

主 上 咏 吟

如何读好日课

陈义/编著

河北信德室

信德总丛书序

“现今存在的，有信、望、爱这三样”。（格前 13.13）而“信德是人得救的开端，也是一切成义的基础和根由”。（训导文集 1532）致力并拥有活泼信德的同胞，无论在平静生活里，还是在过往艰难困苦严峻考验中，或是在今日现代社会和教会内部各种思潮的强烈冲击之下，他们都是心中常有上主，时常充满喜乐。在信德内，明辨天主圣言，遵行主的诫命，以基督的炎炎爱火于变化莫测的风浪中，明智忠诚地为主作证。

信德为我们在昔日重要，为今日中国教会更需要。我们受河北天主教教务委员会之托，成立信德编辑室，取名“信德”之意，即是愿通过向大家奉献各种圣书——教友们的精神食粮，从而增加巩固我们的信德，维护真理，办好教会，在主内彼此理解，合而为一；在荣主益人，爱国守法中，强国利民，弘扬基督福音。

信德编辑室将遵循这一宗旨，陆续为教友们再版一些教会传统圣书，并不断提供梵二以来具有时代气息的各类丛书。以益神长教友荣主教灵，修德成圣和各界朋友探索求知，寻找真理之用。

信德编辑室谨识

1991年8月15日

圣母升天瞻礼



序

自1980年天主教在中国复兴以后，全国各地的修道圣召如雨后春笋，蓬勃发展，在报刊杂志上时常登载着许多教区晋铎和修女发愿的消息。这真是鼓舞人心的大好事。

在司铎和修女的信仰生活中，念日课是一项普通而又主要的工课。自从1995年石家庄信德室出版了《每日礼赞》，不但全国许多教区的修女们，而且有不少贞女和教友们也采用了这本日课经书。神父们自开始就采用台湾出版的《每日颂祷》。自1996年上海重印了台湾的《每日颂祷》，大陆教会不必再向台湾求索《每日颂祷》了。这大大方便了大陆的神父们。并且这新《每日颂祷》采用了简体字排印，这更有利于我们诵读日课的神父、修士、修女们。

每天念日课，如果说有难处，“难”处是在读圣咏上。在日课中圣咏占主要部分。圣咏的词句本身，并不难理解。但圣咏是几千年以前的产物，描写的是几千年前犹太民族的历史，歌颂当时的君王永远常存，万寿无疆；感谢天主拯救以色列脱离埃及，进入福地等。

如果只照字面的意思去理解，对于我们生在二、三千年以后，远在几万里以外的中国人，也不过好像读古代近东民族的历史而已，对我们似乎无关痛痒，自然就感觉枯燥乏味了。但是如果了解圣咏内含的喻意，就能贴近我们的时代，贴近我们本身。这样，我们念圣咏时，就会感觉津津有味了。因此，研究圣咏，对圣咏多认识一些，对于理解圣咏，对于念日课，都是大有帮助的。因此，我考虑编写一本圣咏

注释的书好能帮助念日课的神父、修士、修女们更深刻地认识圣咏的意义，同时也会更热心地诵读日课。因为据某些人的经验，在研究了圣咏之后，对于念日课，就感觉到前所未有的甘饴旨趣。

注释圣咏的书籍，在台湾、香港早已有了，但是我们大陆上能见到的却不多，远不能满足我们的需要。因此我为了与诵读日课的弟兄姊妹们共同分享圣咏宝库的恩惠，就不揣冒昧，参阅了几本有关圣咏的书，主要从香港思高圣经学会韩承良神父的《圣咏释义》中，选编了这份材料，定名《吟咏上主》，供给诵念日课的弟兄姊妹们参阅，希望对他们能有点滴帮助。

关于圣咏的序数，本书采用拉丁通行本的数码。

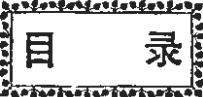
《圣咏集》中的第 11, 57, 82 和 108 首是诅咒性的，不适于新约时代的精神，因此未收入日课经中，在本书中也未加注释。

本书中圣咏的译文采用台湾 1981 年出版的《每日颂祷》中的译文。

编者才识浅陋，挂一漏万，在所难免，敬请读者指正。

编者 谨志

2001 年 1 月 1 日



目 录

圣咏引言	(1)
圣咏注释	(30)
第 1 首 两种人的道路	(30)
第 2 首 默西亚登极的歌颂	(33)
第 3 首 上主是我们的保护者	(36)
第 4 首 谢恩	(39)
第 5 首 求助的晨祷	(42)
第 6 首 受迫害者哭求上帝怜悯	(43)
第 7 首 义人在苦中依靠天主	(46)
第 8 首 上主的尊严及人的高贵	(48)
第 9 首 为胜利而谢恩	(51)
第 10 首 上主是义人的依靠	(57)
第 12 首 义人依赖上主，向他哀诉	(58)
第 13 首 恶人的愚昧	(60)
第 14 首 谁堪当肃立在上主面前	(62)
第 15 首 上主是我们的产业	(63)
第 16 首 恳求天主助佑脱离恶人	(66)
第 17 首 为救恩和胜利而谢主	(68)
第 18 首 赞颂天主	(74)
第 19 首 为君王的胜利而祈祷	(77)
第 20 首 为君王的胜利谢恩	(79)
第 21 首 义人哀求，上主垂允	(80)

第 22 首	善牧	(86)
第 23 首	上主临于圣殿	(88)
第 24 首	求救恩和宽恕	(91)
第 25 首	无辜者的依恃和祈祷	(95)
第 26 首	危险中的依赖	(97)
第 27 首	恳祈与谢恩	(100)
第 28 首	颂扬上主的声音——雷鸣	(102)
第 29 首	死里逃生，感谢主恩	(104)
第 30 首	依靠天主	(106)
第 31 首	罪恶蒙赦免的人，是有福的	(110)
第 32 首	赞颂照顾人的上主	(112)
第 33 首	上主是义人的救援	(115)
第 34 首	受迫害者的哀祷	(119)
第 35 首	罪人的邪恶，天主的慈善	(122)
第 36 首	恶人与义人的命运	(124)
第 37 首	处于危难中的罪人的哀祷	(129)
第 38 首	病人的恩祷“人生如泡影”	(132)
第 39 首	谢恩与求助	(135)
第 40 首	病人祈祷	(139)
第 41 首	渴望朝见天主和他的圣殿	(141)
第 42 首	渴望进入圣殿	(143)
第 43 首	受迫害者的哀祷	(144)
第 44 首	在君王的婚筵上，对君王的祝贺	(148)
第 45 首	天主是人的救助和力量	(151)
第 46 首	歌颂万有的君王、天主	(153)
第 47 首	为百姓的得救而谢恩	(155)

第 48 首	财富的虚幻	(158)
第 49 首	对上主的真实虔敬	(161)
第 50 首	天主，求你怜悯我	(164)
第 51 首	申斥诽谤者	(167)
第 52 首	恶人的愚昧	(169)
第 53 首	呼求救助	(170)
第 54 首	申斥背信的朋友	(172)
第 55 首	在困难中呼求、信赖天主	(177)
第 56 首	苦难中的晨祷	(181)
第 58 首	求天主扶助抗敌	(183)
第 59 首	惨败后的哀祷	(185)
第 60 首	流浪者的祈祷	(190)
第 61 首	在天主内才有平安	(192)
第 62 首	(2—9 节) 灵魂渴慕上主	(194)
第 63 首	求主保护	(196)
第 64 首	隆重的感恩词	(198)
第 65 首	颂谢之祭的赞美诗	(201)
第 66 首	万民应称颂上主	(204)
第 67 首	上主光荣的驾临	(206)
第 68 首	困苦中的哀祷	(212)
第 69 首	天主，求你快来救我	(218)
第 70 首	上主，从我幼年时，你就是我的仰仗 ..	(219)
第 71 首	默西亚的王权	(223)
第 72 首	义人为何受虐待	(226)
第 73 首	哀悼荒废的圣殿	(231)
第 74 首	上主是最高审判者	(235)

第 75 首	为胜利而谢恩	(237)
第 76 首	向天主的苦诉和追念上主的化工	(240)
第 77 首	历史的奥秘	(243)
第 78 首	哀悼耶路撒冷	(251)
第 79 首	上主！你眷顾你的葡萄树	(254)
第 80 首	重订盟约：庆节的歌咏	(257)
第 81 首	申诉不义的法官	(260)
第 83 首	对上主殿宇的渴慕	(262)
第 84 首	祈求和平	(265)
第 85 首	贫困者在逆境中的祈祷	(268)
第 86 首	耶路撒冷是万民之母	(270)
第 87 首	重病者的祈祷	(272)
第 88 首	达味王朝的起伏	(275)
第 89 首	人生如梦	(280)
第 90 首	天主是义人的护佑	(283)
第 91 首	赞颂造物主	(285)
第 92 首	造物主的伟大	(288)
第 93 首	上主为义人伸冤	(289)
第 94 首	请歌颂上主	(293)
第 95 首	上主是天地的君王和审判者	(295)
第 96 首	上主在审判时的荣耀	(297)
第 97 首	上主审判万民，获得胜利	(299)
第 98 首	上主神圣无比	(301)
第 99 首	进入圣殿者的喜乐	(303)
第 100 首	仁君的自白，(或君王的模范)	(304)
第 101 首	流亡者的哀祷	(306)

-
- 第 102 首 赞颂上主的慈悲 (310)
- 第 103 首 赞颂造物主 (313)
- 第 104 首 上主忠于自己的诺言 (319)
- 第 105 首 天主的美善，百姓的无信 (324)
- 第 106 首 为救援而谢恩 (329)
- 第 107 首 歌颂上主，哀求助佑 (334)
- 第 109 首 (1—5, 7) 默西亚是君王兼司祭 (336)
- 第 110 首 上主的伟大工程 (338)
- 第 111 首 义人的幸福 (340)
- 第 112 首 赞美提拔弱小的天主 (341)
- 第 113 首 (1—8) 以色列人出埃及 (343)
- 第 113 首 (9—26) 赞颂真天主 (345)
- 第 114 首 谢恩 (348)
- 第 115 首 谢恩 (350)
- 第 116 首 赞美天主 (352)
- 第 117 首 欢乐和得救的歌声 (353)
- 第 118 首 天主的法律赞 (358)
- 第 119 首 渴望平安 (388)
- 第 120 首 天主，人民的护守者 (390)
- 第 121 首 向耶路撒冷欢呼致敬 (391)
- 第 122 首 上主是他子民的依赖 (393)
- 第 123 首 我们的救助来自上主 (394)
- 第 124 首 上主保护他的子民 (396)
- 第 125 首 结束充军，重归故乡 (397)
- 第 126 首 若无天主，则徒劳无功 (399)
- 第 127 首 天伦之乐乃上主所赐 (400)

-
- | | | |
|---------|-----------------------------|-------|
| 第 128 首 | 受过迫害的百姓重新表示信赖 | (402) |
| 第 129 首 | 我从深渊呼救 | (405) |
| 第 130 首 | 赤子般的信赖上主 | (407) |
| 第 131 首 | 天主给达味宗室的恩许 | (408) |
| 第 132 首 | 兄弟们和睦相处的欣悦 | (411) |
| 第 133 首 | 圣殿中的晚祷 | (413) |
| 第 134 首 | 赞颂上主 | (414) |
| 第 135 首 | 赞美诗 | (417) |
| 第 136 首 | (1—6) 巴比伦河畔 | (419) |
| 第 137 首 | 谢恩 | (421) |
| 第 138 首 | (1—18, 23, 24) 上主明察秋毫 | (423) |
| 第 139 首 | 你是我的避难所 | (426) |
| 第 140 首 | (1—9) 急难中的祈祷 | (428) |
| 第 141 首 | 急难中呼求上主 | (430) |
| 第 142 首 | (1—11) 危难中的祈祷 | (431) |
| 第 143 首 | 求赐胜利与和平 | (433) |
| 第 144 首 | 赞美天主 | (436) |
| 第 145 首 | 赞美上主的诗歌 | (437) |
| 第 146 首 | 上主的威能和美善 | (439) |
| 第 147 首 | 赞美天主 | (441) |
| 第 148 首 | 赞美造物主 | (442) |
| 第 149 首 | 诸圣贤士的欢乐 | (444) |
| 第 150 首 | 请赞美上主 | (447) |

圣咏引言

一、名称

圣咏的字义是“歌咏”，“诗歌”。亦可谓“有弦乐器伴奏的诗歌。”《圣咏集》是一部由 150 首圣咏汇成的诗歌，由许多各自独立，互不相关的诗篇凑合編集在一起的书。

二、希伯来诗的结构

每一个国家的语言和文字都有其独特之处，为其它语言所没有的。这种特点尤其在诗歌中更为明显。希伯来文的圣咏集是结构严密，情感洋溢，包罗万象的诗歌。

为了使读者更为明了希伯来诗体的特性，今特将希伯来诗歌的结构和特性等在下边略作说明。

希伯来诗文与我国古诗大不相同。我国的古诗要求严格的押韵和平仄，而希伯来诗却不要押韵，不重平仄。希伯来诗篇的特质在于思想及观念的相对，以及诗句的平衡，使词句的思想互相对比而并行。并且希伯来诗的并行诗体亦有各种不同的变化形式，今分述于下：

1、同义并行体：以不同的诗句来重复同样的思想或观念，其形式有两行的，有多行的。

(1) 两行的：第二行用不同的词句重复第一行的意思，也就是第二行用一种类似意义的词句来补充第一行的意义，使读者获得一种更深刻、更清楚的感受。例如：

高天陈述天主的光荣，
穹苍宣扬他手中的化工。
日与日互递消息，
夜与夜相传知识。(八·1-3)

“谁能攀登上主的圣山？
谁能侍立在他的圣殿？”（二三·3）
“它们的声音却传遍大地，
它们的言语也直达地极。”（一八·5）
“我的心灵，请歌颂上主，
我的五内，请赞美他的圣名。”
“我们犯罪，他没有惩罚我们，
我们作孽，他没有报复我们。”（一〇二·1，10）
“我们的岁月在你义怒下消逝，
我们的年华不过是一声叹息。
我们的寿命不外七十春秋，
即使健壮，也不过八十寒暑。
谁能体会你忿怒的威力？
谁能觉察你怒火的强烈？”（八九·9，一·11）
“忧苦耗尽了我的生命，
悲伤缩短了我的岁月。
我的仇敌都辱骂我，
我的四邻都耻笑我。
我如同死人一般被人忘记，
好似废物一样遭人抛弃。”（三〇·11，一·13）

(2) 多行的：由多行的句子构成的。例如：

“凡不随从恶人的计谋，
不插足于罪人的道路，
不参与讥讽者的席位。”（一·1）
死亡的绳索缠绕着我，
阴府的恐惧笼罩着我，

忧苦与烦恼困扰着我。”

“上主庇佑你免遭祸患，

他必保护你身心安全，

上主保佑你出入平安。”（一二〇·7，8）

（3）有时用穿插的方式；第一行与第三行平行；第二行与第四行平行。例如：

（A）天离地有多么高，

（B）他的慈爱对敬畏他的人多么深厚；

（C）东离西有多么远，

（D）他使罪过离开我们也多么遥远。（一〇二·11）

2、反意并行体：以两个意思相反的并行词句来强化和说明同一个思想。这种反意并行体也有两式：一是行对行的，一是段对段的。

（1）行对行的。例如：

“他们倒地毙命，

我们却屹立不动。”（一九·9）

“早晨还花开繁茂，

晚上就萎谢枯槁。”（八九·6）

“有人依靠战车，有人依靠战马，

我们却依靠我们的天主，上主。”（一九·8）

（2）段对段的。例如：第1首圣咏就清楚地分成两段：1-3节描述善人的命运，4、5节说明恶人的遭遇。

3、综合并行体：有多种形式；

（1）渐进或上升的综合并行体：这种并行体的构成，是拣出第一行中的一个词句，在第二行中再更清楚地加以形容或解释。例如：

“上主，求你亲手救我脱离这些人，
脱离那以现世为终身幸福的愚民。
我却因正义得见你的慈颜。
愿我醒来时，能以仰瞻你为幸福。”（一六·14，15）

“上主的声音折断了香柏，
上主劈断了黎巴嫩的香柏。
上主的声音震憾了卡德士荒漠。”（二八·5；8）

(2) 结构相似的综合并行体：在这种体裁中，第二行的思想，基于它的构造是与第一行的思想相似，并且有着密切的关系。例如：

“引导谦卑的人履行正义，
教训善良的人遵循坦途。”（二四·9）

(3) 前后呼应并行体：又分数种：

(一) 咏一一七首尾两节相同：例：

“请你们颂谢上主，因为他美善宽仁，
他的慈爱永远常存。”

(二) 咏一一七·10-12：

纵然万民都来围困我，
我必能靠上主的名把他们消灭。
纵然他们由四方来围困我，
我必能靠上主的名把他们消灭。
纵然他们犹如黄蜂一般的围困我，
好似荆棘中焚烧的烈火，
我必能靠上主的名把他们消灭。

(三) 一领一答：民众或歌咏团分成两班，一班领一班答，或者一人领，全体答。

(甲) 领一节，答一节：

以色列，你们要信赖上主，
他才是你们的助佑和保护，
亚郎家族，你们要信赖上主。
他才是你们的助佑和保护。
敬畏上主的人应信赖上主，
他才是你们的助佑和保护。(一一三·17-19)

(乙) 有时领数节后，应者才应一节。例：

天主是我们的避难所和力量，
是患难中可随时得到的保障。
因此，纵然大地震荡，
高山沉入海洋；
尽管怒涛澎湃，群山震撼，
我们也不因此而惊慌，
万有的上主与我们同在，
雅格的天主是我们的保障。
一道河流给天主的城带来喜乐，
它是至高者居住的圣所。
天主安居城中，它绝不会动摇，
曙光一现，天主即刻支援。
万民尽管喧嚷，列邦尽管骚乱，
天主一声喝叱，大地立即溶解。
万有的上主与我们同在，
雅格的天主是我们的保障。
请你们来看上主的作为，
看他在地上所行的奇事；

他平息战争，直到地极，
他折弓断矛，烧毁盔甲。
你们要停战！承认我是天主，
万民的至尊，大地的上主。

万有的上主与我们同在，
雅格的天主是我们的保障。 (四五)

他们迷失在人烟绝迹的旷野，
找不到安居之所。

他们又饥又渴，
生命奄奄一息。

他们在患难中，呼求上主，
上主便救他们脱离困苦。

带领他们踏上正途，
进入城市找到栖身之处。

愿他们颂谢上主的仁慈，
称颂他为人所做的奇事；

使口渴的获得满足，
使饥饿的饱享美物。

他们生活在死亡的幽暗中，
身陷囹圄，忍受各种苦痛。

他（天主）以劳役折磨他们的心志，
他们跌倒，却无人援助。

他们在患难中呼求上主，
上主即刻救他们脱离困苦。

领他们脱离死亡的幽暗，
折断了他们的锁链。

愿他们颂谢上主的仁慈，
称颂他为人所作的奇事。

因为上主把铜门摧毁，
又把铁门击碎。
他们走上了邪路，而身患重病，
因多行不义而遭受苦痛。
他们丧失了贪欲，
接近了死亡的边缘。

他们在患难中呼求上主，
上主即刻救他们脱离困苦。
上主一言，治好他们的疾病，
拯救他们脱离死域。

愿他们颂谢上主的仁慈，
称颂他为人所做的奇事：
愿他们献上感恩之祭，
欢乐地传述他所行的奇迹。
他们乘船放洋，
航行四海，往来经商。
危舟忽上忽下，万分惊险，
使他们魂飞魄散。
东倒西歪，有如醉汉，
虽有技巧，一筹莫展。

他们在患难中，呼求上主，
上主即刻救他们脱离困苦：
使风暴平息，
使怒涛停止。

他使风平浪静，个个欣喜若狂，
领他们到达渴望的海港。

愿他们颂谢上主的仁慈，

称颂他为人所作的奇事。（一〇六·4—31）

(4) 说明诗句两部分互相关系的综合并行体，

(一) 因果关系：

我向上主大声急呼，

他便从圣山俯听我的哀诉。（三·5）

(二) 前后两句互相比较：

投奔上主，

胜过依赖世人。

投奔上主，

胜过依赖权贵。（一一七·8, 9）

(三) 彼此对照：

上主惩罚我严厉非常，

但没有把我交与死亡。（一一七·18）

三、希伯来诗的特征：

1、拟人说法：将一些纯人性的动作、行为、思想、观念、以及喜怒哀乐等，用于纯精神的，不受任何物质约束的天主性，为更能生动逼真，淋漓尽致地表达出更高尚的真理和思想。例如：

“求你怒斥埃及，那芦苇中的野兽，

谴责列国，那群牛犊和公牛。

令他们携带银子跪地臣服，

愿你驱散好战的民族。（六七·31）

2、无谓的引证：有些不必要亦不存在的引句，是作者

自己创作出来的，可有可无的引言，它唯一的目的，是在使作者的诗文更为有声有色。例如：

地上的列王群集一堂，
诸侯也聚首相商，
反抗上主，反抗他的受傅者：
“我们要挣开他们的枷锁，
摆脱他们的束缚！”（二·23）
他在震怒下向他们发言：
“我在熙雍，我的圣山上，
已经封立了我的君王。”（二·6）

以上这两个例子，作者虽然将所说的话放在引号内，好似在引证别人的语言，其实是作者自己杜撰出来的。

3、神谕的运用：神谕是天主自己说的话。圣咏中的神谕也可能真是上主的话，也可能是作者运用这种方式，来表达所要说出真理。例如：

上主对我说：
“你是我的儿子，我今日生了你。”（二·7）

4、位格化：将一些完全没有灵性的事物，或者绝对抽象的观念，变成能说话的人，使之有人性的作为。例如：

慈爱和真诚要彼此相逢，
正义与和平将彼此相拥。
平安紧随他的脚步，
正义在上主面前开路。（八四·11，14）

“慈爱”、“真诚”、“正义”、“和平”都是抽象的概念，不是实体，根本谈不到什么“相逢”、“相拥”。“平安”和“正义”是两个抽象的观念，谁也知道它们不会行走开路，

也不会紧随他人的脚步。

5、具体与抽象的倒置：就是有时将抽象的观念、情感、愿望等加以具体化。例如：

我何其不幸，竟在默舍寄居，
在基达的帐幕中投宿！（一一九·5）

上例中两个地名是遥远沙漠地带中的两个地方，作者并非实居其地，而是表示愿意远离那些恶人之意，却以具体的地名来表示脱离灾祸的愿望。

6、夸大的说法：例如：

纵然大地震荡，
高山沉入海洋，
我们也不因此而惊惶。（四五·3，4）

7、重复句：将一些看来好似无用的语句，加以重复运用，目的是在增加诗文的情趣和它的活泼生动。例如：

天主，我们亲耳听过，
祖先也曾向我们述说。
你昔日在他们的时代所行的伟业。（四三·2）

8、字母诗：按照22个希伯来文字母的顺序，使诗篇的每一节或每一诗段的第一个字，按次序由一个字母开始，比如咏一一八首就是具有这种特征的诗篇。普通说来，这种诗篇是比较呆板且牵强附会的。

四、圣咏的作者：

关于圣咏的作者，历来学者的意见不一，有的认为150首圣咏都是达味的作品，有的以为没有一首是达味作的。但多数圣经学者认为半数是达味的作品。

五、圣咏的类型

1、赞美圣咏

它的题材的主要来源有三方面：

(1) 上主的创造工程，充满神秘、伟大、奥妙，使人赞叹。人遂以诗歌赞颂他。这类的圣咏有 8, 18, 28, 32, 99, 102, 123, 110, 112, 113, 116, 134, 135, 144—150。

(2) 上主为王：以色列民族在有自己的王国政权之前，早已承认天主是他们的君王。上主的王国是永远常存的（咏九二），是遍及普世万民的（咏九三·2；九五·10），它是如此的光明灿烂，充满幸福与和平。的确，它是理想的默西亚王国。以上主王国为题材的圣咏有 46, 92, 95—98。

(3) 熙雍的观念也很自然地流露在赞美圣咏中。熙雍是“上主的圣山”（四七·3），“天主的城”（四五·5），它是众望所归，人心向往的地方。以熙雍为题材的圣咏有 45, 47, 75, 83, 86, 121。

2、哀求圣咏

人是乐少苦多的，人的祈祷反映人生，所以在 150 首圣咏中，竟有 45 首是属于哀求内容的。

造成悲哀的原因有：

(1) 疾病，尤其死亡：在旧约时代，永生的观念和永远的赏罚，还不大为人所知。那时人们认为生命是天主最大的恩赐，失掉这个恩赐，乃是最大的不幸。（病患者的哀祷圣咏有 6, 21, 37, 87, 101）。

(2) 个人的灾难，（咏 3, 5, 7, 13, 17, 22, 26, 27, 28, 31, 35, 36, 38）。

(3) 民族的灾难（七·2，一四一·7，三四·19，三七·

20, 九五·5, 八五·14, 17)。

(4) 本人犯的罪 (咏 6, 37, 50, 129)。

哀求又分为个人哀求与团体哀求 (民族、国家)。

在哀求中, 为描述自己的哀怜有时分已往, 现在和将来三个阶段:

已往曾经失掉的幸福, 更能衬托出目前遭遇的可悲、凄惨。

为描述灾祸、艰难的凶恶, 用不同的方式:

(1) 以战争的方式: 哀求者设想自己犹如一座被仇敌围攻的城池: “有千万人向我围攻” (三·7), “大军向我围攻。” (二六·3)。

(2) 以捕猎的方式: 诗人设想自己犹如猎物, 被敌人“追逐、逮捕” (七·6), 敌人“挖掘坑穴, 设置陷阱。” (七·16)

(3) 以野兽吞噬的方式:

哀求者设想自己犹如猎物被野兽撕裂 (七·3) 吞食。(三五·21)

在哀求时, 为感动天主的心, 有时给天主讲些快快拯救的理由。例如:

(1) 述说敌人的摧残磨难有害于天主的光荣;

(2) 上主曾经许给以民要加以救护, 如今是救护的时候了。

(3) 哀求者是无辜而受害的可怜人, 天主绝不应袖手旁观, 坐视不顾。

在危急时, 诗人有时便情不自禁地向天主发问: “为什么?” “要到何时?”

“我的心神惊惶已极，

上主，你要等到何时？”（六·4）

“上主，你袖手旁观要到何时？”（三四·17）

3、依赖圣咏：是人对天主所表示的依靠、信任、寄托之情。依赖的结果，是人心灵上所产生的安全感、和平、以及喜乐的气氛。属于这一类的圣咏有 4, 10, 15, 26, 45, 61, 114, 124, 128, 130。

4、感恩圣咏：

个人感恩圣咏共 7 首：9, 29, 31, 33, 91, 115, 117。

团体感恩圣咏共 6 首：64——67, 117, 123。

通常在重病获得痊愈，或在获得所求的恩惠之后，为了感谢天主，前往圣殿祈祷，奉献祭品，举行谢礼。首先是获恩者召集群众，向他们报告自己过去的遭遇，和获恩之后，欢天喜地的心情及美好的处境。作者在此详述自身所经历的巨大转变：由贫困艰苦而转为眉笑颜开；由穿苦衣、斋戒、补赎而变为花枝招展的打扮；由丧亡地狱的门口，而转入熙雍的得救之门；由死亡的边缘，而转入生气蓬勃的境地。

接着，幸蒙主恩的人，便邀请大家一起，同声赞美上主。

最后，作者以激动的心情，显示自己对天主的知恩之情和喜乐之情，有时提到感恩的祭礼。

5、君王圣咏：向君王歌功颂德。对圣经的作者来说。只有南国犹大的历代君王，是达味王朝的继承者，而北国的以色列乃是由正义的神体政权所分裂出去的非法政权。所以在君王圣咏中都是奉献于南国君王的圣咏。

这些圣咏是：2, 17, 19, 20, 71, 88, 100, 109, 131。

这些圣咏直接是歌颂当时在位的君王。但是除此以外，还有另一层意思，就是以之影射即将来临的最理想、最崇高、最完美的国王——默西亚。

既然这些圣咏所暗示的是未来的默西亚，所以即使国家亡了，王朝毁灭了（公元前 586 年），这些为君王歌功颂德的圣咏，仍然被保留下来。因为它们为将来的默西亚君王，仍然是有价值的。目前歌颂赞美的这位暂时的、局限的、软弱的、有缺点的国王是来日完美无缺的、与全人类有关的、永远真实的默西亚的预兆。我们从这些为犹太君王所写作的颂扬赞美的圣诗中，能看出人类的救主耶稣基督。

6、训海圣咏：

古代以色列的学者，不善于思考、推理等等方式，只善于运用实际和具体的历史事实，来加以引伸和讲解，以达到训海百姓的目的。

(1) 对一般犹太人来说，认识天主最好的方式，便是熟读和默思以民的历史，这个历史有训海的作用。例如：以民出埃及的历史，使人认识天主的大能和对以民的照顾。

属于这类的圣咏有：77，104，105，110，113，134，135。

(2) 除了以民的古代史实是训海圣咏的题材之外，还有一个更广阔的天地，就是“智慧”。智慧所包括的范围非常广泛，概括了人生受教育的各个方面，更涉及种种社会问题，例如：正义、明智、慈善等等；涉及人伦问题，例如：人际关系、法律等；涉及哲学问题，例如：命运、报应等；阐明宗教问题，例如：天主的存在、上智、意旨和照顾等。

训海圣咏共有 10 首：36，48，72，90，111，118，126，

127, 132, 138。这是以民的精神领袖，惯常用的训诲方式，就是运用圣咏来传播上主的训诲，教授天主的法律。

7、礼仪圣咏：进堂仪式所用的诗歌。真正属于礼仪的圣咏只有两篇，即 14, 23。

“上主，谁能住在你的帐幕里？
谁能在你的圣山安居？
是那行为无瑕，实行正义，
心口无欺的人。”（一四·1—2）
“谁能攀登上主的圣山？
谁能侍立在上主的圣殿？
是那手洁心净，不慕虚幻的人，
是那不发虚誓，不怀诡计的人。（二三·3, 4）

这几句的意思是：谁有资格进入上主的圣殿？紧接着作者又举出：为进入圣殿应具备的条件——应遵守上主的法律，这样，当信众进入圣殿时，就反心自省，务要使自己具备天主要求的条件。

六、圣咏与教会

圣咏是旧约时代以民祈祷的通用祷词，耶稣本人也用圣咏祈祷，耶稣在纳匝肋的隐居生活中，在赴耶京朝圣的路上，不时默念或歌唱了《圣咏集》中的诗篇。在最后的晚餐厅中，也同宗徒们唱了圣咏 112—117 首（玛二六·80）。在十字架上临终时，口中诵念的也是圣咏中的诗句（咏二一·2，玛二七·46）。教会初期的教友们也以圣咏为其主要的祈祷经文。

教会首先公开运用圣咏作为团体祈祷的，乃是初期修会的会士们，当时会士们的圣堂为教友是公开的，所以有许多

教友也参加修士们的歌咏团，歌唱诵念圣咏。到了公元 529 年，教会才正式将全部圣咏集 150 首，纳入司铎日课中，并且规定每周将全部诵完，如此周而复始。

圣教会在弥撒中采用了许多圣咏的词句，例如进堂经，答唱咏，福音前的欢呼，领主咏等。

由此可知，圣咏集自始便成了教会祈祷的宝书，藉着圣咏，教会——耶稣的净配，向我们在天之父，来表达他最深切而真诚的感情：他的快乐，他的痛苦，他的叹息，他的哀号，他的祈求，他的感谢。

圣咏在教会具有永恒而崇高的价值，除了耶稣亲自教导的“天主经”以外，没有任何经文可与之伦比的。

过去教会不少博学的教父和大圣人，对圣咏都一致表示了由衷的崇敬和极高的评价；对圣咏美妙的辞藻，丰富的内容，崇高的意义以及充沛的情感，无不有口皆碑。关于赞美圣咏优点的一些名言佳句，在这里不可能一一介绍出来，只摘录其中较著名者，举出一、二以供读者欣赏：

(1) 圣亚大纳削，在给友人玛赛理诺的信中，讨论圣咏集时，有以下的评语：“这本书的内容，将人的整个一生都表达出来了；人心灵的一切处境和感触，人思想的一切动向，都在这本书上一览无遗了。不论是你需要做补赎，改过迁善，明认自己的罪过，或者是你觉得难以战胜痛苦的袭击和诱惑的扰乱，或者是你觉得忧心悲伤，痛不欲生；或者反过来说，你觉得诸事称心如意，身体健康，精神愉快，幸福平安等等，在这一切的环境中，如愿向天主表达情感，都可以在圣咏集中找到绰绰有余的资料，而用来向天主表达每人自己的心情，犹如个人的祈祷。”所以圣人称圣咏是教会和

信友的“呼声”、“言语”、“祷词”。圣人继续说：“圣咏集如地上的乐园，它收集了其他圣经书籍中的各种好果实，将之变成诗歌，而奉献于上主。……为那些不断诵念圣咏的人，就好似一面镜子，使人在那里可以发现自己，而产生内心的感动，再将这内心的感动，形成外在善行的动力。”

(2) 圣奥斯定说：“人不知道怎样才能合宜并相称地赞美天主，天主自己先颂扬了自己，屈尊就卑，取了人性，为能使人合理堪当地赞美上主。”圣人回头以后，在他的忏悔录上说：“几时我听到你（天主）的诗歌，我是如何地感激涕零！它们深刻地感动我的心灵，点燃我情感的热火，使我不能不流出幸福的眼泪！”

(3) 圣盎博罗削说：“圣咏的本身的确就是天主赐予民众的降福，是天主光荣的表现，是信友团体向天主所发出的赞词，是每个人藉以得心安神乐的途径，是信众集会的言语，是教会的呼声，是信德甘饴的回音，是充满尊敬的虔诚，是自由的喜乐，是爱德的欢呼，是真福的反映。”

由以上举的几位教父的言论，我们就可窥见圣咏在教会内有多么崇高的评价了。

圣比约十世教宗在《天启》诏书中这样称赞圣咏说：“收集在圣经中的圣咏，都是因天主的默感而撰写的。从教会开始，这些圣咏对于培植信众的虔诚，就有一种显著的影响。他们藉圣咏不断向天主奉献赞美之祭；就是奉献口唇对上主之名的赞颂；教会又根据旧约习惯，把圣咏作为礼仪和日课经中的主要部分。因此圣巴西略称圣咏为“教会之声”；我们的前任教宗乌尔班八世，称呼圣咏集为“圣歌之女，在天主与羔羊座前，不停地歌颂。”

“圣咏集好似一个乐园，拥有圣经其它部分中所有的美果；它发出自己的歌声，因此，在圣咏吟歌时，同时表现出自己和其他的美果。

“圣咏在字里行间，大声宣扬天主的无限尊威、全能、不可言传的正义、良善、慈悲以及其他无限的美善，谁能对此无动于衷呢？谁能不以圣咏的同样情感，来感谢受自天主的恩惠呢？或不以谦逊而依恃的祈祷来恳求所期望的恩惠呢？或者不以罪人心灵的呼声而痛悔呢？谁若体会到圣咏所描述的基督救主的预像，怎能不燃起对基督的爱火呢？”

七、圣咏与日课

1、有些圣咏符合念日课的时辰。

日课经分晨祷、晚祷、夜祷等时辰。有些圣咏的词句提到这些时辰。又有些圣咏的内容适合于某些时辰。例如：

(1) 符合用于早晨的：

“早晨你必俯听我的声音，

清早我向你倾诉，期待你应允。”（五·4）

“在你的光明中，我们看到光明。”（三五·10）

“我的灵魂，醒来吧！

弦琴和竖琴醒来吧！

我要唤醒曙光。”（五六·9）

“天亮以前，我就来哀祷，

切望聆听你的圣道。”（一一八·147）

为此，以上圣咏列入晨祷中。

(2) 适用于晚祷的：

“愿我的双手高举，有如晚间的祭献。”（一四〇·2）

(3) 适用于夜祷的：

“静夜就寝时，要扪心思过。

上主，我一躺下，就安然入睡。

因为你使我平安顺遂。”（四·5，9）

“夜间侍立在上主殿中的人，请赞美上主！”

（一三三·1）

“黑夜的恐怖将不会使你怕惧。

夜间流行的瘧疾。”（九〇·5，6）

“我的心灵期待上主，胜于更夫待旦，
远胜于巡夜的人等待曙光出现。”（一二九·6）

“我要赞颂引导我的上主，
我的良知连夜间也督促我。”

“我心里高兴，五内喜欢，
我的肉躯也无忧安眠。”（一五·7，9）

黑夜往往给人死亡的感觉，尤其在重病时，更容易使人想到死亡，心中产生恐惧，因而哀求天主救助。圣咏 87 首活跃地表达了这种思想和情感。

我的心灵备尝忧患，
我的性命已接近了阴间。
人们以为我已经行将就木。
我已是走投无路。
我的床铺已设置在死人中间，
像阵亡者躺在墓中常眠。
你把我投入幽暗的深坑，
扔进暗无天日的深渊中。
你的愤怒重压着我，
你的怒涛把我淹没。

因此将这首圣咏列入夜祷中。

圣咏第4首的第2节：

“我一呼求你，你就俯听了，
我在困苦中，你曾安慰了我。”

有感恩之意，故适用于夜祷，以谢主恩。

2、有时采用某首圣咏，只因某圣咏中有几句适合季节或庆节。例如：

“我不至于死，我要生存，
我要宣扬上主的化工。
上主惩罚我严厉非常，
但没有把我交于死亡。”（一一七·17，18）

“死亡的绳索缠绕着我，
阴府的恐惧笼罩着我，
忧苦与烦恼围绕着我。”（一一四·3）

这些句子描述殉道者虽死犹生，故用于殉道者日课中。

“把软弱的人从尘埃里救起，
把穷苦的人由粪土中高举。
使他们与公卿同席，
与民间的缙绅并坐。”（一一二·7，8）

“他（天主）给饥饿者食物，
使囚犯得到自由。
上主使瞎子复明，
使受压迫者挺身。”（一四五·7，8）

前一段描述天主选拔了平凡的人，得了高位，可指天主拣选了某些人作了司铎、主教。后一段描述牧者行善工传教救人适合于牧者，为此用于牧者日课中。

八、怎样诵读圣咏？

关于诵读日课中的圣咏，可以把圣咏分为两类：一是，它的内容符合诵读者的环境。二是，它的内容不符合诵读者的情况。

1、符合诵读者的环境的有：

(1) 关于赞美天主的。

A. 赞美天主的美善。例如：

“我的天主，我要赞扬你，
我的君王，我要永远歌颂你的名。

我要日日歌颂你，
赞美你的圣名，永不停止。

上主伟大，极堪赞扬，
他的伟大，不可测量。

 世世宣扬你的工程，
 代代传述你的大能。

称颂你的尊荣，

传扬你的化工；

 讲述你惊人的威能，
 赞扬你无限的伟大；
 怀念你无比的甘饴，
 吟咏你无上的正义。

 上主慈悲，宽仁大方，
 缓於发怒，仁爱无量。

上主对待万有，温和善良，
对他所创造的万物，仁爱慈祥。

 上主，愿你创造的一切都称谢你，

愿你的圣徒同声赞美你；
讲述你王国的光荣，
传颂你行事的威能，
 使世人尽知你的威能，
 和你王国伟大的光荣。
你的王国，永世常存，
你的王权，万世无疆。（一四四）

B. 赞美万物的创造者。

“高山陈述天主的光荣，
穹苍宣扬他手中的化工。
日与日互递消息，
夜与夜相传知识。
天主在天空为太阳搭起了帷帐，
太阳好似新郎步出洞房，
又像壮士就道，欣然奔放。
从天这边出发，绕到天那边。
万物莫不接受它热力的温暖。（一八）
因上主的一句话，诸天造成，
因上主的一口气，万象发生。
他聚集海水，好像放入库房。（三三·6, 7）

C. 赞美天主的仁慈照顾。

上主将谦虚的人扶起，
将作恶的人贬抑至地。
请唱感恩的诗歌，称谢上主，
弹琴颂赞我们的天主！
他以云雾遮蔽高天，

把雨露赐给农田；
他使青草生於群山，
创造植物供人吃穿。
他将食物赐给家畜，
饲养索食的鸡雏。
骏马名驹他不喜欢，
猛将勇士他不中意。
他只喜爱那敬畏他的人，
赏识那信赖他慈爱的人。(一四六)

(2) 关于感谢天主的。谢丰收，

“你眷顾大地，普降甘霖，使大地肥沃；

天主的河川洋溢，五谷丰登。

这都出于你的安排。

你灌溉田畦，耙平土壤，

降雨松软土地，赐福幼苗生长。

你普施慈惠，年年丰收，

你足迹所至，处处富裕。

牧场上牛羊成群，

山林间欢声载道。

羊群满山遍野，

佳禾满坑满谷，

万象都在歌唱欢呼。(六四·10-14)

(3) 在重病中哀求天主。

圣咏第 87 首是一个重病者的祈祷，描写得非常悲惨，因为这首诗很长，不宜在这里多占篇幅，请你翻阅圣咏释义本处。如果你是处在相同的境遇中，你就可以用这首诗来表

达你的心情，作你的祷词。

2、不符合诵读者生活环境的：

(1) 关于以色列人的事。

A. 天主照顾以色列人。

“他们（以民）因你的名整日欢天喜地，

你的正义使他们扬眉吐气。

因为你是他们赖以夸耀的神力，

你厚待我们，我们才能崭露头角。

上主是我们的保障，

以色列的圣者是我们的君王。”（八八·17-19）

B. 天主惩罚以民。（见咏一〇五·6-40）

诵读以上两首圣咏时，可以想，教友是新以色列，可以把以色列的事贴在圣教会身上。

使他的后裔绵延万代，

使他的王位永垂不衰。

他的宝座如日之升，

如月之恒，高悬天空。”（八八·20-38）

这首圣咏中的达味预指默西亚，所以诵读时，就要把对君王说的这一切贴到默西亚身上。

(2) 关于耶路撒冷和熙雍的。

A. 耶路撒冷代表圣教会。

天主，异民侵入了你的领土，

衰毁了你的圣殿，

使耶路撒冷成为废墟。

将你仆人的尸首充作飞鸟的食物，

把你圣徒的血肉抛给地上的走兽，

他们杀害了你的圣徒，血流成河，
染红了耶路撒冷四周的水渠，
没有留下一个人来埋葬尸体。

我们成了邻邦欺凌的对象，
做了邻邦嘲弄的笑柄。

上主，你发怒要到何时？难道永不终止？
你的怒火是否常燃不熄？

求你不要向我们追讨祖先的罪债，
求你速来对我们表示慈爱，
因为我们贫困，无所依赖。

天主，我们的救主，
为了你的光荣，求你协助我们。

上主，为了你的圣名，
求你宽赦我们的罪过。

为何让异民说：“他们的天主在哪里？”
求你在我们眼前让万民知道，
你仆人们的血债必要偿报。

愿你俯听囚徒的呼救，
愿你以大能释放死囚。

我们是你的子民，你牧场的羊群，
我们要赞颂你，传扬你，万世无穷。（七八）

诵读这首圣咏时，可把教难时的悲惨情况，摆在自己的脑海里，怀着悲哀的心情，悼念蒙难的圣教会。也可想现今在世界上还有地方教会遭受摧残蹂躏，我以基督妙身的大公精神为他们祈祷。

B. 象征天堂。

我真高兴，因为有人对我说：

“我们要进入上主的圣殿！”

耶路撒冷！我们的脚，

已经进入你的门限，

耶路撒冷的确是一座京城，

有雄伟的建筑，整齐的市容。

各支派，上主的各支派都拥向城中，

按照以色列的惯例，称颂上主的名。

这里设有审判的宝座，

就是达味宗室的宝座。

请为耶路撒冷祈求太平；

愿那喜爱你的人获享安宁。

愿你的城垣内永享和平，

愿你的堡垒中常保安全。

为了我的兄弟和同伴，

我要祝祷说：“愿平安常在你中间。”

为了上主我们天主的殿宇，

我要祝福你万事如意。(一二一)

这首圣咏中的句子可用在圣教会上，用在天堂上，也可用在圣母身上。

C. 象征圣母。

“熙雍的基础建於圣山，

上主喜爱熙雍的门庭，

胜过雅格所有的帐棚。

天主之城，请听，

人们曾提及你的光荣事迹：

我要将埃及和巴比伦，
 列入认识我的人中；
 提到熙雍，她要被尊称为母亲，
 因为人人都在她那里诞生，
 至高者要亲自使她坚定。
 上主要在万民户籍簿上登记：
 “这些人都是在那里出生。”
 人们结队，歌舞高唱：
 “你是我们的生命之源；我们的家乡。”（八六）

这首圣咏可以用在圣母身上，例如第 5, 7 节提到“母亲”、“诞生”、“出生”、“你是我们的生命之源”。这些词句用在圣母身上，都很适合，因为圣母玛利亚藉着耶稣给我超性的生命，真是我们的母亲。

