

1. Sì dolce * è'l tormento *
ch'in seno mi stà *
ch'io vivo contento *
per cruda beltà. *
Nel ciel di bellezza *
s'accreschi fierezza *
et manchi pietà *
che sempre qual scoglio *
all'onda d'Orgoglio *
mia fede * sarà. *

So sweet * is the torment *
which resides in my breast *
that I live in contentment *
because of the cruel beauty. *
In the heaven of beauty, *
if arrogance increases *
and pity decreases, *
then always like a rock *
in a wave of disdain *
my faith * shall exist. *
2. La speme fallace *
rivolgam'il piè *
diletto, * ne pace
non scendano a me *
e l'empia * ch'adoro *
mi nieghi ristoro *
di buona mercé: *
tra doglia infinita *
tra speme tradita *
vivra * la mia fe. *

False hope *
overwhelms my foundation, *
neither delight * nor peace
comes to me, *
and the wicked one * that I adore *
denies me the comfort *
of kind mercy: *
amidst infinite pain, *
amidst hope betrayed *
my faith * shall have life. *
3. Per foco, * e per gelo *
riposo non hò *
nel porto del Cielo *
riposo haverò. *
Se colpo mortale *
con rigido strale *
il cor m'impiegò, *
cangiando mia sorte *
col dardo di morte *
il cor * sanerò. *

Through fire, * and through ice *
I have no rest *
[but] in the refuge of heaven *
I shall have rest. *
If a deadly blow *
with a sturdy arrow *
wounds my heart, *
changing my fate *
with the dart of death *
shall heal * my heart. *
4. Se fiamma d'Amore *
già mai non * senti. *
Quel riggido core *
ch'il cor mi rapì. *
Se nega pietate *
la cruda beltate *
che l'alma invaghì *
ben fia * che dolente *
pentita, * e languente *
sospirimi * un dì. *

If the flame of love *
never before * was felt. *
That merciless heart *
who stole my heart. *
If you deny pity, *
the cruel beauty *
who ravished my soul, *
it shall be right * that in sorrow, *
repentant * and languishing, *
you will sigh for me * one day. *