

# مزامیر

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

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

موضوع اصلی کتاب مزامیر «پرستش» است. این واژه بیش از ۲۰۰ بار در این کتاب بکار رفته؛ «توکل» و واژه‌های مشابه، ۵۷ بار. آیه کلیدی این کتاب را می‌توان در ۶:۱۵۰ یافت: «هر که جان در بدن دارد خداوند را ستایش کند! خداوند را سپاس باد!»

## کتاب اول

(مزامیر ۱-۴۱)

### خوشبختی واقعی

خوشبختی چه حالی است که با بدکاران مشورت نمی‌کند و راه گناهکاران را در پیش نمی‌گیرد و با کسانی که خدا را مسخره می‌کنند همنشین نمی‌شود، بلکه مشتاقانه از دستورات خداوند پیروی می‌کند و شب و روز در آنها تفکر می‌نماید.<sup>۳</sup> او همچون درختی است که در کنار نهرهای آب کاشته شده و به موقع میوه می‌دهد و برگهایش هرگز پژمرده نمی‌شود؛ کارهای او همیشه ثمربخش است.

اما بدکاران چنین نیستند. آنها مانند کاهی هستند که در برابر باد پراکنده می‌شود.<sup>۵</sup> آنها در برابر مسند داوری خدا محکوم خواهند شد و به جماعت خداشناسان راه نخواهند یافت.

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

## پادشاه برگزیده خداوند

چرا قومها شورش می‌کنند؟ چرا مردم بی‌جهت توطئه می‌چینند؟ پادشاهان جهان و رهبران ممالک با هم متحد شده‌اند تا برضد خداوند و پادشاه برگزیده‌اش قیام کنند.<sup>۳</sup> آنها می‌گویند: «بیاید زنجیرها را پاره کنیم و خود را از قید اسارت آزاد سازیم!»<sup>۴</sup> اما خداوند که بر تخت خود در آسمان نشسته، به نقشه‌های آنان می‌خندد.<sup>۵</sup> سپس با خشم و غضب آنان را تویخ می‌کند و به وحشت می‌اندازد.<sup>۶</sup> خداوند می‌فرماید: «من پادشاه خود را در شهر مقدس خود اورشلیم بر تخت سلطنت نشانده‌ام!»

پادشاه می‌گوید: «من فرمان خداوند را اعلام خواهم کرد. او به من فرموده است: از امروز تو پسر من هستی و من پدر تو! از من درخواست کن و من همه قومها را بعنوان میراث به تو خواهم بخشید و سراسر دنیا را ملک تو خواهم ساخت.»<sup>۹</sup> تو با عصای

خواهید کرد؟

۳ بدانید که خداوند اشخاص درستکار را برای خود برگزیده است، پس وقتی نزد او فریاد برآورم صدایم را خواهد شنید.

۴ نگذارید خشمستان شما را به گناه بکشاند. بر بسترهای خود، در سکوت به رفتار خود فکر کنید. ۵ بر خداوند توکل کنید و قربانی‌های راستین را به او تقدیم نمایید.

۶ بسیاری می‌گویند: «کیست که به ما کمک کند؟» ای خداوند، تو نور چهره‌ات را بر ما بتابان. ۷ تو قلب مرا از شادی لبریز کرده‌ای! آری، شادی‌ای که تو به من بخشیده‌ای بیشتر از شادی‌ای است که به هنگام برداشت محصول فراوان پدید می‌آید. ۸ با آرامش خیال به خواب می‌روم، زیرا تو ای خداوند، تنها تو، مرا در امنیت نگه می‌داری.

### دعای محافظت

۵ ای خداوند، به سخنان من گوش بده و به ناله من توجه فرما. ۲ ای پادشاه و ای خدای من، به فریادم برس، زیرا من فقط نزد تو دعا می‌کنم. ۳ ای خداوند، صبحگاهان به پیشگاه تو دعا می‌کنم و تو صدای مرا می‌شنوی، پس من انتظار خواهم کشید تا جواب مرا بدهی.

۴ تو خدایی نیستی که گناه را دوست بداری و شرارت را تحمل کنی. ۵ تو تحمل دیدن متکبران را نداری و از همه بدکاران نفرت داری. ۶ ای خداوند، تو از قاتلان و حيله گران بیزارى و دروغگویان را هلاک می‌کنی.

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

۸ ای خداوند عادل، راه خود را به من نشان ده و مرا هدایت نما تا دشمنانم نتوانند بر من چیره شوند. ۹ دهان ایشان لبریز از دروغ است و دلشان مملو از

آهنین بر آنها حکومت خواهی کرد و آنها را مانند ظروف گلی خرد خواهی نمود.»

۱۰ بنابراین، ای پادشاهان، گوش دهید و ای رهبران جهان توجه نمایید! ۱۱ با ترس و احترام خداوند را عبادت کنید؛ ۱۲ پیش از اینکه پسرش خشمگین شود و شما را نابود کند، به پاهایش بیفتید و آنها را بوسه زنید، زیرا خشم او ممکن است هر لحظه افروخته شود. خوشبحال همه کسانی که به او پناه می‌برند.

### اطمینان به خداوند در مشکلات

(داود این مزمور را وقتی از دست پسرش ابشالوم گریخته بود، سرایید.)

۳ ای خداوند، دشمنانم چقدر زیاد شده‌اند! بسیاری برضد من بر می‌خیزند. ۲ بسیاری می‌گویند که خدا به داد من نخواهد رسید.

۳ اما ای خداوند، تو سپر من هستی و از هر سو مرا محافظت می‌نمایی. تو مرا پیروز و سربلند می‌سازی و شهادت مرا به من باز می‌گردانی. ۴ بسوی خداوند فریاد برمی‌آورم و او از کوه مقدس\* خود مرا اجابت می‌کند. ۵ با خیال آسوده به خواب می‌روم و از خواب بیدار می‌شوم، زیرا خداوند از من مراقبت می‌نماید. ۶ از هزاران دشمنی که از هر سو مرا احاطه کرده‌اند، ترسی ندارم.

۷ ای خداوند، برخیز! ای خدای من، مرا نجات ده! دشمنانم را مجازات کن و قدرت آنها را در هم شکن تا دیگر نتوانند به من آسیبی برسانند. ۸ نجات از جانب خداوند می‌آید و اوست که به قوم خود برکت می‌دهد.

### آرامش فکر

۴ ای خدای عادل من، وقتی نزد تو فریاد بر می‌آورم، مرا اجابت فرما. زمانی که در سختی و تنگنا بودم تو به داد من رسیدی، پس اکنون نیز بر من رحم فرموده، دعایم را اجابت فرما.

۲ ای آدمیان، تا به کی خدای پر جلال مرا بی‌حرمت خواهید کرد؟ تا به کی چیزهای باطل و دروغ را دوست خواهید داشت و از آنها پیروی

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

دشمن خود را غارت کرده‌ام،<sup>۵</sup> آنگاه بگذار دشمن مرا تعقیب نموده، به دام اندازد و زندگی‌ام را تباه سازد.

ای خداوند، برخیز و با غضبت در مقابل خشم دشمنانم بایست! ای خدای من، برخیز و عدالت را برقرار نما.<sup>۷</sup> همه قوم‌ها را نزد خود جمع کن و از بالا بر ایشان داوری فرما.<sup>۸</sup> ای خداوند که داور همه مردم هستی، پاکی و بی‌گناهی مرا ببین و حکم بده.<sup>۹</sup> ای خدای عادل که از افکار و دلهای ما با خبری، بدیها را از بین ببر و نیکان را استوار ساز.

ای خدا سپر من است و از من محافظت می‌کند. او کسانی را که دلشان پاک و راست است، نجات می‌بخشد.<sup>۱۱</sup> خدا داور عادل است. او هر روز بر بدکاران خشمگین می‌شود.<sup>۱۲</sup> اگر آنها بسوی خدا بازگشت نکنند، او شمشیرش را تیز خواهد کرد. خدا کمان خود را کشیده و آماده کرده است.<sup>۱۳</sup> او سلاح‌های مرگبار و تیرهای آتشین خود را بدست گرفته است.

وجود اشخاص گناهکار پر از شرارت و ظلم است و اعمالشان نادرست.<sup>۱۵</sup> آنها برای دیگران چاه می‌کنند، اما خود در آن می‌افتند<sup>۱۶</sup> و در دام بداندیشی و ظلم خود گرفتار می‌شوند.<sup>۱۷</sup> خداوند را بخاطر عدالتش می‌ستایم و در وصف او که متعال است می‌سرایم.

### شکوه و عظمت خداوند

ای خداوند، ای خداوند ما، شکوه نام تو سراسر زمین را فرا گرفته است و عظمت تو از آسمانها نیز فراتر رفته است.<sup>۲</sup> کودکان و شیرخوارگان، زبان به ستایش تو می‌کشایند و دشمنانت را سرافکننده و خاموش می‌سازند.

وقتی به آسمان تو و به ماه و ستارگانی که آفریده‌ای نگاه می‌کنم،<sup>۴</sup> می‌گویم انسان چیست که تو به فکر او باشی و او را مورد لطف خود قرار دهی؟<sup>۵</sup> تو مقام او را فقط اندکی پایین تر از فرشتگان قرار دادی و تاج عزت و احترام را بر سر وی نهادی.<sup>۶</sup> او را بر تمام خلقت خود گماردی و همه چیز را زیر فرمان

شرارت. حرفهایشان پر از تملق و فریب است و به مرگ منتهی می‌شود.<sup>۱۰</sup> ای خدا، تو آنها را محکوم کن و بگذار خود در دامهایشان گرفتار شوند! آنها را دور بینداز، زیرا گناهان زیادی مرتکب شده‌اند و برضد تو برخاسته‌اند.

اما بگذار همه کسانی که به تو پناه می‌آورند، خوشحال شوند و همیشه با شادی سرود بخوانند. از کسانی که تو را دوست دارند محافظت نما تا آنها در پناه تو شادمان باشند.<sup>۱۲</sup> تو ای خداوند، درستکاران را برکت می‌دهی و ایشان را با سپر محبت خود محافظت می‌نمایی.

### دعای انسان دردمند

ای خداوند، مرا در شدت خشم خود توبیخ و تنبیه نکن.<sup>۲</sup> ای خداوند، به من رحم کن زیرا پژمرده شده‌ام. خداوند، مرا شفا ده، زیرا درد وجودم را فرا گرفته<sup>۳</sup> و بسیار پریشانم. تا به کی ای خداوند، تا به کی؟

ای خداوند، بیا و مرا برهان؛ به رحمت خود، مرا نجات ده؛<sup>۵</sup> زیرا اگر بمیرم نخواهم توانست تو را به یاد آورم و ستایشت کنم.

از نالیدن خسته شده‌ام. هرشب بستم را غرق اشک می‌سازم.<sup>۷</sup> از آزار دشمنانم آنقدر گریه کرده‌ام که چشمانم تار شده‌اند.

ای همه بدکاران، از من دور شوید؛ زیرا خداوند صدای گریه مرا شنیده است.<sup>۹</sup> او به فریاد من خواهد رسید و دعایم را اجابت خواهد کرد.<sup>۱۰</sup> آنگاه همه دشمنانم ناگهان عاجز و درمانده شده، با سرافکنندگی دور خواهند شد.

### فریاد دادخواهی

ای خداوند، خدای من، به تو پناه می‌آورم؛ مرا از دست تعقیب‌کنندگانم نجات ده،<sup>۲</sup> وگرنه آنها همچون شیر مرا می‌درند و تکه‌تکه می‌کنند بدون آنکه کسی بتواند به نجاتم بشتابد.

ای خداوند، خدای من، اگر به کسی ظلم کرده‌ام،<sup>۳</sup> اگر خوبی را با بدی تلافی نموده‌ام و یا به ناحق

او در آوردی: <sup>۷</sup>گوسفندان و گاووان، حیوانات وحشی،  
<sup>۸</sup>پرنندگان آسمان، ماهیان دریا و جاندارانی که در آبها  
زندگی می‌کنند.

<sup>۹</sup>ای خداوند! ای خداوند ما! شکوه نام تو سراسر  
زمین را فرا گرفته است.

## خدا، داور عادل

**۹** ای خداوند، با تمام وجود تو را می‌ستایم و از  
کارهای شگفت‌انگیز تو سخن می‌رانم. <sup>۲</sup> تو  
شادی و خوشی من هستی و من در وصف تو، ای  
خدای متعال، می‌سرایم.

<sup>۳</sup>دشمنانم عقب‌نشینی کرده، در حضور تو بر زمین  
خواهند افتاد و هلاک خواهند شد، <sup>۴</sup> زیرا تو ای داور  
عادل بر مسند خود نشسته‌ای و از حق من دفاع  
می‌کنی. <sup>۵</sup> تو قومهای شرور را محکوم و نابود کرده‌ای  
و نام آنها را از صفحه روزگار محو ساخته‌ای.  
<sup>۶</sup> دشمنان ما را بکلی ریشه کن نموده‌ای و شهرهای  
آنها را ویران کرده‌ای بطوری که حتی نامی از آنها نیز  
باقی نمانده است.

<sup>۷</sup> خداوند تا به ابد پادشاه است. او مسند داوری  
خود را برقرار کرده <sup>۸</sup> تا بر قومهای دنیا با عدل و  
انصاف داوری نماید.

<sup>۹</sup> خداوند پناهگاه رنجدیدگان است و ایشان را در  
سختی‌ها حفظ می‌کند.

<sup>۱۰</sup> خداوند، کسانی که تو را می‌شناسند، به تو پناه  
می‌آورند زیرا تو هرگز طالبان خود را ترک نکرده‌ای.  
<sup>۱۱</sup> در وصف خداوند که در اورشلیم سلطنت  
می‌کند، بسرایید! کارهای او را در میان همه قومها  
اعلام کنید! <sup>۱۲</sup> زیرا او قاتلان را بی‌سزا نخواهد گذاشت  
و فریاد ستمدیدگان را فراموش نخواهد کرد.

<sup>۱۳</sup> ای خداوند، بین دشمنانم چگونه به من ظلم  
می‌کنند. بر من رحم کن و مرا از چنگال مرگ رهایی  
ده <sup>۱۴</sup> تا تو را در حضور همه مردم اورشلیم ستایش  
کنم و بسبب این رهایی شادی نمایم.

<sup>۱۵</sup> دشمنان در چاهی که برای دیگران کنده بودند،  
افتاده‌اند و در دامهایی که برای دیگران گذاشته بودند  
گرفتار شده‌اند. <sup>۱۶</sup> خداوند بدکاران را در دامهای

خودشان گرفتار می‌کند و نشان می‌دهد که خدای  
عادلی است. <sup>۱۷</sup> همه بدکاران و تمام قومهایی که خدا  
را از یاد می‌برند هلاک خواهند شد. <sup>۱۸</sup> بیچارگان و  
ستمدیدگان سرانجام به یاد آورده خواهند شد و  
امیدشان برباد نخواهد رفت.

<sup>۱۹</sup> ای خداوند، برخیز و قومها را محاکمه کن!  
نگذار انسان پیروز شود. <sup>۲۰</sup> آنها را به وحشت انداز تا  
بفهمند که انسان فانی ای بیش نیستند.

## فریاد دادخواهی

**۱۰** ای خداوند، چرا دور ایستاده‌ای؟ چرا به  
هنگام سختی‌ها خود را پنهان می‌کنی؟ <sup>۲</sup> بیا  
و اشخاص متکبر و بدکار را که بر فقرا ظلم می‌کنند در  
دامهای خودشان گرفتار ساز. <sup>۳</sup> آنها با غرور از مقاصد  
پلید خود سخن می‌رانند. آنها اشخاص طمعکار را  
می‌ستایند ولی خدا را ناسزا می‌گویند. <sup>۴</sup> این بدکاران  
فکر می‌کنند خدایی وجود ندارد تا از آنها بازخواست  
کند. <sup>۵</sup> آنها در کارهایشان موفقند و دشمنانشان را به  
هیچ می‌شمارند و توجهی به احکام خدا ندارند. <sup>۶</sup> به  
خود می‌گویند: «همیشه موفق خواهیم بود و از هر  
مصیبتی به دور خواهیم ماند.»

<sup>۷</sup> دهانشان پر از کفر و دروغ و تهدید است و از  
زبانشان گناه و شرارت می‌بارد. <sup>۸</sup> نزدیک روستاها به  
کمین می‌نشینند و اشخاص بی‌گناه را می‌کشند. <sup>۹</sup> مانند  
شیر درنده، کمین می‌کنند و بر اشخاص فقیر و  
درمانده حمله می‌برند و ایشان را در دام خود گرفتار  
می‌سازند. <sup>۱۰</sup> اشخاص بیچاره در زیر ضربات  
بی‌رحمانه آنها خرد می‌شوند. <sup>۱۱</sup> این بدکاران در دل  
خود می‌گویند: «خدا روی خود را برگردانده و این  
چیزها را هرگز نمی‌بیند.»

<sup>۱۲</sup> ای خداوند، برخیز و این بدکاران را مجازات  
کن! ای خدا، بیچارگان را فراموش مکن! <sup>۱۳</sup> چرا اجازه  
می‌دهی که بدکاران به تو اهانت کنند؟ آنها فکر  
می‌کنند که تو هرگز از ایشان بازخواست نخواهی کرد!  
<sup>۱۴</sup> اما ای خدا، تو می‌بینی! تو رنج و غم مردم را  
می‌بینی و به داد آنها می‌رسی. تو امید بیچارگان و  
مددکار یتیمان هستی. <sup>۱۵</sup> دست این بدکاران را بشکن.

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

۶ وعده‌های خداوند، مانند نقره‌ای که هفت بار در کوره تصفیه شده باشد، پاک و قابل اعتماد است. <sup>۷</sup> ای خداوند، هر چند پای اشخاص بدکار به همه جا رسیده است و مردم کارهای پلید آنها را ستایش می‌کنند، ولی تو ما را تا ابد از چنین اشخاص حفظ خواهی کرد.

### دعای شخص درمانده

**۱۳** ای خداوند، تا به کی مرا فراموش می‌کنی؟ تا به کی روی خود را از من برمی‌گردانی؟ <sup>۲</sup> تا به کی افکارم مرا آزار دهند و هر روز دلم از غم پر شود؟ تا به کی دشمن بر من پیروز باشد؟ <sup>۳</sup> ای خداوند من، بر من نظر کن و دعای مرا اجابت فرما. نگذار نور زندگی‌ام خاموش شود. نگذار به خواب مرگ فرو روم <sup>۴</sup> و دشمن از شکست من شاد شده، بگوید: «بر او پیروز شدم.» <sup>۵</sup> من به رحمت تو ایمان دارم و دلم از نجات تو شاد می‌شود. <sup>۶</sup> در وصف تو ای خداوند خواهم سراپید زیرا به من خوبی کرده‌ای.

### انسان بدکار

**۱۴** کسی که فکر می‌کند خدا نیست، احمق است. چنین شخصی فاسد است و دست به کارهای پلید می‌زند و هیچ نیکی در او نیست. <sup>۲</sup> خداوند از آسمان به انسانها نگاه می‌کند تا شخص فهمیده‌ای بیابد که طالب خدا باشد. <sup>۳</sup> ولی همه از او روگردان شده‌اند، همه فاسد گشته‌اند، در هیچ یک از آنها نیکی نیست. <sup>۴</sup> این بدکاران بی‌فهم، خدا را نمی‌شناسند و قوم مرا مثل نان می‌بلعند. <sup>۵</sup> ولی وحشت، آنها را فرا می‌گیرد زیرا خدا با درستکاران است. <sup>۶</sup> بلی، وقتی بدکاران امید آدم بیچاره را نقش بر آب می‌کنند، خداوند او را در پناه خود می‌گیرد. <sup>۷</sup> قوم اسرائیل چقدر شاد خواهند شد وقتی

آنها را به سزای اعمالشان برسان و به ظلم آنها پایان بده.

۱۶ خداوند تا ابد پادشاه است؛ آنانی که او را نمی‌پرستند از سرزمین وی رانده و هلاک خواهند شد.

۱۷ ای خداوند، تو دعای بیچارگان را اجابت می‌کنی. تو به درد دل آنها گوش می‌دهی و به ایشان قوت قلب می‌بخشی. <sup>۱۸</sup> تو از حق یتیمان و مظلومان دفاع می‌کنی تا دیگر انسان خاکی نتواند آنها را بترساند.

### پناهگاه درستکاران

**۱۱** چرا به من که به خداوند پناه برده‌ام می‌گویید: «مثل پرند به کوه‌ها فرار کن <sup>۲</sup> زیرا بدکاران در کمین درستکاران نشسته‌اند و تیرهای خود را به کمان نهاده‌اند تا ایشان را هدف قرار دهند. <sup>۳</sup> پایه‌های نظم و قانون فرو ریخته، پس مرد درستکار چه می‌تواند بکند؟» <sup>۴</sup> اما خداوند هنوز در خانه مقدس خود است، او همچنان بر تخت آسمانی خود نشسته است. خداوند انسانها را می‌بیند و می‌داند که آنها چه می‌کنند. <sup>۵</sup> خداوند بدکاران و درستکاران را امتحان می‌کند. او از آدم بدکار و ظالم بیزار است. <sup>۶</sup> او بر بدکاران آتش و گوگرد خواهد بارانید و با بادهای سوزان آنها را خواهد سوزانید. <sup>۷</sup> خداوند عادل است و انصاف را دوست دارد و درستکاران در حضور او خواهند زیست.

### حمایت خدا از درستکاران

**۱۲** ای خداوند، به داد ما برس، زیرا دیگر اثری از خداشناسان نیست و انسان درستکاری در دنیا باقی نمانده است. <sup>۲</sup> همه دروغ می‌گویند و با چاپلوسی یکدیگر را فریب می‌دهند. <sup>۳</sup> ای خداوند، زبان چاپلوسان و متکبران را ببر که می‌گویند: «ما هر چه را که بخواهیم با زبانمان بدست می‌آوریم. هر چه را که بخواهیم می‌گوییم و کسی نمی‌تواند مانع ما شود.»

خداوند آنها را رستگار سازد! ای خداوند بیا و قوم خود را نجات ده!

## آنچه خدا از انسان می خواهد

# ۱۵

ای خداوند، چه کسی می تواند به خیمه تو وارد شود؟ چه کسی می تواند در خانه

مقدس تو بماند؟

<sup>۲</sup> کسی که بی عیب و بی ریا باشد و هر کاری را با صداقت انجام دهد، <sup>۳</sup> کسی که از دیگران بدگویی نکند، به تهمت ها گوش ندهد و به همسایه خود بدی نکند، <sup>۴</sup> کسی که بدکاران را خوار بشمارد ولی به کسی که از خدا می ترسد احترام بگذارد، کسی که به قول خود وفا کند اگر چه به ضررش تمام شود، <sup>۵</sup> پول قرض دهد ولی سود آن را نگیرد، و از گرفتن رشوه برای دادن شهادت بضد بی گناه خودداری کند. چنین شخصی همیشه پایدار خواهد ماند.

## لذت حضور خدا

# ۱۶

ای خدا، از من محافظت فرما، زیرا که به تو پناه آورده ام.

<sup>۲</sup> به خداوند گفتم: «تو خداوند من هستی و جز تو هیچ چیز مرا خوشبخت نمی کند.»

<sup>۳</sup> بزرگان واقعی دنیا کسانی هستند که به تو ایمان دارند، و ایشان مایه شادی من می باشند.

<sup>۴</sup> آنان که بدنبال خدایان دیگر می روند دچار دردهای زیادی خواهند شد. من برای این خدایان قربانی نخواهم کرد و حتی نام آنها را بر زبان نخواهم آورد.

<sup>۵</sup> ای خداوند، تو همه چیز من هستی! تو مال و ثروت من هستی! زندگی من در دستهای تو است. <sup>۶</sup> آنچه به من بخشیده ای، عالی است و من از آن لذت می برم.

<sup>۷</sup> خداوند را شکر می کنم که مرا راهنمایی می کند و حتی شب هنگام نیز مرا تعلیم می دهد. <sup>۸</sup> خداوند همیشه با من است! او در کنار من است و هیچ چیز نمی تواند مرا بلرزاند.

<sup>۹</sup> پس من در امان خواهم ماند و قلب و وجودم از

شادی لبریز خواهد شد؛ <sup>۱۰</sup> زیرا تو مرا در چنگال مرگ رها نخواهی کرد و کسی را که دوستش داری نخواهی گذاشت از بین بروی. <sup>۱۱</sup> تو راه حیات را به من نشان خواهی داد. حضور تو مرا از شادی لبریز می کند و بودن در کنار تو به من لذتی جاودانی می بخشد.

## دعای مرد بی گناه

# ۱۷

ای خداوند، فریاد عدالت خواهانه مرا بشنو و به دعای من که از دل بی ریا بر می آید، توجه فرما! <sup>۲</sup> تو واقعیت را می دانی، پس بی گناهی مرا اعلام کن. <sup>۳</sup> تو از دل من باخبری. حتی در شب به سراغم آمدی و مرا آزمودی و خطایی در من نیافتی. هیچ بدی در سخنان من نبوده است، <sup>۴</sup> و من خود را از گناهکاران دور نگهداشته از راههای آنها پیروی نکرده ام، بلکه از کلام تو اطاعت نموده ام <sup>۵</sup> و پاهای من هرگز از راههای تو منحرف نشده اند.

<sup>۶</sup> ای خدا، من تو را می خوانم زیرا یقین دارم که مرا اجابت خواهی نمود پس دعای مرا بشنو. <sup>۷</sup> ای که با دست پر قدرتت کسانی را که به تو پناه می آورند از دست دشمنان می رهانی، محبت بی دریغت را به من بنمایان. <sup>۸</sup> از من مانند مردمک چشم مواظبت نما و مرا زیر سایه بالهای خود پنهان کن. <sup>۹</sup> مرا از چنگ دشمنانی که محاصره ام می کنند و بر من هجوم می آورند، برهان. <sup>۱۰</sup> این سنگدلان متکبر، مرا احاطه کرده اند و منتظر فرصتی هستند تا مرا از پای در آورند. <sup>۱۱</sup> آنها مانند شیری درنده در کمین من نشسته اند تا مرا بدرند.

<sup>۱۳</sup> ای خداوند، برخیز و در مقابل آنها بایست و آنها را از پای در آور. با شمشیر خود، جانم را از دست گناهکاران نجات بده، <sup>۱۴</sup> مرا از دست مردمانی که دل به این دنیا بسته اند، برهان. آنها با نعمت های تو شکم خود را سیر می کنند و برای فرزندان شان مال و ثروت می اندوزند.

<sup>۱۵</sup> اما من از دیدن روی تو است که سیر می شوم. هنگامی که بیدار شوم تو را خواهم دید، زیرا تو گناه مرا بخشیده ای.

## سرود پیروزی داود

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

ای خداوند، ای قوت من، تو را دوست دارم!

۱۸

۲ خداوند، جان پناه من است. او صخره من است و مرا نجات می‌بخشد. خدایم صخره محکمی است که به آن پناه می‌برم. او همچون سپر از من محافظت می‌کند، به من پناه می‌دهد و با قدرتش مرا می‌رهاند. ۳ او را به کمک خواهم طلبید و از چنگ دشمنان رهایی خواهم یافت. ای خداوند تو شایسته پرستش هستی!

۴ مرگ، مرا در چنگال خود گرفتار کرده بود و موجهای ویرانگرش مرا فرو گرفته بود. ۵ مرگ برای من دام نهاده بود تا مرا به کام خود بکشد. ۶ اما من در این پریشانی بسوی خداوند فریاد برآوردم و از خدایم کمک خواستم. فریاد من به گوش او رسید و او از خانه مقدسش ناله مرا شنید.

۷ آنگاه زمین تکان خورد و لرزید و بنیاد کوه‌ها مرتعش شد و به لرزه درآمد؛ زیرا خداوند به خشم آمده بود. ۸ دود از بینی او برآمد و شعله‌های سوزاننده آتش، از دهانش زبانه کشید! ۹ او آسمان را شکافت و نزول کرد و زیر پایش ابرهای سیاه قرار داشت. ۱۰ بر فرشته‌ای سوار شد و بر بالهای باد پرواز نمود. ۱۱ او خود را با تاریکی پوشاند و ابرهای غلیظ پر آب، او را احاطه کردند. ۱۲ درخشندگی حضور او، ابرهای تیره را کنار زد و تگرگ و شعله‌های آتش پدید آورد.

۱۳ آنگاه خداوند، خدای متعال، از آسمان و از میان تگرگ و شعله‌های آتش با صدای رعد آسا سخن گفت. ۱۴ او با تیرهای آتشین خود، دشمنانم را پراکنده و پریشان ساخت. ۱۵ آنگاه فرمان داد و آب دریا عقب رفت، دمید و خشکی پدید آمد.

۱۶ خداوند از آسمان دست خود را دراز کرد و مرا از اعماق آبهای بسیار بیرون کشید. ۱۷ مرا از چنگ دشمنان نیرومندی که از من بسی تواناتر بودند رهانید. ۱۸ وقتی در سختی و پریشانی بودم، آنها بر من هجوم آوردند، اما خداوند مرا حفظ کرد. ۱۹ او مرا به جای

امنی برد و نجاتم داد زیرا مرا دوست می‌داشت. ۲۰ خداوند پاداش درستکاری و پاکی مرا داده است، ۲۱ زیرا از دستورات او اطاعت نموده‌ام و نسبت به خدای خود گناه نورزیده‌ام. ۲۲ همه احکامش را بجا آورده‌ام و از فرمان او سرپیچی نکرده‌ام. ۲۳ در نظر خداوند بی‌عیب بوده‌ام و خود را از گناه دور نگاه داشته‌ام. ۲۴ خداوند به من پاداش داده است زیرا در نظر او پاک و درستکار بوده‌ام.

۲۵ خدایا، تو نسبت به کسانی که به تو وفادارند، امین هستی و کسانی را که کاملند محبت می‌کنی. ۲۶ اشخاص پاک را برکت می‌دهی و آدمهای فاسد را مجازات می‌کنی. ۲۷ تو افتادگان را نجات می‌دهی اما متکبران را سرنگون می‌کنی.

۲۸ خداوند، تو چراغ مرا روشن نگهدار و تاریکی مرا به روشنایی تبدیل کن. ۲۹ با کمک تو بر صفوف دشمن حمله خواهم برد و قلعه‌های آنها را در هم خواهم کوبید.

۳۰ اعمال خداوند کامل و بی‌نقص است و وعده‌های او پاک و قابل اعتماد! خداوند از کسانی که به او پناه می‌برند مانند سپر محافظت می‌کند. ۳۱ کیست خدا غیر از خداوند و کیست صخره نجات غیر از خدای ما؟

۳۲ خدا به من قوت می‌بخشد و در راه‌هایی که می‌روم مرا حفظ می‌کند. ۳۳ پاهایم را چون پاهای آهو می‌گرداند تا بتوانم بر بلندیا بایستم. ۳۴ او دستهای مرا برای جنگ تقویت می‌کند تا بتوانم کمان برنجین را خم کنم.

۳۵ خداوند، تو با سپرت مرا نجات داده‌ای، با قدرتت مرا حفظ کرده‌ای و از لطف تو است که به این عظمت رسیده‌ام. ۳۶ زمین زیر پاهایم را وسیع ساخته‌ای تا نلغزم. ۳۷ دشمنانم را تعقیب می‌کنم و به ایشان می‌رسم و تا آنها را از بین نبرم بر نمی‌گردم. ۳۸ آنها را چنان بر زمین می‌کوبم که زیر پاهایم بیافتند و بر نخیزند. ۳۹ تو برای جنگیدن به من قوت بخشیده‌ای و دشمنانم را زیر پای من انداخته‌ای. ۴۰ تو آنها را وادار به عقب‌نشینی و فرار می‌نمایی و من آنها را نابود می‌کنم. ۴۱ فریاد برمی‌آورند ولی کسی نیست که آنها

می‌سازد، کلام خداوند قابل اعتماد است و به ساده‌دلان حکمت می‌بخشد.<sup>۸</sup> فرامین خداوند راست است و دل را شاد می‌سازد، اوامر خداوند پاک است و بصیرت می‌بخشد.<sup>۹</sup> قوانین خداوند قابل احترام و نیکوست و تا ابد برقرار می‌ماند. احکام خداوند تماما حق و عدل است،<sup>۱۰</sup> از طلای ناب مرغوب‌تر و از عسل خالص شیرینتر.<sup>۱۱</sup> احکام تو بنده‌ات را آگاه و هوشیار می‌سازد و هر که آنها را بجا آورد، پاداش عظیمی خواهد یافت.

<sup>۱۲</sup> کیست که بتواند به گناهان نهان خود پی ببرد؟ خداوند، تو مرا از چنین گناهان پاک ساز! <sup>۱۳</sup> و نیز مرا از گناهان عمدی بازدار و نگذار بر من مسلط شوند. آنگاه خواهم توانست از شر گناه آزاد شده، بی‌عیب باشم.  
<sup>۱۴</sup> ای خداوند، ای پناهگاه و نجات دهنده من، سخنان و افکارم موردپسند تو باشند.

### پیروزی پادشاه برگزیده خداوند

**۲۰** خداوند دعای تو را در روز بلا اجابت فرماید! خدای یعقوب از تو محافظت نماید.<sup>۲</sup> خداوند از مکان مقدس خود، برایت کمک بفرستد، و از کوه صهیون تو را حمایت کند!<sup>۳</sup> تمام هدایای تو را به یاد آورد و قربانی‌های سوختنی‌ات را قبول فرماید.<sup>۴</sup> آرزوی دلت را برآورد و تو را در همه کارهایت موفق سازد.<sup>۵</sup> ما از شنیدن خبر پیروزی تو شاد خواهیم شد و پرچم پیروزی را به نام خدای خود برخواهیم افراشت. بلی، خداوند تمام درخواستهای تو را اجابت فرماید!

<sup>۶</sup> اینک می‌دانم که خداوند از مکان مقدس خود در آسمان، دعای پادشاه برگزیده خود را اجابت می‌کند و با نیروی نجاتبخش خویش او را می‌رهاند.<sup>۷</sup> برخی به عرابه‌های خود می‌بالند و برخی دیگر به اسبهای خویش، ولی ما به خداوند، خدای خود فخر می‌کنیم!<sup>۸</sup> آنان به زانو درمی‌آیند و می‌افتند، اما ما برمی‌خیزیم و پابرجا می‌مانیم.

<sup>۹</sup> ای خداوند، پادشاه ما را پیروز گردان و هنگامی که از تو کمک می‌طلبیم، ما را اجابت فرما!

را برهاند. از خداوند کمک می‌خواهند، اما او نیز به داد ایشان نمی‌رسد.<sup>۴۲</sup> من آنها را خرد کرده، بصورت غبار در می‌آورم و به دست باد می‌سپارم. آنها را مانند گل کوچه‌ها لگدمال می‌کنم.

<sup>۴۳</sup> تو مرا از چنگ قومی شورشگر نجات دادی و مرا رئیس قوم‌ها ساختی. مردمی که قبلاً نمی‌شناختم، اکنون مرا خدمت می‌کنند.<sup>۴۴</sup> بیگانه‌ها در حضور من سر تعظیم فرود می‌آورند و بمحض شنیدن دستوراتم، آنها را اجرا می‌کنند.<sup>۴۵</sup> آنها روحیه خود را باخته‌اند و با ترس و لرز از قلعه‌های خود بیرون می‌آیند.

<sup>۴۶</sup> خداوند زنده است! شکر و سپاس بر خدای متعال باد که صخره نجات من است!<sup>۴۷</sup> او خدایی است که انتقام مرا می‌گیرد، قومها را مغلوب من می‌گرداند،<sup>۴۸</sup> و مرا از چنگ دشمنان می‌رهاند.

خداوند، تو مرا بر دشمنانم پیروز گردانیدی و از دست ظالمان رهایی دادی.<sup>۴۹</sup> ای خداوند، تو را در میان قومها خواهم ستود و در وصف تو خواهم سرائید.

<sup>۵۰</sup> خدا پیروزیهای بزرگی نصیب پادشاه برگزیده خود داود می‌سازد و بر او و نسلش همیشه رحمت می‌فرماید.

### عظمت خدا در خلقت

**۱۹** آسمان از شکوه و عظمت خدا حکایت می‌کند و صنعت دستهای او را نشان می‌دهد.<sup>۲</sup> روز و شب حکمت خدا را اعلام می‌نمایند؛<sup>۳</sup> و بی آنکه سخنی بگویند، ساکت و خاموش پیام خود را به سراسر جهان می‌رسانند.<sup>۵</sup> آفتاب هر صبح از خانه‌ای که خدا برایش در آسمان قرار داده است مانند تازه دامادی خوشحال و مانند قهرمانی که مشتاقانه منتظر دویدن در میدان است، بیرون می‌آید.<sup>۶</sup> از یک سوی آسمان به سوی دیگر می‌شتابد، و حرارتش همه جا را فرا می‌گیرد.

### احکام خداوند

<sup>۷</sup> احکام خداوند کامل است و جان را تازه



## شادی بخاطر پیروزی

۲۱

ای خداوند، پادشاه از قوتی که به او داده‌ای شادی می‌کند و از پیروزی‌ای که به او بخشیده‌ای شادمان است.<sup>۲</sup> تو آرزوی دل او را برآوردی و هرچه از تو خواسته از او دریغ نداشتی.<sup>۳</sup> تو با برکات نیکو، به استقبالش رفتی و تاجی از طلای ناب بر سرش نهادی.<sup>۴</sup> از تو حیات خواست، به او دادی و بقا و طول عمر به او بخشیدی.

شکوه و عظمت او بخاطر پیروزی‌ای است که تو به او بخشیده‌ای. تو به او عزت و احترام داده‌ای.<sup>۶</sup> او را تا ابد با برکات پر ساخته‌ای و با حضورت او را شاد گردانیده‌ای.

پادشاه بر خداوند توکل دارد و به لطف خدای متعال همیشه پایدار خواهد ماند.<sup>۸</sup> پادشاه بر همه دشمنانش غلبه خواهد یافت.<sup>۹</sup> او وقتی بیاید مانند آتش مشتعل مخالفانش را نابود خواهد کرد.

آتش خشم خداوند، دشمنان پادشاه را خواهد بلعید؛<sup>۱۰</sup> و نسل آنها را از روی زمین نابود خواهد ساخت.

آنها بر ضد پادشاه قیام کردند و نقشه‌های پلید کشیدند، اما موفق نشدند.<sup>۱۲</sup> او با تیر و کمان آنها را هدف قرار خواهد داد و ایشان برگشته، پا به فرار خواهند گذاشت.

ای خداوند، بخاطر قدرتت تو را ستایش می‌کنیم و عظمت تو را می‌سراییم.

## فریاد کمک و سرود ستایش

۲۲

ای خدای من، ای خدای من، چرا مرا ترک کرده‌ای؟ چرا دور ایستاده‌ای و ناله‌ام را نمی‌شنوی و به نجاتم نمی‌شتابی؟<sup>۲</sup> شب و روز می‌نالم و آرامی ندارم، اما تو مرا اجابت نمی‌کنی.<sup>۳</sup> با وجود این، تو پاک و مقدس هستی. پدران ما تو را ستایش کردند و بر تو توکل نمودند و تو نیز ایشان را نجات دادی؛<sup>۵</sup> نزد تو فریاد برآوردند و رهایی یافتند. ایشان بر تو توکل کردند و نومید و سرافکنده نشدند.

اما من مانند کرم پست شده‌ام؛ مرا انسان بحساب

نمی‌آورند. نزد قوم خود خوار و حقیر شده‌ام.<sup>۷</sup> هر که مرا می‌بیند، مسخره می‌کند. آنها سر خود را تکان می‌دهند و با طعنه می‌گویند:<sup>۸</sup> «آیا این همان کسی است که بر خدا توکل داشت؟ آیا این همان شخصی است که می‌گفت خدا او را دوست دارد؟ اگر خدا او را دوست دارد پس چرا نجاتش نمی‌دهد؟»

ای خداوند، این تو بودی که مرا از رحم مادرم بدینا آوردی. وقتی هنوز در آغوش مادرم بودم، تو از من مراقبت نمودی.<sup>۱۰</sup> از شکم مادرم، تو خدای من بوده‌ای و مرا حفظ کرده‌ای.<sup>۱۱</sup> اکنون نیز مرا ترک مکن، زیرا خطر در کمین است و غیر از تو کسی نیست که به داد من برسد.<sup>۱۲</sup> دشمنانم مانند گاوان نر سرزمین «باشان» مرا محاصره کرده‌اند.<sup>۱۳</sup> همچون شیران درنده دهان خود را باز کرده‌اند تا مرا بدرند.<sup>۱۴</sup> نیرویی در من نمانده است. تمام بندهای استخوانهایم از هم جدا شده‌اند. دلم مانند موم آب می‌شود.<sup>۱۵</sup> گلویم همچون ظرف گلی خشک شده و زبانم به کامم چسبیده. تو مرا به لب گور کشانده‌ای.

دشمنانم مانند سگ، دور مرا گرفته‌اند. مردم بدکار و شرور مرا احاطه نموده‌اند. دستها و پاهای مرا سوراخ کرده‌اند.<sup>۱۷</sup> از فرط لاغری تمام استخوانهایم دیده می‌شوند؛ بدکاران به من خیره شده‌اند.<sup>۱۸</sup> رخت مرا در میان خود تقسیم کردند و بر ردای من قرعه انداختند.

ای خداوند، از من دور مشو؛ ای قوت من، به یاری من بشتاب!<sup>۲۰</sup> جانم را از دم شمشیر برهان. جان عزیز مرا از دست بدکاران نجات ده.<sup>۲۱</sup> مرا از دهان این شیران برهان؛ مرا از شاخهای این گاوان وحشی نجات ده!

کارهای شگفت‌انگیز تو را برای برادران خود تعریف خواهم کرد. در میان جماعت خواهم ایستاد و تو را ستایش خواهم کرد.<sup>۲۳</sup> ای قوم خدا، او را سپاس گوید! ای فرزندان یعقوب، وی را گرامی بدارید! ای بنی‌اسرائیل او را بپرستید!<sup>۲۴</sup> او فقیران را فراموش نمی‌کند و مصیبت آنها را ندیده نمی‌گیرد؛ روی خود را از آنها بر نمی‌گرداند، بلکه دعای آنها را می‌شنود و آن را اجابت می‌کند.

۳ چه کسی می‌تواند به خانهٔ مقدس خداوند که بر کوه واقع است راه یابد؟ ۴ کسی که پندار و کردارش پاک باشد و از ناراستی و دروغ پرهیزد. ۵ خداوند چنین کسی را نجات بخشیده، برکت خواهد داد و او را بی‌گناه اعلام خواهد نمود. ۶ اینانند کسانی که همیشه در طلب خدای یعقوب می‌باشند و مشتاق دیدار او هستند!

۷ ای دروازه‌ها، سرهای خود را بلند کنید! ای درهای قدیمی اورشلیم کنار بایستید، تا پادشاه جلال وارد شود! ۸ این پادشاه جلال کیست؟ خداوند است! خداوند قادر مطلق؛ خداوند فاتح همهٔ جنگها! ۹ ای دروازه‌ها، سرهای خود را بلند کنید! ای درهای قدیمی اورشلیم کنار بایستید تا پادشاه جلال وارد شود! ۱۰ این پادشاه جلال کیست؟ خداوند است! خداوند قادر متعال! آری، اوست پادشاه جلال!

### دعا برای هدایت و محافظت

**۲۵** ای خداوند، راز دل خود را با تو در میان می‌گذارم. ۲ خدایا، من بر تو توکل دارم، پس نگذار شرمنده شوم و دشمنانم با دیدن بدبختی من شادی کنند. ۳ بلی، آنانی که به تو امیدوارند هرگز سرافکنده نخواهند شد، اما کسانی که بیجهت از اوامر تو سرپیچی می‌کنند خوار خواهند شد.

۴ ای خداوند، راه خود را به من نشان ده و احکام خود را به من بیاموز. ۵ راستی خود را به من تعلیم ده و مرا هدایت فرما، زیرا تو نجات دهندهٔ من هستی و من همیشه به تو امیدوار بوده‌ام.

۶ ای خداوند، رحمت ازلی و محبت عظیم خود را به یاد آر! ۷ خطایا و گناهان جوانی‌ام را ببخش! ای خداوند، به رحمت خویش و بخاطر نیکویی خود مرا یاد کن!

