * növényeket az ember hasznára,

Hogy a föld kenyeret hozzon, * és bort, amely felvidítja az ember szívét,

Hogy arcát az olaj örömre derítse, * és kenyér adjon erőt az ember szívének.

Jóllaknak az Úrnak fái, * s a Libanon cédrusai, melyeket ültetett.

A madarak ott raknak fészket, * tetejükön lakik a gólya.

A magas hegyek a zergék hazája, * a hegyi borz a sziklák közt tanyázik.

Te alkottad a holdat, hogy az időt mérje, * a nap is tudja nyugtának idejét.

Sötétséget támasztasz és leszáll az éjszaka, * az erdő vadjai útrakelnek.

Prédáért üvöltenek az oroszlánkölykök, * Istentől várják étküket.

Felkel a nap és hazatérnek, * elrejtőznek tanyájuk mélyén.

Az ember munkába indul, * és dolgozik napestig.

Milyen számosak műveid, Uram, † bölcsességgel alkottál mindent, * betöltik a földet kezed művei.

Nézd, mily nagy és széles a tenger, * számtalan kisebb és nagyobb állat él benne.

Rajta hajók járnak, * s benne a Leviatán, amelyet azért alkottál, hogy játsszál vele.

Mindezek tőled várják, * hogy idejében adj nekik eledelt.

Megadod nekik és ők összegyűjtik, * kitárod kezed és eltelnek minden jóval.

Ha elrejted arcodat, félelem szállja meg őket, † ha az élet leheletét megvonod tőlük, * elpusztulnak és a porba térnek.

Ha kiárasztod lelkedet, újra élnek, * és megújítod a földnek színét.

Dicsőség legyen az Úrnak örökké! * Örvendjen az Úr minden művének!

Letekint a földre, és az beléremeg, * füstölnek a hegyek, ha érinti őket.

Egész életemben az Úrnak éneklek, * zsoltárokkal dicsérem, amíg csak vagyok.

Kedves legyen előtte énekem, * örömömet az Úrban lelem.

Tűnjenek el a földről a bűnösök, † és ne legyenek többé gonoszok! * Áldjad, lelkem, az Urat!

104. zsoltár • Az Úr hűséges marad ígéreteihez

(Alleluja!)

Adjatok hálát az Úrnak, és hívjátok segítségül nevét, * hirdessétek tetteit a nemzetek között!

Énekeljetek és zengjetek zsoltárt néki, * elmélkedjetek minden csodáján!

Dicsekedjetek szent nevében, * szívből örvendezzenek, akik az Urat keresik!

Keressétek az Urat és hatalmas erejét, * keressétek arcát szüntelen!

Ne feledjétek csodatetteit, melyeket végbevitt, * a jeleket és ajkának igéit,

Ne feledjétek, Ábrahámnak, az ő szolgájának sarjai, * választottjának, Jákobnak fiai!

Ő az Úr, a mi Istenünk, * ő ítéli meg az egész földet.

Emlékezik szövetségére mindenkor, * ezernyi nemzedéknek adott szavára:

A szövetségre, melyet Ábrahámmal kötött, * s az esküre, melyet Izsáknak adott.

Ezt hagyta végzésül Jákobnak, * és örök szövetségül Izrael népének.

Így szólt: „Neked adom Kánaán földjét, * az lesz kimért örökrészed.”

Amikor még csekély számban voltak, * kevesen és jövevényként éltek azon a földön,

Vándoroltak nemzettől nemzetig, * egyik országtól a másik népig,

Nem engedte, hogy bárki is ártson nekik, * királyokat feddett meg miattuk:

„Fölkentjeimhez hozzá se érjetek, * prófétáimmal ne tegyetek semmi rosszat!”

Azután éhséget bocsátott a földre, * és elpusztított minden falat kenyeret.

De elküldött előttük egy férfit, * a rabszolgának eladott Józsefet.

Béklyóba verték lábát, * vasbilincsbe zárták nyakát,

Amíg be nem teljesedett, amit mondott, * és igazolta őt az Úrnak szava.

A király üzent, hogy oldják le bilincsét, * a népek fejedelme szabadon engedte.

Házának urává tette őt, * minden vagyona fölé rendelte,

Hogy főembereit tetszése szerint oktassa, * és bölcsességre tanítsa véneit.

Akkor költözött Egyiptomba Izrael, * és Jákob Kám földjén akkor lett jövevény.

Az Úr nagyon megsokasította népét, * és erősebbé tette az őt elnyomó népnél,

De megváltoztatta azok szívét, † hogy meggyűlöljék népét, * hogy szolgáival álnokul bánjanak.

Akkor elküldte szolgáját, Mózest, * és Áront, akit magának választott.

Szavuk által jeleket vitt végbe, * Kám földjén csodákat művelt.

Sötétséget támasztott és minden homályba borult, * s még akkor sem hallgattak szavára.

Vérré változtatta a vizeket, * elpusztított bennük minden halat.

Békák hemzsegtek földjükön, * még a királyi palota is telve volt velük.

Legyek rajzottak elő szavára, * és szúnyogok lepték el egész földjüket.

Eső helyett jégverést küldött, * és földjükre emésztő tüzet.

Elvert minden szőlőt és fügefát, * letörte határukban a termőfákat.

Szavára sáskák jöttek, * és számtalan pusztító bogár.

Lerágtak a mezőn minden füvet, * fölfalták földjük minden termését.

Országukban minden elsőszülöttet halálra sújtott, * fiaik színe-virágát.

Arannyal, ezüsttel gazdagon vezette ki őket, * s törzseik között egy sem volt erőtlen.

Kivonulásuk miatt ujjongott Egyiptom, * mert rettegésben éltek miattuk.

Oltalmul felhőt borított rájuk, * és tüzet, hogy világítson nekik éjjel.

Kérésükre fürjek jöttek, * és jóllakatta őket mennyei kenyérrel.

Széjjelhasította a sziklát és víz ömlött belőle, * és folyamként ömlött a pusztában.

Mert megemlékezett szent szaváról, * melyet szolgájának, Ábrahámnak adott egykor.

Örvendezés közt vezette ki népét, * választottait ujjongó örömben.

Nekik adta a nemzetek földjeit, * s a népek munkájának gyümölcsét birtokba vették,

Hogy törvényeit megtartsák, * és kövessék minden parancsát.

105. zsoltár • Az Úr jósága és a nép hűtlensége

(Alleluja!)

Adjatok hálát az Úrnak, mert jó, * mert irgalma örökkévaló!

Ki tudná elmondani az Úr hatalmas tetteit, * dicséretét ki tudná hirdetni?

Boldog, aki megtartja a törvényt, * akinek tettei mindenkor igazak.

Emlékezzél meg rólunk, Urunk, hiszen szereted népedet, * szabadításoddal látogass hozzánk!

Hadd lássuk választottaid boldogságát, † hadd örvendjünk néped örömén, * és dicsekedjünk örökrészeddel!

Atyáinkkal együtt mi is vétkeztünk, * igaztalanul cselekedtünk, gonoszat tettünk.

Atyáink Egyiptomban nem értették meg csodáidat, † mérhetetlen irgalmadra nem gondoltak, * és lázadoztak, amikor elérték a tengert, a Vörös-tengert.

De az Úr megszabadította őket nevéért, * hogy megismertesse hatalmas erejét.

Parancsolt a Vörös-tengernek, és az kiszáradt, * átvezette őket a tenger mélyén, miként a pusztában.

Gyűlölőik hatalmából kimentette őket, * és megszabadította az ellenség kezéből.

Sanyargatóikat elnyelte a tenger, * egy sem maradt életben közülük.

Akkor hittek szavának, * és dicséretét zengték hangosan.

Ám hamar elfeledték tetteit, * és nem bíztak többé szavában.

Saját vágyaikat követték a pusztában, * Istent kísértették a kietlen földön.

S ő megadta nekik, amit kértek, * jóllaktak, sőt csömör fogta el őket.

Irigykedtek a táborban Mózesre, * és Áronra, az Úrnak szentjére.

Megnyílt a föld és elnyelte Dátánt, * és eltemette Abiron csapatát.

Tűz csapott le seregük ellen, * a bűnösök lángban égtek el.

Borjút öntöttek Hóreb hegyénél, * és leborultak a szobor előtt.

Fölcserélték a dicsőséges Istent * a füvet legelő bika képével.

Elfeledték Istent, aki megszabadította őket, * aki Egyiptomban jeleket művelt,

Kám földjén csodákat, * félelmetes dolgokat a Vörös-tengernél.

Már arra gondolt, hogy eltörli őket, * ha nem lett volna ott Mózes, választott szolgája.

Ám ő odaállt színe elé, * elfordította az Úr haragját, hogy ne ártson nekik.

Semmibe vették az ígéret földjét, * és nem hittek szavának.

Zúgolódtak sátraik mélyén, * és nem hallgattak Isten szavára.

Ő pedig fölemelte kezét ellenük, * hogy leterítse őket a pusztában,

Hogy szétszórja utódaikat a pogányok között, * és elszélessze őket messzi országokba.

Majd Beelfegor mellé szegődtek, * és a bálványoknak áldozott ételből ettek.

Tetteikkel felingerelték az Urat, * ezért súlyos csapás érte őket.

Fölállt akkor Fineász és ítéletet tartott, * és megszűnt a csapás.

Igaz tettnek számított ez néki, * nemzedékről nemzedékre, örökkön-örökké.

Újból felingerelték Meriba vizénél, * még Mózest is bajba sodorták,

Mert megkeserítették lelkét, * és ő meggondolatlan szóra nyitotta száját.

Nem irtották ki a népeket, * pedig az Úr meghagyta nekik.

Elvegyültek a pogányok közé, * és eltanulták minden tettüket.

Bálványaiknak szolgáltak, * s ez csapda lett számukra.

Fiaikat áldozatul adták, * és lányaikat föláldozták a gonosz démonnak.

Ártatlan vért ontottak, † fiaik és leányaik vérét; * Kánaán bálványainak áldozták őket.

Vérrel szennyezték be a földet, † tetteikkel beszennyezték magukat, * cselekedeteikkel hűtlenek lettek.

Haragra lobbant az Úr népe ellen, * és megutálta örökrészét.

Pogány nemzetek kezére adta őket, * és gyűlölőik lettek úrrá rajtuk.

Ellenségeik sanyargatták őket, * földre görnyedtek kezük alatt.

Sokszor megmentette őket, † ők azonban szándékával szembeszálltak, * és bűneikben egyre mélyebbre süllyedtek.

Nyomorúságukban mégis rájuk tekintett, * amikor meghallotta kiáltó szavukat.

