

诗篇

卷一：诗篇1-41

第1篇

有福之人

- ¹⁻² 不从恶人的计谋，
不与罪人为伍，
不和轻慢上帝的人同流合污，
只喜爱耶和华的律法，
昼夜默诵，
这样的人有福了！
³ 他就像溪水旁的树木——
按时结果子，
叶子也不凋零。
他必凡事亨通。
⁴ 恶人的光景却截然不同！
他们就像被风吹散的糠秕。
⁵ 恶人在审判之日必无法逃脱，
罪人在义人的聚会中必站不住脚。
⁶ 因为耶和華看顾义人的脚步，
恶人的道路必通向灭亡。

第2篇

上帝膏立的君王

- ¹ 列国为何咆哮？
万民为何枉费心机？
² 世上的君王一同行动，
官长聚集商议，
要抵挡耶和華和祂所膏立的王。
³ 他们说：“让我们挣断他们的锁链，
脱去他们的捆索！”
⁴ 坐在天上宝座上的主必笑他们，
祂必嘲笑他们。

- ⁵ 那时，祂必怒斥他们，
使他们充满恐惧。
⁶ 祂说：“在我的锡安圣山上，
我已立了我的君王。”
⁷ 那位君王说：“我要宣告耶和華的旨意，
祂对我说，‘你是我的儿子，
我今日成为你父亲。
⁸ 你向我祈求，我必把列国赐给你作产业，
让天下都归你所有。
⁹ 你要用铁杖统治他们，
把他们像陶器一般打碎。’”
¹⁰ 君王啊，要慎思明辨；
世上的统治者啊，要接受劝诫。
¹¹ 要以敬畏的心事奉耶和華，
要喜乐也要战战兢兢。
¹² 要降服在祂儿子面前，
免得祂发怒，
你们便在罪恶中灭亡。
祂的怒气将临，
投靠祂的人有福了！

第3篇

求助的早祷

大卫逃避儿子押沙龙时作的诗。

- ¹ 耶和華啊，我的敌人何其多！
反对我的人何其多！
² 他们都说上帝不会来救我。
(细拉) ㉓
³ 可是，耶和華啊！
你是四面保护我的盾牌，

㉓ 3·2 “细拉”语意不明，常在诗篇中出现，可能是一种音乐术语。

你赐我荣耀，使我昂首而立。

⁴我向耶和華呼求，
祂就从祂的圣山上回应我。

(细拉)

⁵我躺下，我睡觉，我醒来，
都蒙耶和華看顾。

⁶我虽被千万仇敌围困，
也不会惧怕。

⁷耶和華啊，求你起来！
我的上帝啊，求你救我！
求你搥我一切仇敌的脸，
打碎恶人的牙齿。

⁸耶和華啊，你是拯救者，
愿你祝福你的子民！（细拉）

第 4 篇

求助的晚祷

大卫的诗，交给乐长，弦乐器伴奏。

¹称我为义人的上帝啊！
我呼求的时候，求你回答。
你曾救我脱离困境，
现在求你怜悯我，
垂听我的祷告。

²世人啊！你们把我的荣耀变为
羞辱要到何时呢？
你们追求虚谎之事要到何时
呢？（细拉）

³要知道，耶和華已经把敬虔人
分别出来，使之圣洁，归祂
自己。
祂必垂听我的祈求。

⁴不要因生气而犯罪；
躺在床上的时候要默然思想。
(细拉)

⁵要献上当献的祭物，
信靠耶和華。

⁶许多人说：“谁会善待我们呢？”

耶和華啊，
求你的圣容光照我们。

⁷你使我比那收获五谷新酒的人
更喜乐。

⁸只有你耶和華使我安然居住，
我必高枕无忧。

第 5 篇

求上帝保护

大卫的诗，交给乐长，管乐器伴奏。

¹耶和華啊，求你听我的祷告，
顾念我的哀叹。

²我的王，我的上帝啊！
求你垂听我的呼求，
因为我只向你祈祷。

³耶和華啊！早晨你听我的祷告。
早晨我到你面前祈求，
切切等候。

⁴你是厌恶邪恶的上帝，
恶人在你面前无立足之地。

⁵狂妄之人不能站在你面前，
你憎恶一切作恶之人。

⁶说谎的，你毁灭；
凶残诡诈的，你痛恨。

⁷因为你有无限的慈爱，
我要进入你的居所，
我要满怀敬畏地向你的圣殿
下拜。

⁸耶和華啊，我的仇敌众多，
求你以公义引领我，
使我走你安排的正路。

⁹他们口中毫无实话，
心里充满恶毒，
喉咙是敞开的坟墓，
舌头上尽是诡诈。

¹⁰上帝啊，
求你定他们的罪，

让他们作茧自缚。
 他们背叛你，罪恶深重，
 求你把他们赶走。
 11 愿投靠你的人欢歌不断。
 求你庇护他们，
 让爱你的人因你而喜乐。
 12 耶和华啊，你必赐福给义人，
 你的恩惠像盾牌四面保护
 他们。

第 6 篇

患难中祈求怜悯

大卫的诗，交给乐长，弦乐器伴奏。

1 耶和华啊，
 求你不要在怒中责备我，
 不要在烈怒中惩罚我。
 2 耶和华啊，求你怜悯，
 因为我软弱无力。
 耶和华啊，求你医治，
 因为我痛彻入骨。
 3 我心中忧伤，
 耶和华啊，
 你要我忧伤到何时呢？
 4 耶和华啊，求你回来救我，
 因你的慈爱而拯救我。
 5 因为死去的人不会记得你，
 谁会在阴间赞美你呢？
 6 我因哀叹心力交瘁，
 夜夜哭泣，泪漂床榻，
 湿透被褥。
 7 我的眼睛因忧愁而模糊，
 因敌人的攻击而昏花。
 8 你们所有作恶的人，快走开！
 因为耶和华已经听见我的
 哭声。
 9 耶和华听见了我的恳求，
 祂必答应我的祷告。

10 我所有的仇敌都必羞愧，
 惊恐不已；
 他们必忽然蒙羞，
 掉头逃窜。

第 7 篇

求上帝伸张正义

大卫向耶和华唱的诗，与便雅悯人古实有关。

1 我的上帝耶和华啊，我投靠你，
 求你拯救我脱离追赶我的人。
 2 别让他们像狮子般撕裂我，
 无人搭救。
 3 我的上帝耶和华啊，
 倘若我犯了罪，
 手上沾了不义；
 4 倘若我恩将仇报，
 无故抢夺仇敌，
 5 就让仇敌追上我，
 践踏我，使我声名扫地。（细拉）
 6 耶和华啊，
 求你发怒攻击我暴怒的仇敌。
 我的上帝啊，
 求你来伸张正义。
 7 愿万民环绕你，
 愿你从高天治理他们，
 8 愿你审判万民！
 至高的耶和华啊，
 我是公义正直的，
 求你为我主持公道。
 9 鉴察人心肺腑的公义上帝啊，
 求你铲除邪恶，扶持义人。
 10 上帝是我的盾牌，
 祂拯救心地正直的人。
 11 上帝是公义的审判官，
 天天向恶人发怒。
 12 他们若不悔改，祂必磨刀霍霍，
 弯弓搭箭，诛灭他们。

- 13 祂准备好了夺命的兵器，
火箭已在弦上。
14 恶人心怀恶念，
居心叵测，滋生虚谎。
15 他们挖了陷阱，却自陷其中。
16 他们的恶行临到自己头上，
他们的暴力落到自己脑壳上。
17 我要称谢耶和华的公义，
我要歌颂至高者耶和華的名。

第 8 篇

上帝的荣耀与人的尊贵

大卫的诗，交给乐长，迦特乐器伴奏。

- 1 我们的主耶和華啊，
你的名在地上何其尊贵！
你的荣耀充满诸天。
2 你使孩童和婴儿的口发出
颂赞，
好叫你的仇敌哑口无言。
3 我观看你指头创造的苍穹和你
摆列的月亮星辰，
4 人算什么，你竟顾念他！
世人算什么，你竟眷顾他！
5 你叫他比天使低微一点，
赐他荣耀和尊贵作冠冕。
6 你派他管理你亲手造的万物，
使万物降服在他脚下：
7 牛羊、田野的兽、
8 空中的鸟、海里的鱼及其他
水族。
9 我们的主耶和華啊，
你的名在地上何其尊贵！

第 9 篇

称颂上帝的公义

大卫的诗，交给乐长，调用“慕拉辨”^㉓。

- 1 耶和華啊，
我要全心全意地赞美你，

- 传扬你一切奇妙的作为。
2 我要因你欢喜快乐，
至高者啊，我要歌颂你的名。
3 我的仇敌必在你面前败退，
倒地身亡。
4 你坐在宝座上按公义审判，
你为我主持公道。
5 你斥责列国，消灭恶人，
永永远远抹去他们的名字。
6 仇敌永远灭亡了，
你把他们的城池连根拔起，
无人再记得他们。
7 耶和華永远掌权，
祂已设立施行审判的宝座。
8 祂要以公义审判世界，
在万民中伸张正义。
9 耶和華是受欺压之人的
避难所，
是他们患难之时的避风港。
10 耶和華啊，
凡认识你名的人都必信靠你，
因为你从来不弃寻求你的人。
11 要歌颂住在锡安的耶和華，
在列邦传扬祂的作为。
12 祂追讨血债，顾念受害者，
不忘倾听受苦者的呼求。
13 耶和華啊，
看看仇敌对我的迫害！
求你怜悯我，
救我离开死亡之门，
14 我好在锡安的城门口称颂你，
因你的拯救而欢乐。
15 列邦挖了陷阱却自陷其中，
设下网罗却缠住自己的脚。
16 耶和華彰显了自己的公义，
使恶人自食其果。（细拉）

㉓ 9·0 “慕拉辨”希伯来文的意思是“丧子”。

- 17 恶人必下阴间，这是所有忘记上帝之人的结局。
 18 贫乏人不会永远被遗忘，受苦人的希望也不会一直落空。
 19 耶和华啊，求你起来，别让人向你夸胜，愿你审判列邦。
 20 耶和华啊，求你使列邦恐惧战抖，让他们明白自己不过是人。
 （细拉）

第 10 篇

求上帝惩治恶人

- 1 耶和华啊，你为何远远站着？为何在我遭难时隐藏起来？
 2 恶人狂妄地追逼穷苦人，愿他们落入自己所设的圈套。
 3 恶人夸耀自己的贪欲，贪婪的人憎恨、咒诅耶和华。
 4 他们狂傲自大，心中没有上帝，从不寻求耶和华。
 5 他们凡事顺利，对你的审判不屑一顾，对所有的仇敌嗤之以鼻。
 6 他们自以为可以屹立不倒，世世代代永不遭殃。
 7 他们满口咒诅、谎话和恐吓之言，舌头沾满祸害和邪恶。
 8 他们埋伏在村庄，暗中监视受害者，杀害无辜。
 9 他们像狮子埋伏在暗处，猎取无助的人，用网罗拖走他们。
 10 不幸的人被击垮，

倒在他们的暴力下。

- 11 他们自言自语：“上帝忘记了，祂掩面不理这些事！”
 12 耶和华啊，求你起来！上帝啊，求你举手施罚，不要忘记无助的人！
 13 恶人为何轻视上帝，以为上帝不会追究呢？
 14 但你已看到世人的疾苦，随时伸出援手。困苦无助的人投靠你，你是孤儿的帮助。
 15 求你打断恶人的臂膀，彻底追究他们的罪恶。
 16 耶和华永永远远是君王，列邦必从祂的土地上灭亡。
 17 耶和华啊，你知道困苦人的愿望，你必垂听他们的呼求，安慰他们。
 18 你为孤儿和受欺压的人申冤，使渺小的世人不能再恐吓他们。

第 11 篇

信靠上帝

大卫的诗，交给乐长。

- 1 我投靠耶和华，你们怎能对我说：“要像飞鸟一样逃到山里。”
 2 看啊，恶人弯弓搭箭，要暗射心地正直的人。
 3 根基若遭毁坏，义人还能做什么？”
 4 耶和华在祂的圣殿里，坐在天上的宝座上，察看世人。

- ⁵耶和華察驗義人和惡人，
祂憎恨邪惡和殘暴之徒。
⁶祂要把烈焰熊熊的火炭和硫磺
降在惡人身上，
用炙熱的風懲罰他們。
⁷因為耶和華是公義的，
祂喜愛公義。
正直的人必見祂的面。

第 12 篇

祈求上帝幫助

大衛的诗，交給樂長。

- ¹耶和華啊，求你救我們！
因為世上敬虔人不見了，
忠信的人在人間消失了。
²人人謊話連篇，
花言巧語，口是心非。
³愿你铲除一切花言巧語和狂妄
自夸的人。
⁴他們說：“我們必靠舌頭制勝，
嘴唇是我們自己的，
誰管得著我們？”
⁵耶和華說：“我要保護受欺壓
的困苦人和哀嘆的貧窮人，
使他們如願以償。”
⁶耶和華的應許純全，
就像在爐中煉過七次的銀子。
⁷耶和華啊，你必保護我們，
永遠不容惡人侵害我們。
⁸眾人若抑善揚惡，
惡人必橫行無忌。

第 13 篇

祈求上帝垂顧

大衛的诗，交給樂長。

- ¹耶和華啊，你忘記我要到何時
呢？要到永遠嗎？
你轉臉不顧我要到何時呢？

- ²我思緒煩亂，日夜忧伤要到何
時呢？
我的仇敵占盡上風要到何時呢？
³我的上帝耶和華啊，
求你垂顧我，回答我，
使我眼睛明亮，
免得我在沉睡中死去，
⁴免得我的仇敵說：“我們戰勝
了他！”
免得他們因我敗落而歡喜。
⁵我深信你的慈愛，
我的心要因你的拯救而歡欣。
⁶耶和華一直恩待我，
我要向祂歌唱。

第 14 篇

世人的邪惡

大衛的诗，交給樂長。

- ¹愚昧人心里想：“沒有上帝。”
他們全然敗壞，行為邪惡，
无人行善。
²耶和華從天上俯視人間，
看有沒有明智者，
有沒有尋求上帝的人。
³人們都偏离正路，
一同墮落；
无人行善，
一個也沒有！
⁴惡人吞吃我的百姓如同吃飯，
他們不求告耶和華。
難道他們無知嗎？
⁵但他們終必充滿恐懼，
因為上帝站在義人當中。
⁶你們惡人使困苦人的計劃落空，
但耶和華是他們的避難所。
⁷愿以色列的拯救來自錫安！
耶和華救回祂被擄的子民時，
雅各要歡欣，以色列要快樂。

第 15 篇

安居圣山者的资格

大卫的诗。

- 1 耶和華啊，誰能住在你的聖所？
誰能安居在你的聖山？
- 2 就是品行純全，做事公正，
說話誠實的人。
- 3 他不说毀謗的話，
不惡待鄰人，不造謠生事。
- 4 他鄙視惡人，
尊重、敬畏耶和華的人。
他起了誓，即使吃虧也不背誓。
- 5 他不放債取利，
也不受賄去坑害無辜。
这样的人必永遠堅立不搖。

第 16 篇

信靠之福

大卫的诗。

- 1 上帝啊！我投靠你，
求你保護我。
- 2 我对耶和華說：“你是我的主，
我美好的一切都從你而來。”
- 3 世上敬畏你的人極其尊貴，
是我所喜愛的。
- 4 追隨假神的人，其愁苦必有增
無減。
我必不向他們的假神獻上
血祭，
口中也不提假神的名號。
- 5 耶和華啊，你是我的一切，
你賜我一切福分，
你掌管我的一切。
- 6 你賜我佳美之地，
我的產業何其美！
- 7 我要稱頌賜我教誨的耶和華，
我的良心也在夜間提醒我。

- 8 我常以耶和華為念，
祂在我右邊，我必不動搖。
- 9 因此，我的心歡喜，
我的靈快樂，
我的身體也安然無恙。
- 10 你不會把我的靈魂撇在陰間，
也不會讓你的聖者身體朽壞。
- 11 你把生命之路指示我，
你右手有永遠的福樂，
我在你面前充滿喜樂。

第 17 篇

無辜者的祈禱

大卫的祈禱。

- 1 耶和華啊，
求你聽我祈求公義的聲音，
側耳聽我的呼求，
垂聽我真誠的禱告。
- 2 愿你宣判我無罪，
愿你明察是非。
- 3 你試驗過我的心思，
夜間鑒察過我，磨煉過我，
找不出任何過犯。
我立志口不犯罪。
- 4 我遵守你的教導，潔身自守，
不與殘暴之徒同流。
- 5 我堅定地走你的道路，
從未偏離。
- 6 上帝啊！我向你祈禱，
因為你必應允我。
求你垂聽我的禱告。
- 7 求你彰顯你奇妙的慈愛，
用右手拯救投靠你的人脫離
仇敵。
- 8 求你保護我，像保護眼中的
瞳仁，
用你的翅膀蔭庇我，
- 9 救我脫離惡人的攻擊，

- 脱离四围杀气腾腾的仇敌。
¹⁰他们良心丧尽，
 口出狂言。
¹¹他们穷追围堵，
 伺机把我打倒在地。
¹²他们像急于撕碎猎物的饿狮，
 又像蹲伏在暗处的猛狮。
¹³耶和华啊，
 求你起来迎头击倒他们，
 求你持刀救我脱离恶人。
¹⁴耶和华啊，
 求你伸手救我脱离这些人，
 脱离这些只在今生有福分的
 世人。
 你使他们财宝无数。
 他们儿女众多，
 还把财富留给子孙。
¹⁵但，我因持守公义；
 我醒来见到你便心满意足。

第 18 篇

大卫的胜利之歌

耶和华的仆人大卫的诗，交给乐长。当时耶和华从众仇敌和扫罗手中拯救了他，他向耶和华吟唱此诗。

- ¹耶和华啊，你是我的力量，
 我爱你。
²耶和华是我的磐石，我的堡垒，
 我的拯救者。
 我的上帝是保护我的磐石，
 我的盾牌，
 是拯救我的力量，我的堡垒。
³我求告当受颂赞的耶和华，
 祂救我脱离仇敌。
⁴死亡的锁链曾缠住我，
 罪恶的狂流曾淹没我。
⁵阴间的绳索曾捆绑我，
 死亡的陷阱曾威胁我。

- ⁶在苦难中我呼求耶和华，
 向我的上帝求助。
 祂从殿中垂听我的呼求，
 我的声音达到祂耳中。
⁷那时，祂一发怒，大地震动，
 山的根基摇晃。
⁸祂的鼻孔冒烟，
 口喷烈焰和火炭。
⁹祂拨开云天，脚踏密云，
 亲自降临。
¹⁰祂驾着基路伯天使飞翔，
 乘着风的翅膀疾驰。
¹¹祂藏身黑暗中，
 四围以密云作幔幕。
¹²从祂面前的荣光中，
 冰雹和火炭冲破云层。
¹³耶和华在天上打雷，
 至高者发出的声音响彻在冰雹
 和火炭中。
¹⁴祂射出利箭驱散仇敌，
 发出闪电击溃他们。
¹⁵耶和华啊，你斥责一声，
 鼻孔一吹气，
 海底就显现，
 大地也露出根基。
¹⁶祂从高空伸手抓住我，
 从深渊中把我拉上来。
¹⁷祂救我脱离强敌，
 脱离我无法战胜的仇敌。
¹⁸他们在我危难之时攻击我，
 但耶和华扶持我。
¹⁹祂拯救我，领我到宽阔之地，
 因为祂喜悦我。
²⁰耶和华因我公义而善待我，
 因我清白而赏赐我，
²¹因为我坚守祂的道，

- 没有作恶背弃我的上帝。
22 我遵守祂的一切法令，
没有把祂的律例弃置一旁。
23 我在祂面前纯全无过，
没有沾染罪恶。
24 耶和华因我公义、
在祂面前清白而奖赏我。
25 仁慈的人，你以仁慈待他；
纯全的人，你以纯全待他；
26 纯洁的人，你以纯洁待他；
心术不正的人，你以智谋待他。
27 你搭救谦卑的人，
贬抑眼目高傲的人。
28 我的上帝耶和华啊，
你是我的明灯，
使我的黑暗变为光明。
29 我倚靠你的力量迎战敌军，
靠着我的上帝跃过墙垣。
30 上帝的道完美，
耶和华的话纯全，
祂是投靠祂之人的盾牌。
31 除了耶和华以外，谁是上帝呢？
除了我们的上帝，谁是磐石呢？
32 是上帝赐我力量，
使我行为纯全。
33 祂使我的脚如母鹿的蹄，
稳踏在高处。
34 祂训练我，
使我的手能争战、
我的臂膀能拉开铜弓。
35 耶和华啊，你是拯救我的盾牌，
你的右手扶持我，
你的垂顾使我强大。
36 你使我脚下的道路宽阔，
不致滑倒。
37 我追赶仇敌直到追上，
不消灭他们决不回头。
38 我击垮他们，
使他们倒在我的脚下，
再也站不起来。
39 你赐我征战的能力，
使我的仇敌降服在我脚下。
40 你使我的仇敌狼狈而逃，
我歼灭了恨我的人。
41 他们高声求救，却无人搭救。
他们呼求耶和华，祂也不应允。
42 我把他们打得粉碎，
如同风中的灰尘；
我把他们倒掉，
如同街上的泥土。
43 你救我脱离我百姓的攻击，
立我做列国的元首，
素不认识的民族也归顺我。
44 他们望风而降，
外族人对为我俯首称臣。
45 外族人闻风丧胆，
战战兢兢地走出他们的城池。
46 耶和华永远活着，
保护我的磐石当受颂赞，
拯救我的上帝当受尊崇。
47 祂是为我申冤的上帝，
祂使列邦臣服于我。
48 祂救我脱离仇敌，
使我胜过强敌，
拯救我脱离残暴之徒。
49 因此，耶和华啊，
我要在列邦中赞美你，
歌颂你的名。
50 你使你立的王大获全胜，
向你膏立的大卫及其后代广施
慈爱，直到永远。

第 19 篇

上帝的作为和律法

大卫的诗，交给乐长。

- 1 诸天述说上帝的荣耀，
苍穹传扬祂的作为。
- 2 它们日复一日地诉说，
夜复一夜地宣扬，
- 3 无言无语，无声无息。
- 4 它们的声音传遍天下，
它们的话语传到地极。
上帝在天上为太阳设立居所。
- 5 太阳出来时，如步出洞房的
新郎，
又如欢然奔跑赛程的健儿。
- 6 它滑过长空，
从天这边绕到天那边，
热量广及万物。
- 7 耶和华的律法完美，
能更新生命；
耶和华的法度可靠，
让愚人有智慧。
- 8 耶和华的法则公正，
使人充满喜乐；
耶和华的命令纯全，
让人眼目明亮。
- 9 要以纯洁的心敬畏耶和华，
直到永远；
耶和華的法令可靠，
全然公义。
- 10 这些比纯金还宝贵，
比蜂房的蜜更甘甜。
- 11 你仆人从中受到警戒，
遵守的人必得大赏赐。
- 12 谁能知道自己的过失呢？
求你赦免我心中隐藏的过错。

- 13 求你拦阻我，
别让我明知故犯，
别让罪恶辖制我。
这样，我才纯全正直，
免犯大过。
- 14 耶和華—我的磐石、我的救贖
主啊，
愿你喜悦我口中的言语、心中
的意念。

第 20 篇

祈求胜利

大卫的诗，交给乐长。

- 1 愿耶和華应允你患难时的
呼求。
愿雅各的上帝保护你。
- 2 愿祂从圣所帮助你，
从锡安山扶持你。
- 3 愿祂喜悦你献的祭物，
悦纳你的燔祭。（细拉）
- 4 愿祂使你心愿得偿、
计划实现。
- 5 我们要因你得胜而高声欢唱，
高举耶和華的旌旗。
愿耶和華答应你一切的祈求。
- 6 现在我知道耶和華拯救祂膏立
的王，
祂从圣天之上应允他，
用右手的大能拯救他。
- 7 有人靠战车，有人靠战马，
但我们靠的是我们的上帝
耶和華的名。
- 8 他们都一败涂地，
我们却屹立不倒。
- 9 耶和華啊，求你拯救你立的王。
我们呼求的时候，
求你垂听。

第 21 篇

颂赞胜利

大卫的诗，交给乐长。

- 1 耶和華啊，
君王因你的能力而欢欣，
因你的拯救而雀跃。
- 2 你满足了他的心愿，
未曾拒绝他的请求。(细拉)
- 3 你赐给他丰盛的祝福，
给他戴上纯金的冠冕。
- 4 他向你祈求长寿，
你就赐给他永生。
- 5 你的救助带给他无限荣耀，
你赐给他尊荣和威严。
- 6 你给他的祝福永无穷尽，
你的同在使他充满喜乐。
- 7 君王信靠耶和華，
靠着至高者的慈爱必不动摇。
- 8 耶和華啊，
你的手必寻索你的敌人，
你用右手搜出所有恨你的人。
- 9 你一出现，
他们便像身在火炉中，
你在烈怒中吞灭他们，
你的烈火烧灭他们。
- 10 你必从世上铲除他们的子孙，
从人间灭绝他们的后裔。
- 11 他们虽然用阴谋诡计对抗你，
却不能成功。
- 12 你必弯弓搭箭瞄准他们，
使他们掉头逃跑。
- 13 耶和華啊，愿你彰显大能，
受人尊崇！
我们要歌颂、赞美你的
权能。

第 22 篇

苦难中的呼求和感恩

大卫的诗，交给乐长，调用“朝鹿”。

- 1 我的上帝，我的上帝，
你为何离弃我？
为何迟迟不来救我，
不听我的哀号呢？
- 2 我的上帝啊，
我日夜不停地呼求，
你却沒有回应。
- 3 然而，你是圣洁的，
你的宝座设立在以色列人的
颂赞之上。
- 4 我们的祖先信靠你，
他们信靠你，
你就拯救他们。
- 5 他们向你呼求，
就得到拯救；
他们信靠你，
就不会失望。
- 6 但我好像不是人，只是一条虫，
受尽人的羞辱和藐视。
- 7 看见我的人都讥笑我，
他们撇着嘴、摇着头说：
- 8 “他信靠耶和華，
让耶和華救他吧！
既然耶和華喜悦他，
让耶和華拯救他吧！”
- 9 耶和華啊，
是你使我从母腹中安然出生，
让我在母亲怀里便倚靠你。
- 10 我一出生就被交托在你手中，
你从我出母胎就是我的上帝。
- 11 求你不要远离我，
因为危难当头，无人帮我。

12 我被许多仇敌围困，
 他们像巴珊的公牛那样强壮。
 13 他们张口要吞噬我，
 如同吼叫着撕食猎物的狮子。
 14 我的力量如水消逝，
 我的骨头都脱了节，
 我的心如蜡融化。
 15 我的力量枯竭如焦土，
 我的舌头发干紧贴上颚。
 你把我放在死亡的尘土中。
 16 恶人包围我，犹如一群恶犬，
 他们刺伤我的手脚。
 17 我身上的骨头历历可见，
 人们都幸灾乐祸地看着我。
 18 他们分我的外衣，
 又为我的内衣抽签。
 19 耶和華啊，求你不要远离我。
 你是我的力量，
 求你快来帮助我。
 20 求你救我逃脱刀剑之灾，
 从这些恶犬的利爪下拯救我的
 生命。
 21 求你救我脱离狮子的口，
 使我脱离野牛的角。
 22 我要向众弟兄传扬你的名，
 在会众当中赞美你。
 23 敬畏耶和華的人啊，
 你们都要赞美祂，
雅各的后裔都要尊崇祂的名，
以色列的后裔都要敬畏祂。
 24 因为祂没有藐视、厌恶苦难中
 的人，
 也没有掩面不顾他们，
 而是垂听他们的呼求。
 25 我要在大会中赞美你，

在敬畏你的人面前履行我的
 誓言。

26 穷苦人必得饱足，
 寻求耶和華的人必赞美祂，
 他们的心要永远欢欣跳跃。
 27 普世都要心系耶和華，归向祂，
 各国人民都要敬拜祂。
 28 因为耶和華是主宰，
 祂统治列国。
 29 世上的富贵人要敬拜祂，
 必归尘土的世人都要敬拜祂。
 30 世代代的人都要事奉祂，
 传扬主所行的奇事。
 31 他们也要向未来的世代传讲祂
 的公义作为。

