

## 第七十三篇

### 1 亚萨的诗章。

上帝对以色列真好，对心中纯净的人真好！

**2** 我的脚差一点走上岔路，我的步伐险些滑倒，**3** 这是因为  
我嫉妒自吹自擂的人，一直注意恶人平安幸福。**4** 他们不受  
折磨而死，他们身强力壮，**5** 不曾经历普通人的艰辛，也没  
受到一般人的打击，**6** 高傲成了他们的项链，暴行对他们来  
说就像身上的披风。**7** 他们的眼睛因为肥胖而鼓出，心中充  
满狂妄无知。

**8** 他们嘲笑人，说恶毒、欺榨的话，目空一切，**9** 对天大放  
厥词，在地颐指气使，**10** 他们搜刮民脂民膏，**11** 并说：

“神怎么会晓得呢？至高者哪能知道呢？”

**12** 看哪！这就是恶人，他们一路顺遂，财富加增。**13** 我真  
是白保持心中纯洁，白保持双掌干净了，**14** 因为我每天受  
打击，每个清晨受责罚。**15** 然而如果我真这么说，就会对  
您儿女的世代背信弃义。

**16** 我极想了解这件事，却始终琢磨不透，**17** 直到我进入神  
的圣地，才豁然领悟他们的下场。

**18** 您确实把他们放在滑溜之地，会使他们陷入悽凉之地。  
他们就这么突然被毁灭了！**19** 顷刻之间便不复存在，因惊  
恐缠身而亡。**20** 好像南柯一梦！我主啊！您兴起的时候，  
会藐视他们的影像。

**21** 于是，我心中幡然悔悟、良心受谴责。**22** 我像畜生一样没有理性、无知无识，**23** 然而我与您同在。我一直与您同在，您握着我的右手，**24** 您会用谋略引导我，然后带我走向荣耀。

**25** 在天上我还有谁呢？在地上除了您以外，也没有喜爱的。**26** 虽然我的身体和内心会渐渐衰残，但上帝永远是我心中的大磐石和我的福份。

**27** 看哪！远离您的人肯定灭亡，所有离开您，行邪淫、拜别神的人，都会彻底毁灭。**28** 至于我，亲近上帝对我有益。我要让主雅伟成为我的天然屏障，好教我细说您所有的作为。

## 第七十四篇

### 1 亚萨的教诲诗。

上帝啊！您为什么永远摒弃我们呢？您的愤慨为什么发向您草场上的羊，且火冒三丈呢？**2** 求主记得您在古时所得回的会众，记得蒙您救赎做为恒产的部族，还有您一直安居的锡安山！

**3** 提起您的脚去到那永远凄凉之地，看看被仇敌彻底破坏了的至圣所，**4** 您的对头们在您的会堂中喧嚣，竖立起他们自己的徽号。**5** 他们是大家公认的樵夫，把茂密树林里高耸的树木伐倒。**6** 现在，他们用斧头砍伐刻花镶板，再用战斧和铁锤全部砸碎。**7** 他们放火烧毁您的圣殿，亵渎您名号所在

之地，将其夷为平地。**8** 他们下决心：“让我们一举摧毁它们吧！”他们把神在这领土上所有的会堂都烧毁了。

**9** 我们看不到任何征兆，不再有先知，没有人知道这要到什么时候！**10** 上帝啊！那位侵略者要辱骂到什么时候？那位仇敌要永远鄙夷您的名号吗？**11** 您为什么不出手，就是您的右手？把它从您的胸口抽出来，去灭掉他们吧！

**12** 上帝自古以来就是我的君王，他在地球上施行拯救。**13** 您用大能把海水分开，打碎那些海怪的头。**14** 您碾碎巨大怪兽的头颅，让牠成为沙漠民族的食物。**15** 您凿出泉水和溪水，却使终年淌水的大河干涸。

**16** 白天属于您，夜晚也属于您。您设立了那些光体和太阳，**17** 您划定地球上所有的界线，您制定了夏天和冬天。**18** 雅伟啊！求主记住仇敌的辱骂，一个愚钝的民族竟然蔑视您的名号！**19** 不要把您斑鸠的性命交给那些野兽，不要永远遗忘您困苦人的性命啊！

**20** 求主重视那诏约，因为地球的黑暗处充斥着藏污纳垢的暴行窝点。**21** 不要让受欺压的人屈辱地回去，而是要让困苦人和穷乏人赞美您的名。**22** 上帝啊！起来吧！为您自己捍卫公道。请记得愚钝人整天对您的侮辱，**23** 不要忘记您对头们的声音，反对您的人，不停地呐喊，甚嚣尘上。

## 第七十五篇

**1** 亚萨的诗章、诗歌，不可灭掉，交给诗班指挥。

上帝啊！我们感谢您，我们感谢您！因为您的名号和我们相近，我们细说您的那些奇妙作为。

**2** 在我指定的日子，我必公正地审判。**3** 地球和它所有的居民将会熔化，是我让它所有的支柱稳固。间奏曲。

**4** 我对夸口的人说：“不得夸口！”对违抗上帝的人说：“不得竖起你的犄角！**5** 不得向天竖起你的犄角！不得蛮横无礼地说话！”**6** 因为尊荣不是来自东方，不是来自西方，也不是来自旷野，**7** 而是由雅伟圣裁：贬低这人，提升那人。

**8** 因为雅伟手中握著一个酒杯，调好的酒，冒着泡沫。他会把那酒倾倒出来，全球所有的恶人必须一滴不剩地喝光那酒。**9** 而我则要永远传扬，传扬颂赞雅各的上帝所行的大事。

**10** 我肯定会砍断恶人头上所有的犄角！必定让公义的人头角峥嵘！

## 第七十六篇

**1** 亚萨的诗章、诗歌，交给诗班指挥，用丝弦乐器。

上帝在犹大家喻户晓，他的名号在以色列崇高伟大。**2** 他的帐幔在撒冷，他的住所在锡安。**3** 他在那里折断战时的兵器，那些磨光的箭头、盾牌和刀剑。间奏曲。

**4** 您的华光绚丽夺目，比住满了野兽的山脉更加宏伟！**5** 最顽强的人也会被掳掠一空，进入昏睡，最威猛的人再也不能抬起手来。**6** 雅各的上帝啊！您一责罚，战车和战马就精神恍惚。

**7** 您！您配得敬畏！当您愤慨时，谁能在您面前站得住脚呢？**8** 您从天上让人听到您的裁夺，**9** 当上帝站起来下判决、解救地球上所有谦卑的人时，地球就害怕得不敢出声。间奏曲。

**10** 人的义怒会带给您称赞，可是余怒您会禁止。**11** 要向雅伟你的上帝许愿、并且还愿，所有围绕着他的人，都要把礼物献给这位令人畏惧的神。**12** 他肯定会灭掉王子们的气焰，全球所有的国王都要敬畏他。

## 第七十七篇

**1** 亚萨的诗章，交给诗班指挥，用耶杜顿的曲调。

我向上帝哀求，大声呼求。我向上帝哀求，他就对我侧耳细听。**2** 在我痛苦的日子，我求问我主。我的手整夜高举，我全身心不肯受安慰。

**3** 我想到上帝，就呻吟，我自怨自艾，我的灵就招架不住。间奏曲。**4** 您不让我阖眼，我心烦意乱，说不出话来。**5** 于是我感怀古时的日子，那些久远的岁月。**6** 我记得夜晚的诗歌，我对着心默想，省察我的灵。

**7** 我主，要永远摈弃吗？他不再接纳了吗？**8** 他不变的慈爱永远终止了吗？他留给世世代代的圣言作废了吗？**9** 他忘记施恩了吗？还是愤慨锁住了他的怜悯呢？间奏曲。

**10** 于是我说：“最使我伤心的是，至高者的右手改变了。”**11** 我要记得雅的事迹，我肯定记得您古时行的奇迹，**12** 我定会思索您所有的作为，默想您做的那些事。

**13** 上帝啊！您的道路是圣洁的，有哪个神如同上帝这般伟大呢？**14** 您是那位行奇迹的神，您向万族彰显您的大能，**15** 用您的膀臂救赎您的子民，就是雅各和约瑟的子孙。间奏曲。

**16** 上帝啊！海水看到您，海水看到您，就翻腾。是的，深渊也震动。**17** 浓厚云层倒下雨水，天空发出大响声，您的弓箭四射。**18** 您的雷声在台风中震响，闪电照亮世界，地球也震颤和摇动。

**19** 您的道路在海中，您的蹊径在大洪水中，您的足迹遍寻不到。**20** 您通过摩西和亚伦，像引导羊群一样引导您的子民。

## 第七十八篇

**1** 亚萨的智慧诗。

我的子民啊！聆听我的教导，侧耳倾听我口中的圣言！**2** 我肯定会开口说寓言，会不断说出古老艰深的问题。

**3** 我们的祖先曾对我们细说，我们听到、也清楚知道，**4** 我们不可对子孙有所隐瞒。务必对后代细说雅伟的恩德、他的权能和他所做的奇妙作为。

**5** 因为他给雅各立定了十诫，给以色列定立了规条。他命令我们的祖先，把这些事对他们的儿女清楚说明，**6** 好教即将出生的下一代清楚知道、并且对他们的儿女细说。

**7** 从而他们会信任上帝，不会忘记神的那些事迹，守护神的各个诫命，**8** 绝不会像他们的祖先，是个倔强、忤逆的世代，心不坚定，灵对神不忠信。

**9** 以法莲子孙中的弓箭手们，虽然全副武装，但在战场上败退。**10** 这是因为他们没有遵守上帝的诏约，不肯遵行他的教导，**11** 忘记他做的事、和向他们展现的奇妙作为。

**12** 在埃及领土，在琐安原野，他们在他们祖先面前行了一些奇迹。**13** 他把海水分开，让海水像一座水墙立起，从而他们得以走过去。**14** 白天他用云柱领路，夜间用火光引导。**15** 在旷野，他劈开大磐石，让水像大深渊那样流出来，给他们水喝。**16** 他也让磐石涌出流水，好像河流一样，渲泄而出。

**17** 然而，他们却越发得罪他，在干旱地忤逆至高者。**18** 他们心中试探神，强求渴望美食。**19** 他们看扁上帝，说：

“神能在旷野摆设酒席吗？**20** 没错，他击打大磐石，水就喷涌而出，溪流就涌出来，可是他也能供给饭食吗？能给他的子民供应肉类吗？”

**21** 雅伟听到，非常生气，就对雅各发火，对以色列震怒，  
**22** 因为他们不信任上帝，不信靠他的拯救。**23** 他命令天上的云彩，打开天上的各个闸门，**24** 降下吗哪给他们吃。赐给他们天粮，**25** 把天使吃的食物，送给人，让他们吃到饱。

**26** 他让天上吹起东风，用他的大能带来南风，**27** 把多如泥沙的肉，就是像海边的沙那样多的鸟类，降在他们当中。  
**28** 他把牠们降在他的营地当中，降在所有帐篷周围，**29** 让他们有得吃，而且吃到饱。他把牠们带来，是为了满足人们的口腹之欲。**30** 然而因为他们不肯放弃自己的口腹之欲，所以食物还在他们口中的时候，**31** 上帝的愤慨就临到他们，屠杀了他们中最健壮的人，以色列的许多年轻人被击毙。

**32** 虽然经历这一切，他们却越发犯罪，不相信他的奇妙作为，**33** 所以他让他们的日子无意义地结束，他们的年岁在惊恐中完结。

**34** 当他屠杀他们时，他们才求问他，回头迫切地寻求神，  
**35** 记起上帝是他们的大磐石，至高的神是他们的救赎主。  
**36** 可是他们只是用嘴哄骗他，用舌头对他撒谎，**37** 心对他并不坚定，对他的诏约并不忠信。

**38** 然而他依然慈悲为怀，赦免他们明知故犯的罪，没有灭掉他们。他常常遏制他的愤慨，不发泄所有的义怒，**39** 因为他记得他们只是血肉之躯，只不过是去而不返的一口气。



**40** 他们多次在旷野忤逆他，在荒野让他伤心。**41** 他们故态复萌，试探神，惹恼以色列的那位圣者，**42** 忘记他的手、和把他们从欺压者那里赎回的日子。

**43** 上帝在埃及行了神迹，在琐安的原野做了奇事：**44** 他把他们的河流变成血，使他们无法饮用溪水。**45** 他派成群结队的苍蝇去骚扰他们、毁坏他们，青蛙也摧毁他们。**46** 他也把他们的农作物交给害虫，把他们的劳动所得交给蝗虫。**47** 他用冰雹毁掉他们的葡萄树，用冰霜毁掉他们的无花果树。

**48** 他把他们的牲畜转交给冰雹，他们的家畜转交给闪电。**49** 把他的愤慨怒气、震怒、义愤和灾难，发在他们身上，派出天使实施毁灭。

**50** 他为他的愤慨铲平道路，没让一条性命逃过死亡，而是把他们的生命转交给瘟疫。**51** 他击杀埃及所有的长子和头胎牲畜，就是在含的所有帐篷里，生殖力所结的第一个果子。

**52** 然后他把自己的子民像羊群一样带出来，在旷野，像牵着牛羊一样牵着他们，**53** 安全地引导他们，让他们不用惧怕，而他们的仇敌却葬身海底。

**54** 把他们带到被他分别为圣的疆界、和他右手获得的这座高山。**55** 他们在他们前面，驱逐各国，为他们分配、划定恒产，让以色列的各部族，在他们的帐篷里安居。

**56** 然而他们却试探和忤逆至高的上帝，不遵守他的十诫，  
**57** 反而像他们祖先一样，离经叛道、背信弃义，像乱转方向、弓背逆转的弓箭。**58** 用他们山丘上的各个神龕惹怒他，用他们的泥塑木雕偶像惹他嫉妒。

**59** 上帝听到，就非常生气，彻底拒斥了以色列。**60** 他离开了示罗的神圣会幕，就是他们在他们当中安居的会幕，**61** 让他的大能约柜被掳，把他的荣耀交到侵略者手中，**62** 把他的子民转让给刀剑。他对他的恒产发怒，**63** 让他的年轻人被火吞灭，使他的处女们无法举行婚礼，**64** 他的祭司们倒在刀下，他的寡妇们欲哭无泪。

**65** 然后我主像从睡梦中醒来，如醒了酒的勇士，**66** 击退他的对头们，让他们遭到永远的侮辱。

**67** 从那之后，他拒斥了约瑟的帐幕，不再拣选以法莲部族，**68** 而是拣选犹大部族。他爱锡安山，**69** 把他的圣所建在高处，像地球一样，他永远建立它。

**70** 他也拣选他的仆人大卫，把他从羊群中征召出来，**71** 把他从照顾的小羊群中带出来，牧养他的子民雅各、他的恒产以色列。**72** 于是他用正直、廉洁的心牧养他们，用灵巧的手掌引导他们。

## 第七十九篇

**1** 亚萨的诗章。

上帝啊！列国来侵犯您的恒产，渎犯您的神圣圣所，把耶路撒冷变成废墟。**2** 他们把您仆人的尸体，给天空的飞鸟做食物，把对您忠诚人的肉身，丢给原野的野兽做食物。**3** 让他们在全耶路撒冷血流成河，无人埋葬。

