

诗篇 卷一

1

- ¹ 不随从恶人的计谋，
不站在罪人的道路上，
不坐在嘲讽者的座位上的人，是有福的；
² 他却喜爱耶和华的*律法，
昼夜默想祂的律法。
³ 他要像一棵树，栽在溪水旁，
按时结果子，
叶子也不枯干。
他所做的一切都必亨通。
⁴ 恶人并不是这样，
却像糠秕，被风吹散。
⁵ 因此，恶人在审判中必站立不住，
罪人在义人的会中也是如此。
⁶ 因为耶和华看顾义人的道路，
恶人的道路却必灭亡。

2

- ¹ 列国为什么骚动？
万民为什么图谋虚妄的事？
² 地上的君王一同起来，
统治者们彼此商议，
要敌挡耶和华，敌挡祂的受膏者，*说：
³ “我们要挣断他们的捆绑，
把他们的绳索从我们身上抛开。”

* **1:21:2** 当英文以全大写字母译作“LORD”或“GOD”时，是上帝专有圣名（希伯来文“יהוה” Yahweh）的翻译。

*

2:2

2:2

“受膏者”这个词与“弥赛亚”或“基督”的词相同。

- 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 我要传述耶和华的命令：
耶和华对我说：“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 当存敬畏事奉耶和华，
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 耶和华啊，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，耶和华啊，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华呼求，

[†] 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，耶和华，使我安然居住。

5

交给首席乐师，用吹奏乐器。大卫的诗。

- 1 耶和华啊，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 耶和华啊，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；
耶和华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 耶和华啊，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；
耶和华啊，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 耶和华啊，求你不要在怒中责备我，
也不要烈怒中管教我。
- 2 耶和华啊，求你怜悯我，因为我软弱。
耶和华啊，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，耶和华啊，要到几时呢？
- 4 耶和华啊，求你转回，搭救我的灵魂；
因你的慈爱拯救我。
- 5 因为在死亡中无人記念你。
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！
因为耶和华已经听见我哭泣的声音。
- 9 耶和华已经听见我的恳求；
耶和华接纳我的祷告。
- 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华的。

- 1 耶和华我的上帝啊，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 耶和華我的上帝啊，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 耶和華啊，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 耶和華向众民施行审判。
 耶和華啊，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“רָא”，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，我們的主啊，你的名在全地何其威嚴！
 你將你的榮耀設立在諸天之上！
- 2 你從嬰孩和吃奶孩子的口中建立了能力，
 為要對付你的敵對者，使仇敵和報仇者閉口無言。
- 3 我觀看你的諸天，就是你指頭所造的工，
 以及你所安置的月亮和星辰；
- 4 人算什么，你竟顧念他？
 人的兒子算什么，你竟眷顧他？
- 5 你使他只比上帝低微一點，*
 并用榮耀和尊貴給他加冠。
- 6 你使他管理你手所造的工；
 你把萬物都放在他的腳下：
- 7 一切羊群和牛群，
 以及田野的走獸，
 8 天空的飛鳥，海里的魚，
 和凡行經海中路徑的。
- 9 耶和華，我們的主啊，
 你的名在全地何其威嚴！

* 8:58:5 希伯來文為 Elohim，通常指“上帝”，也可指“神明”“尊貴者”或“天使”。七十士 2:7 引用七十士譯本。

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 耶和华啊，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 耶和华永永远远为王！
列国必从祂的地上灭亡。
- 17 耶和华啊，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 當卑劣之事在世間中被高舉時，
惡人就到處橫行。

13

大衛的诗，交给首席乐师。

- 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

交给首席乐师。大衛的诗。

- 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 耶和華从天上垂看世人，
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。
- 你以你所积蓄的财宝填满他们的肚腹；
 他们儿女满堂，
 还把余下的财富留给自己的孩子。
- 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，就是在耶和华救他脱离一切仇敌之手和扫罗之手的日子，他向耶和华诵念这歌的话。他说：

