

- 4 那坐在天上的必发笑；
主[†]必嗤笑他们。
- 5 那时，祂要在怒中对他们说话，
在烈怒中使他们惊惶：
- 6 “然而，我已经在锡安我的圣山上立了我的君王。”
7 我要传述耶和華的命令：
耶和華对我说：“你是我的儿子；
今日我作了你的父。
- 8 你向我求，我就把列国赐给你作产业，
把地极赐给你作拥有之地。
- 9 你必用铁杖打碎他们；
你必把他们摔碎，如同窑匠的器皿。”
- 10 所以现在，君王啊，你们要有智慧；
地上的审判官啊，你们要受教。
- 11 当存敬畏事奉耶和華，
又当战兢而欢喜。
- 12 要向子献上真诚的敬意，[‡]免得祂发怒，你们就在
路上灭亡，
因为祂的怒气快要发作。
凡投靠祂的人都是有福的。

3

大卫的诗，在他逃避他儿子押沙龙的时候作。

- 1 耶和華啊，我的敌人何其增多！
起来攻击我的人众多。
- 2 有许多人论到我的性命说：
“他在上帝那里得不到帮助。”*

细拉。

- 3 但你，耶和華啊，是我四围的盾牌，
是我的荣耀，又是使我抬起头的那一位。
- 4 我用我的声音向耶和華呼求，

[†] 2:4 2:4 译作“主”的这个词是“阿多奈”。

[‡] 2:12 2:12 或译：亲吻子。 * 3:2 3:2

译作“上帝”的希伯来词是“אֱלֹהִים” (Elohim)。

祂就从祂的圣山上回应我。

细拉。

5 我躺下睡觉；

我醒来，因为耶和华扶持我。

6 虽有成千上万的人

在四围列阵攻击我，我也不惧怕。

7 耶和华啊，求你起来！

我的上帝啊，求你救我！

因为你击打了我一切仇敌的颊骨；

你打断了恶人的牙齿。

8 救恩属于耶和华。

愿你的祝福临到你的子民。

细拉。

4

交给乐长；用丝弦的乐器。大卫的诗。

1 我呼求的时候，求你应允我；为我伸张公义的上帝
啊，

求你使我在困苦中得宽广。

求你怜悯我，垂听我的祷告。

2 世人哪，你们要将我的荣耀变为羞辱到几时呢？

你们要喜爱虚妄、追求谎言吗？

细拉。

3 但你们要知道，耶和华已经为自己分别出敬虔的
人；

我呼求耶和华的时候，祂必垂听。

4 你们要战兢，不可犯罪。

在床上省察自己的心，并要静默。

细拉。

5 要献上公义的祭，
并要倚靠耶和华。

6 有许多人说：“谁能指示我们什么好处？”

耶和华啊，求你使你的脸光照我们。

7 你已将喜乐放在我心里，

- 胜过他们五谷和新酒增多的时候。
8 我必安然躺下，也必睡觉，
因为独有你，耶和華，使我安然居住。

5

交给首席乐师，用吹奏乐器。大卫的诗。

- 1 耶和華啊，求你侧耳听我的话；
求你垂听我的默念。
2 我的王、我的上帝啊，求你留心听我呼求的声音，
因为我向你祷告。
3 耶和華啊，早晨你必听见我的声音；
早晨我必向你陈明我的请求，并警醒等候。
4 因为你不是喜悦邪恶的上帝；
恶不能与你同住。
5 狂傲人不能站立在你眼前；
凡作恶的人，都是你所恨恶的。
6 说谎话的人，你必毁灭；
耶和華厌恶嗜血和诡诈的人。
7 至于我，我要因你丰盛的慈爱进入你的殿；
我要因敬畏你，向你的圣殿下拜。
8 耶和華啊，因我的仇敌，求你以你的公义引导我；
求你使你的道路在我面前正直。
9 因为他们口中没有诚实；
他们心里尽是毁灭；
他们的喉咙是敞开的坟墓；
他们用舌头谄媚。
10 上帝啊，求你定他们有罪；
愿他们因自己的计谋跌倒。
因他们过犯众多，求你把他们赶出去，
因为他们背叛了你。
11 但愿凡投靠你的人欢喜；
愿他们永远欢呼，因为你保护他们。
愿爱你名的人也因你快乐。

12 因为你必赐福给义人；
耶和華啊，你必用恩惠如盾牌围护他。

6

交给指挥；用弦乐器，配八弦琴。大卫的诗。

- 1 耶和華啊，求你不要在怒中责备我，
也不要烈怒中管教我。
- 2 耶和華啊，求你怜悯我，因为我软弱。
耶和華啊，求你医治我，因为我的骨头惊惶。
- 3 我的灵魂也极其痛苦。
但是你，耶和華啊，要到几时呢？
- 4 耶和華啊，求你转回，搭救我的灵魂；
因你的慈爱拯救我。
- 5 因为在死亡中无人记念你。
在阴间，*谁能称谢你呢？
- 6 我因叹息而疲乏。
我每夜使床榻浸满泪水；
我用眼泪湿透我的卧榻。
- 7 我的眼睛因忧愁而衰残，
因我一切的敌人而昏花。
- 8 你们所有作恶的人，离开我吧！
因为耶和華已经听见我哭泣的声音。
- 9 耶和華已经听见我的恳求；
耶和華接纳我的祷告。
- 10 愿我所有的仇敌都羞愧惊惶；
他们必退后，忽然蒙羞。

7

大卫的默想诗，是他因便雅悯人古实的话唱给耶和華的。

- 1 耶和華我的上帝啊，我投靠你。
求你救我脱离一切追赶我的人，搭救我，

* 6:5 6:5 阴间是死人所在之处。

2 免得他们像狮子撕裂我的灵魂，
 把它撕碎，而无人搭救。
 3 耶和华我的上帝啊，如果我做了这事，
 如果我手中有罪孽，
 4 如果我以恶报那与我和好的人，
 其实我曾救了那无故与我为敌的人，
 5 就任凭仇敌追赶我的灵魂，并且追上；
 是的，任凭他把我的性命践踏在地，
 把我的荣耀放在尘土中。

细拉。

6 耶和华啊，求你在怒中兴起。
 求你挺身抵挡我敌人的狂怒。
 求你为我醒起；你已经命定审判。
 7 愿众民的会众环绕你。
 求你在高处统管他们。
 8 耶和华向众民施行审判。
 耶和华啊，求你按我的义，
 按我里面的纯正审判我。
 9 愿恶人的恶终止，
 却愿你坚立义人；
 公义的上帝察验人的心思和内心。
 10 我的盾牌在上帝那里，
 祂拯救心里正直的人。
 11 上帝是公义的审判者，
 是的，是天天发义愤的上帝。
 12 人若不悔改，祂必磨快祂的刀；
 祂已经张弓，并把弦搭上。
 13 祂也为自己预备了致命的器械。
 祂预备好了祂的火箭。
 14 看哪，* 他怀着罪孽而痛苦生产。
 是的，他孕育祸害，

* 7:14 7:14 “看哪”，源自“רָאָה”，意思是看、留意、观察、看见或凝视。它常用作感叹词。

- 生出虚假。
- 15 他挖了坑，
却掉进自己所挖的陷阱。
- 16 他所造成的祸患必归到自己的头上。
他的暴行必落在自己的头顶上。
- 17 我要照耶和华的公义称谢祂，
我要歌颂至高耶和華的名。

8

大卫的诗，交给指挥；用迦特的乐器。

- 1 耶和華，我们的主啊，你的名在全地何其威严！
你将你的荣耀设立在诸天之上！
- 2 你从婴孩和吃奶孩子的口中建立了能力，
为要对付你的敌对者，使仇敌和报仇者闭口无言。
- 3 我观看你的诸天，就是你指头所造的工，
以及你所安置的月亮和星辰；
- 4 人算什么，你竟顾念他？
人的儿子算什么，你竟眷顾他？
- 5 你使他只比上帝低微一点，*
并用荣耀和尊贵给他加冠。
- 6 你使他管理你手所造的工；
你把万物都放在他的脚下：
- 7 一切羊群和牛群，
以及田野的走兽，
8 天空的飞鸟，海里的鱼，
和凡行经海中路径的。
- 9 耶和華，我们的主啊，
你的名在全地何其威严！

* 8:58:5 希伯来文为 Elohim，通常指“上帝”，也可指“神明”“尊贵者”或“天使”。七十士译本 2:7 引用七十士译本。

9

交给圣乐长。调用“儿子之死”。大卫的诗。

- 1 我要一心称谢耶和华。
我要述说你一切奇妙的作为。
- 2 我要因你欢喜快乐；
至高者啊，我要歌颂你的名。
- 3 我的仇敌转身退后时，
他们就在你面前绊跌灭亡。
- 4 因为你为我主持公道和正义；
你坐在宝座上，按公义审判。
- 5 你斥责了列国；
你毁灭了恶人；
你涂抹了他们的名，直到永永远远。
- 6 仇敌灭亡，永成废墟；
你所倾覆的城邑，连它们的记忆也都灭绝了。
- 7 但耶和华永远掌权；
祂已经为审判设立了祂的宝座。
- 8 祂要按公义审判世界；
祂要按正直审判万民。
- 9 耶和华也要作受欺压者的高台，
在患难时作高台。
- 10 认识你名的人必倚靠你，
因为你，耶和华，没有离弃寻求你的人。
- 11 你们要歌颂住在锡安的耶和华，
在万民中宣扬祂所做的好事。
- 12 因为追讨流血罪的那一位记念他们；
祂不忘记困苦人的哀求。
- 13 耶和华啊，求你怜悯我。
求你察看我在恨我的人所受的苦难，
求你把我从死亡之门提拔起来，
14 好叫我述说你一切可赞美的事。
我要在锡安女子的城门中，因你的救恩欢喜快乐。

- 15 列国陷入了自己所挖的坑；
他们的脚在自己暗设的网中被缠住。
16 耶和华已经显明祂自己；
祂已经施行审判。
恶人被自己手所做的事缠住。

默想。 细拉。

- 17 恶人必退到阴间，*
就是一切忘记上帝的列国。
18 因为贫乏人不会永远被忘记，
穷人的盼望也不会永远灭没。
19 耶和华啊，求你兴起！不要让人得胜。
愿列国在你面前受审判。
20 耶和华啊，求你使他们惧怕。
愿列国知道自己不过是人。

细拉。

10

- 1 耶和华啊，你为什么站在远处？
你为什么在患难的时候隐藏自己？
2 恶人骄傲地追逼软弱的人；
愿他们陷在自己所设计的计谋中。
3 因为恶人夸耀自己心里的贪欲；
他祝福贪婪的人，又藐视耶和华。
4 恶人面带骄傲，
他的意念中没有上帝的位置。
5 他的道路常常亨通；
他狂傲自大，你的法则离他的眼目很远。
至于他一切的敌人，他都嗤笑他们。
6 他心里说：“我必不动摇；
世世代代，我都不会遭灾。”
7 他的口满了咒骂、诡诈和欺压；
他的舌下有恶毒和罪孽。

* 9:17 9:17 阴间是死人所在之处。

- 8 他埋伏在村庄附近；
他在隐蔽处杀害无辜的人。
他的眼睛暗暗盯着无助的人。
- 9 他暗中潜伏，好像狮子在埋伏处；
他埋伏，要抓住无助的人；
他拉网的时候，就抓住无助的人。
- 10 无助的人被压碎；
他们倒下，
落在他的强力之下。
- 11 他心里说：“上帝已经忘记了；
祂掩面不看；
祂永远不会看见。”
- 12 耶和華啊，求你起来！
上帝啊，求你举起你的手！
不要忘记无助的人。
- 13 恶人为什么藐视上帝，
心里说：“上帝不会追究我”？
- 14 但你确实看见苦难和愁苦；
你都细察，好亲手处理。
受害者和孤儿都倚靠你。
- 15 求你打断恶人的膀臂；
至于恶人，求你追究他的邪恶，直到再也找不到。
- 16 耶和華永永远远为王！
列国必从祂的地上灭亡。
- 17 耶和華啊，谦卑人的愿望，你已经听见；
你必坚固他们的心；
你必使你的耳垂听，
18 为孤儿和受欺压的人伸冤，
使属地的人不再威吓人。

11

交给指挥。大卫的诗。

- 1 我投靠耶和華。
你们怎能对我的灵魂说：“你要像鸟一样逃往你的山去”？
- 2 因为，看哪，恶人张弓，
把箭搭在弦上，
要在暗中射击心里正直的人。
- 3 如果根基被毁坏，
义人还能做什么呢？
- 4 耶和華在祂的圣殿中；
耶和華的宝座在天上。
祂的眼目察看；
祂的眼目察验世人。
- 5 耶和華察验义人；
至于恶人和喜爱强暴的人，祂心里恨恶。
- 6 祂要降下炽热的炭在恶人身上；
火、硫磺和灼热的风，必作他们杯中的份。
- 7 因为耶和華是公义的；
祂喜爱公义；
正直的人必得见祂的面。

12

交给首席乐师；用八弦琴。大卫的诗。

- 1 求你拯救，耶和華啊；因为敬虔人断绝了。
因为忠信的人从世人中消失了。
- 2 人人向邻舍说谎。
他们用谄媚的嘴唇，怀着二心说话。
- 3 愿耶和華剪除一切谄媚的嘴唇，
和夸大的舌头，
- 4 就是那些曾说：“凭我们的舌头，我们必得胜。
我们的嘴唇属于我们自己。
谁是我们的主呢？”
- 5 “因软弱人受欺压，因贫穷人叹息，
我现在要起来，”耶和華说；

“我要把他安置在安全之处，脱离毁谤他的人。”

- 6 耶和華的話是純淨的話，
如同銀子在泥爐中煉過，精煉七次。
- 7 耶和華啊，你必保守他們。
你必保護他們脫離這世代，直到永遠。
- 8 當卑劣之事在世人中被高舉時，
惡人就到處橫行。

13

大衛的詩，交給首席樂師。

- 1 耶和華啊，要到幾時呢？
你要永遠忘記我嗎？
你向我掩面要到幾時呢？
- 2 我心里筹算，
終日心中忧伤，要到幾時呢？
我的仇敌胜过我要到幾時呢？
- 3 耶和華我的上帝啊，求你垂顧我，應允我。
求你使我的眼目明亮，免得我沉睡至死；
4 免得我的仇敌说：“我胜过他了”；
免得我的敌人在我跌倒时欢喜。
- 5 但我倚靠你的慈愛。
我的心因你的救恩欢喜。
- 6 我要歌唱耶和華，
因為祂厚待了我。

14

交給首席樂師。大衛的詩。

- 1 愚頑人心里说：“没有上帝。”
他们败坏了。
他们行了可憎恶的事。
没有行善的人。
- 2 耶和華從天上垂看世人，
要看有没有明白的人，

- 有没有寻求上帝的人。
3 他们全都偏离正道，
一同变为败坏。
没有行善的人，连一个也没有。
4 所有作恶的人都没有知识吗？
他们吞吃我的子民，如同吃饭一样，
又不呼求耶和华。
5 他们在那里大大惧怕，
因为上帝在义人的世代中。
6 你们使困苦人的谋算受挫，
因为耶和华是他的避难所。
7 但愿以色列的救恩从锡安而出！
当耶和华恢复祂子民的境遇时，
雅各就要欢喜，以色列就要快乐。

15

大卫的诗。

- 1 耶和华啊，谁能寄居在你的圣所？
谁能住在你的圣山？
2 就是行为正直、做公义的事，
心里说真话的人；
3 他不以舌头毁谤人，
不恶待朋友，
也不辱骂邻舍；
4 在他眼中，卑劣的人被藐视，
但他尊重敬畏耶和华的人；
他起了誓，即使自己受损，也不改变；
5 他不放债取利，
也不收受贿赂陷害无辜的人。

做这些事的人，必永不动摇。

16

大卫的诗。

- 1 上帝啊，求你保全我，因为我投靠你。
2 我的灵魂啊，你曾对耶和华说：“你是我的主。
在你以外，我没有美善。”
3 至于地上的圣民，
他们是尊贵的人，我一切的喜悦都在他们身上。
- 4 那些给别神献礼的人，他们的愁苦必增多。
血的奠祭，我必不献上；
他们的名，我也不挂在唇上。
5 耶和华指定了我的份和我的杯。
你使我的阉稳妥。
- 6 量地的绳为我落在佳美之处；
是的，我有美好的产业。
7 我要称颂耶和华，祂给了我劝导。
是的，我的心在夜间指教我。
8 我常将耶和华摆在我面前。
因为祂在我右边，我必不动摇。
9 因此我的心欢喜，我的舌头快乐。
我的身体也必安然居住。
10 因为你必不将我的灵魂撇在阴间，*
也必不让你的圣者见朽坏。
11 你必将生命的道路指示我。
在你面前有满足的喜乐；
在你右手中有永远的福乐。

17

大卫的祷告。

- 1 耶和华啊，求你听我公义的诉求；
求你侧耳听我的祷告，这祷告不是出于诡诈的嘴唇。
2 愿我的判决从你面前发出；

* 16:10 16:10 阴间是死人所在之处。

- 愿你的眼睛察看正直。
- 3 你察验了我的心；
你在夜间鉴察我；
你试炼了我，却找不出什么。
我已定意，我的口绝不违背。
- 4 至于人的行为，借着你的嘴唇的话，
我保守自己远离强暴人的道路。
- 5 我的脚步紧随你的路径；
我的脚没有滑跌。
- 6 上帝啊，我呼求你，因为你必应允我；
求你侧耳听我，
听我的言语。
- 7 求你显出你奇妙的慈爱，
你以右手拯救投靠你、脱离仇敌的人。
- 8 求你保护我，如同保护你眼中的瞳仁；
求你将我藏在你翅膀的荫下，
- 9 脱离那欺压我的恶人，
脱离那些围困我、要取我命的仇敌。
- 10 他们封闭自己刚硬的心；
他们用口说骄傲的话。
- 11 如今他们在我们的脚步中围住我们；
他们定睛要把我们推倒在地。
- 12 他像贪食猎物的狮子，
又像蹲伏在隐密处的少壮狮子。
- 13 耶和華啊，求你起来，迎面抵挡他；
使他倒下。
- 求你用你的刀救我的灵魂脱离恶人，
14 耶和華啊，求你用你的手救我脱离世人，
脱离那些属这世界的人，他们的分只在今生。
你使你所珍爱之人的肚腹饱足；
你的儿子们丰足有余，
还为他们的儿女积存财富。
- 15 至于我，我必在义中见你的面；

我醒来时，得见你的形像就必满足。

18

交给指挥。耶和华的仆人大卫的诗，就是在耶和華救他脱离一切仇敌之手和扫罗之手的日子，他向耶和華诵念这歌的话。他说：

- 1 耶和華啊，我爱你；你是我的力量。
- 2 耶和華是我的岩石、我的堡垒、我的拯救者；
我的上帝、我投靠的磐石；
我的盾牌、我拯救的角、我的高台。
- 3 我呼求当受赞美的耶和華，
就蒙拯救脱离我的仇敌。
- 4 死亡的绳索缠绕我，
不敬虔的洪流使我惧怕。
- 5 阴间*的绳索围绕我，
死亡的网罗临到我。
- 6 我在患难中呼求耶和華，
向我的上帝呼救。
祂从祂的殿中听见我的声音；
我在祂面前的呼求进入祂的耳中。
- 7 那时，大地摇撼震动，
山的根基也颤抖摇动，
因为祂发怒了。
- 8 有烟从祂的鼻孔冒出；
有吞灭的火从祂口中发出，
炭火因它点燃。
- 9 祂又使天低垂，亲自降临；
浓密的黑暗在祂脚下。
- 10 祂乘坐基路伯飞行，
是的，祂乘着风的翅膀翱翔。
- 11 祂以黑暗为藏身之处，以环绕祂的为帐幕，
就是水的黑暗、天空的密云。

* 18:5 18:5 阴间是死人所在之处。

- 12 因祂面前的光辉，祂的密云过去，
有冰雹和火炭。
- 13 耶和華也在天空中打雷；
至高者发出祂的声音：
冰雹和火炭。
- 14 祂射出祂的箭，使他们四散；
祂发出许多闪电，使他们溃乱。
- 15 耶和華啊，因你的斥责，
因你鼻孔气息的吹袭，水的河道就显露，
世界的根基也露出来。
- 16 祂从高天伸手，
抓住我，
把我从众水中拉上来。
- 17 祂救我脱离我强大的仇敌，
脱离恨我的人；因为他们比我强盛。
- 18 我遭灾的日子，他们来攻击我，
但耶和華作我的扶持。
- 19 祂也领我到宽阔之地；
祂救了我，因为祂喜悦我。
- 20 耶和華按我的义报答我；
按我手中的清洁报偿我。
- 21 因为我谨守耶和華的道路，
没有作恶离开我的上帝。
- 22 因为祂一切的典章都在我面前；
祂的律例我没有从我面前丢弃。
- 23 我在祂面前也无可指摘；
我保守自己远离我的罪孽。
- 24 所以耶和華按我的义，
按我在祂眼前手中的清洁报答我。
- 25 对怜悯人的人，你显出怜悯；
对完全的人，你显出完全。
- 26 对纯洁的人，你显出纯洁；
对乖僻的人，你显出机敏。

- 27 因为你必拯救困苦的百姓，
却必使高傲的眼目降卑。
- 28 耶和华啊，你必点亮我的灯；
我的上帝必照亮我的黑暗。
- 29 因为靠着您，我冲入敌军；
靠着我的上帝，我跳过墙垣。
- 30 至于上帝，祂的道路是完全的；
耶和华的话经过炼净；
凡投靠祂的，祂都是他们的盾牌。
- 31 除了耶和华，谁是上帝？
除了我们的上帝，谁是磐石？
32 这位上帝以力量装备我，使我的道路完全。
- 33 祂使我的脚像鹿的脚，
又使我站在我的高处。
- 34 祂教导我的手争战，
以致我的膀臂能拉开铜弓。
- 35 你也把你拯救的盾牌赐给我；
你的右手扶持我；
你的温柔使我为大。
- 36 你使我脚下的步伐宽阔，
我的脚没有滑跌。
- 37 我要追赶我的仇敌，并且追上他们；
不将他们灭尽，我绝不转回。
- 38 我要击穿他们，使他们不能起来；
他们必倒在我的脚下。
- 39 因为你以力量装备我去争战；
你使那些起来攻击我的人屈服在我以下。
- 40 你也使我的仇敌在我面前转背逃跑，
使我剪除恨我的人。
- 41 他们呼求，却无人拯救；
甚至呼求耶和华，祂也不回答他们。
- 42 那时，我把他们打碎，如风前的尘土；
我把他们倒出，如街上的泥泞。

- 43 你救我脱离百姓的纷争；
你立我作列国的元首。
我素不认识的民必服侍我。
- 44 他们一听见我，就必顺服我；
外族人必向我屈服。
- 45 外族人必衰残，
并且战战兢兢地从他们的堡垒中出来。
- 46 耶和華是永活的！愿我的磐石受颂赞！
愿拯救我的上帝被高举！
- 47 就是那为我施行报应的上帝，
使众民屈服在我以下。
- 48 祂救我脱离我的仇敌；
是的，你把我高举，超过那些起来攻击我的人；
你救我脱离强暴的人。
- 49 因此，耶和華啊，我要在列國中称谢你，
我要歌颂你的名。
- 50 祂赐极大的拯救给祂所立的王，
向祂的受膏者施行慈爱，
就是向大卫和他的后裔[†]，直到永远。

19

大卫的诗，交给首席乐师。

- 1 诸天述说上帝的荣耀；
穹苍显明祂手的作为。
- 2 一天接一天涌出言语，
一夜接一夜显明知识。
- 3 无论何种言语，何种语言，
没有听不见它们声音的地方。
- 4 它们的声音传遍全地，
它们的话语传到世界的尽头。
- 上帝在诸天中为太阳安设帐幕；
- 5 太阳如同新郎走出洞房，

[†] 18:50 18:50 或译：种子。

- 又像勇士欢然奔跑自己的路程。
6 它从天这边出来，
绕行直到天那边。
没有什么能躲避它的热力。
- 7 耶和华的律法全备，能使灵魂苏醒；
耶和华的约可靠，能使愚蒙人有智慧。
- 8 耶和华的训词正直，能使人心喜乐；
耶和华的命令纯净，能使眼目明亮。
- 9 敬畏耶和华是洁净的，存到永远；
耶和华的典章真实，全然公义。
- 10 这些比金子更可羡慕，胜过许多精金；
比蜜甘甜，也比蜂房滴下的蜜甘甜。
- 11 况且，你的仆人因这些受警戒；
遵守这些就有大赏赐。
- 12 谁能察觉自己的过错呢？
求你赦免我隐而未现的过错。
- 13 也求你拦阻你的仆人不犯任意妄为的罪，
不容这些罪辖制我。
那时我就正直，
无可指责，免犯大过。
- 14 耶和华，我的磐石，我的救赎主啊，
愿我口中的言语和心里的默想
在你面前蒙悦纳。

20

交给乐长。大卫的诗。

- 1 愿耶和华在患难的日子应允你；
愿雅各的上帝的名把你安置在高处；
2 愿祂从圣所差遣帮助给你，
从锡安扶持你；
3 愿祂记念你一切的供物，
悦纳你的燔祭。

- 4 愿祂把你心里所愿的赐给你，
成就你一切的筹算。
- 5 我们要因你的救恩欢呼得胜；
奉我们上帝的名，我们要竖起旌旗。
愿耶和華成全你一切所求的。
- 6 现在我知道耶和華拯救祂的受膏者；
祂必从祂神圣的天上应允他，
用祂右手施行拯救的大能。
- 7 有人靠战车，有人靠马；
但我们靠耶和華我们上帝的名。
- 8 他们屈身仆倒；
但我们却起来，站立得直。
- 9 耶和華啊，求你拯救！
愿王在我们呼求的时候应允我们！

21

交给首席乐师。大卫的诗。

- 1 耶和華啊，王因祢的能力欢喜！
他因祢的救恩何等欢欣！
- 2 他心里所愿的，祢已经赐给他；
他嘴唇所求的，祢没有拒绝。
- 3 因为祢以美善的福分迎接他；
祢把精金的冠冕戴在他头上。
- 4 他向祢求生命，祢就赐给他，
又赐他日子长久，直到永永远远。
- 5 因祢的救恩，他的荣耀极大；
祢将尊荣和威严加在他身上。
- 6 因为祢使他永远至为有福；
祢使他在祢面前满有喜乐。
- 7 因为王信靠耶和華；
靠着至高者的慈爱，他必不动摇。

细拉。

细拉。

- 8 你的手必寻见你所有的仇敌；
你的右手必寻见那些恨你的人。
- 9 你发怒的时候，必使他们如同烈火的炉；
耶和华必在祂的烈怒中吞灭他们；
烈火必吞噬他们。
- 10 你必从地上灭绝他们的后裔，
从世人中灭绝他们的子孙。
- 11 因为他们企图以恶事攻击你；
他们谋划恶计攻击你，却不能成功。
- 12 因为你把拉开的弓瞄准他们的脸时，
必使他们转背而逃。
- 13 耶和华啊，愿祢因祢的能力被高举；
这样，我们就歌唱，颂扬祢的大能。

22

交给首席乐师；调寄“朝晨的母鹿”。大卫的诗。

- 1 我的上帝，我的上帝，你为什么离弃我？
为什么远离，不来帮助我，不听我呻吟的话？
- 2 我的上帝啊，我白日呼求，你却不回应；
夜间也是如此，我并不静默。
- 3 然而你是圣洁的，
是以色列赞美所环绕的。
- 4 我们的祖先倚靠你；
他们倚靠你，你就搭救他们。
- 5 他们向你呼求，就蒙拯救；
他们倚靠你，就不至失望。
- 6 但我是虫，不是人；
被人羞辱，被百姓藐视。
- 7 凡看见我的都嘲笑我；
他们撇嘴辱骂我，摇头说：
8 “他倚靠耶和华；
让耶和华搭救他吧！
让耶和华救他吧，因为祂喜悦他。”

- 9 但你使我出母腹；
我在母亲怀中吃奶时，你就使我倚靠你。
- 10 我从母腹中就被交托给你；
自从我母亲生下我，你就是我的上帝。
- 11 求你不要远离我，因为患难临近，
因为没有人帮助。
- 12 许多公牛围绕我；
巴珊的强壮公牛环绕我。
- 13 它们向我大大张口，
如撕裂猎物、吼叫的狮子。
- 14 我如水被倒出来；
我的骨头都脱了节。
我的心如蜡，
在我里面融化了。
- 15 我的力量枯干，如同瓦片；
我的舌头贴在上膛。
你把我带入死亡的尘土中。
- 16 因为犬类围绕我；
作恶的人群环绕我；
他们刺透了我的手和脚。*
- 17 我能数算我所有的骨头；
他们瞪眼看着我。
- 18 他们彼此分我的衣服；
为我的衣裳拈阄。
- 19 但是，耶和華啊，求你不要远离。
你是我的帮助；求你快来帮助我！
- 20 求你救我的灵魂脱离刀剑，
救我宝贵的生命脱离犬类的势力。
- 21 求你救我脱离狮子的口！
是的，你已经救我脱离野牛的角度。

* 22:16 22:16 死海古卷如此。马所拉文本作：“他们像狮子一样钳住我的手和脚。”

- 22 我要向我的弟兄宣告你的名；
在会众中，我要赞美你。
- 23 敬畏耶和华的人哪，你们要赞美祂！
雅各所有的后裔啊，你们要荣耀祂！
以色列所有的后裔啊，你们都要敬畏祂！
- 24 因为祂没有轻看，也没有厌恶受苦者的苦难；
祂没有向他掩面；
他向祂呼求的时候，祂就垂听。
- 25 我在大会中对你的赞美，是从你而来；
我要在敬畏祂的人面前还我的愿。
- 26 谦卑的人必吃得饱足；
寻求耶和华的人必赞美祂。
愿你们的心永远活着。
- 27 地的四极都要记念，并归向耶和华；
列国的各族都要在你面前敬拜。
- 28 因为国度属于耶和华；
祂治理列国。
- 29 地上一切富足的人都要吃并敬拜；
所有下到尘土中的人都要在祂面前下拜，
连那不能保全自己生命的人也是如此。
- 30 后裔必事奉祂；
主的事必传给将来的世代。
- 31 他们必来，把祂的公义传给将要出生的民，
因为祂已经成就了。