**4** 我们成了邻国侮辱的对象，成了周边民族讥讽和嘲笑的对象。**5** 雅伟啊！要到什么时候呢？您会永远发怒吗？您的嫉妒会像熊熊烈火吗？

**6** 把您的烈怒倾倒在不认识您的列国吧！倾倒在不求告您名号的众王国吧！**7** 因为他们侵吞了雅各，毁坏了他的家园。

**8** 不要记得我们以往明知故犯的罪，求主的怜悯赶快临到我们，因为我们已经陷入绝境！

**9** 解救我们的上帝啊！帮助我们！因为这攸关您的荣耀之名。为了您的名，救出我们，赦免我们的悖逆罪吧！**10** 为什么要让列国说：“他们的上帝在哪里”呢？

在我们眼前，让列国清楚知道，您会为您仆人流出的血复仇。**11** 愿俘虏的呻吟声达到您面前！用您大能的膀臂，保住那些被判了死刑的人的性命吧！

**12** 我主啊！求主把他们对您的侮辱，奉还到他们怀中七倍！**13** 那么，我们，您的子民，您草场上的羊群，会永远感谢您，世世代代会传扬那些赞美您的事迹。

## 第八十篇

**1** 亚萨的诗章、见证，交给诗班指挥，用百合花调。

以色列的牧者啊！求主聆听！您牵着约瑟，就像牵着羊群，您这位坐在两位基路伯天使上的啊！发出您的荣光吧！**2** 在以法莲、便雅悯和玛拿西前面，发动您的力量，拯救我们吧！

**3** 上帝啊！把我们带回来，用您脸上的荣光照亮我们，我们就会得解救。**4** 雅伟亿万万天军的上帝啊！面对您子民的祷告，您的怒火要发到什么时候呢？**5** 您让他们把泪水当饭吃，饱饮泪水。**6** 您让我们成为邻国争斗的对象，让仇敌任意讥笑我们。

**7** 亿万万天军的上帝啊！把我们带回来，用您脸上的荣光照亮我们，我们就会得解救。

**8** 您从埃及带出一棵葡萄树，您把列国驱逐出去，把它栽种在那里。**9** 您为它开垦土地，让它向下扎根，遍满那地。**10** 它的树荫遮满山脉，它的枝干遮盖高大的香柏树，**11** 它的枝条伸到地中海，它的嫩枝伸到幼发拉底河。

**12** 可是您为什么拆毁它的城墙，让所有过路的行人随手采摘呢？**13** 野猪从森林里出来糟蹋它，原野的各类动物享用它。

**14** 亿万万天军的上帝啊！我们恳求您回来！从天空凭眺、俯瞰、眷顾这棵葡萄树吧！**15** 它的根茎是您的右手栽种，您亲自让它枝强叶茂啊！**16** 现在它被火焚烧，被砍下，您一责备，他们就灭亡。

**17** 愿您的手放在您右手边的那位贤哲人身上，放在您亲自使之强大的亚当的那位子孙身上！**18** 那样我们肯定不会再对您离经叛道。救活我们！我们就一定会求告您的名。**19** 雅伟亿万万天军的上帝啊！把我们带回来，用您脸上的荣光照亮我们，我们就会得解救。

## 第八十一篇

**1** 关于亚萨，交给诗班指挥，用基提调。

要向上帝，我们的能力，欢呼！要向雅各的上帝欢唱！**2** 要摇著铃鼓、随着小竖琴和十弦小竖琴的优美乐曲，唱诗歌！**3** 要在初一、十五和我们的节庆日，吹响羊角号，**4** 因为这是给以色列的规条，是雅各的上帝定下的法令。

**5** 当上帝攻打埃及领土，一个我听不懂其言语的国家时，上帝把一个敕令颁布给约瑟：**6** 我把重担从他肩上卸下，把他的手从搬运的竹筐上松开。**7** 你在患难中求告，我搭救了你。我在雷电的藏身处回应你，我用米利巴的缺水事件试炼你。间奏曲。

**8** 我的子民啊！听好！我要郑重警告你。以色列啊！深愿你听从我！**9** 你们当中不得有别神，你们不得膜拜外国神。**10** 我，雅伟、是把你们从埃及领土带上来的你们的上帝。你们尽管开口，我定会满足你们。

**11** 然而我的子民不肯听我的话，以色列不肯顺从我，**12** 所以我任凭他们随着他们顽梗的心，随他们各自的计策而行。

**13** 哦！巴不得我的子民听从我！巴不得以色列遵行我的为人处事之道！**14** 那样，我会很快征服他们的仇敌，我的手会攻击侵略他们的人。**15** 那些恨恶雅伟的人会对他摇尾乞怜，他们的宿命已经永远注定。

**16** 而他会让以色列吃到最饱满的小麦，我会让你享用从大磐石中得到的蜂蜜。

## 第八十二篇

**1** 亚萨的诗章。

上帝在神的会众中站在他的位置上，他在众神灵当中做审判。

**2** 你们要偏袒恶人、不公正地审判到什么时候呢？间奏曲。

**3** 要为弱势族群和孤儿主持公道，为困苦人和卑微人伸冤，

**4** 要把弱势族群和穷人，从恶人手中救出来。

**5** 他们什么都不懂，都不明白，活在黑暗中，地球所有的根基都在撼动。

**6** 我曾说：“你们是神，你们全都是至高者的儿子。”**7** 可是你们肯定会像普通人一样死去，一定会像王子那样倒毙。

**8** 上帝啊！起来，审判地球，因为您必会拥有所有国家。

## 第八十三篇

**1** 亚萨的诗章、诗歌。

上帝啊！不要沉默不语。神啊！不要不闻不问，没有动静。**2** 看哪！您的仇敌们在怒吼，那些恨您的人趾高气扬。**3** 他们设计狡猾的计谋来对抗您的子民，他们想谋害您所宝贝的人。**4** 他们说：“来吧！让我们把这个国家灭掉！以后再也没有人记得以色列这名字！”

**5** 他们同心策划，切结一个对抗您的盟约。**6** 就是住帐棚的以东和以实玛利，摩押和夏甲人，**7** 迦巴勒、亚扪和亚玛力，非利士和推罗的居民。**8** 亚述也和他们联合，一起做罗得子孙的帮手。间奏曲。

**9** 求主像对待米甸一样对待他们，像在基顺河对待西西拉和耶宾那样。**10** 结果他们在隐多珥被歼灭，成了土地的肥料。**11** 求主使他们的贵胄，像俄立和西伊伯，使他们的王子，像西巴和撒慕拿一样。

**12** 他们说：“让我们把上帝的草原据为己有。”

**13** 我的上帝啊！让他们像飞扬的尘土，像被风吹散的稻草，**14** 像野火焚烧森林，火焰燃烧山脉一样，**15** 用您的龙卷风追杀他们，用您的暴风雨惊吓他们。

**16** 雅伟啊！让他们满脸羞愧，好教他们寻求主的名号。**17** 让他们永远蒙羞受辱、惊吓不已，让他们狼狈不堪地灭亡。**18** 让他们清楚认识您，您的名号是雅伟，惟有您是统管全球的至高者。

## 第八十四篇

**1** 可拉子孙的诗章，交给诗班指挥，用基提调。

亿万万天军的雅伟啊！您的神圣会幕美好无比！**2** 我全身心都渴慕雅伟的庭院、望眼欲穿。我的心、我的身体，向永活的神欢唱。

**3** 亿万万天军的雅伟、我的王、我的上帝啊！连麻雀都在您的祭坛旁筑窝，燕子也筑巢孵育牠的雏鸟。**4** 住在您殿中的人有福了！他们可以一直赞美您。间奏曲。

**5** 靠您得力的人，心中向往您朝圣之路的人，有福了！**6** 他们走过流泪谷，却把它变成水泉，像是秋雨洒满的池塘。**7** 他们越走越力上加力，直到去锡安朝见上帝。

**8** 雅伟亿万万天军的上帝啊！垂听我的祷告。雅各的上帝啊！求主聆听。间奏曲。**9** 上帝、我们的盾牌啊！求主俯瞰、关注您受膏者的面。**10** 因为在您的庭院中一天，比在别的地方一千天更好。我宁愿在我上帝的殿中，在门槛看门，也不愿住在不公正人的家中。



**11** 因为雅伟上帝是太阳、是盾牌。雅伟会赐下恩慈和荣耀，绝不会克扣行为无可指责之人的遐福。**12** 亿万万天军的雅伟啊！信靠您的人何等有福！

## 第八十五篇

**1** 可拉子孙的诗章，交给诗班指挥。

雅伟啊！您曾经恩待您的领土，恢复了雅各的繁荣。**2** 您宽恕了您子民明知故犯的罪，赦免了他们所有的悖逆罪。间奏曲。**3** 您收回了所有震怒，撤销了您的愤慨怒气。

**4** 现在，解救我们的上帝啊！让我们再回头投奔您，消除您对我们的怒气吧！**5** 难道您要永远对我们发怒吗？难道您的愤慨要持续到世世代代吗？**6** 您不再复兴我们，教您的子民因为您而欢喜快乐吗？

**7** 雅伟啊！向我们显示您不变的慈爱！赐给我们您的解救吧！**8** 我要听听雅伟神说什么，因为他会对他的子民和忠诚于他的人，说友好的话，绝不再让他们回到愚顽里去。

**9** 他的救恩会靠近敬畏他的人，他的荣耀一定在我们领土上安居。**10** 不变的慈爱和真理已经发生交集，公义与和好得以兼顾。**11** 诚信定会从地球涌出，公义一定从天上俯瞰。**12** 是的，雅伟肯定赐下遐福，我们的领土一定长出农作物。**13** 公义走在他前面，必定为他的脚步开路。

## 第八十六篇

**1** 大卫的祷告。

雅伟啊！侧耳垂听，回应我！因为我困苦、穷乏。**2** 因为我的忠诚，求主守护我的性命！您，我的上帝啊！解救信靠您的仆人吧！

**3** 主啊！可怜我！因为我整天求告您。**4** 主啊！我全身心渴望您，求主让您仆人全身心欢喜快乐。**5** 主啊！因为您是真善美、赦免罪人，对所有求告您的人，满有不变的慈爱。

**6** 雅伟啊！侧耳垂听我的祷告，细听我祈求的声音。**7** 在我遭难的日子，我要求告您，因为您会回应。**8** 主啊！众神当中没有一位像您，没有任何作为可与您媲美。**9** 主啊！您所造的所有国家，定会俯伏敬拜您，定会荣耀您的名，**10** 因为您真伟大，做奇妙大事。惟有您是神！

**11** 雅伟啊！把您的正道指示我，我会走在您的真理中。求主使我的心坚贞不二、敬畏您的名。**12** 主我的上帝啊！我会全心感谢您，会永远荣耀您的名。

**13** 因为您对我的不变慈爱深厚无比，您曾经把我的性命从阴间深处救出来。**14** 上帝啊！骄傲的人起来攻击我，凶狠的恶人寻索我的命，他们不把你放在眼里！**15** 然而主啊！您是满有恻隐之心、不轻易发怒、有丰富不变的慈爱和信实的神！

**16** 求主眷顾我，可怜我，赐能力给您的仆人，解救您使女的儿子。**17** 给我一个吉祥的兆头，让恨我的人看到，他肯定蒙羞受辱，因为雅伟啊！您帮助了我，安慰了我！

## 第八十七篇

**1** 可拉子孙的诗章、诗歌。

雅伟的根基矗立在这神圣山上，**2** 雅伟爱锡安的众城门，胜过雅各所有的住所。**3** 上帝的城啊！妳的一些光荣事迹将被传颂。间奏曲。

**4** 在清楚认识我的人当中，我要提到高傲的埃及和巴比伦。看哪！非利士、推罗和埃塞俄比亚，某某人生在那里。**5** 至于锡安，肯定会说：“这人那人都生在她那里。”至高者会巩固她。

**6** 雅伟肯定在万族的名册上记录说：“这人生在那里。”间奏曲。**7** 诗班和吹奏管乐的人都说：“我所有幸福的源泉都在锡安。”

## 第八十八篇

**1** 可拉子孙的诗章、诗歌，交给诗班指挥，用玛哈拉利暗俄调。根据以斯拉家族希幔的教诲诗。

雅伟拯救我的上帝啊！我白天大声求救，夜晚也在您面前，**2** 让我的祷告达到您面前，侧耳垂听我的高声呼求吧！**3** 因为我的全身心饱受灾难，我的生命濒临阴间。**4** 我被看成该下坟茔的人，像没力气的壮丁，**5** 丢在死人堆中，像是躺在墓穴里、不再被您记得、不受您照顾的被杀之人。

**6** 您把我放在最深的坟茔里，在深海的黑暗中。**7** 您的烈怒压在我身上，您用您所有的巨浪冲击我。间奏曲。**8** 您让我的密友疏远我，让我成为他们憎恶的人。我被禁闭，出不去，**9** 我的视线因为磨难而模糊不清。雅伟啊！我每天求告您，双手掌伸向您。

**10** 难道您要对死人行奇迹吗？还是过世的人会起来感谢您呢？间奏曲。**11** 您不变的慈爱会在墓穴中传扬吗？您的信实会在冥府传颂吗？**12** 您的奇迹会在黑暗中为人知晓吗？您的仁义会在遗忘之地广为人知吗？

**13** 然而雅伟啊！我要向您求救，清晨，我的祷告定会达到您面前。**14** 雅伟啊！您为什么摒弃我的性命？为什么对我不理不睬？**15** 我从小就受苦，濒临死亡，承受您的各种惊恐，我已绝望。**16** 您的愤怒铺天盖地地袭击我，您的各种惊忧要取我的命。**17** 它们像洪水一样每天缠绕我，围困我。**18** 您让我的亲朋好友疏远我，我的密友全不见踪影！

## 第八十九篇

**1** 以斯拉家族以探的教诲诗。

我要永远歌颂雅伟的不变慈爱，用嘴向世世代代述说您的信实！**2** 因为我说过：“不变的慈爱将永远坚立，您会把您的信实设立在诸天。”

**3** 我与我拣选的人切结了一个诏约，我对我的仆人大卫发了誓：**4**“我定会永远坚立你的后裔，世世代代建立你的宝座。” 间奏曲。

**5** 雅伟啊！诸天要赞扬您的奇迹，天使在盛会中也要赞扬您的信实。**6** 天上谁能和雅伟匹敌呢？天上神灵当中有谁能和雅伟比拟呢？**7** 天使的议会中，神是最当被惧怕万分的，环绕在他周围的都要敬畏他！**8** 雅伟亿万万天军的上帝啊！有谁能像您这威武的雅呢？您的信实一直围绕着您。

**9** 您控制翻腾的海洋，当海浪狂啸时，您让它们平静下来。**10** 您把狂傲的人碾压如同已死的人，您孔武有力的膀臂，使您的仇敌们尸横遍野。**11** 诸天属于您，地球也属于您。世界和其中的一切都是您建造的，**12** 北方和南方都是您创造的。他泊山和荷门山都因为您的名而欢唱。

**13** 您有大能的膀臂、强壮的手和崇高的右手。**14** 公义和公正是您宝座的根基，不变的慈爱和信实走在您前面。**15** 懂得高声欢呼的这子民，是有福的。

雅伟啊！他们走在有您同在的荣光中，**16** 每天都因着您的名而喜乐，在您的仁义中他们得到尊崇。**17** 您是他们荣美的力量，您的恩泽使我们头角峥嵘，**18** 因为雅伟是我们的盾牌，以色列的那位圣者是我们的君王。