۸ خداوند نیکو و عادل است؛ او راه راست خود را به کسانی که از راه منحرف شوند نشان خواهد داد. ۹ او شخص فروتن را در انجام کارهای درست هدایت خواهد کرد و راه خود را به او تعلیم خواهد داد. ۱۰ خداوند تمام کسانی را که عهد او را نگاه می‌دارند و از اوامرش پیروی می‌کنند، با وفاداری و محبت

۲۵ در حضور جماعت بزرگ، تو را خواهم ستود. نذرهای خود را در حضور عزیزانت ادا خواهم نمود. ۲۶ فقیران غذا خواهند خورد و سیر خواهند شد. طالبان خداوند او را ستایش خواهند کرد. باشد که آنان همیشه زنده‌دل و کامیاب باشند!

۲۷ همهٔ مردم جهان خداوند را به یاد خواهند داشت؛ همهٔ قومه‌ها بسوی خداوند بازگشت خواهند نمود و او را پرستش خواهند کرد. ۲۸ زیرا فرمانروایی از آن خداوند است و او بر قومه‌ها حکومت می‌کند. ۲۹ همهٔ متکبران در حضور او به خاک خواهند افتاد و او را سجده خواهند کرد؛ همهٔ انسانهای فانی در حضورش زانو خواهند زد! ۳۰ نسل‌های آینده او را عبادت خواهند کرد، زیرا از پدران خود دربارهٔ کارهای خدا خواهند شنید. ۳۱ به فرزندان که بعد متولد خواهند شد، گفته خواهد شد که خداوند قوم خود را نجات داده است.

### خداوند، شبان ما

**۲۳** خداوند شبان من است؛ محتاج به هیچ چیز نخواهم بود. ۲ در مرتعهای سبز مرا می‌خواباند، بسوی آبهای آرام هدایت می‌کند ۳ و جان مرا تازه می‌سازد. او بخاطر نام پرشکوه خود مرا به راه راست رهبری می‌کند. ۴ حتی اگر از درهٔ تاریک مرگ نیز عبور کنم، نخواهم ترسید، زیرا تو، ای شبان من، با من هستی! عصا و چوبدستی تو به من قوت قلب می‌بخشد.

۵ در برابر چشمان دشمنانم سفره‌ای برای من می‌گسترانی، از من همچون مهمانی عزیز پذیرایی می‌کنی و جامم را لبریز می‌سازی. ۶ اطمینان دارم که در طول عمر خود، نیکویی و رحمت تو، ای خداوند، همراه من خواهد بود و من تا ابد در خانهٔ تو ساکن خواهم شد.

### پادشاه بزرگ

**۲۴** زمین و هر آنچه در آنست، از آن خداوند می‌باشد. ۲ او اساس و بنیاد زمین را بر آب دریاها قرار داد.

هدایت می‌کند. بدکاران و قاتلان رفتار نکن که رشوه می‌دهند و خون مردم را می‌ریزند.

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

۱۲ خداوند را در حضور مردم سپاس خواهم گفت، زیرا مرا از خطر می‌رهاند.

## دعای شکرگزاری

۲۷ خداوند نور و نجات من است، از که بترسم؟ خداوند حافظ جان من است از که

هراسان شوم؟

۲ هنگامی که بدکاران بر من هجوم آوردند تا مرا نابود کنند، لغزیدند و افتادند. ۳ حتی اگر لشگری برضد من برخیزد، ترسی به دل راه نخواهم داد! اگر علیه من جنگ برپا کنند، به خدا توکل خواهم کرد و نخواهم ترسید!

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

۷ ای خداوند، فریاد مرا بشنو و رحمت فرموده، دعایم را اجابت کن. ۸ تو گفته‌ای که تو را بطلبیم، من نیز از ته دل می‌گویم که ای خداوند تو را خواهم طلبید.

۹ خود را از من پنهان مکن؛ بر من خشمگین مشو و مرا از حضورت مران. تو مددکار من بوده‌ای، مرا طرد مکن؛ ای خدای نجات دهنده من، مرا ترک مگو! ۱۰ حتی اگر پدر و مادرم مرا از خود برانند، خداوند مرا نزد خود خواهد پذیرفت.

۱۱ ای خداوند، مرا به راه راست خود هدایت کن تا از گزند دشمن در امان باشم. ۱۲ مرا به دست بدخواهانم نسپار، زیرا این ظالمان می‌خواهند با

۱۱ ای خداوند، گناه من بزرگ است، بخاطر نام خودت آن را بیامرز! ۱۲ اگر کسی خدا ترس باشد، خدا راه راست را به او نشان خواهد داد. ۱۳ او همیشه کامیاب خواهد بود و فرزندانش در دنیا پایدار خواهند شد. ۱۴ خداوند به کسانی اعتماد دارد که از او اطاعت می‌کنند. او عهد خود را با ایشان تحکیم می‌کند.

۱۵ چشم امید من همیشه بر خداوند است، زیرا تنها او می‌تواند مرا از خطر برهاند. ۱۶ ای خداوند، به من توجه فرما و بر من رحم نما، زیرا تنها و درمانده‌ام. ۱۷ غمهای دلم زیاد شده است، مرا از غصه‌هایم رها ساز! ۱۸ به فقر و بدبختی من توجه کن و همه گناهانم را بیامرز.

۱۹ دشمنانم را ببین که چه زیادند و چقدر از من نفرت دارند! ۲۰ جانم را حفظ کن و مرا نجات ده تا شرمنده نشوم، زیرا که بر تو توکل کرده‌ام. ۲۱ باشد که کمال و راستی من حافظ من باشند، زیرا به تو پناه می‌برم. ۲۲ خدایا، بنی اسرائیل را از تمام مشکلاتش نجات ده!

## دعای مرد نیک

۲۶ ای خداوند، به داد من برس، زیرا در کمال صداقت رفتار می‌کنم و توکل راسخ به تو دارم. ۲ خداوند، مرا بیازما. فکر و دل مرا تفتیش کن و پاک ساز؛ ۳ زیرا رحمت تو را در نظر دارم و وفاداری تو را شعار زندگی خود کرده‌ام.

۴ با مردان نادرست نمی‌نشینم و با اشخاص دورو و متظاهر رفت و آمد نمی‌کنم. ۵ از بدکاران نفرت دارم و با شروران معاشرت نمی‌کنم. ۶ دستهای خود را خواهم شست تا نشان دهم که بی‌گناهم، سپس قربانگاه تو را طواف خواهم کرد. ۷ آنگاه با سرآیدن سرود شکرگزاری کارهای شگفت‌انگیز تو را به همه خبر خواهم داد.

۸ خداوند، خانه تو را که حضور پرجلالت در آنجاست، دوست می‌دارم. ۹ پس با من مانند

افکن است! <sup>۴</sup> صدای خداوند پرقدرت و باشکوه است.

<sup>۵</sup> صدای خداوند درختان سرو را می‌شکند. آری درختان سرو لبنان را می‌شکند <sup>۶</sup> و کوه‌های لبنان را می‌لرزاند و کوه حرمون را مانند گوساله به جست و خیز وامی‌دارد.

<sup>۷</sup> صدای خداوند رعد و برق ایجاد می‌کند، <sup>۸</sup> دشتها را به لرزه در می‌آورد و صحرای قادش را تکان می‌دهد. <sup>۹</sup> صدای خداوند درخت بلوط را می‌لرزاند و برگهای درختان جنگل را به زمین می‌ریزد. در خانه خداوند، همه جلال و عظمت او را می‌ستایند.

<sup>۱۰</sup> خداوند بر آبهای عمیق فرمان می‌راند و تا به ابد سلطنت می‌نماید. <sup>۱۱</sup> خداوند به قوم برگزیده خود قدرت می‌بخشد و صلح و سلامتی نصیب ایشان می‌کند.

### دعای تشکر

**۳۰** خداوندا، تو را ستایش می‌کنم، زیرا مرا نجات دادی و نگذاشتی دشمنانم به من بختندند. <sup>۲</sup> ای خداوند، ای خدای من، وقتی نزد تو فریاد برآوردم و کمک طلبیدم، مرا شفا دادی. <sup>۳</sup> مرا از لب گور برگرداندی و از چنگال مرگ نجات دادی تا نمیرم.

<sup>۴</sup> ای عزیزان خداوند، او را ستایش کنید! نام مقدس خداوند را بستاید، <sup>۵</sup> زیرا غضب او لحظه‌ای است، اما رحمت و محبت او دایمی! اگر تمام شب نیز اشک بریزیم، صبحگاهان باز شادی آغاز می‌شود. <sup>۶</sup> هنگامی که خوشحال و کامیاب بودم، به خود گفتم هرگز شکست نخواهم خورد. <sup>۷</sup> فکر کردم مانند کوه همیشه پابرجا و پایدار خواهم بود. اما همین که تو، ای خداوند، روی خود را از من برگرداندی، ترسان و پریشان شدم.

<sup>۸</sup> ای خداوند، در پیشگاه تو نالیدم و التماس‌کنان گفتم: <sup>۹</sup> «نابودی من برای تو چه فایده‌ای دارد؟ اگر بمیرم و زیر خاک بروم، آیا غبار خاک من، تو را خواهد ستود؟ آیا جسد خاک شده من از وفاداری و

شهادت دروغ خود، برضد من قیام کنند.

<sup>۱۳</sup> اگر مطمئن نبودم که نیکویی خداوند را بار دیگر در این دنیا می‌بینم، تا به حال از بین رفته بودم. <sup>۱۴</sup> به خداوند امیدوار باش و بر او توکل کن. ایمان داشته باش و ناامید مشو.

### طلب کمک از خداوند

**۲۸** ای خداوند، نزد تو فریاد بر می‌آورم؛ ای تکیه‌گاه من، دعایم را بشنو! اگر دعای مرا نشنوی به سرنوشت کسانی دچار خواهم شد که الان در قبرها خفته‌اند. <sup>۲</sup> وقتی دستهای خود را بسوی تو بلند می‌کنم و باگریه و زاری از تو کمک می‌طلبم، مرا اجابت فرما. <sup>۳</sup> مرا جزو بدکاران و شروران محسوب نکن. آنها در ظاهر با همسایگان خود سخنان دوستانه می‌گویند، اما در دل خود قصد اذیت و آزارشان را دارند. <sup>۴</sup> آنها را برای آنچه که کرده‌اند مجازات کن! برای کارهای زشتی که مرتکب شده‌اند، مزدشان را کف دستشان بگذار! <sup>۵</sup> آنها را چنان بر زمین بکوب که دیگر نتوانند بلند شوند، زیرا به آفرینش و کارهای دست تو اهمیت نمی‌دهند.

<sup>۶</sup> خدا را سپاس باد! او فریاد مرا که از او کمک طلبیدم، شنیده است. <sup>۷</sup> خداوند قوت و سپر من است. از صمیم قلب بر او توکل کردم و او مرا یاری کرد. از این رو، دلم شاد است و با سرود از او تشکر می‌نمایم. <sup>۸</sup> خداوند قوم خود را حفظ می‌کند و از پادشاه برگزیده خویش حمایت می‌نماید و او را نجات می‌بخشد. <sup>۹</sup> ای خداوند، قوم برگزیده خود را نجات ده و عزیزان خود را برکت عنایت فرما. تو شبان آنها باش و تا ابد از ایشان نگهداری کن!

### صدای خداوند در طوفان

**۲۹** ای فرشتگان، خداوند را ستایش کنید! شکوه و عظمت او را بستاید! <sup>۲</sup> خداوند را آنچنانکه سزاوار است بپرستید! در لباس تقوی و تقدس او را سجده کنید!

<sup>۳</sup> صدای خداوند از ورای دریاها شنیده می‌شود؛ او همچون رعد می‌گردد! صدای او بر اقیانوسها طنین

است، زیرا آنان نقشه قتل مرا می‌کشند؛ برضد من برخاسته‌اند و قصد جانم را دارند.

۱۴ اما من بر تو، ای خداوند، توکل کرده‌ام و می‌گویم که خدای من تو هستی. ۱۵ زندگی من در دست تو است؛ مرا از دست دشمنان و آزاردهندگانم برهان. ۱۶ نظر لطف بر بنده‌ات بیافکن و به رحمت خود مرا نجات ده. ۱۷ ای خداوند، به تو متوسل شده‌ام، نگذار سرافکنده شوم. بگذار بدکاران شرمنده شوند و خاموش به قبرهایشان فرو روند. ۱۸ بگذار زبان دروغگو که برضد درستکاران سخن می‌گوید لال شود.

۱۹ خداوندا، نیکویی تو در حق مطیعانت چه عظیم است! تو به موقع، در حضور مردم، رحمت خود را به آنها نشان خواهی داد. ۲۰ دوستدارانت را از دام توطئه و زخم زبان در امان می‌داری و آنها را در سایه حضورت پناه می‌دهی.

۲۱ خداوند را سپاس باد! وقتی من در محاصره بودم، او محبتش را بطرز شگفت‌انگیزی به من نشان داد! ۲۲ من ترسیده بودم و فکر می‌کردم که دیگر از نظر خداوند افتاده‌ام؛ اما وقتی نزد او فریاد برآوردم، او دعای مرا شنید و مرا اجابت فرمود.

۲۳ ای قوم خداوند، او را دوست بدارید! خداوند افراد وفادار و امین را حفظ می‌کند، اما متکبران را به سزای اعمالشان می‌رساند. ۲۴ ای همه کسانی که به خداوند امید بسته‌اید، شجاع و قوی دل باشید!

### اعتراف و بخشش

۳۲ خوشبحال کسی که گناهانش آمرزیده شده و خطاهایش بخشیده شده است! ۲ خوشبحال کسی که خداوند او را مجرم نمی‌شناسد و حيله و تزویری در وجودش نیست.

۳ گناهم وقتی آن را اعتراف نمی‌کنم، وجود مرا مثل خوره می‌خورد و تمام شب غصه و گریه امانم نمی‌دهد! ۴ تو، ای خداوند، شب و روز مرا تنبیه می‌کنی، بطوری که طراوات و شادابی خود را از دست می‌دهم و خرد می‌شوم. ۵ اما وقتی در حضور تو به گناه خود اعتراف می‌کنم و از پوشاندن جرم

صداقت تو تعریف خواهد کرد؟ ۱۰ خداوندا، دعایم رابشنو و بر من رحم کن! ای خداوند، مددکار من باش!

۱۱ خدایا، تو ماتم مرا به شادی و رقص تبدیل کرده‌ای! تو رخت عزا را از تنم در آوردی و لباس جشن و شادی به من پوشاندی. ۱۲ بنابراین سکوت نخواهم کرد و با تمام وجود در وصف تو سرود خواهم خواند. ای خداوند، ای خدای من، تا به ابد تو را سپاس خواهم گفت!

### دعای توکل به خداوند

۳۱ ای خداوند، به تو پناه آورده‌ام، نگذار هرگز سرافکنده شوم. تو خدایی عادل هستی، پس مرا نجات ده. ۲ به دعای من گوش ده و مرا نجات ببخش. پناهگاهی مطمئن و خانه‌ای حصاردار برای من باش و مرا برهان.

۳ تو جان پناه و سنگر من هستی؛ بخاطر نام خود مرا رهبری و هدایت فرما. ۴ مرا از دامی که برایم نهاده‌اند حفظ نما و مرا از خطر برهان. ۵ به تو پناه می‌آورم؛ روح خود را به دست تو می‌سپارم؛ ای خداوند، خدای حق، تو بهای آزادی مرا پرداخته‌ای. ۶ از آنانی که به بت اعتماد می‌کنند، متنفرم؛ من بر تو، ای خداوند، توکل کرده‌ام. ۷ به رحمت تو شادی می‌کنم، زیرا به مصیبت من توجه نمودی و از مشکلات من آگاه شدی. ۸ مرا به دست دشمن نسپردی، بلکه راه نجات پیش پایم نهادی.

۹ خداوندا، بر من رحم کن، زیرا در تنگنا و سختی هستم. از شدت گریه چشمانم تار شده است. دیگر تاب تحمل ندارم. ۱۰ عمرم با آه و ناله بسر می‌رود. بر اثر گناه، قوتم را از دست داده‌ام و استخوانهایم می‌پوسند. ۱۱ نزد همه دشمنان سرافکننده و رسوا شده‌ام و پیش همسایگان نمی‌توانم سرم را بلند کنم. آشنایان از من می‌ترسند؛ هر که مرا در کوچه و بازار می‌بیند، می‌گریزد. ۱۲ همچون مرده‌ای هستم که به دست فراموشی سپرده شده است؛ مانند ظرفی هستم که به دور انداخته باشند. ۱۳ شنیده‌ام که بسیاری پشت سر من بدگویی می‌کنند. وحشت مرا احاطه کرده

دستور داد و دنیا آفریده شد؛ او امر فرمود و عالم هستی بوجود آمد.

۱۰ خداوند تصمیمات قومها را بی اثر می کند و نقشه های قومهای جهان را نقش بر آب می سازد. ۱۱ اما تصمیم خداوند قطعی است و نقشه های او تا ابد پایدار است. ۱۲ خوشابحال قومی که خداوند، خدای ایشان است! خوشابحال مردمی که خداوند، ایشان را برای خود برگزیده است!

۱۳ خداوند از آسمان نگاه می کند و همه انسانها را می بیند؛ ۱۴ او از محل سکونت خود، تمام ساکنان جهان را زیر نظر دارد. ۱۵ او که آفریننده دلهاست، خوب می داند که در دل و اندیشه انسان چه می گذرد. ۱۶ پادشاه بسبب قدرت لشکرش نیست که پیروز می شود؛ سرباز با زور بازویش نیست که نجات پیدا می کند. ۱۷ اسب جنگی نمی تواند کسی را نجات دهد؛ امید بستن به آن کار بیهوده ای است.

۱۸ اما خداوند از کسانی که او را گرامی می دارند و انتظار رحمتش را می کشند مراقبت می کند. ۱۹ او ایشان را از مرگ می رهاند و در هنگام قحطی آنها را زنده نگه می دارد.

۲۰ امید ما به خداوند است. او مددکار و مدافع ماست. ۲۱ او مایه شادی دل ماست. ما به نام مقدس او توکل می کنیم.

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

### در ستایش نیکویی خداوند

۳۴ در هر زمانی خداوند را ستایش خواهیم کرد؛ شکر و سپاس او پیوسته بر زبانم جاری خواهد بود. ۲ جان من به وجود خداوند فخر می کند؛ اشخاص فروتن و افتاده این را خواهند شنید و خوشحال خواهند شد. ۳ بیایید با من عظمت خداوند را اعلام کنید؛ بیایید با هم نام او را ستایش کنیم!

۴ خداوند را به کمک طلبیدم و او مرا اجابت فرمود و مرا از همه ترسهایم رها ساخت. ۵ مظلومان بسوی او نظر کردند و خوشحال شدند؛ آنها هرگز

خودداری نمی نمایم و به خود می گویم: «باید گناه خود را نزد خداوند اقرار کنم»، تو نیز گناه مرا می آمرزی. ۶ بنابراین، هر شخص با ایمانی بمحض آگاه شدن از گناه خود، باید تا فرصت باقی است آن را در حضور تو اعتراف کند. طوفان حوادث هرگز به چنین شخصی آسیب نخواهد رساند.

۷ تو پناهگاه من هستی و مرا از بلا حفظ خواهی کرد. دل مرا با سرودهای پیروزی و رهایی شاد خواهی ساخت!

۸ خداوند می فرماید: «تو را هدایت خواهم نمود و راهی را که باید بروی به تو تعلیم خواهم داد؛ تو را نصیحت خواهم کرد و چشم از تو برنخواهم داشت! ۹ پس، مانند اسب و قاطر نباش که با لگام و افسار هدایت و رام می شوند و از خود فهم و شعوری ندارند!»

۱۰ غم و غصه اشخاص شرور پایان ندارد؛ اما هر که به خداوند توکل کند از رحمت او برخوردار خواهد شد. ۱۱ ای نیکان، بسبب آنچه خداوند انجام داده است شادی کنید! ای پاکدلان، بانگ شادی برآورید!

### سرود پرستش

۳۳ ای نیکان، خداوند را با سرودی شاد ستایش کنید! خداوند را ستودن زیننده نیکان است. ۲ خداوند را با بریط پیرستید و با عود ده تار برای او سرود بخوانید! ۳ سرودهای تازه برای خداوند بسرایید، نیکو بنوازید و با صدای بلند بخوانید. ۴ زیرا کلام خداوند راست و درست است و او در تمام کارهایش امین و وفادار است. ۵ او عدل و انصاف را دوست دارد. دنیا از رحمت خداوند پر است.

۶ به فرمان خداوند آسمانها بوجود آمد؛ او دستور داد و خورشید و ماه و ستارگان آفریده شدند. ۷ او آبهای دریاها را در یک جا جمع کرد و آبهای عمیق را در مخزنها ریخت.

۸ ای همه مردم روی زمین، خداوند را حرمت بدارید و در برابر او سر تعظیم فرود آورید! زیرا او

اطمینان بده که مرا نجات خواهی داد.<sup>۴</sup> آنانی که قصد جان مرا دارند، خجل و رسوا شوند؛ آنانی که بدخواه من هستند شکست خورده، خوار و مغبون شوند. <sup>۵</sup> همچون گاه در برابر باد پراکنده شوند و فرشته خداوند آنها را براند. <sup>۶</sup> وقتی فرشته آنها را تعقیب می‌کند، راه آنها تاریک و لغزنده شود تا نتوانند فرار کنند. <sup>۷</sup> زیرا بی‌جهت برای من دام نهادند و چاهی عمیق کردند تا در آن گرفتار شوم. <sup>۸</sup> باشد که غفلتاً بلایی بر آنها نازل شود و در دامی که نهاده‌اند و چاهی که کنده‌اند، خود گرفتار شوند.

<sup>۹</sup> و اما جان من از وجود خداوند شادی خواهد کرد و بسبب نجاتی که او می‌دهد خوشحال خواهد شد. <sup>۱۰</sup> با تمام وجودم می‌گویم: «کیست مانند تو، ای خداوند؟ تو ضعیف را از دست زورگو نجات می‌دهی و مظلوم را از چنگ ظالم می‌رهانی.»

<sup>۱۱</sup> شاهدان بیرحم علیه من برخاسته‌اند و مرا به چیزهایی متهم می‌کنند که روحم از آنها بی‌خبر است. <sup>۱۲</sup> نیکی مرا با بدی پاسخ می‌گویند و جان مرا می‌رنجانند. <sup>۱۳</sup> و اما من، وقتی آنها بیمار بودند لباس عزا پوشیدم، از غصه چیزی نخوردم و برایشان دعا کردم. <sup>۱۴</sup> مانند یک دوست و برادر بر ایشان دل سوزاندم؛ چنان اندوهگین بودم که گویی مادرم را از دست داده‌ام!

<sup>۱۵</sup> اما وقتی من در زحمت افتادم، آنها شاد و خندان دورم جمع شدند و مرا استهزا کردند؛ مانند آدمهای هرزه به من ناسزا گفتند.

<sup>۱۶</sup> خداوندا، تا به کی نظاره گر خواهی بود؟ جانم را از شر آنها رهایی ده؛ زندگی مرا از دست این شیران درنده نجات ده. <sup>۱۸</sup> آنگاه در میان جماعت بزرگ، تو را ستایش خواهم نمود و در حضور مردم، تو را سپاس خواهم گفت.

<sup>۱۹</sup> نگذار کسانی که بی‌جهت با من دشمنی می‌کنند به من بخندند و آنانی که از من متفرند، مسخره‌ام کنند.

<sup>۲۰</sup> سخنان آنان دوستانه نیست؛ آنها برضد کسانی که صلح جو هستند و زندگی آرامی دارند افترا می‌زنند. <sup>۲۱</sup> به من می‌گویند: «ما با چشمان خود دیدیم

سرافکننده نخواهند شد. <sup>۶</sup> این حقیر فریاد برآورد و خداوند صدای او را شنید و او را از همه مشکلاتش رها کرد. <sup>۷</sup> فرشته خداوند دور آنانی که از خداوند می‌ترسند و او را گرامی می‌دارند حلقه می‌زند و ایشان را از خطر می‌رهاند.

<sup>۸</sup> بیاید امتحان کنید و ببینید که خداوند نیکوست! خوشبحال کسانی که به او پناه می‌برند! <sup>۹</sup> ای همه عزیزان خداوند، او را گرامی بدارید؛ زیرا کسانی که ترس و احترام او را در دل دارند هرگز محتاج و درمانده نخواهند شد. <sup>۱۰</sup> شیرها نیز گرسنگی می‌کشند، اما طالبان خداوند از هیچ نعمتی بی‌بهره نیستند.

<sup>۱۱</sup> ای جوانان، بیاید تا به شما درس خدا ترسی یاد بدهم. به من گوش کنید! <sup>۱۲</sup> آیا می‌خواهید زندگی خوب و عمر طولانی داشته باشید؟ <sup>۱۳</sup> پس، زبانان را از بدی و دروغ حفظ کنید. <sup>۱۴</sup> بلی، از بدی دوری کنید و نیکویی و آرامش را پیشه خود سازید.

<sup>۱۵</sup> خداوند از نیکوکاران مراقبت می‌کند و به فریاد ایشان گوش می‌دهد. <sup>۱۶</sup> اما او برضد بدکاران است و سرانجام، اثر آنها را از روی زمین محو خواهد ساخت. <sup>۱۷</sup> نیکان فریاد برآوردند و خداوند صدای ایشان را شنید و آنها را از تمام سختیهایشان رها کرد. <sup>۱۸</sup> خداوند نزدیک دل شکستگان است؛ او آنانی را که امید خود را از دست داده‌اند، نجات می‌بخشد.

<sup>۱۹</sup> مشکلات انسان خوب زیاد است، اما خداوند او را از همه مشکلاتش می‌رهاند. <sup>۲۰</sup> خداوند تمام استخوانهای او را حفظ می‌کند و نمی‌گذارد حتی یکی از آنها شکسته شود. <sup>۲۱</sup> شرارت آدم شرور او را خواهد کشت؛ کسانی که از نیکان نفرت دارند، محکوم و مجازات خواهند شد. <sup>۲۲</sup> خداوند جان خدمتگزاران خود را نجات می‌دهد؛ کسانی که به او پناه می‌برند، محکوم و مجازات نخواهند شد.

### طلب کمک از خداوند

ای خداوند، با دشمنانم دشمنی کن و با کسانی که با من می‌جنگند، بجنگ. <sup>۲</sup> سپر خود را بردار و به کمک من بیا. <sup>۳</sup> نیزه خود را بدست گیر و راه را بر آنانی که مرا تعقیب می‌کنند، ببند. به من

و شروران مرا متواری سازند.

<sup>۱۲</sup> ببینید چگونه بدکاران افتاده‌اند! آنها نقش زمین شده‌اند و دیگر نمی‌توانند برخیزند!

### سرنوشت نیکان و بدان

**۳۷** بسبب بدکاران خود را آزرده خاطر مکن و بر آدمهای شرور حسد مبر. <sup>۲</sup> آنها مانند علف بی‌دوام، بزودی پژمرده شده، از بین خواهند رفت.

<sup>۳</sup> بر خداوند توکل نما و نیکویی کن تا در زمین خود در کمال امنیت زندگی کنی. <sup>۴</sup> با خدا خوش باش و او آرزوی دلت را به تو خواهد داد. <sup>۵</sup> خودت را به خداوند بسپار و بر او تکیه کن و او تو را یاری خواهد داد؛ <sup>۶</sup> او از حق تو دفاع خواهد کرد و خواهد گذاشت حقانیت تو مانند روز روشن بر همه آشکار شود.

<sup>۷</sup> در حضور خداوند سکوت نما و با صبر و شکیبایی منتظر عمل او باش. به کسانی که با نیرنگ و حيله در زندگی موفق می‌شوند، حسادت موز. <sup>۸</sup> خشم و غضب را ترک کن. خاطر خود را آزرده مساز تا گناه نکنی. <sup>۹</sup> کسانی که انتظار خداوند را می‌کشند از برکات او برخوردار خواهند شد.

<sup>۱۰</sup> اشخاص شرور چندان دوامی نخواهند داشت؛ مدتی خواهند بود، ولی بعد از نظر ناپدید خواهند شد. <sup>۱۱</sup> اما اشخاص فروتن از برکات خود برخوردار خواهند شد و زندگی‌شان با صلح و صفا توأم خواهد بود.

<sup>۱۲</sup> آدم شرور از انسانهای با ایمان و نیکوکار نفرت دارد و برای آنها توطئه می‌چیند، <sup>۱۳</sup> اما خداوند به او می‌خندد، زیرا می‌بیند که روز داوری او نزدیک است.

<sup>۱۴</sup> اشخاص شرور شمشیرهای خود را کشیده‌اند و کمانهای خود را زه کرده‌اند تا فقیران و نیازمندان را هدف حملات خود قرار دهند و درستکاران را نابود سازند. <sup>۱۵</sup> اما شمشیرهای آنها به قلب خودشان فرو خواهد رفت و کمانهایشان شکسته خواهد شد.

<sup>۱۶</sup> اندک دارایی شخص نیکوکار با ارزشتر از ثروت هنگفت آدم بدکار است. <sup>۱۷</sup> زیرا خداوند نیروی بدکاران را از آنها سلب خواهد کرد، اما

که چه کردی!» <sup>۲۲</sup> اما تو، ای خداوند، از همه چیز آگاهی؛ پس اینچنین ساکت منشین؛ ای خداوند، از من دور مباش! <sup>۲۳</sup> خداوند، برخیز و به دادم برس و از حق من دفاع کن! <sup>۲۴</sup> خدایا، خداوند، برطبق عدالت خود، در مورد من داوری کن و نگذار دشمنانم به من بخرند. <sup>۲۵</sup> نگذار در دل خود بگویند: «ما به آرزوی خود رسیدیم! او را شکست دادیم!» <sup>۲۶</sup> آنانی که از ناکامی و بدبختی من شاد شده‌اند، همگی خجل و شرمنده شوند؛ کسانی که خود را از من برتر و بزرگتر می‌دانند، سرافکنده و رسواگردند.

<sup>۲۷</sup> اما آنانی که می‌خواهند حقم به من داده شود، شاد و خرم باشند و پیوسته بگویند: «خداوند بزرگ است و خواستار سلامتی و موفقیت خدمتگزار خود می‌باشد.» <sup>۲۸</sup> آنگاه من عدالت تو را بیان خواهم کرد و تمام روز تو را سپاس خواهم گفت.

### شرارت انسان و نیکی خداوند

**۳۶** گناه در عمق دل انسان شرور لانه کرده است و ترس خدا در دل او جای ندارد. <sup>۲</sup> او چنان از خود راضی است که فکر می‌کند گنااهش برملا نخواهد شد و او از مجازات فرار خواهد کرد. <sup>۳</sup> سخنانش شرارت آمیز و مملو از دروغ است؛ خرد و نیکی در وجودش نیست. <sup>۴</sup> به راه‌های کج می‌رود و از کارهای خلاف دست نمی‌کشد.

<sup>۵</sup> رحمت تو، ای خداوند، تا به آسمانها می‌رسد و وفاداری تو به بالاتر از ابرها! <sup>۶</sup> عدالت تو همچون کوه‌های بزرگ پابرجاست؛ احکام تو مانند دریا عمیق است. ای خداوند، تو حافظ انسانها و حیوانات هستی.

<sup>۷</sup> خدایا، رحمت تو چه عظیم است! آدمیان زیر سایهٔ بالهای تو پناه می‌گیرند. <sup>۸</sup> آنها از برکت خانهٔ تو سیر می‌شوند و تو از چشمهٔ نیکویی خود به آنها می‌نوشانی. <sup>۹</sup> تو سرچشمهٔ حیات هستی؛ از نور تو است که ما نور حیات را می‌بینیم!

<sup>۱۰</sup> خداوند، رحمت تو همیشه بر کسانی که تو را می‌شناسند باقی بماند و نیکویی تو پیوسته همراه درستکاران باشد. <sup>۱۱</sup> نگذار متکبران به من حمله کنند



نمود و تو به چشم خود نابودی بدکاران را خواهی دید.

<sup>۳۵</sup> شخص بدکار و ظالمی را دیدم که همچون درختی سبز به هر سو شاخ و برگ گسترده بود. <sup>۳۶</sup> اما طولی نکشید که از بین رفت و اثری از او باقی نماند؛ سراغش را گرفتم، ولی پیدا نشد. <sup>۳۷</sup> اما شخص پاک و درستکار را ملاحظه کن! او عاقبت به خیر خواهد شد. <sup>۳۸</sup> اما عاقبت بدی در انتظار بدکاران است؛ همه آنها هلاک خواهند شد.

<sup>۳۹</sup> خداوند نیکان را نجات خواهد داد و در سختیهای زندگی حامی آنها خواهد بود. <sup>۴۰</sup> خداوند به کمک آنها خواهد شتافت و آنها را از چنگ بدکاران خواهد رهانید، زیرا به او پناه می‌برند.

### دعای انسان رنجور

**۳۸** ای خداوند، هنگامی که غضبناک و خشمگین هستی مرا تنبیه نکن. <sup>۲</sup> تیرهای تو در بدنم فرو رفته و از ضرب دست تو به خاک افتاده‌ام. <sup>۳</sup> در اثر خشم تو جای سالمی در بدنم نمانده؛ بسبب گناهم استخوانهایم درهم کوبیده شده‌اند. <sup>۴</sup> زیرا گناهانم از سرم گذشته‌اند و همچون باری گران بر من سنگینی می‌کنند. <sup>۵</sup> بسبب حماقتم، زخمهایم متعفن و چرکین شده‌اند. <sup>۶</sup> به خود می‌پیچم و بکلی خمیده شده‌ام. تمام روز می‌نالم و به اینسو و آنسو می‌روم. <sup>۷</sup> از شدت تب می‌سوزم و جای سالمی در بدنم نمانده است. <sup>۸</sup> تاب تحمل خود را از دست داده‌ام و بکلی از پای افتاده‌ام؛ غم، دلم را گرفته و از شدت درد می‌نالم.

<sup>۹</sup> خداوندا، تمام آرزوهایم را می‌دانی؛ آه و ناله من از تو پوشیده نیست. <sup>۱۰</sup> قلب من بشدت می‌تپد، قوتم از بین رفته و چشمانم کم نور شده است. <sup>۱۱</sup> دوستان و رفقایم بسبب این بلایی که بر من عارض شده، از من فاصله می‌گیرند و همسایگانم از من دوری می‌کنند. <sup>۱۲</sup> آنانی که قصد جانم را دارند، برایم دام می‌گذارند و کسانی که در صدد آزارم هستند، به مرگ تهدیدم می‌کنند و تمام روز علیه من نقشه می‌کشند.

نیکوکاران را محافظت خواهد نمود.

<sup>۱۸</sup> خداوند از زندگی افراد درستکار و امین مراقبت می‌کند؛ او به ایشان ارثی فسادناپذیر خواهد بخشید! <sup>۱۹</sup> آنها در زمان بلا زحمت نخواهند دید و حتی در ایام قحطی سیر خواهند بود. <sup>۲۰</sup> اما بدکاران نابود خواهند شد و دشمنان خداوند همچون گلهای وحشی زودگذر، پژمرده و فانی خواهند گردید و مانند دود ناپدید خواهند شد. <sup>۲۱</sup> آدم شرور قرض می‌گیرد و پس نمی‌دهد، اما شخص نیک با سخاوتمندی به دیگران کمک می‌کند. <sup>۲۲</sup> کسانی که برکت خداوند بر آنها باشد سلامتی زندگی خواهند کرد، اما آنانی که زیر لعنت خداوند قرار دارند ریشه کن خواهند شد.

<sup>۲۳</sup> خداوند مردم را به راهی که باید بروند هدایت می‌کند و آنانی را که از ایشان راضی باشد، حفظ می‌نماید. <sup>۲۴</sup> اگر بیفتند به آنان آسیبی نخواهد رسید، زیرا خداوند دست ایشان را می‌گیرد. <sup>۲۵</sup> از دوران جوانی تا امروز که پیر هستم ندیده‌ام که انسان نیکوکار را خداوند ترک گفته باشد و فرزندانش گرسنه و محتاج نان باشند! <sup>۲۶</sup> انسان نیکوکار با سخاوتمندی می‌بخشد و قرض می‌دهد و خداوند فرزندانش را برکت می‌دهد.

<sup>۲۷</sup> اگر از بدی دوری نمایی و نیکویی کنی در زندگی پایدار و کامیاب خواهی شد. <sup>۲۸</sup> زیرا خداوند انصاف را دوست دارد و عزیزان خود را ترک نمی‌کند، بلکه همیشه از آنها مراقبت می‌نماید. اما نسل شروران ریشه کن خواهد شد. <sup>۲۹</sup> نیکان، دنیا را به ارث خواهند برد و تا به ابد در آن سکونت خواهند نمود. <sup>۳۰</sup> از دهان انسان درستکار، حکمت بیرون می‌آید و زبان او آنچه را راست است بیان می‌کند. <sup>۳۱</sup> او احکام و دستورات خداوند را در دل خود جای داده است و از راه راست منحرف نخواهد شد. <sup>۳۲</sup> بدکاران، نیکوکاران را هدف قرار می‌دهند و درصددند آنها را از بین ببرند. <sup>۳۳</sup> اما خداوند ایشان را به دست بدکاران نخواهد سپرد و نخواهد گذاشت به هنگام داوری محکوم شوند.

<sup>۳۴</sup> به خداوند امیدوار باش و احکام او را نگاهدار و او بموقع تو را برکت خواهد داد و سرفراز خواهد

احمقان به من بخندند.<sup>۹</sup> من سکوت اختیار می‌کنم و زبان به شکایت نمی‌گشایم، زیرا این مصیبت را تو بر من عارض کرده‌ای.<sup>۱۰</sup> بلای خود را از من دور کن، زیرا از ضرب دست تو تلف می‌شوم.<sup>۱۱</sup> تو انسان را بسبب گناهانش توبیخ و تادیب می‌کنی؛ آنچه را که او به آن دل بسته است نابود می‌کنی، درست همانگونه که بید لباس را نابود می‌کند. آری، عمر انسان بادی بیش نیست.

<sup>۱۲</sup> خداوندا، دعای مرا بشنو و به فریادم برس؛ اشکهایم را نادیده بگیر. در این دنیا مسافری بیش نیستم؛ غریبم، غریب مانند اجداد خود؛ مرا نزد خود پناه بده.<sup>۱۳</sup> غضب خود را از من برگردان؛ بگذار پیش از مردنم بار دیگر روی شادی و نشاط را ببینم!

### سرود پرستشی

**۴۰** با صبر و شکیبایی انتظار خداوند را کشیدم، و او بسوی من توجه نمود و فریادم را شنید.<sup>۱</sup> او مرا از چاه هلاکت و از گل لجن بیرون کشید و در بالای صخره گذاشت و جای پایم را محکم ساخت.<sup>۲</sup> او به من آموخت تا سرودی تازه بخوانم، سرودی در ستایش خدایمان! بسیاری چون این را بینند خواهند ترسید و بر خداوند توکل خواهند کرد.<sup>۳</sup> چه خوشبختند کسانی که بر خداوند توکل دارند و از اشخاص متکبر و خدایان دروغین پیروی نمی‌کنند.<sup>۴</sup> ای خداوند، خدای ما، تو کارهای شگفت‌انگیز بسیاری برای ما انجام داده‌ای و پیوسته به فکر ما بوده‌ای؛ تو بی‌ظنری! کارهای شگفت‌انگیز تو چنان زیادند که زبانم از بیان آنها قاصر است.<sup>۵</sup> تو از من قربانی و هدیه نطلبیدی؛ از من نخواستی که برای پاک شدن گناهم حیوانی ذبح کنم؛ بلکه گوشه‌ایم را باز کردی تا سخنان تو را بشنوم و اطاعت کنم.<sup>۶</sup> آنگاه گفتم: «آماده‌ام تا دستورات تو را که در کتاب شریعت درباره‌ی من نوشته شده انجام دهم.»<sup>۷</sup> ای خدای من، چقدر دوست دارم خواست تو را بجا آورم! دستورات تو را در دل خود حفظ می‌کنم.»<sup>۸</sup> در اجتماع بزرگ قوم تو بشارت داده‌ام که تو

<sup>۱۳</sup> من همچون شخص کری هستم که نمی‌تواند بشنود، مانند شخص لالی هستم که نمی‌تواند سخن بگوید.<sup>۱۴</sup> مثل کسی هستم که بسبب کری قادر نیست پاسخ دهد.

<sup>۱۵</sup> ای خداوند، امیدوارم و یقین دارم که تو به من پاسخ خواهی داد.<sup>۱۶</sup> نگذار دشمنانم به ناکامی من بخندند و وقتی می‌افتم خود را برتر از من بدانند.<sup>۱۷</sup> نزدیک است از پای درآیم؛ این بیماری، دایم مرا عذاب می‌دهد.

<sup>۱۸</sup> من به گناهانم اعتراف می‌کنم و از کردار خود غمگین و پشیمانم.<sup>۱۹</sup> دشمنانم سالم و نیرومند هستند؛ کسانی که از من نفرت دارند بسیارند.<sup>۲۰</sup> آنها خوبی مرا با بدی پاسخ می‌دهند؛ با من مخالفت می‌ورزند زیرا من کوشش می‌کنم کار نیک انجام دهم.

<sup>۲۱</sup> خداوندا، مرا تنها نگذار؛ ای خدای من، از من دور مباش.<sup>۲۲</sup> ای خداوند، تو نجات دهنده‌ی من هستی، به کمکم بشتاب!

### اعتراف انسان رنجور

**۳۹** به خود گفتم: «مواظب رفتارم خواهم بود و احتیاط خواهم کرد تا با زبان خود خطا نورزم. مادامی که آدم بدکار نزدیک من است سخن نخواهم گفت.»<sup>۱</sup> من گنگ و خاموش بودم، حتی از سخن گفتن درباره‌ی چیزهای خوب خودداری می‌کردم؛ ولی درد من باز هم شدیدتر شد.<sup>۲</sup> اضطرابی در دلم بوجود آمد؛ هر چه بیشتر می‌اندیشیدم آتش درونم بیشتر شعله می‌کشید. سرانجام به سخن آمدم و گفتم:<sup>۳</sup> «خداوندا، پایان عمرم را بر من معلوم ساز و اینکه ایام زندگانی من چقدر است تا بدانم که چقدر فانی هستم!»<sup>۴</sup> تو عمرم را به اندازه‌ی یک و جب ساخته‌ای و زندگانیم در نظر تو هیچ است. عمر انسان همچون نفسی است که برمی‌آید و نیست می‌گردد!<sup>۵</sup> عمر انسان مانند سایه زودگذر است و او بیهوده خود را مشوش می‌کند. او مال و ثروت جمع می‌کند، ولی نمی‌داند چه کسی از آن استفاده خواهد کرد.

<sup>۶</sup> خداوندا، اکنون دیگر به چه امیدوار باشم؟ تنها امیدم تو هستی.<sup>۷</sup> مرا از همه‌ی گناهانم برهان و نگذار

نفرت دارند و قصدشان سخن چینی و شایعه‌سازی است.<sup>۷</sup> همه دشمنانم پشت سرم حرف می‌زنند و درباره‌ام بد می‌اندیشند.<sup>۸</sup> آنها می‌گویند: «به مرض کشنده‌ای مبتلا شده؛ از بستر بیماری بلند نخواهد شد.»<sup>۹</sup> حتی بهترین دوستم نیز که به او اعتماد داشتم و نان و نمک مرا می‌خورد، دشمن من شده است.

<sup>۱۰</sup> ای خداوند، بر من رحم کن و مرا برپا بدار تا جواب آنان را بدهم.<sup>۱۱</sup> یقین دارم که از من راضی هستی و نخواهی گذاشت دشمنانم بر من پیروز شوند.<sup>۱۲</sup> مرا بسبب درستکاریم حفظ خواهی کرد و تا ابد در حضورت نگاه خواهی داشت.<sup>۱۳</sup> سپاس بر خداوند، خدای اسرائیل، از حال تا ابد. آمین! آمین!

