

Tehilim, psalmen 121 & 130

Psalm 121

Sjier lama'alot.

Essa enaj el hehariem
me'ajin javo ezri.

Ezri me'im Adonaj, ose sjamajim va'arets.

Al jiten lamot raglècha, al janoem sjomèrècha

Hinee lo janoem velo jisjan, sjomer jisra'eel.

Adonaj tsilècha al-jad jèminècha.

Jomam hasjèmesj lo jakèka, wèjareach balajla

Adonaj jisjmorcha mikol-ra

jisjmor et-nafsjècha.

Adonaj jisjmor-tsetècha oewo'ècha, meatta ve'ad olam.

Psalm 121 Een lied voor de Pelgrimstocht.

Ik hef naar de bergen mijn ogen op. Vanwaar zal er hulp voor mij komen? Hulp voor mij komt van de Eeuwige, die hemel en aarde gemaakt heeft.

Hij zal niet toestaan dat jouw voet wankelt. Nooit sluimert Hij die je behoedt; neen, Hij sluimert niet en slaapt niet, de behoeder van Jisrael.

De Eeuwige is jouw behoeder, de Eeuwige is de beschutting aan jouw rechterhand. Bij dag zal de zon je niet hinderen noch de maan bij nacht.

De Eeuwige behoedt je voor alle kwaad, Hij behoedt uw ziel. De Eeuwige zal behoeden jouw weggaan en jouw thuiskomen, van nu tot in alle eeuwigheid.

Psalm 130

Sjier hama'alot.

Mima'amakiem kèratiecha Adonaj.

Adonaj sjima vèkoli, tijèhna oznècha kasjoevot lèkol tachanoenai.

Im awonot tisjmor-Jah, Adonaj mi ja'amod.

Ki imècha hasèlichà, lema'an tivare.

Kiviti Adonaj kivèta nafsjie wèlidvaro hochaltie

Nafsji ladonaj misjomèrim labòker sjomèrim labòker.

Jachel Jisrael el Adonaj ki im Adonaj hachèsed, vèharbe imo fèdoet.

Vèhoe jifde et-Jisrael mikol avonotav.

תהלים קכא-121

שיר למעלות.

אָשָׂא עֵינַי אֶל הַהָרִים, מֵאֵין יבֹא עֲזָרִי.

עֲזָרִי מֵעַם יְהוּדָה, עֲשֵׂה שָׁמַיִם וָאָרֶץ.

אֵל יִתֵּן לְמוֹט רַגְלִיךָ, אֵל יָנוּם שְׁמֹרְךָ.

הִנֵּה לֹא־יָנוּם וְלֹא יִישָׁן, שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל.

יְהוּדָה שְׁמֹרְךָ, יְהוּדָה צִלְךָ עַל־יַד יְמִינֶךָ.

יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְפֹּה, וַיָּרַח בְּלֵילָהּ.

יְהוּדָה שְׁמֹרְךָ מִכָּל־רָע, יִשְׁמַר אֶת־נַפְשְׁךָ.

יְהוּדָה שְׁמֹר־צִאתְךָ וּבואְךָ, מֵעַתָּה וְעַד עוֹלָם:

תהלים קל-130

שיר המעלות.

מִמַּעַמְקִים קָרָאתִיךָ יְהוּדָה.

אֲדַנִּי שְׁמַעָה בְּקוֹלִי, תְהַיְיָנָה אֲזַנִּיךָ קִשְׁבוֹת לְקוֹל תַּחֲנוּנָי.

אִם עֲוֹנוֹת תִּשְׁמָר־יָהּ, אֲדַנִּי מִי יַעֲמֵד.

כִּי עַמְךָ הִסְלִיחָהּ, לְמַעַן תִּגְדָּל.

קָנִיתִי יְהוּדָה קְנִיטָה נִפְשִׁי, וְלִדְבָרוֹ הוֹחֵלֵתִי.