23

大卫的诗。

- 1 耶和华是我的牧者；
我必一无所缺。
- 2 祂使我躺卧在青草地上；
祂领我到安静的水边。
- 3 祂使我的灵魂复苏；

- 祂为自己的名，引导我走公义的路。
4 即使我走过死荫的幽谷，
也不怕遭害，因为你与我同在。
你的杖，你的竿，
都安慰我。
5 你在我敌人面前为我摆设筵席；
你用油膏我的头；
我的杯满溢。
6 我一生的日子，必有良善和慈爱随着我；
我也要住在耶和华的殿中，直到永远。

24

大卫的诗。

- 1 地和其中所充满的都属耶和華；
世界和住在其间的也属祂。
2 因为祂把地建立在海上，
安定在众水之上。
3 谁能登耶和華的山？
谁能站在祂的圣所？
4 就是手洁心清的人；
他不把自己的心投向虚假，
也不以诡诈起誓。
5 他必从耶和華领受福分，
从拯救他的上帝领受义。
6 这就是寻求祂的人，
寻求你面的族类——就是雅各。

细拉。

- 7 众城门哪，抬起你们的头！
永久的门户啊，你们要被抬起，
荣耀的王就要进来。
8 荣耀的王是谁？
是刚强大能的耶和華，

- 是战斗中大能的耶和华。
 9 众城门哪，抬起你们的头；
 永久的门户啊，是的，要把它们抬起，
 荣耀的王就要进来。
 10 这荣耀的王是谁？
 万军之耶和华就是荣耀的王！

细拉。

25

大卫的诗。

- 1 耶和华啊，我向你举起我的灵魂。
 2 我的上帝啊，我信靠你。
 不要让我蒙羞。
 不要让我的仇敌胜过我。
 3 是的，凡等候你的人都必不蒙羞；
 无故行诡诈的人必蒙羞。
 4 耶和华啊，求你将你的道路指示我；
 求你将你的路径教导我。
 5 求你以你的真理引导我，教导我，
 因为你是赐我救恩的上帝。
 我终日等候你。
 6 耶和华啊，求你记念你的怜悯和慈爱，
 因为它们自古以来就有。
 7 求你不要记念我幼年的罪，也不要记念我的过犯。
 求你照你的慈爱记念我；
 耶和华啊，为你良善的缘故，求你如此行。
 8 耶和华是良善正直的，
 所以祂必指教罪人走正路。
 9 祂必按公义引导谦卑的人，
 也必将祂的道路教导谦卑的人。
 10 对那些遵守祂的约和祂法度的人，
 耶和华一切的路径都是慈爱和真理。

- 11 耶和華啊，為你名的緣故，
求你赦免我的罪孽，因為它重大。
- 12 誰是敬畏耶和華的人？
祂必指教他當選擇的道路。
- 13 他的靈魂必安然居住；
他的後裔必承受這地。
- 14 耶和華與敬畏祂的人親密相交；
祂必使他們知道祂的約。
- 15 我的眼目常常仰望耶和華，
因為祂必將我的腳從網中拉出來。
- 16 求你轉向我，憐憫我，
因為我孤獨困苦。
- 17 我心中的愁苦增多；
求你救我脫離我的困境。
- 18 求你察看我的困苦和艱難，
赦免我一切的罪。
- 19 求你察看我的仇敵，因為他們眾多；
他們以殘暴的仇恨恨我。
- 20 求你保守我的靈魂，搭救我。
不要讓我失望，因為我投靠你。
- 21 願純全和正直保守我，
因為我等候你。
- 22 上帝啊，求你救贖以色列
脫離他一切的患難。

26

大衛的诗。

- 1 耶和華啊，求你為我伸冤，因為我行事純全。
我也倚靠耶和華，毫不动摇。
- 2 耶和華啊，求你察驗我，試煉我；
熬煉我的心腸和心思。
- 3 因為你的慈愛常在我眼前，

- 我也行在你的真理中。
4 我没有与虚谎的人同坐，
也不与伪善的人来往。
5 我恨恶作恶之人的聚会，
也不与恶人同坐。
6 我要以清白洗我的手，
好环绕你的祭坛，耶和華啊，
7 使人听见我感谢的声音，
并述说你一切奇妙的作为。
8 耶和華啊，我喜爱你殿的居所，
就是你荣耀居住的地方。
9 不要把我的灵魂和罪人一同收聚，
也不要把我的生命和嗜血的人一同收取；
10 他们手中有邪恶，
右手满了贿赂。
- 11 至于我，我要行事纯全。
求你救赎我，怜悯我。
12 我的脚站在平坦之地；
在会众中我要称颂耶和華。

27

大卫的诗。

- 1 耶和華是我的亮光，是我的救恩。
我还怕谁呢？
耶和華是我生命的力量。
我还惧谁呢？
2 作恶的人临近我，要吞吃我的肉，
就是我的敌人和仇敌，他们却绊跌仆倒。
3 虽有军队安营攻击我，
我的心也不惧怕。
虽有战争兴起攻击我，
即使如此，我仍要信靠。
4 有一件事，我曾向耶和華求，这也是我要寻求的：

- 使我一生一世住在耶和华的殿中，
瞻仰耶和华的荣美，
并在祂的殿里求问。
- 5 因为在患难的日子，祂必把我秘密藏在祂的亭中。
在祂帐幕的隐密处，祂必隐藏我。
祂必把我高举在磐石上。
- 6 如今我的头必被高举，超过四围的仇敌。
我要在祂的帐棚里献欢喜的祭。
我要歌唱，是的，我要向耶和華歌唱赞美。
- 7 耶和華啊，我出声呼求的时候，求你垂听。
也求你怜悯我，应允我。
- 8 当你说：“要寻求我的面”时，
我的心对你说：“耶和華啊，我要寻求你的面。”
- 9 不要向我隐藏你的面。
不要发怒赶走你的仆人。
你一向是我的帮助。
不要丢弃我，
也不要离弃我，我救恩的上帝啊。
- 10 即使我的父母离弃我，
耶和華也必接纳我。
- 11 耶和華啊，求你将你的道路指教我。
因我仇敌的缘故，求你引导我走平坦的路。
- 12 不要把我交给敌人的愿望，
因为有作假见证的人起来攻击我，
还有吐出残暴之气的人。
- 13 我仍然确信这一点：
我必在活人之地看见耶和華的良善。
- 14 要等候耶和華。
当刚强，使你的心勇敢。
是的，要等候耶和華。

28

大卫的诗。

- 1 耶和華啊，我向你呼求。
我的磐石啊，不要向我充耳不聞，
免得你若向我沉默，
我就像那些下到坑里的人一樣。
- 2 我向你呼求，
向你的至聖所舉手時，求你垂聽我懇求的聲音。
- 3 不要把我和惡人一同拉走，
和作孽的人一同拉走；他們向鄰舍說平安話，
心里却有惡意。
- 4 求你照他們的作為，照他們所行的惡報應他們。
求你照他們手所做的報應他們。
把他們應得的歸還給他們。
- 5 因為他們不尊重耶和華的作為，
也不尊重祂手所做的，
祂必拆毀他們，不建立他們。

- 6 耶和華當受稱頌，
因為祂垂聽了我懇求的聲音。
- 7 耶和華是我的力量，是我的盾牌。
我的心信靠祂，我就得到幫助。
因此我的心大大歡喜。
我要用我的詩歌稱謝祂。
- 8 耶和華是他們的力量。
祂是祂受膏者得救的堅固堡壘。
- 9 求你拯救你的子民，
賜福給你的產業。
也求你牧養他們，
扶持他們直到永遠。

29

大衛的詩。

- 1 大能者的眾子啊，要將榮耀歸給耶和華，
要將榮耀和能力歸給耶和華。
- 2 要將耶和華之名當得的榮耀歸給祂。

要以圣洁的装束敬拜耶和华。

- 3 耶和华的声音在众水之上。
 荣耀的上帝打雷，就是耶和华在众多水之上。
- 4 耶和华的声音大有能力。
 耶和华的声音满有威严。
- 5 耶和华的声音折断香柏树。
 是的，耶和华劈碎黎巴嫩的香柏树。
- 6 祂也使它们跳跃，像牛犊；
 使黎巴嫩和西连跳跃，像幼小的野牛。
- 7 耶和华的声音击出闪电的火光。
 8 耶和华的声音震动旷野。
 耶和华震动加低斯的旷野。
- 9 耶和华的声音使母鹿生产，
 又使森林赤裸。
 在祂的殿中，一切都说：“荣耀！”
- 10 耶和华在洪水时坐着为王。
 是的，耶和华永远坐着为王。
- 11 耶和华必赐力量给祂的子民。
 耶和华必以平安赐福给祂的子民。

30

诗篇。献殿之歌。大卫的诗。

- 1 耶和华啊，我要尊崇你，因为你把我救拔出来，
 没有使我的仇敌因我欢喜。
- 2 耶和华我的上帝啊，我曾向你呼求，
 你就医治了我。
- 3 耶和华啊，你会把我的灵魂从阴间*提上来；
 你使我存活，不至下到坑中。
- 4 耶和华的圣民哪，要歌颂祂；
 要称谢祂的圣名。

* 30:3 30:3 阴间是死人所在之处。

- 5 因为祂的怒气不过是片刻，
 祂的恩惠却是一生之久。
哭泣或许留宿一夜，
 早晨却有欢呼。
- 6 至于我，我在兴盛时曾说：
 “我永不动摇。”
- 7 耶和華啊，你施恩的时候，使我的山稳固；
 但你掩面的时候，我就惊惶。
- 8 耶和華啊，我向你呼求；
 我向主恳求：
- 9 “我若被毁灭，下到坑中，有什么益处呢？
 尘土岂能赞美你吗？
 岂能宣扬你的信实吗？”
- 10 耶和華啊，求你垂听，怜悯我；
 耶和華啊，求你作我的帮助者。”
- 11 你为我把哀哭变为跳舞；
 你脱去我的麻衣，给我披上喜乐，
 12 好使我的心歌颂你，不至沉默。
- 耶和華我的上帝啊，我要永远称谢你！

31

给首席乐师。大卫的诗。

- 1 耶和華啊，我投靠你。
 求你使我永不羞愧；
 凭你的公义搭救我。
- 2 求你侧耳听我；
 速速搭救我。
- 求你作我坚固的磐石，
 作拯救我的保障。
- 3 因为你是我的磐石、我的堡垒；
 所以求你为你名的缘故引领我，指导我。
- 4 求你把我从他们暗设给我的网罗中拉出来，
 因为你是我的保障。

- 5 我将我的灵交在你手中。
耶和華、信實的上帝啊，你救贖了我。
- 6 我恨惡那些看重虛謊虛妄之物的人，
但我信靠耶和華。
- 7 我要因你的慈愛歡喜快樂，
因為你看見了我的苦難；
你知道我在患難中的靈魂。
- 8 你沒有把我交在仇敵手中；
你使我的腳站在寬闊之地。
- 9 耶和華啊，求你憐憫我，因為我在困苦中。
我的眼睛、我的靈魂、我的身體都因忧伤衰殘。
- 10 我的生命因愁苦耗盡，
我的年歲在嘆息中度过。
我的力量因我的罪孽衰敗；
我的骨头也枯干了。
- 11 因我所有的敌对者，我在邻舍眼中成了极其可鄙的人，
在熟人眼中成了可怕的人。
在街上看见我的人都在躲避我。
- 12 我从他们心中被遗忘，如同死人；
我像破碎的陶器。
- 13 我听见许多人的毁谤，四围都是惊吓；
他们一同密谋攻击我，
图谋夺取我的性命。
- 14 但耶和華啊，我信靠你。
我说：“你是我的上帝。”
- 15 我的时日都在你手中。
求你救我脱离仇敌的手，脱离逼迫我的人。
- 16 求你使你的脸光照你的仆人；
凭你的慈爱拯救我。
- 17 耶和華啊，求你使我不至羞愧，因为我曾呼求你。
愿恶人羞愧；

- 愿他们在阴间缄默无声。*
- 18 愿撒谎的嘴唇哑口无声，
就是那些以骄傲和藐视狂妄攻击义人的嘴唇。
- 19 你为敬畏你的人所积存的良善何等大！
你在世人面前，
为投靠你的人所施行的良善何等大！
- 20 你必在你同在的庇护中隐藏他们，使他们脱离人的
阴谋；
你必把他们暗暗藏在居所里，使他们远离口舌的
纷争。
- 21 耶和華是应当称颂的，
因为祂在坚固城里向我显出奇妙的慈爱。
- 22 至于我，我曾仓促地说：“我从你眼前被隔绝了。”
然而我向你呼求时，你仍听了我的声音。
- 23 耶和華的圣民哪，你们都要爱祂！
耶和華保护忠信的人，
却足足报应行事骄傲的人。
- 24 你们凡仰望耶和華的人，都要刚强，
你们的心要壮胆。

32

大卫作。训诲诗。

- 1 过犯得赦免、
罪被遮盖的人有福了！
- 2 耶和華不把罪孽算在他身上的人，
心灵里没有诡诈的人，有福了！
- 3 我默不作声的时候，因终日呻吟，我的骨头都枯干
了。
- 4 因为白天黑夜，祢的手重压在我身上；
我的精力在夏日的炎热中枯竭。
- 5 我向祢承认我的罪，
不隐藏我的罪孽。

细拉。

* 31:17 31:17 “阴间”（Sheol）是死人所在之处。

我说：“我要向耶和华承认我的过犯”，
祢就赦免了我的罪孽。

细拉。

6 因此，凡敬虔的人都当趁祢可寻见的时候向祢祷告；
大水泛滥的时候，必不能临到他。

7 祢是我的藏身之处；
祢必保护我脱离患难；
祢必用拯救的歌声环绕我。

细拉。

8 我要指教你，教导你当行的路；
我要定睛在你身上劝导你。

9 不要像无知的马或骡子，
必须用嚼环辔头勒住；否则，它们就不肯靠近你。

10 恶人必有许多愁苦，
但倚靠耶和华的人必有慈爱环绕他。

11 义人哪，你们要因耶和华欢喜快乐！
凡心里正直的人哪，你们都要欢呼！

33

1 义人哪，你们要因耶和华欢喜！
正直人赞美祢，是合宜的。

2 你们要弹琴称谢耶和华；
要用十弦瑟歌颂祢。

3 要向祢唱新歌；
要巧妙弹奏，欢呼歌唱！

4 因为耶和华的话正直；
祢一切所行的都出于信实。

5 祢喜爱公义和公平；
全地充满耶和华的慈爱。

6 诸天借着耶和华的话而造；
天上的万象借着祢口中的气而成。

- 7 祂把海水聚集如垒；
 祂把深渊收藏在库房中。
- 8 愿全地都敬畏耶和華；
 愿世上一切居民都敬畏祂。
- 9 因为祂一说，就成了；
 祂一命令，就立定了。
- 10 耶和華使列国的谋算归于无有；
 祂使万民的意念无效。
- 11 耶和華的谋算永远立定；
 祂心中的意念直到万代。
- 12 以耶和華為上帝的国家是有福的；
 祂拣选作自己产业的子民是有福的。
- 13 耶和華从天上观看；
 祂看见所有世人。
- 14 祂从自己居所向外察看地上一切居民；
 15 祂塑造他们众人的心；
 祂察看他们一切所行的。
- 16 君王不能因军队众多而得救；
 勇士不能因力量强大而获救。
- 17 马是虚假的安全保障；
 它不能凭自己的大力救人。
- 18 看哪，耶和華的眼目看顾敬畏祂的人，
 看顾仰望祂慈爱的人，
 19 要救他们的生命脱离死亡，
 并在饥荒中保全他们的性命。
- 20 我们的灵魂等候耶和華；
 祂是我们的帮助，我们的盾牌。
- 21 我们的心必因祂欢喜，
 因为我们信靠祂的圣名。
- 22 耶和華啊，愿你的慈爱临到我们，
 正如我们仰望你。

34

大卫的诗；当时他在亚比米勒面前装疯，被亚比米勒赶走，他就离去了。

1 *我要时时称颂耶和华。

 对祂的赞美必常在我口中。

2 我的灵魂要以耶和华夸耀。

 谦卑的人听见就欢喜。

3 你们要和我一同尊耶和华为大。

 让我们一起尊崇祂的名。

4 我寻求耶和华，祂就回应我，

 救我脱离一切恐惧。

5 凡仰望祂的人都发光。

 他们的脸必不蒙羞。

6 这个困苦人呼求，耶和华听见了，

 救他脱离一切患难。

7 耶和华的使者在敬畏祂的人四围安营，

 拯救他们。

8 你们要尝尝，就知道耶和华是美善的。

 投靠祂的人有福了。

9 耶和华的圣民哪，你们要敬畏祂，

 因为敬畏祂的人一无所缺。

10 少壮狮子尚且缺食饥饿，

 但寻求耶和华的人必不缺少任何美善之物。

11 孩子们哪，你们来，听我说。

 我要教导你们敬畏耶和华。

12 谁渴望生命，

 喜爱长久的日子，好得见美善呢？

13 要保守你的舌头不出恶言，

 你的嘴唇不说谎话。

14 要离恶行善。

* 34:1 34:1 诗篇34篇是一首离合诗，每节都以一个字母开头（按从亚勒夫到塔夫的字母顺序）。

- 寻求和睦，并追求它。
- 15 耶和華的眼目看顧義人。
祂的耳朵聽他們的呼求。
- 16 耶和華的面敵對作惡的人，
要從地上剪除對他們的記憶。
- 17 義人呼求，耶和華就垂聽，
救他們脫離一切患難。
- 18 耶和華親近心碎的人，
拯救靈里破碎的人。
- 19 義人的苦難很多，
但耶和華救他脫離這一切。
- 20 祂保護他全身的骨頭。
一根也沒有折斷。
- 21 罪惡必殺害惡人。
憎恨義人的，必被定罪。
- 22 耶和華救贖祂仆人的靈魂。
凡投靠祂的，沒有一個被定罪。

35

大衛的诗。

- 1 耶和華啊，求你與那些和我爭辯的人爭辯；
與那些攻擊我的人爭戰。
- 2 求你拿起大小盾牌，
起來幫助我。
- 3 求你揮動長矛，攔阻那些追趕我的人。
求你對我的靈魂說：“我是你的救恩。”
- 4 願那些尋索我性命的人蒙羞受辱；
願那些圖謀毀滅我的人退後慚愧。
- 5 願他們像風前的糠秕，
有耶和華的使者驅趕他們。
- 6 願他們的道路黑暗濕滑，
有耶和華的使者追趕他們。
- 7 因為他們無故為我暗設網羅在坑中；

- 无故为我的性命挖坑。
8 愿毁灭在他不知不觉时临到他；
愿他暗设的网罗缠住自己；
愿他落入那毁灭中。
- 9 我的灵魂要因耶和华快乐，
要因祂的救恩欢喜。
- 10 我全身的骨头都要说：“耶和华啊，谁能像你？
你救困苦人脱离那过于强壮的人；
是的，救困苦贫乏人脱离那抢夺他的人。”
- 11 不义的见证人起来，
盘问我所不知道的事。
- 12 他们以恶报善，
使我的灵魂孤苦。
- 13 至于我，他们生病的时候，我以麻衣为衣；
我禁食刻苦己心；
我的祷告回到我怀中。
- 14 我行事好像他是我的朋友、我的弟兄；
我低头哀伤，如同为母亲哀悼的人。
- 15 但在我遭难的时候，他们欢喜，并且聚集在一起；
攻击我的人聚集起来反对我，我却不知道；
他们撕扯我，不止息。
- 16 如同宴席上褻渎的讥笑者，
他们向我咬牙。
- 17 主啊，你要旁观到几时呢？
求你救我的性命脱离他们的毁坏，
救我宝贵的生命脱离狮子。
- 18 我要在大会中感谢你；
我要在许多民中赞美你。
- 19 不要让那些无理与我为敌的人因我欢喜；
也不要让那些无故恨我的人挤眼。
- 20 因为他们不说和平的话，

- 却设计诡诈的话攻击地上安静的人。
- 21 是的，他们大大张口攻击我；
他们说：“啊哈！啊哈！我们的眼睛看见了！”
- 22 耶和华啊，你已经看见了，不要沉默；
主啊，不要远离我。
- 23 醒来！起来为我申辩，我的上帝！
我的主啊，为我争辩！
- 24 耶和华我的上帝啊，求你按你的公义为我伸冤；
不要让他们因我幸灾乐祸。
- 25 不要让他们心里说：“啊哈！正合我们的心意！”
不要让他们说：“我们把他吞灭了！”
- 26 愿那些因我的灾祸欢喜的人一同蒙羞惭愧；
愿那些向我自高的人披上羞愧和羞辱。
- 27 愿那些支持我正义诉求的人欢呼喜乐；
是的，愿他们不断说：“愿耶和华被尊为大；
祂喜悦祂仆人的兴盛！”
- 28 我的舌头要终日述说你的公义，以及你当受的赞美。

36

交给首席乐师。耶和华的仆人大卫的诗。

- 1 论到恶人的悖逆，我心中有话说：
他眼中不怕上帝。
- 2 因为他在自己眼中自我奉承，
以致察觉不出、也不恨恶自己的罪。
- 3 他口中的话是罪孽和诡诈；
他不再有智慧，也不再行善。
- 4 他在床上图谋罪孽；
他站在不善的道路上；
他并不厌恶邪恶。
- 5 耶和华啊，你的慈爱高及诸天；
你的信实达到穹苍。

- 6 你的公义好像上帝的群山；
你的审判如同极深的大渊。
耶和華啊，你保全人和牲畜。
- 7 上帝啊，你的慈爱何等宝贵！
世人投靠在你翅膀的荫下。
- 8 他们必因你家中的丰盛而大得饱足；
你必使他们喝你喜乐之河的水。
- 9 因为生命的泉源在你那里；
在你的光中，我们必得见光。
- 10 求你向认识你的人延续你的慈爱，
向心里正直的人延续你的公义。
- 11 不要让骄傲的脚攻击我；
不要让恶人的手驱赶我。
- 12 看哪，作孽的人已经跌倒；
他们被推倒，不能再起来。

37

大卫作。

- 1 不要因作恶的人心怀不平，
也不要嫉妒那些行不义的人。
- 2 因为他们很快就要像草被割下，
又像青翠的菜蔬枯萎。
- 3 你要信靠耶和華，并且行善。
住在这地，享受安稳的草场。
- 4 也要以耶和華為乐，
祂就把你心里所求的赐给你。
- 5 要把你的道路交托给耶和華。
也要信靠祂，祂必成就这事：
- 6 祂必使你的义如光发出，
使你的公正如正午的太阳。
- 7 要在耶和華面前安静，耐心等候祂。
不要因那在自己道路上亨通的人心怀不平，
也不要因那施行恶谋的人心怀不平。

- 8 要止住怒气，离弃烈怒。
不要心怀不平；那只会导致作恶。
- 9 因为作恶的人必被剪除，
但等候耶和华的人必承受这地。
- 10 再过片刻，恶人就不再存在。
是的，你查看他的地方，他也不在那里。
- 11 但谦卑的人必承受这地，
并以丰盛的平安为乐。
- 12 恶人图谋害义人，
向他咬牙切齿。
- 13 主必嗤笑他，
因为祂看见他的日子将要来到。
- 14 恶人已经拔出刀，拉开弓，
要打倒贫穷困苦的人，
要杀害道路正直的人。
- 15 他们的刀必刺入自己的心。
他们的弓必被折断。
- 16 义人所有的一点，
胜过许多恶人的丰裕。
- 17 因为恶人的膀臂必被折断，
但耶和华扶持义人。
- 18 耶和华知道完全人的日子。
他们的产业必存到永远。
- 19 在灾难的时候，他们不致羞愧。
在饥荒的日子，他们必得饱足。
- 20 但恶人必灭亡。
耶和华的仇敌必像田野的华美。
他们必消逝——
像烟一样消逝。
- 21 恶人借贷，却不偿还，
义人却慷慨施与。
- 22 因为蒙祂赐福的人必承受这地。

- 被祂咒诅的人必被剪除。
23 人的脚步由耶和华立定。
 祂喜悦他的道路。
24 他虽失脚，也不致跌倒，
 因为耶和华用祂的手扶持他。
25 我从前年幼，如今年老，
 却从未见过义人被离弃，
 也未见过他的儿女乞讨食物。
26 他终日恩待人，并借给人。
 他的后裔蒙福。
27 要离恶行善。
 你就永远安然居住。
28 因为耶和华喜爱公正，
 不撇弃祂的圣民。
 他们蒙保守直到永远，
 但恶人的儿女必被剪除。
29 义人必承受这地，
 并永远住在其中。

30 义人的口谈论智慧。
 他的舌头讲说公正。
31 他上帝的律法在他心里。
 他的脚步一步也不滑跌。
32 恶人窥伺义人，
 想要杀害他。
33 耶和华必不把他留在恶人的手中，
 也不在他受审判时定他的罪。
34 要等候耶和华，持守祂的道路，
 祂就高举你，使你承受这地。
 恶人被剪除的时候，你必亲眼看见。

35 我曾见恶人大有权势，
 像本土青翠的树伸展枝叶。

- 36 但他消逝了，看哪，他不在了。
是的，我寻找他，却找不到。
- 37 要留心完全人，观看正直人，
因为和平的人有未来。
- 38 至于过犯人，他们必一同被毁灭。
恶人的未来必被剪除。
- 39 但义人的救恩来自耶和华。
祂是他们在患难时的坚固保障。
- 40 耶和华帮助他们，搭救他们。
祂搭救他们脱离恶人，拯救他们，
因为他们投靠祂。

38

大卫的诗，作记念。

- 1 耶和华啊，求你不要在烈怒中责备我，
也不要盛怒中管教我。
- 2 因为你的箭射入我身，
你的手重重压在我身上。
- 3 因你的愤怒，我的肉体没有一处完好；
因我的罪，我的骨头也不得安宁。
- 4 因为我的罪孽高过我的头；
如同重担，使我担当不起。
- 5 因我的愚昧，
我的伤口发臭溃烂。
- 6 我疼痛不堪，深深弯腰；
我终日哀痛而行。
- 7 因为我的腰满了灼热，
我的肉体没有一处完好。
- 8 我衰弱，被压伤得极重；
因心里痛苦，我不住呻吟。
- 9 主啊，我一切所愿都在你面前；
我的叹息没有向你隐藏。
- 10 我的心跳动不安；

- 我的力量衰败；
至于我眼中的光，也离开了我。
- 11 我的爱人和朋友因我的灾病与我疏远；
我的亲族远远站着。
- 12 那些寻索我性命的人设下网罗；
那些谋害我的人说恶毒的话，
终日思想诡诈。
- 13 但我如聋子，听不见；
又如哑巴，不开口。
- 14 是的，我如同一个听不见的人，
口中没有辩驳的话。
- 15 耶和華啊，我仰望你；
主我的上帝啊，你必应允。
- 16 因为我曾说：“不要让他们因我幸灾乐祸，
不要在我脚滑倒时向我夸胜。”
- 17 因为我快要跌倒，
我的痛苦常在我面前。
- 18 我要承认我的罪孽，
我要为我的罪忧伤。
- 19 但我的仇敌强健，而且众多；
无故恨我的人也很多。
- 20 那些以恶报善的人也与我为敌，
因为我追求良善。
- 21 耶和華啊，求你不要离弃我；
我的上帝啊，求你不要远离我。
- 22 主啊，我的救恩，
求你快来帮助我。

39

交给首席乐师。为耶杜顿。大卫的诗。

- 1 我说：“我要谨慎自己的道路，免得我用舌头犯罪；
恶人在我面前的时候，我要用嚼环勒住我的
口。”

2 我默然无声；

我闭口不言，连好话也不说；
我的愁苦就发动。

3 我的心在我里面发热；

我默想的时候，火就烧起。

我使用舌头说：

4“耶和华啊，求你让我知道我的结局，
以及我年日的限量；
让我知道自己何等脆弱。

5 看哪，你使我的年日只有几掌宽；
我一生的岁月在你面前如同无有。

人人站立着，实在不过是一口气。”

细拉。

6“人人行走如影；

他们忙碌，实在是徒然。
他积聚财物，却不知道谁来收取。

7 如今，主啊，我等候什么呢？

我的盼望在于你。

8 求你救我脱离我一切的过犯；

不要使我成为愚妄人羞辱的对象。

9 我默然不语；

我没有开口，
因为这是你所做的。

10 求你把你的责罚从我身上除去；

因你手的击打，我已经承受不住。

11 你因罪孽责备、管教人的时候，
使他所珍爱的如被蛀虫吞蚀。

人人实在不过是一口气。”

细拉。

12“耶和华啊，求你听我的祷告，侧耳听我的呼求；

不要对我的眼泪静默不语。

因为我在你那里是客旅，

是寄居的人，像我列祖一样。

- 13 求你宽容我，使我可以恢复力量，
在我离去、不再存在以前。”

40

给首席乐师。大卫的诗。

- 1 我耐心等候耶和華。
祂轉向我，听了我的呼求。
- 2 祂也把我从可怕的坑里拉上来，
从淤泥中拉出来。
祂使我的脚立在磐石上，
使我站立稳固。
- 3 祂把新歌放在我口中，就是赞美我们的上帝。
许多人必看见，就敬畏，并信靠耶和華。
- 4 那以耶和華為信靠的人有福了；
他不仰赖狂傲的人，也不随从转向虚谎的人。
- 5 耶和華我的上帝啊，你所行的奇事，
以及你向我们所怀的意念甚多。
不能向你一一陈明。
若我要述说、讲论，它们多得不可胜数。
- 6 祭物和供物不是你所喜悦的。
你开了我的耳朵。
燔祭和赎罪祭不是你所要求的。
- 7 于是我说：“看哪，我来了。
书卷上已经记载了关于我的事。
- 8 我的上帝啊，我乐意遵行你的旨意。
是的，你的律法在我心中。”
- 9 我在大会中宣扬了公义的喜讯。
看哪，我必不封住我的嘴唇；耶和華啊，这是你知道的。
- 10 我没有把你的公义藏在心里。
我宣告了你的信实和你的救恩。
我没有向大会隐瞒你的慈爱和你的真实。
- 11 耶和華啊，求你不要从我收回你的怜悯。

