

ለመዘምራን አለቃ፤ አታጥፋ። ከሳኦል ፊት ሸሽቶ በዋሻ በነበረበት ጊዜ፤ የዳዊት ቅኔ።

ማረኝ፥ አቤቱ፥ ማረኝ፥ ነፍሴ አንተን ታምናለችና፤ ጉዳት እስከታልፍ ድረስ በከንፎችህ ጥላ እታመናለሁ።

2 ወደሚረዳኝ እግዚአብሔር ወደ ልዑል እግዚአብሔር እጮኸለሁ።

3 ከሰማይ ልኮ አዳነኝ፥ ለረገጡኝም ውርደትን ሰጣቸው፤ እግዚአብሔር ቸርነቱንና እውነቱን ላከ።

4 ነፍሴን ከአንበሶች መካከል አዳናት። ደንግጬ ተኛሁ፤ የሰው ልጆች ጥርሳቸው ጦርና ፍላጻ፥ አንደበታቸው የተሳለ ሾተል ነው።

5 አምላክ ሆይ፥ በሰማያት ላይ ከፍ ከፍ በል፤ ከብርሃም በምድር ሁሉ ላይ ትሁን።

6 ለእግሮቼ ወጥመድን አዘጋጁ፥ ነፍሴንም አገብጡኝ፤ ጉድጓድ በፊቴ ቆፈሩ፥ በእርሱም ወደቁ።

7 ልቤ ጨካኝ ነው፥ አቤቱ፥ ልቤ ጨካኝ ነው፤ እቀኛለሁ፥ እዘምራለሁ።

8 ከብሬ ይነሣ፥ በገናና መሰንቆም ይነሡ፤ እኔም ማልጄ እነሣለሁ።

9 አቤቱ፥ በአሕዛብ ዘንድ አመሰግንሃለሁ፥ በወገኖችም ዘንድ እዘምርልሃለሁ፤

10 ምሕረትህ እስከ ሰማይ ድረስ ከፍ ብላለችና፥ እውነትህም እስከ ደመናት ድረስ።

11 አምላክ ሆይ፥ በሰማያት ላይ ከፍ ከፍ በል፤ ከብርሃም በምድር ሁሉ ላይ ትሁን።