第 23 篇

耶和華是我的牧者

大卫的诗。

1 耶和華是我的牧者，
 我必一无所缺。
 2 祂让我安歇在青草地上，
 领我到幽静的溪水旁。
 3 祂使我的心灵苏醒，
 为了自己的名引导我走正路。
 4 我纵使走过死亡的幽谷，
 也不怕遭害，
 因为你与我同在，
 你的杖和竿带给我安慰。
 5 在我敌人面前你为我摆设
 宴席，
 又用膏油浇我的头，
 使我恩福满溢。
 6 你的恩惠和慈爱必伴随我
 一生，
 我要永远住在你的殿中。

第 24 篇

荣耀的君王

大卫的诗。

- ¹大地和其中的万物都属于
耶和華，
世上的一切都是祂的。
²祂把大地奠基于海中，
建立在大水之上。
³谁能登耶和華的山？
谁能站在祂的圣所中？
⁴只有那些手洁心清，
不拜假神，不起假誓的人。
⁵他们必蒙耶和華赐福，
被救他们的上帝称为义人。
⁶这就是寻求耶和華的人，
他们敬拜雅各的上帝。（细拉）
⁷众城门啊，打开吧！
古老的城门啊，敞开吧！
让荣耀的君王进来。
⁸谁是荣耀的君王呢？是耶和華，
祂强大无比、战无不胜。
⁹众城门啊，打开吧！
古老的城门啊，敞开吧！
让荣耀的君王进来。
¹⁰谁是荣耀的君王呢？
万军之耶和華是荣耀的君王。
（细拉）

第 25 篇

祈求引导和赦免

大卫的诗。

- ¹耶和華啊，我的心仰望你。
²我的上帝啊，我信靠你，
求你不要叫我蒙羞，
不要让我的仇敌胜过我。
³信靠你的必不羞愧，

- 背信弃义者必蒙羞。
⁴耶和華啊，
求你指引我走你的路，
教导我行你的道。
⁵求你以你的真理引领我，
教导我，因为你是拯救我的
上帝，
我日夜仰望你。
⁶耶和華啊，
求你顾念你亘古以来常施的
怜悯和慈爱，
⁷求你饶恕我年轻时的罪恶和
过犯，
以你的恩惠和慈爱待我。
⁸耶和華良善公正，
祂教导罪人走正路，
⁹指引谦卑人追求公义，
教导他们行祂的道。
¹⁰遵守祂的约和法度的人，
耶和華以慈爱和信实相待。
¹¹耶和華啊，我罪恶深重，
求你为了自己的名而赦免我。
¹²凡敬畏耶和華的人，
耶和華必指示他当走的路。
¹³他必享福，
他的后代必承受土地。
¹⁴耶和華与敬畏祂的人为友，
使他们认识祂的约。
¹⁵我常常仰望耶和華，
因为唯有祂能救我脱离网罗。
¹⁶耶和華啊，我孤苦零丁，
求你眷顾我，恩待我。
¹⁷我心中充满愁烦，
求你救我脱离患难。
¹⁸求你体恤我的忧伤和痛苦，
赦免我的罪恶。

- ¹⁹看啊，我的仇敌众多，
他们都痛恨我。
²⁰求你保护、搭救我的性命，
别让我蒙羞，因为我投靠你。
²¹求你以诚实和正义护卫我，
因为我仰望你。
²²上帝啊，
求你救赎以色列脱离一切
困境。

第 26 篇

义人的祈求

大卫的诗。

- ¹耶和華啊，求你为我申冤，
因为我行为纯全，
毫不动摇地信靠你。
²耶和華啊，求你察验我，
试炼我，鉴察我的心思意念。
³因为我铭记你的慈爱，
我行在你的真理中。
⁴我没有与诡诈者为伍，
没有跟虚伪之人同流。
⁵我憎恨奸恶之辈，
不愿与恶人交往。
⁶耶和華啊，我洗手表明清白，
再走到你的坛前，
⁷高唱感恩之歌，
述说你的一切奇妙作为。
⁸耶和華啊，我爱你的殿，
你荣耀充满的地方。
⁹别把我的灵魂和罪人同毁，
别把我的性命与嗜血之徒
同灭。
¹⁰他们满腹奸计，收受贿赂。
¹¹但我行为纯全，
求你施恩拯救我。
¹²我站在平安之地，
我要在众人面前赞美耶和華。

第 27 篇

赞美的祷告

大卫的诗。

- ¹耶和華是我的光，我的拯救，
我还怕谁？
耶和華是我的堡垒，
我还怕谁？
²当恶人来吞吃我，
仇敌来攻击我时，
必失足跌倒。
³虽然大军围攻我，
我心中却一无所惧；
虽然战争来临，我仍满怀信心。
⁴我曾向耶和華求一件事，
我还要求，就是能一生住在祂
的殿中，
瞻仰祂的荣美，寻求祂的旨意。
⁵危难之时，祂保护我，
把我藏在祂的圣幕里，
高高地安置在磐石上。
⁶我要昂首面对四围的敌人，
我要在祂的圣幕里欢呼献祭，
歌颂赞美祂。
⁷耶和華啊，请你垂听我的呼求，
求你恩待我，应允我。
⁸你说：“来寻求我！”
我心中响应：
“耶和華啊，我要寻求你。”
⁹别掩面不理我，
别愤然拒绝你的仆人，
你一向是我的帮助。
拯救我的上帝啊，
别离开我，别撇弃我。
¹⁰纵使父母离弃我，
耶和華也必收留我。
¹¹耶和華啊，
求你指教我行你的道，

- 引导我走正路，远离仇敌。
 12 求你不要让仇敌抓到我，
 遂其所愿，
 因为他们诬告我，恐吓我。
 13 我深信今世必能看见耶和华的
 美善。
 14 要等候耶和华，
 要坚定不移地等候耶和华。

第 28 篇

祈求上帝帮助

大卫的诗。

- 1 耶和华啊，我呼求你；
 我的磐石啊，别不理我。
 你若默然不语，
 我必绝望而死。
 2 我向你呼求，
 向你的至圣所举手祷告时，
 求你垂听。
 3 求你不要把我与奸恶人一同
 责罚，
 他们对邻居口蜜腹剑。
 4 求你使他们罪有应得，
 按他们的恶行，
 按他们手上的罪恶报应他们。
 5 他们既然毫不在意耶和华的作
 为和祂的创造，
 祂必永远毁灭他们。
 6 耶和华当受称颂！
 因为祂听了我的恳求。
 7 祂是我的力量，我的盾牌。
 我信靠祂，就得帮助。
 我的心欢喜雀跃，
 我要歌唱赞美祂。
 8 耶和华是祂子民的力量，
 是祂膏立者得救的堡垒。

- 9 耶和华啊，
 求你拯救你的子民，
 赐福给你拣选的人，
 如牧人般照顾他们，
 永远扶持他们。

第 29 篇

上帝威严的声音

大卫的诗。

- 1 上帝的众子啊，
 要赞美耶和华，
 赞美祂的荣耀和能力，
 2 要赞美祂荣耀的名，
 穿上圣洁的衣服敬拜祂。
 3 耶和华的声音回荡在海上，
 荣耀的上帝打雷，
 在洪涛之上打雷。
 4 耶和华的声音充满能力；
 耶和华的声音充满威严。
 5 耶和华的声音震断香柏树；
 耶和华劈碎黎巴嫩的香柏树，
 6 使黎巴嫩山跳跃如小牛，
 西连山跳跃如野牛。
 7 耶和华的声音携闪电而来，
 震动旷野，
 震动加低斯的旷野。
 9 耶和华的声音击倒橡树^㉓，
 使树木凋零。
 众人在祂殿中高呼：
 “荣耀归于耶和华！”
 10 耶和华坐在洪涛之上，
 耶和华永远坐着为王。
 11 耶和华赐力量给自己的子民，
 赐给他们平安的福乐。

㉓ 29·9 “击倒橡树”或译“使母鹿生产”。

第 30 篇

感恩的祷告

大卫的诗，作献殿之歌。

- 1 耶和華啊，我要讚美你，
因为你救我脱离危难，
不让我的仇敌幸灾乐祸。
- 2 我的上帝耶和華啊，
我呼求你，你就医治了我。
- 3 耶和華啊，你从阴间把我救出，
没有让我落入坟墓。
- 4 耶和華忠心的子民啊，
你们要歌颂祂，
讚美祂的圣名。
- 5 因为祂的怒气瞬间消逝，
祂的恩惠却持续一生。
我们虽然整夜哭泣，
早晨必定欢呼。
- 6 我在顺境中曾说：
“我永不动摇。”
- 7 耶和華啊，
你向我施恩，我便稳固如山；
你掩面不理我，我就惊慌失措。
- 8 耶和華啊，我向你呼求，
恳求你怜悯，说：
- 9 “耶和華啊，
我被毁灭、落入坟墓有何益处？
我归于尘土还能讚美你，
宣扬你的信实吗？”
- 10 耶和華啊，求你垂听我的呼求，
怜悯我！
耶和華啊，求你帮助我！”
- 11 你把我的哀哭变成了舞步，
为我脱下悲伤的麻衣，
披上喜乐的外袍，
- 12 好叫我从心底歌颂你，
不致默然无声。
我的上帝耶和華啊，

我要永远向你感恩！

第 31 篇

信靠上帝的祷告

大卫的诗，交给乐长。

- 1 耶和華啊，我寻求你的庇护，
求你让我永不蒙羞。
你是公义的，求你拯救我。
- 2 求你侧耳听我的呼求，
快来救我，作我坚固的避难所，
作拯救我的堡垒。
- 3 你是我的磐石，我的堡垒，
求你为了自己的名而引导我，
带领我。
- 4 你是我的避难所，
求你救我脱离人们为我设下的
陷阱。
- 5 我将灵魂交托给你。
信实的上帝耶和華啊，
你必救赎我。
- 6 我憎恨拜假神的人，
我信靠耶和華。
- 7 你已经看见我的困苦，
知道我心中的愁烦，
你的恩慈使我欢喜快乐。
- 8 你没有将我交给仇敌，
而是领我到宽阔之地。
- 9 耶和華啊，我落在苦难之中，
求你怜悯我。
我双眼哭肿，身心疲惫。
- 10 我的生命被愁苦吞噬，
岁月被哀伤耗尽，
力量因罪恶而消逝，
我成了枯骨一堆。
- 11 仇敌羞辱我，
邻居厌弃我，
朋友害怕我，

路人纷纷躲避我。
 12 我就像已死之人，被人遗忘；
 又像破碎的陶器，被人丢弃。
 13 我听见许多人毁谤我，
 惊恐笼罩着我。
 他们图谋不轨，
 谋害我的性命。
 14 然而，耶和華啊，
 我依然信靠你。
 我说：“你是我的上帝。”
 15 我的时日都掌握在你手中，
 求你救我脱离仇敌和追逼我
 的人。
 16 求你笑颜垂顾仆人，
 施慈爱拯救我。
 17 耶和華啊，我曾向你呼求，
 求你不要叫我蒙羞。
 求你使恶人蒙羞，
 寂然无声地躺在阴间。
 18 愿你堵住撒谎之人的口，
 他们骄傲自大，
 狂妄地攻击义人。
 19 你的恩惠何其大一为敬畏你
 的人而预备，
 在世人面前赐给投靠你
 的人。
 20 你把他们藏在你那里，
 使他们得到庇护，
 免遭世人暗算。
 你使他们在你的居所安然
 无恙，
 免受恶言恶语的攻击。
 21 耶和華当受称颂！
 因为我被困城中时，
 祂以奇妙的爱待我。
 22 我曾惊恐地说：

“你丢弃了我！”
 其实你听了我的呼求。
 23 耶和華忠心的子民啊，
 你们要爱祂。
 祂保护忠心的人，
 严惩骄傲的人。
 24 凡仰望耶和華的人啊，
 要刚强壮胆！

第 32 篇

认罪与赦免

大卫的诗。

1 过犯得赦免、罪恶被遮盖的人
 有福了！
 2 心里没有诡诈、
 不被耶和華算为有罪的人有
 福了！
 3 我默然不语、拒绝认罪的时候，
 就因整日哀叹而身心疲惫。
 4 你昼夜管教我，
 我的精力耗尽，
 如水在盛夏枯竭。（细拉）
 5 我向你承认自己的罪，
 不再隐瞒自己的恶。
 我说：“我要向耶和華认罪。”
 你就赦免了我。（细拉）
 6 因此，趁着还能寻求你时，
 凡敬虔的人都当向你祷告；
 洪水泛滥时，就没有机会了。
 7 你是我的藏身之所，
 你保护我免遭厄难，
 用得胜的凯歌四面环绕我。
 （细拉）
 8 耶和華说：“我要教导你，
 引领你走正路；

- 我要劝导你，看顾你。
 9 不要像无知的骡马，
 不用嚼环辮头就不驯服。”
- 10 恶人必多遭祸患，
 耶和华的慈爱必环绕信靠祂
 的人。
- 11 义人啊，
 你们要靠耶和華欢喜快乐；
 心地正直的人啊，
 你们都要欢呼。

第 33 篇

颂赞之歌

- 1 义人啊，
 你们要欢然歌颂耶和華，
 正直的人理应赞美祂。
- 2 你们要弹琴赞美耶和華，
 弹奏十弦琴赞美祂。
- 3 要为祂唱新歌，
 琴声要美妙，歌声要嘹亮。
- 4 因为耶和華的话是真理，
 祂的作为信实可靠。
- 5 祂喜爱公平正义，
 大地充满祂的慈爱。
- 6 诸天靠祂的话而造，
 群星靠祂口中的气而成。
- 7 祂将海水聚在一处，
 把汪洋收进仓库。
- 8 愿普世都敬畏耶和華！
 愿世人都尊崇祂！
- 9 因为祂一发话，就创造了宇宙；
 一命令，就立定了万物。
- 10 祂挫败列国的谋算，
 拦阻列邦的计划。
- 11 祂的计划永不落空，
 祂的旨意万代长存。

- 12 尊祂为上帝的邦国有福了！
 蒙拣选做祂子民的人有福了！
- 13 祂从天上俯视人间，
- 14 从祂的居所察看世上万民。
- 15 祂塑造人心，
 洞察人的一切行为。
- 16 君王不能靠兵多取胜，
 勇士不能凭力大获救。
- 17 靠战马取胜实属妄想，
 马虽力大也不能救人。
- 18 但耶和華看顾敬畏祂、仰望祂
 慈爱的人。
- 19 祂救他们脱离死亡，
 保护他们度过饥荒。
- 20 我们仰望耶和華，
 祂是我们的帮助，
 是我们的盾牌。
- 21 我们信靠祂的圣名，
 我们的心因祂而充满喜乐。
- 22 耶和華啊，我们仰望你，求你
 向我们施慈爱。

第 34 篇

上帝的美善

大卫在亚比米勒面前装疯，被赶出去后，作了此诗。

- 1 我要常常称颂耶和華，
 时刻赞美祂。
- 2 我要夸耀祂的作为，
 困苦人听见必欢欣。
- 3 让我们一同颂赞祂的伟大，
 尊崇祂的名！
- 4 我向祂祷告，祂便应允我，
 救我脱离一切恐惧。
- 5 凡仰望祂的必有荣光，
 不致蒙羞。
- 6 我这可怜的人向祂呼求，
 祂就垂听，

救我脱离一切困境。

⁷ 祂的天使必四面保护敬畏祂的人，拯救他们。

⁸ 你们要亲身体验，就知道耶和华的美善。投靠祂的人有福了！

⁹ 耶和华的圣民啊，你们要敬畏祂，因为敬畏祂的人一无所缺。

¹⁰ 壮狮也会忍饥挨饿，但寻求耶和华的人什么福分都不缺。

¹¹ 孩子们啊，听我说，我要教导你们敬畏耶和华。

¹² 若有人热爱生命，渴望长寿和幸福，

¹³ 就要舌头不出恶言，嘴唇不说诡诈的话。

¹⁴ 要弃恶行善，竭力追求和睦。

¹⁵ 耶和华的眼睛看顾义人，祂的耳朵垂听他们的呼求。

¹⁶ 耶和华严惩作恶之人，从世上铲除他们。

¹⁷ 义人向耶和华呼救，祂就垂听，拯救他们脱离一切患难。

¹⁸ 祂安慰悲痛欲绝的人，拯救心灵破碎的人。

¹⁹ 义人也会遭遇许多患难，但耶和华必拯救他，

²⁰ 保全他一身的骨头，连一根也不折断。

²¹ 恶人必遭恶报，与义人为敌的必被定罪。

²² 耶和华必救赎祂的仆人，投靠祂的人必不被定罪。

第 35 篇

求上帝申冤

大卫的诗。

¹ 耶和华啊，求你与我的敌人作敌，攻击那些攻击我的人。
² 求你拿起大小盾牌来帮助我，
³ 举起矛枪攻击追赶我的人。求你对我说：

“我是你的拯救。”

⁴ 愿谋杀我的人蒙羞受辱，谋害我的人落荒而逃！

⁵ 愿耶和华的天使驱散他们，如风吹散糠秕！

⁶ 愿他们的道路漆黑泥泞，有耶和华的天使在后追赶！

⁷ 因为他们无故设网罗，挖陷阱要害我。

⁸ 愿他们突遭祸患，作茧自缚，自食恶果！

⁹ 我要因耶和华而欢欣，因祂的拯救而快乐。

¹⁰ 我从心底发出赞叹：耶和华啊，谁能像你？

你拯救弱者免受欺压，拯救穷人免遭掠夺。

¹¹ 恶人诬告我，盘问我毫无所知的事情。

¹² 他们对我以恶报善，令我伤心欲绝。

¹³ 他们生病时，我披上麻衣，

谦卑地为他们禁食祷告，但上帝没有垂听。

¹⁴ 我为他们哀伤，视他们为朋友、弟兄；

我低头为他们哭泣，

- 如同哀悼自己的母亲。
- ¹⁵我遭遇患难时，
他们却聚在一起幸灾乐祸，
合伙诽谤我。
素不相识的人也群起攻击我，
不住地毁谤我。
- ¹⁶他们肆无忌惮地嘲弄我，
咬牙切齿地憎恶我。
- ¹⁷耶和华啊，
你袖手旁观要到何时？
求你救我的性命免遭残害，
救我脱离这些狮子。
- ¹⁸我要在大会中称谢你，
在众人面前赞美你。
- ¹⁹求你不要让无故攻击我的人
幸灾乐祸，
不要让无故恨我的人沾沾
自喜。
- ²⁰他们言语暴戾，
谋害安分守己的人。
- ²¹他们高喊：“哈哈！哈哈！
我们亲眼看见了。”
- ²²耶和华啊，这一切你都看见了，
求你不要再缄默，不要远离我。
- ²³我的上帝，我的主啊，
求你起来为我辩护，为我申冤。
- ²⁴我的上帝耶和华啊，
求你按你的公义宣告我无罪，
别让他们幸灾乐祸。
- ²⁵别让他们说：
“哈哈，我们如愿以偿了！”
别让他们说：
“我们除掉他了！”
- ²⁶愿幸灾乐祸的人蒙羞受辱，
自高自大的人无地自容！
- ²⁷愿盼望我冤屈得雪的人扬声
欢呼！

- 愿他们常说：“耶和华当受
尊崇！
祂乐意赐福给自己的仆人。”
- ²⁸我要诉说你的公义，
终日赞美你。

第 36 篇

人的邪恶与上帝的美善

耶和华的仆人大卫的诗，交给乐长。

- ¹罪恶在恶人内心深处说话，
他们毫不敬畏上帝。
- ²他们自以为是，浑然不知自己的
罪，
也不憎恶自己的罪。
- ³他们满口恶言谎话，
毫无智慧和善行。
- ⁴他们躺在床上盘算作恶，
执意走罪恶的道路，
无恶不作。
- ⁵耶和华啊，你的慈爱广及诸天，
你的信实高达苍穹。
- ⁶你的公义稳如高山，
你的判断深不可测。
耶和华啊，你保护人类，
也保护牲畜。
- ⁷上帝啊，
你的慈爱无比宝贵！
世人都在你的翅膀下寻求
荫庇。
- ⁸你让他们饱享你殿里的美食，
畅饮你乐河中的水。
- ⁹因为你是生命的泉源，
在你的光中我们得见光明。
- ¹⁰求你常施慈爱给认识你的人，
以公义恩待心地正直的人。
- ¹¹别让骄傲人的脚踏踏我，
别让凶恶人的手驱赶我。

12 看啊！恶人已经摔倒在地，
再也爬不起来。

第 37 篇

义人和恶人的结局

大卫的诗。

1 不要因为恶人而烦恼，
也不要羡慕作恶之人，
2 因为他们如瞬息枯萎的草芥，
又如转眼消逝的绿草。
3 要信靠耶和华，要行善，
要在这片土地上安然度日。
4 要以耶和华为乐，
祂必成全你的愿望。
5 要把一切交托给耶和华，
信靠祂，祂必帮助你，
6 使你的公义如晨光照耀，
你的仁义如日中天。
7 要在耶和华面前安静，
耐心等候祂，
不要因恶人道路通达、阴谋得逞而愤愤不平。
8 你要抑制怒气，除掉愤怒。
不要心怀不平，
那会导致你作恶。
9 因为作恶的终必灭亡，
但等候耶和华的必承受土地。
10 再过片刻，恶人必不复存在，
无处可寻。
11 但谦卑人必承受土地，
得享太平。
12 恶人谋害义人，
对他们咬牙切齿。
13 但耶和华嗤笑邪恶人，
因为祂知道他们末日将临。
14 恶人拔剑张弓要消灭穷苦人，

杀戮正直人，
15 但他们的剑必刺穿自己的心，
他们的弓必被折断。
16 义人淡泊一生强过恶人财富如山。
17 因为恶人的势力终必瓦解，
耶和華必扶持义人。
18 耶和華天天看顾纯全无过的人，
他们的产业永远长存。
19 他们在灾难中不致绝望，
在饥荒时仍得饱足。
20 但恶人必灭亡，
上帝的仇敌必像野地枯萎的花草，
消逝如烟。
21 恶人借债不还，
义人慷慨给予。
22 蒙耶和華赐福的人必承受土地，
被耶和華咒诅的人必遭铲除。
23 耶和華引领义人的脚步，
喜悦他们所走的路。
24 他们即使失脚，也不会跌倒，
因为耶和華的手扶持他们。
25 从幼年到老年，
我从未见过义人遭弃，
也未见其后人讨饭。
26 他们乐善好施，
后代都蒙祝福。
27 你要离恶行善，
就必永远安居。
28 因为耶和華喜爱正义，
不丢弃信靠祂的人，
永远保护他们。

恶人的后代必被铲除。
²⁹义人必承受土地，
 在地上永远安居。
³⁰义人口出智慧，诉说正义，
³¹铭记上帝的律法，
 从不失脚。
³²恶人窥探义人，
 伺机谋害。
³³但耶和華不会让恶人得逞，
 也不会让义人在审判时被
 定罪。
³⁴要等候耶和華，
 坚守祂的道，
 祂必赐你土地，使你有尊荣。
 你必亲眼看见恶人被铲除。
³⁵我见过邪恶残暴之人，
 乍看如葱茏的黎巴嫩香柏树，
³⁶再一看，
 他已经消失得无影无踪，
 无处可寻。
³⁷你看那纯全正直、爱好和平
 的人，
 他们前途美好。
³⁸罪人必遭毁灭，
 恶人必被铲除。
³⁹耶和華拯救义人，
 患难时作他们的庇护所。
⁴⁰耶和華帮助他们，
 拯救他们脱离恶人，
 因为他们投靠祂。

第 38 篇

受苦者的祈求

大卫求上帝眷顾的诗。

¹耶和華啊，
 求你不要在发怒时惩罚我，

不要在烈怒下管教我。
²因为你的箭射穿我，
 你的手击打我。
³你的怒气使我浑身是病，
 我的罪恶使我骨头朽烂。
⁴我的罪恶滔天，使我不堪其重。
⁵我因愚昧而伤口溃烂流脓。
⁶我疼得弯腰驼背，
 终日哀伤。
⁷我的腰灼痛难忍，
 我浑身是病。
⁸我精疲力尽，彻底崩溃；
 我心中悲伤，呻吟不止。
⁹主啊，你知道我的渴望，
 听见了我的叹息。
¹⁰我的心砰砰直跳，
 气力衰竭，
 眼睛黯淡无光。
¹¹因我的疾病，朋友同伴回避我，
 亲人远离我。
¹²谋害我的人设下陷阱，
 想害我的人威胁我，
 整天图谋奸计。
¹³但我像听不见的聋子，
 无法说话的哑巴。
¹⁴我就像一个不能听、不能辩
 的人。
¹⁵耶和華啊，我等候你；
 主，我的上帝啊，你必应允我。
¹⁶我曾求告你，
 别让他们幸灾乐祸，
 在我失脚时沾沾自喜。
¹⁷我快要跌倒，
 我的痛苦无休无止。
¹⁸我要承认我的罪过，
 罪恶使我心里惴惴不安。
¹⁹我的仇敌势力强大，

无故恨我的人不计其数。
²⁰我追求良善，
 他们就恨我，以恶报善。
²¹耶和華啊，求你不要撇弃我！
 我的上帝啊，求你不要远离我！
²²拯救我的主啊，
 求你快来帮助我！

第 39 篇

受苦者的呼求

大卫的诗，交给乐长耶杜顿。

¹我说：“我要谨言慎行，
 免犯口舌之罪。
 只要身边有恶人，
 我就用嚼环勒住自己的口。”
²然而，我默不作声，
 连好话也不出口时，
 内心就更加痛苦。
³我心如火烧，越沉思越烦躁，
 便开口呼求：
⁴“耶和華啊，求你让我知道我
 人生的终点和寿数，
 明白人生何其短暂。
⁵你使我的生命转瞬即逝，
 我的岁月在你眼中不到片刻。
 人的生命不过是一丝气息，
 （细拉）
⁶人生不过是幻影，
 劳碌奔波却一场空，
 积蓄财富却不知谁来享用。
⁷主啊，如今我盼望什么呢？
 你是我的盼望。
⁸求你救我脱离一切过犯，
 不要让愚昧人嘲笑我。
⁹我默然不语，一言不发，
 因为我受的责罚是出于你。
¹⁰求你不要再惩罚我，
 你的责打使我几乎丧命。

¹¹因为人犯罪，你管教他们，
 使他们所爱的被吞噬，
 像被虫蛀。
 世人不过是一丝气息。（细拉）
¹²“耶和華啊，
 求你垂听我的祷告，
 倾听我的呼求，
 别对我的眼泪视若无睹。
 因为我在你面前只是客旅，
 是寄居的，
 正如我的祖先。
¹³求你宽恕我，
 好让我在离世之前能重展
 笑容。”

第 40 篇

赞美上帝之歌

大卫的诗，交给乐长。

¹我曾耐心等候耶和華，
 祂倾听了我的呼求。
²祂把我从绝望的深渊拉出来，
 救我脱离泥泞沼泽，
 把我安置在磐石上，
 使我步履稳健。
³祂赐给我一首新歌，
 一首赞美我们上帝的诗歌。
 许多人看见便敬畏、信靠
 耶和華。
⁴信靠耶和華的人有福了！
 他们不随从骄傲自大、信靠假
 神的人。
⁵我的上帝耶和華啊，
 你行了许多奇事，
 为我们定了许多美好的计划，
 谁能与你相比！
 你奇妙的作为不可胜数。
⁶祭物和供品非你所悦，
 你开通了我的耳朵，

燔祭和赎罪祭非你所要。

⁷于是我说：

“看啊，我来了，

正如经卷上有关我的记载。

⁸我的上帝啊，
我乐意遵行你的旨意，
我铭记你的律法。”

⁹耶和華啊，你知道我在大会中
宣扬你的公义，
没有闭口不言。

¹⁰我述说你的信实和拯救之恩，
没有把你的公义隐而不宣，
没有在大会中避而不谈你的
慈爱和真理。

¹¹耶和華啊，
求你不要收回你的怜悯，
愿你的慈爱和真理时刻守
护我！

¹²我患难重重，罪恶缠身，
看不到出路。
我的罪过比我的头发还多，
我心惊胆战。

¹³耶和華啊，求你拯救我！
耶和華啊，求你快来帮助我！

¹⁴愿谋取我性命的人蒙羞受辱！
愿喜欢我遭害的人狼狽逃窜！

¹⁵愿那些哈哈嘲笑我的人羞愧
难当！

¹⁶愿所有寻求你的人因你而欢喜
快乐！

愿渴望蒙你拯救的人时常说：
“耶和華当受尊崇！”