- 愿你的慈爱和你的真实不断保守我。
- 12 因为无数的祸患围绕我。
我的罪孽追上了我，以致我不能抬头。
它们比我的头发还多。
我的心失去了力量。
- 13 耶和华啊，求你乐意拯救我。
耶和华啊，求你赶快帮助我。
- 14 愿那些寻索我性命、要毁灭它的人一同羞愧困窘。
愿那些以我受害为乐的人退后蒙羞。
- 15 愿那些对我说：“啊哈！啊哈！”的人，因自己的羞辱而凄凉。
- 16 愿一切寻求你的人因你欢喜快乐。
愿那些爱慕你救恩的人常说：“愿耶和华被高举！”
- 17 但我是贫穷困苦的。
愿主顾念我。
你是我的帮助、我的拯救者。
我的上帝啊，求你不要迟延。

41

给首席乐师。大卫的诗。

- 1 眷顾贫寒的人有福了。
在患难的日子，耶和华必搭救他。
- 2 耶和华必保护他，保全他的生命。
他在地上必蒙福；
耶和华必不把他交给仇敌，任凭他们随意待他。
- 3 他病卧在床，耶和华必扶持他；
在他病中，祂必使他从病榻上复原。
- 4 我说：“耶和华啊，求你怜悯我！
求你医治我，因为我得罪了你。”
- 5 我的仇敌用恶言议论我：
“他什么时候死，他的名什么时候灭亡呢？”
- 6 如果有人来看我，他就说虚假的话；

- 他的心为自己聚集罪孽。
他一出去，就把这事传扬。
- 7 所有恨我的人都一同窃窃私语攻击我；
他们为我设想最坏的事。
- 8 他们说：“恶疾缠住了他；
他既然躺下，就必不再起来。”
- 9 是的，连我所信赖、我亲近的朋友，
就是吃我饭的人，
也向我抬起脚跟。
- 10 但你，耶和華啊，求你怜悯我，使我起来，
好让我报应他们。
- 11 因我的仇敌不能胜过我，
我由此知道你喜悦我。
- 12 至于我，你因我的纯全扶持我，
使我永远站在你面前。
- 13 耶和華，以色列的上帝，是应当称颂的，
从亘古直到永远！
阿们，阿们。

卷二

42

交给首席乐师。可拉子孙的默想诗。

- 1 鹿怎样渴慕溪水，
我的灵魂也照样渴慕你，上帝。*
- 2 我的灵魂渴想上帝，就是永生上帝。
我什么时候才能来到上帝面前朝见祂呢？
- 3 我的眼泪昼夜成了我的食物，
人不断问我：“你的上帝在哪里？”
- 4 我记起这些事，就在自己里面倾吐我的灵魂：
我从前怎样与人群同行，带领他们到上帝的殿，

* 42:1 42:1 译作“上帝”的希伯来词是“אֱלֹהִים” (Elohim) 。

- 在欢喜和赞美的声音中，与守节的众人同去。
- 5 我的灵魂啊，你为什么绝望？
为什么在我里面烦躁不安？
要仰望上帝！
因为我还要赞美祂；祂的同在是我的拯救。
- 6 我的上帝啊，我的灵魂在我里面绝望。
因此，我从约旦地，
从黑门诸峰，从米萨山纪念你。
- 7 深渊在你瀑布的轰响中向深渊呼唤。
你的波浪和洪涛都漫过我身。
- 8 耶和華†白昼必命令祂的慈爱临到。
夜间，祂的歌必与我同在：
就是向我生命的上帝所献的祷告。
- 9 我要对上帝、我的磐石说：“你为什么忘记我？
我为什么因仇敌的欺压而悲哀度日呢？”
- 10 仿佛有刀刺入我的骨头，我的敌对者辱骂我，
他们不断问我：“你的上帝在哪里？”
- 11 我的灵魂啊，你为什么绝望？
为什么在我里面烦躁不安？
要仰望上帝！因为我还要赞美祂，
祂是使我重新抬起脸来的拯救，也是我的上帝。

43

- 1 上帝啊，求你为我伸冤，为我的案件辩护，抵挡不敬虔的国民。
求你救我脱离诡诈邪恶的人。
- 2 因为你是赐我力量的上帝。你为什么弃绝我？
我为什么因仇敌的欺压而哀痛行走？
- 3 求你发出你的光和你的真理。
愿它们引导我。

† 42:8 42:8 英文中以全大写字母呈现的“LORD”或“GOD”，是上帝专有名词（希伯来文“יהוה” Yahweh）的译法。

愿它们带我到你的圣山，
到你的帐幕。

4 那时我就到上帝的祭坛前，
到上帝那里，就是我极大的喜乐。
上帝，我的上帝啊，我要弹琴赞美你。

5 我的灵魂哪，你为什么绝望？
为什么在我里面烦躁不安？
要仰望上帝！

因为我还要赞美祂：
祂是我的拯救，我的上帝。

44

交给首席乐师。可拉子孙的沉思诗。

1 上帝啊，我们亲耳听见，
我们的祖先告诉我们，你在他们的日子所行的
事，
在古时的日子所行的事。

2 你用手赶出列国，
却栽植了他们；

你使众民受苦，
却使他们扩展。

3 因为他们得地为业，不是靠自己的刀剑，
他们得拯救，也不是靠自己的膀臂；
而是靠你的右手、你的膀臂，以及你脸上的光，
因为你喜悦他们。

4 上帝啊，你是我的王；
求你为雅各命定胜利！

5 因你，我们要冲倒敌人；
因你的名，我们要践踏那些起来攻击我们的人。

6 因为我不倚靠我的弓，
我的刀剑也不能拯救我。

7 但你从敌人手中拯救了我们，
又使恨我们的人蒙羞。

8 我们终日以上帝夸耀；

我们要称谢你的名，直到永远。

细拉。

- 9 但如今你丢弃了我们，使我们蒙羞，
不和我们的军队一同出征。
- 10 你使我们在敌人面前转身退后；
恨我们的人为自己夺取掠物。
- 11 你使我们像供人吃的羊，
又把我们分散在列国中。
- 12 你白白卖了你的子民，
从他们的售价中一无所得。
- 13 你使我们成为邻舍的羞辱，
成为周围人的嘲笑和讥讽。
- 14 你使我们在列国中成为话柄，
在众民中令人摇头。
- 15 我的羞辱终日在我面前，
羞愧遮盖我的脸，
16 都因那辱骂和毁谤者的声音，
因仇敌和报复者。
- 17 这一切临到我们身上，
然而我们没有忘记你，
也没有背弃你的约。
- 18 我们的心没有退后，
我们的脚步也没有偏离你的道路，
19 虽然你在豺狼出没之地压碎了我們，
又用死荫遮盖我们。
- 20 如果我们忘记我们上帝的名，
或向外邦神伸开双手，
21 上帝岂不查明这事吗？
因为祂知道人心的秘密。
- 22 诚然，为你的缘故，我们终日被杀；
我们被看作将宰的羊。
- 23 醒来吧！

主啊，你为什么睡觉？*
起来吧！

不要永远丢弃我们。

24 你为什么掩面，
忘记我们的苦难和受压迫呢？

25 因为我们的灵魂俯伏在尘土中，
我们的身体紧贴地面。

26 求你起来帮助我们；
因你的慈爱救赎我们。

45

交给首席乐师。调用“百合花”。可拉子孙的训诲诗。婚礼之歌。

1 我心中涌出美好的主题；
我为王朗诵我的诗句。
我的舌头如同巧妙书写者的笔。

2 你比世人之子更为卓越；
恩典膏抹了你的嘴唇，
所以上帝赐福给你，直到永远。

3 大能者啊，把你的刀佩在腰间，
显出你的荣美和威严。

4 你要凭威严，为真理、谦卑和公义得胜前行。
愿你的右手显出可畏的作为。

5 你的箭锋利；
万民仆倒在你以下，箭射中王仇敌的心。

6 上帝啊，你的宝座直到永永远远；
你国度的权杖是正直的权杖。

7 你喜爱公义，恨恶邪恶；
所以上帝，就是你的上帝，用喜乐的油膏你，胜
过你的同伴。

8 你的衣服都有没药、沉香和桂皮的香气；
从象牙宫中，弦乐使你欢喜。

* 44:23 44:23 译为“主”的词是“Adonai”（阿多奈）。

- 9 君王的女儿在你的尊贵妇女之中；
王后站在你右边，佩戴俄斐的金饰。
- 10 女儿啊，要听，要思想，也要侧耳；
忘记你的本族和你父家。
- 11 这样，王就会恋慕你的美貌；
你要尊敬他，因为他是你的主。
- 12 推罗的女子带着礼物而来；
民中的富足人也求你的恩宠。
- 13 宫内的公主极其荣美；
她的衣服用金线织成。
- 14 她必穿着刺绣衣被引到王面前；
跟随她的童女，她的同伴，也必被带到你面前。
- 15 她们必欢喜快乐地被引导；
她们必进入王的宫殿。
- 16 你的儿子必接替你的列祖；
你要立他们在全地作王子。
- 17 我要使你的名被万代记念；
所以万民要称谢你，直到永永远远。

46

交给诗班长。可拉子孙的诗。照亚拉末。^{*}

- 1 上帝是我们的避难所，是我们的力量，
是我们在患难中随时的帮助。
- 2 因此，纵然大地改变，
众山摇动到海心，
- 3 纵然海水咆哮翻腾，
众山因海涨而战抖，我们也不惧怕。

细拉。

- 4 有一道河，它的支流使上帝的城欢喜，
就是至高者帐幕的圣处。
- 5 上帝在城中，城必不动摇；

^{*} 46: 46:0 亚拉末是一个音乐术语。

- 天一亮，上帝必帮助她。
 6 列国喧嚷，列邦动摇；
 祂一发声，大地就熔化。
 7 万军之耶和华与我们同在；
 雅各的上帝是我们的避难所。

细拉。

- 8 你们来，看耶和华的作为，
 看祂在地上造成了怎样的荒凉。
 9 祂使战争止息，直到地极；
 祂折断弓，砍碎矛；
 祂用火焚烧战车。
 10 “你们要安静，要知道我是上帝；
 我必在列国中被尊崇；
 我必在地上被尊崇。”
 11 万军之耶和华与我们同在；
 雅各的上帝是我们的避难所。

细拉。

47

- 交给乐长。可拉子孙的诗。
 1 万民哪，你们都要拍掌；
 要用凯旋的声音向上帝欢呼！
 2 因为至高的耶和华是可畏的；
 祂是治理全地的大君王。
 3 祂使万民降服在我们以下，
 使列邦伏在我们脚下。
 4 祂为我们选择产业，
 就是祂所爱的雅各的荣耀。
 5 上帝在欢呼声中上升；
 耶和华在号角声中上升。

细拉。

- 6 要歌颂上帝！要歌颂！
要歌颂我们的君王！要歌颂！
- 7 因为上帝是全地的君王；
你们要用悟性歌颂。
- 8 上帝作王治理列国；
上帝坐在祂的圣宝座上。
- 9 万民的首领聚集在一起，
成为亚伯拉罕之上帝的子民。
因为地上的盾牌都属于上帝；
祂被大大尊崇！

48

一首歌。可拉子孙的诗。

- 1 耶和华为大，大大当受赞美，
在我们上帝的城中，在祂的圣山上。
- 2 锡安山高耸美丽，是全地的喜乐，
在北方的高处，
是大君王的城。
- 3 上帝在它的宫堡中显明自己为避难所。
- 4 因为，看哪，众王聚集，
一同经过。
- 5 他们一看见，就惊奇；
他们惊慌，
急忙逃走。
- 6 他们在那里被战兢抓住，
疼痛如临产的妇人。
- 7 你用东风击碎他施的船只。
- 8 我们所听见的，也亲眼看见了，
在万军之耶和华的城中，在我们上帝的城中。
上帝必坚立这城，直到永远。

细拉。

- 9 上帝啊，我们在你的殿中
思想你的慈爱。

- 10 上帝啊，你的名怎样，
你的赞美也怎样达到地极。
你的右手充满公义。
- 11 愿锡安山欢喜！
愿犹大的女子因你的审判快乐！
- 12 你们要绕行锡安，环绕它，
数点它的城楼。
- 13 要留心察看它的堡垒，
细看它的宫殿，
好叫你们向下一代述说。
- 14 因为这位上帝是我们的上帝，直到永永远远。
祂必引导我们，直到死亡。

49

交给首席乐师。可拉子孙的诗。

- 1 万民哪，你们都要听这话；
世上的居民哪，你们都要侧耳听，
- 2 无论卑贱尊贵，
贫穷富足，都要一同听。
- 3 我的口要说智慧的话；
我的心要发出明达的言语。
- 4 我要侧耳听箴言；
我要用琴解开我的谜语。
- 5 在患难的日子，
当追在我脚后的罪孽环绕我时，我为何惧怕？
- 6 那些倚靠自己财富、
因财宝众多而夸耀的人——
- 7 他们没有一个能用任何方法赎回自己的弟兄，
也不能把他的赎价交给上帝。
- 8 因为赎回他们生命的代价极其昂贵，
永远没有足够的偿付，
- 9 使他能永远活着，
不见朽坏。
- 10 因为他看见智慧人也会死；

愚昧人和无知人同样灭亡，
将他们的财富留给别人。

11 他们心里想，他们的家宅必永远长存，
他们的住处必存到万代；
他们用自己的名字称呼自己的土地。

12 然而，人虽然富贵，并不能长存；
他像必灭亡的牲畜一样。

13 这就是愚昧人的结局，
也是赞同他们话语之人的结局。

细拉。

14 他们像羊群一样被赶入阴间。*
死亡必作他们的牧者。

到了早晨，正直人必管辖他们。
他们的美貌必在阴间†衰残，
远离他们的华宅。

15 但上帝必救赎我的灵魂脱离阴间‡的权势，
因为祂必接纳我。

细拉。

16 当人致富，
他家的荣耀增加时，你不要惧怕；

17 因为他死的时候，什么也不能带走；
他的荣耀不能随他下去。

18 他活着的时候虽然为自己的灵魂祝福——
你善待自己时，人们也称赞你——
19 他终必归到他列祖的世代那里。
他们必永远不见光。

20 人有财富却没有悟性，
就像必灭亡的牲畜一样。

* 49:14 49:14 阴间是死人所在之处。 † 49:14 49:14
阴间是死人所在之处。 ‡ 49:15 49:15 阴间是死人所在之处。

50

亚萨的诗。

- 1 大能者，上帝耶和华，发言了，
从日出之地到日落之处呼召全地。
- 2 从全美的锡安，
上帝发出光辉。
- 3 我们的上帝要来，绝不静默。
在祂面前有火吞灭；
祂四围有猛烈的暴风。
- 4 祂呼唤上面的诸天，
也呼唤大地，为要审判祂的子民：
- 5 “把我的圣民聚集到我这里来，
就是那些借着祭物与我立约的人。”
- 6 诸天必宣告祂的公义，
因为上帝自己是审判者。

细拉。

- 7 “我的子民哪，你们要听，我要说话；
以色列啊，我要指证你。
我是上帝，是你的上帝。
- 8 我并不是因你的祭物责备你；
你的燔祭常在我面前。
- 9 我不需要从你的棚里取公牛，
也不需要从你的圈中取公山羊。
- 10 因为森林中的一切走兽都是我的，
千山上的牲畜也是我的。
- 11 山中的飞鸟，我全都认识；
田野的野兽也属我。
- 12 我若饿了，也不会告诉你，
因为世界和其中所充满的都是我的。
- 13 难道我要吃公牛肉的，
喝山羊的血吗？
- 14 你要向上帝献上感恩的祭，
向至高者偿还你的誓愿。

- 15 在患难的日子呼求我；
我必搭救你，你也必尊荣我。”
- 16 但上帝对恶人说：
“你有什么权利传讲我的律例，
把我的约挂在你嘴上，
17 因为你恨恶训诲，
把我的话抛在身后？
- 18 你看见盗贼，就与他同流合污，
又与奸淫的人同伙。
- 19 “你的口任凭作恶，
你的舌头编造诡诈。
- 20 你坐着毁谤你的弟兄，
诽谤你亲母的儿子。
- 21 这些事你都做了，我却静默；
你以为我和你一样。
但我要责备你，当着你的面指控你。
- 22 “你们这些忘记上帝的人哪，现在要思想这事，
免得我把你们撕碎，无人搭救。
- 23 凡献上感恩之祭的，就是荣耀我；
凡预备自己道路的，我必使他看见上帝的救恩。”

51

给首席乐师。大卫的诗；在他与拔示巴同房以后，先知拿单来见他时作。

- 1 上帝啊，求你照你的慈爱怜悯我；
照你丰盛的怜悯涂抹我的过犯。
- 2 求你彻底洗净我的罪孽，
洁净我，使我脱离我的罪。
- 3 因为我知道我的过犯；
我的罪常在我面前。

- 4 我向你，唯独向你犯罪，
行了你眼中看为恶的事；
以致你说话时显为公义，
审判时显为清正。
- 5 看哪，我是在罪孽中出生；
我母亲在罪中怀了我。
- 6 看哪，你所喜爱的是内里的真实；
你在我至深之处教导我智慧。
- 7 求你用牛膝草洁净我，我就洁净；
求你洗涤我，我就比雪更白。
- 8 求你使我听见欢喜快乐，
使你所折断的骨头可以欢欣。
- 9 求你掩面不看我的罪，
涂抹我一切罪孽。
- 10 上帝啊，求你为我造一颗洁净的心；
在我里面更新正直的灵。
- 11 不要把我从你面前丢弃；
不要从我收回你的圣灵。
- 12 求你使我重新得着你救恩的喜乐；
以乐意的灵扶持我。
- 13 这样，我就把你的道路教导有过犯的人；
罪人必归向你。
- 14 上帝啊，我救恩的上帝，求你救我脱离流血的罪
责；
我的舌头就高声歌唱你的公义。
- 15 主啊，求你开启我的嘴唇；
我的口就宣扬对你的赞美。
- 16 因为你不喜爱祭物；否则我就献上。
你不喜悦燔祭。
- 17 上帝所要的祭物是破碎的灵；
上帝啊，破碎痛悔的心，你必不轻看。
- 18 求你按你的美意善待锡安；

建造耶路撒冷的城墙。

- 19 那时，你必喜爱公义的祭物，
燔祭和全牲的燔祭；
那时，人必将公牛献在你的坛上。

52

交给乐长。大卫的训诲诗；那时，以东人多益来告诉扫罗说：“大卫到了亚希米勒的家。”

- 1 有权势的人哪，你为什么以恶事夸口？
上帝的慈爱常存。
2 你的舌头图谋毁灭，
像锋利的剃刀，施行诡诈。
3 你爱恶胜过爱善，
爱说谎胜过说真话。

细拉。

- 4 诡诈的舌头啊，
你喜爱一切吞灭人的话。
5 上帝也必永远毁灭你。
祂必抓住你，把你从帐棚中拔出，
又把你从活人之地连根拔除。

细拉。

- 6 义人也要看见而惧怕，
并要讥笑他说：
7 “看哪，这就是那不以上帝为自己力量的人，
却倚靠自己丰富的财富，
并在自己的邪恶中坚固自己。”
8 至于我，我像上帝殿中青翠的橄榄树。
我永永远远倚靠上帝的慈爱。
9 我要永远称谢你，因为你已经成就了这事。
我要仰望你的名，因为你的名是美好的，
在你圣民面前。

53

交给圣乐长。调用“玛哈拉”。大卫的训诲诗。

- 1 愚顽人心里说：“没有上帝。”
他们败坏，行了可憎的罪孽。
没有行善的人。
- 2 上帝从天上俯视世人，
要看有没有明白的人，
有没有寻求上帝的人。
- 3 他们人人都退后，
一同变为污秽。
没有行善的人，连一个也没有。
- 4 作孽的人都没有知识吗？
他们吞吃我的百姓，如同吃饭一样，
并不求告上帝。
- 5 他们在那里大大惧怕，那里原没有可惧怕的事，
因为上帝已经散开那安营攻击你的人的骨头。
你使他们蒙羞，
因为上帝已经弃绝他们。
- 6 但愿以色列的救恩从锡安而出！
当上帝使祂的百姓从被掳中归回时，
雅各要欢喜，
以色列要快乐。

54

交给乐长。用丝弦的乐器。大卫的默想诗；是在西弗人来对扫罗说：“大卫不是藏在我们中间吗？”的时候。

- 1 上帝啊，求你凭你的名拯救我。
求你以你的大能为我伸冤。
- 2 上帝啊，求你听我的祷告。
求你侧耳听我口中的话。
- 3 因为陌生人起来攻击我，
强暴人寻索我的性命。
他们没有把上帝摆在自己面前。

细拉。

- 4 看哪，上帝是帮助我的；

- 主是扶持我性命的那一位。
 5 祂必使恶报应在我的仇敌身上；
 求你凭你的信实灭绝他们。
 6 我要以甘心祭献给你；
 耶和華啊，我要称谢你的名，因为你的名是美好的。
 7 因为祂已经救我脱离一切患难；
 我的眼睛已经看见我仇敌的败亡。

55

交给首席乐师。用弦乐器。大卫的训诲诗。

- 1 上帝啊，求你侧耳听我的祷告。
 不要掩面不顾我的恳求。
 2 求你留心听我，回答我。
 我在哀诉中烦躁不安，
 不住呻吟，
 3 都因仇敌的声音，
 因恶人的压迫。
 因为他们把苦难加在我身上；
 他们在怒中怀恨攻击我。
 4 我的心在我里面剧烈疼痛；
 死亡的惊恐临到我身上。
 5 惧怕和战兢临到我；
 恐怖淹没了我。
 6 我说：“但愿我有翅膀像鸽子！
 那样我就飞走，得享安息。
 7 看哪，那样我就远远漂泊，
 住宿在旷野。”
- 细拉。
- 8 “我必急忙逃到避难所，躲避狂风暴雨。”
 9 主啊，求你扰乱他们，使他们的语言混乱，
 因为我在城中看见强暴和纷争。
 10 他们昼夜在城墙上巡行；

- 城内也有恶意和虐待。
11 毁灭的势力在城内；
 威胁和谎言不离开她的街市。
12 因为辱骂我的不是仇敌；
 若是仇敌，我还可以忍受。
向我高抬自己的，也不是恨我的人；
 若是那样，我还可以躲避他。
13 可是你，一个与我相同的人，
 我的同伴，我的知己朋友。
14 我们曾一同有甜美的交谊；
 我们曾与众人同行到上帝的殿中。
15 愿死亡突然临到他们；
 愿他们活活地下到阴间。*
 因为邪恶在他们中间，在他们的住处。
16 至于我，我要求告上帝；
 耶和华必拯救我。
17 晚上、早晨和正午，我都要在困苦中呼求；
 祂必听我的声音。
18 祂已经救赎我的灵魂，使我平安脱离攻击我的争
 战，
 尽管有许多人敌对我。
19 那永远坐在宝座上的上帝，
 必垂听并回应他们。

细拉。

- 他们从不改变，
 也不敬畏上帝。
20 他伸手攻击自己的朋友；
 他违背了自己的约。
21 他的口像奶油般光滑，
 他的心却是争战。
他的话比油更柔和，

* 55:15 55:15 阴间是死人所在之处。

却是出鞘的刀剑。

- 22 要把你的重担卸给耶和华，祂必扶持你。
祂永不容义人动摇。
- 23 但你，上帝啊，必使他们下到毁灭的坑里。
嗜血和诡诈的人，必活不到他们日子的一半；
但我要信靠你。

56

交给首席乐师。调用“远方无声鸽”。大卫的诗，是非利士人在迦特抓住他的时候作的。

- 1 上帝啊，求你怜悯我，因为人要吞灭我。
他终日攻击，压迫我。
- 2 我的仇敌终日要吞灭我，
因为有许多人骄傲地攻击我。
- 3 我惧怕的时候，
我要信靠你。
- 4 我靠着上帝赞美祂的话语。
我信靠上帝。
我必不惧怕。
血肉之人能把我怎么样呢？
- 5 他们终日歪曲我的话。
他们所有的意念都是要害我。
- 6 他们同谋，潜伏，
窥探我的脚踪。
他们急切地要夺取我的性命。
- 7 他们岂能凭罪孽逃脱吗？
上帝啊，求你在怒中击倒万民。
- 8 你数算我的流离。
你把我的眼泪装在你的器皿里。
难道不都记在你的册上吗？
- 9 我呼求的日子，我的仇敌就要转身退后。
我知道这一点：上帝是帮助我的。
- 10 我靠着上帝，要赞美祂的话语。

- 我靠着耶和華，要讚美祂的話語。
- 11 我已經信靠上帝。
我必不懼怕。
人能把我怎麼樣呢？
- 12 上帝啊，我向你所許的願在我身上。
我要把感謝祭獻給你。
- 13 因為你救我的靈魂脫離死亡，
又使我的腳不致跌倒，
好使我在生命之光中行在上帝面前。

57

交給樂長。調用“不要毀壞”。大衛的诗，当他逃避扫罗，在洞里的时候。

- 1 上帝啊，求你怜悯我，求你怜悯我，
因为我的灵魂投靠你。
是的，我要投靠在你翅膀的荫下，
直到灾祸过去。
- 2 我向至高的上帝呼求，
向那为我成就我所求的上帝呼求。
- 3 祂必从天上施行拯救，救我；
祂斥责那追赶我的人。

细拉。

上帝必发出祂的慈爱和祂的信实。

- 4 我的灵魂在狮子中间。
我躺卧在如同烈火的人中间，
就是世人之中；他们的牙齿是枪矛和箭，
他们的舌头是锋利的刀。
- 5 上帝啊，愿你被高举，过于诸天！
愿你的荣耀遍及全地！
- 6 他们为我的脚步预备了网罗；
我的灵魂被压弯。
他们在我面前挖了坑；
他们自己却落在其中。

细拉。

- 7 上帝啊，我心坚定；
我心坚定。
我要歌唱，是的，我要歌颂。
- 8 我的荣耀啊，醒来！琴瑟啊，醒来！
我要唤醒黎明。
- 9 主啊，我要在万民中称谢你；
我要在列国中歌颂你。
- 10 因为你的大慈爱高及诸天，
你的信实达到穹苍。
- 11 上帝啊，愿你被高举，过于诸天；
愿你的荣耀遍及全地。

58

交给乐长。调用“不要毁坏”。大卫的诗。

- 1 你们这些沉默的人啊，你们真的讲公义吗？
世人的子孙啊，你们审判得正直无偏吗？
- 2 不，你们心里图谋不义；
你们在地上称量出亲手所行的强暴。
- 3 恶人从母腹中就走偏；
他们一出生就偏离正道，说谎话。
- 4 他们的毒液好像蛇的毒液，
又像塞住耳朵的聋眼镜蛇，
5 不听弄蛇者的声音，
不管施咒的人多么高明。
- 6 上帝啊，求你打碎他们口中的牙齿。
耶和華啊，求你敲掉少壮狮子的大牙。
- 7 愿他们像流去的水消逝；
他们搭弓的时候，愿他们的箭变钝。
- 8 愿他们像融化而消逝的蜗牛，
又像未见过日光的死胎。
- 9 在你们的锅还未感到荆棘的热力以前，
无论青的、烧着的，祂都要一并扫去。

- 10 义人看见报应就欢喜；
 他要在恶人的血中洗脚，
11 以致人说：“义人果然有赏报；
 果然有一位审判全地的上帝。”

59

交给首席乐师。调用“休要毁坏”。大卫的诗，是扫罗派人监视他的房屋，要杀他的时候作的。

- 1 我的上帝啊，求你救我脱离我的仇敌。
 求你把我安置在高处，使我脱离那些起来攻击我的人。
2 求你救我脱离作恶的人，
 救我脱离嗜血的人。
3 看哪，他们埋伏要害我的性命；
 有势力的人聚集攻击我。
 耶和華啊，这并不是因我的过犯，也不是因我的罪。
4 我没有行恶，他们却预备攻击我。
 求你兴起，察看，并帮助我！
5 耶和華万军之上帝，以色列的上帝啊，
 求你醒起，惩罚万国。
 不要怜悯那些邪恶背信的人。

细拉。

- 6 他们傍晚回来，像狗一样嚎叫，
 围着城游荡。
7 看哪，他们口中喷吐恶言；
 他们嘴唇里有刀剑。
 他们说：“谁听见我们呢？”
8 但耶和華啊，你必嗤笑他们；
 你必嘲笑万国。
9 我的力量啊，我要等候你，
 因为上帝是我的高台。
10 我的上帝必以祂的慈爱走在我前面；
 上帝必让我胜过仇敌，亲眼看见他们的败落。

- 11 不要杀死他们，免得我的百姓忘记。
主啊，我们的盾牌，求你用你的能力使他们四散，并使他们降卑。
- 12 因他们口中的罪和嘴唇的话语，
愿他们陷在自己的骄傲里；
因他们所发出的咒诅和谎言，愿他们被抓住。
- 13 求你在烈怒中灭绝他们。
求你灭绝他们，使他们不再存在。
愿他们知道上帝在雅各中掌权，
直到地极。

细拉。

- 14 到了傍晚，任凭他们回来；
任凭他们像狗一样嚎叫，围着城游荡。
- 15 他们必为食物四处流荡；
若不得饱足，就整夜等候。
- 16 但我要歌颂你的能力；
是的，早晨我要高声歌唱你的慈爱。
因为你曾作我的高台，
在我遭难的日子作我的避难所。
- 17 我的力量啊，我要向你歌颂。
因为上帝是我的高台，是向我施怜悯的上帝。

