भजन संहिता

1 वह इन्सान कितना आशीषित होता है,
जो न दुष्ट लोगों की सलाह को मानता है,
न ही बलवईयों के रास्ते को अपनाता है।
वह हँसी उड़ाने वालों के साथ बैठता
भी नहीं है।
2 वह प्रभु[a] के निर्देशों से खुश होता है और
उन पर रात-दिन
ध्यान करता है।
3 ऐसा इन्सान उस पेड़ की तरह है
जो बहते पानी के किनारे है और
अपने समय पर फल देता है।
ऐसे पेड़ की तरह जिस की पत्तियाँ हमेशा
हरी-भरी दिखती हैं।
इसलिए ऐसे इन्सान को उसके
कामों में कामयाबी मिलती है।
4 जो लोग बिना प्रभु के जी रहे हैं उनका
अनुभव[b]
ऐसा नहीं होता है।
5 इसलिए इन्साफ़ के दिन,
प्रभु से दूर रहनेवाले[c] लोग खड़े नहीं रह
सकेंगे
और न ही सज़ा मुक्त[d] लोगों के
साथ एक झुण्ड में होंगे।
6 क्योंकि प्रभु सही जीवन जीने वाले लोगों
के चालचलन को जानते हैं।
लेकिन जो सही जीवन नहीं जीते हैं, उन्हें
प्रभु स्वीकार नहीं करते हैं।

2 देश-देश के लोग क्यों शोर मचाते हैं,
वे लोग बेकार की बातें क्यों सोच रहे हैं?
2 प्रभु और उनके अलग किए हुए[e] के
खिलाफ़ दुनिया के राजा और शासक
सलाह करके कहते हैं कि
3 आओ,
"हम उनके बन्धन तोड़ डालें,
और उनकी रस्सियों को अपने ऊपर से
उतार फेंकें। "
4 स्वर्ग में विराजमान प्रभु उन पर हँसेंगे।
5 तब वह गुस्से में उन से बातें करेंगे,
और उन्हें अपनी बातों से घबरा देंगे यह
कहते हुए कि,
6 "मैं अपने मन के अनुसार राजा को
अपने अलग किए हुए सिय्योन पहाड़ के
राजासन पर बैठा चुका हूँ।
7 मैं उस सच्चाई का ऐलान करूँगा,
जो प्रभु ने मुझे बतायी है, वह यह
कि 'तुम मेरे बेटे हो,
तुम आज मुझ से पैदा हुए हो।'
8 मुझ से मांगो और मैं देश-देश को तुम्हारी
दौलत होने के लिए और दूर दराज़ के देशों
को
तुम्हारी ज़मीन बनने के लिए दे दूँगा।
9 उन्हें तुम लोहे के डंडे से टुकड़े-टुकड़े कर
डालोगे।
कुम्हार के बर्तन की तरह तुम उसे चूर चूर
करोगे।
10 इसलिए हे राजाओ,
अब समझदार बन जाओ।
दुनिया के जजो,
इस सच्चाई को अपना लो।
11 प्रभु की आराधना आदर और
सम्मान के साथ करो और मगन
होते जाओ।

---

[a] **1.2** प्रभु [b] **1.4** तजुर्बा [c] **1.5** दूर [d] **1.5** क्षमा किए हुए [e] **2.2** अभिषिक्त

12 बेटे की इज़्ज़त करो ताकि वह गुस्सा न
कर डाले और तुम रास्ते ही में खत्म हो
जाओ।
क्योंकि पल भर में उस का गुस्सा भड़कने
पर है।
वे लोग आशीषित हैं,
जो प्रभु पर भरोसा रखे हुए हैं।

3 हे प्रभु, मुझे तकलीफ़ देने वालों की
गिनती कितनी बढ़ चुकी है।
मेरी खिलाफ़त करने वाले बहुत हैं।
2 मेरे बारे में बहुत से लोग कहते हैं,
कि प्रभु उसे नहीं बचा सकते।
3 लेकिन हे प्रभु, आप मेरे चारों ओर मेरी
ढाल हैं,
आप मेरी शान हैं और मेरे सिर को
ऊँचा करने वाले हैं।
4 ऊँची आवाज़ से मैं सृष्टिकर्ता को पुकारता
हूँ
और वह अपने पहाड़[a] से
मुझे जवाब देते हैं।
5 लेटते ही मुझे नींद आ गयी,
क्योंकि प्रभु मेरी देख-रेख करते हैं।
6 उन दस हज़ार लोगों से मैं नहीं डरता हूँ,
जो मेरे खिलाफ़ मुझे घेर कर खड़े हैं।
7 प्रभु, उठिए, मुझे बचाईए,
आपने मेरे दुश्मनों के जबड़ों पर मारा है
और दुष्टों के दाँत तोड़ डाले हैं।
8 मुक्ति या आज़ादी प्रभु ही देते हैं।
हे प्रभु, आपके लोग आपकी भलाईयों का
स्वाद चखते जाएँ।

4 हे मेरे सच्चे प्रभु,
मैं आप को जब कभी पुकारूँ,
कृपया मेरी बिनती का जवाब ज़रूर दें।
जब जब मैं परेशानी में पड़ा,
आपने मुझे उस से निकाला।
मुझ पर कृपा करें और मेरी दुआ सुन लें।
2 हे लोगो, मुझे इज्ज़त मिलने के बदले
बेइज़्ज़त कब तक किया जाएगा?
तुम लोग कब तक बेकार बातों को
चाहोगे और गलत तरीकों को
इस्तेमाल करोगे?
3 तुम्हें यह मालूम होना चाहिये,
कि प्रभु ने अपने जन को अपने लिये
अलग कर रखा है।
मेरे बिनती करने पर वह मेरी सुन लेंगे।
4 बुरा करने से डरो।अपने बिस्तरों पर
पड़े-पड़े
मनन करते रहो और खामोश रहो।
5 सच्चाई और ईमानदारी प्रभु के लिये
एक कुर्बानी है।
प्रभु पर ही भरोसा रखो।
6 ऐसे बहुत से लोग हैं जिन का कहना है
कि उन्हें भलाई कौन दिखाएगा?
हे प्रभु,
हम आपकी मौजूदगी अनुभव
करना चाहते हैं।
7 आपने मेरे मन में उस से कहीं ज़्यादा खुशी
भर दी है,
जो उन्हें चीज़ों की बढ़त से होती है।
8 मैं लेटूँगा और बिना घबराए सो जाऊँगा।
ऐसा इसलिये है क्योंकि हे प्रभु ,
आपकी वजह से ही मैं अकेले भी निडर
रहता हूँ।

5 हे प्रभु,
मेरे मनन पर गौर कीजिए
2 हे मेरे बादशाह और मेरे प्रभु,
मेरी शिकायत पर गौर कीजिए,

[a] **3.4** सिय्योन

क्योंकि मैं आप ही से बिनती करता हूँ।
3 हे प्रभु, सुबह-सवेरे आप को
मेरी आवाज़ सुनाई देगी।
सुबह प्रार्थना करने के बाद मैं
आप का इन्तज़ार करूँगा।
4 आप ऐसे प्रभु नहीं हैं
जिन्हें बुराई से खुशी होती है।
आप में किसी तरह की बुराई रह नहीं
सकती।
5 घमण्डी लोग आपके सामने खड़े नहीं रह
सकते,
जो लोग बुरा करते हैं,
उन से आप नफ़रत करते हैं,
6 जो लोग झूठे हैं,
उन्हें आप बर्बाद करते हैं।
हत्यारे और धोखेबाज़ से वह नफ़रत करते
हैं।
7 लेकिन मैं आपके बड़े तरस के कारण
आपके
भवन में जाऊँगा. मैं इज़्ज़त के साथ
आपको दण्डवत् करूँगा।
8 हे प्रभु, मेरे दुश्मनों के कारण अपने
न्यायी होने के कारण मुझे बताईए कि मैं
क्या करूँ,
क्योंकि मेरे शत्रु मुझ पर हमला करने की
ताक में हैं,
मेरे रास्ते में आने वाली रुकावटों को हटा
दीजिये।
9 उनके मुँह में सच्चाई है ही नहीं,
उनका पेट बर्बादी का भण्डार है,
उनका गला, खुली हुई कब्र है,
वे मुँह से चापलूसी की बातें करते हैं।
10 हे प्रभु,
उन्हें मुजरिम ठहरा दीजिए।
अपनी खुद की चालबाज़ी में वे फँस जाएँ।
उनके गुनाहों की बहुतायत के कारण उन्हें
खदेड़ दीजिए,
क्योंकि उन्होंने आपके खिलाफ़ बलवा
किया है।
11 लेकिन वे लोग जो आपकी शरण लेते हैं,
मगन हों,
उन्हें हमेशा खुशी के गीत गाने चाहिए,
आप सदा तक उन्हें संभालें।
वे जो आपके नाम को बहुत चाहते हैं,
खुश हों।
12 क्योंकि, हे प्रभु,
आप सच्चे इन्सान पर अपनी भलाईयों को
उण्डेलते हैं।
अपनी मेहरबानी रूपी ढाल से आप उसे घेरे
रहते हैं।

6 हे प्रभु, गुस्से में मुझे न डाँटें और न ही
अनुशासित करें।
2 हे प्रभु, मुझ पर मेहरबानी कीजिए,
क्योंकि मेरी हालत मुर्झाए फूल की तरह
है।
हे प्रभु, मुझे ठीक कर दीजिए,
क्योंकि मेरी हड्डियों में ताकत नहीं है।
3 मैं बहुत बेचैन भी हूँ,
ऐसा कब तक रहेगा ?
4 प्रभु, वापस आईये,
मेरी जान बचाईए।
अपने तरस के कारण मुझे आज़ाद[a] कीजिए।
5 मौत के बाद आपको कोई भी याद नहीं
करता।
कब्र में आपका धन्यवाद कौन करेगा ?
6 कराहते -कराहते, मैं थक चुका हूँ।
हर रात मेरा बिस्तर आँसुओं से भीगता जाता
है।
7 दुख के कारण मेरी आँखों से

[a] **6.4** मुक्त

धुँधला दिखने लगा है।
8 हे बुरा करने वालो, मुझ से दूर हटो,
क्योंकि प्रभु ने मेरे रोने की आवाज़ सुन ली है।
9 प्रभु ने मेरी दोहाई को सुना है,
और स्वीकार भी किया है।
10 मेरे सभी दुश्मन शर्मिन्दा होकर घबरा जाएँगे।
वे लौट भी जाएँगे।

7 हे प्रभु, मैं आप ही की शरण में आया हूँ।
मेरा पीछा करने वालों से मुझे बचाईए और छुड़ा लीजिए।
2 ताकि कहीं मुझे कोई शेर की तरह फाड़ न डालें,
और घसीट कर ले जाएँ और छुड़ाने वाला कोई न हो।
3 यदि मेरे हाथ से बेइन्साफ़ी हुई हो,
जिस के बारे में वे मुझ पर आरोप लगा रहे हैं।
4 यदि मेरे साथ मेल से रहने वाले के
साथ मैंने बुरा किया हो या उस आदमी के
दुश्मन की मदद की हो,
5 तो दुश्मन मेरी जान का पीछा करके मुझे आ
पकड़े और ज़मीन पर रौंद डाले,
और मेरे नाम को मिट्टी में मिला दे।
6 हे प्रभु, गुस्से में आ जाईए।
मेरी खिलाफ़त करने वालों के गुस्से के
खिलाफ़ आप खड़े हो जाएँ।
मेरे लिए आप जागिए - आप तो मुझे इन्साफ़ देंगे।
7 लोगों का झुण्ड आपके चारों ओर इकट्ठा हो,
और आप उन पर फिर से राज्य करें।
8 प्रभु देशों का इन्साफ़ करते हैं।
आप मेरी ईमानदारी और सच्चाई के
मुताबिक जो मेरे अन्दर है,
मेरा न्याय कीजिए।
9 बुरे लोगों की बुराई खत्म हो जाए,
लेकिन आपको इज़्ज़त देने वाले को
आप मज़बूत करें।
सच्चे प्रभु मन और आत्मा दोनों ही को जानते हैं।
10 मेरी ढाल प्रभु के हाथ में है,
वही सीधे मन वालों को बचाते हैं।
11 प्रभु सच्चा इन्साफ़ करने वाले हैं।
उन्हें हर दिन बुरा काम करने वालों पर
गुस्सा आता है।
12 यदि इन्सान का मन न बदले तो वह
अपनी तलवार की धार बनाएँगे।
अपने धनुष-बाण को वह तैयार कर चुके हैं।
13 उन्होंने अपने खतरनाक हथियारों को
भी तैयार कर लिया है।
वह अपने तीरों को अग्निबाण बनाते हैं।
14 देखो, दुष्ट के गर्भ में बुराई और झूठ रहता है,
जिसे वह जन्म देता है
15 गड्ढे को उसने गहरा कर दिया,
लेकिन वह खुद उस गड्ढे में गिर गया।
16 मुसीबत उसी के ऊपर लौट आएगी
और उसकी बदमाशी उसी के
सिर आ पड़ेगी।
17 प्रभु की सच्चाई और ईमानदारी के
लिये मैं धन्यवाद करूँगा और सब से
महान प्रभु के नाम के गीत गाऊँगा।

8 हे प्रभु, हमारे प्रभु,
पूरी पृथ्वी पर आप का नाम कितना बड़ा है!

आपने अपना बड़प्पन स्वर्गों[a] से
भी ऊपर दिखाया है।
2 अपने दुश्मनों के कारण आपने शिशुओं
और दूध पीने वाले बच्चों के द्वारा अपनी
शक्ति को दिखा दिया है,
ताकि दुश्मन और बदला लेने वाले
चुप किए जा सकें।
3 जब मैं आपके आकाश को जो
आप का बनाया हुआ है और चाँद
सितारों को देखता हूँ,
जिन्हें आपने ठहराया है,
4 तो इन्सान क्या है जिसे आप याद करते हैं
और मनुष्य का पुत्र क्या है कि आप
उसके बारे में सोचते हैं?
5 आपने उसे सृष्टिकर्ता से कुछ कम ही
बनाया है।
उसे आपने शान और शक्ति का ताज भी
पहनाया है।
6 आपने उसे अपनी बनाई हुई वस्तुओं के
ऊपर शासन करने का हक दिया है।
आपने सब कुछ उसके अधिकार में कर
दिया है।
7 भेड़-बकरी, गाय-बैल तथा मैदान के
जानवर,
8 आकाश में उड़ने वाले पक्षी और समुद्र की
मछलियाँ अर्थात जो कुछ समुन्दर में है।
9 हे प्रभु, हमारे प्रभु, सारी दुनिया में
आप का नाम क्या ही मशहूर है!

9 हे प्रभु, मैं अपने पूरे मन से
आप को धन्यवाद दूँगा।
मैं आपके सभी बड़े कामों के
बारे में बतलाऊँगा।
2 मैं आप में खुश और जोश से भरा रहूँगा।
मैं आपके लिये ही गीत गाऊँगा
3 जब मेरे दुश्मन पीछे हटते हैं तो
मेरे देखते-देखते ही बर्बाद हो जाते हैं।
4 आप मेरी ओर खड़े रहे हैं।
तख्त पर बैठे हुए आप बिना तरफ़दारी के
इन्साफ़ करते हैं।
5 आपने तमाम देशों को डाँटा है
और दुष्ट को बर्बाद किया है।
उनका नामों-निशां न रहा।
6 दुश्मन हमेशा-हमेशा के लिए मिट चुका है।
7 प्रभु का शासन सदा काल का है।
उनका राजासन इन्साफ़ करने के लिए ही है।
8 इस दुनिया का न्याय वह सच्चाई से करेंगे।
9 प्रभु कुचले और दबे लोगों के लिए
मज़बूत किला ठहरेंगे।
हाँ मुसीबत के समय मज़बूत किला!
10 आपके नाम[b] को जानने
वाले आप पर भरोसा रखेंगे,
क्योंकि आपने अपने चाहने
वालों को छोड़ नहीं दिया।
11 प्रभु, सिय्योन[c] में रहते हैं,
उनके लिए गीत गाओ।
देशों में उनके कामों को बताओ।
12 क्योंकि खून का बदला लेने वाले ने
परेशान किए लोगों के ऊपर अपनी नज़र
रखी है।
उन्होंने दुखी लोगों की दोहाई को नज़रन्दाज़
नहीं किया।
13 हे प्रभु,
मुझ पर कृपा करें।
आप जो मुझे मौत के फ़ाटकों से उठा लेते
हैं,
मेरी उसी यातना को देखें,
जो मेरे दुश्मन मुझे देते हैं,
14 ताकि मैं आपकी खूब बड़ाई करूँ
अर्थात सिय्योन[d] के फ़ाटकों पर

[a] **8.1** आकाशों [b] **9.10** चरित्र [c] **9.11** स्वर्ग [d] **9.14** यरूशलेम

आपके किए हुए मुक्ति के काम के लिए
खुशी मनाऊँ।
15 देश-देश उन्हीं गड्ढ़ों में गिरें,
जो उन्होंने खोदे थे।
जो जाल उन लोगों ने बिछाया था,
उसी में उनके पैर फँस गए।
16 प्रभु ने खुद को प्रगट किया है
और इन्साफ़ भी किया है।
दुष्ट अपने हाथों के कामों में ही फँस जाते हैं।
17 वे लोग अधोलोक में जाएँगे,
हाँ, वे सभी[a] जो प्रभु को भूल जाते हैं।
18 क्योंकि ज़रूरतमन्द सदा के
लिए भुलाए नहीं जाएँगे और सताए हुए
लोगों की उम्मीद हमेशा के लिए नाश न
होगी।
19 हे प्रभु, उठिए,
इन्सान की जीत न होने पाए।
आप अपने सामने देशों का इन्साफ़ करें।
20 उन्हें डरा दीजिए ताकि वे जान लें कि वे
मात्र इन्सान हैं।

10 प्रभु,आप इतनी दूर क्यों खड़े रहते हैं,
परेशानी के समय आप खुद को
छिपाए क्यों रहते हैं ?
2 दुष्ट अपने घमण्ड में पीड़ितों के
पीछे बुरी तरह पड़े रहते हैं,
उनकी बनाई गई योजना में
पीड़ित लोग फँस जाते हैं।
3 दुष्ट घमण्ड करता है कि उसकी
मनोकामनाएँ पूरी हो रही हैं,
लूटने वाला इन्सान दूसरों के लिये बुरा
चाहता है
और प्रभु को अपनाने से इन्कार करता है।
4 अपने घमण्ड की वजह से दुष्ट
प्रभु की परवाह नहीं करता है,
वह सोचता है, कि परमेश्वर है ही नहीं
5 उसकी योजनाएँ कामयाब होती हैं,
आप का इन्साफ़ ऊँचा है,
आपकी निगाह से वे परे हैं।
वह अपने सभी खिलाफ़त करने
वालों को कुछ भी नहीं समझता है।
6 वह अपने मन में कहता है,
कि मैं हमेशा स्थिर रहूँगा।
मेरे ऊपर मुसीबत कभी नहीं आएगी।
7 उस का मुँह शाप, छल व
अत्याचार से भरा है।
झगड़ा- फ़साद और बुराई उसकी जीभ में है।
8 वह गाँव में छिप कर बैठ जाता है।
छिपी जगहों से वह बेगुनाह
लोगों की हत्या करता है।
असहाय लोगों को मार डालने के
लिए वह ताक में रहता है।
9 जिस तरह से शेर अपनी मांद में,
वैसे ही दुष्ट भी घात करने के
लिए छिपा रहता है।
असहाय उस का शिकार होते हैं।
वह लाचार को जाल में
फँसा कर पकड़ लेता है।
10 वह दुबक कर, झुके हुए बैठ जाता है।
असहाय उसकी मज़बूत बाँहों में
दबा दिए जाते हैं।
11 वह मन में सोचता है,
कि प्रभु भूल चुके हैं।
उन्होंने अपना मुँह मोड़ लिया है
और देखेंगे भी नहीं
12 उठिए, प्रभु,
हे प्रभु, अपना हाथ बढ़ाईए,
कष्ट में पड़े लोगों को न भूलिए।
13 दुष्ट व्यक्ति ने प्रभु को तुच्छ
क्यों समझ लिया है?

[a] **9.17** देश

वह मन में कह चुका है,
"मुझे आप को हिसाब नहीं देना है।"
14 आपने देख लिया है,
क्योंकि आपकी निगाह
उस पर जाती है जो लोगों को
सताता है और दुख देता है,
असहाय व्यक्ति अपने आप को
आपके सुपुर्द कर देता है।
आप ही अनाथ के मददगार रहे हैं।
15 दुष्ट और बुरे इन्सान की
बाँह को तोड़ डालिए।
उसकी बुराईयों के लिये उसे
ज़िम्मेदार ठहराईये।
16 प्रभु हमेशा-हमेशा के लिए शासक हैं।
उन्होंने अपने सामने से देश-देश के
लोगों को खदेड़ दिया है।
17 हे प्रभु, आपने नम्र लोगों के
मन की दुआ सुनी है।
आप उनके मन को मज़बूत करेंगे
और उनकी सुनेंगे।
18 ताकि अनाथों और दबाए गए
लोगों को बचाते हैं,
जिस से कि मिट्टी का बना इन्सान,
फिर से दहशत न फैला सके।

11 मैं प्रभु की देख-रेख में हूँ।
तुम लोग मुझे से कैसे कह सकते हो,
चिड़िया की तरह उड़ कर
पहाड़ पर चले जाओ?
2 क्योंकि देखो,
दुष्ट धनुष तैयार करते हैं,
वे अपने तीर डोरी पर चढ़ाते हैं,
कि उन्हें सीधे मन वालों पर
अँधेरे में चलाएँ।
3 यदि नींव ही को बर्बाद कर दिया जाए,
तो प्रभु का जन क्या कर सकता है?
4 प्रभु अपने पवित्र मन्दिर में हैं,
उनका तख्त स्वर्ग में है।
वह पृथ्वी पर लोगों को देखते रहते हैं।
उनकी पलकें लोगों को परखती हैं।
5 [a] प्रभु सही जीवन जीने वालों को और जो
सही जीवन नहीं जीते हैं, दोनों ही
को परखते हैं।
लेकिन जो हिंसा को पसन्द करते हैं,
उन से वह नफ़रत करते हैं।
6 वह दुष्टों पर आग और गन्धक बरसाएँगे,
वे इसी लायक हैं कि भँवर में फँसें
7 प्रभु सच्चे,
ईमानदार और न्यायी हैं।
वह भले कामों का बदला देते हैं।
प्रभु की मौजूदगी उनकी इज़्जत
करने वाले महसूस कर सकेंगे।

12 हे प्रभु मदद करें,
क्योंकि एक भी नहीं जो आपको
सचमुच में चाहता हो।
इन्सानों के बीच कोई भरोसेमन्द जन नहीं
रहा।
2 एक दूसरे से वे झूठ बोलते हैं।
वे चापलूसी करते हैं और दोरंगी चाल चलते
है।
3 ऐसी जीभ जो बड़ी-बड़ी बातें बोलती है
और चापलूस ओंठ,
दोनों ही को काट डालें।
4 लोग बोले,
"हम अपने शब्दों से जीत हासिल करेंगे।
हमारे ओंठ हमारे हैं हमारा हिसाब
लेने वाला कौन है?
5 प्रभु कहते हैं," पीड़ितों को बर्बाद किए
जाने

[a] **11.5** सज़ा-मुक्त

और गरीबों के कराहने की वजह से
अब मैं उठूँगा और उनकी रक्षा करूँगा”
।
6 प्रभु का कहा हुआ वचन अटूट है,
ऐसी चाँदी की तरह जो भट्टी में
मिट्टी पर ताई जाती है
और सात बार शुद्ध की जाती है।
7 हे प्रभु, आप ही उन्हें संभालेंगे,
इसी पीढ़ी के लोगों से उसको
आप ही सदा तक बचाएँगे।
8 जब लोग नीचता को इज्ज़त देते हैं,
तभी दुष्ट सब जगह अकड़ते फिरते हैं।

13 हे प्रभु, कब तक आप मुझे भूले रहेंगे?
आप अपना चेहरा मुझ से
कब तक छिपाए रहेंगे?
2 मेरे मन में कश-म-कश कब तक रहेगी
और मैं दिन भर कब तक दुख मनाता रहूँ?
3 मेरे ऊपर नज़र डालें और जवाब दें,
हे प्रभु, मेरे प्रभु, मेरी आँखों को
रोशन कर दें,
ताकि मुझे मौत की नींद न आ जाए।
4 और मेरा दुश्मन कहे,
‘ मैंने उस पर जीत हासिल कर ली है’,
और ऐसा न हो कि मेरे डगमगाने
पर मेरा दुश्मन खुश हो।
5 लेकिन मैंने तो आपकी दया पर भरोसा
रखा है,
मेरा मन आपकी मुक्ति के कारण खुश
होता है।
6 प्रभु के लिए मैं गीत गाऊँगा,
क्योंकि उन्होंने मेरी भलाई की है।

14 बेवकूफ़ इन्सान ने अपने मन में सोचा,
कि प्रभु नहीं हैं।
वे भ्रष्ट हैं, उन्होंने घिनौने काम किए हैं,
ऐसा कोई न रहा जो भलाई करता हो।
2 प्रभु ने आकाश से पृथ्वी पर निगाह डाली
है,
ताकि देखे कि कोई समझदार
और प्रभु को
चाहने वाला है या नहीं।
3 वे सभी भटक चुके हैं,
वे सभी भ्रष्ट हो गए हैं।
ऐसा कोई नहीं जो भला करता हो,
एक भी नहीं।
4 क्या दुष्टता करने वाले नासमझ नहीं हैं?
वे मेरे लोगों को इस तरह खा जाते हैं,
जैसे रोटी।
वे प्रभु का नाम भी नहीं लेते हैं।
5 देखो, उन पर बड़ा डर छा गया है
क्योंकि प्रभु तो अपने लोगों के साथ हैं।
6 दीन के तौर तरीकों की तुम हँसी उड़ाते हो,
जब कि प्रभु उसके लिए शरण की जगह
हैं।
7 अच्छा होता कि इस्राएल की मुक्ति सिय्योन
से
प्रगट होती। जब प्रभु अपने लोगों को
गुलामी से छुड़ा लाएँगे,
तब याकूब खुश होगा और इस्राएल मगन।

15 हे प्रभु, आपके घर में कौन
टिक सकता है?
2 वही, जो ईमानदारी और सच्चाई का
जीवन रखता है और सही जीवन जीता है

और सचमुच में सच बोलता है।
3 वह किसी की बुराई नहीं करता है।
वह न अपने पड़ोसी और न अपने
दोस्त को बदनाम करता है।
4 जिस की निगाह में निकम्मा आदमी तुच्छ
है,
लेकिन प्रभु से डरने वालों को इज़्ज़त देता
है।
वायदा करने के बाद वह मुकरता नहीं है,
चाहे उसे नुकसान भी उठाना पड़े।
5 वह अपना पैसा ब्याज पर नहीं देता है।
वह निरपराधी व्यक्ति को फँसाने के
लिए घूस भी नहीं लेता है।
इस तरह का जीवन जो जिएगा,
वह लड़खड़ाएगा नहीं।

16 हे प्रभु,
इसलिए कि मैं आपकी शरण में आया
हूँ,
मेरी देख-रेख करें।
मैं प्रभु से कह चुका हूँ,
"आप मेरे मालिक हैं।
आप को यदि मैं छोड़ दूँ तो मेरी
भलाई कहीं नहीं है।"
2 प्रभु के चुने हुए लोग
और देश में अगुवाई करने वाले
ही तारीफ़ के लायक हैं।
इन से मैं बहुत खुश हूँ।
3 जो लोग देवी-देवताओं के पीछे भागते हैं,
उनकी तकलीफ़ें बढ़ जाएँगी।
उनके लिए मैं खून की कुर्बानी नहीं
चढ़ाऊँगा,
न ही उनका नाम मुँह से लूँगा।
4 प्रभु मेरी मीरास का हिस्सा
और मेरा प्याला हैं।"
आप मेरे हिस्से को संभालते हैं।
5 मेरे लिए नापने की डोरी मनभावनी
जगह में पड़ी,
और मेर हिस्सा मन को भाता है।
6 यह तो मानो उस तरह की ज़मीन है
जो बहुत उपजाऊ है।
इसमें कोई शक नहीं कि मेरी
मीरास मन को भाने वाली है।
7 जिस प्रभु ने मुझे सलाह दी है,
मैं उनकी बड़ाई करूँगा।
मेरा मन भी रात के समय में मुझे सिखाता है।
8 प्रभु को मैंने हमेशा अपने सामने ही रखा है।
इसलिए कि वह मेरे दाहिनी
ओर हैं, मैं लड़खड़ा नहीं सकता।
9 इसलिए मेरा मन खुश और मगन है।
मेरी देह भी तन्दरुस्त है।
10 क्योंकि आप मेरी आत्मा को
अधोलोक ही में नहीं रहने देंगे,
अपने विश्वासी जन को आप वहाँ से बचा
लेंगे।
11 ज़िन्दगी का रास्ता आप मुझे दिखाएँगे।
आप जहाँ है ,
वहाँ सदा तक सुख ही सुख है।

17 हे प्रभु, मेरी भी सुनवाई हो,
मेरी गुहार पर ध्यान दीजिए।
मेरी बिनती में कुछ दिखावा नहीं है,
इसलिए उसे सुनिए।
2 आप ही इन्साफ़ कीजिए।
मेरी नज़र आपके ऊपर लगी है।
3 आपने मुझे जाँचा है,
लेकिन मुझ में कोई बुराई नहीं पाई।
मैंने यह इरादा कर ही लिया है
कि मेरे मुँह से गलत बात नहीं निकलेगी।
4 मनुष्य के कामों में -आपकी कही बातों के
द्वारा मैंने अपने आप को
बेरहम लोगों से बचा रखा है।

5 मेरे कदम आपके रास्तों पर
मज़बूती से आगे बढ़ते रहे।
मेरे पैर फ़िसल नहीं पाए।
6 हे प्रभु, मैंने आपकी दोहाई दी,
क्योंकि आप मुझे जवाब देंगे।
मेरी प्रार्थना सुन लीजिए।
7 आप उनके लिये अजीब काम करें जो
अपनी खिलाफ़त करने वालों से बचने के
लिए
आपके दाहिने हाथ में शरण लेते हैं।
आप अपना तरस अजीब तरीके से दिखाईए।
8 अपनी आँख की पुतली की
तरह मेरा बचाव कीजिए।
अपने पंखों के नीचे मुझे छिपा लीजिये।
9 जो बुरे लोग मुझे सताते हैं,
जो मेरी जान के पीछे पड़े हैं,
10 उन्होंने अपने मन को सख्त किया है।
उनके मुँह से घमण्ड की बात निकलती है।
11 हर कदम पर वे हमें घेरते रहे हैं।
वे हम को ज़मीन पर पटक देने की फ़िराक
में हैं।
12 वे उस शेर की तरह हैं जो
अपने शिकार की खोज में रहता है
और जवान शेर की तरह हैं,
जो छुप कर वार करता है।
13 हे प्रभु, उनका मुकाबला करें
और उन्हें पटक दे।
अपनी तलवार की ताकत से मुझे दुष्ट से
बचाईए।
14 हे प्रभु, अपना हाथ बढ़ाकर
हत्यारों से मुझे बचाईए
अर्थात दुनियावी लोगों से जिन को केवल
दुनियावी ज़िन्दगी से लेना-देना है।
आप ही उन्हें खाना देते हैं।
वे अपने परिवार में खुश हैं।
वे अपनी दौलत अपनी औलाद के लिए
छोड़ जाते हैं।
15 मैं तो सही चाल चलता हुआ आपकी
मौजूदगी पर भरोसा रखूँगा।
जागने के बाद मैं आप से ही सन्तुष्ट होऊँगा।

18 हे प्रभु मेरी शक्ति,
मैं आपकी इज़्जत करता हूँ।
2 आप मेरी चट्टान,
मेरे किले और मेरे छुड़ाने वाले हैं। मेरे प्रभु,
मेरे लिए चट्टान की तरह हैं।
मैं उसी में देख-रेख के लिए जाता हूँ,
वही मेरी ढाल और मुक्ति का ज़रिया हैं।
वही मेरे लिए किला हैं।
3 प्रभु जो बड़ाई के लायक हैं,
उन्हें मैं पुकारूँगा और अपने दुश्मनों से
बच जाऊँगा।
4 मैं मौत की रस्सियों से घिर चुका हूँ।
अधर्म की बाढ़ ने मुझे डरा दिया है।
5 पाताल की रस्सियाँ मेरे चारों ओर थीं।
मुझ पर मौत के फन्दे आ गए थे।
6 अपनी परेशानी के वक्त मैंने प्रभु को
पुकारा।
मैं गिड़गिड़ाया।
उन्होंने मेरी प्रार्थना सुन ली।
7 तब पृथ्वी हिलने लगी और काँपने भी
लगी।
पहाड़ों की नींव कंपित हुयी और हिल गई,
क्योंकि प्रभु को गुस्सा आ गया था।
8 उनके नथनों से धुआँ निकला और मुँह से
आग।
आग की वजह से कोयले धधक उठे।
9 वह स्वर्ग से नीचे उतर आए।
उनके पैरों के नीचे ज़बरदस्त अन्धेरा था।
10 वह करूब पर सवार होकर उड़े।

हवा के पंखों पर सवारी करके वह तेजी से
उड़े।
11 उन्होंने अँधेरे को अपने छिपने की जगह
और
अपने चारों ओर बादलों के अन्धेरे और
आकाश की काली घटाओं का तम्बू
बनाया।
12 उनकी मौजूदगी की झलक से
काली घटाएँ फट गयीं- ओले और अंगारे,
13 तब प्रभु आकाश में गरजे और
परम प्रधान की आवाज़ सुन पड़ी,
-ओले और अंगारे।
14 उन्होंने अपने तीर चला कर उनको
इधर-उधर कर डाला,
खतरनाक बिजली को गिरा कर उन्हें भगा
दिया।
15 तब हे प्रभु, आपकी डाँट और
सांस के झोंके से पानी के तालाब दिखने
लगे
और इस दुनिया की नींव बर्बाद की गई
।
16 उन्होंने गहरे पानी में से खींच कर मुझे
बचाया।
17 मेरे दुश्मन से,
जो मेरे से ज़्यादा ताकतवर थे और
उन से जो मुझ से नफ़रत करते थे,
मुझे बचा लिया ।
18 मेरी मुसीबत के वक्त,
जब वे मुझ पर टूट पड़ थे,
उस समय प्रभु मेरे मददगार थे।
19 मुझे उन्होंने निकाला और चौड़ी
जगह पहुँचा दिया,
इसलिये, कि वह मुझ से खुश थे।
20 मेरे सही जीवन के कारण और हाथों के
साफ़ होने के कारण मुझे बदला मिला है।
21 क्योंकि मैं उनके बताए गए रास्ते पर
चलता रहा,
और न उन से दूर हुआ।
22 उनकी सभी बताई गई बातों को
अपने सामने रखा और उन्हें छोड़ा नहीं।
23 मैं उनके सामने बिना किसी खोट का रहा
और गलत कामों से दूर रहा।
24 इसलिये उसी हिसाब से मेरे साथ
उन्होंने बर्ताव किया ,
हाँ, मेरे उचित कामों के हिसाब से।
25 दयालु के लिये आप दयालु रहते हैं
और खरे के प्रति खरे।
26 जो इन्सान शुद्ध है उसके लिये आप शुद्ध हैं
और टेढ़े के लिये चालाक भी।
27 क्योंकि आप नम्र लोगों को बचा लेते हैं,
लेकिन जो लोग घमण्ड से
भरे हैं उन्हें नीचा कर देते हैं।
28 आप ही मेरे दीपक को जला देते हैं।
मेरे प्रभु मेरे अन्धेरे को रोशनी में बदल
डालते हैं।
29 आपकी मदद से मैं फ़ौज पर हमला कर
देता हूँ।
मैं उनकी मदद से शहरपनाह को भी लांघ
सकता हूँ।
30 प्रभु का रास्ता बिल्कुल सही है,
उनकी कही बातें ताई हुई हैं।
उनके पास आने वालों की वह ढाल हैं।
31 उन्हें छोड़ कर और कौन प्रभु हैं?
हमारे प्रभु को छोड़ कर
और कौन चट्टान हो सकता है?
32 प्रभु ही हैं जो मेरी कमर को ताकत से
कसते हैं और मेरे रास्ते को
समतल बनाते हैं।
33 मेरे पैरों को वह हिरणी की तरह बनाते हैं।
वह मुझे मेरी ऊँची जगहों पर रखते हैं।

34 युद्ध करना वही मुझे सिखाते हैं।
मेरे हाथ काँसे का धनुष भी झुका देते हैं ।
35 आपने मुझे मुक्ति की ढाल दी है।
आप मुझे सभांलते हैं।
आपकी नम्रता मुझे इज़्ज़त देती है।
36 आप मेरे कदम रखने की जगहों को
चौड़ा करते हैं और मैं फ़िसलता नहीं हूँ।
37 मैंने अपने दुश्मनों का पीछा किया
और उन्हें जा दबोच लिया।
मैंने उन्हें खत्म ही कर डाला।
38 उनकी ऐसी पिटाई की,
कि वे उठ भी न पाए, वे मेरे पैरों के नीचे
गिर पड़े।
39 आपने युद्ध का मुकाबला करने के
लिए मेरी कमर को शक्ति से कसा है।
जो लोग मेरे खिलाफ़ खड़े हो गए थे
उनको आपने मेरे कब्ज़े में कर दिया है।
40 मेरे दुश्मनों की पीठ आपने फिरवा दी
और जो मुझ से नफ़रत करते थे,
उन्हें मैने मिटा डाला।
41 वे लोग मदद के लिए चिल्लाए
लेकिन कोई नहीं आया।
प्रभु तक ने उसे कोई जवाब न दिया।
42 आँधी की धूल की तरह मैंने
उन्हें कूट डाला और उड़ा दिया।
गली कूचों के कीचड़ की तरह मैंने उन्हें
फेंक डाला।
43 प्रजा के हमले से आपने मुझे बचा लिया।
आपने मुझे तमाम लोगों के ऊपर मुखिया
ठहराया।
मैं जिस प्रजा को जानता तक नहीं था,
वह मेरी सेवा करने लगी।
44 मेरी आवाज़ सुनते ही वे मेरी आज्ञा मान
लेते हैं।
45 दूसरे देशों की हिम्मत टूट जाती है।
वे काँपते हुए अपने किलों में से निकलते हैं।
46 प्रभु जीवित हैं।
मेरी चट्टान आप का धन्यवाद हो।
मुझे बचाने वाले प्रभु की बड़ाई हो।
47 वह मेरा बदला चुकाते हैं।
वह दूसरे मुल्कों के लोगों को मेरे
अधिकार में ले आते हैं।
48 वह मेरे दुश्मनों से मुझे आज़ाद करते हैं।
जो लोग मेरी खिलाफ़त में खड़े हो जाते हैं,
आप मुझे उन से भी ऊँचा उठाते हैं।
आप मुझे बेरहम आदमियों से बचाते हैं।
49 इसलिए हे प्रभु,
मैं देश-देश के लोगों में आपकी बड़ाई
करूँगा।
मैं आपके नाम का भजन भी गाऊँगा।
50 वह अपने ठहराए राजा को ज़बरदस्त
जीत दिलाते हैं।
अपने अभिषिक्त[a] और
उसके वंश के लिये विश्वासयोग्य रहेंगे।

19 आकाश प्रभु के बड़े कामों का
बखान कर रहा है,
आकाशमण्डल उनके हाथ की
कला को दिखा रहा है।
2 दिन से दिन बातें करता है।
रात को रात ज्ञान सिखाती है।
3 कोई भाषा नहीं है और न बोली जहाँ उनकी
आवाज़ सुनायी नहीं देती है।
4 उनका स्वर सारी दुनिया में गूँज चुका है,
उनके शब्द दुनिया के कोने-कोने तक
पहुँच चुके हैं।
उन्होंने सूरज के लिए एक तम्बू लगाया है।
5 जो एक दुल्हे की तरह अपने महल से
बाहर आता है।
वह खिलाड़ी की तरह अपनी दौड़ दौड़ने के

[a] **18.50** दाऊद

लिए खुश होता है।
6 वह आकाश के एक कोने से निकलता है,
और दूसरे कोने तक चक्कर लगाता है।
7 प्रभु के नियम-आज्ञाएँ बिल्कुल दुरूस्त हैं,
वह जान को बहाल कर देते हैं।
प्रभु के नियमों पर यकीन किया जा सकता है।
उन से सीधे-सादे लोग समझ पा जाते हैं।
8 सृष्टिकर्ता के उपदेश पूरे हैं,
मन को खुश कर देते हैं।
उनकी आज्ञाएँ कोमल हैं,
उन से आँखों में रोशनी आ जाती है।
9 प्रभु का डर बिल्कुल अलग है,
हमेशा तक वह ठहरेगा। प्रभु के
नियम[a] सच्चे और पूरी तरह से
भरोसेमन्द हैं।
10 वे सोने और कुन्दन से अधिक मन को मोहते हैं,
वे शहद से और टपकने वाले छत्ते से
ज़्यादा मीठे हैं।
11 उन्हीं के द्वारा आप का दास
चेतावनी पाता है।
वैसा ही करने से उस का परिणाम
फ़ायदेमन्द होता है।
12 अपनी गलतियों को कौन पहचान सकता है?
मेरे छिपे अपराधों से आप मुझे छुड़ा लें।
13 आप अपने दास को ज़िद् के गुनाहों से
भी बचाएँ, वे मुझे अपने काबू में न रख सकें।
तब मैं मज़बूत हो जाऊँगा और बड़े
अपराधों से भी बच सकूँगा।
14 मेरे मुँह से निकलने वाली बातें और
मन की सोच आप को पसन्द आएँ,
हे प्रभु परमेश्वर,
मेरी चट्टान और मुझे आज़ादी देने वाले।

20 मुश्किल दिनों में प्रभु तुम्हारी सुन ले।
याकूब के प्रभु का नाम तुम्हें ऊँचाई पर रखे।
2 वह पवित्र जगह से तुम्हारी मदद करें
और सिय्योन से तुम्हें संभाल लें।
3 वह तुम्हारी सभी कुर्बानियों को याद करें
और होमबलि को कबूल कर लें।
4 वह तुम्हारे मन की आरज़ू को पूरा करें
और सारी योजनाओं में कामयाबी दें।
5 तब हम आप से मिलने वाली मुक्ति के
कारण ऊँची आवाज़ में खुश होकर गाएँगे और
अपने प्रभु के नाम की जीत मनाएँगे।
प्रभु तुम्हारी बिनती सुन लें।
6 मैं अब जान चुका हूँ कि अपने लिए
अलग किए हुए व्यक्ति को वह आज़ाद करते हैं।
वह अपने ताकतवर हाथों से स्वर्ग से
सुन कर जवाब देते हैं।
7 कुछ लोग रथों और घोड़ों पर भरोसा रखते हैं,
लेकिन हम तो अपने प्रभु ही का नाम लेते हैं।
8 वे लोग झुक कर गिर पड़े,
लेकिन हम अभी तक सीधे खड़े हैं।
9 हे प्रभु, हमें बचा लीजिए और जब हम दोहाई दें,
तो उत्तर भी दीजिए।

21 हे प्रभु, आपकी दी गयी
ताकत से राजा खुश होता है

[a] **19.9** उसूल

और किये गये छुटकारे से मगन भी ।
2 आपने उसके दिल की इच्छा को पूरा
किया है।
उसके मुँह की प्रार्थना को
आपने तुच्छ नहीं जाना।
3 बढ़िया से बढ़िया आशीष आप उसे देते हैं।
उसके सिर पर आप कुन्दन का ताज रखते
हैं।
4 उसने आप से ज़िन्दगी माँगी
और आपने वैसा किया भी।
5 आपके छुड़ा लेने की वजह से
उसकी शान बढ़ गयी है।
आप उसे आदर -सम्मान से सजाते हैं।
6 आपने उसे हमेशा-हमेशा के लिए
अपनी भलाईयों से भरपूर कर दिया है।
आपके ज़रिये ही से उसे खुशी मिलती है।
7 राजा प्रभु पर भरोसा रखे हुए हैं।
प्रभु के तरस के कारण वह
कभी डगमगाएगा नहीं।
8 आप अपने सभी दुश्मनों को ढूँढ लेंगे।
आप का दाहिना हाथ आपके
सभी शत्रुओं का पता लगा लेगा।
9 आप अपने सामने उन्हें जलते हुए
भट्टे की तरह जलाएँगे।
प्रभु अपने गुस्से में उन्हें निगल जाएँगे।
आग उन्हें जला डालेगी।
10 उनके वंश को दुनिया में
आप बर्बाद कर डालेंगे।
11 उन लोगों ने आप का नुकसान
करने का इरादा किया है,
लेकिन वे नाकामयाब हो जाएँगे।
12 क्योंकि आप अपना धनुष उनके खिलाफ़
चढ़ाएँगे और वे पीठ दिखा कर भाग खड़े
होंगे।
13 हे प्रभु,
अपनी शक्ति में आप बहुत अधिक हैं।
गीत गाकर हम आपके बड़े
कामों का भजन गाएँगे।

22 हे मेरे प्रभु, हे मेरे प्रभु,
आपने मुझे छोड़ क्यों दिया है?
मेरी मदद करने से और मेरे कराहने से
आप इतना दूर क्यों रहते हैं ?
2 हे मेरे प्रभु, मैं दिन में आवाज़ लगाता हूँ,
लेकिन आप जवाब ही नहीं देते हैं।
मैं रात में भी चिल्लाता हूँ लेकिन,
किसी तरह का चैन नहीं मिलता है।
3 आप सब से अलग[a] हैं।
इस्राएल के भजन-कीर्तन में ही
आप का वास होता है।
4 हमारे पूर्वजों ने आप पर ही भरोसा रखा
और आपने उन्हें आज़ाद भी किया था।
5 वे आपके सामने गिड़गिड़ाए
और उन्होंने मुक्ति भी पाई।
उन लोगों ने आपके ऊपर भरोसा किया
और वे बच भी गए।
6 मैं तो कीड़ा हूँ, इन्सान नहीं,
लोगों ने मेरी बुराई की है और दुत्कारा भी
है।
7 मुझे देखने वाले मेरी हँसी उड़ाते हैं।
वे लोग ओठ बिचकाते और
सिर हिलाते हुए कहते हैं,
8 "खुद को प्रभु के अधीन कर दो,
वही छुड़ाएँगे, वह उस से खुश हैं,
इसलिए उसे निकाल लेंगे।"
9 लेकिन आप ही ने मुझे जन्म दिया।
दूध पीने के समय से आपने
मुझे भरोसा रखना सिखाया।
10 जन्म के वक्त से ही मुझे आप पर
छोड़ दिया गया था।