- 1 耶和华啊，我爱你；你是我的力量。
- 2 耶和华是我的岩石、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华，
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华，
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 耶和华也在天空中打雷；
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 耶和华啊，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，
但耶和华作我的扶持。
- 19 祂也领我到宽阔之地；
祂救了我，因为祂喜悦我。
- 20 耶和华按我的义报答我；
按我手中的清洁报偿我。
- 21 因为我谨守耶和华的道路，
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 所以耶和华按我的义，
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，你显出难以测度。

- 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 愿祂記念你一切的供物，
悦纳你的燔祭。

细拉。

- 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。

- 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 因为你张弓搭箭，瞄准他们的脸，
必使他们转身逃跑。
- 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，耶和华啊，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。

* 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华；
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 谁能登耶和华的山？
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 他必从耶和华领受福分，
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？
是刚强大能的耶和华，

- 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，我要向耶和华歌唱赞美。
- 7 耶和华啊，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：“耶和华啊，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，
耶和华也必接纳我。
- 11 耶和华啊，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华的良善。
- 14 要等候耶和华。
当刚强，使你的心勇敢。
是的，要等候耶和华。

28

大卫的诗。

- 1 耶和华啊，我向你呼求。
我的磐石啊，不要向我充耳不闻，
免得你若向我沉默，
我就像那些下到坑里的人一样。
- 2 我向你呼求，
向你的至圣所举手时，求你垂听我恳求的声音。
- 3 不要把我和恶人一同拉走，
和作孽的人一同拉走；他们向邻舍说平安话，
心里却有恶意。
- 4 求你照他们的作为，照他们所行的恶报应他们。
求你照他们手所做的报应他们。
把他们应得的归还给他们。
- 5 因为他们不尊重耶和华的作为，
也不尊重祂手所做的，
祂必拆毁他们，不建立他们。
- 6 耶和华当受称颂，
因为祂垂听了我的恳求的声音。
- 7 耶和华是我的力量，是我的盾牌。
我的心信靠祂，我就得到帮助。
因此我的心大大欢喜。
我要用我的诗歌称谢祂。
- 8 耶和华是他们的力量。
祂是祂受膏者得救的坚固堡垒。
- 9 求你拯救你的子民，
赐福给你的产业。
也求你牧养他们，
扶持他们直到永远。

29

大卫的诗。

- 1 大能者的众子啊，要将荣耀归给耶和华，
要将荣耀和能力归给耶和华。
- 2 要将耶和华之名当得的荣耀归给祂。

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，你曾把我的灵魂从阴间*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 求你使你的脸光照耀你的仆人；
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，你仍听了我的恳求的声音。
- 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 我要指教祢，教导祢当行的路；
我要定睛在祢身上劝导祢。

9 不要像无知的马或骡子，

必须用嚼环辔头勒住；否则，它们就不肯靠近祢。

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 愿全地都敬畏耶和华；
 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 耶和华使列国的谋算归于无有；
 祂使万民的意念无效。
- 11 耶和华的谋算永远立定；
 祂心中的意念直到万代。
- 12 以耶和华为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 耶和华从天上观看；
 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，耶和华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华；
 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 耶和华啊，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 耶和华的眼目看顾义人。
祂的耳朵听他们的呼求。
16 耶和华的面敌对作恶的人，
要从地上剪除对他们的记忆。
17 义人呼求，耶和华就垂听，
救他们脱离一切患难。
18 耶和华亲近心碎的人，
拯救灵里破碎的人。
19 义人的苦难很多，
但耶和华救他脱离这一切。
20 祂保护他全身的骨头。
一根也没有折断。
21 罪恶必杀害恶人。
憎恨义人的，必被定罪。
22 耶和华救赎祂仆人的灵魂。
凡投靠祂的，没有一个被定罪。