60

给首席乐师。调用“约之百合花”。大卫的训诲诗；当时他与亚兰·拿哈拉音和亚兰·琐巴交战，约押回来，在盐谷击杀以东人一万二千。

- 1 上帝啊，你弃绝了我们。
你使我们崩溃。
你发怒了。
求你再次恢复我们。
- 2 你使地震动。
你使它裂开。
求你修补它的裂口，

- 因为它摇撼不定。
3 你使你的子民经历艰难的事。
你使我们喝那使我们踉跄的酒。
4 你把旌旗赐给敬畏你的人，
使它因真理而展开。

细拉。

- 5 为使你所爱的得拯救，
求你用右手施行拯救，并应允我们。
6 上帝已经从祂的圣所发言：
“我要得胜。
我要分割示剑，
丈量疏割谷。
7 基列是我的，玛拿西也是我的。
以法莲也是我头上的防卫。
犹大是我的权杖。
8 摩押是我的洗盆。
我要把我的鞋丢在以东上。
我向非利士得胜欢呼。”
9 谁要带我进入坚固城？
是谁曾领我到以东？
10 上帝啊，你不是弃绝了我们吗？
上帝啊，你不与我们的军队一同出战。
11 求你赐给我们帮助，好抵挡敌人，
因为人的帮助是徒然的。
12 我们倚靠上帝必勇敢行事，
因为践踏我们敌人的正是祂。

61

给首席乐师。用弦乐器。大卫作。

- 1 上帝啊，求你听我的呼求；
求你侧耳听我的祷告。
2 我心被压垮的时候，要从地极呼求你。

- 求你领我到那比我更高的磐石。
 3 因为你作过我的避难所，
 作过抵御仇敌的坚固塔。
 4 我要永远住在你的帐幕里；
 我要投靠在你翅膀的荫底下。
- 5 上帝啊，因为你听了我所许的愿；
 你把敬畏你名之人的产业赐给了我。
 6 你必延长王的寿命；
 他的年岁必直到世世代代。
 7 他必永远在上帝面前作王；
 求你派定你的慈爱和信实来保守他。
 8 这样，我要永远歌颂你的名，
 好天天履行我所许的愿。

细拉。

62

交给圣乐指挥。交给耶杜顿。大卫的诗。

- 1 我的灵魂单单在上帝里面安息；
 我的救恩从祂而来。
 2 唯有祂是我的磐石、我的救恩、我的堡垒；
 我必不至大大动摇。
 3 你们要攻击一个人到几时呢？
 你们众人要把他推倒吗，
 像倾斜的墙，像摇摇欲坠的篱笆？
 4 他们一心要把他从高位推下来；
 他们喜爱谎言。
 他们口中祝福，心里却咒诅。

细拉。

- 5 我的灵魂啊，你要单单默默等候上帝，
 因为我的盼望从祂而来。
 6 唯有祂是我的磐石、我的救恩、我的堡垒；
 我必不至动摇。
 7 我的救恩和尊荣都在上帝那里；

我力量的磐石、我的避难所都在上帝里面。
8 百姓啊，你们要时时依靠祂；
在祂面前倾心吐意。
上帝是我们的避难所。

细拉。

9 低微的人诚然不过是一口气，
尊贵的人也不过是虚假。
放在天平上，他们必向上升；
他们合起来比一口气还轻。

10 不要倚靠欺压；
不要虚妄地寄望于抢夺。

财富若增多，
不要把心放在其上。

11 上帝说了一次；
我听见这事两次：
能力属于上帝。

12 主啊，慈爱也属于你，
因为你照各人的行为报应各人。

63

大卫的诗，当他在犹大旷野的时候。

1 上帝啊，你是我的上帝。
我要切切寻求你。

我的灵魂渴慕你。
我的肉身切慕你，
在干旱疲乏无水之地。

2 我曾这样在圣所中瞻仰你，
观看你的能力和你的荣耀。

3 因为你的慈爱比生命更美好，
我的嘴唇要赞美你。

4 我活着的时候要这样称颂你。
我要奉你的名举手。

5 我的灵魂必如饱享最丰美的食物而满足。

- 我的口要以欢乐的嘴唇赞美你，
6 当我在床上記念你，
在夜更中思想你。
7 因为你一直是我的帮助。
我要在你翅膀的荫下欢呼。
8 我的灵魂紧紧跟随你。
你的右手扶持我。
9 但那些寻索我性命、要毁灭我的人，
必下到地的深处。
10 他们必被交给刀剑的权势。
他们必成为豺狼的食物。
11 但王必因上帝欢喜。
凡指着祂起誓的人都要赞美祂，
因为说谎之人的口必被堵住。

64

大卫的诗，交给首席乐师。

- 1 上帝啊，求你在我哀诉时垂听我的声音。
求你保全我的生命，使我不惧怕仇敌。
2 求你把我隐藏起来，脱离恶人的密谋，
脱离作恶之人的喧嚷群众；
3 他们磨快舌头如同刀剑，
又瞄准他们的箭，就是致命的话语，
4 要从暗处射击无辜的人。
他们忽然向他射击，毫无惧怕。
5 他们在邪恶的计划中彼此鼓励。
他们谈论暗中布设网罗，
说：“谁会看见呢？”
6 他们图谋不义，说：“我们已经定下周密的计谋！”
人的心思和内心实在诡诈。
7 但上帝必向他们射箭。
他们必忽然被箭击倒。
8 他们自己的舌头必使他们败亡。

- 凡看见他们的，都必摇头。
9 全人类都必惧怕。
他们必宣扬上帝的作为，
并要明智地思想祂所做的事。
10 义人必因耶和華欢喜，
并要投靠祂。
凡心里正直的人都必赞美祂！

65

交给首席乐师。大卫的诗。一首歌。

- 1 上帝啊，在锡安，赞美等候着你；
人要向你还所许的愿。
2 听祷告的主啊，
所有人都要到你这里来。
3 罪孽胜过了我，
但你为我们的过犯赎了罪。
4 你所拣选、使他亲近你的人是有福的，
他可以住在你的院中。
我们必因你殿中的美福，
你圣殿的美福而得饱足。
5 拯救我们的上帝啊，
你以可畏的公义作为回答我们。
你是地极所有人的盼望，
也是远在海上的人的盼望。
6 你以自己的能力立定群山，
以力量束腰。
7 你平静诸海的咆哮，
平静海浪的咆哮，
也平静万民的喧嚷。
8 住在远方的人也因你的奇事惧怕。
你使早晨的曙光和夜晚都欢呼歌唱。
9 你眷顾大地，浇灌它；
你使它大大肥沃。
上帝的河满了水。

- 你为他们预备五谷，因为你这样命定了。
- 10 你浸透它的犁沟，
整平它的土脊；
你用甘霖使它松软，
又赐福给它的出产。
- 11 你以恩惠为年岁加冠。
你的车满溢丰盛。
- 12 旷野的草场满溢，
小山披上喜乐。
- 13 草场被羊群覆盖，
谷中也披上五谷。
- 它们欢呼！
它们也歌唱。

66

交给指挥。一首歌。一篇诗篇。

- 1 全地啊，要向上帝欢呼！
2 要歌颂祂名的荣耀！
要献上荣耀和赞美！
- 3 要对上帝说：“你的作为何等可畏！
因你大能的伟大，你的仇敌要向你屈服。
- 4 全地都要敬拜你，
都要歌颂你；
他们要歌颂你的名。”
- 5 你们来，看上帝的作为——
祂为世人所行的事可畏。
- 6 祂把海变成干地。
他们步行过河。
在那里，我们因祂欢喜。
- 7 祂以自己的能力永远掌权。
祂的眼目察看列国。
悖逆的人不要起来抵挡祂。

细拉。

细拉。

- 8 万民啊，要称颂我们的上帝！
要使人听见赞美祂的声音，
- 9 祂使我们的生命存活，
不让我们的脚摇动。
- 10 上帝啊，因为你曾试验我们。
你熬炼我们，像熬炼银子一样。
- 11 你把我们带进监牢。
你把重担放在我们的背上。
- 12 你容许人骑过我们的头。
我们经过水火，
但你把我们带到丰盛之地。
- 13 我要带着燔祭进入你的殿。
我要向你还我的愿，
14 就是我在困苦中嘴唇所许、
口中所说的愿。
- 15 我要把肥畜作燔祭献给你，
又献上公绵羊；
我要献上公牛和山羊。

细拉。

- 16 凡敬畏上帝的人啊，你们都来听！
我要述说祂为我的灵魂所做的事。
- 17 我曾用口向祂呼求，
也用舌头尊崇祂。
- 18 我若心里怀着罪孽，
主就不会垂听。
- 19 但上帝确实已经垂听；
祂已经听了我的祷告的声音。
- 20 上帝是应当称颂的，祂没有拒绝我的祷告，
也没有使祂的慈爱离开我。

67

交给首席乐师。用丝弦的乐器。一篇诗。一首歌。

- 1 愿上帝怜悯我们，赐福给我们，

使祂的脸光照我们。

细拉。

2 好让人在地上认识你的道路，
在万国中认识你的救恩。

3 上帝啊，愿万民称赞你；
愿万民都称赞你。

4 愿列国欢喜，欢呼歌唱，
因为你必按公正审判万民，
并治理地上的列国。

细拉。

5 上帝啊，愿万民称赞你；
愿万民都称赞你。

6 地已经产出土产；
上帝，就是我们的上帝，必赐福给我们。

7 上帝必赐福给我们；
地的四极都要敬畏祂。

68

交给首席乐师。大卫的诗。一首歌。

1 愿上帝兴起！
愿祂的仇敌四散！
愿恨祂的人也从祂面前逃跑。

2 烟怎样被吹散，
求你也照样驱散他们。

蜡怎样在火前熔化，
愿恶人在上帝面前灭亡。

3 但愿义人欢喜；
愿他们在上帝面前快乐；
是的，愿他们欢喜快乐。

4 要歌唱上帝！要歌颂祂的名！
要尊崇那驾云而行的；
祂的名是耶和華*！

* 68:4 68:4 希伯来文：יה Yah

- 要在祂面前欢乐！
- 5 上帝在祂的圣所中，
是孤儿的父，寡妇的保护者。
- 6 上帝使孤独的人有家可居。
祂领被囚的人出来，使他们歌唱；
但悖逆的人住在干旱之地。
- 7 上帝啊，你在你子民前面出去，
你迈步经过旷野的时候，
- 8 大地震动；
天空也在西奈的上帝面前降下雨——
在上帝，以色列的上帝面前。
- 9 上帝啊，你降下丰沛的雨；
你的产业疲乏时，你坚固了它。
- 10 你的会众住在其中；
上帝啊，你以你的美善为贫穷人预备。
- 11 主发布话语；
传扬这话的人是一大群。
- 12 “众军队的君王逃跑！他们逃跑！”
留守家中的女子分得掠物。
- 13 你们睡卧在营火之间时，
鸽子的翅膀包着银，
它的翎毛闪着金。
- 14 全能者在其中驱散众王时，
撒们山上降下雪。
- 15 巴珊的群山是雄伟的群山；
巴珊的群山崎岖多峰。
- 16 你们这些崎岖多峰的群山，为什么嫉视
上帝所选择要在那里作王的山？
是的，耶和華[†]必永远住在那里。

细拉。

[†] 68:16 68:16 英文全大写的 LORD 或 GOD 来自希伯来文 יהוה Yehweh，除非另有说明是来自短式 יה Yah。

- 17 上帝的战车有千万，又有千千万万；
主在其中，从西奈进入圣所。
- 18 你升上高处；
你掳掠了俘虏。
你在人中收受礼物；
是的，也在悖逆的人中收受礼物，使耶和華[‡]上帝可以住在那里。
- 19 主当受称颂，祂天天担当我们的重担，
就是那作我们救恩的上帝。
- 细拉。
- 20 上帝对我们是施行拯救的上帝；
脱离死亡的出路属于主耶和華[‡]。
- 21 但上帝必击碎祂仇敌的头，
击碎那仍行在罪愆中的人浓发的头顶。。
- 22 主说：“我要把你从巴珊带回来；
我要把你从海的深处带回来，
- 23 使你的脚可以踏在血中，
使你的狗的舌头从仇敌身上得它们的份。”
- 24 上帝啊，人已经看见你的行列，
就是我的上帝、我的王进入圣所的行列。
- 25 歌唱的人走在前面，奏乐的人跟在后面，
中间有击鼓的女子。
- 26 “你们要在众会中称颂上帝，
就是在以色列的聚会中称颂主！”
- 27 在那里有小便雅悯统领他们，
有犹大的首领和他们的议会，
有西布伦的首领和拿弗他利的首领。
- 28 你的上帝已经命定你的力量；

‡ 68:18 68:18 希伯来文: יהוה Yah

§ 68:20 68:20

当英文以全大写字母呈现时，“LORD”或“GOD”是上帝专名（希伯来文“יהוה”，通常发音 Yahweh）的译法。

- 上帝啊，求你坚固你为我们所成就的。
- 29 因你在耶路撒冷的殿，
君王必把礼物带来献给你。
- 30 求你斥责芦苇中的野兽，
斥责公牛群和万民中的牛犊。
- 求你践踏那些带来银条的人；
求你驱散喜爱战争的列国。
- 31 首领必从埃及出来；
埃塞俄比亚必急忙向上帝伸手。
- 32 地上的列国啊，要歌唱上帝！
要歌颂主——
- 细拉——
- 33 歌颂那驾行在太古诸天之上的主；
看哪，祂发出祂的声音，大有能力的声音。
- 34 要将能力归给上帝！
祂的威荣在以色列之上；
祂的能力在穹苍中。
- 35 上帝啊，你在你的圣所中令人敬畏。
以色列的上帝将力量和能力赐给祂的子民。
上帝当受赞美！

69

交给首席乐师。调用“百合花”。大卫的诗。

- 1 上帝啊，求你拯救我，
因为众水已经涨到我的颈项！
- 2 我陷在深深的淤泥中，没有立足之处；
我来到深水中，洪流漫过我。
- 3 我因呼求而疲乏；
我的喉咙干了；
我的眼睛因仰望我的上帝而昏花。
- 4 那些无故恨我的，比我头发还多；
那些无理与我为敌、想要除灭我的，势力强大。
我没有抢夺的，却必须偿还。

- 5 上帝啊，你知道我的愚妄；
我的罪过不能向你隐藏。
- 6 主万军之耶和华啊，愿那些等候你的人不因我蒙羞；
以色列的上帝啊，愿那些寻求你的人不因我受辱。
- 7 因为我为你的缘故承受辱骂；
羞耻遮盖了我的脸。
- 8 我对我的弟兄成了陌生人，
对我母亲的儿女成了外人。
- 9 因为我为你的殿心里焦急，如火焚烧；
那些辱骂你的人的辱骂，都落在我身上。
- 10 我哭泣并禁食，
这倒成了我的辱骂。
- 11 我拿麻布当衣服穿，
就成了他们的笑柄。
- 12 坐在城门口的人谈论我；
我成了醉酒之人的歌曲。
- 13 至于我，耶和华啊，我在蒙悦纳的时候向你祷告。
上帝啊，求你按你丰盛的慈爱，凭你救恩的信实应允我。
- 14 求你救我脱离淤泥，不要让我下沉；
愿我从恨我的人手中，从深水中得救。
- 15 不要让洪水淹没我，
也不要让深渊吞没我；
不要让坑向我合上它的口。
- 16 耶和华啊，求你应允我，因为你的慈爱是美善的；
求你按你丰盛的怜悯转向我。
- 17 不要向你的仆人隐藏你的脸，
因为我在患难中；
求你快快应允我！
- 18 求你亲近我的灵魂，救赎它；
因我的仇敌，求你赎出我。

- 19 你知道我所受的辱骂、羞耻和侮辱；
我的敌人全都在你面前。
- 20 辱骂伤透了我的心，我满心沉重；
我指望有人怜惜，却没有一个；
指望有人安慰，却找不到一个。
- 21 他们又拿苦胆给我当食物；
我渴了，他们拿醋给我喝。
- 22 愿他们面前的筵席变为网罗；
愿它成为报应和陷阱。
- 23 愿他们的眼睛昏暗，不能看见；
愿他们的腰背常常弯曲。
- 24 求你把你的愤怒倾倒在他們身上；
愿你猛烈的怒气追上他们。
- 25 愿他们的住处荒凉；
愿无人住在他们的帐棚里。
- 26 因为你所击伤的人，他们还逼迫；
你所伤害之人的忧伤，他们还述说。
- 27 求你在他们罪上加罪；
不要让他们进入你的义。
- 28 愿他们从生命册上被涂抹，
不与义人一同被记上。
- 29 但我在痛苦和患难中；
上帝啊，愿你的救恩保护我。
- 30 我要用诗歌赞美上帝的名，
以感谢尊祂为大。
- 31 这必使耶和华喜悦，胜过献上公牛，
或有角有蹄的牛犊。
- 32 谦卑人看见了，就欢喜；
寻求上帝的人啊，愿你们的心苏醒。
- 33 因为耶和华垂听贫乏人，
并不藐视祂被囚的子民。
- 34 愿天和地赞美祂；
愿海洋和其中一切游动的都赞美祂！

- 35 因为上帝必拯救锡安，建造犹大的城邑；
他们必在那里定居，并拥有它。
- 36 祂仆人的后裔也必承受它；
爱祂名的人必住在其中。

70

交给首席乐师。大卫的诗。作纪念。

- 1 上帝啊，求你快快搭救我。
耶和華啊，求你快来帮助我。
- 2 愿那些寻索我性命的人羞愧狼狈。
愿那些喜悦我遭害的人蒙羞退后。
- 3 愿那些说“啊哈！啊哈！”的人
因自己的羞辱转身退后。
- 4 愿所有寻求你的人因你欢喜快乐。
愿那些喜爱你救恩的人常说：
“愿上帝被尊为大！”
- 5 但我是困苦贫穷的。
上帝啊，求你快到我这里来。
你是我的帮助、我的拯救者。
耶和華啊，不要迟延。

71

- 1 耶和華啊，我投靠你。
求你永不叫我蒙羞。
- 2 求你按你的公义搭救我，救拔我。
求你侧耳听我，拯救我。
- 3 求你作我避难的磐石，使我可以常常前往。
求你下令拯救我，
因为你是我的磐石，我的堡垒。
- 4 我的上帝啊，求你救拔我脱离恶人的手，
脱离不义和残暴之人的手。
- 5 主耶和華啊，因为你是我的盼望，
是我从年幼时所倚靠的。

- 6 我从母腹中就倚靠你。
是你使我出我母亲的腹。
我要常常赞美你。
- 7 我在许多人眼中成了奇异的兆头，
但你是我坚固的避难所。
- 8 我的口要充满对你的赞美，
终日述说你的尊荣。
- 9 我年老的时候，求你不要丢弃我。
我力气衰弱的时候，求你不要离弃我。
- 10 因为我的仇敌议论我。
那些窥探我性命的人一同密谋，
11 说：“上帝已经离弃他了。
追赶他，捉拿他吧，因为没有人会救他。”
- 12 上帝啊，求你不要远离我。
我的上帝啊，求你快来帮助我。
- 13 愿控告我的人蒙羞，被灭绝。
愿那些想要害我的人披上羞辱和讥诮。
- 14 但我要常常盼望，
并且要越发赞美你。
- 15 我的口要述说你的公义，
终日述说你的拯救，
虽然我不能尽知其数。
- 16 我要来称述主耶和华大能的作为。
我要提说你的公义，单单提说你的公义。
- 17 上帝啊，你从我年幼时就教导我。
直到如今，我仍宣扬你奇妙的作为。
- 18 上帝啊，即使我年老发白，求你也不要离弃我，
直到我向下一代宣扬你的能力，
向所有将来的人宣扬你的大能。
- 19 上帝啊，你的公义也高达诸天。
你行了大事。
上帝啊，谁能像你？
- 20 你曾使我们经历许多艰难困苦，

- 你必使我存活。
你必再把我们从地的深处带上来。
- 21 求你增添我的尊荣，
再次安慰我。
- 22 我的上帝啊，我也要用竖琴赞美你的信实。
以色列的圣者啊，我要用琴歌颂你。
- 23 我的嘴唇要欢呼！
我蒙你救赎的灵魂要歌颂你！
- 24 我的舌头也要终日述说你的公义，
因为那些想要害我的人已经蒙羞，
已经惶惑。

72

所罗门的诗。

- 1 上帝啊，求你将你的公平赐给王；
将你的公义赐给王的儿子。
- 2 他要以公义审判你的子民，
以公平审判你的贫穷人。
- 3 大山要给百姓带来兴盛，
小山也要结出公义的果实。
- 4 他要为百姓中的贫穷人伸冤。
他要拯救贫困人的儿女，
并要把欺压者打碎。
- 5 只要太阳长存，他们就要敬畏你；
只要月亮尚在，直到万代。
- 6 他要降临，如雨落在割过的草地上，
如甘霖滋润大地。
- 7 在他的日子，义人要兴旺，
和平要丰盛，直到月亮不再存在。
- 8 他也要掌权，从这海直到那海，
从大河直到地极。
- 9 住在旷野的人要在他面前下拜。
他的仇敌要舔尘土。

- 10 他施和海岛的王要带来贡物。
示巴和西巴的王要献上礼物。
- 11 是的，所有君王都要在他面前俯伏。
万国都要事奉他。
- 12 因为贫困人呼求时，他要搭救；
贫穷无助的人，他也要搭救。
- 13 他要怜恤贫穷和贫困的人。
他要拯救贫困人的生命。
- 14 他要救赎他们的生命脱离欺压和强暴。
他们的血在他眼中必为宝贵。
- 15 他要存活；示巴的金子要献给他。
人们要不断为他祷告。
他们要终日称颂他。
- 16 地上必有丰盛的五谷，
山顶上的果实摇曳，如黎巴嫩一样；
城里的人要兴旺，如田野的青草。。
- 17 他的名存到永远。
他的名要延续，如太阳长存。
人们要因他得福。
万国都要称他为有福。
- 18 耶和华上帝，以色列的上帝，是当受赞美的，
唯独祂行奇妙的事。
- 19 愿祂荣耀的名永远受称颂！
愿全地充满祂的荣耀！
阿们，阿们。

20 耶西的儿子大卫的祷告到此结束。

第三卷

73

亚萨的诗。

- 1 上帝*实在恩待以色列，
恩待那些心里纯净的人。
- 2 至于我，我的脚几乎失脚；
我的脚步险些滑跌。
- 3 因为我看见恶人兴旺，
就嫉妒狂傲的人。
- 4 因为他们死的时候没有痛苦，
他们的力量却很稳固。
- 5 他们没有常人的重担，
也不像别人受灾病。
- 6 所以骄傲像链子戴在他们颈上；
暴力像衣服遮盖他们。
- 7 他们的眼睛因肥胖而凸出；
他们心里的狂想越过限度。
- 8 他们讥笑人，怀着恶意说话；
他们狂傲地威胁要压迫人。
- 9 他们把口安在天上；
他们的舌头走遍全地。
- 10 因此他们的民转向他们，
大口喝下丰盛的水。
- 11 他们说：“上帝怎么会知道？
至高者有知识吗？”
- 12 看哪，这些就是恶人；
他们常享安逸，财富增多。
- 13 我实在徒然洗净了我的心，
徒然以清白洗我的手，
- 14 因为我终日受灾病，
每早晨受责罚。
- 15 我若说：“我要这样讲”，
看哪，我就背叛了你儿女的世代。
- 16 我想要明白这事，
在我看来实在痛苦——

* 73:1 73:1 译作“上帝”的希伯来词是“אֱלֹהִים” (Elohim) 。

- 17 直到我进入上帝的圣所，
思想他们的结局。
- 18 你实在把他们安在滑地；
你使他们坠入毁灭。
- 19 他们何等突然地毁灭！
他们被惊恐彻底扫灭。
- 20 人醒来时怎样看梦，
主[†]啊，你醒起时，也必藐视他们的幻影。
- 21 因为我的灵魂忧伤，
我的心里苦涩。
- 22 我这样愚昧无知，
在你面前如同畜类。
- 23 然而，我常与你同在；
你握住我的右手。
- 24 你必以你的谋略引导我，
以后接我进入荣耀。
- 25 在天上，除了你，我有谁呢？
在地上，除了你，我也没有所爱慕的。
- 26 我的肉体和我的心都衰残，
但上帝是我心里的力量，又是我的业分，直到永
远。
- 27 因为看哪，远离你的人必灭亡；
凡对你不忠的人，你都已经灭绝。
- 28 但我亲近上帝是好的；
我已以主耶和华[‡]为我的避难所，
好叫我述说你一切的作为。

74

亚萨的默想诗。

1 上帝啊，你为什么永远弃绝我们？

[†] 73:20 73:20 译作“主”的词是“Adonai”。 [‡] 73:28 73:28

当“LORD”或“GOD”以全大写字母呈现时，是上帝专有圣名的译法（希伯来文“יהוה”，通 Yahweh）。

- 你的怒气为什么向你草场的羊冒烟呢？
- 2 求你記念你的会众，就是你从古时买来的，
你所救赎、作你产业支派的；
也記念你曾居住的锡安山。
- 3 求你举步走向那长久荒废之处，
就是仇敌在圣所中所行的一切恶事。
- 4 你的敌人在你的会中咆哮；
他们竖立自己的旗帜作为标记。
- 5 他们行事好像人在林中挥斧砍伐树丛。
- 6 现在他们用斧子和锤子打碎其中一切雕刻的工艺。
7 他们把你的圣所焚烧到地；
他们亵渎了你名的居所。
- 8 他们心里说：“我们要把他们彻底压碎。”
他们烧毁了这地上所有敬拜上帝的地方。
- 9 我们看不见神迹；
不再有先知，
我们中间也没有人知道这要到几时。
- 10 上帝啊，敌人辱骂要到几时呢？
仇敌要永远亵渎你的名吗？
- 11 你为什么收回你的手，就是你的右手？
求你从怀中伸出来，灭尽他们！
- 12 然而，上帝自古以来就是我的君王，
在全地施行拯救。
- 13 你曾用你的能力分开大海；
你在水中打碎海怪的头。
- 14 你打碎利维坦的头；
你把它给旷野中的人和生物作食物。
- 15 你开出泉源和溪流；
你使大河干涸。
- 16 白昼属你，黑夜也属你；
你预备了光和太阳。
- 17 你立定了地的一切疆界；

夏天和冬天都是你造的。

- 18 耶和華啊，求你記念這事：仇敵嘲笑了你；
愚昧的民褻瀆了你的名。
- 19 不要把你鴿子的生命交給野獸；
不要永遠忘記你困苦人的生命。
- 20 求你顧念你的約，
因為地上黑暗之處充滿了強暴的巢穴。
- 21 不要让受壓迫的人蒙羞而歸；
愿贫穷困苦的人赞美你的名。
- 22 上帝啊，求你兴起！为你自己的案件辩护。
求你記念愚昧人整天怎样嘲笑你。
- 23 不要忘记你敌人的声音；
那些起来攻击你之人的喧嚷不断上升。

75

交给首席乐师。调用“不可毁坏”。亚萨的诗。一首歌。

- 1 上帝啊，我们称谢你。
我们称谢你，因为你的名近了。
人们述说你奇妙的作为。
- 2 到了我所择定的时候，
我必公正地施行审判。
- 3 地和其上的一切居民都震动；
我稳固地托住它的柱子。
- 4 我对狂傲人说：“不要夸耀！”
我对恶人说：“不要举角。”
- 5 不要向高处举起你们的角；
不要硬着颈项说话。”
- 6 因为高举既不从东方来，也不从西方来，
也不从南方来。

细拉。

- 7 惟有上帝是审判者。
 祂使这人降卑，使那人升高。
- 8 因为耶和华手中有一杯，
 杯中满了起沫的酒，调和了香料。
 祂把这酒倒出来。
 地上的恶人都必喝，且喝尽其中的渣滓。
- 9 但我要永远宣扬这事；
 我要歌颂雅各的上帝。
- 10 我要砍断恶人所有的角，
 但义人的角必被高举。

76

给首席乐师。用弦乐器。亚萨的诗。一首歌。

- 1 在犹大，上帝为人所认识；
 祂的名在以色列为大。
- 2 祂的帐幕也在撒冷；
 祂的居所在锡安。
- 3 在那里，祂折断了弓上的火箭，
 盾牌、刀剑和战争的兵器。
- 4 你满有荣光，极其威严，
 胜过猎物丰盛的群山。
- 5 勇士被掳掠，倒卧不起；
 他们沉睡了最后一觉。
 战士中没有一个能举起手来。
- 6 雅各的上帝啊，因你的斥责，
 战车和马都陷入死寂的沉睡。
- 7 你，唯有你，是当受敬畏的。
 你发怒的时候，谁能在你面前站立呢？
- 8 你从天上宣告审判；
 大地惧怕，静默无声，

细拉。

9 那时上帝兴起施行审判，
要拯救地上一切受苦的人。

细拉。

- 10 人的愤怒必定赞美你；
在你烈怒之下幸存的人都被约束。
- 11 你们要向耶和华你们的上帝许愿，并且偿还！
愿祂四围的人都向那当受敬畏的献上礼物。
- 12 祂必剪除首领的心气；
地上的君王都敬畏祂。

77

交给乐长。交给耶杜顿。亚萨的诗。

- 1 我的呼求达到上帝那里！
我向上帝呼求帮助，
求祂侧耳听我。
- 2 在我患难的日子，我寻求主。
夜间我的手伸出，毫不疲倦；
我的灵魂不肯受安慰。
- 3 我记念上帝，就呻吟。
我诉苦，我的灵就不胜重压。

细拉。

- 4 你使我的眼睑不能合上。
我烦乱不安，以致不能说话。
- 5 我思想古时的日子，
想到远古的年岁。
- 6 我想起夜间的歌。
我在自己心里思想；
我的灵殷勤探问：
- 7 “主会永远弃绝我们吗？
祂不再施恩了吗？”
- 8 祂的慈爱永远消失了吗？
祂的应许世代代都落空了吗？

9 上帝忘记施恩了吗？
祂在怒中止住祂的怜悯了吗？”

细拉。

10 于是我想：“我要诉诸这一点：
至高者右手的年日。”