¹⁷我贫穷困苦，
但主眷顾我。
我的上帝啊，
你是我的帮助、我的拯救，
求你不要迟延！

第 41 篇

病中的祷告

大卫的诗，交给乐长。

¹善待穷人的有福了！
耶和華必救他们脱离困境。

²耶和華必保护他们，
救他们的性命，
使他们在地上享福，
不让仇敌恶谋得逞。

³他们生病在床，
耶和華必看顾，
使他们康复。

⁴我祷告说：“耶和華啊，
求你怜悯我，医治我，
因为我得罪了你。”

⁵我的仇敌恶狠狠地
说：“他何时才会死，
并且被人遗忘呢？”

⁶他们来看我时，
心怀恶意，满口谎言，
出去后散布流言。

⁷所有恨我的人都交头接耳，
设计害我。

⁸他们说：“他患了恶病，
再也起不来了！”

⁹连我所信赖、吃我饭的挚友也
用脚踢我。

¹⁰耶和華啊，
求你怜悯我，叫我痊愈，
我好报复他们。

¹¹我知道你喜悦我，
因为你没有让仇敌胜过我。

¹²你因我正直而扶持我，
让我永远侍立在你面前。

¹³从亘古到永远，
以色列的上帝耶和華当受
称颂。

阿们！阿们！

卷二：诗篇42-72

第42篇

流落异乡者的祷告

可拉后裔作的训诲诗，交给乐长。

- ¹上帝啊，我的心切慕你，
像鹿切慕溪水。
²我心里渴慕上帝，
渴慕永活的上帝，
我何时才能去朝拜祂呢？
³我不吃不喝，昼夜以泪洗面，
人们整天讥笑我：
“你的上帝在哪里？”
⁴从前我带领众人浩浩荡荡去
上帝的殿，
在欢呼、感恩声中一起过节。
我回想这些事，
心中无限忧伤。
⁵我的心啊！
你为何沮丧？为何烦躁？
要仰望上帝，
因为我还要赞美祂—
我的救主，我的上帝。
⁶我的上帝啊，我心中沮丧，
便在约旦河、黑门山和米萨山
想起你。
⁷你的瀑布发出巨响，
回荡在深渊之间，
你的洪涛巨浪淹没我。
⁸白天耶和華將祂的慈愛澆灌
我；
夜间我歌颂祂，
向賜我生命的上帝祷告。
⁹我对上帝—我的磐石说：
“你为何忘记我？
为何要我受仇敌的攻击，使我

哀伤不已呢？”

- ¹⁰仇敌的辱骂刺骨钻心。
他们整天对我说：
“你的上帝在哪里？”
¹¹我的心啊！
你为何沮丧？为何烦躁？
要仰望上帝，
因为我还要赞美祂—
我的救主，我的上帝。

第43篇

流亡异乡者的祷告

- ¹上帝啊，
求你为我伸张正义，
在不虔敬的人面前为我辩护，
救我脱离诡诈邪恶的人。
²你是保护我的上帝，
你为何丢弃我？
为何让我受仇敌的攻击，
使我哀伤不已呢？
³求你以光明和真理引导我，
领我到你的圣山，到你的居所。
⁴我要到上帝的祭坛前，
到赐我喜乐的上帝面前。
上帝啊，我的上帝，
我要弹琴赞美你。
⁵我的心啊！
你为何沮丧？为何烦躁？
要仰望上帝，
因为我还要赞美祂—
我的救主，我的上帝。

第44篇

祈求上帝保护

可拉后裔作的训诲诗，交给乐长。

- ¹上帝啊，
我们亲耳听过祖先讲述你在
古时，

在我们祖先时代的作为。
 2 你亲手赶出外族，
 把我们的祖先安置在那里；
 你击溃列邦，
 使我们的祖先兴旺发达。
 3 他们不是靠自己的刀剑征服
 那里，
 不是靠自己的臂膀得胜，
 而是靠你的权能、力量和恩惠，
 因为你爱他们。
 4 你是我的君王，我的上帝。
 你让雅各得胜。
 5 我们靠你击退敌人，
 靠你的名践踏仇敌。
 6 我不倚靠我的弓，
 我的剑不能使我得胜。
 7 只有你使我们战胜敌人，
 使我们的仇敌蒙羞。
 8 上帝啊，我们终日以你为荣，
 我们永远赞美你。（细拉）
 9 现在你却丢弃我们，
 让我们受辱，
 不再帮我们的军队作战。
 10 你使我们在仇敌面前败退，
 遭敌人掳掠。
 11 你使我们如被宰杀的羊，
 将我们分散在列国。
 12 你把我们廉价卖掉，
 视我们一文不值。
 13 你使我们遭四邻辱骂，
 被周围人讥讽、嘲笑。
 14 你使我们成为列国的笑柄，
 人们对我们连连摇头。
 15-16 咒骂和毁谤我的人讥笑我，
 仇敌报复我，
 我终日受辱，满面羞愧。

17 虽然这一切临到我们身上，
 我们却没有忘记你，
 也没有违背你的约。
 18 我们对你没有异心，
 也没有偏离你的道路。
 19 你在豺狼出没的地方压碎
 我们，
 使死亡的阴影笼罩我们。
 20 倘若我们忘记我们的上帝，
 或举手向外邦的神明祷告，
 21 上帝怎会不知道呢？
 祂洞悉人心中的秘密。
 22 为了你，我们终日出生入死，
 被视为待宰的羊。
 23 主啊，求你醒来，
 你为何沉睡？
 求你起来，不要永远丢弃我们。
 24 你为何掩面不理我们，
 不理我们会所受的苦难和
 压迫？
 25 我们扑倒在地，横卧在尘土中。
 26 求你起来帮助我们，
 施慈爱救赎我们。

第 45 篇

婚礼诗歌

可拉后裔作的训诲诗，也是婚礼上唱的情歌，交给乐长，调用“百合花”。

1 我心中涌出美丽的诗章，
 我要把它献给王，
 我的舌头是诗人手上的妙笔。
 2 你俊美无比，口出恩言，
 因此上帝永远赐福给你。
 3 伟大的王啊，
 佩上你的宝剑，
 你是何等尊贵、威严！
 4 你威严无比，所向披靡，
 捍卫真理和正义，

保护卑微的人。
愿你的右手彰显可畏的作为！
5 你的利箭刺穿敌人的心窝，
列国臣服在你脚下。
6 上帝啊，你的宝座永远长存，
你以公义的杖执掌王权。
7 你喜爱公义，憎恶邪恶，
因此上帝，你的上帝，
用喜乐之油膏你，
使你超过同伴。
8 你的衣袍散发出没药、沉香和
肉桂的芬芳，
你陶醉在象牙宫的弦乐中。
9 众公主在你的贵客中，
戴俄斐金饰的王后站在你
右边。
10 女子啊，
要侧耳倾听：不要再挂念家乡
的父老，
11 王喜欢你的美貌，
你要敬重他，因他是你的主。
12 泰尔人必来送礼，
富人必来取悦你。
13 公主身穿金线衣，无比华贵。
14 她身披锦绣，
由侍女伴随前来见王，
15 她们欢喜快乐地进入王宫。
16 你的子孙将来要继承祖先的
王位，
你要立他们在各地做王。
17 我要使你的名世代受尊崇，
万民必永远称谢你。

第 46 篇

上帝与我们同在

可拉后裔的诗，交给乐长，用女高音唱。

1 上帝是我们的避难所，
是我们的力量，

是我们患难中随时的帮助。
2 因此，任大地震动，
群山沉入深海；
3 任海涛汹涌澎湃，
群山摇撼颤抖，
我们也不惧怕。（细拉）
4 有一条河给上帝的城——至高者
的圣所带来喜乐。
5 上帝住在城里，
城必屹立不倒。
天一亮，上帝必帮助这城。
6 列邦动荡，列国倾覆。
上帝的声音使大地熔化。
7 万军之耶和华与我们同在，
雅各的上帝是我们的堡垒。
（细拉）

8 来看耶和华的作为吧！
祂使大地荒凉。
9 祂平息天下的战争，
祂断弓、折枪、烧毁盾牌。
10 祂说：“要安静，
要知道我是上帝，
我必在列国受尊崇，
在普世受尊崇。”
11 万军之耶和华与我们同在，
雅各的上帝是我们的堡垒。

第 47 篇

至高的主宰

可拉后裔的诗，交给乐长。

1 万民啊，你们要鼓掌，
向上帝高声欢呼！
2 因为至高者耶和华当受敬畏，
祂是普天下的大君王。
3 祂使列国降服于我们，
让列邦伏在我们脚下。

⁴祂为我们选定产业，
就是祂所爱的雅各引以为荣的
产业。(细拉)

⁵在欢呼声中，上帝登上宝座；
在号角声中，耶和華登上宝座。

⁶要颂赞，颂赞上帝！
要颂赞，颂赞我们的君王！

⁷因为上帝是普天下的君王，
要向祂唱赞美的乐章。

⁸祂坐在圣洁的宝座上治理
列国。

⁹列邦的首领聚集在一起，
要做亚伯拉罕之上帝的子民，
因为上帝是主宰天下的君王，
祂至高无上。

第 48 篇

上帝的城—锡安

可拉后裔的诗。

¹耶和華何等伟大！
我们的上帝在祂的城中，
在祂的圣山上当大受颂赞。

²北面的锡安山雄伟壮丽，
令世人欢喜，
是伟大君王的城。

³上帝在城内的宫中，
祂亲自做这城的庇护。

⁴世上的君王一同聚集，
前来攻城。

⁵他们看见这城后，
大惊失色，慌忙逃跑。

⁶他们被恐惧笼罩，
痛苦如分娩的妇人。

⁷你毁灭他们，
如同东风摧毁他施的船只。

⁸我们曾经听说，如今在万军之
耶和華的城中，

在我们上帝的城中亲眼看见：
上帝要坚立这城，直到永远。

(细拉)

⁹上帝啊，我们在你的殿中默想
你的慈爱。

¹⁰上帝啊，你秉公行义，
你的名普世皆知，
颂赞你的声音响彻地极。

¹¹因你的审判，
锡安山欢喜，
犹太的城邑充满快乐。

¹²你们要绕着锡安数点她的
城楼，

¹³留意她的城墙，
观看她的殿宇，
好告诉子孙后代。

¹⁴因为上帝永永远远是我们的
上帝，
祂必引领我们，
直到我们离世之日。

第 49 篇

财富的虚幻

可拉后裔的诗，交给乐长。

¹万民啊，你们要听！
世人啊，

²不论贵贱贫富，都要留心听！

³因为我口出智慧，心思明智。

⁴我要侧耳听箴言，
弹琴解释人生之谜。

⁵危难来临，四面被奸诈之徒包
围时，我何必惧怕？

⁶他们倚靠金钱、夸耀财富，

⁷却不能救赎自己的生命，
也无法向上帝付生命的赎价。

⁸因为生命的赎价高昂，
无人付得起，

- 9以致可以永远活着，不进坟墓。
 10众所周知，即使智者也要死去，
 愚人和庸者也要灭亡，
 将他们的财富留给别人。
 11尽管他们用自己的名字来为
 产业命名，
 坟墓却是他们永远的归宿，
 世代的住处。
 12人不能长享富贵，
 终必死去，与兽无异。
 13这就是愚昧人及其追随者的
 下场！（细拉）
 14他们注定要死，与羊无异，
 死亡是他们的牧者。
 到了早晨，
 他们必被正直人管辖，
 他们的躯体必朽烂在坟墓里，
 远离自己的豪宅。
 15但上帝必救赎我的生命脱离
 死亡的权势，
 接我到祂身边。（细拉）
 16因此，见他人财富增多，
 日益奢华，
 不要害怕。
 17因为他们死后什么也带不走，
 再不能拥有荣华富贵。
 18他们活着时自以为有福，
 人们都赞扬他们的成就，
 19到头来他们还是要归到祖先
 那里，
 再也看不见光明。
 20人有财富，却无明智的心，
 无异于必死的兽类。

第 50 篇

真正的敬拜

亚萨的诗。

- 1从日出之地到日落之处，

- 大能的上帝耶和華召唤世人。
 2上帝的光辉从完美的锡安
 发出。
 3我们的上帝来临，
 并非悄然无声，
 祂前面有烈火燃烧，
 周围有暴风怒吼。
 4祂召唤天地，
 为要审判祂的子民。
 5祂说：“把我忠心的子民—那
 些借着献祭和我立约的人招聚
 到我这里。”
 6诸天宣扬上帝的公义，
 因为祂是审判官。（细拉）
 7祂说：“我的子民啊，听我说！
以色列啊，我要指控你！
 我是上帝，是你的上帝。
 8我责怪你，不是因为你的祭物，
 也不是因为你经常献给我的
 燔祭。
 9我不需要你棚里的公牛和圈里
 的山羊，
 10因为林中的百兽是我的，
 群山上的牲畜是我的。
 11山中的飞鸟和田野的动物都是
 我的。
 12就是我饿了，也不用告诉你，
 因为世界和其中的一切都是
 我的。
 13难道我吃公牛的肉，
 喝山羊的血吗？
 14你要向上帝献上感恩祭，
 向至高者恪守诺言，
 15在患难中呼求我。
 我必拯救你，你必尊崇我。”
 16但上帝对恶人说：
 “你怎能背诵我的律法，

- 谈论我的约？
 17 你憎恶我的管教，
 把我的话抛在脑后。
 18 你见了盗贼就与他同流合污，
 又喜欢与淫乱的人交往。
 19 你满口恶言，谎话连篇，
 20 肆意毁谤自己的同胞兄弟。
 21 我对你的所作所为默然不语，
 你就以为我与你是同道。
 现在我要责备你，
 当面指出你的罪状。
 22 忘记上帝的人啊，
 你们要省察，
 免得我毁灭你们，
 那时谁也救不了你们。
 23 向我献上感恩就是尊崇我，
 我必拯救走正路的人。”

第 51 篇

祈求上帝赦免

大卫与拔示芭通奸后，先知拿单来找他，他作了此诗，交给乐长。

- 1 上帝啊，求你怜悯我，
 因为你的慈爱永不改变；
 求你除去我的过犯，
 因为你有无限的怜悯。
 2 求你洗净我的罪过，
 清除我的罪恶。
 3 我知道自己的过犯，
 我的罪恶一直萦绕眼前。
 4 我犯罪得罪了你，
 唯独得罪了你，
 做了你看为邪恶的事，
 所以你对我的责备是正当的，
 你对我的审判是公正的。
 5 我生来就是个罪人，
 在母腹成胎的时候就有罪。
 6 你所喜爱的是内心的诚实，
 求你使我内心有智慧。
 7 求你用牛膝草洁净我的罪，
 使我干净；
 求你洗净我，使我比雪更白。
 8 求你让我听到欢喜快乐的声音，
 让我这被你压碎的骨头可以欢跳。
 9 求你饶恕我的罪过，
 除去我一切的罪恶。
 10 上帝啊，
 求你为我造一颗纯洁的心，
 使我里面重新有正直的灵。
 11 不要丢弃我，
 使我离开你，
 也不要从我身上收回你的圣灵。
 12 求你让我重新享受蒙你拯救的喜乐，
 赐我一颗乐意顺服你的心灵。
 13 这样，我就能把你的法则教导罪人，
 使他们归向你。
 14 拯救我的上帝啊，
 求你赦免我杀人流血的罪，
 使我颂扬你的公义。
 15 主啊，求你开我的口，
 我要向你发出赞美。
 16 你不喜欢祭物，
 否则我会献上，
 你也不喜爱燔祭。
 17 你所要的祭是忧伤的心灵。
 上帝啊，你必不轻看忧伤痛悔的心。
 18 求你恩待锡安，重建耶路撒冷的城墙。
 19 那时，你必悦纳诚心献上的祭物、燔祭和全牲燔祭，

人们必把公牛献在你的坛上。

第 52 篇

上帝的审判和慈爱

以东人多益去告诉扫罗：“大卫到了亚希米勒家”，那时大卫作了这首训诲诗，交给乐长。

- 1 勇士啊，你为何以作恶为荣？
上帝的慈爱永远长存。
- 2 你这诡诈的人啊，
舌头利如剃刀，
尽是害人的奸计。
- 3 你喜爱邪恶，不爱良善；
你喜爱虚谎，不爱真理。
(细拉)
- 4 你有诡诈的舌头，
好说恶言恶语。
- 5 上帝必永远毁灭你，
祂必抓住你，
把你从家里拉出来，
从活人之地铲除。(细拉)
- 6 义人看见必心生敬畏，
他们必嘲笑说：
- 7 “看啊，这就是不依靠上帝
的人，
他只倚仗自己的财富和以残暴
手段获得的权势。”
- 8 我就像上帝殿中的一棵
橄榄树，枝繁叶茂，
我永永远远信靠上帝的慈爱。
- 9 上帝啊，
我要永远赞美你的作为。
我要在你忠心的子民面前仰望
你美善的名。

第 53 篇

人的邪恶

大卫作的训诲诗，交给乐长，调用“麻哈拉”。

- 1 愚昧人心里想：

“没有上帝。”

他们全然败坏，行为邪恶，
无人行善。

- 2 上帝从天上俯视人间，
要看世上有没有明智者，
有没有寻求祂的人。
- 3 人们都背弃祂，
都败坏不堪，无人行善，
连一个都没有！
- 4 恶人吞吃我的百姓如同吃饭，
他们不求告上帝。
难道他们无知吗？
- 5 因此，他们必陷入空前的惊恐。
上帝必使攻击你的仇敌粉身
碎骨，
你必使他们蒙羞受辱，
因为上帝弃绝了他们。
- 6 愿以色列的拯救来自锡安。
上帝救回祂被掳的子民时，
雅各要欢喜，以色列要快乐。

第 54 篇

祈求上帝的拯救

西弗人去告诉扫罗：“大卫藏在我们那里”，那时大卫作了这首训诲诗，交给乐长，用弦乐器。

- 1 上帝啊，
求你凭你的名拯救我！
求你用你的大能为我申冤！
- 2 上帝啊，求你垂听我的祷告，
留心我口中的话。
- 3 因为傲慢的人起来攻击我，
目无上帝的暴徒正寻索我的
性命。(细拉)
- 4 看啊，上帝帮助我，主扶持我，
- 5 祂必使我的仇敌自作自受。
信实的上帝啊，
求你毁灭他们。
- 6 耶和华啊，

我甘心乐意献上祭物，
我要赞美你的名，
因为你的名是美善的。
7你拯救我脱离一切艰难，
让我傲视仇敌。

第 55 篇

被朋友出卖者的祷告

大卫作的训诲诗，交给乐长，用弦乐器。

- 1 上帝啊，
求你垂听我的祷告，
不要对我的呼求置之不理。
- 2 求你垂听、应允我的呼求。
我思绪烦乱，坐立不安。
- 3 仇敌向我咆哮，
恶人逼迫我。
他们带给我苦难，
怒气冲冲地辱骂我。
- 4 我内心悲痛，
被死亡的恐怖笼罩。
- 5 我浑身颤栗，惊恐不已。
- 6 啊，但愿我能像鸽子展翅飞去，
得享安息。
- 7 我要飞到远方，住在旷野。
(细拉)
- 8 我要赶快躲进避难所，
避开暴雨狂风。
- 9 主啊，
我在城中看见暴力和争斗，
求你使他们言语混乱。
- 10 他们昼夜在城墙上出没，
城内充满了邪恶和压迫，
- 11 毁坏的势力到处肆虐，
恐吓与欺诈遍布大街小巷。
- 12 倘若是仇敌辱骂我，
我还能忍受；
倘若是恨我的人欺凌我，

我还可以躲开。

- 13 可是，竟然是你——我志同道合的伙伴，我的挚友！
- 14 从前我们情谊深厚，
与众人同去上帝的殿。
- 15 愿死亡突然抓住我的仇敌，
愿他们活活地下阴间，
因为他们的内心和家中罪恶充斥。
- 16 但我要呼求耶和華上帝，
祂必拯救我。
- 17 晚上、早晨和中午，
我发出痛苦的呼求，
祂必垂听。
- 18 虽然许多人攻击我，
祂必救我平安脱离险境。
- 19 永掌王权的上帝必鉴察并惩罚他们，
因为他们顽梗悖逆、不敬畏上帝。
- 20 我的同伴违背盟约，攻击朋友。
- 21 他口蜜腹剑，笑里藏刀。
- 22 把你的重担卸给耶和華，
祂必扶持你。
祂必不让义人跌倒。
- 23 上帝啊，
你必把恶人送进灭亡的坑里。
嗜血成性的骗子必早早夭亡。
但我要信靠你。

第 56 篇

信靠上帝的祷告

大卫作的诗，交给乐长，调用“远方无声鸽”，当时非利士人在迦特抓住了他。

- 1 上帝啊，求你怜悯我。
因为仇敌攻击我，整日迫害我。
- 2 我的仇敌整日攻击我，

许多人狂妄地迫害我。
³我害怕的时候，
 仍要倚靠你。
⁴我赞美上帝的应许，
 我信靠祂，就不惧怕，
 区区世人能把我怎样？
⁵他们整天歪曲我的话，
 总是图谋害我。
⁶他们勾结起来，
 暗中监视我的行踪，
 伺机害我。
⁷上帝啊，
 不要让这些作恶的人逃脱，
 求你在怒中毁灭他们。
⁸你知道我的哀伤，
 你把我的眼泪收在袋中。
 我的遭遇都记录在你的
 册子上。
⁹我向你求救的时候，
 敌人都落荒而逃。
 我知道上帝是我的帮助。
¹⁰我因上帝的应许而赞美祂，
 我因耶和华的应许而赞美祂。
¹¹我信靠上帝，就不惧怕，
 区区世人能把我怎样？
¹²上帝啊，
 我要恪守向你发的誓言，
 献上感恩祭。
¹³因为你救我脱离死亡，
 使我没有跌倒，
 让我可以活在你面前，
 沐浴生命之光。

第 57 篇

被围困中的呼求

大卫作的诗，交给乐长，调用“休要毁坏”，
 当时他因逃避扫罗躲进了洞里。

¹上帝啊，求你怜悯我，怜悯我，

因为我投靠你。
 我要在你翅膀下得到荫庇，
 直到灾难结束。
²我向至高的上帝，
 向为我成就一切的上帝呼求。
³上帝从天上施助、拯救我，
 使逼迫我的人蒙羞。
 上帝必彰显祂的慈爱和信实。
⁴我被狮子包围，
 躺卧在吃人的野兽中。
 他们的牙齿是矛和箭，
 舌头是尖刀。
⁵上帝啊，
 愿人对你的尊崇超过诸天，
 愿你的荣耀覆盖大地。
⁶我的仇敌设下网罗，
 我心中沮丧。
 他们在我走的路上挖了陷阱，
 自己却掉了进去。（细拉）
⁷上帝啊，我心坚定，我心坚定，
 我要唱诗赞美你。
⁸我的心啊，要振奋起来！
 琴瑟啊，弹奏吧！
 我要唤醒黎明！
⁹主啊，我要在列邦称谢你，
 在列国歌颂你。
¹⁰因为你的慈爱高达诸天，
 你的信实广及苍穹。
¹¹上帝啊，
 愿你得到的尊崇超过诸天，
 愿你的荣耀覆盖大地。

第 58 篇

祈求上帝惩罚恶人

大卫作的诗，交给乐长，调用“休要毁坏”。

¹你们做官长的主持公道吗？
 你们的审判公正吗？

- 2 不，你们心中图谋不义，
你们在地上行凶作恶。
3 恶人生下来就步入歧途，
一出母胎就离开正道，
谎话连篇。
4 他们像喷出毒液的毒蛇，
又像耳聋的眼镜蛇，
5 任法师的邪术再高超，
也听不见他的咒语。
6 上帝啊，
求你敲碎他们的牙齿；
耶和華啊，
求你拔掉这些猛狮的利齿。
7 愿他们如流水逝去，
愿他们弯弓搭箭时箭头折断。
8 愿他们像蜗牛一样溶为烂泥，
又如流产的胎儿不见天日。
9 刹那间，
荆棘还没有把锅烧热的工夫，
上帝必除灭他们。
10 义人必因恶人遭报而欢欣，
并用恶人的血洗脚。
11 这样，人们必说：
“义人终有善报，
确实有一位审判天下的上帝。”

第 59 篇

祈求上帝佑护

大卫作的诗，交给乐长，调用“休要毁坏”。当时扫罗派人去监视大卫的家，要杀害大卫。

- 1 我的上帝啊，
求你救我脱离仇敌，
保护我免遭其害。
2 求你救我脱离作恶之徒，
脱离嗜血成性之人。
3 看啊，他们要暗害我。
耶和華啊，我并未犯罪作恶，
凶残的人却攻击我。

- 4 我没有过错，
他们却准备攻击我。
求你起来帮助我，
顾念我的困境。
5 万军之耶和華，以色列的上帝
啊，
求你起来惩罚列国，
不要姑息奸诈的恶人。（细拉）
6 他们夜晚回来，
嚎叫如狗，在城中游荡。
7 他们出口伤人，舌如利剑，
还说：“谁听得见。”
8 但你耶和華必嗤笑他们，
嘲讽列国。
9 上帝啊，
你是我的力量，我的堡垒，
我仰望你。
10 我的上帝爱我，
祂会帮助我，
让我欣然看见仇敌遭报。
11 保护我们的主啊，
求你不要杀掉他们，
免得我的百姓忘记教训。
求你用你的能力驱散他们，
使他们沦为卑贱。
12 他们的嘴巴充满罪恶，
口中尽是咒诅和谎言，
愿他们陷在狂傲中不能自拔。
13 求你发烈怒毁灭他们，
彻底铲除他们，
使普天下都知道上帝在雅各家
掌权。（细拉）
14 他们夜晚回来，
嚎叫如狗，在城中游荡，
15 四处觅食，
吃不饱就狂吠不止。

- 16 但我要歌颂你的能力，
在清晨颂扬你的慈爱，
因为你是我的堡垒，
是我患难时的避难所。
- 17 上帝啊，你是我的力量，
我要颂赞你，
你是我的堡垒，
是爱我的上帝。

第 60 篇

祈求上帝的帮助

大卫作的诗，交给乐长，叫人学习，调用“作证的百合花”。当时大卫跟美索不达米亚西北部和叙利亚中部的亚兰人打仗，约押在盐谷杀了一万两千以东人。

- 1 上帝啊，
你遗弃了我们，
使我们一败涂地；
你曾向我们发怒，
求你现在复兴我们。
- 2 你震动大地，将它撕裂。
求你修补裂口，
因为它要塌陷了。
- 3 你叫我们——你的子民吃尽
苦头，
喝了令我们东倒西歪的苦酒。
- 4 但你赐给敬畏你的人旗帜，
可以挡住箭羽^㉔。（细拉）
- 5 求你应允我们的祷告，
伸出右手帮助我们，
使你所爱的人获救。
- 6 上帝在祂的圣所说：
“我要欢然划分示剑，
丈量疏割谷。
- 7 基列是我的，
玛拿西也是我的，
以法莲是我的头盔，
犹大是我的权杖。

- 8 摩押是我的洗脚盆，
我要把鞋扔给以东，
我要在非利士高唱凯歌。”
- 9 谁能带我进入坚城？
谁能领我到以东？
- 10 上帝啊，你抛弃了我们吗？
不再和我们的军队一同出战
了吗？

- 11 求你帮助我们攻打仇敌，
因为人的帮助徒然无益。
- 12 我们依靠上帝才能取胜，
祂必把我们的敌人踩在脚下。

第 61 篇

祈求上帝保护

大卫作的训诲诗，交给乐长，用弦乐器。

- 1 上帝啊，求你倾听我的呼求，
垂听我的祷告！
- 2 我心里沮丧之时，
从地极呼求你，
求你领我到高高的磐石上。
- 3 因为你是我的避难所，
是我抗敌的堡垒。
- 4 我要永远住在你的圣幕里，
在你翅膀下得荫庇！（细拉）
- 5 上帝啊，你已经听见我的誓言，
把你赐给敬畏你名之人的产业
赐给我。
- 6 愿你延长王的寿命，
使他的年日恒久。
- 7 愿他在你的护佑下永远做王，
求你以慈爱和信实来保护他。
- 8 我要永远歌颂你的名，
天天还我许的愿。

