

ለመዘምራን አለቃ፤ በማድነቅ ጊዜ፤ የዳዊት መዝሙር።

አቤቱ አንተን ታመንሁ፤ ለዘላለም አልፈር፤ በጽድቅህም አድነኝ።

2 ጆሮህን ወደ እኔ አዘንብል፤ ፈጥነህም አድነኝ፤ ታድነኝ ዘንድ መታመኛ አምላክና የመጠጊያ ቤት ሁነኝ።

3 አምባዬና መጠጊያዬ አንተ ነህና ስለ ስምህ መንገዴን አቅና ምራኝም።

4 አንተ መታመኛዬ ነህና ከደበቁብኝ ወጥመድ አውጣኝ።

5 በእጅህ ነፍሴን እሰጣለሁ፤ የእውነት አምላክ አቤቱ፤ ተቤቸተኸኛል።

6 ከንቱ ምናምንቴነትን የጠበቁትን ጠላህ፤ እኔ ግን በእግዚአብሔር ታመንሁ።

7 መከራዬን አይተሃልና፤ ነፍሴንም ከጭንቀት አድነሃታልና በምሕረትህ ደስ ይለኛል ሐሤትም አደርጋለሁ።

8 በጠላቴ እጅ አልዘጋኸኝም፤ በሰፊም ስፍራ እግሮቼን አቆምህ።

9 ተቸግሬአለሁና አቤቱ ምራኝ፤ ዓይኔም ከኃዘን የተነሣ ተፈጅቶ፤ ነፍሴም ሆዴም።

10 ሕይወቴ በኅዘን አልቃለችና፤ ዓመታቴም በልቅሶ ጩኸት፤ ኃይሌ በችግር ደከመ፤ አጥንቶቼም ተነዋወጡ።

11 በጠላቶቼ ዘንድ ተነወርኸ፤ ይልቁንም በጎረቤቶቼ ዘንድ፤ ለሚያውቁኝም ፍርሃት ሆነሁ፤ በሜዳ ያዩኝም ከእኔ ሸሹ።

12 እንደ ሞተ ሰው ከልብ ተረሳሁ፤ እንደ ተበላሽ ዕቃም ሆንሁ።

13 የብዙ ሰዎችን ስድብ ሰምቻለሁና፤ በዙሪያው ፍርሃት ነበረ፤ በላዬ በአንድነት በተሰበሰቡ ጊዜ ነፍሴን ለመንጠቅ ተማከሩ።

14 አቤቱ፤ እኔ ግን በአንተ ታመንሁ፤ አንተ አምላኬ ነህ አልሁ።

15 ርስቴ በእጅህ ነው፤ ከጠላቶቼ እጅና ከሚያሳድዱኝ አድነኝ።

16 ፊትህን በባሪያህ ላይ አብራ፤ ስለ ምሕረትህም አድነኝ።

17 አቤቱ፤ አንተን ጠርቻለሁና አልፈር፤ ከፉዎች ይፈሩ በሲኦልም ዝም ይበሉ።

18 በድፍረትና በትዕቢት በመናቅም በጻድቅ ላይ የሚናገሩ የሸንገላ ከንፈሮች ድዳ ይሁኑ።

19 በአንተ ለሚያምኑ በሰው ልጆች ፊት ያዘጋጃሃት ለሚፈሩህም የሰወርሃት፤ ቸርነትህ እንደ ምን በዛች!

20 በፊትህ መጋረጃ ከሰው ክርክር ትጋርዳቸዋለህ፤ በድንኳንህም ከአንደበት ክርክር ትሸፍናቸዋለህ።

21 በተከበበ ከተማ የሚያስደንቅ ምሕረቱን በእኔ የገለጠ እግዚአብሔር ይመስገን።

22 እኔስ ከዓይንህ ፊት ተጣልሁ፤ በድንጋጤ አልሁ፤ አንተ ግን ወደ አንተ በጮኸሁ ጊዜ የልመናዬን ቃል ሰማኸኝ።

23 ሁላችሁ ቅዱሳኑ፤ እግዚአብሔርን ውደዱት፤ እግዚአብሔር እውነተኞችን ይፈልጋል፤ ትዕቢተኞችንም ፈጽሞ ይበቀላቸዋል።

24 በእግዚአብሔር የምታምኑ ሁላችሁ፤ በርቱ ልባችሁም ይጥና።