**19** 您曾经在一个直接信息中、告诉忠于您的人说：“我已经帮助了一位勇士，提升了一位蒙拣选的人。**20** 我找到我的仆人大卫，用我神圣的橄榄油膏抹他。**21** 我的手肯定会坚立他，我的膀臂一定使他强大。

**22** 没有任何仇敌能剥削他，没有任何心术不正的人能压榨他。**23** 我定会在他面前，打倒他的对头们，打败那些恨他的人。**24** 我的信实和不变的慈爱会与他同在，靠我的名，他一定头角峥嵘。

**25** 我必定使他的左手伸到地中海，右手伸到幼发拉底河。

**26** 他肯定会称呼我说：‘您是我阿爸、我的神、拯救我的大磐石。’ **27** 我也一定立他做长子，比地球上的众国王更加崇高。

**28** 我会永远坚守对他的不变慈爱，我的诏约也会对他坚定不移。**29** 我已经永远立定他的后裔，他的宝座会地久天长。

**30** 可是如果他的子孙们离弃我的教导，不遵行我的各个法令，**31** 如果他们渎犯我的法规，不遵守我的各诫命，**32** 我定会用短棍棒追究他们的叛逆罪，用鞭子追究他们明知故犯的罪。**33** 但是我绝不会对他收回我的不变慈爱，也绝不会背叛我的信实。

**34** 我绝不会违背我的诏约，也绝不会更改嘴唇说出的话。

**35** 一旦我以我的圣洁发誓，就绝不会对大卫撒谎。**36** 他的后裔肯定存到永远，他的宝座像太阳一样永远在我面前，**37** 像月亮一样永远坚立。那是在天空一个确定不变的见证。” 间奏曲。

**38** 可是您却摈弃了我们，拒斥了我们，对您的受膏者异常生气。**39** 您废弃了对您仆人所立的诏约，渎犯他的皇冠，把它摔在地上，**40** 捣毁他的城墙，毁坏他的防御工事，**41**

所有过路行人都剽掠他，使他成为邻国侮辱的对象。**42** 您还高举侵略者的右手，让他所有的仇敌高兴快乐。**43** 您甚至倒转他的刀刃，让他在战场上站不住脚。**44** 您终止了他的辉煌，把他的宝座推倒在地，**45** 缩短他的青春活力，使他满脸羞愧。间奏曲。

**46** 雅伟啊！您要隐藏自己多久，永远吗？您的盛怒要像烈火一样焚烧多久呢？**47** 请记住，我的人生短暂，您创造亚当所有的子孙是白费工夫吗？**48** 有哪位勇士能一直活着而不见死亡呢？他能让自己的性命逃过阴间的魔掌吗？间奏曲。

**49** 我主啊！您以前的不变慈爱在哪里？您给大卫那信实的誓言在哪里？**50** 我主啊！求主记得您仆人所受的侮辱，我的胸口承受所有民族对我的侮辱。**51** 雅伟啊！就是您的仇敌们辱骂的侮辱，您的受膏者每走一步都遭辱骂。**52** 雅伟永远配得颂扬！阿门！阿门！

## 第九十篇

**1** 上帝的贤哲人摩西的祷告。

主啊！您是我们世世代代的家园。**2** 在山脉生成以前，在您产下地球和世界以前，从亘古到永恒您一直都是神！**3** 您使人归回尘土，您说：“亚当的子孙们哪！归回。”

**4** 因为一千年在您眼中，就像逝去的昨天、像夜间的一个更次。

**5** 像洪水一样，您把人们冲走，他们就长眠。清晨，他们像小草那样茂盛，**6** 清晨像昙花一现，傍晚就被割下、枯萎。

**7** 我们因您的愤慨而消亡，因您的盛怒而惊恐万状。**8** 您把我们明知故犯的罪，都放在您面前，我们的隐恶，全显现在您的面光之中。

**9** 我们所有的日子，都在您的震怒之下度过，我们一生的年岁，像一声叹息。**10** 我们一生的寿数是七十岁，如果强壮，可到八十岁。其中能够自豪的，只是劳苦愁烦。像一阵风，我们便如飞而去。

**11** 谁能清楚知道您愤慨的威力呢？您的震慑力有多可怕，您的震怒就有多可怕。**12** 求主指导我们该如何安排时间，好教我们得到智慧的心。

**13** 雅伟啊！回来！要到什么时候呢？求主怜悯您的仆人们，**14** 好让我们从清晨就饱尝您的不变慈爱，我们一生就会欢唱、欢喜快乐。**15** 求主照我们受苦的日子、和我们遭难的年岁，使我们欢喜快乐！**16** 愿您向您的仆人们显现您的作为，向他们的子孙显现您的威荣！**17** 愿主我们上帝的荣美常在我们身上！我们手所做的事，求主巩固它的成果！我们手所做的事，求主巩固它的成果！

## 第九十一篇



**1** 住在至高者庇护之下的人，肯定安心睡在全能者的荫庇下。**2** 我对雅伟说：“您是我的天然屏障、我的避难所、我所信靠的上帝。”

**3** 因为他把你从捕鸟者的猎网、和致命的瘟疫中，救出来，**4** 他肯定会用羽翼遮盖你，你一定能投靠在他的翅膀下。他的信实是大盾牌和圆盾牌。

**5** 你不要害怕夜晚的惊恐、白天飞来的冷箭，**6** 也不要害怕幽暗中蔓延的瘟疫、和中午带来的灭顶之灾。**7** 即便一千人倒在你旁边，一万人倒在你右手边，它却侵扰不了你，**8** 你只会亲眼看到恶人受惩罚。

**9** 因为你说：“雅伟是我的天然屏障”，你让至高者成为你的家园，**10** 灾难就绝不会临到你，苦痛绝不会走近你的住处。**11** 因为他会命令他的天使们一路守护你，**12** 他们会用手掌接住你，不让你的脚撞在石头上。**13** 你一定会踩在狮子和眼镜蛇上面，你必定会把少壮狮子和蛇踩在脚下。

**14** 因为他深爱我，我肯定会营救他。因为他清楚认识我的名号，我一定会护佑他。**15** 他会求告我，我必会回应他。患难的时候，我肯定与他同在，一定会搭救他，荣耀他。**16** 我必会使他得享长寿，让他看到我的拯救。

## 第九十二篇

**1** 安息日的诗章、诗歌。

感谢雅伟是件美好的事。至高者啊！颂赞您的名是件美好的事。**2** 伴随着十弦乐器和十弦小竖琴的合奏、以及小竖琴的曲调，**3** 清晨要传扬您不变的慈爱，每晚要传扬您的信实。

**4** 因为雅伟啊！您用您的作为使我欢喜快乐，我要因您手的作为而欢唱。**5** 雅伟啊！您的所作所为何等伟大！您的想法何等深奥！**6** 没理性的家伙不晓得这事，愚笨的人不明白这事：**7** 虽然恶人像绿草那样茂盛，行不义的人个个昌荣，但他们注定会被永远歼灭。**8** 而您，雅伟啊！永远至尊至高！

**9** 雅伟啊！瞧瞧您的仇敌们。看哪！您的仇敌们肯定灭亡，所有行不义的人都会落荒而逃。**10** 您却让我像野牛一样头角峥嵘，我会得到新鲜橄榄油的膏抹。**11** 我肯定会亲眼看到和我作对的人失败，亲耳听到起来反对我的恶棍们垮台。

**12** 公义的人会像棕榈树那样茂盛，会像黎巴嫩的香柏树那样兴旺。**13** 那些栽在雅伟殿中的人、必定会在我们上帝的庭院中茂盛。**14** 他们白发苍苍时，仍然结果子，依然健康、有活力。**15** 要传扬雅伟是我的大磐石，他是正直的，没有半点不公正！

## 第九十三篇

**1** 雅伟统治万有，披戴威严。雅伟披戴着大能，以大能束腰。是的，世界非常稳固，没有丝毫松动。**2** 您的宝座从远古就已建立，您从亘古就已存在。

**3** 雅伟啊！虽然洪水暴涨，洪水发出怒吼，洪水激起惊涛骇浪，**4** 但在高天的雅伟，能力比大洪水的怒吼和海洋的狂涛巨浪更胜一筹！**5** 您的十诫颠扑不破。雅伟啊！直到永恒，圣洁对您的圣殿都最合宜。

## 第九十四篇

**1** 雅伟报仇的神啊！报仇的神发出光来吧！**2** 审判地球的主啊！起来吧！把傲慢自大的人应受的报应降给他！**3** 雅伟啊！恶人要留到什么时候？恶人要得意洋洋到什么时候呢？

**4** 他们不断地说尖酸刻薄的话，所有行不义的人都夸下海口。**5** 雅伟啊！他们压迫您的子民，欺压您的恒产。**6** 他们谋杀寡妇和寄居的外侨，屠杀孤儿，**7** 他们却说：“雅伟肯定看不到，雅各的上帝一定不会觉察！”

**8** 在这子民中，你们这些没有理性的人要明白！你们这些愚笨人什么时候才能聪慧呢？**9** 植入耳朵的那位，能听不见吗？设计眼睛的那位，能看不清楚吗？**10** 惩戒万国的那位，能不管教吗？教导人洞察力的那位，能不知道吗？

**11** 雅伟清楚知道人的心思意念，人只不过是一口气而已。**12** 雅啊！被您惩戒的勇士，得您教导之教训的人，有福

了！**13** 遭难的日子，您赐给他镇静，直到为恶人挖好坟墓。

**14** 因为雅伟绝不会抛弃他的子民，绝不会撤下他的恒产，  
**15** 因为判决定会恢复公义，所有正直的心都会跟随它。

**16** 谁愿意起来为我对抗恶棍呢？谁愿意为我抵挡行不义的人呢？**17** 要不是雅伟援助我，我的性命早躺在死寂中了。  
**18** 如果我说：“我的脚打滑了。”雅伟啊！您的不变慈爱就扶助我。**19** 当我心中焦虑繁多时，您的慰藉鼓舞了我全身心。

**20** 阴恶的宝座能与您联盟吗？他们制造祸端、违反您的规条！**21** 他们合伙对付义人的性命，而且判无辜的人死罪。  
**22** 然而雅伟是我的避风港，我的上帝是我天然屏障的大磐石。**23** 他会把报应奉还到不义之人头上，让他们用自己的邪恶灭掉自己。雅伟我们的上帝一定会灭绝他们！

## 第九十五篇

**1** 来啊！让我们向雅伟欢唱！让我们向解救我们的大磐石欢呼！**2** 让我们心怀感恩来到他面前，用诗歌向他欢呼！**3** 因为雅伟是伟大的神，是凌驾于众神明之上的伟大君王。

**4** 地球的每个深处都在他手中，山脉的各个高峰都属于他，  
**5** 海洋是他的，因为他造了它，他的手也制作了陆地。**6** 来啊！让我们俯伏跪拜，让我们跪在我们的雅伟面前。**7** 因为

他是我们的上帝，我们是他草场上的子民，是他手下的羊群。

**8** 现在，如果你们听从他的话语，就不要像在米利巴那样硬着心肠，不要像在旷野的玛撒的日子。**9** 当时你们的祖先虽然看过我的作为，但还是试探我、测试我。**10** 四十年之久，那世代令我恨恶，从而我说：“这是个心中误入歧途的子民，他们一点都不懂我的为人处事之道。”**11** 所以我愤慨地向他们发誓，他们永远不得进入我的安息！

## 第九十六篇

**1** 噢！向雅伟唱新歌！全球都歌颂雅伟！**2** 要歌颂雅伟，颂扬他的名号，天天传扬他的救恩。**3** 在万国中细说他的荣耀，在万族中细说他的奇妙作为。

**4** 因为雅伟真伟大，配得大赞美！他比所有神明更配得敬畏！**5** 万族所有的神明只不过是偶像而已，雅伟却造了诸天。**6** 权柄和威荣在他面前，能力和荣美在他的圣地。

**7** 万族的各宗族啊！把荣耀和能力归给雅伟，都归给雅伟！

**8** 把雅伟的名当得的荣耀归给他，带着奉献进入他的庭院。

**9** 哦！要以圣洁的装饰来敬拜雅伟，全球都要在他面前战栗。**10** 在万国中说：“雅伟统治万有。”是的，世界一定稳固，必不松动。他定会公正地为各民族主持公道。

**11** 让诸天欢喜快乐，让地球欢喜快乐，让海洋和其中的一切欢腾，**12** 让原野和其中的一切欢欣，然后森林里所有的

树木都会在雅伟面前欢唱！**13** 因为他来了，因为他来审判地球。他定会以公义审判世界，以信实审判各民族。

## 第九十七篇

**1** 雅伟统治万有！让地球喜乐！让众海岛欢欣！**2** 云彩和浓厚乌云都围绕着他，公义和公道是他宝座的根基。**3** 火焰从他面前发出，焚毁他周边所有的对头。

**4** 他的闪电照亮世界，地球看到就战栗。**5** 在雅伟面前，在全球的主宰面前，山脉像蜡烛一样消融。**6** 诸天传扬他的公义，所有民族都看到他的荣耀。

**7** 所有事奉雕像的人，那些以偶像夸口的人，都头脸蒙羞。所有神明都俯伏敬拜上帝。

**8** 雅伟啊！因为您的各个判决，锡安听到就欢喜，犹太的子民听到就喜乐。**9** 因为雅伟啊！您超乎全球之上，您比所有神明更为崇高。

**10** 你们这些爱雅伟的人，要恨恶邪恶。对他忠诚的人，他会守护他们的性命，把他们从恶人手中救出。**11** 光明是为公义的人而照耀，欢喜快乐是为心中正直的人而设立。**12** 公义的人啊！要因雅伟而欢喜快乐！感念他的圣洁时，要感谢他。

## 第九十八篇

## **1 诗章。**

哦！向雅伟唱新歌！因为他做了许多奇妙大事，他的右手和圣洁的膀臂助他得胜。**2** 雅伟彰显他的救恩，在万国面前显示他的仁义。**3** 他一直记得对以色列家不变的慈爱和信实，地球四极都看得到我们上帝的救恩。

**4** 全球要向雅伟欢呼！要引吭高歌，用诗歌颂赞他。**5** 要用小竖琴颂赞他，用小竖琴和优美的诗歌、**6** 用一些银号角和羊角号，在雅伟这位王面前欢呼！

**7** 让海洋和其中的一切，世界和所有的居民都欢腾！**8** 让众河流拍手同庆，众山脉合唱！都在雅伟面前！**9** 因为他定将审判地球。他肯定公义地审判世界，公正地审判万族。

## **第九十九篇**

**1** 雅伟统治万有！让万族都战兢。他坐在两位基路伯天使上面，让地球颤抖。**2** 在锡安的雅伟真伟大！他超乎所有民族之上。**3** 他们定要承认您大而可畏的名号，它是神圣的！

**4** 这位大能的君王喜爱公道。您建立了公平，在雅各施行公正和仁义。**5** 要赞颂雅伟我们的上帝，在他的脚凳前俯伏敬拜！他是神圣的！

**6** 摩西和亚伦在他的祭司当中，撒母耳在求告他名号的人当中，他们求告雅伟，他就回应。**7** 他在云柱中对他们说话，他们遵守了他赐下的十诫和法规。

**8** 雅伟我们的上帝啊！您回应了他们。您是赦免他们的神，但也处罚他们的不良行为。

**9** 要赞颂雅伟我们的上帝！在他圣洁的山上俯伏敬拜，因为雅伟我们的上帝是神圣的。

## 第一百篇

**1** 感恩的诗章。

全球要向雅伟欢呼，**2** 要欢喜快乐地服事敬拜雅伟，要唱着快乐诗歌来到他面前，**3** 要清楚知道雅伟是上帝！

是他造了我们，不是我们自己造了自己。我们是他的子民，是他草场上的羊群。**4** 要以感谢进入他的殿门，以赞扬进入他的庭院，要感谢他，颂扬他的名号！

**5** 因为雅伟是真善美，他的不变慈爱存到永远，他的信实直到万代。

## 第一百零一篇

**1** 大卫的诗章。

我要歌颂不变的慈爱和公道。雅伟啊！我要颂赞您。**2** 我会以无可指责的方式聪慧行事。哦！您什么时候来到我这里呢？我会在我的宫中，以正直廉洁的心行事为人。**3** 我绝不把下贱的东西放在眼前，我恨恶走歪门邪道的人，绝不沾染它们。**4** 狡诈的心定会远离我，我和邪恶没有任何瓜葛。