נִפְשִׁי לֹא־דַנִּי, מִשְׁמָרִים לְבָקֵר שְׁמָרִים לְבָקֵר.

יִחַל יִשְׂרָאֵל אֶל יְהוּדָה, כִּי עַם־יְהוּדָה הַחֲסֵד, וְהִרְבָּה עִמּוֹ פְדוּת.

וְהוּא יִפְדֶּה אֶת־יִשְׂרָאֵל, מִכָּל עֲוֹנוֹתָיו:

Psalm 130 Pelgrimslied

Uit diepten roep ik U, Eeuwige. Heer, luister naar mijn stem, geef toch aandachtig gehoor aan mijn smekende roep.

Als U zonden zoudt onthouden, och Heer, wie zou dan kunnen bestaan? Maar bij U is vergeffenis, zodat U geëerbiedigd wordt.

Ik heb hoop op de Eeuwige; mijn ziel hoopt en ik hunker naar Zijn woord, zielsverlangend ben ik naar mijn Heer meer dan de wachtters naar de morgen, wachtend op de morgen.

Vertrouw, Jisrael, op de Eeuwige, want bij de Eeuwige is liefdebetoon, bij hem is bevrijding, volop. Hij bevrijdt Jisrael van al zijn ongerechtigheden.

Mi jiten mitsion j_esjoe'at Jisrael, b_esjoev Adonaj s_evoet amo, jagel Ja'acov,

jismach Jisrael.

B_esjalom jachdav esjk_echa v_e'isjan, ki ata Adonaj l_evadad lav_etach tosji_venie.

Jomam j_etsave Adonai chasdo, oevalajla sjiro imi, t_efila l_e'eel cha-jaj.

Oet_esjoeat tsadikiem meAdonaj, ma'oezam b_e'eet tsara.

Vajaz_ereem Adonai vajfal_eteem, j_efalteem meer_esja'iem v_ejosji'eem, ki-chàsoe vo.

מִי־יִתֵּן מִצִּיּוֹן יְשׁוּעַת יִשְׂרָאֵל, בָּשׁוּב יְהוָה יְשׁוּבוֹת עַמּוֹ, יִגַּל יַעֲקֹב,
יִשְׁמַח יִשְׂרָאֵל:

בְּשָׁלוֹם יַחֲדוּ אֲשַׁכְּכָה וְאִישׁוּ, כִּי־אֲתָה יְהוָה לְבָדֵד לְבָטַח תּוֹשִׁיבֵנִי:

יּוֹמָם יִצְנֶה יְהוָה חֲסִדּוֹ, וּבַלַּיְלָה שִׁירָה עִמִּי, תִּפְלָה לְאֵל חַיִּי:

וּתְשׁוּעַת צְדִיקִים מִיְהוָה, מְעֹזָם בְּעֵת צָרָה:

וַיַּעֲזְרֵם יְהוָה וַיִּפְלְטֵם, יִפְלְטֵם מִרְשָׁעִים וַיּוֹשִׁיעֵם, כִּי־חָסוּ בוֹ:

Moge er toch van Tsion hulp voor Jisrael komen, als de Eeuwige het gevangen deel van Zijn volk terugbrengt; dan juicht Ja'akov, is Jisrael blij [Ps. 14, 7].

In vrede kan ik me dan neerleggen en direct inslapen, want U alleen, Eeuwige, laat mij veilig wonen [Ps. 4, 9].

Overdag ontbiedt de Eeuwige Zijn liefde en 's nachts welt een lied voor Hem in mij op, een gebed voor de God die mijn leven is [Ps. 42, 9].

De hulp voor de rechtvaardigen gaat uit van de Eeuwige, hun steun in tijd van nood. De Eeuwige staat hen bij en redt hen, redt hen van de kwaadwilligen en helpt hen omdat zij bij Hem beschutting zoeken [Ps. 37, 39—40].