35

大卫的诗。

- 1 耶和华啊，求你与那些和我争辩的人争辩；
与那些攻击我的人争战。
2 求你拿起大小盾牌，
起来帮助我。
3 求你挥动长矛，拦阻那些追赶我的人。
求你对我的灵魂说：“我是你的救恩。”
4 愿那些寻索我性命的人蒙羞受辱；
愿那些图谋毁灭我的人退后惭愧。
5 愿他们像风前的糠秕，
有耶和华的使者驱赶他们。
6 愿他们的道路黑暗湿滑，
有耶和华的使者追赶他们。
7 因为他们无故为我暗设网罗在坑中；

- 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 恶人的罪恶在他心中低语：
他眼中毫无对上帝的敬畏。
- 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，你的慈愛何等寶貴！
世人投靠在你翅膀的蔭下。
- 8 他們必因你家中的丰盛而大得飽足；
你必使他們喝你喜樂之河的水。
- 9 因為生命的泉源在你那里；
在你的光中，我們必得見光。
- 10 求你向認識你的人延續你的慈愛，
向心里正直的人延續你的公義。
- 11 不要讓驕傲的腳攻擊我；
不要讓惡人的手驅趕我。
- 12 看哪，作孽的人已經跌倒；
他們被推倒，不能再起來。

37

大衛作。

- 1 不要因作惡的人心懷不平，
也不要嫉妒那些行不義的人。
- 2 因為他們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，並且行善。
住在这地，享受安穩的草場。
- 4 也要以耶和華為樂，
祂就把你心里所求的賜給你。
- 5 要把你的道路交托給耶和華。
也要信靠祂，祂必成就這事：
- 6 祂必使你的義如光發出，
使你的公正如正午的太陽。
- 7 要在耶和華面前安靜，耐心等候祂。
不要因那在自己道路上亨通的人心懷不平，
也不要因那施行惡謀的人心懷不平。

- 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。

我便用舌头说：

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，

就使他所珍爱的如虫蛀之物渐渐消逝。

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 我耐心等候耶和华。
祂转向我，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，并信靠耶和华。
- 4 那以耶和华为信靠的人有福了；
他不仰赖狂傲的人，也不随从转向虚谎的人。
- 5 耶和华我的上帝啊，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；耶和华啊，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 耶和华啊，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。
 他在地面上必蒙福；
 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，耶和华啊，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 耶和华，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 耶和华[†]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（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 你亲手赶出列国，
却栽植了我们的祖先；
你击溃万民，
却使我们的祖先扩展。
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们，
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，
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。”
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；

细拉。

- 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。

- 我靠着耶和华，要赞美祂的话语。
11 我已经信靠上帝。
我必不惧怕。
人能把我不怎么样呢？
12 上帝啊，我向你所许的愿在我身上。
我要把感谢祭献给你。
13 因为你救我的灵魂脱离死亡，
又使我的脚不致跌倒，
好使我在生命之光中行在上帝面前。

57

交给乐长。调用“不要毁坏”。大卫的诗，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，你们要时时信靠祂；
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；
人要向你还不所许的愿。
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。”

细拉。

- 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。

- 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。
- 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。

细拉。

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 Yah-weh，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：יה יה 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天上的主；
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 我实在徒然洁净了我的心，
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；
他们褻渎了你名的居所。
- 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？
仇敌要永远褻渎你的名吗？
- 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 不要讓受壓迫的人蒙羞而歸；
願貧窮困苦的人讚美你的名。
- 22 上帝啊，求你興起！為你自己的案件辯護。
求你記念愚昧人整天怎樣嘲笑你。
- 23 不要忘記你敵人的聲音；
那些起來攻擊你之人的喧嚷不斷上升。

75

交給首席樂師。調用“不可毀壞”。亞薩的诗。一首歌。

- 1 上帝啊，我們稱謝你。
我們稱謝你，因為你的名近了。
人們述说你奇妙的作為。
- 2 到了我所擇定的時候，
我必公正地施行審判。
- 3 地和其上一切居民都震動；
我穩固地托住它的柱子。
- 4 我對狂傲人說：“不要夸耀！”
我對惡人說：“不要舉角。”
- 5 不要向高處舉起你們的角；
不要硬着頸項說話。”
- 6 因為高舉既不从東方來，也不从西方來，
也不从南方來。