**5** 暗中抹黑别人的人，我定会灭掉。目中无人、心中嚣张的人，我绝不容忍。**6** 我会关注这领土上的忠诚人，他们可以与我同住。行事无可指责的人，会协助我工作。**7** 我的宫中绝不可有行事虚伪的人，说谎的人一定不得继续在我眼前。**8** 每个清晨，我定会剪除这领土上所有的恶人，从雅伟的城中，除掉所有行不义的人。

## 第一百零二篇

**1** 困苦人的祷告。当他奄奄一息，在雅伟面前倾诉衷肠时。

雅伟啊！求主垂听我的祷告，让我的求救声达到您那里！**2** 我遭遇危难的时候，不要对我不理不睬。当我求告您的时候，求主侧耳细听，赶紧回应我！

**3** 因为我的日子如烟消逝，我的骨头像炭火一样发烧，**4** 我的心受打击、像草一样枯干，以致我忘了吃饭。**5** 因为我呻吟，只剩皮包骨了。**6** 我像旷野里的鹈鹕，像荒废之地的猫头鹰，**7** 时刻警醒，像屋顶上孤单的鸟雀。

**8** 我的仇敌们整天侮辱我，那些讥刺我的人，用我去咒诅别人。**9** 我以灰土当饭，喝的水中参杂着眼泪。**10** 这是因为您的烈怒和您的愤懑，因为您把我高高举起，又重重摔下。

**11** 我的日子像残阳余晖，我像枯干的草，**12** 然而雅伟啊！您永远作王，您的名声传到万代。

**13** 您肯定会起来怜悯锡安，因为这是怜惜她的时刻，指定的时间已经来到，**14** 您的仆人们喜爱它的每块石头，怜惜它的泥土。

**15** 从而万国都敬畏雅伟的名号，地球上所有的君王必定敬畏您的荣耀。**16** 当雅伟重建锡安时，他就在他的荣耀中显现。**17** 他垂顾贫困人的祷告，绝不藐视他们的祷告。

**18** 务必为下一代记录此事，即将被创造的这子民，定会赞美雅。**19** 因为雅从高天的至圣所俯视，雅伟从天堂查看全球，**20** 听到俘虏的哭泣，释放被判死刑的人。**21** 当万族集结一起，各王国服事敬拜雅伟时，**22** 要在锡安宣扬雅伟的名号，在耶路撒冷宣扬他的恩德！

**23** 在我人生中途，他削弱我的力量，缩短我的年日。**24** 我说：“我的神啊！不要在我中年时，把我带回去！您的年岁直到万代。”

**25** 在远古，您打下地球的根基，诸天是您手中的作品。**26** 它们一定会消失，您却永远长存。是的，它们全都像外衣，定会破烂。您会像换掉衣服那样，换掉它们，它们一定被换掉。

**27** 而您却始终如一，您的年岁必定无穷无尽。**28** 您仆人们的子孙们一定安居，他们的后裔必定在您面前得以坚立。

## 第一百零三篇

**1** 关于大卫。

我的全身心啊！要颂扬雅伟。我的全部都要颂扬他的圣洁名号！**2** 我的全身心啊！要颂扬雅伟，不可忘记他一切的恩惠。**3** 他赦免你所有明知故犯的罪，医治你一切疾病，**4** 把你的生命从坟墓中救赎出来，以不变的慈爱和怜悯做你的冠冕，**5** 用美物满足你一切需要，使你像秃鹰一样返老还童。

**6** 雅伟为所有受欺压的人施行仁义、主持公道。**7** 他让摩西懂得他的为人处事之道，而让以色列的子孙知道他所做的每件事。**8** 雅伟慈悲为怀、满有悲悯、不轻易发怒、满有不变的慈爱。**9** 他绝不一味指控，也不永远怀恨。**10** 他没有照我们的过犯对待我们，也没有照我们明知故犯的罪对付我们。

**11** 因为天离地有多高，他的不变慈爱，对敬畏他的人也有多丰厚。**12** 东离西有多远，他使我们的叛逆罪也离我们有多远。**13** 父亲怎样怜恤儿女，雅伟也同样怜恤敬畏他的人。

**14** 因为他清楚知道我们受造的本质，记得我们只不过是泥土而已。**15** 人的日子像小草，也像原野盛开的花朵，欣欣向荣，**16** 然而风一吹过，它就不在了，它的老家再也认不得它。

**17** 然而雅伟的不变慈爱，对敬畏他的人是永远不变的。他的仁义，对那些遵守他的诏约、**18** 记得把他的教训行出来的人，却一直临到孙辈。

**19** 雅伟已经把他的宝座坚立在诸天，他的国度统驭万有。  
**20** 强大的、实施雅伟命令的、雅伟的诸天使啊！要颂扬雅伟，  
**21** 听从他的命令。所有服事雅伟、奉行他旨意的、雅伟的亿万万天军，要颂扬雅伟！  
**22** 在雅伟所统御之地，雅伟所造的一切，都要颂扬雅伟。我的全身心啊！要颂扬雅伟。

### 第一百零四篇

**1** 我的全身心啊！要颂扬雅伟。雅伟我的上帝啊！您伟大无比。您身披威武和尊荣，  
**2** 荣光像披风一样环绕着您。您铺陈诸天，好像铺陈幔帘。

**3** 他把宫殿上房的梁木插在水中，以浓厚云层做为御辇，他走在风的翅膀上。

**4** 他以风做使者，烈火做侍从。**5** 他把地球建造在各个根基上，从而它必定永不撼动。

**6** 您用深渊作帐，遮盖地表，洪水漫过山脉。**7** 您发责备，水便窜逃。您发出雷鸣，水就急忙逃跑，  
**8** 按照您为它们安排的位置，山脉升高，山谷下降。**9** 您也划定界线，它们绝不得超越，绝不得倒流而淹没地面。

**10** 您派泉水进入峡谷，在山脉之间流淌。**11** 它们为原野上所有的生物提供饮水，给野驴解渴。  
**12** 天空的鸟类得以栖息，在树梢鸣唱。

**13** 他从他宫殿楼上浇灌山脉，地球因为您的工作成果而富足。**14** 您使青草生长，给动物为食，使菜蔬生长，为人类食用，又使大地出产粮食。**15** 葡萄酒使人心欢乐，橄榄油使人容光焕发，食物则维持人的生命。

**16** 雅伟的树木，他所栽种的黎巴嫩的香柏树，都得到丰沛的浇灌。**17** 飞鸟在树上筑巢，鸛鸟以松树为家，**18** 千仞高山为野山羊而预备，岩石做为石獾的天然屏障。

**19** 他造月亮来指定季节，太阳知道何时下山。**20** 当您降下黑暗，就成了夜晚，森林所有的野兽生物便四处爬行，**21** 少壮狮子为猎物而吼叫，向神寻求食物。**22** 当太阳升起，牠们就回家，去牠们的巢穴歇息，**23** 而人们则日出而作，日落而息。

**24** 雅伟啊！您的作品何其多！它们全都是您用智慧造的，地球遍满了您所创造的财物。

**25** 在宽阔浩渺的海洋中，有数不尽的爬虫类，大大小小的活物。**26** 船只航行在海上，您所制作的巨大海怪游戏其中。**27** 牠们都期盼著您按时赐给牠们食物。

**28** 您赐给牠们，牠们就捡来吃，您张开手，牠们就饱享美食。**29** 当您掩面不见，牠们就惊恐万状，您召回牠们的气息，牠们就呼出最后一口气，归回泥土。**30** 您发派您的气息，牠们就被创造，您使大地回春。

**31** 愿雅伟的荣耀存到永远！愿雅伟因为他所有的杰作而欢喜快乐！**32** 当他巡视地球，地就战兢，当他触摸山脉，山就冒烟。

**33** 我一生都要歌颂雅伟，只要一息尚存，我就颂赞我的上帝。**34** 愿我对他的默念，讨他喜悦，我会因为雅伟而欢喜快乐。**35** 愿罪人从地球上死光！愿恶人不再存在！我的全身心啊！要颂扬雅伟。哈利路雅！

## 第一百零五篇

**1** 要感谢雅伟，求告他的名，在万族中传扬他所做的事！**2** 要歌颂他，颂赞他，细述他所有的奇妙作为！**3** 要夸耀他的圣洁名号！愿寻求雅伟的人、心中欢喜快乐！

**4** 要求问雅伟和他的大能，一直寻求他的面。**5** 他的仆人亚伯拉罕的后裔、和他所拣选的雅各的子孙，**6** 要记住他的奇妙作为和神迹奇事，牢记他口中的各个法令！

**7** 他是雅伟我们的上帝，在全球各地施行审判。**8** 他永远记得自己的诏约和他对千代所下的命令，**9** 就是他和亚伯拉罕切结的诏约、对以撒所立的誓言、**10** 以及对雅各确认的规条，那是给以色列的永远诏约。**11** 当他们人丁稀少、屈指可数、寄居在那领土时，**12** 上帝就说：“我定会把迦南领土赐给你，做为分配给你的恒产。”

**13** 当他们从一个国家迁徙到一个国家，从一个王国迁徙到另一个民族时，**14** 上帝不允许任何人欺压他们。是的，为

了他们，他还谴责那些君王，**15** 说：“不得动我所膏抹的人！不得伤害我的先知们！”

**16** 然后，上帝在那领土降下饥荒，断绝食物来源。**17** 他派一个贤哲人在他们之前先去，就是被卖为奴的约瑟。**18** 在那里，人用脚镣磨伤约瑟的脚，用铁链卡住他的脖子，**19** 直到上帝许诺的时刻来到。雅伟用圣言淬砺他。

**20** 于是国王派人释放他，就是统驭一些民族的那君王，解放他，**21** 任命他做皇宫总管，管理王所有的财物，**22** 授权惩处王公大臣，把智慧教导他的长老们。

**23** 然后，以色列去到埃及，雅各在含的领土上寄居。**24** 上帝使他的子民繁衍众多，比迫害他的人数更多。**25** 上帝改变那些人的心，开始恨恶他的子民，欺诈他的仆人们。

**26** 然后，上帝派出他的仆人摩西和他所拣选的亚伦。**27** 他们在含的领土，在他们当中实施上帝的奇迹和神迹奇事。

**28** 上帝派出黑暗，地就黑暗，可是那些人违背他的命令。

**29** 他就把他们的水变成血，杀死水里的鱼。**30** 让他们的土地遍满青蛙，包括国王的寝宫。

**31** 上帝发话，苍蝇就成群结队地飞来，他们全疆土也长满了蝨子。**32** 他把冰雹降在他们身上，让烈火在他们领土上燃烧。**33** 他也击打他们的葡萄树和无花果树，折断他们疆域内的树木。**34** 他一发话，无以计数的蝗虫和蝗虫的幼虫就飞来，**35** 吞吃他们领土上所有的植物，吞吃他们地上的果实。

**36** 上帝也击杀他们领土上所有的长子，就是他们生殖力的头生儿子。**37** 然后他带着以色列人和金银出埃及，部族中没有一人跌倒。**38** 当他们出来时，埃及真是谢天谢地，因为对以色列的恐惧占据了他们的心。

**39** 上帝铺开云雾遮盖他们，夜晚用火柱赐给他们亮光。**40** 应他们的要求，带来鹌鹑，也赐下天粮喂饱他们。**41** 他劈开大磐石，水就喷涌而出，成为干旱之地的河流。**42** 这是因为上帝记得他神圣的许诺，记得他的仆人亚伯拉罕。

**43** 上帝带着他的子民快乐出行，带着他的选民欢腾地出来。**44** 他把列国的领土赐给他们，让他们享有各族群的劳动成果，**45** 好教他们遵守他的规条，维护他的教导。哈利路雅！

## 第一百零六篇

**1** 哈利路雅！感谢雅伟！因为他是真善美，他不变的慈爱存到永远。**2** 谁能一五一十地讲述雅伟的丰功伟绩，或是宣扬他一切的恩德呢？**3** 谨守公道的人、一直做仁义之事的人，有福了！

**4** 雅伟啊！当您恩待您的子民时，求您记得我。用您的救恩眷顾我，**5** 让我看到您选民的遐福，为您国家的欢乐而欢乐，与您的恒产一起夸耀。



**6** 我们和我们的祖先一样，该做的事没做，却屡犯错误、做错事。**7** 我们的祖先不理解您在埃及的那些奇妙作为，不记得您丰富不变的慈爱，在海边，就是芦苇海边，忤逆您。

**8** 然而上帝为了自己的名号，仍然解救他们，好教他的强大能力家喻户晓。**9** 他斥责芦苇海，它就干涸。他让他们走在海底像走在旷野一样。**10** 他从恨恶他们的人手中解救他们，从那仇敌手中救赎他们。**11** 迫害他们的人却被海水淹没，无一幸存。**12** 他们因此就相信他的话，唱诗歌赞扬他。

**13** 然而他们很快便忘记他做的事，不再敬候他的谋略。**14** 在旷野他们口腹之欲大涨，在荒野试探神。**15** 他满足他们的祈求，却让他们身心灵枯槁。

**16** 他们在营地嫉妒摩西和被雅伟分别为圣的亚伦，**17** 地面就裂开，吞灭大坍，活埋了亚比兰的同伙。**18** 大火烧死他们的同伙，火焰吞噬了那些恶人。

**19** 他们在何烈山造了一个牛犊，并膜拜那铜铸的像，**20** 他们把他们的荣耀换成吃草的牛的形状。**21** 他们忘记了解救他们的神！上帝在埃及做了那些了不得的事，**22** 在含的领土上做了那些奇妙大事，以及在芦苇海做了那些震慑人心之事。

**23** 神放话要歼灭他们，幸亏蒙他拣选的摩西在他面前挺身而出，站在那豁口之处，平息他的盛怒，他们才没遭灭掉。

**24** 他们拒斥那佳美之地，不相信他的许诺，**25** 在他们的帐篷里抱怨，拒不听从雅伟的声音。**26** 于是他对他们举手发誓，必会让他们倒毙旷野，**27** 使他们的后裔在各国跌倒，使他们在各领土飘零四散。

**28** 他们膜拜批珥巴力，吃祭拜死人的祭物，**29** 用他们的各种恶行惹恼他，于是瘟疫在他们当中爆发。**30** 非尼哈挺身而出，为他们代祷，瘟疫这才得以止住，**31** 这件事算做他千秋万代的仁义。

**32** 然后因着米利巴的缺水事件，他们触怒他，连摩西都跟着遭殃，**33** 因为他们激怒摩西的灵，以致他嘴唇说不该说的话。

**34** 他们不照雅伟给他们的命令歼灭那些民族，**35** 反而和那些国家混杂在一起，染上他们的各种恶习，**36** 事奉他们的泥塑木雕像，那些就变成了他们的圈套。**37** 他们甚至杀害自己的儿女去献给鬼神，**38** 流无辜人的血，就是被他们拿去献给那些泥塑木雕迦南偶像的、他们儿女的血。他们用鲜血污染那领土，**39** 用自己的恶行，就是犯邪淫的罪行，来污秽自己。

