

Ach člověče hříšný,  
poslyš mé zpívání,  
pohleď a rozvažuj  
Ježišovy rany.

Náš milý Spasitel  
hned od narození  
věrně jest pracoval  
pro naše spasení.

Dať své drahé tělo  
prehrozně trýzniti,  
kopati, smýkati,  
nohama šlapati.

Tak náš milý Ježiš  
nás velmi miloval,  
že své drahé tělo  
pro nás nelitoval.

A to proto činil,  
abysme uznali,  
Spasitele svého  
věrně milovali.

Ej blahoslavený  
jest člověk takový,  
kerý od mladosti  
jest k Bohu náchylný.

Má nad ním Kristus Pán  
velké potěšení,  
i Panna Maria  
se všemi svatými.

Ale běda bude  
takému člověku,  
kerý od mladosti  
v svém nejlepším věku.

Služí světu, tělu  
i dáblu hroznému,  
dá všecko po vůli  
tělu bezbožnému.

Odkládá s pokáním  
vždy dále k starosti,  
tak ho smrt zachvátí,  
ach hrozné neštěstí!

Takovému těžko  
bude i při smrti,  
nebude moc více  
pokání činiti.

Neb v ten čas se všech stran  
bolest na nás půjde;  
tato slova v ten čas  
člověk mluvit bude:

Ach ouvé, nastojte,  
bolí, trápí všecko,  
modlete se za mne,  
jest mně velmi těžko.

Ach nešťasný! nevím,  
kerak já obstojím;  
Bohu sem neslužil,  
pekla se již bójím.

Pro Boha, křesťané,  
dokud zdraví máme,  
Pána Boha svého  
srdečně milujme.

Myslime každý deň,  
že máme umřítí,  
chceme-li věčného  
spasení dojítí.

Tá světská veselost,  
rozkoš, těla radost,  
zlato, stříbro, statek  
obráti se v žalost.

Všecko dnes neb zitra  
mosíš zanechati  
a za to na věky  
snad' musíš horeti.

Děti a přátelé  
tobě nespomozú,  
zlato, stříbro, statky  
tebe nevymažú.

Čiň stále pokání,  
chvať Boha každý čas;  
jináč při své smrti  
sám sebe oklamáš.