[a] **22.3** पवित्र

तभी से आप मेरे मालिक हैं।
11 मुसीबत पास ही में है,
इसलिए मुझ से दूर मत जाईए,
क्योंकि अभी और कोई मददगार ही नहीं है।
12 मुझे ढेर सारे सांडों ने घेर लिया है।
बाशान के भारी- भरकम सांडों ने मुझे घेर रखा है।
13 फाड़ने वाले और गरजने वाले शेर की तरह,
मुझ पर वे मुँह पसारे हुए हैं।
14 मैं पानी की तरह बह गया
और मेरी सभी हड्डियों के जोड़ उखड़ गए।
मेरा मन मोम की तरह पिघल गया।
15 मेरी ताकत जाती रही और मैं ठीकरा हो गया।
मेरी जीभ तालू से चिपट गयी। आप मुझे
मार कर मिट्टी में मिला देते हैं।
16 कुत्तों ने मुझे घेर रखा है।
कुकर्मी लोग मुझे चारों ओर से घेरे हुए हैं।
वे लोग मेरे हाथ-पैर छेद डालते हैं।
17 मेरी हड्डी-हड्डी दिख रही है।
लोग मुझे टकटकी लगा कर देखते रहते हैं।
18 वे मेरे कपड़े आपस में बाँट लेते हैं
और मेरे पहरावे पर चिट्ठी डालते हैं।
19 हे प्रभु, आप मुझ से दूर न रहें।
मेरे मददगार,
तुरन्त मेरी मदद करें।
20 तलवार से मुझे मरने से बचाएँ।
कुत्ते के पंजे से मुझे छुड़ा लें।
21 शेर के मुँह से मुझे बचाईए।
आपने मुझे जंगली सांडों के सींगो से बचाया है।
22 मैं अपने भाईयों के सामने और
सभा में आपकी बड़ाई करूँगा।
23 प्रभु से डरने वालो,
उनकी बड़ाई करो।
हे इस्राएल के वंश,
उनकी इज़्ज़त करो।
24 उन्होंने दुखी को ठुकराया नहीं
और न उस से नफ़रत की।
न ही उन्होंने अपना मुँह छिपाया।
लेकिन जब वह गिड़गिड़ाया तब
उसकी सुन ली गई।
25 मैं बड़ी सभा में जो आपकी स्तुति करता हूँ,
वह आप ही की ओर से होती है।
मैं प्रभु का आदर सम्मान करने वालों के
सामने ही अपने दिए गए वचन को
पूरा करूँगा।
26 जो लोग दीन हैं,
वे खाना खा कर सन्तुष्ट हो जाएँगे।
प्रभु को चाहने वाले,
उनकी स्तुति करेंगे।
27 दुनिया के एक कोने से दूसरे कोने तक लोग
उन्हें याद करेंगे और उनको मानने लगेंगे।
सभी देशों के लोग आपको सिज़दा करेंगे।
28 प्रभु परमेश्वर ही का शासन है।
सभी देशों पर वही राज्य करते हैं।
29 दुनिया के सभी तरक्की करने वाले लोग
जश्न मनाएँगे और आराधना करेंगे।
जो लोग मिट्टी में मिल जाते हैं ,
अपने आप को मौत से बचा नहीं पाते हैं।
वे सभी उनके सामने घुटने टेकेंगे।
30 एक पीढ़ी उनकी सेवा करेगी,
दूसरी पीढ़ी से प्रभु के बारे में बताया जाएगा।
31 वह आएँगे और उनके न्याय के
कामों को आने वाले वंश पर,
यह कह कर प्रगट करेंगे कि उन्होंने
ऐसे-ऐसे अजीब काम किए हैं।

23 प्रभु मेरे गड़रिया[a] हैं,
इसलिए मेरी ज़रूरत की चीज़ें,
मुझे मुहैया कराएँगे।
2 वह मुझे हरी-हरी चरागाहों में बैठाते हैं।
वह मुझे सुखदायक पानी के
सोतों के पास ले जाते हैं
(थका देने वाली ज़िन्दगी में
वही मुझे तसल्ली देते हैं)।
3 वह मेरे मन में सुकून लाते हैं।
क्या करना चाहिए और क्या नहीं,
इन बातों में वह अपने नाम की
खातिर मुझे सलाह मशविरा देते हैं।
4 चाहे मैं गहरे अन्धेरे से भरी
तराई[b] में चलता चलूँ,
वह मेरे साथ रहते हैं।
उनकी छड़ी और लाठी से मुझे तसल्ली
मिलती है।
5 जो लोग मुझे तकलीफ़ देते हैं उनके
साम्हने वह मुझे इज़्जत देते हैं।
उन्होंने मेरे सिर पर तेल मला है
(अपने लिये अलग किया) है।
मेरा मन खुशी से भरा है।
6 बेशक प्रभु की भलाई
और तरस मेरे जीवन भर मेरे
साथ बने रहेंगे और मैं प्रभु की
मौजूदगी को पाऊँगा।

24 पृथ्वी और जो कुछ इस में
पाया जाता है, वह सब प्रभु का है।
दुनिया में रहने वाले और यह दुनिया
उन्हीं की है।
2 उन्हीं ने इस को समुन्दर के
ऊपर खड़ा किया है।
3 प्रभु के पहाड़ पर कौन चढ़ेगा?
उनकी पवित्र जगह पर
कौन खड़ा रह सकता है?
4 जिस के काम बिना किसी शिकायत के
और मन शुद्ध है।
जिस ने अपने मन को बेकार बात की
ओर नहीं लगाया और न ही कपट से
वायदा किया।
5 वही प्रभु से आशीष पा सकेगा।
वही अपने मुक्ति देने वाले प्रभु की
तरफ़ से निर्दोष ठहराया जाएगा।
6 ऐसे ही लोग[c] उन्हें चाहते हैं।
जो लोग प्रभु का पक्ष चाहते हैं,
उन में यही गुण होते हैं।
7 हे फ़ाटको,
अपने सिर ऊँचे करो।
हमेशा के दरवाज़ो, ऊँचे हो जाओ,
क्योंकि शक्तिशाली राजा दाखिल होने
वाले हैं।
8 यह शक्तिशाली राजा कौन हैं?
वह प्रभु हैं और युद्ध में उनकी
ताकत दिखती है।
9 हे फ़ाटको,
अपने सिर ऊँचे कर लो।
सनातन के दरवाज़ो,
तुम भी खुल जाओ,
क्योंकि शक्तिशाली राजा दाखिल होने
वाले हैं।
10 वह शक्तिशाली राजा हैं कौन ?
सेनाओं के प्रभु ही शक्तिशाली राजा हैं।

25 हे प्रभु, मैं अपना मन आपकी ओर
उठाता हूँ।
2 हे मेरे प्रभु,
मैंने आपके ऊपर ही भरोसा किया है।
इसलिए मुझे शर्मिन्दा न होने दीजिए।
मेरे दुश्मन मुझ पर खुशी न मना सकें।

[a] **23.1** देख-रेख करने वाले [b] **23.4** अनदेखे भविष्य [c] **24.6** याकूब वंशी

3 जितने लोग आप का इन्तज़ार करते हैं,
उन में से कोई भी शर्मिन्दा नहीं होगा।
लेकिन जो लोग बिना किसी वजह से
धोखेबाज़ निकलते हैं,
वही शर्मिन्दा भी होंगे।
4 हे प्रभु,
मुझे अपना रास्ता दिखाईये।
5 अपनी सच्चाई पर मुझे चलाएँ और सिखाएँ,
क्योंकि आप ही मुझे बचाने वाले हैं।
दिन भर मुझे आप का ही इन्तज़ार है।
6 हे प्रभु, अपनी दया और तरस के
कामों को याद करें,
क्योंकि आप उन्हें शुरूआत से करते आ रहे
हैं।
7 अपनी भलाई के कारण मेरी
जवानी के गुनाहों को याद न करें।
अपनी दया के मुताबिक मुझे याद कीजिए।
8 प्रभु भले भी हैं और सीधे भी।
इसलिए अपराध करने वालों को वह
अपना रास्ता दिखाएँगे।
9 इन्साफ़ की शिक्षा वह नम्र लोगों को देंगे।
हाँ, वह दीन लोगों को अपनी राह दिखाएँगे।
10 जो लोग प्रभु की वाचा और
चितौनियों का पालन करते हैं,
उनके लिए प्रभु के सभी रास्ते करुणा
और सच्चाई के हैं।
11 अपने नाम के कारण,
हे प्रभु, मेरी बुराईयों को जो बहुत हैं,
माफ़ करें।
12 वह कौन सा इन्सान है,
जो प्रभु से डर के जीता है?
प्रभु उसको उस मार्ग पर ले चलेंगे,
जिस से वह खुश होते हैं।
13 वह बना रहेगा।
उसके वंश के लोग पृथ्वी के अधिकारी हो
जाएँगे।
14 प्रभु की छिपी बातों को वे लोग ही जानते
हैं,
जो उनके डर में जीवन बिताते हैं।
वह अपनी वाचा उन पर प्रगट करेंगे।
15 मेरी आँखें हमेशा प्रभु पर
एक टक लगाए देखती हैं।
वही मेरे पाँव को फंदे से बचाएँगे।
16 हे प्रभु, मेरी तरफ़ मुड़ कर मुझ पर दया
करें,
क्योंकि मैं अकेला हूँ।
17 मेरे मन का दुख बढ़ चुका है।
आप मेरे दुखों को दूर कर दें।
18 आप मेरे ऊपर दया करें और सभी
अपराधों को माफ़ भी कर दें।
19 मेरे दुश्मनों पर नज़र डालिये,
उनकी गिनती बहुत हो गयी है।
वे मुझ से दुश्मनी रखते हैं।
20 मेरी जान बचाईए ओर मुझे छुड़ाईये।
मुझे शर्मिन्दा मत होने दीजिये,
क्योंकि मैं आप ही की शरण में आया हूँ।
21 सीधा और सच्चा जीवन मुझे देख-रेख दे,
क्योंकि आप ही से मुझे उम्मीद है।
हे प्रभु, इस्राएल को सभी
मुसीबतों से छुड़ा लीजिए।
22 हे परमेश्वर इस्राएल को उसकी
मुसीबतों से मुक्त कर दीजिये।

26 हे प्रभु, मेरा इन्साफ़ कीजिए,
क्योंकि मेरा जीवन सच्चाई और
ईमानदारी का रहा है।
प्रभु पर मेरा न डगमगाने वाला भरोसा है।
2 हे प्रभु, मुझे जाँचिये और परखिये।
3 आपकी करुणा को मैं देखता ही रहता हूँ।
मैं आपके सच्चे रास्ते पर चलता रहा हूँ।
4 बेकार की चाल-चलन वाले लोगों के
साथ मैं बैठता नहीं था।

मैं कपटी लोगों के साथ कहीं जाऊँगा भी
नहीं।
5 मैं गलत करने वालों के साथ रहने से
नफ़रत करता हूँ।
दुष्टों के साथ मैं बैठूँगा भी नहीं।
6 मैं अपने हाथों को निर्दोषता के
पानी से साफ़ करूँगा,
तब मैं आपके सामने आऊँगा।
7 ताकि मैं आपकी बड़ाई ऊँची आवाज़ में
करूँ।
8 और आपके सभी बड़े कामों को बताऊँ।
हे प्रभु, मैं आपके घर और आपकी महिमा
के
निवासस्थान से लगाव रखता हूँ।
9 मेरी जान को गुनाहगारों के साथ,
और मेरे जीवन को हत्यारों के
साथ मत मिलाइये।
10 वे लोग ओछेपन में लगे हैं। उनका
दाहिना हाथ घूस से भरा होता है।
11 लेकिन मैं सही जीवन जीऊँगा।
आप मुझे आज़ाद कर दीजिए।
12 मैं समतल स्थान में हूँ और
मैं उपासना करने वालों के
बीच प्रभु को धन्यवाद दूँगा।

27 प्रभु मेरी रोशनी और मुक्ति हैं,
मैं किस से डरूँ।
मेरी ज़िन्दगी का बचाव वही करते हैं,
मैं किस से भय खाऊँ ?
2 बुरा करने वाले मुझे सता रहे थे,
दुश्मनी रखते थे।
मुझे खा डालने के लिए उन्होंने
मुझ पर हमला किया,
लेकिन वे सभी हार गए।
3 चाहे एक फ़ौज मुझे घेर ले
और हमला भी कर दे,
तब भी मैं हिम्मत न छोड़ूँगा।
4 मैंने एक वर प्रभु से मांगा है,
मैं उसी की कोशिश में लगा रहूँगा,
वह यह कि मेरे पूरे जीवन भर मैं
उनकी मौजूदगी में रह सकूँ।
तब मैं उनकी खूबियों पर
ध्यान लगा पाऊँगा।
5 वह मुझे मुसीबत के वक्त अपनी
शरण में रखेंगे।
वह मुझे अपने तम्बू की छिपी हुई
जगह पर छुपा लेंगे और चट्टान पर
स्थिर करेंगे।
6 मेरा सिर मेरे दुश्मनों से,
जिन्होंने मुझे घेर रखा है,
ऊँचा होगा।
मैं प्रभु के घर में नारे लगाते हुए
कुर्बानी चढ़ाऊँगा और कीर्तन करूँगा।
7 हे प्रभु, मेरी सुनिए,
कृपा करके मुझे जवाब दीजिए।
8 मेरे मन ने कहा,
कि मैं आप से बातचीत करता रहूँ।
इसलिए मैं आप से सहभागिता रखता रहूँगा।
9 मुझ से अपनी मौजूदगी को दूर न करें,
आप ही मेरे मददगार हैं।
मुझे आज़ाद करने वाले प्रभु मुझे छोड़िएगा
नहीं।
10 मेरे माता-पिता ने मुझे छोड़ दिया है,
लेकिन प्रभु मुझे सम्भालेंगे।
11 हे प्रभु,
अपने रास्ते में मेरा मार्गदर्शन कीजिए।
मेरी खिलाफ़त करने वालों की खातिर
मुझे चौड़े रास्ते पर ले चलिए।
12 सताने वालों के हाथ मुझे सुपुर्द न करें।
झूठी गवाही देने वाले जो झगड़ा-फ़साद
करने पर तुले हुए हैं,
मेरी खिलाफ़त कर रहे हैं।

13 यदि मुझे यह विश्वास न होता कि मैं इस
दुनिया में
जीते हुए प्रभु की भलाईयों को चखूँगा,
तो मैं बेहोश हो जाता।
14 प्रभु पर टेक लगाए रहो,
हिम्मत रखो और तुम्हारा दिल कमज़ोर न
हो,
हाँ ऐसा ही करते रहो।

28 हे प्रभु,
मैं आप ही को पुकारूँगा।
हे मेरी चट्टान, मेरी बात को नज़रअन्दाज़ न
करें।
ऐसा न हो कि आपके खामोश रहने से,
मैं कब्र में पड़े हुए लोगों की तरह हो जाऊँ,
जो मृत्यु लोक में पहुँच जाते हैं।
2 जब मैं आपके सामने गिड़गिड़ाऊँ और
आपके पवित्र स्थान के भीतरी कमरे की
ओर अपने हाथ उठाऊँ,
तब मेरी बिनती आप सुन लें।
3 उन दुष्टों और बेकार काम करने वालों के
साथ मुझे मत सज़ा दीजिए।
वे लोग दूसरों से मीठी बातें किया करते हैं,
लेकिन उनके मन में कपट रहता है।
4 उनके कामों के आधार पर
आप उन्हें बदला दीजिए।
5 वे प्रभु के कामों पर मनन नहीं करते।
इसलिए वह उन्हें हरा देंगे।
6 प्रभु का धन्यवाद हो,
क्योंकि उन्होंने मेरी दोहाई को सुन लिया
है।
7 वह मेरे बल और मेरी ढाल हैं।
उन पर भरोसा रखने से मेरी हिम्मत बढ़ती
है।
इसलिए मैं खुश हूँ।
मैं गीत गाकर उनका धन्यवाद करूँगा।
8 प्रभु अपने लोगों के लिये ताकत हैं।
वह अपने चुने हुए बादशाह को
बचाते और छुड़ाते हैं।
9 हे प्रभु, अपनी प्रजा को
आज़ाद कीजिये और मज़बूत भी।
हर समय उन लोगों की देख-रेख करते
रहिए।

29 हे प्रभु के बेटो[a], प्रभु की
बड़ाई करो। उनकी महिमा और
सामर्थ की भी बड़ाई करो,
2 प्रभु के नाम को धन्यवाद दो।
पवित्रता से सज कर प्रभु को दण्डवत् करो।
3 प्रभु की आवाज़ बादलों के
ऊपर सुनायी देती है।
प्रतापी प्रभु गरजते हैं।
प्रभु घने बादलों के ऊपर रहते हैं।
4 प्रभु की आवाज़ ताकतवर है।
5 वह देवदारों को तोड़ डालती है,
प्रभु लबानोन के देवदारों को
भी तोड़ डालते हैं।
6 वह उन्हें बछड़े की तरह और लबानोन
तथा शिर्योन को जंगली बछड़े की
तरह उछालते हैं।
7 प्रभु की बोली आग की लपटों को
भी चीर डालती है।
8 वह जंगल को हिला डालती है।
प्रभु कादेश के जंगल को भी कंपा देते हैं।
9 प्रभु की वाणी से हिरणियाँ बच्चों को जन्म
देती हैं।
जंगल उजाड़ हो जाते हैं।
उनके मन्दिर[b] में सभी बड़ाई करते हैं।
10 जल प्रलय के समय प्रभु विराजमान थे।
हाँ प्रभु, हमेशा-हमेशा के राजा हैं।

[a] **29.1** स्वर्गदूतों [b] **29.9** भवन

11 प्रभु अपने लोगों को
भरपूरी देंगे और देख-रेख भी।

30 हे प्रभु मैं आपको धन्यवाद दूँगा।
मुझे आपने खींच कर ऊपर उठा लिया है।
आपने मेरे दुश्मनों को मुझ पर
खुश नहीं होने दिया।
2 हे मेरे प्रभु,
मैंने मदद के लिए आप को पुकारा और आपने
मुझे ठीक कर दिया।
3 हे प्रभु,
मेरी जान को अधोलोक में से
आप निकाल ले आए हैं।
आपने मुझे कब्र में जाने से बचाया है।
4 प्रभु के भक्तो,
उनका भजन-कीर्तन करो।
उनके पवित्र नाम की बड़ाई करो।
5 उनका गुस्सा पल भर का होता है,
लेकिन कृपा ज़िन्दगी भर की।
चाहे रात को रोना पड़े,
लेकिन सुबह खुशी लौटती है।
6 मैं अपने अच्छे दिनों में बोल उठा था,
"मैं कभी भी डगमगाऊँगा नहीं।"
7 अपनी कृपा से आपने मुझे पहाड़ की
तरह मज़बूत किया है,
जब मुझे आपकी मौजूदगी नहीं मिली,
तब मैं घबरा गया था।
8 आपको ही मैंने पुकारा,
और प्रभु, आप ही से मैंने प्रार्थना की।
9 मेरे मरने से क्या फ़ायदा ?
क्या मिट्टी आपकी बड़ाई करेगी?
क्या वह आपकी ईमानदारी की बड़ाई करेगी?
10 हे प्रभु,
मुझ पर कृपा कीजिए और मेरी मदद भी।
11 आपने मेरे रोने को नाच में बदल डाला है।
मेरे दुख के कपड़ों को उतार कर
खुशी का कमरबन्द बाँधा है,
12 ताकि मेरा मन सदैव आप का गुणगान करता रहे।
मैं सदा तक आपको धन्यवाद देता रहूँगा।

31 हे प्रभु, मैं आप ही की शरण में आया हूँ,
मुझे शर्मिन्दा न होने दें।
अपनी सच्चाई के कारण मुझे आज़ाद कर दें।
2 अपना कान मेरी तरफ़ लगाईये
और छुड़ा लीजिए।
आप मेरे लिए शक्तिशाली चट्टान की तरह हैं।
3 हाँ, आप ही किला भी हैं इसलिए अपने नाम के
लिए आप मेरी अगुवाई करें।
4 आप मुझे उस जाल में से निकालें,
जिसे इसलिए लगाया गया है,
ताकि मैं फँस जाऊँ।
आप ही मेरे बल हैं।
5 मैं अपनी आत्मा आपके सुपुर्द करता हूँ।
हे प्रभु,
हे सच्चाई के प्रभु,
आप ही ने मुझे खरीद कर छुड़ाया है।
6 मैं उन लोगों से नफ़रत करता हूँ,
जो बेकार की बातों पर मन लगाते हैं,
लेकिन मेरा भरोसा प्रभु पर ही है।
7 मैं आपकी करुणा से मगन और खुश रहूँगा,
क्योंकि आपने मेरे दुख को देखा है
और मेरी मुसीबतों को भी।
8 आपने मुझे शत्रु के हाथ नहीं पड़ने दिया।
मेरे पैरों को आपने चौड़ी जगह पर रखा है।
9 हे प्रभु, मुझ पर कृपा करें क्योंकि मैं
मुसीबत में फँस गया हूँ।

मेरी आँखें, प्राणऔर देह सभी गम से घुल
रहे हैं।
10 मेरा जीवन दुख से और मेरी उम्र
कराहते -कराहते बीत गई।
मेरे गलत कामों के कारण मेरी हड्डियाँ घुल
गईं।
11 अपने सभी विरोधियों,
खास कर पड़ोसियों में मेरी बदनामी हुई
है।
मैं अपने जान-पहचान वालों में
डर का कारण बन चुका हूँ।
सड़क पर लोग मुझे देख कर मुझ से
भाग खड़े होते हैं।
12 मरे हुए लोगों की तरह लोग मुझे भी भूल
चुके हैं।
मैं टूटे बर्तन की तरह हो गया हूँ।
13 बहुत से लोग मेरी बदनामी कर चुके हैं।
सब तरफ़ आतंक ही आतंक दिखता है।
आपस में उन लोगों ने मेरी जान लेने की ठान
ली है।
14 लेकिन प्रभु,
आप पर ही मेरा भरोसा है
और आप मेरे प्रभु हैं।
15 मेरा भविष्य आपके हाथ में है।
मेरे दुश्मनों और सताने वालों से मुझे छुड़ा
लीजिए।
16 अपनी रोशनी[a] अपने दास को दिखाईए।
अपनी करुणा से मुझे मुक्ति दें।
17 हे प्रभु,
मुझे शर्मिन्दा न होने दीजिए,
क्योंकि मैं आप से बिनती करता हूँ।
दुष्ट शर्मिन्दा हों,
और वे अधोलोक में खामोशी से पड़े रहें।
18 झूठ बोलने वाले गूँगे हो जाएँ।
हाँ, वे जो निर्दोष ठहराए जन के विरुद्ध
घमण्ड
और बेइज़्ज़ती की बातें कहते हैं।
19 आपकी भलाई की कोई सीमा नहीं है,
जिसे आपने आपकी इज़्जत करने
वालों के लिए छोड़ रखी है
जो आपके पास आते हैं।
20 लोगों की चालबाज़ी से
आप उन्हें बचाते हैं और
अपनी उपस्थिति के छिपे
स्थानों में रखते हैं।
आप उन्हें झगड़ालू लोगों से बचाते हैं।
21 प्रभु तारीफ़ के लायक हैं,
क्योंकि उन्होंने फ़ौज से घिरे हुए
नगर में मुझ पर दया की।
22 मैंने घबराहट में कह दिया था,
"आपकी निगाह मुझ पर नहीं है।
"लेकिन जब मैंने प्रार्थना की,
आपने मेरी सुन ली।
23 हे प्रभु के सभी भक्तों उन से प्रेम रखो।
सच्चे लोगों को वह संभालते हैं।
घमण्डी लोगों को बदला देते हैं।
24 हे प्रभु पर आशा रखने वालो,
तुम सभी हिम्मत रखो और अटल बने
रहो।

32 जिस इन्सान को बलवईपन की
माफी मिल चुकी है
और जिस का अपराध ढाँपा जा चुका है
वही आशीषित है।
2 वही इन्सान आशीषित है
जिस के नाजायज़[b]
कामों का प्रभु हिसाब न रखें,
और जिसका मन साफ़ हो।

[a] **31.16** इच्छा [b] **32.2** अनुचित

3 जब मैं अपने गलत काम[a] के
बारे में खामोश रहा,
तब कराहते कराहते मेरी हड्डियाँ गल गईं,
4 क्योंकि आप का हाथ रात-दिन मेरे
ऊपर भारी था।
मेरी ताकत मानो गर्मी के मौसम से
कम हो गई हो।
5 आपके सामने मैंने अपने गुनाह को मान
लिया
और अपनी बुराईयों को छिपाया नहीं।
मैंने कहा, "मैं अपने अपराध को
प्रभु के सामने मान लूँगा।"
तब आपने मेरे अपराध को क्षमा कर
दिया।
6 इसलिए आपके हर एक भक्त को ऐसे
समय में
प्रार्थना करनी चाहिए जब आप मिल
सकते हैं।
इसमें कोई सन्देह नहीं कि बाढ़ भी
उस का बाल बाँका न कर सकेगी।
7 आप मेरे छिपने की जगह हैं,
आप मुझे मुसीबत में संभालते हैं,
और मुझे छुटकारे के गीतों से घेरे रहते हैं।
8 प्रभु का कहना है,"मैं तुम्हें बुद्धि दूँगा।
और जिस रास्ते को अपनाना है,
बताऊँगा,
मेरी निगाह तुम पर लगी रहेगी और मैं तुम्हें
सलाह दूँगा।
9 तुम्हें घोड़े -खच्चर की तरह नहीं बनना है,
जिन में समझ नहीं होती है।
उन्हें लगाम से काबू में लाना पड़ता है।
10 दुष्ट को बहुत दुख होते हैं लेकिन प्रभु पर
भरोसा रखने वाला कृपा से घिरा रहता है।
11 हे प्रभु के लोगो,
प्रभु के कामों को याद करके खुश हो,
जयजयकार करो।

33 प्रभु को मानने वालो,
खुशी से जयजयकार करो।
खरे लोगों का स्तुति करना प्रभु को
अच्छा लगता है।
2 वीणा बजा-बजाकर प्रभु का धन्यवाद
करो,
दस तार वाली सारंगी बजा-बजाकर
उनकी स्तुति करो।
3 उनके लिए एक नया गीत
अच्छी तरह से बजाकर गाओ,
4 क्योंकि प्रभु की कही बातें खरी हैं।
वह सभी काम सच्चाई से करते हैं।
5 वह ईमानदारी और सच्चाई को चाहते हैं ।
सारी दुनिया[b] उनकी भलाई से भरपूर है।
6 आकाशमण्डल प्रभु के आदेश से
और सभी तारों का बनाया
जाना उनके शब्दों से हुआ।
7 वह समुन्दर के पानी को इकट्ठा करते हैं
और गहरे समुन्दर को भण्डार में रखते हैं।
8 सारी पृथ्वी उन से डरे,
दुनिया के सभी लोग उन से डरें।
9 क्योंकि उन्होंने जैसा कहा,
हो गया।
जैसी उन्होंने आज्ञा दी,
वैसा ही हुआ।
10 देश-देश के लोगों की योजनाओं को
वह नाकामयाब कर डालते हैं।
11 उनकी युक्ति सदा बनी रहती है।
उनके मन की योजनाएँ पीढ़ी से
पीढ़ी तक बनी रहती हैं।
12 प्रभु जिन लोगों के प्रभु हैं,

[a] **32.3** बलवईपन [b] **33.5** पृथ्वी

वे ही सचमुच में आशीषित हैं,
और वह देश जिस ने उनको अपना बना
लिया है।
13 प्रभु स्वर्ग से देखते हैं, सभी इन्सानों
पर उनकी नज़र बनी रहती है।
14 उनकी आँखें दुनिया के सभी
लोगों को देखती रहती हैं।
15 वही हैं जो सब के मनों और कामों को
जानते हैं।
16 बड़ी फ़ौज से राजा की जीत नहीं
होती है, न ही ताकतवर अपनी
शक्ति की वजह से छूट पाता है।
17 जीत के लिये घोड़ों से कुछ
आशा करना नासमझी है,
क्योंकि वह अपनी ताकत से
कुछ नहीं कर सकता।
18 देखो, जो लोग प्रभु के
पैमाने से उनको आदर- सम्मान
देने वाले हैं,
और उन ही से आशा रखते हैं,
उन पर उनकी आँखें लगी रहती हैं,
19 ताकि सूखे के समय में
भी उन्हें बचा कर रखें।
20 हम उन्हीं पर आस लगाए हैं,
वही हमारे मदद करने वाले हैं और ढाल
हैं।
21 इसलिये कि हम उन पर भरोसा रखते हैं,
हम खुश हैं।
22 हे प्रभु, हमारी उम्मीद के मुताबिक
आप अपनी कृपा हम पर करें।

34 मैं हर हालत में प्रभु का
आभारी रहूँगा।
मेरे होठों से आभार के शब्द निकलेंगे।
2 मैं प्रभु में खुश रहूँगा।
जिन में घमण्ड नहीं है,
वे यह सुन कर खुश होंगे।
3 आओ, हम सभी मिल कर उनकी
बड़ाई करें।
4 मैं ने प्रभु से मांगा और उन्होंने
जवाब दिया,
और मुझे डर से आज़ाद किया।
5 जब भी किसी ने अपना रुख उनकी
तरफ़ किया,
उसे रास्ता दिख गया।
वे कभी शर्मिन्दा नहीं हुए।
6 मुझ दुखी ने उन से प्रार्थना की,
उन्होंने सुन कर उन दुखों से
मुझे मुक्त किया।
7 प्रभु की सुन कर करने वालों के चारों ओर
उनका फ़रिश्ता उन्हें घेरे रहता है
और बचाता है।
8 तुम लोग उन्हें चखो,
तब तुम को मालूम पड़ेगा कि
वह कितने अच्छे हैं।
प्रभु से मदद पाने के लिये उनके पास
आने वाला ही बुद्धिमान है।
9 प्रभु के लिये ठहराए हुए लोगो,
उन ही की बात मानो।
उन से डरने वालों को कमियों में
नहीं रहना पड़ता है।
10 जवान शेरों को कमी का
सामना करना पड़ता है।
कभी-कभी उनका पेट नहीं भरता है,
लेकिन जो लोग प्रभु को
खुश करना चाहते हैं,
उन्हें ज़रूरत की चीज़ें मुहैया
कराई जाती हैं।
11 बच्चो, मेरी सुनो,
मैं तुम्हें सिखाना चाहता हूँ कि तुम जानो
कि,
प्रभु का आदर -सम्मान

कैसे किया जाता है।
12 कौन लम्बे समय तक सुखी रहना चाहता
है?
13 वह मुँह से किसी के खिलाफ़ बोलना बन्द
करे और धोखा-धड़ी से दूर रहे।
14 बुराई से बचो और भलाई करने में लग
जाओ।
मेल से रहना सीखो।
15 प्रभु मुक्ति पाए हुए लोगों को देखते रहते हैं
और उनकी दुआ सुनने के
लिये तैयार रहते हैं।
16 सही न करने वालों के वह खिलाफ़ में
रहते हैं,
ताकि लोगों की याददाश्त में से उनको
मिटा दें।
17 प्रभु के बेटे-बेटियाँ उन से याचना करते हैं
और उनकी सारी मुसीबतों से
वह उन्हें मुक्त कर देते हैं।
18 जो लोग ज़िद्दी और घमण्डी नहीं हैं ,
वे उनकी नज़दीकी का अनुभव करते हैं।
जिन का मन बदल चुका है,
वे हमेशा की सज़ा से छूट जाते हैं।
19 सज़ा-मुक्त इन्सान पर तमाम
मुसीबतें आती रहती हैं,
लेकिन वे उन से निकलते जाते हैं।
20 वह उनकी देह की रक्षा भी करते हैं।
21 दुष्ट को उस का बुरा चालचलन ही
बर्बाद कर डालता है।
प्रभु के लोगों के दुश्मनों पर ही आरोप
लगेगा।
22 कीमत चुका कर वह उनकी
जान को बचाते हैं।
जो उनके साये में आता है,
वह निर्दोष ठहरता है।

35 हे प्रभु, जो लोग मुझ से लड़ाई करते हैं,
उन से आप भी लड़िये।
2 आप ढाल और कवच के
साथ आकर मेरी मदद कीजिये।
3 आप भाला भी लाएँ और जो
मेरा पीछा कर रहे हैं,
उन्हें रोक दें।
मुझ से कहिये कि आप ही मेरे छुड़ाने वाले
हैं।
4 जो मेरी जान लेना चाहते हैं,
वे शर्मिन्दा हो जाएँ।
जो मेरे नुकसान की योजना बनाते हैं,
वे पीछे धकेले जाएँ।
5 वे लोग उड़ जाने वाली भूसी की तरह हों।
6 उनका रास्ता फ़िसलन और अँधेरे से
भरा हो और प्रभु का
दूत उनका पीछा करता जाए।
7 बिना किसी वजह उन लोगों ने
मेरे लिये जाल बिछाया और गड्ढा खोदा।
8 उन पर अचानक मुसीबत आ पड़े।
अपने बिछाये जाल में वे लोग खुद ही फँस
जाएँ।
9 मैं प्रभु के कारण और उनकी
आज़ाद कर देने की शक्ति के कारण खुश
रहूँगा।
10 मेरी हड्डी- हड्डी बोलेगी,
“आपकी तरह कौन प्रभु है ”,
जो सताए हुए को ताकतवर से
और गरीबों को लूटने वालों से बचाते
हैं?
11 लोग झूठी गवाही देते हैं और
जिन बातों का ज्ञान मुझे है ही नहीं उनके
बारे में जाँच पड़ताल करते हैं।
12 मेरी भलाई का बदला मुझे

बुराई में मिलता है।
वे मेरे मन को चोट पहुँचाते हैं ।
13 जब वे बीमार थे,
तब मेरा मन दुखता था।
मैंने खाना-पीना छोड़ा और अहम् को
त्यागा और मुझे मेरी दुआ का जवाब
मिला।
14 जिस तरह से कोई माता,
दोस्त या भाई के लिये विलाप करता है,
मैं दुख मनाता रहा।
15 मेरे लड़खड़ाने पर वे मज़ाक उड़ा रहे थे।
मुझ पर हमला करने वाले एक
जगह इकट्ठा हुए।
वे भला- बुरा बोलते रहे।
16 उनका दाँत पीसना जारी रहा।
17 हे प्रभु, आप कब तक देखते रहेंगे?
इन शेरों और खतरनाक काम
करने वालों से मेरी जान बचाईये।
18 मैं बड़ी सभा में और जहाँ ढेर से लोग
इकट्ठे होते हैं,
आपकी बड़ाई करूँगा।
19 जो बिना किसी कारण मेरे
दुश्मन बन गये हैं,
वे मुझ पर हँस न सकें।
जो फ़ालतू में मुझ से नफ़रत करते हैं,
वे बुरी नज़र से घूर न पायें।
20 वे मित्र भाव की बात नहीं करते हैं,
लेकिन शान्ति से रहने वालों के खिलाफ़
धोखा-धड़ी की बातें सोचते हैं।
21 मेरे खिलाफ़ उन्होंने मुँह खोला है,
"अहा- अहा, हम ने अपनी आँखों से
देख लिया है।"
22 हे प्रभु, आपने तो सब
कुछ देख लिया है।
आप दूर खामोश न रहिये।।
23 मेरी तरफ़ से मुकदमा लड़ने के
लिये तैयार हो जाईये।
24 अपने न्यायी होने की वजह से
मेरा इन्साफ़ कीजिये,
ताकि लोग मुझ पर हँस न सकें।
25 उन्हें यह कहने का मौका न मिले,
'हम जैसा चाहते थे,
वैसा ही हुआ और हम ने
उन्हें निगल लिया है।'
26 जो लोग मेरी मुसीबत में हँसते हैं,
वे शर्म से पिघल जाएँ।
जो बढ़ा- चढ़ा कर बातें करते हैं,
वे शर्म से भर जाएँ।
27 जो मेरे आरोप मुक्त होने की आरज़ू रखते
हैं,
वे खुशी से नारे लगाएँ।
वे मुँह से कहते रहें, प्रभु
जो अपने सेवक के भरपूर जीवन को
देख कर खुश होते हैं,
उनकी बड़ाई हो।
28 तब मैं दिन भर आपकी ईमानदारी- सच्चाई
का
ऐलान करने के साथ बड़ाई करता रहूँगा।

36 दुष्ट इन्सान भीतर ही से बलवई होता
है।
उसके हिसाब से प्रभु से
डरना कोई मायने नहीं रखता।
2 क्योंकि वह घमण्ड के कारण अपनी
बुराईयों को
मानने और छोड़ देने के लिये तैयार नहीं
होता है।
3 उसके मुँह के बोल चालबाज़ी से भरे होते
हैं।
उसे समझदारी के कामों और सही कामों से
कुछ लेना देना नहीं होता है।
4 बिस्तर में पड़े- पड़े वह अनुचित कामों को

करने की सोचता रहता है।
उसकी जीवन शैली अपराध से भरी पड़ी है।
जो कुछ गलत है,
उसे वह त्यागता नहीं है।
5 हे प्रभु, आप का भरोसेमन्द प्रेम
आकाश तक ऊँचा है ।
आपकी विश्वासयोग्यता
बादलों तक को छू लेती है।
6 आप का इन्साफ़ सब से ऊँचे पहाड़ों की
तरह है।
आपके फ़ैसले समुन्दर की गहराई के समान
हैं।
आप ही हैं जिन्हों ने इन्सान और जानवर
को
ज़िन्दा रखने का इन्तज़ाम किया है।
7 आप का विश्वसनीय प्रेम कितना कीमती
है!
मानव आपके पँखों के नीचे ही पनाह पाता
है।
8 आप ही ने उनके खाने का
प्रबन्ध किया है और पीने का भी।
9 जीवन को आप ही बनाये रखते हैं।
10 अपने इस सच्चे प्रेम को विश्वासयोग्य लोगों
तक
पहुँचाईये, ताकि जो अच्छा
चालचलन रखते हैं,
वे अपनी जीत देख सकें।
11 गुस्सैल और झगड़ालू लोग मुझे हरा न
सकें
और न ही मुझे बेघर कर सकें।
12 बुरे लोगों को मैं देख रहा हूँ।
वे गिर चुके हैं और उठ नहीं पा रहे हैं।

37 जब कभी ऐसा लगे कि दुष्ट
लोग सफ़ल होते जा रहे हैं,
तब मन में जलना नहीं,
2 क्योंकि वे लोग बहुत जल्दी ही
घास की तरह सूख जाएँगे
और उनकी हालत सूखे पौधों की सी हो
जाएगी।
3 बस प्रभु पर भरोसा रखो और
जो कुछ जायज़ है, करो।
जहाँ कहीं हो,
पूरी ईमानदारी बनाए रखना।
4 तभी तुम प्रभु में खुश हो सकोगे
और तुम्हारी दुआओं का
जवाब तुम्हें मिलेगा।
5 अपने आने वाले दिनों को
उन्हीं के सुपुर्द कर दो,
उन पर भरोसा रखो और वह
तुम्हारे लिये काम करेंगे।
6 सभी लोग यह सब देख सकेंगे ।
7 बड़े भरोसे के साथ इन्तज़ार करो और
अपराधियों की सफ़लता को देख कर जो
अनुचित तरीकों का इस्तेमाल करने से
मिलती है,
परेशान न होना।
8 न ही गुस्से में रहो और न ही हताश हो,
नहीं तो परेशानियाँ बढ़ती जाएँगी।
9 बुरा करने वाले मिटा दिए जाएँगे,
लेकिन जो प्रभु पर भरोसा रखेंगे,
वे पृथ्वी के वारिस बनेंगे।
10 बहुत ही जल्दी गलत करने वाले
गायब हो जाएँगे।
जब तुम अपनी निगाह वहाँ डालोगे,
तो उस का वहाँ नामों-निशां न होगा।
11 शोषित लोग पृथ्वी के हकदार बनेंगे
और भरपूर होंगे।
12 भले लोगों के खिलाफ़ बुरे लोग
योजनाएँ बनाते हैं
और लुके- छिपे हमला कर देते हैं।
13 प्रभु उन पर हँसते हैं,

क्योंकि उन्हें पता है कि इन लोगों का
अन्त नज़दीक है।
14 बुरे इन्सान अच्छे लोगों के खिलाफ़
तलवार और तीर को तैयार रखते हैं,
ताकि कुचले और ज़रूरतमन्दों को नीचे करें
और प्रभु के प्रेमियों को कत्ल कर डालें।
15 उनकी तलवार से उनके दिल ही छिद
जाएँगे
और उनके बाण तोड़ दिये जाएँगे।
16 सही इन्सान का जो थोड़ा सा है,
वह बहुत से बुरे लोगों की दौलत से
कहीं बेहतर है।
17 बुरे लोगों की शक्ति जाती रहेगी,
लेकिन प्रभु अपने जन को सम्भालते हैं।
18 जो सीधे-सादे लोग हैं,
उनका ध्यान प्रभु हर दिन रखते हैं
और उन्हें स्थायी मीरास मिलती है।
19 मुश्किल समयों में वे लज्जित न होंगे।
अकाल के दौरान उनके पास खाने पीने के
लिये काफ़ी होगा।
20 मुक्ति रहित लोग अनन्त समय तक पीड़ा
सहेंगे।
प्रभु के दुश्मन सदा के लिये मैदान की
अच्छी घास की
तरह और धुएँ के समान गायब हो जाएँगे।
21 बुरे लोग उधार लेने के बाद वापस
करने की सोचते ही नहीं,
लेकिन सज़ा मुक्त लोग बड़े मन से देते हैं।
22 प्रभु का साया जिन पर है,
वे पृथ्वी का हक पायेंगे,
लेकिन जिन को उन्होंने अपनाया नहीं है,
वे मिट जाएँगे।
23 जिन के चालचलन को वह सही समझते
हैं,
उन्हें सफ़लता मिलती है।
24 जब वह गिरता है तो पूरी तरह नहीं ,
क्योंकि सृष्टिकर्ता उसके
हाथों को पकड़ लेते हैं।
25 मैंने अपनी जवानी से बुढ़ापे तक यह नहीं
देखा कि
किसी माफ़ी पाए इन्सान को त्याग दिया
गया हो।
उसके बाल-बच्चे और नाती-पोतों को भी
कभी भीख नहीं माँगना पड़ता है।
26 जो दूसरों पर तरस खाता है और उधार
देता है।
उसके बच्चों का भला होता है।
27 गलत रास्ते से हट जाओ और सही काम
करो,
तब तुम्हें सदा की देख-रेख मिल पायेगी।
28 प्रभु इन्साफ़ ही को बढ़ावा देते हैं।
वह अपने सच्चे मानने वालों को यों
छोड़ नहीं देते हैं।
वे सदा तक सुरक्षित हैं,
लेकिन अनुचित काम करने वालों के
बाल-बच्चे मिटा दिये जाएँगे।
29 प्रभु से प्रेम करने वाले भविष्य में
पृथ्वी के हकदार बन जाएँगे ।
30 निर्दोष ठहराये लोग समझदारी की बातें
करेंगे
और न्याय को बढ़ावा देंगे।
31 प्रभु की कही बातें उनके विचारों को
एक दिशा देती हैं और उनके पैर फ़िसलते
नहीं हैं।
32 अच्छे लोगों के लिये दुष्ट लोग फन्दा
लगाते हैं
और उन्हें मार डालने की कोशिश करते
हैं।
33 लेकिन प्रभु यह देखेंगे कि उनका जन
एक शिकार न बने या न अदालत में
मुजरिम ठहराया जाए।
34 प्रभु पर आसरा करो और

उस ही के रास्ते पर चलते रहो।
वही तुम्हें बढ़ाएँगे कि तुम मीरास को पा
सको ।
दुष्ट लोग खत्म कर दिये जाएँगे और
तुम यह अपनी आँखों से देख सकोगे।
35 मैंने निर्दयी इन्सान को हरे भरे पेड़ की
तरह फलते देखा।
36 कुछ समय बाद ढूँढ़ने पर भी वह नहीं
मिला।
37 निरपराध आदमी और खरे इन्सान पर
निगाह डालो,
क्योंकि मेल से रहने वाले मनुष्य का
वंश चलेगा।
38 बलवईयों और दुष्टों का
नामों- निशां मिट जाएगा।
39 माफी प्रभु ही से है।
मुसीबतों के समय वही उनकी ताकत हैं।
40 प्रभु उनकी मदद करके उन्हें बचा लेते हैं।
वह अविश्वासी से उन्हें मुक्त कर आज़ाद कर
देते हैं,
क्योंकि वे उन में शरण लेते हैं।

38 हे प्रभु, गुस्से में आकर मुझे डाँटिए
नहीं,
और न ही अनुशासित कीजिये।
2 आपके तीर मुझे बुरी तरह चुभ चुके हैं।
मैं आपके हाथ के नीचे दबा हुआ हूँ।
3 आपके गुस्से के कारण मेरे जिस्म में
बीमारियाँ हैं।
मेरे बलवा करने से मेरी हड्डियों में बेचैनी है।
4 क्योंकि मैं अपनी बुरी करतूतों में
पूरी तरह डूबा हुआ हूँ।
भारी बोझ की तरह वे मेरे लिये सहने से
बाहर हैं।
5 यह मेरी बेवकूफ़ी ही है कि मुझ पर पड़े
कोड़ों के
कारण हुए ज़ख्मों से बदबू आने लगी है।
6 मैं दुख से दब चुका हूँ और दिन भर दुखी
रहता हूँ।
7 मेरी कमर में जलन है और देह बीमार है।
8 कमज़ोर होकर मैं टूट चुका हूँ।
मैं अपने मन के दुख की वजह से
छटपटाता हूँ।
9 आप को मालूम है कि मैं चाहता क्या हूँ।
आप मेरी आहों को भी सुन सकते हैं।
10 मेरा दिल धक-धक करता है।
मैं कमज़ोर होता जा रहा हूँ
और मेरी आँखों से ठीक से दिख भी नहीं
रहा है।
11 मेरे घर वाले,
रिश्तेदार और दोस्त मुझ से दूर-दूर रहते
हैं।
12 मेरी जान के पीछे पड़ने वाले मेरे लिये
योजना बनाते हैं।
मुझे बर्बाद करने वालों ने मुझे धमकी दी
है।
उनका काम ही जाल बुनना है।
13 मैं उनके लिये बहरे-गूँगे की तरह हो गया
हूँ। 14 हाँ, मैं उस आदमी की तरह
हूँ जो सुनता ही नहीं, और जिसके
मुँह से कोई जवाब नहीं निकलता।
15 क्योंकि हे प्रभु, मैं आप के ऊपर
भरोसा रखता हूँ, आप ही मुझे
उत्तर देंगे। 16 क्योंकि मैंने कहा,
“मेरे पांव फ़िसलने पर जो लोग
मेरी हँसी उड़ाना चाहते हैं, वे ऐसा
न करने पाएँ। 17 क्योंकि मैं अब
गिरने वाला हूँ, और मेरा दुख सदा
मेरे सामने दिखता है। 18 मैं अपने
अनुचित कामों को मान लेता हूँ और
परमेश्वर की इच्छा के विरुद्ध जाने
से घबराया हुआ हूँ। 19 लेकिन मेरे
शत्रु फुर्तीले और ताकतवर हैं,बिना