11 我要记念耶和华的作为；
我要记念你古时的奇事。

12 我也要默想你一切的工作，
思想你所行的事。

13 上帝啊，你的道路在圣所中。
有哪位神像上帝一样伟大呢？

14 你是施行奇事的上帝。
你在万民中显明你的能力。

15 你用膀臂救赎了你的子民，
就是雅各和约瑟的子孙。

细拉。

16 上帝啊，诸水看见你。
诸水看见你，就翻腾；
深渊也震颤。

17 云倾倒雨水。
天空发出雷声。
你的箭也四处闪耀。

18 你的雷声在旋风中。
闪电照亮世界。
大地颤抖摇撼。

19 你的道路经过海中，
你的路径穿过大水；
你的脚踪无人知道。

20 你像带领羊群一样带领你的子民，
借着摩西和亚伦的手。

78

亚萨的训诲诗。

- 1 我的百姓啊，要听我的教导；
要侧耳听我口中的话。
- 2 我要开口说比喻；
我要讲述古时的隐语，
- 3 是我们所听见、所知道，
也是我们祖先告诉我们的。
- 4 我们不将这些事向他们的儿女隐瞒，
而要告诉将来的世代耶和華当受的赞美、
祂的能力，以及祂所行奇妙的作为。
- 5 因为祂在雅各中设立了法度，
在以色列中颁布了律法，
是祂吩咐我们祖先的，
要他们使自己的儿女知道；
- 6 好使将来的世代可以知道，就是将要出生的儿女；
他们也要起来告诉自己的儿女，
- 7 好使他们把盼望寄托在上帝身上，
不忘记上帝的作为，
却遵守祂的命令，
- 8 免得他们像自己的祖先一样——
成为顽梗悖逆的世代，
是心不坚定的世代，
他们的灵向上帝不忠贞。
- 9 以法莲的子孙带着兵器，拿着弓，
却在争战的日子转身退后。
- 10 他们不遵守上帝的约，
拒绝行在祂的律法中。
- 11 他们忘记了祂的作为，
忘记了祂向他们显明的奇妙作为。
- 12 祂在他们祖先眼前行了奇事，
在埃及地，在琐安田野。
- 13 祂分开海，使他们经过；
祂使水立起如垒。
- 14 白天，祂又用云彩引导他们，

- 整夜用火光引导他们。
- 15 祂在旷野劈开磐石，
使他们畅饮，仿佛从深渊取水。
- 16 祂也使溪流从磐石涌出，
使水如江河流下。
- 17 然而他们仍旧继续得罪祂，
在荒漠中悖逆至高者。
- 18 他们心里试探上帝，
按自己的欲望求食物。
- 19 是的，他们说话攻击上帝。
他们说：“上帝能在旷野摆设筵席吗？”
- 20 看哪，祂击打磐石，使水涌出，
溪流泛滥。
- 祂还能赐下饼吗？
祂能为自己的百姓预备肉吗？”
- 21 因此，耶和華听见就发怒。
有火向雅各点燃，
怒气也向以色列升起，
- 22 因为他们不信上帝，
也不倚靠祂的拯救。
- 23 然而祂吩咐上面的穹苍，
打开天上的门。
- 24 祂降下吗哪给他们吃，
把天上的粮赐给他们。
- 25 人吃了天使的粮。
祂送给他们食物，使他们饱足。
- 26 祂使东风在天空吹起，
又用自己的能力引来南风。
- 27 祂又降下肉给他们，多如尘土，
降下有翅的飞鸟，多如海沙。
- 28 祂使它们落在他们营中，
落在他们住处四围。
- 29 于是他们吃了，并且吃得饱足。

- 祂把他们所渴望的赐给他们。
30 他们没有离开自己的贪欲。
食物还在他们口中，
31 上帝的怒气就向他们升起，
杀了他们中最强壮的人，
击倒以色列的青年。
32 尽管如此，他们仍旧犯罪，
不信祂奇妙的作为。
33 因此，祂使他们的日子在虚空中消逝，
使他们的年岁在惊恐中度过。
34 祂击杀他们的时候，他们才寻求祂；
他们回转，恳切寻求上帝。
35 他们想起上帝是他们的磐石，
至高的上帝是他们的救赎主。
36 但他们用口谄媚祂，
用舌头向祂说谎。
37 因为他们的心向祂不正，
在祂的约中也不忠信。
38 但祂有怜悯，赦免罪孽，没有毁灭他们。
是的，祂多次转离自己的怒气，
没有激起祂全部的烈怒。
39 祂记得他们不过是血肉，
是一阵吹过不再返回的风。
40 他们在旷野中何等频繁地悖逆祂，
在荒漠中使祂忧伤！
41 他们再次转回试探上帝，
激怒以色列的圣者。
42 他们不记得祂的手，
也不记得祂从敌人手中救赎他们的日子；
43 祂怎样在埃及施行祂的神迹，
在琐安的田野显出祂的奇事，
44 祂把他们的江河变为血，
把他们的溪流也变为血，使他们不能喝。

- 45 祂打发成群的苍蝇到他们中间，吞吃他们；
又打发青蛙毁坏他们。
- 46 祂又把他们的出产交给毛虫，
把他们劳碌所得交给蝗虫。
- 47 祂用冰雹毁坏他们的葡萄树，
用严霜毁坏他们的桑树。
- 48 祂又把他们的牲畜交给冰雹，
把他们的羊群交给火热的霹雳。
- 49 祂把自己猛烈的怒气倾倒在他们身上，
有忿怒、恼恨、患难，
还有一队降灾的使者。
- 50 祂为自己的怒气修平道路。
祂没有使他们的生命免于死亡，
而是把他们的性命交给瘟疫，
- 51 又击杀埃及一切头生的，
就是在含的帐棚中他们力量的初熟果子。
- 52 但祂领自己的百姓出来，如同羊群，
在旷野引导他们，如同羊群。
- 53 祂安全地引导他们，使他们不惧怕，
海却淹没他们的仇敌。
- 54 祂带他们来到祂圣所的边界，
来到这座祂右手所取得的山。
- 55 祂又在他们面前赶出列国，
用准绳量地，把他们的地分给以色列为产业，
使以色列各支派住在他们的帐棚里。
- 56 然而他们试探、悖逆至高的上帝，
不遵守祂的法度，
- 57 反而转身退后，像他们的祖先一样行事诡诈。
他们偏斜，如同欺诈的弓。
- 58 因为他们用丘坛激怒祂，
用雕刻的偶像触动祂的妒忌。
- 59 上帝听见这事，就发怒，
大大憎恶以色列，

- 60 以致祂离弃示罗的帐幕，
就是祂安置在人间的帐幕，
61 又把祂的能力交给被掳，
把祂的荣耀交在敌人手中。
62 祂也把自己的百姓交给刀剑，
向自己的产业发怒。
63 火吞灭他们的青年。
他们的少女没有婚礼之歌。
64 他们的祭司倒在刀下，
他们的寡妇不能哀哭。
65 那时，主醒来，如同睡醒的人，
又如勇士因酒呼喊。
66 祂击退祂的敌人，
使他们永远蒙羞。
67 祂又弃绝约瑟的帐棚，
不拣选以法莲支派，
68 却拣选犹大支派，
拣选祂所爱的锡安山。
69 祂建造自己的圣所，如同高天，
又如祂永远立定的大地。
70 祂又拣选自己的仆人大卫，
从羊圈中取了祂；
71 祂把祂从跟随乳养小羊的母羊后面带来，
使祂牧养祂的百姓雅各，
和祂的产业以色列。
72 于是他按着自己心中的纯全牧养他们，
又用自己手中的巧妙引导他们。

79

亚萨的诗。

- 1 上帝啊，列国侵入了你的产业。
他们玷污了你的圣殿。
他们使耶路撒冷成为废墟。

- 2 他们把你仆人的尸体给天空的飞鸟作食物，
把你圣民的肉给地上的走兽。
- 3 他们在耶路撒冷四围流他们的血如水，
没有人埋葬他们。
- 4 我们成了邻舍的羞辱，
成了四围之人的嗤笑和讥讽。
- 5 耶和華啊，要到几时呢？
你要永远发怒吗？
你的愤恨要如火焚烧吗？
- 6 求你将你的烈怒倾倒在不认识你的列国，
倾倒在不求告你名的诸国，
- 7 因为他们吞吃了雅各，
毁坏了他的家园。
- 8 求你不要向我们追讨我们祖先的罪孽。
愿你的怜悯迅速临到我们，
因为我们极其困苦。
- 9 拯救我们的上帝啊，为你名的荣耀帮助我们。
为你名的缘故搭救我们，赦免我们的罪。
- 10 为什么让列国说：“他们的上帝在哪里？”
愿我们在我们眼前使列国知道，
你仆人所流之血的报应正在倾倒出来。
- 11 愿被囚之人的叹息来到你面前。
求你照你大能的伟大，保全那些被定死罪的人。
- 12 主啊，我们的邻舍用来羞辱你的羞辱，
求你七倍报应在他们怀中。
- 13 这样，我们作为你的子民、你草场上的羊，
要永远感谢你。
我们要世代赞美你。

80

交给圣乐长。调用“约中的百合花”。亚萨的诗。

- 1 以色列的牧者啊，求你垂听我们；
你像羊群一样引导约瑟，

- 你坐在基路伯之上，求你发出光来。
- 2 在以法莲、便雅悯和玛拿西面前，求你激发你的大能！
求你来拯救我们！
- 3 上帝啊，求你使我们回转。
求你使你的脸光照我们，
我们就必得救。
- 4 万军之耶和华上帝啊，
你向你子民的祷告发怒，要到几时呢？
- 5 你以眼泪的饼喂养他们，
又使他们大量喝下眼泪。
- 6 你使我们成为邻舍争竞的缘由。
我们的仇敌彼此嗤笑。
- 7 万军之上帝啊，求你使我们回转。
求你使你的脸光照我们，
我们就必得救。
- 8 你从埃及挪出一棵葡萄树。
你赶出列国，把它栽上。
- 9 你为它清理了土地。
它深深扎根，遍满了这地。
- 10 群山被它的阴影遮盖。
它的枝子像上帝的香柏树。
- 11 它伸出枝条，直到大海；
伸出嫩枝，直到大河。
- 12 你为什么拆毁它的墙垣，
使一切经过路旁的人都摘取它呢？
- 13 林中的野猪蹂躏它。
田野的走兽以它为食。
- 14 万军之上帝啊，求你回转；我们恳求你。
求你从天上垂看，观看，眷顾这葡萄树，
- 15 就是你右手所栽的根株，
你为自己所坚固的枝子。

- 16 它被火焚烧，
被砍伐。
他们因你的斥责而灭亡。
- 17 愿你的手扶持你右手边的人，
扶持你为自己所坚固的人子。
- 18 这样，我们就不背离你。
求你使我们复苏，我们就要求告你的名。
- 19 万军之耶和華上帝啊，求你使我们回转。
求你使你的脸光照我们，我们就必得救。

81

给首席乐师。用迦特乐器。亚萨的诗。

- 1 要向上帝，我们的力量，高声歌唱！
要向雅各的上帝欢呼！
- 2 要唱起诗歌，拿起手鼓，
弹奏悦耳的琴和瑟。
- 3 在新月之日要吹号，
在满月之时，在我们的节期要吹号。
- 4 因为这是以色列的律例，
是雅各的上帝所定的典章。
- 5 祂在约瑟中将这立为法度，
当祂出去经过埃及地的时候；
我听见我不认识的语言。
- 6 “我卸下他肩上的重担；
他的手脱离了筐子。
- 7 你在患难中呼求，我就搭救你；
我在雷霆的隐密处回答你；
我在米利巴水边试验你。”

细拉。

- 8 “我的子民哪，要听，我要向你作证；
以色列啊，但愿你肯听从我！”
- 9 你中间不可有别神；

- 也不可敬拜外邦的神。
 10 我是耶和华你的上帝，
 曾把你从埃及地领上来。
 你要张大你的口，我就使它充满。
 11 但我的子民不听我的声音；
 以色列不要我。
 12 因此，我任凭他们随着自己顽梗的心，
 照自己的计谋而行。
 13 但愿我的子民肯听从我，
 但愿以色列行走在我的道路中！
 14 我就很快制伏他们的仇敌，
 转手攻击他们的敌人。
 15 恨耶和华的人必在祂面前战兢屈服，
 他们的惩罚必持续到永远。
 16 但祂也必用上好的麦子喂养他们；
 我必用磐石出的蜂蜜使你满足。”

82

亚萨的诗。

- 1 上帝在大会中主持；
 祂在诸神中施行审判。
 2 “你们审判不公，
 偏袒恶人，要到几时呢？”

细拉。

- 3 “要为软弱、贫穷和无父的人伸冤；
 要维护贫寒和受欺压者的权利。
 4 要搭救软弱和贫乏的人，
 救他们脱离恶人的手。”
 5 他们不知道，也不明白；
 他们在黑暗中来回行走。
 大地所有的根基都摇动了。
 6 我曾说：“你们是神明，
 你们全都是至高者的儿子。

- 7 然而你们必像世人一样死去，
又像首领中的一个一样倒下。”
- 8 上帝啊，求你兴起，审判大地，
因为万国都归你承受为产业。

83

一首歌，亚萨的诗。

- 1 上帝啊，不要静默；
不要缄默，
上帝啊，也不要静止不动。
- 2 因为看哪，你的仇敌骚动起来；
恨你的人抬起头来。
- 3 他们用诡计密谋攻击你的子民，
商议要害你所珍爱的人。
- 4 他们说：“来吧，我们把他们灭绝，使他们不再成
国，
使以色列的名不再被记念。”
- 5 因为他们同心合意地密谋，
结盟敌挡你：
- 6 就是以东的帐棚和以实玛利人，
摩押和夏甲人；
- 7 迦巴勒、亚扪和亚玛力，
非利士连同推罗的居民；
- 8 亚述也与他们联合，
作了罗得子孙的帮手。
- 细拉。
- 9 求你待他们像待米甸一样，
像在基顺河边待西西拉和耶宾一样；
- 10 他们在隐多珥灭亡，
成了地上的粪土。
- 11 求你使他们的贵族像俄立和西伊伯，
使他们所有的首领像西巴和撒慕拿；
- 12 他们曾说：“让我们占取上帝的草场为业。”
- 13 我的上帝啊，求你使他们像风滚草，

8 耶和华——万军的上帝啊，求你听我的祷告；
雅各的上帝啊，求你侧耳听。

细拉。

9 上帝啊，我们的盾牌，看哪，
求你垂顾你受膏者的面。

10 在你的院宇一日，胜过在别处千日；
我宁愿在我上帝的殿中看门，
也不愿住在邪恶的帐棚里。

11 因为耶和华上帝是太阳，是盾牌；
耶和华要赐下恩典和荣耀；
祂未尝留下一样好处不给那些行事纯全的人。

12 万军之耶和华啊，
信靠你的人有福了！

85

交给首席乐师。可拉子孙的诗。

1 耶和华啊，你恩待了你的地。
你使雅各的命运得以恢复。

2 你赦免了你子民的罪孽。
你遮盖了他们一切的罪。

细拉。

3 你收回了你一切的烈怒。
你转离了你怒气的猛烈。

4 拯救我们的上帝啊，求你使我们回转，
使你向我们发的愤怒止息。

5 你要永远向我们发怒吗？
你要使你的怒气延续到万代吗？

6 你不再使我们复兴吗？
好让你的子民因你欢喜。

7 耶和华啊，求你向我们显明你的慈爱。
求你将你的救恩赐给我们。

8 我要听上帝耶和华所说的话，
因为祂必向祂的子民、祂的圣民说平安；

- 但愿他们不再转向愚妄。
9 祂的救恩确实临近敬畏祂的人，
使荣耀住在我们的地上。
10 怜悯与真理彼此相遇；
公义与平安彼此亲吻。
11 真理从地里生发；
公义从天上俯视。
12 是的，耶和華必賜下美善；
我们的地也必出产丰收。
13 公义行在祂面前，
并为祂的脚步预备道路。

86

大卫的祷告。

- 1 耶和華啊，求你侧耳听我，回应我，
因为我困苦贫乏。
2 求你保守我的生命，因为我是敬虔的人。
我的上帝啊，求你拯救倚靠你的仆人。
3 主啊，求你怜悯我，
因为我终日向你呼求。
4 求你使你仆人的心欢喜，
因为主啊，我把我的心仰望你。
5 因为主啊，你本为良善，乐意饶恕，
对所有呼求你的人有丰盛的慈爱。
6 耶和華啊，求你听我的祷告，
留心听我恳求的声音。
7 在我患难的日子，我要呼求你，
因为你必回应我。
8 主啊，在诸神中没有谁像你，
也没有什么作为像你的作为。
9 主啊，你所造的万国都要来，在你面前敬拜，
他们要荣耀你的名。
10 因为你为大，行奇妙的事；

惟有你是上帝。

- 11 耶和華啊，求你將你的道路教導我；
我要行在你的真理中。
求你使我的心專一，敬畏你的名。
- 12 主我的上帝啊，我要全心稱謝你；
我要榮耀你的名，直到永遠。
- 13 因為你向我大施慈愛；
你救我的生命脫離極深的陰間。*
- 14 上帝啊，驕傲的人起來攻擊我；
一群強暴的人尋索我的性命，
他們眼中並不尊重你。
- 15 但主啊，你是有憐憫、有恩典的上帝，
不輕易發怒，並且有豐盛的慈愛和真實。
- 16 求你轉向我，憐憫我！
求你將你的力量賜給你的僕人；
拯救你僕人的兒子。
- 17 求你向我顯出你良善的凭據，
使恨我的人看見就羞愧，
因為耶和華啊，是你幫助了我，安慰了我。

87

可拉子孫的诗；一首歌。

- 1 祂的根基在聖山上。
2 耶和華愛錫安的城門，勝過雅各一切的住處。
- 3 上帝之城啊，有榮耀的事論到你。
細拉。
- 4 我要把拉哈伯*和巴比倫列在承認我的人中。
看哪，非利士、推羅，還有埃塞俄比亞：
“這一個生在那里。”
- 5 是的，論到錫安，必有人說：“這個和那個都生在她
里面；”

* 86:13 86:13 陰間是死人所在之處。 * 87:4 87:4 拉哈伯指埃及。

至高者亲自要坚立她。
 6 耶和华登记万民的时候，必数点：
 “这一个生在那里。”

细拉。

7 歌唱的和跳舞的都说：
 “我的一切泉源都在你里面。”

88

一首歌。可拉子孙的诗。交给乐长。调用“受苦的苦难”。以斯拉人希幔的训诲诗。

1 耶和华，我救恩的上帝，
 我昼夜在你面前呼求。
 2 愿我的祷告进入你面前。
 求你侧耳听我的呼求。
 3 因为我的灵魂充满患难，
 我的生命临近阴间。*
 4 我被算在下坑的人中；
 我像一个无助的人，
 5 被隔绝在死人中，
 像躺在坟墓中的被杀者，
 你不再记念他们；
 他们与你的手隔绝。
 6 你把我放在极深的坑里，
 在黑暗的深处。
 7 你的烈怒重压在我身上；
 你用你一切的波浪使我受苦。

细拉。

8 你使我的朋友远离我；
 你使我成为他们所厌恶的。
 我被拘禁，不能逃脱。
 9 我的眼睛因忧愁而昏花。
 耶和华啊，我天天呼求你；

* 88:3 88:3 阴间是死人的所在。

- 我向你伸开双手。
 10 你会向死人显奇事吗？
 亡灵会起来称赞你吗？
- 11 你的慈爱会在坟墓中被宣告吗？
 你的信实会在灭亡之地被宣告吗？
- 12 你的奇事会在黑暗中被别人知道吗？
 你的公义会在遗忘之地被人知道吗？
- 13 但耶和华啊，我向你呼求；
 清晨，我的祷告来到你面前。
- 14 耶和华啊，你为什么弃绝我的灵魂？
 为什么向我隐藏你的脸？
- 15 我从幼年起受苦，濒临死亡；
 我承受你的惊吓，心神不宁。
- 16 你的烈怒漫过我；
 你的惊吓把我剪除。
- 17 它们终日如水环绕我；
 它们完全吞没我。
- 18 你使我所爱的人和朋友远离我，
 并使我的朋友进入黑暗。

细拉。

89

以斯拉人以探的默想诗。

- 1 我要永远歌唱耶和华的慈爱；
 我要用我的口使万代知道你的信实。
- 2 我确实宣告：“慈爱永远坚立；
 你建立了诸天；
 你的信实在其中。”
- 3 “我与我所拣选的人立了约，
 我向我的仆人大卫起了誓：
- 4 ‘我要永远坚立你的后裔，
 建立你的宝座直到万代。’”

细拉。

- 5 耶和華啊，諸天要讚美你的奇事；
在聖者的會中，也要讚美你的信實。
- 6 因為在天空中，誰能與耶和華相比？
天上眾子中，誰像耶和華？
- 7 在聖者的議會中，上帝極其可畏；
祂比一切圍繞祂的更當受敬畏。
- 8 耶和華，*萬軍的上帝啊，誰像你這樣大有能力？
耶和華啊，†你的信實環繞着你。
- 9 你統治海的狂傲；
它的波浪翻騰時，你就使它們平靜。
- 10 你把拉哈伯打碎，像被殺的人一樣；
你用你大能的膀臂驅散你的仇敵。
- 11 諸天屬於你；
地也屬於你；
世界和其中所充滿的，
都是你奠立的。
- 12 北方和南方都是你創造的；
他泊和黑門因你的名歡呼。
- 13 你有大能的膀臂；
你的手強而有力，你的右手被高舉。
- 14 公義和公平是你寶座的根基；
慈愛和真理行在你面前。
- 15 懂得向你歡呼的百姓有福了；
耶和華啊，他們行走在你面光之中。
- 16 他們終日因你的名歡喜；
他們因你的公義被高舉。
- 17 因為你是他們力量的榮耀；
因你的恩寵，我們的角必被高舉。
- 18 因為我們的盾牌屬於耶和華，
我們的王屬於以色列的聖者。

* 89:8 89:8 全大寫的 LORD 或 GOD 源自希伯來文 יהוה
Yahweh，除非另有說明是源自短形式 יה Yah。 † 89:8 89:8
希伯來文： יה Yah

- 19 那时，你在异象中对你的圣民说：
“我已把力量赐给勇士；
我已从百姓中高举一个青年人。
- 20 我找到了我的仆人大卫；
我用我的圣油膏了他。
- 21 我的手必与他坚立；
我的膀臂也必坚固他。
- 22 仇敌必不能勒索他；
恶人也不能压迫他。
- 23 我要在他面前击垮他的敌人，
击打恨他的人。
- 24 但我的信实和我的慈爱必与他同在；
他的角必因我的名被高举。
- 25 我要使他的手按在海上，
使他的右手按在众河上。
- 26 他要呼求我说：‘你是我的父，
是我的上帝，是我救恩的磐石！’
- 27 我也要立他为我的长子，
作地上君王中至高的。
- 28 我要为他永远保守我的慈爱；
我的约必与他坚立。
- 29 我也要使他的后裔永远长存，
使他的宝座如天上的日子。
- 30 如果他的子孙离弃我的律法，
不照我的典章而行；
- 31 如果他们违背我的律例，
不遵守我的诫命；
- 32 我就要用杖惩罚他们的罪，
用鞭责罚他们的罪孽。
- 33 但我不将我的慈爱从他那里全然收回，
也不容我的信实失落。
- 34 我不背弃我的约，
也不更改我嘴唇所出的话。

- 35 我既指着我的圣洁起誓，
就决不向大卫说谎。
36 他的后裔必永远长存，
他的宝座在我面前如太阳。
37 他的宝座必像月亮永远坚立，
如天空中信实的见证。”

细拉。

- 38 但你却厌弃并摒弃了；
你向你的受膏者发怒。
39 你废弃了与你仆人所立的约；
你使他的冠冕蒙污，落在尘土中。
40 你拆毁了他一切的篱墙；
你使他的坚垒成为废墟。
41 凡过路的人都抢夺他；
他成了邻舍的羞辱。
42 你高举了他敌人的右手；
你使他所有的仇敌欢喜。
43 是的，你使他的剑锋退回，
没有扶持他在战场上站立。
44 你使他的光辉止息，
把他的宝座推倒在地。
45 你缩短了他年少的日子；
你用羞耻遮盖他。

细拉。

- 46 耶和華啊，要到几时呢？
你要永远隐藏自己吗？
你的烈怒要如火焚烧吗？
47 求你记念我的时日何等短促；
你创造所有世人，竟是何等虚空！
48 有谁能活着而不见死亡，
能救自己的灵魂脱离阴间的权势呢？ †

† 89:48 89:48 Sheol 是死人的所在之处。

细拉。

- 49 主啊，你从前的慈爱在哪里？
就是你凭你的信实向大卫所起誓的。
- 50 主啊，求你记念你仆人所受的羞辱，
我怎样在心中承受众强盛民族的辱骂；
- 51 耶和華啊，你的仇敌用这些来嘲笑，
他们用这些嘲笑你受膏者的脚踪。
- 52 耶和華是应当称颂的，直到永远。
阿们，阿们。

第四卷

90

上帝的人摩西的祷告。*

- 1 主啊，†你世代代作我们的居所。
2 在群山尚未生出以前，
在你造出大地和世界以前，
从亘古到永远，你是上帝。
- 3 你使人归于毁灭，说：
“世人哪，归回吧。”
- 4 在你眼中，千年就像已过的昨日，
又像夜间的一更。
- 5 他们在他们睡梦中把他们席卷而去。
早晨，他们像新草萌发。
- 6 早晨它萌发滋长；
到晚上就枯萎干枯。
- 7 我们因你的怒气而消灭，
因你的烈怒而惊惶。
- 8 你把我们的罪孽摆在你面前，
把我们的隐恶摆在你面光之中。
- 9 我们一切的日子都在你的烈怒中消逝；

* 90: 90:0 译作“上帝”的希伯来词是“אֱלֹהִים” (Elohim)。 † 90:1 90:1 译作“主”的词是“Adonai”。

- 我们的年岁在叹息中到了尽头。
- 10 我们年岁的日子是七十岁，
若是强壮可到八十岁；
然而其中所矜夸的不过是劳苦和愁烦，
因为它很快过去，我们便飞逝而去。
- 11 谁晓得你怒气的能力，
谁又按着你所当受的敬畏，晓得你的烈怒呢？
- 12 求你教导我们数算自己的日子，
好叫我们得着智慧的心。
- 13 耶和华啊，‡求你转意！
还要多久呢？
求你怜悯你的仆人！
- 14 求你早晨以你的慈爱使我们满足，
好叫我们一生都欢呼喜乐。
- 15 求你照着你使我们受苦的日子，
照着我们经历祸患的年岁，使我们喜乐。
- 16 愿你的作为向你的仆人显现，
愿你的荣耀向他们的子孙显明。
- 17 愿主我们的上帝的恩惠临到我们身上。
愿你为我们坚立我们手所做的工。
是的，愿你坚立我们手所做的工。

91

- 1 住在至高者隐密处的人，
必安居在全能者的荫下。
- 2 我要对耶和华说：“祂是我的避难所，我的堡垒；
是我的上帝，我所信靠的。”
- 3 因为祂必救你脱离捕鸟人的网罗，
脱离致命的瘟疫。
- 4 祂必用自己的羽毛遮蔽你。
你要投靠在祂的翅膀下。

‡ 90:13 90:13 当“LORD”或“GOD”以全大写字母呈现时，是上帝专有圣名的译法（希伯来 Yahweh）。

- 祂的信实是你的盾牌和壁垒。
- 5 你必不怕夜间的惊骇，
也不怕白日飞来的箭，
6 不怕黑暗中流行的瘟疫，
也不怕正午肆虐的毁灭。
- 7 千人仆倒在你旁边，
万人仆倒在你右边；
但灾害必不临近你。
- 8 你只要亲眼观看，
就必看见恶人所受的报应。
- 9 因为你以耶和华为你的避难所，
以至高者为你的居所，
- 10 灾祸必不临到你，
灾害也必不挨近你的住所。
- 11 因为祂必为你命令祂的天使，
在你一切的道路上保护你。
- 12 他们要用手托住你，
免得你的脚撞在石头上。
- 13 你要踩在狮子和眼镜蛇身上。
你要把少壮狮子和蛇践踏在脚下。
- 14 “因为他专心爱我，我就要救他。
我要把他安置在高处，因为他认识我的名。
- 15 他求告我，我就应允他。
他在患难中，我要与他同在。
我要救他，并使他得尊荣。
- 16 我要使他得享长寿而满足，
又让他看见我的救恩。”

92

诗篇。一首安息日的歌。

- 1 称谢耶和华是好的，
歌颂你的名，至高者啊，
- 2 早晨宣扬你的慈爱，
每夜宣扬你的信实，

- 3 用十弦琴，用瑟，
并随着竖琴的旋律。
- 4 因为耶和华啊，你借着你的作为使我欢喜；
我要因你手的作为欢呼。
- 5 耶和华啊，你的作为何等伟大！
你的意念极其深奥。
- 6 无知的人不知道，
愚昧人也不明白这事：
- 7 恶人虽如草生发，
一切作恶的人虽兴旺，
他们却要永远灭亡。
- 8 惟有你，耶和华啊，永远居于至高。
- 9 因为看哪，你的仇敌，耶和华啊，
看哪，你的仇敌必灭亡；
一切作恶的人都要被分散。
- 10 但你高举了我的角，如野牛的角；
我被新油膏抹。
- 11 我的眼也看见了我的仇敌；
我的耳听见了那些起来攻击我的邪恶仇敌。
- 12 义人要兴旺如棕榈树，
要生长如黎巴嫩的香柏树。
- 13 他们栽种在耶和华的殿中，
要在我们上帝的院里兴旺。
- 14 他们年老的时候仍要结果子，
要满有汁浆而常青，
15 好显明耶和华是正直的。
- 祂是我的磐石，
在祂里面没有不义。

93

- 1 耶和华掌权！
祂披戴威严！
耶和华以能力为装备。
世界也坚立，

- 不能动摇。
 2 你的宝座从亘古就坚立；
 你从永远就存在。
 3 大水扬起，耶和华啊，
 大水扬起它们的声音；
 大水扬起它们的波浪。
 4 在众水的响声之上，
 在海中汹涌的波涛之上，
 在高处的耶和华大有能力。
 5 你的法度坚立可靠；
 圣洁装饰你的殿，
 耶和华啊，直到永远。