**40** 逼得雅伟对他的子民大发雷霆，厌恶他的恒产，**41** 他就把他们交在列国手中，让恨他们的人来辖制他们。**42** 因此他们被仇敌蹂躏，在仇敌的魔掌下卑微求生。

**43** 他多次救出他们，他们却用自己的计谋来忤逆他，在他们的明知故犯罪中越陷越深。

**44** 然而当雅伟听到他们的大声呼求，仍然看顾他们的危难。**45** 因为他记得和他们所立的他的诏约，因为他丰盛不变的慈爱而心软，**46** 让他们在所有掳掠者面前蒙怜悯。

**47** 雅伟我们的上帝啊！解救我们！把我们从万国中召回来，让我们感谢您神圣的名号，盛赞您的恩德。**48** 雅伟以色列的上帝永永远远配得颂扬！让这全体子民说：“阿门！哈利路雅！”

## 第一百零七篇

**1**“感谢雅伟，因为他是真善美，他的不变慈爱存到永远。”**2** 让蒙雅伟救赎的人，那些从迫害者手中蒙救赎的人，都这么说。**3** 也让那些从东西南北、从各地召聚回来的人，都这么说。

**4** 他们曾经在旷野迷路，在荒野路上找不到一个可居住的城市，**5** 饥渴难挨，奄奄一息。**6** 他们在急难中向雅伟求救，他就把他们救出困境。

**7** 他指引他们走正路，到一个可居住的城市，**8** 让他们因着雅伟不变的慈爱、和他为亚当的子孙所做的奇妙大事而感谢他，**9** 因为他用美物满足了他们干渴的身心、和饥饿的身心。

**10** 囚犯住在黑暗和死亡阴影中，饱受酷刑和铁链捆绑，**11** 是因为他们忤逆了神的圣言，鄙夷至高者的谋略。**12** 他用严酷煎熬，让他们心生谦卑。他们倒下，却无人帮助，**13**

于是他们在急难中向雅伟哀求，他就把他们从困境中解救出来。**14** 他把他们从黑暗和死亡阴影中带出来，打断他们的锁链，**15** 他们就感谢雅伟的不变慈爱、和他为亚当的子孙所做的奇妙大事，**16** 因为他打破青铜城门，砍断铁门闩。

**17** 愚拙人因为叛逆的态度和明知故犯的罪，遭受磨难，**18** 他们厌恶所有的食物，濒临死亡之门。**19** 可是当他们在危难中哀求雅伟，他就把他们从困境中解救出来。**20** 他发出话语，医治他们，使他们从所有危难关头脱逃。**21** 他们就感谢雅伟不变的慈爱、和他对亚当的子孙所做的奇妙作为。**22** 他们献上感谢做为祭物，欢欣地细说他的所作所为。

**23** 那些坐船下海、做海上生意的人，**24** 都看到雅伟的所作所为，他在海底的奇妙作为。**25** 因为他一发话，就使狂风大作，暴雨倾盆，扬起惊涛骇浪，**26** 他们被抛向云霄，又落入深渊，在灾难中心胆俱裂，**27** 像酩酊的醉汉，摇摇晃晃、东倒西歪、束手无策。

**28** 在急难中他们向雅伟大声呼求，他就把他们从困境中带出。**29** 他平息狂风暴雨，让它变成徐徐微风，风平浪静。**30** 一切都平静了，他们就欢喜快乐。然后，他把他们带到心所向往的安全港湾。**31** 他们感谢雅伟的不变慈爱、和他为亚当的子孙所做的奇妙大事，**32** 在这子民的大会中赞颂他，在长老们的座席上赞美他。

**33** 雅伟使河流变成旷野，清泉变成干旱地，**34** 肥沃的土壤变成不毛之地，这都是因为当地人的邪恶所致。

**35** 他使旷野变成池塘，旱地成为清泉，**36** 让饥饿的人在那里安家落户，为他们建造可居住的城市。**37** 他们得以耕种田地、栽种葡萄园、生产农作物。**38** 他也赐给他们众多子孙，绝不让他们牲口的牲口减少。

**39** 然而他们却因为迫害、邪恶和忧伤，而人口减少，变得卑微。**40** 雅伟把蔑视倾倒在贵胄身上，使他们在没有道路的荒芜之地迷路。**41** 但他却从磨难中，提升穷人，使他们像羊群一样，人丁兴旺。

**42** 正直人看到，就欢喜快乐，所有心术不正的人，必无话可说。**43** 有智慧的人，因为他们领悟雅伟不变的慈爱，就会关注这些事。

## 第一百零八篇

**1** 大卫的诗章和诗歌。

上帝啊！我心坚定！我要歌颂，从肺腑颂赞！**2** 十弦小竖琴和小竖琴，醒来吧！我要唤醒黎明。**3** 雅伟啊！我要在万族中感谢您，在各族群中颂赞您，**4** 因为您的不变慈爱高过诸天，您的信实直达云霄。

**5** 上帝啊！愿您比诸天更崇高，愿您的荣耀笼罩全球！**6** 好教蒙您深爱的人们得搭救。求主用您的右手来解救，回应我啊！

**7** 上帝曾经在他的至圣所许诺说：“我肯定会欢笑地划分示剑，丈量分配疏割谷。**8** 基列是我的，玛拿西是我的，以法莲是我最坚固的庇护所，犹大是我的权杖，**9** 摩押是我的洗濯盆。我肯定会把我的鞋子丢在以东，非利士会向我胜利欢呼。”

**10** 谁能带领我进入这坚固城堡呢？谁能引导我进入以东呢？

**11** 上帝啊！不就是摈弃了我们的您吗？上帝啊！您不跟我们的军队一起出征吗？**12** 求主赐给我们援助，以抵挡侵略者，因为人的救援没有用。**13** 我们靠上帝，肯定能做英勇之事，因为他一定会践踏侵略我们的人！

## 第一百零九篇

**1** 大卫的诗章，交给诗班指挥。

我所赞扬的上帝啊！不要不闻不问！**2** 邪恶人和阴损卑劣的人，对我张牙舞爪，他们用撒谎的舌头毁谤我，**3** 用仇恨的言语围攻我，平白无故地挞伐我。**4** 他们以控告来回应我的爱，我只能祷告。**5** 他们对我恩将仇报、以恨报爱。

**6** 求主指派恶人管理他，让控告他的人站在他右手边！**7** 当他受审判时，判他有罪，连他的祷告都成为悖逆罪。**8** 让他的年日缩短，他的职位被别人占去。**9** 让他的子女沦为孤儿，他的妻子成为寡妇。**10** 让他的子女被赶出他们的残垣

断壁，四处漂泊、乞讨度日。**11** 让债主诈光他所有的财产，让陌生人霸占他的劳动所得。

**12** 不要让人施给他不变慈爱，也无人可怜他的孤儿。**13** 让他断子绝孙，他的名字在这一代就被删除。**14** 愿雅伟记住他祖先明知故犯的罪，他母亲的悖逆罪不会被删除，**15** 让它们一直在雅伟面前，好教雅伟从地球删除对他们的记忆，**16** 因为他从来不曾施恩，反而迫害困苦穷乏的人，把伤心的人置于死地。

**17** 他爱咒语，就让咒语临到他。他不喜欢福祉，就让福祉远离。**18** 他把咒语当袍子穿上，就让咒语像水一样渗入他的五脏六腑，像油一样渗入他的骨头。**19** 让咒语成为他的外袍披上，束在腰间。**20** 这是控告我和抹黑我的人，从雅伟所得的代价。

**21** 主雅伟啊！为了您的名号，求主为我做主！因着您美好不变的慈爱，救我出险境！**22** 我困苦穷乏而万箭穿心。**23** 我像黄昏的残阳余晖一样消逝，像被抖落的蝗虫。**24** 我因禁食而双膝无力，因失去脂肪而身体衰弱。**25** 我成了他们侮辱的对象，他们看到我就摇头。

**26** 雅伟我的上帝啊！帮助我！照您不变的慈爱来解救我！**27** 他们就会清楚晓得这是您的手，是您，雅伟啊！所做的事！

**28** 他们会咒诅，可是您会赐福。他们站起来，可是会头脸蒙羞，您的仆人却会欢喜快乐。**29** 让控告我的人蒙受耻辱，让他们蒙受屈辱、自取其辱。

**30** 我要用口真诚地感谢雅伟，在众人当中赞美他，**31** 因为他肯定站在穷人的右手边，把穷人从定死罪的人那里解救出来。

## 第一百一十篇

### 1 大卫的诗章。

雅伟对我的主所说的预言：“坐在我的右手边，等我把你的仇敌放在你脚下，做脚凳！”**2** 雅伟必使您大能的权杖从锡安伸出，统治您的仇敌。**3** 在您征兵的日子，您的子民会穿戴圣洁的威荣，自告奋勇。在破晓时分，您的年轻人会像露水一样，来到您这里。

**4** 雅伟已经发誓，绝不反悔：“按照麦基洗德的体制，你将永远做祭司。”**5** 我的主在您右手边，在他愤怒的日子，会把诸王杀得片甲不留。**6** 他必审判万国，使得尸横遍野，他会在幅员广大的疆域，把将领们杀得片甲不留。**7** 他一定会喝路旁溪流的水，从而他必定会雄赳赳、气昂昂。

## 第一百一十一篇

**1** 哈利路雅！我要在正直人的会议和大会中，衷心感谢雅伟！**2** 雅伟的作为伟大无比，是所有向往它们的人所寻觅的。**3** 他的作为荣耀尊贵，他的仁义存到永远。**4** 他的奇妙作为，为他赢得名声。雅伟满有悲悯、慈悲为怀。**5** 他把食物赐给敬畏他的人，永远记得他的诏约。



**6** 他向他的子民显示他作为的威势，把列国的恒产赐给他们。**7** 他手所作都是真理和公正，他所有的教训都颠扑不破，**8** 永永远远坚实稳固，都是按真理和正直而立。

**9** 他把救赎派给了他的子民，他永远立定了他的诏约，他的名号神圣且震慑人心。

**10** 敬畏雅伟是智慧的开端，凡如此行的，就会得到美好的洞察力。赞扬雅伟的话存到永远。

## 第一百一十二篇

**1** 赞美雅伟！敬畏雅伟、且热爱他各诫命的人有福了！**2** 他的后裔在地球上定会名声显赫，正直人的后代一定蒙福。**3** 他家中拥有富裕和财富，他的仁义存到永远。

**4** 在黑暗中，会有明光为正直人照耀，他满有悲悯、慈悲为怀，是正义之人。**5** 行事宽厚、借钱助人的人、享有遐福，他定会因公正行事而兴旺，**6** 因为他永远不会一蹶不振，公义的人肯定永远蒙纪念。**7** 他绝不会害怕恶耗，他的心坚定地信靠雅伟。**8** 他的心坚忍不拔，在看到迫害他的人失败以前，他绝不惧怕。**9** 他乐善好施、赍济穷人，他的仁义存到永远，必定头角峥嵘。

**10** 恶人看到这事，肯定气得咬牙切齿、魂飞魄散。恶人的欲望必定成为泡影。

## 第一百一十三篇

**1** 赞美雅伟！雅伟的仆人们哪！要赞美，赞美雅伟的名！**2** 从今时直到永远，都要颂扬雅伟的名。**3** 从日出之地到日落之处，雅伟的名配得赞美！

**4** 雅伟比万国都崇高，他的荣耀高过诸天。**5** 有谁像坐在高天的雅伟，我们的上帝呢？**6** 他纡尊降贵俯瞰诸天和地球，**7** 从泥土中提拔弱势族群，从垃圾场提升穷人，**8** 让他和贵胄，就是他子民的贵胄们，同坐。**9** 他使不孕妇人住在家中，成为快乐多子的母亲。哈利路雅！

## 第一百一十四篇

**1** 当以色列从埃及出来，当雅各家从讲外国话的民族中出来，**2** 犹大便成为雅伟分别为圣的子民，以色列便成了他的国度。**3** 海水看到就逃跑，约旦河水也倒退，**4** 山脉像公绵羊一样跳跃，山丘像小羊群一样撒欢。

**5** 海水啊！你怎么了，为什么逃跑呢？约旦河啊！你为什么倒退呢？**6** 山脉啊！你为什么像公绵羊一样跳跃呢？山丘啊！为什么像小羊群那样撒欢呢？

**7** 大地啊！在雅各的神面前，在我们的主面前，翻滚吧！**8** 因为他使大磐石变成池塘，使燧石变成泉水。

## 第一百一十五篇

**1** 雅伟啊！为了您不变的慈爱和信实，绝不可把荣耀归给我们，不可归给我们，而是归给您的名号！**2** 为什么要让列国说：“他们的上帝在哪里”呢？

**3** 我们的上帝在诸天之上，只要是他喜欢的，他全都做到了。

**4** 他们的偶像是人手所做的金银制品，**5** 它们有口，却讲不出话。有眼睛，却看不到。**6** 有耳朵，却听不见。有鼻子，却闻不到味道。**7** 有手，却没感觉。有腿，却无法行走，它们的喉咙发不出声音。**8** 制造它们的和所有信靠它们的人，都跟它们一样。

**9** 以色列啊！要信靠雅伟，他是他们的帮助和盾牌。**10** 亚伦家啊！要信靠雅伟，他是他们的帮助和盾牌。**11** 敬畏雅伟的人啊！要信靠雅伟，他是他们的帮助和盾牌。

**12** 雅伟顾念我们，他会赐福。他会赐福以色列家，会赐福亚伦家，**13** 会赐福给敬畏雅伟的人，无论大小尊卑。**14** 雅伟会增添你们和你们儿女的人数，**15** 你们是蒙造天地的雅伟赐福的人。**16** 诸天属于雅伟，地球他却赐给亚当的子孙。**17** 死人不会赞美雅伟，所有下到死寂之地的人都不会，**18** 但是，从今时直到永远，我们会颂扬雅。哈利路雅！

