

Εἶπα, φυλάξω τὰς ὁδούς μου, τῷ μὴ ἀμαρτάνειν με ἐν τῷ γλώσσῃ μου. Ἐθέλω τῷ στόματί μου φυλακῆναι, ἐν τῷ συσπῶναι τὸν ἀμαρτωλὸν ἐναντίον μου. Ἐκωφώθην, καὶ ἐταπενώθην, καὶ ἐσίγησα ὡς ἀγαθῶν, καὶ τὸ ἄλγυμά μου ἀνεκαίνισθαι. Ἐθερμαίνῃ ἡ καρδιά μου ἐντός μου, καὶ ἐν τῇ μελέτῃ μου, ἐκκαυθήσεται πῦρ. Ἐλάλησα ἐν γλώσσῃ μου. γνώρισόν μοι Κύριε τὸ πέρας μου, καὶ τὸν ἀριθμὸν τῶν ἡμερῶν μου, τίς ὅστις, ἵνα γινῶ τί ὑπερῶ ἐγώ. Ἰδὲ παλαισὰς ἔθε τὰς ἡμέρας μου, καὶ ἡ ὑπόστασίς μου ὥσει ἔθρον ἐνώπιόν σου. Πλὴν τὰ σύμπαντα ματαιότης, πᾶς ἀνθρώπος ζῶν. Μόντοι γε ἐν εἰκόνι διαπορεύεται ἀνθρώπος, πλὴν μάτην παράσεται. Οἰστανεῖζει, καὶ οὐ γινώσκει τίτι σιμᾷξει αὐτά. καὶ νῦν, τίς ἡ ὑπομονή μου. Οὐχὶ Κύριος; καὶ ἡ ὑπόστασίς μου ὡδὴ σὺ ὅστις. Ἀπὸ πᾶσων τῶν αἰομιῶν μου ρύσαι με. ὄνειδος ἄφρονι ἔδωκάς με. Ἐκωφώθην, καὶ ἐκ ὑπονοίας τὸ στόμα μου, ὅτι σὺ ἐποίησας. Ἀπόσυρσον ἀπ' ἐμοῦ τὰς μάστιγάς σου. Ὑπὸ ᾧ τῆς ἰχθύος τῆς χειρός σου ἐγὼ ἐξέλιπον. Ἐν ἐλεγμοῖς ὑπὲρ αἰομίας ἐπαίδευσας ἀνθρώπον, καὶ ἐξέτηξας ὡς ἀράχην τὴν ψυχὴν αὐτῆς. Πλὴν μάτην παράσεται πᾶς ἀνθρώπος. Εἰσαύξου τῆς προσόχῃς μου Κύριε, καὶ τῆς δεήσεώς μου. Ἐνώτισαι τῶν δακρύων μου. Μὴ ὀδυνώσῃς με, ὅτι πάροικος ἐγώ εἰμι ὡδὴ σοὶ καὶ παρεπίδημος, καθὼς πάντες οἱ Πατέρες μου. Ἄνθρωποι, ἵνα ἀναψύξω παρὰ τῷ μὴ ἀπελθεῖν, καὶ οὐκ ἔστι οὐ μὴ ὑπάρξω. Εἰς τὸ τέλος.

ΨΑΛΜΟΣ ΤΩ ΔΑΒΙΔ. λθ'. 39.

Υπομνήων ὑπέμεινα τὸν Κύριον, καὶ προσέχε μοι, καὶ εἰσήκατε τῇ δεήσεώς μου, καὶ ἀνήγαγέ με ἐκ λάκκου πταισιωρίας, καὶ ὑπὸ πηλῆ ἰλύος. Καὶ ἔστησεν ὅπῃ πῆξαν τὰς πόδας μου, καὶ κατόλθωνε τὰ διαβήματά μου, καὶ ἐνέβαλεν εἰς τὸ στόμα μου ἄσμα καινόν, ὕμνον τῷ Θεῷ ἡμῶν.