Megemlékezett szövetségéről kedvükért; * szeretetében könyörületre indult irántuk.

Szánalmat ébresztett azok szívében, * akik fogságba hurcolták őket.

Szabadíts meg minket, Urunk, Istenünk, * és gyűjts egybe a pogányok közül,

Hogy magasztaljuk szent nevedet, * és az legyen dicsekvésünk, hogy téged dicsérünk!

Áldott legyen az Úr, Izrael Istene † kezdettől fogva örökkön-örökké! * Mondja az egész nép: „Úgy legyen! Ámen!”

a hónap 22. napja

106. zsoltár • Hálaadás a szabadulásért

(Alleluja!)

Adjatok hálát az Úrnak, mert jó, * mert irgalma örökkévaló!

Így szólnak mind, akiket az Úr megváltott, * akiket megmentett az ellenség kezéből,

Akiket összegyűjtött minden tájról, * keletről és nyugatról, délről és északról.

A pusztában, a sivatagban bolyongtak, * nem találtak utat, mely lakható városba vezet.

Éheztek és szomjaztak, * elepedt bennük a lélek.

Gyötrelmükben kiáltottak az Úrhoz, * s ő kiragadta őket súlyos bajukból.

Egyenes úton vezette őket, * s lakható városba jutottak.

Adjanak hálát irgalmasságáért az Úrnak, * az emberekért művelt minden csodatettéért;

Mert a szomjazóknak vizet adott, * és az éhezőket eltöltötte minden jóval.

Sötétben, a halál árnyékában ültek, * nyomorúságban, vasra verve,

Mert ellenszegültek Isten szavának, * és megvetették a Fölséges döntését.

Ezért megalázta szenvedéssel szívüket, * elestek, és nem volt, aki segítsen rajtuk.

Gyötrelmükben kiáltottak az Úrhoz, * s ő kiragadta őket súlyos bajukból.

A sötétből, a halál árnyékából kivezette őket, * és bilincseiket összetörte.

Adjanak hálát irgalmasságáért az Úrnak, * az emberekért művelt minden csodatettéért;

Mert az érckapukat széttörte, * és a vas-zárakat összezúzta.

Elerőtlenedtek gonoszságuk miatt, * és bűneikért szenvedés sújtotta őket.

Undorodtak minden ételtől, * s a halál kapujához közel jutottak.

Gyötrelmükben kiáltottak az Úrhoz, * s ő kiragadta őket súlyos bajukból.

Elküldte igéjét és meggyógyította őket, * s kimentette a sírnak mélyéből.

Adjanak hálát irgalmasságáért az Úrnak, * az emberekért művelt minden csodatettéért;

Hogy a dicséret áldozatát áldozzák, * és ujjongással hirdessék tetteit.

Akik hajókon tengerre szálltak, * és kereskedtek a hatalmas vizeken,

Azok meglátták az Úr nagy tetteit * és csodáit az örvénylő tengeren.

Szavára szélvihar támadt, * és a hullámok a magasba csaptak.

Felemelkedtek az égig, † majd a mélységbe zuhantak, * s nagy veszedelmükben már kétségbe estek.

Imbolyogtak, tántorogtak, mint a részeg, * minden tudományuk végéhez értek.

Gyötrelmükben kiáltottak az Úrhoz, * s ő kiragadta őket súlyos bajukból.

Szellővé csendesítette a vihart, * s elcsitultak a tenger habjai.

Örültek akkor, hogy elcsendesedtek a hullámok; * s a kívánt kikötőbe vezette őket.

Adjanak hálát irgalmasságáért az Úrnak, * az emberekért művelt minden csodatettéért;

Az egész nép gyülekezete áldja őt, * és dicsőítse a vének tanácsa.

Sivataggá tette a folyókat, * és a forrásokat szomjazó földdé,

A termékeny földet szikes mezővé * a rajta lakók bűnei miatt.

A pusztában pedig bővizű tavat fakasztott, * a kiszáradt földön vizek forrását.

Éhezőket telepített oda, * és várost emeltek lakóhelyül.

Megművelték a földet és szőlőt ültettek, * ez bőséges termést hozott nekik.

Megáldotta őket és nagyszámú néppé lettek, * s állatokban sem láttak hiányt.

Majd újra kevesen lettek, * bajok és szenvedések gyötörték őket.

Vezetőikre megvetést zúdított, * és hagyta, hogy bolyongjanak az úttalan pusztában.

De nyomorúságából kiemelte a szegényt, * nemzetségeiket megsokasította, miként a nyájat.

Az igazak látják ezt és örülnek, * de elnémul minden gonosz ajak.

Ki olyan bölcs, hogy mindezt föléri, * és megérti az Úrnak irgalmát?

a hónap 23. napja

107. zsoltár • A nép reggeli imája

(Ének, Dávid zsoltára.)

Kész az én szívem, Istenem, kész az én szívem, * hogy énekeljek és zsoltárt zengjek.

Ébredj, lelkem, ébredj, citera, hárfa, * hadd ébresszem így a hajnalt!

A nemzetek közt, Uram, megvallak, * énekkel magasztallak a népek között.

Mert nagy a te irgalmad s felér az egekig, * hűséged a magas felhőkig.

Emelkedjél fel, Isten, az egeknek fölébe, * dicsőséged ragyogja be az egész földet!

Hallgass meg és terjeszd ránk jobbodat, * hogy megszabaduljanak, akiket szeretsz!

Így szólt az Úr szentélyében:
„Ujjongva osztom fel Szichemet,
felmérem Szukkot völgyét.

Az enyém Gileád, az enyém Manassze,
és Efraim a fejem sisakja,
jogarom pedig Júda.

De Moáb legyen a mosdótálam,
és Edomra ráteszem sarumat,
s diadalmaskodom a filiszteusok földje fölött.”

Ki visz el engem az erős városba?
Ki vezet el Edomba?

Nem vetettél el minket, Istenem?
Istenem, miért nem vonulsz ki seregeinkkel?

Nyújts segítséget az ellenség ellen,
hisz az emberek segítsége hiábavaló.

Istennel hősi tetteket viszünk véghez,
ő eltiporja ellenségeinket.

[108. zsoltár • Átokzsoltár]

(A karvezetőnek – Dávidtól, zsoltár.)

Isten, akit dicsőítek, ne hallgass,

hisz az árulók gonosz szája tátog ellenem!
Hazug nyelvvel beszélnek hozzám,

gyűlölet szavával vesznek körül,
s ok nélkül harcolnak ellenem.

Szeretetem jutalmául váddal illetnek,
én azonban imádkozom.

A jót rosszal viszonozzák,
szeretetem gyűlölettel.

"Bérelj fel egy gonoszt ellene,
vádlóul a jobb oldalára!

Bűnösként kerüljön ki az ítéletről,
kérése ne találjon meghallgatásra!

Csak kevés napot hagyjanak neki osztályrészül,
hivatalát nyerje el más,

fiai váljanak árvákká,
felesége pedig özveggyé!

Fiai nyugtalan bolyongjanak és kolduljanak,
űzzék ki őket elpusztult házukból!

Minden java legyen uzsorások zsákmánya,
munkája gyümölcsét vigye el idegen.

Senki ne bánjon kímélettel vele,
ne akadjon, aki könyörül árváin!

Törzse induljon pusztulásnak,
a második nemzedékben szűnjék meg a neve!

Atyáinak bűnét ne feledjék,
ősanyái vétkét le ne vezekeljék,

lebegjen az mindig az Úr előtt!
Az Úr törölje el emlékét a földön!”

Mivel senkin sem könyörült,
üldözte a nyomorult és szegény embert,
s a szenvedőnek életére tört.

Átkot akart, most érje utol őt,
megvetette az áldást, most hagyja el.

Fedje el az átok, mint a köntös,
hatoljon belsejébe, miként a víz,
hassa át csontjait, mint az olaj!

Igen, úgy borítsa be, mint a ruha,
mint az öv, amely mindig átfogja.

Ez legyen jutalma az Úrtól azoknak,
akik vádolnak engem,
akik gonoszul szólnak ellenem!

Te pedig, Uram, nevedért állj mellém,
ments meg jóságodban és irgalmadban!

Hiszen nyomorult vagyok, elhagyatott,
szívem bensőmben összeszorul.

Mint hanyatló árnyék, úgy fogyatkozom,
leráznak engem is, mint a sáskát.

Térdem inog a böjtöléstől,
húsom sorvad a sóványságtól.

Gúny tárgya lettem számukra,
csóválják fejüket, ha látnak.

Segíts rajtam, Uram, Istenem,
irgalmadban ments meg engem!

Hadd tudják meg: a kezed volt az,
te voltál, Uram, aki ezt művelte.

Hadd átkozzanak, csak te áldj meg.
Valljanak szégyent, akik fölkelnek ellenem,
csak a te szolgád vigadozzon.

Vádlóim öltözzenek gyalázatba,
mint köntös borítsa őket a szégyen.

Vidám ajakkal dicsőítem az Urat,
a sokaság közepette dicsérem.

Mivel melléje áll a szegénynek,
hogy megmentse bíráitól.

109. zsoltár • Pap és király a Messiás

(Dávid zsoltára.)

Így szólt az Úr az én Uramhoz: * „Jobbom felől foglald el trónod!

Ellenségeidet trónod elé vetem, * és lábad zsámolyává teszem őket.”

Kinyújtja az Úr Sionból hatalmad jogarát, * hogy ellenségeid között uralkodj.

Tiéd a királyság születésed óta szentséges fényben: * „Mint harmatot, a hajnalcsillag előtt szültelek téged.”

Megesküdött az Úr és meg nem bánja: * „Pap vagy te mindörökre Melkizedek rendje szerint.”

Az Úr áll a jobbodon, * eltiporja a királyokat haragja napján.

Megítéli mind a népeket, * A halottak halomban feküsznek,
összezúzza a hatalmasokat messze földön.

Patakból iszik az úton, * ezért magasra emeli fejét.

110. zsoltár • Isten műveinek dicsérete

(Alleluja!)

Teljes szívemből az Urat dicsérem * mikor az igazak tanácskozásra egybegyűlnek.

Csodálatosak az Úrnak művei, * kutassa mindaz, ki vágyódik utánuk.

Nagyság és fölség minden tette, * igazsága megmarad örökre.

Csodáinak emléket szerzett, * irgalmas az Úr és kegyelmes.

Ételt adott azoknak, kik őt félik, * szövetségére emlékezik örökkön-örökké.

Megmutatta népének hatalmas műveit, † a nemzetek örökségét adta nékik: * hűség és igazság keze műve.

Igaz minden rendelése, † mindörökké szilárdan állnak, * igazság és méltányosság szülte őket.