94

- 1 耶和华啊，*伸冤的上帝啊，
 伸冤的上帝啊，求你发出光来。
 2 审判全地的主啊，求你兴起，
 照骄傲人所应得的报应他们。
 3 耶和华啊，恶人要到几时，
 恶人要到几时才不再夸胜？
 4 他们滔滔不绝，说傲慢的话；
 所有作恶的人都自夸。
 5 耶和华啊，他们打碎你的子民，
 苦害你的产业。
 6 他们杀害寡妇和寄居的人，
 又谋杀孤儿。
 7 他们说：“耶和华[†]必看不见，
 雅各的上帝也不会留意。”
 8 你们民中无知的人哪，要思想；
 你们愚昧人，什么时候才有智慧呢？
 9 那栽植耳朵的，岂不听见吗？

* 94:1 94:1 英文全大写的 LORD 或 GOD 源自希伯来文 יהוה Yahweh，除非另有说明为短形式 יה Yah。 † 94:7 94:7 希伯来文： יה Yah

- 那造作眼睛的，岂不看见吗？
10 那管教列国的，岂不责罚吗？
那教导人的，祂知晓。
11 耶和华知道人的意念，
知道它们都是虚妄。
12 耶和华啊，‡你所管教、
并用你的律法教导的人，是有福的，
13 你使他在患难的日子得安息，
直到为恶人挖好坑。
14 因为耶和华必不丢弃祂的子民，
也不离弃祂的产业。
15 因为审判必回归公义，
心里正直的人都必随从它。
16 谁肯为我起来攻击恶人？
谁肯为我站起抵挡作恶的人？
17 若不是耶和华帮助我，
我的灵魂早已住在寂静之中了。
18 我说：“我的脚滑倒了！”
耶和华啊，你的慈爱扶持了我。
19 我心里忧思繁多的时候，
你的安慰使我的灵魂欢喜。
20 那借律例制造祸害的邪恶宝座，
岂能与你相交呢？
21 他们聚集起来攻击义人的性命，
定无辜人的血为有罪。
22 但耶和华成了我的高台，
我的上帝成了我避难的磐石。
23 祂使他们自己的罪孽归到他们身上，
并要在他们自己的邪恶中剪除他们。
耶和华我们的上帝必剪除他们。

‡ 94:12 94:12 希伯来文： יָיָ Yah

95

- 1 来吧，我们要向耶和华歌唱；
 向拯救我们的磐石欢呼！
 - 2 我们要以感谢来到祂面前，
 用诗歌赞美祂！
 - 3 因为耶和华是伟大的上帝，
 是超乎万神之上的大君王。
 - 4 地的深处在祂手中；
 山的高峰也属祂。
 - 5 海洋属祂，是祂造的；
 旱地也是祂的手形成的。
 - 6 来吧，我们要敬拜，俯伏下拜；
 在造我们的耶和华面前跪下，
 - 7 因为祂是我们的上帝。
- 我们是祂草场上的子民，
是祂看顾的羊。
- 今天，惟愿你们听祂的声音！
- 8 不要使你们的心刚硬，像在米利巴那样，
 像在旷野玛撒的日子那样；
 - 9 那时你们的祖先试探我，
 考验我，并且看见我的作为。
 - 10 四十年之久，我因那一代人忧伤，
 并且说：“他们是心里迷误的子民；
 他们不认识我的道路。”
 - 11 所以我在怒中起誓：
 “他们绝不可进入我的安息。”

96

- 1 要向耶和华唱新歌！
 全地都要向耶和华歌唱。
- 2 要向耶和华歌唱！
 要称颂祂的名！
 要天天宣扬祂的救恩！
- 3 要在列国中述说祂的荣耀，

- 在万民中述说祂奇妙的作为。
- 4 因为耶和华为大，极配受赞美！
祂当受敬畏，超乎万神之上。
- 5 因为万民的神都是偶像，
惟有耶和华创造了诸天。
- 6 尊荣和威严在祂面前；
能力和华美在祂的圣所中。
- 7 万国的各族啊，要归给耶和华，
要把荣耀和能力归给耶和华。
- 8 要把祂名所当得的荣耀归给耶和华；
要带着供物进入祂的院宇。
- 9 要以圣洁的妆饰敬拜耶和华；
全地都要在祂面前战抖。
- 10 要在列国中说：“耶和华作王。”
世界也坚定，
不能动摇。
祂要按公正审判万民。
- 11 愿天欢喜，愿地快乐；
愿海和其中所充满的都发声澎湃！
12 愿田野和其中的一切都欢腾！
那时，林中的树木都要欢呼歌唱，
13 在耶和华面前；因为祂来了，
因为祂来审判大地。
- 祂要以公义审判世界，
以祂的信实审判万民。

97

- 1 耶和华掌权！
愿全地欢喜！
愿众海岛快乐！
- 2 密云和幽暗在祂四围。
公义与公正是祂宝座的根基。
- 3 有火在祂前面行，
烧灭祂四围的敌人。

- 4 祂的闪电照亮世界。
大地看见就战抖。
- 5 众山在耶和華面前像蜡融化，
在全地之主面前融化。
- 6 诸天宣扬祂的公义。
万民都看见祂的荣耀。
- 7 愿一切侍奉雕刻偶像、
以偶像夸耀的人都蒙羞。
所有神明啊，你们都要敬拜祂！*
- 8 锡安听见就欢喜。
犹大的众女子都快乐，
因为你的审判，耶和華啊。
- 9 因为你耶和華至高，超乎全地；
你被高举，远超万神。
- 10 你们爱耶和華的人，要恨恶邪恶！
祂保守祂圣民的生命；
祂救他们脱离恶人的手。
- 11 有光撒给义人，
有喜乐撒给心里正直的人。
- 12 义人啊，你们要靠耶和華欢喜！
要称谢祂神圣的名。

98

一篇诗。

- 1 要向耶和華唱新歌，
因为祂行了奇妙的事！
祂的右手和祂圣洁的膀臂为祂成就了拯救。
- 2 耶和華显明了祂的救恩。
祂在列国眼前公开显明了祂的公义。
- 3 祂記念祂向以色列家所施的慈爱和信实。
地的四极都看见了我们上帝的救恩。
- 4 全地啊，要向耶和華欢呼！

* 97:7 97:7 七十士译本作“天使”，而不是“神明”。

- 要放声欢唱，是的，要歌颂！
- 5 要用竖琴歌颂耶和華，
用竖琴和优美的歌声歌颂祂。
- 6 要用号角和羊角声，
在君王耶和華面前欢呼。
- 7 愿海和其中所充满的都澎湃作响；
世界和住在其中的也都如此。
- 8 愿江河拍手；
愿群山一同欢唱。
- 9 愿它们在耶和華面前歌唱，
因为祂来要审判大地。
- 祂要以公义审判世界，
以公平审判万民。

99

- 1 耶和華掌权！愿万民战抖。
祂坐在基路伯中间为王。
愿大地震动。
- 2 耶和華在锡安为大。
祂高过万民。
- 3 愿他们称赞你伟大而可畏的名。
祂是圣洁的！
- 4 王的大能也喜爱公正。
你坚立公平。
你在雅各中施行公正和公义。
- 5 当尊崇耶和華我们的上帝。
当在祂脚凳前敬拜。
祂是圣洁的！
- 6 摩西和亚伦在祂的祭司中，
撒母耳在呼求祂名的人中。
他们呼求耶和華，祂就应允他们。
- 7 祂在云柱中向他们说话。

- 他们遵守祂的法度，
和祂赐给他们的律例。
- 8 耶和華我們的上帝啊，你應允了他們。
你是赦免他們的上帝，
却也為他們所行的施行報應。
- 9 當尊崇耶和華我們的上帝。
當在祂的聖山敬拜，
因為耶和華我們的上帝是聖潔的！

100

感謝的诗。

- 1 全地啊，要向耶和華歡呼！
2 要歡歡喜喜地事奉耶和華。
要歌唱着來到祂面前。
- 3 要知道耶和華，祂是上帝。
祂造了我們，我們屬祂。
我們是祂的子民，是祂草場上的羊。
- 4 要帶着感謝進入祂的門，
帶着讚美進入祂的院。
要感謝祂，稱頌祂的名。
- 5 因為耶和華本為善。
祂的慈愛存到永遠，
祂的信實直到萬代。

101

大衛的诗。

- 1 我要歌唱慈愛和公正。
耶和華啊，我要向你歌頌。
- 2 我要謹慎行完全的道路。
你何時到我這裡來？
我要以完全的心行在我家中。
- 3 我不把卑劣的事擺在我眼前。
我恨惡背信之人的行為。
它們必不沾附於我。

- 4 邪僻的心必远离我。
我不与邪恶有任何牵连。
- 5 暗中诽谤邻舍的，我必使他闭口。
高傲自大的人，我必不容忍。
- 6 我的眼要看顾这地上忠信的人，
使他们可以与我同住。
行完全道路的人，
他必服侍我。
- 7 行诡诈的人必不得住在我家中。
说谎话的人必不得立在我眼前。
- 8 每早晨，我要除灭这地上一切恶人，
好把所有作恶的人从耶和华的城中剪除。

102

受苦者的祷告，当他心里发昏，在耶和华面前倾诉苦情。

- 1 耶和华啊，求你听我的祷告！*
愿我的呼求达到你面前。
- 2 在我遭难的日子，不要向我掩面。
求你侧耳听我。
我呼求的日子，求你快快应允我。
- 3 因为我的年日如烟消逝。
我的骨头像火把一样烧着。
- 4 我的心像草被击打而枯干，
以致我忘了吃饭。
- 5 因我呻吟的声音，
我的骨头紧贴我的皮肤。
- 6 我像荒野中的鹌鹑，
又如荒废之处的猫头鹰。
7 我守望不睡，像屋顶上孤单的麻雀。
- 8 我的仇敌终日辱骂我。

* 102:1 102:1 全大写的 LORD 或 GOD 来自希伯来文 יהוה Yahweh；除非另有注明，表示它来自短式 יה Yah。

- 那些向我发狂的人拿我的名作咒诅。
9 因为我吃灰如吃饼，
又把眼泪调在饮料里，
10 这是因你的恼怒和烈怒；
因为你把我举起，又把我抛开。
11 我的年日像拉长的影子；
我像草一样枯干。
12 但你，耶和華，永远长存；
你的声名存到万代。
13 你必起来怜悯锡安，
因为怜恤她的时候到了；
是的，所定的时候已经到了。
14 因为你的仆人喜爱她的石头，
怜惜她的尘土。
15 因此，列国必敬畏耶和華的名，
地上所有君王必敬畏你的荣耀。
16 因为耶和華建造了锡安；
祂在自己的荣耀中显现。
17 祂回应了穷乏无助之人的祷告，
没有轻看他们的祷告。
18 这事要为将来的世代写下。
将要被创造的民要赞美耶和華[†]，
19 因为祂从祂圣所的高处垂看。
耶和華从天上察看大地，
20 为要听被囚之人的呻吟，
释放那些被定死罪的人，
21 使人在锡安宣扬耶和華的名，
在耶路撒冷宣扬对祂的赞美，
22 当众民聚集，
各国也聚集，来事奉耶和華的时候。

[†] 102:18 102:18 希伯来文：יה Yah

- 23 祂在路途中削弱了我的力量；
祂缩短了我的年日。
- 24 我说：“我的上帝啊，不要在我年日的中途把我取去。
你的年岁存到万代。
- 25 你亘古立了大地的根基。
诸天是你手的工作。
- 26 它们都要灭没，你却长存。
是的，它们都要像衣服一样渐渐旧了。
你要像更换外袍一样改变它们，它们就会改变。
- 27 但你永不改变。
你的年岁没有穷尽。
- 28 你仆人的子女必存留。
他们的后裔必在你面前坚立。”

103

大卫的诗。

- 1 我的灵魂啊，要称颂耶和華！
我里面的一切啊，要称颂祂的圣名！
- 2 我的灵魂啊，要称颂耶和華，
不可忘记祂的一切恩惠，
- 3 祂赦免你一切的罪孽，
医治你一切的疾病，
- 4 祂从毁灭中救赎你的生命，
以慈爱和怜悯给你加冠，
- 5 祂用美物使你的心愿得满足，
使你的青春如鹰一般更新。
- 6 耶和華施行公义的作为，
为一切受欺压的人伸张公正。
- 7 祂使摩西知道祂的道路，
使以色列的子孙知道祂的作为。
- 8 耶和華有怜悯，有恩典，
不轻易发怒，并且有丰盛的慈爱。
- 9 祂不长久责备，

也不永远怀怒。

- 10 祂没有按我们的罪待我们，
也没有照我们的罪孽报应我们。
- 11 天离地何等高，
祂向敬畏祂的人所施的慈爱也何等大。
- 12 东离西有多远，
祂使我们的过犯离我们也有多远。
- 13 父亲怎样怜悯他的儿女，
耶和華也怎样怜悯敬畏祂的人。
- 14 因为祂知道我们是怎样被造的。
祂记得我们不过是尘土。
- 15 至于人，他的日子如草；
他发旺如田野的花。
- 16 风一吹过它，它就不在了；
它原来的地方也不再记得它。
- 17 但耶和華的慈爱归于敬畏祂的人，从亘古到永远；
祂的义也归于子子孙孙，
- 18 就是归于那些遵守祂的约、
记得遵行祂训词的人。
- 19 耶和華在天上立定祂的宝座；
祂的国度统管万有。
- 20 祂的天使啊，你们要称颂耶和華，
你们是大有能力、遵行祂话语的，
听从祂话语的声音。
- 21 祂的众军啊，你们都要称颂耶和華，
祂的仆役啊，你们是遵行祂旨意的。
- 22 祂所造的一切啊，在祂统治的一切地方，
都要称颂耶和華。
我的灵魂啊，要称颂耶和華！

104

- 1 我的灵魂啊，要称颂耶和華，*
耶和華，我的上帝啊，你至为伟大。
你披戴尊荣和威严。
- 2 祂披上光，如披外袍；
祂铺张诸天，如铺幔子。
- 3 祂在众水之上架设祂楼阁的梁木。
祂以云彩为祂的战车；
祂行走在风的翅膀上。
- 4 祂使祂的使者[†]成为风，
使祂的仆役成为火焰。
- 5 祂立定大地的根基，
使它永永远远不被挪动。
- 6 你用深水遮盖它，如同用外袍；
众水立在山岭之上。
- 7 你一斥责，众水就奔逃；
你的雷声一发，它们就急忙退去。
- 8 山岭升起，
谷地沉降，
到了你为它们指定的地方。
- 9 你设定界限，使众水不能越过，
使它们不再转回遮盖大地。
- 10 祂使泉水涌入溪谷，
在群山之间流淌。
- 11 它们给田野的百兽水喝；
野驴得以解渴。
- 12 天上的飞鸟在水边筑巢，
在枝头间歌唱。
- 13 祂从祂的楼阁浇灌群山；
大地因你作为的果实而饱足。

* **104:1 104:1** 全部大写的 LORD 或 GOD 源自希伯来文 יהוה Yahweh，除非另有说明是源自短形式 יה Yah。 † **104:4 104:4**
或译：天使

- 14 祂使青草为牲畜生长，
使植物供人耕种，
好从地里出产食物：
15 就是使人心欢喜的酒，
使人面容发光的油，
以及坚固人心的饼。
16 耶和华的树木得充分滋润，
就是祂所栽种的黎巴嫩香柏树，
17 飞鸟在那里筑巢；
鹳鸟在柏树上安家。
18 高山为野山羊所有；
岩石作石獾的避难所。
19 祂造月亮以定节令；
太阳知道何时西落。
20 你造黑暗，夜晚就来临；
林中的百兽都出来潜行。
21 少壮狮子为猎物吼叫，
向上帝寻求食物。
22 太阳升起，它们就退去，
卧在自己的洞穴里。
23 人出去做工，
劳碌直到晚上。
24 耶和华啊，你的作为何其多！
你以智慧造了这一切；
大地充满了你的丰富之物。
25 那里有海，又大又宽，
其中有无数活物，
大小动物都有。
26 船只在那里往来；
你所造的利维坦也在那里嬉戏。
27 这一切都等候你，
等你按时给它们食物。
28 你给它们，它们就拾取；

- 你张开手，它们就饱得美物。
 29 你掩面，它们就惊惶；
 你收回它们的气息，它们就死亡，归回尘土。
 30 你发出你的圣灵，它们就被创造；
 你更新地面。
 31 愿耶和华的荣耀存到永远；
 愿耶和华因祂的作为欢喜。
 32 祂观看大地，大地就震动；
 祂触摸群山，群山就冒烟。
 33 我一生要歌唱耶和華；
 只要我还在，就要歌颂我的上帝。
 34 愿我的默想使祂喜悦；
 我要因耶和華欢喜。
 35 愿罪人从地上灭尽；
 愿恶人不再存在。
 我的灵魂啊，要称颂耶和華。 ‡
 你们要赞美耶和華！ §

105

- 1 要称谢耶和華！ * 要求告祂的名！
 要在万民中传扬祂的作为。
 2 要向祂歌唱，向祂歌颂！
 要述说祂一切奇妙的作为。
 3 要以祂的圣名夸耀。
 愿寻求耶和華的人心中欢喜。
 4 要寻求耶和華和祂的能力。
 要永远寻求祂的面。
 5 要记念祂所行奇妙的作为：
 祂的奇事，以及祂口中的判语，

‡ 104:35 104:35 全部大写的 LORD 或 GOD 源自希伯来文 יהוה Yahweh, 除非另有说明是源自短形式 יה Yah. § 104:35

104:35 希伯来文: יה Yah * 105:1 105:1 全部大写的 LORD 或 GOD, 除非另有说明为短形式 יה Yah, 否则均来自希伯来文 יהוה Yahweh。

- 6 你们祂仆人亚伯拉罕的后裔，
你们祂所拣选的雅各子孙。
- 7 祂是耶和華，我们的上帝。
祂的判语遍及全地。
- 8 祂永远记念祂的约，
祂所吩咐的话，直到千代，
- 9 就是祂与亚伯拉罕所立的约，
向以撒所起的誓，
- 10 又向雅各确立为律例，
向以色列确立为永远的约，
- 11 说：“我要把迦南地赐给你们，
作你们承受产业的份。”
- 12 那时他们人数很少，
是的，极其稀少，并且在那地作寄居者。
- 13 他们从这国走到那国，
从一国到另一族。
- 14 祂不容任何人亏待他们。
是的，祂为他们的缘故责备君王，
- 15 说：“不可触碰我的受膏者！
不可伤害我的先知！”
- 16 祂命饥荒临到那地。
祂断绝粮食供应。
- 17 祂在他们以先差遣一个人。
约瑟被卖为奴。
- 18 人用脚镣伤了他的脚。
他的颈项被铁链锁住，
- 19 直到他的话应验的时候，
耶和華的话证明他为真。
- 20 王派人释放了他，
就是统治万民的王，放他自由。
- 21 王使他作自己家中的主，
治理他一切所有的，
- 22 好按他的意思管教王的首领，
并教导王的长老智慧。

- 23 以色列也来到埃及。
雅各寄居在含地。
- 24 祂使自己的百姓大大增多，
使他们比敌人更强盛。
- 25 祂使他们的心转而恨祂的百姓，
设计谋害祂的仆人。
- 26 祂差遣祂的仆人摩西，
和祂所拣选的亚伦。
- 27 他们在埃及人中间施行神迹，
在含地施行奇事。
- 28 祂差遣黑暗，使地昏暗。
他们没有违背祂的话。
- 29 祂使他们的水变为血，
杀死了他们的鱼。
- 30 他们的地满了青蛙，
甚至进了他们君王的内室。
- 31 祂一发话，成群的苍蝇就来了，
虱子也进入他们全境。
- 32 祂给他们降冰雹代替雨，
又使闪电临到他们的地。
- 33 祂击打他们的葡萄树和无花果树，
打碎他们境内的树木。
- 34 祂一发话，蝗虫就来了，
蚱蜢多得无数。
- 35 它们吃尽了他们地上一切植物，
吃尽了他们土地所出的果实。
- 36 祂又击杀他们地中所有的长子，
就是他们一切男子气力初熟的果子。
- 37 祂领以色列人带着金银出来。
祂各支派中没有一个人软弱的人。
- 38 他们离去的时候，埃及欢喜，
因为对他们的恐惧临到埃及人。
- 39 祂铺开云彩作遮盖，

- 又用火在夜间照明。
 40 他们祈求，祂就带来鹌鹑，
 用天上的粮使他们饱足。
 41 祂打开磐石，水就涌出。
 在干旱之地流淌如河。
 42 因为祂记念自己的圣言，
 和祂的仆人亚伯拉罕。
 43 祂欢欢喜喜地领出自己的百姓，
 使祂所拣选的人歌唱着出来。
 44 祂把列国的土地赐给他们。
 他们承受了列民劳碌所得，
 45 为要使他们遵守祂的律例，
 谨守祂的律法。
 要赞美耶和华！ †

106

- 1 你们要赞美耶和华！ *
 要称谢耶和华，因为祂本为善；
 因为祂的慈爱永远长存。
 2 谁能述说耶和华大能的作为，
 或完全宣扬祂一切可赞美的事呢？
 3 持守公正的人有福了；
 时时行公义的人有福了。
 4 耶和华啊，求你以你向你百姓所施的恩惠记念我；
 以你的救恩眷顾我，
 5 使我看见你所拣选之人的福乐，
 使我因你的国民的喜乐而欢喜，
 使我与你的产业一同夸耀。
 6 我们与我们的祖先一同犯了罪；
 我们犯了罪孽；

† 105:45 105:45 希伯来文：יה Yah

* 106:1 106:1

英文圣经中全大写的 LORD 或 GOD，除非另有说明为短形式 יה Yah，否则均源自希伯来文 יהוה Yahweh。

- 我们行了邪恶。
7 我们的祖先在埃及不明白你的奇事；
他们不记念你丰盛的慈爱，
反而在海边悖逆，就是在红海边悖逆。
8 然而，祂为自己的名拯救他们，
好使祂的大能显明出来。
9 祂斥责红海，海就干了；
祂领他们经过深处，如同行过旷野。
10 祂救他们脱离恨他们之人的手，
从仇敌的手中救赎他们。
11 水淹没了他们的敌人；
他们中间连一个也没有剩下。
12 那时他们信了祂的话，
歌唱赞美祂。
- 13 他们很快就忘了祂的作为；
不等候祂的旨意，
14 却在旷野中纵情贪欲，
在荒地试探上帝。
15 祂将他们所求的赐给他们，
却使他们的灵魂消瘦。
16 他们又在营中嫉妒摩西，
也嫉妒耶和华的圣者亚伦。
17 地裂开，吞下大坍，
掩盖了亚比兰一党。
18 有火在他们一党中燃起；
火焰烧灭了恶人。
19 他们在何烈造了一只牛犊，
敬拜铸成的像。
20 这样，他们把自己的荣耀
换成吃草之牛的像。
21 他们忘了上帝他们的救主，
就是在埃及行大事的那一位，

- 22 在含地行奇妙作为，
在红海边行可畏之事的那一位。
- 23 因此祂说要灭绝他们；
若不是祂所拣选的摩西站在祂面前的破口中，
使祂的怒气转消，祂就毁灭他们了。
- 24 是的，他们藐视那美地；
他们不信祂的话，
25 却在自己的帐棚里发怨言，
不听耶和华的声音。
- 26 因此祂向他们起誓，
必使他们倒毙在旷野，
27 使他们的后裔倒在列国中，
并把他们分散在各地。
- 28 他们又与巴力·毗珥联合，
吃了死人的祭物。
- 29 这样，他们用自己的行为惹祂发怒；
瘟疫就在他们中间爆发。
- 30 那时非尼哈站起来施行审判，
瘟疫就止住了。
- 31 这就算为他的义，
直到世世代代，永远如此。
- 32 他们又在米利巴水惹祂发怒，
以致摩西因他们受了连累；
- 33 因为他们激怒了摩西的灵，
他就用嘴唇说了急躁的话。
- 34 他们没有灭绝那些民族，
正如耶和华所吩咐他们的，
35 却与列国混杂，
学习他们的行为。
- 36 他们事奉他们的偶像，
这就成了他们的网罗。
- 37 是的，他们把自己的儿女献祭给鬼魔。
38 他们流了无辜人的血，

- 就是自己儿女的血；
他们把这些儿女献祭给迦南的偶像。
那地就被血污秽了。
- 39 这样，他们因自己的行为被玷污，
在自己的作为上行淫。
- 40 因此耶和华向祂的百姓发烈怒；
祂憎恶祂的产业。
- 41 祂把他们交在列国手中；
恨他们的人就辖制他们。
- 42 他们的仇敌也欺压他们；
他们被制伏在仇敌手下。
- 43 祂多次搭救他们，
他们却在自己的计谋中悖逆，
因自己的罪孽降为卑微。
- 44 然而，祂听见他们哀求的时候，
就顾念他们的困苦。
- 45 祂为他们记念自己的约，
又照祂丰盛的慈爱回心转意。
- 46 祂也使凡掳掠他们的人
都怜悯他们。
- 47 耶和华我们的上帝啊，求你拯救我们，
从列国中聚集我们，
好称谢你的圣名，
因赞美你而夸胜！
- 48 耶和华以色列的上帝是应当称颂的，
从亘古直到永远！
愿众民都说：“阿们。”
你们要赞美耶和华！ †

卷五

† 106:48 106:48 希伯来文：יה Yah

107

- 1 你们要称谢耶和华，*因为祂本为善，
祂的慈爱永远长存。
- 2 愿耶和华所救赎的人这样说，
就是祂从敌人的手中救赎出来的人；
3 祂从各地召聚他们，
从东方，从西方，
从北方，从南方。
- 4 他们在旷野，在荒凉的路上漂流，
找不到可住的城。
- 5 他们又饥又渴，
生命在他们里面衰弱。
- 6 于是他们在患难中向耶和华呼求，
祂就救他们脱离困苦。
- 7 祂又领他们走直路，
使他们往可住的城去。
- 8 愿他们因耶和华的慈爱赞美祂，
因祂向世人所行的奇妙作为赞美祂！
- 9 因为祂使渴慕的生命得满足，
使饥饿的生命充满美物。
- 10 有人坐在黑暗和死荫中，
被苦难和铁链捆绑，
11 因为他们悖逆上帝†的话语，
藐视至高者的旨意。
- 12 因此，祂用劳苦使他们的心降卑；
他们跌倒，却无人帮助。
- 13 于是他们在患难中向耶和华呼求，

* **107:1 107:1** 当译为全大写字母时，“LORD”或“GOD”是上帝专有名字的译法（希伯来文“**יהוה**”）。

† **107:11 107:11** 译为“上帝”的希伯来词是“**אֱלֹהִים**”（Elohim）。

- 祂就拯救他们脱离困苦。
14 祂领他们出离黑暗和死荫，
折断他们的锁链。
15 愿他们因耶和华的慈爱赞美祂，
因祂向世人所行的奇妙作为赞美祂！
- 16 因为祂打破了铜门，
砍断了铁门。
- 17 愚妄人因自己的悖逆受苦，
因自己的罪孽受苦。
18 他们的生命厌恶各种食物，
他们临近死亡之门。
19 于是他们在患难中向耶和华呼求，
祂就拯救他们脱离困苦。
20 祂发出祂的话医治他们，
救他们脱离坟墓。
21 愿他们因耶和华的慈爱赞美祂，
因祂向世人所行的奇妙作为赞美祂！
- 22 愿他们献上感谢的祭，
歌唱述说祂的作为。
- 23 那些坐船下海的人，
在大水上营生的人，
24 他们看见耶和华的作为，
看见祂在深海中的奇事。
25 因为祂一吩咐，就兴起暴风，
掀起海上的波浪。
26 他们上升到天空，又下沉到深渊；
他们的生命因患难而消融。
27 他们摇来晃去，东倒西歪，像醉酒的人；
他们一切的智慧都用尽了。
28 于是他们在患难中向耶和华呼求，

- 祂就领他们脱离困境。
- 29 祂使暴风止息，化为平静，
海上的波浪就安静。
- 30 风浪平静，他们就欢喜；
祂就带他们到所愿的港口。
- 31 愿他们因耶和华的慈爱赞美祂，
因祂向世人所行的奇妙作为赞美祂！
- 32 愿他们也在民的会中尊崇祂，
在长老的席上赞美祂。
- 33 祂使江河变为旷野，
使水泉变为干旱之地，
34 使肥沃之地变为盐碱荒地，
都因住在那里之人的邪恶。
- 35 祂使旷野变为水池，
使干地变为水泉。
- 36 祂使饥饿的人住在那里，
好让他们建造可住的城，
37 播种田地，栽植葡萄园，
收取丰收的果实。
- 38 祂又赐福给他们，使他们大大增多；
祂不容他们的牲畜减少。
- 39 后来，他们因压迫、患难和忧伤而减少，卑微下去。
40 祂将藐视倾倒在王侯身上，
使他们在无路的荒野中漂流。
- 41 然而，祂使贫困人脱离苦难而升高，
使他们的家族像羊群一样增多。
- 42 正直人必看见就欢喜，
一切邪恶的人都必闭口无言。
- 43 凡有智慧的，必留心这些事；
他们必思想耶和华的慈爱。

108

一首诗歌。大卫的诗篇。

- 1 我的心坚定，上帝啊；
我要歌唱，要用我的灵魂作乐。
- 2 琴瑟啊，醒来吧！
我要唤醒黎明。
- 3 耶和華啊，我要在列國中稱謝你；
我要在萬民中歌頌你。
- 4 因為你的慈愛高過諸天；
你的信實達到穹蒼。
- 5 上帝啊，願你被高舉，超過諸天！
願你的榮耀遍及全地。
- 6 求你用右手施行拯救，並應允我們，
使你所愛的人得救。
- 7 上帝從祂的聖所說：“我要得勝；
我要分開示劍，丈量疏割谷。
- 8 基列是我的，瑪拿西也是我的；
以法蓮也是我的頭盔；
猶大是我的權杖。
- 9 摩押是我的洗盆；
我要向以東拋我的鞋；
我要向非利士歡呼。”
- 10 誰能帶我進堅固城？
誰能領我到以東？
- 11 上帝啊，你不是已經棄絕我們了嗎？
上帝啊，你不與我們的軍隊一同出戰。
- 12 求你幫助我們抵擋敵人，
因為人的幫助是徒然的。
- 13 靠着上帝，我們必勇敢行事；
因為踐踏我們敵人的正是祂。