細拉。

- 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，在琐安的田野。
- 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，
从羊圈中取了他；
71 祂把祂从跟随乳养小羊的母羊后面带来，
使他牧养祂的百姓雅各，
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？”
愿你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 万军之耶和华上帝啊，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，

- 像风前的糠秕。
14 火怎样焚烧森林，
火焰怎样烧着群山，
15 求你也照样用你的暴风追赶他们，
用你的风暴惊吓他们。
16 耶和華啊，求你使他们满面羞慚，
好叫他们寻求你的名。
17 愿他们永远羞愧惊惶；
愿他们惭愧灭亡；
18 好叫他们知道，唯有你名为耶和華*
你是在全地之上的至高者。

84

交给首席乐师。用迦特乐器。可拉子孙的诗。

- 1 万军之耶和華啊，
你的居所何等可爱！
2 我的灵魂切慕耶和華的院宇，甚至昏暈；
我的心和我的肉身向永生的上帝呼求。
3 万军之耶和華，我的君王，我的上帝啊，
麻雀也找到了家，
燕子也为自己找到了窝，可以安置雏鸟，
就在你的祭坛旁。
4 住在你殿中的人有福了！
他们常常赞美你。
5 以你为力量的人有福了，
他们心中定意朝圣。
6 他们经过流泪谷，使它成为泉源之地；
秋雨也使它满有祝福。
7 他们力上加力，
各人都在锡安朝见上帝。

细拉。

* 83:18 83:18 全大写的 LORD 或 GOD 源自希伯来文 יהוה Yah-weh；除非另有说明，源自短式 יה Yah。

8 耶和華——萬軍的上帝啊，求你聽我的禱告；
雅各的上帝啊，求你側耳聽。

細拉。

9 上帝啊，我們的盾牌，看哪，
求你垂顧你受膏者的面。

10 在你的院宇一日，勝過在別處千日；
我宁愿在我上帝的殿中看門，
也不愿住在邪惡的帳棚里。

11 因為耶和華上帝是太陽，是盾牌；
耶和華要賜下恩典和榮耀；
祂未嘗留下一樣好處不給那些行事純全的人。

12 萬軍之耶和華啊，
信靠你的人有福了！

85

交給首席樂師。可拉子孫的詩。

1 耶和華啊，你恩待了你的地。
你使雅各的命運得以恢復。

2 你赦免了你子民的罪孽。
你遮盖了他們一切的罪。

細拉。

3 你收回了你一切的烈怒。
你轉離了你怒氣的猛烈。

4 拯救我們的上帝啊，求你使我們回轉，
使你向我們發的憤怒止息。

5 你要永遠向我們發怒嗎？
你要使你的怒氣延續到萬代嗎？

6 你不再使我們復興嗎？
好让你的子民因你歡喜。

7 耶和華啊，求你向我們顯明你的慈愛。
求你将你的救恩賜給我們。

8 我要聽上帝耶和華所說的話，
因為祂必向祂的子民、祂的聖民說平安；

- 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，耶和華必赐下美善；
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 耶和华啊，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 耶和华啊，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 耶和华是应当称颂的，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 你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 耶和華啊，[‡]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 我要对耶和華说：“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 my 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 耶和華知道人的意念，
知道它們都是虛妄。
12 耶和華啊，‡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 因为耶和華必不丢弃祂的子民，
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 若不是耶和華帮助我，
我的灵魂早已住在寂静之中了。
18 我说：“我的脚滑倒了！”
耶和華啊，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 但耶和華成了我的高台，
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。
耶和華我们的上帝必剪除他们。

‡ 94:12 94:12 希伯来文：יָהּ 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 众山在耶和华面前像蜡熔化，
在全地之主面前熔化。
- 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。
犹太的众女子都快乐，
因为你的审判，耶和华啊。
- 9 因为你耶和华至高，超乎全地；
你被高举，远超万神。
- 10 你们爱耶和华的人，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，你们要靠耶和华欢喜！
要称谢祂神圣的名。