### کتاب دوم (مزامیر ۴۲-۷۲)

#### دعایی از دیار غربت

**۴۲** چنانکه آهو برای نهرهای آب اشتیاق دارد، همچنان ای خدا، جان من اشتیاق شدید برای تو دارد.<sup>۱</sup> آری، جان من تشنه خداست، تشنه خدای زنده! کی می‌توانم به حضور او بروم و او را ستایش کنم؟<sup>۲</sup> روز و شب گریه می‌کنم، و اشکهایم غذای من است؛ تمام روز دشمنان از من می‌پرسند: «پس خدای تو کجاست؟»

<sup>۳</sup> چون به گذشته فکر می‌کنم دلم می‌گیرد؛ به یاد می‌آورم چگونه در روزهای عید، جماعت بزرگی را سرودخوانان و حمدگویان به خانه خدا هدایت می‌کردم!

<sup>۴</sup> ای جان من، چرا محزون و افسرده شده‌ای؟ بر خدا امید داشته باش! او را دوباره ستایش کن، زیرا او خدا و نجات دهنده توست!

<sup>۵</sup> ای خدا، در این دیار غربت دلم گرفته است. حتی آبشارهای کوهستانها و موجهای دریاهای تو نیز غم و اندوه بر من می‌دمند؛ اعماق اقیانوسها بر من می‌غرند. از سرزمین اردن و کوههای حرمون و مصغر، تو را به یاد می‌آورم.<sup>۶</sup> خداوند، در طی روز

ما را نجات می‌دهی! ای خداوند، تو می‌دانی که من این خبر خوش را برای خود نگه نداشته‌ام و در دادن این مژده کوتاهی نکرده‌ام. آری، در اجتماع بزرگ قوم تو پیوسته از رحمت و راستی تو سخن گفته‌ام.<sup>۷</sup> ای خداوند، لطف و محبت خود را از من دریغ مدار. رحمت و صداقت تو همواره مرا حفظ کند.

#### دعا برای کمک

<sup>۸</sup> بلایای بی‌شماری مرا احاطه کرده و گناهان زیادم بر من سنگینی می‌کند بطوری که نمی‌توانم سرم را بلند کنم. در دل خود آرامش ندارم.<sup>۹</sup> ای خداوند، رحم کن و مرا از این وضعیت نجات ده! به کمک من بشتاب! <sup>۱۰</sup> بگذار خجل و سرافکنده شوند آنانی که قصد جانم را دارند؛ مغلوب و رسوا گردند کسانی که به دشمنی با من برخاسته‌اند؛<sup>۱۱</sup> خوار و پریشان شوند آنانی که مرا تحقیر و مسخره می‌کنند.

<sup>۱۲</sup> اما طالبان تو، ای خداوند، شاد و خوشحال شوند؛ و آنانی که نجات تو را دوست دارند پیوسته بگویند که خداوند بزرگ است!<sup>۱۳</sup> من فقیر و درمانده‌ام، اما خداوند برای من فکر می‌کند. ای خداوند من، تو مددکار و رهانده من هستی، پس تأخیر نکن.

#### دعا برای رستگاری

**۴۱** خوشباه حال کسانی که به فکر فقیران و درماندگان هستند، زیرا هنگامی که خود در زحمت بیفتند خداوند به یاری ایشان خواهد شتافت.<sup>۱</sup> او ایشان را حفظ کرده، زنده نگاه خواهد داشت. آنان در دنیا سعادت‌مند خواهند بود و خدا نخواهد گذاشت که به دست دشمنانشان بیفتند.<sup>۲</sup> به هنگام بیماری، خداوند ایشان را شفا می‌بخشد و سلامتی از دست رفته را به آنان باز می‌گرداند.

<sup>۳</sup> گفتم: «خداوند، نسبت به تو گناه کرده‌ام؛ بر من رحم کن و مرا شفا ده!»<sup>۴</sup> دشمنانم با کینه و نفرت درباره من می‌گویند: «کی می‌میرد و نامش گم می‌شود؟»<sup>۵</sup> هنگامی که به عیادت می‌آیند، وانمود می‌کنند که دوستدارانم هستند، و حال آنکه از من

بازوی خویش نجات نیافتند، بلکه قدرت و توانایی تو و اطمینان به حضور تو آنان را رهانید، زیرا از ایشان خرسند بودی.

۴ ای خدا، تو پادشاه من هستی؛ اکنون نیز قوم خود اسرائیل را پیروز گردان. ۵ ما با کمک تو دشمنان خود را شکست خواهیم داد و به نام تو کسانی را که برضد ما برخاسته‌اند، پایمال خواهیم کرد.

۶ امید من به تیر و کمانم نیست، و نه به شمشیرم که مرا نجات دهد، ۷ زیرا این تو بودی که ما را از دست دشمنان نجات دادی، و آنانی را که از ما متنفر بودند شکست دادی. ۸ برای همیشه تو را ستایش خواهیم کرد، و تا ابد از تو سپاسگزار خواهیم بود.

۹ اما در حال حاضر تو ما را دور انداخته‌ای و رسوا ساخته‌ای؛ دیگر لشگرهای ما را در جنگ کمک نمی‌کنی. ۱۰ تو ما را در مقابل دشمنان شکست داده‌ای و آنها اکنون ما را غارت می‌کنند. ۱۱ ما را همچون گوسفندان به کشتارگاه فرستاده‌ای و در میان قومهای خدانشناس پراکنده ساخته‌ای تا ما را بکشند و بخورند. ۱۲ تو قوم برگزیده‌ات را ارزان فروخته‌ای و از فروش آنها سودی نبرده‌ای. ۱۳ ما را نزد همسایگان خوار ساخته‌ای و ما مورد تمسخر و توهین اطرافیان قرار گرفته‌ایم. ۱۴ ما را در میان قومهای خدانشناس انگشت‌نما ساخته‌ای و آنها ما را به باد ریشخند گرفته‌اند. ۱۵ و ۱۶ هر روز بسبب تهمت‌ها و دشنامهای مخالفان و دشمنان، رسوا و سرافکننده می‌شوم.

۱۷ این همه بر ما واقع شده است، ولی تو را فراموش نکرده‌ایم و پیمانی را که با ما بسته‌ای شکسته‌ایم. ۱۸ نسبت به تو دل‌سرد نشده‌ایم و از راه تو منحرف نگشته‌ایم. ۱۹ با وجود این، تو ما را در میان حیوانات وحشی رها نموده‌ای و با مرگ روبرو ساخته‌ای.

۲۰ اگر ما تو را فراموش می‌کردیم و دستهای خود را بسوی بتها دراز می‌کردیم، ۲۱ آیا تو که اسرار دل هرکس را می‌دانی، این را نمی‌دانستی؟ ۲۲ تو می‌دانی که ما بخاطر تو هر روز با مرگ روبرو می‌شویم و با ما همچون گوسفندانی که می‌باید قربانی شوند رفتار می‌کنند. ۲۳ ای خداوند، بیدار شو! چرا خوابیده‌ای؟

مرا مورد لطف و رحمت خود قرار ده، تا هنگامی که شب فرا می‌رسد سرودی برای خواندن داشته باشم و نزد خدای حیات خود دعا کنم.

۹ به خدا که صخره من است می‌گویم: «چرا مرا فراموش کرده‌ای؟ چرا بسبب ظلم دشمن ناله کنان به اینسو و آنسو بروم؟» ۱۰ سرزنش دشمنانم مرا خرد کرده است، زیرا هر روز با کنایه به من می‌گویند: «پس خدای تو کجاست؟»

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

### دعایی از دیار غربت (دنباله مزمو ۴۲)

**۴۳** خدایا، از من در برابر مردم بیرحم دفاع کن و مرا تبرئه نما؛ مرا از دست اشخاص حيله‌گر و ظالم برهان. ۲ خدایا، تو پناهگاه من هستی؛ چرا مرا طرد کرده‌ای؟ چرا بسبب ستمگریهای دشمن، ماتم‌کنان به اینسو و آنسو بروم؟ ۳ نور و راستی خود را بفرست تا هدایت‌کنند و مرا به کوه مقدس تو و به مکان سکونتت باز گردانند. ۴ آنگاه به محراب تو خواهم رفت، ای خدایی که شادی و خوشی من هستی، و در آنجا با نغمه بربط و سرود تو را ستایش خواهم کرد.

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

### دعا برای محافظت

**۴۴** ای خدا، ما به گوشه‌های خود شنیده‌ایم و اجدادمان برای ما تعریف کرده‌اند که تو در گذشته چه کارهای شگفت‌انگیزی برای آنان انجام داده‌ای. ۲ تو به دست خود قومهای بت‌پرست را از این سرزمین بیرون راندی و اجداد ما را بجای آنها مستقر نمودی. قومهای خدانشناس را از بین بردی، اما بنی اسرائیل را در سرزمین موعود تثبیت نمودی. ۳ قوم تو به زور شمشیر این سرزمین را تسخیر نمودند و به

او را اطاعت کن، زیرا سرور توست.  
 ۱۲ اهالی سرزمین صور با هدایا نزد تو خواهند آمد  
 و ثروتمندان قوم تو طالب رضامندی تو خواهند  
 بود.

۱۳ عروس پادشاه را نگاه کنید!

او در درون کاخ چه زیباست!

لباس هایش زربفت می باشد.

۱۴ او را با لباس نقشدارش نزد پادشاه می آورند؛

ندیمه هایش نیز از پی او می آیند.

۱۵ آنان با خوشی و شادمانی به درون کاخ پادشاه  
 هدایت می شوند.

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

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

۱۷ نام تو را در تمام نسل ها شهرت خواهم داد،

و همه مردم تا ابد سپاسگزار تو خواهند بود.

### خدا با ماست

۴۶ خدا پناهگاه و قوت ماست! او مددکاری  
 است که در سختیها فوراً به کمک ما  
 می شتابد. ۲ بنابراین، ما نخواهیم ترسید اگرچه زمین از  
 جای بجنبد و کوه ها به قعر دریا فرو ریزند، ۳ دریا  
 غرش نماید و کف برآرد و طغیانش کوه ها را بلرزاند!  
 ۴ نه ریست که شعبه هایش شادمانی به شهر خدا  
 می آورد و خانه مقدس خدا را پر نشاط می سازد. ۵ این  
 شهر هرگز نابود نخواهد شد، زیرا خدا در آن ساکن  
 است. پیش از آنکه اتفاقی رخ دهد خدا به یاری آن  
 خواهد شتافت. ۶ قومهای جهان از ترس فریاد بر  
 می آورند؛ حکومت ها لرزانند؛ خدا ندا می دهد و دنیا  
 مانند موم گداخته می شود.

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

۸ بیاید کارهای خداوند را مشاهده کنید. ببینید در  
 دنیا چه خرابیها برجای نهاده است. ۹ او جنگها را در  
 سراسر دنیا متوقف خواهد ساخت؛ کمانها را خواهد

بیدار شو و ما را تا ابد دور نیانداز! ۲۴ چرا روی خود  
 را از ما بر می گردانی و ذلت و خواری ما را نادیده  
 می گیری؟ ۲۵ اینک به خاک افتاده و مغلوب شده ایم.  
 ۲۶ برخیز و به کمک ما بشتاب و ما را نجات ده زیرا تو  
 سراسر، رحمت و محبتی!

### سرود عروسی پادشاه

۴۵ در حالیکه این سرود را برای پادشاه  
 می سرایم، کلماتی زیبا فکرم را پر  
 می سازند. همچون قلمی در دست شاعری توانا، زبانه  
 آماده سرودن است.

۲ تو از همه انسانها زیباتری؛

از لبانت نعمت و فیض می چکد.

خداوند تو را تا ابد متبارک ساخته است.

۳ ای پادشاه مقتدر،

شمشیر جلال و جبروتت را بر کمر خویش ببند

و شکوهمندانه بر اسب خویش سوار شو

تا از حقیقت و عدالت و تواضع دفاع کنی!

قدرت پیروزی بزرگی را نصیب تو می گرداند.

۵ تیرهای تیز تو به قلب دشمنانت فرو می روند؛

و قوما در برابر تو سقوط می کنند.

۶ خداوند تخت فرمانروایی تو را جاودانی کرده

است.

تو با عدل و انصاف سلطنت می کنی؛

۷ عدالت را دوست داری و از شرارت بیزاری؛

بنابراین خدایت تو را برگزیده و تو را بیش از

هرکس دیگر شاد گردانیده است.

۸ همه رختهایت به بوی خوش مر و عود و سلیخه

آمیخته است؛

در کاخ عاج تو، نوای موسیقی گوشه‌هایت را

نوازش می دهد.

۹ ندیمه های دربارت، شاهزادگانند؛

در دست راست تو،

ملکه مزین به طلای خالص، ایستاده است.

۱۰ ای دختر، به نصیحت من گوش کن.

قوم و خویش و زادگاه خود را فراموش کن تا

پادشاه شیفته زیبایی تو شود.

درهم می‌کوبد، نابود کردی.<sup>۸</sup> آنچه درباره کارهای خداوند شنیده بودیم، اینک با چشمان خود در شهر خداوند قادر متعال می‌بینیم: او اورشلیم را برای همیشه پایدار نگه خواهد داشت.

<sup>۹</sup> ای خدا، ما در داخل خانه تو، به رحمت و محبت تو می‌اندیشیم.<sup>۱۰</sup> تو مورد ستایش همه مردم هستی؛ آوازه تو به سراسر جهان رسیده است؛ تو با عدل و انصاف حکمرانی می‌کنی.<sup>۱۱</sup> بسبب داوریه‌های عادلانه تو ساکنان اورشلیم شادی می‌کنند و مردم یهودا به وجد می‌آیند.

<sup>۱۲</sup> ای قوم خدا، صهیون را طواف کنید و برجهایش را بشمارید.<sup>۱۳</sup> به حصار آن توجه کنید و قلعه‌هایش را از نظر بگذرانید. آن را خوب نگاه کنید تا بتوانید برای نسل آینده آن را تعریف کنید و بگویید:<sup>۱۴</sup> «این خدا، خدای ماست و تا به هنگام مرگ او ما را هدایت خواهد کرد.»

### فانی بودن ثروت

**۴۹** ای همه قومهای روی زمین این را بشنوید! ای تمام مردم جهان گوش کنید!<sup>۱</sup> ای عوام و خواص، ای ثروتمندان و فقیران،<sup>۲</sup> به سخنان حکیمانه من گوش دهید.<sup>۳</sup> می‌خواهم با مثلی معمای زندگی را بیان کنم؛ می‌خواهم با نوای بربط این مشکل را بگشایم.

<sup>۴</sup> چرا باید در روزهای مصیبت ترسان باشم؟ چرا ترسان باشم که دشمنان تبهکار دور مرا بگیرند<sup>۵</sup> و آنانی که اعتمادشان بر ثروتشان است و به فراوانی مال خود فخر می‌کنند مرا محاصره نمایند؟<sup>۶</sup> هیچکس نمی‌تواند بهای جان خود را به خدا بپردازد و آن را نجات دهد.<sup>۷</sup> زیرا فدیۀ جان انسان بسیار گرانبه‌است و کسی قادر به پرداخت آن نیست.<sup>۸</sup> هیچکس نمی‌تواند مانع مرگ انسان شود و به او زندگی جاوید عطا کند.<sup>۹</sup> زیرا می‌بینیم که چگونه هر انسانی، خواه دانا خواه نادان، می‌میرد و آنچه اندوخته است برای دیگران برجای می‌نهد.<sup>۱۰</sup> آنان املاک و زمینهای خود را به نام خود نامگذاری می‌کنند و گمان می‌برند که خانه‌هایشان دایمی است و تا ابد باقی می‌ماند.<sup>۱۱</sup> غافل

شکست، نیزه‌ها را خرد خواهد کرد و عرابه‌ها را به آتش خواهد کشید.<sup>۱۰</sup> «آرام باشید و بدانید که من خدا هستم و در میان قومهای جهان مورد عزت و احترام خواهم بود.»

<sup>۱۱</sup> خداوند قادر متعال با ماست! خدای یعقوب پناهگاه ماست!

### پادشاه تمام جهان

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

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

### شهر خداوند

**۴۸** خداوند بزرگ است و باید او را در کوه مقدسش در اورشلیم، ستایش کرد.<sup>۱</sup> چه زیباست صهیون، آن کوه بلند خدا، آن شهر پادشاه بزرگ، که موجب شادی تمام مردم جهان می‌باشد!<sup>۲</sup> خداوند در قصرهای آن حضور دارد؛ او پناهگاه مردم اورشلیم است.

<sup>۳</sup> پادشاهان جهان متحد شدند تا به اورشلیم حمله کنند.<sup>۴</sup> اما چون آن را دیدند، شگفت‌زده شده، گریختند.<sup>۵</sup> در آنجا ترس، آنان را فراگرفت و همچون زنی در حال زای، وحشت زده شدند.<sup>۶</sup> تو ای خدا، آنان را مانند کشتیه‌های جنگی که باد شرقی آنها را

۱۰ زیرا همه حیواناتی که در جنگل و کوه هستند از آن منند. ۱۱ همه پرندگانی که بر کوهها پرواز می‌کنند و تمام حیواناتی که در صحراها می‌چرند، به من تعلق دارند. ۱۲ اگر گرسنه می‌بودم از تو خوراک نمی‌خواستم، زیرا که جهان و هر چه که در آن است از آن من است. ۱۳ مگر من گوشت گاوها را می‌خورم و یا خون بزها را می‌نوشم؟ ۱۴ قربانی واقعی که باید تقدیم کنید این است که خدای خویش را شکر نمایید و نذرهایی را که کرده‌اید ادا کنید. ۱۵ هنگامی که در مشکلات هستید مرا بخوانید؛ من شما را نجات خواهم داد و شما مرا ستایش خواهید کرد.»

۱۶ اما خدا به بدکاران چنین می‌گوید: «شما چه حق دارید که احکام مرا بر زبان بیاورید و درباره عهد من سخن بگویید؟ ۱۷ زیرا شما از اصلاح شدن نفرت دارید و دستورات مرا پشت گوش می‌اندازید. ۱۸ وقتی دزد را می‌بینید که دزدی می‌کند با وی همدست می‌شوید و با زنا کاران معاشرت می‌کنید. ۱۹ سخنان شما با خبثت و نیرنگ آمیخته است. ۲۰ هر جا می‌نشینید از برادران بد می‌گویید و غیبت می‌کنید. ۲۱ این کارها را کردید و من چیزی نگفتم. فکر کردید من هم مانند شما هستم! اما اینک من شما را برای تمام این کارها تنبیه می‌کنم.»

۲۲ «ای کسانی که مرا فراموش کرده‌اید، به من گوش دهید و گرنه شما را هلاک خواهم کرد و فریادرسی نخواهید داشت. ۲۳ قربانی شایسته من آنست که از من سپاسگزار باشید و مرا ستایش کنید. هر که چنین کند راه نجات را به او نشان خواهم داد.»

### دعای توبه

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

ای خدای رحیم و کریم، بر من رحم فرما و گناهانم را محو کن. ۲ مرا از عصیانم کاملاً شستشو ده و مرا از گناهانم پاک ساز.

آیه عمل زشتی که مرتکب شده‌ام اعتراف می‌کنم؛ گناهانم همیشه در نظر من است. ۴ به تو ای خداوند، بلی، تنها به تو گناه کرده‌ام و آنچه را که در نظر تو بد

از اینکه هیچ انسانی تا به ابد در شکوه خود باقی نمی‌ماند بلکه همچون حیوان جان می‌سپارد.

۱۳ این است سرنوشت افرادی که به خود توکل می‌کنند و سرنوشت کسانی که از ایشان پیروی می‌نمایند. ۱۴ آنها گوسفندانی هستند که بسوی هلاکت پیش می‌روند زیرا «مرگ» آنها را شبانی می‌کند. صبحگاهان، شروران مغلوب نیکان می‌شوند و دور از خانه‌های خود، اجسادشان در عالم مردگان می‌پوسد. ۱۵ اما خداوند جان مرا از عالم مردگان نجات داده، خواهد رهانید.

۱۶ نگران نشو وقتی کسی ثروتمند می‌شود و بر شکوه خانه‌اش افزوده می‌گردد! ۱۷ زیرا هنگامی که بمیرد چیزی را از آنچه دارد با خود نخواهد برد و ثروتش بدنبال او به قبر نخواهد رفت. ۱۸ هر چند او در زندگی خوشبخت باشد و مردم او را برای موفقیتش بستانند، ۱۹ اما او سرانجام به جایی که اجدادش رفته‌اند خواهد شتافت و در ظلمت ابدی ساکن خواهد شد. ۲۰ آری، انسان با وجود تمام فرّ و شکوهش، سرانجام مانند حیوان می‌میرد.

### قربانی واقعی

خداوند قادر مطلق سخن می‌گوید؛ او همه مردم را از مشرق تا مغرب نزد خود فرا می‌خواند. ۲ نور جلال خدا از کوه صهیون، که مظهر زیبایی و بزرگی اوست، می‌تابد. ۳ خدای ما خواهد آمد و سکوت نخواهد کرد. شعله‌های آتش در پیشاپیش او و گردباد در اطراف اوست. ۴ او آسمان و زمین را به گواهی می‌طلبد تا بر قوم خود داوری کند. ۵ خداوند می‌فرماید: «قوم خاص مرا که با قربانی‌های خود با من عهد بسته‌اند که نسبت به من وفادار بمانند، نزد من جمع کنید.» ۶ آسمانها گواهند که خود خداوند داور است و با عدالت داوری می‌کند.

۷ «ای قوم من، ای اسرائیل، به سخنان من گوش دهید، زیرا من خدای شما هستم! من خود بر ضد شما شهادت می‌دهم. ۸ در باره قربانی‌هایتان شما را سرزنش نمی‌کنم، زیرا آنها را پیوسته به من تقدیم می‌کنید. ۹ من طالب گوساله‌ها و بزهای شما نیستم،

هستی، چرا تمام روز به خود می‌بالی؟<sup>۲</sup> ای حيله گر، توطئه می‌چینی که دیگران را نابود کنی؛ زبانت مانند تیغ، تیز و بزننده است.<sup>۳</sup> بدی را به نیکی ترجیح می‌دهی و دروغ را بیشتر از راستی دوست می‌داری.<sup>۴</sup> ای فریبکار، تو دوست داری با سخنان تباهی بار بیاوری.

<sup>۵</sup> بنابراین، خدا نیز تو را از خانه‌ات بیرون کشیده تو را بکلی نابود خواهد کرد و ریشه‌ات را از زمین زندگان خواهد کند.<sup>۶</sup> نیکان این را دیده، خواهند ترسید و به تو خندیده، خواهند گفت: <sup>۷</sup> «ببینید، این همان مردی است که به خدا توکل نمی‌کرد، بلکه به ثروت هنگفت خود تکیه می‌نمود و برای حفظ و حراست از خود به ظلم متوسل می‌شد.»

<sup>۸</sup> اما من مانند درخت زیتونی هستم که در خانه خدا سبز می‌شود؛ من تا ابد به رحمت خدا توکل خواهم کرد.<sup>۹</sup> خدایا، بسبب آنچه که کرده‌ای پیوسته از تو تشکر خواهم نمود و در حضور قوم تو اعلان خواهم کرد که تو نیکو هستی.

### انسان بدکار

کسی که فکر می‌کند خدایی وجود ندارد، **۵۳** احمق است. چنین شخص فاسد است و دست به کارهای پلید می‌زند و هیچ نیکی در او نیست.

<sup>۲</sup> خداوند از آسمان به انسانها نگاه می‌کند تا شخص فهمیده‌ای بیابد که طالب خدا باشد.<sup>۳</sup> اما همه از او روگردان شده‌اند، همه فاسد گشته‌اند و در وجود هیچ یک از آنان نیکی نیست.

<sup>۴</sup> این بدکاران بی‌فهم خدا را نمی‌شناسند و قوم او را مانند نان می‌بلعند.<sup>۵</sup> ولی زمانی که هیچ فکرش را نمی‌کنند ناگهان وحشت وجود آنها را فرا خواهد گرفت، زیرا خدا دشمنان قوم خود را هلاک کرده، استخوانهایشان را روی زمین پخش خواهد کرد. خدا آنان را طرد کرده است، بنابراین قوم او بر آنان چیره خواهند شد.

<sup>۶</sup> قوم اسرائیل چقدر شاد خواهند شد وقتی خداوند آنان را رستگار و کامیاب سازد! ای خداوند،

است، انجام داده‌ام. حکم تو علیه من عادلانه است و در این داوری، تو مصون از خطا هستی.<sup>۵</sup> من از بدو تولد گناهکار بوده‌ام، بلی، از لحظه‌ای که نطفه من در رحم مادرم بسته شد آلوده به گناه بوده‌ام.

<sup>۶</sup> تو از ما قلبی صادق و راست می‌خواهی؛ پس فکر مرا از حکمت خود پر کن.<sup>۷</sup> گناه مرا از من دور کن تا پاک شوم؛ مرا شستشو ده تا سفیدتر از برف شوم.<sup>۸</sup> ای که مرا در هم کوبیده‌ای، شادی مرا به من بازگردان تا جان من بار دیگر مسرور شود.<sup>۹</sup> از گناهانم چشم ببوش و همه خطاهایم را محو کن.

<sup>۱۰</sup> خدایا، دلی پاک در درون من بیافرین و از نو، روحی راست به من عطا کن.<sup>۱۱</sup> مرا از حضورت مران و روح پاک خود را از من بگیر.<sup>۱۲</sup> شادی نجات از گناه را به من باز ده و مرا یاری کن تا با میل و رغبت تو را اطاعت کنم.<sup>۱۳</sup> آنگاه احکام تو را به گناهکاران خواهم آموخت و آنان بسوی تو بازگشت خواهند نمود.

<sup>۱۴</sup> ای خدایی که نجات‌دهنده من هستی، وجدان مرا از این گناه خونریزی پاک کن تا بتوانم در وصف عدالت تو سرود بخوانم.<sup>۱۵</sup> خداوندا، کمک کن تا بتوانم دهانم را بگشایم و تو را ستایش کنم.

<sup>۱۶</sup> تو از من قربانی حیوانی نخواستی، وگرنه آن را تقدیم می‌کردم.<sup>۱۷</sup> قربانی من این قلب شکسته و این روح توبه‌کار من است که به تو تقدیم می‌کنم؛ ای خداوند، می‌دانم که این هدیه مرا خوار نخواهی شمرد.

<sup>۱۸</sup> خدایا، به لطف خود مردم اورشلیم را کامیاب ساز و دیوارهایش را دوباره بنا کن.<sup>۱۹</sup> آنگاه بر قربانگاه تو گاوها ذبح خواهد شد و تو از انواع قربانی‌هایی که بر قربانگاه تو تقدیم می‌شوند خوشنود خواهی گردید.

### تنبیه خدا

(این مزمور را داود در اعتراض به دشمن خود دوآغ ادومی

نوشت. نگاه کنید به اول سموئیل ۲۲.)

ای مرد قدرتمند، چرا از ظلم خود فخر می‌کنی؟ ای کسی که در نظر خدا رسوا



ظلم و فساد است و حيله و فريب از كچه‌ها دور نمي‌شود.

<sup>۱۲</sup> اين دشمن من نيست كه به من توهين مي‌كند، و گرنه تحمل مي‌كردم؛ اين حريف من نيست كه بر من برخاسته، و گرنه خود را از او پنهان مي‌كردم. <sup>۱۳</sup> اين تو هستي اي دوست صميمي و همكار من! <sup>۱۴</sup> ما با يكدیگر رفاقت صادقانه داشتيم، با يكدیگر درد دل مي‌كرديم و با هم به خانه خدا مي‌رفتيم.

<sup>۱۵</sup> باشد كه دشمنانم پيش از وقت، زنده به گور شوند، زيرا دلها و خانه‌هايشان پر از شرارت است. <sup>۱۶</sup> اما من از خدا كمك مي‌طلبم و او نجاتم خواهد داد. <sup>۱۷</sup> صبح، ظهر و شب به پيشگاه خدا مي‌نالم و شكايت مي‌كنم و او صدای مرا خواهد شنيد. <sup>۱۸</sup> هر چند دشمنان من زيادند، اما او مرا در جنگ با آنها پيروز خواهد ساخت و به سلامت باز خواهد گرداند. <sup>۱۹</sup> خدایي كه از ازل بر تخت فرمانروايي نشسته است دعایم را خواهد شنيد و آنها را شكست خواهد داد، زيرا آنها از خدا نمي‌ترسند و نقشه‌هاي پليد خود را تغيير نمي‌دهند.

<sup>۲۰</sup> دوست و همكار سابق من دست خود را بر روي دوستانش بلند مي‌كند و عهد دوستي خود را مي‌شكند. <sup>۲۱</sup> زبانش چرب است اما در باطنش كينه و نفرت هست. سخنانش از روغن نیز نرمتر است اما همچون شمشير مي‌برد و زخمی مي‌كند.

<sup>۲۲</sup> مشكلات خود را به خدا واگذار و او تو را حفظ خواهد كرد. خداوند هرگز نخواهد گذاشت كه شخص نيكوكار بلغزد و بيفتد.

<sup>۲۳</sup> اما تو اي خدا، اين اشخاص خونخوار و نيرنگ باز را پيش از وقت به گور خواهي فرستاد. ولي من بر تو توكل دارم.

### دعا برای رستگاری از دشمن

ای خدا، بر من رحم فرما، زيرا مورد هجوم دشمنان قرار گرفته‌ام و مخالفانم هر روز عرصه را بر من تنگتر مي‌کنند. <sup>۲</sup> تمام روز دشمنانم بر من يورش مي‌آورند. مخالفانم كه با من مي‌جنگند بسيارند. <sup>۳</sup> هنگامي كه بترسم، اي خداوند، بر تو توكل

۵۶

از صهيون تجلی فرما و قوم خود را نجات ده!

### دعا برای نجات از دست دشمن

(اين مزمور را داود هنگامي نوشت كه اهالي زيف مي‌خواستند او را به شائول تسليم كنند. نگاه كنيد به ۱ سموئيل ۲۳: ۱۹ و ۲۶: ۱.)  
ای خدا، به قدرت خود مرا نجات ده و به قوت خویش از من دفاع کن. <sup>۲</sup> خدایا، دعای مرا بشنو و به سخنانم توجه فرما، <sup>۳</sup> زيرا بدكاران بر ضد من برخاسته‌اند و ظالمان قصد جان مرا دارند. آنان كساني‌اند كه تو را نمي‌شناسند.

۵۴

<sup>۴</sup> ای خداوند، تو مددكار من هستي و جان مرا حفظ مي‌كني. <sup>۵</sup> تو دشمنان مرا به سزای اعمالشان خواهي رساند. تو امين هستي و آنها را ريشه كن خواهي كرد.

<sup>۶</sup> ای خداوند، با ميل و رغبت قرباني به تو تقديم خواهم كرد و تو را سپاس خواهم گفت زيرا تو نيكو هستي. <sup>۷</sup> تو مرا از همه مشكلاتم رهانیده‌اي و من با چشمان خود شكست دشمنانم را دیده‌ام.

### دعای کسی که دوستش به او خیانت کرده

ای خدا، به دعای من گوش کن. هنگامي كه نزد تو ناله مي‌كنم، خود را پنهان مكن. <sup>۲</sup> دعایم را بشنو و آن را مستجاب فرما، زيرا از شدت پريشاني فكر، نمي‌دانم چه كنم. <sup>۳</sup> تهديد دشمنان و ظلم بدكاران، خاطر من را آشفته کرده است. آنان با خشم و نفرت با من رفتار مي‌كنند و مرا عذاب مي‌دهند.

۵۵

<sup>۴</sup> ترس بر قلبم چنگ انداخته و مرا بي‌قرار کرده؛ وحشت مرگ سراسر وجودم را فرا گرفته است. <sup>۵</sup> از شدت ترس و لرز نزديك است قالب تهی كنم. <sup>۶</sup> به خود مي‌گويم: «اي كاش همچون كبوتر بال مي‌داشتم تا به جايي دور در صحرا پرواز مي‌كردم و در آنجا پنهان مي‌شدم و استراحت مي‌كردم؛ <sup>۸</sup> مي‌شتافتم بسوي پناهگاهي و از تند باد و طوفان حوادث در امان مي‌ماندم.»

<sup>۹</sup> خداوند، اين بدكاران را چنان پريشان كن كه زبان يكدیگر را نفهمند، زيرا آنان شهر را از خشونت و ظلم پر ساخته‌اند. <sup>۱۰</sup> آنان روز و شب شهر را دور مي‌زنند و شرارت و جنایت مي‌آفرينند. <sup>۱۱</sup> شهر پر از

ای خدا، من روحیه خود را نباخته‌ام و اعتماد خود را از دست نداده‌ام. من سرود خواهم خواند و تو را ستایش خواهم کرد. <sup>۷</sup> ای جان من بیدار شو! ای بربط و عود من، بصدای درآیید تا سپیده دم را بیدار سازیم! <sup>۸</sup> خدایا، در میان مردم تو را سپاس خواهم گفت و در میان قومها تو را ستایش خواهم کرد، <sup>۹</sup> زیرا رحمت تو بی‌نهایت عظیم است. <sup>۱۰</sup> ای خدا، جلال و شکوه تو بالاتر از آسمانها قرار گیرد و عظمت تو بر تمام جهان آشکار شود.

### دعا برای مجازات بدکاران

**۵۸** ای قضات، شما که دم از انصاف می‌زنید، چرا خود عادلانه قضاوت نمی‌کنید؟ <sup>۱</sup> شما در فکر خود نقشه‌های پلید می‌کشید و در سرزمین خود مرتکب ظلم و جنایت می‌شوید. <sup>۲</sup> اشخاص بدکار در تمام زندگی خود منحرف هستند؛ از روز تولد لب به دروغ می‌کشایند. <sup>۳</sup> زهری کشنده چون زهر مار دارند و مانند افعی کر، گوش خود را می‌بندند تا آواز افسونگران را نشنوند، هرچند افسونگران با مهارت افسون کنند.

<sup>۴</sup> ای خدا، دندانهای این مردم درنده‌خو را بشکن. <sup>۵</sup> بگذار آنها همچون آبی که ریخته می‌شود، نیست و نابود گردند و وقتی تیر می‌اندازند، تیرشان به هدر رود. <sup>۶</sup> بگذار همچون حلزون به گل فرو روند و محو شوند و مانند بچه‌ای که مرده دنیا آمده، نور آفتاب را نبینند. <sup>۷</sup> باشد که آتش خشم تو، ای خداوند بر آنها افروخته شود و پیش از اینکه بخود بیایند، پیر و جوان مانند خار و خاشاک بسوزند. <sup>۸</sup> نیکوکاران وقتی مجازات بدکاران را ببینند، شادخاطر خواهند شد؛ آنها از میان جویبار خون اجساد بدکاران عبور خواهند کرد. <sup>۹</sup> مردم خواهند گفت: «براستی نیکان پاداش می‌گیرند؛ واقعاً خدایی هست که در جهان داوری می‌کند.»

### دعای محافظت

**۵۹** ای خدای من، مرا از دست دشمنانم برهان؛ مرا از مخالفانم حفظ کن. <sup>۱</sup> مرا از شر

خواهم کرد. <sup>۲</sup> وعده‌های خداوند را می‌ستایم و بر او توکل دارم، پس نخواهم ترسید، انسان فانی به من چه می‌تواند کرد؟

<sup>۳</sup> دشمنانم تمام روز در فکر آزار من هستند و یک دم مرا راحت نمی‌گذارند. <sup>۴</sup> آنها با هم جمع شده در کمین می‌نشینند و تمام حرکات مرا زیر نظر گرفته، قصد جانم را می‌کنند. <sup>۵</sup> به هیچ وجه مگذار آنها جان سالم بدر برند. با خشم خود آنها را سرنگون کن. <sup>۶</sup> تو از پریشانی من آگاهی؛ حساب اشکهایم را داری و آن را در دفترت ثبت کرده‌ای. <sup>۷</sup> روزی که تو را به کمک بخوانم، دشمنانم شکست خورده، خواهند گریخت. یقین دارم که خداوند پشتیبان من است. <sup>۸</sup> وعده‌های خداوند را می‌ستایم و بر او توکل دارم، پس نخواهم ترسید. انسان به من چه می‌تواند کرد؟ <sup>۹</sup> ای خدا، نذرهای خود را ادا خواهم کرد و قربانی‌های تشکر را به درگاه تو تقدیم خواهم نمود، <sup>۱۰</sup> زیرا تو مرا از پرتگاه مرگ رهانیدی و نگذاشتی پایم بلغزد و نابود شوم تا بتوانم اکنون در نور حیاتی که در حضور توست راه روم.

### دعای کمک

**۵۷** ای خدا بر من رحم کن! بر من رحم کن، زیرا به تو پناه آورده‌ام. تا وقتی که این بلا بگذرد، در زیر بالهایت پناه خواهم گرفت. <sup>۱</sup> نزد خدای متعال که همه نیازهایم را بر می‌آورد، دعا می‌کنم. <sup>۲</sup> او از آسمان دعای مرا اجابت فرموده، مرا نجات خواهد بخشید و دشمنم را شکست خواهد داد. خدا رحمت و راستی خود را از من دریغ نخواهد داشت. <sup>۳</sup> مردم درنده‌خو مانند شیر مرا محاصره کرده‌اند. دندانهای آنها همچون نیزه و پیکان و زبانشان مانند شمشیر، تیز و برنده است. <sup>۴</sup> ای خدا، جلال و شکوه تو بالاتر از آسمانها قرار گیرد و عظمت تو بر تمام جهان آشکار شود.

<sup>۵</sup> دشمنانم برایم دام نهادند تا مرا گرفتار سازند و من در زیر بار غصه خم شدم. آنها در سر راه من چاه کندند، اما خودشان در آن افتادند.

## دعا برای رهایی

(این مزمور را داود هنگامی نوشت که بالشگر سوری در جنگ بود و هنوز معلوم نبود کدام طرف برنده خواهد شد. این همان جنگی است که یوآب، سردار لشگر داود، دوازده هزار ادومی را در «دره نمک» از پای درآورد.)

۶۰ ای خدا، تو ما را طرد کرده‌ای، ما را پراکنده ساخته و بر ما خشمگین بوده‌ای؛ اما اینک بسوی ما بازگرد. <sup>۲</sup> زمین را لرزان ساخته و آن را شکافته‌ای؛ شکافهایش را بهم آور، زیرا نزدیک است متلاشی شود. <sup>۳</sup> به قوم برگزیده‌ات سختی‌های فراوان داده‌ای؛ ما را همچون افراد مست گیج و سرگردان نموده‌ای.

<sup>۴</sup> تو برای کسانی که تو را گرامی می‌دارند پرچمی به اهتزاز درآورده‌ای تا آنان را در مقابل تیرهای دشمن در امان داری. <sup>۵</sup> ای خدایی که ما را دوست داری، با قدرت خویش ما را نجات ده و دعای ما را اجابت فرما.

<sup>۶</sup> خدا در خانه مقدس خویش سخن گفته و فرموده است: «با پیروزی شهر شکیم و دره سوکوت را بین قوم خود تقسیم خواهم کرد. <sup>۷</sup> جلعاد و منسی از آن من است؛ افرایم کلاهخود من و یهودا عصای سلطنت من است. <sup>۸</sup> اما قوم موآب را مانند لگن برای شستشو بکار خواهم برد، بر قوم ادوم کفشم را خواهم انداخت و بر فلسطین فریاد بر خواهم آورد.»

<sup>۹</sup> کیست که مرا برای گرفتن شهرهای حصاردار ادوم رهبری کند؟ ای خدا، تو ما را رهبری کن؛ بلی، تو که اینک از ما روگردان شده‌ای، ما را رهبری کن! <sup>۱۱</sup> تو ما را درجنگ با دشمن کمک کن، زیرا کمک انسان بی‌فایده است. <sup>۱۲</sup> با کمک تو ای خدا، پیروز خواهیم شد، زیرا تو دشمنان ما را شکست خواهی داد!

## دعا برای محافظت

۶۱ ای خدا، فریادم را بشنو و دعای مرا اجابت فرما! <sup>۲</sup> از این دیار غریب، تو را به کمک می‌طلبم. مرا که فکرم پریشان است به پناهگاهی مطمئن هدایت کن. <sup>۳</sup> زیرا تو در برابر

مردمان گناهکار و خونریز نجات ده. <sup>۳</sup> بین چگونه در کمین من نشسته‌اند. ستمکاران بر ضد من برخاسته‌اند بدون آنکه گناه یا خطایی از من سر زده باشد. <sup>۴</sup> کار خلافی مرتکب نشده‌ام، با این حال آنها آماده می‌شوند بر من هجوم آورند. ای خداوند، برخیز و بین و به کمکم بیا! <sup>۵</sup> ای خداوند قادر متعال، ای خدای اسرائیل، برخیز و همه قومها را به سزای اعمالشان برسان؛ بر ستمکاران و گناهکاران رحم مکن.

<sup>۶</sup> دشمنانم شامگاهان باز می‌گردند و مانند سگ پارس می‌کنند و شهر را دور می‌زنند. <sup>۷</sup> فریاد برمی‌آورند و ناسزا می‌گویند؛ زبانشان مانند شمشیر تیز است. گمان می‌برند کسی سخنان توهین‌آمیزشان را نمی‌شنود. <sup>۸</sup> اما تو ای خداوند، به آنها خواهی خندید و تمام آن قومها را تمسخر خواهی نمود. <sup>۹</sup> ای قوت من، چشم امید من بر توست، زیرا پشتیبان من تو هستی. <sup>۱۰</sup> خدای من با رحمت خویش پیشاپیش من می‌رود و مرا هدایت می‌کند؛ خداوند به من اجازه خواهد داد شکست دشمنانم را بینم. <sup>۱۱</sup> ای خداوندی که سپر ما هستی، آنها را یک‌باره نابود نکن، مبادا مردم این درس عبرت را زود فراموش کنند، بلکه آنها را با قدرت خویش پراکنده و خوار گردان. <sup>۱۲</sup> گناه بر زبان آنهاست؛ سخنانشان تماماً آلوده به شرارت است. باشد که در تکبر خود گرفتار شوند. آنها دشنام می‌دهند و دروغ می‌گویند، <sup>۱۳</sup> پس آنها را با خشم خود نابود کن تا نامشان گم شود و مردم بدانند که خدا نه تنها بر اسرائیل، بلکه بر سراسر جهان حکمرانی می‌کند.

<sup>۱۴</sup> دشمنانم شامگاهان باز می‌گردند و مانند سگ پارس می‌کنند و شهر را دور می‌زنند. <sup>۱۵</sup> آنها برای خوراک به این سوی و آنسوی می‌دوند و اگر سیر نشوند زوزه می‌کشند.

<sup>۱۶</sup> اما من قدرت تو را خواهم سراپید؛ صبحگاهان با شادی در وصف رحمت تو سرود خواهم خواند، زیرا در سختی‌های روزگار، تو پناهگاه من هستی. <sup>۱۷</sup> ای خدا، ای قوت من، برای تو سرود می‌خوانم. پناهگاه من تویی، ای خدایی که مرا محبت می‌کنی.

پاداش خواهی داد.

## اشتیاق برای خداوند

(این مزمور را داود هنگامی که در بیابان بود، سرآید.)

**۶۳** ای خدا، تو خدای من هستی؛ در صبح سحر تو را می‌طلبم. جان من مشتاق توست؛ تمام وجودم همچون زمینی خشک و بی‌آب، تشنه توست. <sup>۲</sup> تو را در مکان مقدست دیده‌ام و قوت و جلال تو را مشاهده کرده‌ام. <sup>۳</sup> محبت تو برایم شیرینتر از زندگی است، پس لبهای من تو را ستایش خواهد کرد، <sup>۴</sup> و تا زنده‌ام تو را سپاس خواهم گفت و دستهای خود را به نیایش بسوی تو دراز خواهم کرد. <sup>۵</sup> جان من سیر خواهد شد و با شادی خداوند را ستایش خواهد کرد.

<sup>۶</sup> شب هنگام که در بستر خود دراز می‌کشم، در باره تو فکر می‌کنم. <sup>۷</sup> تو همیشه مددکار من بوده‌ای، پس در زیر بالهای تو شادی خواهم کرد. <sup>۸</sup> همیشه در تو پناه خواهم گرفت و تو با دست پر قدرتت از من حمایت خواهی نمود.