मतलब मुझ से नफ़रत करनेवाले
ढेर सारे हैं। 20 जो भलाई के बदले
में बुरा करते हैं, वे ही मेरा विरोध
करते हैं, क्योंकि भलाई करना मेरा
काम ही है। 21 हे याहवे मुझे छोड़ें
मत, हे मेरे परमेश्वर मुझ से दूर
न जाईये। 22 हे याहवे, मेरे उद्धार,
जल्दी से मेरी सहायता करे।

39 मैंने इरादा कर लिया है,
कि मैं समझदारी से अपना जीवन
बिताऊँगा,
ताकि मुँह से गलत बात न कहूँ।
जब तक अविश्वासी मेरे सामने हैं,
मैं अपना मुँह बन्द रखूँगा।
2 मैं खामोश रहा और भलाई करने से
भी मैंने किनारा किया,
इसलिये मेरा दुख बढ़ गया।
3 मेरा मन भीतर जल रहा था।
मेरे दिल का गुस्सा मुँह से निकल ही पड़ा।
4 हे प्रभु,
मुझे बता दें कि मैं कब मरूँगा
और मेरी उम्र कितनी है?
मुझे यह एहसास होने दें कि मैं
कितनी जल्दी चल बसूँगा।
5 मेरी उम्र एक बालिश्त के बराबर है।
आपके नज़रिये से मेरी उम्र की
कोई अहमियत ही नहीं।
इन्सान कैसे भी हष्ट-पुष्ट दिखते हों,
वे भाप के समान हैं। ।
6 मनुष्य परछाईं की तरह है ।
वह दौलत इकट्ठा करता तो है,
लेकिन जानता नहीं है कि उसे कौन ले
लेगा।
7 प्रभु मैं किस का इन्तज़ार करूँ?
आप ही से मेरी आशा है।
8 मुझे अनुचित कामों की जकड़न से
आज़ाद कर दीजिये,
ताकि आप को न मानने वाला आपकी
बेइज़्ज़ती न कर सके।
9 जो कुछ आपने किया है उसकी
खातिर मैं खामोश रहा।
10 मुझे घायल करना रोक दीजिये ।
आपके गुस्से के कारण तो मेरा
खातमा ही हो गया था।
11 लोगों के विद्रोह के कारण आप
उन्हें डाँटते- डपटते हैं।
पतिंगे की तरह आप उनकी
ताकत को बर्बाद कर देते हैं।
इस में कोई शक नहीं है कि हर
इन्सान भाप की तरह है।
12 मेरी याचना सुन लीजिये प्रभु।
मुझे मदद चाहिये, मेरी गिड़गिड़ाहट को
हल्की बात मत समझिये।
मैं एक ऐसे व्यक्ति की तरह हूँ जो
अपने जन्म स्थान से बहुत दूर रह रहा हो।
जिस तरह से मेरे पुरखे आप पर आसरा
रखते थे,
मैं भी आपकी दया पर टिका हुआ हूँ।
मेरे चिल्लाने, गिड़गिड़ाने और सिसकने
को अनदेखा न कीजिये।
13 अपनी गुस्से से भरी नज़रों को
मुझ पर से हटा लीजिये,
ताकि इस दुनिया से जाने से पहले मैं खुश
रहूँ।

40 बड़े सब्र के साथ मैं प्रभु का
इन्तज़ार करता रहा।
उन्होंने मेरी सुन भी ली ।
2 बर्बादी के गड्ढे से और दलदल के
कीचड़ से उन्होंने मुझे निकाल लिया और
मज़बूत चट्टान पर मेरे पैरों को रख दिया।

3 उन्होंने मुझ को एक नया गीत
सिखा दिया जो
उनकी बड़ाई का है।
यह सब दूसरे लोग देखने के बाद
डर जाएँगे और प्रभु पर भरोसा रखेंगे।
4 वही इन्सान सन्तोष पाता है
जो प्रभु पर भरोसा रखता है।
ऐसा मनुष्य घमण्डियों और झूठों से
कोई उम्मीद नहीं करता है।
5 हे मेरे प्रभु, आपने बहुत से
काम किये हैं।
आपके पास हमारे लिये जो विचार
और कामनाएँ हैं,
वे गिनती में बहुत हैं।
आप से मेल खाता हुआ भी कोई नहीं है।
मेरा मन यह करता है कि दिल खोल कर
उनके बारे में बताऊँ,
लेकिन उनका गिना जाना भी नामुमकिन है।
6 आप को किसी तरह की
कुर्बानी में दिलचस्पी नहीं है।
आपने मेरे कानों को खोला है।
7 तभी मैं बोला,"देखिये, मैं आ गया हूँ"।
किताब में भी मेरे बारे में ऐसा ही लिखा है।
8 आपकी इच्छा को पूरा करना ही
मुझे अच्छा लगता है।
आपकी कही बातें मेरे मन में बसी हुयी हैं।
9 आपकी सच्चाईयों को मैंने
बड़ी सभा में बता दिया है।
आप तो यह जानते हैं कि मैंने
अपना मुँह बन्द नहीं रखा।
10 आप का तरस, इन्साफ़ और सत्य,
इन सभी को मैंने अपने तक सीमित नहीं
रखा,
लेकिन लोगों को बताया।
11 आप भी अपनी बड़ी दया को
मुझ से दूर न हटाईये।
आपकी करुणा और सच्चाई से
मेरा बचाव हो।
12 मैं तमाम तरह के खतरों से घिरा हुआ हूँ।
मेरे अपराध मुझ पर हावी हो रहे हैं।
उनकी गिनती मेरे बालों से ज़्यादा है,
इसलिये मैं कमज़ोर होता जा रहा हूँ।
13 प्रभु, मेरे बचाने में दिलचस्पी लीजिये
और जल्दी सहायता कीजिये।
14 जो लोग मेरी जान के प्यासे हैं,
वे पूरी तरह से शर्मिन्दा हों।
वे, जो मुझे नुकसान पहुँचाना चाहते हैं
शर्मिन्दा होकर वापिस लौट जाएँ।
15 जो लोग मुझ पर हँसते हैं,
उन्हें मुँह की खानी पड़े और
लज्जित होना पड़े।
16 जो लोग आप को चाहते हैं,
वे खुश हों। जो लोग आप से मिलने
वाली आज़ादी को
अपने जीवन में देखना चाहते हैं,
वे सदा कहें,' प्रभु की स्तुति हो!'
17 अपने ऊपर मैं एक बोझ महसूस कर रहा
हूँ
और आवश्यकता में हूँ।
प्रभु की दृष्टि मेरे ऊपर बनी रहे ।
आप ही मेरे सहायक और छुड़ाने वाले हैं,
हे मेरे प्रभु अब देरी न कीजिये।

41 वह इन्सान कितना आशीषित है,
जो अपनी नज़र गरीब पर डालता है।
प्रभु उसकी मुसीबत के वक्त उसे बचा लेंगे।
2 वह उसकी रक्षा करके उसे ज़िन्दा रखेंगे।
वही इस दुनिया में आशीषित होगा।
उसे आप उसके दुश्मनों की इच्छा
पर मत छोड़िएगा।
3 जब वह बीमारी के कारण
बिस्तर पर पड़ा हो,

तब प्रभु उसे संभाल लेंगे।
उस को आप ठीक कर देंगे।
4 मैंने कहा,
"हे प्रभु मुझ पर कृपा करें,
मेरी बीमारी को ठीक कर दें,
क्योंकि मैंने आपके खिलाफ़ बलवा किया है।"
5 मेरे शत्रु मेरे विरोध में कहते रहते हैं,
कि मेरी मौत कब होगी।
6 जब कभी कोई मुझ से मुलाकात करने आता है,
तो बेकार की बातें करता है।
उसके मन के अन्दर सब बेकार की
बातें भरी रहती हैं।
और वह बाहर जाकर उनके
बारे में चर्चा करता है।
7 मेरे सारे दुश्मन मिल कर मेरे
खिलाफ़ कानाफूसी करते हैं।
वे मेरे नुकसान की योजना बनाते हैं।
8 वे कहते हैं कि मुझे खतरनाक
बीमारी हो गई है और मैं बचूँगा नहीं।
9 मेरा जिगरी दोस्त जिस पर मुझे पूरा भरोसा था
और जिस के साथ मैं खाता पीता था।
वह भी मेरा विरोधी बन गया है।
10 "लेकिन हे प्रभु,
मुझ पर कृपा करके मुझे उठा लीजिए,
ताकि मैं उन्हें बदला दूँ।
11 मेरा दुश्मन मुझ पर जीत हासिल नहीं कर पाता है।
इसलिए मैं जान गया हूँ कि आप मुझ से खुश हैं।
12 आप मुझे खराई में संभालते हैं
और अपने सामने मज़बूत करते हैं।
13 इस्राएल के प्रभु शुरू से हमेशा तक
धन्यवाद के लायक हैं। ऐसा ही हो।

42 जिस तरह हिरणी नदी के पानी के लिए हाँफती है,
वैसे ही, हे प्रभु मैं आपके
लिए हाँफता हूँ।
2 मैं जीवित प्रभु का प्यासा हूँ।
मैं कब प्रभु से मिलूँगा।
3 रात दिन बहने वाले मेरे आँसू
मेरा खाना बन गए हैं।
लोग मुझ से पूछते रहते हैं,
"कहाँ हैं तुम्हारे प्रभु?"
4 भीड़ के साथ मैं जाया करता था।
खुशी से नारा लगाते हुए और शुक्रगुज़ारी के साथ,
त्यौहार मनाने जाने वाली भीड़ के साथ,
प्रभु के भवन को जाया करता था।
यह याद करके मेरा मन दुख से भर जाता है।
5 हे मेरे मन, तुम क्यों गिरते जा रहे हो?
व्याकुल क्यों हो रहे हो?
क्योंकि मैं उनकी[a] मौजूदगी से
आज़ादी पाकर धन्यवाद करूँगा।
6 मेरी जान निकली जाती है, मेरे प्रभु,
इसलिए मैं यर्दन के पास के देश और हेर्मोन के
पहाड़ों और मिसगार की पहाड़ी के
ऊपर से आप को याद करता हूँ।
7 जल धाराओं की आवाज़ सुन कर
पानी भी पुकारता है।
मैं आपकी सारी तरंगों और लहरों में
डूब गया हूँ।
8 दिन में प्रभु अपनी ताकत
और दया को दिखा देंगे,
मैं रात में भी गीत गाऊँगा और
जीवन देने वाले प्रभु से बिनती करूँगा।

[a] **42.5** प्रभु की

9 वह मेरी चट्टान हैं, मैं उन से कहूँगा,
कि वह मुझे भूल क्यों गए हैं।
दुश्मन के अन्धेर की वजह से मैं
गम में ज़िन्दगी क्यों बिता रहा हूँ?
10 मेरे सताने वालों के बेईज़्ज़ती के शब्दों से
मेरी हड्डियाँ मानो चूर हो रही हैं।
ऐसा लगता है जैसे कि किसी ने
कटार भोंक दी हो।
दिन भर उनका एक ही सवाल होता है,
"कहाँ हैं तुम्हारे प्रभु?"
11 हे मेरी जान, तुम क्यों निराश और
व्याकुल होती जा रही हो?
प्रभु पर भरोसा रखे रहो।
वही मेरे चेहरे को मुक्त करने वाले
और मेरे प्रभु हैं।
मैं फिर से उन्हें धन्यवाद दूँगा।

43 हे प्रभु, मेरा इन्साफ़ कीजिए और
आपको न मानने वालों से
मेरा मुकदमा लड़िए।
छल-कपट करने वालों से मुझे बचाईए।
2 आप ही के दर पर मैं आ सकता हूँ।
आपने मुझे क्यों छोड़ दिया है?
दुश्मन के अन्धेर के कारण दुख का
पहरावा पहने मैं क्यों भटकता रहूँ?
3 अपनी रोशनी और सच्चाई को भेजिए
और रास्ता दिखाईए।
वे ही मुझे आपके अलग किए हुए पहाड़
और आपके घर में पहुँचा दें।
4 तब मैं आपकी मौजूदगी में आऊँगा।
उस प्रभु के पास,
जो मेरे लिए खुशी का
जलाशय[a] हैं।
साज़[b] बजा-बजाकर मैं
आपको शुक्रिया कहूँगा।
5 मेरी जान, तुम क्यों परेशान
और व्याकुल हो?
प्रभु पर तकिया करो,
वह मेरे चेहरे की रोशनी हैं,
मैं एक बार फिर शुक्रगुज़ारी में लग
जाऊँगा।

44 हमारे बुज़ुर्गों ने बताया था और हम ने
अपने
कानों से सुना भी था, कि आपने कौन से
बड़े काम किए थे।
2 देश-देश के लोगों को आपने
निकाल कर इन्हें बसाया था।
आपने देश-देश के लोगों को दुख दिया।
आपने उन्हें तितर बितर कर डाला।
3 वे लोग लड़ाई के बल पर
इस देश के हकदार न हुए,
न ही अपनी ताकत से लेकिन
आपकी ताकत और मदद से।
4 आप ही हमारे राजा हैं।
आप इस्राएल की मुक्ति का हुक्म देते हैं।
5 अपने दुश्मनों को हम आपकी मदद से
ढकेल देंगे और अपनी खिलाफ़त करने
वालों को रौंद डालेंगे।
6 .मैं अपने हथियार पर भरोसा नहीं रखता हूँ,
न ही मुझे उस से जीत हासिल होती है।
7 आप ही ने हमें दुश्मनों से बचाया है
और उन्हें निराश व शर्मिन्दा किया है।
8 दिन भर हम प्रभु की बड़ाई करते रहेंगे
और उनके नाम का धन्यवाद करेंगे
9 फिर भी आपने हमें त्यागा और हमारी
बेइज़्ज़ती की है और हम लोगों के
साथ लड़ाई में नहीं गए।
10 आप हमें दुश्मन के साम्हने से हटा देते हैं
और हमारे शत्रु मनमानी लूट-मार करते हैं

[a] **43.4** तालाब [b] **43.4** वीणा

11 हमें आपने कसाई की सी भेड़ों की
तरह कर दिया है ।
आपने हमें गैर यहूदियों में बिखेर दिया है।
12 आपने अपनी प्रजा को मुफ़्त में बेच दिया,
लेकिन उनके लिये आपने ऊँची
कीमत नहीं मांगी।
13 हमारे पड़ोसियों से आप हमारी बेइज़्ज़ती
कराते हैं
और हमारे चारों ओर रहने वाले
हमारा मज़ाक उड़ाते हैं ।
14 दूसरे देशों के लोगों में
आप हमें उपमा ठहराते हैं।
दूसरे मुल्कों के लोग हमारी वजह से
सिर हिलाते हैं।
15 दिन भर हमें बेइज़्ज़ती सहनी पड़ती है।
16 हम दुश्मन तथा बदला लेने वालों के
कारण शर्म से पानी-पानी हो जाते हैं ।
17 हम पर यह सब बीतने के
बावजूद हम आप को भूले नहीं,
न ही हम ने अपनी प्रतिज्ञा को तोड़ा।
18 हमारे मन बहके नहीं,
न ही हमारे पैर दूसरे रास्तों पर गये
19 फिर भी आपने हमें गीदड़ों की जगह पर
कुचल दिया। आपने हमें घुप्प
अन्धेरे में छिपा दिया ।
20 यदि हम प्रभु का नाम भूल
जाते या किसी दूसरे देवी-देवता के
सामने हाथ फैलाते,
21 तो क्या यह प्रभु की निगाह से
छुप सकता था। वह तो मन की छिपी
बातों को
भी जानते हैं।
22 आपकी खातिर हम दिन भर
मार डाले जाते हैं।
हमें ऐसी भेड़ें समझा जाता है,
जो हलाल की जाने वाली हैं।
23 हे प्रभु, जागिये, सोईये मत।
हमें हमेशा के लिये छोड़िये मत
24 आप हम से छिपे न रहिये।
हमारे दुख और सताव पर ध्यान दें।
25 हमारा पेट ज़मीन से चिपक चुका है
और जान मिट्टी से लगी है।
26 हमें मदद देने के लिये तैयार हो
जाईये। इसलिये कि आप तरस खाते हैं,
हमें आज़ाद कर दीजिये।

45 मेरा मन एक खूबसूरत बात से उमड़
रहा है।
राजा के बारे में मैंने जो लिखा है,
उसे मैं सुनाऊँगा।
मेरी जीभ एक अनुभवी लेखक की तरह है।
2 बहुत से लोगों में तुम बहुत खूबसूरत हो।
तुम्हारे ओठों में कृपा भरी हुई है,
इसलिए प्रभु ने तुम्हें हमेशा के
लिए आशीष दे दी है।
3 हे बलवान,
अपनी तलवार को जो,
तुम्हारी शान है, कमर में बान्धो।
4 सच्चाई,
दीनता और ईमानदारी के लिए
अपनी शान के ऊपर सवारी करो।
तुम्हारा दाहिना हाथ बड़े-बड़े काम करे।
5 तुम्हारे तीर तेज हैं,
तुम्हारे सामने देश-देश के लोग गिर पड़ेंगे।
राजा के दुश्मनों के मन उन से भिद जाएँगे।
6 हे प्रभु, आप का शासन सदा काल का है।
आप इन्साफ़ करने में भी भरोसेमन्द हैं।
7 आपने इन्साफ़ को पसन्द किया है
और बुराई से नफ़रत की है।
इस की वजह से आपके प्रभु ने
आपका अभिषेक आनन्द के तेल से
किया है और दूसरे दोस्तों की तुलना में

आपको अधिक आदर भी दिया है।
8 आपके सारे कपड़े,
गन्धरस,
अगर और तेज से खुशबूदार हो गए हैं।
9 आपकी माननीय महिलाओं में
राजकुमारियाँ शामिल हैं।
आपकी दाहिनी ओर पटरानी,
ओपीर के कुन्दन से सजी है।
10 हे राजकुमारी, सुनो और ध्यान से,
अपने रिश्तेदारों और मायके को भूल
जाओ।
11 राजा तुम्हें पसन्द करेगा,
क्योंकि वह तुम्हारा मालिक है,
तुम उसी के सामने झुको।
12 सोर के अमीर लोग भेंट देकर
आप को खुश करना चाहेंगे।
13 राजकुमारी महल की शोभा है
उसके कपड़ों में सुनहले बूटे कढ़े हुए हैं।
14 वह बूटेदार कपड़े पहने हुए राजा के
पास पहुँचाई जाएगी।
वे कुमारियाँ जो उसकी सहेलियाँ हैं,
वे उसके पीछे चलती जाएँगी,
और आपके पास पहुँचाई जाएँगी।
15 वे खुशी-खुशी वहाँ पहुँचायी जाएँगी।
वे राजा के महल में दाखिल होंगी।
16 तुम्हारे बुज़ुर्गों की जगह तुम्हारे बेटे होंगे,
उन्हें आप सारी दुनिया में अधिकारी
ठहराएँगे।
17 मैं आने वाले सालों में आपके
नाम का ऐलान करूँगा।
इस कारण तमाम देशों के लोग
आपकी बड़ाई सदा तक करते रहेंगे।

46 प्रभु हमारी ताकत हैं
और उन्हीं के पास हम सुरक्षित हैं।
परेशानी के समय आसानी से
उनकी मदद मिल सकती है।
2 इसलिए चाहे सारी दुनिया उलट-पुलट हो
जाए,
हमें कुछ डर नहीं है।
यहाँ तक कि चाहे पहाड़ भी समुन्दर में जा
पड़े।
3 चाहे समुन्दर गरजे और फ़ेन उठाए
और पहाड़ उसकी बाढ़ से काँप जाएँ।
4 नदी की नहरों से प्रभु के नगर में
अर्थात परम -प्रधान के पवित्र घर में खुशी
होती है।
5 प्रभु की मौजूदगी इस नगर में है,
वह कभी अपनी जगह से हटने का नहीं।
6 देश-देश के लोग परेशान हैं।
और राज्यों के लोग हिल गए।
उनके बोलते ही पृथ्वी पिघल गई।
7 जिन के पास बड़ी फ़ौज है,
वह हमारे साथ हैं।
याकूब के प्रभु हमारे साथ मौजूद हैं।
8 आओ और प्रभु के बड़े कामों को देखो,
कि उन्होंने इस पृथ्वी पर क्या-क्या उजाड़ा
है।
9 पृथ्वी के दूसरी छोर तक की लड़ाईयों का
वह
अन्त कर देते हैं।
वह धनुष को और भाले को तोड़ डालते हैं
और रथों को आग में झोंकते है।
10 वह कहते हैं,“सभी अपनी कश्मकश
खत्म करें
और जान जाएँ कि मैं ही परमेश्वर हूँ।”
वही सारे देशों के ऊपर हैं और
पृथ्वी में बड़े भी
11 सेनाओं के प्रभु की उपस्थिति हमारे साथ
है,
याकूब के प्रभु हमारे लिए ऊँचे किले की
तरह हैं।

47 हे देश-देश के लोगो,
तालियाँ बजाओ, ऊँची आवाज़ से
प्रभु की तारीफ़ करो।
2 क्योंकि वही सब के ऊपर हैं,
और उन्हीं से लोगों को डरना चाहिए।
सारी
पृथ्वी के ऊपर वही राजा हैं।
3 उन्होंने देशों को हमारे वश में
और हमारे पैरों के नीचे भी कर दिया
4 हमारे लिए उन्होंने सब से अच्छा हिस्सा
चुना है,
जो उनके प्रिय याकूब की खुशी का कारण
है।
5 जीत के ज़ोरदार नारों और नरसिंगे की
आवाज़ के साथ उन्होंने अपने तख्त को
ऊपर रखा।
6 प्रभु का भजन गाओ,
हमारे महाराजा का भजन गाओ।
7 वही सारी पृथ्वी के ऊपर हैं।
समझते-बूझते सभी गाएँ।
8 देश-देश पर वह राज्य करते हैं,
और अपनी गद्दी पर विराजमान हैं।
9 जगह-जगह के अमीर लोग अब्राहम के
प्रभु की प्रजा बनने के लिए आए हैं।
अभी पृथ्वी की ढालें प्रभु के अधिकार में हैं,
वह सब से अव्वल हैं।

48 हमारे प्रभु के नगर में और अपने
अलग ठहराए पहाड़ पर प्रभु महान
और बड़ाई के लायक हैं।
2 सिय्योन पहाड़ खूबसूरत और सारी
दुनिया में खुशी का कारण है।
राजा का घर उत्तर दिशा में है।
यह बड़े राजा का शहर है।
3 प्रभु अपने महल में हैं।
उन्होंने अपने आप को इस को
बचाने वाला साबित किया है
4 देखो, राजा लोग एक जगह पर आ
चुके हैं और एक साथ आगे बढ़ चले हैं।
5 उन्होंने खुद ही देखा और आश्चर्य से भर
गए।
वे डरते हुए भाग खड़े हुए।
6 वे काँपने लगे और उन्हें जन्म देने
वाली महिला की तरह दर्द होने लगा।
7 आप पूर्वी हवा से तर्शीश के
जहाज़ों को तोड़ डालते हैं।
8 सेनाओं के प्रभु के नगर में,
वैसा ही है,
जैसा हमारे सुनने और देखने में आया था।
वह उसे हमेशा मज़बूत बना कर रखेंगे।
9 हे प्रभु,
हम ने प्रार्थना भवन के अन्दर आपके
तरस भरे कामों को जाना हैं।
10 हे प्रभु, आपकी प्रशंसा जो आपके नाम
के योग्य है, सारी पृथ्वी पर होती
रहे।आप इन्साफ़ करने वाले हैं
और आपकी बड़ाई पृथ्वी के छोर तक है।
11 आपके इन्साफ़ के कामों के
कारण सिय्योन पहाड़ खुश होते हैं,
यहूदा के नगर के लोग मगन हैं।
12 सिय्योन के चारों ओर चलो और
गुम्मटों की गिनती कर लो।
13 उनकी शहरपनाह और महलों को ध्यान
से
देखो ताकि तुम आने वाली पीढ़ी के
लोगों को बता सको।
14 यही प्रभु हमारे लिए सदा के लिए हैं।
वह हमें रास्ता दिखाते हैं।

49 हे सारे देशों के लोगो, सुनो,
दुनिया के सभी लोग, ध्यान दें।
2 ऊँचे-नीचे[a] समझे जाने वाले
और अमीर गरीब ध्यान से सुनें।
3 मैं बुद्धि और समझ की बातें कहूँगा।
4 मैं ऐसा गीत सीखना चाहूँगा, जो समझ दे
सके
तब मैं ज्ञान से भरे गीत
वीणा बजा कर गाऊँगा।
5 मुसीबत के वक्त जब मैं धोखेबाज़ लोगों के
बुरे कामों की धमकियों से घिर जाऊँ,
तब मैं किस से डरूँ।
6 जो लोग अपनी ज़मीन जायदाद और दौलत
पर घमण्ड करते और तकिया करते हैं,
7 उन लोगों में से कोई भी किसी
दूसरे को बचा नहीं सकता है,
न ही प्रभु को उसके बदले
प्रायश्चित्त में कुछ दे सकता है।
8 इसलिए कि उसकी जान बचाना कीमती
है,
उसे कभी भी चुकता नहीं किया जा
सकेगा।
9 सभी इन्सानों को एक दिन मरना है।
10 अक्लमन्द, बेवकूफ़ और जो
आत्मिक रीति से जागरुक नहीं हैं,
वे सभी एक दिन मर जाएँगे।
वे अपनी दौलत दूसरों लिए छोड़ जाते हैं।
11 उन्हें यह गलतफ़हमी होती है,
कि उनका जो कुछ भी है, सदा ठहरने
वाला है।
यह भी कि उनकी ईमारतें युगों तक बनी
रहेंगी।
इसलिए वे अपनी जायदाद को अपने नाम
से रखते हैं।
12 लेकिन शौहरत पाकर इन्सान
अपने आपे में नहीं रहता है,
वह मर-मिटने वाले जानवर की
तरह होता है।
13 यही उस का अन्त है,
उनका भी जो उनके से विचार रखते हैं।
14 वे भेड़-बकरियों की तरह अधोलोक में
ले जाए जाएँगे।
उनका चरवाहा मौत है।
अन्त के समय[b] प्रभु के
लोग उन पर शासन करेंगे।
उनकी देह अधोलोक की कौर बनेगी
और फिर वे कभी शानदार घरों मे
नहीं रहेंगे।
15 लेकिन प्रभु मुझे अधोलोक से
मुक्त करेंगे।
वही मुझे स्वीकार करके अपना लेंगे।
16 जब कभी भी कोई इन्सान अमीर हो जाए
और मशहूर भी, तो तुम घबराना मत।
17 मरने के बाद वह अपने साथ कुछ न ले
जा
सकेगा उसकी शान-शौकत भी उसके मरने
पर उसके
साथ मिल जाएगी।
18 चाहे वह अपने आप को आशीषित[c]
मानता रहा हो। लोग उसकी
बड़ाई भी करते हों,
19 फिर भी वह अपने लोगों में मिल जाएगा,
जो फिर कभी रोशनी न देख सकेगा।
20 चाहे लोगों के पास खूब दौलत हो,
लेकिन यदि उन में समझ की कमी हो,
तो वे जानवरों की तरह होंगे।

50 प्रभु ने लोगों से बातचीत की है
और पृथ्वी के एक छोर से दूसरे छोर
तक के

[a] **49.2** छोटे-बड़े [b] **49.14** न्याय के बाद [c] **49.18** सुखी

लोगों को बुलाया है।
2 बहुत खूबसूरत सिय्योन से प्रभु ने
अपनी महिमा दिखायी है।
3 वह आने पर खामोश न रहेंगे।
उनके आगे आगे आग भस्म करती जाएगी
और चारों ओर तेज आँधी चलेगी।
4 अपने लोगों का इन्साफ़ करने के लिए वह
ऊपर के
आकाश और पृथ्वी को भी पुकारेंगे
5 मेरे भक्तों को मेरे पास लाओ,
जिन्होंने कुर्बानी करके मेरे
साथ रिश्ता कायम किया है।
6 स्वर्ग उनके धर्मी होने का ऐलान करेगा,
क्योंकि प्रभु खुद ही न्यायी हैं।
7 हे मेरी प्रजा, सुनो, मैं कह रहा हूँ।
हे इस्राएल,
मैं तुम्हारे बारे में गवाही देता हूँ।
मैं तुम्हारा प्रभु हूँ।
8 मैं मेल-बलियों के सम्बन्ध में तुम पर
आरोप नहीं लगाता तुम्हारे होम बलि हर
दिन मेरे लिए चढ़ाए जाते हैं।
9 तुम्हारे घर से मैं बैल या और
कोई दूसरा जानवर न लूँगा।
10 जंगल के सभी जीव और पहाड़ों पर पाए
जाने वाले भी मेरे ही हैं।
11 पहाड़ों पर पाई जाने वाली सभी
चिड़ियों की जानकारी मुझे है।
मैदानी इलाकों में चलने फिरने वाले
पशु भी मेरे ही हैं।
12 मुझे भूख लगने पर तुम से
कहने की ज़रूरत नहीं,
क्योंकि दुनिया और इस में
की सभी चीजें मेरी हैं।
13 क्या मैं बैल का मांस खाता हूँ
और बकरों का खून पीता हूँ।
14 प्रभु को शुक्रगुज़ारी की
कुर्बानी ही पसन्द है,
परम प्रधान के सामने जो तुमने
वायदा किया है,
उसे पूरा करो।
15 मुसीबत के समय मुझे पुकारो,
मैं तुम्हें उस से निकाल लूँगा
और तुम मेरी बड़ाई कर सकोगे।
16 प्रभु गलत करने वालों से कहते हैं,
कि तुम मेरी आज्ञाओं का बखान क्यों
करते हो?
तुम मेरी वाचा के बारे में बातें क्यों करते
हो?
17 तुम तो सीखने से दुश्मनी रखते और
मेरी कही बातों को नीचा समझते हो।
18 चोर को देखते ही तुमने उसके साथ
रहने में खुशी जतायी
और दूसरों की पत्नियों के पीछे जाने
वालों का साथ दिया।
19 मुँह से दूसरों की खूब बुराई करते हो
और जीभ बहुत चलती है।
20 बैठे-बैठे तुम अपने भाई के खिलाफ़
बोलते हो
और अपनी माँ के बेटे की बदनामी करते
हो।
21 ये सभी तुमने किया और मैं खामोश रहा।
इसलिए तुम्हारी गलतफ़हमी यह हुई कि मैं
तुम्हारी ही तरह हूँ।
तुम्हें मैं डाँटूंगा और एक-एक करके
सब कुछ बताऊँगा।
22 प्रभु को भूलने वालो, एक बात जान लो,
कहीं ऐसा न हो, कि तुम्हें मैं फाड़ कर
टुकड़े-टुकड़े कर डालूँ और कोई छुड़ा न
पाए।
23 मुझे धन्यवाद देने वाला,
मेरी बड़ाई करता है।
जो सही रास्ते पर चलता है,

उसे मैं आज़ाद कर देने वाली ताकत
दिखाऊँगा।

51 अपनी कृपा से मुझे अपनी भलाई
दिखाएँ।
मेरे बलवईपन[a] को माफ़ कर दें।
2 मुझे धो कर साफ़ कर दें।
3 क्योंकि मैं अपने गुनाहों को मान लेता हूँ।
वे मेरी याद में बराबर बने रहते हैं।
4 आपके खिलाफ़ ही मेरा अपराध था,
वह आपकी निगाह में गलत था।
इसलिए आप अपनी बात में खरे और
इन्साफ़ करने में सच्चे हैं।
5 देखो,
मेरी पैदाईश ही बुराई में हुयी।
6 आप मन की ईमानदारी से खुश होते हैं
और मुझे बुद्धि देंगे।
7 मुझे शुद्ध कीजिए मैं शुद्ध हो जाऊँगा।
8 मुझे खुशी की बातें सुनाईए,
ताकि जो हड्डियाँ आपने तोड़ डाली हैं,
वे मगन हो जाएँ।
9 मेरे बलवईपन (ज़िद्द) की तरफ़ से अपना
चेहरा हटा लीजिए
और मेरे सभी गलत कामों को मिटा
डालिए।
10 हे परमेशवर, मेरे अन्दर साफ़ मन पैदा
कीजिए
और आत्मा को जगा दीजिए।
11 अपने सामने से मुझे न निकालें, पवित्र
आत्मा को मुझ से दूर न करें।
12 मुक्ति की खुशी मुझे फिर से लौटा दें।
उदार आत्मा देकर मुझे संभाल लीजिए।
13 तब मैं गलत करने वालों को आप का
रास्ता दिखाऊँगा,
और वे लोग आपकी तरफ़ मुड़ेंगे।
14 हे परमेश्वर,
हे मेरे छुड़ाने वाले प्रभु, खून करने के
अपराध से मुझे माफी दें।
तब मैं खुशी से आपकी भलाई के गीत
गाऊँगा।
15 हे प्रभु, मेरे ओठों को खोल दीजिये।
16 कुर्बानी आप को पसन्द नहीं है,
नहीं तो मैं वैसा ही करता।
होमबलि में भी आपको दिलचस्पी नहीं है।
17 ऐसा मन जो दीन है,
एक अच्छी कुर्बानी है,
जिसे आप दुत्कारते भी नहीं हैं।
18 कृपया, सिय्योन की भलाई करें और
यरूशलेम की शहरपनाह बनाएँ।
19 तब आप सच्चाई और ईमानदारी के
बलिदान से
खुश हो जाएँगे, अर्थात होमबलि और
सर्वांग
पशु के होम बलि से,
और आपकी वेदी पर बैल चढ़ाए जाएँगे।

52 हे बहादुर, बुराई करने में तुम्हें घमण्ड
क्यों है?
प्रभु की दया दिन भर रहती है।
2 तुम्हारा मुँह बर्बादी की बातें करता है,
वह तेज उस्तरे की तरह है।
3 तुम भलाई से ज़्यादा बुराई और सच से
ज़्यादा झूठ को पसन्द करते हो
4 हे छल करने वाली जीभ,
तुम सभी नाश करने वाली बातों को
चाहती हो।
5 प्रभु तुम्हें हमेशा के लिए तोड़ेंगे।
तुम्हें पकड़ कर तुम्हारे घर से बाहर निकाल
देंगे।
वह तुम्हें पृथ्वी से उखाड़ डालेंगे।

[a] **51.1** अनाज्ञाकारिता

6 प्रभु के प्रेमी यह देख कर घबरा जाएँगे
और हँसते हुए कहेंगे,
7 "देखो, यह वही इन्सान है,
जिस ने प्रभु पर भरोसा न किया।
उसने अपनी दौलत पर भरोसा किया
और बुराई में बढ़ता गया।
8 लेकिन जहाँ तक मेरा सवाल है,
मैं प्रभु के घर में जैतून के हरे पेड़ की तरह
हूँ।
मैं उनके ऊपर सदा भरोसा रखता हूँ।
9 हमेशा-हमेशा मैं धन्यवाद करूँगा,
क्योंकि आपने यह काम किया है।
आपके भक्तों की मौजूदगी में मुझे आपके ही
नाम पर आसरा है और यही ठीक है।

53 बलवई लोग मन में सोचते हैं,
कि प्रभु नहीं हैं।
वे लोग भ्रष्ट हैं।
उन्होंने अनुचित गंदे काम किए हैं।
कोई ऐसा व्यक्ति नहीं रहा,
जो भलाई करता हो।
2 स्वर्ग से प्रभु ने निगाह डाली,
कि देखे कि कोई समझदार है या नहीं,
उनको चाहने वाला है या नहीं
3 सभी भटक चुके हैं,
भ्रष्ट हो गए हैं,
कोई भी अच्छा नहीं करता है।
4 क्या उन बुरे लोगों को कुछ भी अक्ल नहीं,
कि मेरे लोगों को इस तरह खा जाते हैं,
जैसे रोटी।
ये लोग प्रभु का नाम तक नहीं लेते हैं।
5 जहाँ डर की कोई वजह नहीं थी, वहीं वे
बहुत डर गए।
जो तुम्हारे विरोध में छावनी डाले हुए थे,
उनकी हड्डियों को प्रभु ने बिखेर दिया।
इसलिए कि प्रभु ने उन्हें छोड़ दिया था,
उन्हें शर्मिन्दा होना पड़ा।
6 अच्छा होता कि इस्राएल का बचाव
सिय्योन से होता।
प्रभु जब गुलामी में पड़ी अपनी कौम को
वापस ले आएँगे,
तब इस्राएली खुश होंगे।

54 हे प्रभु,
अपने नाम से मुझे बचा लीजिए और
अपनी ताकत से मेरा इन्साफ़
कीजिए।
2 हे प्रभु मेरी दुआ सुन लीजिए और मेरे कहे
शब्दों पर ध्यान दें
3 क्योंकि परदेशी लोग मेरे खिलाफ़ खड़े हैं।
खूँखार लोग मेरी जान के प्यासे हैं।
उन्हें प्रभु को इज़्जत देने से कुछ लेना-देना
नहीं।
4 देखो,
प्रभु मेरे मददगार हैं,
वही मुझे पालते हैं।
5 आप ही मेरे दुश्मनों से बदला लेंगे,
अपनी सच्चाई के कारण उन्हें बर्बाद कर
डालिए।
6 अपनी मर्जी से मैं आप को कुर्बानी
चढ़ाऊँगा।
आपको धन्यवाद देता रहूँगा,
क्योंकि यह अच्छा है।
7 क्योंकि प्रभु ने मुझे सभी परेशानियों से मुक्त
किया है
और मैंने अपने शत्रुओं को हारते देखा है।

55 हे प्रभु परमेश्वर, मेरी दोहाई सुन
लीजिए
2 मुझे जवाब दीजिए।

अपने मन की बेचैनी के कारण मैं परेशान हूँ।
3 दुश्मन के शोर-शराबे और दबाव के कारण
वे मुझ पर यातना और मुसीबत ले
आते हैं।
4 मेरा मन अन्दर ही अन्दर पीड़ित है।
मेरे अन्दर मौत का डर बस गया है।
5 डर और कपकपी और थरथराहट ने मुझे
दबोच लिया है।
6 मैंने कहा,
"यदि मेरे पास कबूतर के से पंख होते,
तो मैं उड़ कर कहीं चला जाता और सुकून
से रहता।
7 मैं दूर जंगल में जाकर रहता।
8 आँधी और तूफ़ान से मैं बच सकता था। "
9 हे प्रभु, उन्हें खत्म कर डालिए और उनकी
भाषा में गड़बड़ी डाल दें,
क्योंकि मैंने नगर में मार-काट और झगड़ा
फ़साद होते देखा है।
10 रात-दिन वे शहरपनाह पर चढ़कर चारों
ओर चक्कर लगाते हैं।
वे लोग बदमाशियाँ करते फिरते हैं।
11 उनके बीच बर्बादी है।
उनकी गलियों में निर्दयता का व्यवहार और
झूठ-फ़रेब भरा पड़ा है।
12 जो मुझे बदनाम करता है,
वह मेरा दुश्मन नहीं हैं,
नहीं तो मैं सह सकता था;
न ही वह मेरा शत्रु है जो मेरे विरोध में है,
नहीं तो मैं अपने को छिपा लेता।
13 लेकिन वह तो तुम ही थे,
जो मेरी बराबरी के हो।
मेरे जिगरी दोस्त तुम्हीं थे।
14 एक दिन था,
जब हम लोग आपस में अच्छी-अच्छी
बातें किया करते थे।
एक झुण्ड में हम प्रभु के प्रार्थना घर में जाया
करते थे।
15 उन्हें मौत अचानक कुचल डाले।
जीवित ही वे मृत्युलोक में पहुँच जाएँ।
इसलिए कि उनके मन और घर दोनों ही में
बुराई और उपद्रव भरा है।
16 लेकिन मैं प्रभु को बुलाऊँगा,
और वह मुझे बचाएँगे।
17 शाम,
दोपहर,
सवेरे,
हर पहर में जब मैं पुकारूँगा और आहें
भरूँगा,
वह मेरी सुन भी लेंगे।
18 जो लड़ाई मेरे खिलाफ़ छिड़ चुकी है,
मुझे उस से वह बचा लेगा।
वे लोग बड़ी संख्या में इकट्ठे हो गए थे।
19 प्रभु सदा काल से तख्त पर हैं, यह सुनकर
जवाब देंगे।
ये लोग बदलते नहीं और प्रभु से डरते भी
नहीं।
20 जिन लोगों से उसकी अच्छी बनती थी,
उन्हीं के विरोध में वह खड़ा हो गया।
अपने दिए गए वचन पर उसने अमल नहीं
किया।
21 उसके शब्द मक्खन से अधिक चिकने
थे।
लेकिन उसके मन में हिंसा भरी थी।
उसकी बातें तेल से अधिक नरम थीं,
लेकिन तलवार की तरह पैनी।
22 प्रभु के ऊपर अपने भार को डाल देना
और वही तुम्हें संभाल लेंगे।
सही जीवन जीने वाले लोगों के पैर कभी
डगमगाएँगे नहीं।
23 हे प्रभु,

आप उन लोगों को विनाश के गड्ढे में
उतार देंगे।
खूनी और छली इन्सान अपनी आधी उम्र
तक भी न जीने पाएँगे।
लेकिन मैं आप पर ही भरोसा रखूँगा।

56 हे परमेश्वर, इसलिए कि इन्सान मुझे
कुचल रहा है,
मुझ पर रहम करें।
वह दिन भर मुझे सताता है।
2 मेरे दुश्मन दिन भर मुझ दबाते रहते हैं,
वे संख्या में ज़्यादा हैं और घमण्डी हैं।
3 डर के समय मैं आप पर भरोसा रखूँगा।
4 जिस प्रभु पर मैंने भरोसा रखा है,
उनके किए गये कामों की मैं बड़ाई
करूँगा।मेरा
भरोसा परमेश्वर पर है। मैं डरूँगा नहीं,
इन्सान मेरा क्या नुकसान कर सकता है?
5 मेरी कही हुई बातों को वे गलत अर्थ देते
हैं।
वे मेरे नुकसान ही की सोचते हैं।
6 वे मेरी जान के प्यासे हैं।
वे मेरी ताक में रहते हैं और हमला करते हैं।
7 उनकी बुराई के कारण उन्हें भगा दीजिए।
देश-देश के लोगों का इन्साफ़ कीजिए।
8 मेरी परेशानियों का ब्यौरा आपके पास है।
मेरे आँसुओं को इकट्ठा रखिए।
क्या उनका ब्यौरा आपकी किताब में नहीं
है?
9 तब मेरे पुकारते ही,
मेरे दुश्मन उल्टे पैर भागेंगे।
मुझे यह मालूम है,
कि प्रभु मेरी ओर हैं।
10 वही प्रभु जिन की कही बातों की मैं बड़ाई
करता हूँ।
11 उन्हीं पर मेरा भरोसा है, मैं डरूँगा नहीं
और मुझे फिकर नहीं कि इन्सान मेरा क्या
करेगा।
12 मैं अपने दिए गये वायदे से बन्धा हूँ।
मैं शुक्रगुज़ारी की कुर्बानी चढ़ाऊँगा।
13 क्योंकि आपने मेरी जान को मौत का कौर
नहीं बनने दिया
और मेरे पैरों को ठोकर खाने से रोक रखा
है,
ताकि मैं आपकी निगाह में ज़िन्दा लोगों की
रोशनी में जीऊँ।

57 हे परमेश्वर, मैं आपकी शरण में आया
हूँ,
मुझ पर कृपा करें।
जब तक यह बर्बादी मुझ से दूर न हो जाए,
मैं आपके पंखों की छाँव में बना रहूँगा।
2 मैं अपने परमप्रधान परमेश्वर को
पुकारूँगा।
मेरे परमेश्वर मेरे लिए सब कुछ कर सकते
हैं।
3 जो मुझे कुचलते हैं,
उन्हें वह डाँटेंगे वह ऊपर से मदद भेजेंगे।
उनकी सच्चाई और तरस मैं देख सकूँगा।
4 मैं शेरों के बीच हूँ,
जो आग की सी सांस छोड़ते हैं,
उनके बीच मैं लेटता हूँ।
इन लोगों के दाँत भाले और तीर की तरह हैं।
उनकी जीभ भी तलवार की तरह तेज़ है।
5 आप जो महान और शक्तिशाली हैं,
आप का बड़प्पन सारी दुनिया में फैल
जाए।
6 मेरे पाँव के लिए उन लोगों ने जाल बिछाया
है।
मैं मायूस हो रहा हूँ।
उन लोगों ने मेरे लिए गड्ढा खोदा था,
लेकिन वे ही उस में गिर पड़े

7 हे प्रभु मेरा मन ठिकाने पर है,
मैं स्तुति के गीत गाऊँगा।
8 हे मेरी जान जागो,
सारंगी और वीणा,
तुम भी।
मैं सुबह -सुबह स्तुति करूँगा।
9 हे प्रभु,
देश-देश के लोगों के बीच मैं आपकी
बड़ाई करूँगा।
राज्य-राज्य के लोगों के बीच मैं आपकी
बड़ाई और धन्यवाद करूँगा।
10 क्योंकि आपकी करुणा आकाश तक
और सच्चाई आकाश के घेरे तक है।
11 आप प्रतापी और सब से बड़े हैं। आपकी
शान सारी दुनिया में फैल जाए।