㉔ 60·4 “挡住箭羽”或译作“为真理飘扬”。

第 62 篇

唯上帝是拯救

大卫作的训诲诗，交给乐长，照耶杜顿的做法。

- 1 我的心默默等候上帝，
祂是我的拯救者。
- 2 唯有祂才是我的磐石，
我的拯救，我的堡垒，
我必不致动摇。
- 3 我就像一面摇摇欲坠的墙壁、
行将倒塌的篱笆，
你们要攻击我、置我于死地到
何时呢？
- 4 你们千方百计把我从高位
拉下。
你们善于说谎，嘴上祝福，
心却咒诅。（细拉）
- 5 我的心啊！要默默等候上帝，
因为我的盼望从祂而来。
- 6 唯有祂才是我的磐石，
我的拯救，我的堡垒，
我必不致动摇。
- 7 上帝是我的拯救者，
是我的荣耀，
祂是我的坚固磐石，
是我的避难所。
- 8 众百姓啊，
要时刻信靠上帝，
向祂倾心吐意，
因为祂是我们的避难所。（细拉）
- 9 卑贱人不过是一丝气息，
尊贵人不过是一场幻影，
把他们放在天平上一秤，
比空气还轻，毫无分量。
- 10 不要敲诈勒索，
不要妄想靠偷盗发财，

即使财富增多，也不要倚靠它。

- 11 上帝再三告诉我：
祂拥有权能，
- 12 充满慈爱。
主啊，你必照各人的行为来
施行赏罚。

第 63 篇

渴慕上帝

大卫在旷野时作的诗。

- 1 上帝啊，你是我的上帝，
我迫切地寻求你！
在干旱荒凉之地，
我的心渴慕你，渴慕你！
- 2 我曾在你的圣所瞻仰你的
荣面，
目睹你的权能和荣耀。
- 3 你的慈爱比生命更宝贵，
我的嘴唇要赞美你。
- 4 我一生都要赞美你，
奉你的名举手祷告。
- 5 我心满意足，如享盛宴，
唱起欢快的歌赞美你。
- 6 我躺在床上时思念你，
整夜地思想你。
- 7 因为你是我的帮助，
我在你翅膀的荫底下欢歌。
- 8 我的心依恋你，
你的右手扶持我。
- 9 那些图谋毁灭我的人必下到
阴间。
- 10 他们必丧身刀下，
成为豺狼的食物。
- 11 但王要因上帝而欢欣，
凡信靠祂的人必欢喜快乐，
说谎者的口必被封住。

第 64 篇

祈求上帝的保护

大卫作的诗，交给乐长。

- 1 上帝啊，求你倾听我的苦诉，
求你保护我的性命不受仇敌的
威胁。
- 2 求你保护我免遭恶人的谋害，
使我脱离不法之徒。
- 3 他们舌头锋利如刀，
言语恶毒如箭穿心。
- 4 他们埋伏起来，
暗箭伤害纯全无过的人。
他们突然袭击，毫无顾忌。
- 5 他们狼狈为奸，
商量暗设网罗，
以为谁也看不见。
- 6 他们图谋不义之事，
认为策划得无懈可击。
人心真是狡猾。
- 7 但上帝必用箭射他们，
将他们突然射倒在地。
- 8 他们必自作自受，
被自己的舌头所害。
看见的人都嘲笑他们。
- 9 这样，人人必敬畏上帝，
传扬祂奇妙的作为，
思想祂所做的事。
- 10 义人必因耶和華而欢欣，
并且投靠祂，
心地正直的人必赞美祂。

第 65 篇

赞美和感恩

大卫作的诗，交给乐长。

- 1 上帝啊，
人们在锡安赞美你，
向你履行誓言。
- 2 你垂听祷告，

世人都来到你面前。

- 3 虽然我们深陷罪中，
你却赦免了我们。
- 4 蒙你拣选、
能住在你圣所的人有福了！
我们在你美好的居所，
你圣洁的殿中心满意足。
- 5 拯救我们的上帝啊，
你凭公义、行可畏之事来应允
我们的祈求。
你是普天下的盼望。
- 6 你充满力量，以大能创造群山，
- 7 又平息怒海狂涛，
止息列邦的喧嚣。
- 8 你奇妙的作为使远在地极的人
心生敬畏，
你使日出之地和日落之处都
传来欢呼声。
- 9 你眷顾大地，降下沛雨，
使土地肥沃富饶。
上帝啊，你使江河涌流不息，
浇灌大地，为世人预备五谷。
- 10 你降下甘霖，浇透垄沟，
滋润垄背，使地松软、
长出庄稼。
- 11 你赐下丰年福月，
你的脚踪恩泽洋溢。
- 12 旷野的草地生机盎然，
山岭间充满欢乐，
- 13 草场遍布羊群，
谷中长满庄稼，
处处欢歌笑语。

第 66 篇

颂赞与感恩

一首诗歌，交给乐长。

- 1 世人啊，你们要向上帝欢呼，
- 2 颂赞祂荣耀的名，

赞美祂的荣耀。

³要对上帝说：“你的作为令人敬畏！
你的大能使敌人屈膝投降。

⁴普天下都敬拜你，
颂赞你，颂赞你的名。”（细拉）

⁵来吧，看看上帝的作为，
祂为世人行了何等奇妙的事！

⁶祂将沧海变为干地，
让百姓步行而过。
让我们因祂的作为而欢欣吧！

⁷祂以大能永远掌权，
祂的眼目监察列国，
悖逆之徒不可在祂面前妄自尊大。（细拉）

⁸列邦啊，要赞美我们的上帝，
让歌颂祂的声音四处飘扬。

⁹祂保全我们的生命，
不让我们失脚滑倒。

¹⁰上帝啊，你试验我们，
熬炼我们如熬炼银子。

¹¹你让我们陷入网罗，
把重担压在我们的背上。

¹²你让别人骑在我们的头上。
我们曾经历水火，
但你带我们到达丰盛之地。

¹³我要带着燔祭来到你殿中，
履行我向你许的誓言，

¹⁴就是我在危难中许下的誓言。

¹⁵我要献上肥美的牲畜，
以公绵羊作馨香之祭献给你，
我要献上公牛和山羊。（细拉）

¹⁶敬畏上帝的人啊，
你们都来听吧，
我要告诉你们祂为我所做的事。

¹⁷我曾开口向祂呼求，
扬声赞美祂。

¹⁸倘若我心中藏匿罪恶，
主必不垂听我的呼求。

¹⁹然而，上帝听了我的祷告，
倾听了我的祈求。

²⁰上帝当受称颂！
祂没有对我的祷告拒而不听，
也没有收回祂对我的慈爱。

第 67 篇

赞美上帝

一首诗歌，交给乐长，用弦乐器。

¹上帝啊，求你恩待我们，
赐福给我们，笑颜垂顾我们。

（细拉）

²这样，普世都会知道你的道路，
万国都会知道你的拯救之恩。

³上帝啊，
愿列邦都赞美你，
愿万族都称颂你。

⁴愿列国欢呼歌唱，
因为你以公义审判列邦，
引导世上的列国。（细拉）

⁵上帝啊，愿列邦赞美你，
愿万族都称颂你。

⁶大地出产丰富。
上帝，我们的上帝要祝福我们。

⁷上帝要祝福我们，
普天下都要敬畏祂。

第 68 篇

得胜的凯歌

大卫作的诗，交给乐长。

¹愿上帝起来驱散祂的仇敌，
使恨祂的人四散奔逃。

²愿你驱散他们，
如风把烟吹散。

- 愿恶人在上帝面前灭亡，
如蜡在火中熔化。
- ³愿义人在上帝面前欢欣快乐，
愿他们高兴欢喜。
- ⁴要歌颂上帝，
赞美祂的名，
要颂扬驾云而行的上帝。
祂的名字是耶和華，
要在祂面前欢喜快乐。
- ⁵住在圣所的上帝是孤儿的
父亲，寡妇的保护者。
- ⁶祂使孤苦者有家，
让被囚者欢然脱离牢笼。
但叛逆者要住在干旱之地。
- ⁷上帝啊，
你曾带领你的子民走过荒野。
(细拉)
- ⁸那时，在西奈山的上帝面前，
在以色列的上帝面前，
大地震动，诸天降雨。
- ⁹上帝啊，你降下沛雨，
滋润你干旱的产业——以色列，
- ¹⁰让你的子民得以安居在那里。
上帝啊，
你满怀恩慈地供养穷苦人。
- ¹¹主下达命令，
成群的妇女便奔走相告：
- ¹²“众王和他们的军队逃走了，
逃走了！”
以色列的妇女都在分战利品，
- ¹³即使羊圈里的看羊人也披金
戴银，
就像鸽子镀银的翅膀和金光闪
闪的羽毛。
- ¹⁴全能的上帝驱散了众王，
势如大雪洒落在撒们。
- ¹⁵巴珊的山巍峨雄壮，群峰耸立。
- ¹⁶崇山峻岭啊，
你们为何嫉妒地盯着上帝选为
居所的山，
耶和華永远居住的地方呢？
- ¹⁷上帝带着千千万万的战车从
西奈山来到祂的圣所。
- ¹⁸你升上高天时，
带着许多俘虏，
你接受了众人的礼物，
甚至叛逆者的礼物。
耶和華上帝就住在那里。
- ¹⁹要称颂主，
称颂我们的救主上帝，
祂天天背负我们的重担。
(细拉)
- ²⁰我们的上帝是拯救的上帝，
主耶和華救我们脱离死亡。
- ²¹上帝必打碎仇敌的头颅，
敲破怙恶不悛者的脑袋。
- ²²主说：
“我要把他们从巴珊带回来，
从深海带回来，
- ²³好让你们的脚从他们的血泊中
踩过，
你们的狗也可以吃他们的肉。”
- ²⁴上帝啊，你的队伍已经出现；
我的上帝，我的王啊，
你的队伍进了圣所，
- ²⁵唱歌的在前，奏乐的殿后，
摇手鼓的少女居中。
- ²⁶要在大会中赞美上帝，
以色列的会众都要赞美
耶和華。
- ²⁷最小的便雅悯支派在前领路，
后面跟着大群的犹大首领，
还有西布伦和拿弗他利的
首领。

- 28 上帝啊，求你施展你的权能；
上帝啊，求你像以前一样为
我们彰显你的力量。
- 29 君王都带着礼物来到你耶路撒冷的圣殿。
- 30 求你斥责那芦苇中的野兽，
斥责成群的公牛和列邦的
牛犊，
使他们俯首献上贡银。
求你驱散好战的列邦。
- 31 埃及的使节来朝见，
古实也要归降上帝。
- 32 世上的列国啊，
要向上帝歌唱，
你们要歌颂主，
- 33 歌颂凌驾在万古苍穹之上
的主。
听啊，祂声如雷鸣。
- 34 你们要传扬上帝的大能，
祂的威荣普照以色列，
祂的权能彰显于苍穹。
- 35 上帝啊，你在圣所中令人敬畏。
以色列的上帝把力量和权能赐
给祂的子民。
上帝当受称颂！

第 69 篇

祈求上帝拯救的祷告

大卫作的诗，交给乐长，调用“百合花”。

- 1 上帝啊，求你拯救我，
因为洪水快把我淹没；
- 2 我深陷泥沼，无法站稳脚；
我落入深渊，被洪流淹没。
- 3 我连连呼救，已声嘶力竭；
我期盼上帝的帮助，望眼欲穿。
- 4 无故恨我的人不计其数，
无故害我的仇敌势力强大，
逼我偿还我没有偷过的东西。

- 5 上帝啊，你知道我的愚昧，
我的罪恶也瞒不过你。
- 6 主—万军之耶和華啊，
求你不要使等候你的人因我而
受辱；
以色列的上帝啊，
求你不要让信靠你的人因我而
蒙羞。
- 7 我为了你的缘故遭受辱骂，
羞辱满面。
- 8 我的弟兄视我为陌生人，
我的手足看我为外人。
- 9 我对你的殿充满炙热的爱，
辱骂你之人的辱骂都落在我
身上。
- 10 我悲伤禁食，
他们就羞辱我。
- 11 我披上麻衣，
他们就讥笑我。
- 12 我成了街谈巷议的话题，
醉汉作歌取笑我。
- 13 可是，耶和華啊，
在你悦纳人的时候，
我向你祷告。
上帝啊，
求你以你的大爱和信实拯救我。
- 14 求你救我脱离泥沼，
不要让我沉下去；
求你救我脱离恨我的人，
使我离开深渊。
- 15 求你不要让洪水淹没我，
深渊吞灭我，
坟墓吞噬我。
- 16 耶和華啊，求你答应我的祷告，
因为你充满慈爱和良善。
求你以无限的怜悯眷顾我。
- 17 求你不要掩面不理你的仆人。

我正身陷困境，
 求你快快答应我。
¹⁸ 求你前来拯救我，
 把我从仇敌手中救赎出来。
¹⁹ 你知道我受的辱骂、欺凌和
 羞辱，
 你看到了我仇敌的所作所为。
²⁰ 他们的辱骂使我心碎，
 令我绝望无助。
 我渴望有人同情，却没有一个；
 期望有人安慰，却无一人。
²¹ 他们给我苦胆当食物，
 又拿醋给我解渴。
²² 愿他们面前的宴席变为网罗，
 成为他们的陷阱。
²³ 愿他们眼目昏暗，无法看见；
 愿他们哆哆嗦嗦，直不起腰来。
²⁴ 求你把烈怒倾倒在他們身上，
 将怒气洒向他们。
²⁵ 愿他们的家园一片荒凉，
 愿他们的帐篷无人居住。
²⁶ 因为他们迫害你击打过的人，
 嘲笑你所打伤之人的痛苦。
²⁷ 求你清算他们的种种罪行，
 不要让他们有份于你的拯救
 之恩。
²⁸ 愿他们的名字从生命册上被
 抹去，
 不得和义人的名字列在一起。
²⁹ 上帝啊，
 我陷入痛苦和忧伤，
 求你拯救我，保护我。
³⁰ 我要用歌声赞美上帝的名，
 以感恩的心尊崇祂。
³¹ 这要比献上有蹄有角的公牛等
 祭牲更讨耶和華喜悦。
³² 卑微的人看见这一切就欢喜

快乐，
 愿你们寻求上帝的人精神
 振奋。
³³ 耶和華垂听穷苦人的祈求，
 不轻看祂被囚的子民。
³⁴ 愿天地都赞美祂，
 愿海和其中的一切都赞美祂！
³⁵ 因为上帝必拯救锡安，
 重建犹大的城邑。
 祂的子民要住在那里，
 拥有那片土地。
³⁶ 祂仆人的后裔要承受那地方
 为业，
 凡爱祂的人都要住在那里。

第 70 篇

求助的祷告

大卫作的祷告诗，交给乐长。

¹ 上帝啊，求你快快拯救我；
 耶和華啊，求你速速帮助我。
² 愿谋取我性命的人蒙羞受辱。
 愿喜欢我遭害的人狼狈逃窜。
³ 愿那些哈哈嘲笑我的人羞愧
 而退。
⁴ 愿所有寻求你的人因你而欢喜
 快乐，
 愿渴望蒙你拯救的人时常说：
 “上帝当受尊崇。”
⁵ 我贫穷困苦，
 上帝啊，求你快来救我。
 你是我的帮助，是我的拯救。
 耶和華啊，求你不要迟延。

第 71 篇

一个老年人的祈祷

¹ 耶和華啊，我投靠了你，
 求你使我永不蒙羞。
² 求你凭公义搭救我，

侧耳听我的恳求，拯救我。
 3 求你成为保护我的磐石，
 让我可以随时投靠你。
 求你下令救我，
 因为你是我的磐石和堡垒。
 4 我的上帝啊，
 求你从恶人手中拯救我，
 从邪恶、残暴之徒掌下拯救我。
 5 主耶和華啊，你是我的盼望，
 我从小就信靠你。
 6 你使我出了母胎，
 我从出生就依靠你，
 我要永远赞美你。
 7 我的遭遇使许多人感到惊骇，
 但你是我坚固的避难所。
 8 我口中充满对你的赞美，
 终日述说你的荣耀。
 9 我年老时，求你不要丢弃我；
 我体力衰微时，求你不要
 离弃我。
 10 我的仇敌议论我，
 那些想杀害我的一起策划
 阴谋，说：
 11 “上帝已经丢弃了他。
 去追赶、捉拿他吧，
 因为无人会救他。”
 12 上帝啊，不要远离我；
 我的上帝啊，求你快来帮助我！
 13 愿我的仇敌在羞辱中灭亡，
 愿那些害我的人抱愧蒙羞。
 14 我必常常心怀盼望，
 向你献上更多的赞美。
 15 虽然我无法测度你的公义和
 拯救之恩，
 但我要终日传扬你的作为。
 16 主耶和華啊，
 我要传扬你大能的作为，

单单述说你的公义。
 17 上帝啊，
 我从小就受你的教导，
 直到今日我仍传扬你奇妙的
 作为。
 18 上帝啊，
 就是我年老发白的时候，
 求你也不要丢弃我，
 好让我把你的大能告诉下
 一代，世代相传。
 19 上帝啊，你的公义高达苍穹，
 你成就了奇妙大事。
 上帝啊，有谁能像你？
 20 你使我经历了许多患难，
 最终必使我重获新生，
 救我脱离死亡的深渊。
 21 你必赐我更大的尊荣，
 你必再次安慰我。
 22 我的上帝啊，
 我要弹琴赞美你的信实；
 以色列的圣者啊，
 我要伴随着琴声赞美你。
 23 你救赎了我的灵魂，
 我的口和灵魂都要欢呼
 歌颂你。
 24 我要终日向人述说你的公义，
 因为那些想害我的人已经蒙羞
 受辱。

第 72 篇

为君王祈祷

所罗门的诗。

1 上帝啊，
 求你将你的公正赐给王，
 将你的公义赐给王的儿子。
 2 让他凭公义审判你的子民，
 按公平对待那些贫苦的人。
 3 愿大山给百姓带来繁荣，

小山带来公义。
⁴愿他保护百姓中受苦的人，
 拯救贫穷的人，打倒欺压者。
⁵只要日月尚存，
 愿百姓永远敬畏你。
⁶愿他的统治如春雨降在新割过
 的草场上，
 又像甘霖滋润大地。
⁷在他统治之下，
 愿义人兴旺，国富民强，
 如月长存。
⁸愿他的疆域横跨洋海，
 从幼发拉底河直到地极。
⁹愿旷野的居民都来向他下拜，
 敌人都扑倒在尘土中。
¹⁰愿他施、示巴和西巴的君王都
 来纳贡称臣。
¹¹愿君王都敬拜他，
 万国都事奉他。
¹²贫穷人呼求，他便搭救；
 困苦人无助，他就伸出援手。
¹³他怜悯软弱和贫困的人，
 拯救贫困人的性命。
¹⁴他要救他们脱离别人的压迫和
 暴力，
 因为他爱惜他们的生命。
¹⁵愿王寿命长久，
 愿人们将示巴的金子献给他，
 不断为他祷告，
 终日称颂他。
¹⁶愿遍地五谷丰登，
 山顶上出产丰富，
 如黎巴嫩的密林。
 愿各城人口稠密如原野的
 青草。
¹⁷愿他的名流芳百世，如日长存。
 愿万国都因他而蒙福，

都称颂他。
¹⁸以色列的上帝耶和华当受
 称颂，
 唯有祂行奇妙的事。
¹⁹愿祂荣耀的名永受称颂！
 愿普天下充满祂的荣耀。
 阿们！阿们！
²⁰耶西的儿子大卫的祷告结束。

卷三：诗篇73-89

第73篇

上帝的公正审判

亚萨的诗。

¹上帝实在恩待以色列人，
 恩待那些内心纯洁的人。
²我却身陷险地，
 几乎失脚跌倒。
³我看见狂傲的恶人亨通就心怀
 不平。
⁴他们一生平顺，健康强壮。
⁵他们不像别人受苦，
 不像世人遭难。
⁶他们把骄傲作项链戴在颈上，
 把暴力作外袍裹在身上。
⁷他们胖得眼睛凸出，
 心中充满罪恶。
⁸他们讥讽嘲笑，言语恶毒，
 狂妄地以暴力相威胁。
⁹他们亵渎上天，诋毁大地。
¹⁰上帝的子民也跟随他们，
 听从他们的话。
¹¹他们说：
 “上帝怎能知道？
 至高者会察觉吗？”
¹²看这些恶人，
 他们总是生活安逸，财富日增。

第 74 篇

祈求上帝眷顾祂的子民

亚萨的训诲诗。

13 我洁身自爱，保持清白，
 实属徒然。
 14 我天天遭灾，日日受苦。
 15 要是我这样说，
 我就是背叛了你的子民。
 16 我想明白这一切，
 却百思不得其解。
 17 直到我进入你的圣所，
 才明白他们的结局。
 18 你把他们放在容易滑倒的
 地方，
 使他们落入毁灭中。
 19 他们顷刻间被毁灭，
 在恐怖中彻底灭亡。
 20 他们不过是人醒来后的一
 场梦。
 主啊，你一行动，
 他们必灰飞烟灭。
 21 我曾感到悲伤，心如刀绞。
 22 我当时愚昧无知，
 在你面前如同畜类。
 23 然而，我一直和你在一起，
 你牵着我的手引导我。
 24 你以谆谆教诲指引我，
 以后必接我到荣耀中。
 25 除你以外，在天上我还有谁？
 除你以外，在地上我别无爱慕。
 26 尽管我身心俱衰，
 上帝永远是我心中的力量，
 永远属于我。
 27 那些远离你的人必灭亡，
 你必灭绝不忠于你的人。
 28 对于我，到上帝面前是何等
 美好。
 我以主耶和華為我的避难所，
 并宣扬祂的一切作为。

1 上帝啊，
 你为何永远丢弃了我们？
 你为何对自己草场上的羊大发
 雷霆？
 2 求你眷顾你在古时所救赎的
 子民，
 你拣选为产业的族类，
 求你眷顾你所居住的锡安山。
 3 求你前去观看那久已荒凉
 之地，
 看看敌人对圣所的破坏。
 4 他们在你圣所中高声叫嚷，
 竖立起自己的旗帜。
 5 他们大肆毁坏，
 好像人抡起斧头砍伐树林。
 6 他们用斧头、锤子把雕刻的墙
 板都捣毁了。
 7 他们纵火焚烧你的圣所，
 把它夷为平地，
 褻渎了你的居所。
 8 他们心里说：“我们要彻底毁
 灭一切。”
 于是他们烧毁了境内所有敬拜
 上帝的地方。
 9 我们再也看不到你的征兆，
 先知也没有了。
 无人知道这一切何时才会
 结束。
 10 上帝啊，
 仇敌嘲笑你的名要到何时呢？
 他们要永无休止地辱骂你吗？
 11 你为何不伸出大能的右手？
 求你出手给他们致命的一击。
 12 上帝啊，

你自古以来就是我的王，
你给世上带来拯救。
13 你曾用大能分开海水，
打碎水中巨兽的头。
14 你曾打碎海怪的头，
把它丢给旷野的禽兽吃。
15 你曾开辟泉源和溪流，
也曾使滔滔河水枯干。
16 白昼和黑夜都属于你，
你设立了日月。
17 你划定大地的疆界，
又创造了盛夏和寒冬。
18 耶和華啊，
求你记住敌人对你的嘲笑和愚
妄人对你的亵渎。
19 求你不要把你的子民交给
仇敌^㉓，
不要永远对你受苦的子民弃置
不顾。
20 求你顾念你的应许，
因地上黑暗之处充满了暴力。
21 求你不要让受压迫的人羞愧
而去。
愿贫穷困苦的人赞美你的名。
22 上帝啊，求你起来维护自己，
别忘记愚妄人怎样整天
嘲笑你。
23 不要对你仇敌的喧嚷置之
不理，
与你为敌的人不停地叫嚣。

第 75 篇

上帝是审判者

亚萨的诗，交给乐长，调用“休要毁坏”。

1 上帝啊，
我们称谢你，我们称谢你，
因为你与我们同在。
人们都述说你奇妙的作为。

2 你说：“我已定好时间，
我必秉公审判。”
3 大地震动，世人战抖的时候，
是我使地的根基稳固。（细拉）
4 我警告狂妄人不要再狂傲，
告诫恶人不要再张狂。
5 不要再狂妄自大，
不要说话傲气冲天。”
6 人的尊贵不是来自东方，
不是来自西方，
也不是来自旷野。
7 决定人尊贵的是上帝：
祂擢升这个，贬抑那个。
8 耶和華手中的杯里盛满泛着
泡沫、精工调制的怒酒。
祂倒出怒酒，让世上的恶人喝
得一滴不剩。
9 我要永远宣扬祂的作为，
我要颂赞雅各的上帝。
10 上帝必铲除恶人的势力，
使义人充满力量。

第 76 篇

上帝是胜利者

亚萨的诗，交给乐长，用弦乐器。

1 上帝在犹大人人皆知，
在以色列威名远扬。
2 祂的家在耶路撒冷，
祂的居所在锡安山上。
3 祂在那里摧毁敌人的火箭、
盾牌和刀剑等兵器。（细拉）
4 上帝啊，你荣耀无比，
你的威严超过亘古群山。
5 强敌被掳掠，他们倒地而亡，
再也不能还手。

㉓ 74·19 “子民”希伯来文是“鸽子”；“仇敌”希伯来文是“野兽”。

- 6 雅各的上帝啊，你一斥责，
他们就人仰马翻。
- 7 唯有你当受敬畏。
你发怒的时候，
谁能在你面前站立呢？
- 8-9 上帝啊，
你从天上宣告审判。
你施行审判，
拯救世上一切受苦之人时，
大地一片恐惧静默。（细拉）
- 10 你向人类发怒为你带来荣耀，
你准备发尽你的烈怒。
- 11 你们要向你们的上帝耶和華
许愿、还愿，
愿四周的邻邦都带礼物来献给
当受敬畏的主。
- 12 祂挫败首领的傲气，
世上的君王都敬畏祂。

第 77 篇

患难中的安慰

亚萨的诗，照耶杜顿的做法，交给乐长。

- 1 我呼求上帝，我高声呼求，
上帝垂听我的祷告。
- 2 我在困境中寻求主。
我整夜举手祷告，
我的心无法得到安慰。
- 3 我思想上帝，发出哀叹；
我默想，心灵疲惫不堪。（细拉）
- 4 你使我无法合眼，
我心乱如麻，默然无语。
- 5 我回想从前的日子，
那久远的岁月，
- 6 想起自己夜间所唱的歌。
我沉思默想，扪心自问：
- 7 “难道主要永远丢弃我，
不再恩待我了吗？”

- 8 难道祂的慈爱永远消逝了吗？
祂的应许永远落空了吗？
- 9 难道上帝已忘记施恩，
在愤怒中收回了祂的慈爱吗？”

（细拉）

- 10 于是我说：“我感到悲伤的是，
至高者已不再彰显大能。”
- 11 耶和華啊，我要回想你的作为，
回想你从前所行的奇事。
- 12 我要默想你所行的一切事，
思想你一切大能的作为。
- 13 上帝啊，你的作为全然圣洁，
有哪个神明像你一样伟大？
- 14 你是行奇事的上帝，
你在列邦中彰显你的大能。
- 15 你以大能救赎了你的子民，
就是雅各和约瑟的后代。（细拉）
- 16 上帝啊，海水看见你就战栗，
深渊看见你就颤抖。
- 17 云层倒出雨水，
天上雷霆霹雳，电光四射。
- 18 旋风中传来你的雷声，
你的闪电照亮世界，
大地颤抖震动。
- 19 你的道路穿越海洋，经过洪涛，
但你的足迹无人看见。
- 20 你借着摩西和亚伦的手引领你
的子民，
如同牧人引领羊群。