98

一篇诗。

- 1 要向耶和华唱新歌，
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 耶和华显明了祂的救恩。
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，要向耶和华欢呼！

* 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 我像荒野中的鹈鹕，
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 Yah-weh；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，
因为怜悯她的时候到了；
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。
耶和華从天空察看大地，
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：יְהוָה 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 耶和華啊，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，
其中有无数的活物，
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；
 愿耶和華因祂的作为欢喜。
 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：יְיָ 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 יְיָ Yah，否则均源自希伯来文 יְיָֹהוָה 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，
不听耶和華的声音。
- 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，
正如耶和華所吩咐他们的，
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：יָהּ 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華呼求，
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華呼求，

- 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 耶和华啊，我要在列国中称谢你；
我要在万民中歌颂你。
- 4 因为你的慈爱高过诸天；
你的信实达到穹苍。
- 5 上帝啊，愿你被高举，超过诸天！
愿你的荣耀遍及全地。
- 6 求你用右手施行拯救，并应允我们，
使你所爱的人得救。
- 7 上帝从祂的圣所说：“我要得胜；
我要分开示剑，丈量疏割谷。
- 8 基列是我的，玛拿西也是我的；
以法莲也是我的头盔；
犹大是我的权杖。
- 9 摩押是我的洗盆；
我要向以东抛我的鞋；
我要向非利士欢呼。”
- 10 谁能带我进坚固城？
谁能领我到以东？
- 11 上帝啊，你不是已经弃绝我们了吗？
上帝啊，你不与我们的军队一同出战。
- 12 求你帮助我们抵挡敌人，
因为人的帮助是徒然的。
- 13 靠着上帝，我们必勇敢行事；
因为践踏我们敌人的正是祂。

109

交给圣乐长。大卫的诗。

- 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 敬畏耶和華是智慧的开端；
 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 赞美耶和華！ *
 敬畏耶和華的人有福了， †
 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：יָהּ, Yah。诗篇112篇是一首离合诗，在开头的“赞美耶和華！”

† 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יָהּ Yah。

- 7 他不怕凶恶的信息；
 他的心坚定，信靠耶和华。
 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 你们要赞美耶和华！*
 耶和华的仆人哪，你们要赞美，†
 要赞美耶和华的名。
 2 愿耶和华的名受称颂，
 从今时直到永远。
 3 从日出之地到日落之处，
 耶和华的名都当受赞美。
 4 耶和华高过万国，
 祂的荣耀高过诸天。
 5 谁像耶和华我们的上帝，
 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: יה יה 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 יה`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：יה 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 יה 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！
祂是他们的帮助，是他们的盾牌。
10 亚伦家啊，要倚靠耶和華！
祂是他们的帮助，是他们的盾牌。
11 你们敬畏耶和華的人，要倚靠耶和華！
祂是他们的帮助，是他们的盾牌。
12 耶和華记念我们；祂必赐福给我们。
祂必赐福给以色列家；
祂必赐福给亚伦家。
13 敬畏耶和華的人，
无论大小，祂都必赐福。
14 愿耶和華使你们增多，
使你们和你们的儿女日益增多。
15 你们蒙耶和華赐福，
祂造了天和地。
16 天，是耶和華的天；
地，祂却赐给了世人。
17 死人不能赞美耶和華，†
下到寂静之地的，也都不能。
18 但我们要称颂耶和華，‡
从今时直到永远。
你们要赞美耶和華！§

† 115:17 115:17 希伯来文: יה Yah ‡ 115:18 115:18 希伯来文: יה Yah
§ 115:18 115:18 希伯来文: יה Yah

116

- 1 我爱耶和華，* 因為祂垂聽我的聲音，
和我懇求怜悯的呼聲。
- 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；
我遭遇患難和忧愁。
- 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，我們的上帝滿有怜悯。
- 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：
“我受了极大的苦难。”
- 11 我倉促中说：
“人人都是说谎者。”
- 12 耶和華向我所賜的一切恩惠，我拿什么回報祂呢？
13 我要举起救恩的杯，求告耶和華的名。
- 14 我要向耶和華償還我所許的愿；
是的，要在祂全体子民面前償還。
- 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 我要向耶和华偿还我所许的愿；
是的，要在祂全体子民面前，