第一百一十六篇

**1** 我爱雅伟，因为他垂听我恳求的声音，**2** 因为他对我侧耳细听，所以在我有生之年，定会求告他。**3** 死亡的绳索曾经缠绕我，阴间的困境临到我，我遭受患难和忧伤，**4** 我就求告雅伟的名：“哦！雅伟啊！求主救我！”

**5** 雅伟满有悲悯和公义，我们的上帝满有怜悯，**6** 雅伟守护单纯的人。当我陷入绝境，他解救了我。**7** 我的全身心啊！要再次憩息，因为雅伟恩待了你。

**8** 您从死亡中搭救我的性命，我的眼睛不再流泪，我的脚不再跌倒，**9** 我会在活人之地，活在雅伟面前。**10** 虽然我说：“我痛苦不堪。”但我守住了信心。**11** 我在急躁时说：“所有人都撒谎！”

**12** 我该怎么回报雅伟赐给我的所有恩惠呢？**13** 我定会举起救恩的杯，求告雅伟的名，**14** 我定会在他所有子民面前，向雅伟还愿。

**15** 忠诚于雅伟的人离世，在雅伟眼中看为宝贵。

**16** 雅伟啊！我真是您的仆人！是您使女的儿子，您的仆人，您解开了我的锁链，**17** 我肯定把感恩祭献给您，而且求告雅伟的名。

**18** 耶路撒冷啊！我会在妳这城里，在雅伟圣殿的庭院里，**19** 在他所有子民面前，向雅伟还愿。哈利路雅！

第一百一十七篇

**1** 万国都要赞美雅伟！所有族裔都要盛赞他！**2** 因为他对我们的不变慈爱丰盛无比，雅伟的信实存到永远。哈利路雅！

## 第一百一十八篇

**1** 要感谢雅伟，因为他是真善美，因为他不变的慈爱存到永远！**2** 让以色列说：“他不变的慈爱存到永远。”**3** 让亚伦家说：“他不变的慈爱存到永远。”**4** 让那些敬畏雅伟的人说：“他不变的慈爱存到永远。”

**5** 我在困境中求告雅，他回应了我，把我带到雅的宽阔自由之地。**6** 雅伟站在我这边，我便不害怕，人能把我怎么样呢？**7** 雅伟在我这边，帮助我，我会看到恨我之人败退。

**8** 投靠雅伟，比信靠人好得多。**9** 投靠雅伟，比信靠王子贵胄好得多。**10** 虽然万国围困我，但靠着雅伟的名，我定能砍杀他们。**11** 他们全面围堵我，可是靠雅伟的名，我定能杀出重围。

**12** 他们虽然像黄蜂一样围困我，而今却像燃烧的荆棘那样荡然无存，靠着雅伟的名，我肯定能砍杀他们。**13** 你把我逼得那么紧，几乎撂倒我，但雅伟帮助了我。

**14** 雅是我的力量和诗歌，他是我的拯救。**15** 在公义之人的帐篷里，有得救的欢呼声。雅伟的右手行事威猛，**16** 雅伟的右手高举，雅伟的右手行事威猛。**17** 我绝不会死，我会活下去，而且细说雅的作为。

**18** 雅虽然严厉管教我，但未置我于死地。**19** 公义之各城门啊！要为我打开，我要进去感谢雅伟。**20** 这是雅伟的城门，公义的人肯定进去。**21** 我要感谢您，因为您回应了我，拯救了我。

**22** 被建筑商们厌弃的石头，却成为房角的奠基石。**23** 这是雅伟的作为，在我们眼中看为奇妙。**24** 这是雅伟所定的日子，我们要喜乐和欢喜快乐。

**25** 雅伟啊！恳求主，现在解救我们！雅伟啊！恳求主，让我们现在昌盛！**26** 奉雅伟的名而来的那位，配得颂扬！我们在雅伟的圣殿颂扬您！**27** 雅伟是神，他赐给我们光明。当用绳子，把节庆日的祭牲牵到祭坛的竖角旁。

**28** 您是我的神，我感谢您。我的神，我赞颂您！**29** 感谢雅伟，因为他是真善美，他的不变慈爱存到永远。

## 第一百一十九篇

**1** 行为无可指责、活在雅伟教导里的人有福了！**2** 那些维护雅伟十诫、全心求问他的人有福了！**3** 那些绝对不做不公道的事、而是活在雅伟为人处事之道的人，有福了！

**4** 您已经制定您的各个训诫，要人切实遵守。**5** 愿我的行事为人，一直坚定地遵守您的各个规条！**6** 从而当我查考您所有的诫命时，才不会羞愧。**7** 当我学习您公义的各个法令时，肯定会以正直的心感谢您，**8** 我一定遵守您的各个规条，求主不要彻底离弃我！

**9** 少年人用什么来保持他待人接物纯正呢？就是按照您的话、遵守它们。**10** 我全心求问您，不要让我偏离您的任何诫命！**11** 我把您的圣言珍藏在心里，以免我得罪您。

**12** 雅伟啊！您配得颂扬！请用您的规条教导我，**13** 我一直用嘴唇宣扬您口中所有的法令！**14** 一直像拥有所有财富那样，因拥有您的十诫之道而欢欣雀跃。

**15** 我要默想您的各个教训，一定会查考您的待人接物之道，**16** 定会因为您的法规而高兴，绝不会忘记您的话语！**17** 求主恩待您的仆人，我才能活着，而且遵守您的话。**18** 打开我的眼睛，好教我看出您教导中的奥妙。

**19** 我是地球上的寄居者，不要对我隐藏您的诫命，**20** 我因时刻渴想您的法令而憔悴。**21** 您斥责骄傲的人，就是那些偏离您诫命、该受咒诅的人。**22** 因为我维护您的十诫，求主把侮辱和蔑视从我身上除掉。**23** 虽然领导们坐在一起图谋害我，但您的仆人仍然默想您的为人处事之道，**24** 也喜欢您的十诫，它们是我的导师。

**25** 我整个人已经趴伏在地，求主照您的许诺保全我的性命！**26** 我已经一一承认我的行事为人，您也回应了我，求主用您的各个规条教导我，**27** 使我明白您所有教诲的原则，我好默想您的各个奇妙作为。**28** 我全身心因为哀伤而虚弱，求主照您的许诺，使我坚强起来！

**29** 求主让虚情假意的为人处事作风远离我，用您的教导施恩与我。**30** 我已选择您的真理之道，把您的各个法令放在我面前，**31** 并且紧紧持守您的十诫。雅伟啊！不要让我颜

面无光！**32** 您定会扩展我的心胸，我就会积极奔跑在您的诫命之道上。

**33** 雅伟啊！把您的规条之道指示我，我肯定将它维护到底。**34** 让我明白，我一定会维护您的教导，而且全心遵守。**35** 求主引导我活在您的诫命之路上，因为那是我所喜悦的。

**36** 求主让我的心倾向您的十诫，而不是贪图不义之财。**37** 把我的眼睛转离虚妄，在您的正道上，保全我的生命，**38** 对您的仆人，履行您给敬畏您之人的圣言。

**39** 您的法令都是真善美，求主除去我非常害怕的那些侮辱。**40** 看哪！我渴慕您的教训，因着您的仁义，保全我的生命吧！

**41** 雅伟啊！愿您不变的慈爱临到我，照您的圣言救援我，**42** 让我能有话回答辱骂我的人。我信靠您的话语，**43** 我翘首等候您的公义裁决，请不要把任何真理的话，从我口中拿走，**44** 我会永远遵守您的教导。**45** 由于我求问您的各个教训，我肯定会在宽阔的自由之地生活。

**46** 我一定会在君王们面前宣讲您的十诫，我必不致颜面无光。**47** 我必定因爱您的各个诫命而快乐，**48** 我的双手掌要向您的诫命高举，因为那是我所爱的，我也定会默想您的各个规条。

**49** 求主记住您给您仆人的许诺，是您让我翘首等候的许诺，**50** 在我的磨难中，这是我的安慰，因为您的圣言保全



了我的生命。**51** 虽然骄傲的人极度鄙视我，但我没有偏离您的教导。

**52** 雅伟啊！我牢记您的各法令，便得安慰。**53** 恶人离弃您的教导，我便义愤填膺。**54** 在我旅居在世的家中，您的各个规条一直是我的诗歌。**55** 夜晚，我想念您的名。雅伟啊！我遵守了您的教导，**56** 由于我维护了您的各个教训，这就成了我的经历。

**57** 雅伟是我的福份，我下定决心要遵守您的话。**58** 我全心恳求主施恩，照您的圣言来可怜我！**59** 我思考我的行事为人，就把我的脚转向您的十诫。**60** 我毫不迟疑地、迅速地、遵守您的各个诫命。

**61** 虽然恶人的绳索缠绕我，但我没有忘记您的教导。**62** 因为您公义的法令，我夜半起来感谢您。**63** 所有敬畏您、和遵守您教训的人，都是我的朋友。

**64** 雅伟啊！把您不变的慈爱遍布全球，用您的规条教导我。**65** 雅伟啊！您一向按照您的话语恩待您的仆人。**66** 因为我坚信您的各个诫命，求主教导我有好的鉴别力和洞察力。

**67** 我受苦以前，误入歧途，可是现在我遵守了您的圣言。**68** 您是真善美，也做真善美的事。求主用您的各个规条教导我！

**69** 骄傲的人捏造谎言攻击我，可是我会全心维护您的各个教训。**70** 油蒙了他们的心，使他们麻木不仁，而我却喜欢您的教导。

**71** 受苦对我有益，教我学到您的规条。**72** 您口中的教导对我来说，比千万两金银更加珍贵。**73** 您的手造了我，也塑造我，求主赐我悟性，好教我学习您的各个诫命。**74** 由于我翘首等候您的话语，那些敬畏您的人看到我，就会欢喜快乐。

**75** 雅伟啊！我深知您的裁决都是公义的，因为您的信实，您才使我受苦。**76** 求主照着给您仆人的圣言，用您不变的慈爱来安慰我。**77** 因为我喜欢您的教导，求主的怜悯临到我，让我得以活着。**78** 骄傲的人用谎言诬蔑我，求主让他们蒙羞！而我肯定默想您的各个教训。

**79** 让那些敬畏您、和清楚认识您的十诫的人，回到我这里来！**80** 让我的心在您的各规条上无可指责，好教我不致羞愧。

**81** 我因为渴望您的救援、而心力交瘁。**82** 我翘首等候您的话语，对您的圣言望眼欲穿，说：“您什么时候来安慰我啊？”**83** 虽然我像被浓烟熏干的酒袋，但您的规条我一条都没忘记。**84** 您的仆人要忍受多久呢？您什么时候才对迫害我的人实施判决呢？

**85** 骄傲的人为我挖好陷阱，他们公然漠视您的教导。**86** 您所有的诫命都是可靠的，我被他们的谎言横加迫害。来帮助我啊！**87** 虽然他们差一点把我从地球上剪除，但我没有

离弃您的任何规训。**88** 照您不变的慈爱，保全我的生命，我肯定会继续遵守您口中的十诫。

**89** 雅伟啊！您的话在天上，永远颠扑不破，**90** 您的信实直存到万代。您立好地球的根基，它就屹立不变。**91** 照您的法令，它们屹立至今，因为它们全都是您的仆人。

**92** 要不是因为我喜欢您的教导，我早已在痛苦中灭亡了。**93** 我永远不会忘记您的各个教训，因为您用它们保全了我的生命。**94** 我属于您，我一直求问您的各项教训，求主解救我！

**95** 虽然恶人等着要毁掉我，但我肯定会专注在您的十诫上。**96** 我看到，所有完美的事都有极限，但是您的诫命却无限宽广。**97** 哦！我多么爱您的教导啊！我整天默想它。

**98** 由于您的诫命永远和我在一起，所以您让我比仇敌们更有智慧。**99** 由于我一直默想您的十诫，就比我所有的老师更加聪慧。**100** 由于我维护您的各个教训，就比长辈们有更多的领悟。

**101** 我使我的脚避开所有邪恶的路线，好教我能遵行您的话。**102** 因为您指示我，我就没有偏离您的各个法令。

**103** 您的圣言在我的上膛何等甘甜，比我口中的蜂蜜更甜！

**104** 通过您的各个教训，我获得真知灼见，所以我恨恶所有虚假的路线。

**105** 您的话是我脚前的灯，路上的光。**106** 我发誓、并确认，必要遵守您所有公义的法令。**107** 雅伟啊！我痛苦无

比，照您的话保全我的生命吧！**108** 雅伟啊！请悦纳我口中诚心的赞美，用您的各个法令教导我。**109** 虽然我的生命时刻处于危险当中，但我没有忘记您的教导。

**110** 虽然恶人给我设下陷阱，但我没有离开您的教训。**111** 我会永远保有您的十诫，因为它们使我心快乐。**112** 我已决心要坚持到底，活出您的各个规条。**113** 我恨恶三心二意的人，却喜爱您的教导。

**114** 您是我的藏身处和盾牌，我翘首等候您的话语。**115** 作恶的人啊！离我远点！我要维护我的上帝的各个诫命。

**116** 求主照您的圣言支撑我，我才能活着，不会因为我的希望而颜面无光。**117** 求主扶持我，我便能得解救。我一定一直看重您的各个规条。

**118** 所有偏离您规条的，都是虚情假意、奸诈险恶的人，所以您把他们弃之如敝屣。**119** 您把恶人从地球上，像渣滓一样除净，所以我爱您的十诫。**120** 我因畏惧您而浑身汗毛竖立，我害怕您的判决。

**121** 我一直做公义和正直的事，别把我丢给欺压者啊！**122** 求主确保您仆人的安好，不要让骄傲的人欺压我！**123** 我对您的拯救和您公义的圣言，望眼欲穿。**124** 照您不变的慈爱对待您的仆人，用您的各个规条教导我！

**125** 我是您的仆人，让我有悟性，可以清楚知道您的十诫。**126** 他们违反您的教导，是时候雅伟该采取行动了！**127** 比

起金子，甚至纯金，我更爱您的诫命，**128** 所以我认为您所有的教训完全正确，我恨恶一切虚假的邪路。

**129** 您的十诫奇妙无比，我便用全身心来维护它们。**130** 您的话语一解开，就发出亮光，使头脑简单的人明白事理。

**131** 因为我渴望您的诫命，就张开大口、眼巴巴地盼望。

**132** 求主照您一贯对爱您名号之人的作风，回头看看我，可怜我！**133** 使我的脚步坚定地走在您的圣言中，不让任何不义挟制我！**134** 把我从压榨者那里赎回，我就遵守您的各个教训。**135** 求主脸上的荣光照亮您的仆人，用您的各个规条教导我。**136** 因为他们不遵守您的教导，我就泪如泉涌。

**137** 雅伟啊！您是公义的，您的每一个判决都是公正的！

**138** 您公义地、完全按照真理，制定了十诫。**139** 那些迫害我的人忘记您的话语，我就怒不可遏。**140** 您的圣言经过千锤百炼，您的仆人爱它。

**141** 我虽然渺小、被藐视，但没有忘记您的教训。**142** 您的公义永远仁义，您的教导是真理。**143** 虽然危难和困苦临到我，但我依然喜欢您的诫命。**144** 您的十诫是公义的，颠扑不破，赐给我悟性，我才能活下去！

**145** 雅伟啊！我全心求告您。求主回应我，我定会维护您所有的规条。**146** 我求告您，求主解救我，我一定会遵守您的十诫。**147** 黎明前，我就起床求救，翘首等候您的话语。

**148** 我睁眼迎候夜晚的每个更次，我默想您的圣言。

**149** 雅伟啊！照您不变的慈爱，垂听我的呼声，照您的法令，保全我的生命吧！**150** 那些追求阴谋诡计、远离您教导的人，就在近旁了。**151** 雅伟啊！您在我身旁，您所有的诫命都是真理。**152** 我清楚知道您古老的十诫，因为您永永远远立定它们！

**153** 我没有忘记您的教导，求主看看我的痛苦，来搭救我，**154** 为我主持公道，救赎我啊！照您的圣言，保全我的生命！**155** 恶人不求问您的规条，拯救便远离他们。**156** 雅伟啊！您有丰富的怜悯，照您的法令保全我的生命吧！

**157** 迫害和压迫我的人虽然众多，但我没有偏离您的十诫。**158** 背信弃义的人，不遵守您的圣言，所以我一见到，就讨厌他们。**159** 雅伟啊！您看我多么爱您的教训，照您不变的慈爱保全我的生命哪！

**160** 您话语的本质就是真理，您所有公义的法令都永远长存。**161** 虽然领导们无缘无故对我横加迫害，但我的心一直惧怕您的话语。**162** 我像得到大批战利品的人，因您的圣言而欢欣雀跃。**163** 我憎恨厌恶虚情假意，却喜爱您的教导。

**164** 我为您公义的法令，每天赞美您七次。**165** 爱您教导的人，大享平安，没有任何东西能绊倒他们。**166** 雅伟啊！我期待您的拯救！我遵行了您的各个诫命，**167** 全身心遵守了您的十诫，非常爱它们。**168** 因为我所有的行事为人，都在您面前展露无遗，所以我遵守您的各个教训和十诫。