<sup>۹</sup> اما آنانی که قصد جان مرا دارند هلاک شده، به زیر زمین فرو خواهند رفت. <sup>۱۰</sup> ایشان در جنگ به دم شمشیر خواهند افتاد و طعمه گرگها خواهند شد. <sup>۱۱</sup> اما من در خدا شادی خواهم کرد. همه کسانی که بر خدا اعتماد نموده‌اند او را ستایش خواهند کرد، اما دهان دروغگویان بسته خواهد شد.

## دعای محافظت

**۶۴** ای خدا، به ناله‌های شکوه آمیز من گوش کن و جانم را از دست دشمنان حفظ فرما. <sup>۲</sup> در مقابل توطئه بدکاران که فتنه برپا می‌کنند، از من محافظت کن. <sup>۳</sup> <sup>۴</sup> آنها زبان خود را همچون شمشیر، تیز کرده‌اند و بجای تیر و کمان با سخنان تلخ مجهز شده‌اند تا در کمینگاه‌های خود به انسان بی‌گناه شییخون زنند. <sup>۵</sup> آنها یکدیگر را در انجام دادن نقشه‌های شرورانه خود تشویق می‌کنند. درباره اینکه کجا دامهای خود را کار بگذارند با هم مشورت می‌نمایند، و می‌گویند: «هیچ کس نمی‌تواند اینها را ببیند.» <sup>۶</sup> آنها نقشه شوم طرح می‌کنند و می‌گویند:

دشمنانم حامی و پناهگاه من بوده‌ای.

<sup>۴</sup> بگذار تمام عمرم در خیمه تو ساکن شوم و در زیر سایه بالهای تو پناه گیرم. <sup>۵</sup> خدایا، تو قولهایی را که داده‌ام، شنیده‌ای، و برکاتی را نصیب ساخته‌ای که به کسانی که نام تو را گرامی می‌دارند، می‌بخشی.

<sup>۶</sup> عمر پادشاه را زیاد کن تا سالهای سال سلطنت کند. <sup>۷</sup> باشد که تا ابد در حضور تو ای خدا، او حکومت کند. او را با رحمت و راستی خود محافظت فرما.

<sup>۸</sup> پس همیشه تو را ستایش خواهم کرد و هر روز به قولهایی که به تو داده‌ام وفا خواهم نمود.

## اعتماد به محافظت خدا

**۶۲** جان من تنها نزد خدا آرام می‌یابد، زیرا نجات من از جانب اوست. <sup>۲</sup> او نجات دهنده و تنها صخره پناهگاه من است؛ او قلعه محافظ من است، پس هرگز شکست نخواهم خورد.

<sup>۳</sup> ای آدمیان، تا به کی هجوم می‌آورید تا مرا که همچون دیواری فرو ریخته‌ام از پای درآورید؟ <sup>۴</sup> تنها فکرتان این است که مرا از این مقامی که دارم بزیر اندازید؛ شما دروغ را دوست دارید. بزبان خود مرا برکت می‌دهید ولی در دلتان لعنتم می‌کنید.

<sup>۵</sup> ای جان من، تنها نزد خدا آرام یاب، زیرا امید من بر اوست. <sup>۶</sup> او نجات دهنده و تنها صخره پناهگاه من است؛ او قلعه محافظ من است، پس هرگز شکست نخواهم خورد. <sup>۷</sup> نجات و عزت من از جانب خداست؛ قوت و پناهگاه من خداست. <sup>۸</sup> ای مردم، همه وقت بر او توکل نمایید؛ دل‌های خود را بحضور او بریزید، زیرا خدا پناهگاه ماست.

<sup>۹</sup> همه انسانها در مقابل او ناچیزند؛ اشخاص سرشناس و افراد بی‌نام و نشان، همگی در ترازوی او بالا می‌روند، زیرا از باد هم سبکترند. <sup>۱۰</sup> بر خشونت تکیه نکنید و به کسب ثروت از راه دزدی دل خوش نکنید، و هرگاه ثروتتان زیاد شود دل بر آن نبندید.

<sup>۱۱</sup> بیش از یک بار شنیده‌ام که خداوند فرموده است: «قوت از آن من است.» <sup>۱۲</sup> ای خداوند، رحمت نیز از آن توست، و تو هرکس را بر اساس کارهایش

برویند. <sup>۱۱</sup> با برکات خود زمین را می آرایی؛ جهان از نعمت‌های تو لبریز است. <sup>۱۲ و ۱۳</sup> چراگاه‌ها و تپه‌ها پر از گله‌های گاو و گوسفند است؛ وادیها سرشار از غله می‌باشد؛ تمام جهان بانگ شادی برمی‌آورد و سرود می‌خواند!

### سرود شکرگزاری

**۶۶** ای همه مردم روی زمین، برای خدا فریاد شادی سر دهید! <sup>۱</sup> نام پرشکوه او را با سرود بستاید و عظمت او را بیان کنید! <sup>۲</sup> به خدا گویند: «چه حیرت‌انگیز است کارهای تو! قدرت تو دشمنانت را از پای درخواهد آورد. <sup>۳</sup> تمام مردم جهان تو را پرستش خواهند کرد، تو را خواهند ستود و به نام تو سرود خواهند خواند.»

<sup>۴</sup> بیاید کارهای خدا را مشاهده کنید؛ ببینید چه کارهای شگفت‌انگیز برای انسانها انجام داده است. <sup>۵</sup> او دریا را به خشکی تبدیل کرد و اجداد ما با پای پیاده از میان آن عبور نمودند. ایشان بسبب این کار خدا شادیا کردند.

<sup>۶</sup> خداوند تا ابد با قدرت حکمرانی می‌کند و رفتار همه قومها را زیر نظر دارد. پس ای مردم سرکش، برضد او قیام نکنید. <sup>۷</sup> ای قومها، خدای ما را ستایش کنید! بگذارید آواز ستایش شما شنیده شود. <sup>۸</sup> او زندگی ما را از خطر می‌رهاند و نمی‌گذارد پاهیمان بلغزد.

<sup>۹</sup> ای خدا، تو ما را امتحان کرده‌ای؛ مانند نقره‌ای که در کوره می‌گذارند تا پاک شود، ما را پاک نموده‌ای. <sup>۱۰</sup> ما را در دام گرفتار ساختی و بارهای سنگین بر دوش ما نهادی. <sup>۱۱</sup> دشمنان ما را بر ما مسلط گرداندی و گذاشتی از آب و آتش عبور کنیم، اما سرانجام ما را به مکانی آوردی که در آن وفور نعمت است.

<sup>۱۲</sup> قربانی‌های سوختنی به خانه تو خواهم آورد تا نذرهای خود را ادا نمایم. <sup>۱۳</sup> بلی، هنگامی که در زحمت بودم نذر کردم و اینک آن را ادا خواهم کرد. <sup>۱۴</sup> گوسفند قربانی خواهم کرد و گوساله و بز تقدیم خواهم نمود و آنها را بر قربانگاه خواهم سوزاند تا

«نقشه ما نقصی ندارد!» فکر و دل انسان چقدر حيله‌گر است!

<sup>۱۵</sup> اما خدا این بدکاران را هدف تیرهایش قرار خواهد داد و آنها در یک چشم بهم زدن نقش زمین خواهند شد. <sup>۱۶</sup> آری، آنها طعمه سخنان زشت خود خواهند شد. کسانی که آنها را ببینند با تمسخر سر خود را تکان خواهند داد. <sup>۱۷</sup> ایشان خواهند ترسید و در باره کارهای خدا تفکر خواهند نمود و آنها را برای دیگران تعریف خواهند کرد.

<sup>۱۸</sup> نیکان در خداوند شادی کنند و بر او توکل نمایند؛ همه پاکدلان او را ستایش کنند!

### ستایش و شکرگزاری

**۶۵** ای خدا، شایسته است که تو را در صهیون ستایش کنیم و آنچه را که نذر کرده‌ایم ادا نمایم، <sup>۱</sup> زیرا تو خدایی هستی که دعا می‌شنوی! همه مردم بسبب گناهانشان نزد تو خواهند آمد. گناهان ما بر ما سنگینی می‌کنند، اما تو آنها را خواهی بخشید. <sup>۲</sup> خوشا به سعادت کسی که تو او را برگزیده‌ای تا بیاید و در خیمه مقدس در پیشگاه تو ساکن شود! ما از همه نیکویی‌های خانه مقدس تو برخوردار خواهیم شد.

<sup>۳</sup> ای خدایی که رهاننده ما هستی، تو با کارهای عادلانه و شگفت‌انگیز خود پاسخ ما را می‌دهی. تو امید و پشتیبان همه مردم در سراسر جهان هستی.

<sup>۴</sup> کوه‌ها را در جای خود محکم ساختی و قدرت مهیب خود را نشان دادی. <sup>۵</sup> همانگونه که تلاطم دریا و غرش امواج را ساکت می‌سازی، شورش مردم را نیز خاموش می‌کنی. <sup>۶</sup> ساکنان زمین از کارهای شگفت‌انگیز تو حیرانند. فریاد شادی مردم بسبب کارهای تو از یک سوی زمین تا سوی دیگر طنین‌انداز است!

<sup>۷</sup> تو زمین را سیراب می‌سازی و آن را حاصلخیز می‌گردانی. با رودخانه‌های پر از آب، زمین را برای انسان بارور می‌سازی تا از محصولاتش استفاده کند. <sup>۸</sup> اشیارهای آن را سیراب می‌کنی و بلندیهایش را هموار می‌سازی. باران بر زمین می‌بارانی تا نباتات

کنید. نام او خداوند است! در حضورش شادی کنید!<sup>۵</sup> خدایی که در خانه مقدس خود ساکن است، پدر یتیمان و دادرسیوه زنان می‌باشد.<sup>۶</sup> او بی‌کسان و آوارگان را در خانه‌ها ساکن می‌گرداند و اسیران را آزاد می‌سازد. اما یاغیان در زمین خشک و بی‌آب ساکن خواهند شد.

<sup>۷</sup> ای خدای اسرائیل، وقتی تو قوم برگزیده خود را هدایت کردی و از میان بیابان عبور نمودی، زمین تکان خورد و آسمان بارید و کوه سینا از ترس حضور تو به لرزه افتاد.<sup>۹</sup> ای خدا، تو نعمتها بارانیدی و قوم برگزیده خود را که خسته و ناتوان بودند، نیرو و توان بخشیدی.<sup>۱۰</sup> جماعت تو در زمین موعود ساکن شدند و تو ای خدای مهربان، حاجت نیازمندان را بر آوردی.

<sup>۱۱</sup> خداوند کلام را اعلان کرد و کسانی که آن را بشارت دادند عده بی‌شماری بودند؛ کلام او این است: <sup>۱۲</sup> «پادشاهان و سپاهیانشان بشتاب می‌گریزند! زنانی که در خانه هستند غنایم جنگی را بین خود قسمت می‌کنند.<sup>۱۳</sup> آنها اگر چه روزی فقیر و بینوا بودند، اما اینک خوشبخت و ثروتمندند و خود را مانند کبوتری که بالهایش نقره‌فام و پرهایش طلایی است با زر و زیور آراسته‌اند.»<sup>۱۴</sup> خدای قادر مطلق پادشاهانی را که دشمن اسرائیل بودند مانند دانه‌های برف که در جنگلهای کوه صلمون آب می‌شود، پراکنده و محو ساخت.

<sup>۱۵</sup> ای کوه‌های عظیم باشان، ای سلسله جبالهای بزرگ که قله‌های بلند دارید، چرا با حسرت به این کوهی که خدا برای مسکن خود برگزیده است نگاه می‌کنید؟ به یقین خداوند تا به ابد در آن ساکن خواهد بود.

<sup>۱۷</sup> خداوند در میان هزاران هزار عرابه از کوه سینا به خانه مقدس خویش که در کوه صهیون است، رفته است.<sup>۱۸</sup> او به عالم بالا صعود نموده عده زیادی را با خود به اسارت برده است. از میان آدمیان، حتی از کسانی که زمانی یاغی بوده‌اند، بخشها گرفته است. خداوند در میان ما ساکن خواهد شد.

<sup>۱۹</sup> شکر و سپاس بر خداوندی که هر روز متحمل

بوی خوب آنها بسوی تو زبانه کشد.

<sup>۱۶</sup> ای همه خداترسان، بیایید و بشنوید تا به شما بگویم که خداوند برای من چه کرده است.<sup>۱۷</sup> فریاد برآوردم و از او کمک خواستم و او را ستایش نمودم.<sup>۱۸</sup> اگر گناه را در دل خود نگه می‌داشتم، خداوند دعایم را نمی‌شنید.<sup>۱۹</sup> اما او به دعای من توجه نموده و آن را مستجاب کرده است!

<sup>۲۰</sup> سپاس بر خدایی که دعای مرا بی‌جواب نگذاشته و رحمت خود را از من دریغ نکرده است.

## سرود شکرگزاری

**۶۷** خدایا، بر ما رحم کن و ما را برکت ده و نور روی خود را بر ما بتابان،<sup>۲</sup> تا بوسیله ما اراده تو در جهان شناخته شود و خبر خوش نجات تو به همه مردم روی زمین برسد.

<sup>۳</sup> خدایا، باشد که همه مردم تو را ستایش کنند؛ باشد که همه قوما تو را سپاس گویند!

<sup>۴</sup> همه قوما شاد شده، سرود خواهند خواند، زیرا تو از روی عدل و انصاف مردم را داوری می‌کنی و آنها را هدایت می‌نمایی.

<sup>۵</sup> خدایا، باشد که همه مردم تو را ستایش کنند؛ باشد که همه قوما تو را سپاس گویند!<sup>۶</sup> آنگاه زمین محصول خود را تولید خواهد کرد و تو ما را برکت خواهی داد و همه مردم جهان به تو احترام خواهند گذاشت.

## سرود ملی پیروزی

**۶۸** ای خدا، برخیز و دشمنانت را پراکنده ساز. بگذار آنانی که از تو نفرت دارند از حضور تو بگریزند.<sup>۲</sup> چنانکه دود در برابر باد پراکنده می‌شود، همچنان تو ایشان را پراکنده ساز؛ همانگونه که موم در مقابل آتش گداخته می‌شود، همچنان بگذار گناهکاران در حضورت نابود شوند.<sup>۳</sup> اما نیکوکاران شادی کنند و در حضور تو خوشحال باشند؛ از شادی فریاد برآورند و خوش باشند.

<sup>۴</sup> در وصف خدا سرود بخوانید. نام او را ستایش کنید. برای او که بر ابرها سوار است، راهی درست

## فریاد رهایی از رنجها

خدایا، مرا از این طوفان مشکلات نجات ده! <sup>۲</sup> در منجلاب فرو رفته‌ام و در زیر پایم جایی برای ایستادن نیست. به جاهای عمیق رسیده‌ام و سیلاب مرا پوشانده است. <sup>۳</sup> از بس می‌نالم خسته شده‌ام و گلویم خشک شده است. چشمانم آنقدر منتظر اقدام تو بوده‌اند که تاریک شده‌اند.

<sup>۴</sup> آنانی که بی‌سبب از من نفرت دارند از موهای سرم بیشترند. دشمنانم در مورد من دروغها می‌گویند، آنها از من قوی‌ترند و قصد کشتن مرا دارند. آنچه از دیگران غصب نکرده بودم به زور از من گرفتند. <sup>۵</sup> ای خدا، تو حماقت مرا می‌دانی و گناهانم از نظر تو پوشیده نیست. <sup>۶</sup> ای خداوند قادر متعال، مگذار آنانی که به تو امیدوار هستند و انتظار تو را می‌کشند، بسبب من خجل شوند. ای خدای اسرائیل، مگذار مایه رسوایی دوستدارانت شوم. <sup>۷</sup> من برای توست که این چنین مورد سرزنش واقع شده و رسوا گشته‌ام. <sup>۸</sup> نزد برادران خود غریب هستم و در خانواده خود بیگانه محسوب می‌شوم. <sup>۹</sup> برای خدمت در خانه تو شور و هیجان دارم، از این جهت مورد ملامت دشمنانم قرار گرفته‌ام. <sup>۱۰</sup> هنگامی که با روزه و اشک در حضور تو خود را فروتن می‌سازم، آنها مرا سرزنش می‌کنند. <sup>۱۱</sup> وقتی برای توبه و ندامت پلاس در بر می‌کنم، آنها مسخره‌ام می‌کنند. <sup>۱۲</sup> مردم کوچه و بازار پشت سرم حرف می‌زنند و میگساران برای من سرود می‌خوانند. <sup>۱۳</sup> اما من، ای خداوند، نزد تو دعا می‌کنم. ای خدا، تو در وقت مناسب به من جواب ده، بسبب رحمت عظیمت دعای مرا مستجاب فرما و مطابق وعده خود مرا نجات ده. <sup>۱۴</sup> مرا از میان سیل و طوفان برهان تا غرق نشوم. مرا از دست دشمنانم نجات ده. <sup>۱۵</sup> مگذار سیلاب مرا بپوشاند و در اعماق آبها غرق شوم.

<sup>۱۶</sup> ای خداوند، رحمت عظیم است، پس دعای مرا مستجاب فرما. با محبت بیکران خود به من توجه نما. <sup>۱۷</sup> روی خود را از من برمگردان، زیرا در سختی و زحمت هستم. دعای مرا زود جواب ده. <sup>۱۸</sup> نزد من بیا و بهای آزادم را بپرداز و مرا از دست دشمن رها کن.

بارهای ما می‌شود و خدایی که نجات ماست. <sup>۲۰</sup> او نجات دهنده ماست و ما را از مرگ می‌رهاند.

<sup>۲۱</sup> خدا سر دشمنانم را که در گناه زندگی می‌کنند، خرد خواهد کرد. <sup>۲۲</sup> و <sup>۲۳</sup> خداوند می‌فرماید: «دشمنان شما را از باشان و از اعماق دریا باز خواهم آورد تا در میان خون ریخته شده آنان راه بروید و سگها خون ایشان را بخورند.»

<sup>۲۴</sup> ای خدایی که پادشاه و خداوند من هستی، همه قومها حرکت پیروزمندانه تو را بسوی خانه مقدست دیده‌اند. <sup>۲۵</sup> سراینندگان در پیش و نوازندگان در عقب و دوشیزگان در وسط آنان دف‌زنان حرکت می‌کنند. <sup>۲۶</sup> همه مردم اسرائیل خدا را حمد گویند. ای فرزندان یعقوب، خداوند را ستایش کنید. <sup>۲۷</sup> قبیله کوچک «بنیامین» پیشاپیش ستایش‌کنندگان خدا در حرکت است؛ بعد از او رهبران قبیله «یهودا» با دسته‌های خود، سپس بزرگان قبیله «زیبولون» و «نفتالی» حرکت می‌کنند.

<sup>۲۸</sup> ای خدا، نیروی خود را برای ما بکار ببر، همانگونه که در گذشته این کار را کردی. <sup>۲۹</sup> به احترام خانه تو در اورشلیم، پادشاهان هدایا نزد تو خواهند آورد. <sup>۳۰</sup> مصر، آن حیوان وحشی را که در میان نیزارها ساکن است، تویخ نما. قومهای جهان را که همچون رمه‌های گاو و گوساله هستند، سرزنش کن تا به فرمان تو گردن نهند و نقره‌های خود را به تو تقدیم کنند. اقوامی را که جنگ را دوست می‌دارند، پراکنده ساز. <sup>۳۱</sup> مصر هدایا بدست سفیران خود خواهد فرستاد و حبشه دست دعا بسوی خداوند دراز خواهد کرد.

<sup>۳۲</sup> و <sup>۳۳</sup> ای سرزمینهای جهان، برای خدای ازلی و ابدی که در آسمانها نشسته است، سرود بخوانید؛ <sup>۳۴</sup> خداوند را که با صدای بلند و نیرومند سخن می‌گوید، ستایش کنید. <sup>۳۵</sup> قدرت خدا را توصیف نمایید خدایی که شکوه و جلالش بر اسرائیل است و قوتش در آسمانها پا برجاست. <sup>۳۶</sup> چه سهمناک است خداوند در مکان مقدس خویش! خدای اسرائیل به قوم برگزیده خود قوت و عظمت می‌بخشد. او را شکر و سپاس باد!

## دعای کمک

۷۰ خدایا، به یاری من بشتاب و مرا نجات ده!  
 ۲ بگذار آنانی که قصد جانم را دارند خجل  
 و سرافکنده شوند و بدخواهان من پریشان گردند؛  
 ۳ بگذار کسانی که مرا مسخره می‌کنند رسوا و ناکام  
 شوند.

۴ همه کسانی که تو را طلب می‌کنند در تو شاد و  
 خرسند باشند و آنانی که نجات تو را دوست دارند  
 پیوسته بگویند: «خداوند بزرگ است!»  
 ۵ من فقیر و نیازمند هستم. خدایا، به یاری من  
 بشتاب! ای خداوند، تو مددکار و نجات دهنده من  
 هستی، پس تأخیر مکن!

## دعای مرد پیر

۷۱ ای خداوند، به تو پناه آورده‌ام، نومیدم  
 مکن. ۲ تو عادل، پس مرا از دست  
 دشمنانم نجات ده. ۳ برای من پناهگاهی مطمئن باش  
 تا همه وقت به تو پناه آورم. ای صخره و قلعه من،  
 فرمان نجات مرا صادر کن!

۴ خدایا، مرا از دست اشخاص شرور و بدکار و  
 ظالم برهان! ۵ ای خداوند، تنها امید من تو هستی و از  
 زمان کودکی اعتماد من تو بوده‌ای! ۶ زمانی که در  
 شکم مادرم بودم، تو از من نگهداری می‌کردی و پیش  
 از آنکه متولد شوم، تو خدای من بوده‌ای؛ پس تو را  
 پیوسته ستایش خواهم کرد.

۷ زندگی من برای بسیاری سرمشق شده است، زیرا  
 تو پشت و پناه من بوده‌ای! ۸ خدایا، تمام روز تو را  
 شکر می‌گویم و بزرگیت را می‌ستایم. ۹ اکنون که پیر و  
 ناتوان شده‌ام مرا دور مینداز و ترک مکن.

۱۰ دشمنانم برضد من سخن می‌گویند و قصد جانم  
 را دارند. ۱۱ می‌گویند: «خدا او را ترک گفته است.  
 پس برویم و او را گرفتار سازیم، چون کسی نیست که  
 او را نجات دهد!»

۱۲ ای خدا، از من دور مشو! خدایا، به یاری من  
 بشتاب! ۱۳ دشمنان جانم رسوا و نابود شوند. آنانی که  
 می‌کوشند به من آسیب برسانند سرافکنده و بی‌آبرو  
 شوند!

۱۹ می‌دانی چگونه مورد سرزنش و اهانت قرار گرفته  
 و رسوا شده‌ام؟ تو همه دشمنانم را می‌بینی. ۲۰ طعنه و  
 سرزنش مردم دل مرا شکسته است و سخت بیمار  
 شده‌ام. منتظر بودم کسی با من همدردی کند، ولی  
 شخص دلسوزی یافت نشد. به جستجوی افرادی  
 پرداختم که مرا دلداری دهند، اما کسی را نیافتم.  
 ۲۱ بجای خوراکی، بمن زهر دادند و بجای آب، سرکه  
 نوشاندند.

۲۲ بگذار جشن آنها به عزا تبدیل شود و  
 آرامشان محو گردد. ۲۳ چشمانشان را کور کن و  
 کمرباشان را بلرزان! ۲۴ خشم خود را بر سرشان بریز  
 و با آتش غضبت آنها را بسوزان! ۲۵ ای کاش  
 خانه‌هایشان خراب گردد و هیچکس در آنها سکونت  
 نکند. ۲۶ به کسی که تو تنبیه کرده‌ای آزار می‌رساند و  
 از رنجهای آنانی که تو مجروحشان ساخته‌ای سخن  
 می‌گویند. ۲۷ گناهانشان را یک به یک در نظر بگیر و  
 مگذار نجات تو شامل حالشان شود. ۲۸ نام آنها را از  
 دفتر حیات خود پاک کن و مگذار جزو قوم تو  
 محسوب شوند.

۲۹ اما من مصیبت‌زده و دردمند هستم. ای خدا،  
 مرا نجات ده و سرافراز فرما.

۳۰ با سرود نام خدا را ستایش خواهم نمود و با  
 دعای شکرگزاری عظمت او را خواهم ستود.  
 ۳۱ خداوند چنین پرستشی را بیش از قربانی حیوانات  
 می‌پسندد. ۳۲ اشخاص فروتن که طالب خدا هستند  
 وقتی ببینند او به فکر ایشان است شاد و امیدوار  
 خواهند شد. ۳۳ خداوند دعای نیازمندان را مستجاب  
 می‌نماید و عزیزان خود را در زندان و اسارت  
 فراموش نمی‌کند.

۳۴ ای آسمان و زمین، خدا را ستایش کنید! ای  
 آرها و ای موجودات دریایی، خدا را بستاید! ۳۵ خدا  
 اورشلیم را نجات خواهد داد و شهرهای یهودا را  
 دوباره بنا خواهد نمود تا قوم برگزیده‌اش در سرزمین  
 موعود سکونت نمایند و آن را تمام به تصرف خود  
 درآورند. ۳۶ فرزندان بندگان و وارث سرزمین موعود  
 خواهند شد و آنانی که خدا را دوست می‌دارند، در  
 آن زندگی خواهند کرد.



باقی باشند، تو را پیوسته با ترس و احترام ستایش کنند.

۶ سلطنت پادشاه ما\* همچون بارانی که بر گیاهان می‌بارد و مانند بارشهایی که زمین را سیراب می‌کند، پر برکت خواهد بود. ۷ در زمان حکومت او، مردم خداشناس کامیاب خواهند شد و تا وقتی که ماه باقی باشد، صلح و سلامتی برقرار خواهد بود. ۸ دامنه قلمرو او از دریا تا به دریا و از رود فرات تا دورترین نقطه جهان خواهد بود. ۹ صحرانشینان در حضورش تعظیم خواهند کرد و دشمنانش بخاک پایش خواهند افتاد. ۱۰ پادشاهان جزایر مدیترانه و سرزمین ترشیش و نیز اهالی شبا و سبا برایش هدایا خواهند آورد. ۱۱ همه پادشاهان، او را تعظیم خواهند کرد و تمام قومها خدمتگزار او خواهند بود. ۱۲ وقتی شخص فقیر و درمانده از او کمک بخواهد، او را خواهد رها کرد. ۱۳ بر افراد ضعیف و نیازمند رحم خواهد کرد و ایشان را نجات خواهد داد. ۱۴ آنها را از ظلم و ستم خواهد رها کند، زیرا جان آنها برای او با ارزش است.

۱۵ باشد که پادشاه پایدار بماند و مردم طلای شبا به او هدیه دهند. قوم او پیوسته برایش دعا کنند و او را متبارک خوانند. ۱۶ سرزمین او پر از غله شود و کوهستانها مانند کوه‌های لبنان حاصلخیز گردد. شهرها همچون مزرعه‌های پر علف، سرشار از جمعیت شود. ۱۷ نام پادشاه هرگز فراموش نشود و تا خورشید باقی است آوازه او پایدار بماند.

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

۱۸ متبارک باد خداوند، خدای اسرائیل! تنها او قادر است کارهای بزرگ و شگفت‌انگیز انجام دهد. ۱۹ شکر و سپاس بر نام مجید او باد تا ابدالابد! تمام دنیا از شکوه و جلال او پر شود. آمین! آمین!  
۲۰ (پایان زبور داود، پسر یسی).

\* پیشگویی درباره مسیح و سلطنت اوست.

۱۴ من پیوسته به تو امیدوارم و بیش از پیش تو را ستایش خواهم کرد. ۱۵ از عدالت تو سخن خواهم گفت و هر روز برای مردم تعریف خواهم کرد که تو بارها مرا نجات داده‌ای! ۱۶ ای خداوند با نیروی تو خواهم رفت و به همه اعلان خواهم کرد که تنها تو عادل هستی.

۱۷ خدایا، از زمان کودکی معلم من تو بوده‌ای و من همیشه درباره کارهای شگفت‌انگیز تو با دیگران سخن گفته‌ام. ۱۸ پس اکنون که پیر و سفید مو شده‌ام مرا ترک مکن. کمک کن تا بتوانم به نسل‌های آینده از قدرت و معجزات تو خبر دهم.

۱۹ ای خدا، عدالت تو تا به آسمانها می‌رسد. تو کارهای بزرگ انجام داده‌ای. خدایا کسی مانند تو نیست. ۲۰ ای که سختیها و زحمات بسیار به من نشان دادی، می‌دانم که به من نیروی تازه خواهی بخشید و مرا از این وضع فلاکت بار بیرون خواهی آورد. ۲۱ مرا بیش از پیش سرافراز خواهی نمود و بار دیگر مرا دلداری خواهی داد.

۲۲ ای خدای من، با نغمه بربط صداقت تو را خواهم ستود! ای خدای مقدس اسرائیل، با صدای عود برای تو سرود خواهم خواند. ۲۳ با تمام وجود برای تو سرود خواهم خواند و از شادی فریاد بر خواهم آورد، زیرا تو مرا نجات داده‌ای. ۲۴ تمام روز از عدالت تو سخن خواهم گفت، زیرا کسانی که در پی آزار من بودند، رسوا و سرافکنده شدند.

## دعا برای پادشاه

۷۲ ای خدا، از عدالت و انصاف خود به پادشاه و خاندان او عنایت کن تا او بر قوم تو عادلانه حکومت و داوری کند و مظلومان را منصفانه دادرسی نماید. ۳ آنگاه در سراسر سرزمین ما سلامتی و عدالت برقرار خواهد شد. ۴ باشد که پادشاه به داد مظلومان برسد و از فرزندان فقیران حمایت کند و ظالمان را سرکوب نماید. ۵ باشد که قوم تو ای خداوند، تا زمانی که ماه و خورشید در آسمان

## کتاب سوم (مزامیر ۷۳-۸۹)

### عدل و انصاف خدا

**۷۳** براستی، خدا برای اسرائیل نیکوست یعنی برای آنانی که پاکدل هستند. <sup>۲</sup> اما من نزدیک بود ایمانم را از دست بدهم و از راه راست گمراه شوم. <sup>۳</sup> زیرا بر کامیابی بدکاران و شروران حسد بردم. <sup>۴</sup> دیدم که در زندگی آنها درد و رنجی وجود ندارد، بدنی قوی و سالم دارند، <sup>۵</sup> مانند سایرین در زحمت نمی‌افتند و هیچ گرفتاری ندارند؛ <sup>۶</sup> در نتیجه با تکبر راه می‌روند و به مردم ظلم می‌کنند. <sup>۷</sup> قلبشان مملو از خباثت است و از فکرشان شرارت تراوش می‌کند. <sup>۸</sup> مردم را مسخره می‌کنند و حرفهای کثیف بر زبان می‌رانند. با غرور سخن می‌گویند و نقشه‌های شوم می‌کشند. <sup>۹</sup> به خدایی که در آسمان است کفر می‌گویند و به انسانی که بر زمین است فحاشی می‌کنند.

<sup>۱۰</sup> و <sup>۱۱</sup> و <sup>۱۲</sup> خداشناسان گول زندگی پرناز و نعمت آنها را می‌خورند و می‌گویند: «خدا نمی‌داند بر این زمین چه می‌گذرد. به این مردم شرور نگاه کنید! ببینید چه زندگی راحتی دارند و چگونه به ثروت خود می‌افزایند.»

<sup>۱۳</sup> پس آیا من بی‌جهت خود را پاک نگه داشته‌ام و نگذاشته‌ام دستهایم به گناه آلوده شوند؟ <sup>۱۴</sup> نتیجه‌ای که هر روز از این کار عاید می‌شود رنج و زحمت است.

<sup>۱۵</sup> ولی اگر این فکرها را بر زبان می‌آوردم، جزو مردم خداشناس محسوب نمی‌شدم. <sup>۱۶</sup> هرچه فکر کردم نتوانستم بفهمم که چرا بدکاران در زندگی کامیاب هستند؛ <sup>۱۷</sup> تا اینکه به خانه خدا رفتم و در آنجا به عاقبت کار آنها پی‌بردم. <sup>۱۸</sup> ای خدا، تو بدکاران را بر پرتگاه‌های لغزنده گذاشته‌ای تا بیافتند و نابود شوند. <sup>۱۹</sup> آری، آنها ناگهان غافلگیر شده، از ترس قالب تهی خواهند کرد. <sup>۲۰</sup> آنها مانند خوابی هستند که وقتی انسان بیدار می‌شود از ذهنش محو شده است؛ همچنین وقتی تو ای خداوند، برخیزی

آنها محو و نابود خواهند شد!  
<sup>۲۱</sup> وقتی من به این حقیقت پی‌بردم، از خود شرمنده شدم! <sup>۲۲</sup> من احمق و نادان بودم و نزد تو ای خدا، مانند حیوان بی‌شعور رفتار کردم! <sup>۲۳</sup> اما تو هنوز هم مرا دوست داری و دست مرا در دست خود گرفته‌ای! <sup>۲۴</sup> به صلاح‌دید خود مرا در زندگی هدایت خواهی کرد و در آخر مرا به حضور پرجلالت خواهی پذیرفت. <sup>۲۵</sup> ای خدا، من تو را در آسمان دارم؛ این برای من کافی است و هیچ چیز دیگر بر زمین نمی‌خواهم. <sup>۲۶</sup> اگر چه فکر و بدنم ناتوان شوند، اما تو ای خدا، قوت و تکیه‌گاه همیشگی من هستی! <sup>۲۷</sup> خداکسانی را که از او دور شوند و به او خیانت کنند، نابود خواهد کرد. <sup>۲۸</sup> اما من از اینکه نزدیک تو هستم لذت می‌برم! ای خداوند، من به تو توکل نموده‌ام و تمام کارهایم را می‌ستایم!

### دعا برای قوم خدا

**۷۴** ای خدا، چرا برای همیشه ما را ترک کرده‌ای؟ چرا بر ما که گوسفندان مرتع تو هستیم خشمگین شده‌ای؟ <sup>۲</sup> قوم خود را که در زمان قدیم از اسارت باز خریدی، به یاد آور. تو ما را نجات دادی تا قوم خاص تو باشیم. شهر اورشلیم را که در آن ساکن بودی، به یاد آور. <sup>۳</sup> بر خرابه‌های شهر ما عبور کن و بین دشمن چه بر سر خانه تو آورده است! <sup>۴</sup> آنها در خانه تو فریاد پیروزی سر دادند و پرچمشان را به اهتزاز در آوردند. <sup>۵</sup> و <sup>۶</sup> و <sup>۷</sup> مانند هیزم‌شکنانی که با تبرهای خود درختان جنگل را قطع می‌کنند، تمام نقشهای تراشیده را با گرز و تبر خرد کردند و خانه مقدس تو را به آتش کشیده با خاک یکسان نمودند. <sup>۸</sup> عبادتگاه‌های تو را در سراسر خاک اسرائیل سوزانیدند تا هیچ اثری از خداپرستی برجای نماند. <sup>۹</sup> هیچ نبی در میان ما نیست که بداند این وضع تا به کی ادامه می‌یابد تا ما را از آن خبر دهد. <sup>۱۰</sup> ای خدا، تا به کی اجازه می‌دهی دشمن نام تو را اهانت کند؟ <sup>۱۱</sup> چرا دست خود را عقب کشیده‌ای و به داد ما نمی‌رسی؟ دست راست خود را از گریبان خود بیرون آور و دشمنانمان را نابود کن.

که از شراب تند و قوی غضب او پر است. او آن را به تمام بدکاران خواهد نوشانید و آنها آن را تا جرعه آخر سر خواهند کشید.

۹ اما من از تعریف و تمجید خدای یعقوب باز نخواهم ایستاد، بلکه پیوسته در وصف او سرود خواهم خواند! ۱۰ او قدرت بدکاران را درهم خواهد شکست و نیکان را تقویت خواهد نمود.

### پیروزی خداوند

**۷۶** خدا در سرزمین یهودا معروف است! نام او در اسرائیل مشهور است! ۲ خانه خدا در اورشلیم است. او در کوه صهیون مسکن دارد. ۳ در آنجا او تیر و کمان دشمن را شکست و شمشیر و سپر جنگی او را خرد کرد. ۴ خداوند، تو عظیمتر و پرشکوهتر از تمام کوه‌های بلند هستی! ۵ دشمنان نیرومند ما غارت شده، به خواب مرگ فرو رفتند. دیگر هیچکس نمی‌تواند دست خود را بر ضد ما بلند کند. ۶ ای خدای یعقوب، وقتی تو آنها را نهیب زدی، عرابه‌ها و اسبهایشان سر جای خود خشک شدند. ۷ خداوند، تو بسیار مهیب هستی! وقتی غضبناک می‌شوی، کیست که تواند در حضورت بایستد؟ ۸ وقتی تو از آسمان داوری خود را اعلام نمودی و برای رهایی مظلومان اقدام کردی، جهان ترسید و سکوت نمود.

۱۰ خشم انسان جز اینکه منجر به ستایش تو شود، نتیجه دیگری ندارد؛ تو خشم او را مهار می‌کنی و از آن برای نمایاندن قدرت خود استفاده می‌نمایی. ۱۱ آنچه را برای خدا نذر کرده‌اید بجا آورید. ای همسایگان اسرائیل، برای خداوندی که عظیم و مهیب است، هدایا بیاورید. ۱۲ او حاکمان مغرور را نابود می‌کند و در دل پادشاهان جهان وحشت ایجاد می‌نماید.

### تسلی به هنگام گرفتاری

**۷۷** با صدایی بلند بسوی خدا فریاد برمی‌آورم! بسوی خدا فریاد برمی‌آورم تا صدای مرا بشنود. ۲ به هنگام زحمت از خدا کمک می‌طلبم. تمام

۱۲ ای خدا، تو از قدیم پادشاه ما بوده‌ای و بارها ما را نجات داده‌ای. ۱۳ با قدرت خود دریای سرخ را شکافتی و سر نهنگان غول‌پیکر را شکستی و گوشت آنها را خوراک صحرانشینان کردی. ۱۵ چشمه‌ها جاری ساختی تا قوم تو آب بنوشند و رود همیشه پر آب را خشک کردی تا از آن عبور کنند. ۱۶ شب و روز را تو بوجود آورده‌ای؛ خورشید و ماه را تو در آسمان گذاشته‌ای. ۱۷ تمام نظم جهان از توست. تابستان و زمستان را تو ایجاد کرده‌ای.

۱۸ ای خداوند، بین چگونه دشمن نام تو را اهانت می‌کند. ۱۹ قوم ستمدیده خود را برای همیشه ترک مکن؛ کبوتر ضعیف خود را به چنگ پرنده شکاری مسپار! ۲۰ گوشه‌های تاریک سرزمین ما از ظلم پر شده است، عهدی را که با ما بسته‌ای به یاد آر. ۲۱ نگذار قوم مظلوم تو بیش از این رسوا شوند. ایشان را نجات ده تا تو را ستایش کنند.

۲۲ ای خدا، برخیز و حق خود را از دشمن بگیر، زیرا این مردم نادان تمام روز به تو توهین می‌کنند. ۲۳ فریاد اهانت آمیز آنها را که پیوسته بلند است، نشنیده بگیر.

### خدا داور همه است

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

۲ خداوند می‌فرماید: «وقتی زمان معین برسد، مردم را از روی عدل و انصاف داوری خواهم کرد. ۳ اگرچه زمین چنان بلرزد که ساکنانش هراسان شوند، ولی همچنان محکم و پایرجا خواهد ماند، زیرا من ارکان آن را برقرار نمودم. ۴ به متکبران و شروران می‌گویم که مغرور نباشند و از بلندپروازی و لاف زدن دست بردارند.»

۶ سرافرازی انسان نه از غرب می‌آید نه از شرق و نه از هیچ جای دیگر، زیرا هیچکس نمی‌تواند مایه سرافرازی کسی شود جز خدا. اوست که انسانها را داوری می‌کند و یکی را سرافراز و دیگری را سرافکنده می‌نماید. ۸ خداوند کاسه‌ای در دست دارد

همچنان پوشیده مانده است.<sup>۳</sup> می‌خواهم آنچه را از نیاکان خود شنیده‌ام تعریف کنم.<sup>۴</sup> اینها را باید تعریف کنیم و مخفی نسازیم تا فرزندان ما نیز بدانند که خداوند با قدرت خود چه کارهای شگفت‌انگیز و تحسین برانگیز انجام داده است.<sup>۵</sup> خدا احکام و دستورات خود را به قوم اسرائیل داد و به ایشان امر فرمود که آنها را به فرزندانشان بیاموزند<sup>۶</sup> و فرزندان ایشان نیز به نوبه خود آن احکام را به فرزندان خود تعلیم دهند و به این ترتیب هر نسلی با احکام و دستورات خدا آشنا گردند.<sup>۷</sup> بنابراین آنها یاد می‌گیرند که بر خدا توکل نمایند و کارهایی را که او برای نیاکانشان انجام داده است، فراموش نکنند و پیوسته مطیع دستوراتش باشند.<sup>۸</sup> در نتیجه آنها مانند نیاکان خود مردمی سرکش و یاغی نخواهند شد که ایمانی سست و ناپایدار داشتند و نسبت به خدا وفادار نبودند.

<sup>۹</sup> افراد قبیلهٔ افرایم که به تیر و کمان مجهز بودند و در تیراندازی مهارت خاص داشتند، هنگام جنگ پا به فرار نهادند.<sup>۱۰</sup> آنان پیمان خود را که با خدا بسته بودند، شکستند و نخواستند مطابق دستورات او زندگی کنند.<sup>۱۱</sup> کارها و معجزات او را که برای ایشان و نیاکانشان در مصر انجام داده بود، فراموش کردند.<sup>۱۳</sup> خدا دریای سرخ را شکافت و آنها را مانند دیوار برپا نگه داشت تا ایشان از آن عبور کنند.<sup>۱۴</sup> بنی اسرائیل را در روز بوسیلهٔ ستون ابر راهنمایی می‌کرد و در شب توسط روشنایی آتش!<sup>۱۵</sup> در بیابان صخره‌ها را شکافت و برای آنها آب فراهم آورد.<sup>۱۶</sup> بلی، از صخره چشمه‌های آب جاری ساخت!

<sup>۱۷</sup> ولی با وجود این، ایشان بار دیگر نسبت به خدای متعال گناه ورزیدند و در صحرا از فرمان او سر پیچیدند.<sup>۱۸</sup> آنها خدا را امتحان کردند و از او خوراک خواستند.<sup>۱۹</sup> حتی بر ضد خدا حرف زدند و گفتند: «آیا خدا می‌تواند در این بیابان برای ما خوراک تهیه کند؟<sup>۲۰</sup> درست است که او از صخره آب بیرون آورد و بر زمین جاری ساخت، ولی آیا می‌تواند نان و گوشت را نیز برای قوم خود فراهم کند؟»<sup>۲۱</sup> خداوند چون این را شنید غضبناک شد و آتش خشم او علیه

شب بسوی او دست نیاز دراز می‌کنم. تا دعایم را مستجاب نکند آرام نخواهم گرفت.<sup>۳</sup> خدا را به یاد می‌آورم و از حسرت می‌نالم. بفکر فرو می‌روم و پریشان می‌شوم.<sup>۴</sup> او نمی‌گذارد خواب بچشمانم بیاید. از شدت ناراحتی نمی‌توانم حرف بزنم.

<sup>۵</sup> به روزهای گذشته فکر می‌کنم، به سالهایی که پشت سر نهاده‌ام می‌اندیشم.<sup>۶</sup> تمام شب را در تفکر می‌گذرانم و از خود می‌پرسم: «مگر خدا مرا برای همیشه ترک کرده است؟ آیا او دیگر هرگز از من راضی نخواهد شد؟<sup>۸</sup> آیا دیگر هرگز بمن رحم نخواهد کرد؟ آیا خدا مهربانی و دلسوزی را فراموش کرده است؟ آیا غضب او باعث شده در رحمت او بسته شود؟»<sup>۱۰</sup> سپس بخود می‌گویم: «این از ضعف من است که چنین فکر می‌کنم. پس سالهایی را که دست خداوند قادر متعال در کار بوده است به یاد خواهم آورد.»<sup>۱۱</sup> بلی، معجزات و کارهای بزرگی را که خداوند انجام داده است به یاد خواهم آورد<sup>۱۲</sup> و در کارهای شگفت‌انگیز او تفکر خواهم کرد.