第 78 篇

上帝引导祂的子民

亚萨的训诲诗。

- 1 我的百姓啊！
你们要听我的教导，
侧耳倾听我的话。
- 2 我要开口讲比喻，

- 道出古时的奥秘，
3 是我们所闻所知、世代流传下来的事。
4 我们不要在子孙面前隐瞒事实，
要把耶和華当受称颂的作为，祂的权能和所行的奇事告诉下一代。
5 因为祂为雅各指定法度，为以色列设立律法，又吩咐我们的祖先把这些律法传给儿女，
6 好让他们也照样教导自己的子孙后代，世代相传。
7 这样，他们就会信靠上帝，遵行祂的命令，不忘记祂的作为，
8 也不会像自己的祖先那样顽梗叛逆，对上帝不忠，心怀二意。
9 以法莲人备上了弓箭，却临阵逃命。
10 他们不遵守上帝的约，拒绝遵行祂的律法。
11 他们忘记了祂的作为，忘记了祂为他们所行的奇事。
12 祂曾在埃及，在琐安当着他们祖先的面行神迹。
13 祂把海水分开，带领他们安然渡过。祂使海水堆起如墙壁。
14 祂白天以云柱带领他们，晚上用火柱引导他们。
15 祂在旷野劈开磐石，供应他们丰沛的水源。
16 祂使水从磐石中滚滚流出，
如滔滔江河。
17 然而，他们仍旧犯罪，在旷野反叛至高的上帝。
18 他们顽梗地试探上帝，索要他们想吃的食物。
19 他们抱怨上帝，说：“难道上帝可以在旷野摆宴席吗？”
20 祂击打磐石，水就涌出，流淌成河，但祂能赐给我们—祂的子民食物和肉吗？”
21 耶和華听后大怒，祂的怒火烧向雅各，祂的怒气洒向以色列。
22 因为他们不相信上帝，也不信靠祂的拯救。
23 祂向苍穹发出命令，又打开天门，
24 降下吗哪给他们吃，赐下天粮。
25 他们吃了天使的食物，上帝赐给他们丰富的食物。
26 祂使空中刮起东风，用大能引来南风，
27 使飞鸟像雨点一般降在他们当中，多如尘埃，使他们有多如海沙的肉吃。
28 祂使飞鸟降落在他们营中的帐篷周围，
29 让他们尽情地吃，遂了他们的心愿。
30 但是，他们还没有吃完，肉还在口中的时候，
31 上帝就向他们发怒，杀掉了他们当中最强壮的，消灭了以色列的青年。
32 即使如此，

他们依旧犯罪，
 不相信上帝奇妙的作为。
 33 所以上帝使他们虚度一生，
 让他们的岁月充满恐惧。
 34 直到上帝击杀他们的时候，
 他们才回转，诚心寻求上帝。
 35 他们才想起上帝是他们的
 磐石，
 至高的上帝是他们的救赎主。
 36 他们却虚情假意，满口谎言。
 37 他们不忠于祂，
 也不信守祂的约。
 38 但上帝充满怜悯，
 赦免了他们的罪，
 没有毁灭他们。
 祂多次收住怒气，
 没有完全发出祂的烈怒。
 39 祂顾念他们不过是血肉之躯，
 像一阵风转眼消逝。
 40 他们在旷野屡屡反叛祂，
 使祂伤心。
 41 他们再三试探上帝，
 惹以色列的圣者发怒。
 42 他们忘记了祂的大能，
 忘记了祂救他们脱离压迫的
 日子，
 43 也忘记了祂在埃及所行的
 神迹，
 在琐安的田野所行的奇事。
 44 祂曾使江河溪流变成血，
 以致无人能喝。
 45 祂曾使成群的苍蝇吞没他们，
 使青蛙毁灭他们。
 46 祂将他们的五谷赏给蚱蜢，
 让蝗虫吃尽他们的收成。
 47 祂用冰雹毁坏他们的葡萄树，
 用严霜毁坏他们的无花果树，

48 又用冰雹毁灭他们的牛群，
 用闪电毁灭他们的牲畜。
 49 祂把怒火、烈怒、愤恨和祸患
 倾倒在他們身上，
 遣下一群降灾的天使。
 50 祂的怒气尽发，
 使他们被瘟疫吞噬，难逃一死。
 51 祂击杀了埃及人所有的长子，
 就是含帐篷中头生的儿子。
 52 祂领出自己的子民，
 好像领出羊群，
 引领他们经过旷野，
 53 使他们一路平安，免受惊吓，
 大海却淹没了他们的仇敌。
 54 祂带领自己的子民来到圣地的
 边界，
 来到祂亲手为他们预备的
 山区，
 55 从他们面前赶出外族人，
 把外族人的土地分给他们，
 作为他们的产业，
 使以色列各支派安顿下来。
 56 可是，他们仍旧试探上帝，
 反叛至高者，不遵行祂的法度。
 57 他们跟祖先一样背信弃义，
 像断弓一样毫不可靠。
 58 他们建造丘坛，惹祂发怒；
 他们竖起神像，令祂愤怒。
 59 上帝知道了他们的恶行，
 怒不可遏，
 彻底弃绝了以色列人。
 60 祂离弃了设在示罗的圣幕，
 就是祂在人间的居所。
 61 祂任凭自己的约柜被人掳去，
 让自己的荣耀落在敌人手中。
 62 祂使自己的子民被刀剑杀戮，
 向自己的产业大发怒气。

63 青年被烈火吞噬，
 少女无法婚嫁。
 64 祭司丧身刀下，
 寡妇无法哭丧。
 65 那时，主像从睡眠中醒来，
 又如酒后醒来的勇士。
 66 祂击退仇敌，
 叫他们永远蒙羞。
 67 祂丢弃了约瑟的子孙，
 没有拣选以法莲支派。
 68 祂拣选了犹太支派，
 祂所喜爱的锡安山。
 69 祂为自己建造高耸的圣所，
 使它像大地一样长存。
 70 祂拣选了祂的仆人大卫，
 把他从羊圈中召来，
 71 让他离开牧羊的生活，
 去牧养祂的子民雅各的后裔，
 牧养祂的产业以色列。
 72 于是，大卫以正直的心牧养
 他们，
 用灵巧的手带领他们。

第 79 篇

祈求上帝拯救

亚萨的诗。

1 上帝啊，
 外族入侵占你的产业，
 玷污你的圣殿，
 使耶路撒冷沦为废墟。
 2 他们把你仆人的尸体喂飞鸟，
 把你忠心子民的尸体给野
 兽吃，
 3 使耶路撒冷周围血流成河，
 尸体无人埋葬。
 4 我们成了列国羞辱的对象，
 周围的人都嗤笑、讥讽我们。
 5 耶和華啊，你向我们发怒，

要到何时呢？
 难道要到永远吗？
 你的怒火要烧到何时呢？
 6 求你把烈怒洒向那些不承认你
 的列邦，
 洒向那些不求告你的列国。
 7 因为他们吞噬了雅各，
 摧毁了他的家园。
 8 求你不要向我们追讨我们祖先
 的罪，
 愿你快快地怜悯我们，
 因为我们已经落入绝望中。
 9 拯救我们的上帝啊，
 求你为了自己荣耀的名而帮助
 我们，
 拯救我们，赦免我们的罪。
 10 为何让列邦说：
 “他们的上帝在哪里？”
 求你让我们亲眼看见，
 也让列邦都知道，
 你为自己被害的子民申冤。
 11 求你垂听被囚之人的哀叹，
 求你用大能的臂膀留住死囚的
 性命。

12 主啊，我们的邻邦羞辱你，
 求你以七倍的羞辱来报应
 他们。
 13 这样，你的子民，你草场上的羊
 必永远称谢你，世代称颂你。

第 80 篇

为国家复兴祈求

亚萨的诗，交给乐长，调用“作证的百合花”。

1-2 以色列的牧者啊，
 你像照顾羊群一样带领约瑟的
 子孙，
 求你垂听我们的祈祷。
 坐在基路伯天使之上的

耶和華啊，
 求你向以法蓮、便雅憫和瑪拿西發出光輝，
 求你施展大能來拯救我們。
 3 上帝啊，求你復興我們，
 用你臉上的榮光照耀我們，
 使我們得救。
 4 萬軍之上帝耶和華啊，
 你因你子民的禱告而發怒，
 要到何時呢？
 5 你使我們以淚洗面，
 以哀傷果腹，
 6 又使我們成為鄰國爭奪的
 對象，
 仇敵都嘲笑我們。
 7 萬軍之上帝啊，
 求你復興我們，
 用你臉上的榮光照耀我們，
 使我們得救。
 8 你從埃及帶出一棵葡萄樹，
 趕走外族人，把它栽種起來。
 9 你為它開墾土地，
 它就扎根生長，布滿這片土地。
 10 它的樹蔭遮蓋群山，
 枝子遮蔽香柏樹。
 11 它的枝條延伸到地中海，
 嫩枝伸展到幼發拉底河。
 12 你為何拆毀了它的籬笆，
 讓路人隨意摘取葡萄呢？
 13 林中的野豬蹂躪它，
 野獸吞吃它。
 14 萬軍之上帝啊，
 求你回來，
 求你在天上垂顧我們這棵
 葡萄樹，
 15 這棵你親手栽種和培育的
 葡萄樹。

16 這樹被砍倒，被焚燒，
 願你發怒毀滅仇敵。
 17 求你扶持你所揀選的人，
 你為自己所養育的人。
 18 我們必不再背棄你，
 求你復興我們，
 我們必敬拜你。
 19 萬軍之上帝耶和華啊，
 求你復興我們，
 用你臉上的榮光照耀我們，
 使我們得救。

第 81 篇

歌頌上帝的恩惠

亞薩的诗，交給樂長，用迦特樂器。

1 要歌頌賜我們力量的上帝，
 向雅各的上帝歡呼。
 2 要唱詩，擊鼓，彈起琴瑟。
 3 要在我們過节的朔日和望日^㉓
 吹響号角。
 4 這是以色列的律例，
 是雅各的上帝所定的法令。
 5 上帝攻擊埃及的時候，
 為約瑟立下此法度。
 我在那里聽見陌生的聲音說：
 6 “我卸下了你肩上的重擔，
 使你的雙手不再做苦工，
 7 你在苦難中向我呼求，
 我就拯救了你，
 從雷聲隆隆的密雲中應允
 了你。
 我在米利巴泉邊考驗你。(細拉)
 8 我的子民啊，
 要聽我的警告。
以色列人啊，

但愿你们听从我的话。
 9 你们断不可供奉别的神明，
 也不可向外族的神明下拜，
 10 我是你们的上帝耶和華，
 曾把你们带出埃及，
 张开你们的口吧，
 我必使你们饱足。
 11 我的子民却不肯听我的话，
 以色列不愿意顺从我。
 12 因此我就任凭他们顽固不化，
 为所欲为。
 13 但愿我的子民肯听从我，
 以色列肯遵行我的道。
 14 那时，我必迅速征服他们的
 敌人，
 伸手攻击他们的仇敌。
 15 憎恶我的人要在我面前屈膝
 投降，永远沉沦。
 16 我要以上好的麦子供养我的
 子民，
 让他们饱享磐石间的蜂蜜。”

第 82 篇

斥责不公正的审判

亚萨的诗。

1 上帝站在天庭的会中，
 向众神明宣布祂的判决，
 2 说：“你们不秉公行义，
 偏袒恶人要到何时呢？（细拉）
 3 你们要为穷人和孤儿主持
 公道，
 为贫寒和受压迫的人伸张
 正义。
 4 要救助穷苦的人，
 使他们脱离恶人的欺压。
 5 你们愚昧无知，
 行在黑暗中，
 大地的根基摇动。

6 我曾说你们都是神，
 都是至高者的儿子，
 7 但你们要跟世人一样死去，
 像人间的王侯一样灭亡。”
 8 上帝啊，求你起来审判世界，
 因为世上的万国都属于你。

第 83 篇

祈求上帝击败仇敌

亚萨的诗。

1 上帝啊，求你不要缄默无声，
 一言不发。
 2 看啊，你的敌人在喧嚷，
 恨你的人趾高气扬。
 3 他们用诡计害你的子民，
 他们一起谋害你所疼爱的人。
 4 他们说：
 “来吧，让我们铲除以色列，
 让他们亡国，被人遗忘。”
 5 他们串通一气，
 勾结起来抵挡你。
 6 他们是以东人、以实玛利人、
 摩押人、夏甲人、
 7 迦巴勒人、亚扪人、亚玛力人、
 非利士人和泰尔人。
 8 亚述也跟他们勾结，
 要助罗得的后代一臂之力。
 （细拉）
 9 求你对付他们，
 如同对付米甸人和基顺河边的
 西西拉与耶宾。
 10 他们在隐·多珥灭亡，
 成了地上的粪土。
 11 求你使他们的首领得到俄立和
 西伊伯那样的下场，
 使他们的王侯得到西巴和
 撒慕拿那样的下场。
 12 他们曾说：

- “让我们夺取上帝的草场吧。”
¹³我的上帝啊，求你把他们驱散，
 如同狂风吹散尘土和碎秸。
¹⁴烈火怎样烧毁森林，
 火焰怎样吞没山岭，
¹⁵求你也照样用狂风追赶他们，
 用暴雨恐吓他们。
¹⁶耶和華啊，
 求你使他们满面羞愧，
 这样他们才会来寻求你。
¹⁷愿他们永远羞愧惊恐，
 愿他们在耻辱中灭亡。
¹⁸让他们知道你是耶和華，
 唯有你是普天下的至高者。

第 84 篇

渴慕住在圣殿

可拉后裔的诗，交给乐长，用迦特乐器。

- ¹万军之耶和華啊，
 你的居所多么美好！
²我深愿进入耶和華的院宇，
 我的身心向永活的上帝欢呼。
³万军之耶和華，
 我的王我的上帝啊，
 在你的祭坛边，麻雀找到了家，
 燕子筑巢养育幼雏。
⁴住在你殿里的人有福了！
 他们不断地歌颂你。（细拉）
⁵靠你得力量、向往到锡安朝见
 你的人有福了！
⁶他们走过流泪谷，
 这谷就变成泉源之地，
 秋雨使谷中水塘遍布。
⁷他们越走越有力，
 都要到锡安朝见上帝。
⁸万军之上帝耶和華啊，
 求你听我的祷告；

雅各的上帝啊，求你垂听。

（细拉）

- ⁹上帝啊，求你照看我们的盾牌，
 垂顾你所膏立的王。
¹⁰在你的院宇住一日胜过在别处
 住千日！
 我宁愿在我上帝的殿中看门，
 也不愿住在恶人的帐篷里。
¹¹因为耶和華上帝是太阳，
 是盾牌。
 祂赐下恩惠和尊荣，
 不留下任何好处不赐给行为正
 直的人。
¹²万军之耶和華啊，
 信靠你的人有福了！

第 85 篇

为国家求福

可拉后裔的诗，交给乐长。

- ¹耶和華啊，你祝福了你的土地，
 使雅各的子孙重返家园。
²你赦免了你子民的罪过，
 遮盖了他们所有的过犯。（细拉）
³你收回自己的怒气，
 不发烈怒。
⁴拯救我们的上帝啊，
 求你复兴我们，
 止息你对我们的怒气。
⁵你要向我们永远发怒吗？
 你的怒气要延续到万代吗？
⁶你不再复兴我们，
 使你的子民靠你欢喜吗？
⁷耶和華啊，求你向我们施慈爱，
 拯救我们。
⁸我要听耶和華上帝所说的话，
 因为祂应许赐平安给祂忠心的
 子民。

但我们不可再犯罪。
 9 祂拯救敬畏祂的人，
 好让祂的荣耀常驻在我们的
 地上。
 10 慈爱和忠信同行，
 公义与平安相亲。
 11 忠信从地而生，
 公义从天而现。
 12 耶和華賜下祝福，
 我们的土地就出产丰富。
 13 公义要行在祂面前，为祂开路。

第 86 篇

祈求上帝施恩

大卫的祈祷。

1 耶和華啊，我穷苦无助，
 求你垂听我的祷告，应允我。
 2 求你保护我的性命，
 因为我忠于你。
 你是我的上帝，我信靠你，
 求你拯救仆人。
 3 主啊，我终日向你呼求，
 求你怜悯我。
 4 主啊，我的心仰望你，
 求你赐我欢乐。
 5 主啊，你良善仁慈，乐意赦免，
 以无限的慈爱待一切求告你
 的人。
 6 耶和華啊，求你听我的祷告，
 垂听我的恳求。
 7 患难之时，我要向你呼求，
 因为你必应允我。
 8 主啊，
 众神明中没有一位能与你相比，
 你的作为无与伦比。
 9 主啊，
 你创造的万国都要来敬拜你，
 将荣耀归给你的名。

10 因为你伟大无比，行事奇妙，
 唯有你是上帝。
 11 耶和華啊，求你教我行你的道，
 我要行在你的真理中，
 求你使我一心敬畏你。
 12 主—我的上帝啊，
 我要全心全意地赞美你，
 我要永远将荣耀归给你的名。
 13 因为你深爱我，
 从阴间的深处拯救了我。
 14 上帝啊，狂傲的人攻击我，
 一群凶残之徒要杀害我，
 他们藐视你。
 15 但主啊，
 你是有怜悯和恩典的上帝，
 不轻易发怒，充满慈爱，
 无比信实。
 16 求你垂顾我，怜悯我，
 赐力量给你的仆人，
 拯救你婢女的儿子。
 17 求你赐下恩待我的凭据，
 使那些恨我的人见状就抱
 愧蒙羞，
 因为你耶和華帮助我、安慰我。

第 87 篇

颂赞锡安

可拉后裔的诗。

1 耶和華的城坐落在圣山上。
 2 在雅各的住处中，
 祂最喜爱锡安的门。
 3 上帝的门啊，
 人们传扬你的荣耀。（细拉）
 4 “我要把埃及人^㉔、巴比伦人、
 非利士人、泰尔人和古实人

㉔ 87:4 “埃及人”希伯来文是“拉哈伯”，埃及的别名。

列为认识我的民族，
视他们为锡安人。”

⁵至于锡安，必有人说：
“万族必成为城中的居民，
至高者必亲自坚立这城。”

⁶耶和華将万民登记入册的
时候，
必把他们列为锡安的居民。
(细拉)

⁷他们跳舞歌唱说：
“我们蒙福的泉源在锡安。”

第 88 篇

求上帝眷顾

可拉后裔的诗，就是以斯拉人希幔的训诲诗，
交给乐长，调用“麻哈拉利暗俄”^㉔。

¹耶和華，拯救我的上帝啊，
我昼夜不停地呼求你。

²求你垂听我的祷告，
倾听我的呼求。

³我饱经患难，
生命在死亡的边缘。

⁴我被列在下坟墓的人中，
我的精力耗尽。

⁵我被扔在死人中，
如同被杀的人躺在坟墓里，
被你遗忘，
不再蒙你眷顾。

⁶你已经把我扔在漆黑的深渊。

⁷你的烈怒重重地压着我，
如汹涌波涛把我淹没。(细拉)

⁸你使我众叛亲离，遭人唾弃。
我陷入困境，无路可逃。

⁹我的眼睛因哭泣而视力模糊。
耶和華啊，我天天呼求你，
举手向你呼求。

¹⁰你要行神迹给死人看吗？

死人会起来赞美你吗？(细拉)

¹¹坟墓里的死人怎能宣扬你的
慈爱呢？

灭亡的人怎能传扬你的信
实呢？

¹²黑暗之地有谁知道你的
神迹呢？

在被遗忘之地有谁知道你的
公义作为呢？

¹³耶和華啊，我向你呼求，
我在清晨向你祷告。

¹⁴耶和華啊，你为何弃绝我？
为何掩面不理我？

¹⁵我从小受苦，几乎丧命。
你使我惊恐不已，陷入绝望。

¹⁶你的烈怒吞噬了我，
你可怕的攻击毁灭了我。

¹⁷这些灾难如洪涛整天环绕我，
彻底围住我。

¹⁸你使我的亲朋好友离我而去，
只有黑暗与我相伴。

第 89 篇

永远配受称颂的上帝

以斯拉人以探的训诲诗。

¹我要永远称颂耶和華的慈爱！
我的口要传扬你的信实直到
万代。

²我要让人知道：
你的慈爱存到永远，
你的信实与天同存。

³你曾说：
“我与我所拣选的人立了约，
向我的仆人大卫起了誓，

⁴‘我要使你的后裔永远坐在宝
座上，世代为王。’”(细拉)

- 5 耶和華啊，
 諸天要頌揚你的奇妙，
 眾聖者要讚美你的信實。
 6 天上有誰能與耶和華相比，
 眾天使中誰能像祂？
 7 祂在眾聖者的會中大受敬畏，
 祂的威嚴無與倫比。
 8 萬軍之上帝耶和華啊，
 誰能像你能力偉大，信實無比？
 9 你掌管汹涌的大海，
 平息驚濤駭浪。
 10 你擊碎海怪^㉓，
 以大能的臂膀驅散仇敵。
 11 天地都屬於你，
 世界和其中的一切都是你
 造的。
 12 你創造了南方和北方，
 他泊山和黑門山都向你歡呼。
 13 你有大能的臂膀，
 雙手充滿力量。
 14 你的寶座以公平和正義為
 根基，
 你以慈愛和信實為先鋒。
 15 耶和華啊，
 懂得向你歡呼的人有福了，
 他們走在你的榮光之中。
 16 他們因你的名終日歡欣，
 因你的公義而雀躍。
 17 你是他們的力量和榮耀，
 你的恩惠使我們充滿力量。
 18 耶和華賜下保護我們的盾牌，
 我們的王屬於以色列的聖者。
 19 你曾在異象中對你忠心的子
 民說：
 “我已把力量賜給一位勇士，
 已擢升我在民中揀選的人。
 20 我找到了我的僕人大衛，
 用我的聖油膏立他。
 21 我的手必扶持他，
 我的臂膀必加給他力量。
 22 仇敵勝不過他，
 惡人不能欺壓他。
 23 我要當着他的面擊垮他的
 敵人，
 打倒恨他的人。
 24 我要以信實和慈愛待他，
 他必因我的名而充滿力量。
 25 我要使他左手掌管大海，
 右手統治江河。
 26 他要向我高呼，
 ‘你是我的父親，我的上帝，
 拯救我的磐石。’
 27 我要立他為我的長子，
 使他做天下至尊的君王。
 28 我要永遠用慈愛待他，
 我與他立的約永不更改。
 29 我要使他的後裔永無窮盡，
 讓他的王位與天同存。
 30 如果他的後代背棄我的律法，
 不遵行我的典章，
 31 觸犯我的律例，
 不守我的誡命，
 32 我就會因他們的罪用杖懲罰
 他們，
 用鞭子責打他們。
 33 但我不会收回我的慈愛，
 也不会背棄我的信實。
 34 我必不毀約，也不食言。
 35 因我曾凭自己的聖潔向大衛
 起誓，
 我绝无谎言。
 36 他的後裔必永無窮盡，
 他的王位必在我面前如日
 長存，

㉓ 89·10 “海怪”希伯來文是“拉哈伯”。

37 又如天上亘古不变的月亮，
 永远坚立。”（细拉）
 38 如今，你对你所膏立的王大发
 怒气，丢弃了他。
 39 你废弃与他所立的约，
 把他的冠冕扔在尘土中。
 40 你攻破了他的城墙，
 使他的坚垒沦为废墟。
 41 路人都趁机劫掠他的财物，
 邻居都嘲笑他。
 42 你助长了他敌人的势力，
 使敌人洋洋得意。
 43 你使他的刀剑失去锋芒，
 你使他败退沙场。
 44 你使他的威荣尽失，
 王位倾覆。
 45 你使他未老先衰，
 满面羞愧。（细拉）
 46 耶和華啊，
 你隐藏自己要到何时呢？
 要到永远吗？
 你的怒火要烧到何时呢？
 47 愿你顾念我的生命何其
 短暂！
 你创造的世人何其虚幻！
 48 谁能长生不死？
 谁能救自己脱离死亡的
 权势呢？（细拉）
 49 主啊，你从前凭自己的信实向
 大卫应许的慈爱在哪里呢？
 50 主啊，求你顾念你仆人——我所
 受的羞辱，
 我心中如何忍受列国的嘲笑。
 51 耶和華啊，
 你的仇敌嘲笑你所膏立的王，
 他们嘲笑他的一举一动。
 52 耶和華永远当受称颂。

阿们！阿们！

卷四：诗篇90-106

第 90 篇

上帝与世人

上帝的仆人摩西的祈祷。

1 主啊，
 你是我们世世代代的居所。
 2 群山尚未诞生，
 大地和世界还未形成，
 从亘古到永远，你是上帝。
 3 你叫人归回尘土，
 说：“世人啊，归回尘土吧。”
 4 在你眼中，
 千年如一日，又如夜里的一更。
 5 你像急流一般把世人冲走，
 叫他们如梦消逝。
 他们像清晨的嫩草，
 6 清晨还生机盎然，
 傍晚就凋谢枯萎。
 7 你的怒火使我们灭亡，
 你的愤怒使我们战抖。
 8 你知道我们的罪恶，
 对我们隐秘的罪了如指掌。
 9 我们活在你的烈怒之下，
 一生就像一声叹息飞逝而去。
 10 我们一生七十岁，
 强壮的可活八十岁，
 但人生最美好的时光也充满劳
 苦和愁烦，
 生命转瞬即逝，
 我们便如飞而去。
 11 谁明白你愤怒的威力？
 有谁因为明白你的烈怒而对你
 心存敬畏呢？
 12 求你教导我们明白人生有限，
 使我们做有智慧的人。

- 13 耶和華啊，我还要苦候多久呢？
求你怜悯你的仆人。
- 14 求你在清晨以慈爱来满足
我们，
使我们一生欢喜歌唱。
- 15 你使我们先前经历了多少苦难
和不幸的岁月，
求你也赐给我们多少欢乐的
岁月。
- 16 求你让仆人们看见你的作为，
让我们的后代看见你的威荣。
- 17 愿主——我们的上帝恩待我们，
使我们所做的亨通，
使我们所做的亨通。

第 91 篇

上帝是我们的保护者

- 1 安居在至高者隐秘处的人，
必蒙全能者的荫庇。
- 2 我要对耶和華说：
“你是我的避难所，我的堡垒，
是我所信靠的上帝。”
- 3 祂必救你脱离猎人的网罗和
致命的瘟疫。
- 4 祂必用祂的羽毛遮盖你，
用祂的双翼保护你，
祂的信实是你的盾牌和壁垒。
- 5 你必不惧怕黑夜的恐怖，
或白日的飞箭，
- 6 或黑暗中横行的瘟疫，
或正午肆虐的灾难。
- 7 尽管千人扑倒在你左边，
万人扑倒在你右边，
你必安然无恙。
- 8 你必亲眼目睹恶人受惩罚。
- 9 因为你以至高者耶和華——我的
避难所作你的居所，

- 10 祸患不会临到你身上，
灾难不会靠近你的住处。
- 11 因为祂必命令祂的天使随时随
地保护你。
- 12 天使会用手托住你，
不让你的脚碰在石头上。
- 13 你必将狮子和毒蛇踩在脚下，
你必践踏猛狮和巨蛇。
- 14 耶和華说：“因为他爱我，我
必拯救他；
因为他信靠我的名，我必
保护他。
- 15 他求告我，我就答应他；
他遭遇患难，我必与他同在。
我必拯救他，赐他尊贵的地位。
- 16 我必赐他长寿，
并让他看见我的拯救之恩。”

第 92 篇

赞美之歌

安息日唱的诗歌。

- 1 至高的耶和華啊，
赞美你、歌颂你的名是何等
美好！
- 2-3 伴随十弦琴和竖琴的乐声，
早晨宣扬你的慈爱，
晚上颂赞你的信实，
是何等美好。
- 4 耶和華啊，你的作为使我快乐，
我要颂扬你手所做的工。
- 5 耶和華啊，你的作为何等伟大！
你的心思何等深奥！
- 6 无知的人不会明白，
愚蠢的人也不会了解：
- 7 恶人虽如草滋生，一时亨通，
但终必永远灭亡。
- 8 耶和華啊，

- 唯有你永远受尊崇。
⁹耶和華啊，你的仇敵終必滅亡，
 凡作惡的都要被驅散。
¹⁰你使我強壯如野牛，
 你用新油澆灌我。
¹¹我親眼看見我的敵人被打敗，
 親耳聽見那些攻擊我的惡人被打敗。
¹²義人必如生機勃勃的棕櫚樹，
 像茁壯生長的黎巴嫩香柏樹。
¹³他們栽在耶和華的殿中，
 他們在我們上帝的院子里長得
 枝繁葉茂。
¹⁴他們到老仍然結果，
 一片青翠，
¹⁵宣揚說：“耶和華公正無私，
 祂是我的磐石，
 祂里面毫無不義。”