58 हे राज्य करने वालो,
क्या तुम सचमुच में न्याय की बातें
कहते और हे इन्सानों,
क्या तुम ईमानदारी से न्याय करते हो ?
2 नहीं,
तुम्हारे मन में बुराई भरी है।
इस दुनिया में तुम हिंसा में लगे हो।
3 दुष्ट लोग पैदाईश ही से दूसरों के हो जाते
हैं।
वे जन्म ही से झूठ का अभ्यास करते हैं।
4 इनका ज़हर सांप की तरह है।
वे उस बहरे नाग की तरह हैं,
जो सुनना नहीं चाहता।
5 वह सपेरे की नहीं सुनता है,
चाहे वह कुशल सपेरा क्यों न हो।
6 हे परमेश्वर, उनके दाँत तोड़ डालिए।
उन जवान शेरों की दाढ़ों को निकाल
फेंकिए।
7 बहते पानी की तरह वे गायब हो जाएँ।
जब वे तीर चलाना चाहें,
तो उनका पैनापन जाता रहे।
8 वे घोंघे की तरह बन जाएँ,
जो रास्ते ही में गल जाता है।
वे महिला[a] के गिरे हुए गर्भ की तरह ठहरें,
जिसने दिन का उजियाला नहीं
देखा।
9 इस से पहले कि तुम्हारी डेगचियों को
काँटों की गर्मी लगे,
वह कच्चे व पके,
दोनों तरह के मांस को तेज हवा से उड़ा
ले जाएगा।
10 प्रभु का जन यह देख कर खुश हो जाएगा।
वह बुरे व्यक्ति के खून में अपने पैर धोएगा।
11 लोग कहेंगे,
“प्रभु के जन को अच्छा नतीजा मिलता
है।इस में कोई शक नहीं कि प्रभु
दुनिया में न्याय करते हैं।”

59 हे मेरे प्रभु,
मुझ को मेरे दुश्मनों से छुड़ा लीजिए।
मेरे खिलाफ़ लड़ने वालों से मेरी रक्षा
कीजिए।
2 बुराई करने वालों और खून करने वालों से
मुझे बचाईए,
3 देखिए,
वे मेरी जान लेने के लिये उतावले हैं।
हे परमेश्वर, मेरी कोई गलती नहीं है,
फिर भी वे हमला करना चाहते हैं।
4 वे पूरी तैयारी में हैं,
हालांकि मैं निर्दोष हूँ।
मेरा बचाव करने में जल्दी कीजिए।
5 सेनाओं के प्रभु परमेश्वर,
जो इस्राएल के भी हैं।
सभी देशों के लोगों को सज़ा दें।

[a] **58.8** माँ

धोखेबाज़ और शोषण करने वाले पर दया न
दिखाईए।
6 शाम को लौटने के बाद वे कुत्ते की तरह
गुर्राते हैं।
वे नगर में सब जगह घूमते फिरते हैं।
7 वे डकार लेते हैं।
उनके ओठों में तलवारें हैं।
उनका कहना है कि कोई सुनता नहीं है।
8 लेकिन हे प्रभु,
आप तो उन पर हँसेंगे।
देश-देश के लोगों की आप हँसी उड़ाएँगे।
9 हे मेरी ताकत! मुझे आप पर ही भरोसा है,
आप ही मेरे मज़बूत किले हैं।
10 मेरे तरस भरे हुए प्रभु मुझ से मुलाकात
करेंगे।हे परमेश्वर मेरे
शत्रुओं के विषय मेरी इच्छा पूरी करेंगे।
11 उन्हें मारिए मत,
ऐसा न हो कि मेरे लोग भूल जाएँ।
हे प्रभु, हमारी ढाल ,अपनी ताकत से उन्हें
बिखेर दें और कब्ज़े में रखें।
12 अपने मुँह के गुनाह,
होठ के शब्दों,
बुरा -भला कहने और झूठ के कारण अपने
घमण्ड में पकड़ लिए जाएँ।
13 गुस्से में आकर उन्हें खत्म कर डालिए
ताकि उनका अन्त हो जाए।
इस से लोग भी जान सकेंगे कि प्रभु अपने
लोगों,
इस्राएलियों और दूसरों के ऊपर राज्य कर
रहे हैं।
14 शाम को लौटने पर वे कुत्ते की तरह गुर्राते
और
इधर -उधर घूमते फिरते हैं।
15 खाने की तलाश में वे भटकते फिरते हैं,
लेकिन कुछ न मिलने पर गुर्राते हैं।
16 मैं आपकी सामर्थ का गीत गाऊँगा।
सुबह-सुबह मैं आप का जय-जयकार
करूँगा।
क्योंकि आप मेरे मज़बूत किले हैं।
मुसीबत के समय में आप ही से मेरा बचाव
होता है।
17 हे मेरी ताकत, मेरे ईश्वर, मैं आप का
भजन गाऊँगा क्योंकि प्रभु,
जो तरस से भरे हैं,
मेरे लिये किले की तरह हैं।

60 हे प्रभु, आपने हमें छोड़ दिया है,
हम तोड़े जा चुके हैं,
आप हम से गुस्सा हो गए थे - हमें फिर
वैसा ही कर दीजिए,
जैसे हम थे।
2 आपने पृथ्वी को कंपा दिया है।
उसे आपने फाड़ दिया है।
आप उसकी दरारों को भर डालिए,
क्योंकि वह हिल-डुल रही है।
3 अपने लोगों को आपने सख्त दुख भुगतने
दिया।
आपने हमें ऐसा नाश होने दिया कि हम आपे
में नहीं हैं।
4 आप से डरने वालों को आपने एक झण्डा
दिया है,
ताकि वह ईमानदारी से फहराया जाए।
5 अपने दाहिने हाथ से हमें बचाईए और
हमारी सुन लीजिए,
ताकि आपके लोग मुक्ति पाएँ।
6 प्रभु ने सचमुच कहा है,
“मैं खुश होऊँगा और शेकेम को हिस्सों में
बाँट दूँगा।
और सुक्कोत की तराई को नापूँगा।
7 गिलाद और मनश्शे मेरे हैं,
एप्रैम मेरे सिर की टोपी है,
यहूदा मेरा राजदण्ड है।

8 मोआब धोने का बर्तन है,
एदोम के ऊपर मैं अपना जूता फेकूँगा। हे
पलिश्त,
मेरे कारण जय-जयकार करो।”
9 मुझे घिरे हुए नगर में कौन पहुँचा सकेगा?
एदोम तक मुझे रास्ता कौन दिखाएगा।
10 हे प्रभु,
क्या आपने हमें छोड़ नहीं दिया,
हे प्रभु क्या अभी भी आप हमारी फ़ौज के
साथ न जाएँगे ?
11 दुश्मन के खिलाफ़ हमारी मदद कीजिए।
इन्सानी मदद का कोई फ़ायदा नहीं है।
12 प्रभु की मदद से हम बहादुरी दिखाएँगे,
क्योंकि वही हमारे शत्रुओं को नाश कर
डालेंगे।

61 हे प्रभु,
मेरी दोहाई सुन लीजिए,
मेरी प्रार्थना पर ध्यान दीजिए।
2 जब मेरा मन गिर रहा हो,
तब मैं दुनिया के कोने से आप को
पुकारूँगा।
आप मुझे उस चट्टान पर ले चलें,
जो मुझ से ऊँची हो।
3 आप मेरे बचाव की जगह रहे हैं,
मेरे दुश्मन के विरोध में आप किले की
तरह हैं।
4 मैं आपके घर में हमेशा रहने पाऊँगा मैं
आपके पंखों की आड़ में देख-रेख पाऊँगा।
5 हे परमेश्वर, मेरे किए गए वायदों को
आपने सुना है।
आपकी इज़्ज़त करने वालों को जो मीरास
मिलती है,
वह मुझे मिली है।
6 राजा को आप बड़ी उम्र देंगे।
कई पीढ़ियों को वह देख सकेगा।
7 वह प्रभु के सामने सदा बना रहेगा।
आप अपनी सच्चाई और तरस को उसकी
रक्षा के लिए इस्तेमाल करें।
8 इस तरह मैं सदा तक आपकी बड़ाई
करूँगा।
मैं अपनी कही बात को रोज़ पूरा भी करूँगा।

62 मुझे प्रभु ही पर भरोसा है,
वही मुझे मुक्त करते हैं।
2 वही मेरी चट्टान और मेरी मुक्ति हैं,
मेरे मज़बूत किले हैं और मैं डगमगाऊँगा
नहीं।
3 तुम सभी खून करने के लिए एक इन्सान
पर कब तक हमला बोलोगे,
जो एक झुकी दीवार और गिरते बाड़े की
तरह है।
4 उन लोगों ने उसे ऊँचे औहदे से गिरा देने
का इरादा कर लिया है।
उन्हें झूठ पसन्द है।
उनके मुँह से आशीर्वाद निकलता है,
लेकिन मन में बुरी कामना है।
5 मेरी जान,
तुम प्रभु पर ही भरोसा रखो,
उन्हीं से आशा रखो।
6 वही मेरी चट्टान मेरी आज़ादी और किले हैं,
मैं हिल तक नहीं सकता।
7 मेरी मुक्ति और मेरी इज़्ज़त का आधार प्रभु
ही हैं।
मेरी मज़बूत चट्टान और शरणस्थान वहीं हैं।
8 हे लोगो,
हर समय उन पर भरोसा रखो।
अपने मन उनके सामने उण्डेल दो।

प्रभु हमारे शरणस्थान हैं।
9 नीच लोग सांस की तरह हैं और बड़े लोग
कुछ भी नहीं है।
तराजू में तौले जाने पर उनका पलड़ा ऊपर
उठ जाता है।
वे सभी सांस से भी हल्के होते हैं।
10 किसी को लूटने पर भरोसा न रखना,
न ही शोषण करने पर।
यदि तुम्हारी दौलत बढ़ भी जाए तो उस पर
मन मत लगाना।
11 एक बात प्रभु ने कही थी,
जिसे मैंने दो बार सुना था,
कि वह शक्ति उन्हीं की हैं।
12 हे प्रभु आप करुणा से भरे हैं और हर एक
को
उसके करने के अनुसार बदला देते हैं।

63 हे प्रभु,
आप ही मेरे प्रभु हैं,
मैं पूरे मन से आप को चाहूँगा।
सूखी और प्यासी ज़मीन पर मुझे आपकी ही
प्यास लगी है।
मेरी देह भी आपकी लालायित है।
2 मैंने पवित्र स्थान में अपना ध्यान आपके
ऊपर लगाया है,
ताकि आपकी महानता और ताकत को
जान सकूँ।
3 आप का तरस इस ज़िन्दगी से अधिक
कीमती है।
इसलिए मैं आपकी बड़ाई करूँगा।
4 अपनी पूरी उम्र तक मैं ऐसा करता रहूँगा।
आप का नाम लेकर अपने हाथ ऊँचे
करूँगा।
5 मैं मानो,
चर्बी और चिकनाई से सन्तुष्ट होऊँगा।
मैं खुशी से आपकी स्तुति करूँगा।
6 अपने बिस्तर पर रात में लेटे -लेटे मैं आप
का ध्यान करता हूँ।
7 आप मेरे मददगार ठहरे हैं।
मैं आपके पंखों की छाया में खुशी से
गाऊँगा।
8 मेरा प्राण आप में लगा रहता है।
आप मुझे थामें रहते हैं।
9 जो लोग मेरी जान लेने की ताक में हैं,
वे पृथ्वी के निचले हिस्से में जा पड़ेंगे।
10 वे बर्बाद हो जाएँगे और गीदड़ लोग
उनकी लाशें खाएँगे।
11 लेकिन राजा प्रभु की बातों से खुश होगा।
हर जन जो प्रभु से वायदा करता है,
हिम्मत पाएगा,
क्योंकि झूठों के मुँह बन्द किए जाएँगे।

64 हे प्रभु,
जब मैं आपको पुकारूँ,
तब आप मेरी सुन लीजिएगा।
दुश्मन की योजना से मुझे बचाएँ।
2 बुरा करने वालों की योजना से और उनके
शोर-गुल से मुझे छिपा लें।
3 उनकी जीभ तलवार से भी तेज़ है।
उनके पास कड़वे शब्द के तीर हैं।
4 ताकि बेगुनाह पर वे अचानक तीर चला
सकें,
वे ऐसा करने में हिचकिचाते भी नहीं हैं।
5 वे लोग खराब योजनाओं को अपनाते हैं
और
चोरी -छिपे जाल फैला कर कहते हैं,
“कौन हमें देख पाएगा?”
6 वे बुरी चालें अपनाते हैं और कहते हैं,
“हम ने बड़े सोच -समझ से यह तरीका
बनाया है।” इन्सान का मन बहुत
गहरा है।
7 लेकिन प्रभु उन पर तीर छोड़ेंगे,

वे लोग अचानक घायल भी हो जाएँगे।
8 अपनी जीभ की वजह से वे लड़खड़ा
जाएँगे।
उनको देखने वाले सिर हिलाते जाएँगे।
9 तब सभी लोग डर जाएँगे और प्रभु के
काम का बखान करने के साथ उनके किए
हुए काम पर गौर भी करेंगे।
10 प्रभु का जन उनके कारण खुश होगा।
सभी सीधे मन वाले उन में घमण्ड करेंगे।

65 हे प्रभु,
सिय्योन में स्तुति आप का इन्तज़ार
कर रही है,
आपने किए हुए वायदों को पूरा किया
गया है।
2 हे प्रार्थना के सुनने वाले,
सभी आपके पास आएँगे।
3 गलत कामों ने मुझे अपने कब्ज़े में कर
लिया है।
हमारी ढिठाई को आप ढाँक देते हैं।
4 वह व्यक्ति आशीषित है,
जो आपके द्वारा चुना गया है और आपके
पास लाया गया है कि वह
आपकी मौजूदगी का अनुभव करे।
हम लोग आपके भवन की उत्तमता से सन्तुष्ट
होंगे।
5 हम को आज़ादी देने वाले प्रभु आप ही
दुनिया के एक कोने से दूसरे कोने और
समुन्दर तक
रहने वालों के लिए उम्मीद हैं।
6 आप शक्ति का कमरबन्द लगा कर
अपनी ताकत से पहाड़ों को एक जगह पर
रखते हैं।
7 आप समुद्रों के गर्जन तथा देश-देश के
शोर-गुल को बन्द कर देते हैं।
8 इस दुनिया के कोने -कोने में रहने वाले
आपके कामों को देख कर आश्चर्य से भर
गए हैं।
आप सूरज निकलने और डूबने,
दोनों ही से अपनी बड़ाई करवाते हैं।
9 पृथ्वी की आपको इतनी फ़िक्र है,
कि आप उसे सींचते हैं और उसे उपजाऊ
बना देते हैं।
प्रभु की नदी पानी से भरपूर है।
इस तरह आप ज़मीन को तैयार करके उनके
लिए अनाज पैदा करते हैं।
10 आप उसकी जोती हुयी ज़मीन को
अच्छी तरह से सींचते हैं और ढेलों को
तोड़ डालते हैं।
बरसात से ज़मीन को नम करते हैं।
वहाँ होने वाली पैदावार को आप बढ़ाते हैं।
11 आपने वर्ष को अपनी बड़ी मेहरबानी का
ताज पहनाया है।
आपके रास्तों में भरपूरी है।
12 जंगल की चरागाहों में हरियाली खिल
उठती है।
पहाड़ियाँ खुशी का पटुका बान्धती हैं।
13 चरागाहों में झुण्ड के झुण्ड दिखते हैं।
तराईयाँ अनाज से ढक चुकी हैं।
वे खुशी से चिल्लाती और गाती भी हैं।

66 हे सारी दुनिया के लोगो,
प्रभु की बड़ाई करो।
2 उनके नाम की महिमा का भजन गाओ।
3 प्रभु से बोलो,
"आपके काम हैरत में डाल देने वाले हैं।
आपकी सामर्थ की महानता की
वजह से दुश्मन भी आपके
सामने घुटने टेक देंगे।
4 पूरी पृथ्वी आपके सामने झुकेगी
और आपकी बड़ाई करेगी।
लोग आपके नाम का भजन-कीर्तन करेंगे।"

5 आओ, प्रभु के कामों को देखो,
सभी लोगों के लिए उनके काम अजीब हैं।
6 उन्होंने समुन्दर को सूखी ज़मीन बना दिया,
उनके लोग उसे पार कर गए।
आओ हम खुश हों।
7 उनका शासन सदा का है।
सभी देशों के लोगों को वह देखते रहते हैं,
ताकि बलवई सिर न उठा सके।
8 हे देश देश के लोगो,
प्रभु का धन्यवाद करो,
जय के नारे लगाओ।
9 वही हमारे जीवन को बचाते हैं और पैरों
को डगमगाने नहीं देते।
10 क्योंकि आपने हमें जाँच लिया है।
जिस तरह से चाँदी ताई जाती है,
आपने हम को ताया है।
11 आप ही ने हमें जाल में फँसने दिया और
हम पर बोझ लाद दिया।
12 घुड़सवारों को आपने हमारे सिर पर से
चला दिया।
हालांकि हम आग और पानी में से होकर
गुज़रे,
लेकिन फिर भी आप हमें बहुतायत की
जगह पर ले आए।
13 मैं आपके भवन में कुर्बानी लेकर आऊँगा
और प्रतिज्ञा को पूरा करूँगा,
14 जिसे मैंने मुसीबत के समय में किया था।
15 मोटे पशुओं की कुर्बानी मेढ़ों की धूप के
साथ चढ़ाऊँगा।
मैं बैलों और बकरों की कुर्बानियाँ करूँगा।
16 प्रभु का आदर-सम्मान करने वालो,
आओ और सुनो,
मैं उन कामों के बारे में बताऊँगा,
जो उन्होंने मेरे लिए किए हैं।
17 मैंने उन्हीं से बिनती की और उन्हीं की
बड़ाई की।
18 यदि मैं अपने मन में बुराई रखता,
तो प्रभु मेरी सुन कर जवाब न देते।
19 लेकिन उन्होंने मेरी दोहाई पर गौर किया
है।
20 प्रभु का शुक्रिया,
जिन्होंने मेरी बिनती को तुच्छ न जाना,
न ही अपनी कृपा को मुझ से दूर किया।

67 प्रभु हम पर कृपा करें और आशीष दें,
वह अपने चेहरे की रोशनी हम पर
चमकाएँ।
2 ताकि सभी देश जानें कि आप का व्यवहार
कैसा है
और मुक्ति को भी जानें।
3 हे प्रभु देश-देश के लोग आपकी बड़ाई करें
और स्तुति भी।
4 राज्य -राज्य के लोग खुश होकर गीत गाएँ,
क्योंकि आप सभी का इन्साफ़ सच्चाई से
करेंगे।
आप दुनिया के लोगों को रास्ता दिखाएँगे।
5 हे प्रभु, सभी देशों के लोग आप का
गुणानुवाद करें।
6 पृथ्वी पैदावार दे रही है।
हमारे प्रभु अपनी भलाईयों को हम पर
उण्डेल रहे हैं।
7 उनकी भलाई सारी दुनिया में है,
इसलिए लोग उनको इज़्ज़त दें और उनकी
मानें।

68 प्रभु उठें और उनके दुश्मन भाग खड़े
हों।
2 आप धुएँ की तरह उन्हें उड़ा दीजिए।
जिस तरह से मोम आग से पिघलता है,
वैसे ही दुष्ट प्रभु की मौजूदगी में बर्बाद
किए जाएँ।
3 आपके लोग खुश और मगन हों।

4 प्रभु के लिए गीत गाओ उनके नाम का
भजन गाओ।
जो बड़े रेगिस्तान में सवार होकर निकलते
हैं,
उनके लिए राजमार्ग बनाओ।
उनका नाम प्रभु है और उनके सामने सब
खुश हों।
5 अपने पवित्रस्थान में वह अनाथों और
विधवाओं के न्यायी हैं।
6 अनाथ को प्रभु घर देते हैं।
कैदियों को आज़ाद करके भरपूर करते हैं।
ज़िद्दी लोग रेगिस्तान ही में रह जाते हैं।
7 हे प्रभु जब आप अपने लोगों के आगे
-आगे चले,
जब आप सूखे प्रदेश में से गुज़रें,
8 तब पृथ्वी काँप गयी,
प्रभु की मौजूदगी से आकाश टपकने लगा,
हाँ, इस्राएल के प्रभु की मौजूदगी से
सीनै पहाड़ भी थरथरा गया।
9 हे प्रभु,
चारों तरफ़ आपने बहुत बरसात दी है।
अपनी सूखी मीरास को आपने हरा-भरा कर
दिया।
10 उस पर आपके लोग आकर रहने लगे।
हे प्रभु आपने अपनी भलाई से गरीब के लिए
इन्तज़ाम किया है।
11 प्रभु का आदेश पाकर अच्छा समाचार
सुनाने वाली महिलाओं की एक बड़ी फ़ौज
है।
12 फ़ौज के राजा भाग खड़े होते हैं।
जो घर में रहती है,
वह लूट-बाँट में हिस्सा लेती है।
13 भेड़शाला में लेटे हुए तुम उस कबूतर की
तरह हो,
जिस के पँख चाँदी के से हैं।
और ऐसा लगता है,
जैसे कि सोने से उन्हें मढ़ दिया गया है।
14 जब प्रभु ने राजाओं को वहाँ इधर-उधर
किया,
तो ऐसा लगा कि सल्मोन पहाड़ पर बर्फ़
गिरी।
15 बाशान का पहाड़ प्रभु का है,
उसकी तमाम चोटियाँ हैं।
16 हे चोटियों वाले पहाड़ों,
तुम उस पहाड़ से जलन क्यों रखते हो ?
उसे तो प्रभु ने अपना घर होने के लिए
चुनाव कर ही लिया है।
इसमें कोई शक नहीं कि वहाँ प्रभु हमेशा
तक रहेंगे।
17 प्रभु के रथ बीस हज़ार यहाँ तक तक
हज़ारों हज़ार हैं,
प्रभु जिस तरह सीनै पहाड़ पर हैं,
उसी तरह उनके बीच में हैं।
18 आप ऊँचाई पर चढ़े हिरासत में रखे लोगों
को गुलामी में ले गए।
आपने ज़िद्दी लोगों से भी भेंट ली,
कि प्रभु परमेश्वर वहाँ रहें।
19 उस प्रभु का शुक्रिया,
जो हर दिन मेरे भार को सहते हैं।
प्रभु हमारे लिए मुक्ति हैं।
20 वह हमें आज़ादी देते हैं,
मौत से बचने के रास्ते उन्हीं के हैं।
21 सचमुच में प्रभु अपने दुश्मनों के सिर को
और
बार-बार बलवा करने वाले की खोपड़ी
को पीस डालेंगे।
22 प्रभु बोले, मैं उन्हें बाशान से वापस
लाऊँगा।
मैं उन्हें समुन्दर की गहराई से निकाल
लाऊँगा,
23 ताकि आप अपने शत्रुओं के खून में पैर
डुबोएँ और कुत्ते लाशों को खा सकें।”

24 हे परमात्मा,
लोगों ने आपकी मौजूदगी का अनुभव
किया।
25 आगे -आगे गाने वाले और पीछे बजाने
वाले थे।
बीच में डफ़ बजाने वाली कुवाँरियाँ थीं।
26 तुम लोग इस्राएल से निकले हो,
प्रभु की बड़ाई करो।
हाँ , लोगों के बीच उनकी बड़ाई करो।
27 बिन्यामीन,
जो सब से छोटा है,
वहाँ उन लोगों को राह दिखा रहा है।
वहाँ यहूदा के राजा और जबूलून व
नपताली के शासकों के भी दल हैं।
28 तुम्हारे प्रभु ने आदेश दिया कि तुम्हें ताकत
मिले।
हे प्रभु,
आपने हमारे लिए बड़े काम किए हैM।
अपनी शक्ति दिखाईए।
29 यरूशलेम में आपके भवन के कारण,
राजा आपके लिए ईनाम लाएँगे।
30 नरकटों के जंगली जानवरों को,
हाँ उन सांडों के उस दल को डाँटिये,
जो देश-देश के बछड़ों के बीच में है।
वे चाँदी की छड़ों को लिए हुए पैरों पर झुक
जाएँ।
जिन लोगों की दिलचस्पी युद्ध में होती है,
उन लोगों को उन्होंने खदेड़ दिया है।
31 मिस्र के संदेशवाहक आएँगे।
जल्दी से इथियोपिया अपने हाथ प्रभु के
साम्हने पसारेगा।
32 हे दुनिया के सभी लोगो, प्रभु की बड़ाई
करने लगो,
प्रभु का भजन कीर्तन करो।
33 जो सदा से हैं और,
ऊँचाई पर विराजमान हैं उनकी आवाज़
बहुत भारी है।
34 प्रभु को उनकी शक्ति के लिए सराहो।
उनका तेज इस्राएल पर छाया हुआ है।
उनकी शक्ति आकाश में है।
35 हे प्रभु,आप अपने अलग किए स्थान में
इज़्ज़त के लायक हैं।
इस्राएल के प्रभु खुद ही अपने लोगों को
हिम्मत देते हैं।
उनका धन्यवाद!

69 मुझे बचाईए प्रभु,
पानी मेरे गले तक आ पहुँचा है।
2 भारी दलदल में नीचे-नीचे मैं उतरता जा
रहा हूँ।
मेरे पैरों के नीचे कोई आधार नहीं है।
मैं डूबने वाला हूँ।
3 चिल्लाते-चिल्लाते मेरा मुँह सूख गया और मैं
थक चुका हूँ।
इन्तज़ार करते-करते मेरा धीरज जाता रहा।
मेरी आँखों से साफ़ दिख भी नहीं रहा है।
4 मेरे बालों से ज़्यादा संख्या तो मेरे दुश्मनों
की है।
ये लोग जो बिना किसी कारण मुझ से शत्रुता
कर रहे हैं,
मुझ से अधिक ताकतवर हैं,
जिन चीजों की मैंने चोरी भी नहीं की,
वे मुझ से उनकी भरपाई चाहते हैं।
5 हे प्रभु, आप मेरी बेवकूफ़ी को जानते हैं
मेरा बलवापन आपकी नज़र में है।
6 हे प्रभु, जो लोग आप का इन्तज़ार करते हैं,
वे मेरे कारण शर्मिन्दा न हों।
जो लोग आपकी चाहत रखते हैं,
वे मेरे कारण शर्मिन्दा न हों।
7 आपके लिए मैंने शर्मिन्दगी सही है।

मेरे चेहरे पर शर्म छा गई है।
8 अपने भाईयों के लिए मैं अनजान सा हूँ।
अपने भाईयों की नज़र में परदेशी समझा
गया हूँ।
9 आपकी चाहत का जुनून मुझे झुलसा रहा
है।
आप को बुरा-भरा कहने वालों की निन्दा
मुझ पर आ गयी है।
10 जब मैं खाना-पीना छोड़ कर रोने लगा,
तो यह भी मेरी बेईज़्जती का कारण हुआ।
11 जब मैंने टाट ओढ़ा,
तब भी मेरी बदनामी की गई।
12 फ़ाटक पर बैठने वाले लोग मेरे
खिलाफ़ बातें करते हैं।
शराबी लोग मेरे बारे में गाना गाते हैं।
13 लेकिन प्रभु मैं अपनी खुशी के समय में
बिनती करता हूँ।
आप अपनी बड़ी कृपा के कारण और
विश्वासयोग्यता की वजह से जवाब
दीजिए।
14 कीचड़ में से मुझे निकालिए ताकि धंस न
जाऊँ और मैं
अपने दुश्मनों से तथा गहरे पानी से बचूँ।
15 पानी की तेज धार मुझे बहा न ले जाए,
न ही मैं डूब जाऊँ।
16 हे प्रभु,
मेरी सुन लीजिए,
क्योंकि आप भले हैं।
अपनी बड़ी दया के कारण मुझ पर अपनी
निगाह दौड़ाएँ।
17 अपने दास से मुँह न मोड़ें क्योंकि मैं
मुसीबत में हूँ।
जल्दी ही मेरी सुन लीजिए।
18 मेरे पास आकर मुझे आज़ाद कर दीजिए।
मेरी फ़िरौती दीजिए क्योंकि मेरे दुश्मन बढ़
चुके हैं।
19 मेरी बेइज़्ज़ती,
शर्म और बुराई को आप जानते हैं।
वे सभी लोग आपकी आँखों से परे नहीं हैं।
20 बुराई सुनने से मेरा मन टूट चुका है।
चाहत मेरी थी कि मुझे कोई समझ सकता,
लेकिन कोई भी तसल्ली देने वाला न था।
21 मुझे इन्द्रायन और सिरका दिया गया।
22 उनका खाना और सुख उनके लिए जाल
बन जाए।
23 उनकी आँखों से कम दिखने लगे।
उनकी कमर काँपती रहे।
24 उन पर अपना गुस्सा भड़काईए।
आप का क्रोध उन्हें निगल जाए।
25 उनकी छावनी उजड़ जाए।
उनके घरों ' में कोई न रहे।
26 आपने जिन को खुद मारा है वे लोग उसी
को पीड़ा देते हैं ।
जिन को आपने ज़ख्मी किया,
वे उनके दर्द के बारे में कहते हैं।
27 आप उनके अपराध पर अपराध को
गिनते जाएँ।
वे माफ़ी न पा सकें।
28 ज़िन्दगी की किताब में से उनके नाम
निकाल दिए जाएँ
और सही जीवन जीने वाले लोगों के साथ
उनका नाम न हो।
29 मैं क्लेश में हूँ।
मुझे आज़ाद करके ऊँची जगह पर मुझे
सम्भालें।
30 गाने गा-गाकर,
मैं प्रभु की बड़ाई करता रहूँगा।
31 बैल और सांड की कुर्बानी से ज़्यादा,
इस बात से प्रभु को खुशी होगी।
32 यह सब देख कर नम्र लोग खुश हुए,
हे प्रभु के चाहने वालो ,
तुम्हारा मन ताज़ा हो जाए।

33 प्रभु गरीब लोगों की सुनते हैं और
गुलामों का तिरस्कार नहीं करते।
34 आकाश और
पृथ्वी उन्हीं को सराहें।समुन्दर तथा उस में
पाए जाने वाले जीव उन्हीं की बड़ाई करें।
35 प्रभु सिय्योन को आज़ाद करने के साथ
यहूदा के
नगरों को बसाएँगे ताकि लोग वहाँ बसें।
36 उनके दासों के वंश इन जगहों को ले लें।
उनके नाम से प्रेम करने वाले उस में रहेंगे।

70 हे प्रभु, मुझे आज़ाद करने के लिये
और मेरी मदद करने के लिये जल्दी
करें।
2 जो लोग मुझे मार डालना चाहते हैं,
उनके मुँह काले हों।
जो मेरा नुक्सान करने से खुश होते हैं,
वे पीछे हटा दिए जाएँ और
उन्हे शर्मिन्दा होना पड़े।
3 जो कहते हैं," अहा! अहा!",
वे अपनी शर्म की वजह से
पीछे हटा दिए जाएँ।
4 आपको सभी चाहने वाले खुश
और मगन हों।
आपकी मुक्ति से प्यार करनेवाले
बराबर कहते रहें,
" परमेश्वर की बढ़ाई हो।"
5 मैं तो गरीब और दीन हूँ; हे परमेश्वर,
मेरे लिए जल्दी कीजिए।
आप ही मेरे मददगार, मेरे छुड़ानेवाले हैं;
हे याहवे देरी न करें।

71 हे प्रभु,
मैं आपकी अधीनता में आया हूँ।
मुझे शर्मिन्दा न होने दें।
2 आपके न्यायी होने के कारण मुझे आज़ाद
करें और बचाएँ,
मेरी सुनें और बचाएँ।
3 आप ही मेरे लिए चट्टान की तरह हैं और
मैं उस पर आकर बच सकता हूँ।
आपने मेरे मुक्त किए जाने के बारे में आदेश
दिया है,
क्योंकि आप ही मेरे किले भी हैं।
4 हे मेरे प्रभु,
मुझे दुष्ट और निर्दयी इन्सान के पंजे से
छुड़ाएँ।
5 मेरे बचपन से आप ही मेरे सहारा हैं और
आशा भी।
6 मेरी पैदाईश ही से आपने मेरी देख-भाल
की,
इसलिए मैं आप का धन्यवाद देता रहूँगा।
7 दूसरे लोग मुझे अचम्भे से देखते हैं,
क्योंकि आप मेरे लिए मज़बूत किले हैं।
8 मेरे मुँह में दिन रात स्तुति भरी रहती है।
9 जब मैं बूढ़ा हो जाऊँ,
मुझे छोड़ मत देना।
मेरी ताकत कम होने पर मुझे तुच्छ मत
समझना।
10 मेरे दुश्मनों ने मेरे खिलाफ़ मुँह खोला है।
जो लोग मेरे खून के प्यासे हैं उन्होंने मिल
कर कहा है,
11 "प्रभु उसे छोड़ चुके हैं,
उसे पकड़ लो,
कोई उसे बचा न पाएगा।"
12 हे प्रभु,
मेरे पास रहिए,
तुरन्त मदद करें।
13 जो मुझे मार डालना चाहते हैं वे शर्मिन्दा
हों और बर्बाद हो जाएँ।

जो मेरा नुकसान चाहते हैं,
वे निन्दा और बेइज्ज़ती में डूब जाएँ।
14 लेकिन मैं आप से उम्मीद रखूँगा।
पहले से ज़्यादा मैं आप का भजन-कीर्तन
करूँगा।
15 मेरा मुँह आपके इन्साफ़ और ईमानदारी
और
आज़ादी के बारे में दिन भर बताएगा।
उन सभी के बारे में मुझे पूरी जानकारी नहीं
है।
16 प्रभु के बड़े कामों को बताते हुए मैं
आऊँगा।
मैं केवल आपकी ईमानदारी का वर्णन
करूँगा।
17 आप मुझे छुटपन से सिखाते आए हैं।
अभी तक मैं आपके अजीब कामों का ऐलान
करता आया हूँ।
18 मेरे बुढ़ापे में भी मुझे मत छोड़िएगा,
जब तक मैं इस पीढ़ी से और आने वाली
पीढ़ियों से
आपकी शक्ति का बखान करूँगा।
19 क्योंकि आपकी सच्चाई आकाश तक
फैली हुयी है।
आपने महान काम किए हैं,
और आपकी तरह कोई नहीं हैं।
20 आपने मुझे दुख-संकट दिखाए हैं।
आप मुझे फिर से जीवित करेंगे और पृथ्वी
की तह में से उबार लेंगे।
21 मेरी इज़्ज़त बढ़ाईए और शान्ति दीजिए
22 मैं सारंगी और वीणा बजाकर आपकी
स्तुति करूँगा।
23 तब मेरे होंठ आप का जयजयकार करेंगे,
क्योंकि आपने मेरी जान बचायी है।
24 आपके न्याय और सच्चाई के बारे में मेरी
जीभ ऐलान करेगी,
क्योंकि जो मेरा नुकसान करना चाह रहे
थे,
शर्मिन्दा हुए हैं।

72 राजा को अपने इन्साफ़ और राज-पुत्र
को खरा चरित्र दीजिए।
2 वह ईमानदारी से आपके लोगों का और
बिना तरफ़दारी से सताए हुए लोगों का
न्याय करेंगे।
3 इन लोगों के लिए पहाड़ों से शान्ति और
पहाड़ियों से अच्छे फल होंगे।
4 वह प्रजा में सताए हुए लोगों का इन्साफ़
करेंगे।
वह गरीबों की रक्षा करें और अन्याय करने
वालों को सजा देंगे।
5 जब तक सूरज-चान्द हैं,
लोग आप को आदर -सम्मान देते रहेंगे।
6 कटी हुयी घास पर बरसात की तरह और
ज़मीन सींचने वाली बौछार की तरह उतर
आएँगे।
7 उन दिनों में प्रभु के लोग बढ़ते जाएँगे।
जब तक चान्द न टले,
बड़ी शक्ति बनी रहे।
8 वह समुन्दर से समुन्दर तथा महानद से
पृथ्वी की छोर तक राज्य करेंगे।
9 रेगिस्तान में रहने वाले खानाबदोशी उसके
सामने झुक जाएँ और दुश्मन मिट्टी चाटेंगे।
10 तर्शीश और द्वीप-द्वीप के राजा ईमान
लाएँगे।
शेबा और सबा के राजा ईनाम पहुँचाएँगे।
11 सभी राजा सिज़दा करेंगे।
सभी देश उनके नीचे आ जाएँगे।
12 वह दोहाई देने वाले गरीब,
पीड़ित तथा बेबस को आज़ाद करेंगे।
13 गरीब पर तरस खाकर वह उसे बचा लेंगे।

14 शोषण और अन्धेर से वह उन लोगों को
छुडाएँगे।
वे उनकी निगाह में कीमती होंगे।
15 इसलिए वह ज़िन्दा रहे और शेबा का
सोना उसे मिलेगा।
लोग उसके लिए हमेशा बिनती करें और
दिन भर सराहेंगे।
16 पहाड़ों के ऊपर पृथ्वी अनाज से भर
जाएगा।
17 अनाज की बालें लबानोन के देवदार की
तरह झुकने लगेंगे।
जब तक सूरज है,
उनका नाम बना रहेगा।
उसके कारण लोग अपने को सुखी समझेंगे,
सभी देश के लोग धन्यवाद करेंगे।
18 प्रभु परमेश्वर,
इस्राएल के प्रभु की बड़ाई हो वही अजीब
काम करते हैं।
19 उनका बड़ा नाम धन्यवाद के लायक हैं।
उनकी महिमा से सारी पृथ्वी भरपूर हो जाए।
ऐसा ही हो। 20 यिशै के बेटे दाऊद की
बिनतियाँ समाप्त हुई।

73 इस्राएल[a] के लिए प्रभु भले हैं।
मेरे पैर लड़खड़ा रहे थे,
मेरे पैर फ़िसलने वाले ही थे।
3 क्योंकि मैंने जब देखा कि बलवई लोग हर
तरह से बढ़ते जा रहे हैं,
तब मैं घमण्डियों के प्रति जलने लगा।
4 मौत के समय उन्हें कुछ पीड़ा नहीं होती
है।
वे दिखने में मोटे हैं।
5 दूसरे लोगों की तरह उनके जीवन में दुख
नहीं है,
न ही दूसरों की तरह उन पर मुसीबतें आती
हैं।
6 इसलिए घमण्ड उनके गले का हार है।
खून-खराबे के कपड़े उन्होंने पहने हुए हैं।
7 उनकी आँखों पर चर्बी चढ़ी है।
मन में उनके बेकार के ख्याल हैं।
8 वे मज़ाक करते और अन्धेर की बातें
कहते हैं।
उनके बोल बड़े हुआ करते हैं।
9 प्रभु के खिलाफ़ बोलने की हिम्मत उन्होंने
की है।
हालांकि वे पृथ्वी पर हैं।
10 इसलिए वहाँ के लोग यहीं लौटते हैं और
भरपूरी से पानी पीते हैं।
11 वे बोलते हैं,
प्रभु को कैसे मालूम ?
वह नहीं जानते है।
12 ऐसे बुरे लोग भी हैं,
जिन्होंने सदा स्वस्थ रह कर खूब धन
बटोरा है।
13 क्या मैंने बेकार ही में खरा जीवन जिया
और
हाथों से गलत काम नहीं किया।
14 मैं दिन भर तकलीफ़ें झेलता आया हूँ और
हर सुबह मुझे सीख मिलती है।
15 यदि मैंने कहा होता,
कि मैं ऐसा ही बोलूँगा,
तो देखो,
मैंने आपकी सन्तान के वंश से दगाबाज़ी
की होती।

[a] **73.1** चुने लोग

16 मैंने इसे समझने के लिए दिमाग पर ज़ोर
डालना चाहा,
ताकि मैं समझ सकूँ।
17 जब तक प्रभु के लिए अलग की हुयी
जगह में
जाकर उनके भविष्य की हालत नहीं
समझी।
18 सच तो यह है कि आपने उन लोगों को
चिकनी जगह पर रखा है और बर्बादी के
गड्ढे में गिरा देते हैं।
19 एक सेकेण्ड में वे किस तरह खत्म हो
जाते हैं।
अचानक ही वे पूरी तरह नाश हो जाते हैं।
20 जिस तरह से जाग जाने के बाद एक
इन्सान के
सपने के साथ होता है,
वैसे ही प्रभु आप ऐसे इन्सान को बेकार
समझते हैं।
21 जब मेरे भीतर कड़वाहट आ गयी और
विवेक कायल हो गया,
22 जब मैं बेवकूफ़ और कम समझने वाला
था,
तो मैं एक जानवर की तरह था।
23 लेकिन इसके बावजूद मैं आपकी
मौजूदगी को पहचानता हूँ।
आप का दाहिना हाथ मैंने पकड़ लिया है।
24 आप सलाह देकर मुझे रास्ता दिखाते हैं,
आखिर में आप मुझे आपनाएँगे।
25 स्वर्ग में मेरा है कौन?
इस दुनिया में भी मैं आपके अलावा और
कुछ नहीं चाहता।
26 चाहे मेरी देह और मन बिल्कुल निराश हो
जाएँ,
फिर भी,
वह हमेशा के लिए मेरे हिस्सा हैं और
चट्टान भी।
27 जो लोग आप से दूर हैं,
वे हमेशा नहीं रहेंगे।
जो आपके लिए वफ़ादार नहीं थे,
उनको आपने मार डाला है।
28 लेकिन प्रभु के पास रहना ही मेरे लिए
फ़ायदेमन्द है,
प्रभु परमेश्वर को मैंने अपना रक्षक बनाया
है ,
ताकि मैं आपके किए कामों का ऐलान
करूँ।

74 हे प्रभु,
हम सब को आपने हमेशा के लिए क्यों
छोड़ दिया है?
आपकी चराई की भेड़ों के खिलाफ़
आपके गुस्से का धुआँ क्यों उठ
रहा है?
2 पुराने समय में आपने जिन लोगों को खरीद
लिया था,
जिन्हें अपनी मीरास का कबीला बनने के
लिए छुड़ाया था और सिय्योन पहाड़ को
भी जिस पर आपकी मौजूदगी थी,
याद कीजिए।
3 अपने पैरों को खण्डहरों की ओर बढ़ाईए
अर्थात उस
जगह तक जहाँ दुश्मन ने सब कुछ
तहस-नहस किया था।
4 आपके दुश्मन सभा की जगह पर दहाड़
रहे हैं।
निशान के रूप में उन्होंने अपने झुण्डों को
गाड़ दिया है।
5 देखने से मालूम पड़ता है जैसे किसी ने घने
जंगल में
पेड़ों पर कुल्हाड़ी चला दी हो।
6 और अब वे उसकी नक्काशी को कुल्हाड़ी
और

हथौड़ी से खराब करना चाहते हैं।
7 आपके अलग किए हुए स्थान को जला
कर उन्होंने
अशुद्ध किया और खत्म कर डाला।
8 मन ही मन वे बोले,
“हम उन्हें पूरी तरह दबा दें।”
देश की वे सभी जगहें जो प्रभु के लिए अलग
की गयी थीं,
उन्होंने जला डाला।
9 हम अपने निशान भी नहीं देख पा रहे हैं।
हमारे बीच नबी नहीं हैं,
न ही कोई बता सकता है कि यह हालत
कब तक बनी रहेगी।
10 हे प्रभु, शत्रु कब तक हमारा मज़ाक
उड़ाता रहेगा ?
क्या हमेशा तक?
11 आप कुछ करते क्यों नहीं?
उन्हें बर्बाद कर दीजिए।
12 फिर भी बीते समयों से प्रभु मेरे शासक हैं।
वही हैं, जो लोगों को इस दुनिया में
आज़ादी देते आए हैं।
13 अपनी शक्ति से आपने समुद्र के दो हिस्से
कर दिए थे।
उस में रहनेवाले जानवर भी परेशानी में आ
गए।
14 लिब्यातान भी मर गए।
आपने उसे दूसरे जंगली जानवरों का खाना
बनाने दिए।
15 आपने सोतों और पानी की धाराओं को
बहा दिया।
जिन नदियों में हर समय पानी रहा करता था,
उन्हें आपने सुखा दिया।
16 रात-दिन आपके हैं।
सूरज-चाँद को आपने बनाया है।
17 पृथ्वी की सरहद को आप ही ने ठहराया
है।
गर्मी और ठण्ड का मौसम भी आप का
बनाया हुआ है।
18 हे प्रभु, आप ही देखिए कि दुश्मन ने ठट्ठा
किया है।
बेवकूफ़ लोगों ने आपके नाम की बदनामी
की है।
19 अपनी पंडुकी की जान जंगली जानवरों
के सुपुर्द न करें,
दुख के मारे सताए गए लोगों को हमेशा के
लिए मत भूलिए।
20 अपने वायदे पर गौर करें,
क्योंकि देश की अँधेरी जगहें बेइन्साफ़ी से
भरी हैं।
21 पीड़ित को शर्मिन्दा होकर वापस न आना
पड़े।
दुखी और गरीब आपके नाम की बड़ाई
करें।
22 हे प्रभु, आईये और अपनी सच्चाई के लिए
बोलिए।
याद रखिए कि बलवई,
किस तरह आपके खिलाफ़ बड़े बोल
बोलता है।
23 अपनी खिलाफ़त करने वालों की आवाज़
को
और जो खिलाफ़त करते हैं उनकी
अनदेखी न करें।

75 लोग आपके अजीब कामों के बारे में
बताते हैं।
हे प्रभु, हम आपको शुक्रिया कहते हैं,
क्योंकि आपका नाम प्रगट हुआ है,
आपके आश्चर्य के कामों का वर्णन हो रहा है

2 अपने तय किए हुए समय पर मैं इन्साफ़
करूँगा।
3 प्रभु का कहना है,
“ इस दुनिया में रहने वाले और यह पृथ्वी
दोनों ही झूम जाते हैं,
लेकिन मैं इसे स्थिर रखता हूँ।”
4 डींग मारने वालों से प्रभु कहते हैं।
डींग न मारा करो।
प्रभु को न मानने वालों से कहो,
“अपनी शान मत बघारो,
और दुष्टों से, कि ज़्यादा अहंकारी मत बनो
5 अपनी ताकत पर न ही घमण्ड करो और
न ही ज़िद्द में आकर बोलो।”
6 न ही पूरब,
न ही पश्चिम से किसी तरह की तरक्की
आती है,
न ही रेगिस्तान से।
7 प्रभु न्याय करते हैं।
वह एक को कम करते और दूसरे को ऊपर।
8 प्रभु के हाथ में एक प्याला है और दाखमधु
से झाग उठ रहा है।
उस में खूब मसाला मिला है और वह उसी
में से उण्डेलते हैं।
इसमें कोई शक नहीं कि दुनिया के सभी बुरे
लोग तलछट तक पी जाएँगे और खाली
कर डालेंगे।
9 लेकिन मैं सदा उनकी बातों का ऐलान
करूँगा।
10 वह दुष्टों की ताकत को तोड़ डालेंगे।
लेकिन निर्दोष ठहराए लोगों की शक्ति ज़्यादा
बढ़ जाएगी।