Megváltást küldött népének, * szövetséget kötött véle örökre.

Félelmetes és szent az ő neve, * az Úr félelme a bölcsesség kezdete.

Helyesen gondolkodnak, akik aszerint élnek. * Az Úr dicsérete megmarad örökké.

111. zsoltár • Az igaz ember dicsérete

(Alleluja!)

Boldog ember, aki féli az Urat, * aki törvényében örömét találja.

Nemzetsége hatalmas lesz a földön, * az igazak nemzetsége áldásban részesül.

Gazdagság lesz házában és bőség, * igazsága örökre megmarad.

Olyan ő az igaznak, mint fény a sötétben, * könyörületes, irgalmas és igazlelkű.

Aki könyörül és ad másoknak, jó sora lesz annak, * aki az igazsághoz szabja tetteit.

Nem inog meg ő sohasem, * az igaz emlékezete örökre megmarad.

Rossz hírtől félnie soha nem kell, * szíve nyugodt, mert bízik az Úrban.

Nincs kitől féljen, szíve bátor, * ellenségei szégyenben maradnak.

Javait szétosztja: adakozik a szegénynek, † igazsága örökre megmarad, * és dicsőség lesz osztályrésze.

Látja ezt a bűnös és haragra lobban, † fogát csikorgatja és emészti magát. * A bűnösök kívánsága semmivé válik.

a hónap 24. napja

112. zsoltár • Isten fönsége és irgalma

(Alleluja!)

Dicsérjétek, az Úrnak szolgái, * dicsérjétek az Úr szent nevét!

Az Úr neve legyen áldott * most és örökkön-örökké!

Az egész földön kelettől nyugatig * dicsérjétek az Úr szent nevét!

Fölséges az Úr minden nép fölött, * dicsősége beragyog mindent.

Ki olyan, mint az Úr, a mi Istenünk? † A magasságban áll a trónja, * és szemmel tartja az eget s a földet?

Felkarolja a gyengét a porból, * fölemeli a szegényt a sárból,

Fejedelmek között juttat neki helyet, * népe vezérei közé ülteti.

A gyermektelen asszony úgy lakhat házában * mint a fiainak örvendő anya.

113. zsoltár • Hatalmas és irgalmas az igaz Isten

(Alleluja!)

Amikor Izrael kivonult Egyiptomból, * Jákob háza az idegen nemzet közül,

Júda lett akkor az Úr hajléka, * Izrael az ő országa.

Látta a tenger és messze futott, * és a Jordán visszafordult.

A hegyek ugrándoztak mint a kosok, * a halmok mint a kis bárányok.

Tenger, mi lelt, hogy elfutottál, * Jordán, hogy megfordultál?

Hegyek, miért ugrándoztok mint a kosok, * és ti, halmok, mint a kis bárányok?

Rendülj meg, te föld, az Úr színe előtt, * Jákob Istenének arca előtt,

Aki sziklából bőséges vizet fakaszt * s a kőszirtből forrásokat.

Ne nekünk, Uram, ne nekünk, hanem nevednek adj dicsőséget, * irgalmadért és hűségedért!

Miért mondanák a pogány népek: * „Hol van hát az ő Istenük?”

A mi Istenünk az égben lakik, * mindent végbevisz, amit akar.

Ám a nemzetek bálványai arany és ezüst, * emberi kéz alkotása.

Szájuk van, de nem beszélnek, * szemük van, de mégse látnak.

Fülük van, de nem hallanak, * orruk van, de illatot nem éreznek.

Kezük van, de nem tapintanak, † lábuk van, de mégse járnak, * és torkuk nem ad hangot.

Ilyenek lesznek készítőik, * és mindazok, kik bennük bíznak.

Izrael háza az Úrban bízik, * ő a gyámola és védőpajzsa.

Áron háza az Úrban bízik, * ő a gyámola és védőpajzsa.

Akik az Urat félik, benne bíznak, * ő a gyámoluk és védőpajzsuk.

Megemlékezik rólunk az Úr és megáld minket,† megáldja Izrael házát, * megáldja Áron házát.

Megáldja mindazt,aki féli az Urat,* nagyokat és kicsinyeket.

Megsokasít az Úr benneteket,* titeket és minden fiatokat.

Áldjon meg az Úr benneteket,* aki az eget és a földet teremtette.

Az egek az Úr egei, * ám a földet rábízta az emberekre.

Nem a holtak dicsérnek, Uram, téged, * sem azok, kik leszálltak a csend honába.

Mi, akik élünk, áldjuk az Urat, * mostantól fogva mindörökké.

114. zsoltár • Hálaadás a szabadulásért

(Alleluja!)

Szeretem az Urat, mert meghallgatta könyörgésem szavát. * Felém fordította fülét, mikor hívtam őt.

Körülvettek a halál kötelékei s az alvilág tőrei, * elborított a nyomor s a félelem.

Akkor segítségül hívtam az Úr nevét: * „Mentsd meg, Uram, az életem!”

Igazságos az Úr és irgalmas, * könyörül rajtunk Istenünk.

Az egyszerűeket az Úr őrzi, * elesett voltam, de fölemelt engem.

Nyugodjál meg, lelkem, újra, * mert az Úr jót tett veled.

Megmentette lelkem a haláltól, * szemem a könnyektől, lábam a botlástól.

Íme, az Úr színe előtt járok * az élők földjén.

115. zsoltár • Hálaadás a templomban

Erős volt a hitem, még akkor is, mikor így szóltam: * „Megaláztak igen nagyon!”

Félelmemben így beszélt ajkam: * „Hazug minden ember!”

Mi az, amit az Úrnak adhatok, * mindazért, amit nékem adott?

Az üdvösség kelyhéből iszom, * és segítségül hívom az Úr szent nevét.

Megadom az Úrnak, amit fogadtam, * teljesítem egész népe előtt.

Kedves az Úrnak szemében * az igaz ember halála.

Uram, a te szolgád vagyok, * szolgád vagyok, szolgálód fia.

Összetörted bilincseimet: † A dicséret áldozatát áldozom néked, * és segítségül hívom az Úr szent nevét.

Megadom az Úrnak, amit fogadtam, * teljesítem egész népe előtt,

Az Úr házának udvarán, * tebenned, Jeruzsálem.

116. zsoltár • Felhívás Isten dicséretére

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Urat, minden népek, * hirdessétek őt, minden nemzetek!

Mert nagy az ő irgalma irántunk, * és mindörökké megmarad hűsége.

117. zsoltár • Az ujjongás és szabadulás éneke

(Alleluja!)

Áldjátok az Urat, mert jó: * irgalma örökkévaló.

Mondja Izrael háza, mert jó: * irgalma örökkévaló.

Mondja Áronnak háza: * irgalma örökkévaló.

Mondják, akik félik az Urat: * irgalma örökkévaló.

Gyötrelmemben hívtam az Urat, * meghallgatott az Úr, és tágas térre vezetett engem.

Velem az Úr, nincs mitől félnem; * ember mit árthat nékem?

Velem az Úr, ő segít nékem, * megszégyenül minden ellenségem.

Jobb az Úrban bízni, * mint emberekre hagyatkozni.

Jobb az Úrban bízni, * mint hatalmasokra hagyatkozni.

Körülvettek engem a népek, * az Úr nevében legyőztem őket.

Minden oldalról körülvettek engem, * az Úr nevében legyőztem őket.

Körülrajzottak mint a méhek, † de elhamvadtak mint a bozót lángja, * az Úr nevében legyőztem őket.

Üldöztek, taszítottak, hogy elessem, * de az Úr megsegített.

Dicsőség az Úr és erő nékem, * ő lett az én üdvösségem.

Ujjongás és diadal szava szól az igazak sátrából, * győzelmes az Úrnak jobbja.

Az Úr magasra emelte jobbkezét, * győzelmes az Úrnak jobbja.

Nem halok meg, hanem élek, * és hirdetem az Úr tetteit.

Megfenyített az Úr, megfenyített engem, * de a halálnak át nem engedett.

Nyissátok ki nékem az igazság kapuját, * belépek rajta, és áldom az Urat.

Ez az Úr kapuja, * az igazak mennek be rajta.

Hálát adok, Uram, mert rám figyeltél, * mert te lettél az én üdvösségem.

A kő, amit megvetettek az építők, * az lett a háznak szegletköve.

Mindezt az Úr művelte, * csodálatos a szemünk előtt.

Ezt a napot az Úr adta, * örvendezzünk és ujjongjunk ma!

Küldj szabadulást, Uram, nékem, * adj, Uram, gazdag életet!

Áldott, aki jön az Úr nevében, * megáldunk titeket az Úr szentélyéből.

Az Úr az Istenünk, * fényessége ragyog fölöttünk.

Ünnepeljetek zöldellő ágakkal, * vonuljatok a szent oltárhoz!

Te vagy Istenem, hálát adok néked, * magasztallak, Istenem, téged.

Áldjátok az Urat, mert jó, * irgalma örökkévaló.

a hónap 25. napja

118. zsoltár • Isten törvénye fölötti öröm

א (Alef)

Boldogok, akiknek útja szeplőtlen, * akik az Úr törvénye szerint élnek.

Boldogok, akik előírásait megtartják, * akik őt keresik egész szívükkel.

Nem követnek el semmi gonoszat, * hiszen az ő útjain járnak.

Azért adtad minden törvényed, * hogy hűségesen kövessük azokat.

Bárcsak bizton vezetnének útjaim, * hogy megtartsam, amit rendelsz.

Nem érhet akkor soha szégyen, * ha követem minden végzésed.

Tiszta szívvel áldalak téged, * mert ismerem ítéleteid igazságát.

Rendeléseid megtartom, * ne hagyj el soha engem!

ב (Bét)

Hogy őrzi meg az ifjú tisztán útjait? * Ha megtartja igédet.

Teljes szívemből kereslek téged, * végzéseidtől ne hagyj soha eltérnem.

Szavaidat szívembe zárom, * hogy ne vétkezzem ellened.

Légy áldott, Uram! * Taníts meg arra, amit rendelsz.

Szám hangosan hirdeti * ajkad minden döntését.

Előírásaidban nagyobb örömöm találom, * mint bármilyen gazdagságban.

Parancsaidat fontolóra veszem, * és útjaidat tartom szemem előtt.

Törvényeidben örömöm lelem, * szavadat el nem feledem.

ג (Gimel)

Légy jó szolgádhoz, hogy éljek, * s én követem igédet.

Nyisd meg szememet, hogy meglássam: * milyen csodálatos minden törvényed.

Vándor vagyok a földön, * ne rejtsd el előlem végzésed.