第 93 篇

上帝的威嚴和權能

- ¹耶和華是王，祂身披威嚴；
 耶和華身披威嚴，腰束力量。
 世界堅立不動。
²你從太初就坐在寶座上，
 你從亙古就存在。
³耶和華啊，
 大海澎湃怒吼，波浪滔天。
⁴高天之上的耶和華充滿力量，
 超過咆哮的洪水和怒吼的
 大海。
⁵耶和華啊！你的法度不容更改，
 你的殿宇永遠聖潔。

第 94 篇

上帝是審判者

- ¹耶和華啊，你是申冤的上帝；
 申冤的上帝啊，

- 求你彰顯你的榮光。
²審判世界的主啊，
 求你起來使驕傲人受到應得的
 報應。
³耶和華啊，
 惡人洋洋得意，要到何時呢？
 要到何時呢？
⁴他們大放厥詞，狂妄自大。
⁵耶和華啊，他們壓迫你的子民，
 苦害你的產業。
⁶他們謀害寡婦、外族人和孤兒，
⁷並說：“耶和華看不見，
雅各的上帝不會知道。”
⁸愚昧的人啊，你們要思想；
 無知的人啊，你們何時才能
 明白呢？
⁹難道創造耳朵的上帝聽不見嗎？
 難道創造眼睛的上帝看不見嗎？
¹⁰管教列國的上帝難道不懲罰
 你們嗎？
 賜知識的上帝難道不知道嗎？
¹¹耶和華洞悉人的思想，
 祂知道人的思想虛妄，
¹²耶和華啊，蒙你管教并用律法
 訓誨的人有福了！
¹³你使他們在患難中有平安，
 惡人終必滅亡。
¹⁴耶和華不會丟棄祂的子民，
 也不會遺棄祂的產業。
¹⁵公正的審判必重現，
 心地正直的人都必擁護。

- ¹⁶誰肯為我奮起攻擊惡人？
 誰肯為我起來抵擋作惡的人？
¹⁷耶和華若不幫助我，

我早已归入死亡的沉寂中。
 18 我说：“我要倒下了！”
 耶和华啊，你便以慈爱扶助我。
 19 当我忧心忡忡的时候，
 你的抚慰带给我欢乐。
 20 借律例制造不幸的首领，
 岂能与你联盟？
 21 他们结党攻击义人，
 残害无辜。
 22 但耶和华是我的堡垒，
 我的上帝是保护我的磐石。
 23 祂必使恶人自食恶果，
 因他们的罪恶而毁灭他们。
 我们的上帝耶和华必毁灭他们。

第 95 篇

赞美上帝之歌

1 来吧，让我们向耶和华歌唱，
 向拯救我们的磐石欢呼。
 2 让我们怀着感恩的心来到祂
 面前，
 向祂高唱赞美诗。
 3 因为耶和华是伟大的上帝，
 是众神明之上的大君王。
 4 祂掌管地的深处，
 祂拥有山的高峰。
 5 海洋属于祂，是祂创造的，
 陆地也是祂造的。
 6 来吧，让我们俯伏敬拜，
 在创造我们的耶和华面前
 跪下。
 7 因为祂是我们的上帝，
 我们是祂照管的子民，
 是祂牧放的羊群。
 你们今日若听见祂的声音，
 8 不可像你们祖先在米利巴，

在旷野的玛撒那样心里顽固。
 9 耶和華說：“雖然他們見過我
 的作為，
 却仍然試探我。
 10 所以，我憎惡他們四十年之久，
 我說，‘他們偏离正路，不遵行
 我的命令。’
 11 因此我在怒中起誓說，
 ‘他們絕不可進入我的安息。’”

第 96 篇

上帝是至高的君王

1 你们要向耶和华唱新歌，
 普世都要向耶和华歌唱。
 2 要向耶和华歌唱，称颂祂的名，
 天天传扬祂的拯救之恩。
 3 要在列国述说祂的荣耀，
 在万民中述说祂的奇妙作为。
 4 因为耶和华无比伟大，
 当受至高的颂扬；
 祂超越一切神明，
 当受敬畏。
 5 列邦的神明都是假的，
 唯独耶和华创造了诸天。
 6 祂尊贵威严，
 祂的圣所充满能力和荣美。
 7 万族万民啊，
 要把荣耀和能力归给耶和华，
 归给耶和华。
 8 要把耶和华当得的荣耀归
 给祂，
 要带着祭物到祂的院宇敬
 拜祂。
 9 你们当在圣洁的耶和华面前俯
 伏敬拜，
 大地要在祂面前战抖。
 10 要告诉列国：

- “耶和華掌權，
祂使大地堅立不搖，
祂必公正地審判萬民。”
- ¹¹ 願天歡喜，願地快樂，
願海和其中的一切都歡呼
澎湃。
- ¹² 願田野和其中的萬物都喜氣
洋洋，
願林中的樹木都歡然讚美耶
和華。
- ¹³ 因為祂要來審判大地，
祂要按公義審判世界，
憑祂的信實審判萬民。

第 97 篇

上帝是至高的統治者

- ¹ 耶和華掌權，大地要歡欣！
眾海島要快樂！
- ² 密云和黑暗環繞在祂周圍，
公義和公平是祂寶座的根基。
- ³ 烈火做祂的先鋒，
燒滅祂周圍的仇敵。
- ⁴ 祂的閃電照亮世界，
大地因此而戰抖。
- ⁵ 在天下之主耶和華面前，
群山如蠟熔化。
- ⁶ 諸天述說祂的公義，
萬民瞻仰祂的榮耀。
- ⁷ 願一切祭拜神像，
以神像夸口的人都蒙羞。
所有的神明啊，
你們都要向耶和華下拜。
- ⁸ 耶和華啊，聽見你的審判，
錫安就歡喜，
猶大的城邑就快樂，
- ⁹ 因為你耶和華是普天下的至
高者，

凌駕於萬神之上。

- ¹⁰ 愛耶和華的人都要憎恨罪惡，
因為祂保護敬虔人的生命，
從惡人手中拯救他們。
- ¹¹ 光照亮人，
正直人心中有喜樂。
- ¹² 你們義人要以耶和華為樂，
稱謝祂的聖名。

第 98 篇

頌揚上帝的拯救

一首詩歌。

- ¹ 你們要向耶和華唱新歌，
因為祂的作為奇妙，
祂以右手和聖潔的臂膀施行
拯救。
- ² 耶和華顯明了祂的拯救
之恩，
向列邦彰顯了祂的公義。
- ³ 祂沒有忘記以慈愛和信實對待
以色列人，
普天下都看見我們的上帝拯救
了我們。
- ⁴ 普世要向耶和華歡呼，
歡歡喜喜地高聲頌揚。
- ⁵ 要彈奏豎琴歌頌耶和華，
伴着琴聲唱詩歌頌祂。
- ⁶ 要伴随着号角聲在大君王耶和
華面前歡呼。
- ⁷ 大海和海中的一切要頌揚，
大地和地上的一切要歡呼。
- ⁸ 江河要鼓掌，
群山要在耶和華面前齊聲
歡唱，
- ⁹ 因為祂要來審判大地，
要公義地審判世界，
公正地審判萬民。

第 99 篇

上帝是圣洁的君王

- ¹耶和華掌權，萬民當戰抖；
祂坐在基路伯天使之上，
大地當戰抖。
- ²耶和華在錫安偉大無比，
超越萬邦。
- ³萬國要讚美你偉大而可畏
的名，你是圣洁的。
- ⁴你是大能的君王，
喜愛正義，維護公平，
在雅各家秉公行義。
- ⁵要尊崇我們的上帝耶和華，
俯伏在祂腳凳前敬拜，
祂是圣洁的。
- ⁶祂的祭司中有摩西和亞倫，
呼求祂的人中有撒母耳。
他們求告耶和華，
祂就應允他們。
- ⁷祂在云柱中向他們說話，
他們遵守祂賜下的法度和
律例。
- ⁸耶和華，我們的上帝啊，
你應允了他們，
向他們顯明你是赦罪的上帝，
但也懲罰他們的罪惡。
- ⁹要尊崇我們的上帝耶和華，
在祂的聖山上敬拜祂，
因為我們的上帝耶和華是
圣洁的。

第 100 篇

頌讚上帝之歌

感恩詩。

- ¹普世要向耶和華歡呼！
- ²你們要高高兴兴地事奉
耶和華，

到祂面前來歡唱。

- ³要知道耶和華是上帝，
祂創造了我們，
我們屬於祂，是祂的子民，
是祂草場上的羊。
- ⁴要怀着感恩的心進入祂的門，
唱着讚美的歌進入祂的院宇；
要感謝祂，稱頌祂的名。
- ⁵因為耶和華是美善的，
祂的慈愛千古不變，
祂的信實世代長存。

第 101 篇

君王的諾言

大衛的詩。

- ¹耶和華啊，
我要歌頌你的慈愛和公正，
我要歌頌你。
- ²我要謹慎行事，
走正直的路，
你何時來我這裡？
我要在家中以正直的心行事。
- ³我要棄絕惡事，
我憎惡背棄上帝者的行為，
不沾染他們的惡行。
- ⁴我要遠離心思悖逆的人，
不与邪惡的事有任何瓜葛。
- ⁵我要消滅暗中毀謗鄰居的人，
也不容忍心高氣傲的人。
- ⁶我要看顧國中忠於上帝的人，
讓他們與我同住。
行事正直的人才能服侍我。
- ⁷詭詐的人必不得與我同住，
口出謊言的人必不得侍立在我
面前。
- ⁸每天早晨我要消滅國中所有的
惡人，

从耶和华的城中铲除一切作恶的人。

第 102 篇

患难中的祈祷

受苦之人的祷告，在疲惫不堪时向耶和华的倾诉。

- 1 耶和華啊，求你聽我的禱告，垂聽我的呼求！
- 2 我在危難的時候，求你不要掩面不理我。求你垂聽我的呼求，趕快應允我。
- 3 我的年日如煙消散，我全身如火焚燒。
- 4 我的心被摧殘，如草枯萎，以致我茶飯不思。
- 5 我因哀嘆而瘦骨嶙峋。
- 6 我就像曠野中的鴉鳥，又像廢墟中的貓頭鷹。
- 7 我無法入睡，我就像屋頂上一只孤伶伶的麻雀。
- 8 我的仇敵終日辱罵我，嘲笑我的用我的名字咒詛人。
- 9 我以爐灰為食物，眼淚拌着水喝，
- 10 因為你向我大发烈怒，把我抓起來丟在一邊。
- 11 我的生命就像黃昏的影子，又如枯干的草芥。
- 12 耶和華啊！唯有你永遠做王，你的大名萬代長存。
- 13 你必憐憫錫安，因為現在是你恩待她的時候了，時候到了。
- 14 你的仆人們喜愛城中的石頭，

憐惜城中的塵土。

- 15 列國敬畏耶和華的名，世上的君王都因祂的榮耀而戰抖。
- 16 因為耶和華必重建錫安，帶着榮耀顯現。
- 17 祂必垂聽窮人的禱告，不藐視他們的祈求。
- 18 要為後代記下這一切，好讓將來的人讚美耶和華。
- 19 耶和華從至高的聖所俯視人間，從天上察看大地，
- 20 要垂聽被囚之人的哀嘆，釋放被判死刑的人。
- 21-22 這樣，萬族萬國聚集、敬拜耶和華時，人們必在錫安傳揚祂的名，在耶路撒冷讚美祂。
- 23 祂使我未老先衰，縮短了我的歲月。
- 24 我說：“我的上帝啊，你世代長存，求你不要叫我中年早逝。
- 25 太初你奠立大地的根基，親手創造諸天。
- 26 天地都要消亡，但你永遠長存。天地都會像外衣漸漸破舊，你必更換天地，如同更換衣服，天地都要消逝。
- 27 但你永遠不變，你的年日永無窮盡。
- 28 你仆人的後代必生生不息，在你面前安然居住。”

第 103 篇

上帝的慈爱

大卫的诗。

- ¹我的心啊，要称颂耶和华，
我要全心全意地称颂祂的
圣名。
²我的心啊，要称颂耶和华，
不要忘记祂的一切恩惠。
³祂赦免我一切的罪恶，
医治我一切的疾病。
⁴祂救赎我的生命脱离死亡，
以慈爱和怜悯环绕我。
⁵祂以美物满足我的愿望，
使我如鹰一般恢复青春。
⁶耶和华为一切受欺压的人伸张
正义，主持公道。
⁷祂让摩西明白自己的旨意，
向以色列人彰显自己的作为。
⁸耶和华有怜悯和恩典，
不轻易发怒，充满慈爱。
⁹祂不永久责备人，
也不永远怀怒。
¹⁰祂没有按我们的过犯对待
我们，
也没有照我们的罪恶惩罚
我们。
¹¹因为天离地有多高，
祂对敬畏祂之人的爱也多大！
¹²东离西有多远，
祂叫我们的过犯离我们也
多远！
¹³耶和华怜爱敬畏祂的人，
如同慈父怜爱自己的儿女。
¹⁴因为祂知道我们的本源，
顾念我们不过是尘土。
¹⁵世人的年日如同草芥，

- 如野地茂盛的花，
¹⁶一经风吹，便无影无踪，
永远消逝。
¹⁷耶和华永永远远爱敬畏祂
的人，
以公义待他们的子子孙孙，
¹⁸就是那些守祂的约、
一心遵行祂命令的人。
¹⁹耶和华在天上设立了宝座，
祂的王权无所不及。
²⁰听从耶和华的命令、遵行祂
吩咐的大能天使啊，
你们要称颂祂！
²¹事奉耶和华、遵从祂旨意的
天军啊，
你们要称颂祂！
²²耶和华所造的万物啊，
要在祂掌管的各处称颂祂。
 我的心啊，要称颂耶和华！

第 104 篇

称颂创造主—上帝

- ¹我的心啊，要称颂耶和华。
我的上帝耶和华啊，
你是多么伟大！
你以尊贵和威严为衣，
²你身披光华如披外袍，
你铺展苍穹如铺幔子。
³你在水中设立自己楼阁的
栋梁。
你以云彩为车驾，乘风飞驰。
⁴风是你的使者，
火焰是你的仆役。
⁵你奠立大地的根基，
使它永不动摇。
⁶你以深水为衣覆盖大地，
淹没群山。

7 你一声怒叱，众水便奔逃；
 你一声雷鸣，众水就奔流，
 8 漫过山峦，流进山谷，
 归到你指定的地方。
 9 你为众水划定不可逾越的
 界线，
 以免大地再遭淹没。
 10 耶和华使泉水涌流在谷地，
 奔腾在山间，
 11 让野地的动物有水喝，
 野驴可以解渴。
 12 飞鸟也在溪旁栖息，
 在树梢上歌唱。
 13 祂从天上的楼阁降雨在山间，
 大地因祂的作为而丰美富饶。
 14 祂使绿草如茵，滋养牲畜，
 让人种植作物，
 享受大地的出产，
 15 有沁人心怀的醇酒、
 滋润容颜的膏油、
 增强活力的五谷。
 16 耶和华种植了黎巴嫩的
 香柏树，
 使它们得到充沛的水源，
 17 鸟儿在树上筑巢，
 鸛鸟在松树上栖息。
 18 高山是野山羊的住处，
 峭壁是石獾的藏身之所。
 19 你命月亮定节令，
 使太阳自知西沉。
 20 你造黑暗，定为夜晚，
 作林中百兽出没的时间。
 21 壮狮吼叫着觅食，
 寻找上帝所赐的食物。
 22 太阳升起，
 百兽便退回自己的洞窟中
 休息，

23 人们外出工作，直到黄昏。
 24 耶和華啊，你的创造多么繁多！
 你用智慧造了这一切，
 大地充满了你创造的万物。
 25 汪洋浩瀚，
 充满了无数的大小水族，
 26 船只往来于海上，
 你造的鲸鱼也在水中嬉戏。
 27 它们都倚靠你按时供应食物。
 28 它们从你那里得到供应，
 你伸手赐下美食，
 使它们饱足。
 29 你若对它们弃而不顾，
 它们会惊慌失措。
 你一收回它们的气息，
 它们便死亡，归于尘土。
 30 你一吹气便创造了它们，
 你使大地更新。
 31 愿耶和華的榮耀存到永远！
 愿耶和華因自己的创造而
 欢欣！
 32 祂一看大地，大地就震动；
 祂一摸群山，群山就冒烟。
 33 我要一生一世向耶和華歌唱，
 我一息尚存就要赞美上帝。
 34 愿祂喜悦我的默想，
 祂是我喜乐的泉源。
 35 愿罪人从地上消逝，
 愿恶人荡然无存。
 我的心啊，要称颂耶和華！
 你们要赞美耶和華！

第 105 篇

上帝和祂的子民

1 你们要称谢耶和華，求告祂，
 在列国宣扬祂的作为。

- 2 要歌颂、赞美祂，
 述说祂一切奇妙的作为。
 3 要以耶和华的圣名为荣，
 愿寻求耶和華的人都欢欣。
 4 要寻求耶和華和祂的
 能力，
 时常来到祂面前。
 5-6 祂仆人亚伯拉罕的后裔，
 祂所拣选的雅各的子孙啊，
 要记住祂所行的神迹奇事和祂
 口中的判词。
 7 祂是我们的上帝耶和華，
 祂在普天下施行审判。
 8 祂永远记得祂的约，
 历经千代也不忘祂的应许，
 9 就是祂与亚伯拉罕所立的约，
 向以撒所起的誓。
 10 祂把这约定为律例赐给雅各，
 定为永远的约赐给以色列。
 11 祂说：“我必把迦南赐给你，
 作为你的产业。”
 12 那时他们人丁稀少，
 在当地寄居。
 13 他们在异国他乡流离飘零。
 14 耶和華不容人压迫他们，
 还为他们的缘故责备君王，
 15 说：“不可难为我膏立的人，
 也不可伤害我的先知。”
 16 祂在那里降下饥荒，
 断绝一切食物的供应。
 17 祂派一个人率先前往，
 这人就是被卖为奴隶的约瑟。
 18 他被戴上脚镣，套上枷锁，
 19 直到后来他的预言应验，
 耶和華的话试炼了他。
 20 埃及王下令释放他，
 百姓的首领给他自由，
 21 派他执掌朝政，
 管理国中的一切，
 22 有权柄管束王的大臣，
 将智慧传授王的长老。
 23 以色列来到埃及，
 寄居在含地。
 24 耶和華使祂的子民生养众多，
 比他们的仇敌还要强盛。
 25 祂使仇敌憎恨他们，
 用诡计虐待他们。
 26 祂派遣祂的仆人摩西和祂拣选
 的亚伦，
 27 在埃及行神迹，
 在含地行奇事。
 28 祂降下黑暗，使黑暗笼罩那里。
 他们没有违背祂的话。
 29 祂使埃及的水变成血，
 鱼都死去，
 30 又使国中到处是青蛙，
 王宫禁院也不能幸免。
 31 祂一发命令，
 苍蝇蜂拥而至，虱子遍满全境。
 32 祂使雨变成冰雹，
 遍地电光闪闪。
 33 祂击倒他们的葡萄树和无花
 果树，
 摧毁他们境内的树木。
 34 祂一发声，
 就飞来无数蝗虫和蚂蚱，
 35 吃尽他们土地上的植物，
 吃尽他们田间的出产。
 36 祂又击杀他们境内所有的
 长子，
 就是他们年轻力壮时生的
 长子。
 37 祂带领以色列人携金带银地
 离开埃及，

各支派中无人畏缩。
³⁸埃及人惧怕他们，
 乐见他们离去。
³⁹祂铺展云彩为他们遮荫，
 晚上用火给他们照明。
⁴⁰他们祈求，
 祂就赐下鹌鹑，降下天粮，
 叫他们饱足。
⁴¹祂使磐石裂开、涌出水来，
 在干旱之地奔流成河。
⁴²因为没有忘记祂赐给仆人
亚伯拉罕的神圣应许。
⁴³祂带领自己的子民欢然离去，
 祂所拣选的百姓欢唱着前行。
⁴⁴祂把列国的土地赐给他们，
 使他们获得别人的劳动成果。
⁴⁵祂这样做是要使他们持守祂的
 命令，
 遵行祂的律法。
 你们要赞美耶和華！

第 106 篇

上帝恩待祂的子民

¹你们要赞美耶和華！
 要称谢耶和華，
 因为祂是美善的，
 祂的慈爱永远长存！
²谁能述说耶和華的大能作为？
 谁能道尽祂当受赞美之处？
³那些行事公正，
 持守公义的人有福了。
⁴耶和華啊！
 你恩待你子民的时候，
 求你别忘了我；
 你拯救他们的时候，
 求你帮助我，
⁵使我看到你所拣选的人繁荣

昌盛，
 与他们同乐，
 与你的子民一同夸耀。
⁶我们跟祖先一样也犯了罪，
 行事邪恶。
⁷我们祖先在埃及漠视你行的
 神迹，
 忘记你向他们屡施慈爱，
 在红海边反叛你。
⁸但祂为了自己的名拯救了他们，
 以彰显祂的大能。
⁹祂斥责红海，海就干了，
 祂带领他们走过深渊，
 如履干地。
¹⁰祂救他们逃脱敌人的追赶，
 从仇敌的手中救赎了他们。
¹¹海水淹没了敌军，
 没有一人生还。
¹²那时他们才相信祂的话，
 歌唱赞美祂。
¹³然而，他们很快忘了祂的作为，
 不愿等候祂的引导。
¹⁴他们在旷野大起贪念，
 试探上帝。
¹⁵祂满足了他们的要求，
 但在他们当中降下了瘟疫。
¹⁶他们还在营中嫉妒摩西和耶和華
 拣选为祭司的亚伦。
¹⁷于是大地裂开，
 吞没了大坍、亚比兰和他们的
 家人。
¹⁸火在他们的党羽中烧起，
 消灭了这些恶人。
¹⁹他们在何烈山铸造牛犊，
 祭拜偶像，
²⁰他们把荣耀的上帝变成了吃草
 之牛的铸像。

21 他们忘记了拯救他们的上帝。
 祂曾在埃及行奇事，
 22 在含地行神迹，
 在红海边行可畏的事。
 23 因此祂说要消灭他们。
 若不是祂所拣选的摩西为他们
 求情，
 祂早已在烈怒中毁灭了他们。
 24 他们藐视那佳美之地，
 不相信祂的应许。
 25 他们在帐篷里发怨言，
 不听从祂的命令。
 26 因此，祂举手起誓要使他们
 倒毙在旷野，
 27 使他们的后代分散到各族
 各方去。
 28 他们在彼珥祭拜巴力，
 吃献给假神的祭物。
 29 他们的所作所为触怒耶和华，
 以致瘟疫降在他们中间，
 30 直到非尼哈起来惩罚罪人，
 瘟疫才停止。
 31 这就是他的义行，世代永存。
 32 他们在米利巴泉边惹耶和华
 发怒，
 连累了摩西。
 33 因为他们惹摩西发怒，
 以致他说了鲁莽的话。
 34 他们没有照耶和华的命令消灭
 那里的外族人，
 35 反倒与他们混居，
 仿效他们的习俗，
 36 拜他们的神像，陷入网罗。
 37 他们把自己的儿女当祭物献给
 鬼魔，
 38 他们把自己的儿女献给迦南的
 神像作祭物，

流他们儿女无辜的血，
 玷污了那地方。
 39 他们的行为玷污了自己，
 使自己沦为淫妇。
 40 耶和華因此向祂的子民发怒，
 厌恶他们，
 41 使他们落在列邦的手中，
 受敌人的辖制。
 42 他们的敌人压迫他们，
 奴役他们。
 43 祂多次拯救他们，
 他们却执意背叛，
 陷入罪中不能自拔。
 44 但祂听见他们在苦难中
 呼求时，
 仍然眷顾他们。
 45 祂没有忘记与他们立的约，
 因祂伟大无比的爱而怜悯
 他们。
 46 祂使掳掠他们的人怜悯他们。
 47 我们的上帝耶和華啊，
 求你拯救我们，
 从各国招聚我们，
 使我们可以称谢你的圣名，
 欢然赞美你。
 48 以色列的上帝耶和華永永远远
 当受称颂。
 愿万民都说：“阿们！”
 你们要赞美耶和華！

卷五：诗篇 107-150

第 107 篇

称谢上帝的美善

1 你们要称谢耶和華，
 因为祂是美善的；
 祂的慈爱永远长存。

2-3 耶和華救贖的人，
就是祂從敵人手中救贖出來、
從東西南北招聚的人，
都要稱謝祂。
4 他們在曠野中飄泊，居無定所，
5 又飢又渴，陷入絕境。
6 他們在危難中呼求耶和華，
祂就拯救他們脫離困境，
7 帶領他們走直路，
到可居住的城邑。
8 他們當稱謝耶和華的慈愛，
稱謝祂為世人所行的奇事。
9 因為祂滿足干渴的人，
以美食喂飽飢餓的人。
10 有些人坐在黑暗里，
在死亡的陰影下，
被鐵鏈捆綁，
痛苦不堪。
11 因為他們違背上帝的話，
藐視至高者的旨意，
12 所以上帝用苦役使他們順服，
他們跌倒也無人扶助。
13 於是，他們在患難中呼求
耶和華，
耶和華就拯救他們脫離困境。
14 祂帶領他們脫離黑暗和死亡的
陰影，
斷開他們的鎖鏈。
15 他們當稱謝耶和華的慈愛，
稱謝祂為世人所行的奇事。
16 因為祂打碎了銅門，
砍斷了鐵闕。
17 有些人愚頑，
因自己的悖逆和罪惡而受苦，
18 食欲全消，几近死亡。
19 於是，他們在患難中呼求
耶和華，

耶和華便拯救他們脫離困境。
20 祂一發令，就醫治了他們，
救他們脫離死亡。
21 他們當稱謝耶和華的慈愛，
稱謝祂為世人所行的奇事。
22 他們當向祂獻上感恩祭，
歡然歌頌祂的作為。
23 有些人乘船在汪洋大海上
經商，
24 他們看見了耶和華的作為，
看見了祂在深海所行的奇事。
25 祂一聲令下，
狂風大作，巨浪滔天。
26 他們的船隻忽而被拋向半空，
忽而落入深淵，
他們吓得面無人色，
27 東倒西歪，如同醉漢，
束手無策。
28 於是，他們在患難中呼求
耶和華，
耶和華便拯救他們脫離困境。
29 祂使狂風止息，海浪平靜。
30 他們因風平浪靜而歡喜，
祂帶領他們到所向往的港灣。
31 他們當稱謝耶和華的慈愛，
稱謝祂為世人所行的奇事。
32 他們當在眾人面前尊崇祂，
在眾首領面前讚美祂。
33 祂使江河變成荒漠，
水泉變成干地，
34 叫沃土變成荒涼的鹽鹼地，
因為那里的居民邪惡。
35 祂叫荒漠水塘遍布，
使旱地甘泉涌流。
36 祂使飢餓的人住在那里，
建造可安居的城邑，
37 耕種田地，栽植葡萄園，

收成丰硕。
³⁸ 祂赐福给他们，
 使他们人丁兴旺，
 牲口有增无减。
³⁹ 后来他们在压迫、患难和痛苦
 的煎熬下人口减少，
 地位卑下。
⁴⁰ 祂使贵族蒙羞受辱，
 漂流在荒芜之地。
⁴¹ 但祂搭救贫苦的人脱离苦难，
 使他们家族兴旺，多如羊群。
⁴² 正直人看见就欢喜，
 邪恶人都哑口无言。
⁴³ 有智慧的人都当留心这些事，
 思想耶和华的慈爱。

第 108 篇

祈求上帝的帮助

大卫的诗。

¹ 上帝啊！我的心坚定不移，
 我要用心灵歌颂你。
² 琴瑟啊，弹奏吧，
 我要唤醒黎明。
³ 耶和華啊，我要在列邦称谢你，
 在列国歌颂你。
⁴ 因为你的慈爱广及诸天，
 你的信实高达苍穹。
⁵ 上帝啊，
 愿你得到的尊崇超过诸天，
 愿你的荣耀覆盖大地。
⁶ 求你应允我们的祷告，
 伸出右手帮助我们，
 使你所爱的人获救。
⁷ 上帝在祂的圣所说：
 “我要欢然划分示剑，
 丈量疏割谷。
⁸ 基列是我的，玛拿西也是我的，