(3) 关于其他的生活环境；例如：

“上主，求你不要发怒而谴责我，
 不要在气愤中而处罚我。

因为你的箭深深射中我，
 你的手重重压着我。

在你盛怒之下，我已体无完肤，
 我犯罪的后果，使我粉身碎骨。

因为罪恶的洪流使我灭顶，
 愆尤的重担使我不胜负荷。

我的疮痍溃烂不治，
 由于我的愚昧无知。

我心悲伤，腰背伛偻，
 终日苦闷满怀忧愁。

因为我的五内焦灼如焚，
 我已体无完肤，失去人形。
 筋疲力竭，奄奄一息，
 心痛欲绝，嗟叹不已。
 我主，我的心愿常呈现在你的面前，
 我的悲叹不会向你隐瞒；
 我心惊肉跳，精力耗尽，
 我视力衰退，双目失神。
 我遭难时，良友都袖手旁观，
 亲人都站得很远。
 追索我性命的人，张设罗网，
 想陷害我的人，恶言中伤，
 他们要日夜盘算害人的勾当。”（三七·2-13）

这一首圣咏是一个又有病，又被亲友舍弃，又受敌人威胁的人的祈祷。如果我们本身没有疾病，也没被亲友舍弃，也没有受仇敌的攻击陷害，在诵读这一类的圣咏时，不免觉着不符事实，如何能用它做我的祷词呢？为使这样的圣咏也能适合我的祈祷，就要想到全人类都是一个天父的子女，都是一个大家庭的成员，大家都是兄弟姐妹，“四海之内皆兄弟”。每个兄弟姐妹应该把别人的灾难痛苦当作我们自己的灾难痛苦。

教会这个大家庭中，在普世的教友中，现今有许多身患疾病的人，有许多地方遭受旱、涝、地震灾害，在许多地方例如：非洲、近东和中东一些国家，尚有战争，全世界每天有亿万穷苦群众在饥饿中挣扎着。我现在诵读这首圣咏时，要站在这些受苦的兄弟姐妹的立场上，代替他们向天主

呼求，使病者痊愈，使遭灾难的人得到救援，使受痛苦的人得到安慰。如果在我心目中摆着这些受苦遭难的兄弟姐妹，这首圣咏上的词句，不是很好的祈祷吗？

圣咏注释

第1首 两种人的道路

- 1 不随从恶人的计谋，不与罪人同路，
不与讥讽者为伍的人，真是有福。
- 2 他喜爱上主的诫命，
昼夜默想他的法令。
- 3 他好像种在溪畔的树木，
按时结果，枝叶常青，
所作所为，顺利成功。
- 4 恶人并不如此，
他们好像被风吹散的糠秕。
- 5 审判之日，恶人却站立不住，
罪人在义人中间也不能立足。
- 6 因为上主赏识义人，
邪恶的人必自趋沉沦。

引言

这是一首没有标题的圣咏，因此我们不知道它的作者是谁，更不知作者的历史背景。

这首圣咏的训海价值很高，以旧约时代希伯来人的理解力和有限的宗教知识而言，认为天主赏善罚恶，必要在现世

实现。因此，凡正义善良的人，必会兴隆、繁盛和长寿，获得天主的祝福；恶人却必要受苦受穷，甚至夭折暴毙。本首圣咏所强调的人生只有两条道路的结局，正如我国箴言所说：“善有善报，恶有恶报。”希伯来人确信善恶的报应，在今世必要实现，因为他们当时，尚不知有来世的永生。又因他们当时认为人一死，便一了百了。来日报应之说，便无从谈起。不过这也难怪他们，因为那时还只是启示启蒙期，自不能和耶稣降生后，新约时代所给人类的启示相比。由此可见，宗教的观念和宗教的启示，是循序渐进，由浅入深，按着人性理解力，启示给人类的。

不可否认的，本诗的作者是一位智慧超群的人，他对天主的法律，作了深刻的默想之后，乃运笔吟诗，劝勉人们恪遵天主的法律。

作者强调人生幸福的秘诀，不外按着天主的诫命行事。在世界上有两种人，一是奉公守法的善人，一是作奸犯科的恶人。二者的结局显然不同。

本圣咏分两部分：1，善人的路（1-3）。2，恶人的路（4-6）。

释义

1：作者开始以消极的笔法来描述善人的行为，说明他们不做坏事，不与恶人同流合污。说到同流合污有三种：就是“恶人”、“罪人”和“讥讽者”。“恶人”即无神论者，他们既不承认天主的存在，也不承认天主的权威。“罪人”是指无法无天，作奸犯科的人。“讥讽者”是指趾高气扬，自以为是的人。他们以轻蔑歧视的态度，对奉公守法，热诚事

主的人，加以冷嘲热讽，认为他们胆小如鼠，懦弱无能。

作者将“恶人”、“罪人”、“讥讽者”用渐进方式来叙述。而善人对上述三种人的反应和态度也是有区别的。善人无盲目顺从和参与的行为，更清楚地说：“不像墙上草，风吹两边倒”轻易地被恶人来摆布；不致改变其从善如流的习惯，而与罪人为伍；当然更不会参与讥讽者的行列，而对宗教或热心者加以攻击和批评了。

“真是有福”：不只对第1节说的，而是包括1-3节。

2：其实善人之所以忠心耿耿地从善如流，嫉恶如仇，不被恶人利诱或威迫，究其原因，是因为他们“喜爱上主的诫命、法令”。因上主的诫命、法令是他们生活的中心，行为的准绳，也是他们昼夜向往的人生真谛。这里所说的上主的诫命，乃指天主藉梅瑟所颁布给以民的诫命。依照上主的圣旨，以民应当牢记不忘，谨遵不违。“不论你住在家里，或在路上行走，或卧或立，常应讲论这些话（诫命）；又系在你的手上，当作标记，悬在额上当作徽号；刻在你住宅的门框上和门扇上”（申六7-9）。

3：这样循规蹈矩，惟上主圣旨是从的人，天主必以各种恩宠赏给他，使他犹如一棵种植在溪边的树木。在旧约经书上，以树木模拟人的说法，是屡见不鲜的。由于树苗获得旭光普照，又获得雨水充分的滋润，自然会日益茁壮，枝叶繁茂，向上葱翠，向下扎根，这就是善人的写照。他们在天主的垂顾和祝福下，称心如意，幸福快乐，还会结出累累的圣德果实。众人亦必有口皆碑，传扬久远，视作楷模。在物质生活上，天主也必使他们生活充裕，无忧无虑。

由此看来，义人真是有福。

4: 恶人如何呢? 当然绝不能与善人同日而语。“他们好像被风吹散的糠秕。”作者以糠秕模拟恶人: 如同在打麦场上, 善人如麦粒被珍贵地留在场上, 等待人把它收入粮仓, 其余糠秕或被风吹去, 或付之一炬。这种模拟法在圣经上也是比比皆是(依十七·13, 二九·5, 咏一三·3, 三五·3)。

5: 恶人的丑态将在上主审判的日子暴露出来, 当然与善人相形之下, 有如乌鸦与凤凰, 而无地自容了。那时在善人的集会中, 将没有恶人的立足之地, 作者在这里所影射的, 是来日默西亚神国的建立, 在那神国之中, 恶人是毫无缘分的。

6: 总结全篇: 在末日上主伸张正义时, 亦即上主的时日, 上主将要“赏识义人”, 意即上主要赞美善人的行为。至于恶人的所作所为, 是自趋灭亡之途, 意即天主要以严厉的刑罚来惩罚他们。换言之, 善人要进入上主默西亚的神国, 恶人却要拒于门外。

第2首 默西亚登极的歌颂

- 1 列国为什么嚣张?
万民为什么妄想?
- 2 地上的列王群集一堂,
诸侯也聚首相商,
反抗上主, 反抗他的受傅者:
- 3 “我们要挣开他们的枷锁,
摆脱他们的束缚!”

- 4 那住在天上者，在向他们冷笑，
上主在对他们热嘲。
- 5 他在震怒下向他们发言，
他的气愤使他们心惊胆战：
- 6 “我在熙雍，我的圣山上，
已经封立了我的君王。”
- 7 我要传报上主的圣旨：
上主对我说：“你是我的儿子，
我今天生了你。”
- 8 你向我请求，
我就将万民赐你掌管，
使整个世界归你统治。
- 9 你要用铁杖粉碎他们，
就像打破陶匠的瓦器一样。”
- 10 众王侯，你们要觉悟，
大地掌权者，你们要留心受教！
- 11 要以敬畏的心事奉上主，
战战兢兢向他叩拜；
- 12 否则，他若动怒，
你们必被毁灭在中途。
- 13 他的怒火一触即发，
然而，投靠他的人真是有福。

引言

本圣咏表面的意思是庆祝一位君王登极，它的喻意是庆祝默西亚荣登普世君王宝座。

古代在各民族中，每当新君王登极时，国内外往往发生一阵骚动或变乱，如内部臣民不服，高级官员乘机争权夺利，被征服的民族乘机获得独立，其它国家也乘机侵扰边疆。这一切都会构成相当混乱的局面，而使新君王感到莫大的困难。作者就藉这些普遍的现象，来描述默西亚来临和登极时，亦同样遭受许多人的攻击。但是天主要打败他的仇敌，保护他的王位。

本诗分三段：1，地上的列王反抗默西亚（1-3）。2，天主保护默西亚（4-9）。3，作者警告仇人（10-12）。

作者是达味。

释义

1-2：“列国”、“万民”、“列王”、“诸侯”：指一切仇敌。“嚣张”、“妄想”、“群集一堂”、“聚首相商”：指仇敌采取的种种方法。“受傅者”：指达味和默西亚。

3：“枷锁”、“束缚”：指君王的命令和法律。

4-5：所有的人，不论君王，庶民都是天主所造，都是天主的仆役，都应该听从天主。可惜人们竟效法撒弹而敢反抗天主。人类反抗天主，是终要归于失败的。这种轻举妄动的愚昧行为，只能激起天主的“冷笑”、“热嘲”、“震怒”、“气愤”。

6：这一节是圣父说的话。天主称默西亚为君王，即全人类的领袖，尤其是所有信徒的领袖。

“熙雍”指教会。称熙雍为圣山，因为在熙雍山上建有圣殿，圣殿是天主的居所，在圣殿中天主与其子民相会。

7：圣父指着圣子说的话。

“你是我的儿子”：圣母领报时，天主说：“他被称为至高者的儿子。……将称为天主的儿子。”（路一·32，35）“今日”：即从永远。指耶稣的天主性。

8：这节指耶稣神权的普遍性和永久性（路一·33），“他要为王，统治雅各伯家，直到永远；他的王权没有终结”。

9：“铁杖”：指耶稣王权无敌的威能和胜利。“他要用铁杖统治他们”（默十九·15）。

“粉碎”、“打破”两词的对象指那些胆敢反抗耶稣君王的人。

10-13：作者规劝所有的人，不论是君王或文武百官，都要领受天主的教训，应有自知之明，一切反抗都是愚昧无知的行为，都是咎由自取和自趋灭亡的愚昧行为，因为天主亲立的君王，是必常胜的。最明智的办法，还是谦逊地向天主俯首称臣，屈膝朝拜天主的无限权威，投靠天主，这样就可得幸福。

第3首 上主是我的保护者

2 上主，我的敌人何其众多？

成群结队来攻击我。

3 好多人曾议论我说：

“天主决不会帮助他。”

4 上主，你却是保护我的盾牌，

我的荣耀，是你使我抬起头来。

5 我向上主大声疾呼，

他便从圣山俯听我的哀诉。

- 6 我躺下安眠，又醒起来，
因为上主扶持了我。
- 7 纵有千万人向我进攻，
我一点也不惊恐。
- 8 上主，求你起来，
我的天主，求你救我；
因为你掌击了我仇敌的面颊，
打掉了恶人的门牙。
- 9 救恩属于上主，
愿你的子民蒙受祝福。

引言

这是一首哀祷圣咏，既是哀祷圣咏，便与依赖圣咏有些关连，因为人在困苦艰难，或走投无路时，只有以由衷的依赖心情向上主倾诉。

本诗的作者是达味，著作的背景是在他逃避其子阿贝沙隆叛变时，写作了这首圣咏，向天主诉苦，向天主表示依恃之情。

本诗可分为：1，哀求上主（1-3）。2，对上主依赖之情（4）。3，目前的困境（5-7）。4，祈求救援（8）。

由于旧约的历史、礼仪等都是新约的预兆，因此教父和圣师们在讲解本圣咏时，惯将它作为耶稣苦难与复活的预言。达味的负卖者阿希托费耳则是耶稣的负卖者犹达斯的预像（见撒下一六·15，一七·23）。

释义

2: 达味震惊地说: 何以突然有如此众多的人起来反抗他, 攻击迫害他? 原来他是他们的合法君王呀。尤其达味感到意外的是: 当他发现反抗他的主脑居然是他的亲生儿子阿贝沙隆和他的参谋及朋友阿希托费耳时, 使他悲痛欲绝。

3: 不知内情的人, 以为是达味忠诚事奉的天主舍弃了他, 且武断地说: “天主决不会帮助他。”于是心里产生了疑惑, 认为恭敬天主是无用的 (见约二·9, 多二·22)。

4: 一向对天主忠心耿耿的达味, 并没有因了这次突如其来的打击而灰心丧志和动摇对天主的信心, 他仍信赖依靠天主, 正如约伯所说: “即使天主杀我, 我仍希望在他面前表白我的行为。”(约一三·15)。达味为了表达对天主的全心依赖, 在这里所说的话, 堪与约伯的话比美, 毫无逊色。至公至义和仁慈的天主, 必会使那些受苦受害的无辜者再度“抬起头来”, 因为天主只以暂时的磨难, 试探他们而已。总而言之, 天主常是虔诚者的盾牌, 义人的荣耀 (义人将来得到荣耀的根源, 例如对于古圣若瑟, 约伯等)。

5: 在困苦中获得安慰的唯一不二法门, 便是祈祷, 这是达味曾给我们指示的途径, 也是吾主耶稣亲自教导我们的方法; 尤其当他在山园里和十字架上时, 他唯一的工作是祈祷。

“圣山”: 指圣殿或天堂。天主从圣殿 (圣堂) 或从天堂上俯听我们的祈求。

6-7: 使我心灵平安, 平安地入睡, 又平安地醒来, 纵有千军万马向我进攻, 我也不感觉惊惶。

远自奥利振时代开始，不少教父和圣师们惯将这一段经文配合在耶稣身上，说明耶稣的苦难圣死与复活。圣教会的礼仪也采取了同样的解释。

8：天主常是打击恶人，拯救受迫害的善人。只是有时假以时日，不立即采取行动来赏罚；但人们却以为天主睡着了，所以祈求和诉苦的人好像催他“起来”。这种方式在圣咏集中是多次见到的。例如“醒来，我主，你为什么依旧沉睡？起来，你不要永远把我抛弃！”（四四·24）

第8节中第3、4两句形容天主打击恶人。

9：这一节是全首圣咏的恰到好处的结论。既然救恩完全属于上主，所以作者祝愿百姓获得上主的救恩，为民祝福。

在诵读这首圣咏时，可以设想教会在受到外来的艰难时，自己站在教会一成员的立场，以极大的依赖心为教会祈祷。

第4首 谢 恩

- 2 公义的天主！我一呼求你，你就俯允了我，
我在困苦中，你曾安慰了我；
 上主，求你怜悯我，
 俯听我的祈祷。
- 3 世人！你们心硬要到何时？
 你们贪虚幻，爱说谎，何时停止？
- 4 要知道：上主召选我作他的仆人，

我一呼求他，他就俯允。

- 5 你们应战战兢兢，不要作恶；
静夜就寝时，要扪心思过。
- 6 要奉上当献的祭物，
要全心信靠上主。
- 7 许多人说：“谁能使我们幸福？”
上主！愿你向我们显示慈颜。
- 8 你曾赏赐我满心欢喜，
胜过五谷丰登，美酒满溢。
- 9 上主，我一躺下，就安然入睡，
因为你使我平安顺遂。

引言

本圣咏是身处无信仰者中的某热心人或是达味在阿贝沙隆造反时的祈祷。包括三个内容：1，向天主的哀祷（2）。2，劝告恶人勿再犯罪（3-6）。3，对上主的依靠（7-9）。

释义

2：在本节的前半部有谢恩之意，故适合用于夜祷谢恩，故列入星期日的夜祷中。作者陈述自己如何陷入了绝境，孤立无援，危在旦夕，于是作者呼求天主，公义的天主便应允了他的祈求，拯救了他，使他脱离了危险，这样也就安慰了他。本节是这首圣咏的主要意思，所以本圣咏定名“谢恩”。

3：“世人”指阿贝沙隆和达官贵人。

“贪虚幻，爱说谎”：上述这些人煽动群众，谎言欺骗，企图达到高官荣耀。叛变君王，拥护阿贝沙隆为王。

“心硬”作者责斥叛乱的人心硬如铁石，至死不悔改。

4：达味称自己是天主拣选的合法国王。

5：作者对反叛作恶的人以善言相劝，要他们小心翼翼，不要继续作恶；更要在夜深人静时，彻底检讨，扪心思过而悔改，“静夜就寝时，要扪心思过”。此句适合于夜晚睡前的自我检讨，故列入夜祷中。

6：“要奉上当献的祭物”，以表达改过迁善的决心。

7：作者好似在怀疑他所劝勉和责斥的那些反抗的贵族，以及附从他们的人民，而不愿或不完全相信自己所说的话，因而很可能有人会反驳说：“谁能使我们幸福？”

作者深知，为了使他们战胜人性的软弱，为坚固他们易于动摇的信德，只有求天主使他们幸福，这幸福只能来自天主的慈善。为此求天主向他们“显示慈颜”，即天主仁慈的助佑降福。

8：为了更坚固信德软弱的人，作者说出自己的经验。谁都知道他虽然贵为国王，但是他所受的折磨和难为，是比任何人都大而重的。但由于他全心对天主的依恃，天主不但赐给了他心灵的平安，而且赐给了莫大的欢乐，远远超过酒麦大丰收的欢乐。

9：作者承认自己俯仰无愧，心灵平安，所以晚上倒床便睡，很快地进入梦乡。

最后两节指出了真正幸福的所在。

的确，惟有天主是一切幸福、平安、喜乐的泉源，除非从天主那里，谁也不会找到真正的平安和幸福。

本圣咏的第2节前半部分和第7-9节都是感恩的思想，所以这首圣咏题名为谢恩。

第5首 求助的晨祷

- 2 上主，求你倾听我的言语，
留意我的心曲。
- 3 我的君王，我的天主，
请垂听我求助的呼声，
上主，因为我向你哀求。
- 4 早晨你必俯听我的声音，
清早我向你倾诉，期待你应允。
- 5 因为你不是喜爱罪恶的天主，
恶人不能与你同住。
- 6 狂傲的人不能在你面前站立，
作恶的人，你必厌恶痛恨。
- 7 说谎不实的人，你必予以消除，
奸诈好杀的人，上主一律厌恶。
- 8 我能进入你的圣殿，全靠你丰富的慈爱，
我要满怀敬畏之情，向你的圣所俯首叩拜。
- 9 上主，因为仇敌在窥伺我，
请引领我遵循你的正义，
在我面前指出你的途径。
- 10 因为他们口中毫无真诚，
他们的心中满是毒害。
- 11 他们的喉咙是敞开的坟墓，
他们的唇舌只会谄媚奉承。

- 12 凡投靠你的人，
必兴高彩烈，永远欢欣；
 凡爱你圣名的人，
 必蒙你护佑，因你而欢乐。
- 13 上主，因为你只向义人赐福，
 以仁爱作盾牌，在他四面围护。

引言

作者曾受过人们百般的折磨。“恶人”、“傲慢的人”、“说谎不实的人”、“奸诈的人”、“好杀的人”都蜂涌而来，向作者发出致命的打击和残酷的迫害。于是作者在四面楚歌之下，只有向天主诉苦哀求，祈求天主保佑。

此圣咏共分五段：1，早上的呼求（1-3）。2，依赖疾恶如仇的天主（4-7）。3，天主救助正义的善人（8，9）。4，天主惩罚恶人（10，11）。5，天主是虔敬者的保护人（12，13）。

全篇的结论是：人若爱慕天主，也将为天主爱慕和保护。

第 6 首 受迫害者哭求上主怜悯

- 2 上主，求你不要含怒责罚我，
 不要在气愤中惩戒我。
- 3 上主，我的体力衰弱，求你怜悯我，
 上主，我的骨骼战栗，求你医治我。

- 4 我的心神惊惶已极，
上主，你要等到何时？
- 5 上主，求你回来援助我，
你是慈悲的，求你拯救我。
- 6 在死人中，谁会想起你？
在阴府里，谁来称谢你？
- 7 我呻吟痛哭，
夜夜流泪，湿透床褥。
- 8 我的视力因忧伤而衰退，
四面受敌，使我老弱憔悴。
- 9 作孽的人，离开我吧，
因为上主听见了我的哭声。
- 10 上主俯允了我的哀号，
上主接受了我的祈祷。
- 11 我的仇敌必要惭愧惊惶，
转瞬之间，含羞逃亡。

引言

这首圣咏属于个人的祈求圣咏。

划分：1，在困苦中祈求仁慈（1-4）。2，求主赐以免死之恩（5，6）。3，作者山穷水尽的处境（7，8）。4，胜利凯歌的欢呼（9-11）。

释义

2-4：作者身患重病，奄奄一息，自觉这一场大病是天主对他的惩罚，因为他曾得罪了天主。

作者既犯了大罪，则应当受罚，这是天经地义而理所当然的事。可是这次的惩罚——要命的重病在作者看来，似乎太过分了，所以求天主不要如此严厉地惩罚他，求天主手下留情，停止惩罚，因为他已痛苦万分了，长此以往，何时才了呢？

5：求主赐以免死之恩。

6：本诗作者的时代尚不知有永生和复活的事。所以当时认为人生最大的不幸莫过于死亡了，尤其是“夭亡”是最大的灾祸。灵魂一与肉身分离，便下到阴府了，将在那里过着幽灵的生活。换言之，作者以为：人只可以在现世歌唱赞美天主，对身后阴间的情形不太了解，所以他切望在这个世界上继续生活下去，得以咏赞上主。生活在阴府的幽灵不能与天主来往。

7，8：作者陈述自己悲惨的处境，由于他遭受的迫害、贫穷、尤其重病，使他呻吟床褥，泪流不止，连铺盖也湿透了。这种光景说明他的痛苦是很大的。

9-11：胜利凯旋的欢呼。

9、10：就在转瞬之间，作者豁然开朗，有如大梦初醒，顿时觉得天主已经俯允了他的祈求。所以在这一段中，作者的态度和口气，前后如出两人，再也不是那种愁眉不展和痛苦悲伤的样子，而是以胜利凯歌者的姿态出现了，大胆地向敌人警告：你们必要“惭愧惊惶，含羞逃亡。”

第7首 义人在苦中依靠天主

- 2 上主，我的天主，我投靠你，
求你救我，救我脱离所有迫害我的人。
- 3 免得他们象狮子一般把我攫走，
将我撕碎，而无人搭救。
- 4 上主，我的天主，
如果我做了这事，
如果我手上有罪；
- 5 我若加害过我的友好，
或者无故劫掠过我的仇敌，
- 6 就让敌人追逐我，逮捕我；
把我的性命践踏在地，使我的光荣归于灰尘。
- 7 上主，求你发愤起来，制服我仇敌的傲慢，
求你醒来助我，实行你的判案。
- 8 万民要齐聚，环绕着你，
你君临其上，坐于高天。
- 9 上主要审判万民，
上主，请按我的正义审判我，
请照我心灵的纯洁保护我。
- 10 公义的天主！你明察肺腑，
愿恶人的毒害绝迹，愿你坚定义人。
- 11 天主是我的助佑，
他拯救心地正直的人。

- 12 天主是公义的审判者，
对作恶的人，天天震怒。
- 13 恶人虽然在磨刀擦剑，
张弓拉弦，准备射击，
- 14 却是为自己预备的致命武器，
为自己制造的杀身火箭。
- 15 他既然孕育毒恶，
也必然产生罪孽。
- 16 他挖掘坑穴，设置陷井，
终必陷入自掘的深坑。
- 17 他的恶计必降到他的头上，
他的强暴必降在他的头顶。
- 18 我要称谢上主的公道，
歌颂至高上主的名号。

引言

这首圣咏是达味在遭难时所做的一首歌词。其所遭遇的困难，可能是撒乌耳的迫害，也可能是阿贝沙隆的叛变，前者的可能性更大。

本篇属于个人的祈求圣咏。

可划分为：1，求主扶佑（1—3）。2，说明自己无罪受害（4—6）。3，求主实施公义的审判（7—10）。4，全心依赖正义的判官——天主（11—14）。5，恶人受的惩罚是咎由自取（15—18）。

释义

2—3：达味在撒乌耳追迫之下，流窜逃避，作者将撒乌耳形容为一只猛狮，自己随时有死在他爪牙之下的危险。由于自己身陷重围，走投无路，于是只有向天主哀号求救了（撒上 24—26 章）。

4—6：说明自己清白无罪。

“这事”：指敌人所捏造的事，未指出究属何事。被冤枉的义人向天主陈述自己无辜，或求天主惩罚敌人以证自己无罪。这种说法在当时是惯常用的（见约三十一·5—12）。

7—10：求主实施公义的审判。

世上的判官断案能够错误，而且有些徇私舞弊现象。因此自己受的迫害或冤屈，最好是由天主亲自来审判，以明是非曲直，因为天主洞察人的肺腑，所以只有天主的审判才是公正的。

11—14：作者既然自觉良心无罪，因此确知至公义的天主，必然会保佑他（11）。对恶人发怒（12）。敌人无论如何制备武器，也不会战胜他（13），只不过是自掘坟墓，自趋灭亡（14）。

15—17：恶人的罪孽终必害了自己。

第 8 首 上主的尊严及人的高贵

2 上主，我们的天主！

你的名在普世何其美妙，

你的尊荣在天上彰明闪耀。

- 3 你从赤子乳儿口中，
取得了完美的赞颂，
使你的仇敌销声匿迹。
- 4 我仰观你亲手所造的穹苍，
和你满布在天空的星辰月亮；
- 5 世人算什么，你竟对他怀念不忘？
人子算什么，你竟对他照顾周详？
- 6 你使他稍逊於天使，
· 赐予他光荣和尊贵。
- 7 叫他统治你双手的化工，
让万物服从他的命令；
- 8 所有的羊和牛，
以及田野间的走兽；
- 9 天空的鸟和海里的鱼，
以及游行海中的水族。
- 10 上主，我们的天主！
你的名在普世何其美妙。

引言

这一篇是绝妙的赞美圣诗。诗人往往在夜深人静，繁星闪烁的夜晚，仰观美丽的天空，沉思天主化工的奇妙，又回顾世人如何渺小而无能，却是天主最尊贵的受造物，因而藉着受造之物，赞美全能而宽宏大量的造物主。

本诗可分为两段：1，天主的尊威，世人的卑微（3-5）。2，天主赐与人光荣和权能（6-9）。

这首诗的大意是：世人面对造物主天主，只有起敬起畏和欢欣鼓舞。因而这首诗歌在这两种激动的情绪之下，交织而成。圣教会鼓励司铎、修士、修女和信友们，每当诵念这首圣诗时，要口诵心维，以体味其中的深邃奥义，希望也对我们的天父不时发出子女的敬畏和由衷的喜乐！

释义

2 “名”这一词，凡与天主相联时，是指天主的光耀、尊威、权能等。

3 “赤子乳儿”为能见到天主在创造工程和救赎工程上的光荣，首先必须有“赤子乳儿”的诚心；反之，凡自高自大、目空一切而旁若无人的人，凡自作聪明的人，尤其是那些胆敢直接反对天主的狂人，他们不可能在天主的造化 and 救赎的工程上，见到天主的光荣。“赤子乳儿”的称呼是诗人自称的谦词，称自己在伟大的天主前，不过是赤子乳儿。

耶稣引用过这一句：（见玛二一·16）。

6 “稍逊于天使”：天神是纯神性体，人有肉身，肉身属于物质，而物质低于精神，故称人稍次于天神。

10：本诗末节与 2 节首尾呼应，着重本诗赞美天主之意。

“天使”的另一解释：指各国低级的神明，他们在一位更高的神之下捍卫各国。

第9首 为胜利而谢恩

- 2 上主，我要全心赞美你，
宣扬你的一切奇妙作为。
- 3 我要因你而欢欣踊跃，
至高者，我要歌颂你的名号。
- 4 因为我的仇敌转身溃退，
在你面前纷纷跌倒灭亡。
- 5 你登上宝座，执行正义，
为我伸冤，维护我的权益。
- 6 你摧毁了异民，歼灭了恶徒，
连他们的名字也永远消除。
- 7 敌人已经覆灭，永远沉沦，
你摧毁的城市，永不留存。
- 8 上主为王，直到永远，
设立宝座，秉公审判；
- 9 将以正义审讯世人，
将以公理裁判万民。
- 10 上主将是受迫害者的避难所，
作他急难中的藏身处。
- 11 上主，凡认识你圣名的人，
必仰望你，
寻求你的人，你决不离弃。
- 12 你们要歌颂住在熙雍的上主，

- 在万民中宣扬他的伟业。
- 13 因为追讨血债者怀念贫苦的人，
绝不忘记他们含冤的呼声。
- 14 上主，求你怜悯，
请看仇人加给我的痛苦，
救我脱离死亡之门。
- 15 使我站在熙雍门口，
宣扬你的美德，因你的助佑而欢欣。
- 16 异民跌进自掘的深坑，
双脚陷入自设的陷阱。
- 17 上主出现，执行审判，
恶人被自设的罗网所缠。
- 18 愿阴间成为无神者的末路，
一切恶人的归宿。
- 19 贫困的人总不会被遗忘，
穷苦人的希望永不会落空。
- 20 上主，求你起来，不要让世人得意，
使异民都到你面前受审。
- 21 上主，求你使异民恐惧，
自知不过是凡人而已。

引言

本首诗在希伯来原文分为 9, 10 两首。

作者是一位饱经忧患，受尽迫害的热心教徒，那迫害他的人则是外邦人。作者在走投无路或惊惶失措之余，唯有投靠天主了。果然，天主听了他的祈求，不但保护了他，使他

安然无恙，而且使敌人惨败。所以作者以愉快的心情，向天主表达感恩之情。

当作者逃脱了大难之后，心中仍存余悸，难免顾虑同样袭击的发生，而再陷入困境，因此他哀求上主，将他的敌人彻底消灭。

释义

2, 3: 作者是达味王或一位民间领袖。他要赞美、宣扬、欢欣、踊跃、歌颂上主。

4: 赞颂天主的原因，是天主使作者的敌人“溃退、跌倒、灭亡”。这些敌人是谁？不能确定，因为在以民的历史上，有许多敌人的攻击。

5: 以民艰难的岁月，突然变成安乐的日子，其理由是：全能的天主，以正义打击了敌人，并以仁慈保护了百姓的首领。本节中的“我”指全体百姓。

6-7 节重述前边 4 节的意思。

8-9 节重复 5 节的意思。

10-11: 在残暴敌人的淫威下，正当束手无策而绝望之际，天主就在人们料想不到的时候，忽然前来搭救和保护。

12: 请在万民中赞颂上主。

13: 赞颂上主的原因，主要是天主怀念贫苦的人和含冤受屈的人。

14: 回忆过去由仇人受的痛苦。

15: 由仇人中救了我。

16-17: 回忆过去恶人作恶多端，伏设陷阱，阴谋诡计地迫害善人，然而多次却是作茧自缚，反而深深陷于自设的

陷阱和罗网之中。

18-19: 恶人与善人不同的归宿, “遗忘”: 被天主遗忘。

20-21: 作者祈求天主执行审判, 恫吓异族, 使他们不再轻举妄动。

“凡人”: 软弱无能的人, 不能反抗天主。

第9首 (第二部分)

- 1 上主, 你为什么站在远处?
在我困苦时, 掉头不顾?
- 2 恶人傲慢, 欺压穷人,
但愿他们堕入自设的陷阱。
- 3 恶人为所欲为, 而洋洋得意,
匪徒侮辱上主, 而沾沾自喜。
- 4 恶人傲慢地说: “上主决不追究。”
他们妄想: “绝对没有天主。”
- 5 恶人所行所为, 无往不利,
也不把你的判断放在眼里,
只知道嘲笑仇敌。
- 6 他心里想: “我不会动摇,
我永远不会遭受困扰。”
- 7 他满口尽是咒骂, 欺诈和恐吓,
舌底下只有毒汁和邪恶。
- 8 他在村中埋伏,

在暗处杀害无辜。

- 9 他窥视穷人，
有如狮子潜伏洞中。
他要把穷人俘掳。
使他陷入罗网，把他拖走。
- 10 他俯身，蹲在地下，
不幸者屈服于他的爪牙下。
- 11 他心里想：“天主已经忘记，
他掉过头去，置之不理。”
- 12 上主，求你起来，伸手救我，
天主，请不要忘记困苦的人。
- 13 为什么让恶人藐视天主，
心里说：“你决不会追究”？
- 14 你已看到我们的患难和愁苦，
你会想到随时伸手援助。
你是穷人的依靠，
你是孤儿的救星。
- 15 愿你消灭恶人和暴徒的势力，
惩罚他们的罪孽，追究到底。
- 16 上主为王，万世无疆，
异族必由他的领域中灭亡。
- 17 上主，你垂听了谦卑者的心声，
加强他们的勇气，并侧耳谛听。
- 18 保护孤儿和受压迫者的权益，
使他们不再受世人的恐吓。

引言

这第9首圣咏的第二部分是希伯来诗的第十首。

在本篇中作者再度提到敌人的欺凌压迫。不过，在这里所说的不是外邦敌人，而是本国恃财傲世的富人，他们对本国同胞，尤其对那些虔敬热心的人和赤贫如洗的人，极尽压迫之能事。作者对他们切齿痛恨。但根据某些解经学者说，经中的敌人，不只指本国的富贵人，也指教外人，因为他们（圣奥斯定等）惯常将这首圣咏引用在基督奥体身上。

释义

1：当人们处于水深火热中时，心情是极其沉痛和焦虑的，殷切渴望天主立刻前来救助，使之早日脱离苦难。有时天主佯作不闻不问，好像躲藏起来了，于是信徒大惑不解，何以正需要天主伸手援助的时候，偏偏天主却不见了。遂迫不及待地向天主发出询问：“主啊！我在困苦之时，你为什么竟隐藏不顾？”

3, 4：这些人毫无虔敬之意。

5, 6：他们野蛮凶悍，盛气凌人。

7：他们整天在搞害人的阴谋诡计。

8-10：他们以残忍的手段杀害无辜。恶人犹如一只狮子残忍凶暴，他们的意念中，不外是邪恶诡计。

12-15：作者怀着依恃信赖的心情，哀求天主施展他的正义，打击敌人，救助贫苦弱小的人。“伸手”（12）：拟人的说法。

16-18：作者知道天主一定会帮助的，所以深自庆幸，

因而高唱凯歌。

第 10 首 上主是义人的依靠

- 1 上主是我的避难所，你们怎么对我说：
你要像一只麻雀飞入山中？
- 2 原来恶人正在挽弓搭箭，
暗中射击忠良。
- 3 基础一旦崩溃，
义人尚有何为？
- 4 上主住在自己的圣殿，
上主的宝座设在天上。
他的眼睛垂视贫民，
他的目光细察世人。
- 5 上主试探义人和恶人，
痛恨强暴的人。
- 6 他使火炭硫磺降在恶人身上，
热风将是他们杯中的命运。
- 7 因为上主是公义的，喜爱公正，
心地正直的人必享见他的圣容。

引言

本诗的作者是达味。达味虽数经困苦艰难，但始终未曾灰心，时常投奔天主，祈求天主的助佑。至于达味写作时的环境，却不太清楚，有人说是写于撒乌尔迫害达味之际，有

人说是阿贝沙隆叛变之时。

本诗的划分如下：1，那些不全心依靠天主的人，心中害怕，请达味快快逃走（1-3）。2，作者答复自己不逃亡，因为他全心依靠时常保护和钟爱他的天主（4-7）。结论：这首圣诗不只指明当时的环境，且表达了永远的真理：谁依靠天主，便不怕惧任何人。

释义

3：“基础”：伦理道德的基础。

“义人尚有何为？”义人将无立足之地，连安心事主的地方也找不到了。

4：“上主住在自己的圣殿”：作者突然转变视线，举目向天，仰望居住在天上的威严的天主，知道他是正义慈善的，是扶助弱小者的天主，于是便心安理得地泰然处之了。

6：“火炭硫磺”回忆当初天主降罚索多玛时的情景（创十九·24）。

“杯中的命运”：“杯爵”的含意是泛指各个人或各个民族所预定和安排的命运（咏十五·5，玛二〇·22）。

第 12 首 义人依赖上主，向他哀诉

2 上主，你忘记我，要到何时？

莫非要到永远？

..你转面不顾我，要到何时？

3 我心中焦虑，终日惆怅，要到何时？

我的仇人向我耀武扬威，要到何时？

4 上主，我的天主！

求你垂顾我，应允我，

求你照亮我的眼睛，不要让我沉睡丧亡。

5 免得我的仇敌说：“我战胜了他！”

免得我跌倒时，仇人欢欣若狂。

6 但我却要仰赖你的慈爱，

我的心灵因你的救援而欢乐，

我要向厚待我的上主讴歌。

引言

这是一首个人的祈求，它的著作背景是正当达味受撒乌耳的迫害，整日东奔西跑，逃亡避难的时候。

划分：1，作者一面呼求，一面陈述自己的苦境（2-3）。2，哀求上主速来救助（4-6）。

本圣咏与圣教会有密切的关系，不少教父和教会礼仪，将这首圣咏贴合在吾主耶稣和教会身上。基督既然背负了全人类的罪，事实上也曾经受迫害及死亡的痛苦，他攻击了人类的敌人——撒殢，救我们脱离他的奴役。

苦难中的圣教会也经常用这首圣咏祈祷，以获得安慰和神力。

我们诵读这首圣咏时，除抒发自己的心情外，也要以教会的名义为教会的弟兄姐妹们祈祷。

释义

2-3：这两节叙述天主对作者的态度：“忘记我”，“转

面不顾我”；作者的心情：“心中焦虑，终日惆怅”；敌人却“耀武扬威”。撒乌耳的这次迫害为时甚久，所以作者在这两节中说了四次“要到何时”？以表达他心中的焦急。

4：“照亮我的眼睛”：眼睛明亮即有生命之意。人有生命时，精神充沛，眼睛明亮有神。作者受敌人迫害，已近乎死亡了，今求天主重赐他生命，恢复精力。（撒上十四·27，29）。约纳堂在战争中很疲乏的时候，在旷野里吃了一点蜜，他的眼睛就明亮了。这里“眼睛明亮”即精神恢复。“沉睡”：即精神萎靡，因愁闷而昏昏沉沉，渐导致死亡。

5：他的仇人见他一蹶不振，便欣喜若狂。

6：可是作者毫不灰心丧志，一心依赖天主，相信天主一定会拯救他。上主的救援虽仅是将来可能的事，但作者坚信这事一定要完成。因此要为此事欢乐、讴歌。

第 13 首 恶人的愚昧

- 1 恶人心里说：“没有天主”。
他们丧尽天良，任意作恶。
- 2 上主由高天俯察世人，
察看有无智者和寻求天主的人。
- 3 人人都走入歧途，同恶相济，
甚至一个行善者，也无处可寻觅。
- 4 所有恶人岂是愚蠢无知？
他们鱼肉我的人民，象吃干粮，
也从不呼号上主。

- 5 他们必将惊慌失措，
因为上主与义人常相左右。
- 6 你们尽管嘲笑穷人的计划，
但上主却是他们的避难所。
- 7 但愿以色列的救援来自熙雍；
当上主扭转他们的命运时，
雅各必将欣喜，以色列必将欢乐。

引言

这是一首智慧圣咏。

愚人时时处处都有，本圣咏内谈的愚人，作者直接指当时的人，间接也指全人类的愚人。

圣咏十三和五十二原是同一篇圣咏，不过 5, 6 两节有难解释的异文，因此第十三首圣咏有两种编辑的方式，因而分成了两首。

划分：1，人类都离弃了天主（1-3）。2，恶人将要受罚（4-6）。3，呼求上主速来救助（7）。

作者称那些否认天主存在或否认天主照顾的人为愚人。反之，那些寻求天主的人都被称为智者。的确，寻求天主是最高超和最理智的行为，也是一切基督徒的当务之急。在基督教会之外，也有不少敬礼惟一神明的人，他们也强调人生最大的任务，是寻求神的旨意，并按着神的旨意而生活。

释义

1：“愚人”指那些无伦理道德，无宗教信仰的人，他们不明是非，不辨善恶。“竟没有一个行善的人”：也是夸大的

说法，不可依字面解释。

3: “人人… 一个行善者，也无处可寻觅”：也是夸大之词。

4: “岂是”：意思是：“岂不是”

5: “他们必将惊慌失措”：可能是指被淹没在红海中的埃及军队，也可能是指散乃黑黎布率领大军围攻耶京时，受到上主严厉的打击，使其溃不成军，弃甲曳兵而逃的情形而言（依三七·36，38）。

7: “熙雍”：指天主，因为圣殿在熙雍山上，天主临在圣殿内。“扭转他们的命运”：指公元前 538 年以民充军被释放。圣咏 125 是本节最好的注释。

第 14 首 谁堪当肃立在上主面前

- 1 上主，谁能住在你的帐幕里？
谁能在你的圣山上安居？
- 2 是那行为无瑕，实行正义，
心口无欺的人；
- 3 他不随口诋毁，不加害近人，
也不欺凌邻居；
- 4 他轻看作奸犯科的人，
而尊重那敬畏天主的人，
他起誓而损己也不反悔；
- 5 他不放高利贷，
也不受贿加害无辜。

这样行事的人，
才能永不动摇。

引言

这是一首智慧圣咏，也是朝圣者前往耶京，登圣殿时所唱的歌曲，作者由衷地希望永远同天主住在一起，在上主的圣山上停留不去，渴望圣山上的帐幕成为他的住所。

本诗的体裁是对话式的，由朝圣团中的一人问：谁能住在上主的圣山和帐幕里？一位司祭或肋未人作答，且提出居住在上主的圣山和帐幕内的条件。作者将法律 613 条精减成 11 条，也就是本首圣咏所列的 11 条。现代学者主张本诗提出来的条件只有 10 条，且将之比作天主十诫。

本圣咏的划分：1，谁能与天主在一起居住（1）？2，与天主在一起居住应具备的条件，即应有的德行（2-5）。3，如果人真具有这些德行，那么他将永不动摇，即享受平安。

释义

2-5 节是天主藉着司祭的口，向朝圣者询问时，列举的条件。

第 15 首 上主是我的产业

1 上主，求你保佑我，
因为你是我的寄托。

2 我对上主说：“你是我的上主，

没有你，我就没有幸福。”

- 3 对世上的贤者圣徒，
我内心是多么倾慕！
- 4 人们归依了其他神明，
必然痛苦倍增；
我绝不向他们奉献血祭，
他们的名字，我也绝口不提。
- 5 上主，你是我的产业，我的一切，
是你掌握着我的命运。
- 6 你给我划分的是优美的地区，
我分得的产业实在令我满意。
- 7 我要赞颂引导我的上主，
我的良知连夜间也督促我。
- 8 我时刻定睛仰望着上主，
有他在我身边，我决不动摇。
- 9 因此我心里高兴，五内喜欢，
我的肉躯也无忧安眠。
- 10 因为你绝不会将我遗弃在阴间，
也不会让你的圣者遭受腐朽。
- 11 你必要指示给我生命之道，
在你面前才有圆满的喜悅，
在你身边才有永远的福乐。

引言

这是一首意味深长，思想超凡的圣咏，是一首默西亚圣咏。作者达味在艰难困苦中，向天主表达自己的心声和希

望。同时圣神光照了他，用他来指明默西亚的苦难圣死与复活。

本首圣咏的内容和主旨，大致说来，是依赖天主，或者更明白地说：是受难的救主对他天父充满依恃的祈祷。

其划分是：1，投奔上主（1-3）。2，绝不向其他神明敬拜（4）。3，全心依赖上主（5-9）。4，热切的祈祷（10，11）。

按圣奥斯定的见解，这是耶稣以人性向天父所发出的祈祷，所以也是基督奥体——全体基督徒同耶稣所作的祈祷。更清楚地说：是世间战斗教会的祈祷。不少圣人和神修家，惯将本圣咏贴合在新约中的司铎、修士、修女身上，这的确是很适合的。奥利振也在这首圣咏中找到了吾主苦难圣死的真理，以及教会到达天乡的道理。