Epedve vágyakozik lelkem * döntéseidre, minden időben.

Te megfenyíted a gőgöst, * ki parancsaidtól eltér, átkozott.

Végy le rólam gyalázatot és megvetést, * hiszen megtartom, amit előírsz.

Még ha fejedelmek ülnek is össze és ítélnek ellenem, * szolgád akkor is törvényedet forgatja szívében.

Előírásaidban van örömöm, * rendeléseid adnak tanácsot nékem.

ד (Dalet)

Lelkem a porban hever: * önts életet belém igéddel!

Meghallgattál engem, mikor útjaimról beszéltem, * törvényeidre taníts meg engem!

Add rendeléseid útját értenem, * hadd fontolgassam csodás tetteid!

Bánatában könnyeket ont lelkem, * emelj fel igéddel engem!

Tarts távol a hazugság útjától, * jóságosan add nekem törvényed!

Igazságod útját választottam magamnak, * ítéleteidet állítottam szemem elé.

Rendeléseidhez ragaszkodom, Uram, * ne engedd, hogy szégyent valljak!

Sietve járok parancsaid útján, * mert szárnyaló szívet adsz nékem.

ה (He)

Uram, tedd törvényemmé rendelésed útját, * és én megtartom mindvégig.

Nyisd meg értelmem, hogy kövessem törvényed, * és megőrizzem egész szívemmel!

Vezess végzéseidnek ösvényén, * mert abban találom örömöm.

Előírásaidra hajlítsd szívem, * kapzsiságba ne hagyj esnem!

A hiábavaló dolgoktól fordítsd el szemem, * utadon adj életet nékem!

Teljesítsd, amit ígértél szolgádnak, * mindazoknak, akik félnek téged.

Tartsd távol tőlem a gyalázatot, amelytől rettegek, * mert ítéleteid kedvesek nékem.

Íme, parancsaidra vágyódom, * igaz voltodban kelts életre engem!

ו (Vav)

Szálljon rám, Uram, irgalmad, * és üdvösséged, amit ígértél.

Akkor megfelelek azoknak, akik gúnyolnak, * mert szavadba vetem reményem.

Ne vond meg számtól az igazság igéjét, * hiszen ítéleteidben bízva bízom.

Megtartom törvényed mindenkor, * és örökkön-örökké.

Akkor tágas tereken járhatok, * mert parancsod kutatom.

Előírásaid királyok előtt hirdetem, * és nem vallok szégyent előttük.

Végzéseidben örömöm telik, * szívből szeretem őket.

Kitárom kezem törvényeid felé, mert szeretem őket, * és fontolgatom igaz tetteid.

ז (Zajin)

Emlékezz szolgádnak adott igédre, * benne reményt adtál nékem.

Gyötrelmeim közt az vigasztal engem, * hogy szavad önt belém életet.

Bármennyire gúnyolnak is engem a gőgösök, * törvényedet el nem hagyom.

Emlékezem hajdani végzéseidre, Uram, * vigaszt találok bennük.

Haragra gyúlok a bűnösök miatt, * akik megvetik törvényed.

Rendeléseid énekszó fülemnek * a földön, ahol zarándok vagyok.

Éjszaka nevedre gondolok, Uram, * és megőrzöm törvényed.

Osztályrészem ez lett nékem, * mert megtartom parancsod.

ח (Chet)

Az Úr az én örökrészem: * ígérem, hogy megtartom szavad.

Teljes szívemből könyörgök színed előtt; * irgalmazz nekem igéd szerint!

Megfontolom minden utamat, * lépteimet parancsaid felé fordítom.

Késedelem nélkül sietek, * hogy megtartsam végzésed.

Ha gonoszok hálója vesz is körül engem, * törvényedet el nem feledem.

Az éj közepén is felkelek, * hogy áldjalak igaz végzésed miatt.

Barátja vagyok mindazoknak, kik félnek téged, * s akik megőrzik parancsod.

Irgalmad, Uram, betölti a földet, * rendeléseidre taníts meg engem!

ט (Tet)

Jóságosan bántál szolgáddal, * szavad szerint, Uram.

Taníts meg okosságra és helyes tudásra, * mert parancsaidat hittel fogadtam.

Mielőtt nyomorúság ért, téves úton jártam, * most azonban szavadat követem.

Jó vagy, és jóságosak műveid, * minden rendelésed tárd fel előttem.

A gőgösök cselt szőnek ellenem, * de én teljes szívemből megőrzöm parancsod.

Szívük érzéketlen a jóléttől, * ám én törvényedben találom örömöm.

Jó nekem, hogy megaláztatás ért engem; * így megtanultam minden végzésed.

Ajkad törvénye számomra többet ér, * mint ezernyi arany és ezüst.

י (Jod)

Kezed teremtett és alkotott engem, * adj bölcsességet nekem, hogy megértsem parancsod!

Örvendeznek a téged félők, ha rám néznek, * mert igédben nagyon remélek.

Tudom, hogy igazságosak ítéleteid, Uram: * megaláztál, mert jó vagy hozzám.

Irgalmadban vigasztalj meg engem, * amint szolgádnak ígérted.

Szálljon rám irgalmad, hogy éljek, * mert törvényedben kedvemet lelem.

Szégyenüljenek meg a kevélyek, mert csalárdul bántak velem, * én pedig törvényedet forgatom szívemben.

Álljanak mellém, kik félnek téged, * akik ismerik végzésed.

Törvényeid megtartásában szeplőtlen legyen szívem, * hogy ne valljak szégyent sohasem!

כ (Kaf)

Lelkem szabadításodra sóvárog, * szavadban bizton remélek.

Vágyakozva tekint ígéretedre szemem: * Mikor találok vigaszt nálad?

Olyan lettem, mint tömlő a füstben, * rendeléseid mégsem feledem.

Hány napja van még szolgádnak? * Üldözőim fölött mikor ítélsz?

Vermet ástak nekem a kevélyek, * akik nem élnek törvényed szerint.

Végzéseid mind igazak, * álnokul üldöznek, segíts meg engem!

Majdnem eltörölnek a föld színéről, * de parancsaidtól el nem tértem.

Tarts meg életben irgalmad szerint, * s megőrzöm ajkad végzését.

ל (Lamed)

Uram, igéd örökre megmarad, * szilárd, akár a mennybolt.

Nemzedékről nemzedékre száll hűséged, * megalkottad a földet, s áll az biztosan.

Rendelésed szerint máig fennáll, * és neked szolgál a mindenség.

Ha gyönyörűségem nem törvényedben lelném, * nyomorombан elvesztem volna.

Parancsaid nem feledem soha, * mert azokkal éltetsz engem.

Szabadíts meg, hisz a tiéd vagyok, * kutatom minden végzésed.

Arra várnak a bűnösök, hogy elpusztítsanak engem, * de értelmem arra figyel, amit parancsolsz.

Látom, hogy minden, ami tökéletes, véget ér, * de a te parancsod végtelen.

a hónap 26. napja

מ (Mem)

Uram, mennyire szeretem törvényed, * róla elmélkedem egész napon át.

Ellenségemnél bölcsebbé tesz végzésed, * mert velem van örökké.

Minden tanítómnál okosabb lettem, * mert arról elmélkedem, amire oktatsz engem.

Értelmesebb vagyok, mint a vének, * mert amit előírsz követem.

Minden gonosz úttól távol tartom lábam, * hogy megtartsam igédet.

Ítéleteidtől el nem térek, * mert te voltál tanító mesterem.

Mily édes számnak beszéded, * édesebb, mint méz az ajkamnak.

Parancsaid révén mindent megértek, * ezért gyűlölök minden hazug utat.

נ (Nun)

Égő lámpás lábam előtt igéd, * világosság utamnak ösvényén.

Esküt teszek és fogadom, * hogy megtartom igaz döntésed.

Nagyon mélyre aláztak, Uram, * tartsd meg életemet igéd szerint!

Ajkam áldozatát fogadd kegyesen, * és ítéleteidre taníts meg, Uram!

Szakadatlan veszélyben életem, * de törvényedet el nem feledem.

Csapdát állítanak nekem a bűnösök, * de parancsodtól el nem térek.

Előírásaid osztályrészem örökre, * mert szívem bennük örvend.

Szívből törekszem megtenni, amit rendelsz, * minden időben, örökkön-örökké.

ס (Szamech)

Gyűlölöm a megosztott szívű embert, * de szeretem törvényed.

Te vagy oltalmam, te vagy pajzsom, * igédben van minden reményem.

Távozzatok tőlem, gonoszok, * én megtartom Istenem végzését.

Fogadj el engem, Istenem, † szent igéd szerint, hogy neked éljek, * és ne szégyeníts meg engem, mert tebenned bíztam, Uram!

Segíts meg, és szabadulást nyerek, * rendelkezéseidben találom mindig örömöm.

Elveted mind, akik rendeléseidtől eltérnek, * mert hazugságot forgatnak fejükben.

A föld minden bűnösét salaknak tartod, * ezért szeretem végzésed.

Testem megborzad, mert féllek téged, * ítéletedet reszketve nézem.

ע (Ajin)

Azt tettem, ami jogos és törvényes, * ne vess oda elnyomóimnak prédául engem!

Vállalj kezességet szolgádért, * hogy a kevélyek el ne nyomjanak!

Vágyódva fürkészi segítségedet szemem, * igazságodat, amit ígértél.

Bánj szolgáddal irgalmad szerint, * s rendeléseidre taníts meg engem!

Szolgád vagyok, oktass engem, * hogy megértsem, amit parancsolsz!

Itt az ideje a cselekvésnek, Uram, * mert megszegték törvényed.

De én parancsaidat szeretem, * jobban az aranynál, színtiszta aranynál.

Ezért mindenben törvényeid szerint élek, * és gyűlölök minden hazug utat.

פ (Pe)

Előírásaid csodálatra méltók, * lelkem ezért megtartja őket.

Igéd hirdetése világosságot áraszt, * a kicsinyek is megértik szavad.

Sóvárogva nyitom fel ajkam, * végzéseid után vágyódom.

Fordulj hozzám és könyörülj rajtam, * ahogy azokkal bánsz, akik szeretik neved.

Irányítsd lépteimet ígéreted szerint, * ne legyen úrrá rajtam a gonoszság!

Az emberek hatalmából szabadíts ki engem, * hogy megtartsam minden parancsod!

Szolgád fölött ragyogtasd fel arcod, * és rendeléseidre taníts engem!

Szememből könnyek patakja árad, * mert nem tartják meg sokan törvényed.

צ (Cáde)

Uram, valóban igaz vagy, * és igazságos minden végzésed.

Te kinyilvánítottad törvényed * igazságban és teljes hűségben.

