**ΤΟ ΨΑΛΤΗΡΙΟΝ**

**ΜΕ ΣΥΝΤΟΜΗ ΕΡΜΗΝΕΙΑ**

**(Απόδοση στην κοινή νεοελληνική)**

**ΠΑΝ. Ν. ΤΡΕΜΠΕΛΑ.**

**ΨΑΛΜΟΣ ΡΚΣΤ’ (ΡΚΖ’). 126**

**Ωδή των αναβαθμών.**

1 Εάν δεν κτίσει το σπίτι ο ίδιος ο Κύριος, μάταια κοπιάζουν αυτοί που το κτίζουν. Εάν δεν φυλάξει την πόλη ο ίδιος ο Κύριος, μάταια αγρυπνούν αυτοί που την φρουρούν και την προστατεύουν.

2 Αν δεν έχετε τον Θεό βοηθό σας, μάταια ξυπνάτε προτού να ξημερώσει για να τρέξετε στις δουλειές σας. Μάταια σηκώνεστε γρήγορα από το κρεβάτι ή το τραπέζι, αμέσως μόλις ξαπλώσατε να ξεκουρασθείτε ή καθίσατε να φάτε. Τρώτε πικρό ψωμί από τη μεγάλη σας αγωνία, ενώ την ίδια ώρα ο Κύριος δίνει γλυκό ύπνο στα αγαπητά του παιδιά. Διότι εκείνα σ’ αυτόν εμπιστεύθηκαν τη ζωή τους.

3 Να ποια είναι η κληρονομιά και το δώρο που δίνει ο Κύριος στους αγαπημένους του πιστούς: τα παιδιά. Αυτά είναι ο μισθός και η αμοιβή των δικαίων, αυτά είναι οι καρποί που βλαστάνουν από τα μητρικά σπλάχνα.

4 Σαν τα βέλη που κρατά στα χέρια του ένας γενναίος και εμπειροπόλεμος άνδρας, έτσι μοιάζουν και οι γιοι των γονέων που είναι έτοιμοι να εκτιναχθούν και να πέσουν ακράτητοι πάνω στον εχθρό.

5 Τρισευτυχισμένος είναι ο γονιός που θα απολαύσει από τα παιδιά του ό,τι επιθυμούσε και θα βλέπει γύρω του πλήθος ακμαίων παιδιών. Τέτοιοι γονείς δεν θα ντροπιασθούν, όταν θα συζητούν με τους εχθρούς τους μπροστά στις πύλες της πόλεως.