释义

1：天主是一切，是万有。

2：“贤者圣徒”指奉公守法的义人和圣人，他们敬爱天主，所以诗人也歌颂敬仰他们。

4：“血祭”残忍地倾流无辜者的血（见撒下六·8，列下九·26）。

10-11：默西亚预言自己死亡，埋葬与复活。

11 节末两句，一方面指耶稣复活升天与圣父享受福乐，另一方面指天主是义人的真福。

第 16 首 恳求天主助佑脱离恶人

- 1 上主，求你聆听我的申诉，
注意我的哀号，倾听我口中毫无虚伪的祈祷。
- 2 愿你明察，判我胜诉，
因你的眼睛细察正直。
- 3 任凭你察验我的心灵，夜间来视察我，
用火锻炼我，在我身上却找不到邪恶。
- 4 我也决不口出恶言，中伤他人，
我常照你的训言，回避恶人的道路。
- 5 我的脚步紧随你的道路，
我的双足绝不致滑倒颠仆。
- 6 天主，我向你呼求，你必应允我，
求你侧耳俯听，俯听我的诉说。
- 7 求你彰显你奇妙的慈爱，
以大能从敌人手中拯救投靠你的人。
- 8 求你护卫我，有如眼中的瞳人，
让我藏身在你的翼荫下，
使我脱离谋害我的仇人。
- 9 那些企图围攻我的仇敌，
- 10 丝毫没有慈悲心肠，
他们满口狂言。
- 11 他们追逐我，把我困住，
瞪着眼要把我推倒。

- 12 好像准备捕食的猛狮，
又像蹲伏在暗处的幼狮。
- 13 上主，求你起来迎击。
把他们制服，
以你的利剑，救我脱离恶徒。
- 14 上主，求你亲手救我脱离这些人，
脱离那以现世为终身幸福的愚民。
你以珍肴填满了他们的口腹，
他们多子多孙而心满意足，
又给他们的儿孙留下财富。
- 15 至于我，我却因正义得见你的慈颜，
愿我醒来时，能以仰望你为幸福。

引言

作者在祈祷中向天主表示清白，自觉从未开罪于天主，所以良心平安。惟独使他焦虑的是：为什么邪恶的敌人，居然以敌视的态度来诽谤诬陷他，攻击他。既然自觉无辜，所以放心大胆地祈求上主救他脱离恶人的言行包围。诗人也确知天主是正义的，是有善必赏，有恶必罚的，所以恳求天主惩罚恶人，让自己得以尽情地瞻仰上主的慈颜。

划分：1，求主施展正义（1，2）。2，声明自己无罪（3，4）。3，求主保护（5-8）。4，控诉敌人的凶恶（10-12）。5，求主救助（13-15）。

释义

8：教友念的晚课中的“吾主护佑我等，如目睨者，庇

荫我等，于厥翼下”就来自此处。

14: 关于这一节的译文，也各有不同。

15: “我却因正义得见你的慈颜……”这句话就字面看来，是作者希望在死亡之后，仍能继续同天主往来，这话对古代的作者来说，仍言之过早，因为他们还没有获得永生观念的启示。只能说作者希望在现世不断地与天主保持友好的关系。“得见你的慈颜”“瞻仰你”就是大量获得天主的恩赐以及他有力的保护和支援。

第 17 首 为救恩和胜利而谢恩

- 2 上主，我的力量，我爱慕你！
- 3 你是我的磐石，我的保障，我的救主。
我的天主，我的避难所，
我一心投靠你，
我的护盾，我大力的救援，
我的堡垒。
- 4 我一呼求应受颂扬的上主，
他就把我从仇敌手中救出。
- 5 死亡的洪水围困着我，
灭顶的巨浪冲击着我。
- 6 阴府的绳索缠绕着我，
死亡的罗网等待着我。
- 7 我在急难中呼求上主，
向我的天主求助；

他从圣殿中俯听了我的祷声，
我求救的声音传进他的耳中。

- 8 大地战栗震动，
群山摇撼，摇摇欲坠，
因为上主大发义怒。
- 9 他的鼻孔冒出浓烟，
他的口中喷出烈焰，
他的身上射出火炭。
- 10 他揭开天幕，亲自降临，
他的脚下布满了乌云。
- 11 他驾着革鲁宾而飞扬，
藉着风的双翼而翱翔。
- 12 在他四周有黑暗作成帷帐，
密云黑水当作他的屏障。
- 13 闪电在他面前掠过，
冰雹与火炭随即降落。
- 14 上主由高天发出雷鸣，
至高者发出吼声。
- 15 他放射火箭，将敌人驱散，
他发出闪电，使他们混乱。
- 16 上主，你一呵斥，你一震怒，
海底立即出现，地基随即显露。
- 17 他从高天伸手把我捉住，
将我由大水中救出。
- 18 教我脱离了敌手，
摆脱了强于我的凶手。

- 19 我遭难时他们袭击我，
幸而上主保护我。
- 20 他使我自由生活，
他救了我，因为他喜爱我。
- 21 上主因我正直给我酬劳，
因我双手清白赐我赏报；
- 22 我遵行了上主的道路，
我没有作恶背弃天主。
- 23 我常遵守他的一切诫命，
没有违背他的任何法令。
- 24 我在他面前，没有过错，
我时常远离一切罪恶。
- 25 因此，上主因我正直给我酬劳，
因我双手清白赐我赏报。
- 26 仁慈的人，你待他也仁慈，
正直的人，你待他也正直。
- 27 纯洁的人，你降福他，
邪恶的人，你敌视他。
- 28 谦卑的人，你必将他救起。
傲慢的人，你必把他贬低。
- 29 上主，你给我带来光明，
我的天主为我驱除黑暗。
- 30 我赖你的助佑，冲上了战场，
我靠我的天主，跳过了围墙。
- 31 天主的作为完善无比，
上主的言语真实可靠；

凡投靠上主的人，
上主必作他的后盾。

- 32 除了上主，还有谁是真神？
除了我们的天主，谁还是靠山？
- 33 是天主使我英勇威武，
使我的道路平坦无阻。
- 34 使我能像母鹿飞奔，
使我能在高山站稳。
- 35 是他教导我双手冲锋，
伸展双臂，拉开铜弓。
- 36 你把救恩的盾牌赐给了我，
你的右手扶持了我，
你的慈爱坚强了我。
- 37 你为我拓宽了道路，
使我脚步稳健，前进无阻。
- 38 我追击仇敌，把他们逮捕，
我不把他们消灭，誓不罢休。
- 39 我将他们打得一败涂地，
使他们在脚下倒地不起。
- 40 你使我英勇威武，奋力作战，
使敌人都向我俯首就范；
- 41 使我的仇人转身逃窜，
使仇恨我的人完全溃散。
- 42 他们呼救，却无人救援，
呼求上主，也得不到垂怜。
- 43 我粉碎他们如风吹的尘土，

我践踏他们像泥泞的道路。

- 44 你救我脱离叛乱的人民，
立我作万民的国君。
我素不相识的民族，
都前来向我臣服。
- 45 外邦的子民都向我俯首听命，
一听说是我，就对我表示效忠。
- 46 外方的子民斗志全消，
战战兢兢走出城堡。
- 47 上主，万岁！我的磐石应受赞颂，
救我的天主应受尊崇！
- 48 天主，是你为我雪恨报仇，
是你使万民向我屈服。
- 49 是你拯救我脱离了仇敌，
从敌人手中把我救起，
救我不陷于狂徒的手里。
- 50 上主，因此我要在列邦中称谢你，
不断歌唱赞美你。
- 51 你使你的君王大获胜利，
向你的受傅者达味和他的后代，
世世代代广施慈爱。

引言

本诗的作者为达味。

历史背景：可能是当撒乌耳阵亡之后达味在赫贝龙被立为王，治理圣地南部达七年之久，但北方仍有撒乌耳的儿子

依市巴耳得势，以及他的大将阿贝乃耳掌权来对抗达味。当阿贝乃耳正式臣服于达味之后，全部圣地乃成统一局面。达味这时写作了本篇谢恩诗。

这是一首默西亚圣咏，达味代表默西亚发言，并非论他自己发言，因为第 51 节有：“向你的受傅者达味和他的后代，世世代代广施慈爱。”达味到了第三代国就分裂了。

本诗的划分：

1, (1-31)：(一) 作者热心爱慕和依赖上主 (1-4)。
(二) 所遭遇的困难 (5-7)。

(三) 天主显示威能拯救虔诚者 (8-16)。(四) 天主的道路奇妙莫测 (17-31)。

2, (32-51)：(一) 天主是有力的帮助 (32-35)。
(二) 节节胜利 (36-46)。(三) 感激不尽 (47-51)。

释义

3：在这一节中，达味用了七个名字，磐石、保障、救主、避难所、护盾、救援、堡垒称呼天主，来表示他依赖天主的心。

4：此节好似以下全文的总题：天主把我从仇敌手中救出。

5-6：形象式的描述自己受仇敌的迫害惨状。

7 节以下至末尾叙述天主使他胜利。

8-16：天主显现要惩罚仇敌的威严。

17-20：天主如何救我。

21-25：达味的行径自白。

26-32：天主如何对待人。

33-37: 天主如何对待我。

38-43: 胜利后我要如何对待仇人。

44-46: 仇人屈服于我。

47-51: 感谢天主。

诵读这首圣咏时，设想是默西亚君王的语辞，圣咏中达味描述的那些灾难指圣教会历代经受的磨难，教会自创立之初，先受犹太人的反对，以后又经历罗马帝国的教难，继有欧洲北方蛮族的人侵，后有阿拉伯国家回教徒的侵扰，法国大革命，以及近代的种种攻击破坏。但是天主时常保护圣教会，圣教会——默西亚的神国不但没有消灭，反倒越来越壮大，至今已布满普世，我们要为此而感谢天主。

第 18 首 赞颂天主

- 2 高天陈述天主的光荣，
穹苍宣扬他手中的化工。
- 3 日与日互递消息，
夜与夜相传知识。
- 4 不是言也不是语，
是听不到的言语；
- 5 它们的声音却传遍大地，
它们的言语也直达地极。
天主在天空为太阳搭起了帷帐，
- 6 太阳好似新郎步出洞房，
又像壮士就道，欣然奔放。

- 7 从天这边出发，绕到天那边，
万物莫不接受它热力的温暖。
- 8 上主的法律是完美的，能畅快人灵，
上主的约章是真诚的，能开启愚蒙。
- 9 上主的规诫是正直的，能悦乐心情，
上主的谕令是光明的，能照亮眼睛；
- 10 上主的训诲是纯洁的，万世常存，
上主的判断是真实的，永远公允；
- 11 比黄金，比精纯的黄金更可爱恋，
比蜂蜜，比蜂巢的流汁更加甘甜。
- 12 你的仆人因而得到教训，
谨守不渝，必有重赏。
- 13 谁能发觉自己的一切过犯？
求你洗净我未觉察的罪愆。
- 14 求你使你仆人免于自负，
不要让骄傲把我控制。
这样我要成为无可指责的人，
重大的罪恶也不致沾污我身。
- 15 上主，我的磐石，我的教主，
愿我口中的言语，心中的思虑，
常能使你称心如意！

引言

本首圣咏是由两个不同的部分组合而成的。第一部分（2-7节），作者赞颂天主创造了万物。第二部分（8-15），称赞上主的法律完备无缺，所以这首圣咏的总意是称赞造成

万物并以其法律光照世人的天主。第一部分圣咏令沉思默想的人发现天主的存在。天主所造的宇宙，以及他的法律（即圣经启示）是两条导人升天的大路，或说是天主赐与人类的两本书。第一本是由大自然编纂而成的，且日夜顷刻不断地展示在人类面前。第二本由几千年的启示汇集而成，是特为天主的子女而准备的。凡真正爱敬天主的人，必定诵读，且能明了这两本书中的真理所在。教会历代千千万万的圣人圣女们都曾埋首于这两本书中。这里仅就圣方济各亚西西，如何酷爱第一本书的事实，举出作为范例。他不但以“太阳歌”咏唱了大自然界的天主，而他一生的言行也做了本书精辟的解答。多少圣师以及礼仪经文里不时称耶稣为“义德的太阳”。犹如这大地上的一切生物，缺少了太阳，是不能生存的，同样，在超自然界也是如此，“义德的太阳”更是不可缺少的。

释义

2: 浩瀚无际的穹苍，不论是星月闪耀的夜空，或太阳光照的白昼，都在无休止地陈述天主的全能和智慧。换言之，它们时时刻刻在为天主的全能和智慧作证。

5: 在太空中最庞大最炎热和最光亮的星球就是太阳，这个大得不可思议、热度难以估计的太阳，会是自有的吗？不，绝不，它和其它无数星球一样，也是受造物；且是为了人类生存的利益而受造的。它彰显着至高者天主的威严、全能和光荣。这正是天主造化它的目的。太阳走的路程，无论如何长远，如何神奇莫测，但仍有天主给它指定的轨道。天主也在空中给它预备了休息的帐幕。

8-11: 赞颂法律, 作者用了不同的名词来指示法律: 约章、规诫、谕令、训诲、判断。所谓“法律”, 不单指梅瑟遗传下来的法律条文, 而是包括一切盟约中的各种教训、劝言、诺言等。这个法律并非死板的教条, 而且具有生动有力的神效。这法律就是天主的圣宠。

8: “完美的”: 正适合世人的需要。“光明的”, 如光指示给人在各种环境中如何做。

10: “纯洁的”: 因为赐与法律的天主是圣洁的。“万世常存”: 因为天主是永生的, 并且天主的法律适合各个时代, 不需要更换。“判断”: 指天主为某些特殊环境所颁发的规章, 它们既是由天主而来, 就不能不是真实的。

12: 法律既如此圣善有益, 作者矢志“谨守不渝”。

13: 虽谨遵不违, 然亦难免有失, 所以承认己罪, 并求天主宽恕。

14: 求天主保佑勿陷于罪过。

15: 向天主表明自己的心愿, 使他的思言行为常蒙受天主的悦纳。

第 19 首 为君王的胜利祈祷

2 愿上主在忧患的时日俯允你!

愿雅格的天主保佑你。

3 愿他由圣所救助你,

由熙雍眷顾你!

4 愿他怀念你的一切祭献,

悦纳你的燔祭。

- 5 愿他使你得偿心愿，
成全你的一切计划。
- 6 我们要因你的胜利而欢呼，
奉我们天主的名竖起旗帜，
愿上主满足你的一切请求！
- 7 现在我知道，
上主从神圣的高天俯听，
以无敌的右手使他的受傅者获胜。
- 8 有人依靠战车，有人依靠战马，
我们却依靠我们的天主，上主。
- 9 他们倒地毙命，
我们却屹立不动。
- 10 上主，求你使君王获胜，
我们呼求的时日，愿你垂听！

引言

本首圣咏是“君王圣咏”。

在以民与阿孟人交战之前，或在交战正酣之际，国王亲至圣殿，奉献祭礼。在祭献进行时，歌咏队高唱此歌。

本诗划分：1，祈求胜利（1-6）。2，在上主的扶助下，一定可获胜利（7-9）。3，总结君王和百姓的祈祷与希望（10）。

诵读此圣咏时，为基督君王，为他的神国祈祷。

释义

7: “受傅者”: 指国王, 此处兼指救主基督。

第 20 首 (2-8, 14) 为君王的胜利谢恩

- 2 上主, 你的能力使君王欢喜,
你赐的胜利使他快乐无比。
- 3 你成全了他心内的愿望,
没有拒绝他口中的祈求。
- 4 因为你已使他诸事顺遂,
以纯金的冠冕加在他的头上。
- 5 他只求你保全性命,
你却赐给他长寿百岁。
- 6 你协助他获得了伟大的光荣,
又加给他无比的威严和荣耀。
- 7 你使他永蒙洪福,
使他在你面前欢欣踊跃。
- 8 君王全心依靠上主,
赖至高者的慈爱永不动摇。
- 14 上主, 起来显示你的能力,
我们要歌颂, 称扬你的德能。

引言

本诗是在大获全胜后, 君王进入圣殿向上主奉献感恩祭

时所咏唱的赞美诗。

本诗是“君王圣咏”之一。

日课中所用的只是第 20 首圣咏的前半部，即 2-8，14 节，所以它的内容只是君王的胜利谢恩。

本诗的寓意指默西亚：天主圣父将全面的胜利，赐给了他的唯一爱子——耶稣基督，使他由死者中复活，光荣地升了天。他的净配圣教会亦然，这有形的教会，正如耶稣在世一样，受尽折磨和打击，吃尽苦头和劳累，尝尽嘲笑和辱骂，甚至牺牲和死亡，然后才有常生的光荣。所以基督奥体（教会）的命运与其肢体（全教会成员）的命运，如出一辙。就是因为如此，保禄屡次强调说：“我们既成了天父的子女，便是他的继承者，只要我们步上基督的后尘，教会就与他同享光荣的永恒的胜利。”（罗八·17）

释义

这一段的大意，是在劝勉人要好好沉思，天主如何恩待了君王，赏赐了他各式各样的恩惠，所以人民应当全心全意来称赞感谢天主。

第 21 首 义人哀求，上主垂允

2 我的天主，我的天主，
为何舍弃我？

我哀号求助，为何不理我？

3 我的天主，我白日呼号，

你不俯听，
我黑夜哀祷，也得不到安宁。

- 4 至于你，你本崇高而神圣，
常享以色列的歌颂。
- 5 我们的祖先曾依赖你，
他们呼求你，你便把他们救起。
- 6 他们呼求你，便得到拯救，
他们信靠你，便没有蒙羞。
- 7 至于我，我是条微虫，已无人形，
人们侮辱我，冷嘲热讽。
- 8 凡看见我的人，都在讥笑我，
都撇着嘴，摇着头说：
- 9 “他既然信赖上主，上主就应解救，
上主既然喜爱他，上主就该救助。”
- 10 是你使我由母腹出生，
叫我在母怀中得享安宁。
- 11 我尚在母胎，你早已是我的天主，
我一出生，就被托付给你。
- 12 现在大难临头，求你不要远离我，
求你快来，因为没有人能扶助我。
- 13 凶狠的敌人把我围困，
有如成群的公牛向我逼近。
- 14 他们都向我张牙舞爪，
好象怒吼掠食的狮子。
- 15 我好象被泼出的水，
我的骨头，支离破碎。

- 16 我的心好象成了蜂蜡，
在我身内全然溶化。
- 17 我的喉咙干得好似瓦片，
舌头紧贴在口腔上面，
你竟使我在死灰中辗转。
- 18 成群的恶犬把我围困，
大批的歹徒向我逼近。
- 19 他们穿透了我的手足，
我的骨骼，历历可数。
- 20 他们注目监视着我，
瓜分了我的衣衫，
为我的长袍抽签。
- 21 上主，求你不要远离我，
我的教主，求你速来援助我。
- 22 求你救我免遭刀割，
使我摆脱恶犬。
- 23 求你由狮子口中救我脱身，
从野牛角下救出这苦命人。
- 24 我要向我的弟兄宣扬你的名，
在盛大的集会中，向你歌颂。
- 25 敬畏上主的人，请赞美上主，
雅格的后裔，请光耀上主。
- 26 以色列的子孙，请敬畏上主，
因为他从不忽视穷人的苦楚。
- 27 对穷人他从未转面不顾，
穷人一呼求上主，他立刻俯听。

- 28 在盛大的集会中，我要向他颂赞，
在敬畏他的人面前，我要向他还愿。
- 29 贫苦的人都能饱餐，
寻求上主的人，赞颂上主说：
“愿他们万寿无疆！”
- 30 普世万民要幡然醒悟，归顺上主，
列国人民必在上主面前屈膝叩首。
- 31 因为，上主拥有王权，
万民由他掌管。
- 32 凡瞑目于黄泉下的人，
都要朝拜上主，
凡归于灰土的人，也要朝拜上主。
- 33 我的灵魂将为他而生活，
我的后裔也将事奉上主，
向未来的世代，传述上主的奇事，
- 34 向后代的人民，宣扬他的正义：
“这一切都是上主所作所为。”

引言

这是一首直接预言默西亚的圣咏。

在新约中至少有十次引用了本篇的句子，将它贴合在耶稣基督身上，例如 2 节：“我的天主，我的天主……”又引用在玛二十七·46，谷十五·34。8，9 两节描写耶稣在十字架上所受的凌辱，（见玛二十七·31—44，谷十五·29—32，路二十三·32—39）。17 节描述默西亚的口渴（见若十九·24，玛二十七·35，谷十五·24）。

划分：1，作者的哀求（1—22）。2，作者的感恩（23—29）。3，万民的归顺（30—34）。

释义

2—3：作者回顾自己，被人们遗弃了，好象连天主也忘了自己。他痛苦难当，于是向天主倾诉痛苦和悲哀。这在信德方面是一个严格的考验和打击，尤其对正义的善人难以忍受。吾主耶稣在十字架上的心境正是如此。所以他朗诵了本圣咏的头一句：我的天主，我的天主，你为何舍弃我？有些解经学者认为，耶稣在十字架上时曾将这首圣咏从头到尾诵读了一遍。这种说法，很令人接受。

4—6：天主是和以色列订立了盟约的天主。以色列人在患难中恳求天主，就得到了救援。如今作者也是选民中的一分子，处于更困难的境界，难道天主不听他的祈求吗？

7—9：这三节的内容，在加尔瓦略山上，一字一句地完全在耶稣身上应验了。

玛二十七·39—44：“过来过去的人，摇着头凌辱他说：哎！你这拆毁天主的殿，三天又盖起来的，救你自己吧。你若是天主子，就该从十字架上下来。司祭长同经师、长老们，也是这样讥笑他说：救了别人，救不了他自己。他若是以色列王，现今就该从十字架上下来，我们也就信他。他依靠天主，天主若喜欢他，因为他说过，我是天主子。那和他同钉于十字架的强盗，也是一样凌辱他”（又见谷十五·27—32）。

10—11：作者信赖天主，不但因为他是以色列人，有分与上主缔结盟约的人，又因为天主是他的创造者。天主对人

不但有造生之德，还有养育保存之恩。所以作者以天主之受造物的身份，来祈求天主。

13, 14: 描写敌人的残忍。敌人好象公牛 (13), 狮子 (14)。恶犬 (17), 向作者凶猛地进攻。公牛、狮子和恶犬是指那些要求比拉多定耶稣死罪的法利塞人和司祭们。

16: 这节内的三个比喻 (泼出去的水, 支离破碎的骨头, 溶化的蜂蜡) 是指极度的惊恐和忧伤。耶稣这种忧伤, 在山园祈祷时曾尝到了: “我的心忧苦至极, 至于要死。” (玛二六·38) “他的汗, 如同血珠, 滴在地下” (路二二·44)。

17: 形容口渴: “我渴” (若十九·28)。

18—20: 见路二十三·33: “钉了耶稣在十字架上。” (见玛二十七·35。)

21—27: 作者由于敌人的攻击, 在一筹莫展之下, 导致心神憔悴, 患了重病, 惟有祈求天主前来救护。天主果然允了他的祈求, 使他脱免了敌人的迫害, 病也痊愈。病后在盛大的宴会上感谢天主。

28: 或许在病时许了誓愿要邀请贫苦的人赴宴。

29: “愿他们万寿无疆” 是作者为上面说的穷苦的人和寻求上主的人的祝愿。本节第二句更好改为: “寻求上主的人, 都赞颂上主说:”

30—31: 前面感谢了天主, 这是祝愿万民都归顺上主。作者邀请所有的人归顺上主, 因为唯有他享有王权治理天下万民。

32—34: 重申自己本人和后代子孙要事奉天主。

在诵读这首圣咏时, 就想自己好像亲耳听到受苦难的耶稣亲口说这些话。

第 22 首 善 牧

- 1 上主是我的牧者，
我实在一无所缺。
- 2 他使我憩息在翠绿的草地上，
又领我走近幽静的溪水旁。
- 3 他使我精神振奋，体力恢复，
为了光荣他的名，领我踏上了正途。
- 4 纵然我要走过阴森的幽谷，
我也不怕凶险，因为有你与我同在。
- 5 你的牧杖和牧棒，
使我欣慰舒畅。
- 6 在我敌人面前，你为我摆设筵席，
在我头上傅油，使我的杯爵满溢。
- 7 在我一生的岁月里，
常沐浴在你的恩宠与幸福中，
在我有生之年，我要常住在上主的殿里。

引言

作者以诗情画意的笔调和赤子的依赖之心，说明了天主是他至高无上的恩主。为了倾吐他的心声，运用了两个通俗的名词，即“牧人”和“主人”。他称天主为“牧人”，自己是上主羊群中的一只受宠的小羊。又称天主是“主人”，是一位浓情洋溢，款待客人慷慨大方的主人，自己是上主极欢

迎的客人。他一向在上主内生活，遂体验出与上主密切往来是如何的甘甜喜悦。

划分：1，天主是牧人（1—5）。2，天主是主人，是恩主（6，7）。

本诗的神学意义：自古以来，本首圣咏一直是热心教友们神修和喜乐的源泉。本首圣咏最好的注解是耶稣讲的善牧比喻。（若十·11—15节）。

天主实在如同善牧一样；爱护、养活和照顾他的羊群，且在任何困难和危险中保护他们。到了新约时代，这种爱心乃具体地在我们的善牧耶稣基督身上完全实现了。更以圣洗和圣体圣事救护和养活他的羊群——信众。

释义

1：凡古代治理百姓的君王，大都被称为“牧者”或“牧人”。我国春秋时代的大政治家管仲曾有“牧民篇”的名作。在圣经上作者们乐意用“牧人”来叙述天主对人类，尤其对以色列选民的爱心和照顾。圣祖雅各伯曾经说过：“自我出生直到今日，牧育我的天主……”（创四八·15），继之先知们都惯于称天主为“牧者”或“善牧”（见依四十·11，耶二三·3，则三四·11—16）耶稣也自称善牧（若十），路加称耶稣是“寻找亡羊的善牧”（路一五·4—7）。

2—3：“草地”和“溪水”是羊的主要生活条件，有了草地和溪水，羊的生活可说“一无所缺”了。吃了翠绿的青草，喝了幽静的溪水，自然就精神振奋，体力恢复了。

4：“阴森的幽谷”：包括各种困难：风吹、雨淋、日晒、夜露、忍饥受渴；冬季披寒霜，履冰雪。每当信友遭受敌人

(魔鬼) 攻击或临终时，总是蒙受耶稣的保护。“你与我同在”：牧人不离羊群，除了朝夕相处，生死与共外，他也是羊群的精明向导和旅途上的忠实伙伴。因为牧人伴随羊群，羊群就有安全感，无忧无虑，不怕凶险。

5: “牧杖”，“牧棒”：长棍和短棍，如我国牧人的长短鞭，表示天主的法律。

6: “在敌人面前，为我摆设筵席”。这位慈祥的主人用无限的仁慈来款待他的客人，摆设筵席。敌人窥见主人如此盛情款待客人，岂敢轻举妄动，拨弄是非？

历代先知们早已用“筵席”来比喻过默西亚时代的福乐，也就是默西亚给人类带来的恩宠。(依二五·6)：“万军的上主在这座山上摆设肥甘的盛宴，美酒的盛宴；肥甘是精选的，美酒是醇清的。”“傅油”、“杯爵”：指天主的慈爱与赐给的欢乐。

筵席也指圣体。

7: “住在上主的殿里”常同天主在一起，享受着天主的“恩宠与幸福”。

诵读时，感念天主的恩爱，发爱慕依恃之情。

第 23 首 上主临于圣殿

- 1 大地和地上的万物属于上主，
世界和世上的居民归於上主。
- 2 因为是他将大地奠立在海洋上，
是他把大地安置在江河间。

- 3 谁能攀登上主的圣山？
谁能待立在他的圣殿？
- 4 是那手洁心净，不慕虚幻的人，
是那不发虚誓，不怀诡计的人。
- 5 这样的人必蒙上主降福，
必由拯救他的天主获得报酬。
- 6 这就是那寻求上主的世代，
那求见雅格天主圣容的子孙。
- 7 城门，请高举你们的门楣，
古老的门户，请高抬门扉，
因为光荣的君王要进入城内。
- 8 谁是这位光荣的君王？
是那强力作战的天主，
是那英勇大能的上主。
- 9 城门，请高举你们的门楣，
古老的门户，请高抬门扉，
因为光荣的君王要进入城内。
- 10 谁是这位光荣的君王？
万军的上主就是这位光荣的君王。

引言

这是一首礼仪圣咏，这是达味搬运约柜时所作的游行歌曲。

神学意义：圣教会的教父和圣师们，将这首圣咏贴在光荣升天的耶稣和圣母身上。并教训信友在世上如何虔诚事奉上主。

本圣咏可分为三段：1，赞颂造物主（1—2）。2，进圣殿歌（3—6）。3，上主在圣殿中的尊严（7—10）。

释义

2：关于大地的描述，作者完全依照闪族人民的宇宙观念：大地奠基在海洋之上，在地层上有江河。

3：“圣山”，“圣殿”：指的是同一件事。

4：为能登上天主的圣山及安居在那里，并不需要任何有形的仪式，主要的是全心全意归向天主。只有礼仪形式，没有内在的热忱，非但徒劳无功，反而有过。作者用几句简单的话概括了天主对人的要求。即第4节指的四件事。

“手洁心净”：即身心都要合乎上主法律的要求。

“不慕虚幻”：即不崇拜偶像，因为偶像是虚幻的，不存在的。

以上两点是人对天主的义务。

“不发虚誓，不怀诡计”：即不欺骗谋害人，这两句是处世待人应有的态度。5：如果一个人具备了上述条件，他不但可以进入主的圣殿，居住在那里，且可获得上主的降福和报酬。

6：“这”指“朝圣团”并兼指任何寻求并遵行天主圣意的人。“寻求上主”等于“求见雅格伯的天主的圣容”，“世代”等于“子孙”。

7—10：这段圣咏的历史背景，应是达味战胜耶步斯人，夺取了他们的城堡之后，将上主的约柜迁往西雍山上时的作品，以供游行队伍歌唱。当护送约柜的人群抵达熙雍大门前时，城中的居民问道：这要进门的是谁？游行的人答道：他

是光荣大能的上主，战无不胜的天主，光荣的君王，万军之军的上主。

护送和欢迎约柜一事，在以民的历史上，是一件重大而具有意义的宗教活动。以民为了永志不忘，乃规定了一个特别节日，每年举行庆祝会，这就是每年的帐棚节。在这个节日也同时庆祝“雅威登极”纪念。这一天以民自然会怀念到上主的无上光荣。

天主最伟大的显现乃是默西亚的来临。默西亚在世上显示光荣的巅峰，是他的复活与升天。这就是圣教会每年在耶稣升天节日咏唱这篇圣咏的原因。

“门扉”：门扇。

本诗中的“圣山”、“圣殿”指天堂，读本首圣咏时，心目中可想望着天堂。

第 24 首 求救恩和宽恕

- 1 上主，我一心仰望你，
- 2 我的天主，我依靠你，便不会蒙羞。
不要让我的仇人向我夸耀，
- 3 凡期望你的人决不致失望，
唯有妄想而背信的人才会受辱。
- 4 上主，请指示我你的道路，
教给我你的途径。
- 5 求你教训我，以真理指导我，
我终日仰望你，因为你是我的救主。

- 6 上主，求你念及你的仁爱，
你一向就以慈悲为怀。
- 7 上主，求你忘掉我青春的罪愆与过犯，
你慈爱宽厚，请垂念我。
- 8 因为上主温良而公正，
指示罪人应走的道路；
- 9 引导谦卑的人履行正义，
教训善良的人遵循坦途。
- 10 上主对遵守他盟约和诫命的人，
表现他的慈爱和真诚。
- 11 上主，为了光荣你的圣名，
求你宽恕我的重罪。
- 12 凡是敬畏上主的人，
上主必指示他应走的道路；
- 13 他的生活必定幸福，
他的后裔必将继承土地。
- 14 天主亲切对待敬畏他的民众，
使他们了解他的盟约。
- 15 我仰望上主，目不转睛，
因为他使我脱离了陷阱。
- 16 我孤苦伶仃，
求你回顾我，怜悯我。
- 17 求你减轻我心中的痛苦，
消除我的一切烦恼。
- 18 垂视我的困苦艰难，
赦免我的一切罪愆。

- 19 请看我的仇敌何其众多，
他们都凶狠地痛恨着我。
- 20 求你保护我，拯救我，
别让我蒙羞，因为你是我的避难所。
- 21 我清白正直，求你保护，
我全心依靠你。
- 22 天主，求你拯救以色列，
救他脱离一切灾祸。

引言

著作历史背景：作者坦白承认自己从前犯过罪（7），但因为他知道天主是无限仁慈的，所以仍然依靠天主（6）。作者正遭受苦难和迫害，受尽敌人的欺凌，加上孑然一身，寡居独处，无依无靠（16—19）。除了投奔天主以外，他已走投无路了，天主是他惟一的希望，因此他仰望上主，向上主哀求，使他更清楚地认识天主的法律，不离上主的正道，以能保全生命，而不致于蒙羞受辱。

神学意义：这首圣咏除了表达作者的意思外，圣奥斯定强调：基督以教会净配的身份，藉这首圣咏向天主圣父哀求。圣师们也注意这首圣咏，除了基督外，也是战斗教会的圣歌和祷词。圣教会特在将临期和封斋期间，藉这首圣咏来祈祷。将临期是教会欢迎来临的救主：“上主，我一心仰望你”（1），在封斋期则状似战斗教会的生活情况，他有许多子女得罪了天主，可是他仍然希望着向圣父祈求（11，18），并立志把自己交付于天父，时常顺从他，仰望依靠他。（15—19）。

本圣咏也是每个信友的祈祷，更是每个信友的指南。圣奥斯定总结本圣咏的训诲说：“天主藉着教会给人指出他的道路，亦即生命的道路……人应该走这条道路，以到达上主天主那里。”（12，13）

划分：1，作者表白对于主的依恃之心（1—3）。2，作者的祈祷（4—7）。3，作者信赖天主的依据（8—15）。4，求主宽恕（16—21）。5，礼仪结论（22）。

释义

1—3：受尽迫害的作者，坚信天主是大能的，信实的，凡依赖他的人，天主必保佑，而不致受辱，因此坚心依靠天主。

4—5：今后要改过迁善，遵守主的法律，走主的道路，为此祈求天主以神光指示给他这条道路。

6，7，11：作者回忆自己受敌人的迫害，是因为过去为非作歹，放荡不羁，如今遭难是自己犯罪的报应，因此求主宽恕。

8，9，10，12—15：继续上面 4—5 节，说明天主道路的益处。

13：“继承土地”：土地近指乐土，远指天堂，是天主给他的仆人留下的产业，在山中圣训中耶稣也引证了旧约的这种思想（玛五·5）“良善的人……”。

第 25 首 无辜者的依恃和祈祷

- 1 上主，请你主持公道，因为我清白无辜，
我依赖上主，绝不动摇。
- 2 上主，你尽管考验我，
煎熬我的五内和心灵。
- 3 因为你的慈爱常在我的眼前，
我常照你的真理行走。
- 4 我没有跟虚伪的人同流，
也没有与欺诈的人合污；
- 5 我恼恨与小人为伍，
也绝不和恶人同席。
- 6 上主，我今洗手表示无辜，
绕行你的祭坛虔心崇拜。
- 7 我要向你高声称谢赞颂，
传述你的一切奇妙化工。
- 8 上主，我喜爱你所居住的殿宇，
和你荣耀所驻蹕的所在。
- 9 求你不要把我与罪人一同消灭，
也不要把我与凶手一并除掉。
- 10 他们恶贯满盈，
右手充满賄賂。
- 11 我却清白无辜，
求你救助我，怜悯我。

- 12 我的脚已踏上坦途，
我要在集会中赞颂上主。

引言

作者受了不白之冤，被诬告者迫害，所以只有逃到圣殿中去避难。在圣殿获得了保护，于是他开始倾诉自己的无辜。

有些人对作者强调自己的无罪颇表不满。但这也不必如此，因为约伯、梅瑟、耶肋米亚先知等都曾经这样做过。不要忘记，作者是旧约时代的人，旧约时代的思想是：善人必须在今世获得天主赏报，恶人同样得到惩罚，古以民认为人死了，便一了百了。关于永生和来世报应，他们尚没有接受到天主的启示，所以作者辩证无罪的事，在那时说来并不过份。

划分：1，作者哀求，表白无罪（1—8）。2，求主垂怜（9—11）。3，结论（12）。

释义

1—2：遭难的作者求主出来主持正义，他扪心自问，没有犯什么过错，所以大胆地求天主保护他。“绝不动摇”：信赖心不动摇，因为天主是公道的，正义的，不让义人丧亡或遭殃。“考验我”：用困难试探我，看我是否有恒心，有真信赖的心。

4—5：陈述自己如何遵守了天主的诫命，以及如何避免了一切犯罪的机会，又做了一些中悦天主的事。

6, 7：“洗手”是象征性的礼节，表示清白。“绕行你的

祭坛虔心崇拜”：因为自觉在天主前清白无罪，才敢在祭坛周围行礼敬拜天主，这是古代的一种宗教礼仪，在绕行祭坛时，司祭、肋未人和信众同时歌唱赞扬天主的一切奇妙化工。

8：作者陈述其理想，他一生最喜爱的是圣殿，因为那里是天主的居所，又可以见到天主的光荣。撒罗满把约柜迎入圣殿时，“当司祭从圣所出来时，云彩充满了上主的殿，以致为了云彩，司祭们不能继续尽职，因为上主的荣耀充满了上主的殿”。（列上八·10，11，出四十·34，35）。所以他殷切希望能住在圣殿里。

9：“罪人”、“凶手”可能指迫害他和 10 节提的人。

12：作者已进圣殿，安全无殃，立志要在有生之年忠于上主。

第 26 首 危险中的依赖

- 1 上主是我的光明，我的救援，
我还畏惧何人？
上主是我生命的保障，我尚害怕何人？
- 2 恶人前来攻击我，要吃我的肉，
我的对头，我的仇敌，反而跌倒在地。
- 3 虽有大军向我进攻，我的心也不战栗，
纵然战争向我逼近，我仍然满怀信心。
- 4 我只向上主请求一事，
愿我一生一世住在上主的殿里。

- 凝视上主的美善，
参拜上主的圣殿。
- 5 因为在我困苦的时日，
他把我藏在他的帐幕中，
把我藏在他帐幕的深处，
把我高置在磐石上。
- 6 我现在可以昂然抬头，
鄙视我周围的仇人。
我要在他帐幕中献上欢乐之祭，
我要向上主歌唱，吟咏赞美诗词。
- 7 上主，求你俯听我的呼声，
求你怜悯我，俯允我。
- 8 我一想到你，心里就说：
你们要寻求上主的慈颜！
上主，我切望仰瞻你的慈颜。
- 9 求你不要转面不顾，
你发怒时，不要赶走你的仆人。
你一向是我的救援，
我的救主，不要把我遗忘。
- 10 我的父母舍弃了我，
上主却收留了我。
- 11 上主，求你把你的道路指示给我，
请你引领我踏上坦途，免遭敌手。
- 12 求你不要把我交给仇人，
满足他们的心愿，
因为假证人起来攻击我，口喷怒焰。

- 13 我深信在这人世间，
必能见到上主的美善。
- 14 你要鼓起勇气，期待上主，
你要振作精神，等候上主。

引言

本首圣咏包含了三个不同的内容，是以很自然地分为三段：1，远离圣殿者的渴望（1—6）。2，在圣殿内祈求扶助（7—10）。3，信赖上主（11—14）。

神学意义：本首圣咏据上古教父和圣师的解释，是指默西亚的。当时敌人对耶稣群起毁谤和尽力攻击（玛二六·59，60；谷一四·55，56），耶稣祈求圣父，不要让他陷于敌人心中（玛二六·39，若一八·21），默西亚的信徒要欢乐，正如依撒意亚所预言的：“你们要看见我的仆人有得吃，看见我的仆人有得穿，你们要看见我的仆人喜乐……因心中快乐而欢庆”（依六五·13，14）。这预言藉着圣洗圣事，而应验在受洗人的身上。这些人实在可说：“上主是我的光明，我的救援……”因为藉着圣洗，人就成为“圣徒的同胞，是天主的家人，已被建筑在宗徒和先知的基础上……”（弗二·19）。

释义

1—6：本段大意是：面临着仇敌的诬陷和恐吓，作者唯一的依靠就是天主，唯一的安慰是居住在上主的圣殿之中，不时瞻仰上主的慈颜。

5：“帐幕”：指圣殿建立之前，结约之柜的所在地，帐幕也象征天主的保护。

“磐石”象征熙雍山。

“昂然抬头”：形容胜利凯旋的气概。

7—10：作者身处困境，唯有祈祷恳求天主前来收留照顾他。在这千钧一发之际，天主好似掩面不顾，那么，可怜的作者将又投奔谁呢？不过作者有坚强的毅力和信心，如此困境，绝非常有的，持续的。天主岂长期掩面拒绝寻求他面容的仆人吗？决不能。作者自言自语道：昔日天主对待自己有如慈父，如今岂能忘掉自己的孩子吗？这条既美妙又富人伦化的道理与依撒意亚说的“妇女岂能忘掉自己的乳婴吗？身为人母的岂能忘掉亲生的儿女吗？纵然他们忘掉了，我也不能忘掉。”（依四九·15）先后呼应。

13：“见到上主的美善”：这里所指的，只是现世所谓多子多孙，荣华富贵，延年益寿等……。但也在暗示永远的，在天主面前——天堂上所享的福乐。

诵读时偕同受人迫害的基督一起祈祷，或偕同教会中受迫害的弟兄姊妹向主祈祷。

第 27 首 恳祷与谢恩

- 1 上主，我的磐石，我向你呼吁，
求你不要充耳不闻。
如果你对我缄口不语，
我便象陷入阴府的人。
- 2 我向你的圣所举手呼救，
求你俯听我的哀求。

- 3 求你不要把我与恶徒一同消灭，
他们阴险恶毒，口蜜腹剑。
- 6 愿上主受赞颂，
因为他俯听了我的祷声。
- 7 上主是我的力量，我的护佑，
我一心依靠他，就获得了扶助，
因此我满心喜乐，歌舞赞颂。
- 8 上主是他子民的力量，
是他受傅者的保障。
- 9 求你拯救你的子民，福佑你的嗣业，
牧养他们，提携他们，直到永恒。

引言

这一首与前一首一样属个人的祈求圣咏，其内容是一个病重垂危的人，哀求天主治愈自己的病。获得所求之后，或脱免了仇人谋害之后，向天主表示知恩之心。

划分：1，呼求天主（1—3）。2，感谢天主（6—7）。3，祈祷（8—9）。

释义

1：“磐石”：磐石的本质是稳固的，不怕狂风暴雨的袭击，是人的天然避难所。又因上主的圣殿建筑在熙雍山的磐石上，乃联想天主就是牢不可破的磐石。“阴府”：字面之意解说“深渊”，指人死后幽灵永居之所。作者祈求天主留心照顾他，否则就要死亡而进入阴府里去了。

2：“圣所”：指至圣所，在那里有约柜。“举手”：希伯

来人祈祷时，除高举双手向天主以外，也举手向圣殿所在地祈祷。

·日课用的圣咏，删去了原文的 4, 5 两节。

8: “受傅者”: 指君王。在礼仪的结尾，往往为君王祈祷。

9: 为人民祈祷。

“嗣业”: 以色列民称为天主的嗣业，家业 (申九·29)，嗣业表示天主特选，特别钟爱的人民。

第 28 首 颂扬上主的声音——雷鸣

- 1 天主的子女，请赞美上主，
将荣耀和权能归於上主。
- 2 请将上主之名的荣耀，归於上主，
穿上圣洁的华服朝拜上主。
- 3 上主的声音响彻水面，
天主以雷霆显示尊严，
上主临於澎湃的水面。
- 4 上主的声音具有德能，
上主的声音具有威严。
- 5 上主的声音折断了香柏，
上主劈断了黎巴嫩的香柏。
- 6 他使黎巴嫩像牛膝一样跳跃，
使息尔翁像野牛膝一样舞蹈。
- 7 上主的声音喷射出火舌，

- 8 上主的声音震撼了原野，
上主震动了卡德士荒漠。
- 9 上主的声音震撼了橡树，剥落了森林，
凡在他殿中的，都齐声高呼“光荣”！
- 10 上主高居於洪水之上，
上主将永远安坐为王。
- 11 上主将勇力赏给他的百姓，
上主以平安赐与他的民众。

引言

本诗是赞美雅威的诗歌。

划分：1，天主受光荣（1—2）。2，天主显现于暴风雨中（3—9）。3，上主得光荣，百姓得平安（10—11）。

神学思想：凡宇宙受造之物，即使最微不足道的东西，都在显示上主的智慧和全能，更何况是暴风雨呢？大自然就是天主的显像和天主的声音。

释义

1：“天主的子女”：天主的天使。

2：“穿上圣洁的华服……”犹如人间达官显贵当朝见国王时，必穿着华贵的朝服，同样，天神们也当如此，以显示天主无上的威仪。

3：“雷霆”：代表天主的声音。自第3节至第9节，7次提到了“上主的声音”，因此有人称本圣咏为“七个雷声的圣咏”。“上主的声音”，即指雷鸣。3，4节说上主的声音对大水发出。5，6节描写上主的声音在树林和山岳上发生效