Buzgóság emészt érted, * mert ellenségeim feledik igédet.

Szavad tiszta és igaz, * szolgád kedvét találja benne.

Bár kicsiny vagyok és megvetett, * rendelésed mégsem felejtem.

Igazságosságod örökké megmarad, * és törvényed maga az igazság.

Szorongatás és gyötrelem ért engem, * de parancsaidban örömöm lelem.

Előírásaid örökké igazak, * taníts engem, és életet találok.

ק (Kof)

Teljes szívemből kiáltok, hallgass meg, Uram, * és megtartom, amit rendelsz.

Hozzád kiáltok: szabadíts meg engem, * és megőrzöm végzésed.

Virradatkor jövök és segítségül hívlak, * igéidben van minden reményem.

Az éjszakai őrváltás előtt ébren van már szemem, * hogy szavaidat forgassam elmémben.

Irgalmasságod szerint halld meg hangomat, Uram, * ítéleted szerint éltess engem!

Közelednek, akik álnokul üldöznek, * de törvényedtől messze kerültek.

Te azonban közel vagy, Uram, * s igaz minden végzésed.

Rendeléseidet régóta ismerem, * örök időkre adtad őket.

ר (Res)

Tekints nyomorúságomra és szabadíts meg engem, * mert törvényedet el nem feledtem.

Ítélkezz ügyemben és ments meg, * szavad szerint kelts életre engem!

A bűnösöktől messze a menekvés, * mert ők megvetik törvényed.

Nagy a te irgalmad, Uram, * ítéleted szerint adj életet nekem!

Sokan üldöznek és szorongatnak engem, * de előírásaidat el nem hagyom.

Megborzadok, ha törvényszegőket látok, * akik nem tartják szavadat.

Lásd, Uram, parancsaidat mennyire szeretem, * irgalmadban tartsd meg életem!

Igéd alapja igazság, * örökké igaz minden végzésed.

ש (Sin)

Fejedelmek törnek ok nélkül vesztemre, * de szívem csak igédet féli.

Örvendezem beszéded miatt, * mint aki gazdag zsákmányra talált.

Gyűlölöm a hazugságot és irtózom tőle, * de törvényedet nagyon szeretem.

Dicséretedet naponta hétszer éneklem, * mert igazságos minden végzésed.

Békességet nyernek, akik szeretik törvényed, * és soha el nem botlanak.

Segítségedet várom, Uram, * parancsaidat híven követem.

Ítéleteidet megtartja lelkem, * mindenek fölött szeretem őket.

Minden tanításod és rendelésed megtartom, * hiszen ismered minden utamat.

ת (Tav)

Uram, könyörgésem jusson eléd, * szavad szerint taníts engem!

Szálljon föl imádságom színed elé, * szabadíts meg, amint ígérted!

Ajkam zengjen dicsérő éneket, * mert törvényedre tanítasz engem.

Szavadat dicsérje nyelvem, * mert igazságos minden végzésed.

Segítségemre nyújtsd ki kezedet, * mert én mindig törvényed választom.

Szabadításodra vágyódom, Uram, * mert törvényedben örömöm lelem.

Hogy dicsérhesselek téged, tartsd meg életem, * és ítéleteiddel segíts engem!

Eltévedtem, mint az elveszett bárány, keresd meg szolgádat, * mert törvényedet el nem feledtem.

a hónap 27. napja

119. zsoltár • Vágyódás béke után

(Zarándokének.)

Nyomorúságomban az Úrhoz kiáltok, * és ő meghallgat engem.

Mentsd meg lelkemet, Uram, a hazug ajaktól, * mentsd meg az álnok nyelvtől!

Mit érdemelsz, te álnok nyelv? * Mit ad az Úr majd néked?

Harcosoknak hegyes nyilát, * s bozótnak izzó parazsát.

Jaj nekem, mert Mesekben kell bujdosnom, * és Kédár sátrában laknom!

Már nagyon régen élek azok között, * akik a békét gyűlölik.

Békességes a szándékom, * de ha megszólalok, ők máris harcra készek.

120. zsoltár • Isten őrzi a hívőket

(Zarándokének.)

Szemem a hegyekre emelem: * honnan jön segítségem?

Segítséget csak az Úr ad nékem, * aki az eget és a földet alkotta.

Nem engedi, hogy lábad inogjon, * éberen őriz téged, el nem alszik.

Bizony nem szunnyad és el nem alszik, * aki Izraelt őrzi.

Az Úr a te őrződ, * jobbodon áll az Úr és oltalmaz téged.

Nem árt neked a nap tüze nappal, * sem a holdvilág éjszaka.

Megőriz az Úr téged minden rossztól, * az Úr megőrzi lelkedet.

Megőriz az Úr jártadban-keltedben, * most és örökkön-örökké.

121. zsoltár • Zarándokok áldó éneke

(Zarándokének – Dávidtól.)

Örvendezem, mert azt mondták nekem: * „Az Úr házába indulunk!”

Itt állunk már kapuidban, Jeruzsálem. † Jeruzsálem, te jól épült város, * szilárdan illeszkedik minden részed.

Oda vonulnak föl a törzsek, † az Úr törzsei Izrael törvénye szerint, * hogy az Úr nevére áldást mondjanak.

Ott állnak a bírói székek, * Dávid házának székei.

Jeruzsálemre békét esdjetek: * „Biztonságban éljenek, kik téged szeretnek!

Falaid közt legyen béke, * biztonság házaid között!”

Így könyörgök testvéreim és társaim miatt: * „Békesség legyen benned!”

Urunk, Istenünk háza miatt * áldásért esdek számodra.

122. zsoltár • A nép az Úrban bízik

(Zarándokének.)

Hozzád emelem szememet, * aki a mennyben lakozol.

Amint a szolgák gazdájuk kezét figyelik, * ahogy a szolgáló úrnőjének kezére tekint,

Úgy tekint szemünk Istenünkre, az Úrra, * amíg meg nem kegyelmez nékünk.

Könyörülj rajtunk, Urunk, könyörülj, * mert a gyalázattal nagyon elteltünk.

Mert nagyon megtelt a lelkünk * a gazdagok gúnyolódásával, a dölyfösök büszke gőgjével.

123. zsoltár • Segítségünk az Úr nevében

(Zarándokének – Dávidtól.)

Ha az Úr nem lett volna mivelünk, vallja meg most Izrael, † ha az Úr nem lett volna mivelünk, * amikor az emberek ellenünk támadtak,

Elevenen nyeltek volna el bennünket, * mikor haragjuk fellángolt ellenünk.

Elsodortak volna minket a vizek, † átcsapott volna rajtunk a folyó, * átcsaptak volna rajtunk a tajtékzó habok.

Az Úr legyen áldott, * aki nem vetett oda minket zsákmányul foguknak.

Lelkünk megmenekült, mint a madár a vadászok hálójából, † a háló szétszakadt, * és mi szabadok lettünk.

Segítségünk az Úr nevében, * aki az eget és a földet alkotta.

124. zsoltár Az Úr népének őrzője.

(Zarándokének.)

Aki az Úrban bízik, olyan mint a Sion hegye, * nem inog meg az, megmarad örökké.

Jeruzsálemet hegyek övezik, † az Úr így veszi körül népét, * most és örökkön-örökké.

Ne uralkodjék az igazak földjén a gonoszság jogara, * nehogy az igaz is erőszakra nyújtsa kezét.

Tégy jót, Uram, a jókkal, * és azokkal, akik igazszívűek.

De akik hajlanak a hamis utakra, † űzze el az Úr a bűnösökkel együtt őket. * Békesség legyen Izraelnek!

125. zsoltár • Öröm és reménység az Úrban

(Zarándokének.)

Mikor az Úr hazahozta rab fiait Sionnak, * olyanok voltunk, mint akik álmodnak.

Akkor szánk telve volt vígsággal, * nyelvünk hangos örömmel.

Akkor mondták a pogányok között: * „Nagy dolgot tett az Úr velük!”

Nagy dolgot tett az Úr mivelünk, * nagy a mi örömünk!

Fogságunkból, Uram, hozz vissza bennünket, * ahogy visszaadod délen a patakok vizét!

Akik könnyek közt vetnek, * majd ujjongva aratnak.

Sírva vitték a magot, mikor vetni indultak, * de ujjongva érkeznek, mikor a kévéket hozzák.

126. zsoltár • Bizakodás a gondviselésben

(Zarándokének – Salamontól.)

Hogyha nem építi az Úr a házat, * építői hasztalan fáradnak.

Hogyha nem őrzi az Úr a várost, * őrzője hasztalan virraszt.

Hasztalan nektek hajnal előtt kelni, † nyugovóra későn térni, * és verejtékkel enni kenyeret;

Pihentében is megad minden áldást * annak az Úr, akit szeret.

Íme, a gyermek az Úrtól kapott örökség, * az anyaméh gyümölcse jutalom.

Akár a hős kezének nyilai, * olyanok a serdülő ifjak.

Boldog ember, aki velük tölti meg tegzét, * ha a kapuban vitába száll az ellenséggel, nem éri szégyen.

127. zsoltár • Áldás a hívőre

(Zarándokének.)

Boldog mindaz, aki féli az Urat, * aki az ő ösvényein halad.

Kezed munkáját élvezed, * boldog leszel és jó lesz sorod.

Feleséged olyan házadban, * mint a termő szőlőtő;

Gyermekeid asztalod körül, * mint a hajtások az olajfán.

Ilyen áldásban részesül az az ember, * aki féli az Urat.

Áldjon meg téged az Úr Sionból, * hogy lásd Jeruzsálem boldogságát életed minden napján!

Lásd meg fiaidnak fiait! * Békesség legyen Izraelnek!

128. zsoltár • A lesújtott nép újraéledő bizalma

Sokat gyötörtek engem ifjúságom óta, * vallja meg most Izrael!

Sokat gyötörtek engem ifjúságom óta, * de elpusztítani mégsem tudtak engem.

Ekével szántottak hátamon, * hosszú barázdát húztak.

De az Úr igazságos, ő széttépte * a gonoszok minden bilincsét.

Hátráljon meg és valljon szégyent * mindaz, aki Sionit gyűlöli!

Olyanok legyenek, mint a fű a háztetőn, * amely elszárad, mielőtt kitépnék!

Nem szedi azt marokra arató, * s nem köti kévébe kévekötő.

Nem mondják az arra járók: † „Az Úr áldása legyen rajtatok, * megáldunk titeket az Úr nevében.”

129. zsoltár • Kiáltás a mélységből

(Zarándokének.)

A mélységből kiáltok, Uram, hozzád, * hallgasd meg szavamat, Uram!