<sup>۱۳</sup> ای خدا، تمام راه‌های تو پاک و بی‌عیب است! خدایی به بزرگی و عظمت تو وجود ندارد.<sup>۱۴</sup> تو آن خدایی هستی که معجزه می‌کنی و قدرت خود را بر قومها نمایان می‌سازی.<sup>۱۵</sup> با دست توانای خود بنی اسرائیل را رهانیدی.<sup>۱۶</sup> آنها وقتی تو را دیدند به عقب رفتند و اعماق دریا بلرزه در آمد.<sup>۱۷</sup> از ابرها باران بارید. در آسمان رعد و برق پدید آمد و تیرهای آتشین به هر سو جهید.<sup>۱۸</sup> در میان گردباد صدای رعد شنیده شد و برقه‌های آسمان دنیا را روشن کرد. زمین تکان خورد و لرزید.<sup>۱۹</sup> از میان دریا جایی که هرگز بفکر کسی نمی‌رسید راهی پدید آوردی و مانند یک شبان، بنی اسرائیل را به رهبری موسی و هارون از آن عبور دادی.

## خداوند و قوم او

۷۸ ای قوم من، به تعالیم من گوش دهید و به آنچه می‌گویم توجه نمایید.<sup>۲</sup> می‌خواهم با آوردن مثل به شرح مطالبی بپردازم که از قدیم

اسرائیل شعله‌ور گردد. ۲۲ آنها ایمان نداشتند که خدا قادر است احتیاج آنها را برآورد. ۲۳ با وجود این، خدا درهای آسمان را گشود ۲۴ و نان آسمانی را برای ایشان بارانید تا بخورند و سیر شوند. ۲۵ بلی، آنها خوراک فرشتگان را خوردند و تا آنجا که می‌توانستند بخورند خدا به ایشان عطا فرمود. ۲۶ سپس با قدرت الهی خود، بادهای شرقی و جنوبی را فرستاد ۲۷ تا پرندگان بی‌شماری همچون شنهای ساحل دریا برای قوم او بیاورند. ۲۸ پرندگان در اردوی اسرائیل، اطراف خیمه‌ها فرود آمدند. ۲۹ پس خوردند و سیر شدند؛ آنچه را که خواستند خدا به ایشان داد. ۳۰ و ۳۱ اما هنوز غذا در دهانشان بود که غضب خدا بر ایشان افروخته شد و شجاعان و جوانان اسرائیل را کشت، زیرا از حرص خود دست نکشیدند.

۳۲ با وجود این همه معجزات، بنی‌اسرائیل باز نسبت به خدا گناه کردند و به کارهای شگفت‌انگیز او ایمان نیاوردند. ۳۳ بنابراین خدا نیز کاری کرد که آنها روزهایشان را در بیابان تلف کنند و عمرشان را با ترس و لرز بگذرانند. ۳۴ هنگامی که خدا عده‌ای از آنان را کشت بقیه توبه کرده، بسوی او بازگشت نمودند ۳۵ و بیاد آوردند که خدای متعال پناهگاه و پشتیبان ایشان است. ۳۶ اما توبه آنها از صمیم قلب نبود؛ آنها به خدا دروغ گفتند. ۳۷ دل بنی‌اسرائیل از خدا دور بود و آنها نسبت به عهد او وفادار نماندند.

۳۸ اما خدا باز بر آنها ترحم فرموده، گناه ایشان را بخشید و آنها را از بین نبرد. بارها غضب خود را از بنی‌اسرائیل برگردانید، ۳۹ زیرا می‌دانست که ایشان بشر فانی هستند و عمرشان دمی بیش نیست.

۴۰ بنی‌اسرائیل در بیابان چندین مرتبه سر از فرمان خداوند پیچیدند و او را رنجاندند. ۴۱ بارها خدای مقدس اسرائیل را امتحان کردند و به او بی‌حرمتی نمودند. ۴۲ قدرت عظیم او را فراموش کردند و روزی را که او ایشان را از دست دشمن رهاییه بود بیاد نیاوردند. ۴۳ بلاهایی را که او در منطقه صوعن بر مصریها نازل کرده بود، فراموش کردند. ۴۴ در آن زمان خدا آبهای مصر را به خون تبدیل نمود تا مصریها نتوانند از آن بنوشند. ۴۵ انواع پشه‌ها را به میان

مصریها فرستاد تا آنها را بگزیند. خانه‌های آنها را پر از قورباغه کرد. ۴۶ محصولات و مزارع ایشان را بوسیله کرم و ملخ از بین برد. ۴۷ تا کستانها و درختان انجیرشان را با تگرگهای درشت خراب کرد. ۴۸ رمله‌ها و گله‌هایشان را با رعد و برق و تگرگ تلف کرد. ۴۹ او آتش خشم خود را همچون اجل معلق به جان ایشان فرستاد. ۵۰ او غضب خود را از ایشان باز نداشت بلکه بلایی فرستاد و جان آنها را گرفت. ۵۱ همه پسران نخست‌زاده مصری را کشت. ۵۲ آنگاه بنی‌اسرائیل را از مصر بیرون آورد و آنها را همچون گله گوسفند به بیابان هدایت کرد. ۵۳ ایشان را به راه‌های امن و بی‌خطر راهنمایی کرد تا نترسند؛ اما دشمنان آنها در دریای سرخ غرق شدند.

۵۴ سرانجام خدا اجداد ما را به این سرزمین مقدس آورد، یعنی همین کوهستانی که با دست توانای خود آن را تسخیر نمود. ۵۵ ساکنان این سرزمین را از برابر ایشان بیرون راند؛ سرزمین موعود را بین قبایل اسرائیل تقسیم نمود و به آنها اجازه داد که در خانه‌های آنجا سکونت گزینند.

۵۶ اما با این همه، خدای متعال را امتحان کردند و از فرمان او سرپیچیدند و دستوراتش را اجرا نکردند. ۵۷ مانند اجداد خود از خدا روی برتافتند و به او خیانت کردند و همچون کمانی کج غیر قابل اعتماد شدند. ۵۸ بتکده‌ها ساختند و به پرستش بتها پرداختند و به این وسیله خشم خداوند را برانگیختند. ۵۹ وقتی او چنین بی‌وفایی از اسرائیل دید، بسیار غضبناک گردید و آنها را بکلی طرد کرد. ۶۰ خیمه عبادت را که در شیلوه برپا ساخته بود ترک کرد ۶۱ و صندوق مقدس را که مظهر قدرت و حضورش در بین اسرائیل بود، بدست دشمن سپرد. ۶۲ بر قوم برگزیده خویش غضبناک گردید و آنها را به دم شمشیر دشمنان سپرد. ۶۳ جوانانشان در آتش جنگ سوختند و دخترانشان لباس عروسی بر تن نکردند. ۶۴ پیشوایان دینی آنها بدم شمشیر جان سپردند و اجل به زنهایشان مجال نداد تا برای آنها سوگواری کنند.

۶۵ سرانجام خداوند همچون کسی که از خواب بیدار شود، و مانند شخص نیرومندی که از باده

قومهای مجاور ما، بسبب بی حرمتی‌ای که نسبت به تو روا داشته‌اند، هفت برابر شدیدتر انتقام بگیر. <sup>۱۳</sup> آنگاه ما که قوم برگزیده و گوسفندان گله تو هستیم، تو را تا به ابد شکر خواهیم گفت و تمام نسلهای آینده ما تو را ستایش خواهند کرد.

### دعا برای احیای قوم

۸۰ ای شبان اسرائیل، به صدای ما گوش ده! ای که قبیله یوسف را مانند گله گوسفند رهبری می‌کنی، جلال و شکوه خود را بنمایان! ای خدایی که بر فراز فرشتگان جلوس فرموده‌ای، قدرت خود را بر قبایل افرایم، بنیامین و منسی آشکار ساز! بیا و ما را نجات ده!

<sup>۳</sup> ای خدا، ما را بسوی خود باز آور و به ما توجه فرما تا نجات یابیم. <sup>۴</sup> ای خداوند قادر متعال، تا به کی بر قوم خود خشمگین خواهی بود و دعا‌های آنها را اجابت نخواهی کرد؟ <sup>۵</sup> تو به ما غصه داده‌ای تا بجای نان بخوریم و کاسه‌ای پر از اشک تا بجای آب بنوشیم! <sup>۶</sup> سرزمین ما را به میدان جنگ قوما تبدیل کرده‌ای و ما را مورد تمسخر دشمنان ساخته‌ای.

<sup>۷</sup> ای خداوند قادر متعال، ما را بسوی خود باز آور! بر ما نظر لطف بیانداز تا نجات یابیم.

<sup>۸</sup> ما را همچون یک درخت مو از مصر بیرون آوردی و در سرزمین کنعان نشاندی و تمام قومهای بت پرست را از آنجا بیرون راندی. <sup>۹</sup> اطراف ما را از بیگانگان پاک کردی و ما ریشه دوانیده، سرزمین موعود را پر ساختیم. <sup>۱۰</sup> سایه ما تمام کوه‌ها را پوشاند و شاخه‌های ما درختان سرو را فرا گرفت. <sup>۱۱</sup> تمام سرزمین موعود را تا به دریای بزرگ و رود فرات در برگرفتیم. <sup>۱۲</sup> اما اکنون دیوارهای ما را فرو ریخته‌ای؛ هر رهگذری دستش را دراز می‌کند و خوشه‌ای می‌کند! چرا، ای خدا، چرا؟ <sup>۱۳</sup> گرازهای جنگل، ما را پایمال می‌کنند و حیوانات وحشی، ما را می‌خورند.

<sup>۱۴</sup> ای خدای قادر متعال، روی خود را بسوی ما بازگردان و از آسمان بر این درخت مو نظر کن و آن را نجات ده! <sup>۱۵</sup> از این نهالی که با دست خود آن را نشانده‌ای، و از فرزندی که بزرگش کرده‌ای، محافظت

سرخوش گردد، به یاری اسرائیل برخاست. <sup>۶۶</sup> دشمنان قوم خود را شکست داده، آنها را برای همیشه رسو ساخت. <sup>۶۷</sup> او فرزندان یوسف و قبیله افرایم را طرد نمود <sup>۶۸</sup> اما قبیله یهودا و کوه صهیون را که از قبل دوست داشت، برگزید. <sup>۶۹</sup> در آنجا خانه مقدس خود را مانند کوه‌های محکم و پایرجای دنیا، جاودانه برپا نمود. <sup>۷۰</sup> سپس خدمتگزار خود داود را که گوسفندان پدرش را می‌چرانید، برگزید. <sup>۷۱</sup> او را از چوپانی گرفت و به پادشاهی اسرائیل نصب نمود. <sup>۷۲</sup> داود با صمیم قلب از اسرائیل مراقبت نمود و با مهارت کامل ایشان را رهبری کرد.

### دعا برای آزادی قوم

۷۹ ای خدا، قومهای خدانشناس، سرزمین قوم برگزیده تو را تسخیر نمودند؛ خانه مقدس تو را بی حرمت کردند و شهر اورشلیم را خراب نمودند. <sup>۲</sup> جنازه‌های بندگان را خوراک پرندگان و جانوران ساختند. <sup>۳</sup> خون آنها را مانند آب در اطراف اورشلیم جاری کردند؛ کسی باقی نماند تا آنها را دفن کند. <sup>۴</sup> ای خدا، نزد قومهای اطراف رسوا و مایه ریشخند شده‌ایم.

<sup>۵</sup> خداوندا، تا به کی بر ما خشمگین خواهی بود؟ آیا آتش خشم تو تا به ابد بر سر ما زبانه خواهد کشید؟ <sup>۶</sup> خدایا، خشم خود را بر سرزمینها و قومهایی که تو را نمی‌شناسند و عبادت نمی‌کنند، بریز. <sup>۷</sup> همین قوما بودند که دست به کشتار قوم تو زدند و خانه‌هایشان را خراب نمودند.

<sup>۸</sup> ای خدا، ما را بسبب گناهایی که اجدادمان مرتکب شده‌اند مجازات نکن. بر ما رحم فرما، زیرا بسیار دردمندیم. <sup>۹</sup> ای خدایی که نجات دهنده ما هستی، بخاطر حرمت نام خودت ما را یاری فرما؛ ما را نجات ده و گناهان ما را بیامرز. <sup>۱۰</sup> چرا قومهای خدانشناس بگویند که خدای ایشان کجاست؟ ای خدا، بگذار با چشمان خود ببینیم که تو انتقام خون بندگان را از دشمنان می‌گیری.

<sup>۱۱</sup> خداوندا، ناله اسیران را بشنو و با دست توانای خود آنانی را که محکوم به مرگ هستند، برهان. <sup>۱۲</sup> از

## داور همه دنیا

**۸۲** خدا در دادگاه آسمانی ایستاده است تا قضات را به پای میز محاکمه بکشاند. <sup>۲</sup> او به قضات این جهان می‌گوید: «تا به کی با بی‌انصافی قضاوت خواهید کرد؟ تا به کی از مجرمین جانبداری خواهید نمود؟ <sup>۳</sup> از حقوق بیچارگان و یتیمان دفاع کنید؛ به داد مظلومان و فقیران برسید. <sup>۴</sup> ستمدیدگان و درماندگان را از چنگ ظالمان برهانید. <sup>۵</sup> اما شما به حماقت رفتار می‌نمایید و در جهل و تاریکی زندگی می‌کنید، به همین جهت اساس اجتماع متزلزل است. <sup>۶</sup> من شما را «خدایان» خواندم و لقب «فرزندان خدای متعال» را به شما دادم. <sup>۷</sup> اما شما مانند هر انسان دیگر خواهید مرد و همچون سایر رهبران خواهید افتاد.» <sup>۸</sup> ای خدا، برخیز و بر جهان داوری کن! زیرا تو همه قومها را به تصرف در خواهی آورد.

## دعا برای شکست دشمنان اسرائیل

**۸۳** ای خدا، ساکت منشین! هنگامی که دعا می‌کنیم، خموش و آرام باش! برخیز و ما را نجات ده! <sup>۲</sup> ببین چگونه دشمنانت شورش می‌کنند و آنانی که از تو نفرت دارند به مخالفت و دشمنی برخاسته‌اند. <sup>۳</sup> آنها بر ضد قوم خاص تو نقشه‌های پلید می‌کشند و برای کسانی که به تو پناه آورده‌اند، توطئه می‌چینند. <sup>۴</sup> می‌گویند: «بیاید قوم اسرائیل را نابود کنیم تا نامش برای همیشه محو شود.» <sup>۵</sup> همه دشمنان با نقشه نابودی ما موافقت نموده‌اند و بر ضد تو همدست شده‌اند: <sup>۶</sup> ادومیان، اسماعیلیان، موآبیان، هاجریان، <sup>۷</sup> مردمان سرزمینهای جبال، عمون، عمالیق، فلسطین و صور. <sup>۸</sup> آشور نیز با آنها متحد شده و از عمون و موآب که از نسل لوط هستند حمایت می‌کند. <sup>۹</sup> خداوندا، همان بلایی را که در دره قیشون بر سر مدیان و سیرا و یابین آوردی، بر سر این دشمنان نیز بیاور. <sup>۱۰</sup> همانگونه که مخالفان ما را در «عین دور» از بین بردی و جنازه‌هایشان در روی زمین ماند و کود زمین شد، این دشمنان متحد را نیز نابود کن. <sup>۱۱</sup> فرماندهان این دشمنان را به سرنوشت غراب و ذب

فرما، <sup>۱۶</sup> زیرا دشمنان آن را مانند هیزم می‌سوزانند. خدایا، بر دشمنان غضب فرما و آنها را نابود کن. <sup>۱۷</sup> از قومی که برای خود برگزیده و چنین قوی ساخته‌ای، حمایت کن! <sup>۱۸</sup> ما دیگر از تو روی گردان نخواهیم شد. ما را زنده نگاه‌دار تا نام تو را ستایش کنیم. <sup>۱۹</sup> ای خداوند قادر متعال، ما را بسوی خود باز آور و به ما توجه فرما تا نجات یابیم.

## سرود عید

**۸۱** خدای اسرائیل را که قوت ماست با سرودهای شاد ستایش کنید! <sup>۲</sup> با دف و بربط دلنواز و رباب سرود بخوانید. <sup>۳</sup> شیپورها را در روز عید به صدا درآورید در اول ماه و در ماه تمام. <sup>۴</sup> زیرا این در اسرائیل رسم است و حکمی است از جانب خدای یعقوب. <sup>۵</sup> خداوند این عید را به هنگام بیرون آمدن بنی اسرائیل از مصر، مملکتی که زبانش برای ما بیگانه بود، برای آنها تعیین کرد. خداوند می‌فرماید: <sup>۶</sup> «بار سنگین بردگی را از دوش تو برداشتم. دستهایت را از حمل سبدها رها ساختم. <sup>۷</sup> وقتی در زحمت بودی دعا کردی و من تو را رها کردم. از میان رعد و برق به تو پاسخ دادم و در کنار چشمه‌های «مریبه» ایمان تو را آزمایش کردم. <sup>۸</sup> ای قوم خاص من بشنو، به تو اخطار می‌کنم! ای اسرائیل، به من گوش ده! <sup>۹</sup> هرگز نباید خدای دیگری را پرستش نمایی. <sup>۱۰</sup> من که تو را از بردگی در مصر رهانیدم، خدای تو هستم. دهان خود را باز کن و من آن را از برکات خود پر خواهم ساخت. <sup>۱۱</sup> «اما بنی اسرائیل سخن مرا نشنیدند و مرا اطاعت نکردند. <sup>۱۲</sup> پس من هم ایشان را رها کردم تا به راه خود روند و مطابق میل خود زندگی کنند. <sup>۱۳</sup> اما ای کاش به من گوش می‌دادند و مطابق دستورات من زندگی می‌کردند. <sup>۱۴</sup> آنگاه بی‌درنگ دشمنانشان را شکست می‌دادم و همه مخالفانشان را مغلوب می‌ساختم؛ <sup>۱۵</sup> کسانی که از من نفرت داشتند در حضور من به خاک می‌افتادند و گرفتار عذاب جاودانی می‌شدند؛ <sup>۱۶</sup> و من اسرائیل را با بهترین گندم و عسل می‌پروراندم.»

شرووران. <sup>۱۱</sup> زیرا تو ای خداوند، نور ما هستی! تو حافظ و نگهدارنده ما هستی! تو به ما فیض و جلال خواهی داد و هیچ چیز نیکو را منع نخواهی کرد از آنانی که به راستی عمل می‌کنند. <sup>۱۲</sup> ای خداوند قادر متعال، خوشابه حال کسی که بر تو توکل دارد!

### دعا برای موفقیت بنی اسرائیل

**۸۵** ای خداوند، این سرزمین مورد لطف تو واقع شده است. تو بنی اسرائیل را از اسارت باز آورده‌ای. <sup>۲</sup> خطای امت خود را بخشیده‌ای؛ تمام گناهان ایشان را آمرزیده‌ای؛ <sup>۳</sup> خشم تو دیگر بر آنها فروخته نمی‌شود. <sup>۴</sup> اکنون ای خدای نجات‌دهنده، ما را بسوی خود بازگردان و دیگر بر ما خشم مگیر. <sup>۵</sup> آیا تا به ابد بر ما خشمگین خواهی بود؟ آیا نسل‌های آینده ما نیز مورد خشم تو قرار خواهند گرفت؟ <sup>۶</sup> آیا به ما حیاتی تازه عطا نخواهی فرمود تا از حضور تو شادی کنیم؟ <sup>۷</sup> خداوند، رحمت خود را بر ما ظاهر کن و ما را نجات ده!

<sup>۸</sup> هر آنچه که خداوند بفرماید من با جان و دل اطاعت خواهم کرد، زیرا او به ما که قوم خاص او هستیم، صلح و سلامتی خواهد بخشید، چنانچه به راه احمقانه و گناه‌آلود خود باز نگردیم. <sup>۹</sup> به یقین، خداوند کسانی را که او را احترام می‌کنند می‌رهاند؛ او شکوه و عظمت از دست رفته سرزمین ما را به ما باز خواهد گرداند.

<sup>۱۰</sup> رحمت و راستی با هم ملاقات کرده‌اند؛ عدالت و صلح یکدیگر را بوسیده‌اند! <sup>۱۱</sup> راستی از زمین می‌روید و عدالت از آسمان به زمین نگاه می‌کند. <sup>۱۲</sup> خداوند به ما چیزهای نیکو خواهد بخشید و سرزمین ما، محصول فراوان خواهد داد. <sup>۱۳</sup> عدالت پیشاپیش او حرکت خواهد کرد و راه را برای او آماده خواهد ساخت.

### دعا برای کمک

**۸۶** ای خداوند، دعای مرا بشنو و آن را اجابت فرما، زیرا ضعیف و درمانده‌ام. <sup>۲</sup> جان مرا حفظ کن و مرا نجات ده زیرا من بنده وفادار تو هستم

دچار ساز. همه بزرگان آنان را مانند ذبح و صلومنع هلاک ساز <sup>۱۲</sup> همان کسانی که قصد داشتند ملک خدا را تصاحب کنند.

<sup>۱۳</sup> ای خدا، دشمنان ما را همچون کاه و غبار در برابر باد، پراکنده ساز. <sup>۱۴</sup> چنانکه آتش در جنگل و در کوهستان افروخته می‌شود و همه چیز را می‌سوزاند، <sup>۱۵</sup> همچنان، ای خدا، آنها را با تندباد غضب خود بران و با طوفان خشم خویش آنها را آشفته و پریشان کن. <sup>۱۶</sup> آنها را چنان مغبون کن که به تو التماس کنند. <sup>۱۷</sup> آنها را در انجام نقشه‌هایشان با شکست مواجه ساز. بگذار در ننگ و رسوایی جان بسپارند <sup>۱۸</sup> و بدانند که تنها تو خدای متعال هستی و در سراسر جهان حکومت می‌کنی.

### اشتیاق برای خانه خدا

**۸۴** ای خداوند قادر متعال، چه دلپذیر است خانه تو! <sup>۲</sup> دلم هوای صحنهای تو را کرده است! تمام وجودم مشتاق ملاقات توست، ای خدای زنده! <sup>۳</sup> ای خداوند قادر متعال که پادشاه من هستی! در کنار قربانگاههای خانه تو، حتی گنجشگها نیز برای خود خانه یافته‌اند و پرستوها آشیانه ساخته‌اند تا بچه‌های خود را در آن بگذارند. <sup>۴</sup> خوشابه حال آنانی که در خانه تو ساکنند و پیوسته تو را حمد می‌گویند! <sup>۵</sup> خوشابحال کسانی که از تو قوت می‌یابند و از صمیم قلب تو را پیروی می‌کنند. <sup>۶</sup> وقتی آنان از بیابان خشک عبور کنند در آنجا چشمه‌ها بوجود خواهند آورد و باران رحمت و برکات بر آن زمین خواهد بارید. <sup>۷</sup> آنان از قدرت به قدرت منتقل خواهند شد و سرانجام بر کوه صهیون در حضور تو، ای خدا خواهند ایستاد.

<sup>۸</sup> ای خداوند قادر متعال، دعای مرا اجابت فرما! ای خدای یعقوب، تقاضای مرا بشنو! <sup>۹</sup> ای خدایی که سپر ما هستی، بر پادشاه برگزیده خود نظر لطف بیافکن.

<sup>۱۰</sup> یک روز در صحنهای خانه تو بودن بهتر است از هزار سال در هر جای دیگر در این دنیا! نوکری در خانه تو را بیشتر می‌پسندم تا اربابی در قصرهای



اورشلیم را قوی خواهد ساخت. <sup>۶</sup> هنگامی که خداوند اسامی قومها را ثبت نماید، همه آنها را به اورشلیم نسبت خواهد داد. <sup>۷</sup> آن قومها سرودخوانان و رقص کنان خواهند گفت: «اورشلیم سرچشمه همه برکات و خوشیهای ماست!»

### فریاد کمک

ای خداوند، ای خدای نجات من، شب و روز در حضور تو گریه و زاری کرده‌ام. <sup>۱</sup> **۸۸** ادعای مرا بشنو و به ناله‌ام توجه فرما. <sup>۲</sup> زندگی من پر از رنج و مصیبت است؛ جانم به لب رسیده است! <sup>۳</sup> رmqی در من نمانده است؛ مانند مرده شده‌ام، <sup>۴</sup> مانند کشته‌ای که به قبر سپرده شده، مانند مرده‌ای که دیگر به یاد نخواهی آورد و لطف خود را شامل حالش نخواهی فرمود. <sup>۵</sup> تو مرا به اعماق تاریکی انداخته‌ای <sup>۶</sup> غضب تو بر من سنگینی می‌کند؛ طوفان خشم تو مرا در بر گرفته است. <sup>۷</sup> آشنایانم را از من دور کرده‌ای و آنها را از من بیزار ساخته‌ای. چنان گرفتار شده‌ام که نمی‌توانم برای خلاصی خود چاره‌ای بیاندیشم. <sup>۸</sup> چشمانم از شدت گریه ضعیف شده‌اند. ای خداوند، هر روز از تو درخواست کمک نموده و دست نیاز بسویت دراز می‌کنم تا بر من رحم کنی. <sup>۹</sup> وقتی بمیرم، دیگر معجزات و کمک تو برایم چه فایده خواهد داشت؟ آنوقت دیگر چگونه می‌توانم تو را ستایش کنم؟ <sup>۱۰</sup> مگر آنانی که در قبر هستند می‌توانند از رحمت و وفاداری تو سخن بگویند؟ <sup>۱۱</sup> آیا معجزه تو در آن مکان تاریک دیده می‌شود؟ آیا می‌توان در عالم خاموشی از وفاداری و عدالت تو سخن گفت؟

<sup>۱۲</sup> خداوند، نزد تو فریاد برمی‌آورم و کمک می‌طلبم. هر روز صبح به پیشگاه تو دعا می‌کنم. <sup>۱۳</sup> چرا مرا ترک نموده و روی خود را از من برگردانیده‌ای؟ <sup>۱۴</sup> از اوان کودکی تا کنون، در رنج و خطر مرگ بوده‌ام و همیشه از دست تو تنبیه شده‌ام. <sup>۱۵</sup> خشم شدید تو مرا پریشان کرده و از ترس تو بیجان شده‌ام. <sup>۱۶</sup> خشم تو و ترس از تو تمام روز چون سیل از هر سو مرا احاطه می‌کند. <sup>۱۷</sup> دوستان و

و بر تو توکل دارم. <sup>۱</sup> بر من رحمت فرما، زیرا تمام روز به درگاه تو دعا می‌کنم. <sup>۲</sup> بنده خود را شاد کن، زیرا تنها تو را می‌پرستم. <sup>۳</sup> تو برای آنانی که تو را می‌خوانند نیکو و بخشنده و بسیار رحیم هستی.

<sup>۴</sup> ای خداوند، دعای مرا اجابت فرما! به ناله من توجه نما! <sup>۵</sup> به هنگام سختی تو را خواهم خواند، زیرا دعای مرا مستجاب خواهی فرمود.

<sup>۶</sup> خداوند، خدایی دیگر مانند تو وجود ندارد. کارهای تو بی‌ظنیر است. <sup>۷</sup> همه قومهایی که آفریده‌ای خواهند آمد و تو را پرستش نموده، نام تو را خواهند ستود. <sup>۸</sup> تو بزرگ و قادر هستی و معجزه می‌نمایی؛ تنها تو خدا هستی!

<sup>۹</sup> خداوند، راه خود را به من نشان ده تا وفادارانم در آن گام بردارم. مرا یاری ده تا بدون شک و دودلی تو را خدمت نمایم. <sup>۱۰</sup> با تمام وجودم تو را حمد و سپاس خواهم گفت و پیوسته عظمت نام تو را بیان خواهم نمود، <sup>۱۱</sup> زیرا رحمت تو در حق من بسیار عظیم است؛ تو مرا از خطر مرگ رهانیده‌ای!

<sup>۱۲</sup> خدایا، افراد متکبر بر ضد من برخاسته‌اند و گروهی ظالم و ستمگر در فکر کشتن منند. آنها به تو توجهی ندارند. <sup>۱۳</sup> خداوند، تو عادل، بخشنده، مهربان، صبور و رحیم هستی. <sup>۱۴</sup> روی خود را بسوی من برگردان و بر من رحمت فرما. بنده خود را توانا ساز و او را نجات ده. <sup>۱۵</sup> لطف و مهربانی خود را به من نشان ده، مرا یاری فرما و دلداری ده، تا آنانی که از من نفرت دارند این را ببینند و شرمسار شوند.

### تمجید از اورشلیم

اورشلیم بر کوه‌های مقدس بنا شده است. <sup>۱</sup> **۸۷** خداوند آن را بیش از سایر شهرهای اسرائیل دوست دارد. <sup>۲</sup> ای شهر خدا، به سخنانی که خدا در باره تو گفته است گوش کن:

<sup>۳</sup> «فلسطین و صور و حبشه به تو، ای اورشلیم، تعلق دارند و مصر و بابل جزو ممالکی می‌باشند که مرا می‌شناسند.»

<sup>۴</sup> درباره اورشلیم خواهند گفت که تمام قومهای دنیا به آن تعلق دارند و اینکه خدای قادر متعال

عزیزانم را از من دور کرده‌ای؛ تاریکی تنها مونس من است.

## سرود ملی

# ۸۹

ای خداوند، رحمت تو را همواره خواهم ستود و با زبان خود پیوسته از وفاداری تو سخن خواهم گفت،<sup>۲</sup> زیرا رحمت تو همیشگی است و وفاداری تو چون آسمانها پایدار است.<sup>۳</sup> تو با خادم برگزیده‌ات داود عهد بسته‌ای و وعده کرده‌ای که تخت سلطنت او را تا ابد، نسل اندر نسل، پایدار خواهی داشت.

<sup>۵</sup> ای خداوند، آسمانها از کارهای شگفت‌انگیز تو تعریف می‌کنند و امانت و وفاداری تو را می‌ستایند. «در آسمانها کیست که با تو برابری کند؟ در میان موجودات آسمانی چه کسی را می‌توان به تو تشبیه کرد؟<sup>۷</sup> تو در میان مقدسین مورد ستایش هستی؛ آنان با ترس و احترام گرداگرد تو ایستاده‌اند.

<sup>۸</sup> ای خداوند قادر متعال، کیست مانند تو؟ تو در قدرت و امانت بی‌ظنیری!<sup>۹</sup> بر امواج دریاها مسلط هستی و طغیان آنها را آرام می‌گردانی.<sup>۱۰</sup> تو مصر را در هم کوبیدی و بادست توانای خود دشمنانت را تار و مار ساختی.<sup>۱۱</sup> آسمانها و زمین و هر آنچه در آنهاست از آن تو می‌باشند؛ زیرا تو آنها را آفریده‌ای.<sup>۱۲</sup> شمال و جنوب را تو بوجود آورده‌ای. کوههای تابور و حرمون، مظهر قدرت تو می‌باشند.<sup>۱۳</sup> دست تو بسیار تواناست. تو خدای متعال هستی.<sup>۱۴</sup> فرمانروایی تو بر اساس عدل و انصاف است. در تمام کارهایت رحمت و راستی مشاهده می‌شود.

<sup>۱۵</sup> خوشبحال مردمی که می‌دانند چگونه تو را تحسین و تمجید کنند، زیرا آنها در نور حضورت راه خواهند رفت.<sup>۱۶</sup> آنها تمام روز به نام تو شادی می‌کنند و بسبب عدالت تو سربلند می‌باشند.<sup>۱۷</sup> تو به ما قدرت می‌بخشی و به لطف خویش ما را پیروز و سرافراز می‌گردانی.<sup>۱۸</sup> ای خداوند، تو از ما حمایت کردی؛ ای خدای مقدس اسرائیل، تو به ما پادشاه بخشیدی.

## وعدۀ خدا به داود

<sup>۱۹</sup> و <sup>۲۰</sup> خداوند، در عالم رویا با نبی خود سخن گفتی و فرمودی: «در میان اسرائیل جوانی را برگزیده‌ام و او را سرافراز نموده‌ام تا پادشاه شود؛ او بنده من داود است!<sup>۲۱</sup> او را پایدار و توانا خواهم ساخت.<sup>۲۲</sup> دشمنانش بر او چیره نخواهند شد و گزندى از مخالفانش به او نخواهد رسید.<sup>۲۳</sup> در برابر چشمان وی بدخواهانش را از بین خواهم برد و آنانی را که از او نفرت داشته باشند هلاک خواهم نمود.<sup>۲۴</sup> پیوسته از وفاداری و رحمت من برخوردار خواهد بود و من او را پیروز و سرافراز خواهم ساخت.<sup>۲۵</sup> قلمرو فرمانروایی او را از دریای بزرگ تا رود فرات وسعت خواهم بخشید.<sup>۲۶</sup> او مرا پدر خود و خدا و صخره نجات خویش خواهد خواند.<sup>۲۷</sup> من نیز با او چون نخستزاده خویش رفتار خواهم کرد و او را برتر از تمام پادشاهان جهان خواهم ساخت.<sup>۲۸</sup> رحمت خود را هرگز از او دریغ نخواهم داشت، زیرا عهد من با او عهدی دایمی می‌باشد.<sup>۲۹</sup> نسل او را تا ابد باقی خواهم گذاشت و سلطنت او جاودانی خواهد بود.

<sup>۳۰</sup> و <sup>۳۱</sup> و <sup>۳۲</sup> «اما اگر فرزندان او از دستورات من سرپیچی کنند و احکام مرا بشکنند، آنگاه ایشان را تنبیه خواهم نمود.<sup>۳۳</sup> با اینحال آنها را از رحمت خود محروم نخواهم کرد و نسبت به قولی که داده‌ام، وفادار خواهم ماند.<sup>۳۴</sup> آری، عهد خود را نخواهم شکست و آنچه را که گفته‌ام تغییر نخواهم داد.<sup>۳۵</sup> و <sup>۳۶</sup> یک بار به داود به نام مقدس خود وعده دادم و هرگز آن را باطل نخواهم کرد که نسل او تا ابد باقی خواهد ماند و سلطنت وی تا زمانی که خورشید بدرخشد دوام خواهد داشت<sup>۳۷</sup> و مانند ماه که شاهد باوفایی در آسمان است، پایدار خواهد بود.»

## سوگواری برای شکست پادشاه

<sup>۳۸</sup> اما ای خداوند، تو بر پادشاه برگزیده خود غضبناکی و او را ترک کرده‌ای.<sup>۳۹</sup> آیا عهد خود را با بنده خویش باطل نموده‌ای؟ تو تاج او را بر زمین انداخته‌ای و آن را بی حرمت ساخته‌ای!<sup>۴۰</sup> حصار شهر او را شکسته‌ای و قلعه‌هایش را خراب کرده‌ای.

۷ بر اثر غضب تو ما رو به نابودی می‌رویم و خشم تو ما را پریشان و بی‌قرار ساخته است. <sup>۸</sup> گناهان ما را در برابر چشمان خود گذاشته‌ای و هیچ خطای ما از دید تو پنهان نیست.

۹ روزهای زندگی ما بر اثر خشم تو کوتاه شده است و عمر خود را مثل یک خواب می‌گذرانیم. <sup>۱۰</sup> عمر ما هفتاد سال است و اگر قوی باشیم، شاید به هشتاد سال برسد. ولی در طول این مدت چیزی جز درد و رنج نصیب ما نمی‌شود. هر آن ممکن است عمرمان بسر آید و به عالم دیگر پرواز کنیم.

۱۱ خداوند، کیست که بداند شدت خشم تو چقدر است؟ کدام یک از ما چنان که باید و شاید از تو می‌ترسد؟ <sup>۱۲</sup> به ما یاد بده که بدانیم عمر ما چه زودگذر است تا در این عمر کوتاه با خردمندی زندگی کنیم.

۱۳ ای خداوند، تا به کی بر ما خشمگین خواهی بود. از خشم خود برگرد و بر بندگان خود رحم کن. <sup>۱۴</sup> صبحگاهان ما را از رحمت خود بهره‌مند گردان تا در تمام عمر خود شادمان باشیم. <sup>۱۵</sup> به اندازه سالهایی که ما را ذلیل و خوار ساخته‌ای، ما را شاد و سرافراز گردان. <sup>۱۶</sup> بگذار ما بندگان بار دیگر اعمال شگفت‌انگیز تو را مشاهده کنیم. عظمت خود را بر فرزندانمان نمایان ساز. <sup>۱۷</sup> خداوند، ما را مورد لطف خود قرار بده و در تمام کارهایمان ما را برکت عطا فرما، بلی، در تمام کارهایمان ما را برکت عطا فرما!

### خداوند حافظ ماست

۹۱ آنکه به خدای قادر مطلق پناه می‌برد، زیر سایه او در امان خواهد بود. <sup>۲</sup> او به خداوند خواهد گفت «تو پناهگاه و خدای من هستی. من بر تو توکل دارم.»

۳ خداوند، تو را از هر دام خطرناک و بیماری کشنده خواهد رهانید. <sup>۴</sup> او تو را در زیر بالهای خود خواهد گرفت و از تو مراقبت خواهد کرد. وعده‌های امین او برای تو چون سلاح و سپر می‌باشد. <sup>۵</sup> از بلاهای شب‌نخواهی ترسید و از حملات ناگهانی روز بیم نخواهی داشت. وبایی که در تاریکی می‌خزد تو را

۴۱ هر که از راه می‌رسد اموال او را غارت می‌کند. او نزد همسایگان خود رسوا شده است. <sup>۴۲</sup> دشمنانش را بر او پیروز ساخته‌ای. <sup>۴۳</sup> شمشیر او را کند کرده‌ای. در جنگ او را کمک نکرده‌ای. <sup>۴۴</sup> تخت سلطنتش را واژگون ساخته، به شکوه و عظمتش خاتمه داده‌ای. <sup>۴۵</sup> پیری زودرس به سراغش فرستاده‌ای و نزد همه رسوایش کرده‌ای.

### دعای رستگاری

۴۶ ای خداوند، تا به کی روی خود را پنهان می‌کنی؟ آیا تا ابد غضب تو چون آتش افروخته خواهد بود؟ <sup>۴۷</sup> به یاد آور که عمر انسان چقدر کوتاه است. تو همه انسانها را فناپذیر آفریده‌ای. <sup>۴۸</sup> کیست که بتواند نمیرد و تا ابد زنده بماند؟ <sup>۴۹</sup> ای خداوند، کجاست رحمت‌های گذشته تو؟ کجاست وعده رحمت تو که در نهایت وفاداری به داود دادی؟ <sup>۵۰</sup> بین مردم چگونه مرا ملامت می‌کنند. بار ملامتهای ایشان را بر دوش می‌کشم. <sup>۵۱</sup> دشمنانت پادشاه برگزیده‌ات را ریشخند می‌کنند و هر جا پای می‌نهد او را ملامت می‌نمایند. <sup>۵۲</sup> شکر و سپاس بر نام خداوند تا ابد! آمین! آمین!

### کتاب چهارم مزامیر ۹۰-۱۰۶)

### دعای موسی، مرد خدا

۹۰ ای خداوند، تو همیشه پناهگاه ما بوده‌ای. <sup>۲</sup> قبل از آنکه دنیا را بیافرینی و کوهها را بوجود آوری، تو بوده‌ای. تورا ابتداء و انتهای نیست. <sup>۳</sup> انسان را به خاک برمی‌گردانی و می‌گویی: «ای خاکیان، به خاک تبدیل شوید!» <sup>۴</sup> هزار سال در نظر تو چون یک روز، بلکه چون یک ساعت است.

۵۰ تو انسان را چون سیلاب از جای بر می‌کنی و می‌بری. زندگی او خوابی بیش نیست. او مانند گیاهی است که صبح می‌روید و می‌شکفت ولی عصر پژمرده و خشک می‌شود.

همه برتر هستی! <sup>۹</sup> همه دشمنانت نابود خواهند شد و تمام بدکاران، از پای در خواهند آمد.

<sup>۱۰</sup> تو مرا همچون گاو وحشی نیرومند ساخته‌ای و با روغن خوشبوی تازه مرا معطر کرده‌ای. <sup>۱۱</sup> نابودی دشمنانم را با چشمانم دیده‌ام و خبر سقوط گناهکاران را با گوشهای خود شنیده‌ام.

<sup>۱۲</sup> خداشناسان، همچون درخت خرما ثمر می‌دهند و مانند درخت سرو لبنان، رشد می‌کنند. <sup>۱۳</sup> آنان همچون درختانی هستند که در خانه خداوند نشانده شده‌اند و شکوفه می‌دهند. <sup>۱۴</sup> حتی در ایام پیری نیز، قوی و پرنشاط خواهند بود و ثمر خواهند داد، <sup>۱۵</sup> و اعلام خواهند کرد: «خدا عادل است؛ او تکیه‌گاه من است و در او هیچ بدی وجود ندارد.»

### سلطنت خداوند

**۹۳** خداوند سلطنت می‌کند! او خود را به جلال و قدرت و عظمت آراسته است. زمین بر جای خود محکم شده و متزلزل نخواهد شد. <sup>۲</sup> ای خداوند، تخت فرمانروایی تو از قدیم برقرار بوده است. تو از ازل بوده‌ای.

<sup>۳</sup> خداوندا، سیلابها طغیان نموده و می‌خروشدند. <sup>۴</sup> اما تو که در آسمانها سلطنت می‌کنی، قوی‌تر از تمام سیلهای خروشان و امواج شکننده دریاها هستی! <sup>۵</sup> ای خداوند، تمام وعده‌های تو راست است. خانه تو برای همیشه با قدوسیت آراسته شده است.

### خدا، داور همه

**۹۴** ای خداوند، ای خدای انتقام گیرنده، قدرتت را نشان بده. <sup>۲</sup> ای داور جهان، برخیز و متکبران را به سزای اعمالشان برسان. <sup>۳</sup> گناهکاران تا به کی پیروز و سرافراز خواهند بود؟ <sup>۴</sup> همه بدکاران، گستاخ و ستمگر هستند و حرفهای ناروا می‌زنند. <sup>۵</sup> قوم تو را از بین می‌برند و بر بندگانت ظلم می‌کنند. <sup>۶</sup> بیوه زنان و غریبان و یتیمان را می‌کشند. <sup>۷</sup> این ستمکاران می‌گویند: «خداوند ما را نمی‌بیند و متوجه کارهای ما نمی‌شود.» <sup>۸</sup> ای قوم من، چرا اینقدر نادان هستید؟ کی به سر

نخواهد ترساند و طاعونی که در روشنایی کشتار می‌کند تو را نخواهد هراساند. <sup>۷</sup> اگر هزار نفر در کنار تو بیفتند و ده هزار نفر در اطراف تو جان بسپارند، به تو آسیبی نخواهد رسید. <sup>۸</sup> تنها با چشمان خود، خواهی نگریست و مجازات گناهکاران را خواهی دید. <sup>۹</sup> هیچ بدی دامنگیر تو نخواهد شد و بلایی بر خانه تو سایه نخواهد افکند، زیرا تو به خداوند پناه برده‌ای و زیر سایه خدای قادر متعال بسر می‌بری. <sup>۱۱</sup> او به فرشتگان خود دستور می‌دهد تا به هر راهی که بروی، از تو حمایت و محافظت کنند. <sup>۱۲</sup> آنها تو را روی دست خود خواهند گرفت تا پایت به سنگ نخورد. <sup>۱۳</sup> شیر درنده و مار سمی را زیرپا له خواهی کرد و آسیبی به تو نخواهد رسید!

<sup>۱۴</sup> خداوند می‌فرماید: «آنانی را که مرا دوست دارند، نجات خواهم داد و کسانی را که مرا می‌شناسند، محافظت خواهم کرد. <sup>۱۵</sup> وقتی دعا کنند، دعایشان را مستجاب خواهم ساخت و چون در زحمت بیفتند، به کمک ایشان خواهم شتافت؛ آنها را خواهم رهانید و سرافراز خواهم ساخت. <sup>۱۶</sup> به آنها عمر دراز خواهم بخشید و نجاتشان خواهم داد.»

### (سرود برای روز سبت)

#### سرود شکرگزاری

**۹۲** چه نیکوست خداوند را سپاس گفتن و نام خدای قادر متعال را با سرود ستایش کردن! <sup>۲</sup> هر صبح، از خداوند بخاطر رحمتش تشکر کنید و هر شب، امانت او را به یاد آورید. <sup>۳</sup> او را با صدای رباب ده تار و به نغمه بربط پرستید. <sup>۴</sup> ای خداوند، تو با کارهای خود، مرا شاد کرده‌ای؛ بسبب آنچه که برایم انجام داده‌ای، نغمه‌های شاد می‌خوانم.

