

- 1 主よ。いつまでですか。  
あなたは私を永久にお忘れになるのですか。  
いつまで御顔を私からお隠しになるのですか。
- 2 いつまで私は自分のたましいのうちで  
思い計らなければならぬのでしょうか。  
私の心には、一日中、悲しみがあります。  
いつまで敵が私の上に、勝ちおごるのでしょうか。
- 3 私に目を注ぎ、私に答えてください。  
私の神、主よ。私の目を輝かせてください。
- 4 また私の敵が、「おれは彼に勝った。」  
と言わないように。  
私がよるめいた、と言って私の仇が喜ばないように。
- 5 私はあなたの恵みに拠り頼みました。  
私の心はあなたの救いを喜びます。
- 6 私は主に歌を歌います。  
主が私を豊かにあしらわれたゆえ。

- 1 愚か者は心の中で、「神はいない。」と言っている。  
彼らは腐っており、忌まわしい事を行なっている。  
善を行なう者はいない。
- 2 主は天から人の子らを見おろして、  
神を尋ね求める、悟りのある者が  
いるかどうかをご覧になった。
- 3 彼らはみな、離れて行き、  
だれもかれも腐り果てている。  
善を行なう者はいない。ひとりもない。
- 4 不法を行なう者らはだれも知らないのか。  
彼らはパンを食らうように、わたしの民を食らい、  
主を呼び求めようとはしない。
- 5 見よ。彼らが、いかに恐れたかを。  
神は、正しい者の一族とともにおられるからだ。
- 6 おまえたちは、悩む者のはかりごとを  
はずかしめようとするだろう。  
しかし、主が彼の避け所である。
- 7 ああ、イスラエルの救いがシオンから来るように。  
主が、とりこになった御民を返されるとき、  
ヤコブは樂しめ。  
イスラエルは喜べ。

- 1 主よ。  
だが、あなたの幕屋に宿るのでしうか。  
だが、あなたの聖なる山に住むのでしうか。
- 2 正しく歩み、義を行ない、  
心の中の真実を語る人。
- 3 その人は、舌をもってせしらず、  
友人に悪を行なわず、  
隣人への非難を口にしない。
- 4 神に捨てられた人を、その目はさげすみ、  
主を恐れる者を尊ぶ。  
損になっても、立てた誓いは変えない。
- 5 金を貸しても利息を取らず、  
罪を犯さない人にそむいて、わいろを取らない。  
このように行なう人は、決してゆるがされない。

- 1 神よ。私をお守りください。
  - 2 私は、あなたに身を避けます。  
私は、主に申し上げます。  
あなたこそ、私の主。
  - 3 私の幸いは、あなたのほかにはありません。  
地にある聖徒たちには威厳があり、  
私の喜びはすべて、彼らの中にあります。
  - 4 ほかの神へ走った者の痛みは  
増し加わりましょう。  
私は、彼らの注ぐ血の酒を注がず、  
その名を口に唱えません。
  - 5 主は、私へのゆずりの地所、また私への杯です。  
あなたは、私の受ける分を、  
堅く保っててください。
  - 6 測り綱は、私の好む所に落ちた。  
まことに、私への、すばらしいゆずりの地だ。
  - 7 私は助言を下さった主をほめたたえる。  
まことに、夜になると、私の心が私に教える。
  - 8 私はいつも、私の前に主を置いた。  
主が私の右におられるので、  
私はゆるぐことがない。
  - 9 それゆえ、私の心は喜び、  
私のたましいは楽しんでる。  
私の身もまた安らかに住まおう。
  - 10 まことに、あなたは、私のたましいを  
よみに捨ておかず、  
あなたの聖徒に墓の穴をお見せにはなりません。
  - 11 あなたは私に、いのちの道を  
知らせてください。
- あなたの御前には喜びが満ち、  
あなたの右には、樂しみがとこしえにあります。