

Kajúce žalmy (k príprave na spoveď a Večeru Pánovu)

ŽALM 6

ÚPENLIVÁ PROSBA V SÚŽENÍ

¹ Pre hudobný prednes na osemstrunovom nástroji. Žalm Dávidov.

² Ó Hospodine, nestrestaj ma vo svojom hneve a v prchkosti svojej ma nekarhaj.

³ Zmiluj sa nado mnou, Hospodine, veď som zomdlený; uzdrav ma, Hospodine, lebo strnuli mi kosti,

⁴ i moja duša je preveľmi zdesená. Ty však, ó Hospodine, dokedy...?

⁵ Navráť sa, Hospodine, vyslobod' mi dušu; spomôž mi pre svoju milosť.

⁶ Lebo v smrti niet spomienky na Teba, a kto Ťa bude oslavovať v ríši mŕtvych?

⁷ Ustal som úpením; plačom si vlašim lôžko každú noc, slzami zmáčam svoju posteľ.

⁸ Žiaľom sa mi skalilo oko, pre všetkých mojich protivníkov zoslablo.

⁹ Odstúpte odo mňa všetci, čo pášete neprávosť, lebo Hospodin počul môj plač.

¹⁰ Hospodin počul moje úpenie, Hospodin prijal moju modlitbu.

¹¹ Zahanbia sa a ustrnú všetci moji nepriatelia; vrátia sa a zahanbia sa zrazu.

ŽALM 32

RADOSŤ Z ODPUSTENIA HRIECHOV

¹ Dávidov. Vyučujúci žalm.

Blahoslavený, komu je odpustený priestupok a hriech prikrytý!

² Blahoslavený človek, ktorému Hospodin nepočíta vinu, a v jeho duchu nieto ľsti!

³ Keď som mlčal, práchniveli mi kosti počas môjho ustavičného stonania,

⁴ lebo dňom i nocou ťažko doliehala na mňa Tvoja ruka, životná sila sa mi obrátila na letnú vyprahnutosť. Sela.

⁵ Vtedy som Ti vyznal svoj hriech a nezastrel som svoju vinu. Riekol som: Vyznám Hospodinovi svoje priestupky! A Ty si odpustil vinu môjho hriechu. Sela.

⁶ Preto nech sa Ti modlí každý zbožný v čase, keď Ťa možno nájsť; záplavy veľkých vôd Ho nedosiahnu.

⁷ Ty si mi skrýšou, zachováš ma pred úzkosťou, plesaním nad záchranou obklopíš ma. Sela.

⁸ Vyučím ťa a ukážem ti cestu, po ktorej kráčať máš, radiť ti chcem a moje oko bude bdiť na tebou.

⁹ Nebuďte bez rozumu ako kôň a mulica, ktoré treba krotiť zubadlom a uzdou, bo inak k tebe neprídem.

¹⁰ Mnoho má bolesti bezbožný, ale milosť obklopí toho, kto dúfa v Hospodina.

¹¹ Tešte sa v Hospodinovi, spravodliví, jasajte, plesajte všetci úprimného srdca!

ŽALM 38

¹ Žalm Dávidov. Ku kadidlovej obeti.

² Ó Hospodine, netrestaj ma vo svojom hneve a nekarhaj ma vo svojej prchkosti!

³ Lebo Tvoje šípy uviazli vo mne a Tvoja ruka na mňa doľahla.

⁴ Nič zdravého niet v mojom tele pre Tvoj hnev, nič celého niet v mojich kostiach pre môj hriech.

⁵ Lebo moje neprávosti siahajú mi nad hlavu, sú pre mňa ťažšie ako ťažké bremeno.

⁶ Páchnu a hnisajú mi rany pre moje bláznovstvo.

⁷ Zhrbený som a veľmi zohnutý, celý deň chodím v smútku,

⁸ lebo moje bedrá sú celkom zapálené, nič zdravého niet v mojom tele.

⁹ Ochabnutý som a veľmi zdrvený, revem pre nepokoj svojho srdca.

¹⁰ Ó Pane, pred Tebou je všetka moja túžba, moje vzdychanie nie je skryté pred Tebou.

¹¹ Srdce mi búši, opustila ma sila i svetlo mojich očí, ani toho niet pri mne.

¹² Moji milí a priatelia stoja obďaleč od mojej biedy, moji príbuzní stoja zďaleka.

¹³ Osídla nastavili tí, čo usilujú o môj život, a tí, ktorí moje nešťastie hľadajú, hovoria o skaze a celý deň myslia na zradu.

¹⁴ Ale ja som ako hluchý, nepočujem, a ako nemý, ktorý neotvorí ústa.