<sup>۵</sup> خداوندا، اعمال تو بسیار با عظمت و شگفت‌انگیزند. افکار تو بی‌نهایت عمیق‌اند. <sup>۶</sup> شخص نادان درک نمی‌کند و آدم احمق این را نمی‌فهمد که <sup>۷</sup> هر چند گناهکاران مثل علف هرز می‌رویند و همه بدکاران کامیاب هستند، ولی سرانجام، برای همیشه نابود خواهند شد. <sup>۸</sup> اما تو ای خداوند، تا ابد باقی و از

بخوانیم! <sup>۲</sup> با شکرگزاری به حضور او بیایم و با سرودهای شاد او را بپرستیم! <sup>۳</sup> زیرا خداوند، خدای عظیمی است؛ او پادشاهی است که بر همه خدایان فرمان می‌راند. <sup>۴</sup> اعماق زمین در دست خداوند است و بلندی و عظمت کوه‌ها از آن او می‌باشد. <sup>۵</sup> آبها و خشکی‌ها را خدا بوجود آورده و آنها به او تعلق دارند.

<sup>۶</sup> بیایید در برابر خدا، سر فرود آوریم و او را عبادت کنیم. بیایید در حضور آفریننده خود زانو بزنیم. <sup>۷</sup> ما قوم او هستیم و او خدای ما، ما گله او هستیم و او شبان ما. ای کاش امروز صدای خداوند را بشنوید که می‌فرماید: <sup>۸</sup> «سختدل و نامطیع نباشید چنانکه اجداد شما در صحرای مریبا و مسا نامطیع شدند. <sup>۹</sup> در آنجا، اجداد شما، هر چند بارها معجزات و اعمال شگفت‌انگیز مرا دیدند، اما باز به من شک کردند. <sup>۱۰</sup> مدت چهل سال، از آنها محزون و بیزار بودم، زیرا دل و فکرشان از من دور بود و نمی‌خواستند دستوراتم را اطاعت نمایند <sup>۱۱</sup> تا اینکه خشمگین شده، قسم خوردم که نگذارم وارد سرزمینی شوند که وعده داده بودم در آن آرام و قرار بگیرند.

### خداوند سلطنت می‌کند

سرودی تازه در وصف خداوند بخوانید. **۹۶** ای همه مردم دنیا در وصف خداوند سرود بخوانید. <sup>۲</sup> برای خداوند سرود بخوانید و نام او را حمد گوید. هر روز به مردم بشارت دهید که خداوند نجات می‌بخشد. <sup>۳</sup> در میان قومها عظمت او را ذکر نمایید و کارهای شگفت‌انگیز او را برای همه تعریف کنید.

<sup>۴</sup> خداوند بزرگ است و سزاوار ستایش! او برتر از همه خدایان است. <sup>۵</sup> زیرا خدایان قومهای دیگر بت‌ها می‌باشند اما خداوند ما، آفریننده آسمانهاست. <sup>۶</sup> حضور خداوند پرشکوه و پرعظمت است و خانه او به قوت و جلال آراسته است.

عقل خواهید آمد؟ <sup>۹</sup> آیا خدا که به ما گوش داده است، خودش نمی‌شنود؟ او که به ما چشم داده است، آیا نمی‌بیند؟ <sup>۱۰</sup> او که همه قومها را مجازات می‌کند، آیا شما را مجازات نخواهد کرد؟ او که همه چیز را به انسان می‌آموزد، آیا نمی‌داند که شما چه می‌کنید؟ <sup>۱۱</sup> خداوند از فکر انسان آگاه است و می‌داند که فکر او پوچ و بیهوده است.

<sup>۱۲</sup> خوشابه حال کسی که تو، ای خداوند، او را تأدیب می‌کنی و قوانین خود را به او می‌آموزی. <sup>۱۳</sup> چنین شخصی، در روزهایی که تو گناهکاران را گرفتار می‌سازی و نابود می‌کنی، آسوده خاطر و درامان خواهد بود. <sup>۱۴</sup> خداوند قوم برگزیده خود را ترک نخواهد کرد و ایشان را از یاد نخواهد برد. <sup>۱۵</sup> بار دیگر داوری از روی عدل و انصاف اجرا خواهد شد و همه درستکاران از آن پشتیبانی خواهند کرد.

<sup>۱۶</sup> کیست که به طرفداری از من برخیزد و در مقابل گناهکاران ایستادگی کند؟ چه کسی حاضر است با من علیه بدکاران بجنگد؟ <sup>۱۷</sup> اگر خداوند مددکار من نمی‌بود بزودی از بین می‌رفتم. <sup>۱۸</sup> وقتی فریاد زدم که پاهایم می‌لغزند! تو، ای خداوند رحیم، به فریادم رسیدی و نگذاشتی بیافتم.

<sup>۱۹</sup> هنگامی که فکرم ناراحت و دلم بی‌قرار است، ای خداوند، تو مرا دلداری می‌دهی و به من آسودگی خاطر می‌بخشی.

<sup>۲۰</sup> آیا حکمرانان شرور از حمایت تو برخوردار خواهند بود که به نام قانون هر نوع ظلمی را مرتکب می‌شوند؟ <sup>۲۱</sup> آنها علیه درستکاران توطئه می‌چینند و بی‌گناهان را به مرگ محکوم می‌کنند. <sup>۲۲</sup> اما خداوند صخره و پناهگاه من است و مرا از هر گزندی حفظ می‌کند.

<sup>۲۳</sup> خداوند، شروران و بدکاران را به سزای اعمالشان خواهد رسانید و آنها را از بین خواهد برد. آری، خداوند، خدای ما، ایشان را نابود خواهد کرد.

### سرود پرستش

بیایید خداوند را ستایش کنیم و در وصف «صخره» نجات خود، با شادی سرود

شادی بر پا کدلان.<sup>۱۲</sup> ای درستکاران بسبب آنچه که خداوند انجام داده است شادی کنید. آری، کارهای خدای مقدس را به یاد آرید و او را سپاس گوید.

## فرمانروای جهان

**۹۸** سرودی تازه در وصف خداوند بسرایید؛ زیرا کارهای شگفت‌انگیز کرده و دست توانا و بازوی مقدسش او را پیروز ساخته است.<sup>۱</sup> خداوند پیروزی خود را اعلام نموده و قدرت نجاتبخش خویش را بر قومه آشکار ساخته است.<sup>۲</sup> او به قوم اسرائیل وعده داد که بر ایشان رحمت فرماید، و به وعده‌اش وفا نمود. همه مردم دنیا پیروزی رهایی‌بخش خدای ما را دیده‌اند.<sup>۳</sup> ای ساکنان زمین، با شادی خداوند را بستایید؛ با صدای بلند سرود بخوانید و او را بپرستید.<sup>۴</sup> با نغمه بربط و کرنا و سرنا، خداوند را ستایش کنید؛ در حضور خداوند بانگ شادی برآورید.

<sup>۵</sup> دریا و هر آنچه که در آن است، به جوش و خروش آید. زمین و ساکنانش سرود بخوانند.<sup>۶</sup> نهرها دست بزنند و کوه‌ها در حضور خداوند شادی کنند؛ زیرا خداوند برای داوری جهان می‌آید. او قومهای جهان را با عدل و انصاف داوری خواهد کرد.

## خدای مقدس

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

<sup>۱</sup> خداوند در اورشلیم جلوس فرموده و بر تمام قومه مسلط است.<sup>۲</sup> همه مردم نام بزرگ او را گرامی بدارند، زیرا او مقدس است.

<sup>۳</sup> ای خدا، ای «پادشاه» مقدر (توانا)، تو انصاف را دوست داری. تو در اسرائیل عدالت و برابری را بنیاد نهاده‌ای.

<sup>۴</sup> خداوند، خدای ما را ستایش کنید و در پیشگاه او به خاک بیفتید زیرا او مقدس است.

<sup>۵</sup> ای قومهای روی زمین، خداوند را ستایش کنید؛ عظمت و توانایی خداوند را ستایش کنید.<sup>۶</sup> نام پرشکوه خداوند را ستایش کنید و با هدایای خود به خانه او بیایید.<sup>۷</sup> خداوند را در لباس تقوی و پرهیزکاری بپرستید. ای همه مردم روی زمین، از حضور وی بلرزید.<sup>۸</sup> به همه قومه‌ها گوید «خداوند سلطنت می‌کند!» جهان پایدار است و تکان نخواهد خورد. خداوند قومه‌ها را با انصاف داوری خواهد کرد.<sup>۹</sup> آسمان و زمین شادی کنند و دریا و موجودات آن به جوش و خروش آیند.<sup>۱۰</sup> مزرعه‌ها و هر آنچه که در آنهاست شادمان شوند و درختان جنگل شادی کنند.<sup>۱۱</sup> زیرا خداوند برای داوری جهان می‌آید. او همه قومه‌ها را با عدل و انصاف داوری خواهد کرد.

## شکوه خداوند

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

<sup>۱</sup> ابرها و تاریکی، اطراف خداوند را گرفته‌اند. سلطنتش بر عدل و انصاف استوار است.<sup>۲</sup> آتش، پیشاپیش خداوند می‌رود و دشمنان او را می‌سوزاند.<sup>۳</sup> برق‌هایش دنیا را روشن می‌سازد. زمین این را می‌بیند و می‌لرزد.<sup>۴</sup> کوه‌ها از هیبت حضور خداوند تمام جهان، مانند موم ذوب می‌شوند.<sup>۵</sup> آسمانها عدالت او را بیان می‌کنند و همه قومه‌ها شکوه و جلال وی را می‌بینند.

<sup>۶</sup> همه بت‌پرستان که به بت‌های خود فخر می‌کنند، شرمسار خواهند شد. ای همه خدایان، در مقابل خداوند به زانو بیافتید و او را بپرستید!<sup>۷</sup> ای خداوند، شهر اورشلیم و همه مردم یهودا بسبب سلطنت عادلانه تو خوشحال هستند. زیرا تو بر تمام دنیا با عدل و انصاف حکمرانی می‌کنی و از همه خدایان برتر هستی.

<sup>۸</sup> خداوند آنانی را که از بدی متفرند دوست دارد. او عزیزان خود را حفظ می‌کند و ایشان را از دست بدکاران می‌رهاند.<sup>۹</sup> نور بر نیکان می‌تابد و

ساکت خواهم کرد؛ شخص مغرور و خودخواه را متحمل نخواهم شد. <sup>۶</sup> من در پی اشخاص امین و خداشناس هستم تا آنها را به کاخ خود بیاورم. کسی که درستکار باشد، او را به کار خواهم گماشت. <sup>۷</sup> حیلہ گر به کاخ من راه نخواهد یافت و دروغگو نزد من نخواهد ماند. <sup>۸</sup> هر روز عده‌ای از بدکاران را نابود خواهم کرد تا شهر خدا را از وجود همه آنها پاک سازم.

### رحمت خداوند

**۱۰۲** ای خداوند، دعای مرا بشنو و به فریادم گوش فراده! <sup>۱</sup> وقتی که در رحمت هستم، روی خود را از من برنگردان! به من توجه فرما، و هرگاه دعا کنم بی‌درنگ مرا اجابت فرما! <sup>۲</sup> عمرم چون دود به سرعت ناپدید می‌شود و استخوانهایم همچون چوب خشک می‌سوزد. <sup>۳</sup> دل من مانند گیاهی است که کوبیده و خشک شده باشد. غذا خوردن را از یاد برده‌ام. <sup>۴</sup> با صدای بلند می‌نالم؛ جز پوست و استخوان چیزی در بدنم نمانده است. <sup>۵</sup> همچون پرنده‌ای وحشی، آواره صحرای شده‌ام و چون جغد خرابه‌نشین، بی‌خانمان گشته‌ام. <sup>۶</sup> مانند گنجشکی بر پشت بام، تنها مانده‌ام؛ خواب به چشمانم نمی‌رود. <sup>۷</sup> هر روز دشمنانم مرا تحقیر می‌کنند و مخالفانم مرا لعنت می‌نمایند.

<sup>۸</sup> بسبب خشم و غضب تو ای خداوند، غذای من خاکستر است و نوشیدنی‌ام با اشکهایم آمیخته است. زیرا تو مرا برداشتی و به کنار انداختی. <sup>۹</sup> عمرم چون سایه‌های عصر، زودگذر است؛ همچون علف خشک پژمرده شده‌ام.

<sup>۱۰</sup> اما تو ای خداوند، تا ابد پادشاه هستی؛ ذکر تو در تمام نسل‌ها باقی خواهد ماند. <sup>۱۱</sup> تو برخاسته، بر اورشلیم ترحم خواهی فرمود؛ اکنون زمان آن رسیده است که بر اورشلیم رحمت فرمایی. <sup>۱۲</sup> بندگان تو سنگها و خاک اورشلیم را دوست دارند!

<sup>۱۳</sup> قومها از نام خداوند خواهند ترسید و همه پادشاهان جهان از قدرت و عظمت او هراسان خواهند شد. <sup>۱۴</sup> او شهر اورشلیم را دوباره بنا خواهد

<sup>۱۵</sup> وقتی موسی و هارون و سموئیل، مردان خدا، از خداوند کمک خواستند، او درخواست ایشان را مستجاب فرمود. <sup>۱۶</sup> او از میان ستون ابر با آنان سخن گفت و آنان احکام و دستورات او را اطاعت کردند. <sup>۱۷</sup> ای خداوند، خدای ما، تو دعای قوم خود را مستجاب نمودی و به آنها نشان دادی که خدایی بخشنده هستی؛ اما در عین حال آنها را بخاطر گناهانشان تنبیه نمودی.

<sup>۱۸</sup> خداوند، خدای ما را حمد گوید و او را نزد کوه مقدسش در اورشلیم عبادت کنید، زیرا او مقدس است.

### سرود شکرگزاری

**۱۰۰** ای ساکنان روی زمین، در حضور خداوند فریاد شادمانی سر دهید! <sup>۱</sup> خداوند را با شادی عبادت کنید و سرودخوانان به حضور او بیاید. <sup>۲</sup> بدانید که او خداست. او خالق ماست و ما قوم او هستیم و گوسفندان چراگاه او. <sup>۳</sup> با شکرگزاری از دروازه‌های خانه او داخل شوید؛ سرود خوانان به صحنهای او بیاید. او را پرستش کنید و نام مقدسش را گرامی بدارید. <sup>۴</sup> خداوند نیکوست و رحمت و امانتش را انتهایی نیست.

### دعای پادشاه

**۱۰۱** ای خداوند، رحمت و انصاف تو را می‌ستایم و با سرود تو را می‌پرستیم. <sup>۱</sup> من راه درست و بی‌عیب را در پیش خواهم گرفت و با خردمندی رفتار خواهم نمود. ای خداوند، با حضور خود، مرا در این راه یاری فرما.

در خانه خود، زندگی پاکی خواهم داشت. <sup>۲</sup> هر چیز بد و ناپسند را از پیش چشم خود دور خواهم نمود. کردار افراد نادرست را دوست نخواهم داشت و در کارهایشان سهم نخواهم شد. <sup>۳</sup> نادرستی را از خود دور خواهم ساخت و با گناهکاران معاشرت نخواهم کرد. <sup>۴</sup> کسی را که از دیگران بدگویی کند

پر محبت می‌باشد.<sup>۹</sup> خداوند همیشه توبیخ و تنبیه نمی‌کند و تا ابد خشمگین نمی‌ماند.<sup>۱۰</sup> او با ما مطابق گناهانمان عمل ننموده و آنچنان که سزاوار بوده‌ایم، ما را به سزای اعمالمان نرسانده است.<sup>۱۱</sup> زیرا به اندازه‌ای که آسمان از زمین بلندتر است، به همان اندازه رحمت خداوند بر کسانی که او را گرامی می‌دارند عظیم می‌باشد!<sup>۱۲</sup> به اندازه‌ای که مشرق از مغرب دور است به همان اندازه خداوند گناهان ما را از ما دور کرده است!<sup>۱۳</sup> همانطوری که یک پدر فرزندان را دوست دارد، همچنان خداوند نیز کسانی را که او را گرامی می‌دارند دوست دارد.

<sup>۱۴</sup> خداوند از سرشت و فطرت ما آگاه است و می‌داند که خاک هستیم.

<sup>۱۵</sup> عمر انسان مانند علف و همچون گل صحرا می‌باشد،<sup>۱۶</sup> که روزی باد بر آن می‌وزد و از بین می‌رود و دیگر در آن مکانی که بوده، هرگز دیده نمی‌شود.<sup>۱۷</sup> و<sup>۱۸</sup> اما رحمت خداوند بر کسانی که او را گرامی می‌دارند، همیشگی است و او عدالت را در حق فرزندان آنانی که عهد و احکام او را حفظ می‌کنند، بجا می‌آورد.

<sup>۱۹</sup> خداوند تخت فرمانروایی خود را در آسمانها قرار داده است و از آنجا بر همه موجودات حکمرانی می‌کند.<sup>۲۰</sup> ای همه فرشتگان توانا که گوش به فرمان خداوند هستید تا دستوراتش را اجرا نمایید، او را ستایش کنید!<sup>۲۱</sup> ای همه نیروهای آسمانی، ای خدمتگزاران خداوند، او را سپاس گوید!<sup>۲۲</sup> ای همه مخلوقات خداوند، در هر جایی که هستید، او را بستایید!

ای جان من، خداوند را ستایش کن!

### در ستایش آفریدگار

**۱۰۴** ای جان من، خداوند را ستایش کن!  
ای خداوند، ای خدای من، تو چه پرشکوه هستی! تو خود را با عزت و جلال آراسته و خویشتن را با نور پوشانیده‌ای. آسمان را مثل خیمه گسترانیده‌ای<sup>۳</sup> و خانه خود را بر آبهای آن بنا کرده‌ای. ابرها را عرابه خود نموده‌ای و بر بالهای باد

کرد و با جلال و شکوه فراوان ظاهر خواهد شد.<sup>۱۷</sup> به دعای قوم در مانده خود توجه نموده، ایشان را اجابت خواهد نمود.<sup>۱۸</sup> آنچه که خداوند انجام می‌دهد برای نسل آینده نوشته خواهد شد تا ایشان نیز او را ستایش کنند:

<sup>۲۰</sup> و<sup>۱۹</sup> «خداوند از مکان مقدس خود در آسمان، به زمین نظر انداخت تا ناله اسیران را بشنود و آنها را که به مرگ محکوم شده بودند، آزاد سازد.»<sup>۲۱</sup> و<sup>۲۲</sup> بنابراین وقتی قوما در اورشلیم گرد هم بیایند تا خدا را در خانه او پرستش کنند، نام خداوند در اورشلیم ستوده و سراییده خواهد شد.

<sup>۲۳</sup> خداوند در جوانی‌ام توان مرا از من گرفته و عمرم را کوتاه ساخته است.<sup>۲۴</sup> ای خدای من، نگذار در جوانی بمیرم! تو تا ابد زنده هستی!<sup>۲۵</sup> در ازل، تو بنیاد زمین را نهادی و آسمانها عمل دست تو می‌باشند.<sup>۲۶</sup> آنها فانی می‌شوند، اما تو باقی هستی. همه آنها چون جامه، پوسیده خواهند شد؛ و همچون ردا، آنها را عوض خواهی نمود و از بین خواهند رفت.<sup>۲۷</sup> اما تو جاودانی هستی و برای تو هرگز پایانی وجود ندارد.

<sup>۲۸</sup> فرزندان بندگانت، همیشه در امان خواهند بود و نسل آنها از حمایت تو برخوردار خواهند شد.

### محبت خداوند

**۱۰۳** ای جان من، خداوند را ستایش کن! ای تمام وجود من، نام مقدس او را ستایش کن! ای جان من، خداوند را ستایش کن و تمام مهربانیهای او را فراموش مکن!<sup>۳</sup> او تمام گناهانم را می‌آمرزد و همه مرضهایم را شفا می‌بخشد.<sup>۴</sup> جان مرا از مرگ می‌رهاند و با محبت و رحمت خود مرا برکت می‌دهد!<sup>۵</sup> جان مرا با نعمت‌های خوب سیر می‌کند تا همچون عقاب، جوان و قوی بمانم.

<sup>۶</sup> خداوند عدالت را اجرا می‌کند و حق مظلومان را به آنها می‌دهد.<sup>۷</sup> او روشهای خود را بر موسی آشکار نمود و اعمال شگفت‌انگیز خود را به بنی اسرائیل نشان داد.

<sup>۸</sup> خداوند بخشنده و مهربان است؛ او دیر غضب و



مخلوقات تو پر است.<sup>۲۵</sup> در دریا‌های بزرگی که آفریده‌ای جانوران بزرگ و کوچک به فراوانی یافت می‌شوند.<sup>۲۶</sup> نهنگان در دریاها بازی می‌کنند و کشتی‌ها بر سطح آنها روانند.

<sup>۲۷</sup> تمام مخلوقات تو منتظرند تا تو روزی‌شان را به آنها بدهی.<sup>۲۸</sup> تو روزی آنها را می‌رسانی و آنها را سیر می‌کنی.<sup>۲۹</sup> هنگامی که روی خود را از آنها برمی‌گردانی مضطرب می‌شوند؛ و وقتی جان آنها را می‌گیری، می‌میرند و بخاکی که از آن ساخته شده‌اند، برمی‌گردند.<sup>۳۰</sup> اما زمانی که به مخلوقات جان می‌بخشی، زنده می‌شوند و به زمین طراوت می‌بخشند.

<sup>۳۱</sup> شکوه و عظمت خداوند جاودانی است و او از آنچه آفریده است خشنود می‌باشد.<sup>۳۲</sup> خداوند به زمین نگاه می‌کند و زمین می‌لرزد؛ کوه‌ها را لمس می‌نماید و دود از آنها بلند می‌شود.

<sup>۳۳</sup> تا زنده‌ام، خداوند را با سرود پرستش خواهم کرد و تا وجود دارم او را ستایش خواهم نمود.<sup>۳۴</sup> باشد که او از سرود من خشنود شود، زیرا او سرچشمه همه خوشی‌های من است.<sup>۳۵</sup> باشد که همه گناهکاران نابود شوند و بدکاران دیگر وجود نداشته باشند.

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

## خداوند و قوم او

خداوند را بسبب کارهای شگفت‌انگیزش سپاس گوئید. کارهای او را برای سایر قوم‌ها تعریف کنید.<sup>۲</sup> او را بستاید و درباره کارهای شگفت‌انگیزش تفکر نمایید.<sup>۳</sup> ای طالبان خداوند به او افتخار کنید. دل شما همیشه شاد باشد.<sup>۴</sup> از او کمک بخواهید و پیوسته او را طلب کنید.

<sup>۵</sup> ای فرزندان ابراهیم و یعقوب، ای بندگان برگزیده خداوند، کارهای شگفت‌انگیز و داوریهای او را به یاد آورید! «یهوه»<sup>۷</sup> خدای ما است و سراسر جهان را داوری می‌کند.<sup>۸</sup> او تا ابد به عهدی که با

می‌رانی.<sup>۴</sup> بادها فرمانبران تو هستند و شعله‌های آتش خدمتگزاران تو.

<sup>۵</sup> ای خداوند، تو زمین را بر اساسش استوار کردی تا هرگز از مسیرش منحرف نشود.<sup>۶</sup> دریاها همچون ردایی آن را دربرگرفت و آب دریاها کوه‌ها را پوشاند.<sup>۷</sup> اما آبها از هیبت صدای تو گریختند و پراکنده شدند.<sup>۸</sup> به فراز کوه‌ها بر آمدند و به دشت‌ها سرازیر شده، به مکانی که برای آنها ساخته بودی، جاری شدند.<sup>۹</sup> برای دریاها حدی تعیین نموده‌ای تا از آنها نگذرند و زمین را دوباره نپوشانند.

<sup>۱۰</sup> در دره‌ها، چشمه‌ها بوجود آورده‌ای تا آب آنها در کوهپایه‌ها جاری شود.<sup>۱۱</sup> تمام حیوانات صحرا از این چشمه‌ها آب می‌نوشند و گورخرها تشنگی خود را برطرف می‌سازند.<sup>۱۲</sup> پرندگان بر شاخه‌های درختان لانه می‌سازند و آواز می‌خوانند.<sup>۱۳</sup> از آسمان بر کوه‌ها باران می‌بارانی و زمین از نعمت‌های گوناگون تو پر می‌شود.<sup>۱۴</sup> نباتات را برای خوراک حیوانات، و درختان میوه‌دار و سبزیجات و غلات را برای استفاده انسان، از زمین می‌رویانی تا انسان بتواند شراب و روغن و نان برای خود تهیه کند و شاد و نیرومند باشد.

<sup>۱۶</sup> درختان سرو لبنان که تو ای خداوند، آنها را کاشته‌ای سبز و خرمند.<sup>۱۷</sup> مرغان هوا در درختان سرو لانه می‌سازند و لک‌لک‌ها بر شاخه‌های درختان صنوبر.<sup>۱۸</sup> کوه‌های بلند، چراگاه بزهای کوهی است و صخره‌ها، پناهگاه خرگوش‌ها.

<sup>۱۹</sup> ماه را برای تعیین ماه‌های سال آفریدی و آفتاب را برای تعیین روزها.<sup>۲۰</sup> به فرمان تو شب می‌شود. در تاریکی شب همه حیوانات وحشی از لانه‌های خود بیرون می‌آیند.<sup>۲۱</sup> شیربچه‌گان برای شکار غرش می‌کنند و روزی خود را از خدا می‌خواهند.<sup>۲۲</sup> هنگامی که آفتاب طلوع می‌کند، آنها به لانه‌های خود برمی‌گردند و می‌خوابند.<sup>۲۳</sup> آنگاه انسانها برای کسب معاش، از خانه بیرون می‌روند و تا شامگاه کار می‌کنند.

<sup>۲۴</sup> خداوند، کارهای دست تو چه بسیارند. همه آنها را از روی حکمت انجام داده‌ای. زمین از

۳۱ به امر خداوند انبوه پشه و مگس در سراسر مصر پدید آمد. ۳۲ بجای باران، تگرگ مرگبار و رعد و برق بر زمین مصر فرستاد ۳۳ و باغهای انگور و تمام درختان انجیر مصری‌ها را از بین برد.

۳۴ و ۳۵ خداوند امر فرمود و ملخ‌های بی‌شماری پدید آمدند و تمام گیاهان و محصولات مصر را خوردند. ۳۶ او همهٔ پسران ارشد مصری‌ها را کشت. ۳۷ سرانجام بنی‌اسرائیل را در حالیکه طلا و نقره فراوانی با خود برداشته بودند، صحیح و سالم از مصر بیرون آورد. ۳۸ مصریان از رفتن آنها شاد شدند، زیرا از ایشان ترسیده بودند.

۳۹ خداوند در روز بر فراز قوم اسرائیل ابر می‌گسترانید تا آنها را از حرارت آفتاب محفوظ نگاهدارد و در شب، آتش به ایشان می‌بخشید تا به آنها روشنایی دهد. ۴۰ آنها گوشت خواستند و خداوند برای ایشان بلدرچین\* فرستاد و آنها را با نان آسمانی سیر کرد. ۴۱ او صخره را شکافت و از آن آب جاری شد و در صحرای خشک و سوزان مثل رودخانه روان گردید. ۴۲ زیرا خداوند این وعدهٔ مقدس را به بندهٔ خویش ابراهیم داده بود که نسل او را برکت دهد.

۴۳ پس او قوم برگزیدهٔ خود را در حالیکه با شادی سرود می‌خواندند از مصر بیرون آورد، ۴۴ و سرزمین قومهای دیگر را با تمام محصولاتشان به آنها بخشید ۴۵ تا در آن سرزمین نسبت به وی وفادار مانده، از دستوراتش اطاعت نمایند. خداوند را سپاس باد!

### مهربانی خداوند نسبت به قومش

خداوند را حمد و سپاس گوید، زیرا که او مهربان است و رحمتش جاودانی! ۱۰۶ کیست که بتواند تمام کارهای بزرگی را که خداوند انجام داده است بیان کند و شکر و سپاس او را آنچه‌آنچه که باید و شاید، بجا آورد؟<sup>۲</sup> خوشبحال آنانی که با انصاف و درستکار هستند.

۵ و ۴ ای خداوند، هنگامی که بر قوم خود رحمت

ابراهیم بسته و سوگندی که برای اسحاق خورده است، اگر چه هزار پشت هم بگذرد، وفادار خواهد ماند. ۱۰ و ۱۱ این است عهد جاودانی او با اسرائیل که فرمود: «سرزمین کنعان را به شما خواهم بخشید تا میراث شما شود.» ۱۲ خداوند این وعده را هنگامی به اسرائیل داد که هنوز قومی کوچک بودند و در کنعان در غربت بسر می‌بردند، ۱۳ در میان قبایل سرگردان بودند و از یک دیار به دیاری دیگر می‌رفتند. ۱۴ و ۱۵ اما خداوند نگذاشت کسی بر آنها ظلم کند. او حتی پادشاهان را بخاطر آنها هشدار داده، گفت: «بر برگزیدگان من دست دراز نکنید و به انبیای من آزار نرسانید.» ۱۶ خداوند در کنعان خشکسالی پدید آورد و قحطی تمام سرزمین آنجا را فراگرفت. ۱۷ او پیش از آن یوسف را به مصر فرستاده بود. برادران یوسف او را همچون برده فروخته بودند. ۱۸ پاهای یوسف را به زنجیر بستند و گردن او را در حلقهٔ آهنی گذاشتند. ۱۹ او در زندان ماند تا زمانی که پیشگویی‌اش به وقوع پیوست. در زندان خداوند صبر و بردباری او را آزمود.

۲۰ آنگاه، فرعون دستور داد تا یوسف را از زندان بیرون آورده، آزاد سازند. ۲۱ سپس او را ناظر خانهٔ خود و حاکم سرزمین مصر نمود ۲۲ تا بر بزرگان مملکت فرمان راند و مشایخ را حکمت آموزد.

۲۳ آنگاه یعقوب و فرزندان او به مصر رفتند و در آن سرزمین ساکن شدند. ۲۴ خداوند قوم خود را در آنجا بزرگ ساخت و آنها را از دشمنانشان قوی‌تر کرد. ۲۵ اما از طرف دیگر، خداوند کاری کرد که مصری‌ها بر قوم او ظلم کنند و ایشان را بردهٔ خود سازند. ۲۶ سپس بندگان خود موسی و هارون را که برگزیده بود، نزد بنی‌اسرائیل فرستاد. ۲۷ موسی و هارون، کارهای شگفت‌انگیز و معجزات خدا را در مصر به ظهور آوردند. ۲۸ خدا سرزمین مصر را با تاریکی پوشانید اما مصریان فرمان خدا را مبنی بر آزادسازی قوم اسرائیل اطاعت نکردند. ۲۹ او آبهای ایشان را به خون مبدل ساخت و همهٔ ماهیانشان را کشت.

۳۰ زمین آنها و حتی قصر فرعون پر از قورباغه شد.

\* «بلدرچین» نوعی پرنده است با گوشتی چرب.

شوند، چون به وعده خدا که گفته بود آن زمین را به ایشان می‌دهد، ایمان نداشتند.<sup>۲۵</sup> آنها در خیمه‌های خود پیوسته غرغر می‌کردند و به دستورات خداوند گوش نمی‌دادند.<sup>۲۶</sup> از این رو، خداوند خواست ایشان را در صحرا نابود کند،<sup>۲۷</sup> و فرزندانشان را در سرزمینهای بیگانه پراکنده و آواره سازد.

<sup>۲۸</sup> بنی‌اسرائیل در «فغور» به پرستش بت‌بعل پرداختند و از گوشت قربانی‌هایی که به بت‌های بی‌جان تقدیم می‌شد، خوردند.<sup>۲۹</sup> با این رفتار خود، خشم خداوند را برانگیختند که بسبب آن بیماری وبا دامنگیر آنها شد.<sup>۳۰</sup> آنگاه «فینحاس» برخاسته، افراد مقصر را مجازات نمود و وبا قطع گردید.<sup>۳۱</sup> این کار نیک فینحاس در نزد خدا هرگز فراموش نخواهد شد و تمام نسل‌ها او را به نیکی یاد خواهند کرد.

<sup>۳۲</sup> بنی‌اسرائیل در کنار چشمه «مریبه»، خداوند را خشمگین ساختند، چنانکه حتی موسی بخاطر آنها از ورود به سرزمین کنعان محروم شد.<sup>۳۳</sup> زیرا چنان موسی را به ستوه آوردند که او غضبناک شده، سخن ناشایست بزبان راند.

<sup>۳۴</sup> آنها، قومهایی را که خداوند گفته بود از بین ببرند، نکشتند،<sup>۳۵</sup> بلکه با آنها وصلت نمودند و از کارهای بد ایشان پیروی کردند.<sup>۳۶</sup> بت‌های آنها را پرستش نمودند و با این کار، خود را محکوم به مرگ کردند.<sup>۳۷</sup> اسرائیلی‌ها، پسران و دختران خود را برای بت‌ها قربانی کردند.<sup>۳۸</sup> خون فرزندان بی‌گناه خود را برای بت‌های کنعان ریختند و زمین موعود را با خون آنها ناپاک ساختند.<sup>۳۹</sup> با این کارها، خود را آلوده کردند و به خدا خیانت ورزیدند.<sup>۴۰</sup> بنابراین، خشم خداوند بر بنی‌اسرائیل افروخته شد و او از آنها بیزار گردید.<sup>۴۱</sup> آنها را بدست قوم‌هایی که از ایشان نفرت داشتند، سپرد تا بر آنها حکمرانی کنند.<sup>۴۲</sup> دشمنانشان بر آنها ظلم کردند و ایشان را خوار و ذلیل ساختند.

<sup>۴۳</sup> خداوند بارها بنی‌اسرائیل را از دست دشمنانشان نجات بخشید، ولی آنها هر بار بر ضد او شوریدند و در گناهان خود بیشتر غرق شدند.<sup>۴۴</sup> با وجود این، هنگامی که فریاد برآوردند، خداوند به داد ایشان رسید و به درماندگی آنها توجه نمود.<sup>۴۵</sup> او

می‌فرماید و آنها را نجات می‌دهی مرا نیز به یاد آور و نجات بده تا سعادت برگزیدگان تو را ببینم و با قوم تو شادی کنم و در فخر آنها شریک باشم.

<sup>۶</sup> ما نیز مانند اجداد خود گناه کرده‌ایم؛ شرور و بدکار بوده‌ایم.<sup>۷</sup> اجدادمان معجزات تو را در مصر درک ننمودند. آنها محبت و رحمت تو را فراموش کردند و در کنار دریای سرخ از اطاعت تو سر باز زدند.<sup>۸</sup> لیکن تو، همانگونه که وعده فرموده بودی، آنها را نجات دادی و بدین وسیله قدرت خود را آشکار ساختی.<sup>۹</sup> دریای سرخ را امر فرمودی و خشک گردید و بنی‌اسرائیل را هدایت کردی تا از میان دریا که همچون بیابان، خشک شده بود گذر کنند.<sup>۱۰</sup> آنها را از دست دشمنانشان رهانیدی و آزاد ساختی.<sup>۱۱</sup> همه دشمنان آنها در دریا غرق شدند و حتی یکی از آنها نیز زنده نماند.

<sup>۱۲</sup> آنگاه قوم خداوند، به او ایمان آوردند و او را با سرود ستایش کردند.<sup>۱۳</sup> ولی طولی نکشید که معجزاتش را فراموش کردند و بدون مشورت با او به راه خود ادامه دادند.<sup>۱۴</sup> آنها با خواسته‌های نفسانی خود، خدا را در صحرا امتحان کردند.<sup>۱۵</sup> خدا هم آنچه را که خواستند به ایشان داد، ولی آنها را به بیماری سختی مبتلا ساخت.

<sup>۱۶</sup> بنی‌اسرائیل در صحرا به موسی و هارون، پیشوایان برگزیده خداوند، حسد بردند.<sup>۱۷</sup> آنگاه زمین دهان گشود و «داتان» و «ابیرام» را با خاندانشان فرو برد،<sup>۱۸</sup> و آتش از آسمان بر طرفداران ایشان افروخته شد و آن مردم شرور را سوزانید.

<sup>۱۹</sup> بنی‌اسرائیل در دامنه کوه سینا بتی گوساله شکل از طلا ساختند و آن را پرستش کردند.<sup>۲۰</sup> آنها بجای عبادت خدای پر جلال، مجسمه گاو را پرستش نمودند.<sup>۲۱</sup> به این ترتیب، خدای نجات دهنده خود را خوار شمردند و کارهای شگفت‌انگیز او را در مصر و دریای سرخ فراموش کردند.<sup>۲۳</sup> آنگاه خداوند خواست ایشان را هلاک کند، ولی خادم برگزیده او موسی به شفاعت برخاست و التماس نمود که از نابود کردن آنها بگذرد.

<sup>۲۴</sup> بنی‌اسرائیل نمی‌خواستند وارد سرزمین موعود

بزرگی که در حق آنها انجام داده است، تشکر کنند.<sup>۱۶</sup> او درهای برنجین زندانها را می شکند و زنجیرهای اسارت را پاره می کند.

<sup>۱۷</sup> افراد نادان، بسبب رفتار شرارت بار و آلوده به گناه خود، ضعیف و بیمار شدند،<sup>۱۸</sup> اشتهای خود را از دست دادند و جانشان به لب گور رسید.<sup>۱۹</sup> آنگاه در این گرفتاری خود، نزد خداوند فریاد برآوردند و او ایشان را از گرفتاریهایشان رهایی بخشید.<sup>۲۰</sup> او با کلام خود آنها را شفا بخشید و ایشان را از مرگ نجات داد.<sup>۲۱</sup> پس باید خداوند را بسبب رحمتش و کارهای بزرگی که در حق ایشان انجام داده است، سپاس گویند.<sup>۲۲</sup> باید با تقدیم قربانی از او تشکر کنند و با سرودهای شاد کارهایی را که کرده است اعلام نمایند.

<sup>۲۳</sup> برخی به کشتی سوار شده، به دریا رفتند و به کار تجارت مشغول شدند.<sup>۲۴</sup> آنان قدرت خداوند را دیدند و کارهای شگرف او را در اعماق دریاها مشاهده نمودند.<sup>۲۵</sup> به امر او بادی شدید ایجاد شد و دریا را طوفانی ساخت،<sup>۲۶</sup> چنانکه کشتی ها دستخوش امواج گردیدند و بالا و پایین می رفتند. سرنشینان آنها، از ترس نیمه جان شدند<sup>۲۷</sup> و مثل مستان، تلو تلو خورده، گیج و سرگردان بودند.<sup>۲۸</sup> آنگاه در این گرفتاری خود نزد خداوند فریاد برآوردند و او ایشان را از این گرفتاری رهایی بخشید.<sup>۲۹</sup> خداوند طوفان را آرام و امواج دریا را ساکت ساخت.<sup>۳۰</sup> آنها شاد شدند زیرا از خطر رهایی یافته بودند، و سرانجام سلامت به بندر مراد خود رسیدند.<sup>۳۱</sup> پس آنها نیز باید خداوند را بسبب رحمتش و کارهای بزرگی که در حق ایشان انجام داده است، سپاس گویند.<sup>۳۲</sup> باید عظمت خداوند را در بین جماعت اسرائیل اعلام کنند و نزد بزرگان قوم، او را ستایش نمایند.

<sup>۳۳</sup> خداوند رودخانه ها را به خشکی مبدل ساخت و چشمه های آب را خشک کرد.<sup>۳۴</sup> زمین حاصلخیز را به شوره زار تبدیل نمود، زیرا ساکنان آن شرور بودند.<sup>۳۵</sup> اما بار دیگر زمین های شوره زار و خشک را حاصلخیز و پر از چشمه های آب نمود.<sup>۳۶</sup> گرسنگان را در آن اسکان داد تا شهرها بسازند،

وعده ای را که به ایشان داده بود، به یاد آورد و بسبب رحمت فراوانش، آنها را مجازات نکرد.<sup>۴۶</sup> او دل اسیرکنندگان آنها را به رقت آورد تا به آنها رحم کند.

<sup>۴۷</sup> ای خداوند، ما را نجات ده. ما را از میان قومها، به سرزمین خودمان برگردان تا نام مقدس تو را حمد گوئیم و با شادی تو را ستایش کنیم.

<sup>۴۸</sup> خداوند، خدای اسرائیل، از حال تا ابد متبارک باد. همه مردم اسرائیل بگویند: «آمین! خدا را سپاس باد!»

## در ستایش مهربانی خداوند

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

# ۱۰۷

<sup>۲</sup> کسانی که توسط خداوند نجات یافته اند به همه اعلام کنند که خداوند آنها را از دست دشمنانشان نجات داده است<sup>۳</sup> و آنها را از سرزمینهای بیگانه، از مشرق و مغرب، شمال و جنوب، به سرزمین خودشان بازگردانیده است.<sup>۴</sup> بنی اسرائیل در صحرا آواره و سرگردان بودند و جای معینی برای سکونت نداشتند،<sup>۵</sup> گرسنه و تشنه بودند و جانشان به لب رسیده بود.<sup>۶</sup> آنگاه در گرفتاری خود نزد خداوند فریاد برآوردند و او ایشان را از همه گرفتاریهایشان رهانید و ایشان را از راه راست به سرزمینی هدایت کرد که بتوانند در آن زندگی کنند.<sup>۸</sup> پس باید از خداوند، بسبب رحمتش و کارهای بزرگی که در حق ایشان انجام داده است، تشکر کنند.<sup>۹</sup> او جان تشنه و گرسنه را با نعمتهای خوب سیر می کند.

<sup>۱۰</sup> و <sup>۱۱</sup> آنانی که از دستورات خدا سرپیچیدند و به او اهانت کردند، اسیر و زندانی شدند و مرگ بر آنها سایه افکند.<sup>۱۲</sup> پشت آنها در زیر بار مشقت خم شد و سرانجام افتادند و کسی نبود که ایشان را یاری کند.<sup>۱۳</sup> آنگاه در گرفتاری خود نزد خداوند فریاد برآوردند و او آنها را از همه گرفتاریهایشان رهانید.<sup>۱۴</sup> آنها را از مرگی که بر آنها سایه افکنده بود رهانید و زنجیرهای اسارت ایشان را پاره کرد.

<sup>۱۵</sup> پس باید از خداوند، بسبب رحمتش و کارهای

زیرا کمک انسان بی‌فایده است. <sup>۱۳</sup> با کمک تو ای خدا، پیروز خواهیم شد، زیرا این تویی که دشمنان ما را شکست خواهی داد!

### شکایت از دست ظالم

**۱۰۹** ای خدا و ای معبود من، خاموش مباش! <sup>۱</sup> بدکاران به من تهمت ناروا می‌زنند و حرفهای دروغ درباره‌ی من می‌گویند. <sup>۲</sup> با نفرت دور مرا گرفته‌اند و بی‌سبب با من می‌جنگند. <sup>۳</sup> من آنها را دوست دارم و برای ایشان دعای خیر می‌کنم، ولی آنها با من مخالفت می‌ورزند. <sup>۴</sup> به عوض خوبی، به من بدی می‌کنند و به عوض محبت، با من دشمنی می‌نمایند.

<sup>۵</sup> ای خدا، دشمنم را به دست داوری ظالم بسپار و بگذار یکی از بدخواهانش کنار او بایستد و بر ضد او شهادت دهد. <sup>۶</sup> بگذار او در محاکمه مجرم شناخته شود. حتی دعای او، برایش جرم محسوب گردد. <sup>۷</sup> عمرش کوتاه شود و دیگری جا و مقام او را بگیرد. <sup>۸</sup> فرزندانش یتیم و زنش بیوه شود. <sup>۹</sup> فرزندان او آواره شده، در میان ویرانه‌های خانه‌ی خود به گدایی بنشینند. <sup>۱۰</sup> طلبکاران تمام دارایی او را ضبط نمایند و بیگانگان هر آنچه را که او به زحمت اندوخته است، تاراج کنند. <sup>۱۱</sup> کسی بر او رحم نکند و برای یتیمان او دل نسوزاند. <sup>۱۲</sup> نسلش بکلی از بین برود و دیگر نامی از آنها باقی نماند. <sup>۱۳</sup> خداوند گناهان اجدادش را به یاد آورد و گناهان مادرش را نیامرزد. <sup>۱۴</sup> گناهان آنها در نظر خداوند همیشه بماند، اما نام و نشان آنها از روی زمین محو گردد.