以法莲是我的头盔，
犹大是我的权杖。
⁹ 摩押是我的洗脚盆，
 我要把鞋扔给以东，
 我要在非利士高唱凯歌。”
¹⁰ 谁能带我进入坚城？
 谁能领我到以东？
¹¹ 上帝啊，你抛弃了我们吗？
 上帝啊，你不再和我们的军队
 一同出战了吗？
¹² 求你帮助我们攻打仇敌，
 因为人的帮助徒然无益。
¹³ 我们依靠上帝才能取胜，
 祂必把我们的敌人踩在脚下。

第 109 篇

患难中的苦诉

大卫的诗歌，交给乐长。

¹ 我所赞美的上帝啊，
 求你不要沉默不语。
² 因为邪恶和诡诈的人开口
 攻击我，
 用谎言毁谤我。
³ 他们恶言恶语地围着我，
 无缘无故地攻击我。
⁴ 我爱他们，他们却控告我，
 但我为他们祷告。
⁵ 他们对我以恶报善，
 以恨报爱。
⁶ 求你差恶人攻击我的仇敌，
 派人站在他右边控告他。
⁷ 当他受审时，
 愿他被判为有罪，
 他的祷告也算为罪过。
⁸ 愿他的年日短少，
 愿别人取代他的职位。
⁹ 愿他的孩子失去父亲，

- 妻子成为寡妇。
- ¹⁰愿他的孩子流浪行乞，
被赶出自己破败的家。
- ¹¹愿债主夺取他所有的财产，
陌生人抢走他的劳动成果。
- ¹²愿无人向他施恩，
无人同情他的孤儿。
- ¹³愿他断子绝孙，
他的姓氏传不到下一代。
- ¹⁴愿耶和华记住他祖辈的罪恶，
不除去他母亲的罪过。
- ¹⁵愿耶和华永不要忘记他的罪恶，
把他从世上铲除。
- ¹⁶因为他毫无仁慈，
迫害困苦、贫穷和伤心的人，
置他们于死地。
- ¹⁷他喜欢咒诅人，
愿咒诅临到他；
他不喜欢祝福人，
愿祝福远离他。
- ¹⁸他咒诅成性，
愿咒诅如水侵入他的身体，
如油浸透他的骨头。
- ¹⁹愿咒诅不离其身，
如同身上的衣服和腰间的
带子。
- ²⁰愿耶和华这样报应那些
诬告我，
以恶言攻击我的人。
- ²¹主耶和华啊，
求你因自己的名恩待我，
因你的美善和慈爱拯救我。
- ²²因为我贫穷困苦，
内心饱受创伤。
- ²³我像黄昏的日影一样消逝，
如蝗虫一般被抖落。
- ²⁴禁食使我双腿发软，

- 瘦骨嶙峋。
- ²⁵仇敌都嘲笑我，
他们看见我就连连摇头。
- ²⁶我的上帝耶和华啊，
求你帮助我，施慈爱拯救我，
- ²⁷让他们都看见这是你耶和华的
作为。
- ²⁸任凭他们咒诅吧，
你必祝福我。
攻击我的人必蒙羞，
你的仆人必欢喜。
- ²⁹愿诬告我的人满面羞辱，
无地自容。
- ³⁰我要竭力颂扬耶和华，
在众人面前赞美祂。
- ³¹因为祂保护贫穷的人，
拯救他们脱离置他们于死地
的人。

第 110 篇

上帝和祂拣选的王

大卫的诗歌。

- ¹耶和华对我主说：
“你坐在我的右边，
等我使你的仇敌成为你的
脚凳。”
- ²耶和华必从锡安扩展你的
王权，
你必须管你的仇敌。
- ³你跟仇敌作战的时候，
你的百姓必甘心跟从，
他们衣着圣洁，
如清晨的甘露。
- ⁴耶和华起了誓，永不反悔，
祂说：“你照麦基洗德的模式
永远做祭司。”
- ⁵主在你身旁保护你，

祂发怒的时候，必毁灭列王。
 祂要审判列国，
 使列国尸横遍野。
 祂要毁灭世上的首领。
 祂要喝路旁的溪水，
 祂必精神抖擞。

第 111 篇

赞美上帝

1 你们要赞美耶和華！
 在正直人的大会中，
 我要全心全意地称谢耶和華。
 2 耶和華的作为伟大，
 所有喜欢的人都必思想。
 3 祂的作为荣耀威严，
 祂的公义永远长存。
 4 祂的奇妙作为令人无法忘怀。
 耶和華充满怜悯和恩惠。
 5 祂赐下粮食给那些敬畏祂
 的人，
 祂永不忘记自己的约。
 6 祂向自己的子民彰显大能，
 把列国的土地赐给他们。
 7 祂凭信实和公正行事，
 祂的法则可靠，
 8 是凭信实和正直赐下的，
 存到永永远远。
 9 祂救赎了自己的子民，
 立了永远的约，
 祂的名神圣可畏。
 10 智慧始于敬畏耶和華，
 遵行祂命令者皆明睿。
 祂永远当受赞美。

第 112 篇

敬畏上帝者必蒙福

1 你们要赞美耶和華！
 敬畏耶和華、乐于遵行祂命令

的人有福了！
 2 他的子孙在世上必兴盛，
 正直人的后代必蒙福。
 3 他的家财丰厚，
 他的公义永存。
 4 黑暗中必有光照亮正直人，
 照亮有恩慈、好怜悯、行公义
 的人。
 5 慷慨借贷，
 行事公正的人必亨通。
 6 他必永不动摇，
 义人必永远蒙眷顾。
 7 他不怕恶讯，
 他坚定地信靠耶和華。
 8 他心里镇定自若，毫不害怕，
 他终必战胜仇敌。
 9 他慷慨施舍，周济穷人。
 他的仁义永远长存，
 他必充满力量，得享尊荣。
 10 恶人见状，必然恼怒，
 咬牙切齿，气绝身亡。
 恶人的盼望必破灭。

第 113 篇

赞美上帝的美善

1 你们要赞美耶和華！
 耶和華的仆人啊，
 你们要赞美，赞美耶和華。
 2 愿耶和華的名受称颂，
 从现在直到永远！
 3 从日出之地到日落之处，
 普世都应当赞美耶和華。
 4 耶和華高居万国之上，
 祂的荣耀高过诸天。
 5 谁能与我们的上帝耶和華
 相比？
 祂坐在至高之处，
 6 俯视诸天和大地。

⁷祂从灰尘中提拔贫穷人，
 从粪堆中擢升困苦人，
⁸使他们与王子同坐，
 与本国的王子同坐。
⁹祂赐给不育的妇人儿女，
 使她们成为快乐的母亲。
 你们要赞美耶和华！

第 114 篇

逾越节之歌

¹以色列人离开埃及，
 雅各家从异国出来时，
²犹大成为上帝的圣所，
 以色列成为祂的国度。
³大海看见他们就奔逃，
 约旦河也倒流。
⁴大山如公羊一般跳跃，
 小山像羊羔一样蹦跳。
⁵大海啊，你为何奔逃？
 约旦河啊，你为何倒流？
⁶大山啊，你为何如公羊一般
 跳跃？
 小山啊，你为何像羊羔一样
 蹦跳？
⁷大地啊，你要在主面前，
 在雅各的上帝面前战抖，
⁸因为祂使磐石变成水池，
 使岩石涌出泉水。

第 115 篇

上帝是独一真神

¹耶和华啊，
 不要将荣耀归于我们，
 不要归于我们。
 愿荣耀归于你的名，
 因为你慈爱、信实！
²为何让列国说
 “他们的上帝在哪里”？

³我们的上帝高居在天，
 按自己的旨意行事。
⁴他们的神像不过是用人金银
 造的。
⁵它们有口不能言，有眼不能看，
⁶有耳不能听，有鼻不能闻，
⁷有手不能摸，有脚不能走，
 有喉咙也不能发声。
⁸那些制造它们、信靠它们的人
 也会和它们一样。
⁹以色列人啊，要信靠耶和华！
 祂是你们的帮助，
 是你们的盾牌。
¹⁰亚伦家啊，要信靠耶和华！
 祂是你们的帮助，
 是你们的盾牌。
¹¹敬畏耶和华的人啊，要信靠祂！
 祂是你们的帮助，
 是你们的盾牌。
¹²耶和华眷顾我们，赐福给我们。
 祂要赐福给以色列人，
 赐福给亚伦家。
¹³耶和华要赐福给一切敬畏祂
 的人，
 不分尊贵卑贱。
¹⁴愿耶和华使你们和你们的后代
 人丁兴旺！
¹⁵愿创造天地的耶和华赐福给
 你们！
¹⁶高天属于耶和华，
 但祂把大地赐给了世人。
¹⁷死人不能歌颂耶和华，
 下到坟墓的人不能赞美祂。
¹⁸但我们要赞美耶和华，
 从现在直到永远。
 你们要赞美耶和华！

第 116 篇

感谢拯救之恩

- ¹我爱耶和华，
因为祂垂听了我的呼求和
祷告。
- ²因为祂垂听我的祈求，
我一生都要向祂祷告。
- ³死亡的绳索缠绕我，
阴间的恐怖笼罩我，
我被困苦和忧愁淹没。
- ⁴于是，我求告耶和华，
说：“耶和华啊，求你拯救我。”
- ⁵耶和华仁慈、公义，
我们的上帝充满怜悯。
- ⁶耶和华保护心地单纯的人，
危难之时祂救了我。
- ⁷我的心啊，再次安宁吧，
因为耶和华恩待你。
- ⁸祂救我的性命脱离死亡，
止住我眼中的泪水，
使我双脚免于滑倒。
- ⁹我要在世上事奉耶和华。
- ¹⁰我相信，所以才说：
“我受尽了痛苦。”
- ¹¹我曾惊恐地说：
“人人都说谎。”
- ¹²我拿什么报答耶和华赐给我
的一切恩惠呢？
- ¹³我要为耶和华的拯救之恩而
举杯称颂祂的名。
- ¹⁴我要在耶和华的子民面前还我
向祂许的愿。
- ¹⁵耶和华珍惜祂圣民的生命。
- ¹⁶耶和华啊！我是你的仆人，
是你的仆人，是你婢女的儿子。
你除去了我的锁链。
- ¹⁷我要向你献上感恩祭，

呼求你的名。

- ¹⁸⁻¹⁹我要在耶路撒冷，
在耶和华的殿中，
在耶和华的子民面前还我向祂
许的愿。

你们要赞美耶和华！

第 117 篇

赞美上帝

- ¹万国啊，你们要赞美耶和华！
万民啊，你们要颂赞祂！
- ²因为祂对我们的慈爱是何等
深厚，
祂的信实永远长存。
- 你们要赞美耶和华！

第 118 篇

为胜利而感恩

- ¹你们要称谢耶和华，
因为祂是美善的，
祂的慈爱永远长存。
- ²愿以色列人说：
“祂的慈爱永远长存。”
- ³愿亚伦家说：
“祂的慈爱永远长存。”
- ⁴愿那些敬畏耶和华的人说：
“祂的慈爱永远长存。”
- ⁵我在苦难中求告耶和华，
祂就答应我，救我脱离困境。
- ⁶有耶和华与我同在，
我必不惧怕，
人能把我怎么样？
- ⁷耶和华与我同在，帮助我，
我必看见那些恨我的人
一败涂地。
- ⁸投靠耶和华胜过倚靠人。
- ⁹投靠耶和华胜过倚靠权贵。

- 10 列国围住我，
但我靠着耶和华消灭了他们。
11 他们四面围住我，
但我靠着耶和华消灭了他们。
12 他们如蜜蜂围住我，
然而他们必像燃烧的荆棘，
转瞬消逝；
我靠着耶和华必消灭他们。
13 我受到猛烈的攻击，
几乎要倒下了，
但耶和华帮助了我。
14 耶和华是我的力量，
是我的诗歌；
祂拯救了我。
15 义人的帐篷里传出胜利的
欢呼声：

“耶和华伸出右手施展了大能！

- 16 耶和华高举右手，
耶和华的右手施展了大能！”
17 我必不至于死，
我要活着，
并要述说耶和华的作为。
18 耶和华虽然重重地惩罚我，
却没有置我于死地。
19 给我打开圣殿的门吧，
我要进去称谢耶和华。
20 这是耶和华的门，
义人都可以进去。
21 耶和华啊！我称谢你，
因为你听了我的祷告，
拯救了我。
22 工匠丢弃的石头已成了房
角石。
23 这是耶和华的作为，
在我们看来奇妙莫测。
24 这是耶和华得胜的日子，
我们要欢乐。

- 25 耶和华啊，求你拯救我们；
耶和华啊，求你使我们亨通。
26 奉耶和华之名而来的当受
称颂！
我们要在耶和华的殿中祝福
你们。
27 耶和华是上帝，
祂的光照亮我们。
要用绳索拴住祭牲，
牵到祭坛的角那里。
28 你是我的上帝，我要称谢你；
你是我的上帝，我要尊崇你。
29 你们要称谢耶和华，
因为祂是美善的。
祂的慈爱永远长存。

第 119 篇

上帝的律法

- 1 行为正直、遵行耶和华律法的人有福了！
2 遵守祂的法度、全心寻求祂的人有福了！
3 他们不做不义的事，
只照祂的旨意而行。
4 耶和华啊，你已经赐下法则，
叫我们竭力遵行。
5 我渴望坚定地遵从你的律例。
6 我重视你的一切命令，
便不至羞愧。
7 我学习你公义的法令时，
要存着正直的心来称谢你。
8 我要遵守你的律例，
求你不要弃绝我。
9 青年如何保持纯洁呢？
就是要遵守你的话。
10 我全心全意地寻求你，
求你不要让我偏离你的命令。

- 11 我把你的话珍藏在心中，
免得我得罪你。
- 12 耶和华啊，你当受称颂！
求你将你的律例教导我。
- 13 我宣扬你口中所出的一切法令。
- 14 我喜爱你的法度如同人们喜爱
财富。
- 15 我要默想你的法则，
思想你的旨意。
- 16 我以遵行你的律例为乐，
我不忘记你的话语。
- 17 求你以厚恩待我，
使我能活着，并遵守你的话语。
- 18 求你开我的眼睛，
使我能明白你律法中的奥妙。
- 19 我在世上是过客，
求你不要向我隐藏你的命令。
- 20 我的心时刻切慕你的法令。
- 21 你斥责受咒诅、不听从你命令
的狂傲人。
- 22 求你除去我所受的羞辱和
藐视，
因为我遵从你的法度。
- 23 虽然权贵们坐着毁谤我，
仆人仍要默想你的律例。
- 24 你的法度是我的喜乐，
是我的谋士。
- 25 我几乎性命不保，
求你照你的应许救我的性命。
- 26 我陈明自己的行为，
你就回应了我。
求你将你的律例教导我。
- 27 求你使我明白你的法则，
我要思想你的奇妙作为。
- 28 我伤心欲绝，
求你照你的应许使我坚强
起来。
- 29 求你使我远离恶道，
开恩将你的律法教导我。
- 30 我已经选择了真理之路，
决心遵行你的法令。
- 31 我持守你的法度，耶和华啊，
求你不要使我蒙羞。
- 32 我竭力遵守你的命令，
因为你使我更有悟性。
- 33 耶和华啊，
求你将你的律例教导我，
我必遵守到底。
- 34 求你叫我明白你的律法，
使我可以全心遵守。
- 35 求你引导我遵行你的命令，
因为这是我喜爱的。
- 36 求你使我的心爱慕你的法度而
非不义之财。
- 37 求你使我的眼目远离虚空
之事，
按你的旨意更新我的生命。
- 38 求你实现你给仆人的应许，
就是你给敬畏你之人的应许。
- 39 求你除去我所害怕的羞辱，
因为你的法令是美善的。
- 40 我渴望遵行你的法则，
求你按你的公义更新我的
生命。
- 41 耶和华啊！
愿你的慈爱临到我，
愿你的拯救临到我，
正如你的应许，
- 42 好叫我能面对嘲笑我的人，
因为我信靠你的话。
- 43 求你使真理不离我的口，
因为你的法令是我的盼望。
- 44 我要持守你的律法，
直到永永远远。

45 我要自由地生活，
因为我寻求你的法则。
46 我要在君王面前讲论你的
法度，
我不以此为耻。
47 我以遵行你的命令为乐，
我喜爱你的命令。
48 我尊崇你的命令，
我喜爱你的命令，
我要默想你的律例。
49 求你顾念你对仆人的应许，
你的话带给我盼望。
50 你的应许是我生命的支柱，
是我患难中的安慰。
51 狂傲人肆意嘲讽我，
但我仍然没有偏离你的律法。
52 耶和华啊，
我牢记你古时赐下的法令，
你的法令是我的安慰。
53 我见恶人丢弃你的律法，
就怒火中烧。
54 我在世寄居的日子，
你的律例就是我的诗歌。
55 耶和华啊，我在夜间思想你，
我要遵守你的律法。
56 我向来自乐于遵行你的法则。
57 耶和华啊，你是我的福分！
我决心遵行你的话语。
58 我一心求你施恩，
求你照着你的应许恩待我。
59 我思想自己走过的路，
就决定归向你的法度。
60 我毫不迟疑地遵守你的命令。
61 虽然恶人用绳索捆绑我，
我仍不忘记你的律法。
62 我半夜起来称谢你公义的法令。

63 我与所有敬畏你、遵守你法则
的人为友。
64 耶和华啊，
你的慈爱遍及天下，
求你将你的律例教导我。
65 耶和华啊，
你信守诺言，善待了仆人。
66 求你赐我知识，教我判别是非，
因为我信靠你的命令。
67 从前我没有受苦的时候走迷
了路，
现在我要遵行你的话。
68 你是美善的，
你所行的都是美善的，
求你将你的律例教导我。
69 傲慢人毁谤我，
但我一心遵守你的法则。
70 他们执迷不悟，
但我喜爱你的律法。
71 我受苦对我有益，
使我可以学习你的律例。
72 你赐的律法对我而言比千万金
银更宝贵。
73 你亲手造我、塑我，
求你赐我悟性好明白你的
命令。
74 敬畏你的人见我就欢喜，
因为我信靠你的话。
75 耶和华啊，
我知道你的法令公义，
你是凭信实管教我。
76 求你照着你对仆人的应许，
用慈爱来安慰我。
77 求你怜悯我，使我可以存活，
因为你的律法是我的喜乐。
78 愿狂傲人受辱，
因他们诋毁我，

- 但我要思想你的法则。
79 愿敬畏你的人到我这里来，
好明白你的法度。
80 愿我能全心遵守你的律例，
使我不至羞愧。
81 我的心迫切渴慕你的拯救，
你的话语是我的盼望。
82 我期盼你的应许实现，
望眼欲穿。
我说：“你何时才安慰我？”
83 我形容枯槁，好像烟熏的皮袋，
但我仍然没有忘记你的律例。
84 你仆人还要等多久呢？
你何时才会惩罚那些逼迫我的
人呢？
85 违背你律法的狂傲人挖陷阱
害我。
86 你的一切命令都可靠，
他们无故地迫害我，
求你帮助我。
87 他们几乎置我于死地，
但我仍然没有背弃你的法则。
88 求你施慈爱保护我的性命，
我好遵守你赐下的法度。
89 耶和华啊，
你的话与天同存，亘古不变。
90 你的信实万代长存。
你创造了大地，使它恒久不变。
91 天地照你的法令一直存到
今日，
因为万物都是你的仆役。
92 如果没有你的律法给我带来
喜乐，
我早已死在苦难中了。
93 我永不忘记你的法则，
因你借着法则救了我的生命。
94 我属于你，求你拯救我，
因为我努力遵守你的法则。
95 恶人伺机害我，
但我仍然思想你的法度。
96 我看到万事都有尽头，
唯有你的命令无边无界。
97 我多么爱慕你的律法，
终日思想。
98 我持守你的命令，
你的命令使我比仇敌有智慧。
99 我比我的老师更有洞见，
因为我思想你的法度。
100 我比长者更明智，
因为我遵守你的法则。
101 我听从你的话，
拒绝走恶道。
102 我从未偏离你的法令，
因为你教导过我。
103 你的话语品尝起来何等甘甜，
在我口中胜过蜂蜜。
104 我从你的法则中得到智慧，
我厌恶一切诡诈之道。
105 你的话是我脚前的灯，
是我路上的光。
106 我曾经起誓，我必信守诺言：
我要遵行你公义的法令。
107 我饱受痛苦，耶和华啊，
求你照你的话保护我的性命。
108 耶和华啊，
求你悦纳我由衷的赞美，
将你的法令教导我。
109 我的生命时刻面临危险，
但我不会忘记你的律法。
110 恶人为我设下网罗，
但我没有偏离你的法则。
111 你的法度永远是我的宝贵
产业，
是我喜乐的泉源。

- 112 我决心遵行你的律例，
一直到底。
- 113 我厌恶心怀二意的人，
我爱慕你的律法。
- 114 你是我的藏身之所，
是我的盾牌，
你的话语是我的盼望。
- 115 你们这些恶人离开我吧，
我要顺从上帝的命令。
- 116 耶和華啊，
求你按你的应许扶持我，
使我存活，
不要使我的盼望落空。
- 117 求你扶持我，使我得救，
我要时刻默想你的律例。
- 118 你弃绝一切偏离你律例的人，
他们的诡计无法得逞。
- 119 你铲除世上的恶人，
如同除掉渣滓，
因此我喜爱你的法度。
- 120 我因敬畏你而战抖，
我惧怕你的法令。
- 121 我做事公平正直，
求你不要把我交给欺压我的人。
- 122 求你保障仆人的福祉，
不要让傲慢的人欺压我。
- 123 我望眼欲穿地期盼你拯救我，
实现你公义的应许。
- 124 求你以慈爱待你的仆人，
将你的律例教导我。
- 125 我是你的仆人，
求你赐我悟性可以明白你的
法度。
- 126 耶和華啊，人们违背你的律法，
是你惩罚他们的时候了。
- 127 我爱你的命令胜于爱金子，
胜于爱纯金。
- 128 我遵行你一切的法则，
我憎恨一切恶道。
- 129 你的法度奇妙，
我一心遵守。
- 130 你的话语一解明，
就发出亮光，
使愚人得到启迪。
- 131 我迫切地渴慕你的命令。
- 132 求你眷顾我、怜悯我，
像你素来恩待那些爱你的人
一样。
- 133 求你照你的应许引导我的
脚步，
不要让罪恶辖制我。
- 134 求你救我脱离恶人的欺压，
好使我能顺服你的法则。
- 135 求你笑颜垂顾仆人，
将你的律例教导我。
- 136 我泪流成河，
因为人们不遵行你的律法。
- 137 耶和華啊，你是公义的，
你的法令是公正的。
- 138 你定的法度公义，完全可信。
- 139 我看见仇敌漠视你的话语，
就心急如焚。
- 140 你仆人喜爱你的应许，
因为你的应许可靠。
- 141 我虽然卑微、受人藐视，
但我铭记你的法则。
- 142 你的公义常存，
你的律法是真理。
- 143 我虽然遭遇困苦患难，
但你的命令是我的喜乐。
- 144 你的法度永远公正，
求你帮助我明白你的法度，
使我可以存活。
- 145 耶和華啊，我迫切向你祷告，

求你应允我，
 我必遵守你的律例。
 146 我向你呼求，求你救我，
 我必持守你的法度。
 147 天不亮，
 我就起来呼求你的帮助，
 你的话语是我的盼望。
 148 我整夜不睡，思想你的应许。
 149 耶和華啊，你充滿慈愛，
 求你垂聽我的呼求，
 照你的法令保護我的性命。
 150 作惡多端的人逼近了，
 他們遠離你的律法。
 151 但耶和華啊，你就在我身邊，
 你的一切命令都是真理。
 152 我很早就從你的法度中知道，
 你的法度永遠長存。
 153 求你眷顧苦難中的我，搭救我，
 因為我沒有忘記你的律法。
 154 求你為我申冤，救贖我，
 照著你的應許保護我的性命。
 155 惡人不遵守你的律例，
 以致得不到拯救。
 156 耶和華啊，
 你有無比的憐憫之心，
 求你照你的法令保護我的
 性命。
 157 逼迫我的仇敵眾多，
 但我卻沒有偏離你的法度。
 158 我厭惡這些背棄你的人，
 因為他們不遵行你的話。
 159 耶和華啊，
 你知道我多么愛你的法則，
 求你施慈愛保護我的生命。
 160 你的話都是真理，
 你一切公義的法令永不改變。
 161 權貴無故迫害我，

但我的心對你的話充滿敬畏。
 162 我喜愛你的應許，
 如獲至寶。
 163 我厭惡虛假，
 喜愛你的律法。
 164 因你公義的法令，
 我要每天七次讚美你。
 165 喜愛你律法的人常有平安，
 什麼也不能使他跌倒。
 166 耶和華啊，我等候你的拯救，
 我遵行你的命令。
 167 我深愛你的法度，一心遵守。
 168 我遵守你的法則和法度，
 你知道我做的每一件事。
 169 耶和華啊，求你垂聽我的禱告，
 照你的話賜我悟性。
 170 求你垂聽我的祈求，
 照你的應許拯救我。
 171 願我的口涌出讚美，
 因你將你的律例教導了我。
 172 願我的舌頭歌頌你的應許，
 因為你一切的命令盡都公義。
 173 願你的手隨時幫助我，
 因為我選擇了你的法則。
 174 耶和華啊，我盼望你的拯救，
 你的律法是我的喜樂。
 175 求你讓我存活，我好讚美你，
 願你的法令成為我的幫助。
 176 我像只迷途的羊，
 求你來尋找仆人，
 因為我沒有忘記你的命令。

第 120 篇

祈求上帝帮助

上圣殿朝圣之诗。

1 我在患难中向耶和華禱告，
 祂就應允了我。
 2 耶和華啊，

求你救我远离虚谎诡诈之徒。

³诡诈之徒啊！

你会受到怎样的惩罚呢？

你会有什么下场呢？

⁴等待你的是勇士的利箭和炙热的炭火。

⁵我寄居在米设和基达的人当中有祸了！

⁶我住在憎恶和平的人当中太久久了。

⁷我爱和平，

但我倡导和平的时候，

他们却要战争。

第 121 篇

上帝是我的保护者

上圣殿朝圣之诗。

¹我举目观看群山，

我的帮助从哪里来呢？

²我的帮助来自创造天地的耶和華。

³祂必不让你滑倒，
保护你的不会打盹。

⁴保护以色列的不打盹也不睡觉。

⁵耶和華保护你，
在你身边荫庇你。

⁶白天太阳不会伤你，
夜间月亮不会害你。

⁷耶和華必使你免受灾害，
保护你的性命。

⁸不论你出或入，
耶和華都会保护你，从现在直到永远。

第 122 篇

为耶路撒冷祷告

大卫上圣殿朝圣之诗。

¹人们对我说：

“让我们去耶和華的殿吧！”

我感到欢喜。

²耶路撒冷啊，
我们踏进你的城门了。

³耶路撒冷是一座整齐坚固的城。

⁴以色列各支派，耶和華的子民，
都遵照祂赐的法度去那里称谢祂。

⁵那里有审判的王座，
就是大卫家的王座。

⁶要为耶路撒冷的和平祷告，
愿爱这城的人亨通。

⁷耶路撒冷啊！
愿你城内有平安，

你的宫里有安宁，

⁸为了我的亲人和朋友，
我要祈求平安临到你。

⁹为了我们的上帝耶和華的殿，
我要为你求福祉。

第 123 篇

祈求上帝怜悯

上圣殿朝圣之诗。

¹在天上做王的耶和華啊！
我仰望你。

²我们要仰望我们的上帝耶和華，
如同仆人仰望主人、婢女仰望主母，
一直到蒙祂怜悯。

³耶和華啊，
求你怜悯我们，求你怜悯

我们，

因为我们饱受鄙视。

⁴我们饱受富足人的嘲弄、骄傲人的鄙视。

第 124 篇

上帝保护祂的子民

大卫上圣殿朝圣之诗。

- 1 以色列人要说：
若不是耶和華帮助我们，
- 2 若不是耶和華帮助我们，
仇敌起来攻击我们、
- 3 向我们发怒的时候，
我们早已被他们生吞，
- 4 被狂涛淹没，被洪流卷走，
- 5 被怒海吞噬。
- 6 耶和華当受称颂！
祂没有让我们像猎物一样被
敌人撕咬。
- 7 我们像鸟一样逃出了猎人的
网罗。
网罗破裂，我们逃了出去。
- 8 我们的帮助来自创造天地的
耶和華。