果。(5)“黎巴嫩的香柏”，是木材中最宝贵的。黎巴嫩和息尔翁都是圣地北方最高的山。“息尔翁”也叫“赫尔蒙”。

7—9 节说上主的声音在平原和沙漠产生的效果。“卡德士”在迦南的南部。“殿中”：似乎指天上的圣殿。

第 29 首 死里逃生，感谢主恩

- 2 上主，我称扬你，因为你救拔了我，
没有让我的仇敌向我夸耀。
- 3 上主，我的天主，我一向你呼救，
你就医好了我。
- 4 上主，你从阴府里将我救出，
使我复生，不致堕入幽谷。
- 5 上主的圣民，请向上主歌咏，
称颂他的圣名。
- 6 因为他的震怒转眼消逝，
他的恩惠却终生存留。
夜间纵有哭泣泪，
清晨却闻欢呼声。
- 7 顺遂时我曾说过：
“我永远不会动摇。”
- 8 上主，赖你的恩佑，我能稳立于山岗，
但你一转面不顾，我便立刻感到惊惶。
- 9 上主，我曾向你高呼，
向我的天主苦诉：

- 10 “我若坠死深谷，我的血又有何用？
灰骨岂能赞颂你，或宣扬你的真诚？”
- 11 上主，请你俯听我，怜悯我；
上主，求你助佑我。”
- 12 你把我的悲哀化为舞蹈，
脱掉我的苦衣，给我披上欢笑。
- 13 因此，我的心灵歌颂你，永不止息；
上主，我的天主，我要永远称谢你！

引言

本诗是个人的感恩诗歌。作者一向生活平静安祥，突然患了重病，而且病入膏肓，在此情形下，万分焦急，于是全心投奔上主，求主治愈他的重病，果然上主俯听了他，使他豁然痊愈。因此，他向上主表达衷心的感谢。同时也邀请了亲属邻居和其他信友一起赞美感谢上主。

本圣咏划分如下：1，病愈后的感恩颂（1—4）。2，请众同来赞颂主（5—8）。3，患病时才想起了天主，以求救援（9—13）。

在教会中的用途：自古以来，不少教父将这篇圣咏贴合到耶稣身上。多以此圣咏来宣扬耶稣的复活和升天。圣瞻礼六晚上，门徒们都难过痛哭，但一到复活节清晨，却满怀兴奋，兴高采烈，顿时化阴雨为晴天了（6）。

释义

5—8：这一段堪称为本诗篇的枢纽。

“圣民”：指虔敬天主的人。

6 节是比喻，假如一个人在夜间忧心如焚，痛苦难当，更加长夜漫漫，实在不好受。但黑夜过去，又是美丽的清晨，使人忘却黑夜痛苦，重新有了光明和希望。

7—8：在生病前，自以为泰然无忧，却在顷刻之间，天主遮掩了自己的脸面，作者立即陷入惶惑不安，好似全被消灭了似的。

9—10：追忆病时的祈祷。“血”：指“性命”而言。

12：“悲哀”，“苦衣”指病时的痛苦。“舞蹈”，“欢笑”指痊愈后的欢乐。

13：因病愈而谢主。

读这首圣咏时，可借同耶稣追念他的苦难和复活升天，即他的痛苦和欢乐。也可以借同教会中脱离痛苦艰难而得到平安欢乐的教友们一起祈祷。

第 30 首 依靠天主

- 2 上主，我投靠了你，永远不会受辱；
你是公义的，求你拯救我。
- 3 求你侧耳听我，
速来拯救我。
上主，求你作我避难的磐石，
我安全的居室。
- 4 因为你是我的力量，我的避难所；
为了你的名，求你领导我，指教我；
- 5 求你拯救我脱离给我暗设的陷阱，

因为你是我的保护者。

- 6 我把灵魂交在你手里；
上主，信实的天主，你拯救了我。
- 7 崇拜偶像的人，你深为厌恶，
我却全心依赖上主。
- 8 我将因你的慈爱而欢畅，
因为你俯视了我的惨状，
知道了我心灵所受的创伤；
- 9 你没有把我交于仇敌手里，
反使我的脚站在安全之地。
- 10 上主，求你怜悯我，因为我困苦万状，
眼睛红肿，身心颓丧。
- 11 忧苦耗尽了我的生命，
悲伤缩短了我的岁月；
我因犯罪精力衰退，
骨瘦如柴，面容憔悴。
- 12 我的仇敌都辱骂我，
我的四邻都耻笑我。
我的知心好友都害怕我，
路上遇见我，都回避我。
- 13 我如同死人一般被人忘记，
好似废物一样遭人抛弃。
- 14 我听见许多人窃窃私议，
四周弥漫了恐惧。
他们商议联手攻击我，
图谋夺取我的性命。

- 15 上主，我依然投靠你，
我说：“惟独你是我的天主。”
- 16 是你掌握着我的命运，
救我摆脱我的敌人。
- 17 求你仁厚对待你的仆人，
大发慈悲把我救出。
- 20 上主，为敬畏你的人，
你保留的恩泽是何等丰盛。
你在众人面前为投靠你的人，
施予的慈爱何其宽宏！
- 21 你使他们投奔到你的面前，
免遭别人的暗算。
你使他们藏身于你的营帐，
免受谗言的中伤。
- 22 愿上主受赞美，
因为他在坚固的城内，
奇妙地向我显示他的慈悲。
- 23 我惊惶时虽然说过：
“你已抛弃了我，不愿再见我。”
但我一向你求助，
你就俯听了我的哀诉。
- 24 众位圣徒！你们要爱慕上主，
因为他保佑忠信的臣仆。
对那蛮横的歹徒，
他却要严厉地报复。
- 25 凡信赖上主的人，

你们要鼓起勇气，振作精神。

引言

关于本诗的历史背景，按传统的说法，大概是在撒乌耳迫害达味时所写成的（撒上 23 章），或者是在阿贝沙隆叛变的时候（撒下 15—18 章）。

由于被钉在十字架上的耶稣曾用了本圣咏第 6 节（路二 三·46），解经学家惯常将它贴合在受苦难而死在十字架的耶稣身上。

这是一首在困难中依靠天主的诗歌。

释义

6：“信实的天主”：以民是天主的选民，天主预许了要时时处处保护他们。天主是信实的，言出必行。作者以“信实”、“忠实”的名义，好像提醒天主保佑以民。不仅以民，任何依赖天主，投靠天主的人，天主都曾许过要予以保护。

“你拯救了我”：文法的形式是“过去时”，有时指点一件事，虽然还没有发生，但相信它必会发生，好像一件已经发生的事一样，因为一件已经发生的事，就再不能不发生了，所以为表示一件定而不疑地要发生的事，就用“过去时”。为此思高圣经将这句释为：“你必拯救我”，以表达坚定不疑的信心。

7：作者虽然危在旦夕，但仍拒绝叩拜邪神偶像，唯有依靠天主。

8：作者虽然不知道上主何时施救，但因过去多次体验了天主的慈爱，判定这次天主也必垂怜救援，上主已看见了

他悲惨的处境，必不会忍心长期不顾。

9：由于作者信心坚强，相信天主必援救，述说将来的事，好像过去的事一样。

10—14：诉苦，尤其述说仇人如何迫害他（12—14）。

15—17：作者虽身陷重围，险象环生，但仍全心依靠天主，求主救援。

20—25：作者以愉快的心情感谢天主，因为天主是忠信不欺，既许必践的。保护了日夜依靠和哀求他的人。最后（24—25）作者策励自己的同胞尽力爱慕天主。

第 31 首 罪恶蒙赦免的人，是有福的

- 1 罪恶蒙赦免，过犯被遮掩的人，真是有福。
- 2 上主不责怪，心中无欺诈的人，真是有福。
- 3 我缄默无语，不肯认罪，
我终日伤叹，骸骨疲惫。
- 4 因为你的手臂日夜重压着我，
我的精力好像在盛暑中消耗。
- 5 我向你承认我的罪过。
丝毫不隐瞒我的邪恶。
我说：“我要向上主承认我的过犯。
你就赦免了我的罪愆。
- 6 因此，虔诚的人在困厄中，都要向你哀乞，
纵使洪水泛滥，他也不会受到波及。
- 7 你是我的避难所，必将救我脱离灾祸，

在我四周洋溢着获救的喜乐。

8 “我要教导你应走的正道，
双目注视你，向你提出劝告。”

9 不要象无知的驢马，
除非勒紧缰绳便不驯服。

10 恶人必要受许多痛苦，
仰望上主的人，常有慈爱呵护。

11 义人，你们要在主内欢欣鼓舞，
心地正直的人，你们都要欢呼。

引言

作者因犯罪而获得赦免，向天主表示知恩之心。作者深感罪恶如重担，不堪负荷，所以祈求天主宽恕，一旦天主宽恕了他，便觉得浑身轻松，心神愉快，所以向上主吟唱感恩诗歌，同时对罪人做到了言教和身教。

本圣咏的划分如下：1，蒙罪之赦的人是有福的（1—2）。2，陈述罪恶的凶恶（3—7）。3，作者的警告（8，9）。4，作者劝导世人（10，11）。

本诗是七首忏悔圣咏之一，教会劝告自己的子女要热心诵念这首圣咏，预备妥办告解圣事，以获得心灵上的平安和幸福。

释义

1, 2: “宽赦”，“遮掩”，“不归咎”的意思相同。

3, 4: 描述自己忽视天主而犯罪的时候，遭受灾难。

5: 自认己罪，便得到天主的宽赦。

6: 作者本着切身的经验, 向虔敬天主的人显身说法, 以警世人。所以凡处在困难中的人, 当以他为借鉴, 虔诚地向天主哀祷。“洪水泛滥”一词是遭受灭顶死亡的象征。

7: “我”泛指一切对天主热心的人。本节的意思是天主不但拯救虔敬他的人, 而且还要将他安置在自己的左右, 使他过着幸福快乐的生活。

8, 9: 作者以自己亲身的经验, 以博学教师的语气, 劝勉人们归向上主。不要像无灵之物, 过那随心所欲的生活, 应当按理智遵守上主的法律。(引证见箴二六·3)。

10: “呵护”: 爱护。在旧约中, 人普遍地认为现世的痛苦是罪恶的惩罚。

第 32 首 赞颂照顾人的上主

- 1 义人, 请向天主踊跃欢呼,
正直的人理当赞美上主。
- 2 请你们弹琴称谢上主,
弹奏十弦琴歌颂上主。
- 3 请你们向上主高唱新歌,
在欢呼声中弹琴奏乐。
- 4 因为上主的话句句真实,
他的一切作为完全可靠。
- 5 他爱护正义和公理,
他的慈爱弥漫大地。
- 6 因上主的一句话, 诸天造成,

因上主的一口气，万象发生。

- 7 他聚集海水，好像装入皮囊，
他安置深渊，好像放入库房。
- 8 愿整个大地敬畏上主；
愿普世居民表示恐惧。
- 9 因他一发言，万有形成，
他一出命，万物化生。
- 10 上主使异邦的计划破坏，
使万民的策略失败。
- 11 上主的计划却永恒不变，
他心中的谋略万代长存。
- 12 尊上主为天主的民族真是有福！
上主选为产业的国民真是有福！
- 13 上主由天眷顾，
观看所有居民。
- 14 他由自己的居处，
垂视居于大地的人民。
- 15 他塑造了他们的心灵，
洞悉他们的一切言行。
- 16 君王并不能因大军而战胜，
巨人也不能因力大而救命。
- 17 靠马得胜，乃是枉然，
体力虽大，难得保全。
- 18 因为上主的眼睛垂视那敬畏他的人，
眷顾那些投靠他慈爱的人。
- 19 他为救他们免于死亡，

在饥荒中养活他们。

- 20 我们的灵魂仰望上主，
他是我们的救助和保障。
- 21 因为我们的灵魂将因他而欢腾，
我们寄望于他的圣名。
- 22 上主，求你向我们广施慈爱，
满足我们对你的期待。

引言

这是一首赞美诗。

本圣咏的划分：1，引言（1—5）。2，天主的言语创造一切（6—9）。3，天主照顾人类（10—12）。4，天主安排了人的历史（13—19）。5，结论（20—22）。

释义

3：“新歌”指特别的歌。

6：作者在这时描述天主的言语创造的能力。在本圣咏中“天主的话”，不是位格化的，而是从天主口中发出强而有力的声音——他的命令。

10：说人的策略；11节说天主的策略。世人的策略隶属于天主的策略之下，换言之，大自然的一切与人类千变万化的历史，无不在天主的支配之下。

15：天主是全知的，他不但细察人的外行，他还洞悉人心。

16，17：人力微小，不足为恃。

18，19：只有天主才能保护敬畏和依靠他的人。

20-22: 依赖天主。

第 33 首 上主是义人的救援

- 2 我要时时赞美上主，
我的口舌不断赞颂上主。
- 3 我的心灵因上主而自豪，
谦卑的人听了也必欢跃。
- 4 请你们同我一起赞扬上主，
让我们齐声颂扬他的名号。
- 5 我寻求了上主，他就应允了我，
他救我脱离了一切恐惧。
- 6 你们仰望他，就会喜形于色，
绝不致满面羞惭。
- 7 一 贫困的人一呼求，上主立刻俯允，
拯救他脱离一切艰辛。
- 8 在那敬畏上主的人四周，
有上主的天使扎营护守。
- 9 请你们体验并观看，
上主是何等的美善，
投奔他的人真是有福！
- 10 上主的圣民，你们要敬畏他
凡敬畏他的人不虞匮乏。
- 11 富翁变成赤贫，忍饥受饿，
寻求上主的人安享福乐，一无所缺。

- 12 青年们，请你们前来聆听，
我要教导你们敬畏上主。
- 13 你们谁愿生活顺遂，
愿延年益寿？
- 14 就该谨守口舌，不出恶言，
克制唇舌，不说谎话；
- 15 躲避罪恶，勉力行善，
追求和平，维护和平。
- 16 上主的双目垂顾义人，
他的两耳倾听他们的呼声。
- 17 上主却敌视恶人，
把他们的记念从人间抹去。
- 18 义人一呼号，上主立刻俯允，
拯救他们脱离一切艰辛。
- 19 上主亲近破碎的心灵，
医治人精神的苦痛。
- 20 义人虽然多灾多难，
上主却护佑他安然无恙。
- 21 保全他的全身骨骼，
连一根也不致折断。
- 22 罪孽必置恶人于死地，
那憎恨义人的，必受惩罚。
- 23 上主必救赎他的仆人，
凡投靠他的，决不会受处分。

引言

这是一首感恩诗，但含有不少训诲成分。

圣伯多禄在他的伯前三·10—12 曾经引述了本圣咏的 13 至 17 节。

神学意义：圣奥斯定说，本圣咏的话就是吾主耶稣邀请一切世人同去赞美天主的话。耶稣曾亲自用本圣咏的话来教导人们如何去爱慕和敬畏在天之父。耶稣是智慧的泉源，他的经验就是他的苦难、圣死与复活，他以身作则实行了他要教绘的天国的道理。他时时依靠他的天父，他的希望没有落空。他的一生充满了痛苦和灾难，可是天父随时随地安慰和坚强了他。耶稣在苦难中，恶人任意蹂躏他，辱骂他，鞭打他，终于把他钉死在十字架上。天主唯一未许可的是：恶人没有打断他的骨头（本圣咏 21 节和若十九·36）。

自古以来圣教会便把 9 节“请你们体验并观看，上主是何等的美善”这一句贴合在圣体圣事上。许多圣师和神学家也用 9 节来解释天主的和蔼慈善，尤其藉着圣体圣事，使人尝到天主的甘饴。

划分：1，谢主保佑之恩（1—11）。2，邀请人们步上圣德之途（12—23）。

释义

2—4：为全篇圣咏的序言，作者邀请以民同他一起赞颂和祈求天主。

“谦卑的人”指那些在天主前谦逊听命的人。谦逊地顺从天主的旨意。此外毫无希求，只求中悦天主。也就是圣母

在谢主曲里所说的“卑微”的人：“垂顾了他卑微的使女”，和“提拔了弱小卑微。”

5—11：祈祷词。“我寻求了上主”：他上过了上主的圣殿，祈求上主的帮助或指示，在圣殿里获得了天主的应允。

6—7：作者本着切身的经验，就邀请一切受苦难的人们，偕同他寻求上主的助佑，相信天主一定会救助他们，如同救助了作者一样。

8：天主不会忘记自己的仆人，他要打发天使保护他们，正如昔日天主派遣天使保护了被兄长厄撒乌迫害的雅各伯（创三二·2）和引导了旷野中的以民一样（出十四·19）。“扎营护守”：天主好象一位将军指挥所属军队（天使），保护和照顾一切信徒。

9：“体验”：按拉丁释文是“品尝”，品尝筵席上的佳肴。作者用筵席比喻天主的甘饴。“美善”：拉丁释文是“甘饴”，意味更好。

10—11：热心恭敬天主的人得享福乐，不敬畏天主的富贵人却遭受贫苦。这是古教人的观念。

12—15：敬畏上主的人应该做什么。

16—23：天主如何对待善人和恶人。

在新约时代，应该有更高深的观点来理解祸福的真意，身后永远祸福，才是真祸福。

第 34 首 受迫害者的哀祷

(1—3, 9—19, 22, 23, 27, 28)

- 1 上主，求你判断那判断我的人，
求你攻击那攻击我的人。
- 2 求你拿起长矛护盾，
前来为我助阵。
- 3 愿你向我说：
“我是你的救星！”
- 9 我的心灵将因上主而喜悦，
因他的救助而满心欢乐。
- 10 我的骨头都要说：
“上主，谁能与你相比？
你从强暴者手中救出弱小，
从剥削者权下解救穷困。
- 11 蛮横的人，妄作见证，
指责我未犯的罪行。
- 12 他们对我恩将仇报，
使我的心孤苦无告。
- 13 他们患病时，我身穿苦衣，
为他们虔心祈祷，守斋克己；
- 14 我待他们有如亲友手足，
悲痛欲绝，有如哀悼慈母。
- 15 我一朝遇难，他们都幸灾乐祸，

- 讥笑、欺凌我，不断地攻击我，
- 16 他们对我无礼，戏弄我，
向我咬牙切齿，憎恨我。
- 17 上主，你袖手旁观要到何时？
求你救我免受他们的欺凌，
从群狮中救我一命。
- 18 我要在盛会中歌颂你，
我要在万民前称扬你。
- 19 不要让无理反对我的人沾沾自喜，
不要让无故仇恨我的人扬眉吐气。
- 22 上主，你既看见，
求你不要再缄默，
上主，求你不要远离我。
- 23 我的上主，求你醒来为我伸辩，
我的天主，求你前来为我伸冤。
- 27 愿那见我沉冤得雪的人额手称庆：
“愿上主受赞颂，
因为他愿意他的仆人获享安宁。”
- 28 我的口舌歌颂你的正义，
我要终日赞美你。

引言

本圣咏作者：达味。

历史背景：撒乌耳迫害达味时（撒上二四·9—16）。

划分：1，祈求天主打击敌人（1—3，9，10）。2，敌人恩将仇报（11—16）。3，求主伸冤（17，19，22，23，27，

28)。

释义

1—3: 作者身陷重围，四面楚歌，惟一的途径是投奔上主，求他保护，打击敌人。

2: “护盾”是自卫的武器。“长矛”是攻击用的武器。作者描述天主犹如一位全副武装的战士，进攻和自卫的武器应有尽有，所以他必能战胜一切的敌人，而且足以保护那些受苦受辱以及被压迫的人们，且向他们说：“我是你们的救星”（3）。

9: 因以上 1—3 节说的天主能保护他，而且主动愿意保护他，故此喜悦欢乐。

10: “骨头”：是一种形容方式，以一部分代表全体，并且骨头是不会说话的，现在不会说话的也说话了，表示受迫害的人异常的喜乐。“谁能与你相比”：指天主的超越性。

11—16: 作者回忆自己的敌人正是昔日曾经大受其恩的人们，如今他们竟忘恩负义，以怒报德，于是更增加了作者的苦痛，他们患病时，作者为他们祈祷、禁食、穿苦衣、做补赎，对他们的苦痛有如身受，待他们有如至亲好友。这批受其恩惠的人，非但不知报恩，如今见作者陷于厄运，反而愿将仇报，过河拆桥，对他咬牙切齿。

17 节以下，主要是求主伸冤。

“袖手旁观”：在这种非常不利于作者的情况下，天主好似袖手旁观，见危不救，这似乎有悖他的正义和仁慈，敌人有如凶悍的猛狮，狠毒残忍。“一命”：唯一的生命。

18: 有些学者认为 18 节应置于 28 节之后，作为全首圣

咏的结论。这种看法很合文理。

19: “无故仇恨我的人”: 耶稣曾将自己和达味比作一人, 且说: “他们看见了, 却仍恨了我和我父。但这是为应验他们法律上所记载的话, 他们无故地恼恨了我。”(若一五·24, 25, 咏三四·19) 自古以来的教父们, 尤其圣奥斯定等, 都强调本首圣咏是指耶稣而言。“无理”, “无故”: 犹太人恼恨耶稣只为了发泄其心中怒气, 却无真正的理由。

23: “求你醒来”与第 17 节中的“袖手旁观”意义相仿, 是拟人说法, 意即天主暂时不救, 今求主速来救援。

诵读这首圣咏时, 1, 可将这些话视为出自耶稣的口, 他说他对仇人们恩爱有加, 然而仇人们却对他恩将仇报, 2, 我站在教会大家庭的立场, 我本人虽未遭受仇人的毒害, 但在世界有些地方, 教友遭受迫害, 我将他们的痛苦看作我的痛苦, 为他们祈祷, 求天主救援他们。

第 35 首 罪人的邪恶, 天主的慈善

2 罪恶在罪人心中说:

“不必敬畏天主, 把他放在眼里。”

3 因为他在自我陶醉,

认为罪恶无人发现, 不必悔恨。

4 他满口邪恶与欺骗,

不再追求智慧, 努力行善。

5 他躺在床上, 筹划作恶,

立足于邪道, 不怕罪过。

- 6 上主，你的慈爱达于高天，
你的真诚上彻霄汉。
- 7 你的正义有如高山，
你的公平有如深渊。
上主，唯有你能救护世人与走兽。
- 8 天主，你的慈爱是多么宝贵，
世人都藏在你的翼荫下。
- 9 他们饱尝了你殿中的盛筵，
畅饮了你甘饴的水泉。
- 10 因为在你那里有生命的泉源，
在你的光明中，我们看到光明。
- 11 请向认识你的人广施慈爱，
为心地正直的人主持公道。
- 12 不要让骄傲人的脚威胁我，
不要让罪人的手动摇我。
- 13 请看，作恶的人已经一败涂地，
他们已被打倒，无法兴起。

引言

本圣咏的划分：1，罪恶权下的人（1—5）。2，天主圣宠权下的人（6—10）。3，上主的正义将惩罚恶人（11—13）。

释义

2：“罪恶”在本节内人格化了，它可向人发言，反对天主。正如善神居住在好人的心中，同样，“罪恶”也伏居在恶人的心中，从那里煽动，诱惑恶人的心灵。

3：恶人因顺从了罪恶的诱惑，所行的一切都是愚昧的

事。受他欺骗的罪人，自作聪明，以为无人能发现他的妖言丑行。

4—5：2，3 两节描述恶人所怀的鬼胎。4，5 两节则描写恶人外在有悖正义的罪行。

6—10：是本圣咏的第二部分，与第一部分（1—5）正是相对立的。第一部分描写罪恶的势力。处在罪恶权下的人，只能犯罪作恶，只能筹划作恶。反之，在天主圣宠权下的，非但生命安全，生活愉快，而且有得见天主的希望。前后两部分互相对照，富有警世功效。

“生命”：指“延年益寿”，“安享天年”的福乐。

“光明”：意为“仁慈”。“看到光明”：“享受仁慈”之恩。8，9 两节就是 10 节的说明。

第 36 首 恶人与义人的命运

- 1 不要因作恶的人而忿怒，
也不要对歹徒心生嫉妒；
- 2 因为他们像野草，迅速枯干，
又像花卉，很快凋残。
- 3 你要信赖上主，致力善行，
必能安居乐土，享受康宁。
- 4 你要因上主而喜欢，
他必满足你的心愿。
- 5 将你的命运托给上主，
依靠他，他必会照顾。

- 6 他必显示你守正不阿，
表彰你为人光明磊落。
- 7 你要在上主前耐心等待，
不要因恶人的成功而苦恼，
不要因他们飞黄腾达而烦躁。
- 8 你要抑制忿恨，平息怒火，
不可愤怒，以免招致恶果。
- 9 因为恶人必被铲除；
仰望上主的人必能继承乐土。
- 10 转眼间，恶人就不复存在，
找寻他的住所，也不知所在。
- 11 卑微的人必将继承乐土，
安享太平和幸福。
- 12 恶徒千方百计陷害忠良，
向他咬牙切齿，恨之入骨；
- 13 上主却向恶人发笑，
因为知道他的大限已到。
- 14 恶人剑拔弩张；
要歼灭贫困，杀害忠良。
- 15 他们的心反而被利剑刺穿，
他们的弓将被折断。
- 16 义人虽然生活清苦，
却胜过恶人的财富。
- 17 因为恶人的手臂必被折断，
义人却有上主作为支援。
- 18 上主眷顾善人的岁月，

他们将拥有永恒的产业。

- 19 患难之时，他们决不受辱，
饥馑之日，他们必得饱足。
- 20 恶人和上主的仇人必被消灭，
像原野的花草一般凋谢，
像过眼云烟，转瞬即逝。
- 21 恶人借贷总不偿还；
义人却常乐善好施。
- 22 蒙上主降福的人必将继承乐土，
受他咒骂的人必被铲除。
- 23 上主引导善人的脚步，
赞赏他所走的道路；
- 24 他纵然失足，也不致颠仆，
因为有上主扶持他。
- 25 我从小到老，
从未见过义人被遗弃，
也没见过他的后裔求乞。
- 26 他毕生待人慷慨大方，
上主必赐他的子孙昌旺。
- 27 你要避恶行善，
才有久居的家园。
- 28 因为上主喜爱正义，
绝不抛弃自己的圣徒。
歹徒必将永远消逝，
恶人的子孙必被铲除；
- 29 义人将承受乐土，

永远在那里居住。

- 30 义人的口倾吐智慧，
他的唇舌讲论正义。
- 31 天主的法律存留于他的心田，
他必能稳步向前。
- 32 恶人对义人虎视眈眈，
伺机将他无情地摧残。
- 33 上主却不会使他落在恶人手中，
也不让他在法官面前被判死刑。
- 34 你要仰望上主，遵循他的道路，
他必要高举你，使你承受乐土，
你将亲眼看见，恶人被根除。
- 35 我曾看见恶人横行霸道，
有如粗壮的树一般高傲。
- 36 我再经过时，它已不复存在，
我到处寻找，也找不到。
- 37 请留意忠良，观察君子，
爱好和平的人必有子嗣；
- 38 但恶人必尽速沦丧，
他的后裔必完全灭亡。
- 39 上主是义人的救助，
是他们困难时的保护；
- 40 上主必扶助他们，解救他们，
从恶人手中挽救他们，
因为他们曾向天主投奔。

引言

这首圣咏的形式是一首字母顺序诗。这种体裁给作者诸多限制，一则不能自由地抒发情感，另则在修辞上要符合外表形式，即希伯来字母的顺序。

全篇圣咏，由首至尾，说来道去离不开一个主题，那就是：为什么恶人享福，而善人偏偏受苦？作者试图解答这个费解的问题，也许绞尽了脑汁，可是翻来覆去也跳不出箴言篇的范围。

作者写这首圣咏的动机，是为了坚固当时敬畏天主者的信德，使之不致发生动摇。虽然外在的环境有时对他不利，天主又好似不信守盟约，也仍应坚信不移，固守自己的岗位。

本圣咏教训我们应时常依靠天主，在困难中要忍耐，惟有盼望天主赐予我们永远的真福，不要让现世的虚伪福乐蒙蔽了我们的内心。

释义

1—2：在物质方面，由于见到恶人事事顺心，无忧无虑，作者几乎心生嫉妒，但终未为之动心，且警告那些信德不坚的人，不要为物欲所蒙蔽，因为现世的荣华富贵如过眼云烟，转瞬即逝。

3—5：这三节堪称旧约时代宗教精神的精华，只要人依靠和忠于天主，天主一定俯允祈求，并予以保护的。

6：说明因天主厚待和爱护义人，而显出他的仁慈。

7—11：作者提醒善人，不要迫不及待地希望天主立即

惩罚恶人，因为天主做任何事，都有他的计划与时间，时日一到，恶人自会烟消云散，不复存在；善人却要继承乐土，或享福地。“乐土”一词，近指圣地，远指天堂。

12—20：在这里作者将善人与恶人的不同结局作了对比的评述，他认为善人的贫穷比恶人的富裕更好。

21—26：大意是：恶人的福乐易于消失，有如春天的青草，转眼即枯萎，又如缕缕白烟，随风飘逝，惟有善人的财富用来行善，济助贫穷，拯救孤苦。即使善人跌倒了，也能立即挺身站起，因有天主的手扶持着他。

27—40：义人时常遵守天主的法律，天主也时常保护他们；恶人必将永远消逝。

第 37 首 处于急难中的罪人的哀祷

- 2 上主，求你不要发怒而谴责我，
不要气愤而惩罚我。
- 3 因为你的箭深深地射中我，
你的手重重地压着我。
- 4 在你盛怒之下，我已体无完肤，
我犯罪的后果，使我粉身碎骨。
- 5 因为罪恶的洪流使我灭顶，
怨尤的重担使我不胜负荷。
- 6 我的疮痕溃烂不治，
由于我的愚昧无知。
- 7 我心悲伤，腰背伛偻，

终日苦闷，满怀忧愁。

- 8 因为我的五内焦灼如焚，
我已体无完肤，失去人形。
- 9 筋疲力尽，奄奄一息，
心痛欲绝，嗟叹不已。
- 10 我主，我的心愿常呈现在你的面前，
我的悲叹不会向你隐瞒；
- 11 我心惊肉跳，精力耗尽，
我视力衰退，双目失神。
- 12 我遭难时，良友都袖手旁观，
亲人都站得很远。
- 13 追索我性命的人，张设罗网，
想陷害我的人，恶言中伤，
他们要日夜盘算害人的勾当。
- 14 我却象聋子，有耳听不见，
又象哑巴，有口不能言。
- 15 我好象一个人失去听觉，
有口而不能为自己辩驳。
- 16 上主，我只有仰望你！
我主，我天主，你必应允我。
- 17 我曾说过：“不要让他们洋洋得益，
因我失足而沾沾自喜。”
- 18 我生来就易于失足，
因此我心常感痛苦。
- 19 的确，我承认我犯了罪，
因此我常悲伤而羞愧。

- 20 无故加害我的人，凶暴强悍，
无理憎恨我的人，肆无忌惮；
- 21 他们对待我以怨报德，
他们恼恨我，因为我守正不阿。
- 22 上主，求你不要舍弃我，
我主，求你不要远离我。
- 23 我的上主，我的援助，
求你快来救护。

引言

作者在病重垂危，奄奄一息中，承认这一场大病的起因来自罪恶，是罪恶的惩罚。于是作诗祈祷。

作者将所受的病痛完全忍受，不怨天，不尤人，却耐心地依靠上主的安排，等候他的援助。

这是一首个人的哀祷圣咏。开始和最后都是向天主呼求助佑（1，2，22，23），本圣咏的中间各节，大都陈述自己的不幸遭遇——严重的疾病（见4—11），以及恶人的迫害（12—21）。

圣教会将这首圣咏列为忏悔圣咏之一，是为指导罪人，应向天主祈求罪赦，并痛改前非。教会的一些圣人们，奉劝信友在告解前，诵念这首圣咏，使我们谦逊地承认罪恶的可怕和危害心灵之深。

划分：1，引言：作者自认承受上主正义的惩罚（1—9）。2，凄凉的处境（10—13）。3，作者的坚忍不拔（14—17）。4，求天主速来施救（18—23）。

释义

2: 我犯罪，应该受你谴责和处罚，但求你不要以发怒，以气愤来谴责我，处罚我，却要以爱情来惩罚，犹如一位父亲似的来惩罚我，而不要如同一个严厉的判官来惩罚我。

3: “箭”、“手”是比喻的词，是惩罚的工具。“射中”和“压着”也是比喻之词，表示用病折磨我。

4: “我体无完肤”和“我粉身碎骨”指对罪恶的惩罚。

5: 罪恶惩罚的另两个比喻是“洪流使我灭顶”和“重担不胜负荷”。

6: “愚昧无知”指罪恶。

7—11: 诉说自己身心的痛苦。

12—23: 亲朋也离弃他，使他孑然一身，孤独无靠。敌人百般谋害他（20，21）。在敌人迫害时，作者闭口无言装聋作哑（14，15）。自认己罪（18，19），只是全心依靠天主，祈求天主（16，17，22，23）。

读者一方面利用本诗中表达忏悔的句子，一方面虽然自己没有身患重病，也没有遭大灾难，但若想诗中描写的那些灾难，都是罪恶的惩罚，那些灾难痛苦说明罪的凶恶，从痛苦灾难的严厉，认出罪过的重大，从此深深痛恨己罪。

第 38 首 病人的恳祷“人生如泡影”

2 我说过：“我要谨言慎行，
免得口舌犯罪。

- 恶人在我面前，
我就闭口不言。”
- 3 我虽默不作声，仍然毫无用处，
反而使我更加痛苦。
- 4 我实在忧心如焚，
越想越觉得烈火炽热难忍。
- 5 我禁不住发问：
“上主，求你明白指示我：
我的寿数有几何？大限何日到？
我的生命何其短暂！”
- 6 你给我的岁月屈指可数，
寿命在你面前等于虚空，
人的生命，好像泡影。
- 7 浮生如梦，徒劳而无功，
家财纵万贯，不知落入何人手中。
- 8 上主，现在我还有什么希望？
我的希望只在你的身上！
- 9 求你救我脱离种种罪愆，
不要使我受愚人的侮慢。
- 10 我缄口不言，默默无语，
因为是你所允许。
- 11 求你从我身上除去这场灾患，
在你责打下，我已消瘦不堪。
- 12 世人作孽，你就惩治，
好像蛀虫把他的珍藏蚕食，
世人又能活到几时？

- 13 上主，求你垂允我的祈祷，
侧耳俯听我的哀告，
不要充耳不闻我的哀号。
因为我在你跟前有如逆旅，
像我祖先一样只是过客。
- 14 求你饶了我，
让我去世前，得享安闲。

引言

划分：1，独白（2—7）。2，对话（8—14）。“对话”可视为作者的哀祷。

本圣咏的主旨：探询在这世界上，何以义人遭难，恶人享福？答复是：恶人的福乐只是暂时的，转瞬即逝。反之，受苦的义人，只要依靠、祈求天主，就可获得今世、以及永久的安慰。

本篇圣咏可作默想的好材料。人的生命是短暂的，现世的财富也是暂时的。人前的光荣更是虚假的。本圣咏教我们一面依靠天主，一面在遭难时，平心静气地忍受，接受天主给人的十字架。

释义

2—4：作者疾病缠身，想到世上恶人享福，善人受苦的现象，有不平之意，但又不敢公开批评天主，乃立志缄默不语。

5—7：作者虽立志不言，但由于人性的软弱，不平之气终究在心中闷不住了，于是发言，话中不外埋怨说：人生太

短促而虚弱了。又似乎说：我已年老，再也不用等待了，天主，你何时才公平处理我的事呢？我一生储蓄的财物，有谁来享受呢？

8, 9: 事情既已如此，也只有一个希望了，就是天主。如果天主不拯救虔敬自己的信徒，那么，恶人讥笑信徒的敬礼是无济于事和徒劳无功的，岂不理直气壮了吗？

10: 重申自己缄默不言之志。

12—14: 作者承认自己有罪，应受惩罚，然而仍求天主饶恕，脱免病苦，得享一点福乐。

第 39 首 谢恩与求助

- 2 我殷切期待上主，
他便垂顾我，俯听了我的哀诉。
- 3 他把我从祸坑与污泥中拉出，
使我站在磐石上，稳定了我的脚步。
- 4 他使我口唱新歌，赞美我们的天主，
众人见了都肃然起敬，信赖上主。
- 5 全心依靠上主的人多么幸福，
他不羡慕傲慢，也不偏袒欺诈之徒。
- 6 上主，我的天主，你的奇迹何其多！
你的计划何其妙！无人可比。
我若想宣扬陈述，也不可胜数。
- 7 牺牲和素祭都非你所喜，
全燔祭和赎罪祭也非你所要，

你却要我俯首帖耳；

- 8 于是我说：“请看，我已来到！
书卷上已为我记载：
- 9 我的天主；我乐意奉行你的旨意，
我常念念不忘你的法律。
- 10 我在盛会中，宣扬了你的正义，
我没有缄口不语；上主，你已知悉。
- 11 我没有将你的正义藏在心坎，
却把你的信实和救援大事宣传，
也没有将你的慈爱和真诚，
在盛会中隐瞒。
- 12 上主，求你不断怜悯我，
愿你以慈爱和信实始终保护我。
- 13 因为数不尽的灾祸困扰着我，
我的罪孽深重，使我无法抬头，
过犯擢发难数，使我衷心痛苦。
- 14 上主，求你开恩拯救我，
上主，求你快来扶助我。
- 17 愿那些寻求你的人，
都因你欢欣鼓舞，
愿渴慕你救恩的人常说：
“大哉，上主！”
- 18 我是贫苦人，
上主眷念了我；
- 19 你是我的助佑，我的救援；
我的天主，求你不要迟延。

引言

本圣咏分两大段：前一段（1—11）是咏赞天主的恩宠。第二段（12—19）祈求天主。

有人主张第二段是独立的圣咏，即圣咏 69 首。

本诗的主要部分是 7—9 节，圣保禄将这三节贴在耶稣基督身上（希十·5—8）。划分：一、感恩（1—11）1，作者感谢上主的救助（1—4）。2，默想上主的恩惠（5，6）。3，最好的感恩是守法（7—9）。4，宣扬上主的恩惠（10，11）。二、祈求：（12—19）：1，倾诉所受的灾祸和困苦（12，13）。2，求主速来施救（14—19）。

每当我们诵读这首圣咏，同时可以追思救恩的历史。读 1—11 节时，我们感谢天主从各种罪恶中拯救了我们。读 12 至 18 节时，我们提高警觉，预防魔鬼战胜我们。尤其天主乐于人心的奉献。至于外在的祭献，如不由衷，对天主而言，是毫无意义的。耶稣对天父的崇高敬礼，就是承行天父的旨意，直到死在十字架上。

释义

2—3：作者怀念天主自极大危险中如何拯救了他。“祸坑”指掩埋尸体的坑穴。“污泥”亦指“坟坑”。“磐石”和“稳定脚步”是救恩的象征。

4：天主的救恩既是如此伟大，所以感恩歌曲，也应该是新颖的，优美的。作者准备唱感恩歌，邀请大众前来赞美、尊敬和依赖天主。

5：凡诚心敬拜、依靠上主的人，是有福的。反之，凡

傲慢自大，欺诈不实的人，终必失败。

6：重述天主的种种奇迹。

7—9：这里是本圣咏的中心思想。作者在过去曾受了天主无数恩惠，因此他要称谢上主，献上感恩之祭。感恩祭包括牺牲和素祭（肋七·12—17）。但天主不要这些祭献了，甚至连全燔祭和赎罪祭也不喜欢了。“俯首帖耳”，也释为“开启了我的耳朵，”也释为“听命”：意思是天主更喜欢人们遵行天主的旨意，亦即遵守天主的命令。因为遵守他的命令远胜过只有形式的祭献。由于作者全心全意遵守天主的旨意，所以他说：“我的天主，我乐意奉行你的旨意，我常念念不忘你的法律。”这并不是作者反对祭献，而只是说明何轻何重，二者都不可废弃。天主不喜欢的不是祭献的本身，而是白白有外面形式的祭献。

保禄把这几句的意思贴在耶稣身上（希十·5—8），因为耶稣不但完善地遵守了天主法律的一切规定，而且百分之百地实行了他圣父的旨意。

“书卷上已为我记载”：书卷即圣经，是一部记载天主旨意的书，默西亚的使命已详载其中了。所以默西亚亲口说：我来，就是为实行天主在圣经中所表达的旨意。

12—18：求天主怜悯。

15—16：是对仇人的诅咒，在日课经中删去了。

17：为善人祈祷。

第40首 病人祈祷

- 2 体恤穷人的，真是有福，
他遭难的时日，上主必会救助。
- 3 上主必保佑他，使他生存，在世享福，
决不将他交给仇敌，任其侮辱。
- 4 他卧病在床，上主必会医治，
他身患重病，必赐他转危为安。
- 5 我曾说：“上主，我犯罪得罪了你，
求你怜悯我，医治我。”
- 6 我的仇敌辱骂我说：
他何时才死，他的名字何时才被遗忘？
- 7 即使有人来探望我，也是虚情假意，
他们心怀叵测，一出门便胡言乱语。
- 8 恼恨我的人都在交头接耳，
猜想我患了什么绝症；
- 9 “他已身患恶疾，
必然一病不起！”
- 10 甚至我最信赖的知心好友，
同桌共食的，也举足踢我。
- 11 上主，求你怜悯我，治愈我，
让他们得到报应。
- 12 我知道你真正喜爱我；
因为我的仇敌不能再战胜我。

- 13 因为我纯洁无罪，你便助佑我，
使我永远侍立在你面前。
- 14 愿以色列的天主、上主，受赞颂，
从太古直到永远。阿门！阿门！

引言

本诗是一首哀祷圣咏，是一篇又患病，又受迫害的人的祷词。

作者好像是达味。出卖他的至亲好友是阿希托费耳。（撒下一六·15，十七·23）。

划分：1，上主体恤怜悯人的人（2—4）。2，敌人的凶狠（5—10）。3，求主速来拯救（11—14）。

耶稣引用了本圣咏中的负心人物，来暗示出卖他的犹达斯（若一三·18）。

释义

5：古人的思想以为疾病是罪恶的惩罚。

7：本节所说的探望者，来意不善，是为找藉口控告他，且在离去后，四处散布谣言，恶意中伤。

10：由于耶稣引用这节圣咏，很明显地这首圣咏在描述出卖耶稣的犹达斯。

12—13：天主既然俯听了他的祈祷，就证明他是无辜的人。

12：第一句的意思是，天主治愈了我的病，这就证明天主喜爱我。第二句的“战胜我”，就是不让我的敌人向我夸耀。

第 41 首 渴望朝见天主和他的圣殿

- 2 天主，我的心渴慕你，
就像小鹿渴望清泉。
- 3 我的心渴慕天主，生活的天主，
我何时才能见到天主的慈颜？
- 4 有人天天向我说：
“你的天主在那里？”
我日夜哀哭；眼泪竟成了我的饮食。
- 5 我昔日伴同欢乐的人群欢呼赞颂，
率领群众晋谒天主的圣殿，
心灵便不禁悲叹忧伤。
- 6 我的灵魂，你为何悲伤，为何忧愁，
要仰望天主，赞颂天主，
因为他是我的救援，我的天主。
- 7 我在约旦地区，赫孟山，米匝岭，
一想到你，心中就不禁悲痛。
- 8 你的瀑布发出巨响，
深渊与深渊回声相应，
你的洪涛巨浪，漫过我的头顶。
- 9 白昼上主广施慈惠，
夜间我讴歌赞美赐我生命的天主。
- 10 我向天主我的磐石说：
“你为什么忘了我？”

为什么让我遭受仇人压迫而沮丧？”

- 11 我的仇敌辱骂我，使我心碎，
他们终日对我说：
“你的天主在哪里？”

- 12 我的灵魂，你为何悲伤，为何忧愁？
要仰望天主，赞颂天主，
因为他是我的救援，我的天主。

引言

本诗作者是一位司祭，或一肋未人，或一位圣殿的歌咏者，因为本圣咏作者与圣殿礼仪有密切的关系。但他为何离开圣殿，也许是被革职了。

本圣咏的划分：1，渴望参与圣殿的礼仪（1—6）。2，充军者的悲惨（7—12）。

释义

4：“有人”指外邦人。外邦人敬礼邪神偶像，认为没有偶像的神是不存在的。他们讥笑热心的作者敬拜一个没有偶像的神。

“你的天主在哪里？”言外之意是：你只是胡思乱想你的天主的存在。如果他存在，怎么不来保护你呢？这些不敬真神的外邦人冷讽热嘲，使作者痛心疾首，但又无力抗辩。只有日夜痛哭流泪，于是激起了作者渴慕圣殿的心情，使他忆起昔日圣殿中隆重的礼仪，以及心灵上获得的安慰和喜悦。

7：作者流浪在约旦地区……。 “赫孟山”：亦称赫尔蒙或息尔翁，是巴肋斯坦北方的一座高山。“米匝岭”：是一个

小丘陵。

8: 暗示洪水灾 (见创七·11)。作者用此比喻来叙述他所遭遇的种种困苦。

9: 说明痛苦不论多么大, 作者仍然不分白日黑夜, 时刻在希望上主的仁慈, 求他赐予恩爱和慈惠, 能继续不断地歌颂和赞美上主。

10—12: 虽然作者身陷重围, 而且更热切地祈求和依赖上主。

怎样读?