<sup>۱۵</sup> این دشمن من رحم نداشت. او بر فقیران و بی‌کسان ظلم می‌کرد و آنها را می‌کشت. <sup>۱۶</sup> دوست داشت مردم را نفرین کند، پس خودش نفرین شود. نمی‌خواست به مردم برکت رساند، پس خود از برکت محروم شود. <sup>۱۷</sup> تمام وجودش به نفرین آلوده بود، پس باشد که نفرینهای او مانند آبی که می‌نوشد وارد بدنش شود و مغز استخوانهایش را بخورد؛ همچون لباس او را در بگیرد و چون کمر بند، به دور او حلقه زند.

کشت و زرع کنند و تاکستانها ایجاد نمایند. <sup>۱۸</sup> خداوند آنها را برکت داده، فرزندان بسیاری به ایشان بخشید، و نگذاشت رمله‌ها و گله‌هایشان کم شوند.

<sup>۱۹</sup> هنگامی که قوم خداوند در زیر ظلم و ستم رو به نابودی می‌رفتند، <sup>۲۰</sup> خداوند کسانی را که بر قومش ظلم می‌کردند خوار و ذلیل ساخت و آنها را در میان ویرانه‌ها، آواره و سرگردان کرد. <sup>۲۱</sup> او قوم فقیر و درمانده‌ی خود را از زیر بار سختیها رهانید و فرزندان و گله‌های ایشان را افزونی بخشید. <sup>۲۲</sup> نیکان این را دیده، شاد خواهند شد اما بدکاران خاموش خواهند شد. <sup>۲۳</sup> خردمندان درباره‌ی اینها فکر کنند و رحمت و محبت خداوند را به یاد داشته باشند.

### دعا برای غلبه بر دشمن

**۱۰۸** ای خدا، من روحیه‌ی خود را نباخته‌ام و اعتماد خود را از دست نداده‌ام. من سرود خواهم خواند و تو را ستایش خواهم کرد. ای جان من بیدار شو! <sup>۱</sup> ای بربط و عود من بصدا درآید تا سپیده دم را بیدار سازیم! <sup>۲</sup> خداوند، در میان مردم تو را سپاس خواهم گفت و در میان قومها تو را ستایش خواهم کرد، <sup>۳</sup> زیرا رحمت تو بی‌نهایت عظیم است. <sup>۴</sup> ای خدا، جلال و شکوه تو بالاتر از آسمانها قرار گیرد و عظمت تو بر تمام جهان آشکار شود. <sup>۵</sup> ای خدایی که ما را دوست داری، با قدرت خویش ما را نجات ده و دعای ما را اجابت فرما. <sup>۶</sup> خدا در خانه‌ی مقدس خویش سخن گفته و فرموده است: «با پیروزی شهر شکیم و دره‌ی سوکوت را بین قوم خود تقسیم خواهم کرد. <sup>۷</sup> جلعاد و منسی از آن من است؛ افرایم کلاه خود من و یهودا عصای سلطنت من است. <sup>۸</sup> اما قوم موآب را مانند لگن برای شستشو بکار خواهم برد، بر قوم ادوم کفشم را خواهم انداخت و بر فلسطین فریاد بر خواهم آورد.»

<sup>۹</sup> کیست که مرا برای گرفتن شهرهای حصاردار ادوم رهبری کند؟ ای خدا، تو ما را رهبری کن؛ بلی، تو که اینک از ما روگردان شده‌ای، ما را رهبری کن! <sup>۱۰</sup> تو ما را در جنگ با دشمن کمک کن،

خواهد ایستاد.

### خداوند را سپاس باد!

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

۲ کارهای خداوند چه شگفت‌انگیزند! همه کسانی که به آنها علاقمند هستند در باره‌شان می‌اندیشند. ۳ کارهای خداوند شکوهمند است و عدالتش جاودانی! ۴ کارهای شگفت‌انگیز خداوند، فراموش نشدنی است! او رحیم و بخشنده است! ۵ خداوند، روزی ترسندگان خود را می‌رساند، او هرگز عهد خود را از یاد نمی‌برد. ۶ خداوند سرزمینهای قوم‌های بیگانه را به بنی اسرائیل بخشید و به این وسیله قدرتش را به قوم خود نشان داد.

۷ هر کاری که خداوند انجام می‌دهد، درست و منصفانه است. همه احکام او قابل اعتماد می‌باشند. ۸ کارها و احکام خداوند تا ابد باقی می‌مانند، زیرا بر عدل و راستی بنا شده‌اند. ۹ او با دادن فدیة، قوم خود را آزاد کرده است و با آنها عهد ابدی بسته است. او مقدس و قدرتمند است.

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

### خوشبختی درستکاران

۱۱۲ خداوند را سپاس باد! خوشبخت کسی که از خداوند می‌ترسد و احکام او را با رغبت انجام می‌دهد. ۲ فرزندان شخص درستکار در دنیا نیرومند خواهند شد و نسل او برکت خواهند یافت. ۳ خانواده‌اش صاحب مال و ثروت خواهد شد و خوبیهای او هرگز از یاد نخواهد رفت. ۴ برای کسی که درستکار و بخشنده، مهربان و نیکوکار است، حتی در تاریکی شب نیز نور طلوع می‌کند. ۵ خوشبخت است کسی که دلسوز و قرض دهنده باشد و در کسب و کارش با انصاف باشد. ۶ او در زندگی پیوسته ثابت قدم و پایدار خواهد بود و نام

۲۰ ای خداوند، دشمنانم را که در باره من دروغ می‌گویند و مرا تهدید به مرگ می‌کنند، اینچنین مجازات کن. ۲۱ اما ای خداوند، با من برحسب وعده خود عمل نما و بخاطر رحمت عظیم خویش، مرا نجات ده، ۲۲ زیرا که من فقیر و درمانده و دل شکسته‌ام؛ ۲۳ همچون سایه، رو به زوال هستم و مانند ملخ از باد رانده شده‌ام. ۲۴ از بس روزه گرفته‌ام زانوهایم می‌لرزند و گوشت بدنم آب می‌شود. ۲۵ نزد دشمنان رسوا شده‌ام. هرگاه مرا می‌بینند، سر خود را تکان می‌دهند و مسخره‌ام می‌کنند.

۲۶ ای خداوند، ای خدای من، مرا یاری فرما؛ مطابق رحمت خود، مرا نجات بده، ۲۷ تا بدخواهانم بدانند که تو نجات دهنده من هستی. ۲۸ آنها مرا نفرین کنند، اما تو مرا برکت بده. آنها سرافکننده شوند، اما بنده تو، شادمان شود. ۲۹ دشمنانم شرمسار شوند و خفت و خواری وجودشان را دربرگیرد.

۳۰ خداوند را بسیار سپاس خواهم گفت و در بین مردم او را ستایش خواهم کرد، ۳۱ زیرا او از بیچارگان پشتیبانی می‌کند و ایشان را از دست ظالمان می‌رهاند.

### پادشاه برگزیده خداوند

۱۱۰ خداوند، به خداوند من گفت: «به دست راست من بنشین و من دشمنانت را به زیر پاهایت خواهم افکند.»

۲ خداوند، شهر اورشلیم را پایتخت تو قرار خواهد داد تا از آنجا بر دشمنانت حکمرانی کنی. ۳ هنگامی که به قدرت برسی، قوم تو در لباس تقوی و پرهیزکاری، به حضورت خواهند آمد، و نیروی تو همچون شبنم صبحگاهی هر روز تازه‌تر خواهد شد. ۴ خداوند قسم خورده است و از آن برنخواهد گشت که تو تا ابد چون «ملک صادق» کاهن هستی. ۵ خداوند که به دست راست تو است در روز غضب خود، پادشاهان را شکست خواهد داد. ۶ او قومها را داوری خواهد کرد، و میدانهای جنگ را از اجساد کشته‌شدگان پر خواهد ساخت و در سراسر دنیا، پادشاهان را مغلوب خواهد کرد. ۷ او از نهر سر راهش خواهد نوشید و نیروی تازه گرفته، سربلند و پیروز

ای زمین، در برابر خداوند بلرز؛<sup>۸</sup> در برابر کسی که صخره را به دریاچه آب تبدیل می‌کند و از سنگ خارا، چشمه آب جاری می‌سازد.

### خدای واحد حقیقی

تنها تو ای خداوند، بلی، تنها تو سزاوار تجلیل و تکریم هستی، نه ما؛ زیرا تو سرشار از رحمت و وفا می‌باشی.

# ۱۱۵

چرا مردم خدانشناس از ما پرسند: «خدای شما کجاست؟»<sup>۲</sup> خدای ما در آسمانهاست و آنچه را که اراده فرماید انجام می‌دهد.<sup>۴</sup> اما خدایان آنها، بت‌های طلا و نقره می‌باشند که با دستهای انسان ساخته شده‌اند.

بت‌هایشان دهان دارند ولی حرف نمی‌زنند. چشم دارند اما نمی‌بینند.<sup>۶</sup> گوش دارند ولی نمی‌شنوند. بینی دارند، اما نمی‌بویند.<sup>۷</sup> دست دارند، ولی لمس نمی‌کنند. پا دارند اما راه نمی‌روند. از گلویشان صدایی بیرون نمی‌آید.<sup>۸</sup> همه کسانی که این بتها را می‌سازند و آنها را پرستش می‌کنند مانند بت‌هایشان بی‌شعور و نادان هستند.

ای قوم اسرائیل، بر خداوند توکل کنید، زیرا او مددکار و محافظ شماست.<sup>۱۰</sup> ای کاهنان خداوند بر او توکل کنید، زیرا او مددکار و محافظ شماست.<sup>۱۱</sup> ای خداترسان بر خداوند توکل کنید، زیرا او مددکار و محافظ شماست.

خداوند همیشه به فکر ماست و ما را برکت می‌دهد. او مردم اسرائیل و کاهنان خود را برکت می‌دهد.<sup>۱۳</sup> خداوند همه کسانی را که او را گرامی می‌دارند، از کوچک و بزرگ، برکت می‌دهد.

خداوند شما و فرزندانان را صاحب فرزند سازد.<sup>۱۵</sup> او که آسمانها و زمین را آفرید، شما را برکت دهد.<sup>۱۶</sup> آسمانها از آن خداوند می‌باشند، ولی او زمین را به انسان بخشید.<sup>۱۷</sup> مردگان و آنانی که به عالم خاموشی می‌روند، خداوند را ستایش نمی‌کنند.<sup>۱۸</sup> اما ما زندگان، خداوند را از حال تا ابد ستایش خواهیم کرد.

خداوند را سپاس باد!

نیکش همیشه در یادها باقی خواهد ماند.

او از شنیدن خبر بد نمی‌ترسد، زیرا ایمان او قوی است و بر خداوند توکل دارد.<sup>۸</sup> او نگران نمی‌شود و نمی‌ترسد زیرا مطمئن است که شکست دشمنانش را خواهد دید.<sup>۹</sup> با سخاوتمندی به فقیران می‌بخشد؛ اثرات نیکوکاری او تا ابد باقی می‌ماند و همیشه نزد مردم سربلند و محترم می‌باشد.<sup>۱۰</sup> بدکاران این را می‌بینند و خشمگین می‌شوند؛ دندانهای خود را بهم می‌فشارند و همراه آرزوهایشان از بین می‌روند.

### در ستایش نیکویی خداوند

خداوند را سپاس باد!

# ۱۱۳

ای بندگان خداوند، نام او را ستایش کنید!<sup>۲</sup> نام او از حال تا ابد ستوده شود.<sup>۳</sup> از طلوع آفتاب تا غروب آن، نام خداوند را ستایش کنید!<sup>۴</sup> خداوند بر همه قومها حکمرانی می‌کند؛ شکوه او برتر از آسمانهاست.

خداوند، خدای ما که در آسمانها نشسته است، همتا و مانندی ندارد.

او از آسمان بر زمین نظر می‌افکند تا شخص فروتن و فقیر را از خاک بلند کند و سرافراز نماید و او را در ردیف بزرگان قوم خویش قرار دهد.<sup>۹</sup> خداوند با بخشیدن فرزندان به زن نازا او را خوشحال و سرافراز می‌سازد.

خداوند را سپاس باد!

### سرود عید پسخ

# ۱۱۴

هنگامی که مردم اسرائیل از مصر، آن سرزمین بیگانه بیرون آمدند،<sup>۲</sup> یهودا مکان عبادت خداوند شد و اسرائیل محل سلطنت او.<sup>۳</sup> دریای سرخ، چون آمدن بنی اسرائیل را دید، از مقابل آنها گریخت و رود اردن به عقب برگشت.<sup>۴</sup> کوه‌ها همچون قوچها، و تپه‌ها مانند بره‌ها به جست و خیز درآمدند.

ای دریا، تو را چه شد که گریختی؟ ای رود اردن، چرا به عقب برگشتی؟<sup>۶</sup> ای کوه‌ها و تپه‌ها، چرا مثل قوچها و بره‌ها به جست و خیز درآمدید؟

## پرستش خداوند برای رهایی از مرگ

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

۳ خطر مرگ بر من سایه افکنده بود و مایوس و غمگین بودم،<sup>۴</sup> سپس نام خداوند را خواندم و فریاد زدم: «آه ای خداوند، مرا نجات بده!»<sup>۵</sup> او چه خوب و مهربان است! آری، خدای ما رحیم است.<sup>۶</sup> خداوند افراد ساده دل و فروتن را حفظ می‌کند. من با خطر روبرو بودم، ولی او مرا نجات داد.

۷ ای جان من، آسوده باش، زیرا خداوند در حق من خوبی کرده است!<sup>۸</sup> او مرا از مرگ نجات داد و اشکهایم را پاک کرد و نگذاشت پایم بلغزد،<sup>۹</sup> تا بتوانم در این دنیا در حضور خداوند زیست کنم.

۱۰<sup>۱۱</sup> در شدت پریشانی خود گفتم: «آنها دروغ می‌گویند، من هرگز از این وضع خود نجات پیدا نخواهم کرد.» با اینحال ایمان خود را از دست ندادم. ۱۲ اما اینک در برابر همهٔ خوبیهایی که خداوند برای من کرده است، چه می‌توانم به او بدهم؟<sup>۱۳</sup> هدیهٔ نوشیدنی به حضور خداوند خواهم آورد تا از او تشکر نمایم که مرا نجات داده است.<sup>۱۴</sup> در حضور قوم او نذرهای خود را به خداوند ادا خواهم کرد.<sup>۱۵</sup> جان‌های مقدسان خداوند نزد او عزیزند، پس او نخواهد گذاشت آنها از بین بروند.

۱۶ ای خداوند، من بندهٔ تو و پسر کنیز تو هستم. تو مرا از چنگ مرگ رها ساختی.<sup>۱۷</sup> قربانی شکرگزاری را به حضورت تقدیم می‌کنم و نام تو را گرامی می‌دارم.<sup>۱۸</sup> در حضور تمام مردم اسرائیل و در خانهٔ تو که در اورشلیم است، نذرهای خود را ادا خواهم نمود.

خداوند را سپاس باد!

## در ستایش خداوند

۱۱۷ ای همهٔ قومه‌ها، خداوند را ستایش کنید! ای تمام قبایل، او را حمد گویند.<sup>۲</sup> زیرا رحمت او بر ما بسیار عظیم است و وفای او را حدی

نیست.

خداوند را سپاس باد!

## دعای تشکر برای پیروزی

۱۱۸ خداوند را ستایش کنید، زیرا او نیکوست و رحمتش بی‌پایان.<sup>۲</sup> مردم اسرائیل بگویند: «رحمت خداوند بی‌پایان است.»<sup>۳</sup> کاهنان خدا بگویند: «رحمت خداوند بی‌پایان است.»<sup>۴</sup> مردم خداترس بگویند: «رحمت خداوند بی‌پایان است.»

۵ در زحمت بودم؛ از خداوند کمک خواستم؛ او به دادم رسید و مرا رها کنید.<sup>۶</sup> خداوند با من است، پس نخواهم ترسید. انسان چه می‌تواند به من بکند؟<sup>۷</sup> خداوند مددکار من است و من شکست دشمنانم را با چشمان خود خواهم دید!<sup>۸</sup> به خداوند پناه بردن بهتر است از امید بستن به انسان.<sup>۹</sup> آری، به خداوند پناه بردن حتی بهتر است از امید بستن به امیران.

۱۰<sup>۱۱</sup> اگر همهٔ دشمنان مانند زنبور بر سر من بریزند و دور مرا بگیرند، به یاری خداوند تمام آنها را نابود خواهم کرد. آنها مثل خارها که دوامی ندارند خواهند سوخت و فوری خاموش خواهند شد.<sup>۱۳</sup> دشمن بر من هجوم آورد تا نابودم کند، ولی خداوند مرا کمک نمود.<sup>۱۴</sup> خداوند قوت و سرود من است؛ او باعث نجات من شده است.

۱۵ فریاد پیروزی قوم خدا از خیمه‌هایشان شنیده می‌شود که می‌گویند: «دست توانای خداوند متعال این پیروزی را نصیب ما ساخته است!»<sup>۱۶</sup> آری، دست توانای خداوند متعال، ما را در جنگ پیروز ساخته است!

۱۷ من نخواهم مرد، بلکه زنده خواهم ماند و کارهای خداوند را برای همه تعریف خواهم کرد.<sup>۱۸</sup> خداوند مرا بسختی تنبیه نموده، ولی نگذاشته است که بمیرم.

۱۹ دروازه‌های خانهٔ خدا را باز کنید تا وارد شوم و خداوند را پرستش کنم!<sup>۲۰</sup> این دروازهٔ خداوند است؛ فقط نیکوکاران می‌توانند از آن وارد شوند.



دستورات آن! <sup>۱۰</sup> خداوندا، با تمام وجودم تو را می‌جویم، پس نگذار از راه تو منحرف شوم. <sup>۱۱</sup> کلام تو را در دل خود حفظ می‌کنم و بخاطر می‌سپارم تا مبادا نسبت به تو گناه ورزم! <sup>۱۲</sup> ای خداوند متبارک، احکام خود را به من بیاموز! <sup>۱۳</sup> تمام دستورات تو را با صدای بلند بیان خواهم کرد. <sup>۱۴</sup> و <sup>۱۵</sup> بیش از هر چیز دیگر، از پیروی احکام تو لذت می‌برم! در کلام تو تفکر خواهم کرد و دستورات را بخاطر خواهم سپرد. <sup>۱۶</sup> از قوانین تو لذت می‌برم و هرگز آنها را فراموش نخواهم کرد.

### خوشبختی در احکام خداوند

<sup>۱۷</sup> خداوندا، به این خدمتگزارت احسان نما تا زنده بمانم و کلام تو را اطاعت کنم. <sup>۱۸</sup> چشمانم را بگشا تا حقایق شگفت‌انگیز کلام تو را بینم. <sup>۱۹</sup> من در این دنیا غریب هستم؛ ای خدا، احکام خود را از من مخفی مدار. <sup>۲۰</sup> اشتیاق به دانستن اوامر تو، همچون آتش همواره جانم را می‌سوزاند! <sup>۲۱</sup> تو متکبران ملعون را که از دستورات تو سرپیچی می‌کنند، مجازات خواهی کرد. <sup>۲۲</sup> ننگ و رسوایی را از من بگیر، زیرا دستورات تو را انجام داده‌ام. <sup>۲۳</sup> حکمرانان می‌نشینند و بر ضد من توطئه می‌چینند، اما من به احکام تو فکر می‌کنم. <sup>۲۴</sup> کلام تو موجب شادی من است و همیشه مرا راهنمایی کرده است.

### تصمیم به اطاعت از احکام خدا

<sup>۲۵</sup> ای خداوند، جانم به خاک چسبیده است؛ مرا زنده ساز! <sup>۲۶</sup> رازهای دل خود را در حضورت گشودم و تو مرا اجابت فرمودی. اکنون احکام خود را به من بیاموز. <sup>۲۷</sup> دستورات را به من یاد ده تا در باره کلام شگفت‌انگیز تو تفکر نمایم. <sup>۲۸</sup> جان من از حزن و اندوه پژمرده می‌شود؛ با کلامت جان مرا تازه ساز! <sup>۲۹</sup> نگذار به راه خطا روم؛ احکام خود را به من تعلیم ده. <sup>۳۰</sup> من راه راست را اختیار نموده‌ام و داوریهای تو را از نظر خود دور نداشته‌ام. <sup>۳۱</sup> خداوندا، دستورات تو را بجا می‌آورم؛ مگذار شرمنده شوم. <sup>۳۲</sup> با اشتیاق فراوان در راه تو گام برمی‌دارم، زیرا تو دل مرا از بند

<sup>۲۱</sup> ای خداوند، تو را ستایش می‌کنم که مرا اجابت فرموده، نجاتم دادی.

<sup>۲۲</sup> همان سنگی را که معماران نپسندیدند و دور انداختند، اینک مهمترین سنگ ساختمان شده است. <sup>۲۳</sup> این کار خداست؛ چه کار شگفت‌انگیزی! <sup>۲۴</sup> امروز روز پیروزی خداوند است، باید جشن گرفت و شادی کرد! <sup>۲۵</sup> خداوندا، تمنا می‌کنیم ما را نجات دهی و کامیاب سازی!

<sup>۲۶</sup> برکت باد بر آن کسی که به نام خداوند می‌آید! ما از خانه خداوند، تو را برکت می‌دهیم. <sup>۲۷</sup> خداوند، همان خدایی است که ما را منور ساخته است. شاخه‌ها را بدست گیرید و جشن را آغاز کنید و بسوی قربانگاه خانه خدا پیش بروید.

<sup>۲۸</sup> تو خدای من هستی، تو را سپاس می‌گویم و بزرگی تو را ستایش می‌کنم. <sup>۲۹</sup> خداوند را ستایش کنید، زیرا او نیکوست و رحمتش بی‌پایان.

### احکام خداوند

**۱۱۹** خوشبحال آنان که در زندگی، پاک و کامل هستند و مطابق دستورات خداوند رفتار می‌کنند. <sup>۲</sup> خوشبحال کسانی که احکام خداوند را بجا می‌آورند، از صمیم قلب او را اطاعت می‌کنند <sup>۳</sup> و به راه‌های کج نمی‌روند، بلکه در راه‌هایی گام بر می‌دارند که خدا نشان داده است. <sup>۴</sup> خداوندا، تو احکام خود را به ما داده‌ای و فرموده‌ای که آنها را با جدیت انجام دهیم. <sup>۵</sup> چقدر آرزو دارم که در انجام دستورات تو مطیع و وفادار باشم! <sup>۶</sup> اگر تمام دستورات تو را پیوسته در نظر داشته باشم، هیچوقت شرمنده نخواهم شد! <sup>۷</sup> وقتی داوریهای منصفانه تو را بیاموزم، از صمیم قلب تو را حمد خواهم گفت! <sup>۸</sup> ای خداوند، قوانین تو را بجا خواهم آورد؛ تو هیچگاه مرا ترک نکن!

### اطاعت از احکام خداوند

<sup>۹</sup> مرد جوان چگونه می‌تواند زندگی خود را پاک نگاه دارد؟ بوسیله خواندن کلام خدا و اطاعت از

صادر کرده بودی، به یاد آوردم و بوسیله آنها خود را دلداری دادم. <sup>۵۳</sup> وقتی می بینم بدکاران احکام تو را می شکنند، بسیار خشمگین می شوم. <sup>۵۴</sup> هر جا مسکن گزینم، احکام تو سرود من خواهد بود. <sup>۵۵</sup> ای خداوند، در شب نیز افکارم متوجه توست و درباره کلام تو می اندیشم. <sup>۵۶</sup> سعادت من در این است که از اوامر تو اطاعت کنم.

### تعهد نسبت به احکام خداوند

<sup>۵۷</sup> ای خداوند، تو همه چیز من هستی، به همین سبب است که گفته ام مطیع کلامت خواهم بود. <sup>۵۸</sup> با تمام دل خود طالب رضامندی تو می باشم، طبق وعدهات بر من رحم فرما! <sup>۵۹</sup> در باره زندگی خود بسیار اندیشیدم و بسوی تو آمدم تا از احکام تو پیروی کنم. <sup>۶۰</sup> با شتاب آمدم تا اوامر تو را اجرا کنم. <sup>۶۱</sup> بدکاران کوشیدند مرا به گناه بکشانند، اما من احکام تو را فراموش نکردم. <sup>۶۲</sup> در نیمه های شب برمی خیزم تا تو را بسبب داوری عادلانهات ستایش کنم. <sup>۶۳</sup> من دوست همه کسانی هستم که تو را گرامی می دارند و دستوراتت را انجام می دهند. <sup>۶۴</sup> ای خداوند، زمین از رحمت تو پر است! احکام خود را به من بیاموز!

### ارزش احکام خداوند

<sup>۶۵</sup> خداوند، همانگونه که وعده دادی، بر بندهات احسان فرموده ای. <sup>۶۶</sup> حکمت و قضاوت صحیح را به من یاد ده، زیرا به احکام تو ایمان دارم. <sup>۶۷</sup> پیش از اینکه تو مرا تنبیه کنی، من گمراه بودم، اما اینک پیرو کلام تو هستم. <sup>۶۸</sup> تو نیک هستی و نیکی می کنی! احکام خود را به من بیاموز! <sup>۶۹</sup> متکبران دروغها درباره من می گویند، اما من از صمیم قلب مطیع اوامر تو هستم. <sup>۷۰</sup> آنها از فرط تن پروری عقل و شعور خود را از دست داده اند، اما من از احکام تو لذت می برم. <sup>۷۱</sup> تو مرا تنبیه کردی و این به نفع من تمام شد، زیرا باعث شد احکام تو را بیاموزم. <sup>۷۲</sup> کلام تو برای من از تمام زر و سیم دنیا باارزشتر است.

### دعا برای کسب دانایی

<sup>۳۳</sup> ای خداوند، راه اجرای احکام خود را به من بیاموز و من همیشه آنها را انجام خواهم داد. <sup>۳۴</sup> به من فهم و حکمت بده تا با تمام دل شریعت تو را نگاه دارم. <sup>۳۵</sup> مرا در راه خودت هدایت کن، زیرا راه تو را دوست دارم. <sup>۳۶</sup> دل مرا بسوی احکامت مایل ساز، نه بسوی حرص و طمع! <sup>۳۷</sup> مگذار به آنچه بی ارزش است توجه کنم؛ مرا با کلامت احیا کن! <sup>۳۸</sup> طبق وعده ای که به من داده ای عمل نما همان وعده ای که تو به مطیعان خود می دهی! <sup>۳۹</sup> ترسی را که از رسوا شدن دارم از من بگیر. احکام تو نیکوست! <sup>۴۰</sup> خداوند، مشتاق احکام تو هستم! ای خدای عادل، جان مرا تازه ساز!

### اعتماد بر احکام خداوند

<sup>۴۱</sup> ای خداوند، بر من رحم فرما و طبق وعدهات مرا نجات ده <sup>۴۲</sup> تا بتوانم پاسخ مخالفانم را بدهم، زیرا آنان مرا برای اینکه بر تو اعتماد دارم، سرزنش می کنند. <sup>۴۳</sup> قدرت بیان حقیقت را از من بگیر، زیرا به احکام تو امید بسته ام. <sup>۴۴</sup> پیوسته احکام تو را نگاه خواهم داشت! <sup>۴۵</sup> در آزادی کامل زندگی خواهم کرد، زیرا همیشه مطیع اوامر تو هستم. <sup>۴۶</sup> احکام تو را در حضور پادشاهان اعلام خواهم کرد و از این کار خود شرمند نخواهم شد. <sup>۴۷</sup> از اطاعت کردن دستورات تو لذت می برم، زیرا آنها را دوست دارم. <sup>۴۸</sup> دستورات تو را با جان و دل می پذیرم و درباره اوامر تو تفکر می کنم.

### اطمینان بر احکام خداوند

<sup>۴۹</sup> خداوند، قولی را که به بنده خود داده ای به یاد آور، زیرا مرا بوسیله آن امیدوار ساخته ای. <sup>۵۰</sup> در زمان مصیبت بوسیله کلامت تسلی یافتم، زیرا وعده تو حیات به جان من بخشید. <sup>۵۱</sup> متکبران مرا بسیار مسخره کردند، اما من هرگز احکام تو را ترک نکردم. <sup>۵۲</sup> ای خداوند، دستورات تو را که در زمانهای قدیم

## عدالت احکام خداوند

پابرجا خواهد بود و مانند زمینی که آفریده‌ای ثابت خواهد ماند. <sup>۹۱</sup> همه کاینات به فرمان تو تا بحال باقی مانده‌اند، زیرا تمام آنها در خدمت تو هستند. <sup>۹۲</sup> اگر کلام تو مایه شادمانی من نشده بود، بدون شک تا بحال از غصه مرده بودم! <sup>۹۳</sup> احکامات را هرگز فراموش نخواهم کرد، زیرا بوسیله آنها مرا حیات بخشیدی. <sup>۹۴</sup> من از آن تو هستم، نجاتم ده. کوشیده‌ام احکام تو را نگاه دارم. <sup>۹۵</sup> بدکاران منتظرند مرا نابود کنند اما من به احکام تو می‌اندیشم. <sup>۹۶</sup> برای هر کمالی انتهای دیدم، اما کلام تو کامل و بی‌انتهاست!

## عشق و علاقه به احکام خداوند

<sup>۹۷</sup> خداوندا، کلام تو را چقدر دوست دارم! تمام روز در آن تفکر می‌کنم. <sup>۹۸</sup> احکام تو مرا از مخالفانم حکیمتر ساخته است، زیرا همیشه در ذهن و وجود من است. <sup>۹۹</sup> آری، حتی از معلمان خود نیز داناتر شده‌ام، زیرا همیشه در کلامت تفکر می‌کنم. <sup>۱۰۰</sup> از ریش سفیدان قوم خود نیز خردمندتر شده‌ام، زیرا دستورات تو را اطاعت کرده‌ام. <sup>۱۰۱</sup> از رفتن به راه بد پرهیز کرده‌ام، زیرا خواست من این بوده که کلام تو را اطاعت کنم. <sup>۱۰۲</sup> از اینکه مرا تنبیه نموده‌ای، ناراحت نیستم، زیرا قصد تو تربیت من بوده است. <sup>۱۰۳</sup> کلام تو برای جان من شیرین است؛ حتی شیرینتر از عسل! <sup>۱۰۴</sup> از احکام تو دانش و حکمت کسب کردم، بهمین جهت از هر راه کج بیزار و گریزانم.

## نور از احکام خداوند

<sup>۱۰۵</sup> کلام تو چراغ راهنمای من است؛ نوری است که راه را پیش پایم روشن می‌سازد! <sup>۱۰۶</sup> قول داده‌ام که از احکام عادلانه تو اطاعت کنم و به قول خود وفادار خواهم ماند. <sup>۱۰۷</sup> ای خداوند، بسیار در مانده و پریشان هستم؛ همانگونه که وعده فرموده‌ای، جان مرا حیات ببخش! <sup>۱۰۸</sup> خداوندا، دعای شکرگزاری مرا بپذیر و احکام خود را به من بیاموز. <sup>۱۰۹</sup> جان من دایم در معرض خطر قرار می‌گیرد؛ اما من احکام تو را فراموش نمی‌کنم. <sup>۱۱۰</sup> بدکاران بر سر راه من دام می‌نهند؛ اما من از دستورات تو منحرف نمی‌شوم.

<sup>۱۳</sup> ای خداوند، تو مرا آفریده‌ای؛ پس به من دانش عطا کن تا قوانین تو را بیاموزم. <sup>۷۴</sup> آنان که تو را گرامی می‌دارند، از دیدن من خوشحال می‌شوند، زیرا من نیز بر کلام تو توکل دارم. <sup>۷۵</sup> ای خداوند، می‌دانم که از روی عدل و انصاف داوری می‌کنی و مرا نیز منصفانه تنبیه نموده‌ای. <sup>۷۶</sup> اکنون طبق وعده‌ای که فرموده‌ای، بگذار رحمت تو مایه تسلی من شود. <sup>۷۷</sup> بر من رحم فرما تا جانم تازه شود، زیرا از احکام تو لذت می‌برم! <sup>۷۸</sup> باشد که متکبران شرمنده شوند، زیرا با دروغهای خود مرا آزار رساندند؛ اما من درباره احکام تو تفکر خواهم کرد. <sup>۷۹</sup> ای خداوند، بگذار آنانی که تو را گرامی می‌دارند و با قوانین تو آشنا هستند، به نزد من آیند. <sup>۸۰</sup> مرا یاری ده که بطور کامل از دستورات تو اطاعت کنم تا شرمنده نشوم!

## دعا برای رستگاری

<sup>۸۱</sup> خداوندا، آنقدر انتظار کشیدم مرا نجات دهی که خسته و فرسوده شدم؛ اما هنوز به وعده تو امیدوارم! <sup>۸۲</sup> از بس منتظر شدم به وعده خود وفا کنی، چشمانم تار گردید! خداوندا، چه وقت به کمک من خواهی آمد؟ <sup>۸۳</sup> مانند مشک دوده گرفته و چروکیده شده‌ام؛ اما احکام تو را فراموش نکرده‌ام. <sup>۸۴</sup> تا به کی باید منتظر باشم؟ کی شکنجه‌گران مرا مجازات خواهی کرد؟ <sup>۸۵</sup> متکبران که با کلام تو مخالفت می‌کنند، برای من چاه کنده‌اند تا مرا گرفتار سازند. <sup>۸۶</sup> ای خداوند، تمام احکام تو قابل اعتماد می‌باشند. متکبران به ناحق مرا عذاب دادند. خداوندا، به دادم برس! <sup>۸۷</sup> نزدیک بود مرا از بین ببرند، اما من از دستورات تو غافل نشدم. <sup>۸۸</sup> خداوندا، تو پر از رحمتی؛ به جان من حیات ببخش تا احکامت را بجا آورم.

## ایمان به احکام خداوند

<sup>۸۹</sup> ای خداوند، کلام تو تا ابد در آسمانها پایدار خواهد ماند. <sup>۹۰</sup> وفاداری تو در همه دورانها همچنان

صمیم قلب آنها را اطاعت می‌کنم. <sup>۱۳۰</sup> درک کلام تو به انسان نور می‌بخشد و ساده‌دلان را خردمند می‌سازد. <sup>۱۳۱</sup> با اشتیاق فراوان انتظار اجرای فرامین تو را می‌کشم. <sup>۱۳۲</sup> همانگونه که بر دوستداران خود رحمت می‌فرمایی، بر من نیز نظر لطف بیافکن و مرا مورد رحمت خود قرار ده. <sup>۱۳۳</sup> با کلامت مرا راهنمایی کن تا مغلوب بدی نشوم. <sup>۱۳۴</sup> مرا از دست ظالمان نجات ده تا اوامر تو را انجام دهم. <sup>۱۳۵</sup> مرا با حضور خود برکت ده و احکام خود را به من بیاموز. <sup>۱۳۶</sup> اشک همچون سیل از چشمانم سرازیر می‌شود، زیرا مردم دستورات تو را بجا نمی‌آورند.

### عدالت احکام خداوند

<sup>۱۳۷</sup> ای خداوند، تو عادل هستی و داوریهای تو منصفانه است. <sup>۱۳۸</sup> احکامی را که وضع نموده‌ای تمام از عدل و انصاف سرشار است. <sup>۱۳۹</sup> آتش خشم من وجود مرا می‌سوزاند، زیرا دشمنانم به احکام تو بی‌اعتنایی می‌کنند. <sup>۱۴۰</sup> کلام تو آزموده شده و پاک است؛ چقدر آن را دوست دارم! <sup>۱۴۱</sup> من کوچک و نالایق هستم، اما از اجرای احکام تو غافل نمی‌شوم. <sup>۱۴۲</sup> عدالت تو ابدی است و قوانین تو همیشه راست و درست است. <sup>۱۴۳</sup> من در زحمت و فشار هستم، ولی احکام تو موجب شادی من است! <sup>۱۴۴</sup> اوامر تو همیشه عادلانه است، مرا در فهم آنها یاری فرما تا روحم تازه شود!

### دعا برای رستگاری

<sup>۱۴۵</sup> ای خداوند، با تمام قوت خود نزد تو فریاد بر می‌آورم؛ مرا اجابت فرما تا احکام تو را بجا آورم. <sup>۱۴۶</sup> از تو یاری می‌خواهم؛ مرا نجات ده تا دستورات تو را انجام دهم. <sup>۱۴۷</sup> پیش از طلوع آفتاب نزد تو دعا و التماس کردم و به انتظار وعده تو نشستم. <sup>۱۴۸</sup> تمام شب بیدار ماندم تا در کلام تو تفکر نمایم. <sup>۱۴۹</sup> ای خداوند، با رحمت خود فریادم را بشنو و طبق اوامر خود جان مرا تازه ساز! <sup>۱۵۰</sup> افراد شرور و بدکار، که بویی از احکام تو نبرده‌اند، به من نزدیک می‌شوند؛ <sup>۱۵۱</sup> اما ای خداوند، تو در کنار من هستی. همه اوامر تو

<sup>۱۱۱</sup> اوامر تو تا ابد در خزانه قلبم خواهد ماند، زیرا مایه شادی قلبم می‌باشد. <sup>۱۱۲</sup> با خود عهد بسته‌ام که تا دم مرگ کلام تو را اطاعت کنم!

### امنیت در احکام خداوند

<sup>۱۱۳</sup> از مردمان دورو و متظاهر بیزارم، اما احکام تو را دوست دارم. <sup>۱۱۴</sup> تو پناهگاه و سپر من هستی؛ امید من به وعده توست. <sup>۱۱۵</sup> ای بدکاران، از من دور شوید؛ زیرا من اوامر خدای خود را بجا می‌آورم. <sup>۱۱۶</sup> خداوند، طبق وعده‌ای که به من داده‌ای قدرت عطا فرما تا زنده بمانم. مگذار امیدم به یاس و نومیدی تبدیل شود. <sup>۱۱۷</sup> به من قدرت ببخش تا از دست دشمنانم ایمن باشم و به حفظ احکام تو بپردازم. <sup>۱۱۸</sup> تو همه کسانی را که احکام تو را قبول نمی‌کنند از خود می‌رانی و تمام نقشه‌های اغفال کننده آنها را بی‌اثر می‌سازی. <sup>۱۱۹</sup> تمام بدکاران روی زمین را مانند تفاله دور خواهی انداخت، به همین دلیل است که من اوامر تو را دوست دارم. <sup>۱۲۰</sup> ای خداوند، ترس تو در دل من است و از داوریهای تو هراسانم.

### اطاعت از احکام خداوند

<sup>۱۲۱</sup> خداوند، مرا به دست دشمنانم تسلیم مکن، زیرا آنچه را که درست و عادلانه بوده است، انجام داده‌ام. <sup>۱۲۲</sup> به من اطمینان بده که مرا یاری خواهی کرد؛ مگذار متکبران بر من ظلم کنند. <sup>۱۲۳</sup> آنقدر چشم انتظار ماندم که بیایی و مرا نجات دهی که چشمانم تار شد. <sup>۱۲۴</sup> با من طبق رحمت خود عمل نما و اوامر خود را به من بیاموز. <sup>۱۲۵</sup> من خدمتگزار تو هستم؛ به من دانایی عنایت فرما تا احکامت را درک نمایم. <sup>۱۲۶</sup> خداوند، زمان آن رسیده که تو اقدام کنی، زیرا مردم از دستورات تو سرپیچی می‌کنند. <sup>۱۲۷</sup> من احکام تو را دوست دارم؛ آنها را بیش از طلا و نقره دوست دارم. <sup>۱۲۸</sup> همه احکام تو را، در هر موردی، صحیح می‌دانم؛ اما از هر نوع تعلیم دروغ متنفرم.

### اشتیاق به اطاعت از احکام خداوند

<sup>۱۲۹</sup> ای خداوند، احکام تو بسیار عالی است؛ از

داده‌ای قدرت درک مرا زیاد کن. <sup>۱۷۰</sup> دعایم را بشنو و طبق وعده‌ات مرا نجات ده! <sup>۱۷۱</sup> همیشه تو را سپاس می‌گویم، زیرا احکام خود را به من می‌آموزی. <sup>۱۷۲</sup> کلامت را با سرود ستایش خواهم کرد، زیرا تمام احکام تو عادلانه است! <sup>۱۷۳</sup> یار و یاور من باش، زیرا مطیع کلامت هستم. <sup>۱۷۴</sup> ای خداوند، مشتاق دیدن عمل رهایی بخش تو هستم؛ کلام تو لذت زندگی من است! <sup>۱۷۵</sup> بگذار زنده بمانم و تو را سپاس بگویم! بگذار احکام تو راهنمای من باشند! <sup>۱۷۶</sup> مانند گوسفند گمشده سرگردان هستم! بیا و مرا دریاب، زیرا غلامت دستورات تو را فراموش نکرده است.

### رهایی از دست بدکاران

**۱۲۰** وقتی در زحمت بودم، از خداوند کمک خواستم و او به داد من رسید. <sup>۱</sup> ای خداوند مرا از دست دروغگویان و مردم حيله گر نجات بده. <sup>۲</sup> ای حيله گران، می‌دانید چه در انتظار شماست؟ <sup>۳</sup> تیرهای تیز و اخگرهای داغ! <sup>۴</sup> شما مانند مردمان «ماشک» و خیمه نشینان «قیدار» شرور هستید. وای بر من که در بین شما زندگی می‌کنم! <sup>۵</sup> از زندگی کردن در میان این جنگ طلبان خسته شده‌ام. <sup>۶</sup> من صلح را دوست دارم، اما آنان طرفدار جنگ هستند و به سخنان من گوش نمی‌دهند.

### خداوند حافظ من است

**۱۲۱** چشمان خود را به کوه‌ها دوخته‌ام و در انتظار کمک هستم. <sup>۱</sup> کمک من از جانب خداوند می‌آید که آسمان و زمین را آفرید. <sup>۲</sup> خداوند نخواهد گذاشت پایم بلغزد و بیفتم. او که از من حمایت می‌کند، هرگز نمی‌خوابد. <sup>۳</sup> او که از اسرائیل محافظت می‌کند، چشمانش به خواب نمی‌رود. <sup>۴</sup> خداوند خودش از تو مراقبت می‌نماید! او در کنارت است تا از تو حمایت کند. <sup>۵</sup> آفتاب در روز به تو آسیب نخواهد رسانید و نه مهتاب در شب. <sup>۶</sup> خداوند، تو را از هر بدی دور نگاه می‌دارد و جانت را حفظ می‌کند. <sup>۷</sup> خداوند، رفت و آمد تو را زیر نظر دارد و پیوسته از تو مراقبت

حقیقت است. <sup>۱۵۲</sup> احکام تو را از مدتها پیش آموختم! تو آنها را چنان تثبیت کرده‌ای که تا ابد پابرجا بمانند.

### تقاضای کمک

<sup>۱۵۳</sup> ای خداوند، بر رنجهای من نظر کن و مرا نجات ده، زیرا من نسبت به قوانین تو بی‌اعتنا نبوده‌ام. <sup>۱۵۴</sup> از حق من دفاع کن و مرا آزاد ساز و طبق وعده‌ای که داده‌ای نجاتم ده. <sup>۱۵۵</sup> بدکاران نجات نخواهند یافت، زیرا احکام تو را اطاعت نمی‌کنند. <sup>۱۵۶</sup> خداوند، رحمت تو عظیم است! طبق وعده‌ای که فرموده‌ای مرا نجات ده! <sup>۱۵۷</sup> دشمنان و آزاردهندگان من بسیارند، اما من از اطاعت نمودن احکام تو غفلت نخواهم کرد. <sup>۱۵۸</sup> وقتی به بدکاران که کلام تو را اطاعت نمی‌کنند، نگاه می‌کنم، از آنها منزجر می‌شوم. <sup>۱۵۹</sup> خداوند، ملاحظه فرما که چقدر احکام تو را دوست دارم. تو رحیم هستی، پس مرا نجات ده! <sup>۱۶۰</sup> تمام احکام تو برحق و داوریهای تو همیشه عادلانه است.