**169** 雅伟啊！让我的呼求声达到您面前，照您的话，赐给我悟性。**170** 让我的恳求达到您面前，照您的圣言，救我出险

境！**171** 当您用各个规条教导我，我的嘴唇便吐露赞扬您的话。**172** 因为您所有的诫命都是公义的，我的舌头便歌颂您的圣言。

**173** 我选择了您的各个教训，求主用您的手来帮助我！**174** 雅伟啊！我渴望您的拯救！我喜欢您的教导，**175** 让我全身心活着，我必赞美您。让您的各个法令来帮助我，**176** 我像迷途羔羊一样走错路，求主来寻找您的仆人，因为我没有忘记您的诫命。

## 第一百二十篇

**1** 向上行走诗歌。

当我遭遇患难时，我求告雅伟，他就回应我。**2** 雅伟啊！把我从撒谎的嘴唇和奸诈的舌头中救出来。**3** 奸诈的舌头啊！该给你什么呢？或再加些什么给你呢？**4** 要加给你勇士锋利的弓箭、和金雀花木所烧出的红炭。

**5** 我惨了！我寄居在米设，住在基达的帐篷里，**6** 我和恨恶和平的人同住太久了。**7** 我爱好和平，可是当我说话，他们却要发动战争。

## 第一百二十一篇

**1** 向上行走诗歌。

我抬头眺望山脉，我的帮助从哪里来？**2** 我的帮助从造诸天和地球的雅伟而来。**3** 他不会让你的脚打滑，守护你的绝不打盹。**4** 看哪！守护以色列的，肯定不打盹、也不睡觉。**5** 雅伟守护你，雅伟在你右手边荫庇你。

**6** 白天太阳绝不会晒伤你，夜晚月亮也绝不会伤害你。**7** 雅伟定会守护你脱离一切灾难，他一定会守护你的性命。**8** 从今时直到永远，你出你入，雅伟必定守护你！

## 第一百二十二篇

**1** 大卫的向上行走诗歌。

当他们对我说：“让我们去雅伟的家”，我就欢喜快乐。**2** 耶路撒冷啊！我们的脚站在妳的城门口内，**3** 耶路撒冷被建成一个坚固有序的城市。**4** 按照颁给以色列的敕令，所有部族，就是雅的部族，都要上去朝圣，感谢雅伟的名，**5** 因为一些公正审判之宝座设在那里，那是大卫王朝的各审判宝座。

**6** 要为耶路撒冷祈求太平，爱妳的人肯定生活平顺。**7** 愿妳的城墙内有太平，妳的各个碉堡都安全！**8** 为了我的亲朋好友，我现在要说：“愿妳太平！”**9** 为了我们上帝雅伟的家，我一定为妳谋求幸福。

## 第一百二十三篇

**1** 向上行走诗歌。



在诸天之上作王的啊！我抬头仰望您。**2** 看哪！奴隶如何乞怜地望着主人的手，女奴怎样乞怜地望着女主人的手，我们也同样地仰望雅伟我们的上帝，直到他怜悯我们。

**3** 雅伟啊！可怜我们，可怜我们！因为我们受尽了轻视，**4** 我们受够了高枕无忧之人的讥笑，也受够了蛮横无理之人的轻蔑！

## 第一百二十四篇

**1** 大卫的向上行走诗歌。

以色列啊！要说：“幸亏雅伟维护了我们！**2** 当别人起来攻打我们的时候，要不是维护我们的雅伟，**3** 他们早就杀气腾腾地把我们生吞活剥了。”

**4** 那样的话，洪水早把我们淹没，急流早把我们冲走，**5** 海啸早把我们卷走了。

**6** 雅伟配得颂扬！他没让我们像猎物一样遭獠牙撕咬。**7** 我们的性命像从猎人的网罗中逃脱的小鸟，冲破猎网，得以逃脱。**8** 我们的帮助来自造诸天和地球的雅伟的圣名。

## 第一百二十五篇

**1** 向上行走诗歌。

信靠雅伟的人，定像锡安山，永远屹立，不被撼动。**2** 群山环绕耶路撒冷，同样地，从今时直到永远，雅伟也环绕他的子民。

**3** 不公正的权势不会一直留在公义之人的产业上，以免公义的人伸手去做不公道的事。

**4** 雅伟啊！求您善待良善和心存正直的人！**5** 那些一心想走邪路的，雅伟定会把他们和行不义之人一起带走。愿以色列国泰民安！

## 第一百二十六篇

**1** 向上行走诗歌。

当雅伟恢复锡安的繁荣时，我们像做梦一样，**2** 我们笑口常开，舌头不断地欢呼。列国都说：“雅伟为这些人做了大事。”**3** 雅伟为我们做了一些伟大的事，我们真是欢喜快乐。

**4** 雅伟啊！像南地的溪流一样，再恢复我们的昌盛吧！**5** 流泪撒种的，肯定欢喜收割。**6** 他们背着一袋种子哭着走出去，一定会背着一捆捆稻禾欢喜地回来。

## 第一百二十七篇

**1** 所罗门的向上行走诗歌。

要不是雅伟建造房屋，建造人的努力就白费了。要不是雅伟守护城市，警卫戒备森严也徒劳无功。**2** 你们这些一大早起床，挑灯夜战，为生活劳碌奔波的人，也是白费力气，因为他让他所爱的安然入睡。

**3** 看哪！儿女是雅伟所赐的恒产，母腹中的孩子就是赏赐。**4** 年轻时生的儿女，像勇士手中的弓箭。**5** 箭筒里装满了弓箭的勇士，真是有福！当他们在城门口和仇敌们谈判时，绝不会受羞辱。

## 第一百二十八篇

**1** 向上行走诗歌。

凡敬畏雅伟、走在他的为人处事之道的人，都有福了！**2** 你定会享用双手掌劳碌的成果，一定会幸福快乐。**3** 你的妻子在内室，会像多结果实的葡萄树，你的儿女会像橄榄树苗，围绕着你的餐桌。**4** 看哪！敬畏雅伟的勇士，必定这样蒙福。

**5** 雅伟肯定会从锡安赐福你，你一生一定看到耶路撒冷欣欣向荣，**6** 你必得见你的子孙后代。愿以色列国泰民安！

## 第一百二十九篇

**1** 向上行走诗歌。

让以色列说：“我从小就常被他们欺压，**2** 我从小就常被他们扰害，可是他们没能胜过我。**3** 他们像农夫一样，用铁犁在我背上耕作，犁出一道道长长的深沟，**4** 然而雅伟是公义的，他砍断恶人粗砺的绳索。”

**5** 让所有恨恶锡安的人蒙羞败退！**6** 让他们像屋顶上的茅草，还没被拔出就已枯干，**7** 不够收割者手中的一把，也不够他胸前所抱的禾捆！**8** 路过的人没一个对他说：“愿雅伟的福祉临到你！我们奉雅伟的名祝福你。”

## 第一百三十篇

**1** 向上行走诗歌。

雅伟啊！我在水深火热中求告您。**2** 主啊！垂听我的呼声，求主侧耳细听我恳求的呼声。**3** 雅啊！如果您要清算明知故犯的罪，我主啊！谁能站得住脚呢？

**4** 然而您愿意赦免，好教您受到敬畏。**5** 我把希望寄托在雅伟身上，我翘首仰望，全身心等候他的话语。**6** 我全身心翘首等候我主，更甚于守更人企盼清晨！企盼清晨！

**7** 以色列啊！翘首等候雅伟，因为雅伟满有不变的慈爱和丰盛的救赎，**8** 他会把以色列从他所有明知故犯的罪中赎回。

## 第一百三十一篇

**1** 大卫的向上行走诗歌。

雅伟啊！我绝不心高气傲，眼光也绝不太高。我非野心勃勃、好高骛远之辈。**2** 而是心神宁静，全身心像断了奶的婴孩，在母亲的怀中那样满足，我全身心在我里面像断了奶的婴孩。

**3** 以色列啊！从今时直到永远，翘首等候雅伟！

## 第一百三十二篇

**1** 向上行走诗歌。

雅伟啊！求主纪念大卫和他完全的省吃俭用。**2** 他对雅伟发誓，对雅各的那位叱吒风云者许愿说：**3**“在为雅伟，雅各的那位叱吒风云者，他的神圣会幕，找到居所之前，**4** 我绝不进入寝宫，也绝不上床，**5** 绝不容眼睛睡觉，也不容眼皮打盹！”

**6** 看哪！我们在以法他听说约柜的事，然后在基列耶琳找到它。**7** 我们要进入他的居所，要在他的脚凳前俯伏敬拜。

**8** 雅伟啊！恭请您和您大能的约柜，进入您的安歇之地。**9** 愿您的祭司们披上公义，愿忠诚于您的人们欢唱！**10** 为了您仆人大卫的缘故，不要驳您受膏者的面。

**11** 雅伟曾经切切地对大卫发誓，他绝不反悔：“我肯定会让你一个亲生儿子坐你的王位。**12** 如果你的儿女们遵守我的诏约和我教导他们的十诫，他们的儿女也同样行，那么你的后裔一定永远坐在这王位上，**13** 因为雅伟已经拣选锡安，喜欢它做他的住处。

**14** 因为我喜欢它，我肯定住在这里，这里是我永远的安歇之地。**15** 我一定会丰富地赐福、供应她的一切需要，连她的穷人，我也定会让它们吃饱。**16** 我要让她的祭司们穿上救恩之袍，对她忠诚的人定会高声欢呼。

**17** 在那里，我必定会让大卫头角峥嵘。我已经为我的受膏者准备好灯盏，**18** 我定会让他的仇敌蒙受屈辱，而他的皇冠一定光芒四射！”

### 第一百三十三篇

**1** 大卫的向上行走诗歌。

看哪！弟兄和睦相处是何等美好！何等令人高兴！**2** 就像清香的膏油倒在亚伦头上，流到他的胡须，再流到他的衣领。**3** 像荷门山的甘露，降在锡安山脉，因为雅伟下令把福祉赐在那里，就是永远的生命。

### 第一百三十四篇

**1** 向上行走诗歌。

来吧！晚上侍立在雅伟殿中的、雅伟所有的仆人，来颂扬雅伟！**2** 朝着他的圣所举起你们的双手，颂扬雅伟。**3** 愿造诸天和地球的雅伟从锡安赐福你们！

### 第一百三十五篇

**1** 哈利路雅！赞美雅伟的名！侍立在雅伟的殿里，**2** 在我们上帝殿的庭院里，雅伟的仆人们，要赞美！**3** 哈利路雅！因为雅伟是真善美，要颂赞他的名，这是令人高兴的事。**4** 雅已经为他自己拣选雅各，拣选以色列做他个人的珍宝。

**5** 我深知雅伟的伟大，我们的主超乎万神之上。**6** 无论在诸天、在地球、海洋和所有深渊，只要雅伟想做的，他必做到。**7** 他使雾气从地极上升，为雨水造了闪电，把风带出他的各个库房。

**8** 他把埃及人的长子和头胎牲畜，全都击杀了。**9** 埃及啊！他把神迹奇事降在你们当中，对付法老和他所有的臣仆。

**10** 他还击杀了一些强国，屠杀了一些强悍国王，**11** 就是亚摩利人的西宏王、巴珊的噩王和迦南所有王国的王。**12** 把他们的领土做为恒产，赐给他的子民以色列做为恒产。

**13** 雅伟啊！您的名号存到永远！雅伟啊！您的名声流传万代！**14** 您会为您的子民主持公道，他会同情他的仆人们。

**15** 列国的泥塑木雕，是人手所做的金银制品。**16** 它们有嘴，但说不出话。有眼睛，可是看不到。**17** 有耳朵，但是听不见。是的，它们的口中没有气息。**18** 造它们的人和每个信靠它们的人，都跟它们一样。

**19** 以色列家啊！要颂扬雅伟。亚伦家啊！要颂扬雅伟。**20** 利未家啊！要颂扬雅伟。你们这些敬畏雅伟的人，都要颂扬雅伟。**21** 在锡安，在耶路撒冷安居的雅伟，配得颂扬！哈利路雅！

## 第一百三十六篇

**1** 哦！要感谢雅伟，因为他是真善美！他不变的慈爱存到永远。**2** 哦！要感谢万神之神，因为他不变的慈爱存到永远。**3** 哦！要感谢万主之主，因为他不变的慈爱存到永远。**4** 惟独他行奇妙大事，因为他不变的慈爱存到永远。

**5** 他用睿智造了诸天，因为他不变的慈爱存到永远。**6** 他把地球铺设在大水之上，因为他不变的慈爱存到永远。**7** 他造了几个大光体，因为他不变的慈爱存到永远。**8** 太阳支配白天，因为他不变的慈爱存到永远。**9** 月亮和星星支配夜晚，因为他不变的慈爱存到永远。

**10** 他把埃及的长子全都杀光，因为他不变的慈爱存到永远。**11** 他把以色列从他们当中带出来，因为他不变的慈爱存到永远。**12** 用大能的手和伸出的膀臂，因为他不变的慈爱存到永远。**13** 他把芦苇海分成两半，因为他不变的慈爱存到永远。**14** 让以色列从海中间走过，因为他不变的慈爱存到永远。**15** 却把法老和他的军队卷入芦苇海，因为他不变的慈爱存到永远。

**16** 他带领他的子民走在旷野里，因为他不变的慈爱存到永远。**17** 他击杀强大的君王，因为他不变的慈爱存到永远。**18** 他屠杀强悍的国王，因为他不变的慈爱存到永远。**19** 就是亚摩利人的西宏王，因为他不变的慈爱存到永远。**20** 和巴珊的噩王，因为他不变的慈爱存到永远。**21** 他把他们的



领土做为恒产，因为他不变的慈爱存到永远。**22** 赐给他仆人以色列做为恒产，因为他不变的慈爱存到永远。

**23** 他顾念我们卑微的处境，因为他不变的慈爱存到永远。

**24** 他把我们从迫害者那里抢救出来，因为他不变的慈爱存到永远。**25** 他把食物赐给所有的血肉之躯，因为他不变的慈爱存到永远。**26** 哦！要感谢诸天的神，因为他不变的慈爱存到永远！

### 第一百三十七篇

**1** 在巴比伦河畔，当我们坐想锡安，就恸哭，**2** 我们把小竖琴挂在河旁的杨柳树上，**3** 因为把我们俘掳到那里的人，询问我们关于一首诗歌的歌词，折磨我们的那些人：“为了娱乐，唱一首锡安歌曲给我们听听。”**4** 我们怎能在异国唱雅伟的颂歌呢？

**5** 耶路撒冷啊！如果我忘记你，情愿让我的右手萎缩。**6** 如果我不记得你，如果不把耶路撒冷看做我的最高欢乐，情愿让我的舌头黏在上膛。

**7** 雅伟啊！求主记住以东的子孙们。当耶路撒冷失陷的那天，他们说：“铲平它！把它夷为平地！”

**8** 巴比伦人啊！你这摧毁者啊！你怎么对待我们，同样地报应你的人，有福了！**9** 把你们的婴孩抓起来，摔在岩石上的人，有福了！

## 第一百三十八篇

### 1 关于大卫。

我要衷心感谢您，要在众天使面前颂赞您！**2** 我要朝向您神圣的圣所，俯伏敬拜，为了您的不变慈爱和信实，感谢您的名，因为您使您的名号和话语，比万有都伟大！**3** 当我求告您的那天，您就回应我，从而激励我有胆量。