19 在耶和华殿的院中，
在你中间，耶路撒冷啊。

赞美耶和华！ †

117

¹万国啊，你们要赞美耶和华，
万民哪，你们都要颂扬祂！

² 因为祂向我们大施慈爱；
耶和華的信實存到永遠。

你们要赞美耶和华！✠

118

1 你们要称谢耶和华，*因祂本为善；
祂的慈爱永远长存。

2 愿以色列现在说：
祂的慈爱永远长存。

3 愿亚伦家现在说：
祂的慈爱永远长存。

⁴愿敬畏耶和华的人现在说：
祂的慈爱永远长存。

5 我在困苦中呼求耶和华。[†]
 耶和华[‡]回应我，使我得自由。

† 116:19 116:19 希伯来文: יה Yah * 117:1

117:1 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短形式 יה Yah。 † **117:2 117:2**

希伯来文: יה Yah * 118:1 118:1 全部大写的 LORD 或 GOD
来自希伯来文 יהוה Yahweh (耶和華), 除非另有说明是来自短形式
יה Yah。 † 118:5 118:5 希伯来文: יה Yah ‡ 118:5 118:5

希伯来文: 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 耶和华啊，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 耶和华啊，你的话永远安定在天上。

90 你的信实直到万代；
你立定了大地，它就长存。

91 天地照你的法则存到今日，
因为万物都服侍你。

92 若不是你的律法成了我的喜乐，
我早就在患难中灭亡了。

93 我永不忘记你的训词，
因为你借着它们使我存活。

94 我是属于你的；
求你拯救我，因为我寻求了你的训词。

95 恶人等待着要毁灭我；
我却思想你的法度。

96 我看见凡完全的事都有尽头，
但你的命令极其宽广。

梅姆

97 我何等爱你的律法！
它是我终日所默想的。

98 你的诫命使我比仇敌更有智慧，
因为它们常与我同在。

- 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；
耶和华啊，求你照你的话使我存活。
- 108 耶和华啊，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 耶和华啊，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 逼迫我和我的敵人眾多；
我却没有偏離你的法度。
- 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华，
祂就应允我。
2 耶和华啊，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 我的帮助从耶和华而来，
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 耶和华是保护你的。
耶和华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 耶和華必保護你脫離一切邪惡。
祂必保護你的生命。
8 耶和華必保護你的出入，
從現在直到永遠。

122

上行之詩。大衛作。

- 1 有人對我說：
“我們到耶和華的殿去！”我就歡喜。
2 耶路撒冷啊，我們的腳正站在你的城門以內！
3 耶路撒冷被建造，像一座緊密連結的城，
4 眾支派，就是耶和華的眾支派，都上那里去，
照着給以色列的定例，
稱謝耶和華的名。
5 因為在那里設立了審判的寶座，
就是大衛家的寶座。
6 你們要為耶路撒冷求平安。
願愛你的人興旺。
7 願你的城牆內有平安，
願你的宮殿中有興旺。
8 為了我的弟兄和同伴的緣故，
我現在要說：“願你中間有平安。”
9 為了耶和華我們上帝殿的緣故，
我要尋求你的福祉。

123

上行之歌。

- 1 我向你舉目，
向坐在諸天之上的你舉目。
2 看哪，仆人的眼睛怎樣望着主人的手，
使女的眼睛怎樣望着主母的手，
我們的眼睛也照样仰望耶和華我們的上帝，
直到祂憐憫我們。