### تعهد نسبت به احکام خداوند

<sup>۱۶۱</sup> زورمندان با بی‌انصافی بر من ظلم کردند، اما من کلام تو را گرامی داشتم. <sup>۱۶۲</sup> بسبب وعده‌های تو خوشحال هستم، خوشحال مانند کسی که گنج بزرگی یافته باشد! <sup>۱۶۳</sup> از دروغ متنفّر و بیزارم، اما اوامر تو را دوست دارم. <sup>۱۶۴</sup> برای داوریهای عادلانه تو، روزی هفت بار تو را سپاس می‌گویم. <sup>۱۶۵</sup> آنان که احکام تو را دوست دارند از سلامتی کامل برخوردارند و هیچ قدرتی باعث لغزش آنان نخواهد شد! <sup>۱۶۶</sup> ای خداوند، من اوامر تو را اطاعت می‌کنم و امیدم به توست که مرا نجات دهی. <sup>۱۶۷</sup> احکام تو را انجام می‌دهم و آنها را از صمیم قلب دوست می‌دارم. <sup>۱۶۸</sup> دستورات و اوامر تو را انجام داده‌ام، زیرا تو ناظر بر همه کارهای من هستی.

### دعای کمک

<sup>۱۶۹</sup> ای خداوند، فریاد مرا بشنو! طبق وعده‌ای که

## مزامیر / ۱۲۲ تا ۱۲۶

می‌بلعیدند! <sup>۴</sup> سیل ما را با خود می‌برد و در گردابها غرق می‌شدیم!

<sup>۶</sup> سپاس بر خداوند که نگذاشت ما شکار دندانهای آنها شویم. <sup>۷</sup> همچون پرنده، از دام صیاد گریختیم. دام شکست و ما آزاد شدیم. <sup>۸</sup> مددکار ما خداوند است که آسمان و زمین را آفرید.

## امنیت قوم خدا

**۱۲۵** آنانی که بر خداوند توکل دارند، مانند کوه صهیون، همیشه ثابت و پایرجا هستند. <sup>۲</sup> چنانکه کوه‌ها گرداگرد شهر اورشلیم هستند، همچنان خداوند گرداگرد قوم خود است و تا ابد از آنها محافظت می‌کند!

<sup>۳</sup> گناهکاران در سرزمین نیکوکاران همیشه حکمرانی نخواهند کرد، و گرنه نیکوکاران نیز دست خود را به گناه آلوده خواهند کرد. <sup>۴</sup> ای خداوند، به نیکوکاران و آنانی که دلشان با تو راست است، احسان کن، <sup>۵</sup> اما آنانی را که به راه‌های کج خود می‌روند، با سایر بدکاران مجازات کن. صلح و سلامتی بر اسرائیل باد!

## دعا برای بازیافتن نعمت‌های گذشته

**۱۲۶** هنگامی که خداوند ما را از اسارت به اورشلیم باز آورد، فکر کردیم که خواب می‌بینیم! <sup>۲</sup> سپس دهان ما از خنده پر شد و سرود شادی سر دادیم! آنگاه قوم‌های دیگر درباره ما گفتند: «خداوند برای بنی اسرائیل کارهای شگفت‌انگیز کرده است!»

<sup>۳</sup> آری خداوند، تو برای ما کارهای شگفت‌انگیز کرده‌ای و ما را آزاد ساخته‌ای! <sup>۴</sup> ای خداوند، آنچه را از دست داده‌ایم به ما بازگردان؛ چنانکه باران، آب را به زمین خشک باز می‌گرداند. <sup>۵</sup> بگذار آنانی که با اشک می‌کارند، با شادی درو کنند!

<sup>۶</sup> کسانی که با امید و انتظار بیرون رفته بذر می‌افشانند، با شادی محصول خود را باز خواهند آورد.

## دعا برای اورشلیم

**۱۲۲** هنگامی که به من می‌گفتند: «بیا تا به خانه خداوند برویم» بسیار خوشحال می‌شدم! <sup>۲</sup> و اینک اینجا در میان دروازه‌های اورشلیم ایستاده‌ایم!

<sup>۳</sup> اورشلیم اینک بازسازی شده و بشکل شهری آراسته درآمده است. <sup>۴</sup> قبایل اسرائیل به اورشلیم می‌آیند تا طبق دستوری که خداوند به ایشان داده است، او را سپاس گویند و پرستش کنند. <sup>۵</sup> این همان دروازه‌ای است که پادشاهان اسرائیل می‌نشستند تا به شکایات مردم رسیدگی کنند.

<sup>۶</sup> برای برقراری صلح و سلامتی در اورشلیم دعا کنید! همه کسانی که این شهر را دوست دارند، کامیاب باشند. <sup>۷</sup> ای اورشلیم، صلح و سلامتی در حصارهای تو و رفاه و آسایش در قصرهایت برقرار باد! <sup>۸</sup> برای برقراری صلح در اورشلیم دعا می‌کنم زیرا برادران و دوستانم در آنجا هستند. <sup>۹</sup> ای اورشلیم، بخاطر خانه خداوند، سعادت تو را بخواهیم.

## دعا برای رحمت

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

<sup>۲</sup> چنانکه غلامان و کنیزان از اربابان خود رحمت و کمک انتظار دارند چشمان ما نیز ای خداوند، بسوی تو است تا بر ما رحمت فرمایی. <sup>۳</sup> ای خداوند، بر ما رحمت فرما! بر ما رحمت فرما، زیرا به ما اهانت بسیار شده و جانمان از دست ثروتمندان ظالم و مغرور به لب رسیده است.

## خداوند، پشتیبان قوم خود است

**۱۲۴** قوم اسرائیل جواب این سؤال را بدهد: «اگر خداوند با ما نمی‌بود چه می‌شد؟» <sup>۲</sup> هنگامی که دشمنان درنده‌خوی ما بر ما یورش آوردند، اگر خداوند با ما نمی‌بود آنها ما را زنده

اما نتوانستند مرا از پای در آورند. <sup>۳</sup> ضربات شلاق آنان پشت مرا به شکل زمینی شیار شده در آورد، <sup>۴</sup> اما خداوند مرا از اسارت آنان آزاد ساخت.»

<sup>۵</sup> سرنگون شوند تمام کسانی که از اسرائیل نفرت دارند! <sup>۶</sup> همچون گیاهی باشند که بر پشت بامها می‌روید، که پیش از آنکه آن را بچینند، می‌خشکد و کسی آن را جمع نمی‌کند و به شکل بافه نمی‌بندد. <sup>۷</sup> رهگذران آنان را برکت ندهند و نگویند: «برکت خداوند بر شما باد!» و یا «ما شما را به نام خداوند برکت می‌دهیم.»

### درخواست یاری از خداوند

**۱۳۰** ای خداوند، از گرداب غم نزد تو فریاد برمی‌آورم. <sup>۲</sup> خداوندا، صدای مرا بشنو و به ناله‌ام گوش فرا ده!

<sup>۳</sup> ای خداوند، اگر تو گناهان ما را به نظر آوری، کیست که بتواند تبرئه شود؟ <sup>۴</sup> اما تو گناهان ما را می‌بخشی، پس تو را گرامی می‌داریم و از تو اطاعت می‌کنیم.

<sup>۵</sup> من بی‌صبرانه منتظر خداوند هستم و به وعده‌ای که داده است امید بسته‌ام. <sup>۶</sup> آری، من منتظر خداوند هستم بیش از کشیک‌چینی که منتظر دمیدن سپیده‌صبح هستند!

<sup>۷</sup> ای اسرائیل، به خداوند امیدوار باش، زیرا رحمت او عظیم است؛ اوست که می‌تواند ما را نجات بخشد. <sup>۸</sup> خداوند اسرائیل را از همه گناهانش نجات خواهد داد.

### دعای انسان فروتن

**۱۳۱** ای خداوند، من از خودبینی و تکبر دست کشیده‌ام؛ از آنچه بزرگتر و بلندتر از عقل من است خود را دور نگه داشته‌ام. <sup>۲</sup> جان مضطرب خود را آرام ساخته‌ام. اینک، دل من، همچون کودکی که در آغوش مادر آرمیده، آرام و بی‌تشویش است.

<sup>۳</sup> ای اسرائیل، بر خداوند امیدوار باش، از حال تا ابد!

### در ستایش نیکی خداوند

**۱۲۷** اگر خداوند خانه را بنا نکند، بناکنندگان زحمت بیهوده می‌کشند؛

اگر خداوند شهر را نگهبانی نکند، نگهبانان بیهوده نگهبانی می‌کنند. <sup>۲</sup> بیهوده است که شما برای امرار معاش، این همه زحمت می‌کشید، صبح زود بر می‌خیزید و شب دیر می‌خوابید؛ زیرا هنگامی که عزیزان خداوند در خوابند، او برای ایشان تدارک می‌بیند.

<sup>۳</sup> فرزندان هدایایی هستند از جانب خداوند. آنها پاداشی هستند که خداوند به انسان می‌دهد. <sup>۴</sup> پسرانی که برای مرد جوان متولد می‌شوند، همچون تیرهای تیزی هستند در دست او. <sup>۵</sup> خوشبحال کسی که ترکش خود را از چنین تیرهایی پر می‌کند! او در جدل با دشمنان هرگز مغلوب نخواهد شد.

### پاداش اطاعت از خداوند

**۱۲۸** خوشبحال کسی که خداوند را گرامی می‌دارد و از او اطاعت می‌کند. <sup>۲</sup> حاصل

دسترنج او پربرکت خواهد بود و خداوند او را کامیاب خواهد ساخت. <sup>۳</sup> زن او در خانه‌اش همچون درخت انگور پرثمر خواهد بود. فرزندانش مانند درختان زیتون قوی و سالم، به دور سفره‌اش خواهند نشست. <sup>۴</sup> این است پاداش خداوند به کسی که او را گرامی می‌دارد.

<sup>۵</sup> خداوند تو را از صهیون برکت دهد! باشد که تو در تمام روزهای زندگانت شاهد سعادت اورشلیم باشی! <sup>۶</sup> باشد که تو عمر دراز کنی و نوه‌های خود را ببینی!

صلح و سلامتی بر اورشلیم باد!

### دعا برای شکست دشمنان اسرائیل

**۱۲۹** ای اسرائیل به ما بگو هنگامی که جوان بودی، دشمنانت چگونه بر تو ظلم

می‌کردند؟

<sup>۲</sup> «هنگام جوانی دشمنانم بر من ظلم بسیار کردند،

می‌نشیند و از آنجا بر کوه‌های اورشلیم فرود می‌آید. در آنجاست که خداوند برکت خود را عنایت می‌کند، برکت زندگی جاوید را.

### دعوت به پرستش خداوند

**۱۳۴** خداوند را ستایش کنید، ای همهٔ خدمتگزاران خداوند که شبانگاه در خانهٔ خداوند خدمت می‌کنید. <sup>۲</sup> دستهای خود را به پیشگاه مقدس خداوند برافرازید و او را پرستش کنید. <sup>۳</sup> خداوندی که آسمان و زمین را آفرید، شما را از صهیون برکت خواهد داد.

### سرود پرستش

**۱۳۵** هلولیاه! خداوند را ستایش کنید! ای خدمتگزاران خداوند، او را نیایش کنید! <sup>۲</sup> ای کسانی که در صحن خانهٔ خداوند می‌ایستید، او را پرستش نمایید! <sup>۳</sup> خداوند را شکر کنید، زیرا او نیکوست. نام خداوند را بسرایید، زیرا نام او دلپسند است. <sup>۴</sup> خداوند بنی اسرائیل را برگزید تا قوم خاص او باشند. <sup>۵</sup> می‌دانم که خداوند بزرگ است و از جمیع خدایان برتر! <sup>۶</sup> او هر آنچه که بخواهد، در آسمان و زمین و حتی اعماق دریا، انجام می‌دهد. <sup>۷</sup> ابرها را از جاهای دور دست زمین بر می‌آورد، رعد و برق و باد و باران ایجاد می‌کند.

<sup>۸</sup> خداوند پسران ارشد مصریها را کشت و نخست‌زاده‌های حیواناتشان را هلاک کرد. <sup>۹</sup> در مقابل چشمان فرعون و اهالی مصر معجزات و علامات عظیم انجام داد. <sup>۱۰</sup> ممالک بزرگ را مجازات کرد و پادشاهان مقتدر را از بین برد. <sup>۱۱</sup> <sup>۱۲</sup> سیحون، پادشاه اموریان و عوج، پادشاه باشان و همهٔ پادشاهان کنعان را کشت و سرزمین آنها را به بنی اسرائیل داد.

<sup>۱۳</sup> ای خداوند، نام تو تا ابد باقی است! همهٔ نسل‌ها تو را به یاد خواهند آورد. <sup>۱۴</sup> تو قوم خود را داوری خواهی نمود و بر بندگان خود رحم خواهی کرد. <sup>۱۵</sup> خدایان قومهای دیگر، بتهای ساخته شده از طلا و نقره هستند. <sup>۱۶</sup> <sup>۱۷</sup> دهان دارند، ولی سخن نمی‌گویند؛ چشم دارند، اما نمی‌بینند؛ گوش دارند،

### در ستایش خانهٔ خدا

**۱۳۲** ای خداوند، داود و سختیهای او را فراموش مکن. به یاد آور که چگونه نزد تو قسم خورد و نذر کرد که تا مکانی برای عبادتگاه دایمی تو پیدا نکند، در خانهٔ خود راحت ننشیند و خواب به چشمانش راه ندهد و آرام نگیرد. <sup>۶</sup> در «بیت لحم» راجع به صندوق عهد تو شنیدیم، و در صحرای «یعاریم» آن را یافتیم. <sup>۷</sup> گفتیم: «بیایید به حضور خداوند وارد شویم و در پیشگاه او عبادت کنیم.»

<sup>۸</sup> ای خداوند، برخیز و همراه صندوق عهد خود که نشانهٔ قدرت توست به عبادتگاه خود بیا! <sup>۹</sup> باشد که کاهنان تو جامهٔ پاکی و راستی را در بر کنند و قوم تو با شادی سرود خوانند!

<sup>۱۰</sup> ای خداوند، بخاطر بندهات داود، پادشاه برگزیده‌ات را ترک مکن. <sup>۱۱</sup> تو به داود وعده فرمودی که همیشه یکی از فرزندانش وارث تخت و تاج او خواهد شد، و تو به وعده‌ات عمل خواهی کرد. <sup>۱۲</sup> و نیز به داود گفتی که اگر فرزندان او از احکام تو اطاعت کنند، نسل اندر نسل سلطنت خواهند کرد.

<sup>۱۳</sup> ای خداوند، تو اورشلیم را برگزیده‌ای تا در آن ساکن شوی. <sup>۱۴</sup> تو فرمودی: «تا ابد در اینجا ساکن خواهم بود، زیرا اینچنین اراده نموده‌ام. <sup>۱۵</sup> آذوقهٔ این شهر را برکت خواهم داد و فقیرانش را با نان سیر خواهم نمود. <sup>۱۶</sup> کاهنانش را در خدمتی که می‌کنند برکت خواهم داد، و مردمش با شادی سرود خواهند خواند. <sup>۱۷</sup> در اینجا قدرت داود را خواهم افزود و چراغ خاندان او را روشن نگه خواهم داشت. <sup>۱۸</sup> دشمنان او را با رسوایی خواهم پوشاند، اما سلطنت او شکوهمند خواهد بود.»

### در ستایش محبت برادرانه

**۱۳۳** چه خوشایند و چه دلپسند است که قوم خدا به یکدلی با هم زندگی کنند! <sup>۲</sup> یکدلی، همچون روغن خوشبویی است که بر سر «هارون» ریخته می‌شود و بر ریش و ردایش می‌چکد! <sup>۳</sup> یکدلی، مانند شبنمی است که بر کوه بلند «حرمون»



باشان را از میان برداشت، زیرا رحمتش ابدیست؛  
 ۲۱و۲۲ سرزمینهای ایشان را به قوم خود بنی اسرائیل  
 بخشید، زیرا رحمتش ابدیست.

۳۳ خداوند ما را در مشکلاتمان به یاد آورد، زیرا  
 رحمتش ابدیست؛ ۲۴ او ما را از دست دشمنانمان  
 نجات داد، زیرا رحمتش ابدیست. ۲۵ او روزی همه  
 انسانها را می‌رساند، زیرا رحمتش ابدیست.  
 ۲۶ خدای آسمانها را شکر گوئید، زیرا رحمتش  
 ابدیست.

### نوحه سرایی قوم اسرائیل در تبعید

**۱۳۷** کنار نهرهای بابل نشستیم و اورشلیم را  
 به یاد آوردیم و گریستیم. ۲و۳ آنان که  
 ما را اسیر کرده و تاراج نموده بودند از ما خواستند از  
 سرودهای اورشلیم بخوانیم و ایشان را شاد سازیم. اما  
 ما بریطهای خود را بر درختان بید آویختیم، زیرا  
 چگونه می‌توانستیم در دیار غریب سرود خداوند را  
 بخوانیم؟

۵ ای اورشلیم، اگر تو را فراموش کنم، دست  
 راست من از کار بیافتد تا دیگر بریط ننوازم؛ ۶ اگر از  
 فکر تو غافل شوم و تو را بر همه خوشیهای خود  
 ترجیح ندهم، زبانم لال شود تا دیگر سرود نخوانم.  
 ۷ ای خداوند، به یاد آور روزی را که اورشلیم  
 محاصره شده بود و ادومیان فریاد برمی‌آوردند: «شهر  
 را آتش بزیند و آن را با خاک یکسان کنی!»  
 ۸ ای بابل، تو ویران خواهی شد! متبارک باد آنکه  
 همان بلایی را که تو بر سر ما آوردی، بر سر خودت  
 بیاورد. ۹ سعادت‌مند باد کسی که کودکان تو را بگیرد و  
 آنها را بر صخره‌ها بکوبد!

### دعای شکرگزاری

**۱۳۸** ای خداوند، از صمیم قلب تو را سپاس  
 می‌گویم. در حضور خدایان تو را شکر  
 می‌کنم. ۲ بسوی خانه مقدس تو خم شده، تو را  
 عبادت می‌کنم و نام تو را بسبب رحمت و وفادارت  
 می‌ستایم. بخاطر نام خود، به تمام وعده‌هایی که  
 می‌دهی عمل می‌کنی. ۳ هرگاه دعا کنم، جوابم را

ولی نمی‌شنوند؛ حتی قادر نیستند نفس بکشند!  
 ۱۸ سازندگان و پرستندگان بتها نیز مانند آنها بدون  
 شعورند.

۱۹ ای بنی اسرائیل، خداوند را ستایش کنید! ای  
 کاهنان، ای خاندان هارون، خداوند را ستایش کنید!  
 ۲۰ ای لویان، خداوند را ستایش کنید! ای  
 خداشناسان، او را ستایش کنید! ۲۱ ای مردم اورشلیم،  
 خداوند را ستایش کنید، زیرا او در اورشلیم ساکن  
 است!

خداوند را ستایش کنید!

### سرود شکرگزاری

**۱۳۶** خداوند را شکر گوئید، زیرا او مهربان  
 است و رحمتش ابدیست. ۲ خدای  
 خدایان را شکر گوئید، زیرا رحمتش ابدیست.  
 ۳ پروردگار عالمیان را شکر گوئید، زیرا رحمتش  
 ابدیست.

۴ او را که معجزات عظیم می‌کند شکر کنید، زیرا  
 رحمتش ابدیست. ۵ او را که آسمانها را با حکمت  
 خویش آفرید شکر گوئید، زیرا رحمتش ابدیست.  
 ۶ او را که خشکی را بر آنها قرار داد شکر گوئید، زیرا  
 رحمتش ابدیست. ۷ او را که خورشید و ماه را در  
 آسمان آفرید شکر گوئید، زیرا رحمتش ابدیست؛  
 ۸ آفتاب را برای فرمانروایی بر روز آفرید، زیرا  
 رحمتش ابدیست؛ ۹ و ماه و ستارگان را برای  
 فرمانروایی بر شب، زیرا رحمتش ابدیست.

۱۰ خدا را که پسران ارشد مصریان را کشت شکر  
 گوئید، زیرا رحمتش ابدیست؛ ۱۱و۱۲ او بنی اسرائیل را  
 با دست توانای خود از مصر بیرون آورد، زیرا  
 رحمتش ابدیست؛ ۱۳و۱۴ دریای سرخ را شکافت و  
 بنی اسرائیل را از میان آن عبور داد، زیرا رحمتش  
 ابدیست؛ ۱۵ فرعون و لشکر او را در دریای سرخ غرق  
 ساخت، زیرا رحمتش ابدیست.

۱۶ او را که قوم خود را در صحرا رهبری کرد شکر  
 گوئید، زیرا رحمتش ابدیست؛ ۱۷و۱۸ او پادشاهان نامور  
 و قدرتمند را از بین برد، زیرا رحمتش ابدیست؛  
 ۱۹و۲۰ سیحون، پادشاه اموریان و عوج، پادشاه

می‌دهی و به جانم قوت می‌بخشی.

کارهای تو عظیم و شگفت‌انگیز است. <sup>۱۵</sup> وقتی استخوانهایم در رحم مادرم بدقت شکل می‌گرفت و من در نهن نم می‌کردم، تو از وجود من آگاه بودی؛ <sup>۱۶</sup> بلی، حتی پیش از آنکه من بوجود بیایم تو مرا دیده بودی. پیش از آنکه روزهای زندگی من آغاز شود، تو همه آنها را در دفتر خود ثبت کرده بودی. <sup>۱۷</sup> خدایا، چه عالی و چه گرانبها هستند نقشه‌هایی که تو برای من داشته‌ای! <sup>۱۸</sup> درک عظمت آنها از فهم من بالاتر است. هر روز که از خواب بیدار می‌شوم کماکان خود را در حضور تو می‌بینم.

<sup>۱۹</sup> خدایا، بدکاران را نابود کن! ای جنایتکاران از من دور شوید! <sup>۲۰</sup> خداوند، آنان درباره تو سخنان زشت بر زبان می‌آورند و به تو کفر می‌گویند. <sup>۲۱</sup> پس ای خداوند، آیا حق ندارم از کسانی که از تو نفرت دارند، متنفر باشم؟ <sup>۲۲</sup> آری، از آنها بسیار متنفر خواهم بود و دشمنان تو را دشمنان خود تلقی خواهم کرد!

<sup>۲۳</sup> و <sup>۲۴</sup> خدایا، دل مرا تفتیش کن و افکارم را بیازما؛ بین آیا فساد و نادرستی در من هست؟ تو مرا به راه حیات جاوید هدایت فرما.

### دعای محافظت

**۱۴۰** ای خداوند، مرا از دست مردان شرور نجات ده! مرا از دست ظالمان محفوظ نگاهدار! <sup>۲</sup> آنها تنها به شرارت می‌اندیشند و همواره در فکر برپا کردن نزاع هستند. <sup>۳</sup> زبانشان مانند نیش مار سمی تند و تیز است و لبهایشان همچون مار افعی سم‌کشنده دارد.

<sup>۴</sup> ای خداوند، مرا از دست مردان شرور محفوظ نگاهدار. مرا از دست مردان ظالم که برای سرنگونی من نقشه می‌کشند، حفظ فرما. <sup>۵</sup> مردان متکبر بر سر راه من تله و دام می‌گذارند تا مرا گرفتار سازند.

<sup>۶</sup> ای خداوند، من تو را خدای خود می‌دانم. فریاد مرا بشنو و به داد من برس. <sup>۷</sup> تو قوت و نجات دهنده من هستی. در میدان جنگ تو سپر من بوده‌ای! <sup>۸</sup> ای خداوند، نگذار بدکاران به مراد دل خود برسند و کامیاب شده، مغرور شوند. <sup>۹</sup> بگذار آنچه برضد من

<sup>۴</sup> ای خداوند، تمام پادشاهان جهان وقتی وعده‌های تو را بشنوند تو را خواهند ستود. <sup>۵</sup> آری، آنان کارهایی را که تو انجام داده‌ای خواهند سرایید زیرا پرشکوه و پرجلال هستی. <sup>۶</sup> تو متعالی اما به افراد فروتن توجه می‌نمایی و کارهای متکبران از نظر تو پوشیده نیست.

<sup>۷</sup> خداوند، هرچند اکنون در سختی هستم، اما تو مرا خواهی رهانید؛ تو دشمنان مرا مجازات خواهی کرد و مرا با قدرت خویش نجات خواهی داد. <sup>۸</sup> تو کار مرا به کمال خواهی رساند. ای خداوند، رحمت تو ابدیست. کاری را که آغاز نموده‌ای به کمال برسان.

### علم کامل و مراقبت خداوند

**۱۳۹** ای خداوند، تو مرا آزموده و شناخته‌ای. <sup>۲</sup> تو از نشستن و برخاستن من آگاهی. فکرهای من از تو پوشیده نیست. <sup>۳</sup> تو کار کردن و خوابیدن مرا زیر نظر داری و از همه راه‌ها و روشهای من باخبر هستی. <sup>۴</sup> حتی پیش از آنکه سخنی بر زبان آورم تو آن را می‌دانی. <sup>۵</sup> مرا از هر سو احاطه کرده‌ای و بادست خود مرا حفظ نموده‌ای. <sup>۶</sup> شناختی که تو از من داری بسیار عمیق است و من یارای درک آن را ندارم.

<sup>۷</sup> از حضور تو به کجا می‌توانم بگریزم؟ <sup>۸</sup> اگر به آسمان صعود کنم، تو در آنجا هستی؛ اگر به اعماق زمین فرو روم، تو در آنجا هستی. <sup>۹</sup> اگر بر بالهای سحر سوار شوم و به آنسوی دریاها پرواز کنم، در آنجا نیز حضور داری و با نیروی دست خود مرا هدایت خواهی کرد. <sup>۱۱</sup> اگر خود را در تاریکی پنهان کنم یا روشنایی اطراف خود را به ظلمت شب تبدیل کنم، <sup>۱۲</sup> نزد تو تاریکی تاریک نخواهد بود و شب همچون روز روشن خواهد بود. شب و روز در نظر تو یکسان است.

<sup>۱۳</sup> تو مرا در رحم مادرم نقش بستی و مرا بوجود آوردی. <sup>۱۴</sup> تو را شکر می‌کنم که مرا اینچنین شگفت‌انگیز آفریده‌ای! با تمام وجود دریافته‌ام که

شکایات خود را به حضور او می آورم و مشکلات خود را برای او بازگو می کنم. <sup>۳</sup> وقتی جانم به لب می رسد او به کمک می شتابد و راهی پیش پایم می نهد. دشمنانم بر سر راه من دام می گذارند. <sup>۴</sup> به اطراف خود نگاه می کنم و می بینم کسی نیست که مرا کمک کند. پناهی ندارم و کسی به فکر من نیست.

<sup>۵</sup> ای خداوند، تنها نزد تو فریاد برمی آورم و از تو یاری می جویم. در این دنیا، یگانه پناهگاه من تو هستی. تنها تو می توانی جانم را در امان بداری. در زندگی، تنها تو را آرزو دارم. <sup>۶</sup> فریادم را بشنو، زیرا بسیار درمانده هستم. مرا از دست دشمنانم برهان، زیرا آنها بسیار قویتر از من هستند. <sup>۷</sup> مرا از این پریشانی و اسارت آزاد کن، تا تو را بسبب خوبیهای که برابم کرده ای در جمع نیکان ستایش کنم.

### دعای شخص نومید

**۱۴۳** ای خداوند، دعای مرا بشنو و به التماس من گوش بده! تو عادل و امین هستی، پس دعایم را اجابت فرما. <sup>۲</sup> بنده خود را محاکمه نکن، زیرا هیچکس در نزد تو عادل و بی گناه نیست. <sup>۳</sup> دشمن مرا از پای در آورده و به زمین کوبیده است! روزگارم را آنچنان سیاه کرده که مرگ را در چند قدمی خود می بینم! <sup>۴</sup> روحیه خود را بکلی باختام و از ترس نزدیک است قالب تهی کنم. <sup>۵</sup> گذشته خود را به یاد می آورم و به کارهایی که تو ای خدا، برای من انجام داده ای می اندیشم. <sup>۶</sup> دستهای خود را بسوی تو دراز می کنم. جان من همچون زمین خشک، تشنه و طالب توست! <sup>۷</sup> ای خداوند، دعای مرا هرچه زودتر اجابت فرما، زیرا نومید و مأیوسم. روی خود را از من بر نگردان، مبادا بمیرم. <sup>۸</sup> هر روز صبح رحمت خود را به من بنمایان، زیرا بر تو توکل دارم. راهی را که باید بپیمایم به من نشان ده، زیرا از صمیم قلب به حضور تو دعا می کنم.

<sup>۹</sup> ای خداوند، مرا از دست دشمنانم برهان، زیرا به تو پناه آورده ام. <sup>۱۰</sup> مرا تعلیم ده تا اراده تو را بجا آورم، زیرا تو خدای من هستی. باشد که روح مهربان

اندیشیده اند بر سر خودشان بیاید. <sup>۱۰</sup> ای کاش پاره های آتش بر سرشان بریزد و آنها را بسوزاند، ای کاش به چاه عمیق افکنده شوند و هرگز از آن بیرون نیایند. <sup>۱۱</sup> ای کاش آنان که به ناحق به دیگران تهمت می زنند، کامیاب نشوند. ای کاش شخص ظالم بوسیله ظلم و شرارت خودش نابود شود.

<sup>۱۲</sup> خداوند، می دانم که تو به داد ستمدیدگان خواهی رسید و حق آنان را از ظالمان خواهی گرفت. <sup>۱۳</sup> ای خداوند، نیکان نام تو را ستایش خواهند کرد و درستکاران در حضور تو خواهند زیست.

### دعای شبانگاهی

**۱۴۱** ای خداوند، تو را به یاری می طلبم، پس نزد من بشتاب! وقتی فریاد بر می آورم و کمک می خواهم، صدای مرا بشنو! <sup>۲</sup> بگذار دعای من مانند دود بخور به حضور تو رسد و برافراشتن دستهایم بسوی تو، همچون قربانی شامگاهی باشد. <sup>۳</sup> ای خداوند، تو مراقب سخنان من باش و زبانم را نگاه دار. <sup>۴</sup> هر نوع تمایل بد را از من دور کن، مبادا با مردان بدکار مرتکب اعمال زشت شوم و در بزم آنها شرکت کنم. <sup>۵</sup> بگذار مرد نیک مرا بزند که لطفی در حق من خواهد بود؛ بگذار مرا تأدیب و تنبیه کند که برایم افتخار خواهد بود و از آن ابا نخواهم کرد. اما با بدکاران مخالفت خواهم کرد و دعا خواهم کرد که به سزای اعمالشان برسند. <sup>۶</sup> وقتی رهبران این بدکاران از صخره ها به پایین پرتاب شوند و استخوانهایشان به هرسو پراکنده گردد، آنگاه مردم به درستی سخنان من پی خواهند برد.

<sup>۸</sup> ای خداوند، از تو انتظار کمک دارم. تو پناهگاه من هستی. نگذار بدکاران مرا از بین ببرند. <sup>۹</sup> مرا از دام و تله شروران برهان. <sup>۱۰</sup> بگذار من جان سالم بدر برم، اما آنان در دام خود گرفتار شوند.

### دعای کمک

**۱۴۲** با صدای بلند نزد خداوند فریاد می زنم و درخواست کمک می نمایم. <sup>۲</sup> تمام

۱۵ خوشابحال قومی که چنین وضعی دارند و «یَهْوَه» خدای ایشان است!

### سرود پرستش

ای خدا، ای پادشاه من، تو را گرامی خواهم داشت و تا ابد ستایشت خواهم کرد! <sup>۱</sup> هر روز تو را خواهم پرستید و تا ابد نامت را سپاس خواهم گفت! <sup>۲</sup> ای خداوند، تو بی‌نهایت عظیم هستی و درخور ستایشی؛ عظمت تو فوق قدرت درک انسانی است.

<sup>۳</sup> اعمال تو را مردم روی زمین نسل اندر نسل خواهند ستود و از کارهای تو تعریف خواهند کرد. <sup>۴</sup> آنها از شکوه و عظمت تو سخن خواهند گفت و من درباره کارهای عجیب و شگفت‌انگیزت سخن خواهم راند. <sup>۵</sup> کارهای مقتدرانه تو ورد زبان آنها خواهد بود و من عظمت تو را بیان خواهم نمود. <sup>۶</sup> آنها درباره مهربانی بیحد تو سخن خواهند گفت و من عدالت تو را خواهم ستود. <sup>۷</sup> خداوند بخشنده و مهربان است. او دیر غضبناک می‌شود و بسیار رحیم است. <sup>۸</sup> او به همه خوبی می‌کند و تمام کارهایش توأم با محبت است.

<sup>۹</sup> ای خداوند، همه مخلوقات تو را ستایش خواهند کرد و همه مقدسات تو را سپاس خواهند گفت. <sup>۱۰</sup> آنها از شکوه ملکوت تو تعریف خواهند کرد و از قدرت تو سخن خواهند گفت، بطوری که همه متوجه عظمت کارهای تو و شکوه ملکوتت خواهند شد. <sup>۱۱</sup> ملکوت تو جاودانی و سلطنتت بی‌زوال است! <sup>۱۲</sup> خداوند همه کسانی را که در زحمتند یاری می‌دهد و دست افتادگان را می‌گیرد و بر می‌خیزاند.

<sup>۱۳</sup> ای خداوند، چشمان همه موجودات زنده به تو دوخته شده است تا روزی آنها را به موقع به آنها برسانی. <sup>۱۴</sup> دست پربرکت خود را بسوی آنها دراز کن و نیاز همگان را برآورده ساز.

<sup>۱۵</sup> خداوند در تمام کارهایش عادل و مهربان است. <sup>۱۶</sup> خداوند به آنانی که او را به راستی و صداقت طلب می‌کنند نزدیک است. <sup>۱۷</sup> خداوند آرزوی

تو مرا به راه راست هدایت نماید.

<sup>۱۸</sup> ای خداوند عادل، بخاطر نام خود جانم را حفظ کن. <sup>۱۹</sup> بر من رحمت فرما و همه دشمنان و مخالفانم را نابود کن، زیرا من خدمتگزار تو هستم.

### شکرگزاری پادشاه برای پیروزی

سپاس بر خداوند که تکیه‌گاه من است و در میدان جنگ به من قوت و مهارت می‌بخشد. <sup>۱</sup> او همیشه نسبت به من رحیم و مهربان بوده است. او سپر و قلعه پناهگاه من است و مرا نجات می‌بخشد. بر او توکل دارم، زیرا قوم مرا زیر فرمان من نگه می‌دارد.

<sup>۲</sup> ای خداوند، انسان چیست که به او توجه نمایی؟ بنی آدم چه ارزشی دارد که به فکر او باشی؟ <sup>۳</sup> عمر او دمی بیش نیست؛ روزهای زندگی‌اش همچون سایه می‌گذرد.

<sup>۴</sup> ای خداوند، آسمان را بشکاف و فرود بیا! کوه‌ها را لمس کن تا از آنها دود برخیزد. <sup>۵</sup> رعد و برق بفرست و دشمنان را پراکنده ساز؛ تیرهای پرتاب کن و آنها را از پای درآور! <sup>۶</sup> دستت را از آسمان دراز کن و مرا از میان آبهای عمیق نجات ده؛ بلی، مرا از چنگ این بیگانگان که سخنانشان سراسر دروغ است، آزاد ساز!

<sup>۷</sup> ای خدا، تو را سرودی تازه می‌سرایم! سرودم را با نغمه برپده تار برای تو می‌سرایم! <sup>۸</sup> تو پادشاهان را نجات می‌دهی و خدمتگزارت داود را از دم شمشیر می‌رهانی! <sup>۹</sup> مرا از دست دشمن ظالم برهان؛ مرا از چنگ این بیگانگانی که سخنانشان سراسر دروغ است نجات ده!

<sup>۱۰</sup> باشد که پسران ما رشد کرده، همچون درختان تنومند و قدبلند شوند و دختران ما مانند پیکرهای سنگی خوش‌تراش قصر پادشاه گردند! <sup>۱۱</sup> باشد که انبارهای ما از انواع محصولات پر شود و گوسفندانمان در صحراها هزاران هزار بره بزایند! <sup>۱۲</sup> باشد که گاوانمان باردار شده، بدون زحمت بزایند! باشد که در کوچه‌هایمان صدای آه و ناله نباشد!

۲ خداوند اورشلیم را دوباره بنا می‌کند و پراکندگان اسرائیل را جمع می‌نماید. ۳ او دلشکستگان را شفا می‌بخشد و زخمهای ایشان را می‌بندد.

۴ خداوند حساب ستارگان را دارد و نام هر یک از آنها را می‌داند. ۵ خداوند ما بزرگ و تواناست و حکمت او را انتها نیست. ۶ او بیچارگان را سرفراز می‌کند، اما روی بدکاران را به خاک می‌مالد.

۷ خداوند را با سرود پیرستید! او را با نغمه بریط ستایش کنید! ۸ او ابرها را بر آسمان می‌گستراند و باران را بر زمین می‌باراند و گیاه را می‌رویاند، ۹ به حیوانات غذا می‌دهد و روزی جوجه کلاغها را می‌رساند.

۱۰ خداوند به نیروی اسب رغبت ندارد و قدرت انسان او را خشنود نمی‌سازد؛ ۱۱ خشنودی او از کسانی است که او را گرامی می‌دارند و به رحمت وی امید بسته‌اند.

۱۲ ای اورشلیم، خداوند را ستایش کن! ای صهیون، خدای خود را سپاس بگو! ۱۳ زیرا او دروازه‌هایت را محکم به روی دشمن بسته و فرزندان را که در درون هستند برکت داده است. ۱۴ او مرزهایت را در صلح و آرامش نگه می‌دارد و تو را با بهترین نان گندم سیر می‌نماید.

۱۵ خداوند به زمین دستور می‌دهد و هر چه می‌فرماید فوری عملی می‌شود. ۱۶ او برف را مانند لحاف بر سطح زمین می‌گستراند و شبنم را همچون خاکستر همه جا پخش می‌کند. ۱۷ خداوند دانه‌های تگرگ را مانند سنگریزه فرو می‌ریزد و کیست که تاب تحمل سرمای آن را داشته باشد؟ ۱۸ سپس دستور می‌دهد و یخها آب می‌شوند؛ باد می‌فرستد و آبها جاری می‌شوند.

۱۹ او شریعت و احکام خود را به قوم اسرائیل داده است. ۲۰ این کار را تنها در مورد اسرائیل انجام داده است و نه قوم دیگری؛ لذا قومهای دیگر با شریعت او آشنا نیستند.

خداوند را سپاس باد!

کسانی را که او را گرامی می‌دارند برآورده می‌سازد و دعای آنها را شنیده، ایشان را نجات می‌بخشد. ۲۰ خداوند دوستداران خویش را محفوظ می‌دارد، اما بدکاران را نابود می‌کند.

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

## در ستایش خدای نجات دهنده

خداوند را سپاس باد!

# ۱۴۶

ای جان من، خداوند را ستایش کن. ۲ آری، تا زنده‌ام خداوند را سپاس خواهم گفت؛ تا نفس دارم خدای خود را ستایش خواهم کرد. ۳ بر رهبران انسانی توکل نکنید؛ آنها همگی فانی هستند و قادر به نجات دادن نیستند. ۴ وقتی آنها می‌میرند به خاک باز می‌گردند و تمام نقشه‌هایشان نقش بر آب می‌شود!

۵ اما خوشبحال کسی که خدای یعقوب مددکار اوست و امیدش بر یهوه، خدای او می‌باشد، ۶ همان خدایی که آسمان و زمین و دریا و آنچه را که در آنهاست، آفرید. او خدایی است که همیشه نسبت به وعده‌هایش امین می‌ماند، ۷ به داد مظلومان می‌رسد، و گرسنگان را سیر می‌کند. خداوند اسیران را آزاد می‌سازد، ۸ چشمان کوران را باز می‌کند و آنان را که زیر بار مشقت خم شده‌اند، راست می‌گرداند. خداوند نیکان را دوست دارد، ۹ از غریبان محافظت می‌کند، از یتیمان و بیوه‌زنان نگهداری می‌نماید؛ اما نقشه‌های بدکاران را نقش بر آب می‌کند.

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

## در ستایش خدای قادر مطلق

خداوند را سپاس باد!

# ۱۴۷

چه خوب است که خدای خود را با سرود پیرستیم؛ چه لذتبخش است که او را بستاییم!

## دعوت به پرستش

خداوند را سپاس باد!

۱۴۸

خداوند را از عرش برین ستایش کنید، ای کسانی که در آسمانها ساکن هستید. <sup>۲</sup> ای همه فرشتگان، خداوند را ستایش کنید. ای همه لشکرهای آسمانی، او را ستایش کنید. <sup>۳</sup> ای آفتاب و ماه، خداوند را ستایش کنید. ای همه ستارگان درخشان، او را ستایش کنید. <sup>۴</sup> ای آسمانها و ای بخارهایی که فوق ابرهایید، او را ستایش کنید.

<sup>۵</sup> همگی خداوند را ستایش کنید، زیرا به فرمان او آفریده شدید. <sup>۶</sup> او شما را تا ابد بر جایتان ثابت نموده است و آنچه او ثابت نموده است هرگز تغییر نخواهد کرد.

<sup>۷</sup> ای همه نهنگان و موجوداتی که در اعماق دریا هستید، خداوند را ستایش کنید. <sup>۸</sup> ای آتش و تگرگ و مه و تندباد که مطیع فرمان خداوند هستید، او را ستایش کنید. <sup>۹</sup> ای کوهها، ای تپهها، ای درختان میوه‌دار، ای سروهای آزاد، خداوند را ستایش کنید. <sup>۱۰</sup> ای حیوانات وحشی و اهلی، ای پرندگان و خزندگان، خداوند را ستایش کنید. <sup>۱۱</sup> و <sup>۱۲</sup> ای پادشاهان و قومهای جهان، ای رهبران و بزرگان دنیا، ای پسران و دختران، ای پیران و جوانان، خداوند را ستایش کنید.

<sup>۱۳</sup> همه شما نام خداوند را ستایش کنید، زیرا تنها اوست خدای متعال؛ شکوه و جلال او برتر از زمین و آسمان است. <sup>۱۴</sup> او بنی اسرائیل را که قوم برگزیده‌اش هستند توانایی می‌بخشد تا او را ستایش کنند.

خداوند را سپاس باد!

## سرود پرستش

خداوند را سپاس باد!

۱۴۹

برای خداوند سرودی تازه بخوانید و در جمع مؤمنان، او را ستایش کنید! <sup>۲</sup> ای اسرائیل، بخاطر وجود آفریننده خود شاد باش؛ ای مردم اورشلیم، بسبب پادشاه خود شادی کنید! <sup>۳</sup> با نغمه بربط و عود، رقص کنان نام خداوند را سپاس گوید. <sup>۴</sup> زیرا خداوند از قوم خود راضی است و فروتنان را نجات می‌بخشد. <sup>۵</sup> قوم خداوند بسبب این افتخار بزرگ شاد باشند و تمام شب در بسترهای خود با شادمانی سرود بخوانند. <sup>۶</sup> و <sup>۷</sup> ای قوم خداوند، با صدای بلند او را ستایش کنید و شمشیرهای دودم را بدست گرفته، از قومها و قبایل خدانشناس انتقام بگیرید. <sup>۸</sup> پادشاهان و رؤسای آنها را به زنجیر بکشید <sup>۹</sup> و حکم خداوند را در مورد مجازات آنها اجرا کنید.

این است پیروزی و افتخار قوم او!

خداوند را سپاس باد!

## خداوند را سپاس باد!

خداوند را ستایش کنید!

۱۵۰

خداوند را در خانه مقدسش ستایش کنید! توانایی او را در آسمانها ستایش کنید! <sup>۲</sup> او را بسبب کارهای عظیمش ستایش کنید! عظمت بی‌نظیر او را ستایش کنید! <sup>۳</sup> او را با نغمه سرنا و بربط و عود ستایش کنید! <sup>۴</sup> او را با دف و رقص ستایش کنید! او را با سازهای زهی و نی ستایش کنید! <sup>۵</sup> او را با سنجهای خوش صدا و قوی ستایش کنید! <sup>۶</sup> هر که جان در بدن دارد خداوند را ستایش کند!

خداوند را سپاس باد!