76 प्रभु का ज्ञान यहूदा के लोगों को है।
इस्राएल में उनका नाम मशहूर है।
2 यरूशलेम में उनकी उपस्थिति है।
3 वहाँ उन्होंने अग्नि बाणों,
ढाल,
तलवार और युद्ध के हथियारों को बर्बाद
कर डाला।
4 शिकार की जगह से उतरते समय आप का
तेज अनूठा था।
5 जिन्हें डर नहीं था,
वे लोग लुट गए हैं।
उनको गहरी नींद आ गयी।
जो ताकतवर थे, वे कमज़ोर पड़ गए।
6 हे याकूब के प्रभु,
आपकी डाँट से सवार और घोड़ा दोनों ही
हमेशा के लिए सो गए।
7 आप ही से सब को डरना चाहिए।
आपके गुस्सा होने पर कौन आप का
मुकाबला कर सकेगा।
8 आप स्वर्ग से फ़ैसला सुना चुके हैं।
पृथ्वी डर कर खामोश हो गयी,
9 जब प्रभु इन्साफ़ करने और दुनिया के
सीधे लोगों को बचाने के लिए तैयार हो
गए।
10 इन्सान का गुस्सा आपकी बड़ाई ही
करेगा।
बाकी बचे गुस्से से आप डट कर तैयार
रहेंगे।
11 जिस बात की प्रतिज्ञा प्रभु से करते हो,
उसे पूरा भी करो।
जिन की इज़्ज़त की जानी चाहिए,
लोग उनके लिए भेंट लाएँ।
12 वह राज्य करने वालों की हिम्मत खत्म
कर देते हैं।
वह राजाओं के लिए शक्तिशाली हैं।

77 मैं ऊँची आवाज़ में प्रभु को पुकारूँगा।
वह मेरी सुन लेंगे।
2 मुसीबत के वक्त मैंने प्रभु पर ही भरोसा
रखा।

बिना थके रात भर अपने हाथ मैं फैलाए
रहा।
3 प्रभु को याद करके मैं बेचैन हो जाया
करता हूँ,
आँहें भरते-भरते मैं बेहोश भी हो जाता हूँ।
4 मेरी पलकों को आपने बन्द नहीं होने
दिया।
बेचैनी की वजह से मेरी बोलती भी बन्द हो
गयी।
5 मैं पुराने दिनों के बारे में सोचने लगा।
6 मेरा अपना गीत मुझे रात में याद आता है।
मैं मन ही मन ध्यान करता हूँ।
7 "क्या प्रभु हमेशा के लिए छोड़ देंगे,
क्या फिर से वह दया नहीं करेंगे?
8 क्या उन्होंने तरस खाना बन्द कर दिया है?
उनका वायदा अब क्या किसी काम का
नहीं ?
9 क्या अनुग्रह करना प्रभु भूल चुके हैं ?
और गुस्से की वजह से रहम करना भूल
गए हैं?
10 तब मैं बोल उठा,
"यह मेरी पीड़ा है,
कि उनकी कृपा छाया मुझ पर से उठ
चुकी है।
11 उनके कामों के बारे में मैं बताऊँगा।
बेशक,
पुराने समय में किए गए आपके कामों को
मैं याद करूँगा।
12 आपके किये हुए कामों पर मैं मनन
करूँगा।
13 हे सृष्टिकर्ता, आप सब से अलग और
अनूठे हैं।
आपकी तुलना किसी देवता से नहीं की जा
सकती।
14 आप ही अजीब काम करते हैं।
देश-देश पर अपनी शक्ति के काम ज़ाहिर
करते हैं।
15 अपनी बाँहों की ताकत से आपने लोगों
को
अर्थात याकूब और यूसुफ़ के बाल-बच्चों[a]
को आज़ाद किया था।
16 हे प्रभु, आप को समुन्दर ने देखा था और
डर गया था।
गहरा समुन्दर काँप उठा था।
17 बादलों ने पानी बरसाया, आकाश गरजा
और आपके तीर चारों ओर चले।
18 आपके गरजने की आवाज़ बवण्डर में
सुनायी पड़ी।
बिजली से आकाश जगमगा उठा।
सारी पृथ्वी कांपी और हिलने गली।
19 समुद्र में आप का रास्ता था,
लेकिन पैरों के कोई निशान तक नहीं थे।
20 अपने लोगों की देख-भाल आपने मूसा
और हारून के द्वारा की।

78 मेरे मुँह से कही हुयी फ़ायदेमन्द बातें
सुनो।
2 उदाहरण देकर मैं सिखाऊँगा।
पुराने समय से जो बातें छिपी हैं,
मैं उन्हें बताऊँगा।

[a] **77.15** सन्तान

3 इन बातों को हम ने अपने बुज़ुर्गों से सुना
था।
4 बाल बच्चों,
नाती-पोतों ओर आने वाली पीढ़ियों से हम
कुछ भी छिपाएँगे नहीं।
लेकिन उनकी शक्ति के कामों का ऐलान
करेंगे।
5 इस्राएलियों को उन्होंने नियम-आज्ञाएँ दी
थीं।
हमारे पूर्वजों का यह आदेश था कि वे अपनी
सन्तान को सिखाएँ,
6 ताकि भविष्य में पैदा होने वाले लोग इन्हें
जानें और
वे भी अपने बच्चों को जानकारी दें।
7 तभी वे प्रभु पर भरोसा रख सकेंगे और
उनकी बातों को मानेंगे।
ऐसा करने से वे भूलेंगे भी नहीं।
8 तभी वे लोग अपने पूर्वजों की तरह ज़िद्दी
नहीं बनेंगे।
वे लोग ऐसे नहीं होंगे,
जिन्होंने अपना मन तैयार न किया हो और
अविश्वास योग्य रहे हों।
9 एप्रैम[a] के लोग धनुष बाण चलाने में तेज़
थे।
इसके बावजूद युद्ध में उन लोगों ने हार मान
ली।
10 उन्होंने जो वायदा प्रभु से किया था,
नहीं निभाया।
आदेशों के खिलाफ़ उन्होंने बलवा किया।
11 प्रभु ने जो आश्चर्य के काम किए थे,
वे उन्हें भूल गए।
12 सोअन के मैदान में पूर्वजों के सामने मिस्र
देश में,
उन्होंने बड़े काम किए।
13 समुन्दर के दो हिस्से करके अपने लोगों
को
उन्होंने पार कर दिया।
पानी को उन्होंने एक बड़ी दीवार सा कर
दिया।
14 दिन में बादल से और रात में आग के
खम्भे से उनको मार्गदर्शन मिला।
15 चट्टान में ही उन्होंने पानी बहाया।
वह नदी की तरह था। 16 उन्होंने चट्टान ही
से पानी की धाराएँ निकालीं और
नदियों के समान पानी को बहा दिया
।
17 इसके बावजूद वे बलवा करते रहे और
रेगिस्तान में आज्ञाएँ तोड़ते रहे।
18 अपनी मनमानी से उन्होंने खाना
मांग कर प्रभु को परखना चाहा।
19 तब वे बोले,
“क्या जंगल में वह खाना दे सकते हैं?
20 देखो, प्रभु ने चट्टान पर मार कर पानी तो
बहा दिया
और धाराएँ बह निकली थीं।
क्या वह अपने लोगों को गोश्त और रोटी दे
सकेंगे?
21 ये बातें सुन कर प्रभु को गुस्सा आया।
22 क्योंकि उन लोगों ने प्रभु और उनके
मदद करने की योग्यता पर शक किया।
23 इस पर भी प्रभु ने आकाश के बादलों को
हुक्म दिया और दरवाज़े खोल दिए।
24 खाने के लिए उन्होंने मन्ना बरसाया।
25 इन्सानों को स्वर्गदूतों का खाना मिला
और वह भी भरपूरी से
26 उन्होंने पुरवाई और दक्षिणी हवा चलाई।
27 धूल के कणों की तरह उन्होंने मांस
बरसाया।

[a] **78.9** इस्राएल

अनगिनित बटेरें ज़मीन पर गिरने लगी।
28 जहाँ पर वे लोग थे,
वहीं ये पक्षी गिरने लगे।
29 भर पेट उन्होंने खाया और उनका मन भर
गया।
30 उनके मुँह में अभी खाना था,
31 तभी प्रभु को गुस्सा आ गया।
उनके वीरों को प्रभु ने मार डाला।
जवान ज़मीन की धूल चाटने लगे।
32 इतना होने के बाद भी वे ज़िद्दी बने रहे
और
अजीब कामों पर गौर नहीं किया।
33 इसलिए उन्होंने उन लोगों के दिनों को
बेकार
मेहनत से और सालों को भय से भर
डाला।
34 जब-जब वह उनको मारने लगते,
तब वे वापस प्रभु की ओर आते थे।
35 तब उन्हें यह बात याद आती थी कि प्रभु
उनकी चट्टान और आज़ाद करने वाले हैं।
36 फिर भी उन लोगों ने चापलूसी की और
झूठ बोले।
37 प्रभु के प्रति उनके मन सही नहीं थे,
न ही अपने किए प्रण पर वे अटल थे।
38 दया की वजह से उन्होंने उनके बलवेपन
को
माफ़ किया और सज़ा नहीं दी।
अक्सर उन्होंने अपने गुस्से को रोक लिया।
39 उन्हें यह एहसास था,
कि ये लोग इन्सान ही तो हैं।
ये हवा की तरह हैं,
जो जाने के बाद लौट कर नहीं आती है।
40 जंगल में बहुत बार वे प्रभु का विरोध
करते थे।
वहीं पर प्रभु उनके कारण उदास थे।
41 परखने के कारण बार-बार उन लोगों ने
उनका दिल तोड़ा था।
42 वे प्रभु की ताकत को भूल गए।
उन्हें वह दिन भी याद न रहा जब उन्हें दुश्मन
से छुड़ाया गया था,
43 कि उन्होंने मिस्र देश में अपने काम तथा
सोअन के
मैदान में अपने काम दिखाए थे।
44 उनकी नदी के पानी को प्रभु ने खून बना
दिया था,
जिसे वे पी न सकते थे।
45 उन्होंने उनके बीच मक्खियों को भेजा,
जिन्होंने लोगों को काटा।
उन्होंने मेंढक भी भेजे थे।
46 उन्होंने उन लोगों की फसल कीड़े मकोड़ों
और
टिड्डियों से बर्बाद करवा दी।
47 अंगूर को ओलों और गूलर को पाले से
नष्ट किया।
48 जानवरों को ओलों और बिजली से मार
डाला।
49 खतरनाक दूतों के दल को भेज कर
अपना गुस्सा प्रगट किया।
50 प्रभु ने उन्हें मौत से नहीं बचाया लेकिन
उनको महामारी को सौंप दिया।
51 मिस्र के सभी पहलौठों को मार डाला,
जो हाम के तम्बुओं में उनकी ताकत के
पहले फल थे।
52 वह अपने लोगों को भेड़ों की तरह ले
चले।
उन्होंने उन लोगों को जंगल में रास्ता
दिखाया।
53 उन्हें डरने की भी ज़रूरत नहीं पड़ी।
लेकिन जो लोग उनके खिलाफ़ थे,
समुन्दर में दफ़न हो गए।

54 इस तरह वह इस पहाड़ी देश में जिसे
अलग किया था,
ले आए।
55 उनके देखते-देखते दूसरे देशों के लोगों
को भगा दिया।
उनकी ज़मीन को नाम-नाप कर उनमें बाँट
दी।
वही इस्राएल के कबीले बस गए।
56 इसके बावजूद उन लोगों ने प्रभु को
परखा,
बलवा किया और बात नहीं मानी।
57 अपने पूर्वजों की तरह वे धोखेबाज़ ठहरे।
58 उन्होंने पहाड़ियों पर देवी-देवताओं की
पूजा की,
जिस से प्रभु को गुस्सा आया।
59 गुस्से में आकर वह इन लोगों से नफ़रत
करने लगा।
60 इसलिए शीलोह जिसे अपनी मौजूदगी के
लिए चुना था,
छोड़ दिया।
61 अपनी शक्ति को गुलामी में और अपनी
शान को
दुश्मन के अधिकार में कर दिया।
62 अपने लोगों को तलवार से मारे जाने
दिया।
अपने ही लोगों पर उन्हें बहुत गुस्सा आया।
63 उनके जवान आग से भस्म हो गए।
उनकी कुवाँरियों के लिए किसी ने गाना नहीं
गाया।
64 उनके पुरोहितों को तलवार से मारा गया
और
विधवाओं को रोने तक का मौका न
मिला।
65 तब मानो प्रभु नींद में से जागे।
उस फ़ौजी की तरह जो शराब के नशे से
बाहर आता है।
66 उन्होंने अपना विरोध करने वालों को
भगाया और शर्मिन्दा किया।
67 यूसुफ़ के डेरे की उन्होंने परवाह न की
और न ही एप्रैम के कबीलों को
चुना।
68 उन्होंने सिय्योन पहाड़ को चुन लिया,
वह उन्हें पसन्द था।
69 अपने पवित्र स्थान को आकाश की तरह
ऊँचा और
पृथ्वी की तरह मज़बूत किया और उसे
सदा के
लिए ठहरा दिया।
70 अपने सेवक दाऊद को चुना और चरवाहे
के काम से निकाला।
71 दूध पिलाने वाली भेड़ों की देख-रेख से
उसे हटा लिया कि वह इस्राएल की
चरवाही करे।
72 इसलिए उसने अच्छे मन से काम किया
और अगुवाई की।

79 हे प्रभु देश-देश के लोग आपकी जगह
में आ गए हैं।
आपके पवित्र मन्दिर को उन्होंने अशुद्ध कर
डाला है
और यरूशलेम को तहस नहस कर दिया
है।
2 आपके सेवकों की लाशों को आकाश की
चिड़ियों का खाना और
आपके भक्तों के गोश्त को जंगल के
जानवरों का खाना बना दिया है।
उन्हें मिट्टी में गाड़ने वाला तक नहीं मिला।
3 उन्होंने उनका खून यरूशलेम की चारों
तरफ़ पानी की तरह बहाया।
4 अपने पड़ोसियों के बीच हमारी बदनामी
हुयी है।
हमारे आस-पड़ोस में रहने वालों के

लिए हम हँसी का कारण बन चुके हैं।
5 हे प्रभु, आप हम से कब तक गुस्सा रहेंगे?
क्या आग की तरह आप का गुस्सा
धधकता रहेगा ?
6 अपना गुस्सा उन देशों पर दिखाईये,
जो आपको नहीं मानते।
उन पर भी जो आप का नाम नहीं लेते।
7 उन्होंने आपके लोगों को निगल लिया है
और
उनके घरों को उजाड़ा भी है।
8 हमारे पूर्वजों ने जो गलत काम किए,
उनको हमारे खाते में न रखें।
हमारी हालत बहुत खराब है,
हम पर जल्दी दिखाईये।
9 अपने नाम को ऊँचा उठाए जाने की खातिर
हमारी मदद करे।
हमें आज़ाद करने के साथ हमें माफ़ भी कर
दें।
10 देश -देश के लोग यह क्यों कहने पाएँ कि
उनका प्रभु कहाँ गया।
आपके सेवकों के खून का पलटा आपके
द्वारा लिया जाना हम अपनी आँखों से
देखना चाहते हैं। 11 कैदियों का
कराहना आप तक पहुँचे, अपनी
शक्ति कि महानता के अनुसार
उनको बचा लीजिए, जिनको मारा
जाना तय हो चुका है 12 हे प्रभु हमारे
पड़ोसियों ने ने जो आपकी बदनामी
की है,उसक सात गुना उन्हें लौटा दें
13 तब हम जो आपकी चरागाह की
भेड़ें और आपकी प्रजा हैं, हमेशा
आपका धन्यवाद और पीड़ी से
पीड़ी तक गुणानुवाद करते रहेंगे।

80 हे इस्राएल की देख-रेख करने करने
वाले,
आप जो अपने लोगों को संभालते हैं,
मेरी फ़रियाद सुनिये।
करूब आपके तख्त हैं,
आप अपना जलवा दिखाईये।
2 एप्रैम, बिन्यामीन और मनश्शे के सामने
आप अपनी शक्ति दिखाईये और आज़ादी
भी दीजिये।
3 जैसे हम पहले थे,
हमें फिर से कर दीजिये।
आपकी मौजूदगी ही से हम छूट सकेंगे।
4 आप हमारी दुआओं पर कब तक गुस्सा
करते रहेंगे?
5 हमें ढेर सारे आँसू पीने पड़े हैं।
वे तो हमारा खाना बन गये हैं।
6 आप हमें हमारे पड़ोसियों के लिए झगड़े
का कारण बनाते हैं, हमारे दुश्मन
आपस में हमारी हँसी उड़ाते हैं।
7 हे प्रभु, जैसे हम पहले थे हमें फिर से कर
दीजिये।
अगर आप हमें अपनी मौजूदगी का एहसास
होने देंगे,
तो हम मुक्त हो सकेंगे।
8 मिस्र से आप एक अंगूर की लता उठा ले
आए और देशों के लोगों को वहाँ से
निकाल कर
उसे रोप दिया।
9 आपने उसके लिये एक जगह तैयार की
और
उसने जड़ पकड़ कर पूरे देश को भर
दिया।
10 उसकी छाया पहाड़ तक फैली ओर
डालियाँ देवदारों की तरह हो गयीं।
11 उसकी डालियाँ समुन्दर तक फैल गयीं।
उसके अन्कुर सागर तक फैल गये।
12 फिर आपने उसके बाड़ों को क्यों बर्बाद
किया,

ताकि राहगीर फलों को तोड़ें।
13 जंगली सुअर उसे बर्बाद कर देता है और
मैदान के सभी जानवर उसे चर जाते हैं।
14 हे सेनाओं के प्रभु आईये और
इस अंगूर की लता पर गौर कीजिये।
15 आपने यह पौधा अपने हाथ से लगाया था
और
जो लता की डाली आपने अपने लिये
लगायी थी,
16 वह जल गयी और कट गयी।
आपके घुड़कने से वे बर्बाद हो जाते हैं।
17 आप जिसे दाहिने हाथ से सम्भालते हैं,
उस पर आपकी कृपा बनी रहे ,
उस इन्सान पर जिसे आपने अपने लिये
रखा है ।
18 तब हम लोग आप से मुड़ेंगे नहीं ।
आप हमारे अन्दर नयी जान डाल दीजिये,
तब हम आप से बात कर सकेंगे।
19 सेनाओं के प्रभु हमारी हालत पहले जैसी
कर दीजिये।
हमें अपनी उपस्थिति का अनुभव दीजिये
तब हम आज़ादी पाएँगे

81 प्रभु हमारे बल हैं,
उनके लिए खुशी से हम गाएँ?
याकूब के प्रभु की जीत मनाओ
2 भजन शुरू करो,
डफ़ली और मीठी आवाज़ वाली वीणा
और
सारंगी बजाओ।
3 नए चाँद के दिन और पूर्णमासी को
अर्थात हमारे त्यौहार के समय नरसिंगा
फूँको।
4 क्योंकि इस्राएल के लिए प्रभु द्वारा ठहराया
हुआ एक नियम है।
5 उन्होंने इसे यूसुफ़ की गवाही के लिए रखा
है,
जब वह मिस्र के खिलाफ़ निकला,
मैंने एक नयी ज़ुबान सुनी।
6 मैंने उसके कन्धे पर से भार हटा दिया।
उसके हाथों को टोकरी भी नहीं उठानी
पड़ी।
7 तुमने मुसीबत के वक्त मुझे बुलाया और
मैंने तुम्हें आज़ाद किया।
बादलों के बीच से मैंने तुम्हें जवाब दिया।
मरीबा के सोते पर मैंने तुम्हें जाँचा।
8 हे मेरे लोगो,
मैं तुम्हें चेतावनी दे रहा हूँ,
हे इस्राएल अच्छा होगा यदि तुम मेरी
सुनो।
9 तुम्हारे बीच कोई दूसरा प्रभु न हो,
न ही किसी देवता के सामने सिर झुकाना।
10 मैं खुद तुम्हारा प्रभु परमेश्वर हूँ,
जो तुम्हें मिस्र की गुलामी से निकाल
लाया।
तुम अपना मुँह अच्छी तरह खोलो और
मैं उसे भर दूँगा।
11 लेकिन मेरे लोगों ने मेरी सुनी ही नहीं।
इस्राएल ने मेरे आदेश को ठुकरा दिया।
12 इसलिए मैंने उस को उसके ज़िद्दीपन पर
छोड़ दिया,

कि वह मनमानी करे।
13 अच्छा होता यदि मेरे लोग मेरी सुनते और
वैसा ही करते।
14 तब मैं एक दम उनके दुश्मनों को हरा देता
और
उनके खिलाफ़ खड़ा हो जाता।
15 जो लोग प्रभु के दुश्मन हैं,
उनके आदेशों को मानने का बहाना करते
हैं,
उनकी सज़ा लम्बी[a] है।
16 मैं तुम्हें सब से बढ़िया अन्न खिलाता हूँ
और
चट्टान का शहद खिलाता हूँ।

82 प्रभु अपनी सभा में खड़े होते हैं।
वह इन्साफ़ करते हैं।
2 तुम लोग कब तक बेइन्साफ़ी करते रहोगे
और
तरफ़दारी करोगे ?
3 कमज़ोरों और अनाथों का न्याय करो।
गरीबों और दर्द में रह रहे लोगों के
साथ अच्छा बर्ताव करो।
4 कमज़ोर और गरीब को बचाओ उनको
शोषण करने वालों से बचाओ।
5 वे लोग कुछ नहीं समझते और जानते हैं।
वे अन्धेरे में टटोलते फिरते हैं।
इस दुनिया की नींव हिल चुकी है।
6 मैंने कहा,
'तुम तो अगुवे हो,
प्रभु के बेटे हो,
7 लेकिन दूसरे लोगों की तरह तुम भी एक
दिन मर जाओगे।
दूसरे राज्य करने वालों की तरह तुम भी
गिरोगे।"
8 हे प्रभु,
इस दुनिया का इन्साफ़ कीजिए।
आप ही देशों के ऊपर राज्य करते हैं।

83 हे प्रभु,
खामोश मत रहिए
2 आपके दुश्मन शोर कर रहे हैं।
आपके दुश्मनों ने सिर ऊँचा किया है।
3 आपके लोगों के खिलाफ़ वे योजना बनाते
हैं।
4 वे बोले,
"आओ हम इन्हें बर्बाद कर डालें।
इस से इस्राएल का नाम मिट जाएगा।"
5 एक मन होकर उन्होंने कोशिश की है और
प्रण किया है।
6 ये छावनियाँ एदोम ,
इश्माएली,
मोआबी,
हाजिरी,
7 गबाली,
अम्मोनी,
अमालेकी और सोर के रहने वाले
लोगों सहित पलिश्तियों की हैं।
8 असीरियाई लोग भी इन के साथ हो चुके
हैं।
वे लोग लूत के वंश के लोगों के मददगार हो
चुके हैं।
9 जिस तरह आपने कीशोन नाले पर सीसरा,
याकीन और मिद्यानियों के साथ किया था,
इनके साथ कीजिए
10 वे लोग ज़मीन की खाद बन गए थे।
11 उनके अमीर लोगों को ओरेब और
जेबह की तरह और मुखिया लोगों को
जेबह तथा सल्मुन्ना की तरह कर दें।

[a] **81.15** युगों तक

12 जिन लोगों ने कहा था,
"आओ हम प्रभु की चराईयों को अपने
हक में कर लें।
13 हे मेरे प्रभु,
उन्हें बवण्डर की मिट्टी और
हवा से उड़ाए गए भूसे की तरह कर डालें।
14 उस आग की तरह जो जंगल को जला
डालती है,
जो पहाड़ों में आग लगा देती है।
15 उसी तरह आप भी अपनी आँधी से उनका
पीछा करें और
तूफ़ान से डरा दें।
16 उनके चेहरे को शर्म से भर दें,
ताकि वे आप को चाहने वाले बनें
17 हमेशा के लिए वे घबराहट में रहें और
बेइज़्ज़त होकर बर्बाद हो जाएँ।
18 इस तरह से उन्हें मौका मिलेगा यह जानने
का कि इस दुनिया में आप ही सब
के ऊपर हैं।

84 हे फ़ौजों के प्रभु,
जहाँ आप हैं,
वह जगह कितनी चाहने लायक होगी।
2 प्रभु की मौजूदगी में प्यासा मेरा मन बेहोश
सा हो रहा है।
मेरा मन और देह जीवित प्रभु के लिए गाना
गाते हैं।
3 फ़ौजों के प्रभु ,
मेरे राजा आपकी वेदियों में गौरैया ने
अपना बसेरा और
अबाबील ने घोंसला बनाया है,
ताकि अपने बच्चों को रख सके।
4 वे मनुष्य सचमुच में आशीषित हैं,
जो आपकी मौजूदगी को जानते हैं।
वे हर-दम आपकी बड़ाई करते रहते हैं।
5 वह मनुष्य समझदार है जिस की ताकत
आप में है,
जिस के मन में सिय्योन का राज-मार्ग है।
6 बाका की घाटी में से गुज़रते समय वे उसे
सोतों में बदल डालते हैं।
वर्षा ऋतु की शुरूआत उसे भरपूर कर
डालती है।
7 उनकी ताकत बढ़ती जाती है।
उन में से प्रत्येक सिय्योन में प्रभु के सामने
हाज़िर होता है।
8 हे सेनाओं के प्रमुख,
2 "मेरे गिड़गिड़ाने को सुन लीजिए।
हे याकूब के प्रभु,
ध्यान दीजिए।
9 हे प्रभु आप हम सभी की ढाल हैं।
आप अपने अलग किए हुए जन पर नज़र
डालिए।
10 आपकी मौजूदगी का एक दिन कहीं और
हज़ार दिन रहने से बेहतर है।
बुराई से भरे घर में रहने के बजाए अपने प्रभु
के धाम[a] के चौखट पर खड़ा रहना
भाता है।
11 क्योंकि प्रभु परमेश्वर मेरे लिए सूरज और
ढाल हैं।
वही कृपा करते हैं और इज़्ज़त भी देते हैं।
जो लोग ईमानदारी का जीवन जीते हैं,
उन से वह कोई भी अच्छी चीज़ बचा कर
नहीं रखते हैं।
12 फ़ौजों के प्रभु! वह व्यक्ति सच में सुखी है
जो,
आपके ऊपर भरोसा रखता है।

[a] **84.10** प्रार्थना भवन

85 हे प्रभु,
आपने अपने देश पर कृपा की है,
आपने इस्राएल को गुलामी से आज़ाद
किया है।
2 आपने अपने लोगों के बलवापन को माफ़
कर दिया है।
आपने उनके गुनाहों को छिपा दिया है।
3 आपने अपने सारे गुस्से को शान्त किया
है।
4 हे हमारे बचाने वाले,
हमें फिर से वैसा ही कर दें और
अपने गुस्से को हम पर से हटा लीजिए।
5 क्या आप हमेशा तक हम से नाराज़ रहेंगे,
और पीढ़ियों तक यह गुस्सा बना रहेगा ?
6 क्या आप हमें फिर से जागृत नहीं करेंगे।
ताकि आपके लोग आप में खुश हों?
7 हे परम पिता,
हम आपके तरस का स्वाद चखना चाहते
हैं और
आज़ादी[a] भी।
8 प्रभु अपने लोगों से शान्ति[b] की बातें कहते
हैं और
मैं उन्हें सुनूँगा भी।
लेकिन उन्हें बेवकूफ़ी की बातों पर मन नहीं
लगाना चाहिए।
9 इसमें कोई सन्देह नहीं,
कि उनका आदर सम्मान करने वाले
जल्दी छुटकारा पाएँगे,
ताकि हमारे देश में प्रभु की शान बनी रहे।
10 सच्चाई और करुणा दोनों आपस में मिल
गए हैं।
इन्साफ़ और मेल भी साथ ही साथ हैं।
11 इस दुनिया में सच्चाई पैदा होती है और
इन्साफ़ ऊपर से इन्तज़ार करता है।
12 सब से बढ़िया चीज़ प्रभु देंगे और
हमारी ज़मीन में पैदावार अच्छी होगी।
13 उनका न्याय उनके आगे-आगे रहेगा और
उनके कदमों को हमारे लिए एक रास्ता
बनाएगा।

86 हे याहवे, बड़े ध्यान से मेरी सुनिए,
क्योंकि मैं दीन और गरीब हूँ।
2 मेरी जान को न निकलने दीजिए,
क्योंकि मैं भक्त हूँ। आप मेरे परमेश्वर हैं,
मैं आपका दास हूँ, मेरा भरोसा आप पर है,
मुझे आज़ादी दीजिए।
3 मुझ पर दया कीजिए,
क्योंकि मैं आपको लगातार पुकारता हूँ।
4 अपने दास के मन को आप खुश कर
दीजिए,
क्योंकि मैं अपना मन आपकी
तरफ लगा रहा हूँ।
5 क्योंकि हे प्रभु आप भले और
माफ करनेवाले हैं, जितने आपको पुकारते
हैं,
उन सभी के लिए आप तरस से
भरे हुए हैं।
6 हे प्रभु, मेरी प्रार्थना की ओर
कान लगाईए और मेरे गिड़गिड़ाने को
ध्यान से सुनिये।
7 मेरी मुसीबत के दिन मैं
आपको पुकारूँगा,
क्योंकि आप मेरी सुन लेंगे।
8 हे प्रभु, देवताओं में कोई
आपके समान नहीं है,
न ही किसी के काम आपके
कामों के समान।
9 आपने जितने लोगों को बनाया है,
सब आकर आपके सामने दण्डवत
करेंगे और आपके नाम की बड़ाई करेंगे,

[a] **85.7** मुक्ति [b] **85.8** मेल

10 क्योंकि आप महान और अजीब
काम करने वाले हैं,
केवल आप ही परमेश्वर हैं।
11 हे याहवे अपना रास्ता हमें दिखाईये,
तब मैं सच्चाई पर चलूँगा,
मेरे मन को एक ठिकाने लगाएँ,
ताकि मैं आपसे डरूँ,
12 हे प्रभु, मेरे परमेश्वर,
मैं अपने पूरे मन से आपको
शुक्रगुज़ारी दूँगा,
13 क्योंकि मुझ पर आपकी करुणा बड़ी है
और आपने मुझे अधोलोक की तह में
जाने से बचा लिया है।
14 घमण्डी लोग मेरे खिलाफ हो गए हैं
और बलात्कारियों का समाज मेरी
जान के पीछे पड़ा हुआ है,
वे आपके बारे में सोचते भी नहीं।
15 लेकिन आप दयालु और
कृपा करनेवाले हैं,
आप देरी से गुस्सा होनेवाले और
करुणामय हैं।
16 मेरी ओर फिरकर मुझ पर अनुग्रह करें,
अपने दास को ताकत दें,
अपनी दासी के बेटे को मुक्ति।
17 मुझे भलाई का कोई निशान दिखाईए,
जिसे देखकर मेरे दुश्मनों का दिल टूट
जाए,
क्योंकि आपने मेरी मदद की और
मुझे सुकून दिया है।

87 उसकी नेंव पवित्र पहाड़ों में है;
और याहवे सिय्योन के फाटकों को
याकूब के सारे निवासों से बढ़कर प्यार
करते हैं।
3 हे परमेश्वर के नगर,
तुम्हारे विषय महिमा की बातें कहीं गई हैं।
4 मैं अपने जान-पहचानवालों से रहब
और बाबेल की चर्चा करूँगा; पलिश्त,
सोर और कूश को देखो, यह वहाँ पैदा हुआ
था;
5 और सिय्योन के बारे में यह कहा जाएगा,
कि अमुक अमुक इन्सान उस में पैदा हुआ
था ;
और परमप्रधान उसको मज़बूत करेंगे।
6 याहवे जब देश-देश के लोगों के नाम
लिखकर गिन लेंगे,
तब कहेंगे, कि यह वहाँ उत्पन्न हुआ था
7 गवैये और नाचनेवाले दोनों कहेंगे कि
हमारे सब सोते आपही में पाए जाते हैं।

88 मुझे आज़ाद करनेवाले परमेश्वर याहवे,
मैं दिन-रात आपके सामने चिल्लाता
रहता हूँ,
2 मेरी बिनती आप तक पहुँचे,
मेरे चिल्लाने की ओर आप कान लगाईये,
3 क्योंकि मेरा प्राण निकलने पर है,
और वह अधोलोक तक पहुँचा है।
4 मैं कब्र में पड़नेवालों में गिना गया हूँ,
मैं कमज़ोर आदमी समझा जाता हूँ।
5 मैं मुर्दों के बीच छोड़ा गया हूँ,
जो मारे जाने से कब्र में पड़े हैं, जिनको
आप फिर याद नहीं करते,
और वे आपकी मदद से बाहर हैं,
मैं उनकी तरह हो गया,
6 आपने मुझे गड्ढे के तल ही में,
अन्धेरे और गहरे स्थान में रखा है।
7 आपकी जलजलाहट मुझ पर बनी हुई है,
आपने अपनी सारी तरंगों से दुख दिया है।
8 आपने मेरे पहचानवालों को मुझ से दूर
किया है,
मुझको उनकी निगाह में घिनौना बना दिया
है, मैं कैदी हूँ
और निकल नही सकता।
9 दुख सहते- सहते मेरी आँखें धुँधला गई हैं,

हे याहवे, मैं लगातार आप ही को पुकारता
हूँ
और अपने हाथ आपके सामने फैलाता हूँ।
10 क्या आप मुर्दों के लिए काम करेंगे? क्या
मरे
जीवित होकर आपका धन्यवाद करेंगे?
11 क्या कब्र में आपकी करुणा का
और विनाश की हालत में आपकी सच्चाई
का
बखान किया जाएगा? 12 क्या आपके
अजीब काम अन्धेरे में या
आपकी ईमानदारी सच्चाई दगाबाज़ी की
हालत में जानी जा सकती है?
13 लेकिन हे याहवे,
मैंने आपकी दोहाई दी है।
14 हे प्रभु,
आपने मुझे क्यों छोड़ दिया है, अपना
चेहरा
आप मुझ से छिपाए क्यों रहते हैं?
15 बचपन से ही मैं दुखी रहा हूँ
और मौत मेरे नज़दीक ही रही है।
आप से डरते-डरते मेरी घबराहट बहुत बढ़
गई है।
16 आपका गुस्सा मुझ पर आ पड़ा है,
उस डर से मैं मिट चुका हूँ।
17 वह दिन भर पानी की तरह मुझे घेरे रहता
है,
मैं उसे अपने चारों ओर देख सकता हूँ।
18 आपने मेरे दोस्त और
भाईबन्धु दोनों को मुझ से दूर किय है।
आपने मेरे जान -पहचान वालों को अन्धेरे में
डाल दिया है।

89 याहवे की भलाईयों को याद कर मैं
सदा गीत गाता रहूँगा;
मुँह से आपकी सच्चाईयों का बखान हर
पीढ़ी से करता रहूँगा;
2 क्योंकि मैंने कहा,
"करुणा हमेशा कायम रहेगी, स्वर्ग में
आप अपनी सच्चाई को बनाकर
रखेंगे।
3 अपने चुने हुए से मैंने वाचा बान्धी है,
मैंने अपने दास दाऊद से वायदा किया है,
4 कि मैं तुम्हारे वंश को सदाकाल तक
बनाकर रखूँगा
और तुम्हारे राजासन को पीढ़ी से पीढ़ी
तक स्थिर करूँगा।"
5 हे याहवे, स्वर्ग आपके अद्‌भुत कामों की
बड़ाई करेगा;
और पवित्र लोगों की सभा में आपकी
सच्चाई की स्तुति की जाएगी।
6 आकाश (स्वर्ग) में कौन ऐसा है जिसकी
बराबरी
दुनिया बनानेवाले से की जा सके,
स्वर्गदूतों में कौन उन की बराबरी कर
सकता है?
7 परमेश्वर तो पवित्र लोगों की सभा में
बड़ी इज़्ज़त के लायक हैं,
जो उनके चारों ओर हैं उनमें से सबसे ज़्यादा
उन्हीं को इज़्ज़त मिलनी चाहिये।
8 हे सेनाओं के परमेश्वर याहवे, हे ताकतवर
याह,
आपकी तरह कौन है? आपकी सच्चाई
आपको घेरे हुए है।
9 समुद्र के उफ़ान पर आपका ही अधिकार
है,
जब उसकी तरंगे उठती हैं,
तो आप ही उन्हें खामोश करते हैं।
10 आप ही ने राहाब को मरे हुए की
तरह कुचल डाला,
आपने अपने दुश्मनों को अपनी शक्तिशाली
बाँहों से छितराया।
11 आकाश आपका है, पृथ्वी,

और जो इस पृथ्वी पर दिखता है वह सब
आपही ने
बनाया है।
12 उत्तर और दक्षिण को आपही ने बनाया;
ताबोर
और हर्मोन आपके नाम का जयजयकार
करते हैं।
13 आपके हाथ शक्तिशाली हैं, आपका
दाहिना हाथ ज़ोरावर है।
14 खराई और इन्साफ आपके राजासन के
आधार हैं,
करुणा और सच्चाई आपके आगे-आगे
चलती है।
15 वे लोग धन्य हैं वे, जो खुशी की ललकार
को पहचानते हैं,
हे याहवे, वे आपके चेहरे की रोशनी में
चलते हैं।
16 वे दिन भर आपके नाम में खुश होते हैं
और आपकी खराई के द्वारा महान हो जाते
हैं।
17 क्योंकि आप ही उनकी सामर्थ्य की
महिमा हैं,
और आपकी कृपा ही से हमारा बल है।
18 क्योंकि याहवे हमारी ढाल हैं
और इस्राएल का पवित्र हमारा राजा है।
19 एक समय आपने अपने भक्तों से
दर्शन देकर बातें की,
और कहा, "मैंने एक वीर को मदद दी है;
मैंने प्रजा में से
एक नवजवान को बढ़ाया है।
20 मैंने अपने दास दाऊद को पा लिया है,
अपने पवित्र तेल से उसका अभिषेक
किया है।
21 मेरा हाथ उसके साथ सदा बना रहेगा;
मेरी भुजा भी उसे ताकतवर बनाएगी।
22 दुश्मन उसे छलने न पाएगा
और न कुटिल जन उसे कष्ट देने पाएगा।
23 परन्तु मैं उसके विरोधियों को कुचल
डालूँगा,
और जो उससे नफरत करते हैं, उन्हें बर्बाद
कर डालूँगा।
24 मेरी करुणा व सच्चाई उस पर बनी रहेगी,
और मेरे नाम से उसका सींग ऊँचा किया
जाएगा।
25 मैं उसके हाथ को समुद्र तक बढ़ाऊँगा
और नदियों को उसके दाहिने हाथ में कर
दूँगा।
26 वह मुझ को पुकारकर कहेगा,
"आप मेरे पिता हैं, मेरे परमेश्वर मेरे उद्धार
की चट्टान हैं।"
27 मैं उसे अपना पहलौठा
और दुनिया के सब राजाओं का प्रधान
बनाऊँगा।
28 मैं अपनी करुणा उस पर सदा बनाए
रखूँगा,
और मेरी वाचा उसके साथ अटल रहेगी।
29 मैं उसके वंश को सदा
और उसके राजासन को स्वर्ग के दिनों के
बराबर बनाए रखूँगा।
30 यदि उसके वंशज मेरी आज्ञाओं-शिक्षाओं
को छोड़ दें
और उन पर न चलें,
31 यदि वे उनको न मानें
और मेरी आज्ञाओं का पालन न करें,
32 तो मैं सोंटे से और कोड़ों से सज़ा दूँगा,
33 लेकिन मैंअपनी करुणा उस पर से न
हटाऊँगा,
और न अपनी सच्चाई त्यागकर झूठा
बर्ताव करूँगा।
34 मैं अपनी वाचा को नहीं तोड़ूँगा और न

अपने मुँह से निकली बातों को बदलूँगा
35 एक बार मैं अपनी पवित्रता की शपथ खा
चुका हूँ,
मैं दाऊद से झूठ न बोलूँगा।
36 उसका वंश सदा तक बना रहेगा,
उसका राजासन मेरे सामने सूरज की
तरह बना रहेगा।
37 वह चाँद की तरह हमेशा के लिए
स्थिर किया जाएगा।आकाश की गवाही
तो
विश्वास करने के लायक है।
38 लेकिन आपने अपने अभिषिक्त को
त्यागकर तुच्छ जाना है;
आप तो उससे बहुत गुस्सा हुए हैं।
39 आपने अपने दास की वाचा को ठुकरा
दिया है
आपने उसके ताज को धूल में मिलाकर
शर्मिन्दा किया है।
40 आपने उसकी दीवारों को तोड़ डाला है,
और उसके किलों को खंडहर कर दिया
है।
41 जो भी वहाँ से निकलते हैं सब उसे लूटते
हैं,
अपने पड़ोसियों में वह शर्म का कारण बन
गया है।
42 आपने उसके दुश्मनों के दाहिने हाथ को
ज़ोरावर किया है,
उसके सभी दुश्मनों को खुश किया है।
43 आप उसकी तलवार की दार को मोड़
देते हैं,
और युद्ध में उसके पैर जमने नहीं देते हैं।
44 आपने उसके वैभव को मिटा दिया है,
और उसके राजासन को ज़मीन पर पटक
दिया है।
45 आपने उसके जवानी के दिनों को घटा
दिया है,
और उसे शर्म से ढाँक दिया है।
46 हे याहवे, कब तक? क्या आप अपने को
सदा छिपाए रहेंगे?
क्या आपका गुस्सा आग के समान
भड़कता रहेगा?
47 याद कीजिए कि मेरा जीवन कितना
क्षणिक है।
आपने सब मनुष्यों को क्यों बेकार में
बनाया है?
48 वह कौन इन्सान है जो सदा जीवित रहे
और मौत को न देखे,
क्या वह अपना प्राण अधोलोक से बचा
सकता है?
49 हे प्रभु, कहाँ है आपकी पुराने समय की
सारी करुणा जिसका वायदा आपने अपनी
सच्चाई में दाऊद से किया था?
50 हे प्रभु, अपने दासों की बदनामी को याद
करें,
कि मैं अपने मन में तमाम देशों की बदनामी
को कैसे सहता हूँ ,
51 कि हे प्रभु, आपके शत्रुओं ने किस तरह
बदनामी की है!
उन्होंने कदम-कदम पर आपके अभिषिक्त
की कैसी निन्दा की है!
52 याहवे सदा सदा धन्य हैं! आमीन, फिर
आमीन।

90 हे प्रभु, पीढ़ी से पीढ़ी तक आप हमारे
धाम बने हैं।
2 इससे पहले कि पहाड़ पैदा हुए या पृथ्वी
और जो कुछ इसमें है,
उसे बनाया, वरन शुरुआत से हमेशा तक
आप ही परमेश्वर हैं।

3 आप इन्सान को लौटाकर चूर करते हैं
और कहते हैं,
'हे आदमियो, लौट आओ।'
4 क्योंकि हज़ार साल आपकी निगाह में ऐसे
हैं,
जैसे कल का दिन जो गुज़र गया या रात
का एक पहर।
5 आप इन्सान को धारा में बहा देते हैं, वे
स्वप्न की तरह हो जाते हैं,
वे सुबह की बढ़नेवाली घास की तरह
होते हैं।
6 वह सुबह फूलती और बढ़ती है, और शाम
तक मुर्झा जाती है।
7 क्योंकि हम आपके गुस्से से बर्बाद हुए हैं
और जलजलाहट से घबरा गए हैं।
8 आपने हमारे अनुचित कामों को अपने
सामने
और हमारे छिपे हुए अपराधों को
अपने चेहरे की रोशनी में रखा है।
9 क्योंकि हमारी सारी ज़िन्दगी आपके गुस्से
में बीतती जाती है।
हम अपने साल शब्द की तरह बिताते हैं।
10 हमारी उम्र के साल सत्तर तो होते हैं,
और ताकत के कारण चाहे अस्सी हो
जाएँ,
तौभी उनका घमण्ड केवल कष्ट और शोक
ही होता है,
क्योंकि वह जल्दी गुज़र जाती है और हम
जाते रहते हैं।
11 आपके गुस्से की ताकत को और आपके
डर के
लायक आपके गुस्से को कौन समझ
सकता है?
12 हम को अपने दिन गिने की समझ दीजिए,
ताकि हम बुद्धिमान हो जाएँ।
13 हे याहवे लौट आईये! कब तक?
और अपने दासों पर तरस खाईये।
14 बहुत सुबह हमें अपनी करुणा से सन्तुष्ट
कीजिए,
ताकि हम जीवन भर जयजयकार करें और
खुश रहें।
15 जितने दिन आप हमें दुख देते आए हैं,
और जितने साल हम दुख सहते आए हैं,
उतने ही साल हमें खुशी दें।
16 आपके काम आपके दासों को और
आपका प्रताप उनकी सन्तान पर ज़ाहिर
हो,
17 हमारे परमेश्वर की मनोहरता हम पर प्रगट
हो,
आप हमारे हाथों के काम हमारे लिए
सफल करें,
हमारे हाथों के कामों को सफल करें।

91 जो परमप्रधान की छाई हुई जगह में
बैठा रहे,
वह सर्वशक्तिमान की शरण में ठिकाना पा
सकेगा।
2 मैं याहवे के बारे में कहूँगा, कि वह मेरे
शरणस्थान
और किला हैं, वह मेरे परमेश्वर हैं मैं उन
पर भरोसा रखूँगा।
3 वह मुझे बहेलिए के जाल से,
और महामारी से बचाएँगे।
4 वह तुम्हें अपने पंखों की आड़ में ले लेंगे,
और तुम उनके परों के नीचे सहारा
पाओगे,
उनकी सच्चाई तुम्हारे लिए ढाल
और झिलम ठहरेगी।
5 तुम्हें रात से डर न लगेगा
और न उस तीर से जो दिन में उड़ता है,
6 न उस मरी से जो अन्धेरे में फैलती है,
और न उस महारोग से जो दिन- दुपहरी में
उजाड़ता है।

7 तुम्हारे पास हज़ार,
और दाहिनी ओर दस हज़ार गिरेंगे; लेकिन
वह तुम्हारे पास न आएगा।
8 तुम अपनी आँखों से देखोगे,
और दुष्टों के अन्त को देखोगे।
9 हे याहवे, आप मेरे शरणस्थान ठहरे हैं।
तुमने जो परमप्रधान को अपना घर बना
लिया है,
10 इसलिए कोई मुसीबत तुम्हारे ऊपर न
पड़ेगी,
न कोई दुख तुम्हारे निवासस्थान के पास
आएगा।
11 क्योंकि वह अपने दूतों को तुम्हारे लिए
आदेश देंगे,
कि जहाँ कहीं तुम जाओ, वे तुम्हारी
रखवाली करें।
12 वे तुम को हाथों-हाथ उठा लेंगे,
ऐसा न हो कि तुम्हें पत्थर से ठोकर लगे।
13 तुम शेर
और नाग को कुचलोगे, तुम जवान शेर
और अजगर को लताड़ोगे।
14 उसने जो मुझ से प्यार किया है,
इसलिए मैं उसको छुड़ाऊँगा, मैं उसको
ऊँची जगह पर रखूँगा,
क्योंकि उसने मेरे नाम को जान लिया है।
15 जब वह मुझे पुकारेगा, मैं उसकी सुन
लूँगा,
मुसीबत में मैं उसके संग रहूँगा ।
मैं उसको बचाकर उसकी महिमा बढ़ाऊँगा।
16 मैं उसे लम्बी उम्र से सन्तुष्ट करूँगा,
और अपने किए हुए उद्धार का दर्शन
कराऊँगा।