¹⁵ Som ako muž, čo nepočuje, v jeho ústach nieto odporu.

¹⁶ Lebo na Teba čakám, Hospodine, Ty odpovieš, Pane, Bože môj!

¹⁷ Lebo som riekol: Nech sa nesmejú zo mňa tí, čo sa vypínajú nado mňa, keď sa mi kláti noha!

¹⁸ Lebo som blízky pádu a moja bolesť je stále predo mnou.

¹⁹ Vyznávam svoju vinu, ustarostený som pre svoj hriech.

²⁰ Mocní sú tí, čo sú mi bez príčiny nepriateľmi, mnoho je tých, čo ma bezdôvodne nenávidia,

²¹ ktorí sa zlým odplácajú za dobré, obviňujú ma, keď sa snažím o dobré.

²² Neopúšťaj ma, Hospodine, Bože môj, nevzdáľuj sa odo mňa!

²³ Ponáhľaj sa mi na pomoc, Pane, moja spása!

ŽALM 51

PROSBA O ODPUSTENIE HRIECHOV

¹ Pre hudobný prednes. Žalm Dávidov.

Po tom, čo bol Dávid s Batšebou,

² prišiel k nemu prorok Nátan.

³ Zmiluj sa nado mnou, Bože, podľa svojej milosti! Pre svoje veľké milosrdenstvo zahlad' moje priestupky!

⁴ Dokonale ma obmy z mojej viny, očisť ma od môjho hriechu!

⁵ Lebo som si vedomý svojich priestupkov a hriech môj predo mnou je stále.

⁶ Proti Tebe samému som zhrešil, páchal som, čo je zlé v Tvojich očiach, aby si Ty mal pravdu vo svojich rečiach a bol si čistý vo svojom súde.

⁷ Hľa, v neprávosti som sa zrodil a v hriechu počala ma moja matka.

⁸ Hľa, obľubuješ hlbokú pravdu; a v skrytosti mi praješ poznať múdrosť.

- ⁹ Izopom zbav ma hriechu, a ja budem čistý, umy ma, belší budem ako sneh!
¹⁰ Daj mi počuť radosť, potešenie, nech zajasajú kosti, čo si zdrvil.
¹¹ Skry si tvár pred mojimi hriechmi a zotri všetky moje viny!
¹² Srdce čisté stvor mi, ó Bože, a obnov vo mne ducha pevného!
¹³ Od svojej tváre nezavrhni ma a svojho svätého Ducha mi neodnímaj!
¹⁴ Navráť mi radosť z Tvojej pomoci a duchom poslušnosti podopri ma!
¹⁵ Chcem učiť priestupníkov Tvojim cestám, aby sa hriešnici k Tebe obracali.
¹⁶ Vytrhni ma, ó Bože, z krvnej viny. Ty, Bože mojej spásy! Nech zaplesá môj jazyk pre Tvoju spravodlivosť.
¹⁷ Ó Pane, Ty mi otvor pery, nech moje ústa Tvoju chválu zvestujú.
¹⁸ Lebo Ty nemáš záľubu v zábitku, a keby som ti obetoval zápal, nepáčil by sa Ti.
¹⁹ Bohu milou obeťou je duch skrúšený; Ty, Bože, nepohrdaš srdcom skrúšeným a zdrveným.
²⁰ Preukáž dobro Sionu vo svojej priazni, vybuduj múry Jeruzalema!
²¹ Potom si obľúbiš správne obete, zápaly a celožertvy; vtedy budú obetovať junce na Tvojom oltári.