1, 我们诵读这首圣咏时, 想自己如同充军异地, 渴望天堂家乡。

2, 现今在世界上, 仍有一些地区, 教友不能自由进堂参与宗教礼仪, 我们能自由敬礼天主的人们, 以同情的心偕同他们抒发渴慕之情, 盼望能早日恢复自由, 进入圣堂敬礼天主。

第 42 首 渴望进入圣殿

- 1 天主, 求你为我伸冤,
驳斥亵圣的民族,
救我脱离狡诈邪恶的歹徒。
- 2 天主, 你是我的保障,
为什么把我抛弃?
为什么让我在仇人的压迫下,
终日忧戚?

- 3 求你赐下光明和真理，
引我到你的圣山，进入你的殿宇。
- 4 我要走向天主的祭坛，
到使我心喜的天主台前，
天主，我的天主，我要弹琴赞颂你。
- 5 我的灵魂，你为何悲伤？为何忧苦？
我该仰望天主！再度颂扬他，
因为他是我的救主，我的天主。

引言

作者自觉天主已舍弃了他，所以祈求天主按照正义来审判他，救他脱离敌人的手。不过只由敌人的压迫下拯救出来，仍不为足；还祈求天主许可他返回耶路撒冷的圣殿中，在那里与天主亲密地生活。

诵读这首圣咏者，如果与作者不是处在同样的环境中，而是处在信仰自由的太平时代，就可以想到在全世界上尚有不自由的地方，在那里教友们不能自由进入圣堂，不能自由举行宗教仪式，诵读者就要站在这些人的立场，心中发出渴望进入圣堂的愿望。

第 43 首 受迫害者的哀祷

- 2 天主，我们亲耳听过，
祖先也曾向我们述说：
你昔日在他们的时代所行的伟业。

- 3 你为栽培他们，亲手驱散了外人，
你为发展他们，亲手磨难了异民。
- 4 他们不是靠刀剑占领土地，
也不是靠武器获得胜利。
而是靠你的手臂和你的威仪，
因为他们博得了你的欢心。
- 5 天主，你是我的君王，
是你使雅格打了胜仗。
- 6 我们靠你克胜了仇敌，
凭你的名践踏了叛逆。
- 7 因为我依靠的不是我的弓箭，
拯救我的也不是刀剑。
- 8 而是你救我们脱离了对头，
使仇恨我们的人蒙羞。
- 9 我们常以天主自豪，
永远称谢你的名号。
- 10 天主，现在你却抛弃我们，
使我们饱受欺凌，
-你不再同我们的军队出征。
- 11 使我们临阵退却，
让敌人大肆抢掠。
- 12 使我们有如待宰的羔羊，
到处漂泊，流亡异邦。
- 13 将你的子民廉价卖出，
并没有从中致富。
- 14 使我们遭受邻邦的凌辱，

被四周的人民嘲笑欺侮。

- 15 你使我们成为异民的话柄，
外邦人都向我们冷嘲热讽。
- 16 我终日遭受侮慢，
时常羞愧满面。
- 17 我常听到侮辱与欺凌者的声音，
又面对强敌和复仇的人民。
- 18 我们没有忘记你，
也没有违背你的盟约，
现在却身受一切灾祸。
- 19 我们的心没有背弃你，
我们的脚没有远离你。
- 20 你却把我们抛弃在野狗的地区，
以死亡的阴影把我们遮蔽。
- 21 如果我们忘却了我们的天主，
或向外邦的神明求助，
- 22 洞悉人心隐密的天主，
对此事岂能究查不出？
- 23 其实，是为了你，
我们成天被人杀伤，
被人视作待宰的羔羊。
- 24 我主，醒来！你为什么仍在沉睡？
起来，请不要把我们永远抛弃！
- 25 你为什么坐视不顾？
忘记我们的辛酸和痛苦？
- 26 我们俯伏在灰土中，

- 身体倾倒在地面上；
27 上主，求你起来，援助我们，
大发慈悲，拯救我们。

引言

分为三部分：1，歌颂（1—9）。2，团体哀歌（10—17）。3，同众祈祷（18—27）。

本首圣咏的神学意义：它使遭受迫害的天主子民，怀念过去天主如何拯救了他们，因此如今没有理由失望和灰心，且更要多依靠天主的仁慈，同样，新约时代的天主子民，也应当寄望于天主，因为人们是因着耶稣的苦难圣死与复活而获救的，尤其藉着他的复活，将来同样光荣地复活。这是信友们的真正幸福，也是整个圣教会的命运之所在。

释义

3：“外人”即阿摩黎人，培黎齐人，客纳罕人，赫特人，基尔加士人，耶步斯人和希威人。

4：“你的手臂”：指天主的威能，或天主的胜利，或指他绝对不会丧失的王位。

6：“凭你的名”：即因为我们称呼了你的名字，或“由于你的保佑”；“名字”：多次直接指人。

9：基于天主与以民所立的盟约，天主是以色列人的天主，而以色列成为天主的民族。

13：按古代的习俗，凡战胜者惯将战俘出卖为奴。

14：“邻邦”指厄乐、摩阿布、阿孟等民族。

15：“异民的话柄”：“话柄”即嘲笑的资料、对象。古

人以为国家各有自己的神，几时离开本国而迁居外国，就算背弃自己的神，而敬拜外国的神。

17：“复仇”：昔日那些被以民征服的邻邦，今天他们见过去的主人，被打倒了，于是幸灾乐祸而兴高采烈起来，或协助战胜的国家加害以民，进行报复。

18—20：作者向天主表明自己并没有冒犯过天主，没有忘记他，更没有背弃他的盟约。但事实上，在过去以民的确是一个背信弃义的民族。作者这几句话实在费解。解经学者解法不同，有人说：这里作者指的是自己的清白无罪，并非指的全体百姓；有的说是指百姓中的一部分，例如当时的热诚者。

23：暗示教难，其具体事实乃玛加伯时代犹太人在宗教上所遭受的迫害。圣保禄亦曾引证此节，来说明初期教会所遭受的迫害（见罗八·36）。

24—27：这几节可谓本首圣咏最热切的祷词。天主好像睡着了，没有俯允他的祈祷，所以作者呼求天主醒来。

第 44 首 在君王的婚筵上，对君王的祝贺

- 2 我的心灵洋溢着优美的言词，
我向君王倾吐我的赞美诗：
我的舌头好像作家奔放的妙笔。
- 3 你英俊无比，谈吐温雅，
因此天主永远赐福给你。
- 4 大能者！请把剑佩在腰间，

显示你的荣耀和威严。

- 5 为了维护真理、慈善和正义，
愿你勇往直前，
愿你的右手使你所向无敌。
- 6 你的利箭射中了仇敌的心窝，
万民都将屈服在你面前。
- 7 天主，你的宝座永远常存，
你手握权杖，治国公允。
- 8 你喜爱正义，憎恨邪恶，
因此上主——你的天主，给你傅了喜乐的油，
胜过其他的国王。
- 9 你的衣冠散发没药、沉香，
和肉桂的芬芳；
在象牙宫里，为你弹奏悦耳的弦乐。
- 10 在你的嫔妃群中有各国的公主；
王后佩带着金饰，侍立在你的右边。
- 11 女儿！请听，请看，也请细听，
忘却你的本族和家庭！
- 12 因为君王恋慕你的美丽，
他是你的主，你要敬拜他！
- 13 提洛的民众要来向你进贡，
富足的人们也来朝见。
- 14 秀丽的公主深居王宫，
她的衣裳以金丝绣成。
- 15 她身穿锦衣华服，前去谒见君王，
由侍女陪伴，来到你的身旁；

- 16 在欢乐歌舞声中，
 一齐进入了王宫。
- 17 你的子孙将继承你的列祖；
 立他们为王，统治普天率土。
- 18 我要使你的名号永垂不朽，
 万民都要歌颂你，直到永久。

引言

这是一首庆祝君王婚礼的歌曲。君王暗示默西亚，新娘则影射默西亚神国——圣教会。但是本首圣咏是直接还是间接影射默西亚呢？答案是：天主圣神藉着达味后裔君王的婚礼，不论其为撒落满、约兰以及其他君王的婚礼，来光照本诗的作者，用预言似的赞美，光荣了默西亚和他的教会。

旧约一向惯用婚姻一事，来形容天主与以民的关系，即天主与选民之间的恩爱。

划分：1，序文。2，君王的光荣和威严（3—10）。3，王后的美丽（11—16）。4，祝贺君王（17—18）。

天主与教会既缔结了一种神圣的婚姻，与教会的每一个肢体也有一种爱情的婚姻关系。这种爱情的关系完美地实现在天主与圣母玛利亚身上，所以在圣母瞻礼的礼仪中多次用本圣咏的辞句。

释义

4：“剑”象征光荣和尊严。

7：“天主”：上下文皆指结婚的君王，此处突然出现了“天主”一词，似乎欠妥。思高圣经译为“上主”。“上主”

与“主”同义。君王亦可称为“主”。所以本节的“天主”更好读“主”或“上主”，用以指示君王。当然本节的寓意是默西亚天主耶稣，这是毫无异议的。

10：“公主”：贵族淑女。

11：“忘却你的本族和家庭”，想家思亲是人之常情，妙龄王后离开亲生父母，嫁给国王为王后，来到遥远而陌生的地方，骨肉分离是难免想家的。

第45首 天主是人的救助和力量

- 2 天主是我们的避难所和力量，
是患难中可随时得到的保障。
- 3 因此，纵然大地震荡，
高山沉入海洋；
- 4 尽管怒涛澎湃，群山震撼，
我们也不因此而惊慌，
万有的上主与我们同在，
雅格的天主是我们的保障。
- 5 一道河流给天主的城带来喜乐，
它是至高者居住的圣所。
- 6 天主安居城中，它绝不会动摇，
曙光一现，天主即刻支援。
- 7 万民尽管喧嚷，列邦尽管骚乱，
天主一声喝叱，大地立即溶解。
- 8 万有的上主与我们同在，

雅格的天主是我们的保障。

- 9 请你们来看上主的作为，
看他在地上所行的奇事：
- 10 他平息战争，直到地极，
他折弓断矛，烧毁盔甲。
- 11 你们要停战！承认我是天主，
万民的至尊，大地的上主。
- 12 万有的上主与我们同在，
雅格的天主是我们的保障。

引言

这是一首对熙雍的赞歌，是感恩之歌。感恩的原因是以民获得了一次大胜利。划分：1，有天主同在，必获胜利（1—4）。2，上主是以民的护卫者（5—8）。3，上主是和平之王（9—12）。

不少教父，尤其圣奥斯定将本圣咏贴在圣教会身上。教会是新的耶路撒冷。

释义

1—4：这一段主旨是在激励以色列人对天主的信赖和依靠。4，8，12 节为重复句。熙雍，耶路撒冷，二词有时通用，其引伸意有时兼指以色列民；其寓意是：圣教会。作者强调每次仰望耶京圣城，便觉安宁愉快，因为在那里居住着保护我们的天主。

3，4 节中说的“大地震荡”，“高山沉入海洋”，“怒涛澎湃，群山震荡”比喻各种灾难。

5: “天主的城”: 即耶路撒冷。“河流”: 按字面说, 可指克德隆山谷中的那条小河, 但它的寓意指天主的圣山, 在这座山上, 天主建立了自己的圣殿。河流象征涌流出来的天主的种种恩惠。

6: “曙光”: 清晨是天主施展恩惠的时刻。“曙光一现, 天主立刻支援”这句话可能是暗示亚述王散乃黑黎布, 因夜间受天主的打击, 遂溃不成军, 弃甲曳兵而逃的事 (见列下一九·35, 依三七·36)。

第 46 首 歌颂万有的君王、天主

- 2 万民, 你们要鼓掌,
以欢呼的歌声, 颂扬上主。
- 3 因为上主至高至尊, 可敬可畏,
是统治大地的君王。
- 4 他使万民属我们管辖,
使列邦屈服在我们脚下。
- 5 为我们选择了产业,
就是他所爱的雅格的荣耀。
- 6 在欢呼声中, 天主上升,
在号角声中, 上主腾空。
- 7 你们要歌颂, 歌颂我们的天主,
要歌颂, 歌颂我们的君王,
- 8 因为天主是普世的君王,
你们要讴歌赞颂。

- 9 天主坐於神圣的宝座，
天主为王，统治万邦。
- 10 万国的领袖集合起来，
成为亚巴郎的天主的子民。
因为大地的权贵都属於天主，
唯有天主至高至尊。

引言

这是一首雅威称王的圣咏。

本诗的背景：有的学者以为是若苏厄占领圣地不久之后，或是约沙法特不战而大获全胜之后，作者趁人民成群结队前往圣殿赞美天主时，写了这篇圣咏。作者赞美天主不但是以民的君王，也是万民的君王。

划分：1，天主偕同我们获得胜利，故此请万民称扬天主（1—5）。2，赞颂获得胜利，而荣登天国的上主，预言将来天主要统治万民（6—10）。

作者强调天主的绝对胜利，及普世默西亚的神国，亦即以色列将要偕同天下万民共成默西亚的统一王国。

自古以来圣教会惯于圣枝主日及耶稣升天节，运用这首圣咏来赞颂基督的凯旋，即他的复活与升天，不少教父和圣师强调本圣诗是预言天主未来的胜利，以及基督神国在全球将建立起来的预告。

释义

3—5 节说明为什么万民都应欢呼赞美上主？因为他是至高之主，可敬可畏的天主，换言之，雅威是全世界的大君王。

3: “可敬可畏”: 因为天主是全能的。

4节暗示以民在若苏厄的率领下攻占迦南地的事迹（见苏三·7—25，撒下七·23）。5: 上主安排了迦南地作为以色列的领土和产业（见出一五·13—18，申四·37，38，八·7—10）。

“荣耀”: 光荣，天主把迦南这块好地给了以色列，作为他们的产业，这是天主喜爱以民（雅格伯）的明证，这也就成为以民的荣耀。

6: “天主上升”，“上主腾空”: 天主的居处是高高在上的，他的宝座也很高。所以天主登极坐上宝座时要上升，要腾空。教父和教会也把本节解释为耶稣光荣升天的预告。“亚巴郎的天主的子民”一句证明本圣咏的确是一篇含有默西亚思想的诗歌，因为按圣经所说：亚巴郎是我们的信仰之父，且也是默西亚期望的原始（见创十二·1—3，18，19）。

第47首 为百姓的得救而谢恩

- 2 在我们天主的城中，
上主至大，应受赞颂。
- 3 他的圣山伟大壮丽，
是普世的喜乐。
位於城北的熙雍山，
是大王的城邑！
- 4 天主住在堡垒的中央，
亲自作它的保障。

- 5 请看！众王成群结队，
纷纷向这里集合；
- 6 他们一见熙雍，就惊慌失措，
慌慌张张，各自逃窜。
- 7 他们在那里胆战心惊，
好像临盆的妇女忍受苦痛；
- 8 好象塔尔西斯的船只，
为强烈的东风所袭击。
- 9 在万军上主的城中，
在我们天主的城中，
我们所见的，正如所听到的，
天主必使这城永远稳固。
- 10 天主，我们在你殿内，
想念着你的慈惠。
- 11 天主，你的名号远达地极，
你应受的赞美普及人寰，
你以正义统治大地。
- 12 熙雍山因你的公正而喜乐，
犹大的女子也因此而踊跃。
- 13 请你们围绕熙雍巡游，
数点它的城楼；
- 14 观察它的城郭，巡视它的碉堡，
以便向后代子孙陈述；
- 15 他是我们的天主，
是我们永恒的天主，
他永远引领我们。

引言

本圣咏属于“熙雍歌词”之一。它的重点是歌颂赞美天主，因为天主拣选了耶京作为他的住所。熙雍歌词对熙雍流露出爱，且诚信并依赖居于以民间的上主。

本诗回忆过去耶京曾遭遇的危险，以及天主在危机中如何奇妙地拯救了它。所以本诗含有感恩情怀。因此，有些学者将它列入“感恩圣咏”中。

划分：1，天主居住在圣山，保卫圣山——以民（1—4）。2，敌人的进攻、乱阵、溃败和逃散（5—9）。3，为胜利而谢主（10—12）。4，因天主保护了耶京完好，请大家赞颂天主（13—15）。

释义

3：“圣山伟大”：熙雍山和耶路撒冷是伟大的地方，因为天主的圣殿在那里，由于圣殿的建立，山和城也身价百倍地提高了。“普世的欢乐”：救恩由以耶路撒冷为京都的犹太开始传至普世。“位于城北”有二意：1，熙雍山在耶京北部。2，按古代近东的思想：“北方”是神明的居所，所以“位于城北的熙雍山”一句，意思就是：天主居住的熙雍山。“大王”：亚述、巴比伦、埃及对其君王尊称为“大王”。

5—8：指亚述国王偕同联军进攻犹大包围耶京时，亚述联军却不战而退。

“塔尔西斯”：系迦太基或西班牙西南海岸的古城塔尔色索，或泛指横渡地中海的远航船只。

9：是作者代替耶京居民所发的心声，预言耶京将蒙受

天主的救恩。

10: 天主施展了全能的手保护了圣城无恙，拯救了以民于敌人围攻之中，这使以民不得不深加反省，而反省的结果是自动地组织了朝圣团，前往耶路撒冷圣殿朝拜感谢天主。在上主的圣殿中，在上主台前，承认他们所受的救恩完全来自天主的仁慈和大能。

12: “犹太的女子”：即犹太人，与上句中的“熙雍山”同义。

怎样读？

诗中的熙雍和圣殿象征圣教会。

我们诵读这首圣咏时，可回忆天主保护圣教会施于圣教会的种种恩惠，而谢主恩。

第 48 首 财富的虚幻

- 2 天下万邦，请你们静听，
普世居民，请侧耳细听。
- 3 无论贫富贵贱，
你们都要聆听。
- 4 我的口要宣讲智慧的言语，
我的心要思念明达的事理。
- 5 我要洗耳恭听比喻，
弹着弦琴揭开谜底。
- 6 当陷害我的仇敌围攻我时，
虽然危在旦夕，我又何必恐惧？

- 7 他们只知依仗自己的财富，
夸耀花不完的金钱；
- 8 没有人能赎回自己，
也不能向天主付出生命的赎价。
- 9 因为生命非常昂贵，
任何代价都不足以赎回。
- 10 人不能长生不老，
不能不见死亡。
- 11 眼见智者凋零，愚者消逝，
他们的财产留给他人。
- 12 虽然他们曾拥有自己名下的土地，
坟墓却是他们永久的住宅，长期的居室。
- 13 荣华富贵不能久享，
一如禽兽，终必死亡。
- 14 这就是自负者的穷途，
这就是自夸者的末路。
- 15 他们好像被人赶入深坑的羊群，
死亡要牧放他们；
他们跌入坟墓，音容就此腐蚀，
阴间成为他们的居室。
- 16 但是天主必要拯救我，
使我脱离死亡的掌握。
- 17 人发财成了富翁，
你也不用惊恐；
- 18 因为在他死时，丝毫不能带走，
他的财宝，也不能跟他同去。

- 19 他纵然生前自我陶醉：
“只要你享福，人必夸赞你！”
- 20 但他终要归到先祖的行列，
永远不能再见光明。
- 21 人在荣华中如不思量，
一如禽兽，终必死亡。

引言

这是一篇智慧圣咏，本首圣咏大体上是描写世乐无常，一旦死亡到来，一切便云消雾散了。

划分：1，请万民谛听他的道理（1—5）。2，富人不能因财富而免于死（6—13）。3，恶人的声誉因死亡而消灭（14—21）。

释义

全篇中只有 6 和 16 节谈到义人，其他部分都是描述有财富的，智慧的，有才能的，有权势的人，他们一到死期来临，必须把一切都抛在世上。有一首古巴比伦的诗歌说：“来！到山丘上去吧！看看那些伟人和小人散漫的头盖骨；谁是恶人？谁是善人？”的确，那些昔日在世威风凛凛，趾高气扬，目空一切的人物，他们多少次以自己的名为城市、道路命过名，一旦死亡来到，一如禽兽般的与世长辞了。这首圣咏很容易使我们想起耶稣讲的那个愚蠢富翁的比喻：“糊涂人哪！今夜就要收回你的灵魂，你所预备的，要归于谁呢？”（路一二·16—21）。

第 49 首 对上主的真实虔敬

- 1 上主，众神之主，昭告普世，
从日出直到日落之地。
- 2 天主由壮丽的熙雍城发出光明，
- 3 我们的天主来临，绝不会默然无声。
吞噬的烈火在他面前开道，
旋转的风暴在他四周怒号。
- 4 他传唤乾坤，
来审判他的子民：
- 5 “你们给我召集我的圣民，
就是那奉献牺牲与我立盟的人。”
- 6 诸天要宣布天主的正义，
因为法官就是天主自己。
- 7 我的百姓，请听，我要发言，
以色列，我要控告你，
我是天主，是你的天主。
- 8 我并不因你的祭献而责备你，
因为你不断向我献上全燔祭。
- 9 你家里的牛，我用不着，
你圈中的羊，我不需要。
- 10 森林里的百兽全归于我，
群山中的牲畜都属于我。
- 11 天空的飞鸟，我都认识，

田野的动物，我全知悉。

- 12 如果我饿了，不必对你说，
因为宇宙万物，都属于我。
- 13 难道我真要吃羊肉，
或者真要喝羊血？
- 14 你要向上主奉上赞颂的祭献，
向至高者还你所许的愿。
- 15 你在患难中要呼求我，
我必拯救你，你要光荣我。
- 16 天主却对恶人说：
你怎配传述我的规诫？
你怎配提起我的盟约？
- 17 你总是恼恨我的管教，
将我的话置诸脑后。
- 18 你与盗贼，朋比为奸，
跟淫乱者，同流合污。
- 19 你满口秽语污言，
你长舌造谣欺骗。
- 20 你一坐下，就反对你的兄弟，
一出言，就对他吹毛求疵。
- 21 你如此行事，我一直缄默，
你还以为我像你一样！
现在我要当面责斥你，
指明你的罪状。
- 22 忘记天主的人哪！你要留意，
免得我除掉你时，没有人来救你。

23 谁奉献赞颂之祭，就是光荣我，
谁行为正直，我必拯救他。

引言

划分：1，天主显现（1—6）。2，天主要求人们真心的敬礼，而不是外表的祭献（7—15）。3，天主责斥罪人，因为他们对法律口是心非（16—21）。4，天主要求人们崇拜和服从，否则，灵魂难免灭亡（22—23）。

在本诗内天主责斥以民的虚伪不实。耶稣曾用更严厉的话，责斥了他同时代的经师和法利塞人（见玛十五·1—20及23章）。

许多教父在讲解本圣咏时强调：天主建立了一种新的盟约，即以精神与真理为基础的盟约（若四·23），以代替旧约的祭献。这新盟约的敬礼在于对天父真诚的服从和全心的依赖。

释义

本圣咏是天主藉作者发出神谕，如天主多次藉先知发言一样。本诗第一段（1—6）使我们忆起天主在西乃山的显现。

2：天主的这次显现是在熙雍，具体地说是在圣殿内。

4：作者呼唤上天下地的一切生灵，来作天主审判以民的见证，不过在这时作者除了请上天下地的一切来作见证外，还请万物自己也审判以色列百姓。万物如何审判以民呢？它们陪伴着天主审判，默中承认天主的审判。

7：天主拉开了审判序幕，是宣告审判的开场白。

8: 以民遵照法律的规定, 每逢节日或庆典, 总不缺少奉献牺牲, 天主对于这些奉献, 原是中意的, 天主不满意而责斥他们的, 是在举行这些祭献时, 缺少内心的虔诚; 这内心的虔诚比外面的祭礼更重要; 缺少了内心的虔诚, 只形式上的祭礼祭品, 就毫无意义了。其实撒慕尔早已清楚地说明了这端道理: “上主岂能喜欢全燔祭和牺牲, 胜过听从上主的命令? 听命胜过祭献, 服从胜过绵羊的油脂。”(撒下十五·22)。以民只重形式与排场, 只重表面虚荣, 事后仍旧无耻地违犯上主的法律, 为此天主不喜悦他们。

先知们不愿, 也不能废除天主亲定的一切宗教礼节和祭献; 他们只渴望百姓善度真诚的宗教生活, 遵守上主的法令, 从心里服从天主。

9—13: 天主本不需要人的祭品, 因为天地万物都是他创造的, 都是他的所有物。

14—15: 天主向人要的是给天主奉献赞颂祭。

16—21: 天主向人要求的, 乃是伦理法律, 不害人。

22—23: 结论。

22: 恶人: 应该及时悔改, 全心归向天主。

23: 义人要更加努力前进。

第 50 首 天主, 求你怜悯我

- 3 天主, 你是仁慈的, 求你怜悯我,
你有丰厚的慈爱, 求你消灭我的罪恶。
- 4 求你洗净我的过犯,

消除我的罪愆。

- 5 因为我认清了我的罪过，
我的罪恶常在我的眼前。
- 6 我得罪了你，唯独得罪了你，
我做了你视为邪恶的事；
因此，你在判决时，显示了你的正义，
你在断案时，表现了你的公正。
- 7 的确！我在罪恶中出生，
我的母亲在罪恶中怀孕了我。
- 8 是的，你喜爱内心的真诚，
求你使我的心灵充满智慧。
- 9 求你洗涤我，使我洁净，
洗涤我，使我洁白，白于雪。
- 10 求你使我听到愉快的歌声而喜乐，
使你所折断的骨骼再度雀跃。
- 11 求你转面不要看我的罪过，
消除我的一切邪恶。
- 12 天主！求你给我再造一颗纯洁的心，
在我五内注入坚强的精神。
- 13 求你不要驱逐我，疏远我，
不要从我身上剥夺你的圣神。
- 14 求你再赐我得救的喜乐，
以慷慨的精神扶持我。
- 15 我要引导恶人走上你的道路，
罪人也要归依你。
- 16 天主，我的救主，求你豁免我的血债，

我的口舌必要宣扬你的公义。

- 17 上主，求你开启我的唇舌，
我要亲口赞颂你。
- 18 因为你并不喜欢祭献，
我献全燔祭，你也不会悦纳。
- 19 天主，我的祭献，就是痛悔的精神，
你不轻视痛悔和谦卑的赤心。
- 20 上主，求你对熙雍广施慈爱，
为耶路撒冷重建城垣；
- 21 你必须悦纳合宜的牺牲，祭品和燔祭，
那时，人们将把牛犊，呈献在你的祭坛上。

引言

在全部圣咏集中，本首算是最著名的一首，也是旧约和新约时代的信友最爱读的一首。它是教会内七首忏悔圣咏之一。以体裁而言，则是个人的哀祷圣咏。

划分：1，求主赦免己罪（3—5）。2，作者自认己罪（6—8）。3，再求主宽赦（9—11）。4，求主革新自己的心灵（12—14）。5，作者潜发誓愿（15—19）。

作者是达味，作于纳堂先知前来指责他犯奸之后。

释义

1—5：为明白本圣咏历史的背景，可参阅撒下十一和十二章。

6：“唯独得罪了你”：有的过犯可能直接开罪于人，但实际上冒犯的却是至高的立法者天主，例如：杀人。

“正义，公正”：在天主的上智安排下，容许达味犯罪得罪天主，更显示出上主的正义和公正，正义公道的天主不能不判罪及惩罚。

7：圣经学家从这一句认出原罪的存在。

10：天主一赦免了人的罪恶，人的罪恶就不复存在了，被赦免者当然充满了喜乐，而开始度一个新生活。

12：“纯洁的心”和“坚强的精神”乃是指“内在的人”而言。

13：“圣神”在旧约中有时指天主自己，就是天主的亲临和他的作为，有时也指天主的恩宠。

14：“慷慨的精神”指一种坚固的意志，或一种坚定向善的趋向。

15—19：这一段为圣咏的感谢部分。作者为了向天主表示感恩报爱的心情，发誓今后要努力以天主的圣道来训诲他人，导人归向天主。

20—21 两节是充军时期或充军后，被人加上的。

第 51 首 申斥诽谤者

3 你这以作恶为能事的人哪！

怎能以犯罪自夸？

4 你终日包藏祸心，
出口伤人，犹如利刃。

5 你独爱作恶，厌恶行善，
你偏爱说谎，不讲真言。

- 6 你这虚伪的骗子，
总喜欢造谣生事。
- 7 因此天主要毁灭你，永远除掉你，
由人间把你根除，从营幕中把你逐出。
- 8 义人见了，必会惊愕，
对他冷讽热嘲说：
- 9 “看哪！这就是不依靠天主者的下场，
他只知仗恃财富，作恶逞强。”
- 10 我却像青翠的橄榄树，
长在天主的殿院，
信赖他的慈爱，直到永远。
- 11 上主，我将永远歌颂你的作为，
在圣徒前，不断赞扬你的美善。

引言

本诗是达味向多厄格发出的诅咒。多厄格是个小人，为了贪图微利，竟然将达味躲藏在阿希默肋客司祭家中的事，向撒乌耳告发。结果使阿希默肋客和 85 位司祭也受到了连累，遭到杀身之祸（见撒二·1—19）。

划分：1，责斥恶人（3—6）。2，恶人的结局（7—9）。3，作者的好运气（10—11）。

释义

4—6：恶人习于作恶犯罪。

7：说明恶人的惩罚。

8—9：是义人对恶人的评论，且表示满意，因为正义的

天主压抑了恶人的骄傲。

10: 本节所描述的与第 7 节正相反, 强调义人美好的命运, 犹如在殿院中生长的一株茂盛的橄榄树。本节内的殿院, 不是指圣殿, 而是指任何一个庭院, 况且这里是引用的比喻。

有不少教父、圣师和神学家认为这里的“茂盛的橄榄树”指基督的奥妙身体——圣教会和他的圣宠所圣化的灵魂。

第 11 节是作者的誓愿。既然正义的上主惩罚了趾高气扬的恶人, 作者要永远称谢上主, 并且要在其他的信徒面前传扬赞美上主。

诵读这首圣咏时, 心中可为罪人悔改而祈祷。

第 52 首 恶人的愚昧

- 2 愚昧人自以为: “没有天主”。
他们都心术败坏, 作恶多端,
没有一个人好。
- 3 天主由高天俯视人间,
察看有没有明智行事, 寻求他的人。
- 4 人人都误入歧途, 染上恶习,
没有一个人好, 一个也没有。
- 5 那些作孽的人, 残害我的子民,
更不向我祈祷,
难道他们果真如此无知?

- 6 他们毫无理由地惊惶失措，
因为天主歼灭了围攻你的敌人，
天主弃舍了他们，使他们遭受羞辱。
- 7 但愿以色列人的救援来自熙摩，
当天主领回他流亡的子民时，
雅格必要欢欣，以色列必要鼓舞。

引言

本首圣咏是圣咏十二首的另一首校订样本。两首除了第6节不相同，大致上完全一样。

第6节可能在暗示某种历史的事迹，那时天主曾以奇异的方式，驱散了敌人，拯救了自己的百姓。

第 53 首 呼求救助

- 3 天主，求你因你的名拯救我，
以你的大能为我伸冤。
- 4 天主，求你垂允我的祈祷，
侧耳倾听我的哀告。
- 5 因为傲慢的人起来向我进攻，
强横的人想谋害我的性命，
他们没有把天主放在眼中。
- 6 天主必协助我，
上主必扶持我。
- 8 上主，我甘愿向你呈奉祭献，

我要颂赞你的美名。

- 9 因为你救我脱离了一切灾患，
使我亲眼看见我的仇敌溃散。

引言

本圣咏是一篇个人的哀祷。

作者是达味。

划分：1，呼求天主（3—4）。2，陈述所遭遇的困难（5）。3，求赐避免灾难（6）。4，感谢主的救援（8，9）。

本圣咏教导人三端主要的道理：（一）天主的名号是神圣和大能的。既然名号多次指示天主本身，因此可以说天主的圣名是全能的。（二）天主的权能与天主自己乃至天主的圣名是完全分不开的。（三）天主是信实不欺的。以上天主的三个德性永远常在。如果人想分享天主三个德性的恩惠，就必须忠于天主。只要人忠信，天主一定会忠信实践他的许诺。

释义

3，4：在这两节内，作者恳求并依靠上主的保护，因为他知道天主圣名的威力。古代以民称呼天主的圣名，是习以为常的事，他们又认为每次称呼天主的名，天主本身或他的德能便亲临现场。

“伸冤”（3）：保护，为贫苦弱小者辩护。

8，9：作者所奉献的祭献，是指法定之外的祭献，他赞颂上主的美名，因为天主从各种灾难中把他救了出来，并且使他亲眼看到敌人如何一败涂地。

第 54 首 申斥背信的朋友

- 2 天主，求你倾听我的祈祷，
不要转面不理我的哀告。
- 3 求你注视我，垂允我，
我痛苦、悲叹、忧伤欲绝。
- 4 仇人的叫骂，恶人的压迫，
他们嫁祸于我，疯狂地把我折磨。
- 5 我忧心如焚，
死亡的恐怖笼罩我。
- 6 恐惧与战栗侵袭我，
使我惊惶失措。
- 7 我说：但愿我插翅如鸽，
远走高飞，寻觅安身之所！
- 8 我要往远处逃亡，
栖身在荒野的地方。
- 9 我要赶快寻找避难所，
躲过这场风波。
- 10 主阿！求你搅乱他们的语言，
因为我在城里见到暴动和骚乱。
- 11 他们日夜在城墙上巡行，
凶杀、抢劫到处发生。
- 12 人们尔虞我诈，
流氓地痞市井称霸。

- 13 如果我的仇人辱骂我，我还可以容忍；
如果恨我的人欺凌我，我还可以退让；
- 14 可惜是你，我的同僚，
我的伙伴，我的友好。
- 15 我们曾亲密相处，促膝交谈，
随人群一同进入天主的圣殿。
- 17 我要呼求天主，
上主必拯救我。
- 18 不论清晨中午或黄昏，
我一哀声苦诉，他必俯听。
- 19 攻击我，迫害我的人不可胜数，
上主必救我安然脱险。
- 20 永恒的天主必俯听我，使他们挫败，
因为他们目无天主，不肯悔改。
- 21 我的同伴违背了誓言，
出手攻击自己的盟友。
- 22 他口出甜言蜜语，心里却诡计多端，
他油腔滑调，口蜜腹剑。
- 23 把你的重担托给上主，
他必扶持你，
绝不让义人动摇跌倒。
- 24 天主！求你把他们投入死亡的深渊！
凶手和骗徒必将夭折，
上主，我全心信赖你。

引言

本首圣咏描述一位被人遗弃和被出卖者的心情。说起不忠不义的人，居然都是受害人过去的亲戚朋友，所以作者更加忧心如焚，痛不欲生。于是将悲痛的心情，如凄风苦雨的处境，描写得淋漓尽致，生动逼真，读来扣人心弦，深表同情，同时体尝到世态炎凉，人间冷暖，令人寒心！更揭露了人们趋炎附势，幸灾乐祸的百怪丑态。这是一首个人的哀祷圣咏。

作者似乎属于肋未支派的人，迫害他的人，也是同一支派的司祭或服务于圣殿中的职员。他们彼此勾心斗角，争权夺利，互相陷害的原因，不外乎为了争取圣殿的高而显要的地位，以及丰厚的俸禄。

作者在本圣咏中表达的情感，特别显明的是：痛苦、悲伤、气忿、信赖、希望以及热切的祈求。作者本人并非血气方刚、拔剑而起、挺身而斗的人；相反，他具有一颗慈善温柔的心，又是一位多愁善感的诗人。他好像耶肋米亚先知，生就一个受苦难的命运，处在一个复杂的生活环境下，受尽人们的欺凌压迫，冷嘲热讽，以及种种不公平的待遇。所以本篇圣咏又是祈祷又是倾诉哀怨者的心声。这首圣咏实在是一篇精心细腻的艺术品。尤其其中一些令人感触而激动的幻想，例如：作者希望自己变成一只翱翔于空中的鸽子。对于好友突然变成仇敌，对于城中（耶京）充满暴戾的争斗，一片阴霾和扰乱，处处都是欺骗和诡诈，更是充满了血和泪的控诉。

划分：1，哀怨他人的祈祷（2—12）。2，对不忠友人的

责难 (13—15)。3, 对恶人的诅咒及对上帝正义的信赖 (16—24)。

释义

2, 3: 作者按着哀祷圣咏的体裁, 首先向天主呼求。

4: 叙述仇人的谋害: 叫嚣、压迫、嫁祸、折磨。

5, 6: 叙述诗人的情况: 作者用了一连串的动词: 忧心如焚、恐怖笼罩、恐惧、战栗、惊惶、侵袭来表达他心灵的处境。

7—9: 在痛苦中渴望解救。饱尝迫害的作者, 希望变成一只鸽子, 摆脱一切生世的缠绕, 忘却一切敌人的阴谋诡计, 自由自在地高飞远扬, 飞到荒无人烟的旷野中去, 在那里得以无拘无束地过平安宁静的生活。

10—12: 城市充满阴谋诡计。

10: “扰乱他们的语言”: 作者忆起了创世纪上的罪恶之城巴贝耳的故事, 所以求天主犹如对巴贝耳一样, “扰乱他们的语言”, 使他们语言不通, 不能合作, 以免他们继续同心协力地为非作歹 (见创十一·1—9)。“城里”: 指耶路撒冷, 这座号称以民宗教中心的城市, 却变成了一个伦理扫地的罪恶之城, 充满“暴动和骚乱”, 阴谋和诡计, 霸道和欺压。恶贯满盈已到了应受罚的时候。

11: “他们”指上一节的“暴动和骚乱”。这“暴动和骚乱”犹如两个日夜在“城墙上巡行”的巡警, 但他们的职务却不是为保护全市人民的安全, 而是为使“凶杀、抢劫到处发生”。

12: “虞”: 欺诈。“流氓, 地痞”: 街道上的坏人。“市

井”：街市、市场。在圣城的街市上，上主的法律本该畅行无阻，哪料在那里却是强夺、霸道、欺凌、诡诈的渊藪。

13—15：最使作者伤心欲绝的，是发现在大肆攻击，竭力陷害他的人群中，竟有几个是他的至亲好友，以及与他共事的同僚，一向推心置腹和无所讳言的伙伴、密友。这里所说的同僚伙伴，无疑的是指那些同作者在圣殿中供职的肋未人，由于大家朝夕在同一圣殿服务，同起居饮食，可谓有福共享，有祸同当，早已成了精诚团结，互助合作的同伴和彼此敬爱的同僚，堪称亲密的朋友，做梦也未想到，这些朋友竟然起来攻击作者，使他心灵受的创伤，更深刻而难忍。至于敌人的攻击是意料中事，不足为怪，也能使人有所防备而警惕躲避之。惟有至亲好友的突击，往往是击中要害的致命打击。再就被敌人诽谤或攻击时，衡情论理，有至亲好友出面来仗义执言，捍卫和保护，如果这样，其处境便完全不同了。无怪乎这位可怜的作者，以如此沉痛而激昂的诗句，来描写自己心灵的创伤和感受。此时此景，作者不由得忆起与亲友同僚们，昔日同进同出地在圣殿供职，以及参加宗教大典时的融乐情形，如今只有独自黯然神伤和私下哭泣了。

这里指的好友，或许是阿希托费耳（见撒下十五·12，十六·15—23）。学者认为此人是犹达斯的预像。

17—20：善人得救，恶人受罚。

诗人在坦白诉说了自己的苦痛悲伤之后，如今振作起来了。虔诚地呼号上主为自己主持正义，诗人向来忠心耿耿地事奉上主，所以他相信，面对这些恶人的阴谋诡计，一定会安然脱险的（19）。以民规定的祈祷时刻是“清晨，中午或黄昏”（18）（见达六·11）。作者特别指出每日的三个时辰，

其用意中表示痛苦忧伤的作者整天哀求上主，等候上主的施救。作者对天主信心坚强，毫不疑惑，所以说“上主必拯救我”。(17) 至论仇人必受天主惩罚，“因为他们目无天主，不肯悔改”(20)。

21—22：不忠的友人的恶行：虚伪、造作。“我的同伴违背了誓言，出手攻击自己的盟友”。他们对人“口出甜言蜜语，心里却诡计多端，他油腔滑调，口蜜腹剑”。(22) 在随时可遭受敌人毒手的情况下，作者仍然以安详的态度，劝勉人们也是自动要完全依赖上主，因为上主必会亲临扶持，赐以力量，使人能克服一切困苦艰难，而获得胜利的。因为上主不会让义人动摇和一蹶不振的。(23) 相反，恶人要堕入死亡的深渊，永无翻身之日，且将夭折而死。作者在末句表示坚信正义的天主对于善人恶人秉公处理，对于这事，自己全心依赖天主。(24)

有不少的教父们主张：本篇是默西亚圣咏，认为真正被朋友犹达斯出卖的，以及受人攻击磨难的，就是耶稣基督。

第 55 首 在困难中呼求、信赖天主

- 2 天主，求你怜悯我，因为有人谋害我，
终日攻击我，欺压我。
- 3 至高者！我的仇敌终日陷害我，
攻击我的人，实在众多。
- 4 在我恐惶的日子里，
我只有全心仰赖你。

- 5 我依靠天主，歌颂他的承诺，
我依靠天主，血肉之人岂奈我何！
- 6 他们时常曲解我的言语，
千方百计地想加害于我；
- 7 他们结伙埋伏，窥伺我的行径，
等待时机，图谋我的性命。
- 9 我多少次流离失所，你全知道，
请你记住我流了多少眼泪；
这一切岂非都写在你的册子上？
- 10 我一呼求你，仇敌便立即败退，
我知道是你在扶助我。
- 11 我依靠天主，歌颂他的承诺，
我依靠天主，血肉之人岂奈我何！
- 13 天主，我要向你还我所许的愿，
我必向你献上赞颂的祭献。
- 14 因为你救我脱离死亡，使我不致跌倒，
使我在天主面前，生活在光明的人世间。

引言

本诗属于个人“哀祷圣咏”，处于危难中的作者，以虔诚的依赖心情，一方面向上主哀求，倾诉自己痛苦的遭遇和危险的处境，另一方面祈求天主，向天主表达坚定不移的依恃之心。

作者为了使诗篇更具戏剧性，更能引人入胜，以及达到诗文技巧的要求，将过去的患难苦境，忧心如焚的情况，描写成现实的状态。至于叙述法，不外乎藉赞扬上主慈爱的措

置照顾，以及作者的经验，说明天主绝不会舍弃依靠自己的无辜善人，所以在公众赞颂及感谢的礼仪中，将诗人以上的经历宣告出来，使在场的信众获得共鸣，因而更能忠于上主的法律。

划分：1，哀怨及对天主的依赖（2—5）。2，哀怨与祈祷（6—9），3，对上主依恃之情及预许奉献感恩之祭（10—14）。

以上三部分，每一部分都由两个诗节构成。它的笔调坚强有力，有些既成词句，数度重复运用。（例 5，11，节）。

释义

犹如其他许多圣咏，作者一开始便呼求上主，以他的大能前来救助，因为有许多人在谋害他。（2—3）。本圣咏虽是以个人的困境为主题，表面上是作者个人在受着敌人的迫害和打击，其实质上所指的是以色列全民，也就是整个国家民族，遭受敌人的包围和袭击。所以这首圣咏富有团体的意义，不只是叙述个人的困境。作者指出的攻击和谋害，是有系统的，是连续不断的，敌人犹如埋伏的野兽，伺机吞噬他们的猎物。但作者对上主依恃和信赖的心情，并不因敌人排山倒海般的袭击而动摇；也不因自己的处境危如累卵，命在旦夕而消失。相反地，作者的信心更坚定，确知天主会实践他的许诺，前来救助受难的义人，惟目前受难的作者要耐心地等待。既然作者的信心是如此坚定不移，确知天主不会舍弃自己的人于不顾，所以他毫无所惧，没有人能对他抗拒，造成丝毫损失（4）。凡是人为的阴谋诡计，必注定失败，因为大能的天主，不会支持他们，让它得逞的。人只是“血肉

之人”，是脆弱的，无能的，腐败的，转眼即失的，是不能与永生大能无限的天主相抗衡的（5）。

6—7：在诗人周围，环绕着一批有组织的狐群狗党，他们有计划地，且日以继夜地来打击和破坏作者（6）。他们又四埋伏，或伺机而动，或乘虚而入，务必将诗人置于死地而后已（7）。作者在这里将敌人的陷害仔细描述，堪称刻画入微和生动逼真了。使读者对作者所处的恶劣环境有如历历在目。

9：作者在敌人的穷追不舍，步步逼近的紧急情况下，只有“流离失所”了，又在走投无路和无依无靠的情况下，惟一依靠和仗恃的只有天主。诗人向天主大声疾呼，不要忘记他在上述一切困境中所流的“眼泪”。作者以¹灾的说法来说出天主的作为，好像天主有一本流水账簿，上面清楚地记载着每个人的言行。

10：在恳求上主对自己的敌人实施正义的惩罚之后，作者又理直气壮地表示，敌人必会一败涂地，因为天主确实在照顾依赖和信任自己的人。

11：在此作者全心称颂及感谢上主，因为他救了自己的人，实现了自己所做过的许诺。

13：作者受迫害时，曾经向上主许下奉献赞颂和感恩之祭，如今是还愿的时候了。

14：上主对诗人显示了莫大的慈爱和扶助，使他没有落在敌人的手中，在千钧一发之际未丧失性命，仍旧使他幸福地“生活在光明的人世间”。“在天主面前”：在阴府的人，虽然仍属于天主权下，但与天主却没有直接的往来，只有活人才可以同天主交谈往来。因此作者说天主使他“在天主面