Legyen füled figyelmezéssel, * amikor hozzád könyörög szavam!

Ha felrovod a vétkeket, Uram, * ki áll meg akkor előtted, Uram?

Ám nálad bocsánatot nyer a vétek, * hogy félelemmel szolgáljunk téged.

Remélek az Úrban, benne remél a lelkem, * bizalommal várom igéjét.

Lelkem eseng az Úr után, * jobban, mint éji őr a virradat után.

Jobban, mint éji őr a virradat után, * esengjen Izrael az Úr után,

Mert az Úrnál az irgalom, * s bőséges a megváltás nála.

Ő váltja meg Izraelt * minden bűnétől.

130. zsoltár • Gyermeki bizalom az Úrban

(Zarándokének.)

Nem gőgös az én szívem, Uram, * szememben nincsen kérkedés.

Nem járok nagy ügyek után, * sem erőmet felülmúló csodák után.

Békében nyugszik a lelkem, * miként a gyermek anyja ölében.

Miként a kicsi gyermek, * olyan a lelkem.

Bízzál az Úrban, Izrael, * most és örökkön-örökké!

131. zsoltár • Isten szentélye az emberek között

(Zarándokének.)

Uram, emlékezzél meg Dávidról, * és fáradozásáról el ne feledkezz!

Megesküdött az Úrnak, * ígéretet tett Jákob Erősének.

„Nem lépek be addig házamba, * nem fekszem le nyugvóhelyemre;

Nem engedek addig álmot szememnek * és szempilláimnak nyugodalmat,

Amíg hajlékot nem találok az Úrnak, * lakóhelyet Jákob Erősének.”

Íme, hallottuk, hogy Efratában van az Úr ládája, * rátaláltunk Jáár mezején.

Vonuljunk lakóhelyéhez, * boruljunk le lába zsámolyához!

Indulj el, Uram, nyugalmad helyére, * te és fölséged szekrénye!

Igazságba öltözzenek papjaid, * ujjongjanak, akik hűek hozzád!

A te szolgádért Dávidért * ne fordulj el fölkented arcától!

Megesküdött az Úr Dávidnak, † erős ígéretét meg nem másítja: * „Nemzetségedből emelek utódot trónodra.

Ha megtartják szövetségemet fiaid, † és intelmeimet, amelyekre tanítottam őket, * akkor az ő fiaik is trónodon ülnek örökké.”

Mert Siont választotta ki az Úr magának, * ezt kívánta lakóhelyének.

„Ez lesz nyugvóhelyem örökre, * itt fogok lakni, mert ezt kedvelem.

Eledelét gazdagon megáldom, * szegényeit kenyérrel táplálom.

Üdvösségbe öltöztetem papjait, * szentjei ujjongva ujjonganak.

Megerősítem ott Dávid hatalmát, * lámpást készítek fölkentemnek.

Ellenségeit szégyennel borítom, * ám az ő fején korona ragyog.”

132. zsoltár • Testvérek között

(Zarándokének – Dávidtól.)

Íme, mily jó és áldásos, * ha a testvérek békében élnek.

Olyan, mint a drága olaj az ember fején, * amely végigcsordul a szakállon.

Lecsordul Áron szakállán * és palástja szegélyén.

Olyan, mint a Hermon harmatja, * amely leszáll a Sion hegyére.

Mert az Úr ott ad áldást, * életet örök időkre.

133. zsoltár • Esti ima a templomban

(Zarándokének.)

Áldjátok az Urat, szolgái, mindnyájan, * kik éjszaka az Úr házában álltok!

Tárjátok ki kezeteket szentélye felé * és áldjátok az Urat!

Áldjon meg téged az Úr Sionból, * aki az eget és a földet alkotta!

a hónap 28. napja

134. zsoltár • A csodákat tévő Isten dicsérete

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Úr szent nevét, * dicsérjétek az Urat, szolgái,

Akik az Úr házában álltok, * Isten házának udvarán!

Dicsérjétek az Urat, mert jó, * zengjetek zsoltárt nevének, mert mindennél kedvesebb!

Mert kiválasztotta az Úr Jákobot magának, * tulajdonába vette Izraelt.

Tudom jól, hogy nagy a mi Urunk, * Istenünk nagyobb minden istennél.

Amit az Úr akar mindent végbevisz, * égen s földön, tengeren és a vizek mélyén.

Felleget hajt a föld széléről, † villámokból esőt teremt, * kamráiból viharszelet.

Lesújtotta Egyiptom minden elsőszülöttét, * embert, állatot egyaránt.

Elküldte rád, Egyiptom, csodáit, jeleit, * a fáraó és minden szolgája ellen.

Lesújtotta a pogány népeket, * megölt sok hatalmas királyt:

Szichont, az amoriták királyát, † Ogot, Básán királyát, * s minden uralkodót Kánaán földjén;

S átadta földjüket birtokul, * népének, Izraelnek örökrészül.

Uram, neved fennmarad örökké, * nemzedékről nemzedékre emléked, Uram.

Mert az Úr igazságot szolgáltat népének, * és megkönyörül minden szolgáján.

A pogányok istenei arany és ezüst, * emberi kéz alkotta őket.

Szájuk van, de nem tudnak beszélni, * szemük van, és mégse látnak.

Fülük van, de mégse hallanak, * és szájukban nincsen lehelet.

Ilyenek lesznek, akik alkották őket, * és mindazok, akik bennük bíznak.

Izrael háza, áldjad az Urat, * Áronnak háza, áldjad az Urat!

Lévinek háza, áldjad az Urat, * Akik az Urat félik, áldják az Urat!

Áldott legyen az Úr Sion hegyéről; * Jeruzsálem az ő lakóhelye.

135. Zsoltár • A nagy húsvéti hálaének

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Urat, mert jó, * mert irgalma örökkévaló!

Dicsérjétek az Istenek Istenét, * mert irgalma örökkévaló!

Dicsérjétek az uraknak Urát, * mert irgalma örökkévaló!

Ki egymaga tett csodadolgokat, * mert irgalma örökkévaló.

Ki az egeket bölcsen alkotta, * mert irgalma örökkévaló.

Ki a vizek fölött megszilárdította a földet, * mert irgalma örökkévaló.

Ki nagy világítókat alkotott, * mert irgalma örökkévaló.

Napot, hogy legyen úr a nappalon, * mert irgalma örökkévaló.

Holdat, csillagot, hogy uralkodjanak az éjszakán, * mert irgalma örökkévaló.

Ki Egyiptom elsőszülötteire lesújtott, * mert irgalma örökkévaló.

Kivezette közülük Izraelt, * mert irgalma örökkévaló.

Hatalmas kézzel és kinyújtott karral, * mert irgalma örökkévaló.

Aki kettészelte a Vörös-tengert, * mert irgalma örökkévaló.

És átvezette közepén Izraelt, * mert irgalma örökkévaló.

Ki a fáraót s hadát tengerbe vetette, * mert irgalma örökkévaló.

Ki a pusztában vezérelte népét, * mert irgalma örökkévaló.

Aki lesújtott nagy királyokat, * mert irgalma örökkévaló.

És megölt erős királyokat, * mert irgalma örökkévaló.

Szichont, az amoriták királyát, * mert irgalma örökkévaló.

És Ogot, Básán királyát, * mert irgalma örökkévaló.

Földjüket átadta birtokul, * mert irgalma örökkévaló.

Örökségül szolgájának, Izraelnek, * mert irgalma örökkévaló.

Ki megalázottságunkban megemlékezett rólunk, * mert irgalma örökkévaló.

Ki megszabadított ellenségeinktől minket, * mert irgalma örökkévaló.

Ki eledelt ad minden testnek, * mert irgalma örökkévaló.

Dicsérjétek az égnek Istenét, * mert irgalma örökkévaló.

136. zsoltár • A száműzöttek éneke

Babilon folyói mellett ültünk és sírtunk: * amikor Sionra gondoltunk.

Hárfáinkat a fűzfákra függesztettük * azon a földön.

Mert akik minket elhurcoltak, * énekszót követeltek tőlünk.

Elnyomóink örööméneket kívántak hallani: * „Énekeljetek Sion dalaiból nekünk!”

Hogyan énekeljünk az Úrról éneket * a számkivetés földjén?

Ha megfeledkezem rólad, Jeruzsálem, * száradjon el a jobbom;

Tapadjon ínyemhez nyelvem, * ha nem emlékezem meg rólad;

Ha minden örömöm közül * nem Jeruzsálemet tartom legtöbbre!

Ne felejtsd el, Uram, Edom fiainak
Jeruzsálem napját!

Amikor így kiáltoztak:
„Romboljátok le, romboljátok le,
hadd pusztuljon el a földig!”

Bábel leánya, te pusztító,
áldott, aki megfizeti neked,
ami gonoszságot velünk tettél!

Áldott, aki megragadja gyermekeidet
és szétzúzza őket a sziklán!

137. zsoltár • Hálaadás Isten nagy tetteiért

(Dávidtól.)

Teljes szívből magasztallak, Uram, téged, * mert meghallgattad ajkam igéit.

Angyalaid színe előtt zengek zsoltárt néked, * leborulok szent templomod felé.

Dicsőítem nevedet jóságod és hűséged miatt, * mert naggyá tetted nevedet és igédet.

Meghallgattál, mikor hívtalak, * erőt öntöttél lelkembe.

Dicsér majd, Uram, a föld minden királya, * amikor meghallják ajkad igéit.

Az Úr útjairól éneket zengenek, * valóban nagy az Úr dicsősége.

Valóban fenséges az Úr, † irgalommal tekint a gyöngére, * de megismeri a kevélyt messziről.

Megőrzöd életem, ha gyötrelmek közt járok is; † kinyújtod kezedet ellenségeim dühével szemben, * és jobbod szabadulást szerez nékem.

Az Úr javamra ítél. † Uram, irgalmad örökre megmarad, * ne hagyd el kezed műveit!

138. zsoltár • Isten mindentudása és jelenléte

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Uram, te megvizsgálsz és ismersz engem: † tudod, ha leülök vagy ha felállok, * messziről is észreveszed szándékom.

Járásom és pihenésem szemmel tartod, * gondod van minden utamra.

Még ajkamra sem jött a szó, * Uram, te máris ismered.

Minden felől körülfogtál engem, Uram, * kezedet rajtam tartod.

Csodálatos ez a tudás nékem, * olyan magas, hogy meg nem érthetem.

Hova meneküljek lelked elől, * hova rejtőzzem színed elől?

Ha az egekbe szállnék: ott is jelen vagy! * Holtak közt vessem ágyam: odalenn vagy!

