Wznoszę swe oczy ku górom:
Skądże nadejdzie mi pomoc?
Pomoc mi przyjdzie od Pana,
co stworzył niebo i ziemię.
On nie pozwoli zachwiać się twej nodze
ani się zdrzemnie Ten, który cię strzeże.
Oto nie zdrzemnie się
ani nie zaśnie
Ten, który czuwa nad Izraelem.
Pan cię strzeże,
Pan twoim cieniem
przy twym boku prawym.
Za dnia nie porazi cię słońce
ni księżyc wśród nocy.
Pan cię uchroni od zła wszelkiego:
czuwa nad twoim życiem.
Pan będzie strzegł
twego wyjścia i przyjścia
teraz i po wszystkie czasy.