**4** 雅伟啊！地球上所有的君王，听到您口中的圣言，就称谢您。**5** 因着雅伟的璀璨荣耀，他们一定会用诗歌颂赞雅伟的为人处事之道。

**6** 雅伟虽然无比崇高，却看顾卑微的人，他从远处就能看透目中无人的人。**7** 如果我处在患难中，您会保全我的生命。您会针对仇敌的忿恨而出手，您的右手会解救我。

**8** 雅伟会成就关乎我的一切事。雅伟啊！您的不变慈爱存到永远，千万不要放弃您手所造的作品！

## 第一百三十九篇

### 1 大卫的诗章，交给诗班指挥。

雅伟啊！您已经审查了我，看透了我。**2** 您清楚知道我的生活起居，您从远处就晓得我的心思意念。**3** 我的待人接物和躺下休息您都洞察，您对我所有的行事为人一清二楚，**4** 在我舌头尚未说话之前，看哪！雅伟啊！您已经全都知道。

**5** 您在我前后包围着、堵截我，您把手掌放在我身上。**6** 这样的认知对我来说太过奇妙高深，我不能测度。**7** 我能去哪里躲避您的灵呢？能逃到哪里躲离您的面呢？**8** 就算我升上高天，您也在那里，就算我下到阴间，看哪！您也在哪里。

**9** 就算我乘坐黎明的翅膀，去天涯海角定居，**10** 就算在那里，您的手肯定也引导我，您的右手一定会抓住我。**11** 如果我说：“黑暗定能掩护我。”**12** 可是就算夜晚，仍然有亮光环绕我，因为对您来说，黑暗并不黑，夜晚也像白天一样光亮，漆黑是怎样，光线也怎样。

**13** 因为是您创造了我的五脏六腑，您在我母腹中编织我。**14** 您小心翼翼、独特地造我，我要感谢您。您所有的作品奇妙无比，我心里再清楚不过了。**15** 当我被隐秘地制造，在地球的深处被刺绣时，我的骨架逃不出您的眼目。**16** 从它们尚未成形，到一天一天成形的日子，全都记载在您的册子上。

**17** 神啊！您的这一切心思意念，对我来说何等宝贵！真是数算不尽啊！**18** 我若数算，它们定多过海沙。当我醒来，您仍然同在。

**19** 神啊！愿您杀死恶人。嗜血成性的人，离我远点！**20** 他们满怀恶意地说到您，跟您作对的人滥用您的名号。**21** 雅伟啊！那些恨您的人，难道我不恨吗？那些起来反对您的人，我不恨恶他们吗？**22** 我对他们恨之入骨，他们就是我的仇敌。

**23** 神啊！求您审查我，清楚知道我的内心。查验我，清楚知道我的意念。**24** 看看我里面有没有什么恶行？引导我走永恒的正道。

## 第一百四十篇

**1** 大卫的诗章，交给诗班指挥。

雅伟啊！把我从恶人那里搭救出来，护卫我不受残暴人的伤害吧！**2** 他们在心中图谋恶事，整天挑起战争。**3** 他们的舌头磨得像蛇那么尖厉，他们的嘴唇下面是蝮蛇的毒汁。间奏曲。

**4** 雅伟啊！守护我逃出恶人的手，护卫我不受残暴人的伤害吧！他们图谋绊倒我的脚。**5** 傲慢自大的人为我暗设陷阱，用绳索布下网罗，在路旁为我设下圈套。间奏曲。

**6** 我对雅伟说：“您是我的神。雅伟啊！求主聆听我恳求的声音。**7** 雅伟我的主啊！您是拯救我的力量，打仗的时候，您护住了我的头。**8** 雅伟啊！不要让恶人得逞，不要让他的计谋实现，以免他们倨傲自大。”间奏曲。

**9** 那些围攻我的领导们，让他们嘴唇所说的祸患，临到他们。**10** 愿烧红的炭火降在他们身上，让他们掉入深坑，再也站不起来！

**11** 搬弄是非的舌头，在地球上没有立锥之地，灾难定会毫不留情地追捕残暴之人。**12** 我深知雅伟会为困苦人主持公

道，为穷人伸张正义。**13** 公义的人一定会感谢您的名，正直的人必定会住在您面前。

## 第一百四十一篇

### 1 大卫的诗章。

雅伟啊！我求告您，赶紧到我这里来啊！当我求告您时，求主侧耳细听我的声音。**2** 愿我的祷告像馨香之气，达到您面前，愿我高举的双手掌，像傍晚的素祭。

**3** 雅伟啊！在我的嘴上装个控制器，为我的嘴唇把门。**4** 不要让我心倾向邪恶，忙着去和不义的人做不道德的事，不要让我享用他们的美食。**5** 而要让公义的人击打我，那是仁慈的举动，让他责备我，那是我头上的膏油，不要让我的头拒绝，因为我的祷告一直反对他们的恶行。

**6** 当他们的审判官判他们有罪的时候，他们就会听到我的话语，因为它们都是美好的。

**7** 就像人用犁耕田，土地就开裂，我们的骨头也在阴间门口散落。**8** 可是主雅伟啊！我的眼睛一直仰望您，我投靠您，不要让我孤立无援啊！**9** 守护我，不要让我落入他们设下的陷阱，不要落入不义之人的圈套。**10** 而要让恶人全都落入他们自己的网罗，只有我一人安然逃过。

## 第一百四十二篇

**1** 大卫的教诲诗，他在山洞里的祷告。

我向雅伟大声哀求，向雅伟大声央求！**2** 我在他面前倾诉我的怨气，在他面前细说我的苦痛。

**3** 当我的灵在我里面无力招架时，您清楚知道我生活的路径。在我所走的路上，他们为我暗设陷阱。**4** 我向右边眺望观察，没人关注我，我的逃生之路没了，没人关心我的性命。

**5** 雅伟啊！我向您哀求说：“您是我的天然屏障，是我在活人之地的福份。**6** 求主注意听我的大声呼求，因为我落到非常卑微的地步。求主让我躲过追杀我的人，因为他们比我强大得多。**7** 把我从困境中带出来，好教我感谢您的名。公义的人肯定会环绕我，因为您一定会恩待我！”

## 第一百四十三篇

**1** 大卫的诗章。

雅伟啊！求您垂听我的祷告，照着您的信实，侧耳细听我的恳求！以您的仁义回应我，**2** 不要对您的仆人下判决，因为没有一个人活在您面前是公义的。

**3** 那个仇敌一直追杀我的性命，他已经把我的生命打趴在地上，把我逼得像早已去世的人一样，活在暗无天日的日子里。**4** 我的灵在我里面无力招架，我的心在我里面惊恐万状。

**5** 我追想以往的日子，反复思想您所有的作为，默想您手的所作所为，**6** 我的双手就伸向您，我的全身心像干渴之地那样渴望您！间奏曲。

**7** 雅伟啊！赶紧回应我。我的灵已经奄奄一息，不要对我不理不睬，否则我会像那些下到坟茔的人。**8** 因为我信靠您，让我在清晨听到您不变的慈爱，因为我全身心渴慕您，让我清楚知道我该走的路。

**9** 雅伟啊！把我从仇敌们那里救出来，我寻求主的庇护！**10** 因为您是我的上帝，教导我照您的旨意去做。您的灵是真善美，求主引导我去到平坦之地。

**11** 雅伟啊！为了您的名，保全我的生命，因为您的仁义，救我的性命脱离患难。**12** 因为您不变的慈爱，灭绝我的仇敌，消灭所有迫害我的人吧！因为我是您的仆人。

## 第一百四十四篇

**1** 关于大卫。

雅伟我的大磐石，配得颂扬！他训练我的手作战，训练我的指头搏斗。**2** 我的不变的慈爱、我的避难所、我的避风港、营救我的神、我所投靠的我的盾牌，他使各民族臣服在我脚下。

**3** 雅伟啊！人算什么？您竟认得他！亚当的子孙算什么？您竟看顾他！**4** 人只不过是一口气，他的日子像白驹过隙。**5** 雅伟啊！把您的诸天倾斜，走下来触摸山脉，它们就会冒

烟。**6** 发出您爆裂声的闪电，射向四方，射出您的弓箭，好教他们慌乱。

**7** 从高天伸出您的手救拔我。把我从洪水、从外国人的手中救出来！**8** 他们的嘴一直说虚妄的话，他们的右手起假誓。

**9** 上帝啊！我要向您唱一首新歌，用十弦小竖琴颂赞您。**10** 是您赐给国王胜利，是您从恶毒的刀剑下，救拔您的仆人大卫。

**11** 救拔我，从洪水中，从外国人的手中救我出来！他们的嘴一直说虚妄的话，他们的右手起假誓。

**12** 好教我们的儿子像小树，从少年长大成人，我们的女儿像房角柱，按照皇宫的规制被雕琢。**13** 我们的谷仓充盈，堆满各式各样的粮食。我们的田野里，有成千上万的羊群，**14** 我们的牛群会怀上小牛，不会流产，不会难产。我们的广场上没有哭喊声。

**15** 这样的民族有福了！以雅伟做上帝的民族有福了！

## 第一百四十五篇

**1** 大卫的赞扬诗。

我的上帝、我的王啊！我要颂赞您，要永永远远颂扬您的名！**2** 我要每天颂扬您，永永远远赞美您的名。

**3** 雅伟真伟大，配得极大的赞美！他的伟大玄妙莫测。**4** 这一代要对下一代赞叹您的所作所为，传扬您所有的丰功伟



绩。**5** 我定会默想您的荣耀威严，默想您所做的奇妙大事。  
**6** 他们必定会说到您震慑人心的权能与作为，我也会细说您的伟大。

**7** 他们肯定不断述说您丰富恩德的名声，一定会欢唱您的仁义。**8** 雅伟满怀悲悯、慈悲为怀、不轻易发怒、有丰盛不变的慈爱。**9** 雅伟善待万物，他的怜悯恩泽一切所造之物。

**10** 雅伟啊！您的一切所造之物定会感谢您，对您忠诚的人定会颂扬您！**11** 他们必定述说您国度的荣耀，定会说明您的丰功伟绩，**12** 好教亚当的子孙清楚知道您的丰功伟绩，并您国度的荣耀和威仪。

**13** 您的国度是永远的国度，您的统御直到万代！雅伟信守他所有的许诺，他所有的作为都是公义的。

**14** 雅伟扶持所有倒下的人，扶起所有受压迫难喘息的人。

**15** 万物的眼目都仰望您，您按时把食物赐给他们。**16** 您张开手，就满足所有生灵的心愿。

**17** 雅伟在所行的事上全然公义，他的一切所作所为都是仁慈的。**18** 雅伟亲近每个求告他的人，就是每个真诚求告他的人。

**19** 他会达成敬畏他之人的心愿，会垂听他们的求救声，并解救他们。**20** 雅伟守护所有爱他的人，而恶人他必歼灭。

**21** 我的口肯定述说雅伟的恩德，所有的血肉之躯，会永永远远颂扬他圣洁的名号。

## 第一百四十六篇

**1** 哈利路雅！我的全身心啊！赞美雅伟！**2** 只要我活着，就赞美雅伟，只要我存在，就颂赞我的上帝。

**3** 不要信靠贵胄，不要信靠亚当的子孙，因为他救不了谁。

**4** 他呼出最后一口气，就回归泥土，那天，他的计划都成泡影。

**5** 有雅各的神做他的帮助，那人便为有福！他把希望寄托在雅伟、他的上帝身上。**6** 雅伟造诸天、地球、海洋和其中的一切，他永远守护真理。

**7** 他为受欺压的人主持公道，赐食物给饥饿的人。雅伟释放被囚禁的人，**8** 雅伟打开瞎子的眼睛，雅伟扶助受压迫难喘息的人，雅伟爱公义的人。**9** 雅伟守护寄居的外侨，他供应孤儿寡妇的需要，却使恶人的道路弯曲。

**10** 锡安啊！妳的上帝雅伟永远作王，直到万代！哈利路雅！

## 第一百四十七篇

**1** 哈利路雅！颂赞我们的上帝真是美好、令人愉悦，赞扬是合宜之事。**2** 雅伟重建耶路撒冷，他召聚被流放的以色列人，**3** 医治破碎的心，包扎他们的伤口。

**4** 他决定星球的数目，给它们一一命名。**5** 我们的主真伟大、满有能力，他的睿智无穷尽。**6** 雅伟支持谦虚的人，却

使恶人尊严扫地。**7** 要怀着感恩的心向雅伟高唱，用小竖琴颂赞我们的上帝。

**8** 他用云彩覆盖诸天，为地球准备雨水，使高山长出小草，**9** 赐食物给所有动物，给呼叫的小乌鸦食物。**10** 他不喜欢马的力量，也不喜爱壮士的健腿。**11** 雅伟喜爱敬畏他的人、和翘首等候他不变慈爱的人。

**12** 耶路撒冷啊！要赞叹雅伟。锡安啊！要赞美你的上帝。

**13** 因为他使你城门的门闩坚固，赐福你城中的儿女，**14** 使你四境平静，使你饱享颗粒饱满的小麦。

**15** 他派他的圣言来到地球，他的旨意就迅速传达下去。**16** 他赐下羊毛一样的雪花，洒下灰土一样的冰霜，**17** 撒下碎饼似的冰块。谁能受得了他凛冽的苦寒呢？

**18** 雅伟发下旨意，它们就溶化，吹起微风，河水就流动。

**19** 他向雅各详细宣告他的一切旨意，向以色列详细宣告他的各项规条和法令。**20** 他从未对任何其他国家这么做，从未让他们知道他的法令。哈利路雅！

## 第一百四十八篇

**1** 哈利路雅！从诸天赞美雅伟，在高天赞美他！**2** 他所有的天使赞美他，他所有的天军赞美他！**3** 太阳、月亮赞美他，所有熠熠生辉的星球赞美他！**4** 诸天之上的天、和诸天之上的众水啊！赞美他！

**5** 让一切赞美雅伟的名，因为他一下令，它们就被创造，**6** 使它们永远屹立不变。他颁布的规条，一条都不会废除。

**7** 海怪们和所有深渊，要从地球赞美雅伟！**8** 火焰、冰雹、雪花、浓烟和龙卷风，都实施他的旨意。**9** 高山和所有丘陵，果树和所有香柏树，**10** 野兽和所有家畜，爬虫和鸟类，**11** 地球上的国王们和所有族群，地球上的将领们和所有首领，**12** 青年和处女，老人和孩童，让他们都赞美雅伟的名！**13** 因为只有他的名崇高无比，他的威严遍布地球和诸天。

**14** 他也使他的子民头角峥嵘，从而使所有忠诚于他的人，就是以色列的子孙，这个亲近他的民族，赞扬他！哈利路雅！

## 第一百四十九篇

**1** 哈利路雅！向雅伟唱一首新歌，在对他忠诚之人的大会中赞扬他！**2** 让以色列因着造他的主而欢喜快乐，让锡安的女儿们因为他们的大君王而喜乐。

**3** 让他们手舞足蹈地赞美他的名，用铃鼓和小竖琴颂赞他。

**4** 因为雅伟喜爱他的子民，他用救恩来美化谦虚的人。**5** 让忠诚于他的人荣耀地欢笑，让他们在床上欢唱。

**6** 他们手拿双刃利箭，敞开喉咙高唱神的凯歌，**7** 对列国实施报复，对各族群实施责罚，**8** 给他们的国王铐上脚镣手

铐，用锁链捆绑他们的贵族，**9** 对他们执行记录在案的惩罚。这是所有对他忠诚之人的威荣。哈利路雅！

## 第一百五十篇

**1** 哈利路雅！在神的圣所赞美神，在他大能的穹苍赞美他！

**2** 因着他的丰功伟绩赞美他，因着他显赫的威仪赞美他！

**3** 用羊角号声赞美他，用十弦小竖琴和小竖琴赞美他。**4** 用铃鼓和舞蹈赞美他，用弦乐器和箫赞美他。**5** 用响亮的青铜钹赞美他，用铿锵的青铜钹赞美他。**6** 一切有气息的都要赞美雅！哈利路雅！