

Psalm 6

translation by Rabbi Lord Jonathan Sacks, z"l

1	לְמִנְצַחַּ בְּנִגְיִנוֹת עַל־הַשְּׁמִינִית מִזְמוֹר לְדָוִד	For the lead player, on string instruments, on the eight string lute, a David psalm.
2	יי אל־בְּאַפְךָ תוֹכִיחֵנִי וְאַל־בְּחַמְתְּךָ תִּסְרֵנִי	Lord, do not rebuke me in Your anger or chastice me in Your wrath.
3	חַנּוּנֵי יי כִּי אֲמַלֵּל אֲנִי רַפְּאֵנִי יי כִּי נִבְהַלּוּ עַצְמִי	Be gracious to me, Lord, for I am weak. Heal me, Lord, for my bones are in agony.
4	וְנַפְשִׁי נִבְהַלָּה מְאֹד וְאַתָּה יי עַד־מַתַּי	My soul is in anguish, And You, O Lord - - how long?
5	שׁוּבָה יי חֲלִצֵה נַפְשִׁי הוֹשִׁיעֵנִי לְמַעַן חַסְדְּךָ	Turn, Lord, set my soul free; save me for the sake of Your love.
6	כִּי אֵין בְּמֹות זְכָרְךָ בְּשֹׂאוֹל מִי יוֹדֵה־לְךָ	For no one remembers You when he is dead. Who can praise You from the grave?
7	יִגְעֵתִי בְּאַנְחָתִי אֲשַׁחֶה בְּכָל־לַיְלָה מִטָּתִי בְּדַמְעָתִי עֲרֹשִׁי אֲמַסֶּה	I am weary with my sighing. Every night I drench my bed, I soak my couch with my tears.
8	עֵשְׂשָׂה מִכַּעַס עֵינֵי עֲתָקָה בְּכָל־צוּרָי	My eye grows dim from grief, worn out because of all my foes.
9	סוּרוּ מִמֶּנִּי כָל־פְּעֵלֵי אָוֶן כִּי־שָׁמַע יי קוֹל בְּכִי	Leave me, all you evildoers, For the Lord has heard the sound of my weeping.
10	שָׁמַע יי תְּחִנָּתִי יי תִּפְלְתִי יִקַּח	The Lord has heard my pleas. The Lord will accept my prayer.
11	יִבְשׁוּ וַיִּבְהַלּוּ מְאֹד כָּל־אֵיבֵי יִשְׁבוּ וַיִּבְשׁוּ רַגְעַ	All my enemies will be shamed and utterly dismayed. They will turn back in utter shame.