Ha a hajnal szárnyaira kelnék, * és a tenger szélein ha laknék,

Oda is csak a te karod vezet, * s ott is csak jobbod tart engemet.

Ha azt gondolnám: „Elnyel a sötétség, * és éjszakává lesz körülöttem a világosság”,

Az éj sötétje nem sötét előtted, † s az éjszaka fényes napvilág, * fény és sötét ugyanaz néked.

Uram, te alkottad, egész bensőmet, * anyám méhében te formáltál engem.

Áldalak, amiért csodálatosan alkottál engem, * és amiért csodálatos minden műved.

Lelkem teljesen ismered, * csontjaim nem voltak rejtve előtted,

Mikor megalkottál a rejtek ölében, * amikor formáltál a föld mélyében.

Szemed már látott, mielőtt megszülettem, † s könyvedben minden fel volt írva rólam, * megszabtad napjaimat, mielőtt egy is lett volna belőlük.

Mily drágák szándékaid számomra, Istenem, * mily hatalmas azoknak száma!

Ha megszámlálnám: több a homokszemeknél, * s ha végére érnék, az csak kezdet volna.

Ó, Uram, bárcsak lesújtanál a gonoszokra,
bárcsak távoznának a vérszopók.

Álnok módon beszélnek rólad,
s gondolataidat őrültségnek veszik.

Ne gyűlöljem, Uram, aki téged gyűlöl?
Ne irtózzam azoktól, akik ellened lázadnak?

Igen, égő gyűlölettel fordulok feléjük,
nekem magamnak is elleneim lettek.

Vizsgálj meg, Istenem, ismerd meg szívemet, * tégy próbára engem és ismerd meg minden ösvényem!

Figyelj meg, nem járok-e téves úton, * vezess engem az örökkévalóság útján!

a hónap 29. napja

139. zsoltár • Istenem, te vagy menedékem

(A karvezetőnek – Dávid zsoltára.)

Ments meg, Uram, az álnok embertől, * az erőszakos férfitól védj meg engem;

Azoktól, akik szívükben rosszat terveznek, * viszályt támasztanak egész nap.

Nyelvük éles, mint a kígyó nyelve, * viperaméreg van ajkukon.

Őrizz meg, Uram, a bűnös kezétől, * az erőszakos embertől védj meg engem!

Arról tanakodnak, hogy elgáncsolják lépteimet, * tőrt vetnek titkon nekem a kevélyek.

Hálót feszítenek lábam elé, * csapdát állítanak utamba.

Így szólok az Úrhoz: † „Te vagy Istenem nékem, * hallgasd meg könyörgő szavamat!

Uram, Istenem, erős sziklaváram, * megvédesz engem a küzdelem napján.

Ne teljesítsd, Uram, a gonosz vágyát, * ne engedd sikerülni terveit!”

Akik körülvesznek, fejük ne hordják fenn,

ajkuk gonoszsága őket magukat érje!

Hullasson rájuk tüzes esőt,
taszítsa őket szakadékba,
hogy többé ne keljenek föl.

Az álnok nyelvű embernek
nincs maradása a földön,
a baj hamar utoléri az erőszak emberét.

Tudom, hogy az Úr megvédi a gyenge jogát, * és igazságot szolgáltat a szegénynek.

Az igazak áldják majd neved, * a tiszta szívűek színed előtt laknak.

140. zsoltár • Imádság veszély idején

(Dávid zsoltára.)

Uram, hozzád kiáltok, siess oltalmamra, * halld meg szavam, amikor hívlak!

Szálljon föl színedhez imádságom, mint a tömjén füstje, * kitárt kezem legyen előtted esti áldozat!

Tégy, Uram, zárat a számra, * és őrizzed ajkam kapuját!

Ne engedd, hogy szívem rosszra hajoljon, † hogy gonosz terveket szőjek a gonosztevőkkel, * és megízleljem lakomájuk!

Az igaz ember ha ostoroz és megfedd, jót tesz velem. † De a bűnös ne kenje meg olajjal fejemet; * miközben gonoszat tesznek, én imádkozom.

Ha majd bíráik kezébe esnek, * meglátják, mily szelíd volt szavam.

Mint ekevas a földet széjjelvágja, * úgy szóródnak le csontjaik az alvilágba.

De én rád tekintek, Uram, Istenem, * hozzád menekülök, ne engedd elveszni életem!

Ments meg a tőrtől, mit nekem vetettek, * és a gonosztevők csapdáitól!

A gonoszokat fogja meg a saját hálójuk,
én meg megyek tovább a magam útján.

141. zsoltár • Te vagy menedékem

(Tanítóköltemény Dávidtól, amikor a barlangban volt. Ima.)

Hangos szóval az Úrhoz kiáltok, * nagy szóval az Úrhoz könyörgök.

Panaszomat kiöntöm előtte, * nyomorúságomat elébe tárom.

Amikor elcsügged bennem a lélek, * ösvényeimet akkor is ismered.

Az úton, amelyen járok, * tőrt vetettek nekem titokban.

Tekints jobbom felé és lásd meg: * nincs senki, aki törődnék velem.

Számomra nincs már menekvés, * senki sincs, aki vigyázna énrám.

Hozzád kiáltok, Uram,† s azt mondom: „Te vagy oltalmam, * te vagy örökségem az élők földjén!”

Figyelj könyörgő szavamra, * mert nagyon mélyre aláztak engem.

Ments meg azoktól, akik üldöznek, * mivel nagy erővel törnek ellenem.

Börtönömből vezess ki engem, * hogy hálát mondhassak nevednek!

Akkor körém gyűlnek az igazak, * mivel jót tettél velem.

142. zsoltár • Imádság megpróbáltatás idején

(Dávid zsoltára.)

Hallgasd meg imádságomat, Uram,
könyörgésem szavára figyelj, * hallgass meg, mert hű és igaz vagy!

Ne szállj perbe szolgáddal, * hiszen egy élő sem igaz előtted.

Mert ellenség üldöz engem, földre tiporja életem, * sötétségbe taszít, mint régen meghaltat.

Elcsüggedt bennem a lélek, * szívem megdermedt bensőmben.

Visszaemlékezem a régi napokra, † végiggondolom minden tettedet, * átgondolom, amit kezed művelt.

Kitárom feléd kezemet, * mint aszú föld, szomjazik utánad lelkem.

Siess, Uram, hallgass meg, * mert elfárad bennem a lélek!

Ne rejtsd el arcodat előlem, * mert olyan leszek, mint a sírba szállók!

Hadd érezzem irgalmad minden reggel, * hiszen tebenned bízom!

Mutasd meg, melyik úton járjak, * lelkemet hozzád emelem!

Ellenségeimtől ments meg, Uram, * oltalmat nálad keresek.

Taníts meg, miként teljesítsem akaratod, † hiszen te vagy Istenem. * Jó lelked vezéreljen az egyenes úton!

Tarts életben nevedért, Uram, * vezess ki engem a gyötrelemből igaz voltodban!

Irgalmadban semmisítsd meg ellenségemet,
tedd ártalmatlanná,
akik szorongatják a lelkem,
mert, nézd, én a szolgád vagyok.

143. zsoltár • Ének Isten áldásairól

(Dávidtól.)

Áldott legyen az Úr, az én sziklám! † ő tanította kezemet harcra, * ujjaimat viadalra.

Irgalmam, erős váram, menedékem, † szabadítóm és pajzsom, benne remélek, * aki népeket hódoltat előttem.

Uram, mi az ember, hogy gondját viseled, * az ember fia, hogy törődsz vele?

Olyan az ember, mint a fuvallat, * mint az árnyék, úgy fogynak napjai.

Hajlítsd meg egedet, Uram, és szállj le, * érintsd meg a hegyeket, hogy füstöt ontsanak!

Villogtasd villámaidat, szórd a földre, * lődd ki nyilaidat, röpítsd szét őket!

Nyújtsd ki kezed a magasból, † ments ki a hatalmas vizekből, * szabadíts ki az idegenek kezéből!

Mert hazugságot beszél szájuk, * s jobbjuk hamisan esküszik.

Ám én új éneket énekelek neked, Istenem, * tízhúrú hárfán játszom színed előtt.

A királyoknak te adsz győzelmet, * te mented meg szolgádat, Dávidot.

Ments meg engem a végzetes kardtól, * szabadíts meg az idegenek kezéből.

Mert hazugságot beszél szájuk, * s jobbjuk hamisan esküszik.

Mint a fiatal fák, viruljanak fiaink, * ifjúságukban erőtől duzzadók!

Lányaink legyenek ékesek, * mint a palotákhoz faragott oszlopok!

Teljenek meg csűreink gazdagon, * bőven legyen bennük minden gyümölcs!

Sokasodjanak juhaink a mezőkön, * barmaink legyenek kövérek!

Ne dőljenek romba falaink, * és utcáinkat ne töltse be jajszó!

Boldog az a nép, melynek ez az osztályrésze, * boldog az a nép, melynek az Úr az Istene!

a hónap 30. napja

144. zsoltár • Isten jóságának dicsérete

(Dicsőítő ének – Dávidtól.)

Dicsérlek téged, Istenem, királyom, * nevedet örökké áldom.

Minden nap áldalak téged * és magasztalom neved örökkön-örökké.

Nagy az Úr és dicséretre méltó, * fönsége meghalad mindent.

Nemzedék nemzedéknek hirdeti művedet, * s elbeszélik fölséges tetteid.

Dicsőséged fényéről szólnak, * s elhírlelik csodás tetteid.

Elmondják félelmes tetteid erejét, * és műveid nagyságát hirdetik.

Emlékezetbe idézik túláradó jóságod, * és ujjonganak igaz voltodon.

Könyörületes az Úr és irgalmas, * hosszan tűrő és kegyelme bőséges.

Jóságos az Úr minden emberhez, * irgalmas minden művéhez.

Dicsérjenek, Uram, minden műveid, * magasztaljanak minden szentjeid!

Országod dicsőségéről szóljanak, * és hirdessék hatalmad!

Beszéljék el az embereknek hatalmas tetteid, * s országod ragyogó fölségét!

Királyságod örökké tartó királyság, * és nemzedékről nemzedékre megmarad uralmad.

Hűséges az Úr minden szavában, * és szent minden művében.

Támogatja az Úr azt, aki elesett, * és fölemel minden görnyedőt.

Mindeneknek szemei benned bíznak, * te adsz nekik ételt alkalmas időben:

Föltárod kezedet, * és eltöltesz javaiddal minden élőt.

Igazságos az Úr minden tettében, * és szent minden művében.

Közel az Úr mindahhoz, aki hozzá kiált, * mindahhoz, aki igaz szívvel hívja.