92 याहवे की शुक्रगुज़ारी करना अच्छी
बात है,
हे परमप्रधान, आपके नाम का
भजन-कीर्तन ;
2 सुबह को आपकी करुणा
और हर रात आपकी सच्चाई का एलान
करना,
3 दस तारवाले बाजे और सारंगी पर,
और वीणा पर गम्भीर स्वर से गाना भला
है।
4 क्योंकि, हे याहवे, आपने मुझ को
अपने काम से खुश किया है;
और मैं आपके हाथों के कामों के कारण
जयजयकर करूँगा।
5 हे याहवे, आपके काम क्या बड़े हैं,
आपकी कल्पनाएँ क्या गम्भीर हैं!
6 जानवर समान मनुष्य इसे नहीं समझता,
मूर्ख इसका ख्याल नहीं करता, 7 दुष्ट जो
घास की
तरह फूलते फलते हैं,
और सब अनर्थकारी जो खुश होते हैं, यह
इसलिए होता है,
ताकि वे बर्बाद हो जाएँ,
8 लेकिन हे याहवे, आप सदा काल के
लिए विराजमान हैं,
9 क्योंकि आपके दुश्मन नाश होंगे,
सभी बेकार के काम करने वाले तितर-
बितर हो जाएँगे।
10 मेरा सीग को आपने जंगली सांड़ के
सींग की तरह ऊँचा किया है,
मैं टटके तेल से चुपड़ा गया हूँ
11 मैं अपने दुश्मनों पर निगाह करके,
और उन कुकर्मियों का हाल जो मेरे विरुद्ध
उठे थे,
सुनकर सन्तुष्ट हुआ।
12 उचित जीवन जीनेवाले खजूर कि तरह
फूले फलेंगे
और लबानोन के देवदार की तरह बढ़ेंगे
13 वे याहवे के घर में रोपे जाकर,
हमारे परमेश्वर के आंगनों में फूले फलेंगे

14 पुराने होने के बावजूद वे फलते रहेंगे,
15 जिस से यह मालूम हो, कि याहवे सीधे हैं;
वह मेरी चट्टान हैं, उन में कोई बुराई नहीं
है।

93 याहवे राजा हैं, उन्होंने महिमा का
पहरावा पहन रखा है,
उन्होंने शक्ति का बेल्ट भी बान्ध रखा है,
इसलिए दुनिया स्थिर है।
2 हे याहवे आपकी राजगद्दी हमेशा से है,
आप भी सदा से हैं।
3 हे प्रभु, महानद पानी का शोर कर रहा है,
उसकी बड़ी आवाज़ है और गर्जन भी
सुनाई देती है।
4 महासागर की आवाज़ से और समुद्र की
तरंगों से,
विराजमान याहवे ज़्यादा महान हैं।
5 आपकी चितौनियाँ अति विश्वासयोग्य हैं;
हे याहवे, आपके भवन को युग युग
पवित्रता ही
शोभा देती है।

94 हे याहवे, हे बदला लेने वाले प्रभु,
अपना तेज दिखाईये।
2 हे पृथ्वी के न्यायी उठिये और घमण्डियों
से बदला लें!
3 हे याहवे , दुष्ट लोग कब तक डींग मारते
रहेंगे?
4 वे बकते और ढिठाई की बातें बोलते रहते
हैं,
सभी बेकार का काम करने वाले बड़ाई
मारते हैं।
5 हे याहवे, वे आपकी प्रजा को पीस डालते
हैं,
वे आपके लोगों को पीड़ा देते हैं।
6 वे विधवा और परदेशी की जान ले लेते हैं
और अनाथों की हत्या कर डालते हैं।
7 और कहते हैं कि याहवे न देख सकेंगे,
याकूब के परमरश्वर ध्यान न देंगे।
8 तुम जो प्रजा में जानवर की तरह हो,
ज़रा सोचो, हे बेवकूफो तुम कब
अक्लमन्द बनोगे?
9 जिन्होंने कान बनाया, क्या वह सुन नही
पाएँगे।
10 जो देश- देश को सीख देते
और इन्सान को समझ देते हैं,
क्या वह न समझाएँगे?
11 याहवे इन्सान के सोच-विचार को जानते
हैं,
कि वे सब बेकार हैं।
12 हे याहवे, क्या ही आशीषित वह इन्सान
है,
जिसे आप अनुशासित करते हैं,
और अपना रास्ता दिखाते हैं,
13 क्योंकि आप मुसीबत के समय तब तक
उसे चैन देंगे,
जब तक दुष्टों के लिए गड्ढा नही खोदा
जाता।
14 याहवे अपनी प्रजा को कभी छोड़ेंगे नहीं,
15 लेकिन इन्साफ ईमानदारी और सच्चाई से
किया जाएगा और सारे सीधे मनवाले
उनके पीछे हो लेंगे।
16 अनुचित काम करनेवालों के खिलाफ मेरे
साथ कौन खड़ा होगा? मेरी ओर से इनके
खिलाफ
कौन सामना करेगा?
17 यदि याहवे मेरे मददगार न होते, तो पल
भर में
मुझे शर्मिन्दा होना पड़ता।
18 जब मैंने कहा मेरा पँव फिसलने लगा है,
तब हे याहवे आपकी करुणा ने मुझे थाम
लिया।
19 जब मेरे मन में बहुत सी चिन्ताएँ होती हैं,
तब हे याहवे आपकी दी शान्ति से

मुझे सुख मिलता है।
20 क्या आप और दुष्टों के राजासन के बीच
मेल होगा,
जो कानून की आड़ में गड़बड़ी करते हैं?
21 वे धर्मी की जान लेने के लिए दल बनाते
हैं,
और निर्दोष को मौत की सज़ा देते हैं।
22 लेकिन याहवे मेरे किला और शरण की
चट्टान ठहरे हैं ।
23 और उन्होंने उसके बेकार के काम उन्हीं
पर लौटा दिए हैं,
वह उन्हें उनकी बुराई के ज़रिये ही बर्बाद
करेंगे;
हमारे परमेश्वर उन्हें पूरी तरह नाश ही कर
डालेंगे।

95 आओ, हम याहवे के लिए ऊँची
आवाज़ में गाएँ,
अपने उद्धार की चट्टान का जयजयकार
करें !
2 हम धन्यवाद करते हुए उनके सामने आएँ,
और भजन गाते हुए उनका जयजयकार
करें!
3 क्योंकि याहवे महान परमेश्वर हैं
और सबके ऊपर राजा हैं।
4 पृथ्वी के गहरे स्थान उन्हीं के हाथ में हैं;
और पहाड़ों की चोटियाँ भी उन्ही की हैं।
5 समुद्र उनका है, उन्हीं ने उसे बनाया है,
सूखी पृथ्वी भी उन्हीं के हाथों की रचना
है।
6 आओ, हम झुककर दण्डवत करें
और अपने बनाने वाले याहवे के सामने
घुटने टेकें!
7 क्योंकि वही हमारे परमेश्वर हैं
और हम उनकी चरागाह की भेड़ें।
भला होता यदि तुम आज उनकी आवाज़
को सुनते।
8 अपना अपना मन ऐसा सख्त न करो,
जैसा मरीबा में, या मस्सा के दिन जंगल में
हुआ था,
9 जब तुम्हारे पुरखाओं ने मुझे परखा था,
उन्होंने मुझे जाँचा था और मेरे
काम को भी देखा था।
10 चालीस साल तक मैं उस पीढ़ी से रूठा
रहा
और मैंने कहा कि ये लोग भरमनेवाले मन
के हैं,
इन्होंने मेरे रास्ते को नहीं पहचाना।
11 इस वजह से मैंने गुस्से में आकर वायदा
कर लिया,
कि ये मेरे आरामस्थान में कभी दाखिल न
हो सकेंगे।

96 याहवे के लिए नया गीत गाओ;
हे सारी पृथ्वी के लोगो, प्रभु के लिए
गाओ।
2 उनके नाम की बड़ाई करो;
हर रोज़ उनकी मुक्ति की खुशखबरी
सुनाओ।
3 तमाम देशों में उनकी शान का
और उनके अजीब कामों का बखान करो,
4 क्योंकि याहवे महान हैं
और बड़ाई के लायक भी, दूसरे देवताओं
से
अधिक लोगों को डरना चाहिए।
5 क्योंकि देश-देश के सभी देवता केवल
मूर्तियाँ हैं,
लेकिन याहवे ने आकाशमण्डल को
बनाया है।
6 उनके चारों ओर विभव
और शान
और ऐश्वर्य है; उनके पवित्र स्थान में
सामर्थ्य
और खूबसूरती है।

7 हे देश- देश के कुलो, याहवे की बड़ाई
करने में लगे रहो, उनकी महिमा
और ताकत को मानो।
8 याहवे के नाम की बड़ाई जैसी चाहिये,
करो उनके आंगनों में भेंट लेकर आओ।
9 पवित्रता से सजकर प्रभु को दण्डवत करो;
हे सारी दुनिया के लोगो उनके सामने
कांपते रहो;
10 तमाम देशों में कहते रहो,
याहवे राजा हुए हैं
और जगत ऐसा मज़बूत है,
कि वह अपनी जगह से हटने का नहीं;
वह देश-देश के लोगों का इन्साफ सिधाई से
करेंगे।
11 आकाश खुश हो,
और पृथ्वी मगन हो; समुद्र
और उसमें की सारी वस्तुएँ गरज उठें।
12 मैदान
और जो कुछ उसमें है, वह खुश हो;
उसी समय जंगल के सारे पेड़ जयजयकार
करेंगे।
13 यह याहवे के साम्हने हो,
क्योंकि वह आने वाले हैं।
वह पृथ्वी का न्याय करने को आने वाले हैं,
वह ईमानदारी
और सच्चाई से देश-देश का इन्साफ़
करेंगे।

97 याहवे राजा हुए हैं, पृथ्वी मगन हो;
ढेर सारे द्वीप आनन्द मनाएँ।
2 उनके चारों ओर बादल
और अन्धेरा है, उनके राजासन का मूल
ईमानदारी,
और इन्साफ़ हैं।
3 उनके आगे-आगे आग चलती हुई उनके
दुश्मनों को चारों ओर भस्म करती है।
4 उनकी बिजलियों से दुनिया रोशन हुई,
पृथ्वी देखकर थरथरा गई है।
5 प्रभु के सामने पहाड़ मोम की तरह पिघल
गए,
अर्थात सारी दुनिया को बनाने वाले के
सामने।
6 आकाश ने उनकी ईमानदारी
और सच्चाई की गवाही दी है
और देश- देश के सभी लोगों ने
उनकी शान को देखा है।
7 जितने लोग खुदी हुई मूर्तियों का
भजन कीर्तन करते हैं
और मूरतों पर फूलते हैं, वे शर्मिन्दा होंगे।
हे सब स्वर्गदूतो (या मजिस्ट्रेट्स) तुम उन्हीं
की
आराधना करो।
8 सिय्योन सुनकर खुश हुई,
और यहूदा की बेटियाँ मगन हुई;
9 क्योंकि हे याहवे, आप सारी पृथ्वी के
ऊपर प्रधान हैं।
आप सारे देवताओं से ज्यादा महान ठहरे हैं।
10 हे याहवे के प्रेमियो, बुराई से नफ़रत करो,
वह अपने भक्तों की जान बचाते हैं
और उन्हें दुष्टों के हाथ से बचाते हैं।
11 प्रभु से डर कर जीने वालों के लिए रोशनी,
और सीधे मन वालों के लिए आनन्द बोया
जा चुका है।
12 हे प्रभु के प्रेमियो, उनके कारण आनन्दित
हो,
और जिस पवित्र नाम से उनको याद किया
जाता है,
उसके साथ उनका धन्यवाद करो।

98 याहवे के लिए एक नया गीत गाओ,
क्योंकि उन्होंने अजीब काम किए हैं।
उनके दाहिने हाथ और पवित्र भुजा ने
उसके लिए उद्धार किया है।
2 याहवे ने अपनी दी हुई मुक्ति को र

0 शन कर दिया है, उन्होंने देश-देश के
लोगों की निगाह में अपनी
विश्वासयोग्यता,
भलाई और करुणा को दिखा दिया है।
3 उन्होंने इस्राएल के घराने पर की अपनी
करुणा
और सच्चाई को याद किया,
और दुनिया के सभी देशों ने हमारे
परमेश्वर से
मिलनी वाली मुक्ति को देखा है।
4 हे सारे संसार के लोगो,
प्रभु की शुक्रगुज़ारी में समय दो,
बड़े जोश में आकर भजन कीर्तन करो।
5 वीणा बजाकर याहवे का भजन गाओ,
वीणा बजाकर याहवे को भजन का स्वर
सुनाओ।
6 तुरहियाँ
और नरसिंगे फूंक- फूंककर याहवे राजा
का जयजयकार करो।
7 समुद्र
और उसमें की चीज़ें गरजने लग जाएँ;
दुनिया
और उसमें रहनेवाले ऊँचा शब्द करें।
8 नदियाँ ताली बजाएँ; पहाड़ मिलकर
जयजयकार करें।
9 यह याहवे के सामने हो, क्योंकि वह पृथ्वी
का
न्याय करने को आनेवाले हैं।
वह सच्चाई से जगत का
और सिधाई से देश-देश के लोगों का
इन्साफ करेंगे।

99 याहवे राजा हुए हैं; देश देश के लोग
काँप उठें!
वह करुबों पर बैठे हुए हैं; पृथ्वी डोल
उठे!
2 याहवे सिय्योन में महान हैं;
और वह देश- देश के लोगों के ऊपर
प्रधान हैं।
3 वे लोग आपके महान
और अद्‌भुत नाम की बड़ाई करें! वह तो
पवित्र हैं।
4 राजा की ताकत इन्साफ से मेल रखती है,
आपही ने सच्चाई की नींव डाली;
इन्साफ और सही जीवन को याकूब में
आपही ने चालू किया है।
5 हमारे परमेश्वर याहवे को सराहो;
उनके चरणों की चौकी के सामने सिज़दा
करो!
वह पवित्र हैं।
6 उनके पुरोहितों में से मूसा
और हारून,
और उनके प्रार्थना करनेवालों में से शमूएल
याहवे को पुकारते थे,
और वह उनकी सुन लेते थे।
7 वह बादल के खंभे में होकर उनसे बातचीत
करते थे
और वे उनकी चितौनियों
और दी गई बातों पर चलते थे।
8 हे हमारे परमेश्वर आप उनकी सुन लिया
करते थे,
आप उनके कामों का बदला तो देते थे,
तौभी उनके लिए माफ करनेवाले प्रभु
थे।
9 हमारे परमेश्वर का गुणगान करो,
और उनके पवित्र पहाड़ पर दण्डवत करो,
क्योंकि वह पवित्र हैं।

100 हे सारी दुनिया के लोगो, याहवे की
बड़ाई करो।
2 खुशी से उनकी उपासना करो, जयजयकार
के

साथ उनके सामने आओ।
3 निश्चय जान लो कि याहवे ही परमेश्वर हैं।
उन्हींने हमको बनाया है और हम उन्हीं के हैं,
हम उनकी प्रजा
और चराई की भेड़ें हैं।
4 उनके फाटकों से धन्यवाद,
और उसके आंगनों में तारीफ करते हुए आओ,
उनका धन्यवाद करो
और उनके नाम को धन्य कहो,
5 क्योंकि याहवे भले हैं, उनकी करुणा हमेशा के लिए,
और उनकी सच्चाई पीढ़ी से पीढ़ी तक कायम रहती है।

101 मैं तरस
और इन्साफ़ के गीत गाऊँगा। हाँ, हे प्रभु,
आप का ही भजन मैं गाता रहूँगा।
2 मैं ईमानदारी-सच्चाई की ज़िन्दगी जीना चाहूँगा।
आप मेरे पास कब आएँगे?
मैंअपने परिवार में मन की सिधाई से जीऊँगा
3 अपनी आँखों के सामने नाजायज़ बात को नहीं रखूँगा।
जो लोग रास्ते से भटक चुके हैं ,
उनकी करतूतों से मुझे नफ़रत है।
मैं उनके कामों में फ़सूँगा ही नहीं।
4 मन की चतुराई,
मुझ से दूर रहेगी।
मैं बुराई का ज्ञान तक नहीं रखूँगा।
5 जो छिप कर अपने पड़ोसी की चुगली करे,
उसे मैं बर्बाद करूँगा।
जो लोग घमण्ड से आँखें चढ़ाए रहते हैं।
उनको मैं सहूँगा नहीं।
6 मेरा सारा ध्यान देश के ईमानदार लोगों पर लगा रहता है।
इसलिए कि वे मेरे साथ रहे।
ईमानदारी सच्चाई के रास्ते पर
चलने वाला व्यक्ति ही मेरी सेवा करने लायक होगा।
7 चोरी चालाकी करने वाला मेरे घर में न रह सकेगा।
जो झूठ बोलता है,
वह मेरी मौजूदगी का फ़ायदा नहीं उठा पाएगा।
8 हर सुबह मैं देश के दुष्ट लोगों को
मार डाला करूँगा।
जिस से कि प्रभु के नगर के सब दुष्टों (नुक्सान करने वालों)
को बर्बाद करूँ।

102 हे प्रभु,
मेरी दुआ सुन लीजिए।
मदद के लिए मेरी आवाज़ आप तक पहुँचने पाए।
2 मेरी मुसीबत के वक्त अपना मुँह मुझ से न छिपाईयेगा।
मेरी सुनें और पुकारते ही जवाब दें।
3 धुएँ की तरह मेरे दिन गुज़र रहे हैं।
मेरी हड्डियाँ झुलस चुकी हैं।
4 मेरा मन घास की तरह मुरझा चुका है।
मैं अपना खाना भी भूल जाता हूँ।
5 ज़ोर-ज़ोर से मेरे कराहते रहने के कारण,
मेरी खाल हड्डियों से चिपक चुकी है।
6 मेरी हालत जंगल के धनेश की तरह है।
मैं खण्डहरों के उल्लू की तरह हूँ। 7 मैं बिस्तर पर पड़े-पड़े जागता रहता हूँ।
मैं घर में अकेली चिड़िया की तरह हो गया हूँ।

8 मेरे दुश्मन दिन भर मेरी बुराई करते रहते
हैं।
मेरी हँसी उड़ाने वाले,
यह कामना करते रहते हैं कि मेरा बुरा हो
जाए।
9 मेरा खाना राख की तरह था।
पानी के साथ मैंने आँसू भी पिये हैं।
10 यह सब कुछ आपके गुस्से के कारण
हुआ,
क्योंकि आपने मुझे उठा कर पटक डाला।
11 छाया की तरह मेरे दिन गुज़र रहे हैं।
घास की तरह मैं मुरझाने लगा हूँ।
12 लेकिन आप का शासन सदा का है।
पीढ़ी से पीढ़ी तक वह बना रहेगा।
13 आप सिय्योन[a] पर दया करेंगे।
इसलिए कि यही समय है जब उस पर दया
की जानी चाहिए।
14 आपके सेवक उसके पत्थरों को भी
चाहते हैं।
यहाँ तक कि उसकी मिट्टी पर भी तरस
खाते हैं।
15 इसलिए देश-देश के लोग प्रभु के नाम का
डर रखेंगे
और राजा लोग आपकी शक्ति को मंज़ूर
करेंगे।
16 क्योंकि प्रभु ने सिय्योन को फिर से बनाया
है।
वह अपनी पूरी महिमा में दिखायी दे रहे
हैं।
17 वह साधारण लोगों की बिनती पर ध्यान
देते हैं।
18 इस बात को आने वाली पीढ़ी में बताया
जाएगा,
और एक बड़ा झुण्ड बनाया जाएगा
जो प्रभु की बड़ाई करेगा।
19 क्योंकि उन्होंने अपनी जगह जो सब से
अलग है,
निगाह डाली।
20 ताकि कैदियों का कराहना सुनें
और जिन्हें मौत की सज़ा सुनायी गई है,
उन्हें रिहाई दे।
21 ताकि सिय्योन में लोग प्रभु के नाम का
बखान करें
और यरूशलेम में बड़ाई।
22 उस समय देश-देश के लोग प्रभु के
भजन कीर्तन के लिए इकट्ठा होंगे।
23 मेरी ज़िन्दगी के सफ़र में
उन्होंने मेरी ताकत कम कर दी
और मेरी उम्र भी।
24 मैं बोल उठा,
“हे प्रभु, कम उम्र ही में मुझे मत उठा
लीजिए।
आप तो युग-युग तक हैं।
25 शुरूआत में आपने इस पृथ्वी की नेंव
रखी।
आकाश भी आपके हाथ का बनाया हुआ
है।
26 वे बर्बाद हो जाएँगे,
लेकिन आप बने रहेंगे।
सब कुछ कपड़े की तरह पुराना हो जाएगा।
वह बदल जाएगा।
27 लेकिन आप वैसे नहीं हैं
और कभी खत्म न होंगे।
28 आपके सेवकों की औलाद आपके सामने
बनी रहेगी।

103 हे मेरे मन, प्रभु के शुक्रगुज़ार रहो,
और मुझ में जो कुछ है,
उनके अनोखे नाम की बड़ाई करे।
2 उनकी बड़ाई करता रह

[a] **102.13** यरूशलेम

और उनकी की हुई किसी भलाई के काम
को भूल मत जाना।
3 जो तुम्हारे सारे अनुचित कामों को माफ़
करते
और बीमारियों को ठीक करते हैं।
4 वह तुम्हारी जान को गड्ढे में से निकालते
हैं
और तुम्हारे सिर पर करुणा
और दया का ताज रखते हैं।
5 वह तुम्हारी इच्छाओं को अच्छी चीज़ों से
पूरा करते हैं,
जिस से तुम्हारी जवानी उकाब की तरह
फिर से नयी हो जाती है।
6 जो लोग समाज में दबे हुए हैं,
उनके लिए प्रभु इन्साफ़
और भलाई के काम करते हैं।
7 अपने रास्ते को उन्होंने मूसा को दिखाया
था।
इस्राएलियों को उन्होंने अपने काम दिखाए
थे।
8 वह दया और तरस दिखाने वाले
और देर से गुस्सा करने वाले हैं।
9 हमेशा तक वह धुधकारते न रहेंगे
और न ही क्रोध में रहेंगे।
10 हमारे बलवईपन के अनुपात में उन्होंने
हमें सज़ा नहीं दी।
न ही हमारी गलत करतूतों का हमें बदला
दिया।
11 जिस तरह से आकाश पृथ्वी के ऊपर
ऊँचाई पर है,
वैसे ही उनकी दया उन लोगों पर है जो
उनकी इज्ज़त करते हैं।
12 पूर्व से पश्चिम जिस तरह एक दूसरे से दूर
हैं,
वैसे ही हम से अब हमारे गुनाहों की दूरी
है।
13 जिस तरह से एक पिता अपने बच्चों पर
दया करते हैं,
उसी तरह प्रभु की दया उन पर है,
जो उनका आदर सम्मान करते हैं।
14 प्रभु को इस बात की जानकारी है कि हम
मिट्टी से बने हैं।
15 इन्सान की उम्र घास की तरह है।
वह मैदान के फूल की तरह खिलता है,
16 हवा के एक झोंके के सामने वह ठहरता
नहीं है।
17 लेकिन प्रभु की कृपा उन से लगाव
रखने वालों पर सदा
और उनकी भलाई उनके
नाती पोतों पर बनी रहती है,
18 उन पर जो उनकी सिखायी बातों को
मानते
और चलते हैं।
19 प्रभु स्वर्ग से सब पर शासन करते हैं।
20 हे प्रभु के दूतो,
तुम ताकतवर हो
और उनकी पुकार को सुनते हो, उनकी
बातों को मानते हो,
उनकी बड़ाई करो।
21 हे प्रभु की सारी फ़ौजो
और सेवको,
तुम तो उनकी इच्छा पूरी करते हो,
उनकी बड़ाई करो।
22 सारी सृष्टि उनके राज्य के सभी स्थानों में
उनको धन्यवाद दे।
हे मेरे मन, प्रभु की बड़ाई करो।

104 हे मेरे मन, प्रभु की बड़ाई करो।
हे प्रभु, आप सब से महान हैं।
आपने वैभव
और ऐश्वर्य के कपड़े पहन रखे हैं ।
2 आप रोशनी को चादर की तरह ओढ़े हैं

और आकाश को तम्बू की तरह ताने हुए
हैं।
3 आप अपनी अटारियों की कड़ियाँ पानी में
रखते हैं,
आप बादलों को अपना रथ बनाते हैं
और
हवा के पँखों पर सवारी करते हैं।
4 आप हवा को अपना समाचार देने वाला
और
आग की लपटों को सेवक बनाते हैं।
5 पृथ्वी को उसकी नींव पर आपने रखा है,
ताकि वह हिल-डुल न सके।
6 आपने उसे कपड़ों की तरह गहरे सागर से
ढाँक दिया और पहाड़ों के ऊपर पानी
ठहर गया।
7 आपके घुड़कते ही वह भाग खड़ा हुआ।
आपके गरजने की आवाज़ से वह जल्दी
ही हट गया।
8 आपकी ठहरायी हुयी जगह में पहाड़
उभर आए और घाटियाँ गहरी हो गयीं।
9 आपने सरहद को तय किया ताकि पानी
लांघ न सके
और लौट कर पृथ्वी को डुबो न सके।
10 वह पहाड़ों की घाटियों में झरनों को बहा
देते हैं।
11 मैदान के हर एक जीव जन्तु को वह पानी
पिलाते हैं।
12 उनके किनारे आकाश में उड़ने वाली
चिड़ियाँ बसती हैं।
उनका चहचहाना वहाँ सुनायी देता है।
13 ऊपर से वह सिंचाई करते हैं।
इस तरह दुनिया के जीव तृप्त हो जाते हैं।
14 जानवरों के लिए वह घास
और इन्सान के लिए पेड़ पौधे उगाते हैं।
इस तरह पृथ्वी से उपज लोगों की ज़रूरत
पूरी करती है।
15 दाखमधु जिस से लोगों को अच्छा लगता
है
और तेल जिस से उनके चेहरे चमकते हैं,
खाना जिस से उन्हें ताकत मिलती है।
16 पेड़ों को जितने पानी की ज़रूरत पड़ती
है,
प्रभु देते हैं।
लबानोन के देवदार को भी जिन्हें प्रभु ने
लगाया है।
17 उस में चिड़ियाँ अपना घोंसला बनाती हैं,
लगलग सनौवर के पेड़ों में बसती है।
18 जंगली बकरे ऊँचे पहाड़ों पर रहते हैं।
और शापान चट्टानों में शरण लेते हैं।
19 सूरज-चाँद को उन्होंने बनाया ताकि
अलग-अलग मौसम हों।
सूरज को भी ज्ञान है,
कि उसे कब डूबना है।
20 आप अन्धेरा कर देते हैं, जिससे रात हो
जाती है,
और जानवर जंगल में बाहर आ जाते हैं।
21 जवान शेर दहाड़ते हैं और प्रभु से
अपना खाना मांगते हैं।
22 सूरज निकलते ही वे सभी अपनी
गुफ़ाओं में चले जाते हैं।
23 तब इन्सान मेहनत करने के लिए
सुबह से निकल जाता है।
24 हे प्रभु, ये अनगिनित काम
आपने अपनी बुद्धि से किए हैं।
सारी पृथ्वी आपकी दौलत से भरी हुयी है।
25 समुन्दर बड़ा और चौड़ा है,
जिस में छोटे बड़े जीव हैं।
26 उस में जहाज़ चलते हैं और यहीं
लिब्यातान भी खेलता है।
27 ये सभी आपके ऊपर निर्भर हैं और
आप ही से इन्हें खाना मिलता है।
28 आप ही उन्हें अच्छी अच्छी

वस्तुओं से तृप्त करते हैं।
29 आपके मुँह फेर लेने से वे घबरा जाते हैं।
उनकी सांस बन्द करते ही वे मर जाते है
और मिट्टी में मिल जाते हैं।
30 सांस भेज कर आप उनकी सृष्टि करते हैं।
आप धरती की शक्ल को नया कर देते हैं।
31 प्रभु की बड़ाई सदा हो। वह अपने कामों
से खुश हों।
32 उनकी निगाह ही से दुनिया काँप उठती
है।
उनके छूते ही पहाड़ धुआँ उगलता है।
33 जीवन भर मैं प्रभु के लिए गाऊँगा।
जब तक मैं ज़िन्दा हूँ उन्हीं के लिए गाऊँगा।
34 उन्हें मेरा ध्यान-मनन पसन्द आए।
मैं उन्हीं में खुश रहूँगा।
35 दुनिया में गुनाहगारों का नामो-निशां न रहे।
हे मेरे मन, प्रभु की बड़ाई करो।

105 प्रभु के शुक्रगुज़ार बने रहो और
उन्हीं से बिनती करो।
2 उनके लिए भजन गाओ,
उनके सभी बड़े कामों का बखान करो।
3 उनके पवित्र नाम के बारे में खुशी मनाओ।
जो लोग प्रभु को चाहते हैं, उनके मन खुश
हो।
4 प्रभु और उनकी ताकत को चाहो।
उनकी मौजूदगी की इच्छा रखो।
5 उनके किए हुए अजीब कामों
और लिए हुए फ़ैसलों को याद करो।
6 हे उसके दास अब्राहम के वंश,
चुने हुए याकूब की सन्तान हो।
7 वही हमारे प्रभु परमेश्वर हैं इस पूरी दुनिया
में
उनके फ़ैसले ही आखिर होंगे।
8 हमेशा से वह अपने दिए गए वचन को याद
रखते हैं।
उन बातों को जिन्हें हज़ार पीढ़ियों के लिए
ठहराया है।
9 वही बातें जिन का वायदा उन्होंने अब्राहम
और इसहाक से किया था।
10 उसी को उन्होंने याकूब के लिए एक
नियम
और इस्राएल के लिए सदा का वायदा
ठहराते हुए
11 कहा,
“तुम्हें मैं कनान देश दूँगा।
वह तुम्हारी मीरास होगा।”
12 उस समय वे गिनती में कम थे और
परदेशी भी।
13 वे एक देश से दूसरे देश में और एक जगह
से
दूसरी जगह मारे-मारे फिर रहे थे।
14 उस दौरान प्रभु ने उनका शोषण नहीं होने
दिया।
उनके कारण दूसरे राजाओं को
परमेश्वर ने धमकाया भी।
15 वह बोले,
“मेरे अलग किए हुओं का छूना मत,
मेरे नबियों को भी नुकसान मत पहुँचाना।
16 उस देश में प्रभु ने अकाल भेजा
और वे खाने के लिए तरसने लगे।
17 फिर यूसुफ़ को पहले ही से मिस्र भेज
दिया।
18 लोगों ने उसे जंजीरों से बांध कर दुख
दिया।
19 ऐसी हालत में वह तब तक रहा,
जब तक कि कही बात पूरी न हुई,
और वह मज़बूत न हो गया।
20 राजा ने उसे छुड़वाया,
21 उसने उसे अपने राजमहल में
सब कुछ का अधिकारी ठहराया।
22 ताकि दूसरे अधिकारियों को

अपने वश में रखे औ र बुज़ुर्गो को समझ
की बातें सिखाए।
23 फिर इस्राएल मिस्र में आया और
याकूब हाम के देश ही में विदेशी बन कर
रहा।
24 अपने लोगों को उन्होंने बढ़ाया तथा
उनकी
खिलाफ़त करने वालों से ज़्यादा बढ़ा
दिया।
25 उन्होंने मिस्रियों के मन को बदल डाला।
वे उनके लोगों से नफ़रत करने लगे
और चतुराई का बर्ताव करने लगे।
26 अपने सेवक मूसा
और हारून को उन्होंने भेजा।
27 उनके बीच प्रभु ने आश्चर्य के काम किए।
28 उन्होंने अन्धेरा कर दिया
और वे लोग उनकी बात को टाल न पाए।
29 उनके पानी को प्रभु ने खून बना दिया था
और मछलियाँ मर गयीं।
30 राजा के यहाँ और
लोगों के घर पर मेंढक आ गए ।
31 प्रभु के आदेश से वहाँ मक्खियाँ आईं
और कुटकियाँ भी।
32 बरसात की जगह उन्होंने ओले बरसाए।
33 अंगूर की बेल,
अंजीर के पेड़
और दूसरे पेड़-पौधे बर्बाद हो गए।
34 छोटी-छोटी अनगिनित टिड्डियाँ उनकी
आज्ञा से आईं।
35 उन्होंने सब तरह की हरियाली
और फल-फूल को चट कर दिया।
36 उन्होंने उनके देश के पहलौठों
और पहले फल को बर्बाद कर डाला।
37 इसके बाद इस्राएली सोने चाँदी के
साथ देश से बाहर आ गए।
उन में से कोई लड़खड़ाया नहीं।
38 उनके मिस्र से जाने के बाद मिस्री खुश हुए
क्योंकि वे इस्राएलियों से डरे हुए थे।
39 छाँव के लिए प्रभु ने बादल रखा।
रात के समय रोशनी के लिए आग थी।
40 जब उन्होंने चाहा तो उन्हें बटेरें मिली।
उनकी भूख आकाशी रोटी से मिटायी गयी।
41 चट्टान फाड़ कर उन्होंने पानी निकाला
था।
रेगिस्तान में भी नदी बह निकली।
42 अब्राहम को दिए गए वायदे के कारण
उन्होंने
ऐसा किया जो उन्हें याद था।
43 अपनी प्रजा को खुशी के साथ
और अपने
चुने हुओं को जय जयकार के साथ
निकाल लाए।
44 उन्होंने देश भी दिए कि वे दूसरे मुल्कों
की
मेहनत के फल को अपने हक में कर लें।
45 और यह कि उनकी बातों को मानें,
प्रभु की बड़ाई हो।

106 प्रभु की बड़ाई करो,
क्योंकि वह अच्छे हैं
और वह अनन्त काल तक तरस से भरे हैं।
2 उनकी ताकत के कामों का बखान कौन
कर
पाएगा या पूरा-पूरा कौन बता सकेगा।
3 वे लोग सचमुच में आशीषित हैं,
जो इन्साफ़ से जीते हैं,
जिन का जीवन ईमानदारी सच्चाई का है।
4 हे प्रभु, जब आप अपने लोगों पर कृपा
करें,
मुझे न भूलें

और आज़ाद करके संभालें।
5 ताकि मैं चुने हुए लोगों का विकास देख
पाऊँ
और
आपकी प्रजा की खुशी में शामिल हो
जाऊँ।
साथ ही आपकी मीरास के लोगों के साथ
महिमा करूँ।
6 अपने पूर्वजों की तरह हम ने भी
आपकी नहीं मानी
और गलत किया है।
7 आपके अजीब कामों को उन लोगों ने
मिस्र में समझा नहीं।
आपके असीमित तरस को नहीं जाना।
उन लोगों ने लाल समुन्दर के किनारे बलवा
किया था,
8 फिर भी अपने नाम की खातिर उन्हें
बचाया,
ताकि अपनी शक्ति को दिखाएँ।
9 उन्होंने लाल समुन्दर को सुखा दिया था।
उसी के बीच में से वे लोग गुज़रे।
10 इस तरह से उन्हें दुश्मन से बचाया गया।
11 लेकिन पानी में दुश्मन की कब्र बन गयी
और कोई बचा नहीं।
12 तब उन लोगों ने प्रभु की बातों पर भरोसा
किया
और स्तुति के भजन गाए।
13 लेकिन कुछ समय ही में वे सब भूल गए।
उन्होंने प्रभु की सलाह पर गौर न किया।
14 जंगल में वे बहुत लालची हो गए
और प्रभु को परखा भी।
15 इसलिए उनकी चाहत को प्रभु ने पूरा
किया,
लेकिन उनके प्राण सूख गए।
16 जब वे मूसा
और हारून से जलने लगे
17 तब ज़मीन फट गयी
और दातान व अबीराम के दल को अपने
में समा लिया।
18 आग ने बुरे लोगों को जला डाला।
19 उन लोगों ने होरेब में एक सोने का बछड़ा
बनाया
और उस को पूजने लगे।
20 इस तरह से महान प्रभु को घास खाने
वाले
जानवर की मूर्ति में बदल डाला।
21 बचाने वाले प्रभु को उन लोगों ने भुला
दिया,
जिन्हों ने मिस्र में बड़े काम किये थे।
22 हाम के देश में बड़े काम,
हाँ, लाल समुन्दर के किनारे भयंकर काम
किए।
23 इसलिए प्रभु ने कहा,
“मैं इन्हें बर्बाद कर डालता,
यदि मेरा चुना पात्र मूसा उनके लिए पैरवी
न करता।
और मेरा गुस्सा शान्त न होता।”
24 तब उन्होंने खूबसूरत देश को बेकार
समझा
और उनकी कही बात पर विश्वास न
किया।
25 वे लोग अपने तम्बुओं में बुड़बुड़ाने लगे
और भरोसा न किया।
26 इसलिए प्रभु ने यह प्रण किया कि
जंगल में ही उन्हें मार डालूँगा।
27 उनके बाल-बच्चों को दूसरे देशों में फेंक
दूँगा।
मैं उन्हें इधर-उधर कर डालूँगा।
28 पोर के बाल देवता की इन्होंने पूजा की।
मुर्दों का चढ़ाया हुआ खाना इन्होंने खाया।
29 इस तरह इन के कामों से प्रभु का गुस्सा
भड़क गया

और महामारी आ गयी।
30 तब पीनहास खड़ा हुआ
और उसने बिचवई का काम किया।
तभी मरी रूक गयी।
31 यह बात आने वाले युगों के लिए इतिहास
बन गयी।
32 मरीबा के सोते के पास फिर उन्होंने प्रभु
के
क्रोध को भड़का दिया।
इस तरह वहाँ नुकसान मूसा का हुआ।
33 उन लोगों ने प्रभु के आत्मा से बलवा
किया,
तभी मूसा बिना सोचे समझे बोल उठा।
34 जिन लोगों को मार डालने का आदेश
उन्हें मिला,
उन्होंने मारा नहीं।
35 इसके विपरीत वहीं के लोगों से घुल-मिल
गए।
उन्होंने उनके रीति-रिवाज़ों को भी अपना
लिया।
36 वे लोग मूर्तियों की पूजा करने लगे,
जिस से वे बुरी तरह से फँस गए।
37 अपने बेटे-बेटियों को उन्होंने पिशाचों के
लिए कुर्बान से किया।
38 बेगुनाह लोगों का उन लोगों ने खून
बहाया।
अपने बेटे-बेटियों के खून को कनान की
मूर्तियों के सामने कुर्बान किया।
इस तरह से देश गंदा हो गया।
39 इस तरह वे आत्मिक रीति से व्यभिचारी
बने
और अशुद्ध हो गए।
40 इसके बाद प्रभु अपने लोगों से बहुत
गुस्सा हुए।
उन्हें अपने लोगों से घिन भी हो गई।
41 तब उन्हें दूसरे देशों को वश में कर दिया।
उनके दुश्मनों ने उन पर राज्य किया।
42 उन लोगों ने उनका शोषण भी किया
और उनके वश में भी हो गए।
43 बार-बार प्रभु उन्हें छुड़ाते थे,
लेकिन वे बार-बार बलवा करते रहे।
44 लेकिन जब कभी वे प्रभु को पुकारते थे,
तब-तब उनके दुख को वह देखते थे।
45 अपने किए गए वायदों को याद करते थे
और तरस खाते थे।
46 जो लोग उन्हें गुलाम बना कर ले गए थे,
उन से भी प्रभु ने दया करवाई।
47 हे प्रभु हमें बचाईए
और दूसरे देशों में से इकट्ठा कर लीजिए।
ताकि आपके पवित्र नाम की हम बड़ाई करें
और भजन गाएँ।
48 इस्राएल के प्रभु के लिए सदा तक
धन्यवाद किया जाए।
और सारे लोग बोलें, “ऐसा ही हो।”

107 प्रभु का धन्यवाद हो, क्योंकि वह
अच्छे हैं
और सदा तक तरस खाने वाले हैं।
2 प्रभु के छुड़ाए हुए ऐसा ही कहें,
जिन्हें फ़िरौती देकर शत्रु से छुड़ा लिया
गया है।
3 और उन्हें देश-देश से,
पूर्व-पश्चिम, उत्तर-दक्षिण से इकट्ठा किया
है।
4 कुछ जंगल
और रेगिस्तान में भटकते रहे थे।
वे लोग कहीं भी ठिकाना नहीं पा रहे थे।
5 भूख और प्यास से वे परेशान हो गए।
6 ऐसी परेशानी में उन्होंने प्रभु को पुकारा
और प्रभु ने उन्हें रिहाई दी।
7 सही और सीधे रास्ते पर वह उन लोगों को
ले आए,

ताकि अच्छे से रह सकें।
8 प्रभु की करुणा के कारण
और इन्सानों के लिए किए गए अजीब
कामों के
लिए धन्यवाद किया जाए।
9 वह चाह रखने वाले व्यक्ति को सन्तुष्ट
करते
और भूखे को बढ़िया चीजों से तृप्त करते
हैं।
10 कुछ लोग अन्धेरे और मौत की छाया में
मुसीबतों
और जंजीरों से बँधे थे।
11 क्योंकि उन्होंने प्रभु के आदेशों का पालन
नहीं किया
और प्रभु की सलाह-मशविरा को बेकार
समझा।
12 इसलिए उन्होंने उन्हें दुख देकर नम्र
किया।
वे ठोकर खा कर गिरे,
लेकिन कोई मदद करने वाला न मिला।
13 जब मुसीबत में उन लोगों ने प्रभु की
दोहाई दी,
तब उन्हें छुड़ाया भी गया।
14 अन्धेरे और मौत के साये में से प्रभु ने
उन्हें आज़ाद किया
और बन्धनों को तोड़ दिया।
15 जो काम वह लोगों के लिए करते हैं
और उनकी कृपा के लिए प्रभु की बड़ाई
करें।
16 क्योंकि उन्होंने कांसे के फ़ाटकों को तोड़
डाला
और लोहे के बेण्डों को काट दिया।
17 अपने बलवईपन के कारण कुछ लोग
बेवकूफ़ ठहरे ओर अपनी बुराईयों की
वजह से दुख सहा।
18 हर तरह के खाने से उन्होंने नफ़रत की।
वे मौत के दरवाज़े तक पहुँच भी गए।
19 मुसीबत के वक्त उन्होंने आवाज़ लगायी,
प्रभु ने उन्हें मुक्त भी किया।
20 अपने संदेश को भेजकर उन्होंने लोगों को
स्वस्थ किया
और विनाश से छुड़ाया था।
21 इन्सान के लिए किए गए कामों के
लिए लोग प्रभु का भजन गाएँ।
22 वे धन्यवाद की कुर्बानी चढ़ाएँ
और जय-जयकार करते हुए उनके कामों
का ऐलान करें।
23 कुछ लोगों ने समुन्दर का सफ़र जहाज़ों
पर किया
और महासमुद्रों के पार तक व्यापार भी
किया।
24 प्रभु के कामों को
और गहरे समुन्दर में उनके किए काम को
देखा है।
25 उनके आदेश से तेज हवा चली थी,
जिस से ऊँची-ऊँची लहरें उठने लगी।
26 वे आकाश तक चढ़े
और गहरे में उतर गए।
दुख के कारण वे घबरा गए।
27 पियक्कड़ की तरह चक्कर खा गए
और उनकी समझ जाती रही।
28 बड़ी मुसीबत में उन लोगों ने प्रभु को
पुकारा
और उन्हें मुसीबतों से मुक्ति मिली।
29 उन्होंने आँधी को रोका
और समुद्र की लहरें भी शान्त हो गयी।
30 इसलिए वे बहुत खुश हुए।
प्रभु ने उन्हें उनकी चाहत के अनुसार
बन्दरगाह तक पहुँचा दिया।
31 लोगों को चाहिए कि वे प्रभु को
उसके किए हुए बड़े कामों के लिए आभार
दिखाएँ।

32 सभा में वे प्रभु का जय-जयकार करें।
बुज़ुर्ग लोगों के बीच उनका कीर्तन करें।
33 वह नदियों को रेगिस्तान
और पानी के सोतों को सूखी ज़मीन बना
डालते हैं।
34 वह उपजाऊ ज़मीन को ऊसर बना देते हैं।
वहाँ के लोगों की बुराई के कारण ऐसा होता
है।
35 वह मरूस्थल को तालाब
और सूखी ज़मीन को पानी के सोतों में
बदल डालते है।
36 वहाँ भूखों को वह बसा देते हैं ताकि वहाँ
नगर बस जाएँ।
37 वहीं खेती-बारी करें, अँगूर के बगीचे
लगाएँ
और खूब फ़सल पैदा करें।
38 वह उन्हें बढ़ाते हैं और उनके जानवर
कम नहीं होते हैं, लेकिन उनकी गिनती
कम नहीं होती।
39 जब वे सताव, मुसीबत
और दुख के कारण कम होते और दबते
जाते हैं,
40 तब वह अधिकारियों पर शर्म उण्डेलते हैं
और उन्हें बिना रास्ते वाले जंगल में
भटकाते हैं।
41 लेकिन वह गरीब को दुख से निकाल कर
ऊँचे पर रखते हैं
और उसके खानदान को भेड़ों के झुण्ड सा
बढ़ाते हैं।
42 सीधे-सादे लोग यह देख कर खुश हो जाते
हैं,
लेकिन सभी अपराधी अपने मुँह बन्द
रखते हैं।
43 बुद्धिमान कौन है? वह ध्यान दे
और प्रभु की कृपा पर ध्यान दे।

108 हे प्रभु, मेरा मन ठिकाने पर है, मैं
गाऊँगा।
मैं आत्मा से स्तुति करूँगा।
2 हे सारंगी और वीणा, तैयार हो जाओ,
मैं सुबह जाग उठूँगा।
3 हे प्रभु, मैं देश-देश के लोगों में
आप का धन्यवाद करूँगा।
मैं राज्य-राज्य के लोगों के बीच आपकी
बड़ाई करूँगा।
4 क्योंकि आपकी करुणा आकाश से भी
ऊँची है।
आपकी सच्चाई आकाश तक है।
5 हे प्रभु, आप आकाशों से भी ऊँचे हों
और आपकी महिमा सारी दुनिया में हो,
6 ताकि आपके चाहने वाले छुड़ाए जाएँ।
आप मुझे अपनी शक्ति से बचा-कर जवाब
दें।
7 अपनी, पवित्रता में प्रभु ने कहा है,
“मैं खुश होकर शेकेम को बाँट लूँगा।
और सुक्कोत की घाटी को नपवाऊँगा।
8 गिलाद मेरा है और मनश्शे भी।
और एप्रैम मेरे सिर की टोपी है।
यहूदा मेरा राजदण्ड है।
9 मोआब मेरे धोने का बर्तन है।
एदोम पर मैं जूता फेकूँगा।
पलिश्त पर मैं जीत का ऐलान करूँगा।