前”生活，意即在圣殿中参加礼仪大典，因为圣殿是天主特别与自己的信众往来交谈的地方。

第 56 首 苦难中的晨祷

- 2 天主，求你怜悯我，怜悯我，
因为我只有投靠你；
 我投奔到你的翼荫下，
 等到毁灭的风暴过去。
- 3 我呼求至高者天主，
 就是施恩於我的天主；
- 4 天主必从天上施恩拯救我，
使吞噬我的人蒙受羞辱；
天主必显示他的慈爱 and 信实。
- 5 我躺卧在幼狮群中，
 它们想把人们吞噬。
 它们的牙齿有如长矛锐箭，
 舌头好似双刃的利剑。
- 6 天主，愿你的尊威高於诸天，
愿你的荣耀普照尘寰！
- 7 他们在我的脚下布置了罗网，把我羁绊，
在我面前掘了陷阱，自己反而跌入其中。
- 8 天主，我的心已准备妥当，
我的心已准备妥当，
我要歌唱，我要颂扬。

- 9 我的灵魂，醒来吧！
弦琴和竖琴，醒来吧！
我要唤醒曙光。
- 10 上主，我要在万民中称谢你，
我要在列邦中歌颂你。
- 11 因为你的慈爱超越诸天，
你的信实直达霄汉。
- 12 天主，愿你的尊威高於诸天，
愿你的荣耀普照尘寰。

引言

本诗是哀祷圣咏，作者在急难中，哀求上主的保护。他将自己的危险处境，描写得生动逼真，使读者如身临其境，感受深刻。作者不但受人耻笑和凌辱，误解和责难，而且正受着敌人正面的攻击。他们犹如饿虎猛狮，张牙舞爪，要夺取作者的性命。作者在危机四伏，山穷水尽疑无路的关头，仍然没有放弃全心对天主的依赖和信任。这也是每位圣咏作者的共同信念：越是危机重重，困苦忧虑，孤立无援之时，越是对天主的依赖坚定不移，因为他们知道，在这种情形下，只有天主是可靠的磐石和牢不可破的后盾。基于以上信念，虽然作者身处重围，有如风声鹤唳，草木皆兵的败军，但实际上，他并不胆战心惊，六神无主，反之，作者在本首圣咏中表现出胜券在握，充满喜乐的心情。

释义

2: “翠茵”，天主保护世人犹如母鸡保护小鸡在自己的

翼下，使小鸡安全无虑，等待一切灾祸化险为夷。这种将上主的保护，比作母鸡以双翼保护小鸡的说法，在圣经上是屡见不鲜的，耶稣也曾这样说过（见咏一六·8，三五·8，九〇·4，玛二三·37）

5—7：描述敌人。

8—9：因为天主救他脱离了敌人的陷害，他就欣喜若狂，开始咏唱赞美感谢的诗歌。

“唤醒曙光”：本来曙光是唤醒睡眠的人们，诗人却用“唤醒曙光”来赞美天主，旨在说明作者是如何迫不及待地要赞美天主。

10：作者满怀壮志，不只是在以色列族中赞美歌咏天主，且要将这赞美之歌普及四方，即在万民列邦中也歌颂上主。

12：重复第6节。

第 58 首 求天主扶助抗敌

- 2 我的天主，求你从仇敌手中抢救我，
求你保护我，脱离那攻击我的人。
- 3 救我远离歹徒，
使我逃脱凶手。
- 4 上主，我虽然没有犯罪作恶，
残暴者却群起谋害我，反对我。
- 5 我虽无辜，他们仍然跑来挑战，
求你醒来扶助我，前去察看。

- 10 天主，我的力量，
我的堡垒，我只有仰赖你。
- 11 我的天主必以慈爱来援助我，
他使我因仇敌失败而欢乐。
- 17 我要称颂你的威能，
清晨欢迷你的宽仁；
因为你是我的碉堡，
是我困难时的依靠。
- 18 天主，我的力量，我的堡垒，
我只有仰赖你，
因为你是爱护我的天主。

引言

本诗也属于个人哀祷诗歌，作者针对本身所受敌人的陷害及所处的险恶环境，由心灵深处向天主发出哀恳依恃的祈祷。这种险恶固然是作者本身的遭遇，却也牵连到以色列民族的命运。所以诗人有时代表国家民族来发言。

诗人自知清白无辜，俯仰无愧，却蒙受不白之冤，惨遭敌人的无理欺压与狠毒的打击。但他坚信至高全能的天主，将给受苦受辱者以安全的保障。

释义

2：作者开门见山地向主求救。从这迫不及待的情形看来，好象作者正处于生死关头，在这种情况下，只有上主天主是作者惟一的投靠和依赖。

3：作者的敌人是横行霸道的“歹徒”，是杀人不眨眼的

“凶手”。

4—5：由于凶狠的敌人这样肆无忌惮，任意横行，善良的人敢怒而不敢言，所以作者只有向天主诉苦，投奔他来求救了。尤其这次敌人来袭，变本加厉，决意置作者于死地，这种蛮横的残暴行为，完全是悖理不义的，因为作者是“没有犯罪作恶”的“无辜”者。作者走投无路之际，只有向天主呼号，求天主出面为自己的清白无辜作证。

6—9：在日课经文中删去了。

10：作者以深切信赖和依恃之心，投奔于天主，因为天主是他惟一的“堡垒”。这个满怀宗教热忱的人，在上主的荫庇下，才觉得安全无虑。

12—16：在日课经中删掉了。

17—18：上面几节描述了敌人受到天主“威能”的惩罚，自己得到救援，于是兴高采烈地结束这首圣咏时，高歌赞美上主并许下每日清晨要特别颂谢上主的无限宽仁，并重复第 10 节的诗句。

第 59 首 惨败后的哀祷

- 3 天主，你抛弃了我们，折磨了我们，
 你曾发怒，求你回顾我们。
- 4 你曾使大地震动，山崩地裂，
 求你快来弥补裂痕。
- 5 你曾使你的百姓历尽艰苦，
 东倒西歪，如饮烈酒。

- 6 你为敬畏你的人竖起旗帜，
使他们闪避仇敌的射击；
- 7 求你垂允我们，施展大能，
拯救你所爱的子民。
- 8 天主在他的圣所宣布：
“我必凯旋，
我要划分舍根，测量苏苛特平原。
- 9 基拉阿得属于我，
默纳协也属于我；
厄弗辣是我的头盔，
犹大是我手中的权杖。
- 10 我要使摩阿布作我的仆役，
我要在厄东竖立我的旗帜，
向培肋舍高呼胜利。”
- 11 谁能领我走进坚城？
谁能带我进入厄东？
- 12 天主，难道你已将我们抛弃？
不肯与我们的军队一同出击？
- 13 求你助我们一臂之力，
抵抗仇敌，
因为人的援助徒然无益。
- 14 我们依靠天主，才能奋勇战斗，
上主必要亲自践踏我们的仇敌。

引言

这是一首团体哀祷圣咏。也是一首最有军队意味的圣

咏。很明显的，也是百姓在圣殿向上主祈求时歌唱的圣咏。本首哀祷圣咏的背景是：以色列人在战场上打了败仗，几乎全军覆没。这在当时受着上主特别保护的以民来说，是一次心理上莫大的打击，因此以民在失败悲痛之际，齐集圣殿，向上主诉苦哀求。

划分：1，恳求天主快来救援百姓因此次战役的惨败所受的灾祸（3—7）。2，預告在天主的支援下，以民将转败为胜（8—10）。3，满怀依赖的祈祷（11—14）。

释义

3：正如其他哀祷圣咏一样，一方面作者诉苦诉怨，一方面祈求哀祷。抱怨上主抛弃了自己的百姓，不但抛弃，而且折磨了以民，因为上主发了怒。在以民心目中，他们的灾祸，常是上主震怒的明证。而震怒的原因，又常是因为百姓得罪了上主。虽然以民被天主打得一败涂地，作者仍充满信心地向天主求救：“求你回顾我们”，因为天主惩罚他们时，就好像转面不看他们。作者深明以民的神学，由经验得知，天主正义的震怒与其仁慈的怜悯，是分不开的，在磨难之后，继之是回顾救援。正所谓恩威并济。

4：上主是无限全能的天主，人都脱不了上主的掌握，更无力破坏天主预定的计划，因为只有天主是人类历史的指导者，以民认为：“地震乃是天主震怒的表示；天主一大发雷霆，使以民地区山崩地裂，犹如一阵大地震之后的惨状，到处裂缝毕显，树木、房舍摇摇欲坠。事后，只有天主予以弥补裂痕。

5：诗人在前节用地震的比喻描述了以民的灾难。在这

一节里又用烈酒比喻以民遭的祸患。这次灾祸好像天主给他们预备的苦杯，这杯里盛的是有麻醉性的烈酒，这烈酒使他麻木、昏沉，东倒西歪而跌倒在地。

6：以民受到敌人的打击沉重至极，万难生存下去。但以色列的天主慈悲无量，为敬畏天主的人竖立起得救的旗（即标记），使他们得以逃脱敌人的射击，不致丧亡。

7：在这种危险重重，朝不保夕的情况下，作者惟有向天主投靠。呼求天主协助自己的百姓，因为以民是天主特选的百姓，是天主所爱的子民。既然惩罚来自天主，也只有天主可以解除。现在以民惟一的希望和依赖只有天主施展大能拯救他们。

8—10：预报胜利。

针对前面所述的悲惨情况，以及人心惶惶不安的局面，作者笔锋急变，正是“山穷水尽疑无路”时，却出现了“柳暗花明又一村”，他以兴奋的心情向百姓预报来自天主的胜利。

8：“天主在他的圣所宣布”：意思是天主郑重地以誓言方式发言。在这种情况下，作者强调天主的话是既许必践的。

其实真正的胜利者不是以民，而是拯救以民的大能天主。作者描述上主的胜利时，以拟人法将上主描述成攻无不克、战无不胜的常胜将军。在胜利来临之前，天主似乎准备从事划分败军之地。“测量”：划分之意。“舍根”：在约旦河西。“苏苛特”：在约旦河东。作者之所以特别指出这两个地方的原因，大概是与圣祖雅各伯的历史有着密切的关系（创三三·17；18）。在这里再度指出天主将实现他的许诺，将这

两块土地，赐给自己的百姓以色列。

9：“基拉阿得”（或基肋阿得）位于约旦河东北地区。“默纳协”则横跨约旦河东西两岸。“厄弗辣”（也叫厄弗辣因）：称为上主的“头盔”，因为这一支派是骁勇善战的民族（在约旦河西）。“犹大是我手中的权杖”：犹大堪称以民中的主要支派，这里又有以民的首都耶路撒冷。在首都有天主的圣殿，即天主在人间的居所，从这里，天主藉着耶京的首长们，尤其藉着国王的政权来管理自己的百姓以色列。这是圣祖雅各伯的预言之一：“权杖不离犹大，柄杖不离他脚间，直到那应得权杖者来到，万民都要归顺他”（创四九·10）。

10：接着，天主晓谕百姓有一些外邦人的土地，将是上主和上主百姓的属地：计有摩阿布、厄东和培肋舍特。“竖起旗帜”：象征某地为其所属。在厄东竖起我的旗帜，意思是厄东是我的属地。“培肋舍”（或培肋舍特）多年来与以民为敌。“向培肋舍高呼胜利”：要把培肋舍特打得一败涂地，彻底胜利。

11—12：在预言胜利之后作者承转哀祷圣咏的语气，苦苦哀求天主引领百姓或国王前往“坚城”去。“坚城”指厄东人的首都波责辣。作者在第6节曾指出：惟一获救的方法，是向着上主所立的“旗帜”（即标记）逃跑；如今却求天主鼓舞以民的士气，重振以民的声威，使其英勇冲敌。向来认为厄东是牢不可破的，如今可一举击溃。波责辣建筑在危崖峭壁之上，形势险要，易守而难攻。作者确信，天主一定赐给胜利。因为以民的战争就是天主的战争，双方早已订立了牢不可破的盟约。只有天主能领导以民获得胜利。12节的语气虽是疑问的，但意义是肯定的，即：“天主，你一

定没有将我们抛弃，你一定肯与我们的军队一同出击”。

13—14：人的援助徒然无益，唯有全心仗恃天主。

第 60 首 流浪者的祈祷

- 2 天主，求你俯听我的哀号，
留心细听我的祈祷。
- 3 当我忧戚时，从远方向你呼吁，
求你将我安置在高峻的磐石上。
- 4 因为你是我的避难所，
是我对抗敌人的坚固碉堡。
- 5 我将永远居住在你的帐幕内，
藏身在你双翼的荫庇下。
- 6 天主，你果然满足了我的心愿，
赐给我义人应得的财产。
- 7 愿你使君王福寿绵长，
赐他万寿无疆！
- 8 愿他在天主面前永远为王，
使慈爱与真诚作他的保障。
- 9 因此，我要永久歌颂你，
天天实践我的誓言。

引言

这是一首哀祷圣咏，可清楚地分成两部分。第一部分（1—5）内容为：一位在外充军的人，祈求天主赐他早日返

回圣京居住。第二部分（6—9）作者获得了天主的恩赐，回到了耶京，于是兴高采烈地感谢天主，且为国王祈祷。

这个流浪在外的人就是达味，他在阿贝沙隆叛变时，被迫离开了耶京，流落他乡，而且危险重重，性命难保。在此悲惨的情况下，他忆起了上主以及他的宫殿所在地——耶京，思乡之情油然而生，于是写了这篇哀怨动人的诗歌。在第二部分提到的国王，可能是达味已立为新王的撒罗满。（这种说法也只是一种推测而已）

释义

3：“远方”：即远离圣京的地方，作者身处他乡，远离耶京圣殿，心神苦闷，乃自心灵深处，向天主发出热切的哀祷。“磐石”：一指天主，一指耶京。称天主为“磐石”，因为磐石既坚实而牢不可破，又极可靠而稳妥，给人一种绝对安全和毫无顾虑的感觉；耶京也称磐石，因为只有在耶京才可觉得无忧无虑，精神有寄托。

4：“避难所”、“碉堡”：坚固的碉堡可抵挡一切来犯之敌，军士守驻其中，必安然无恙。同样，投奔到天主那里，天主就保护。碉堡也指圣殿，因为在那里更容易，更多接近天主，更可靠地得到天主的保护。

5：“帐幕”：使人避免风吹雨打，日晒和寒冷，“双翼的荫庇”：犹如雏鸡安安稳稳地藏老母鸡护卫它们的双翼下，如此身心泰然，万无一失了。

6：流亡的悲惨生活已经过去，现今已享受上主所赐予的“财产”了，也就是可以在上主赐予的土地——巴勒斯坦圣地上安度生活了。

7—8：作者为国王祈求，希望天主增加国王的年岁，并以夸张的笔法，求天主赏赐君王“万寿无疆”。这与我国军民惯用的口号“万岁，万岁，万万岁！”如出一辙。第 8 节重复第 7 节的意思。

9：“实践誓言”：第 9 节第一句“我要永久歌颂你”算作许给天主的誓言，这个誓言包括要参与圣殿祈祷歌咏的敬礼和奉献感恩祭礼。

第 61 首 在天主内才有平安

- 2 我的灵魂只有在天主内获得安宁，
我的救援来自天主。
- 3 唯独他是我的磐石，我的救星，
他是我的堡垒，我决不会动摇。
- 4 你们共同欺凌一个人，向他冲击，
如同冲击将倒塌的墙壁，要到何时？
- 5 你们企图把他从高位上推下，
你们爱说谎话：口中祝福，心里咒骂。
- 6 我的灵魂，只有在天主内获得安宁，
我的期望全在上主。
- 7 唯独他是我的磐石，我的救星，
他是我的堡垒，我决不会动摇。
- 8 我的救恩，我的光荣全在于天主，
我的堡垒，我的保障全基于天主。
- 9 全体百姓，你们要常信赖上主，

在他面前倾诉你们的心曲，
因为天主是我们的避难所。

- 10 世人不论贵贱，莫非泡影，
放在天秤上毫无重量，比空气还轻。
- 11 不要仗势欺人，
也不要以劫掠为荣；
纵然财富日增，也不要沉溺其中。
- 12 天主说了一次，我懂得了两件事：
- 13 威能属于天主，慈爱也非他莫属；
上主，你按照每人的行为予以报应。

引言

本诗是非常美丽的个人依赖圣咏。作者对惟一的、全能的天主，始终表示真诚的信任和依赖，他虽曾身陷重围，孤立无援，又被人们误解，受凌辱和欺压，如处悬崖绝境，幸赖天主拯救他脱离了厄运，且再无后顾之忧了。故此以图报的心情，来感谢天主的恩惠，并藉以提醒和勉励人们对天主应有绝对的信赖。

本诗的作者为达味。阿贝沙隆的叛变（撒下·一五章）是本诗写作的背景，达味虽身处困境，但对天主的依赖始终不变。

本诗分三部分：1，面对敌人的强横和虚妄，全心依赖上主（1—5）。2，劝人要依赖天主，不要依恃人（6—9）。3，不要仗恃财富（10—13）。

释义

4: “倒塌的墙壁”: 比喻词。

5: 敌人心虽恶毒, 蓄意陷害我, 外面却假意奉承。

7: 是 3 节的重复。

12: “天主说了一次, 我懂得了两件事”: 这是希伯来文诗体上的成语。在这里的意思是: 天主默启了我两件事, 就是下边 13 节的: 威能属于天主, 慈爱也属于天主。关于这种诗体可参阅 (箴六·16)。

第 62 首 (2—9 节) 灵魂渴慕上主

2 天主, 你是我的天主,
我急切寻求你!

我的灵魂渴慕你, 我的肉身切望你,
好像一块干涸无水的田地。

3 我在圣殿里曾这样仰瞻过你,
想要看到你的威能和你的荣光。

4 因为你的慈爱比生命更为宝贵,
我的唇舌称扬赞颂你。

5 我要一生一世这样赞美你,
我要奉你的名把双手举起。

6 我的灵魂好像饱餍了膏脂,
我要以欢愉的口唇赞美你。

7 我在床上想起了你

彻夜不眠地思念着你。

8 因为你作了我的助佑，
我在你护翼之下欢舞。

9 我的心神紧紧地追随你，
你的右手时时扶持我。

引言

一位圣经学者曾经评断这首圣咏是圣咏集中的一颗珍珠。本诗是一首个人哀祷圣咏。

本诗是达味逃避阿贝沙隆的判变（撒下一五·23），辗转流亡到犹大旷野，而远离圣殿时所作的。

达味本是一位非常虔诚，忠于天主的善人。但竟被人迫害，甚至流亡异域。他在孤苦伶仃，凄凉悲惨的环境之下，忆起了往日在耶京的美满生活，更想起了圣殿，及在圣殿参与过不少隆重礼仪和庆祝大典，并作过热切的祈祷，获得了上主的恩惠等……。回忆往事，环顾目前，不禁悲从中来，于是从心灵深处，以感人的文笔，向天主发出了满腔热忱的哀祷。其辞句恳切，娓娓动听；并将他目前所处的凄凉景况，描写得淋漓尽致，又生动逼真，凡诵读者，莫不激起共鸣。的确是一首文情并茂的绝妙诗篇。

划分：1，渴望与天主同在（2—5）。2，许愿将永赞上主（6—9）。

释义

作者一下笔，就开门见山地表示：天主是他的生活中心，与上主同在，乃是他生命中最大的安慰和幸福！作者又

表示，他大清早尚在黎明时，便迫切地寻求上主。在他心目中，没有天主或离开了天主的居处，形单影只的生活，不独灵魂感到好像一块干涸无水的田地，就连肉身也毫无生气，而近奄奄一息了。

3: “我在圣殿里曾这样仰瞻过你，想要看到你的威能和你的荣光。”

回忆往日曾在天主的圣所中，兴高采烈地参与盛大隆重的典礼，瞻仰上主的“威能”和“荣光”。

4: “因为你的慈爱比生命更为宝贵”：诗人表示，除非他生活在上主的慈爱荫庇之下，生命是毫无意义的，甚至可说生不如死；所以当时许愿赞美上主。

6: “我的灵魂好像饱飨了膏脂”：虽然作者远离了天主的圣殿，但总是憧憬有朝一日，仍旧回到上主的居处，以热烈隆重的仪式向上主奉献赞美之祭。如此灵魂可得到充分的满足，好像人们饱飨山珍海味的感觉。

第 63 首 求主保护

- 2 天主，求你俯听我沉痛的呼声，
保全我的性命免遭仇人的恐吓。
- 3 求你保护我远离恶人的暗算，
使我脱免歹徒的扰乱。
- 4 他们磨快舌头有如利剑，
口出恶言好像射箭；
- 5 他们隐在暗处，袭击无辜

- 突然发射，肆无忌惮。
- 6 他们彼此怂恿，图谋作恶，
暗布罗网说：“谁能发觉？”
- 7 他们拟定周密的阴谋，
人心好似深渊，难以探测。
- 8 岂知天主突然射出一箭，
他们必会立即身受重创。
- 9 他们的狂言反使他们颠仆，
看见他们的人，都将摇头讥讽。

引言

这是一首典型的哀祷圣咏，作者惨遭一批丑恶的小人包围：他们满肚子阴谋诡计，企图杀害无辜的作者，或破坏作者的名誉。作者正如羔羊身陷狼群，处于无力自拔的境遇中，只有投奔天主，求主犹如往日施展他的大能，前来救助保护他，作者在含怨诉苦之后，接着痛斥难为自己的敌人，诅咒他们，乐见他们不得好死。

划分：1，哀怨的祈祷（1—7）。2，恶人必得恶报（8—9）。

这首诗歌从表面来看，属个人哀祷圣咏，骨子里是在为一切受迫害、受窘难者诉苦，古今中外凡是有是非善恶观念的人，都认为：恶人不会得到善终。至于恶人迫害善人的原因，是因为善人们谨遵天主的法律循规蹈矩，始终不渝，因此，遂成了恶人的眼中钉，如不除掉，就成了他们的照妖镜。

释义

2—3：作者在仇人虎视眈眈之下，迫不及待地向上主呼求救援，因为他的生命危在旦夕了。

4—5：“剑”：希伯来人与我国有同样的比喻，以“剑”比作胡言乱语，搬弄是非的舌头。我国亦有“唇枪舌剑”，“杀人不见血的软刀子”的说法。

6—7：这些恶人是特别阴险的，他们在暗地里搞陷害人的魔术，使人防不胜防，正是“明枪易躲，暗箭难防。”第七节是敌人自己心中的想法，他们以为他们的阴谋诡计是人不知鬼不觉的活动。他们以为他们那图谋作恶的“心好似深渊”，别人甚至天主也“难以探测”。

8—9：天主绝不容许任何人践踏其正义。一切破坏其法律，迫害善良百姓和逍遥法外的人，恶人的阴谋诡计似将得逞，善人行将遭殃的时候，“天主突然射出一箭”，一只所向无敌，攻无不克的利箭。这只利箭使他们身受致命重伤；他们的“狂言”乱语，不但没有帮助他们得利，反倒叫他们“颠仆”跌倒。人们看见了他们这些无法无天的恶人受到天主的惩罚，“都摇头讥讽”他们。

第 64 首 隆重的感恩词

2 天主，你当在熙雍受颂赞，

人许愿，理当还愿。

3 原来你有求必应，

血肉之人因罪而向你投奔。

- 4 我们罪孽深重，不胜负荷，
但你都一一宽赦。
- 5 你所选拔的人，住在你的庭院，真是有福！
你的居所——你殿中的美物，
使我们心满意足！
- 6 天主，我们的救主，
你广施奇能拯救我们！
天涯海角，普世万民，都要信赖。
- 7 你彰显大能，
以威力稳定山岳；
- 8 你平息了澎湃的海洋，
咆哮的巨浪，和万民的扰攘。
- 9 远地的居民，因你的奇迹而惊异；
东西两极的人，都欢天喜地。
- 10 你眷顾大地，普降甘霖，使大地肥沃；
天主的河川洋溢，五谷丰登，
这都是出于你的安排。
- 11 你灌溉田畦，耙平土壤，
降雨松软土地，赐福幼苗生长。
- 12 你普施慈惠，年年丰收，
你足迹所至，处处富裕。
- 13 牧场上牛羊成群，
山林间，欢声载道。
- 14 羊群满山遍野，
佳禾满坑满谷，

万象都在歌唱欢呼。

引言

这是一首团体的感恩圣咏。写作的时间，好像一次久旱不雨，喜获甘霖而丰收之后。

划分：1，感谢上主，因为他赦免了悔改者的罪（2—5）。（有人称这一部分为礼仪之前奏）。2，赞美创造及掌管万物的天主（6—9）。3，感谢上主使五谷丰登，牲畜繁殖（10—14）。

释义

2：“人许愿，理当还愿”：作者先前已曾许过愿，现今得到了所求之恩，故今来还愿。

3—4：自认得罪了天主，怀着痛悔的心情，前来献赎罪之祭，求天主赦免已罪。

5：“你所选拔的人，住在你的庭院，真是有福”：作者既羡慕又嫉妒那些有权居住在上主圣殿中的司祭和肋未人。他们是上主特别选拔和特别宠爱的人，因此成为有福的人。

“你的居所——你殿中的美物，使我们心满意足”：作者也承认，凡前来圣殿朝拜上主的人，也可以得到上主的圆满祝福。“殿中的美物”指天主的降福。

6：本篇真正的感恩赞美是从这里开始的。

“广施奇能拯救我们”：指天主为拯救以民所显的种种奇迹。

7—8：“你彰显大能，以威力稳定山岳……万民的扰攘”：天主以其大能神威，创造了大地万物。由稳定的山岳，

澎湃的海洋，咆哮的巨浪，以至万民熙熙攘攘，嘈杂喧哗的声音，都是上主全能的化工。换句话说，天主不只是造化万物的天主，也是掌管万民万物的天主。

第 65 首 颂谢之祭的赞美诗

- 1 普世万民，请向天主欢呼，
- 2 歌颂他圣名的光荣，
向他献上赞颂。
- 3 请向天主说：“你的工程何等可畏！
面对你的大能，你的仇敌无不惊退。
- 4 普世都要朝拜你，歌颂你，
歌颂你的圣名。”
- 5 请来瞻仰天主的作为，
他为人所做的一切，令人敬畏。
- 6 他曾使海洋干涸，使人徒步走过，
让我们因他而欢乐。
- 7 他以大能永远统治万邦，
他监察万民，使叛逆者不致猖狂。
- 8 万民哪，请赞美我们的天主，
让人人听到赞美他的声音；
- 9 他赋与我们灵魂生命，
不让我们失足跌倒。
- 10 天主，你考验了我们，
像炼银子一样精炼了我们；

- 11 你曾让我们陷入罗网，
将重担放在我们身上。
- 12 你让异民骑在我们的头上，
我们曾经处于水深火热之中，
你终于带我们到达安居的地方。
- 13 我带着全燔祭进入圣殿，
我要向你还愿；
- 14 就是我从前在困难中，
亲口所许的愿。
- 15 我要献上肥美的牲畜作为燔祭，
献给你公羊的馨香，
以及牛犊和山羊。
- 16 敬畏天主的人，请前来聆听，
我要叙述他为我做了何等伟大工程。
- 17 我亲口呼求过上主，
我的唇舌也称扬过上主。
- 18 如果我心术不正，
上主绝不会俯听；
- 19 但是他终于俯听了我，
倾听了我哀祷的声音。
- 20 天主应受赞美：
他没有拒绝我的哀告，
他对我的慈爱也从未改变。

引言

本诗的历史背景：公元前 701 年，犹大王希则克雅时，

亚述王散乃黑黎布率大军围攻耶路撒冷，满以为易如探囊取物，竟突然在一夜之间，天主遣天神杀死了亚述军 18 万 5 千人，亚述王于是班师回国。（见依三七）耶京得以脱险，诗人（很可能是希则克亚）作了这首圣诗，来代表百姓向天主致崇高的谢意。但统观全诗，提到“海洋干涸”（6），将重担放在我们头上（11，12），可见本诗背景，不只是亚述王围攻耶路撒冷。

划分：1，赞美雅威的歌词（1—7）。2，团体的感恩歌词（8—12）。3，个人的感恩词（13—20）。

释义

2：“圣名”（4）代表天主本身。

3：面对天主以大能行的奇迹，义人屈膝赞叹，恶人也只有对天主唯命是从。

5—7：上主为自己的百姓以色列曾行了不少奇迹。在这些奇迹中，有两件是特别引人注意的，那就是以民渡红海以及过约旦河的奇迹（6）。天主以自己的大能统治大地，并时时监察万民，尤其注视那些反抗成性的民族，准备随时干预而制服他们，使他们不敢轻举妄动（7），这说明了人类的历史演变不断在天主的掌握之下，继续向前进展，总脱不了天主的掌握和其计划范围。

8—12：上主是百姓的救援。

9：以民因着天主的保护，没有遭受亡国灭族的大灾祸。

10：以民经过这次重大的考验，犹如以烈火锻炼银子一样。

11—12：指亚述王摧残犹太各城镇。

12 节第 2 句的“水深火热”：有的学者认为是指以民在巴比伦的情形，第 3 句则指居鲁士国王下令，大赦天下，让以民回国重整家园的事。

13—15：开始用单数（个人）的口气祈祷，是个人的感恩颂。也可以解释为：国王本人代表全民祈祷。既然上主广施恩惠而拯救了以民，国王，身为一国之主，有义务代表百姓向天主满全在困苦中所许下的誓愿（14）。所献的公羊、牛犊和山羊，都是按梅瑟法律为感恩祭或和平祭所规定的。

16—20：作者在大庭广众之前，即在圣殿中，公开承认自己接受了天主的特别恩典，藉以鼓励百姓对上主应时常有依恃的心，在同样的困境之下，要投奔上主。作者并表示：上主之所以俯听了他的祈求，是因为他敬畏天主，遵守主命，事主真诚，这很相似患重病的希则克雅的祈祷，经过苦求而豁然痊愈的事迹（依三八·1—20）。

20：最后作者以言简意赅的赞美词句，作了结论。天主是仁慈怜悯的，更是乐意救人的。

诵读这首圣咏时，可为天主保护圣教，并脱免迫害者的手而谢主。

第 66 首 万民应称颂上主

2 愿天主怜悯我们，降福我们；

愿他的容光照耀我们！

3 让世人认识他的道路，

使万民得知他的救赎。

- 4 天主，愿万民都称颂你，
愿列邦都赞美你！
- 5 愿万民都踊跃欢欣，
因为你按正义统治世人，
在地上以公正领导万民。
- 6 天主，愿万民都称颂你，
愿列邦都赞美你。
- 7 大地产生五谷，
愿天主，我们的天主赐福。
- 8 愿天主给我们赐福，
愿四极八方敬畏天主！

引言

作者因天主赐予现世的恩惠——大丰收，进而祈求上主赐予心灵的恩惠，就是使全世界的民族都认识惟一的真天主。

至于著作的背景，是在秋收之后。以民每在收成之后，习惯感谢上主的恩赐，且规定每年三大节日，这些节日都与农耕有关。所以本圣咏应是在逾越节、五旬节及帐棚节等节日里，在圣殿庆祝礼仪中感谢天主所咏唱的诗篇。这三个庆日是按收成顺序的：（一）在收获初熟的果类时。（二）在正式收成时。（三）在收割完毕之后。

划分：1，人类藉以民得福（1—4）。2，上主以正义统治万民（5，6）。

释义

2: “容光”: 照希伯来人的说法, 上主一旦要恩待保护某人, 便把他的圣容显示给他, 以容光来照耀他。反之, 一旦抛弃某人, 上主就隐藏自己的圣容, 转面不顾。

第 67 首 上主光荣的驾临

- 2 愿天主兴起, 把他的仇敌驱散,
仇恨他的人抱头鼠窜。
- 3 你驱逐他们, 使他们烟消云散,
恶人在天主面前灭亡,
就像蜡被火融化一样。
- 4 义人却欢欣踊跃,
在天主面前手舞足蹈。
- 5 请向上主欢唱, 歌颂他的圣名,
为那乘云者把道路修平,
他叫雅威, 要在他面前欢欣吟咏。
- 6 住在圣所内的天主,
是孤儿的慈父, 寡妇的保护。
- 7 天主使孤苦的人有房屋可使,
他释放囚犯, 使他们重获幸福,
却使叛徒留在荒凉之处。
- 8 天主, 当你救出你的子民,
经过旷野的时候。

- 9 高天降雨，大地震撼，
因为西乃的天主，以民的天主出现。
- 10 天主，你给子民沛降甘霖，
使旱地得到滋润。
- 11 天主，你的子民在那里居住，
你大发慈悲，使贫苦得到照顾。
- 12 上主发出命令，
童女结队前来报喜；
- 13 “诸王和军队仓皇回奔，
家中的妇女分得了战利品。
- 14 你们却在羊栈中安眠，
犹如鸽子的翅膀镀上白银，
他的羽毛闪烁好象黄金。
- 15 全能者击溃列王，
势如飞雪飘落塞孟山上。”
- 16 巴商是天主的山，
巴商是多峰的山。
- 17 群山，你为何嫉视天主选住的熙雍？
天主将住在那里，直到永恒。
- 18 天主的战车盈千累万，
上主由西乃驾临圣殿。
- 19 你带领着俘虏，登上高处，
接受万人的贡品，
使叛徒也在你身边居住。
- 20 愿上主日日受赞美，
他承担了我们的重负，

他是救我们的天主。

- 21 我们的天主是救人的天主，
他是使人摆脱死亡的上主。
- 22 但天主要击碎仇敌的头颅；
打破固执于恶者的脑盖。
- 23 上主说：“我要把仇敌由巴商带回，
将他们由海洋的深处领回。
- 24 使你从敌人的血泊中走过，
你的狗也要来舔他们的鲜血。
- 25 天主，万人都瞻仰你凯旋的行列，
看见我主我王驾临圣所。
- 26 歌手前导，乐队殿后，
少女打鼓，中间伴奏。
- 27 以色列的子孙，你们要赞美上主，
在集会时，你们要赞美天主。
- 28 幼小的本雅明作前导，
后有犹大的首领和随员，
还有则步隆和纳塔里的首脑。
- 29 天主，你曾施展大能，为我们行过奇迹，
求你再度显示你的威力。
- 30 在你耶路撒冷的圣殿，
列王必要向你奉上祭献。
- 31 求你怒斥埃及，那芦苇中的野兽，
谴责列国，那群牛犊和公牛。
令他们携带银子跪地臣服，
愿你驱散好战的民族。

- 32 埃及将遣使来朝，
 雇士将前来向天主进贡。
- 33 普世万国请向天主讴歌，
 向上主咏唱。
- 34 他驰骋在亘古的诸天之上；
 请听，他发出声音，隆隆的声音，
 你们应承认天主的大能。
- 35 他的光辉向以民照耀，
 他的威能弥漫九霄。
- 36 天主，你在圣所中可敬可畏，
 以色列的天主将力量和权力赐予子民，
 愿天主永受赞美。

引言

这是一篇赞颂和感恩诗歌；是团体在宗教礼仪上所用的诗歌；也是百姓游行时所用的诗歌；更是以色列的天主胜利凯旋的进行曲。

在达味时代完成了这首圣咏。为了适应庆典礼仪的需要，曾被后人予以删改或增加。

本诗大致上可分为四个主要部份：(1) 邀请百姓来赞美上主 (2—7)。2, 第一次歌颂上主的凯歌 (8—19)。3, 第二次歌颂上主的凯歌 (20—28)。4, 上主将永远光荣的凯歌 (29—36)。

释义

2—3: 上主是永远胜利凯旋的，在天主前敌人必要逃

散，诗人用了十分生动的比喻来描述敌人将烟消云散，如蜜蜡融化。

4—5：天主对善良的以民来说，应是欢欣的缘由，因为全能伟大的天主亲自保护，照顾了他们，在以民的历史上天主曾亲自陪伴他们辗转流亡于旷野里。今作者忆起那段往事，所以呼吁以民，要为上主预备道路，好叫那“乘云者”再度以壮大严肃的游行广扬声势，来展示荣耀，以迎接上主光临圣所中。

6—7：天主将经常居住在圣所中，与自己的百姓接近。他不仅是威严荣耀的天主，而且也是以民慈祥的大父，又是孤儿寡妇的保护者（6）。他给贫穷人准备了房舍，又曾拯救了被俘虏的人民（7）。总之，他照顾一切需要他的人，惟独那些违法的歹徒，却毫不留情地让他们穿不暖、吃不饱地飘流在外（7）。

8—9：在西乃旷野中：“高天降雨，大地震撼”是引用的民五·4—5 的诗句。“高天降雨”暗示降下玛纳和鹌鹑一事（见出十六）。“大地震撼”大概是指天主在西乃山颁布法律的事。

10：“沛降甘霖”和第 9 节的“高天降雨”同意。

12—15：攻占迦南福地，在这里作者引述一些过去战场上的光荣事迹。

12：“上主发出命令”：天主一发出交战的命令，战地的捷报便频频传来。

13：“诸王和军队”：敌人的。“家中的”：以民的。

14：作者接着对那些胆小不敢作战的以民，发出严厉的斥责。作者又讥笑他们说：“你们在羊栈中安眠”。意思是你

们却躺卧在羊栈中苟且偷安，有如牲畜。正在这时，那些以民的好子民，那些英勇善战的青年——鸽子却由前线满载丰盛的战利品而光荣地归来了。

15：作者把胜利归于全能者天主。

16—19：上主拣选了熙雍山。

16—17：巴商山脉峰岭插云，巍峨壮丽，上主却没有看中他，而拣选了其貌不扬的熙雍山作为他的居处。

18—19：天主好似全副武装的勇士，陪伴着他的百姓由西乃山到达熙雍山，一路所向披靡，势如破竹。他从胜利走向胜利，沿途敢于反抗阻挠他的所有民族（例如迦南与耶步斯等）莫不风声鹤唳，草木皆兵，不战而成阶下囚。结果，天主一帆风顺地、光荣地占领了自己的圣山——熙雍。

20—21：以民赞美天主，因为天主拯救了他们。

22—24：世间没有任何民族敢于反抗天主，因为天主犹如一位声势显赫，威力无比的将军，可以打倒世界上最顽强的敌人，且以最严厉的刑罚来惩罚他们（22）。不论敌人逃往何处，即使躲藏在崇山峻岭的巴商山，或下到海洋的深处，天主也能把他们抓来（23），使自己的百姓走在他们的鲜血中（24）。虽然这种说法，有些惨无人道，更有悖于人伦道德，但是我们别忘了，这是数千年前的著作，那时宗教的知识程度之低，几近于萌芽时期，所以不能以纪元后的宗教观点，来批判古人。由人为的立法来看，这是当时中东普遍实行的报复法律。我国也有“胜者王侯败者贼”的说法。足见战胜者，无不以凯旋的姿态，对敌人为所欲为的。我们又不要忘记，诗人的作品往往含有夸大渲染成分，是不足为怪的。

25—28：盛大的游行。

26：游行队伍包括歌咏团、音乐队和少女歌舞队。

28：参加游行的有主要支派的代表，由最小的本雅明支派，最显著的犹大支派，由南方的支派到北方的则步隆和纳塔里。首先提到本雅明，因为从他的支派出了一位国王撒乌耳；随后就提到犹大，因为从他的支派出了达味。

29—32：渴望默西亚的时代来临。

29：作者提到的可能是以民过红海和战胜进入福地的路上的一切仇敌。

31：埃及一直是以民的压迫者。

32：以民的祈求，“雇士”：地名，在非洲。

33—36：邀请万民向天主致敬。

怎样读？诵读这首圣咏时，可用圣教会代替以色列，感谢赞颂天主战胜了圣教会的敌人。

第 68 首 困苦中的哀祷

- 2 天主，求你快来援救；
因为大水已淹至我的咽喉。
- 3 我已深陷泥淖中，不能自拔，
我沉入深水中，惨遭灭顶。
- 4 我因呼救而声嘶力竭，喉咙沙哑，
我期待我的天主，望眼欲穿。
- 5 无故憎恨我的歹徒，
撰发唯咎

无理攻击我的仇敌，

比我孔武有力。

我没有抢过财物，

反倒要我交出。

6 天主，我的愚昧，你完全知悉，

我的罪过，也瞒不过你。

7 上主，万有的天主，

愿仰望你的人，不要因我而蒙羞。

以色列的天主，

愿寻觅你的人，不要因我而受辱。

8 我为了你饱受轻慢，

害得我满面羞惭。

9 兄弟把我视为过路客，

同胞拿我当作陌生人。

10 我对你的圣殿满怀热忱，

而致心力交瘁，

辱骂你的话都落在我身上。

11 我含泪守斋，克己苦身，

竟成了我受辱的原因。

12 我身披麻衣，以示哀恸，

也被他们当作笑柄。

13 他们在街头巷尾议论我，

连酒徒也拿我作歌戏弄我。

14 上主，在你施恩的时候，

我恳切祈求你。

天主，你是慈爱的，求你俯允我，

你是正义的，求你拯救我。

15 求你把我救出泥淖，不致沉没，
救我摆脱仇敌和洪水的漩涡。

16 莫让洪涛淹没我，
勿让深渊吞灭我，
别让陷阱掩埋我。

17 上主，你仁爱慈祥，求你俯听我，
你慈悲无量，求你垂顾我。

18 求你不要掉头不理你的仆人，
因为我身处困境，求你速加怜悯。

19 求你快来我身旁，保护我，
我仇敌众多，求你拯救我。

20 你知道我所受的欺凌和侮辱，
也都认得那些迫害我的歹徒。

21 欺凌使我心碎，而致筋疲力尽，
我期待人的同情，却举目无亲，
我渴望人的安慰，却四顾无人。

22 他们拿苦胆给我当食物，
我渴了，他们竟给我酸醋喝。

30 天主，我痛苦悲伤，
你的救助使我坚强。

31 我要以诗歌赞美天主的圣名，
以称谢宣扬天主的尊荣；

32 这比奉献公牛或牛犊，
更能取悦于上主。

33 谦卑的人看见了，必要欢欣鼓舞，

- 你们要寻求天主，必会满心喜乐。
- 34 因为上主常怜悯贫困的人，
从不忘记他的被囚的人。
- 35 愿高天和大地赞美上主，
愿海洋和水族颂扬天主。
- 36 天主要拯救熙雍，重建犹大的城邑，
使他的子民据为己有，在那里定居。
- 37 他仆人的后裔要继承这块土地，
爱慕他名的人，都要住在那里。

引言

这是一首哀祷圣咏。达味是本圣咏的作者。本圣咏历史背景是舍巴的叛乱（撒下二 0·1—22）。

本圣咏是第二首苦难圣咏，第一首描述耶稣苦难最为刻划入微的，是第 21 首。除了第 21 首之外，本诗是新约引用最多的一首。有些学者认为：本诗是一首完整的默西亚圣咏，这是旧时代的保守意见。现代大多数学者认为，它是含有预像意义的默西亚圣咏，并非直接指示默西亚的圣咏。

圣咏的内容，是在叙述一位被恶人迫害的人，也就是作者本人。作者自认罪有应得。如今自讼自承了，祈求上主宽恕。

本圣咏的划分：1，祈求上主拯救出险（1—13）。2，依恃上主（14—29）。3，预许奉献感恩祭（30—37）。

释义

- 2—4：作者正处于水深火热中，性命危在旦夕，随时有

没顶之虞，所以直接地呼求天主救援。又述说自己所处的险恶境况。作者在此将险境比作滔滔洪水。谁都知道突如其来的洪水可形成严重的灾害。圣地原是多山之区，每年有两次雨季，雨季多是倾盆大雨。凡住在山区的农民和牧民，会因山洪暴发而被大水卷去。惟一生路是攀上山顶或岩洞。由此可知，古代圣地的简陋房屋十之八九是建筑在山头或山腰上的，很少有平地房舍。作者对这一切，是身临其境的。所以就地取材，寄以诗情，托以画意，来用在自己的作品中。作者以活泼的幻想力，将洪水形成的险境，描写得生动逼真。先说大水已上升到了咽喉，意即如再上升就要把他淹死了(2)。后说他的两足立于低洼泥泞之地，脚下不踏实，随时会跌倒，有被水淹没的危险(3)。作者经一番拼命声嘶力竭，咽喉也嘶哑了。这时唯有眼巴巴地等候天主的救援了(4)。虽然作者已到了这步田地，但他的仇人仍不放过他，再三地向他施行无理的攻击。

5：“我没有抢过财物，反倒要我交出”是一句成语，旨在说明敌人是如何的蛮横霸道，欺人太甚之意。

7：作者知道有许多善人也在困苦艰难中，等候上主援救。他们似乎以诗人为榜样，看天主是否保护他们。如果那些仰望和寻觅天主的人，见天主不照顾我、不保护我，他们就要大失所望。“蒙羞”，“受辱”是失望之意。