- 3 耶和華啊，怜悯我们，怜悯我们，
因为我们已饱受藐视。
4 我们的灵魂饱受安逸之人的讥笑，
饱受骄傲人的藐视。

124

上行之歌。大卫的诗。

- 1 若不是耶和華帮助我们，
愿以色列现在说，
2 若不是耶和華帮助我们，
当人起来攻击我们的时候，
3 那时，他们向我们发怒，怒气燃起，
就把我们活活吞了。
4 那时，洪水就淹没我们，
急流就漫过我们的性命。
5 那时，狂傲的洪水就漫过我们的性命。
6 耶和華是应当称颂的，
祂没有把我们交给他们的牙齿作猎物。
7 我们的性命像鸟一样，从捕鸟人的网罗中逃脱；
网罗破裂，我们逃脱了。
8 我们的帮助在乎耶和華的名，
祂创造了天地。

125

上行之歌。

- 1 倚靠耶和華的人好像锡安山，
不能动摇，永远长存。
2 众山怎样围绕耶路撒冷，
耶和華也怎样围绕祂的百姓，从今时直到永远。
3 邪恶的权杖必不留在义人的份地上，
免得义人伸手作恶。
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 至于那些偏行自己弯曲道路的人，

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 但在你那里有赦免，

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 יה Yah，否则均源自希伯来文
 יהוה Yahweh。 † **130:3** **130:3** 希伯来文： יה 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；
我要用食物使它的贫穷人饱足。

- 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：יְיָ 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 יה Yah，否则均源自希伯来文
יהוה Yahweh。 [‡] 135:3 135:3 希伯来文：יה Yah [§] 135:4 135:4
希伯来文：יה 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： יָהּ 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 如果我不記念你，
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，求你記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 耶和華，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 我出声向耶和華呼求；
我出声向耶和華恳求怜悯。
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 耶和華啊，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 耶和华啊，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 耶和华，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 耶和华啊，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 耶和华啊，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 你们要赞美耶和华！*
 我的灵魂啊，要赞美耶和华，†
 2 我一生要赞美耶和华；
 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、
 仰望耶和华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。
 耶和华释放被囚的人。
 8 耶和华开盲人的眼睛；
 耶和华扶起被压弯的人；
 耶和华爱义人。
 9 耶和华保护寄居的人；
 祂扶持孤儿和寡妇，
 却使恶人的道路颠倒。
 10 耶和华要作王，直到永远；
 锡安啊，你的上帝要作王，直到万代。
 你们要赞美耶和华！‡

147

- 1 赞美耶和华，*

* 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闼。
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 יהוה Yah，否则均来自希伯来文 יהוה 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。
赞美耶和华！ ‡

148

- 1 赞美耶和华！ *
你们要从天上赞美耶和华†！
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 愿它们赞美耶和华的名，
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华，
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 יה Yah * 148:1 148:1 希伯来文: יה 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 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高声赞美，

‡ 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。

手中有两刃的剑，
7 要向列国施行报应，
 惩罚万民；
8 要用锁链捆绑他们的君王，
 用铁镣锁住他们的贵族；
9 要在他们身上执行所写的判决。
 祂所有圣民都有这荣耀。
赞美耶和华！ †

150

1 你们要赞美耶和华！ *
 要在上帝的圣所赞美祂！
 要在祂的诸天中，因祂大能的作为赞美祂！
2 要因祂大能的作为赞美祂！
 要照着祂至高的伟大赞美祂！
3 要用号角的声音赞美祂！
 要用琴和瑟赞美祂！
4 要用手鼓和舞蹈赞美祂！
 要用弦乐器和笛子赞美祂！
5 要用响亮的钹赞美祂！
 要用震响的钹赞美祂！
6 凡有气息的，都要赞美耶和华！ †
 你们要赞美耶和华！ ‡

† 149:9 149:9 希伯来文： יְיָ Yah

† 150:6 150:6 希伯来文： יְיָ, 雅

* 150:1 150:1 希伯来文： יְיָ, 雅

‡ 150:6 150:6 希伯来文： יְיָ, 雅

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。

2026-05-19

PDF generated using Haiola and XeLaTeX on 22 May 2026 from source files dated 22 May 2026
43051142-a8ca-5a59-9316-2ed49d435de1