10 मज़बूत नगर में मुझे कौन पहुँचा सकता है
?
कौन मुझे एदोम तक ले जाएगा?
11 हे प्रभु, क्या खुद ही आपने हमें छोड़ नहीं
दिया है?
क्या हमारी फ़ौज के आगे-आगे आप नहीं
जाएँगे।
12 दुश्मन के खिलाफ़ हमारी मदद करें,
क्योंकि इन्सान द्वारा मिलने वाली आज़ादी
बेकार है।
13 प्रभु की मदद से हम बहादुरी दिखाएँगे।
वही हमारे दुश्मनों को कुचल डालेंगे।

109 हे प्रभु, आप, जिन की बड़ाई मैं
करता हूँ,
खामोश न रहें।
2 दुष्टों और ढोंगियों ने मेरे खिलाफ़ बातें की
हैं।
वे मेरे खिलाफ़ झूठ बोलते हैं।
3 उन्होंने मुझे नफ़रत की बातों से घेर रखा है
और बिना किसी कारण झगड़ा किया है।
4 प्रेम करने के बजाए वे मुझ पर आरोप
लगाते हैं,
लेकिन मैं प्रार्थना में बना रहता हूँ।
5 इस तरह उन्होंने भले व्यवहार के
बदले बुरा व्यवहार किया है
और प्यार की जगह नफ़रत की है।
6 आप उसके ऊपर किसी निर्दयी व्यक्ति को
ठहराएँ।
और उनके दाहिनी ओर कोई दोष लगाने
वाला खड़ा रहे।
7 जब उस का इन्साफ़ हो तो वह अपराधी
ठहरे
और उसकी दुआ अपनायी न जाए।
8 उसकी उम्र छोटी हो। उसके ओहदे को
कोई और ले।
9 उसके बच्चे अनाथ हो जाएँ
और पत्नी विधवा।
10 उसके बच्चे इधर-उधर भीख माँगें। उन्हें
अपने बर्बाद हो चुके घरों से
दूर जाकर मांग कर खाना पड़े।
11 झूठ-फ़रेब से महाजन उस का सब कुछ
हथिया ले।
उसकी मेहनत का फल परदेशी ले ले।
12 कोई उस पर तरस न दिखाए,
न ही उसके अनाथ बच्चों पर कोई दया
करे।
13 उस का वंश बर्बाद हो जाए।
आने वाली पीढ़ी में से उस का नाम मिट
जाए।
14 उसके पूर्वजों का बलवा करना प्रभु को
याद रहे
और उसकी माँ का गुनाह भुलाया न जाए।
15 वे लगातार प्रभु की मौजूदगी में रहें,
ताकि वह इस दुनिया में से उनकी याद
तक मिटा डालें।
16 क्योंकि उसने दया दिखाने से इन्कार
किया।
उसने गरीब को सताया
और दुखी मन वालों को मार डालने की
योजना बनायी।
17 उसने दूसरों के लिए बुरा चाहा- वही उस
पर घट गया।
दूसरों के लिए भला सोचना या कहना
उसके
जीवन का हिस्सा नहीं था।
इसलिए वह भी भलाई न चख सका।
18 उसने बुरा चाहने-कहने को कपड़ों की
तरह पहन लिया।
वह उसके पेट में पानी की तरह
और हड्डियों में तेल की तरह समा गया।
19 उसके लिए वह ओढ़ने का कपड़ा ठहरे।

वह उसकी कमर में कमरबन्द की तरह
कसा रहे।
20 प्रभु की ओर से मेरी ख़िलाफ़त करने
वालों को
और उनको जो मेरे विरोध बातें करते हैं ,
यही उनका प्रतिफल हो।
21 लेकिन हे प्रभु,
आप मुझ से दया का बर्ताव कीजिए।
आपकी दया बड़ी है।
मुझे बचाईए।
22 मैं दीन
और गरीब हूँ।
मेरा मन ज़ख्मी हो चुका है।
23 ढलती छाया की तरह मेरे दिन गुज़र रहे
हैं।
टिड्डी की तरह मुझे उड़ा दिया गया है।
24 उपवास करते-करते मेरे घुटने कमज़ोर हो
गए हैं।
मेरी देह में चर्बी नहीं रहीं।
25 उनके लिए मैं हँसी का पात्र बन चुका हूँ।
वे लोग मुझे देख कर सिर हिलाते हैं।
26 हे प्रभु,
मेरी मदद करें, मुझे बचा लें।
27 होने दीजिए कि वे जानें कि इसमें आप ही
का हाथ है
और आप ही ने यह किया है।
28 वे शाप देते रहे हैं,
लेकिन आप उनके लिए भला करें।
ऐसा होने से वे शर्मिन्दा हो जाएँगे।
लेकिन आप का सेवक खुश हो जाएगा।
29 मेरी ख़िलाफ़त करने वालों को
बेइज़्ज़ती के कपड़े पहनाए जाएँ।
वे अपनी शर्म की चादर से ढँक जाएँ।
30 मैं प्रभु की खूब बड़ाई करूँगा।
लोगों के बीच मैं ऐसा ही करूँगा।
31 वह गरीब के दाहिनी ओर खड़े होंगे,
ताकि उस को जान लेने वालों से बचाएँ।

110 मेरे प्रभु से याहवे ने कहा,
"मेरे दाहिने बैठो,
जब तक मैं तुम्हारे दुश्मनों को तुम्हारे पैरों
की पटरी न बना दूँ।
2 प्रभु तुम्हारे सामर्थी राजदण्ड को
सिय्योन से यह कह कर बढ़ाएँगे,
"अपने शत्रुओं के बीच राज्य करो।"
3 आपके पराक्रम के दिन आपकी प्रजा के
लोग अपनी इच्छा से कुर्बानी चढ़ाएँगे।
आपके जवान पवित्रता से सज-धज कर
सुबह के
गर्भ से जन्मी ओस की तरह आपके पास
हैं।
4 प्रभु ने वायदा किया है
और वह पीछे न हटेंगे,"आप
मलिकिसिदक की
तरह हमेशा- हमेशा पुरोहित हैं।"
5 तुम्हारी दाहिनी ओर प्रभु हैं।
वह अपने गुस्से के दिन राजाओं को कुचल
डालेंगे।
6 वह देशों में इन्साफ़ करेंगे।
वह लाशों का ढेर लगा देंगे।
वह बड़े देश के प्रधानों को चूरा बना देंगे।
7 वह रास्ते के किनारे के सोते से पानी
पीएगा।
इस कारण वह अपना सिर ऊँचा करेगा।

111 प्रभु की बड़ाई करो।
मैं सीधे लोगों की मण्डली में अपने
पूरे मन से
प्रभु का धन्यवाद करूँगा।
2 प्रभु के काम महान हैं। वे सभी जो उन से
खुश हैं,
उन पर मनन करते हैं।

3 उनके काम बड़े महान हैं
और उनका न्याय,
ईमानदारी
और सच्चाई सदैव बनी रहती है।
4 उन्होंने अपने अजीब कामों को याद कराया है।
प्रभु दयालु
और कृपा करने वाले हैं।
5 जो उनको इज़्ज़त देते हैं,
उनके लिये वह खाने का इन्तज़ाम करते हैं।
वह अपने वायदे को सदा याद रखेंगे।
6 अपनी प्रजा को उन्होंने देशों को मीरास के रूप में देकर अपने कामों की शक्ति को प्रगट किया है।
7 उनके हाथ के काम सच्चे
और इन्साफ़ के हैं।
उनकी सिखायी बातों पर भरोसा किया जा सकता है।
8 वे कभी हिलने वाले नहीं, वे ईमानदारी
और सच्चाई से किए गए हैं।
9 अपने लोगों को उन्होंने कीमत चुका कर आज़ादी दी है।
उनकी वाचा हमेशा की है।
उनका नाम सब दूसरे नामों से अलग
और अनूठा है।
10 उनकी इज़्ज़त करना बुद्धि की शुरूआत है।
जो उनके आदेश को मानते हैं, उन्हीं के पास समझदारी होती है।
ऐसे लोगों की तारीफ़ सदैव होती रहेगी।

112 प्रभु की बड़ाई करो।
क्या ही समझदार व्यक्ति वह है जो प्रभु का
आदर सम्मान करता है।
वह जो उनके बताए रास्ते से खुश है।
2 उसका वंश इस दुनिया में शक्तिशाली होगा।
सच्चे, ईमानदार लोगों के बच्चे प्रभु की भलाई चखेंगे।
3 उसके घर में धन-दौलत रहती है
और वह ज़िन्दगी भर ईमानदार रहता है।
4 सीधे लोगों के लिए अन्धेरे में रोशनी चमकती है, वह उदार
और ईमानदार होता है।
5 जो इन्सान लोगों को उधार देता है उस का भला होता है।
वह बिना बेईमानी के काम करता है।
6 वह कभी डगमगाएगा नहीं।
सही चालचलन वाले इन्सान को सदा तक याद किया जाएगा।
7 बुरी खबर से उसे डर नहीं लगता है।
प्रभु पर उसका भरोसा होने के कारण उस का मन एक जगह पर है।
8 वह डरेगा नहीं,
वह अपने दुश्मनों को जीत की निगाह से देखेगा।
9 दिल खोल कर उसने गरीबों की मदद की।
उसकी अच्छाई सदा बनी रहती है।
वह बड़ा सम्मान पाएगा।
10 अविश्वासी इसे देख कर मन में दुखी होगा।
वह दाँत पीसता रह जाएगा।
उसकी इच्छा भी न पूरी होगी।

113 प्रभु की स्तुति करो।
हे प्रभु के सेवको, स्तुति करो
2 सदा तक उनका नाम इस लायक है।
3 पूर्व से पश्चिम तक उनका नाम बड़ाई के लायक है।
4 सभी देशों के ऊपर वह महान हैं

उनकी शान आकाश से भी ऊपर है।
5 हमारे प्रभु की तरह कौन है?
सब कुछ के ऊपर उनका शासन है।
6 उनकी आँखें नीचे देखती हैं।
7 गरीब को वह मिट्टी से
और घूरे से उठा कर ऊँचा करते हैं।
8 ताकि उस को ऊँचे पद वाले के
साथ अर्थात अपने लोगों के अधिकारियों के
साथ बैठने का मौका दें।
9 वह बाँझ महिला को सुखी माता बना कर
उसका घर बसा देते हैं। प्रभु की बड़ाई करो।

114 जब मिस्र में से इस्राएल दूसरी भाषा बोलने
वालों में से निकला।
जब याकूब के परिवार ने पराए देश को
अपने पीछे छोड़ दिया। 2 यहूदा प्रभु का पवित्रस्थान
और इस्राएल उनका राज्य हो गया।
3 समुद्र भागा, यर्दन नदी उल्टी बहने लगी।
4 मेंढ़ों की तरह पहाड़ उछले,
पहाड़ियाँ मेम्नों की तरह कूदने लगीं।
5 हे समुन्दर, तुम को क्या हो गया,
कि तुम भी भागे
और यर्दन तुम भी क्यों उल्टी बही ?
6 पहाड़ो, तुम मेंढ़ों की तरह
और पहाड़ियों तुम,
मेम्नों की तरह क्यों उछलने लगीं।
7 हे पृथ्वी, प्रभु के सामने, याकूब के
प्रभु के सामने काँप उठो।
8 वही हैं जिन्होंने पानी को तालाब
और चकमक पत्थर को पानी का सोता बना डाला।

115 हे प्रभु, आप अपनी करुणा
और सच्चाई की खातिर हमारे नाम को नहीं,
लेकिन अपने नाम को इज़्ज़त
और बड़ाई दें ।
2 देश के लोग क्यों यह पूछें, “तुम्हारा प्रभु है कहाँ?”
3 हमारे प्रभु स्वर्ग में हैं
और जो उनका मन करता है, करते हैं।
4 लोगों की मूर्तियाँ सोना-चान्दी की हैं
और इन्सान के हाथ का काम हैं।
5 उनके पास मुँह है,
लेकिन बोलना नामुमकिन है।
आँखें हैं, लेकिन वे देख नहीं सकतीं।
6 उनके पास कान हैं, लेकिन सुन नहीं सकतीं,
नाक हैं लेकिन सूँघ नहीं सकतीं।
7 इन मूर्तियों के हाथ तो होते हैं, लेकिन वे छू नहीं सकतीं,
इनके पैर भी हैं, लेकिन वे चल नहीं सकतीं।
इनके गले से कोई आवाज़ नहीं निकलती है।
8 इनको बनाने वाले
और वे जो
इन पर भरोसा रखते हैं, इन्हीं की तरह बन जाएँगे।
9 हे इस्राएल, प्रभु पर भरोसा रखो। वही सहारा
और ढाल हैं।

10 हे हारून के वंश, प्रभु पर भरोसा रखो।
वही मददगार और ढाल हैं।
11 तुम जो प्रभु को इज़्ज़त देते हो, उन पर
भरोसा रखो।
वही उनकी सहायता कर सकते हैं और
उनकी ढाल हैं। 12 प्रभु को हमारा
ध्यान है,वह हमें आशीष देंगे, वह
इस्राएल के घराने को आशीष देंगे,
वह हारून के घराने को आशीष देंगे
13 जो लोग उनकि इच्छा पर चलते
हैं, उन्हे वह आशीष देंगे। 14 प्रभु
तुम्हें और तुम्हारे बच्चों को बढ़ाते
जाएँ 15 प्रभु जो आसमान और ज़मीन
के बनानेवाले हैं, उन्हीं की ओर से
तुम्हें आशीष मिले। 16 स्वर्ग याहवे
का है, लेकिन यह पृथ्वी इन्सान
रहने के लिए दी। 17 मर चुके लोग
याहवे की स्तुति नहीं कर सकते
18 लेकिन हम तो सदा तक उनका
धन्यवाद करते रहेंगे।

116 मैं प्रभु से प्रेम रखता हूँ,
क्योंकि मेरी दोहाई उन्होंने सुनी है।
2 उन्होंने मेरी बात सुनी है,
इसलिए पूरे जीवन भर मैं उन्हें ही पुकारता
रहूँगा।
3 मुझे मौत की रस्सियों ने बाँध लिया था।
मैं अधोलोक से डरने लगा था।
मुझे मुसीबत
और गम सहने पड़े।
4 तब मैंने बिनती की,
"मेरी जान बचाईए।"
5 प्रभु कृपा करने वाले
और न्यायी प्रभु हैं, हाँ, वह दया करते हैं;
6 सीधे-सादे लोगों की वह रक्षा करते हैं;
मैं कमज़ोर हो गया था,
उन्होंने मुझे बचा लिया।
7 हे मेरी जान, शान्त हो जाओ, क्योंकि प्रभु
ने
तुम पर मेहरबानी की है;
8 आपने मेरी जान को मौत से
और आँखों को आँसू बहाने से
और पैरों को ठोकर खा जाने से बचाया है।
9 ज़िन्दा लोगों के देश में प्रभु के सामने मैं
चला-फिरा करूँगा।
10 मेरे पास विश्वास था, हालांकि मैंने कहा,
मैं बड़े दबाव में जी रहा हूँ।
11 भावनाओं में आकर मैं बोल उठा था,
सभी इन्सान झूठे हैं।
12 प्रभु की भलाईयों के बदले मैं उन्हें क्या दे
सकता हूँ?
13 मुझे मिली आज़ादी के लिए मैं जश्न
मनाऊँगा।
14 अपने किए गए वायदों को मैं लोगों के
सामने पूरा करूँगा।
15 प्रभु की निगाह में उनके विश्वासयोग्य
लोगों की कीमत बहुत ज़्यादा है।
16 हाँ, प्रभु, मैं आप का सब से छोटा सेवक
हूँ।
मैं आपकी दासी का बेटा हूँ।
आप ही ने मुझे मौत से बचाया था।
17 मैं आप को शुक्रगुज़ारी की कुर्बानी
चढ़ाऊँगा।
18 सभी लोगों के सामने मैं प्रभु के लिये किए
हुए वायदों को पूरा करूँगा।
19 प्रभु की आराधना की जगह यरूशलेम में
उनकी बड़ाई हो।

117 सभी देशों के लोगो
और विदेशियो, प्रभु की बड़ाई
करो।
2 इसलिए कि उनका न बदलने वाला प्रेम
और

विश्वासयोग्यता सदा तक रहने वाली है।

118 प्रभु को धन्यवाद दिया जाए
क्योंकि वह अच्छे हैं
और उनकी मोहब्बत कभी खत्म नहीं
होती।
2 इस्राएल कहे, “हाँ
उनका सच्चा प्रेम कभी समाप्त नहीं होने
का”
3 हारून का खानदान कहे,
“उनकी करुणा सदा ठहरने वाली है।”
4 उनका आदर करने वाले कहें,
“उनका अनन्त प्रेम सच में बना रहेगा।”
5 मैंने अपनी मुसीबत में उन्हें पुकारा।
उन्होंने मेरी सुनकर मुझे सुथरी जगह पर रख
दिया।
6 वह मेरी ओर हैं।
मुझे अब डर नहीं लग रहा है।
लोग मेरा कर ही क्या सकते हैं?
7 प्रभु मेरी तरफ़ हैं
और मददगार हैं।
जो मुझ से नफ़रत करते हैं,
उनके ऊपर मैं जीत ही देखता हूँ।
8 लोगों पर भरोसा करने के बजाए,
प्रभु पर भरोसा करना बेहतर है।
9 राजकुमारों से कुछ उम्मीद करने से
अच्छा यह है कि प्रभु की पनाह में जाएँ।
10 सभी देशों ने मुझे घेर लिया था।
मैंने प्रभु के नाम में उन्हें पीछे धकेल दिया।
11 हाँ, उन्होंने मुझे घेर रखा है,
लेकिन प्रभु की मदद से मैं उन्हें बर्बाद कर
डालूँगा।
12 शहद की मक्खियों की तरह उन लोगों ने
मुझे घेरा था,
लेकिन काँटों की आग की तरह वे बुझ
गए।
प्रभु के नाम से मैं सचमुच उन्हें मार डालूँगा।
13 उन्होंने मुझे गिरा देने के लिए ज़ोर से
धक्का दिया था लेकिन प्रभु ने बचा लिया।
14 प्रभु मेरे बल
और भजन हैं।
वही मेरी मुक्ति हैं।
15 सही चाल चलने वाले लोगों के घरों में
भजन- कीर्तन हो रहा है।
प्रभु का दाहिना हाथ शक्ति के काम करता
है।
16 उनका दाहिना हाथ बड़ा है
और बड़े काम करता है।
17 मै नहीं मरने का, मैं ज़िन्दा रहूँगा,
और प्रभु के कामों का ऐलान करता रहूँगा।
18 प्रभु ने मुझे कठोर सज़ा तो दी है,
लेकिन मौत के फन्दे में पड़ने से बचा
लिया।
19 मेरे लिए न्यायी राजा के
प्रार्थना भवन के दरवाज़े खोलो।
मैं उनके भीतर जाकर प्रभु को धन्यवाद
दूँगा।
20 प्रभु का दरवाज़ा यही है।
सही चाल वाले लोग इसी से दाखिल होंगे।
21 आप का धन्यवाद मैं करूँगा,
क्योंकि मेरी दुआ आपने सुनी है
और मुझे बचाने वाले हैं।
22 राजमिस्रियों ने जिस पत्थर को बेकार कह
दिया था,
वह कोने का पत्थर ठहरा है।
23 इसे करने वाले प्रभु हैं
और यह हमारे लिए समझ से बाहर है।
24 यह दिन प्रभु की सृष्टि है इसलिए हम खुश
रहें।
25 हमारी सुन कर हमें बचाएँ
और हमें भरपूर कर दें।
26 वह जो प्रभु के नाम से आता है सचमुच
महिमामय है।

हम तुम को प्रभु के घर से आशीर्वाद देते
हैं।
27 प्रभु परमेश्वर हैं, उन्होंने हमें आज़ाद
किया है,
रस्सियों की मदद से बलिदान के पशु को
वेदी पर बान्धो। 28 आप मेरे प्रभु हैं
, मैं आप को धन्यवाद देता हूँ।
मैं आपका ही भजन-कीर्तन करता हूँ।
29 इसलिये कि प्रभु भले हैं
और उनकी दया हमेशा की है, सभी उनको
धन्यवाद दें।

119 क्या ही आशीषित वे लोग हैं, जो
सही जीवन जीते हैं।
वे प्रभु की कही बातों को माना करते हैं।
2 वे पूरे मन से उन्हें चाहते हैं।
3 वे छल-कपट
और चतुराई का जीवन नहीं जीते हैं।
वे उनके दिए गए रास्ते पर चलते हैं।
4 आपकी दी गयी सलाह हमें इसीलिए दी
गयी है,
ताकि हम उसे मानें।
5 अच्छा होगा यदि आपकी सलाह मशविरा
को
अपनाने के लिए मेरा रास्ता पक्का हो जाए,
6 तब आपकी सारी बातों पर सोच-विचार
करते हुए मैं शर्माऊँगा नहीं।
7 मैं आपके नियमों को सीखते हुए,
सीधे मन से धन्यवाद दूँगा।
8 मैं आप का कहना मानूँगा।
मुझे पूरी तरह छोड़िये नहीं।
9 अपनी चाल-चलन को एक
नवजवान कैसे शुद्ध रख सकता है?
आपकी सिखायी बातों को करने से।
10 अपने पूरे मन से मैंने आपको चाहा है।
मैं आपके आदेशों से भटक न जाऊँ।
11 मैंने अपने मन को आपकी बातों से भर
लिया है,
कि आपके खिलाफ़ बलवा न करूँ।
12 प्रभु आप धन्यवाद के योग्य हैं, अपने
तरीके मुझे सिखाईए।
13 अपने मुँह से मैंने आपके नियमों का ऐलान
किया है।
14 जिस तरह से लोग दौलत से खुश हो जाते
हैं,
मैं भीआपकी सलाह से खुश हो गया।
15 आपके उपदेशों
और रास्तों पर मैं ख्याल किया करूँगा।
16 मैं उन बातों से खुश होऊँगा
और भूलूँगा नहीं।
17 अपने दास की भलाई कीजिए,
कि वह ज़िन्दा रहे
और आप का हुक्म मानता रहे।
18 मेरी आँखों को खोल दीजिए,
जिस से मैं आपकी अनोखी सच्चाईयों को
देख सकूँ।
19 मैं इस दुनिया में परदेशी हूँ।
अपने आदेशों को मुझ से छिपाईए मत।
20 आपकी बातों की चाहत करते-करते मैं
परेशान हो जाता हूँ।
21 घमण्डी और शापित लोगों को आप
डाँटते हैं।
वे आपकी आज्ञाओं से दूर चले गए हैं।
22 मेरी बदनामी ओर बेइज़्ज़ती को खत्म कर
दें,
क्योंकि मैं आपकी सलाह मशविरा को
ध्यान में रखता हूँ।
23 ऊँचे अधिकारी भी मेरे खिलाफ़ बातें
करते हैं।
लेकिन मैं आपकी कही बातों पर मनन
करता हूँ।
24 वही मेरे लिए परामर्शदाता हैं

और मुझे सुख देते हैं।
25 मैं ज़मीन पर लेटा हुआ हूँ,
आप अपने वायदे के कारण मुझ में नयी
शक्ति डालें।
26 अपनी चाल के बारे में मैंने आप को
बताया है।
आपने मेरी बात मान भी ली, मुझे जीना
सिखाईए।
27 मुझे अपना रास्ता दिखाएँ,
तब मैं आपके बड़े कामों को सोचूँगा।
28 दुख से मैं पूरी तरह मर सा गया हूँ।
अपनी बातों से मुझे धीरज दें।
29 धोखे के रास्ते से मुझे बचाएँ।
अपनी दया से मुझे ज्ञान दें।
30 मैंने सच्चाई के रास्ते को अपनाया है।
आपकी मानने का फ़ैसला भी किया है।
31 मैं आपके नियमों में मगन रहता हूँ।
मुझे शर्मिन्दा न होना पड़े।
32 इसलिए कि आप मुझे हिम्मत देते हैं, म
ैं आपके रास्ते पर ही चलता हूँ।
33 आपने जो पैमाना हमारे लिए तय किया है,
उसे मुझ को सिखाईए,
ताकि मैं वैसा ही करूँ।
34 मुझे समझ दें,
ताकि मैं आपकी सिखायी बातों को मन
से करूँ।
35 मुझे सलाह दें,
ताकि मैं इस राह पर चल सकूँ।
36 बेईमानी से हासिल की गयी दौलत के
बजाए मुझे आपके आदेशों के लिए चाहत
दें।
37 बेकार की बातों से मेरी आँखों को हटा
दीजिए।
अपने रास्ते में मुझे चलाईए।
38 आपकी कही बातें अपने दास के लिए
पूरी
कीजिए ताकि आपका आदर सम्मान हो।
मेरे लिए उन्हें पूरा कीजिए।
39 जिस बदनामी से मुझे डर लगता है,
उसे हटा लीजिए क्योंकि आपकी कही
बातें सब से बढ़िया हैं।
40 मैं आपकी शिक्षा का भूखा हूँ।
अपने भले होने के कारण मुझ में जीवन डाल
दें।
41 प्रभु आपकी कृपा
और आज़ादी मुझ को मिल जाए।
42 तब मेरी बदनामी करने वालों को मैं
जवाब दे पाऊँगा।
मैं आपकी कही बात पर भरोसा रखता हूँ।
43 आपकी सच्ची बातों को कहने से मुझे
रोकिए नहीं,
क्योंकि मेरी उम्मीद आपके कानून-कायदों
पर है।
44 तब मैं उन्हीं के मुताबिक ज़िन्दगी
बिताऊँगा।
45 क्योंकि मैंने आपकी सिखायी बातों को
ध्यान में रखा है मैं आज़ादी से जी पाऊँगा।
46 राजाओं के सामने भी मैं बिना हिचकिचाए
आपकी चितौनियों के बारे में बताऊँगा।
47 आपके आदेशों से मैं सुखी रहूँगा
और उन से प्रेम करता हूँ।
48 आपके हुक्म मुझे पसन्द हैं,
मैं हाथ फैलाते हुए उन पर मनन करूँगा।
49 अपने दास को दिए गए वचन को याद
कीजिए।
आप ही ने मेरी आशा को बढ़ाया है।
50 मेरे दुख में उसी से मुझे शान्ति मिली है,
क्योंकि आपके वचन से मुझे ज़िन्दगी
मिली है।
51 घमण्डियों ने मेरी हँसी उड़ायी है,
फिर भी मैं पीछे हटा नहीं।
52 हे प्रभु आपके पुराने दिए गए नियमों को

याद करके मैंने सुकून हासिल किया है।
53 जिन अविश्वासियों ने आपकी सिखाई
बातों को
छोड़ दिया है, उनके कारण मुझे दुख है।
54 मेरी जीवन यात्रा के तम्बू में
आपके नियम मेरे गीत बन गए हैं।
55 हे प्रभु, मैं रात में आपको याद करता हूँ,
और आपके आदेशों का पालन करता रहा
हूँ।
56 मेरा हिस्सा यही है कि मैं आपकी
सिखाई बातों को मानूँ।
57 प्रभु मेरे भाग हैं। आपकी बातों को
मानने का वायदा मैं कर चुका हूँ।
58 अपने पूरे मन से मैंने आपको मनाया है,
कि अपने कहने के मुताबिक अनुग्रह करें।
59 मैंने अपने चरित्र पर नज़र रखी है
और आपकी चेतावनियों पर चला हूँ।
60 मैंने आपके आदेशों के पालन में देरी नहीं
की।
61 दुष्टों के बन्धनों ने मुझे कैद कर लिया था।
लेकिन आपकी कही बातों को मैंने भुला
नहीं दिया।
62 षआपके खरे नियमों के कारण,
मैं आधी रात को आपकी बड़ाई करने
उठूँगा।
63 जितने आपसे डरते
और आपकी कही बातों पर चलते हैं, मैं
उन्हीं की संगति करता हूँ।
64 हे याहवे, पृथ्वी पर आपकी करुणा भरी
पड़ी है,
आप मुझे अपने तौर-तरीके सिखाईये।
65 अपने कहे अनुसार आपने अपने दास क़ो
भलाई दिखाई है।
66 मुझे भली विवेक शक्ति
और ज्ञान दीजिये क्योंकि मैंने आपके
आदेशों का पालन किया है।
67 इस से पहले कि मैं दुखित हुआ,
मैं भटक रहा था, लेकिन अब मैं
आपकी शिक्षा को मानता हूँ।
68 आप भले हैं
और भला करते भी हैं, मुझे अपनी बातें
सिखाईये।
69 घमण्डियों ने मेरे खिलाफ झूठी बातें
फैलाई हैं,
लेकिन मैं आपके उपदेशों को पूरे मन से
पकड़े रहता हूँ।
70 उनका मन फूल चुका है, लेकिन मैं
आपके आदेशों से सुखी हूँ।
71 मैं जिस दुख से गुज़रा वह मेरे फायदे का
ही रहा,
ताकि मैं आपके नियमों को सीख सकूँ।
72 आपकी दी हुई व्यवस्था मेरे लिए हज़ारों
रुपए
और मुहरों से कीमती है।
73 आपने मुझे बनाया है, मुझे अक्ल दें ताकि
मैं
आपकी आज्ञाओं को सीखूँ।
74 आपसे डरनेवाले मुझे देखकर खुश होंगे,
क्योंकि मैंने आपके वचन पर आशा रखी
है।
75 हे याहवे, मुझे मालूम हो गया है, कि
आपके नियम खरे हैं,आ
पने अपनी सच्चाई के आधार पर मुझे दुख
दिया है।
76 अपनी दया से मुझे सुकून दीजिये,
क्योंकि आपने अपने सेवक से ऐसा
वायदा किया है।
77 आपकी दया मुझ पर यदि बनी रहे तो
मैं ज़िन्दा रहूँगा, क्योंकि मैं आपके
आदेशों
और नियमों से सुखी हूँ।
78 घमण्डियों की आशा टूट जाए,

क्योंकि उन लोगों ने मुझे झूठ के द्वारा गिरा
दिया है,
लेकिन मैं आपके उपदेशों पर मनन करूँगा।
79 जो आपका आदर करते हैं,
वे वे मेरी ओर मुड़ें,
तभी वे आपकी चितौनियों को समझ पाएँगे।
80 मेरा मन आपकी बातों के मानने में पूरा
हो,
ऐसा न हो कि मुझे शर्मिन्दा होना पड़े।
81 मेरी जान आपके उद्धार के लिए बेचैन है,
लेकिन मुझे आपके वचन से उम्मीद है।
82 मेरी आँखें आपके वचन पूरे होने का
इन्तज़ार कर रही हैं
और मैं कह रहा हूँ कि आप मुझे शान्ति
कब देंगे?
83 क्योंकि मैं धुएँ में कुप्पी की तरह हो गया
हूँ,
फिर भी आपके आदेशों को नहीं भूला।
84 आपके दास का कितना समय रह गया
है?
जो लोग मेरे पीछे पड़े हुए हैं, उनको आप
सज़ा कब देंगे?
85 घमण्डी जो आपके आदेशों का पालन
नहीं करते,
उन्होंने मेरे लिए गड्ढे खोदे हैं।
86 आपकी सभी आज्ञाएँ विश्वास करने
लायक हैं,
वे लोग झूठ बोलते हुए मुझे तंग कर रहे
हैं; आप मेरी मदद करें।
87 मुझको वे इस दुनिया से मिटा देना चाहते
थे,
लेकिन मैंने आपके वचनों को छोड़ा नहीं।
88 अपनी करुणा के अनुसार मुझे जिलाईये,
तब मैं आपकी दी गई चितौनी को मानूँगा।
89 हे याहवे, आपका वचन आकाश में
सदा स्थिर रहता है।
90 आपकी सच्चाई पीढ़ी दर पीढ़ी बनी
रहती है,
आपने पृथ्वी को बना कर रखा है, इसलिए
वह बनी हुई है।
91 वे आज के दिन तक आपके नियमों के
अनुसार ठहरे हैं,
क्योंकि सारी सृष्टि आपके आधीन है।
92 यदि मैं आपके वचनों से सुखी न होता,
तो मैं दुख के वक्त बर्बाद हो जाता।
93 मैं आपके उपदेशों को कभी भूलूँगा नहीं,
क्योंकि
उन्हीं के द्वारा आपने मुझे जिलाया है।
94 मैं आपका ही हूँ, मुझे छुड़ाईये,
क्योंकि आपके उपदेशों की मुझे चाहत है।
95 बुरे लोग मुझे बर्बाद करने की ताक में हैं,
लेकिन मेरा ध्यान आपकी चितौनियों पर
लगा रहता है।
96 सारी बातें तो मुझे अधूरी दिखती हैं,
लेकिन आपकी आज्ञा की कोई सीमा नहीं
है।
97 अहा, मैं आपके आदेशों से कितना खुश
रहता हूँ,
पूरे दिन मैं उन्हीं के बारे में सोचता रहता
हूँ।
98 उन पर मनन करने से मैं, अपने दुश्मनों से
ज़्यादा अक्लमन्द हो जाता हूँ, क्योंकि
आपकी आ एँ
हमेशा मेरे साथ रहती हैं।
99 मेरे भीतर मुझे सिखानेवालों से अधिक
समझ है,
क्योंकि मेरी आँखें आपकी चितौनियों की
ओर लगी रहती हैं।
100 बुज़ुर्गों से बढ़कर मैं समझ रखता हूँ,
क्योंकि मैं आपकी बतायी बातों का
पालन करता हूँ।
101 मैंने अपने पैरों को हर तरह के

गलत रास्ते से बचाया है,
ताकि आपके वचनों पर चलता रहूँ।
102 आपकी बताई हुई बातों से मैं बिल्कुल
नहीं हटा,
क्योंकि आपही ने मुझे सिखाया है।
103 आपके वचन मुझे कितने मीठे लगते हैं,
हाँ वे शहद से अधिक मीठे हैं।
104 आपके उपदेशों से मुझे समझ हासिल
होती है।,
इसलिए मुझे हर झूठे रास्ते से नफ़रत है।
105 आपका वचन मेरे पाँव के लिए दीपक
और मार्ग के लिए रोशनी है।
106 मैं वायदा कर चुका हूँ
और इसी पर बना रहूँगा, कि आपके
अच्छे
नियमों को मानता रहूँ।
107 मैं बहुत दुख में पड़ चुका हूँ; हे प्रभु,
अपने शब्दों के अनुसार मुझे जिला
दीजिये।
108 हे प्रभु, मेरे मुँह की स्वेच्छाबलियों को
स्वीकार कीजिये
और अपने नियम सिखाईये।
109 मैं अपनी जान हथेलियों पर तो लिए
रहता हूँ,
लेकिन फिर भी आपके नियमों को भूलता
नहीं।
110 दुष्टों ने मेरे लिए जाल बिछाया तो है,
लेकिन इसके बावजूद मैं आपके उपदेशों
से भटका नहीं।
111 आपकी चेतावनियाँ मेरे लिए सदा के
लिए मीरास हैं ,
क्योंकि उससे मेरा मन खुश होता है।
112 आपके निर्देशों पर मैंने हमेशा के लिए
अपना मन लगाया है,
ताकि अन्त समय तक उन पर चलता रहूँ।
113 मैं दुचित्तों से घृणा करता हूँ,
लेकिन आपकी पुस्तक से प्यार करता हूँ।
114 आप मेरे रहने की जगह
और मेरी ढाल हैं; मैं आपके वचन की
आस लगाए हुए हूँ।
115 हे कुकर्मियो, मुझ से दूर हो जाओ,
कि मैं अपने परमेश्वर के हुक्मों को मान
सकूँ।
116 अपने शब्दों के मुताबिक मुझे सम्भालिए,
कि मैं जीवित रहूँ;
और मेरी आशा के कारण मुझे लज्जित न
होने दें।
117 मुझे संभालें कि मैं बचा रहूँ
और सदा आपके निर्देशों को आदर दे
सकूँ।
118 जितने आप से भटक जाते हैं,
उनकी आप परवाह नहीं करते,
क्योंकि उनका धोखा बेकार है।
119 इस दुनिया के सभी दुष्टों को
धातु के मैल की तरह आपने निकाल दिया
है।
120 आपके डर से मेरी देह काँप जाती है,
और आपके फैसलों से मुझे डर लगा रहता
है।
121 मैं ईमानदारी, सच्चाई
और न्याय से जीवन बिताता आया हूँ,
आपने मुझे मेरे सतानेवालों के सुपुर्द नहीं
किया।।
122 अपने दास की भलाई के लिए आप ही
जामिन बन जाइये, घमण्डी मुझे सता न
पाएँ।
123 मेरी आँखें आपकी मुक्ति
और आपके अच्छे वचन की प्रतीक्षा
करते- करते
थक चुकी हैं।
124 अपनी करुणा को ध्यान में
रखकर मेरे साथ व्यवहार कीजिये

और अपनी विधियों को सिखाईये।
125 मैं आपका दास हूँ, आप मुझे समझ
दीजिए,
कि मैं आपकी चेतावनियों को जान सकूँ।
126 वह समय आ पहुँचा है कि याहवे काम
करें,
उन्होंने आपकी बातों को नहीं माना।
127 इसलिए मैं आपकी आज्ञाओं को
सोने से वरन कुन्दन से भी बढ़कर चाहता
हूँ।
128 इसलिए मैं आपकी सब शिक्षाओं को
हर बात में ठीक जानता हूँ
और हर एक झूठे रास्ते से नफ़रत करता
हूँ।
129 आपकी चेतावनियाँ अद्‌भुत हैं,
इसीलिए मैं उन्हें माना करता हूँ।
130 आपके वचनों को सही तरीके से समझने
से
सच्चाई सीखने को मिलती है;
उससे सीधे लोग समझ हासिल करते हैं।
131 मैं मुँह खोलकर हांफ़ने लगा,
क्योंकि मैं आपके आदेशों का प्यासा था।
132 अपने नाम से प्यार करनेवालों से
आपको प्रेम है, वैसे ही मुड़कर मुझ
पर भी नज़र कीजिए।
133 आप अपने वचन पर मेरा
कदम मजबूत कीजिए,
और किसी भी अनुचित बात को मुझ पर
अधिकार न करने दीजिए।
134 इन्सान के अत्याचार से मुझे छुड़ा
लीजिए,
ताकि मैं आपके उपदेशों के मुताबिक कर
सकूँ।
135 अपने दास पर अपने चेहरे का प्रकाश
चमकाईये,
और सिखाईये, कि कैसे जीना है।
136 मेरी आँखों से पानी की धाराएँ बहती
रहती हैं,
क्योंकि लोग आपकी इच्छा के अनुसार
जीवन नहीं जीते।
137 हे याहवे आप सच्चे हैं, आपके नियम
खरे हैं।
138 आपने अपनी चेतावनियों को ईमानदारी
और सच्चाई से कहा है।
139 आपकी धुन मुझे खा चुकी है,
क्योंकि मेरे दुश्मन आपकी बातों को भुला
चुके हैं।
140 आपकी शिक्षा तायी हुई है,इसलिये
आपका दास उससे प्रेम करता है।
141 मैं छोटा
और तुच्छ हूँ, फिर भी मैं आपकी दी
शिक्षाओं को भूलता नहीं हूँ।
142 आपकी धार्मिकता सदा की है
और सभी नियम-आज्ञाएँ सच्ची हैं।
143 परेशानी
और पीड़ा मुझ पर आ पड़े हैं, फिर भी
आपकी
आज्ञाएँ मेरा आनन्द हैं।
144 आपकी चितौनियाँ हमेशा भलाई ही की
होती हैं।
आप मुझे समझ दीजिये ताकि मैं जीवित
रहूँ।
145 मैंने पूरे मन से दोहाई दी है,
हे प्रभु जवाब दीजिए, मैं आपकी इच्छा के
आधार पर ज़िन्दगी जिऊँगा।।
146 मैंने आपको पुकारा; मुझे बचाईये,
मैं आपसे मिलनेवाली चेतावनियों को
मानूँगा।
147 बहुत सवेरे उठकर मैं सहायता के
लिए आपको पुकारता हूँ,
आपके वचनों पर मेरी आस लगी है।
148 मेरी आँखें रात के हर पहर से

पहले ही खुल जाती हैं, ताकि मैं
आपके वचनों पर मनन करूँ।
149 अपनी करुणा के कारण मेरी सुन
लीजिये,
अपने नियमों के अनुसार मुझे जिलाईये।
150 जो लोग बुराई करने की धुन में रहते हैं,
वे बहुत पास आ गए हैं, लेकिन आपकी
आज्ञाओं
और नियमों से वे दूर हैं।
151 हे प्रभु, आप पास में हैं
और आपकी सभी आज्ञाएँ सच्ची हैं।
152 बहुत समय से मैं आपकी चितौनियों को
जानता हूँ, कि आपने उनकी नेव सदा के
लिए डाली है।
153 मेरी पीड़ को देखकर मुझे आज़ाद कर
दीजिए,
क्योंकि मैं आपके आदेशों को भूला नहीं
हूँ।
154 मेरा मुकदमा लड़िये
और मुक्त कीजिए, अपने किए वायदे के
अनुसार मुझे जिला दीजिए।
155 दुष्टों को छूट पाना मुश्किल है,
क्योंकि वे आपकी बातों का ध्यान नहीं
रखते।
156 हे प्रभु आपकी दया विशाल है;
इसलिए अपने नियमों के मुताबिक मुझे
जिला दीजिए
157 मेरा पीछा करनेवाले
और सतानेवाले संख्या में अधिक हैं
लेकिन मैं
आपकी इच्छा से इधर-उधर नही हटता।
158 मैं धोखा देनेवालों को देखकर निराश हो
गया था,
क्योंकि उन्हें आपके वचन की परवाह
नहीं थी।
159 देखिये, मैं आपके वचनों से कितना प्यार
करता हूँ,
मुझे अपनी दया के अनुसार जिला दीजिये।
160 आपका सारा वचन सच है,
और हमेशा के लिए अटल है।
161 गवर्नर बेकार ही में मेरे पीछे पड़े हुए हैं,
लेकिन मेरा मन आपकी बातों से डरता है।
162 जिस तरह एक मनुष्य बड़ी लूट हासिल
कर खुश होता है,
उसी तरह मैं आपके वचन पाकर खुश
होता हूँ।
163 झूठ से मेरी दुश्मनी है
और मुझे नफरत भी है।
164 आपके अच्छे नियमों के कारण मैं
हर दिन सात बार आपकी बड़ाई करता
हूँ।
165 आपकी कही बातों से
लगाव रखनेवालों को बड़ी शान्ति मिलती
है,
और वे ठोकर भी नहीं खाते हैं।
166 हे याहवे मुक्ति हासिल करने के
लिए केवल आपही से मुझे आशा है
और आपकी आज्ञाओं पर चलता आया
हूँ।
167 मैं अपने पूरे मन से आपकी चितौनियों
को मानता आया हूँ,
और से मुझे बहुत प्यार भी है
168 आपकी शिक्षाओं
और चितौनियों को मैं मानता आया हूँ,
क्योंकि मेरा सारा चरित्र आपके सामने
खुला हुआ है।

169 हे प्रभु मेरी प्रार्थना आप तक पहुँचे,
अपने वचन के अनुसार आप मुझे समझ
दें।
170 मेरा गिड़गिड़ाना आपके कानों मे सुनाई
दे,
अपनी प्रतिज्ञा के आधार पर मुझे आज़ाद
कर दीजिये।
171 मेरे मुँह से आपकी बड़ाई निकला करे,
क्योंकि आप अपने तौर-तरीके मुझे
सिखाते हैं।
172 आपके वचन के गाने मैं गाऊँगा,
क्योंकि आपकी सभी आज्ञाएँ फ़ायदेमन्द
हैं।
173 आपका हाथ मेरी सहायता के
लिए हर समय तैयार रहता है।
174 हे याहवे, मेरी इच्छा है कि
आप मुझे मुक्त करें
और आपके दिशा-निर्देशों ही से मुझे
आनन्द मिलता है।
175 आपकी बड़ाई करने के लिए मैं
जीवित रहना चाहता हूँ, आपकी दी गई
शिक्षा से
मेरी मदद हो सके।
176 मैं एक खोई हुई भेड़ के समान भटक
चुका हूँ;
अपने सेवक को ढूँढ लीजिये, क्योंकि मैं
आपके आदेशों को अब तक भूला नहीं हूँ।

120 मुसीबत के वक्त मैंने प्रभु से बिनती
की
और उन्होंने मेरी सुनी।
2 आप मुझे झूठ बोलने वालों
और धोखा देने वालों से बचाएँ।
3 हे छली इन्सान, वह तुम्हें किस तरह से
सख्त सज़ा देंगे ?
4 बहादुर व्यक्ति के तेज तीर
और झाऊ के अंगारों से।
5 मुझे मेशेक
और केदार के तम्बुओं में रहना पड़ा, यह
मेरे लिये दुख की बात है।
6 मेल
और शान्ति के दुश्मनों के साथ मुझे बहुत
सालों तक रहना पड़ा है।
7 मैं चाहता हूँ कि मिल-जुल कर रहें,
लेकिन मेरे बोलने पर वे लोग लड़ाई करने
को
उतारू रहते हैं।

121 मैं अपनी आँखें प्रभु की ओर
लगाऊँगा।
मुझे मदद कहाँ से मिल सकती है?
2 प्रभु ही मेरी मदद करते हैं, जिन्होंने आकाश
और पृथ्वी को बनाया है।
3 वह तुम्हारे पाँव को डगमगाने नहीं देंगे,
वह कभी ऊँघेंगे नहीं।
4 सुनो, इस्राएल की देख-भाल करने वाले
न ऊँघते हैं, न सोते हैं।
5 प्रभु तुम्हारे रक्षक हैं। प्रभु तुम्हारी दाहिनी
ओर तुम्हारी आड़ हैं।
6 दिन में धूप से
और रात में चाँद की रोशनी से तुम्हारा
कुछ
नुकसान न होगा।
7 प्रभु सारी मुसीबतों के आने के
बावजूद तुम्हारे जीवन को बचाएँ।
8 तुम जो कुछ भी करते हो, उस में
प्रभु तुम्हारी रक्षा हमेशा तक करें।

122 जब लोगों ने मुझ से प्रभु की
आराधना करने के
लिए कहा, तो मुझे खुशी हुई।
2 हे यरूशलेम, तुम्हारे फाटकों के
अन्दर हम खड़े हैं।