8：“为了你”：为了敬畏天主，为了遵守天主的诫命。

9：“过路客”，“陌生人”：外人。正因为他奉公守法，热爱天主而不断祈祷，所以他的“兄弟”，“同胞”，即他的亲友也不再理睬他了。许多学者认为：作者是一位服务于圣殿的肋未人，为了他工作认真，勇于负责，对圣殿的事务一

丝不苟，无意中激起了同族肋未人的嫉妒，由冷嘲热讽，进而向他抨击，迫害。可能作者为了上主的光荣，责斥过其同事，因而激起公愤，群起而攻之。福音将这句话（10）贴在耶稣身上（若二·17）。

11—13：守斋克苦本是善事，也成了敌人取笑凌辱我的话柄。

14—20：求救。

14：作者至此已是孑然一身，四面受敌，惟一可投靠的只有天主。

15—16：重复山洪比喻，向上主表示他的险恶处境。

17—20：作者以满怀依恃的心情向上主求救。

21：这位可怜的诗人似乎已到了穷途末路，举目无亲，无依无靠，连他最亲近的人也舍弃了他。

22：不但从他们得不到些许安慰，他们竟幸灾乐祸，落井下石。对作者极尽陷害之能事，“在食物中掺上苦胆，给口渴的人喝酸醋”是象征的说法，形容敌人不但不减轻其苦，反倒增加其苦。这一节圣咏曾为圣史们引用过。当罗马兵给耶稣酸醋苦胆喝的时候，圣史们就联想起了这节圣咏（见玛二七·48，路二三·36，若一九·26）。由此看来，这位茹苦含辛，饱经忧患的圣咏作者，便是耶稣苦难的预像了。

30—37：感谢、依恃、赞颂天主。最后希望、祈求天主重建犹太破坏不堪的城市，使热爱上主的人可以安居乐业。

怎样读？

本首圣咏是一首耶稣苦难圣咏，诗人预言耶稣的苦难，所以我们读时可用耶稣的口气向上主诉苦，藉以体味耶稣的痛苦。

第 69 首 天主，求你快来救我

- 1 天主，求你快来拯救我，
上主，求你速来扶助我。
- 2 愿那些谋害我的人受辱，
愿那些幸灾乐祸的人蒙羞。
- 3 愿那些嘲笑我的人，
满面羞惭，转身逃遁。
- 4 愿那些寻求你的人，都欢欣鼓舞，
愿渴慕你救恩的人常说：“大战！天主。”
- 5 天主，我实在卑微而贫困，
求你快来拯救我。
- 6 上主，你是我的助佑，我的救援，
求你不要迟延。

引言

本篇是圣咏中最短的哀祷圣咏。已包括在第 39 首中，是它的 14—18 节。本首原是一篇独立的圣咏，不知何故后来与第 39 首相连接了。

释义

本圣咏是描述一个被敌人攻击而受折磨的人，在走投无路之际，只有投奔天主，求天主保护他，免得陷入敌人的毒手而丧失性命。又祈求天主打击敌人，才可使那些依靠天主

的义人，获得欣慰和鼓舞。惟有这样，才算应验了天主保护义人的许诺。

第70首 上主，从我幼年时，你就是我的仰仗

- 1 上主，我投靠你，
永远不会蒙受羞辱。
- 2 上主，你是公正的，求你救援我，
求你侧耳俯听，速来拯救我。
- 3 求你做我避难的磐石，获救的堡垒。
因为你原是我的磐石，我的堡垒。
- 4 天主，求你教我脱离恶人的毒手，
摆脱作奸犯科，不法之徒的掌握。
- 5 因为我主上主，你是我的寄望，
从我幼年时，你就是我的仰仗。
- 6 我尚在母胎中，你就保护我，
我出世以来，就仰赖你，
所以，我要不断地赞美你。
- 7 许多人把我看作奇迹，
是你作了我有力的支柱。
- 8 我要满口赞美你，
我要终日颂扬你。
- 9 我年老时，求你不要把我抛弃，
我力衰时，求你不要与我远离。
- 10 因为我的仇敌图谋杀害我，

窥伺我的人设计对付我说：

- 11 “天主已经抛弃了他，
我们要追捕他，无人会来援救。”
- 12 天主，求你不要远离我，
我的天主，求你快来援助我。
- 13 愿那谋害我性命的人，蒙羞出丑，
愿那希望我遭殃的人，狼狈受辱。
- 14 至于我，我仍然不断地期望，
对你更加不断地赞扬。
- 15 我的口要传述你的宽仁，
终日宣扬你无数的教恩。
- 16 我要宣扬我主上主的能力，
上主，我要传述你独有的正义。
- 17 天主，我自幼年时，就蒙你教诲，
直到今日，我仍宣报你的奇妙作为。
- 18 天主，直到我年老发落，
求你不要离弃我。
我要将你的威力。
传示未来的子息。
- 19 天主，你的能力，你的正义，
委实崇高，直达天际；
- 20 天主，你做了伟大奇事，
谁又能与你相比？
你曾使我经历困苦患难，
却使我复生，脱离大地的深渊。
- 21 求你赐我得享太平，

再度使我感到快慰平安。

- 22 我的天主，我要弹琴赞颂你的真诚，
以色列的圣者，我要鼓瑟，向你歌咏。
- 23 当我歌颂你时，我的双唇必要欢腾，
我那蒙你救赎的灵魂，必要由衷欢庆。
- 24 我的唇舌终日传述你的正义，
那些谋害我的人，已饱受羞辱。

引言

这是一首颇复杂的哀祷圣咏，也是一首“旁征博引”的诗歌。作者引申或节录了不少其他诗篇的辞句（例咏 21, 30, 34, 39 等）。由此足以证明，作者是一位熟读圣咏的人，于是在写作时很自然的将记忆库里的辞句搬了出来，顺笔写入了自己的作品。

作者也是一位无辜而受迫害的正义人士，向天主发出了哀告。作者自谓年老力衰，因为他已是形影相吊，无依无靠的老人了。加上面临无力抗拒的危险，性命难保。但作者未说明甚么危险正威胁着他的生命，学者大都认为是严重的疾病。作者不但年老力衰，孑然一身，且又病人膏肓，命在旦夕了。可见这位老而且病者的命运是悲惨极了，加上敌人趁火打劫，向他攻击。虽然他们明知作者已是不堪一击了，但狼心狗肺的人们仍不放弃他，逼他早死。在这种悲惨凄凉中的作者，惟有投靠天主，祈求天主伸张正义，制服恶人，使他得以如枯木复生，时来运转。

划分：1，心怀希望的哀祷（1—8）。2，哀怨及诅咒（9—13）。3，预许奉献感恩之祭（14—24）。

释义

1—3: 最初的三节系采自咏三〇·2—4节, 受迫害的义人向上主求施正义, 速来拯救。作者以坚定不移的依赖心, 深信上主是最稳固而坚强的堡垒。作者也确知天主是忠信的, 既许必践, 虽然作者身处苦境, 仍然有恃无恐。

4—6: 作者自幼年时代, 甚至尚未离母胎时, 便惟独依赖天主。天主会时时保护, 照顾他的, 直到老年。

7: “奇迹”: 妖怪。

本诗自始至终, 交叉着陈述敌人对作者的攻击和他全心依靠天主, 赞颂天主的心情。

敌人处心积虑地迫害作者, 使他走投无路, 正如被天主遗弃, 受上主诅咒和惩罚的人。但作者心中确知自己是上主所宠爱的人, 常全心满口地赞颂上主 (6, 8, 14, 15, 16, 17, 22, 23, 24,)。

作者也承认他的生命已到了尽头, 因此坦白地向天主表露心声, 目前比任何时候更需要上主的照顾和关怀。敌人见他已是老迈多病, 有气无力, 非但不同情他, 反变本加厉地予以打击 (11)。现在惟一可支持他的只有天主了。

作者向上主许下知恩报爱: 传扬天主的宽仁、救恩、能力和正义 (15, 16)。

18: “子息”: 子孙。求天主千万别忘了他这个白发苍苍的老人。使现在和将来的人们知道, 天主是如何仁慈地宽待了他。

19—24: 因获救而歌颂天主。

22: “以色列的圣者”: 是先知们所惯用的称呼。一方面

表示上主的至高无上，另一方面也是表示天主与以民有了特殊的关系。

第 71 首 默西亚的王权

- 1 天主，请将审判权授与君王，
将你的正义交给王子；
- 2 使他公正地统治你的百姓，
公道地管理你贫苦的民众。
- 3 愿高山给人民带来公平，
愿丘陵为百姓带来公正！
- 4 愿他保护百姓中的穷人，
救助贫苦人的子孙，
打倒那欺压人的莠民。
- 5 他将与日月同光，
世世代代，万寿无疆。
- 6 他有如喜雨落在草原，
又像甘霖滋润农田。
- 7 他为王时，正义必要伸张，
如月之恒，永享安康。
- 8 他的领域广及四海，
他的王权远达地极。
- 9 他的仇人要向他屈膝叩拜，
他的顽敌要舌舔尘埃。
- 10 塔西和群岛的众王都前来进贡，

- 舍巴和色巴的君王都来给他献礼。
- 11 众王都要朝拜他，
万民都要事奉他。
- 12 他必拯救哀号的贫民，
扶持无依无靠的穷人。
- 13 他将怜恤弱小的群众，
救护穷苦百姓的生命。
- 14 他要拯救他们脱离暴政，
他们的血在他眼中十分贵重。
- 15 吾主万岁！
愿把舍巴的黄金献给他，
愿人们不断为他祈祷，
终日为他祝福！
- 16 愿大地五谷丰登，
遍山果实摇曳，有如黎巴嫩的茂林，
城市人烟稠密，好像原野上的青草。
- 17 愿他的名永受赞扬，
愿他的名与日争光。
愿列邦都因他而得福，
愿万民也都要称颂他。
- 18 上主天主，
以色列的上主应受赞颂，
因为只有他能做奇妙化工。
- 19 愿他的威名永受赞美，
愿他的荣耀充满大地。阿们！阿们！

引言

这是一首预言圣咏，是针对默西亚君王及其王国而发表的。是达味为他的儿子撒罗满登极日或其他庆典而作的祈祷。这里所用的词句，不只是普通“君王万岁”、“国泰民安”、“五谷丰登”等歌功颂德的一套，而是有些句子并不符合于普通人间任何一位国王的（见 5, 7—11 等节）。因此，自古以来的学者莫不异口同声地承认它是一首直接预言默西亚的圣咏。

划分：1，为国王及其正义和平的王国而祈祷。(1—4)。2，永久的王国(5—7)。3，普及全球的王国(8—11)。4，穷人受惠的王国(12—14)。5，赞颂君王(15—17)。并附有结尾的光荣颂(18—20)。

释义

1—4：作者祈求天主赏赐国王最大的恩惠，那就是人民最渴望的仁政——正义与和平。有了正义和平，百姓才能安居乐业。但这理想的王国，只有在默西亚时代才可以实现。因此，在这里诗人所祝祷的，所祈求即将来临的，就是默西亚的神国。

5—7：作者充满喜乐和热情，憧憬着默西亚神国的到来，祝望这位默西亚国王将永远统治人类，“与日月共存”。这种祝贺用在普通国王身上，是极夸张的说法，严格说来，是不可能的事。但用在默西亚君王身上，则恰到好处，且名正而言顺。

作者又将默西亚的出现描写成“喜雨”和“甘霖”(6)，

这是以民最大的恩惠，因为巴勒斯坦最缺少的是及时与足够的雨量。有了这种雨量，人们才可丰衣足食，生活无虑了。默西亚将给人类带来莫大的恩惠，其最大最宝贵的恩赐，就是他正义和平的永远统治。

8：默西亚的王国不是只在时间方面与日月共存，永无穷尽；在空间方面也是遍布全球，下达天涯海角的。

9：世间一切民族都要向他屈膝叩拜，唯命是从；那些不知好歹而敢于反抗的人们，将要“舌舔尘埃”，在受惩罚之后，只有五体投地臣服。

10：即使最遥远的国王都要前来向默西亚君王称臣进贡。“塔西”：是西班牙南方的地区，当时认为那是最远的地方。“群岛”：是地中海的一些岛屿。“舍巴”：是阿拉伯半岛最南方的国家。“色巴”：是非洲东部的一个地区。

12—14：穷人得惠的王国，“血”：即生命的意思。

15：“舍巴的黄金”：舍巴出产最名贵的黄金，代表世间最名贵的礼品。

第72首 义人为何受虐待

- 1 天主对正直的人何其善良！
对心地纯洁的人多么大方！
- 2 但是我几乎跌跌，
我的脚险些滑倒。
- 3 因为我嫉妒狂傲之徒，
不愿看到坏人享福。

- 4 他们既从不忧愁悲伤，
身体又肥胖而健康；
- 5 他们体验不到别人的痛苦，
也不像常人那样遭殃。
- 6 他们以骄傲当作项链，
以残暴作为衣衫。
- 7 他们满腹邪恶，
心中诡计多端。
- 8 他们讥讽嘲笑，信口雌黄，
自高自大，欺压善良。
- 9 他们出口冒犯上天，
鼓舌诋毁尘寰。
- 10 因此他的子民也归顺了他们，
全心信服他们的言论。
- 11 他们说：“天主岂能知道？
至高者怎会知晓？”
- 12 这般人虽然为非作歹，
却能常享平安，积蓄钱财。
- 13 我保持心地纯洁，反而落得一场空，
洗手表明无辜，又有何用？
- 14 我整天遭受折磨，
我每朝被你指责。
- 15 假如我真的像他们那样讲话，
我就算出卖了你的子民。
- 16 我曾设法了解个中道理，
总是觉得无能为力；

- 17 待我进入天主的殿宇，
才能领会到他们的结局。
- 18 你要把他们放在光滑的地上，
使他们滑倒，自趋灭亡。
- 19 转瞬之间他们归于沉寂，
突来的恐怖使他们毁灭无遗。
- 20 上主，他们好像做了一场梦，
你醒来时，看他们只是泡影。
- 21 因此，我心中酸苦，
悲痛浸入我的肺腑；
- 22 我实在愚昧，毫无灵性，
在你面前如同畜牲。
- 23 然而我常与你同处，
是你搀着我的右手。
- 24 你先以训诲领导我，
然后隆重地接纳我。
- 25 除你以外，在天上我还有谁？
既有了你，在地上我便一无所爱。
- 26 我身心衰竭消沉，
天主却永远是我的力量和福分。
- 27 远离你的人必将沉沦，
你必消灭背弃你的人。
- 28 亲近天主是我的福乐，
上主天主才是我的寄托。
我要在熙雍城的门口，
传述你的一切作为。

引言

这是一首训诲圣咏。作者在此圣咏中，举出了一个旧约时代，一直令人感到非常棘手，且百思不解的难题，那就是：为什么世间的恶霸坏人有权有势，生活富裕，洋洋得意？反之，循规蹈矩，奉公守法，热心事主，心地善良的人们，却饱经忧患，愁肠百结，且受着人们的冷嘲热讽呢？为什么天主不立即惩罚那些趾高气扬，仗势凌人的恶徒呢？这种不公平的现象，凡有良知良能的人，都觉百思不解，甚至愤愤不平。于是作者乃试图在本诗中答复这个难题。作者只可以根据旧约的启示，在不确知有来世报应的时代，作出他认为合理的解答：恶人的显赫，地位，声势，财富等，只是昙花一现，如过眼云烟，或一场大梦而已，一旦醒来，便一切成空了。那一生贫穷受辱受迫害的人却将享受上主的赏报，与天主在一起，安享永生。

划分：1，恶人的情形（1—11）。2，诗人疑团莫释（12—17）。3，富贵如云烟（18—22）。4，善有善报（23—28）。

释义

本诗的主要内容是恶人为什么在世享福，所以本诗的题名更好为“恶人为何享福？”

1：作者以开门见山的手笔，将难题的解决原则列举出来：天主对待心地正直的人是慷慨大方的。

4—5 恶人的美好处境，他们毫无痛苦。

2—3：作者见此光景，不免心生嫉妒，且几乎犯罪跌倒。

6—9：恶人作恶：骄傲、残暴等。

10：坏人竟然吸引了不少的无知群众，听从了他们的邪说谬论。

11 节是恶人的言论，因了他们的这些狂言谬论，就产生了第 10 节的效果。

12—17：诗人疑团莫释。

15：作者并非平民之辈，易受人欺骗。他立即作了深刻的反省，如果他本人被眼前的名利所蒙蔽，与恶人同流与世俗合污，则无形中就算背弃了敬畏上主者的团体。

17：“天主的殿宇”：思高圣经释为“天主的奥妙”，即天主的启示，奥理，意即待我深沉地研究了天主宰制人类的奥理，明白了恶人现世虽享福，但这些世福是短暂的，虚幻的，他的结局是悲惨可怜的。这种结局也就是下边第 18—20 节述说的那些事。

21—22：至此作者找出了真理，从而打消了嫉妒恶人的心理。如今认出以前的想法实是幼稚、愚昧。

23—24：面对着使人眼花缭乱的花花世界，以及导致人们走向灭亡的财富，作者表示对天主忠贞不二，这种忠于天主，奉公守法的态度，必将获得天主的赏报，且在天主子民中获得光荣。“隆重地接纳我”：思高圣经译为“引我进入你的荣耀。”即使我得到光荣，体面。

25—26：作者再度坚决地表示：他将完全忠于天主，除了天主以外，没有任何值得他爱恋的，惟有天主是他心灵的重心，是他得救的保障。

27：恶人因远离天主而遭灭亡。

28：作者更希望在上主的护卫下安然度日，且向当代人

们传扬天主的大能奇迹。

第 73 首 哀悼荒废的圣殿

- 1 天主，你为何长久舍弃我们，
对你牧场的羊群如此气愤？
- 2 求你怀念你自始所召选的民族，
你所赎回作为基业的部落，
和你居住的熙雍山！
- 3 请你巡视这一片废墟：
敌人摧毁了圣所中的一切。
- 4 仇敌在你的会堂中咆哮，
竖起旗帜当作胜利的信号。
- 5 他们好象挥舞刀斧的樵夫，
在森林中滥伐树木。
- 6 他们举起斧头铁锤，
捣毁你圣殿的门扉。
- 7 纵火焚烧你的圣殿，
衰湮了你的居所，
- 8 心里说：“让我们把他们全部消灭”，
遂即把所有敬主的会所烧尽。
- 9 我们已看不到神圣的标帜，
也见不到一位先知，
也没有人知道这灾祸何时终止。
- 10 天主，仇人辱骂你要到几时，

敌人岂能亵渎你的名，永不休止？

- 11 上主，你为什么撒手不管，
为什么袖手旁观？
- 12 但天主自古就是我们的君王，
是他在各地施予有力的救助。
- 13 你以大能把海水分开，
在水中击破了大龙的脑盖。
- 14 打碎了鳄鱼的头颅，
作为海怪的食物；
- 15 你使泉水涌流成溪，
使川流不息的江河涸竭。
- 16 你安排白昼与黑夜，
你布置星辰与日月；
- 17 大地的界限是你划定，
春夏秋冬也是你形成。
- 18 上主，求你记住：仇人亵渎你，
愚昧的民族轻视你的圣名。
- 19 求你不要把弱小者交与暴徒，
不要长久忘记你受欺压的民族。
- 20 愿你回忆你所立的誓盟，
因为暗处不断发生暴行。
- 21 别让受压迫的人忍辱回城，
要让贫困的人歌颂你的圣名。
- 22 天主，求你起来，伸张正义，
记住，愚昧者整天在嘲笑你。
- 23 不要忘记你仇敌的嚣张，

和你对头不止息的喧嚷。

引言

本篇虽属哀祷圣咏，但在中间部分却插入了一段描述上主无限大能、美善、眷顾、明智和怜悯等文章（12—17）。看来丝毫没有颓丧哀怨的情绪。反之，作者对上主充满依恃之心，虽然表达的是以民受惩罚后的凄惨景象，内心仍然充满希望，对前途仍抱乐观态度，甘心接受上主的惩罚，承认自己的罪过，呼求上主快来拯救。

这首哀祷圣咏的历史背景：是追悼耶京圣殿被巴比伦国王拿步高大肆破坏之后的哀祷（公元前 586 年）。本诗是充军期间的作品。

划分：1，目前悲惨的景象（1—11）。2，歌颂上主的大能（12—17）。3，恳求天主速来施救（18—23）。

释义

1：作者一开始便向天主抱怨，因为天主长久舍弃了他，但这并非怒气冲天的抱怨，是充满依恃及爱慕的哀祷，求天主尽早结束惩罚。

2：接着又向天主诉说尽速施救的理由：因为以民是天主的羊群，是天主“自始召选的民族”，是从埃及“赎回的作为产业的部落”，在他们的熙雍山上天主指定了自己的居处。

3：继而作者邀请天主前来巡视耶京的荒凉和圣殿的废墟。

4—7：作者更具体的指出敌人在圣殿广场上狂叫，咆

哮。他们更将军旗竖立起来，竟以此作为占据圣殿的标志。且手持斧头大肆破坏，将圣殿门窗尽毁无余，如人无人之境，为所欲为。最后，竟将天主的圣殿，付之一炬。人所共知，圣殿是天主的居所。

8—11：敌人并不以此为满足，更疯狂地企图将全巴勒斯坦境内的宗教集会和朝拜上主的处所彻底加以破坏（8）。现在竟连上主派遣来的先知也无踪无影了。（充军时代的两位大先知厄则克尔和耶肋米亚都已先后去世了）（9）此情此景实在惨绝人寰！无怪乎作者哭诉着说：“也没有人知道灾祸何时终止”（9）。作者似乎在催促天主，向他们发怒且施以报复。在敌人不休止地辱骂上主圣名的情形下，上主岂能“撒手不管？”和“袖手旁观？”（11）

12：虽然天主暂时无动于衷，袖手不管，但他仍然是全能的天主，仍旧是以民的君王和救援人类的天主。这一点，是全首圣咏的中心思想。

13—14：作者列举历史上的事实，来证明天主是大能的。在以民过红海时，天主将海水分开，使百姓步行通过（出一四·31），他战胜了海中的毒龙，鳄鱼。（喻指法郎）。

15—17：上主的权能，不仅在袭击敌人上显示出来，就是自然界的海洋江河也无一不听从上主的支配。还有白昼黑夜，日月星辰也都是上主的创造之物，总之，宇宙的一切莫不遵从上主的命。

18—23：作者在最后一段，倾吐了直接的哀求，首先以“上主，求你记住”为序词，接着祈求天主打击那些“亵渎天主、轻视天主圣名的愚昧民族”（18）。求主保佑“受压迫的弱小民族”（19）。作者向天主提起敌人“整天在嘲笑天

主，仇敌的嚣张和不止息的喧嚷，”来激动天主制止他们，不再放任他们猖狂地嚣张下去（23）。

诵此首圣咏时，可回忆教难时的情况。

第 74 首 上主是最高审判者

- 2 我们感谢你，天主，我们感谢你，
歌颂你的名号，传扬你的奇迹；
- 3 我预定的时期一旦来临，
我将依照公道审判众人，
- 4 即使大地崩溃，居民惊恐，
我仍使大地的支柱稳固不动。
- 5 我对傲慢人说：“你们不要狂妄，”
我对邪恶人说：“你们不要傲慢。”
- 6 不要夜郎自大，
不要大言不惭，反抗天主。
- 7 救援不来自东方，也不来自西方，
不是来自旷野，也不是来自山岗。
- 8 因为只有天主是审判者，
他把这人贬抑，把那人提拔；
- 9 上主手持酒囊，
满盛他震怒的烈酿。
- 10 要恶人们都来酌饮共享，
直喝到最后一滴，仅余糟糠。
- 11 这些事我要永远传扬，

向雅格的天主歌唱。

- 12 恶人的权势，我都要粉碎，
义人的力量，我必增强。

引言

本篇圣咏在内容上参差不齐，有感恩颂（2，10，11节），有预言性质的神谕（3—5），也有训海性质的劝谕（6—9）。由于本圣咏的体裁多变化，学者们难以确定它的真正性质。有人说它是团体感恩圣咏，有人说它是国王登极用的诗歌，又有人说它是预言性质的礼仪诗歌。更有人认为本圣咏不是一气呵成也不是出自一人手笔，是东拉西扯的片段凑合而成的，比较客观地说：这是一首超越时代的诗歌，是寓言默西亚将依据正义来施行审判的事。

划分：1，感恩颂及神谕（1—6）。2，警告骄傲的恶人（7—9）。3，预许感恩（10—11）。

释义

2：以民以团体行动来向上主表达感恩的心情，这里未说明感恩的动机为何，大概是笼统地感谢天主所赐与的一些恩惠。

3：上主隆重地发言，许下时机一到，即履行他正义的惩罚，伸出手来打击恶人。这批恶人原以为天主不会理会善人的死活，更不会前来救助他们的。哪里知道，天主有一定的时间表，按照计划，时日一到，毫不留情地开始实行。

4：即在大自然界，天主也同样井然有序地安排。虽然有时看似地动山崩了，但天主以大能的手来支持他，使他稳

如磐石。

5—6：在伦理方面，又何尝不然？虽然目前好似恶霸当道，看来无天无法，伦理扫地，社会一片混乱，但天主自有他的行动步骤。只要天主一干预，一切即恢复正常。所以凡奉公守法，敬畏上主的人，应当耐心地等待，天主决不会长久袖手旁观而视若无睹的。

7：当上主施行审判和惩罚到来时，凡是恶人，不必妄想他们的救援可以来自东方、西方、南方（旷野）、北方（山岗），任何人不可能抗拒天主的威力，天主是至高的判官，宣布和执行他的断案。

8—9：上主惩罚恶人，恶人痛饮主震怒的杯爵，直到大醉而后已。这种说法是常见的。（见依五一·17，21—23，耶二五·15—29，四九·12，则二三·31）。恶人将在上主的义怒下，纷纷倒下，一败涂地，永无翻身之日。

10—11：预许感恩。作者由“我们”（2）突变为“我”，实际上仍是团体的意思。这种文学上的用法，在圣咏集中并不罕见。

恶人得到其应受的惩罚。对善人是很大的欣慰和鼓励。因此，作者以愉快的心情，向全能正义的天主，咏唱感恩的诗歌。善人终于获到了喘息，可以扬眉吐气，且高歌欢呼了。恶人的势力消失了，善人终于获得了决定的胜利。

第 75 首 为胜利而谢恩

2 天主在犹大显示了自己，

- 在以色列彰显了自己的名号。
- 3 在撒冷搭起了自己的帐幕，
在熙雍建立了自己的住处。
- 4 他在那里折断了弓上的火箭，
捣毁了盾牌火剑，消弭战乱。
- 5 大能者，你出奇制胜，
威振群山，何等光荣。
- 6 强敌败退，一蹶不振，
猛将阵亡，全军覆没。
- 7 雅格的天主，你一声呵叱，
战马和骑士销声敛迹。
- 8 惟独你尊严可畏，
谁能在你面前站立？
- 9 你从天上宣布断案，
大地战栗，噤若寒蝉。
- 10 因为天主要起来审判，
拯救世上所有弱小贫贱。
- 11 世人的狂妄反而使你更受光荣，
幸免于难的人，将一起欢舞庆祝。
- 12 要向上主你们的天主许愿，也要还愿。
四周的人都要向可畏者祭献；
- 13 他抑制了王侯的气焰，
使地上的列王心惊胆战。

引言

这是一首胜利凯歌。

它的背景：犹大王希则克雅时代（公元前 701 年）（见列下 19 章）亚述人的大军压境，犹大国面临存亡关头，首都耶路撒冷已被敌人重重包围了。正在这千钧一发之际，天主的使者出来助战杀敌，将亚述王大军打得落花流水，溃不成军，残兵余卒抱头鼠窜而去，以民在上主的扶助下，大获全胜。这首歌乃是为纪念这场胜利凯歌而作的，在欢欣鼓舞声中同时向天主感恩报爱。

划分：1，上主在熙雍显示威严（1—4）。2，战胜强敌（5—7）。3，上主所向无敌（8—10）。4，以民承认和赞颂上主的大能（11—13）。

释义

2—4：作者根据上述历史背景，将上主在耶京城外大破亚述王军队的史事，吟成诗歌，以抒感怀。上主亲临南犹大国（此时北以色列已不存在），以其无限的威力击败了犹大的强敌，拯救了自己的百姓（2）。“撒冷”：即耶路撒冷。“帐幕”、“居处”：也许不指圣殿，乃暗示在列下 19 章的记载：天主自己扎营城外，亲身与敌人对抗，打击了强敌亚述，使他们的弓箭、长枪、刀剑和盾牌成了废物（4）。

5—7：作者在这一段极力称颂大能的上主，他保护了自己的百姓，使强大的敌人一败涂地，一夜之间杀死敌军达十八万五千之多，“猛将阵亡，全军覆没”。因天主的“一声呵叱，战马骑士销声匿迹”。

8—10：世间无人能抵抗上主，在上主震怒之下，亦无人站立得住（8）。上主又是最高判官，他的定案，是推不翻的。他一旦发怒，整个大地吓得哑口无言，“噤若寒蝉”

(9)。上主的审判为恶人虽是可怕，但为弱小贫贱良好百姓却是有利的，使他们脱离强暴敌人的压迫而获得拯救 (10)。

11—13：赞颂天主的大能。敌人的疯狂言行，不但不能有害于天主的光荣，反更增加天主的光荣，因为时候一到，越是蛮横顽强的敌人，越受到严厉的惩罚。忠贞不二的义人必获得上主的救援，脱离强敌之手，使上主的正义更为彰显，从而义人更赞美上主，归光荣于上主 (11)。

作者劝告以民对天主应知恩报爱，实现对天主所许的誓愿，奉上祭献。作者在这里不只是提醒以民要赞美和感谢天主，而且连“四周的人”（即世上所有民族）也都应该朝拜上主，惟一的真天主 (12)。作者似乎在预告默西亚：根据历史的事实，反映未来的所有君王，都要向上主称臣纳贡。(13)

诵读此圣咏时，可因天主救援了圣教会而谢主。

第 76 首 向天主的苦诉和追念上主的化工

- 2 我向天主哀呼，
呼求天主，他就俯允。
- 3 我在患难之日，寻求天主，
整夜不懈地合手祈祷，
- 4 我的心仍得不到安慰。
我一想起天主，不禁咳声叹气，
我一沉思默想，总觉得沮丧。
- 5 你使我彻夜不得安眠，

我实在烦躁不安，苦不堪言。

- 6 我回忆往昔的时日，
我怀念悠久的岁月。
- 7 我的心灵夜间默默自问，
我的神魂不断反覆质询：
- 8 难道天主要永远抛弃？
难道他不再回顾垂视？
- 9 难道他的慈爱将永远停止，
他的诺言也将永世废弃？
- 10 难道天主忘记了慈悲？
或因愤怒而将爱心关闭？
- 11 我说：“我所担忧的，
是至高者也许已经改变。”
- 12 我要追述上主的作为，
怀念你往日的奇迹；
- 13 我要沉思你的丰功，
缅想你的伟业。
- 14 天主，你的作为圣洁无瑕，
哪里有神比我们的天主伟大？
- 15 只有你是施行奇迹的天主，
在万民中彰显了你的威武。
- 16 你以大能拯救了你的子民，
就是雅格和若瑟的子孙。
- 17 天主，洪流一看见你，
洪流一见你，就恐慌畏惧，
连海洋也不寒而栗。

- 18 乌云倾降大雨，
 云霄发出雷声，
 闪电漫天奔驰。
- 19 雷霆隆隆作响，
 闪光将全球照亮，
 大地惊惶震荡。
- 20 大海为你开道，
 深水给你让路，
 你的足迹并未显露。
 你藉梅瑟和亚郎的手，
 领导你的子民有如群羊。

引言

这是一篇个人的哀祷词，但它哀祷的意向，不限于个人的困境，而是指出其国家民族的忧患，因感同身受，而忧心如焚，所以吟诗祷告：祈求天主不要遗弃他所拣选的百姓。

本诗的背景：作者在夜深人静时，想到国家民族所遭受的巨大灾祸——家破国亡，同胞过着流离失所的悲惨生活，而感到痛心疾首，辗转不得入睡，于是起身举手向天，为自己的国家民族，在天主面前，抒发了悲感涕泣的哀祷。

划分：1，困苦中的哀感（1—11）。2，赞颂上主的奇妙化工（12—21）。

释义

18—19 节似乎是追述西乃山颁发十诫的情景。

第 77 首 历史的奥秘

- 1 我的子民，你们要听我的教言，
侧耳细听我的训勉。
- 2 我要开口讲述我的比喻，
我要揭开历史的奥秘。
- 3 就是我们所知所闻，
祖先讲给我们的事迹。
- 4 我们不能隐瞒后代子孙，
要把上主的光荣和威能，
以及他所行的奇迹，
传述给下一代的人听。
- 5 上主曾向雅格颁布了诫命，
给以色列制定了法令；
凡他吩咐我们祖先的话，
都要告知后代子孙。
- 6 使他们也都知道，
日后再告诉他们的后裔；
- 7 使他们仰望天主，
常记住他的伟业，
遵守他的规诫。
- 8 免得他们步武祖先的后尘，
成为冥顽叛逆的子民，
对天主缺乏坚定的信心，

对他也没有不变的忠贞。

- 9 厄费辣的子孙，是射箭能手，
与敌交锋，却临阵逃走。
- 10 他们不守天主的誓盟，
拒绝遵行天主的训令。
- 11 他们忘却了天主的作为，
和上主给他们显示的奇迹。
- 12 就是上主在埃及和左罕之地，
在他们祖先面前所显的神迹。
- 13 他分开了大海，领他们过去，
使大水竖立，有如墙壁。
- 14 白天他以云柱引导他们，
黑夜他以火柱光照他们。
- 15 在旷野中他把岩石敲破，
泉水涌出，使他们止渴。
- 16 他使溪水从磐石涌出，
汇集成奔流的江河。
- 17 他们仍然作恶得罪上主，
在沙漠中激怒至高之主。
- 18 他们心中试探天主，
要求他们贪吃的食物。
- 19 出言反抗天主说：
“天主岂能在沙漠里设筵？”
- 20 他曾使磐石出水，汇成巨流，
他还能赐给百姓食粮或鲜肉？
- 21 天主听了，大发雷霆，

向雅格燃起了怒火，
对以色列义愤填胸。

- 22 因为他们不相信天主，
也不仰赖他的救助。
- 23 天主却命云彩下降，
开启了上天的水闸。
- 24 给他们降下玛纳，
赏给他们天上的粮食。
- 25 世人分享了天使的食粮，
他赐下食物，使他们饱享。
- 26 天主从空中掀起了东风，
以他的大能引来了南风。
- 27 他使食物缤纷落下，
他赐下的飞鸟多如海沙。
- 28 降在他们军营中间，
落在他们帐幕的四边。
- 29 他们吃了，而且吃得很饱，
天主完全满足了他们的需要。
- 30 他们却贪得无厌，
食物在口，尚未下咽。
- 31 天主便对他们大发雷霆，
杀死了他们健壮的男子，
击毙了以色列优秀的壮丁。
- 32 尽管如此，他们仍然犯罪，
未相信天主的奇异作为。
- 33 天主使他们的时日迅速过去，

- 使他们的岁月突然消逝。
- 34 他们被击杀时，才寻求天主，
回心转意，急切投奔天主；
- 35 才想起天主是他们的磐石，
至高的天主是他们的救主。
- 36 但是他们满口谎言，
以唇舌欺骗上天。
- 37 他们对天主毫无诚心，
对他的盟约也不忠贞。
- 38 天主却慈悲为怀，赦免罪孽，
并没有把他们消灭。
他多次抑制怒火，
从不把义愤全部发泄。
- 39 天主顾念他们不过是血肉，
如风吹过，不再回头。
- 40 他们在旷野里再三冒犯上主，
在沙漠中，时常激怒天主。
- 41 他们一再试探天主，
触怒以色列的圣者。
- 42 忘了上主无比的能力，
忘了他曾救他们脱离仇敌。
- 43 他曾在埃及显了神迹，
在左罕行了奇事：
- 44 他使河水变成鲜血，
使埃及人没有水喝。
- 45 他使成群的狗蝇毒害他们，

使无数虾蟆骚扰他们。

- 46 他使蚱蜢吃光他们的谷物，
又使蝗虫毁坏了他们的收获。
- 47 他降下冰雹，摧毁了他们的葡萄树，
又用严霜，冻死他们的桑树。
- 48 使他们的牲畜染上瘟疫，
使他们的羊群患了热病。
- 49 向他们燃起怒火，
使震怒、恫吓及灾祸，
成为降灾的使者。
- 50 他不再抑制自己的义怒，
用瘟疫杀死他们的牲畜。
- 51 去毙了埃及每家的长子，
把含族的头胎全部杀死。
- 52 他像牧人一样，领出了他的子民，
在旷野里率领他们，有如羊群。
- 53 他们在上主率领下前行，
有恃无恐，
他们的敌人却悉遭灭顶。
- 54 上主领他们进入了他的圣地，
进入他亲手所占领的山区。
- 55 亲自把他们面前的异民驱散，
把土地分给他们作为基业，
使以色列各支派居有定所。
- 56 他们却仍然试探并冒犯上主，
不遵守至高者的法度。

- 57 他们一如祖先叛逆不忠，
转而作恶，有如翻背的弓。
- 58 他们遍设祭坛，惹起了上主的义愤，
他们崇拜偶像，激起了上主妒恨。
- 59 上主听见，大发雷霆，
舍弃了以色列子民；
- 60 离开史罗的住所，
就是他在人间居住的帐幕。
- 61 他让人把他的约柜掳走，
让光荣的约柜落入敌手。
- 62 任由他的子民死于刀剑，
向他的百姓燃起怒焰。
- 63 让他们的青年葬身战火，
他们的少女终身寂寞。
- 64 他们的司祭在剑下丧生，
他们的寡妇也不哀恸。
- 65 上主好像从睡梦中惊醒，
又像酒后呼喊的勇兵。
- 66 从后方攻击敌人，
使他们永远蒙羞，一蹶不振。
- 67 他舍弃了若瑟的帐幕，
拒绝了厄弗辣姆的家族。
- 68 却拣选了犹大支派，
他所爱的熙雍圣山。
- 69 他建筑了圣殿，高耸至天际。
他永远奠定了它，稳固如大地。

- 70 他拣选了他的达味，
从羊栈里召叫了达味。
- 71 使他离开牧羊的生涯，
作他百姓雅格的牧者，
牧养他的子民以色列。
- 72 他一心一意牧养他们，
机智贤明领导他们。

引言

这是一首史诗。其中也包含一些赞颂感恩和训海的意义。作者写这首诗的目的，不外敦促以民缅怀过去天主对他们祖先施予的种种恩惠，诸多奇迹，时时处处要赞美上主的全能伟大，感谢上主对以民的怜悯和爱护，另一目的，就是提醒人们前事不忘，后事之师。鉴于过去上主惩罚对他不忠不义的人，以民应有所警惕，而自策自励，循规蹈矩，奉公守法，忠于天主。

在所有支派中，以厄弗辣因支派为最顽强，作者说明天主放弃了位于厄弗辣因境内的史罗，而拣选了犹大支派在耶京城内的熙雍山，作为他的居处。这明显地指出天主惩罚了抗命不忠的厄弗辣因，而钟爱了犹大支派。藉以上史事来教训以民，勿重蹈覆辙，以免受到同样的惩罚。

划分：1. 追古以知今（1—8）。2. 厄弗辣因抗命背主（9—16）。3. 玛纳和鹌鹑（17—31）。4. 旷野中的以民朝秦暮楚（32—39）。5. 埃及十大灾难与以民进入福地（40—55）。6. 重述厄弗辣因支派的不忠不义（56—64）。7. 熙雍被天主立为以民宗教的中心（65—72）。

释义

1—8：这一段可称为本首圣咏的序言。作者以教师的口气，教导以民注意他所讲的话。且亲切地称以民为“我的子民”，以吸引他们倾耳聆听下面作者引古证今的一篇大道理（1—4）。

5—7：将旷野中眼见耳闻的上主的奇迹大恩，传达于后世，永志不忘。使世代代遵守天主的法律，忠于上主的命令。

8：作者又指出以民多次忘恩负义，妄敢反抗上主，背叛上主。

9—16：厄弗辣因人抗命背主，厄弗辣因支派人口最多，也最强壮，然而胆怯，临阵逃脱。

“左罕”：是埃及尼罗三角洲上最古老的著名城市，它曾经是数个朝代的首都。

12—16：叙述当初以民出埃及过旷野之奇迹。

17—31：玛纳和鹌鹑。

17—22：以民既得了水喝，又埋怨他没有食物。

17节所述，可能是在暗示户一一·1—13所记载的“上主以火烧以民的营幕”一事。

23—29：天主自天降玛纳和鹌鹑。

25：玛纳和鹌鹑（见出一六，户一一）这两种食物都是从天降下的。作者以美妙的形容句，称之为“天神的食粮。”

26：天主藉阿拉伯旷野的东南风把玛纳和鹌鹑吹到以民帐幕四周。

30—42：以民仍然不相信天主，再三得罪天主，因而受

到天主的惩罚。

43—67：重述昔日天主救以民出埃及过旷野的事迹，天主恩待以民；以民违背天主，天主惩罚他们；他们悔改，天主就宽恕，恩待他们；以后他们又犯罪，天主又惩罚；又悔改；又恩待。这样几乎成了常例。

60：“史罗”：存放约柜的地方，在厄弗辣因。以后约柜落到了敌人之手。（撒上四）。

68—72：最后天主拣选了犹大支派。

第 78 首 哀悼耶路撒冷

- 1 天主，异民侵入了你的领土，
衰毁了你的圣殿，
使耶路撒冷成为废墟。
- 2 将你仆人的尸首充作飞鸟的食物，
把你圣徒的血肉抛给地上的走兽。
- 3 他们杀害了你的圣徒，血流成河，
染红了耶路撒冷四周的水渠，
没有留下一人来埋葬尸体。
- 4 我们成了邻邦欺凌的对象，
做了邻邦嘲弄的笑柄。
- 5 上主，你发怒要到何时？难道永不终止？
你的怒火是否常燃不熄？
- 8 求你不要向我们追讨祖先的罪债，
求你速来对我们表示慈爱，

因为我们贫困，无所依赖。

- 9 天主，我们的救主，
为了你的光荣，求你协助我们。
上主，为了你的圣名，
求你宽赦我们的罪过。
- 10 为何让异民说：“他们的天主在哪里？”
求你在我们眼前让万民知道，
你仆人们的血债必要偿报。
- 11 愿你俯听囚徒的呼救，
愿你以大能释放死囚。
- 13 我们是你的子民，你牧场的羊群，
我们要赞颂你，传扬你，万世无穷。

引言

这是一首团体哀祷圣咏。

其历史背景：是公元前 586 年巴比伦王拿布高入侵耶京并将圣殿抢劫一空之后，作者有感而写了本诗。

作者的文笔慷慨激昂，充满了哀怨与感伤，他是一位身受其灾祸的人，有设身处地的经验，所以写来有血有泪，不愧为诗中佳作。

划分：1，哀悼人民被浩劫（1—7）。2，求主速施拯救（8—13）。

作者在第二部分列举事实强调：上主不应该只重视他的正义要求，而应念及他的无限仁慈，给以民宽宏大量的恩待（8），何况外邦人也不比以民好多少，何以逞强来欺压上主的子民？尤其天主的声威和尊严，亦因以民被蹂躏而受到莫

大的耻辱 (10)。上主如不速来俯听以民的祈求，施予救助，那么，外邦人就要嘲笑说：“依靠上主只是痴心妄想罢了。”

释义

1—3：以民被残害。作者犹如当代的耶肋米亚先知，坐在被劫后的耶京废墟上，环睹皆是断壁残垣，尸体遍地，血流成渠，尽是一片目不忍睹的惨状。作者触景生情，吟成诗篇，以抒发心曲。这一切凄凉景象都是外邦铁蹄践踏后的痕迹。他们侵入了上主的产业，亵渎了上主的圣殿，这一座全世界最崇高的耶京圣殿，已变成了荒凉的废墟 (1)。继之而来的，是飞鸟野兽的群集，夺食死于刀剑之下的“圣徒”尸体 (2)。“圣徒”指善良无辜的市民，这些可怜的市民——上主的子民，竟然死无葬身之地 (3)。

4：四周的邻邦，如厄东、摩阿布欢欣鼓舞，庆幸之余，回头讥笑辱国丧权的以民。

5：在这种悲惨凄凉的情况下，在举国上下遭受奇耻大辱之下，作者想起了天主，于是苦苦哀求天主息怒。

6、7 两节在日课经本中删去了。

8：作者自讼自承百姓犯了罪，得罪了天主，实在是罪不容诛。但天主也不应该忘记他的仁慈，而只顾公义，惩罚自己的百姓，丝毫不留情面，因为他们已处于极险恶的境遇之中了 (8)。