Teljesíti az istenfélők vágyát, * meghallgatja kérésüket és megmenti őket.

Megőrzi az Úr mindazt, aki őt szereti, * de elvet minden bűnös embert.

Az Úr dicséretét hirdesse ajkam, * minden élő áldja szent nevét örökkön-örökké.

145. zsoltár • Az Úrban bízók boldogsága

(Alleluja!)

Dicsérd, lelkem, az Urat! † Egész életemben az Urat áldom, * amíg élek, Istenemnek zsoltárt zengek.

Ne higgyetek a fejedelmeknek, ne bízzatok emberben, * segítséget nem leltek nála!

Ha kileheli lelkét és porba tér az ember, * akkor megsemmisül minden terve.

Boldog, akinek oltalma Jákob Istene, * s akinek Istenben, az Úrban van reménye.

Ő teremtette az eget s a földet, * a tengert s ami él benne, mindent.

Megőrzi a hűséget mindörökké, † az elnyomottnak jogát megvédi, * az éhezőnek ő ad kenyeret.

Megszabadítja az Úr a foglyokat, * megnyitja az Úr a vakok szemét.

Fölemeli az Úr a görnyedőt, * kedveli az igaz embert.

Megvédi az Úr a jövevényeket, † gyámolít árvát, özvegyet, * ám a gonoszok lépteit tévútra vezeti.

Mindörökké uralkodik az Úr, † a te Istened, Sion, * nemzedékről nemzedékre. Alleluja.

146. zsoltár • A Mindenható himnusza

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Urat, † mert jó a mi Istenünknek zsoltárt zengeni, * mily nagy öröm dicséretet mondani néki!

Jeruzsálemet az Úr felépíti, * és összegyűjti a szétszórt Izraelt.

Meggyógyítja a megtört szíveket, * bekötözi minden sebüket.

Ő szabja meg a csillagok számát, * és mindegyiket nevén szólítja.

Nagy a mi Urunk, erős és hatalmas, * bölcsességének nincsen határa.

Az alázatost az Úr magához emeli, * a gonoszat porig alázza.

Énekeljetek hálát az Úrnak, * Istennek hárfán zsoltárt zengjetek!

Az égre ő borít felleget, * a földre tőle száll eső.

A hegyeken ő sarjaszt gyepet, * füveket az ember javára.

Eleséget oszt az igás állatnak, * és a hozzá kiáltó hollófiaknak.

A lovak erejében nem leli kedvét, * a harcosok izmaiban nincsen öröme.

Az Úr az őt félőkben találja örömét, * akik irgalmába vetik reményük.

147. zsoltár • A Mindenható himnusza

Jeruzsálem, dicsérd az Urat, * magasztald, Sion, Istened!

Megerősítette kapuid zárát, * gyermekeidet megáldja benned.

Határaidat békével áldja, * s a búza javával táplál téged.

Szavát küldi a földre, * Igéje sebesen szökell.

Havat hullat akár a gyapjat, * és zúzmarát hint mint a hamut.

Morzsaként hullatja jegét, * ki állja annak hidegét?

Igéjét küldi és olvadni kezd a jég, * leheletére a vizek folynak.

Kihirdette szavát Jákobnak, * törvényét és igazságát Izrael népének.

Más népekkel nem tett ily dolgokat, * végzéseit nem tárta föl senki másnak.

148. zsoltár • A mindenség az Urat dicséri

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Urat a mennyből, * dicsérjétek a magasságban!

Dicsérjétek mind, ti angyalok, * dicsérjétek, égi seregek!

Dicsérjétek, nap és hold, * dicsérjétek, fénylő csillagok!

Dicsérjétek, egeknek egei, * dicsérjétek minden vizek az ég felett!

Dicsérjék az Úr nevét, * mert ő parancsolt és létrejöttek!

Odaállította őket minden időkre, * törvényt szabott nekik, mely el nem évül.

Dicsérjétek az Urat a földről, * tengeri szörnyek és vizek mélységei!

Tűz és jégeső, hó és ködfelhő,*
dübörgő vihar, mely teljesíti akaratát!

Minden hegyek és halmok, * gyümölcsfák és mind, ti cédrusok,

Vadak és minden állatok, * csúszómászók és mind, ti szárnyasok,

Föld királyai és minden nemzetek, * fejedelmek és a föld minden bírája,

Mind, ti ifjak és leányok, * öregek és gyermekek,

Dicsérjétek az Úr nevét mindnyájan, * mert egyedül az ő neve magasztos!

Fönsége fölülmúlja az eget s a földet, * dicsőségre emelte népe fejét.

Dicséret minden szentjének, * Izrael fiainak, a népnek, amely közel van hozzá.

149. zsoltár • A szentek ujjongása

(Alleluja!)

Új dalt énekeljetek az Úrnak, * a szentek közösségében zengő dicséretet!

Örvendezzék Teremtőjén Izrael népe, * és ünnepeljék királyukat Sion lakói!

Körtánccal dicsérjék nevét, * dobon és hárfán zengjék énekét,

Mert népét az Úr szeretettel áldja, * s a magát megalázót győzelem koronázza.

Ujjongjanak dicsőségükön a szentek, * vigadozzanak nyugvóhelyükön!

Isten magasztalása legyen nyelvükön, * kétélű kard a kezükben,

Hogy megtorolják a nemzetek vétkét * és megfenyítsék a népeket.

Hogy királyokat verjenek bilincsbe, * fejedelmeket vasláncra.

A megszabott ítéletet rajtuk így betöltsék; * ez lesz dicsőségére minden szentjének!

150. zsoltár • Dicsérjétek az Urat!

(Alleluja!)

Dicsérjétek az Urat szentélyében, * dicsérjétek őt erős várában!

Dicsérjétek hatalmas tetteiért, * dicsérjétek végtelen fölségéért!

Dicsérjétek őt harsonaszóval, * dicsérjétek hárfával és citerával!

Dicsérjétek dobbal és tánccal, * dicsérjétek húrokkal és fuvolák hangjával!

Dicsérjétek őt zengő cimbalommal, * dicsérjétek őt búgó cimbalommal!

Minden lélek az Urat dicsérje! * Alleluja, alleluja!

Legfontosabb zsoltárok

Betegségben: 5, 12, 30, 40, 68, 90
A halálos ágyon: 21, 22, 26, 35, 45, 89, 125, 129, 130
Rágalmazásnál és mobbingnál: 3, 6, 16, 26
Depresszióban: 41, 76, 101
Katasztrófában: 59, 84, 89, 125
Személyes hibában: 50, 129
Hála a megmenekülésért: 17, 29, 32, 39, 65, 106, 107, 117
Bátorításul: 15, 90, 120
Általános hálaadás: 91, 99, 102, 149
A Teremtő dicsérete: 7, 18, 32, 103, 147
Gyors ima azoknak, akik úgy gondolják, hogy nem tudnak imádkozni: 138

evangéliumi énekek

Benedictus

Lk 1,69-79

Laudes

Áldott legyen az Úr, Izrael Istene, * mert meglátogatta népét és megváltást szerzett néki.

Erős szabadítót támasztott nékünk * szolgájának, Dávidnak házából.

Amint szólott a szentek ajkával, * ősidők óta a próféták szavával:

Megszabadít az ellenség kezéből, * mindazoktól, akik gyűlölnek minket.

Irgalmas lesz atyáink iránt, * szent esküjét el nem felejti,

A szövetséget, melyet Ábrahámmal, atyánkkal kötött, * hogy amit ígért, megadja nékünk;

Hogy megszabadulva az ellenség kezéből * félelem nélkül szolgáljunk néki,

Szentségben és igazságban színe előtt * életünk minden napján.

Te pedig, gyermek, a Magasságbeli hírnöke leszel, * mert az Úr előtt jársz, hogy útját előkészítsd.

Az üdvösség ismeretére tanítsd népét, * hogy bocsánatot nyerjen minden bűnük

Istenünk mélységes irgalma által, * amellyel a magasságból Fölkelő eljön hozzánk,

Hogy világítson azoknak, akik
a halál árnyékában és sötétben élnek, * és vezérelje lépteinket a békesség útjára.

Magnificat

Lk 1,46-55

Vesperás

Magasztalja lelkem az Urat, * ujjongjon szívem üdvözítő Istenemben.

Tekintetre méltatta alázatos szolgáló lányát: * lám, ezentúl boldognak hirdet minden nemzedék.

Mily nagy dolgot művelt velem * ő, a hatalmas, akit Szentnek hívunk.

Nemzedékről nemzedékre megmarad irgalma * azokon, akik félik őt.

Nagyszerű dolgokat művelt karja, * a szívükben gőgösöket széjjelszórta.

Uralkodókat űzött el trónjukról, * de a kicsinyeket magasra emelte.

Betöltötte az éhezőket minden jóval, * a gazdagokat elbocsátotta üres kézzel.

Fölkarolta szolgáját, Izraelt: * megemlékezett irgalmáról,

Melyet atyáinknak hajdan megígért, * Ábrahámnak és utódainak örökkön-örökké.

Nunc dimitis

(Simeon éneke)

Lk 2,29-32

Kompletórium

Bocsásd el most szolgádat, Uram, * szavaid szerint békességben;

Hiszen már látta szemem az üdvösséget, * melyet minden népnek készítettél,

Hogy felragyogjon világosságára a pogányoknak, * és dicsőségére népednek Izraelnek.

Utószó

Az evangéliumokból tudjuk, hogy Jézus magától értetődő módon részt vett a korabeli zsidóság vallási életében, és ebből következik, hogy ő maga is rendszeresen imádkozta a zsoltárokat. Az újszövetségi szerzőkről pedig kivétel nélkül elmondhatjuk, hogy „olyan közel állnak az Ószövetséghez, hogy azt mintegy anyanyelvükként használják. Átveszik az Írás mondatait, és jelesül igen sok esetben a zsoltárokéit, gyakran nem is jelezve, hogy idéznek. Mindezt a legnagyobb természetességgel, úgyszólván gondolkodás nélkül teszik. Tekintve e szerzők sokféleségét és azt, hogy különböző időkben írtak, értelmetlen volna azt képzelni, hogy miközben őket teljesen áthatotta az Írás és a zsoltárok szövegei, Jézusra kevésbé lenne érvényes ugyanez.“ (Paul Bechamp, *A Zsoltárok világa* , Pannonhalma, Bencés kiadó 2003, 32-33)

Köszönet a közreműködésért:

Hortobágyi Arnold OSB
Dombi József
Berecz András
Béres István

© Pannonhalmi Főapátság
A szürke, zárójelbe szereplő verseket, zsoltárokat a
© Szent István Társulat
bibliafordításából vettük át