第 125 篇

上帝保护祂的子民

上圣殿朝圣之诗。

- 1 信靠耶和華的人就像锡安山
永不动摇。
- 2 群山怎样环绕耶路撒冷，
耶和華也怎样保护祂的子民，
从现在直到永远。
- 3 恶人必不能长久统治义人的
土地，
免得义人也去行恶。
- 4 耶和華啊，求你善待行善的人，
善待心地正直的人。
- 5 耶和華必把那些偏行恶道的
人与作恶的人一同赶走。
愿平安临到以色列。

第 126 篇

被掳者归回的喜乐

上圣殿朝圣之诗。

- 1 耶和華带领被掳者归回耶路撒
冷的时候，
我们犹如在梦中。
- 2 我们笑声不止，欢呼歌唱。
列邦都说：
“耶和華为他们成就了伟大的
事。”
- 3 耶和華实在为我们成就了伟大的
事，
我们充满了喜乐。
- 4 耶和華啊，
求你恢复我们的繁荣，
就像干旱的南地重现溪流。
- 5 含泪撒种的必欢呼着收割。
- 6 含泪出去撒种的必欢呼着带回
禾捆。

第 127 篇

颂赞上帝的美善

所罗门上圣殿朝圣之诗。

- 1 若不是耶和華建造房屋，
建造者的工作都是徒劳。
若不是耶和華保护城池，
守城者保持警觉也是徒然。
- 2 你早起晚睡，
为生活操劳也是徒然，
唯有耶和華所爱的人才能
安眠。
- 3 儿女是耶和華所赐的礼物，
孩子是祂所给的赏赐。
- 4 年轻时生的儿女犹如战士手
中的箭。
- 5 袋中装满了箭的人有福了！

他们在城门与仇敌争论时，
必不至蒙羞。

第 128 篇

敬畏上帝者的福气

上圣殿朝圣之诗。

- 1 敬畏耶和华、遵行祂旨意的人
有福了！
- 2 你必享受自己的劳动成果，
得到祝福，行事亨通。
- 3 你妻子在家中生养众多，
像结实累累的葡萄树，
你的桌子周围坐满了你的
儿女，
如同橄榄树苗。
- 4 这就是敬畏耶和华的人所蒙的
福气。
- 5 愿耶和华从锡安山赐福给你！
愿你一生一世都看见耶路撒冷
兴旺！
- 6 愿你与儿孙同堂！
愿平安临到以色列！

第 129 篇

求上帝击退仇敌

上圣殿朝圣之诗。

- 1 以色列要说：
我从小就深受仇敌的迫害，
- 2 我从小就深受仇敌的迫害，
但他们没能胜过我。
- 3 他们鞭打我的背，
伤痕如同农夫耕出的长长
犁沟。
- 4 耶和华是公义的，
祂砍断了恶人捆绑我的绳索。
- 5 愿所有憎恶锡安的人狼狈
而逃。
- 6 愿他们像房顶的草，

没长起来就已枯萎，
7 割下来不满一把，
扎起来不足一捆。
8 没有一个路过的人说：
“愿耶和華賜福给你们！
我们奉耶和華的名祝福你们。”

第 130 篇

患难中求助的祷告

上圣殿朝圣之诗。

- 1 耶和華啊！
我在绝望的深渊中向你呼求。
- 2 主啊，求你垂听我的呼求，
侧耳听我的祈求。
- 3 主耶和華啊，
倘若你追究我们的罪过，
谁能站得住呢？
- 4 然而，你赦免我们，
所以你当受敬畏。
- 5 我等候耶和華，一心等候祂，
祂的话语是我的盼望。
- 6 我一心等候耶和華，
比守夜的盼望天明还要迫切，
比守夜的盼望天明还要迫切。
- 7 以色列啊，要信靠耶和華，
因为祂有慈爱，能完全救赎
我们。
- 8 祂必把以色列从罪恶中救赎
出来。

第 131 篇

全心仰望上帝

大卫上圣殿朝圣之诗。

- 1 耶和華啊，
我的心不狂傲，
我的眼目也不高傲；
我不敢涉猎太伟大、太奇妙
的事。

² 我的心灵平静安稳，
如同母亲身边断奶的孩子，
我的心灵如同断奶的孩子。

³ 以色列啊，
你要仰望耶和華，
从现在直到永远。

第 132 篇

求上帝赐福圣殿

上圣殿朝圣之诗。

¹ 耶和華啊，
求你顾念大卫和他所受的一切
苦难。
² 他曾向你起誓，
向雅各的大能者许愿说：
³⁻⁵ “我不为耶和華找到居所，
不为雅各的大能者找到安居
之处，
必不进家门，
不沾床，不睡觉，不打盹。”

⁶ 我们在以法特听到约柜的
消息，
在基列·耶琳找到了它。
⁷ 让我们进入耶和華的居所，
在祂脚前俯伏敬拜。
⁸ 耶和華啊，
求你起来和你大能的约柜一同
进入圣所。
⁹ 愿你的祭司身披公义，
愿你忠心的子民高声欢唱。
¹⁰ 为了你仆人大卫的缘故，
求你不要弃绝你所膏立的人。

¹¹ 耶和華曾向大卫起了永不废弃
的誓说：
“我必使你的后代继承你的
王位。”

¹² 你的后代若守我的约，
遵行我教导他们的法度，
他们的子孙必永远坐在你的
宝座上。”

¹³ 因为耶和華已经拣选了锡安，
愿意将锡安作为祂的居所。
¹⁴ 祂说：“这是我永远的居所。
我要住在这里，
因为我喜爱这地方。

¹⁵ 我要使她粮食充足，
使她里面的穷人饮食无忧。
¹⁶ 我要用救恩作她祭司的衣裳，
城里忠心的子民必高声欢唱。
¹⁷ 我必使大卫的后裔在那里
做王，
我必为我所膏立的预备明灯。
¹⁸ 我必使他的仇敌满面羞愧，
但他头上的王冠必光芒四射。”

第 133 篇

和睦相处的美好

大卫上圣殿朝圣之诗。

¹ 看啊，弟兄和睦相处，
多么美好，多么快乐！
² 这就像珍贵的膏油倒在亚伦
头上，
流到他的胡须，
又流到他的衣襟；
³ 又像黑门的甘露降在锡安山
上。
那里有耶和華所赐的福气，
就是永远的生命。

第 134 篇

要颂赞上帝

上圣殿朝圣之诗。

¹ 夜间在耶和華殿中事奉的仆人
们啊，

- 你们都要称颂耶和華。
²你们要向圣所举手称颂
耶和華。
³愿创造天地的耶和華从锡安
 赐福给你们！

第 135 篇

赞美之歌

- ¹⁻²你们要赞美耶和華！
 赞美祂的名！
耶和華的仆人啊，
 在耶和華的殿中，
 在我们上帝的院宇中事奉的
 人啊，
 你们要赞美祂！
³你们要赞美耶和華，
 因为祂是美善的；
 你们要歌颂祂的名，
 因为祂的名美好无比。
⁴祂拣选雅各做祂的子民，
 拣选以色列作祂的产业。
⁵我知道耶和華伟大，
 我们的主超越一切神明。
⁶耶和華在天上、地下、海洋、
 深渊按自己的旨意行事。
⁷祂使云雾从地极上升，
 发出电光，带来雨水，
 从祂的仓库带出风来。
⁸祂击杀了埃及人的长子和头胎
 的牲畜。
⁹祂在埃及行神迹奇事，
 惩罚法老和他的一切臣仆。
¹⁰祂毁灭列国，
 杀戮强大的君王；
¹¹亚摩利王西宏、巴珊王噩和
迦南所有的君王。
¹²祂把这些国家的土地赐给祂的

以色列子民，
 作为他们的产业。

- ¹³耶和華啊，
 你的名永远长存，
 你的威名传到万代。
¹⁴因为耶和華必为祂的子民
 申冤，
 怜悯祂的仆人。
¹⁵外族人的神像是人用金银
 造的。
¹⁶它们有口不能说，有眼不能看，
¹⁷有耳不能听，口中毫无气息。
¹⁸那些制造它们、信靠它们的人
 也会和它们一样。
¹⁹以色列人啊，
 你们要称颂耶和華！
亚伦的子孙啊，
 你们要称颂耶和華！
²⁰利未的子孙啊，
 你们要称颂耶和華！
 你们敬畏耶和華的人都要
 称颂祂！
²¹要赞美锡安的耶和華，
 赞美住在耶路撒冷的耶和華。
 你们要赞美耶和華！

第 136 篇

上帝的慈爱永远长存

- ¹你们要称谢耶和華，
 因为祂是美善的，
 祂的慈爱永远长存。
²你们要称谢万神之神，
 因为祂的慈爱永远长存。
³你们要称谢万主之主，
 因为祂的慈爱永远长存。
⁴要称谢那位独行奇事的，

因为祂的慈爱永远长存。
 5 要称谢那位用智慧创造
 诸天的，
 因为祂的慈爱永远长存。
 6 要称谢那位在水上铺展大地的，
 因为祂的慈爱永远长存。
 7 要称谢那位创造日月星辰的，
 因为祂的慈爱永远长存。
 8 祂让太阳管理白昼，
 因为祂的慈爱永远长存。
 9 祂让月亮星辰管理黑夜，
 因为祂的慈爱永远长存。
 10 要称谢那位击杀埃及人
 长子的，
 因为祂的慈爱永远长存。
 11 祂带领以色列人离开埃及，
 因为祂的慈爱永远长存。
 12 祂伸出臂膀施展大能，
 因为祂的慈爱永远长存。
 13 要称谢那位使红海分开的，
 因为祂的慈爱永远长存。
 14 祂引领以色列人走过红海，
 因为祂的慈爱永远长存。
 15 祂让法老和他的军兵葬身
红海，
 因为祂的慈爱永远长存。
 16 要称谢那位带领其子民走过
 旷野的，
 因为祂的慈爱永远长存。
 17 要称谢那位击杀强大君王的，
 因为祂的慈爱永远长存。
 18 祂击杀了大能的君王，
 因为祂的慈爱永远长存。
 19 祂击杀了亚摩利王西宏，
 因为祂的慈爱永远长存。
 20 祂击杀了巴珊王噩，
 因为祂的慈爱永远长存。

21 祂把他们的土地赐给祂的子民
 作产业，
 因为祂的慈爱永远长存。
 22 祂把他们的土地赐给祂的仆人
以色列人作产业，
 因为祂的慈爱永远长存。
 23 祂眷顾处于卑贱境地的我们，
 因为祂的慈爱永远长存。
 24 祂拯救我们脱离仇敌，
 因为祂的慈爱永远长存。
 25 祂赐食物给众生，
 因为祂的慈爱永远长存。
 26 你们要称谢天上的上帝，
 因为祂的慈爱永远长存。

第 137 篇

被掳者的哀歌

1 我们坐在巴比伦河畔，
 想起锡安禁不住凄然泪下。
 2 我们把琴挂在柳树上。
 3 俘虏我们的人要我们唱歌，
 掳掠我们的人要我们歌唱，说：
 “给我们唱一首锡安的歌。”
 4 我们流落异邦，
 怎能唱颂赞耶和華的歌呢？
 5 耶路撒冷啊，倘若我忘了你，
 情愿我的右手无法再拨弄
 琴弦；
 6 倘若我忘了你，
 不以你为我的至爱，
 情愿我的舌头不能再歌唱。
 7 耶和華啊，
 求你记住耶路撒冷沦陷时以东
 人的行径。
 他们喊道：
 “拆毁这城，把它夷为平地！”

⁸巴比伦城啊，
你快要灭亡了。
那向你以牙还牙为我们复仇的
人有福了！
⁹那抓住你的婴孩摔在石头上的
人有福了！

第 138 篇

感恩的祷告

大卫的诗。

¹耶和華啊，
我全心全意地稱謝你，
在眾神明面前歌頌你。
²我要向你的聖殿下拜，
稱謝你的名，
因為你是慈愛信實的，
你顯明自己的尊名和應許偉大
無比。
³我禱告的時候，你就應允我；
你使我剛強壯胆。
⁴耶和華啊，世上所有的君王
聽見你的話都要稱謝你。
⁵他們要歌唱耶和華的作為，
因為耶和華榮耀無比。
⁶耶和華雖在高天之上，
仍看顧卑微的人，
祂對驕傲的人也了如指掌。
⁷耶和華啊，雖然我身陷患難，
你必保護我的性命，
伸手攻擊惱怒的仇敵，
用右手拯救我。
⁸耶和華必成就祂為我所定的
計劃。
耶和華啊，你的慈愛永遠長存。
求你不要撇棄我——你親手所
造的。

第 139 篇

上帝的全知和佑护

大卫的诗，交给乐长。

¹耶和華啊，你洞察我的內心，
知道我的一切。
²我或坐下或起來，你都知道，
你從遠處就知道我的心思
意念。
³我或外出或躺臥，你都了解，
你熟悉我的一切行為。
⁴耶和華啊，我話未出口，
你已洞悉一切。
⁵你在我前後護衛着我，
以大能的手保護我。
⁶這一切實在是太奇妙，
太深奧了，我無法明白。
⁷我去哪里可躲開你的靈？
我跑到哪里可避開你的面？
⁸我若升到天上，你在那里；
我若下到陰間，你也在那里。
⁹縱使我乘着晨風飛到遙遠的海
岸居住，
¹⁰就是在那里，
你的手必引導我，
你大能的手必扶持我。
¹¹我想，黑暗一定可以遮蔽我，
讓我四圍變成黑夜。
¹²然而，即使黑暗也無法遮住你
的視線。
在你看來，黑夜亮如白晝，
黑暗與光明無異。
¹³你創造了我，
使我在母腹中成形。
¹⁴我稱謝你，
因為你創造我的作為是多麼
奇妙可畏，
我心深深知道。

15 我在隐秘处被造、在母腹中成形的時候，
你对我的形体一清二楚。
16 我的身体还未成形，
你早已看见了。
你为我一生所定的年日，
我还没有出生就已经记在你的册子上了。
17 耶和华啊，
你的意念对我来说是何等宝贵，何等浩博！
18 我若数算，它们比海沙还多。
我醒来的时候，
依然与你在一起。
19 耶和华啊，愿你杀戮恶人！
嗜血成性的人啊，你们走开！
20 他们恶言顶撞你，
你的仇敌亵渎你的名。
21 耶和华啊，
我憎恨那些憎恨你的人，
我厌恶那些攻击你的人。
22 我恨透了他们，
我视他们为敌人。
23 上帝啊，求你鉴察我，
好知道我的内心；
求你试验我，好知道我的心思。
24 求你看看我里面是否有邪恶，
引导我走永恒的道路。

第 140 篇

祈求上帝保护

大卫的诗，交给乐长。

1 耶和华啊！
求你拯救我脱离恶人，
保护我脱离残暴之徒。
2 他们心怀叵测，整天挑拨离间。
3 他们的言语恶毒如蛇，
嘴唇有蛇的毒液。（细拉）

4 耶和华啊，
求你使我免遭恶人的毒手，
保护我脱离残暴之徒。
他们图谋害我。
5 傲慢人在我的路上暗设网罗，
布下圈套，挖了陷阱。（细拉）
6 耶和华啊，
我说：“你是我的上帝。”
耶和华啊，求你垂听我的呼求。
7 主耶和华，我大能的拯救者啊，
在战争的日子，你保护我。
8 耶和华啊，
求你不要让恶人的愿望实现，
不要让他们阴谋得逞，
免得他们狂妄自大。（细拉）
9 愿那些围攻我的人自食恶果。
10 愿火炭落在他们身上，
愿他们被丢进火里，
被抛进深坑，不得翻身。
11 愿毁谤者在地上无法立足，
愿祸患毁灭残暴之徒。
12 我知道耶和华必为贫穷人伸张正义，
为困苦者申冤。
13 义人必赞美你的名，
正直人必活在你面前。

第 141 篇

求上帝荫庇

大卫的诗。

1 耶和华啊，
我向你呼求，求你快来帮助我。
我向你呼求的时候，求你垂听。
2 愿我的祷告如香升到你面前，
愿我举手所献的祷告如同晚祭。
3 耶和华啊，

- 求你守住我的口，
看住我的嘴。
- ⁴耶和华啊，求你不要让我的心
偏向邪恶，
免得我与恶人同流合污；
也不要让我吃他们的美食。
- ⁵我情愿受义人出于爱心的
责打，
他们的责打是良药，
我不会逃避。
我要不断地用祷告抵挡恶人的
行径。
- ⁶他们的首领被抛下悬崖的
时候，
他们就会知道我所言不虚。
- ⁷那些恶人的骨头散落在墓旁，
好像耕田翻起的土块。
- ⁸主耶和华啊，
我仰望你，我投靠你，
求你不要让我遭害。
- ⁹求你不要使我落入恶人设下的
网罗，
不要掉进他们的陷阱。
- ¹⁰愿他们作茧自缚，
而我可以安然逃脱。

第 142 篇

苦难中的呼求

大卫在洞里作的训诲诗，也是祷告。

- ¹我向耶和华呼求，
我高声向祂求助，
- ²我在祂面前倾诉我的苦情，
向祂述说我的患难。
- ³耶和华啊，我心力交瘁的时候，
只有你知道我当走的路。
敌人已在我行的路上铺下网罗。
- ⁴看看我左右，无人关心我；
我走投无路，无人眷顾我。

- ⁵耶和华啊，我向你呼求，
你是我的避难所，
在世上你是我的福分。
- ⁶求你垂听我的呼求，
因为我身陷绝境。
求你救我脱离逼迫我的人，
因为他们太强大了。
- ⁷求你救我脱离牢笼，
好让我赞美你。
因为你恩待我，
义人必聚集在我周围。

第 143 篇

求上帝拯救

大卫的诗。

- ¹耶和华啊，求你垂听我的祷告，
倾听我的呼求，
求你凭你的信实和公义应允我
的祈求。
- ²求你不要审判你的仆人，
因为在你眼中没有一个义人。
- ³敌人逼迫我，打垮我，
使我生活在黑暗中，
像死去很久的人。
- ⁴我心力交瘁，惊恐万分。
- ⁵我想起遥远的过去，
我思想你的一切作为，
回想你所做的事。
- ⁶我举手向你呼求，
我的心渴慕你如同干旱之地渴
慕甘霖。（细拉）
- ⁷耶和华啊，求你快快应允我！
我已绝望，求你不要掩面不
顾我，
不然我必和下坟墓的人无异。
- ⁸求你让我在清晨就听见你的慈
言爱语，

因为我信靠你；
 求你指示我当走的路，
 因为我的心仰望你。
 9 耶和華啊，求你救我脱离仇敌，
 我要到你那里寻求庇护。
 10 求你教导我遵行你的旨意，
 因为你是我的上帝，
 愿你良善的灵引导我走平坦
 的路。
 11 耶和華啊，
 求你为自己名的缘故拯救我，
 凭你的公义救我脱离患难。
 12 求你铲除我的仇敌，
 因为你爱我。
 求你消灭一切迫害我的人，
 因为我是你的仆人。

第 144 篇

祈求拯救与丰裕

大卫的诗。

1 耶和華——我的磐石当受称颂，
 祂使我能争善战。
 2 祂是我慈爱的上帝，
 我的堡垒，我的避难所，
 我的拯救者，我的盾牌。
 我投靠祂，
 祂使列国臣服于我。
 3 耶和華啊，
 人算什么，你竟顾念他？
 世人算什么，你竟眷顾他？
 4 因为人不过像一口气，
 他的年日不过像影子转眼
 消逝。
 5 耶和華啊，
 求你打开天门，亲自降临；
 求你触摸群山，使群山冒烟。
 6 求你发出闪电驱散敌人，

求你射出利箭击溃他们。
 7 求你从天上伸手从惊涛骇浪中
 拯救我，
 从外族人手中拯救我。
 8 他们满口谎言，
 起誓也心怀诡诈。
 9 上帝啊，我要向你唱新歌，
 用十弦琴歌颂你。
 10 你使君王得胜，
 救你的仆人大卫逃离刀剑的
 杀戮。
 11 求你从外族人手中拯救我，
 他们满口谎言，
 起誓也心怀诡诈。
 12 愿我们的儿子年轻时像茁壮的
 树木，
 我们的女儿像宫殿中精雕的
 柱子。
 13 愿我们的仓库堆满各样的
 谷物，
 我们的羊在田野繁衍众多，
 成千上万。
 14 愿我们的牲口驮满货物^㉓，
 我们的城墙固若金汤，
 无人被掳，街上没有哭叫声。
 15 生活在这种光景里的人
 有福了！
 尊耶和華為上帝的人有福了！

第 145 篇

赞美之歌

大卫的赞美诗。

1 我的上帝，我的王啊！
 我要尊崇你，
 我要永永远远称颂你的名。
 2 我要天天称颂你，

^㉓ 144:14 “牲口驮满货物”或译“繁殖众多”。

- 你永远赞美你的名。
- ³ 耶和华是伟大的，
当受至高的颂赞，
祂的伟大无法测度。
- ⁴ 愿世世代代颂赞你的事迹，
传扬你大能的作为。
- ⁵ 我要默想你的荣耀、威严和
奇妙作为。
- ⁶ 人们要述说你令人敬畏的大能
作为，
我也要传扬你的伟大事迹。
- ⁷ 他们要诉说你的厚恩，
歌颂你的公义。
- ⁸ 耶和华有恩典和怜悯，
不轻易发怒，充满慈爱。
- ⁹ 耶和华善待万民，
怜悯祂所造的万物。
- ¹⁰ 耶和华啊，
你所创造的万物都要称谢你，
你忠心的子民也要称颂你。
- ¹¹ 他们要述说你国度的荣耀，
讲论你的大能，
- ¹² 好让世人知道你大能的作为和
你国度的威严与荣耀。
- ¹³ 你的国度永远长存，
你的统治直到万代。
- 耶和华信守自己的一切应许，
以慈爱待祂所创造的万物。⑫
- ¹⁴ 耶和华扶起跌倒的人，
扶持被重担所压的人。
- ¹⁵ 世人都仰赖你，
你按时赐给他们所需的食物。
- ¹⁶ 你慷慨满足一切生命的需要。
- ¹⁷ 耶和华的作为公义，
祂所行的充满慈爱。

- ¹⁸ 耶和华垂顾一切求告祂的人，
一切诚心求告祂的人。
- ¹⁹ 祂使敬畏祂的人心愿得偿，
垂听他们的呼求，拯救他们。
- ²⁰ 耶和华保护所有爱祂的人，
毁灭一切恶人。
- ²¹ 我要开口赞美耶和华，
万物都要称颂祂的圣名，
直到永永远远。

第 146 篇

赞美上帝的帮助

- ¹ 你们要赞美耶和华！
我的心啊，你要赞美耶和华。
- ² 我要一生赞美耶和华，
我一息尚存都要赞美祂。
- ³ 你们不要倚靠权贵，
不要倚靠世人，
他们救不了你们。
- ⁴ 他们气息一断，便归回尘土，
他们的打算转眼成空。
- ⁵ 蒙雅各的上帝相助、仰望上帝
耶和华的人有福了！
- ⁶ 耶和华创造了天、地、海和其
中的万物，
祂永远信实可靠。
- ⁷ 祂为受压制的人申冤，
赐食物给饥饿的人，
使被囚者得自由。
- ⁸ 耶和华叫瞎子看见，
扶持被重担所压的人，
祂喜爱义人。
- ⁹ 耶和华保护寄居异地的人，
看顾孤儿寡妇，
祂挫败恶人的阴谋诡计。
- ¹⁰ 耶和华永远掌权。

锡安啊，
你的上帝要世世代代做王。
你们要赞美耶和華！

第 147 篇

赞美上帝复兴耶路撒冷

- 1 你们要赞美耶和華！
歌颂我们的上帝，真是美好！
赞美祂，真是快乐合宜！
- 2 耶和華重建耶路撒冷，
召集被掳去的以色列人。
- 3 祂医治心灵破碎的人，
包扎他们的创伤。
- 4 祂决定众星的数目，
给它们一一命名。
- 5 我们的主伟大无比，充满力量，
祂的智慧没有穷尽。
- 6 耶和華扶持谦卑人，
毁灭邪恶人。
- 7 你们要以感恩的心歌颂
耶和華，
弹琴赞美我们的上帝。
- 8 祂以云霞遮蔽天空，
降雨水滋润大地，
使山上长出绿草。
- 9 祂赐食物给走兽，
喂养嗷嗷待哺的小乌鸦。
- 10 耶和華所喜悦的不是强健的
马匹，
也不是矫捷的战士，
- 11 而是敬畏祂、仰望祂慈爱
的人。
- 12 耶路撒冷啊，要颂赞耶和華；
锡安啊，要赞美你的上帝。
- 13 因为祂使你的城门坚固，
赐福给你的儿女。
- 14 祂使你四境平安，

- 饱享上好的麦子。
- 15 祂向大地发出命令，
祂的话迅速传开。
 - 16 祂降下羊毛般的白雪，
撒下炉灰般的寒霜。
 - 17 祂抛下碎石般的冰雹，
谁能经得住祂降下的严寒呢？
 - 18 祂一声令下，冰雪便溶化，
微风便吹拂，河川便奔流。
 - 19 祂将自己的话传于雅各，
将自己的律例和法令指示
以色列。
 - 20 祂未曾这样对待其他国家，
他们不知道祂的律法。
你们要赞美耶和華！

第 148 篇

万物当赞美上帝

- 1 你们要赞美耶和華！
从天上赞美祂，
在高天赞美祂！
- 2 众天使啊，你们要赞美祂！
众天军啊，你们要赞美祂！
- 3 太阳、月亮啊，你们要赞美祂！
闪亮的星辰啊，你们要赞美祂！
- 4 高天啊，你要赞美祂！
苍穹之上的水啊，你要赞美祂！
- 5 愿这一切都来赞美耶和華！
因为祂一发命令便创造了
万物。
- 6 祂使这一切各处其位，
永不改变，
祂的命令永不废弃。
- 7 要在世上赞美耶和華，
海中的巨兽和深渊啊，
- 8 火焰、冰雹、雪花、云霞和
听祂吩咐的狂风啊，
- 9 高山、丘陵、果树和香柏树啊，

- ¹⁰野兽、牲畜、爬虫和飞鸟啊，
¹¹世上的君王、万国、首领和
 审判官啊，
¹²少男、少女、老人和孩童啊，
 你们要赞美耶和华！
¹³愿他们都赞美耶和华，
 因为唯有祂的名当受尊崇，
 祂的荣耀在天地之上。
¹⁴祂使自己的子民强盛，
 叫祂忠心的子民，
 祂心爱的以色列人得到尊荣。
 你们要赞美耶和华！

第 149 篇

以色列要赞美上帝

- ¹你们要赞美耶和华！
 要向耶和华唱新歌，
 在祂忠心子民的聚会中
 颂赞祂！
²愿以色列因他的造物主而
 欢喜，
 愿锡安的百姓因他们的君王而
 快乐。
³愿他们跳舞赞美祂的名，
 击鼓弹琴歌颂祂。
⁴因为耶和华喜爱祂的子民。
 祂赐尊荣给谦卑的人，
 使他们得胜。
⁵愿祂忠心的子民因所得的荣耀

而欢乐，
 愿他们躺卧在床上的时候也
 欢唱。

- ⁶⁻⁷愿他们高声颂赞耶和华，
 手握两刃利剑向列国复仇，
 在列邦中施行惩罚，
⁸用铁链捆绑他们的君王，
 用铁铐锁住他们的首领，
⁹按他们的罪状审判他们。
 这就是祂忠心的子民所得的
 荣耀。
 你们要赞美耶和华！

第 150 篇

赞美上帝

- ¹你们要赞美耶和华！
 在祂的圣殿赞美祂，
 在彰显祂能力的苍穹赞美祂！
²你们要因祂大能的作为
 赞美祂，
 赞美祂的无比伟大！
³要吹响号角赞美祂，
 要弹琴鼓瑟赞美祂！
⁴要击鼓跳舞赞美祂，
 要拨弦吹笛赞美祂！
⁵要击响铙钹赞美祂，
 用响亮的钹声赞美祂！
⁶凡有生命的都要赞美耶和华！
 你们要赞美耶和华！