ŽALM 102

POKÁNIE A NÁDEJ NA OBNOVENIE SIONA

- ¹ Modlitba biedneho, keď je zúfalý a vylieva si žiaľ pred Hospodinom.
² Hospodine, počuj moju modlitbu, a moje volanie nech príde pred Teba!
³ V deň môjho súženia neskrývaj tvár svoju predou mnou; nakloň ku mne svoje ucho, keď volám, rýchlo ma vypočuj!
⁴ Lebo moje dni zmizli ako dym a kosti mi tlejú sťa pahreba.
⁵ Srdce mám zronené a uschlo ako tráva; ba i chlieb svoj zabúdam už jesť.
⁶ Pre moje hlasné vzdychanie kosti sa mi lepia k telu.
⁷ Podobám sa pelikánovi na púšti; som ako sova na zrúcaninách.
⁸ Bdiem a som ako osamelé vtáča na streche.
⁹ Moji nepriatelia ma tupia celý deň; zlorečia mi tí, ktorí zúria proti mne.
¹⁰ Lebo popol jem ako chlieb, svoj nápoj miešam so slzami
¹¹ pre Tvoj hnev, pre Tvoju prchkosť; lebo si ma zodvihol a odvrhol.
¹² Moje dni sú ako nachýlený tieň a ja schnem ako bylina.
¹³ Ale Ty, Hospodine, tróniš naveky, Tvoja pamiatka je z rodu na rod.
¹⁴ Ty povstaneš a zľutuješ sa nad Sionom; lebo tu je čas zmilovať sa, lebo už prišla chvíľa,
¹⁵ lebo si Tvoji služobníci obľúbili jeho kamene a ľúto im je jeho trosiek.
¹⁶ Pohania sa budú báť mena Hospodinovho a všetci králi zeme Tvojej slávy.
¹⁷ Lebo Hospodin vystavil Sion a zjavil sa vo svojej sláve.
¹⁸ K modlitbe opustených sa obrátil a nepohrdol ich modlitbou.
¹⁹ Nech sa to zapíše pre budúce pokolenia a novostvorený ľud chváliť bude Hospodina.
²⁰ Pretože zhliadol zo svojej svätej výsosti, Hospodin pozrel z nebies na zem,
²¹ aby počul kvílenie väzňov a vyslobodil synov smrti,

- ²² aby zvestovali na Sione meno Hospodina a Jeho chválu v Jeruzaleme,
²³ keď zhromaždia sa národy a kráľovstvá, aby slúžili Hospodinovi.
²⁴ Cestou mi podlomil silu, ukrátil moje dni.
²⁵ Riekol som: V polovici mojich dní ma neber, Bože môj! Z rodu na rod trvajú Tvoje roky.
²⁶ Pradávnou založil si zem a nebesá sú dielom Tvojich rúk.
²⁷ Ony sa pomínú, Ty zostávaš; všetko sa rozpadne ako odev; vymeniš ich ako rúcho - zmenia sa.
²⁸ Ty si však ten istý a Tvoje roky nikdy neprestanú.
²⁹ Synovia Tvojich služobníkov budú mať svoj domov a ich potomstvo bude pevné pred Tebou.

ŽALM 130

U HOSPODINA JE MILOŠŤ

- ¹ Pútnická pieseň. Z hlbokosti volám k Tebe, Hospodine,
² Pane, počuj môj hlas; nech pozorujú Tvoje uši hlas môjho úpenia!
³ Ak budeš počítať neprávosti, Hospodine, Pane, kto obstojí?
⁴ U Teba je však odpustenie, aby sa Ťa báli.
⁵ Na Hospodina očakávam, na Jeho slovo očakáva moja duša.
⁶ Na Pána čaká moja duša viac ako strážnici na ráno, viac ako strážnici na ráno. ⁷ Izrael, čakaj na Hospodina, lebo u Hospodina je milosť a u Neho hojné vykúpenie.
⁸ On vykúpi Izrael zo všetkých jeho neprávostí.

ŽALM 143

MODLITBA KAJÚCEHO O VYSLOBODENIE

- ¹ Žalm Dávidov. Hospodine, čuj moju modlitbu, naslúchaj môjmu úpeniu, vyslyš ma pre svoju vernosť, pre svoju spravodlivosť.
² Nesúď sa so svojím služobníkom; veď nikto živý nie je spravodlivý pred Tebou.
³ Lebo nepriateľ ma prenasleduje; až k zemi deptá život môj, do temnôt usádza ma ako naveky mŕtvych.
⁴ A prahne duch môj vo mne, srdce mi trnie v mojom vnútri.
⁵ Spomínam si na dávne dni, rozjímam o všetkých Tvojich činoch, uvažujem o skutkoch Tvojich rúk.
⁶ K Tebe vystieram svoje ruky; k Tebe svoju dušu ako vyprahnutú zem. Sela.
⁷ Čím skôr ma vyslyš, Hospodine, môj duch hynie; neskrývaj svoju tvár predo mnou, aby som sa nepodobal tým, čo zostupujú do hrobu.
⁸ Daj mi hneď zrána počuť svoju milosť. Daj mi poznať cestu, po ktorej mám kráčať, lebo ja dúfam v Teba, bo k Tebe pozdvihujem svoju dušu.
⁹ Od mojich nepriateľov oslobod' ma, Hospodine, u Teba hľadám útočisko.
¹⁰ Nauč ma plniť Tvoju vôľu, veď Ty si Boh môj; Tvoj dobrý Duch nech sprevádza ma po rovnej zemi.

¹¹ Pre svoje meno, Hospodine, zachovaj ma nažive; vyved' mi dušu z úzkosti pre svoju spravodlivosť.

¹² Pre svoju milosť vyhub mojich nepriateľov, znič všetkých, čo ma sužujú, lebo ja som Tvoj služobník.