109

交給聖樂長。大衛的詩。

- 1 我所赞美的上帝啊，求你不要沉默；
 - 2 因为他们张开恶人的口和诡诈的口攻击我。
他们用说谎的舌头对我说话。
- 3 他们又用仇恨的话围绕我，
无故地攻击我。
- 4 他们以敌对回报我的爱；
但我专心祷告。
- 5 他们以恶报善，
以仇恨回报我的爱。
- 6 愿你派一个恶人辖制他。
愿控告者站在他的右边。
- 7 他受审判的时候，愿他被判有罪。
愿他的祷告成为罪。
- 8 愿他的日子短少。
愿别人取得他的职分。
- 9 愿他的儿女成为孤儿，
他的妻子成为寡妇。
- 10 愿他的儿女流离乞讨。
愿他们从自己的废墟中被人寻找出来。
- 11 愿债主夺取他所有的一切。
愿外人抢掠他劳碌所得的成果。
- 12 愿无人向他施恩，
也无人怜悯他的孤儿。
- 13 愿他的后裔被剪除。
愿他们的名在下一代被涂抹。
- 14 愿他祖先的罪孽被耶和华记念。
愿他母亲的罪不被涂抹。
- 15 愿这些罪常在耶和华面前，
好使祂从地上剪除他们的记忆；
- 16 因为他不记得施恩，
反而迫害贫穷困苦的人，
迫害心里破碎的人，要把他们置于死地。
- 17 是的，他喜爱咒诅，咒诅就临到他。

- 他不喜爱祝福，祝福就远离他。
18 他又以咒诅为衣穿在身上。
咒诅如水进入他的内脏，
如油进入他的骨头。
19 愿这咒诅对他如他披上的衣服，
如他常束的腰带。
20 这就是我的对头从耶和华所得的报应，
也是那些说恶言攻击我性命的人所得的报应。
- 21 但耶和华主*啊，求你为你名的缘故待我；
因你的慈爱美善，求你搭救我；
22 因为我贫穷困苦，
我的心在我里面受了创伤。
23 我渐渐消逝，如傍晚的影子。
我如蝗虫被抖落。
24 我的膝盖因禁食而软弱；
我的身体消瘦，没有脂肪。
25 我也成了他们羞辱的对象。
他们看见我，就摇头。
26 耶和华我的上帝啊，求你帮助我。
求你照你的慈爱拯救我；
27 好让他们知道这是你的手；
耶和华啊，这是你所做的。
28 任凭他们咒诅，但你必赐福。
他们起来的时候，必蒙羞；
但你的仆人必欢喜。
29 愿我的对头披上羞辱。
愿他们以自己的羞愧为袍遮盖自己。
30 我要用我的口大大称谢耶和华。
是的，我要在众人中赞美祂。
31 因为祂必站在困苦人的右边，
要救他脱离那些审判他性命的人。

* 109:21 109:21 译作“主”的词是“Adonai”。

110

大卫的诗。

- 1 耶和华对我主说：“你坐在我的右边，
等我使你的仇敌作你脚下的脚凳。”
- 2 耶和华必从锡安伸出你能力的杖。
你要在你的仇敌中掌权。
- 3 在你掌权的日子，你的百姓甘心献上自己，身穿圣洁的装饰。
从清晨的母腹中，你拥有你青春的甘露。
- 4 耶和华已经起誓，决不改变心意：
“你照着麦基洗德的等次，永远为祭司。”
- 5 主在你的右边。
祂在发怒的日子必击碎列王。
- 6 祂必在列国中施行审判。
祂必堆积尸体。
祂必击碎全地的统治者。
- 7 祂必在路旁喝溪水；
因此祂必抬起头来。

111

- 1 你们要赞美耶和华！*
我要全心称谢耶和华，†
在正直人的议会中，在会众中称谢祂。
- 2 耶和华的作为伟大，
凡喜爱这些作为的人都默想查考。
- 3 祂的作为有尊荣和威严；
祂的公义存到永远。
- 4 祂使祂奇妙的作为被人记念；
耶和华有恩典，有怜悯。

* 111:1 111:1 希伯来文：יהי，雅。诗篇111篇是一首离合诗，在开头“你们要赞美耶和华”

† 111:1 111:1 LORD或GOD若全用大写，均来自希伯来文יהוה，即雅威；除非另有说明

- 5 祂赐粮食给敬畏祂的人；
 祂永远记念祂的约。
- 6 祂向自己的子民显明祂作为的大能，
 把列国的产业赐给他们。
- 7 祂手所做的是信实和公正；
 祂一切的训词都是可靠的。
- 8 它们被立定，直到永永远远；
 都是以信实和正直施行的。
- 9 祂为自己的子民施行救赎；
 祂命定祂的约直到永远；
 祂的名圣洁而可畏！
- 10 敬畏耶和华是智慧的开端；
 凡遵行祂作为的人都有美好的悟性。
对祂的赞美存到永远！

112

- 1 赞美耶和华！*
 敬畏耶和华的人有福了，†
 他极其喜爱祂的诫命。
- 2 他的后裔在地上必强盛；
 正直人的世代必蒙福。
- 3 财富和丰盛在他的家中；
 他的义存到永远。
- 4 在黑暗中，有光为正直人升起；
 他有恩惠，有怜悯，又公义。
- 5 施恩并借贷的人必得好处；
 他必在审判中维护自己的案件。
- 6 因为他永不动摇；
 义人必永远被记念。

* 112:1 112:1 希伯来文：יה, Yah。诗篇112篇是一首离合诗，在开头的“赞美耶和华！”

† 112:1 112:1 全部大写的LORD或GOD来自希伯来文יהוה Yahweh，除非另有说明是来自短形式יה Yah。

- 7 他不怕凶恶的信息；
 他的心坚定，信靠耶和華。
- 8 他的心坚固；
 到最后，他看见自己的敌人时，也不害怕。
- 9 他分散施予，赍济贫穷；
 他的义存到永远；
 他的角必在荣耀中被高举。
- 10 恶人看见就忧愁；
 他必咬牙切齿，渐渐消融；
 恶人的愿望必归于灭亡。

113

- 1 你们要赞美耶和華！*
 耶和華的仆人哪，你们要赞美，†
 要赞美耶和華的名。
- 2 愿耶和華的名受称颂，
 从今时直到永远。
- 3 从日出之地到日落之处，
 耶和華的名都当受赞美。
- 4 耶和華高过万国，
 祂的荣耀高过诸天。
- 5 谁像耶和華我们的上帝，
 祂坐在至高之处，
 6 屈尊观看天上和地上的事？
- 7 祂从尘土中抬举贫寒人，
 从灰堆中提拔穷乏人，
- 8 使祂与王子同坐，
 与祂百姓中的王子同坐。
- 9 祂使不能生育的妇人安居家中，
 成为儿女欢喜的母亲。

* 113:1 113:1 希伯来文: יהּ Yah † 113:1 113:1
 英文中全部大写的 LORD 或 GOD 均译自希伯来文 יהוה
 Yahweh, 除非另有注明是出自缩写形式 יהּ Yah。

你们要赞美耶和华! †

114

- 1 以色列出埃及的时候，
雅各家离开说异族语言的民；
- 2 犹大成了祂的圣所，
以色列成了祂的领土。
- 3 海看见了，就逃跑；
约旦河也倒流。
- 4 群山跳跃如公羊，
小山跳跃如羊羔。
- 5 海啊，你为什么逃跑？
约旦河啊，你为什么倒流？
- 6 群山啊，你们为什么跳跃如公羊？
小山啊，你们为什么跳跃如羊羔？
- 7 大地啊，你要在主面前战栗，
在雅各的上帝面前战栗；
- 8 祂使磐石变为水池，
使坚石变为水泉。

115

- 1 耶和华啊，不要归给我们，*不要归给我们，
却要因你的慈爱和信实，将荣耀归给你的名。
- 2 列国为什么要说：
“他们的上帝如今在哪里呢？”
- 3 但我们的上帝在天上；
祂随自己的喜悦行万事。
- 4 他们的偶像是金银，
是人手所造的。
- 5 它们有口，却不能说话；
有眼，却不能看见；

† 113:9 113:9 希伯来文: יהוה Yah * 115:1 115:1 全部大写的 LORD 或 GOD 来自希伯来文 יהוה Yahweh, 除非另有注明是来自简短形式 יהוה Yah。

- 6 有耳，却不能听见；
有鼻，却不能闻；
- 7 有手，却不能摸；
有脚，却不能走；
喉咙也不能发声。
- 8 造它们的，必像它们一样；
凡倚靠它们的，也都如此。
- 9 以色列啊，要倚靠耶和華！
祂是他們的幫助，是他們的盾牌。
- 10 亞倫家啊，要倚靠耶和華！
祂是他們的幫助，是他們的盾牌。
- 11 你們敬畏耶和華的人，要倚靠耶和華！
祂是他們的幫助，是他們的盾牌。
- 12 耶和華記念我們；祂必賜福給我們。
祂必賜福給以色列家；
祂必賜福給亞倫家。
- 13 敬畏耶和華的人，
無論大小，祂都必賜福。
- 14 願耶和華使你們增多，
使你們和你們的兒女日益增多。
- 15 你們蒙耶和華賜福，
祂造了天和地。
- 16 天，是耶和華的天；
地，祂却賜給了世人。
- 17 死人不能讚美耶和華，†
下到寂靜之地的，也都不能。
- 18 但我們要稱頌耶和華，‡
從今時直到永遠。
你們要讚美耶和華！§

† 115:17 115:17 希伯來文: יה Yah ‡ 115:18 115:18 希伯來文: יה Yah § 115:18 115:18 希伯來文: יה Yah

116

- 1 我爱耶和華，* 因為祂垂聽我的聲音，
和我懇求憐憫的呼聲。
- 2 因為祂向我側耳，
所以我一生都要求告祂。
- 3 死亡的繩索環繞我，
陰間† 的痛苦抓住我；
我遭遇患難和憂愁。
- 4 那時我求告耶和華的名：
“耶和華啊，我懇求你，救我的靈魂。”
- 5 耶和華有恩典，又公義；
是的，我們的上帝滿有憐憫。
- 6 耶和華保護單純的人；
我落到卑微之處，祂救了我。
- 7 我的靈魂哪，歸回你的安息吧，
因為耶和華厚待了你。
- 8 因為你救我的靈魂脫離死亡，
救我的眼睛脫離眼淚，
救我的腳免于跌倒。
- 9 我要在活人之地行走在耶和華面前。
- 10 我信，所以我说：
“我受了極大的苦難。”
- 11 我倉促中说：
“人人都是說謊者。”
- 12 耶和華向我所賜的一切恩惠，我拿什麼回報祂呢？
13 我要舉起救恩的杯，求告耶和華的名。
- 14 我要向耶和華償還我所許的願；
是的，要在祂全體子民面前償還。
- 15 在耶和華眼中，祂聖民的死是寶貴的。
- 16 耶和華啊，我实在是你的僕人；

* 116:1 116:1 全部大写的 LORD 或 GOD，除非另有说明为短形式
 יה Yah，否則均源自希伯來文 יהוה Yahweh。 † 116:3 116:3
 陰間是死人所在之處。

我是你的仆人，是你使女的儿子。
 你解开了我的锁链。
 17 我要向你献上感恩的祭，
 并要求告耶和華的名。
 18 我要向耶和華償還我所許的願；
 是的，要在祂全體子民面前，
 19 在耶和華殿的院中，
 在你中間，耶路撒冷啊。
 讚美耶和華！ ‡

117

1 萬國啊，你們要讚美耶和華，*
 萬民哪，你們都要頌揚祂！
 2 因為祂向我們大施慈愛；
 耶和華的信實存到永遠。
 你們要讚美耶和華！ †

118

1 你們要稱謝耶和華，*因祂本為善；
 祂的慈愛永遠長存。
 2 願以色列現在說：
 祂的慈愛永遠長存。
 3 願亞倫家現在說：
 祂的慈愛永遠長存。
 4 願敬畏耶和華的人現在說：
 祂的慈愛永遠長存。
 5 我在困苦中呼求耶和華。 †
 耶和華‡回應我，使我得自由。

‡ 116:19 116:19 希伯來文： יה Yah * 117:1
 117:1 全部大寫的 LORD 或 GOD 來自希伯來文 יהוה
 Yahweh，除非另有註明是來自短形式 יה Yah。 † 117:2 117:2
 希伯來文： יה Yah * 118:1 118:1 全部大寫的 LORD 或 GOD
 來自希伯來文 יהוה יהוה Yahweh（耶和華），除非另有說明是來自短形式
 יה Yah。 † 118:5 118:5 希伯來文： יה Yah ‡ 118:5 118:5
 希伯來文： יה Yah

- 6 耶和华在我这边，我必不惧怕。
人能把我怎么样呢？
- 7 耶和华在我这边，在帮助我的人中间。
因此，我必得胜地看着那些恨我的人。
- 8 投靠耶和华，
胜过倚靠人。
- 9 投靠耶和华，
胜过倚靠君王。
- 10 万国围绕我，
但我奉耶和华的名剪除他们。
- 11 他们围绕我，是的，他们围绕我；
我实在奉耶和华的名剪除他们。
- 12 他们像蜜蜂一样围绕我；
他们像燃烧的荆棘一样被熄灭。
我奉耶和华的名剪除他们。
- 13 你猛烈推我，要使我跌倒，
但耶和华帮助了我。
- 14 耶和华是我的力量、我的诗歌；
祂也成了我的拯救。
- 15 在义人的帐棚中，有欢呼和拯救的声音：
“耶和华的右手大显威能。
- 16 耶和华的右手被高举！
耶和华的右手大显威能！”
- 17 我必不至于死，仍要存活，
并宣扬耶和华的作为。
- 18 耶和华*严厉管教了我，
但祂没有把我交给死亡。
- 19 请为我打开公义的门；
我要进去；
我要称谢耶和华。†
- 20 这是耶和华的门；

§ 118:14 118:14 希伯来文： יה Yah * 118:18 118:18 希伯来文： יה Yah
† 118:19 118:19 希伯来文： יה Yah

- 义人要从其中进去。
- 21 我要称谢你，因为你回应了我，
并且成了我的拯救。
- 22 匠人所弃的石头，
已经成了房角石。‡
- 23 这是耶和华所做的；
在我们眼中，这是奇妙的。
- 24 这是耶和华所造的日子；
我们要在其中欢喜快乐！
- 25 耶和华啊，求你现在拯救我们！
耶和华啊，求你现在赐下亨通。
- 26 奉耶和华名来的，是有福的！
我们从耶和华的殿中祝福你们。
- 27 耶和华是上帝，祂赐光给我们。
用绳索把祭牲拴在祭坛的角上。
- 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，因祂本为善；
祂的慈爱永远长存。

119

亚勒夫

- 1 行为完全、
遵行耶和华律法的人有福了。
- 2 遵守祂法度、
全心寻求祂的人有福了。
- 3 他们不行不义；
他们行在祂的道路中。
- 4 你已经命定你的训词，
要人殷勤遵守。
- 5 惟愿我的道路坚定，
好遵守你的律例！

‡ 118:22 118:22 直译：房角的头

6 我注视你一切诫命的时候，
就不至羞愧。

7 我学习你公义的典章时，
要以正直的心称谢你。

8 我要遵守你的律例；
求你不要全然离弃我。

贝特

9 年轻人怎样使自己的道路保持纯洁呢？
就是要照你的话谨慎而行。

10 我全心寻求你；
求你不要让我偏离你的诫命。

11 我把你的话藏在心里，
免得我得罪你。

12 耶和華啊，你是当受称颂的；
求你教导我你的律例。

13 我用嘴唇
述说你口中的一切典章。

14 我喜悦你法度所指的道路，
如同喜悦一切财富。

15 我要默想你的训词，
注视你的道路。

16 我要以你的律例为乐；
我不忘记你的话。

吉梅尔

17 求你善待你的仆人，
使我存活，并遵守你的话。

18 求你开启我的眼睛，
使我看见你律法中的奇妙。

19 我是在地上的寄居者；
求你不要向我隐藏你的诫命。

20 我的灵魂时时渴慕你的典章，
几乎耗尽。

21 你责备受咒诅的骄傲人，

- 就是那些偏离你诫命的人。
22 求你除去我所受的羞辱和藐视，
因为我遵守了你的法度。
23 虽然首领坐着毁谤我，
你的仆人却默想你的律例。
24 你的法度实在是我的喜乐，
是我的谋士。
- 达勒特
25 我的灵魂伏在尘土中；
求你照你的话使我存活！
26 我陈明自己的道路，你就应允我；
求你教导我你的律例。
27 求你使我明白你训词的道路；
我就默想你奇妙的作为。
28 我的灵魂因忧伤而消沉；
求你照你的话坚固我。
29 求你使我远离虚假的道路；
求你施恩，把你的律法赐给我！
30 我选择了真理的道路；
我把你的典章摆在我面前。
31 耶和华啊，我紧紧持守你的法度；
求你不要使我羞愧。
32 我要奔行你诫命的道路，
因为你使我的心宽广。

希

- 33 耶和华啊，求你教导我你律例的道路，
我必遵守到底。
34 求你赐我悟性，我就遵守你的律法；
我要全心遵行。
35 求你引导我行在你诫命的路上，
因为我喜悦这路。
36 求你使我的心转向你的法度，
不转向私利。

- 37 求你转开我的眼目，不看虚空的事；
 求你在你的道路中使我存活。
- 38 求你向你的仆人成就你的应许，
 使人敬畏你。
- 39 求你除去我所惧怕的羞辱，
 因为你的典章是美善的。
- 40 看哪，我渴慕你的训词！
 求你在你的公义中使我存活。

瓦夫

- 41 耶和华啊，愿你的慈爱临到我，
 愿你的救恩照你的话临到我。
- 42 这样，我就有话回答那羞辱我的人，
 因为我信靠你的话。
- 43 求你不要把真理的话从我口中夺去，
 因为我仰望你的典章。
- 44 这样，我就要常常遵守你的律法，
 直到永永远远。
- 45 我要行在宽阔之地，
 因为我寻求了你的训词。
- 46 我也要在君王面前讲论你的法度，
 并且不至羞愧。
- 47 我要以你的诫命为乐，
 因为我爱它们。
- 48 我要向我所爱的你的诫命举手；
 我要默想你的律例。

扎因

- 49 求你记念赐给你仆人的话，
 因为你使我有盼望。
- 50 这是我在患难中的安慰，
 因为你的话使我存活。
- 51 傲慢人极度嘲笑我，
 我却没有偏离你的律法。
- 52 耶和华啊，我记念你古时的典章，

- 就得了安慰。
53 我因恶人离弃你的律法，
就满心愤慨。
54 在我寄居的居所中，
你的律例成了我的诗歌。
55 耶和华啊，我在夜间记念你的名，
并且遵守你的律法。
56 这就是我所得的福分：
我遵守你的训词。
- 赫特
57 耶和华是我的份。
我应许要遵守你的话。
58 我全心寻求你的恩惠；
求你照你的话怜悯我。
59 我思想自己的道路，
就把脚步转向你的法度。
60 我要赶快，不迟延，
去遵守你的诫命。
61 恶人的绳索缠住我，
但我不忘记你的律法。
62 我半夜起来称谢你，
因你公义的典章。
63 凡敬畏你、
遵守你训词的人，我都与他们为友。
64 耶和华啊，遍地满了你的慈爱；
求你教导我你的律例。
- 泰特
65 耶和华啊，你照你的话
善待了你的仆人。
66 求你教导我良好的判断力和知识，
因为我信你的诫命。
67 我受苦以前走迷了路；
但现在我遵守你的话。

- 68 你本为善，并且行善；
求你教导我你的律例。
- 69 骄傲人用谎言涂抹我；
我却要全心谨守你的训词。
- 70 他们的心像脂油一样麻木；
但我喜悦你的律法。
- 71 我受苦是对我有益的，
使我学习你的律例。
- 72 你口中的律法对我来说，
胜过千万金银。
- 约德
- 73 你的手造了我，塑造了我；
求你赐我悟性，使我学习你的诫命。
- 74 敬畏你的人看见我就欢喜，
因为我仰望你的话。
- 75 耶和華啊，我知道你的典章是公义的，
你使我受苦是出于信实。
- 76 求你的慈爱成为我的安慰，
照你给你仆人的话。
- 77 愿你的怜悯临到我，使我存活；
因为你的律法是我的喜乐。
- 78 愿骄傲人蒙羞，因为他们无理地苦待我；
我却要默想你的训词。
- 79 愿敬畏你的人转向我，
他们必认识你的法度。
- 80 愿我的心在你的律例上完全，
使我不至羞愧。

卡夫

- 81 我的灵魂渴想你的救恩，以致衰竭；
我仰望你的话。
- 82 我的眼睛因盼望你的话而昏花；
我说：“你什么时候安慰我？”
- 83 我好像烟熏的皮袋；

- 我却不忘记你的律例。
84 你的仆人还有多少日子呢？
你什么时候向那些逼迫我的人施行审判呢？
85 骄傲人为我挖了坑，
他们不遵从你的律法。
86 你一切的诫命都是信实的；
他们无理地逼迫我；
求你帮助我！
87 他们几乎把我从地上除灭，
但我没有离弃你的训词。
88 求你照你的慈爱保全我的生命，
我就遵守你口中的法度。

拉梅德

- 89 耶和華啊，你的話永遠安定在天上。
90 你的信實直到萬代；
你立定了大地，它就長存。
91 天地照你的法則存到今日，
因為萬物都服侍你。
92 若不是你的律法成了我的喜樂，
我早就在患難中滅亡了。
93 我永不忘记你的訓詞，
因為你借着它們使我存活。
94 我是屬於你的；
求你拯救我，因為我尋求了你的訓詞。
95 惡人等待着要毀滅我；
我却思想你的法度。
96 我看見凡完全的事都有盡頭，
但你的命令極其寬廣。

梅姆

- 97 我何等愛你的律法！
它是我終日所默想的。
98 你的誡命使我比仇敵更有智慧，
因為它們常與我同在。

- 99 我比我所有的教师更有悟性，
因为你的法度是我所默想的。
- 100 我比年长的人更明白，
因为我谨守了你的训词。
- 101 我约束自己的脚，不走一切邪恶的道路，
为要遵守你的话。
- 102 我没有偏离你的典章，
因为你教导了我。
- 103 你的话语在我口中何等甘甜，
比蜜在我口里更甜！
- 104 我借着你的训词得着悟性；
因此我恨恶一切虚假的道路。
- 努恩
- 105 你的话是我脚前的灯，
是我路上的光。
- 106 我已经起誓，并且坚立誓言，
要遵守你公义的典章。
- 107 我甚是受苦；
耶和華啊，求你照你的话使我存活。
- 108 耶和華啊，求你悦纳我口中甘心献上的祭；
求你教导我你的典章。
- 109 我的生命常在我手中，
然而我不忘记你的律法。
- 110 恶人为我设下网罗，
然而我没有偏离你的训词。
- 111 我以你的法度为永远的产业，
因为它们是我心中的喜乐。
- 112 我立定我的心，要永远实行你的律例，
直到末了。

撒梅赫

- 113 我恨恶心怀二意的人，
但我爱你的律法。
- 114 你是我的藏身之处，是我的盾牌；

- 我仰望你的话。
115 作恶的人哪，离开我吧，
好让我遵守我上帝的诫命。
116 求你照你的话扶持我，使我存活；
不要使我因我的盼望而羞愧。
117 求你托住我，我就安全，
并且常常仰望你的律例。
118 凡偏离你律例的人，你都弃绝，
因为他们的诡诈终归徒然。
119 你除掉地上一切恶人，好像除掉渣滓；
因此我爱你的法度。
120 我的肉身因惧怕你而战栗；
我敬畏你的典章。

阿因

- 121 我行了公平和公义；
求你不要把我交给欺压我的人。
122 求你为你仆人的福祉作保；
不要让骄傲人欺压我。
123 我的眼睛因盼望你的救恩，
盼望你公义的话而昏花。
124 求你照你的慈爱待你的仆人，
教导我你的律例。
125 我是你的仆人；求你赐我悟性，
使我认识你的法度。
126 耶和華啊，是你行动的时候了，
因为人废弃了你的律法。
127 因此我爱你的诫命胜过金子，
是的，胜过精金。
128 因此，我以你一切的训词为正；
我恨恶一切虚假的道路。

佩

- 129 你的法度奇妙，
所以我的灵魂遵守它们。

- 130 你的话语一开启，就发出亮光；
使愚蒙人有悟性。
- 131 我张口喘息，
因为我渴慕你的诫命。
- 132 求你转向我，怜悯我，
照你向爱你名的人素常所行的。
- 133 求你用你的话坚立我的脚步；
不要让任何罪孽辖制我。
- 134 求你救赎我脱离人的欺压，
我就遵守你的训词。
- 135 求你使你的脸光照你的仆人，
教导我你的律例。
- 136 我的眼中流下泪河，
因为他们不遵守你的律法。

察德

- 137 耶和華啊，你是公义的；
你的典章正直。
- 138 你凭公义命定你的法度，
它们全然可信。
- 139 我的热心使我耗尽，
因为我的敌人忘记你的话。
- 140 你的话经过彻底试验，
你的仆人喜爱它。
- 141 我微小，被人藐视；
我却不忘记你的训词。
- 142 你的公义是永远的公义；
你的律法是真理。
- 143 患难和痛苦抓住了我；
你的诫命却是我的喜乐。
- 144 你的法度永远公义；
求你赐我悟性，使我存活。

科夫

- 145 我全心呼求；

- 耶和華啊，求你應允我！
我要遵守你的律例。
- 146 我向你呼求；求你拯救我！
我要遵守你的法度。
- 147 我黎明前起來呼求幫助；
我仰望你的話。
- 148 我的眼睛在夜更以前醒着，
為要默想你的話。
- 149 求你照你的慈愛聽我的聲音；
耶和華啊，求你照你的典章使我存活。
- 150 追隨邪惡的人臨近了；
他們遠離你的律法。
- 151 耶和華啊，你是近的；
你一切的誡命都是真理。
- 152 我早已從你的法度知道，
你已經立定它們直到永遠。
- 雷什
- 153 求你察看我的苦難，搭救我，
因為我不忘記你的律法。
- 154 求你為我的案件申辯，救贖我！
求你照你的話使我存活。
- 155 救恩遠離惡人，
因為他們不尋求你的律例。
- 156 耶和華啊，你的憐憫浩大；
求你照你的典章使我存活。
- 157 逼迫我的人和我的敵人眾多；
我卻沒有偏離你的法度。
- 158 我看見背信的人就厭惡，
因為他們不遵守你的話。
- 159 求你看我何等愛你的訓詞；
耶和華啊，求你照你的慈愛使我存活。
- 160 你話語的總和是真理；

你每一项公义的典章都存到永远。

辛和申

- 161 首领无故逼迫我，
但我的心敬畏你的话。
- 162 我因你的话欢喜，
好像人得了许多掠物。
- 163 我恨恶并憎厌虚假；
我爱你的律法。
- 164 我因你公义的典章，
一天七次赞美你。
- 165 爱你律法的人有大平安；
没有什么能使他们绊跌。
- 166 耶和华啊，我仰望你的救恩；
我遵行了你的诫命。
- 167 我的灵魂遵守了你的法度；
我极其爱它们。
- 168 我遵守了你的训词和你的法度，
因为我一切的道路都在你面前。

塔夫

- 169 耶和华啊，愿我的呼求来到你面前；
求你照你的话赐我悟性。
- 170 愿我的恳求来到你面前；
求你照你的话搭救我。
- 171 愿我的嘴唇涌出赞美，
因为你教导我你的律例。
- 172 愿我的舌头歌唱你的话，
因为你一切的诫命都是公义的。
- 173 愿你的手随时帮助我，
因为我选择了你的训词。
- 174 耶和华啊，我渴慕你的救恩；
你的律法是我的喜乐。
- 175 愿我的灵魂存活，好赞美你；
愿你的典章帮助我。

- 176 我走迷了路，像迷失的羊；
求你寻找你的仆人，因为我不忘记你的诫命。

120

上行之歌。

- 1 我在急难中呼求耶和華，
祂就应允我。
2 耶和華啊，求你救我的性命脱离说谎的嘴唇，
脱离诡诈的舌头。
3 诡诈的舌头啊，要给你什么？
还要怎样待你呢？
4 就是勇士的利箭，
和杜松木的炭火。
5 我有祸了，因为我寄居在米设，
住在基达的帐棚中！
6 我的灵魂与恨恶和平的人
同住太久了。
7 我主张和平；
但我一开口，他们就主张战争。

121

上行之歌。

- 1 我要向群山举目。
我的帮助从哪里来？
2 我的帮助从耶和華而来，
祂创造了天地。
3 祂必不让你的脚摇动。
保护你的祂必不打盹。
4 看哪，保护以色列的那一位，
既不打盹，也不睡觉。
5 耶和華是保护你的。
耶和華在你右边作你的荫庇。
6 白天太阳必不伤害你，

- 夜间月亮也不伤害你。
7 耶和华必保护你脱离一切邪恶。
祂必保护你的生命。
8 耶和华必保护你的出入，
从现在直到永远。

122

上行之诗。大卫作。

- 1 有人对我说：
“我们到耶和华的殿去！”我就欢喜。
2 耶路撒冷啊，我们的脚正站在你的城门以内！
3 耶路撒冷被建造，像一座紧密连结的城，
4 众支派，就是耶和华的众支派，都上那里去，
照着给以色列的定例，
称谢耶和华的名。
5 因为在那里设立了审判的宝座，
就是大卫家的宝座。
6 你们要为耶路撒冷求平安。
愿爱你的人兴旺。
7 愿你的城墙内有平安，
愿你的宫殿中有兴旺。
8 为了我的弟兄和同伴的缘故，
我现在要说：“愿你中间有平安。”
9 为了耶和华我们上帝殿的缘故，
我要寻求你的福祉。

123

上行之歌。

- 1 我向你举目，
向坐在诸天之上的你举目。
2 看哪，仆人的眼睛怎样望着主人的手，
使女的眼睛怎样望着主母的手，
我们的眼睛也照样仰望耶和华我们的上帝，
直到祂怜悯我们。