3 हे यरूशलेम, तुम ऐसे नगर की तरह बने
हो,
जिस के घर एक दूसरे से मिले हुए हैं।
4 वहाँ प्रभु के गोत्र के लोग उनका धन्यवाद
करने को जाते हैं।
यह इस्राएल के लिए एक गवाही है।
5 वहाँ इन्साफ़ के तख्त, दाऊद के परिवार
के लिए रखे हैं।
6 यरूशलेम की शान्ति की चाहत रखो,
तुम से प्रेम रखने वाले उन्नति करते जाएँ
7 तुम्हारी शहरपनाह के अन्दर सुकून
और महलों में कुशल हो।
8 मैं अपने भाईयों
और साथियों[a] के लिए कहूँगा कि तुम्हारे
यहाँ अमन
और चैन हो।
9 प्रभु के लिए प्रार्थना भवन की वजह से
मैं तुम्हारी उन्नति चाहूँगा।

123 हे स्वर्ग में विराजमान, मैं अपनी
आँखें आपकी ओर लगाता हूँ।
2 देखो, जिस तरह दासों[b] की आँखें अपने
मालिकों की तरफ़ होती हैं
और दासियों[c] की मालकिन की तरफ़,
वैसे ही हमारी आँखें हमारे प्रभु की ओर तब
तक लगी रहेंगी,
जब तक वह हम पर कृपा न करें।
3 हे प्रभु, हम पर कृपा करें, क्योंकि हमें
बेइज़्ज़त किया गया है।
4 सुखी लोग हमारी हँसी उड़ाते हैं
और घमण्डी बेइज़्ज़ती करते हैं।

124 इस्राएल यह कहे, "यदि प्रभु हमारी
ओर न होते,
2 तो लोगों के हमला किए जाने के समय,
3 जब वे बड़े गुस्से में थे, तभी हमें बर्बाद
कर दिया जाता।
4 उसी समय हम पानी में डूब मरते।
5 भारी बहाव में हम गायब ही हो जाते।
6 प्रभु का धन्यवाद हो, जिन्होंने ऐसी
हालत होने नहीं दी।
7 जैसे चिड़िया चिड़ीमार के फ़न्दे से बच
जाती है,
वैसे ही हम भी बच गए।
8 आकाश
और पृथ्वी को बनाने वाले ही हमारे
मददगार हैं।

125 जो लोग प्रभु परमेश्वर पर तकिया
करते हैं,
वे सिय्योन पहाड़ की तरह हैं,
जो अपनी जगह से हिल नहीं सकता।
2 जिस तरह से यरूशलेम पहाड़ों से घिरा
हुआ है,
उसी तरह प्रभु अपने लोगों के चारों
ओर रक्षक की तरह हैं।
3 क्योंकि दुष्ट लोगों का राजदण्ड प्रभु के
लोगों के हिस्से पर न बना रहेगा,
ताकि प्रभु के लोग गलत काम में न फँसे ?
4 हे प्रभु, अच्छे लोगों
और सीधे मन वालों की मदद करें।
5 जो वापस गलत रास्तों पर चलना शुरू कर
देते हैं,

[a] **122.8** वहाँ के निवासियों [b] **123.2** नौकरों [c] **123.2** नौकरानियों

उन्हें प्रभु बेकार लोगों के साथ निकाल
देंगे,
इस्राएल को शान्ति मिले।

126 जब प्रभु ने सिय्योन की हालत को
वापस अच्छा कर दिया,
हम ने सोचा कि हम सपना देख रहे हैं ।
2 उस समय हम ज़ोर-ज़ोर से हँसने
लगे
और खुशी से चिल्ला उठे। उस समय देशों
ने कहा,
"प्रभु ने इन लोगों के लिये बड़े-बड़े काम
किये हैं।"
3 इस में कोई दो राय भी नहीं, कि प्रभु ने
हम लोगों के लिये बड़े काम किये थे। हम
इस बात से सन्तुष्ट भी थे।
4 जिस तरह से दक्षिण का
रेगिस्तान हरा-भरा हो जाता है,
उसी तरह हमारी आत्मा को फिर से
तरोताज़ा कर दीजिये।
5 जो लोग आँसुओं के साथ बोआई करते हैं,
वे खुशी के साथ फ़सल काटेंगे।
6 अपने बीज के झोले को लेकर जो
रोते हुए जाता है,
वह ज़रूर अनाज के दानों की पूलियाँ लेकर
खुशी के
नारे मारता हुआ वापिस लौटेगा।

127 यदि प्रभु घर[a] को न बनाए, तो
बनाने वालों की मेहनत बेकार
रहेगी।
यदि प्रभु ही किसी शहर की निगहबानी न
करे, तो चौकीदार क्या कर सकता
है? 2 तुम्हारे लिये यह बिल्कुल
बेकार है कि तुम बड़े सवेरे उठ
जाओ
और देर रात घर लौटो,
और अपनी ज़रूरतों के लिये कठोर मेहनत
करो। हाँ,
वह अपने लोगों की ज़रूरतों को पूरा
करते हैं
और चैन की नींद भी देते हैं।
3 हाँ, बच्चे प्रभु की देन हैं, गर्भ का
फल एक ईनाम होता है।
4 जो बेटे किसी की जवानी में पैदा होते हैं,
वे किसी सैनिक के हाथ में तीर की तरह
होते हैं।
5 जिस आदमी का तरकश उन से भरा है,
वही सचमुच सुखी है।फाटकों पर अपने
दुश्मनों से
बातें करते वक्त उसे शर्मिन्दा न होना
पड़ेगा।

128 जो इन्सान प्रभु का आदर करता है
और उनकी कही बातों के मुताबिक
अपनी
ज़िन्दगी बिताता है,
2 वह अपनी मेहनत की मजदूरी से
अपनी ज़रूरतें पूरी करेगा ।वह सन्तुष्ट
रहने के
साथ भलाई भी देखेगा।
3 उसकी पत्नी घर में अँगूर की लता की
तरह होगी,
जिस में खूब अँगूर लगते हैं।
उसके बच्चे खाने की मेज़ के चारों
ओर जैतून के पौधों के समान होंगे।
4 देखो, जो व्यक्ति प्रभु से डर कर जीता है,
वह इसी तरह से आशीषित होगा।
5 सिय्योन से प्रभु तुम्हें अपनी भलाईयों से
भरपूर करें।
तुम अपने जीवन काल में यरूशलेम को
बहुतायत से बढ़ते देखो।

[a] **127.1** इमारत या वंश

6 यहाँ तक कि तुम अपने नाती-पोतों को
भी देख सको। इस्राएल को सुकून मिले।

129 मेरी जवानी ही से वे लोग मुझे
तकलीफ़ देते रहे हैं,
हाँ इस्राएल यही कहे कि,
2 मेरी जवानी ही से वे लोग मुझे परेशान
करते रहे हैं,
लेकिन वे कामयाब न हो सके।
3 हल वालों ने मेरी पीठ पर हल चलाया।
उन्होंने लम्बी-लम्बी रेघारियाँ बना डालीं।
4 लेकिन प्रभु इन्साफ़ करते हैं।
उन्होंने दुष्टों के बनाए गये जालों को
बर्बाद कर डाला।
5 सिय्योन से नफ़रत करने वाले शर्मिन्दा हों
और भगा दिए जाएँ।
6 वे लोग छत की घास की तरह ठहरें,
जो उखाड़े जाने से पहले ही सूख जाती है।
7 काटने वालों के हाथ भी उस से भर नहीं
पाते हैं।
न ही इकट्ठा करने वालों की गोद उस से
भर भर पाती है।
8 वहाँ से गुज़रने वाले यह नहीं कहेंगे,
"तुम्हें प्रभु की आशीष मिले। हम तुम्हारे
लिये प्रभु की भलाईयों का ऐलान करते
हैं।"

130 गहरे पानी में से मैंने प्रभु जी आप
को पुकारा।
2 हे प्रभु, मेरी सुन लीजिये
और मेरी दोहाई पर कान लगाईये।
3 यदि आप लोगों के अपराधों का हिसाब
रखते,
तो प्रभु कौन खड़ा रह सकता था?
4 लेकिन आप माफ़ करने में दिलचस्पी लेते
हैं,
ताकि आप को आदर मिले।
5 मेरा पूरा भरोसा प्रभु पर है
और उन्हीं का आसरा है। मुझे उन से
तसल्ली के शब्द सुनने हैं।
6 जितना पहरेदार सुबह का इन्तज़ार करता
है
उस से ज़्यादा मैं प्रभु का प्यासा हूँ, हाँ
पहरेदारों से,
जो बड़ी उम्मीद से सुबह की राह देखते
हैं।
7 हे इस्राएल, प्रभु से आशा रखो,
क्योंकि वह अपने सच्चे प्रेम को दिखाते हैं
और छुड़ाने में बहुत दिलचस्पी लेते हैं।
8 वह इस्राएल को उसके बलवईपन के
परिणामों से मुक्त करेंगे ।

131 प्रभु, मेरे मन में घमण्ड नहीं है,
न ही मैं अहंकारी दिखता हूँ, मैं
बड़ी- बड़ी बातों की
उम्मीद नहीं करता हूँ या वह सब जो
मेरी समझ से बाहर हैं।
2 मैं उस बच्चे की तरह चुपचाप रहता हूँ
जिसे उसकी माँ अपनी गोदी में ले जाती है
।
3 हे इस्राएल, हमेशा तक प्रभु पर आसरा
करो ।

132 हे प्रभु, दाऊद की सारी मुसीबतों
को
जो उसने सहीं, याद करें,
2 उसने प्रभु
और याकूब के सर्वशक्तिमान से प्रतिज्ञा
की।
3 उसने कहा था, "न ही मैं अपने घर के
अन्दर दाखिल होऊँगा
और न ही अपने बिस्तर पर चढ़ूँगा।
4 मैं उस समय तक अपनी आँखों में नींद
और पलकों में झपकी तक नहीं आने दूँगा,
5 जब तक कि प्रभु की आराधना के लिये,
जो इस्राएल के ताकतवर प्रभु हैं,

एक इमारत न बना लूँ।"
6 देखो, इसके बारे में हम ने एप्राता में सुना
था,
हमने इसे जंगल के खेतों के भीतर पाया।
7 चलो, हम उनकी आराधना की
जगह को चलें
और उनकी चौकी के सामने सिज़दा करें।
8 प्रभु अपने आराम के स्थान पर
अपनी शक्ति के बक्से के साथ विराजमान
हों।
9 आपके सेवक ईमानदारी से काम करें
और आप को मानने वाले आपकी बड़ाई
करते जाएँ।
10 अपने सेवक दाऊद के कारण
अपने चुने हुए राजा को तुच्छ न समझिए।
11 दाऊद से किये गये वायदे पर भरोसा
किया जा सकता है।
अपनी कही बात से वह मुकरेंगे नहीं।
उन्होंने यह कहा था, "तुम्हारे वंश से ही
कोई राजा बनेगा।"
12 यदि तुम्हारे बच्चे मुझ से बान्धी वाचा में
बने रहने के
साथ मेरी बातों को मानेंगे,
तब उन्हीं की सन्तान शासन करेगी ।
13 इस में कोई दो राय नहीं कि प्रभु ने
सिय्योन को चुना है,
वहीं पर उनकी मौजूदगी थी।
14 उन्होंने ही कहा था कि वह अपनी
उपस्थिति को हमेशा वहीं रखेंगे।
15 उसकी सारी ज़रूरतों को वह मुहैया
करवाएँगे ।
वहाँ के गरीबों की ज़रूरतें भी पूरा करेंगे।
16 उनका कहना यह भी था कि वह
पुरोहितों की देख-रेख करेंगे और वहाँ के
भले लोग खुशी के नारे लगाएँगे।
17 मैं वहाँ पर दाऊद को जीत दिलाऊँगा।
उस का शासन सदा तक ठहरेगा।
18 उसके शत्रुओं को शर्मिन्दा होना पड़ेगा
और उस का मुकुट हमेशा तक चमकता
रहेगा।

133 देखो! यह कितनी खूबसूरत बात है,
जब भाई लोगों में एकता रहती है।
2 यह उस शुद्ध तेल की तरह है
जो हारून की दाढ़ी से बहता हुआ उसके
कपड़ों तक बह जाता है।
3 यह हर्मोन की उस ओस की तरह है,
जो सिय्योन की पहाड़ियों पर बहती है-
वहीं आशीष भी है।
यह सदा काल की आशीष होगी।

134 हे प्रभु के सभी सेवकों,जो उनकी आराधना की
जगह में रात भर सेवा टहल करते हो,
उनकी बड़ाई करो।
2 उस स्थान की ओर अपने हाथों को बढ़ाओ
और उनकी तारीफ़ करो।
3 आकाश
और पृथ्वी को बनाने वाले, सिय्योन से
तुम्हारे ऊपर भलाईयों को उण्डेलें।

135 प्रभु की प्रशंसा करो! उनके नाम की बड़ाई करो।
उनके सेवकों, उन्हीं के गुण गाओ।
2 तुम जो प्रभु के मन्दिर में सेवा करते हो,
अर्थात प्रभु के भवन में खड़े रहते हो,
3 प्रभु की बड़ाई करो क्योंकि वह अच्छे हैं,
उनकी तारीफ़ में गीत गाना सुहावना है।
4 प्रभु ने सचमुच याकूब[a] को
अपने लिये चुना है।

[a] 135.4 इस्राएल

5 हाँ, मैं जानता हूँ कि प्रभु महान हैं
और सृष्टिकर्ता सभी देवी-देवताओं से बढ़
कर हैं।
6 इस दुनिया
और स्वर्ग में क्या किया जाए इसके बारे
में वह
अपनी इच्छा से फैसला लेते हैं।
7 पृथ्वी के आखिर से वही बादलों को उठाते
हैं,
वही अपने भण्डार से हवा बाहर निकालते
हैं।
8 उन्होंने मिस्र के पहलौठों, महिलाओं
और पुरुषों को मार डाला था।
9 अपने इन्साफ़ को दिखाने के
लिये उन्होंने मिस्र के लोगों और फिरौन के
विरोध में आश्चर्य के काम किये।
10 उन्होंने अनेक देशों को हरा दिया
और ताकतवर राजाओं को मार डाला।
11 अमोरियों के राजा सिहोन, बाशान के
राजा ओग
और कनान के देशों की
12 ज़मीन को उन्होंने मीरास के रूप में
इस्राएल को दे दिया।
13 प्रभु आप का नाम सदा के लिये है।
आपकी महिमा अनन्त है।
14 प्रभु अपने लोगों को इन्साफ़ दिलाते हैं
और अपने लोगों पर तरस खाते हैं।
15 दूसरे देशों की मूरतें चाँदी
और सोने की बनी होती हैं। उनको इन्सान
बनाता है।
16 उनके मुँह तो होता है, लेकिन वे बोल नहीं
सकती हैं।
आँखें होती हैं, लेकिन दिखता नहीं है।
17 कान होते हैं, लेकिन सुन नहीं सकती हैं।
18 जो लोग इन मूर्तियों को बनाते हैं,
इन्हीं की तरह बन जाएँगे,
वे लोग भी जो इन पर भरोसा रखते हैं।
19 हे इस्राएल के घराने, प्रभु की बड़ाई करो!
हारून के घराने प्रभु की स्तुति करो!
20 लेवी के घराने, तुम भी
और सभी प्रभु के वफ़ादार लोग उनको
धन्यवाद देते रहें।
21 प्रभु जो यरूशलेम में विराजमान हैं
इस लायक हैं कि उनकी बड़ाई की जाए।
प्रभु की स्तुति हो।

136 इसलिये कि प्रभु भले हैं, उन्हें
धन्यवाद दो,
उनका सच्चा प्यार हमेशा का है।
2 वह तमाम देवी-देवताओं से अलग हैं,
उनका प्रेम कभी खत्म नहीं होगा,
उन्हीं के शुक्रगुज़ार हो।
3 प्रभुओं के प्रभु के सदा ठहरने वाले
प्रेम के लिये बड़ाई करो।
4 वही हैं जो बड़े और अचरज से
भर देने वाले कामों को करते हैं।
उनका प्रेम कभी समाप्त नहीं होता है।
5 जिन्होंने अपने ज्ञान से आकाश की रचना
की,
उनका प्रेम सदा का है।
6 वही हैं जिन्होंने पृथ्वी को पानी के
ऊपर फैलाया है, उनका प्रेम अनन्त है।
7 उनकी मोहब्बत की कोई थाह नहीं पा
सकता,
वही हैं जिन्होंने बड़ी ज्योतियों को बनाया।
8 दिन पर राज्य करने के लिये
उन्होंने सूरज को बनाया,
उनकी करुणा हमेशा की है।
9 रात का शासन चाँद
और तारे करते हैं, उनकी दया सदा की है।
10 वही हैं जिन्होंने मिस्र के पहलौठों को
मार डाला था, उनकी कृपा सदा की है।
11 इस्राएल को उन्हीं ने बाहर निकाला था,

उनका भरोसेमन्द प्यार हमेशा का है।
12 ऐसा उन्होंने मज़बूत
और बड़ी भुजा से किया था। उनकी
करुणा सदा की है।
13 उन्हीं ने समुन्दर को दो हिस्सों में कर
दिया था उनकी दया कभी खत्म न होगी।
14 सूखी ज़मीन में से वह उन्हें ले चले,
उनके प्रेम का अन्त ही नहीं है।
15 फ़िरौन
और उसकी फ़ौज को उन्होंने पानी में डुबो
दिया।
वह सदा तक का प्रेम करते हैं।
16 जो प्रभु उन्हें जंगल में से लेकर गये,
उनकी मोहब्बत कभी खत्म होने वाली
नहीं है।
17 जिन्होंने बड़े राजाओं को मार डाला,
उनकी कृपा सदा काल की है।
18 बहुत से ताकतवर बादशाहों को
उन्होंने खत्म कर दिया,
उनका रहम हमेशा का है।
19 उस में से अमोरी राजा सीहोन था,
उनका प्यार अनन्त है।
20 बाशान का राजा ओग भी था,
उनका प्रेम सदा का है।
21 उन्होंने उनकी ज़मीन को मीरास में दे
डाला,
क्योंकि उनकी करुणा सदा की है।
22 उन्होंने उस देश को इस्राएल की
मीरास होने के लिये दिया था,
उनकी कृपा कभी समाप्त नहीं होगी।
23 हमारी खराब हालत में उन्होंने मदद भेजी,
उनकी करुणा कभी नहीं मिटेगी।
24 हमारे दुश्मनों से उन्होंने हमें आज़ाद
किया,
उनकी दया सदा की है।
25 जिन्होंने सब जीवों के खाने का इन्तज़ाम
किया है,
उनकी करुणा बनी रहेगी।
26 स्वर्ग के प्रभु का धन्यवाद करो,
क्योंकि उनकी करुणा हमेशा की है।

137 जब हमें सिय्योन की याद आई,
बेबिलोन की नदियों के तट पर बैठ
कर
हम रोते ही रहे।
2 वहाँ के मजनू पहाड़ों पर हम ने
अपनी वीणाओं को टाँग दिया,
3 जो लोग हमें वहाँ पकड़ कर ले गये थे,
उन्होंने चाहा कि हम गाने गाएँ।
हमारा मज़ाक उड़ाने वालों ने हम से कहा,
“हमारे लिये सिय्योन के बारे में खुशी के
गीत गाओ।”
4 लेकिन हम किसी दूसरे देश में प्रभु के
लिये गीत कैसे गा सकते थे?
5 हे यरूशलेम, यदि मैं तुम्हें भूल जाऊँ,
तो मेरा दाहिना हाथ सूख जाए।
6 यदि मैं तुम्हें याद न रखूँ
और मुझे खुशी देने वाली बातों से ज़्यादा
मैं
यरुशलेम को अहमियत न दूँ,
तो मेरी जीभ मेरे तालू से चिपक जाए।
7 हे प्रभु, यरूशलेम की हार के
दिन जो कुछ एदोमियों ने किया था,
उसे याद कीजिये। वे कह रहे थे,
“इसे नींव से उखाड़ फेंको।”
8 बहुत जल्दी बर्बाद होने वाले बेबिलोन,
वह प्रशंसा के लायक होगा,
जो तुम्हारे उस बुरे बर्ताव का बदला तुम्हें
देगा जो
तुमने हमारे साथ किया है।
9 जो तुम्हारे शिशुओं को छीन कर ज़मीन

पर पटक देगा, वह अच्छा करेगा।

138 मैं अपने पूरे मन से आप को धन्यवाद
दूँगा।स्वर्गदूतों के सामने आपके लिये मैं
गीत गाऊँगा।
2 आपके अलग किये हुए प्रार्थना
भवन के सामने मैं अपना सिर झुकाऊँगा
और आपके न बदलने वाले प्यार
और विश्वासयोग्यता के लिये आपके
नाम का शुक्रगुज़ार होऊँगा।
प्रभु अपने वायदों में पक्के हैं
और सभी यह जानते हैं।
3 मदद के लिये जब मैंने आपको पुकारा,
तब आपने मेरी हिम्मत और ताकत बढ़ाई।
4 आपकी सुनने के बाद इस दुनिया के
सभी राजा आपकी बड़ाई करें।
5 प्रभु के कामों के बारे में वे गीत गाएँ
क्योंकि उनकी महानता असीमित है।
6 हालांकि प्रभु महान हैं, वह कुछ न समझे
जाने वालों पर नज़र रखते हैं।
वह घमण्डी को दूर ही से पहचान जाते हैं।
7 यहाँ तक कि अगर मुझे खतरे में से हो
कर गुज़रना पड़े,
तो आप मुझ में नई ताकत डाल देते हैं।
आप मेरे गुस्सैल दुश्मनों का मुकाबला करते
हैं।
आप अपने दाहिने हाथ से मुझे छुड़ा लेते
हैं।
8 मेरे जीवन के बारे में जो प्रभु की योजना है,
उसे वह पूरा करेंगे।
आप का सच्चा प्रेम कभी समाप्त नहीं होगा।
जिन लोगों को आपने बनाया है, उन्हें
त्याग मत दीजिये।

139 हे प्रभु, आप मुझे जाँचिये
और जान लीजिये।
2 मेरे उठने
और बैठने को आप जानते हैं। आप दूर ही
से मेरी नियत पहचान लेते हैं।
3 चाहे मैं कहीं जा रहा हूँ या आराम से
लेटा हुआ हूँ,
आप ध्यान से मुझे देखते रहते हैं।
आप मेरे सभी कामों को जानते हैं।
4 आपके बिना मैं एक शब्द भी मुँह से नहीं
निकालता हूँ,
और आप सब कुछ जानते हैं।
5 आपने मुझे आगे पीछे घेर रखा है।
आपका हाथ मेरे ऊपर है ।
6 आपका ज्ञान मेरी समझ से बाहर है।
मैं यह कभी समझ ही नहीं पाऊँगा।
7 आपकी आत्मा से भाग कर मैं कहाँ जा
सकता हूँ?
आपकी मौजूदगी से मैं बच ही कैसे सकता
हूँ?
8 यदि मैं आकाश पर चढ़ना चाहूँ, तोआप
वहाँ होंगे।
यदि मैं अधोलोक पहुँच जाऊँ, तो आप
वहाँ भी हैं।
9 यदि मैं भोर के पँखों पर उड़ जाऊँ
और समुन्दर पार कर दूसरी ओर जा
ठहरूँ,
10 वहाँ भी आप मुझे रास्ता दिखाएँगे,
आपका दाहिना हाथ मुझे अच्छी तरह से
पकड़े रहेगा।
11 यदि मैं कहूँ कि अन्धियारा मुझे ढाँक
लेगा
और अन्धेरा मुझे चारों तरफ़ से घेर लेगा।
12 आपके लिये अन्धेरा भी इतना गहरा नहीं
है,
कि आप देख न सकें, आपके लिये रात
भी दिन के
उजियाले की तरह है। अन्धेरा
और रोशनी दोनों आपके लिये समान हैं।

13 आप ही ने मेरे मन
और दिल को बनाया, मेरी माता के गर्भ में
आपने मुझे बुन दिया।
14 मैं आपको धन्यवाद दूँगा, क्योंकि आपके
काम
बहुत हैरत में डाल देने वाले,
आश्चर्य से भर देने वाले हैं। आप मुझे
अच्छी तरह से जानते हैं।
15 जब मैं गुप्त में बन रहा था, आप को
मेरी हड्डियों की जानकारी थी।
16 आपकी नज़रें उस समय मेरे ऊपर थीं,
जब मैं गर्भ में था।
इसके पहले कि मेरी शुरुआत इस दुनिया में
हुई,
आप मेरे भविष्य को जानते थे।
17 मेरे बारे में आप जो सोचते हैं
वह मेरी समझ के बाहर है,
मेरे प्रभु , उनकी गिनती कितनी बड़ी है।
18 यदि उन्हें मैं गिनता, तो वे बालू के
किनकों की तरह अनगिनित होते।
जब मैं जाग उठता हूँ तब भी आपके साथ
रहता हूँ।
19 प्रभु यदि आप दुष्ट को मार डालते,
तो अच्छा होता, हिंसा करने वालो,
मुझ से दूर हट जाओ।
20 वे आपके खिलाफ़ बुरी बातें बोलते हैं,
आपके दुश्मन बेकार ही में आप का नाम
लेते हैं।
21 हे प्रभु, क्या मैं आपके दुश्मनों से दुश्मनी
और विरोध नहीं रखता हूँ?
22 मैं उन से बहुत नफ़रत रखता हूँ
और वे मेरे दुश्मन हो गये हैं।
23 हे प्रभु, मुझे परख कर मेरे मन को जान
लीजिये
और मेरी चिन्ताओं की जानकारी कर
लीजिये।
24 आप देख लीजिए कि मेरा चालचलन
ठीक है या नहीं।
आप अनन्त की राह में मुझे रास्ता
दिखाईये।

140

हे प्रभु, मुझ को उन दुष्ट लोगों से बचाईये
और मार काट करने वालों से भी,
2 जो मेरा नुकसान करने के तरीके ढूँढते हैं।
ये लोग पूरे दिन झगड़ा करने पर उतारू
रहते हैं।
3 उनकी जीभें साँप की तरह हैं।
उनके होठों के पीछे विषैले साँप का ज़हर
है।
4 हे प्रभु, दुष्ट की ताकत से मुझे बचाईये।
मार-काट करने वालों से भी मुझे बचाईये,
जो मुझे गिरा देना चाहते हैं।
5 घमण्डी लोग छिप कर मेरे लिये फ़न्दा
लगाते हैं।
मेरे रास्ते में मेरे लिये जाल बिछाते हैं।
6 मैं प्रभु से कहता हूँ, “आप ही मेरे प्रभु हैं।”
हे प्रभु, मेरी गिड़गिड़ाहट पर गौर कीजिये।
7 हे मेरे ताकतवर प्रभु, युद्ध के
समय आप ही मुझे बचाईये
और छुड़ाईये।
8 हे प्रभु, बुरे लोग कामयाब न हो पाएँ।
उनकी हमला करने की योजनाएँ बेकार हो
जाएँ।
9 जिन लोगों ने मुझे घेर रखा है,
उनके होठों के द्वारा मेरा किया गया
नुकसान
उनके ऊपर ही आ पड़े ।
10 उनके ऊपर जलते कोयले आ गिरें।
वह उन लोगों को आग में डाल दें।
वे अथाह कुंड से न निकल सकें।
11 बुराई करने वाला इस दुनिया में बना न
रहेगा।

झगड़ा करने वालों के ऊपर मुसीबत
अचानक आ पड़ेगी।
12 मुझे मालूम है कि जिनको
लोग दबाव में रखते हैं, उन्हें प्रभु बचाते हैं
और कमज़ोर[a] के पक्ष में रहते हैं।
13 आप का प्रेमी ज़रूर ही आपकी
बड़ाई करेगा। सही चालचलन वाला
आपकी मौजूदगी का अनुभव करेगा।

141 हे प्रभु, मैं आप को बुला रहा हूँ,
जल्दी आईये। मेरी आवाज़ पर
कान लगाईये।
2 मेरी दुआ आपके सामने खुशबूदार धूप
और मेरा हाथ उठाना शाम की कुर्बानी
ठहरे।
3 हे प्रभु, मेरे मुँह पर पहरा बैठा दीजिये।
मेरे होठों के दरवाज़े की चौकीदारी
कीजिये।
4 मेरे मन को किसी बुराई की ओर न झुकने
दीजिये।
मैं गलत काम करने वालों के साथ अनुचित
काम में न लगूँ।
मैं उनके मज़ेदार खाने के लालच में न
फँसूं।
5 यदि ईमानदार
और सच्चा इन्सान मुझे मारे तो यह मेरे
लिये अच्छा होगा।
यदि वह डाँटे-डपटे तो यह मेरे सिर पर
डाले गये तेल की तरह होगा।
मैं इसे स्वीकार कर लूँ । उनके बुरे काम
करने पर
भी मैं प्रार्थना करता रहूँगा।
6 जज, उनके राजाओं को चट्टान के किनारों
से
ढकेल देंगे। वे मेरी बातों को सुनेंगे क्योंकि
वे मनभावनी हैं।
7 जिस तरह से हल से मिट्टी तोड़ी जाती है,
उसी तरह से हमारी हड्डियाँ अधोलोक के
फ़ाटकों तक बिखराई गई हैं।
8 हे महान प्रभु, मेरी नज़र आपकी ओर है।
मैं आप में शरण लेता हूँ। मुझे खतरे में न
पड़ने दीजिये।
9 दुष्टों के फैलाए जाल
और फन्दों से मेरा बचाव कीजिये।
10 दुष्ट अपने ही जाल में फँसे
और मैं उससे बच निकलूँ।

142 कृपा के लिये मैं प्रभु के सामने ही
गिड़गिड़ाता रहूँगा।
2 मैं उनके सामने ही रोता रहूँगा
और अपनी परेशानियों को बताऊँगा।
3 मेरी सारी ताकत निकल जाने के
बाद आप मेरे कदमों के ऊपर आँख लगाये
रहेंगे,
हालांकि लोगों ने मेरे लिये जाल बिछा
रखा है।
4 दाहिनी ओर निगाह डालो
और देखो, किसी को मेरी चिन्ता नहीं है।
मैं कहीं भाग भी नहीं सकता।
मुझे बचाने वाला भी कोई नहीं है।
5 मैं आप को पुकार रहा हूँ। मैं कहता हूँ,
"आप ही मेरी पनाह की जगह हैं।
जीवित लोगों की दुनिया में आप ही मेरी
रक्षा करते हैं।
6 मदद के लिये मेरी गुहार सुन लीजिये।
मैं बहुत भारी परेशानी में पड़ गया हूँ।
जो लोग मेरा पीछा करते हैं उन से मुझे
बचाईये,
क्योंकि वे मुझ से ज़्यादा ताकतवर हैं।
7 मुझे जेल से छुड़ा लीजिये, ताकि मैं
आप को धन्यवाद दे सकूँ।
मेरे कारण ईमानदार लोग इकट्ठा होंगे।

[a] **140.12** गरीब

आप ही मुझे बचाएँगे।”

143 हे प्रभु, मेरी बिनती सुनिये! मदद के
लिये मेरी दोहाई की तरफ़ गौर
करें!
आपके इन्साफ़
और वफ़ादारी के कारण मुझे जवाब
दीजिये।
2 अपने दास से मुकदमा न लड़ें।
आपकी निगाह में कोई आरोप रहित नहीं
ठहर सकता।
3 दुश्मन मेरी जान के पीछे पड़ा हुआ है।
उसने मुझे पीस कर मिट्टी में मिला दिया है।
उसने मुझे बहुत दिन से मरे हुओं की
तरह अन्धेरे में डाल दिया है।
4 मेरी आत्मा अन्दर ही अन्दर परेशान है
और मेरा मन भी परेशान है।
5 मुझे पुराना समय याद आता है । जो कुछ
आपने किया है
और हासिल किया है उस पर मैं मनन
करता हूँ।
6 निवेदन करते हुए मैं अपने हाथ
आपके सामने फैलाता हूँ। सूखी जगह[a] में
मेरी आत्मा
आपके लिये तरसती है।
7 प्रभु, मुझे जल्दी जवाब दीजिये! मेरी ताकत
जा रही है।
मुझे दुतकारिये मत, नहीं तो मैं उनका
साथी हो जाऊँगा, जो कब्र में जा चुके हैं।
8 काश, मैं सुबह आपके सच्चे प्रेम के
विषय सुन सकूँ,
क्योंकि मेरा भरोसा आप पर है।
मुझे वह रास्ता दिखाईये, जिस पर मुझे
चलना है,
क्योंकि मैं आप को चाहता हूँ।
9 मेरे शत्रुओं से मुझे बचाईये, प्रभु!
बचने के लिये मैं आपके पास ही आता हूँ।
10 मुझे वह करना सिखाईए जो आप को
पसन्द है,
क्योंकि आप ही मेरे प्रभु हैं।
आपकी मौजूदगी मुझे एक समतल भूमि पर
ले चले।
11 हे प्रभु, अपने नाम की खातिर मुझे नया
कर दीजिये।
अपने न्याय के कारण मुझे परेशानी में से
निकाल लीजिये।
12 अपने सच्चे प्रेम के सबूत में मेरे
दुश्मनों को बर्बाद कर डालिये।
इसलिये कि मैं आप का दास हूँ, मुझे धमकी
देने
वालों को खत्म कर डालिये।

144 मेरे प्रभु जो मेरी देख-रेख करते हैं,
वह बड़ाई के लायक हैं। वही मेरे
हाथों
और उँगलियों को युद्ध[b] के लिये तैयार
करते हैं।
2 वह मुझ से प्यार करते हैं
और मेरे लिये किले की तरह हैं।
वही मेरे शरणस्थान और छुड़ाने वाले हैं
।
3 प्रभु, मानव है ही क्या कि आप
उस का ध्यान रखें?
उसकी अहमियत ही क्या है कि आप
उस का ख्याल रखें?
4 इन्सान भाप की तरह है।
उसके दिन छाया के समान हैं,
जो गायब हो जाती है।
5 हे प्रभु, आकाश को नीचे कर आप उतर
आईये। पहाड़ों को छू कर धधका दीजिए।
6 बिजली की कड़कड़ाहट के साथ
उन्हें तित्तर- बित्तर कर दें।

[a] **143.6** देश [b] **144.1** संघर्ष

अपने तीरों को छोड़ कर उन्हें खदेड़
डालिये।
7 ऊपर से उतर आईये। मुझे संभालकर तेज़
लहरों वाले पानी[a] से बचा लीजिये,
8 जो झूठ बोलते
और झूठे वायदे करते हैं।
9 हे परमात्मा, मैं आपके लिये एक
नया गीत गाऊँगा।
मैं दस तार वाला बाजा बजा कर आप का
कीर्तन करूँगा।
10 आप ही राजाओं को विदेशी ताकतों से
आज़ाद करते हैं।
आप ही ने अपने दास, दाऊद की जान को
बचाया है।
11 मुझे खींच कर ऐसे देशों से मुक्त करें जो
झूठे वायदे करते हैं।
12 तब हमारे बेटे उन पौधों की तरह होंगे जो
जल्दी ही
अपने कद को हासिल कर लेते हैं।
हमारी बेटियाँ महल के उन कोने के खम्भों
की
तरह होंगी जिन पर नक्काशी होती है।
13 हमारे सामान के कमरे खाने की चीज़ों से
भरे रहेंगे।
हमारी चरागाहों में भेड़ों की गिनती
हज़ारों-हज़ार हो जाएगी ।
14 हमारे मवेशी खेत की पैदावार से लद
जाएँगे।
कोई हमारी सरहद को लांघ कर किसी को
भी गुलाम न बना सकेगा। तब हमारे शहर
के
चौराहों पर किसी की चीख सुनाई न
देगी।
15 जो लोग इन सभी बातों का अनुभव करते
हैं,
वही सच में सुखी कहलाएँगे।
वे लोग कितने आशीषित कहलाएँगे जिन के
स्वामी यह प्रभु हैं।

145 मेरे प्रभु
और मेरे बादशाह, मैं
आपकी तारीफ़ करता रहूँगा।
2 निरन्तर हर दिन मैं ऐसा करता रहूँगा।
3 प्रभु महान हैं
और इस लायक भी, कि
उनकी बड़ाई की जाए।
उनकी महानता की गहराई को
कोई नहीं समझ पाएगा।
4 एक पीढ़ी दूसरी पीढ़ी से आपके
बड़े कामों को बतायेगी
और बड़ाई करेगी।
5 आपके बड़े नाम, महानता
और अजीब कामों के ऊपर मैं
मनन करूँगा।
6 वे आपके बड़े कामों की शक्ति की
घोषणा करेंगे। मैं भी उनकी
घोषणा करूँगा।
7 आपकी बड़ी दया की शौहरत के
बारे में वे लोग चर्चा करेंगे।
वे आपके इन्साफ़ का गीत गाएंगे।
8 प्रभु दयालु
और तरस से भरे हैं।
वह धीरज रखते हैं
और उन में सच्चा प्रेम भी है।
9 सभी लोगों के लिये वह भले हैं
और जो कुछ उन्होंने बनाया है,
उन सब के प्रति तरस रखते हैं।
10 जो कुछ उन्होंने बनाया है
उस से उन्हीं की बड़ाई होती है।
आपके विश्वसनीय पैरोकार आपकी
बड़ाई करेंगे।

[a] **144.7** विदेशी दुश्मनों

11 वे आपके राज्य की शान का ऐलान करेंगे
और ताकत के बारे में बतायेंगे।
12 ताकि लोग आपके किये हुए कामों को
और आपके राज्य की शान को मानें।
13 आप का राज्य हमेशा का है
और आप का अधिकार
पीढ़ी- पीढ़ी तक है।
14 याहवे सभी गिरते हुओं को सम्भालते हैं
और सभी झुके हुओं को सीधा खड़ा कर
देते हैं।
15 सभी की आँखें आपकी ओर लगी रहती
हैं।
उनका खाना आप उन्हें सही समय पर देते
हैं।
16 आप अपनी मुट्ठी खोलते हैं
और हर प्राणी की इच्छा को पूरा करते हैं।
17 अपने सभी चालों में प्रभु ईमानदार
और सभी कामों में दया से प्रेरित हुआ
करते हैं।
18 जितने लोग उन्हें सच्चाई से पुकारते हैं,
वह उन लोगों के पास ही रहते हैं।
19 जो उनसे डरते हैं, वह उनकी आरज़ू को
पूरा करेंगे।
उनकी गिड़गिड़ाहट को सुनकर वह उन
लोगों को बचा भी लेंगे।
20 वह अपने सभी प्रेमियों की देखभाल करते
हैं,
लेकिन दुष्टों को बर्बाद कर डालते हैं।
21 मैं मुँह से उनकी बड़ाई करता रहूँगा।
सभी जीव उनके पवित्र नाम को सदा तक
अच्छा कहते रहेंगे।

146 प्रभु की महिमा करो। हे मेरे मन,
प्रभु की ही बड़ाई करते रहो।
2 अपनी उम्र भर मैं प्रभु की स्तुति करूँगा।
3 तुम राजकुमारों या इन्सानों पर भरोसा न
रखना,
क्योंकि उन में ताकत नहीं कि किसी को
छुड़ा सकें।
4 उनकी जान निकल जाएगी
और वे मिट्टी में मिल जाएँगे।
उसी दिन उनकी सारी योजनाएँ धरी की
धरी रह जाएँगी।
5 वह मनुष्य सचमुच में आशीषित है,
जिस के मददगार प्रभु हैं
और वह उन्हीं पर भरोसा रखता है।
6 उन्होंने आकाश-पृथ्वी
और जो कुछ उस में है, सभी को बनाया
है।
वह हमेशा अपनी कही बात को पूरा
करते रहेंगे।
7 जो लोग समाज में दबाए जाते हैं,
उन्हें वह इन्साफ़ देते हैं।
वह भूखों को खाना भी देते हैं।
प्रभु गुलामी मे पड़े लोगों को आज़ाद
करेंगे।
8 वह अन्धों को आँखें देते हैं। झुके हुओं
को सीधा खड़ा करते हैं। वह सही
जीवन जीने वालों से प्रेम करते हैं।
9 दूसरे देश से आए लोगों की
वह देख-रेख करते हैं। वह अनाथों
और विधवाओं को संभालते हैं।
वह दुष्टों[a] के रास्ते को टेढ़ा-मेढ़ा कर देते हैं।
10 हे सिय्योन आने वाली पीड़ियों में सदा
तक प्रभु शासन करते हैं! उनकी
बड़ाई हो।

147 प्रभु की बड़ाई करो, क्योंकि यह
एक
अच्छी बात है।

[a] **146.9** गलत चाल चलने वालों

यह अच्छा और सही है।
2 प्रभु यरूशलेम को बसा रहे हैं।
वह निकाले हुए इस्राएलियों को इकट्ठा
कर रहे हैं।
3 टूटे मन वालों को वह तसल्ली देते हैं
और उनके दुःख पर मलहम पट्टी बान्धते
हैं।
4 वह तारों को गिनते
और हर एक का नाम रखते हैं।
5 हमारे मालिक बहुत ताकतवर
और बड़े हैं, उनकी अक्ल की बराबरी
कोई नहीं कर सकता।
6 वह दीन लोगों की देख-रेख करते हैं
और उन से दूर इन्सान को ज़मीन पर
गिराते हैं।
7 शुक्रगुज़ारी के साथ प्रभु के लिए गीत
गाओ।
बाजा-बजाकर प्रभु का कीर्तन करो।
8 वह आकाश को बादलों से छा देते हैं
और पृथ्वी के लिए बारिश की तैयारी
करते हैं
और पहाड़ों पर घास उगाते हैं।
9 वह जानवरों
और कौवे के बच्चों को जो आवाज़ करते
हैं, खाना देते हैं।
10 वह न तो घोड़े की ताकत को चाहते हैं,
न ही आदमी के पैरों से खुश होते हैं।
11 जो प्रभु की इज़्ज़त करते हैं, उन से वह
खुश होते हैं
अर्थात उन लोगों से जो उन्हीं से उम्मीद
रखते हैं।
12 हे यरूशलेम, प्रभु को सराहो। हे सिय्योन,
अपने प्रभु की स्तुति करो।
13 क्योंकि उन्होंने तुम्हारे फ़ाटकों के
खम्भों को मज़बूती दी है।
14 वह तुम्हारी सरहदों में शान्ति भेजते हैं
और तुम्हें बढ़िया से बढ़िया गेहूँ खाने के
लिए देते हैं।
15 इस दुनिया में वह आदेश देते हैं। उनके
कहे
शब्दों में तेज रफ़्तार होती है।
16 ऊन की तरह बर्फ़ को वह गिराते हैं
और राख की तरह पाले को।
17 वह ओले गिराते हैं, उनकी ठण्ड को
कौन सह पाएगा ?
18 वह आदेश देकर बर्फ़ को गलाते हैं। जब
वह हवा बहाते हैं,
पानी बहने लगता है।
19 वह अपने नियम
और आज्ञाएँ याकूब[a] को बताते हैं।
20 ऐसा उन्होंने किसी
और देश के साथ नहीं किया। दूसरे देशों
को उन सब बातों की जानकारी नहीं
है।

148 प्रभु की बड़ाई करो, आकाश में
और ऊँची जगहों पर भी
2 प्रभु के सभी दूत
और फ़ौजें, उनकी बड़ाई करें।
3 सूरज, चाँद
और तारे सभी उनके नाम को सराहें।
4 ऊँचे आकाश
और ऊपर के पानी, तुम दोनों भजन कीर्तन
करो।
5 वे प्रभु के नाम की स्तुति करें, क्योंकि
उन्हीं के
आदेश से वे बने थे।
6 उन्होंने इन को हमेशा के लिए बनाया है

[a] **147.19** इस्राएल

और इस में कोई बदलाव न होगा।
7 पृथ्वी में से प्रभु की बड़ाई करो। हे
मगरमच्छ
और गहरे समुन्दर,
8 हे आग, ओलो, बर्फ़ ,कुहरे
और उनकी बात मानने वाली तेज हवा,
9 हे पहाड़ो
और टीलो, फल देने वाले पेड़ो
और देवदारो,
10 जंगली जानवरो, घरेलू पशुओ, रेंगने वाले
जीव
और पक्षियो,
11 राजाओं
और प्रजा,
12 जवानो
और कुवाँरियो, बुज़ुर्गो
और बच्चो,
13 प्रभु के नाम की बड़ाई करो।
मात्र उन्हीं का नाम महान है उनकी
महानता पृथ्वी
और आकाश के ऊपर है।
14 अपने लोगों के लिए वह बल के कारण
हैं।
इस बात के लिए सभी को उनकी बड़ाई
करनी चाहिए।
प्रभु की बड़ाई करो।

149 प्रभु की बड़ाई करो। उनके लिए नया गीत गाया करो।
उनके प्रेमियों की सभा में उनको धन्यवाद
दो।
2 इस्राएल अपने बनाने वाले के कारण खुश
हो। सिय्योन के
रहने वाले अपने राजा के लिए मगन रहें।
3 नाचते हुए वे कीर्तन करें, डफ़, वीणा
बजाते हुए भजन गाएँ।
4 क्योंकि प्रभु अपने लोगों से खुश हैं।
वह दीन लोगों को आज़ाद करके उन्हें
सजाएँगे।
5 छुड़ाए जाने वाले, प्रभु को सराहें
और अपने बिस्तर पर भी भजन करें।
6 उनके गले से सृष्टिकर्ता की बड़ाई हो
और हाथों में दो धार वाली तलवार,
7 ताकि विदेशियों
और दूसरे देशों को सबक सिखा सकें,
8 और राजाओं को जंजीरों से, उनके बड़े
माने
जाने वाले लोगों को जंजीरों से बाँध दें।
9 वह उन्हें वाजिब सज़ा दें। उनके सभी
विश्वासियों का
यही हिस्सा होगा। प्रभु की स्तुति की जाए।

150 प्रभु की बड़ाई करो, उनकी अलग की हुयी जगह में
उनका कीर्तन करो, आकाश में जहाँ
उनके बड़े काम दिखते हैं,
उनकी बड़ाई करो।
2 उनके शक्ति के कामों को
याद करके उनका भजन गाओ।
उनके बड़प्पन के कारण उनको सराहो।
3 नरसिंगा फूँकते हुए बड़ाई करो। सारंगी
और वीणा बजा-बजा कर उनका कीर्तन
करो।
4 डफ़ बजाते
और नाचते हुए उनकी स्तुति करो। तार
वाले बाजे
और बांसुली बजाते हुए उनकी तारीफ़
करो।
5 ऊँचे आवाज़ वाली झाँझ बजाते हुए
खुशी से उनकी बड़ाई करो।
6 जितने भी जीव हैं, सभी सृष्टिकर्ता को
धन्यवाद की कुर्बानी चढ़ाएँ।

DUSTY SANDALS
All Rights Reserved. www.dustysandals.com