- 3 耶和華啊，憐憫我們，憐憫我們，
因為我們已飽受藐視。
4 我們的靈魂飽受安逸之人的讖笑，
飽受驕傲人的藐視。

124

上行之歌。大衛的诗。

- 1 若不是耶和華幫助我們，
願以色列現在說，
2 若不是耶和華幫助我們，
當人起來攻擊我們的時候，
3 那時，他們向我們發怒，怒氣燃起，
就把我們活活吞了。
4 那時，洪水就淹沒我們，
急流就漫過我們的性命。
5 那時，狂傲的洪水就漫過我們的性命。
6 耶和華是應當稱頌的，
祂沒有把我們交給他們的牙齒作獵物。
7 我們的性命像鳥一樣，從捕鳥人的網羅中逃脫；
網羅破裂，我們逃脫了。
8 我們的幫助在乎耶和華的名，
祂創造了天地。

125

上行之歌。

- 1 倚靠耶和華的人好像錫安山，
不能動搖，永遠長存。
2 眾山怎樣圍繞耶路撒冷，
耶和華也怎樣圍繞祂的百姓，從今時直到永遠。
3 邪惡的杖必不留在義人的份地上，
免得義人伸手作惡。
4 耶和華啊，求你善待那些良善的人，
善待那些心里正直的人。
5 至於那些偏行自己彎曲道路的人，

耶和華必使他們和作惡的人一同被帶走。
願平安歸於以色列。

126

上行之歌。

- 1 當耶和華帶回那些歸回錫安的人時，
我們好像做梦的人。
 - 2 那時，我們滿口歡笑，
滿舌歡唱。
- 那時，列國中有人說：
“耶和華為他們行了大事。”
- 3 耶和華為我們行了大事，
我們就歡喜。
 - 4 耶和華啊，求你再次扭轉我們的境遇，
像尼革夫的溪流。
 - 5 流淚撒種的，必歡呼收割。
6 那帶着要撒的種子、哭泣出去的人，
必定歡歡喜喜地回來，帶着他的禾捆。

127

上行之歌。所羅門作。

- 1 若不是耶和華建造房屋，
建造的人就枉然勞力。
若不是耶和華看守城池，
看守的人就枉然警醒。
- 2 你們清早起來，
很晚才歇息，
吃勞碌得來的飯，
都是枉然；因為祂把睡眠賜給祂所愛的人。
- 3 看哪，兒女是耶和華所賜的产业；
胎中的果子是祂的賞賜。
- 4 年輕時所生的兒女，
好像勇士手中的箭。
- 5 箭袋充滿這些箭的人有福了。

他们在城门口与仇敌说话的时候，必不至羞愧。

128

上行之歌。

- 1 凡敬畏耶和華、
行在祂道路中的人，都是有福的。
- 2 你必吃自己亲手劳碌得来的；
你必幸福，凡事顺利。
- 3 你的妻子在你家内室，如多结果子的葡萄树；
你的儿女围绕你的桌子，好像橄榄树的嫩枝。
- 4 看哪，敬畏耶和華的人必这样蒙福。
5 愿耶和華从锡安赐福给你；
愿你一生的日子都看见耶路撒冷的福乐。
- 6 是的，愿你看见你儿女的儿女。
愿平安临到以色列。

129

上行之歌。

- 1 他们从我幼年以来屡次苦害我。
愿以色列现在说：
- 2 他们从我幼年以来屡次苦害我，
却没有胜过我。
- 3 耕地的人在我背上耕犁；
他们把犁沟拉得很长。
- 4 耶和華是公义的；
祂已经割断了恶人的绳索。
- 5 愿所有恨恶锡安的人
都蒙羞退后。
- 6 愿他们像房顶上的草，
还没有长成就枯干；
- 7 收割的人不够满手，
捆禾的人也不够满怀。
- 8 过路的人也不说：
“愿耶和華的赐福临到你们。”

我们奉耶和華的名祝福你們。”

130

上行之歌。

- 1 我从深处向你呼求，耶和華啊。*
- 2 主啊，求你听我的声音。
愿你的耳朵留心听我恳求的声音。
- 3 耶和華啊，†你若追究罪孽，
主啊，谁能站立得住呢？
- 4 但在那里有赦免，
因此人敬畏你。
- 5 我等候耶和華。
我的灵魂等候。
我盼望祂的话。
- 6 我的灵魂切慕主，胜过守夜的人盼望早晨，
胜过守夜的人盼望早晨。
- 7 以色列啊，要仰望耶和華，
因为耶和華那里有慈爱；
祂那里有丰盛的救赎。
- 8 祂必救赎以色列脱离他们一切的罪。

131

上行之歌。大卫作。

- 1 耶和華啊，我的心不狂傲，我的眼目也不高傲；
我也不追求重大的事，
或过于奇妙、非我所能及的事。
- 2 我确已使我的灵魂平静安宁，
像断奶的孩子在母亲身旁；
我的灵魂在我里面就像断奶的孩子。
- 3 以色列啊，要仰望耶和華，
从今时直到永远。

* 130:1 130:1 英文全大写的 LORD 或
GOD，除非另注为希伯来文短式 יהי Yah，否则均源自希伯来文
יהוה Yahweh。 † 130:3 130:3 希伯来文： יהי Yah

132

上行之歌。

- 1 耶和华啊，求你记念大卫和他所受的一切苦难；
- 2 他怎样向耶和华起誓，
 向雅各的大能者许愿，说：
- 3 “我必不进我家的屋宇，
 也不上我的床榻；
- 4 我必不容我的眼睛睡觉，
 也不容我的眼皮打盹，
- 5 直到我为耶和华找到一个地方，
 为雅各的大能者找到居所。”
- 6 看哪，我们在以法他听见了这事，
 在雅珥的田野找到了它。
- 7 “我们要进入祂的居所，
 在祂的脚凳前敬拜。”
- 8 耶和华啊，求你兴起，进入你的安息之所，
 你和你能力的约柜同去。
- 9 愿你的祭司披上公义；
 愿你的圣民欢呼！
- 10 为你仆人大卫的缘故，
 求你不要转脸不顾你的受膏者。
- 11 耶和华凭真实向大卫起了誓；
 祂必不反悔：
 “我要把你身所出的子孙立在你的宝座上。
- 12 你的儿女若遵守我的约，
 和我所教导他们的法度，
 他们的儿女也必永远坐在你的宝座上。”
- 13 因为耶和华拣选了锡安；
 祂愿意以它为自己的居所。
- 14 “这是我永远的安息之所；
 我要住在这里，因为我愿意要它。
- 15 我要丰丰富富赐福给它的粮食；
 我要用食物使它的穷人饱足。

- 16 我也要使它的祭司披上救恩；
它的圣民必大声欢呼。
- 17 我要使大卫的角在那里发芽；
我已为我的受膏者预备一盏灯。
- 18 我要使他的仇敌披上羞耻；
但他的冠冕必在他身上发光。”

133

上行之歌。大卫作。

- 1 看哪，弟兄和睦同住，
是何等美善，何等可喜！
- 2 这好比贵重的油浇在头上，
流到胡须，
就是亚伦的胡须，
又流到他衣袍的边缘；
- 3 又好比黑门的甘露，
降在锡安的山上；
因为在那里，耶和華賜下福分，
就是直到永远的生命。

134

上行之歌。

- 1 看哪，你们所有耶和華的仆人，
夜间侍立在耶和華殿中的，都要称颂耶和華！
- 2 你们要在圣所举手。
要称颂耶和華！
- 3 愿造天地的耶和華
从锡安赐福给你。

135

- 1 你们要赞美耶和華！*

* 135:1 135:1 希伯来文： יהי Yah

- 要赞美耶和华[†]的名！
 耶和华的仆人哪，你们要赞美祂，
 2 就是你们站在耶和华殿中，
 站在我们上帝殿院中的人。
 3 你们要赞美耶和华，[‡]因为耶和华本为善。
 要歌颂祂的名，因为这是美好的。
 4 因为耶和华[§]为自己拣选了雅各，
 拣选以色列作祂自己的产业。
 5 因为我知道耶和华为大，
 我们的主超越万神。
 6 耶和华所喜悦的，祂都成就，
 在天上，在地上，在海中，在一切深处。
 7 祂使云雾从地极上升。
 祂造闪电伴随雨水。
 祂从祂的库房中带出风来。
 8 祂击杀埃及的长子，
 连人带牲畜都击杀了。
 9 埃及啊，祂在你中间施行神迹奇事，
 临到法老和他所有臣仆身上。
 10 祂击败许多国家，
 杀戮强大的君王——
 11 亚摩利人的王西宏，
 巴珊王噩，
 以及迦南所有的国——
 12 又把他们的土地赐为产业，
 赐给祂的子民以色列为产业。
 13 耶和华啊，你的名存到永远；
 耶和华啊，你的美名传到万代。
 14 因为耶和华必为祂的子民伸冤，
 并怜悯祂的仆人。

[†] 135:1 135:1 英文中全大写的 LORD 或
 GOD，除非另有说明来自短形式 יהי Yah，否则均源自希伯来文
 יהוה Yahweh。 [‡] 135:3 135:3 希伯来文： יהי Yah [§] 135:4 135:4
 希伯来文： יהי Yah

- 15 列国的偶像是金银，
是人手所造的。
- 16 它们有口，却不能说话；
有眼，却不能看见；
- 17 有耳，却不能听见，
口中也没有气息。
- 18 造它们的要和它们一样，
凡倚靠它们的也都如此。
- 19 以色列家啊，要赞美耶和华！
亚伦家啊，要赞美耶和华！
- 20 利未家啊，要赞美耶和华！
敬畏耶和华的人哪，要赞美耶和华！
- 21 愿住在耶路撒冷的耶和华，从锡安受称颂。
你们要赞美耶和华！*

136

- 1 你们要称谢耶和华，因为祂本为善；
祂的慈爱永远长存。
- 2 你们要称谢万神之神；
祂的慈爱永远长存。
- 3 你们要称谢万主之主；
祂的慈爱永远长存；
- 4 称谢那独行大奇事的；
祂的慈爱永远长存；
- 5 称谢那用智慧造诸天的；
祂的慈爱永远长存；
- 6 称谢那把大地铺展在众水之上的；
祂的慈爱永远长存；
- 7 称谢那造大光的；
祂的慈爱永远长存；
- 8 祂造太阳管理白昼；
祂的慈爱永远长存；

* 135:21 135:21 希伯来文： יה Yah

- 9 祂造月亮和星辰管理黑夜；
 祂的慈爱永远长存；
- 10 称谢那击杀埃及人长子的；
 祂的慈爱永远长存；
- 11 又把以色列从他们中间领出来；
 祂的慈爱永远长存；
- 12 祂用大能的手和伸出来的膀臂；
 祂的慈爱永远长存；
- 13 称谢那把红海分开的；
 祂的慈爱永远长存；
- 14 又使以色列从海中经过；
 祂的慈爱永远长存；
- 15 却把法老和他的军队倾覆在红海里；
 祂的慈爱永远长存；
- 16 称谢那带领祂子民经过旷野的；
 祂的慈爱永远长存；
- 17 称谢那击杀大君王的；
 祂的慈爱永远长存；
- 18 又杀了强大的君王；
 祂的慈爱永远长存；
- 19 就是亚摩利人的王西宏；
 祂的慈爱永远长存；
- 20 还有巴珊王噩；
 祂的慈爱永远长存；
- 21 祂把他们的土地赐给人作产业；
 祂的慈爱永远长存；
- 22 就是赐给祂仆人以色列作产业；
 祂的慈爱永远长存；
- 23 祂在我们卑微的境况中记念我们；
 祂的慈爱永远长存；
- 24 又救我们脱离敌人；
 祂的慈爱永远长存；
- 25 祂赐食物给凡有生命的；

- 祂的慈爱永远长存。
26 你们要称谢天上的上帝；
祂的慈爱永远长存。

137

- 1 在巴比伦的河边，我们坐在那里；
是的，我们一想起锡安就哭了。
2 在那地的柳树上，
我们挂起了我们的琴。
3 因为在那里，掳掠我们的人要我们唱歌；
折磨我们的人要我们唱欢乐的歌，说：
“给我们唱一首锡安的歌吧！”
4 我们怎能在外邦之地唱耶和華的歌呢？
5 耶路撒冷啊，如果我忘记你，
愿我的右手忘记它的本领。
6 如果我不纪念你，
如果我不把耶路撒冷看为我最大的喜乐，
愿我的舌头贴住上膛。
7 耶和華啊，求你纪念耶路撒冷遭难的日子，
追讨以东子孙；
他们说：“拆毁它！
拆毁它，直到根基！”
8 巴比伦的女子啊，你这注定毁灭的，
那照你向我们所行的报复你的，
这人有福了。
9 那抓住你的婴孩，
把他们摔在磐石上的，
这人有福了。

138

大卫的诗。

- 1 我要全心称谢你。

- 在众神面前，*我要歌颂你。
- 2 我要向你的圣殿下拜，
因你的慈爱和你的信实称谢你的名；
因为你已使你的名和你的话语高过一切。
- 3 我呼求的日子，你应允了我。
你使我的灵魂有力量，得着勇气。
- 4 耶和华啊，地上所有君王都要称谢你，
因为他们听见了你口中的话。
- 5 是的，他们要歌唱耶和华的道路，
因为耶和华的荣耀伟大！
- 6 耶和华虽然至高，仍看顾卑微的人；
祂却从远处就知道骄傲的人。
- 7 我虽然行在患难之中，你必使我复苏。
你必伸手抵挡我仇敌的怒气。
你的右手必拯救我。
- 8 耶和华必成全关乎我的事。
耶和华啊，你的慈爱永远长存。
不要离弃你亲手所造的工。

139

大卫的诗，交给指挥。

- 1 耶和华啊，你监察了我，
你认识我。
- 2 我坐下，我起来，你都知道；
你从远处就明白我的意念。
- 3 我行路，我躺卧，你都细察；
我一切所行的，你都熟悉。
- 4 因为我的舌头上还没有一句话，
看哪，耶和华啊，你已经全然知道。
- 5 你在我前后围住我，
你把你的手放在我身上。

* 138:1 138:1 这里使用的
一词通常意为“上帝”，也可意为“神明”、“君王”或“天使”。

- 6 这样的知识超越我；
 太高了，
 我不能达到。
- 7 我往哪里去，能离开你的灵？
 我往哪里逃，能躲避你的面？
- 8 如果我升到天上，你在那里；
 如果我在阴间*铺床，看哪，你也在那里！
- 9 如果我展开黎明的翅膀，
 住在海的极处，
- 10 就是在那里，你的手也必引导我，
 你的右手也必扶持我。
- 11 如果我说：“黑暗必定遮蔽我，
 我周围的光必成为黑夜，”
- 12 就连黑暗也不能向你隐藏，
 黑夜却像白昼发光；
 黑暗在你看来也如光明。
- 13 因为你塑造了我的内里；
 你在我母亲腹中把我编织成形。
- 14 我要称谢你，
 因为我受造可畏而奇妙。
你的作为奇妙；
 我的灵魂深深知道。
- 15 我在隐密处被造，
 在地的深处被编织成形时，
 我的形体没有向你隐藏。
- 16 你的眼睛看见我的身体。
 为我所定的日子，
 还没有一日存在，
 就都写在你的册上了。
- 17 上帝啊，你的意念对我何等宝贵！
 它们的总数何等广大！
- 18 我若数算，它们比沙更多；

* 139:8 139:8 阴间是死人所在之处。

- 我醒来的时候，仍与你同在。
- 19 上帝啊，愿你杀戮恶人！
你们这些流人血的人，离开我吧！
- 20 因为他们邪恶地说话攻击你；
你的仇敌妄称你的名。
- 21 耶和華啊，恨你的人，我岂不恨他们吗？
起来攻击你的人，我岂不厌恶他们吗？
- 22 我以完全的恨恨他们；
他们成了我的仇敌。
- 23 上帝啊，求你鉴察我，知道我的心；
试炼我，知道我的意念。
- 24 看我里面是否有任何邪恶的道路，
引导我走永恒的道路。

140

交给指挥。大卫的诗。

- 1 耶和華啊，求你救我脱离邪恶的人；
求你保护我脱离强暴的人：
- 2 他们心里图谋恶事，
常常聚集起来要争战。
- 3 他们使自己的舌头尖利如蛇；
蝮蛇的毒在他们唇下。

细拉。

- 4 耶和華啊，求你保守我脱离恶人的手；
求你保护我脱离强暴的人，他们定意要绊倒我的脚。
- 5 骄傲人为我暗设网罗，
在路旁铺下网的绳索；
他们为我设下陷阱。

细拉。

- 6 我曾对耶和華说：“你是我的上帝。”
主啊，求你垂听我恳求的呼声。
- 7 主耶和華啊，我救恩的力量，

- 在争战的日子，你遮护了我的头。
8 耶和华啊，求你不要遂恶人的心愿；
不要让他们恶谋成功，免得他们自高。 细拉。
- 9 至于那些围困我的人，
愿他们自己嘴唇所出的祸害覆盖他们的头。
10 愿燃烧的炭火落在他们身上；
愿他们被丢进火中，
被丢进泥泞的坑里，从那里再也不能起来。
11 说恶言的人在天上必不得坚立；
灾祸必追捕强暴的人，使他倾覆。
12 我知道耶和华必为困苦人伸冤，
为贫乏人主持公义。
13 义人必称谢你的名；
正直人必住在你面前。

141

大卫的诗。

- 1 耶和华啊，我曾呼求你。
求你快快来到我这里！
我呼求你的时候，求你听我的声音。
2 愿我的祷告如香摆列在你面前；
愿我举手如献晚祭。
3 耶和华啊，求你在我的口前设立守卫；
看守我嘴唇的门。
4 不要使我的心偏向任何恶事，
与作孽的人一同施行邪恶的行为。
不要让我吃他们的佳肴。
5 愿义人击打我，这是慈爱；
愿他责备我，这如同头上的油；
愿我的头不要拒绝它；
然而我的祷告常常反对邪恶的行为。
6 他们的审判官被扔在岩石旁。

- 他们必听我的话，因为这些话说得美善。
7 “正如人耕田、翻开土地时，
我们的骨头散落在阴间的口边。”*
8 耶和华，我主啊，我的眼目仰望你。
我投靠你。
不要使我的灵魂困苦无依。
9 求你保守我脱离他们为我设下的网罗，
脱离作孽之人的陷阱。
10 愿恶人一同落入他们自己的网中，
而我安然经过。

142

大卫在洞中时作的训诲诗。祈祷。

- 1 我出声向耶和华呼求；
我出声向耶和华恳求怜悯。
2 我在祂面前倾吐我的苦情；
我向祂述说我的患难。
3 我的灵在我里面不堪重负时，
你知道我的道路。
在我行走的路上，
他们为我暗设网罗。
4 看我的右边，察看吧；
因为没有人关心我。
避难之处离我而去；
没有人顾惜我的生命。
5 耶和华啊，我曾向你呼求。
我说：“你是我的避难所，
是我在活人之地的份。”
6 求你侧耳听我的呼求，
因为我极其困苦。
求你救我脱离逼迫我的人，
因为他们比我强大。

* 141:7 141:7 阴间是死人所在之处。

7 求你把我的生命从监牢中带出来，
好让我称谢你的名。
义人必环绕我，
因为你必善待我。

143

大卫的诗。

1 耶和华啊，求你垂听我的祷告；
求你侧耳听我的恳求。
求你凭你的信实和公义解救我。

2 不要审判你的仆人，
因为在你面前，凡活着的人没有一个是义的。

3 因为仇敌追逼我的性命；
他把我的生命打倒在地；
他使我住在黑暗之处，像久已死去的人一样。

4 因此，我里面的灵昏沉发晕；
我里面的心荒凉。

5 我追想古时的日子；
我默想你一切的作为；
我思念你手所做的工。

6 我向你伸开双手；
我的灵魂渴慕你，如同干旱之地。

细拉。

7 耶和华啊，求你快快应允我；
我的灵衰竭了。
不要向我隐藏你的面，
免得我像那些下到坑里的人一样。

8 求你使我在早晨听见你的慈爱，
因为我倚靠你。
求你使我知道当走的道路，
因为我向你举起我的灵魂。

9 耶和华啊，求你救我脱离我的仇敌；
我投奔你，求你隐藏我。

- 10 求你教导我遵行你的旨意，
因为你是我的上帝。
你的圣灵是良善的；
求你引导我进入正直之地。
- 11 耶和華啊，求你因你的名使我复苏；
求你凭你的公义救我的性命脱离患难。
- 12 求你凭你的慈爱剪除我的仇敌，
灭绝一切苦害我性命的人，
因为我是你的仆人。

144

大卫的诗。

- 1 耶和華，我的磐石，是当称颂的；
祂教导我的手争战，
教导我的指头打仗；
- 2 祂是我的慈爱、我的堡垒、
我的高台、我的拯救者、
我的盾牌，是我投靠的那一位；
祂使我的百姓服在我以下。
- 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 人好像一口气；
他的日子如同掠过的影子。
- 5 耶和華啊，求你裂开诸天，亲自降临；
触摸群山，使山冒烟。
- 6 求你发出闪电，驱散他们；
射出你的箭，使他们溃乱。
- 7 求你从高处伸出你的手，
救援我，拯救我脱离大水，
脱离外邦人的手；
- 8 他们的口说诡诈，
他们的右手是虚假的右手。
- 9 上帝啊，我要向你唱新歌；

- 我要用十弦琴向你歌唱赞美。
- 10 你是那赐救恩给君王的，
是那拯救祂仆人大卫脱离致命刀剑的。
- 11 求你救援我，拯救我脱离外邦人的手；
他们的口说诡诈，
他们的右手是虚假的右手。
- 12 这样，我们的儿子就像培育良好的树苗，
我们的女儿就像为装饰宫殿而雕刻的柱子。
- 13 我们的仓房充满，装满各样粮食；
我们的羊在田野中生养千千万万。
- 14 我们的牛必拉重载；
没有人闯入，也没有人离去，
我们的街市上也没有哀号。
- 15 处于这种境况的百姓有福了；
以耶和华为上帝的百姓有福了。

145

大卫的赞美诗。*

- 1 我的上帝，我的王啊，我要尊崇你。
我要称颂你的名，直到永永远远。
- 2 我要天天称颂你。
我要赞美你的名，直到永永远远。
- 3 耶和華本为大，大大配受赞美！
祂的伟大无法测度。
- 4 这一代要向下一代称赞你的作为，
他们要宣扬你大能的作为。
- 5 我要默想你尊荣的荣耀威严，
默想你奇妙的作为。
- 6 人要述说你可畏作为的能力。
我要宣扬你的伟大。

* 145: 145:0 这是一首字母诗，每一节（包括第13节的后半部分）都以希伯来字母表中连

- 7 他们要传扬你丰盛良善的记念，
并要歌唱你的公义。
- 8 耶和华有恩典，有怜悯，
不轻易发怒，并有丰盛的慈爱。
- 9 耶和华善待万有。
祂的怜悯临到祂一切所造的。
- 10 耶和华啊，你一切所造的都要称谢你。
你的圣民要称颂你。
- 11 他们要述说你国度的荣耀，
谈论你的能力，
- 12 使世人知道祂大能的作为，
和祂国度威严的荣耀。
- 13 你的国是永远的国。
你的统治存到万代。
- 耶和华在祂一切话语上信实，
在祂一切作为中有慈爱。†
- 14 耶和华扶持一切跌倒的人，
扶起一切被压弯的人。
- 15 万有的眼目都仰望你。
你按时给它们食物。
- 16 你张开你的手，
满足一切活物的愿望。
- 17 耶和华在祂一切道路上公义，
在祂一切作为中有恩典。
- 18 凡求告耶和华的，就是凡以真诚求告祂的，
耶和华都与他们相近。
- 19 敬畏祂的人所愿的，祂必成就。
祂也必听他们的呼求，并拯救他们。
- 20 耶和华保护一切爱祂的人，
却要毁灭一切恶人。
- 21 我的口要说出对耶和华的赞美。
愿凡有血肉的都称颂祂的圣名，直到永永远远。

† 145:13 145:13 有些抄本省略最后这两行。

146

- 1 你们要赞美耶和華！*
 我的灵魂啊，要赞美耶和華，†
- 2 我一生要赞美耶和華；
 只要我还存在，我就要歌颂我的上帝。
- 3 不要倚靠权贵，
 不要倚靠不能施救的世人。
- 4 他的气息一离开，就归回土地；
 就在那一天，他的意念归于消灭。
- 5 以雅各的上帝为帮助、
 仰望耶和華他的上帝的人有福了！
- 6 祂造了天、地、
 海，和其中的一切；
 祂永远持守信实；
- 7 祂为受欺压的人伸张公义；
 祂赐食物给饥饿的人。
 耶和華释放被囚的人。
- 8 耶和華开盲人的眼睛；
 耶和華扶起被压弯的人；
 耶和華爱义人。
- 9 耶和華保护寄居的人；
 祂扶持孤儿和寡妇，
 却使恶人的道路颠倒。
- 10 耶和華要作王，直到永远；
 锡安啊，你的上帝要作王，直到万代。
 你们要赞美耶和華！‡

147

- 1 赞美耶和華，*

* 146:1 146:1 希伯来文：יה Yah † 146:1 146:1 全部大写的 LORD 或 GOD 来自希伯来文 יהוה Yahweh，除非另有说明是来自短形式 יה Yah。 ‡ 146:10 146:10 希伯来文：יה Yah * 147:1 147:1 希伯来文：יה Yah

- 因为歌颂我们的上帝是美好的；
 赞美祂是愉悦而合宜的。
- 2 耶和華[†]建造耶路撒冷。
 祂招聚以色列被赶散的人。
- 3 祂医治伤心的人，
 包扎他们的创伤。
- 4 祂数点星宿的数目。
 祂按着名字称呼它们。
- 5 我们的主为大，大有能力。
 祂的智慧无穷无尽。
- 6 耶和華扶持谦卑的人。
 祂使恶人降卑到地。
- 7 你们要以感谢向耶和華歌唱。
 要用琴歌颂我们的上帝，
- 8 祂用云遮盖天空，
 为大地预备雨水，
 使青草生长在群山上。
- 9 祂赐食物给牲畜，
 也赐给呼叫的小乌鸦。
- 10 祂不喜悦马的力大。
 祂不以人的腿力为乐。
- 11 耶和華喜悦敬畏祂的人，
 喜悦仰望祂慈爱的人。
- 12 耶路撒冷啊，要赞美耶和華！
 锡安哪，要赞美你的上帝！
- 13 因为祂坚固了你的门闩。
 祂赐福给你中间的儿女。
- 14 祂使你的境内平安。
 祂用上好的麦子使你饱足。
- 15 祂向大地发出祂的命令。
 祂的话语迅速奔行。

[†] 147:2 147:2 英文中全大写的 LORD 或
 GOD，除非另有注明是来自短形式 יה' Yah，否则均来自希伯来文
 יהוה Yahweh。

- 16 祂赐下雪如羊毛，
撒下霜如炉灰。
- 17 祂抛下冰雹如碎石。
谁能在祂的严寒面前站立得住呢？
- 18 祂发出祂的话，使这一切融化。
祂使祂的风吹起，众水就流动。
- 19 祂将祂的话指示雅各，
将祂的律例和典章指示以色列。
- 20 祂未曾这样待任何别的民族。
至于祂的典章，他们并不知道。
- 赞美耶和華！ ‡

148

- 1 赞美耶和華！ *
你们要从天上赞美耶和華†！
你们要在高处赞美祂！
- 2 祂所有的天使啊，要赞美祂！
祂所有的天军啊，要赞美祂！
- 3 日头和月亮啊，要赞美祂！
所有发光的星辰啊，要赞美祂！
- 4 诸天之上啊，要赞美祂，
诸天之上的水啊，也要赞美祂。
- 5 愿它们赞美耶和華的名，
因为祂一吩咐，它们就被造。
- 6 祂也将它们立定，直到永永远远。
祂颁布了不会废去的定例。
- 7 你们要从地上赞美耶和華，
大海兽和一切深渊啊，
- 8 闪电和冰雹，雪和云，

‡ 147:20 147:20 希伯来文: יה Yah * 148:1 148:1 希伯来文: יה Yah † 148:1 148:1 英文中全大写的 LORD 或 GOD 来自希伯来文 יהוה Yahweh, 除非另有说明是来自短形式 יה Yah。

成就祂话语的狂风，
 9 群山和一切丘陵，
 结果子的树和一切香柏树，
 10 野兽和一切牲畜，
 爬行的动物和飞鸟，
 11 地上的君王和万民，
 首领和地上所有的审判官，
 12 少年男子和少女，
 老人和孩童，
 13 愿他们赞美耶和華的名，
 因为唯独祂的名被尊崇。
 祂的荣耀高过地和天。
 14 祂高举了祂子民的角，
 这是祂所有圣民的赞美，
 就是以色列人的赞美；他们是亲近祂的子民。
 赞美耶和華！ ‡

149

1 赞美耶和華！ *
 要向耶和華唱新歌，
 在圣民的会中赞美祂。
 2 愿以色列因造他们的那一位欢喜。
 愿锡安的儿女因他们的君王快乐。
 3 愿他们跳舞赞美祂的名！
 愿他们击鼓弹琴歌颂祂！
 4 因为耶和華喜悦祂的百姓。
 祂以救恩为谦卑人加冕。
 5 愿圣民因荣耀欢喜。
 愿他们在床上欢唱。
 6 愿他们口中有对上帝的有声赞美，

‡ 148:14 148:14 希伯来文： יה Yah * 149:1 149:1 英文全大写的 LORD 或 GOD，除非另有说明为短形式 יה Yah，均源自希伯来文 יהוה Yahweh。

CXC

世界中文圣经

World Chinese Bible

Public Domain

Language: 中国语文 (Chinese, Mandarin)

Dialect: Mandarin

《世界中文圣经》为译本草稿。如果您发现任何需要改进之处，请发送电子邮件至 cmnswcb@ebible.org。

2026-05-09

PDF generated using Haiola and XeLaTeX on 9 May 2026 from source files dated 9 May 2026

43051142-a8ca-5a59-9316-2ed49d435de1