9：再者，上主的光荣和圣名也会受到影响。

10：因为那些敌人要用讥笑的口吻说：“他们的天主在哪里？”因此作者哀求天主速来施展他的威力，以他大能的手臂解救水火中的以民。

12 节在日课经中删去了。

13: 绝大多数哀祷圣咏，均以预许、奉献、赞美之词作结束，本篇亦然。且又说：上主不会放弃自己的子民，因为上主是他们的牧者和君王。

诵读此诗时，可回忆教会遭艰难时的情况。

第 79 首 · 上主！请眷顾你的葡萄树

- 2 以色列的牧者，请留心细听，
你率领若瑟有如率领羊群。
- 3 坐在革鲁宾之上者，
请在厄弗辣因、本雅明和默纳协面前，
大显光荣。
请彰显你的威能，
来拯救我们！
- 4 天主，求你扭转我们的命运，
显露你的圣容，使我们获得救恩。
- 5 上主，万有的天主，
恼怒你子民的祈祷，要到何时？
- 6 你使他们吃泪水浸透的食物，
以大量眼泪作他们的饮料。
- 7 你使我们成为邻国反对的对象，
使敌人对我们冷嘲热讽。
- 8 万有的天主，
求你扭转我们的命运，

显露你的圣容，使我们获得救恩。

- 9 你从埃及移来一棵葡萄树，
为种植这树，曾把异民驱除。
- 10 你为这树开垦了田畦，
使它深深扎根，蔓延大地。
- 11 它的阴影遮蔽了群山峻岭，
它的枝条有如高耸的苍松；
- 12 枉枝伸展到海岸，
嫩芽绵延到河畔。
- 13 你为何拆毁篱笆，
任凭路人来砍伐？
- 14 森林的野猪把它践踏，
田间的走兽将它吞下？
- 15 万有的天主，求你回头，
从高天垂顾这葡萄树。
- 16 求你保护你亲手种植的园圃，
照顾你亲自培育长大的小树。
- 17 对那些焚烧，砍伐它的人，
求你显出怒容，消灭他们。
- 18 愿你的手扶持你特选的人，
你亲自抚养的子民。
- 19 从此，我们不再背离你，
让我们生存，呼求你的圣名。
- 20 上主，万有的天主，
求你扭转我们的命运，
显露你的圣容，使我们获得救恩。

引言

这是一首团体哀祷圣咏。哀祷的原因是以民的葡萄园——国家民族被敌人蹂躏摧残了。

历史背景：似乎是北方三支派正受着极大威胁的时候，这三支派乃属于北以色列的主要支派，即厄弗辣因，本雅明和默纳协。

亚述帝国进攻北以色列的首都撒玛黎雅，围攻达三年之久，终于 721 年攻下，破城而入，大肆抢劫破坏，并将百姓带到充军之地。（列下一七至一八·13 节）。

划分：1，为北国以色列求救（1—4）。2，以民饱受摧残（5—8）。3，移植的葡萄树（9—12）。4，被毁坏的葡萄树（13—16）。5，祈求以民的复兴（17—20）。

释义

2—3：作者好象迫不及待，下笔就指出：天主既然是以民的牧者，按情理应照顾若瑟的子孙——北以色列国，犹如善牧照顾自己的羊群。“革鲁宾”是九品天神中最高的一级，称天主坐在革鲁宾之上，就是说天主是至高无上的，是无人可敌对的，所以不应袖手旁观，应该表显威能，快来救助。

3：本雅明与若瑟是同父同母的亲兄弟，厄弗辣因和默纳协是若瑟的儿子。

作者要求上主拯救三个北方支派，同时也求天主拯救岌岌可危的全体以民。

7：“你使我们成为邻国反对的对象，使敌人对我们冷嘲热讽”：“邻国”“敌人”指厄东和摩阿布人，他们霸占以民

的土地之外，又对以民加以嘲笑，说这个曾被天主特选的民族，现在被天主弃舍了。

9—12：以葡萄树比喻以民受天主的特别照顾。

12：“海岸”：指西边的地中海；“河畔”：指东边的幼发拉底，这是以民最强盛时代的版图。

13—16：被毁坏的葡萄树。

13—14：“你为何拆毁篱笆，任凭路人来砍伐？森林的野猪把它践踏？田间的野兽把它吞下？”这两节并不是抱怒天主。而只是表达作者心中的痛苦而已，这正如圣咏二一·2节所说的：“我的天主！我的天主！你为什么舍弃我？”作者深信天主既然费了心血照顾了自己的百姓，是不会全放弃他的。所以在下边 15、16 两节以坚定信心依靠天主，祈求天主继续照顾和保护他的葡萄园——以色列百姓。17—20：祈祷以民的复兴。

读此诗时，把关于葡萄树说的，贴到圣教会身上，尤其贴到蒙难的教会上。

第 80 首 重订盟约：庆节的歌咏

- 2 你们要向救助我们的天主歌舞，
向雅格的天主欢呼。
- 3 你们要击铙鸣鼓，引吭高歌，
弹琴奏出悦耳的音乐。
- 4 朔望之夜吹号角，
欢度我们的佳节。

- 5 这是颁给以色列的诫命，
是雅格天主的法令。
- 6 当他出征埃及的时候，
给若瑟立了这个法度。
我听到从未听过的诺言：
- 7 “我使你们的肩膀摆脱重担，
使你们的双手放下筐篮。
- 8 你们在患难中呼号，我解救了你们，
从雷鸣的云彩中，我回答了你们，
在默黎巴的水旁，我试探了你们。”
- 9 我的子民，请听我的忠告，
以色列，但愿你听从我。
- 10 在你们中间，不可有别的神，
也不可崇拜外邦的神。
- 11 我是上主，你们的天主，
是我从埃及将你们领出，
张开你们的口，我必使你们满足。”
- 12 我的百姓却没有听从我的呼声，
以色列没有理睬我的命令；
- 13 我只好任凭他们的心灵顽梗，
让他们照自己的私意而行。
- 14 但愿我的百姓肯听从我的命令，
以色列遵循我的途径！
- 15 我必立刻制伏他们的敌人，
转身打击迫害他们的仇人；
- 16 憎恨上主的人，虽然俯首称臣，

他们的命运却将永远注定。

- 17 但我要以上等的麦面，养育选民，
用石缝中的野蜜饱饫他们。

引言

这是一首礼仪圣咏，其主题是天主十诫中的第一诫（见 10, 11 节）。

划分：1, 号召百姓欢庆节日（1—6）。2, 斥责之言（7—17）。

释义

3: “吭”: 喉咙。

4: “朔”: 初一。“望”: 十五。具体说来, 这节日是犹太人的新年（肋二三·24）。以民应当在七月初一开始庆祝, 直到十五日才结束。

5: 过这节日是天主的命令。

6: “出征埃及的时候”: 即拯救以民出离埃及的时候。“若瑟”: 若瑟和雅各伯与以色列意思相同, 包括十二支派。

7—17 节是上主的话。作者以严肃的语气劝告以民, 应回心转意归向天主, 惟有这样才可以获得天主的宽恕、恩赐和保护。

7: 指以民在埃及受的虐待和压迫: 如肩负重担, 修城造屋等（出一·11—14, 二·11, 五·4, 5, 六·6, 7）。

8: “默黎巴”: 意为“争吵”, “玛撒”: 意为试探抱怨。但所指的是同一件事, 即以以色列在旷野没有水喝时, 抱怨天主, 与梅瑟争吵（出十七·1—7）。

17: “上等的麦面…… 石缝中的野蜜”: 是先知为预言未来的默西亚时代所惯用的寓言, 藉以形容默西亚时代的以民将国泰民安, 丰衣足食, 过着太平盛世的生活。

诵读这首圣咏时, 可设想好像天主向我们颁发十诫的第一条。

第 81 首 申斥不义的法官

- 1 天主主持神圣会议,
在众法官前伸张正义:
- 2 “你们审判不公,
徇私舞弊, 要到何时?
- 3 你们要为穷人和孤儿维护公理,
为贫弱可怜的人主持正义。
- 4 拯救弱小贫苦的人,
从恶徒手中解救他们。”
- 5 他们愚昧无知, 暗中胡作非为,
动摇了整个大地的根基。
- 6 我曾说过:
“你们都是神,
你们都是至高者的子民。”
- 7 但是你们必要像别人一样死亡,
必要消逝, 像任何王侯一样。
- 8 天主, 求你起来审判大地,
因为万民都属于你。

引言

在本首圣咏中，作者以拟人的笔调，将天主描写得像一位显赫威严的至高判官，来审问他手下的代理判官。斥责他们何以未尽到判官的任务，假公济私，违反正义？且警告他们，要多多照顾那些受社会鄙视和欺凌的人，以及无依无靠的孤儿、寡妇。

划分：1，号召主持正义（1—4）。2，天主要惩罚那些违法犯纪的人（5—8）。

释义

诗人以其活泼的幻想力，设想天主召集了一个盛大的集会，亲自主持这场大会，在他周围有代他掌权的判官——天主的代表。这是一个审判的大会，天主要来主持公理，伸张正义，天主要来赏善罚恶。

1：“神圣会议”：即由众神参加的会议。“众神”：神，即天主的代表。

2—4：天主的判词的内容：先斥责判官们的罪行（2），后指出他们应该怎样做，言外是说他们没有这样做（3—4）。

5：这样在人间应当代表天主秉公行事的判官，如此擅权渎职，其结果是导致伦理败坏，世风日下，以致大地的根基也为之动摇。这是希伯来诗人所惯用的句法，将宇宙的动向（例如地震）与伦理的程度看作互有密切关系。宇宙大自然的变化（例如旱涝）是天主旨意的表现，也是天主义怒的象征。同样，伦理程度的巨变（沉沦或腐败），是天主将惩罚人类的先兆。当天主伸张正义的时候，宇宙万象也随之

动摇，如同有灵性的万物失去常态。

6：“我”指天主。“你们”：如上边 2, 3 节，指掌权者，代天主权者。

7：但你们仗势欺人，逍遥法外，你们也要受上主的审判，如一般人一样死亡，你们的命运与王侯没有两样，你们都要进入坟墓。

8：作者鉴于世间的判官既不可靠，又属腐败下流之徒，惟有转向天主，呼求天主亲自来主持世上各民族的正义，因为万国都是属于天主管辖的。

教训：世上的掌权者应该以公正对待属下。

第 83 首 对上主殿宇的渴慕

- 2 万有的上主，你的殿宇多么可爱，
 3 我渴慕上主的庭院，而至筋疲力衰。
 我的心灵和肉躯，
 赞颂生活的天主。
- 4 万有的上主，我的君王，我的天主，
 麻雀在你的祭坛旁觅得了居所，
 5 燕子也找到了安置幼雏的巢窝。
 上主，住在你的殿里，
 不断赞美你的人，真有福气！
- 6 那只以你为靠山，
 一心向往你的人，真有福气！
 7 他们经过干涸的山谷，

将它化为水泉，
时雨初降，它将成为幸福的田园。

- 8 他们一路愈行愈健，
直达熙雍朝见天主。
- 9 上主、万有的天主，请垂允我的祈祷，
雅格的天主，求你俯听我的哀号。
- 10 天主，你是我们的护佑，
求你眷顾你的受傅者。
- 11 在你殿院一日，远胜他处千日，
我宁可站在我天主殿宇的门限，
也不愿寄住在恶人的帐幔。
- 12 上主有如太阳，又似护盾，
他普施慈晖，怜悯我们，
对忠贞的人，无不慷慨施恩。
- 13 万有的天主，谁依赖你，
谁就有福，无忧无虑。

引言

这是一首朝圣者咏唱的圣诗。当朝圣者来到了耶京，见到了万军上主的住所，便情不自禁地歌唱赞美上主。感谢天主赐他前来耶京朝拜的大恩，且使他居住在上主圣殿的附近。

我们可以想像得到：作者或朝圣者咏唱此圣咏时，正在圣殿前大门外广场，一面赞叹圣殿的壮丽，一面联想到天主的伟大可爱，于是心花怒放，精神振奋，内心充满着无限喜乐，因为他生平所希望的，就是居住在天主的圣殿里。

划分：1、对圣殿的渴望（1—5）。2，凡来朝圣的人是有福的（6—8）。3，最后的祈祷（9—13）。

释义

2—5：对圣殿的渴望。作者热烈地希望能居住在天主的圣所，乃至整个人（包括心灵和身体）都渴望靠近天主而居（3）。甚至既嫉妒又羡慕那些靠近上主祭台搭窝筑巢的小麻雀和小燕子，感叹它们是如何的幸福（4，5）。

6：“那只以你为靠山，一心向往你的人”指一心渴望爱慕天主的人，也就是到圣京朝圣的人士。

7：“他们经过干涸的山谷，将它化为水泉……”。“山谷”，“水泉”都是喻意。指的是，那些前往耶京朝圣的人栉风沐雨，风尘仆仆，攀登高达700多公尺的山城。他们有的要跋涉不毛之地的旷野；有的要越过赤地千里的干旱之区，但他们的心向往着圣城，更向往着圣殿，所以经过的旷野，赤地和山谷，也变成了甘泉、绿洲或田园，意思是朝圣者奔向上主的热情之专，乃至忘了饥渴和疲劳。

8：当他们想到即将在天主圣殿参与隆重的礼仪时，精神为之振奋，体力也为之倍增，越走越有劲，也越走越快，无丝毫跋涉之苦。

10：“受傅者”：即国王。国王住在耶京，凡前往耶京朝圣的人，除了想念天主以外，就是想到国王，他以天主代表的资格，以天主赋给的权力，来管理以色列百姓。

11节的原本位置似乎应在第3节之后，作者以极其羡慕的心情，渴望居住在上主的殿内。在本节描绘出两个对比：一日比千日，圣殿的门限比恶人的帐幔。与其居住在恶

人的高楼大厦，不如住在上主殿宇的檐下，成为乞丐，忍受风吹雨打日晒夜露之苦，觉得更为甘饴。

诵读此圣咏时，以同样的心情，渴慕进入我们今天的圣堂，参与在圣堂中举行的宗教礼仪。也可以同样渴慕之情，向往天堂，在那里永远赞美、爱慕天主。

第 84 首 祈求和平

- 2 上主，你怜爱你的国土，
你领回了流徙的雅格，
- 3 赦免了你子民的罪恶，
遮掩了他们的一切过错。
- 4 你已完全息怒，
你的怒火消除。
- 5 天主，我们的救主，求你复兴我们，
止息你对我们的愤怒。
- 6 你岂能对我们永远震怒？
是否你的气愤永不平息？
- 7 难道你不会使我们复生，
使你的子民因你而欢欣？
- 8 上主，求你大发慈悲，
赐给我们救恩。
- 9 我要听天主上主说的话：
他要向自己的圣徒和子民，
向归依他的人宣布和平的纶音。

- 10 他的救恩只赐与敬畏他的人，
使他的光荣在我们的地上久存。
- 11 慈爱和真诚要彼此相逢，
正义与和平将彼此相拥。
- 12 天主的正义由天上俯视，
世人的忠诚从地下出生。
- 13 上主必会赐下甘露，
我们的土地必会丰收。
- 14 平安紧随他的脚步，
正义在上主面前开路。

引言

内容和背景：上主拯救以民脱离 50 年（587—538 年）充军的厄运，实属莫大的恩惠。在充军期，以民受尽欺凌和压迫，但终于获得了主权和自由，回到家乡。作者承认以民犯了罪，本应受更严重的惩罚，但仁慈的天主却宽赦了他们的罪，平息了义怒。（2—4 节）

可是满怀希望和乐观回到祖国巴勒斯坦的以民，触目所及，皆是一片荒凉景象，不禁黯然心伤，好似上主仁慈的作为还没有全部实现。作者以诚恳的心情，祈求天主尽速完成他拯救以民的计划，使他们完全恢复旧观，重度往年幸福快乐的日子（5—8）。

9—14：-预许光明的前途。作者以先知的语气，代天主作答复，上主要完成他拯救以民的全部计划，不但将他们自充军之地引领回来，还要使他们在自己的土地上过着无忧无虑的安静生活。上主将居住在自己的百姓中间，施以救恩与

和平，使人们有慈爱和真诚，正义与和平。(11)：忠信（对天主和世人的忠诚和信赖）如地上自然生长的植物，将在人间开花结果。天主的正义（天主的救援）也将自然由天而降。最后一段，亦可视为默西亚时代的预言。

划分：1，感谢天主拯救之恩（1—4）。2，求主完成他的计划——恢复以民（5—8）。3，预许光明的前途（9—14）。

释义

4：“你已完全息怒”：指已把以民由充军之地救回。

5—6 两节说的“愤怒”，“震怒”，指充军回国后所见到的荒凉景象，好像天主的余怒未息。

10：“使他的光荣在地上久存”：天主的光荣在圣殿中显出来。过去圣殿被毁，天主的光荣好像已离开了人间。等到日后再复兴圣殿，那就是天主的光荣又回到了人间。

11：“真诚”：忠诚、忠信，此处指对天主忠诚信赖。“和平”：指天主的和平，天主忘掉人们过去所犯的罪恶，使人与天主和好如初。“正义”：即天主的救援，亦将自然地由天而降。

13：天主的恩赐不只是在伦理道德上发挥作用，就是在大自然界也有美好的结果。大地将风调雨顺，五谷丰登，人民安居乐业，衣食无虑。

14：作者以活泼生动的拟人法，描述上主将居住在百姓中间，赐人正义与平安。

教难后，求天主赏赐圣教迅速复兴发展。

第 85 首 贫困者在逆境中的祈祷

- 1 上主，求你侧耳听我，
因为我困苦贫穷。
- 2 求你保护我的灵魂，
因为我对你虔诚，
求你拯救那仰赖你的仆人。
- 3 我的天主，求你怜悯我，
上主，我整天呼求你。
- 4 求你使你的仆人欢喜，
上主，我的心灵仰赖你。
- 5 上主，你实在良善宽仁，
以仁慈厚待呼求你的人。
- 6 上主，求你俯听我的祈祷，
细听我的哀告。
- 7 患难之日，我向你呼救，
你定要俯允我的祈求，
- 8 上主，没有一个神明相似你，
没有任何作为可与你的相比。
- 9 上主，你创造的万民齐来钦崇，
歌颂赞扬你的圣名。
- 10 你伟大无比，施行奇迹，
你是独一无二的天主。
- 11 上主，求你指给我你的途径，

我必照你的真道进行，
使我一心敬畏你的名。

- 12 我的天主，我要全心向你歌颂，
上主，我要永远光荣你的圣名。
- 13 因为你对我的仁慈，伟大无边，
拯救我的灵魂，免陷阴间。
- 14 天主，傲慢的人起来攻击我，
一群强横的人想谋害我的性命，
他们丝毫不把你放在眼中。
- 15 上主，你却是良善慈悲的天主，
极其宽仁而信实，不轻易发怒。
- 16 求你垂视我，怜悯我，
赐给你的仆人活力，
援救你婢女的儿子。
- 17 求你显示你爱我的凭证，
使仇人一见就感到惭愧，
上主，因为你救助我，安慰我。

引言

这是属于个人的一首哀祷圣咏，作者正处于危急中，又孤立无援，遭受敌人的攻击，唯有向天主求救。

划分：1，诗人的哀祷（1—7）。2，赞颂及谢恩（8—13）。3，求天主使他脱离敌人的迫害（14—17）。

释义

8—13：这一部分以赞颂为主，但实际上也不纯粹，因

为它含有不少祈求和愿望成分。

作者坚信惟一造化与掌管天地万物的天主，因为如此浩繁而伟大的化工，是其他任何外邦的神明所没有也不可能有的（8）。作者这种说法，并非除了天主以外，承认还有其它的神明存在。作者在第 10 节明白强调了：只有天主是独一无二的真神。

13：天主曾从生命的危险中拯救了他，使他没有丧生，得以继续活着。

16：现今又遭到危险，他恳求脱离此险境。“活力”即生命。“仆人”和“婢女的儿子”是同义词。

第 86 首 耶路撒冷是万民之母

1. 熙雍的基础建於圣山，
2. 上主喜爱熙雍的门庭，
胜过推格所有的帐棚。
3. 天主之城，请听，
人们曾提及你的光荣事迹：
4. 我要将埃及和巴比伦，
列入认识我的人中；
5. 斐力斯、提洛、以及雇斯人，
都在那里出生。
6. 提到熙雍，她要被尊称为母亲，
因为人人都在她那里诞生，
至高者要亲自使她坚定。

7 上主要在万民户籍簿上登记：

“这些人都是在那里出生”。

8 人们结队，歌舞高唱：

“你是我们的生命之源，我们的家乡”。

引言

这是一首赞颂熙雍圣山的诗歌。本首圣咏的内容重点是：向来与以民势不两立的民族，如：埃及，巴比伦，提洛，培肋舍特和雇士（厄提约丕雅）等，都要前来承认和敬拜上主，屈服于上主的权威，甘心作上主王国的子民。

划分：1，赞颂熙雍圣山（1—3）。2，上主的神谕（4—7）。

释义

1：“熙雍”即耶路撒冷。

2：“门庭”：指整个耶路撒冷。雅格伯所有的“帐棚”：指历史上以民在不同的地区所建筑的圣所。

3：“光荣的事”：即指下边 4—7 节所说的事。“人们”：指先知，尤其依撒意亚（见依二·2, 3）。

4—5：天主要承认这些前来朝拜他的外邦人，一如耶路撒冷的市民，视为同在耶路撒冷出生者，所以他们将获得一切居民享有的权利。

6：天主亲自为归化的外邦人报了名，注了册。视他们如同耶路撒冷出生的公民一样。

7：凡是获得上主特殊恩宠的外邦人，应该欢欣鼓舞，额手称庆，来向上主欢呼歌唱：“你是我们的生命之源”。这些都预示默西亚将要建立的教会。这教会将收容和照顾一切

前来投奔他的人，不分种族，文化，地区。这教会也将是人类光明，喜乐，幸福的泉源。

怎样读？请参阅《前言》八，2，(3)。

第 87 首 重病者的祈祷

- 2 上主，我的天主，我的救助，
我昼夜向你哀呼。
- 3 愿我的祈祷上达于你面前，
求你侧耳俯听我的呼喊。
- 4 因为我的心灵备尝忧患，
我的性命已接近了阴间，
- 5 人们以为我已经行将就木，
我已是走投无路。
- 6 我的床铺已设置在死人中间，
像阵亡者躺在墓中常眠；
你已经不再纪念，
你的手也不再照管。
- 7 你把我投入幽暗的深坑，
扔进暗无天日的深渊中。
- 8 你的愤怒重压着我，
你的怒涛把我淹没。
- 9 你使我的知己离去，
使我为他们所嫌弃。
- 10 我被拘留，不能逃走，

我悲痛逾恒，双目失明。

上主，我整天向你祈求，

举起双手向你呼救。

11 你岂要给死人发显奇迹？

阴魂难道能起来称赞你？

12 坟墓之中，谁会称述你的仁慈？

丧亡之地，谁会宣扬你的信实？

13 黑暗之处，有谁知道你的奇迹？

遗忘之地，有谁晓得你的正义？

14 上主，我现在向你呼号，

清晨向你献上我的祈祷。

15 上主，你为什么摒弃我？

为什么转面不看我？

16 我自幼贫苦，几乎死去，

备受你的威吓，惊惶恐惧；

17 你的震怒将我淹没，

你的威吓将我毁灭；

18 整天像洪水般将我围困，

将我紧紧包围，不能脱身；

19 你使我的亲友远离，

黑暗成了我的伴侣。

引言

本诗在全部圣咏集中是最辛酸而惆怅，令人不忍卒读的诗歌。从头至尾都是叙述一个贫病交迫者的处境。也许作者自幼就患上了严重的疾病，为家人亲友遗弃，甚至连住城内

也不可能（见 9, 16, 19 节）。

由于他患上了难以治疗的癩病，只可在城外蹒跚乞食，虽然作者倾诉苦况，但并不怨天尤人，却以极大的忍耐，等待天主的拯救。

作者为了更容易获得天主的恩惠，还陈述了一连串的理由：天主无论如何，应治好他的病，不要让他死去，因为人一死，便进了阴间，在那里再也不能赞美天主（11—13）。

这首圣咏给人一个很好的启示：人要不断地祈祷，祈求和依靠天主的照顾；不论在逆境或顺境，都要常同天主在一起。

释义

5：“行将就木”：将人棺材。“走投无路”：病人膏肓不可救药。

6：“不再纪念……”人一死，进入阴间，就被人忘记了；甚至天主也不再纪念他，也不再照顾他了。

9：“你使我的知己离去，……”患了癩病，必须与社会人群隔离，以免传染他人。“我被拘留，不能逃走”：意思可能是：死后入了阴间，我被拘留在里边，不让我再逃出来。

11：“你岂要给死人发显奇迹？”作者不相信天主会显奇迹，使死去的人复活起来赞美上主。人一进入阴间，一切都完了。

12：作者是一个热爱天主的人，他最关心的是赞美天主，连在这眼看就要死去的短短时刻，还是想着赞美天主。

第 88 首 达味王朝的起伏

- 2 我要永远歌颂上主的仁慈，
我要万代传述你的真实。
- 3 我已确知你的仁慈永远常存，
你的信实如日之恒。
- 4 因为你曾说过：
“我同所拣选的人立了约，
向我的仆人达味起了誓：
- 5 我要永远保护你的后裔，
世世代代巩固你的王位。”
- 6 上主，愿苍天赞美你的奇迹，
天使云集颂扬你的正义。
- 7 在高天上，谁能与上主相比？
在诸神中，谁能与上主并列？
- 8 天主在圣者的集会中，可敬可畏，
在诸神的簇拥下，至尊至大。
- 9 上主，万有的天主，谁能与你相比？
上主，全能的天主，你事事信实无欺。
- 10 你威镇猖狂的海洋，
你平息汹涌的波浪。
- 11 你踏碎了辣哈布的尸体；
以大能的手臂扫荡了仇敌。
- 12 苍天属于你，大地也属于你，

- 宇宙万物都是你所创立。
- 13 你设置了四极八方，
大博尔，赫尔孟都向你欢唱。
- 14 你的臂膀，孔武有力，
你的勇力强大无比。
- 15 正义与公理是你宝座的基础，
仁慈和忠实作你行事的准则。
- 16 上主，向你欢唱的百姓，真有福气，
因为他们将生活在你慈爱的春晖里。
- 17 他们因你的名整日欢天喜地，
你的正义使他们扬眉吐气。
- 18 因为你是他们赖以夸耀的神力，
你厚爱我们，我们才能崭露头角。
- 19 上主是我们的保障，
以色列的圣者是我们的君王。
- 20 你曾在异像中，向你的圣者说：
我已将王冠加给了一位勇士，
我从民间选拔了一位圣者。
- 21 我拣选了我的仆人达味，
以圣油傅首赐他王位。
- 22 我的双手给他力量，
我的臂膀使他坚强。
- 23 仇敌将不会袭击他，
恶人也不能战胜他。
- 24 我要当面把他的敌人粉碎，
把仇恨他的人击溃。

- 25 我常以信实和仁爱对待他，
—他必因我而威震天下。
- 26 我要使他统辖四海，
使他治理三江。
- 27 他要称呼我说：“我的父亲！
我的天主，我的靠山！”
- 28 我要立他为长子，
作地上至高的君王。
- 29 我对他的慈爱永远保持，
与他立的盟约，决不废弃。
- 30 使他的后裔绵延万代，
使他的王位永垂不衰。
- 31 他的子孙若违背我的法律，
不遵循我的训谕；
- 32 他们若违犯我的章程，
不谨守我的诫命；
- 33 我必因他们的罪过惩罚他们，
因他们的邪恶鞭打他们。
- 34 但是我决不中止对他的仁慈，
决不改变对他的信实。
- 35 我决不背弃我的盟约，
决不收回我的承诺。
- 36 我一次凭我的名起了誓，
就永远不欺骗达味。
- 37 他的后裔必要万事兴隆，
他的宝座如日之升。

- 38 如月之恒，高悬天空，
永作忠实的见证。
- 39 如今，你却对受傅者满怀愤怒，
将他抛弃不顾。
- 40 你撕毁了与仆人所订的盟约，
将他的王冠掷在地上。
- 41 你夷平了他的城池，
使他的堡垒化为废墟。
- 42 路人恣意劫夺他，
邻居也都嘲笑他。
- 43 你帮助他的仇人获胜，
使他的敌人得意忘形。
- 44 你使他刀折剑断，
作战时，一蹶不振。
- 45 你夺去了他的光辉，
推翻了他的王位。
- 46 你把他的青春缩短，
使他饱受轻慢。
- 47 上主，你不理睬我要到何时？
你的怒火何日平息？
- 48 求你记得，我的生命何其短暂，
你所创造的人类，多么可怜！
- 49 谁能长生不老，
逃脱死亡的魔掌？
- 50 上主，你曾凭信实向达味誓许，
你往日的慈爱，如今又在哪儿？

- 51 上主，求你记得你仆人所受的耻辱，
不要忘记我所受的异民的欺侮。
- 52 上主，你的受傅者无论到何处，
时常遭受仇人的凌辱。
- 53 愿上主永远受赞美，
阿们！阿们！

引言

既然天主应允了保护和照顾达味的王室，为何竟使国王陷于羞辱与失败之境呢？不过，作者在本首圣诗中，所倾吐的并非全是怨言，他首先赞颂天主的无限权能，尤其表现在他的造化工程上。他拣选了达味作以色列民的君王（1—9）。接着是神谕，天主如何特选了达味及其家庭；且又许下：将特别钟爱和保护这个家族，使之作以民世世代代的君王（20—28）。但事实上，适得其反，目下达味王室，衰落不振，再也没有当年如日之升的气象了。反而蒙受敌人的欺压和凌辱（39—52）。

划分：1，赞颂上主的慈善和忠实（1—19）。2，论达味的神谕（20—38）。3，哀祷（39—52）。

释义

2：作者在进入主题之前，首先大大宣扬和赞美天主的慈善和忠实。天主是充满慈善和仁爱的，过去天主既然善待了以民；目前，以民陷入了困境，天主因为是信实的，所以更要慷慨地表现他的慈善。天主这忠实的属性，是永远不会改变的。

第 4, 5 两节, 是插入的两句, 重申约堂先知向达味所作过的预言, 预许达味王国将世世代代相传不替, 既然如此, 于是作者充满了乐观。他知道, 只要达味的王室不衰落, 以民的前途就是光明的, 美好的。

在插句之后, 作者继续向天主奉献他的赞颂。

6—8: 请天神赞美天主。“诸神”“圣者”: 指天神。

11: “辣哈布”: 指埃及。

13: “大博尔”“赫尔孟”: 是圣地的两座高山。

20—38: 神谕。

20: “圣者”: 第一句指纳堂先知, 后句指达味。

39—46: 历数达味王朝所遭受的灾难; 同时, 也在暗示: 未来的默西亚神国在世界上所遭受的种种迫害。

47—51: 哀求天主。

53: 结尾词。

诵读这首圣咏时, 可将达味王朝的起伏贴合到基督神国——圣教会上, 圣教会历来有盛有衰, 这是历史的常例, 但基督的王国永世长存。在圣教艰难中, 保持信心, 毫不动摇。天主虽然许可毒蛇伤损女人的脚跟, 但女人却踏碎毒蛇的头。

第 89 首 人生如梦

1 上主, 世世代代,
你是我们的安宅。

群山尚未诞生, 宇宙尚未出现,

你就是无始无终的天主。

- 3 你命世人归於灰土说：
“归来吧！亚当的子女！”
- 4 因为一千年在你眼前，
就好像刚过去的昨天，
又像夜里的一更时间。
- 5 你消灭他们有如清晨一觉；
他们就好像刚出土的青草。
- 6 早晨还花开繁茂，
晚上就萎谢枯槁。
- 7 我们因你发怒而消灭，
因你的忿怒而气绝。
- 8 你将我们的罪过放在你的面前，
你圣容的光辉照耀我们的隐私。
- 9 我们的岁月在你义怒下消逝，
我们的年华不过是一声叹息。
- 10 我们的寿命不外七十春秋，
即使健壮，也不过八十寒暑。
人生时光大半是劳苦和虚空，
转眼即逝，我们也飘落无踪。
- 11 谁能体会你忿怒的威力？
谁能觉察你怒火的强烈？
- 12 求你教我们数算自己的年岁，
使我们学得内心的智慧。
- 13 上主，求你回顾，尚待何时？
求你快来怜恤你的仆役。

- 14 使我们清晨就饱享你的慈爱，
欢欣鼓舞，天天愉快。
- 15 求你使我们今生多难的岁月，
能换取来世的福乐。
- 16 求你使你的仆人得见你的功业，
向他们的子孙彰显你的荣耀。
- 17 愿上主我们的天主广施恩宠，
使我们的工作顺利，
使我们手中的事业成功。

引言

本圣咏是属于团体的哀祷。当时以民正处在困境中，急待上主的救援。

划分：1，感叹生命的短促（1—6）。2，承认自己的罪（7—12）。3，为民请命（13—17）。

释义

1—2：为彰显生命的短促，先提出天主的永远长存。

3—6：人生命短暂如昙花一现，转眼就消失了。

既然天主是自无始以及永远长存的真神，那么一千年的光阴对天主来说，也只是刚过去的昨天而已，甚至短如夜晚一更时间（4）。我国大诗人李白也有“浮生如梦”的名句。

7—11：人生不仅短暂，而且充满痛苦。

12：人生虽是如此空虚，千千万万的人却沉浸于声色逸乐和纸醉金迷的罪恶生活中。所以作者求天主，赐给他们内心的智慧，使他们回心转意，虔敬畏天主的圣善生活。

13—17：求主怜悯。在 17 节作者为那些在国破家亡之后，正在从事于复兴其家国的人们祈祷，求主扶助他们的工作顺利发展，圆满完成。

第 90 首 天主是义人的护佑

- 1 居住在至高者的护佑下，
栖身在全能者荫底下的人，
- 2 要对上主说：“我的天主！你是我的避难所，
你是我的保障，我要投靠你。”
- 3 他定要教你脱离猎人的陷阱，
教你摆脱仇人的恶计。
- 4 他要用自己的翅膀荫庇你，
你要投奔到他的羽翼之下。
他的信实好像盾牌和盔甲卫护你，
- 5 黑夜的恐怖，将不会使你怕惧。
白天你也不怕乱箭的攻击，
- 6 夜间流行的瘴疔，中午致命的瘟疫。
- 7 纵有千人倒毙在你的身边，
万人气绝在你的右边，
灾祸决不会到你面前。
- 8 只要你睁开眼，
就会看见恶人遭到报应，
- 9 因为你以上主为避难所。
你以至高者天主，作为碉堡，

- 10 灾祸就不会降到你的身上，
凶恶也不会威胁你的营帐。
- 11 因为他必为你派遣天使，
在你要走的每条路上保护你；
- 12 他们要左右扶持着你，
免得你的脚碰在石头上。
- 13 你可从豺狼虎豹身上走过，
你可践踏猛狮和毒蛇。
- 14 上主说：因为他依靠我，我必拯救他，
他既承认我的名，我必要保护他。
- 15 他呼求我，我必俯允他，
他有困苦，我必和他在一起，
我定要拯救他，光荣他。
- 16 使他延年益寿，
让他看到我的救赎。

引言

这是一首训海圣咏，他教训人们，天主是义人的护佑，人应该全心依靠天主。诗人用几种比喻说明天主的护卫，例如：避难所，保障（2）、翅膀、盾牌、盔甲（4）。

划分：1，依赖天主的人万事无惧（1—13）。2，上主的神谕（14—16）。

释义

3：人生在世可能遭遇到种种危险；甚至致命的打击。首先是那些处心积虑以勾引善人堕落的人。他们好像猎人，

铺设罗网，逮捕善良人如捕捉无知的小鸟一样。所以善人的一生，如临深渊，如履薄冰，时时处处有危险，偶一不慎，则一失足成千古恨了。

4：信赖上主的人，正如藏身于老母鸡双翼下的小鸡一样，时时在天主的爱抚和保护中，天主是信实而可靠的，他保护善人，如盾牌和盔甲，可以防御来自敌人的任何袭击。

5：即使仇敌不分昼夜前来袭击，善人也不必惊惶失措。作者写这一段诗歌时，很可能回忆强大的亚述军队，紧紧包围着耶京的情况，但一夜之间，被天军杀得落花流水，横尸遍野，得幸免者，弃甲逃亡（见列下一九·35）。

本节的“黑夜……，白天……”是两个对句。

6：“夜间……，中午……”也是两个对句。

8—10：重申上几节的意思。

11—12：善人不必怕惧，因为天主要派遣天神保护他们于一切危险中。

13：凡依靠上主的人，纵然在豺狼虎豹身上走过，也不受任何伤害。这自然是夸大的说法，其用意不外强调：天主对善人的特殊关怀照顾，是万无一失的。

16：“延年益寿”：在旧约时代，对不知有来世永生的以民，以及宗教知识尚浅薄的人来说，长寿是最大的幸福。

第 91 首 赞颂造物主

- 2 至高者，称谢你的恩惠，
歌颂你的圣名，多么美好；

- 3 清晨，传述你的仁慈，
夜间，宣扬你的真实；
- 4 弹奏十弦琴和竖琴，
弹出琵琶优美的旋律。
- 5 上主，你的作为使我喜悦，
你的工程也使我欢乐。
- 6 上主，你的化工何其浩繁！
你的计划多么深远！
- 7 冥顽的人不会明了，
愚昧的人不能知晓。
- 8 恶人虽兴盛有如野草，
作孽的人会一时显耀；
然而他们终必永远沉沦，
- 9 上主，千秋万世，唯你至尊。
- 10 上主，请看你的仇人如何丧亡；
作孽的人，如何沦落四方。
- 11 你赐我勇气，使我一无所惧，
你给我傅油，恢复青春活力。
- 12 我的眼将鄙视窥伺我的仇敌，
我的耳朵欣闻围攻我的人遭到败绩。
- 13 义人好比棕榈一样茂盛，
像黎巴嫩香柏一般高耸。
- 14 他们被栽植在上主的殿中，
在我们天主的庭院里繁荣。
- 15 他们虽已年老，仍然结果，
枝叶青绿，汁浆丰盈；

16 这说明上主是何等正直，
他是我的靠山，他处事无不公允。

引言

这是一首在礼仪上歌颂赞美上主的诗，也是个人感恩时用的抒情诗。

作者以兴奋的心情，歌唱赞美天主的正义措施；赏善罚恶。

划分：1，称谢造化和掌管万物的天主（1—6）。2，恶人将永远丧亡（12）。3，善人欢欣踊跃（13—16）。

释义

3：“真实”：亦即“忠实”。天主以仁慈拣选了以色列；以忠实实践了对以民的许诺。

“清晨”和“夜间”：在这里指犹太人每日应该两次向上主献祭，即晨祭与晚祭。

6：“计划”：指掌管个人和世界。

7：愚昧人对天主造化和计划的工程视若无睹，不能领悟天主的作为。

8，10，12：描述恶人。

13—16：义人蒙天主的祝福，善人如棕榈树和香柏，枝叶茂盛，四季如春。

第 92 首 造物主的伟大

- 1 上主为王，以尊威作衣冠，
上主身披德能，腰系大权。
他奠定了尘寰，
大地永不摇撼。
- 2 你的宝座由太初就已建立，
你从永远就已存在。
- 3 上主！江河波涛汹涌，
洪水澎湃怒吼，
好似雷鸣狂啸。
- 4 上主在高天，具有奇能，
镇压滔滔洪水的咆哮，
平息汪洋大海的浪涛。
- 5 上主，你的誓言信实可靠，
愿你的殿宇，永保圣洁。

引言

本诗歌颂上主的造化与他的神国，且暗示默西亚来临时，将要成为这神国的君王。

作者大概采用了君王登极的盛况，来号召以民向为王的上主赞颂。

划分：1，惊涛骇浪向上主的神国进攻（1—3）。2，神国屹立，战胜一切仇敌（4—5）。

释义

1: “上主为王”是登极圣咏的开场白。按希伯来人的宇宙观,大地的四周是无边无际的洪水,大地飘浮不定。天主战胜了洪水,用几根粗大的石柱支撑大地,稳定了大地。

2: “宝座”:是天主权力的象征。

3—4: 洪水浪涛是反对上主措施的阻力;也是反对上主神国恶势力的代表,但在上主的权力下,是无能为力的。

第 93 首 上主为义人伸冤

- 1 上主,你是赏善罚恶的天主,
善恶分明的天主,求你显现;
- 2 审判世人的天主,请你起来,
给予傲慢的人应得的报应。
- 3 上主,恶人洋洋得意,要到何时?
歹徒沾沾自喜,要到何日?
- 4 他们哓哓不休,口出狂言,
做恶的人个个大言不惭。
- 5 上主,他们压迫你的百姓,
他们蹂躏你的民众。
- 6 他们屠杀寡妇和行旅,
将孤儿置於死地,
- 7 居然还说:“上主不会看见,
雅格的天主不会照管。”

- 8 愚昧人啊！你们现在要知道！
糊涂人啊！你们何时才明了？
- 9 耳朵的创造者，难道不能听？
眼睛的制造者，难道不能看？
- 10 万民的主宰，难道不能惩治？
人类的导师，难道没有知识？
- 11 天主洞察世人的思念，
他知道那些都是虚幻。
- 12 上主，领受你的教诲，
接受你法律训导的，真有福气。
- 13 你使他在患难时，获享安宁，
你却为恶人掘下了陷阱。
- 14 因为上主不会忘记他的百姓，
不会遗弃他的民众。
- 15 因为裁判必将依照公理，
正人君子必维护正义。
- 16 谁肯为我起来攻击凶手？
同我一起抵抗恶人？
- 17 若不是上主扶助了我，
我早已归于死寂之所。
- 18 我只需说：“我要失足跌倒！”
上主，你就大发慈悲，作我的依靠。
- 19 我忧愁焦虑的时刻，
你给我安慰和快乐。
- 20 不义的法官岂能与你交好？
他们假借法律，制造困扰。

- 21 他们谋害义人的性命，
将无辜者，判处死刑。
- 22 上主必要保护我，
他是我的避难所。
- 23 上主定要惩罚他们的罪恶，
他们作孽多端，必自食恶果，
上主，我的天主必把他们歼灭。

引言

作者在本诗所提到的，是一个令人费解的善恶报应问题，所引用的历史背景，似乎正当以民处于水深火热中的时间。由于国家内忧重重，导致人民不得安居乐业，因而激起了作者的正义感的发泄，而向天主大声疾呼，求天主施展其正义，不要放任恶人，为所欲为。作者这种激昂情绪，在 1—11 节中，充分发泄出来。但在 12—23 节中，其语气就温和多了。以谦卑虔诚的祈祷，向天主表达了他的坚定不移的依恃心怀，承认天主是善人的保护者，也是恶人的审判者。

划分：1，求主报复不义之人（1—11），2，上主支持及厚待善人（12—23）。

释义

作者行文时，迫不及待地向上主呼吁，称天主为“赏善罚恶的天主，善恶分明的天主”（1），祈求天主施展他的正义，来审判和惩罚骄傲的人（2），因为恶人作奸犯科，为非作歹，已到了无以复加的地步。天主是这大地的判官，惟有天主有权力给予恶人以应得的惩罚。

作者继之又以哀祷圣咏的方式，质问天主容忍这些恶人要到何时？(3) 好像在催促上主，提醒上主，到了惩罚恶人的时候了。作者历数恶人的罪行：“口出狂言，大言不惭”(4)，他们摧残蹂躏上主的百姓，首当其冲的是那些善良而无依无靠的孤儿寡妇(5, 6)。他们任意杀害了人，不但不觉良心不安，反而洋洋得意，大言不惭地说：“天主不会看见，不会照管”。言外是说：没有天主(7)。

作者针对恶人无法无天的态度，以及他们心目中全无天主的言行，痛加抨击。且警告他们：高高在上的全能、全知的天主，创造了一切，洞烛一切，时期一到，必要实行惩罚。恶人实在糊涂透顶，天主既然能为人创造耳目，他自己的这些官能必然比人类更敏捷千百倍(8, 9)。既然天主为人类立了诫命，他必要求人遵守这些诫命；如果不遵守，必要惩罚(10)。可是，天主也知道人的思念是软弱的，所以一面秉持正义，也一面念及人性来权衡罪恶的轻重大小，判以适当的惩罚。意即天主惩罚恶人时，不会让人受冤枉的。

至此，作者的心情平静下来，一面自我安慰，一面安慰以色列百姓，庆幸自己和百姓都是有福的，都是天主所宠爱的，又蒙受天主的教导(12)。由此，说明了一件铁的事实，凡是对天主的法律谨遵不违的人，也是立身处世安分守己的人，这些人才可以获得真正的平安。凡是在患难中想到“天主与人同在”的人，必能高枕无忧，泰然自若。反之，恶人虽然名利俱备，却朝不保夕，一转眼，如云烟消失，落得整个人堕入永不能翻身的陷阱。(13)。何况，以民是天主特选的百姓，也是天主的产业，天主岂能对他们的吉凶祸福置之不顾或袖手旁观？(14)。虽然目前以民过着痛苦艰难的日子

子，但正义必有彰显的一天。凡心地光明的人必酷爱正义，追求真理，保护善良的人（15）。这里作者叙述本身的经验。虽然他曾受恶人的欺凌迫害，但天主前来拯救了他。作者之所以能坚定沉着，就是有天主扶助。否则，早已被杀害“归于死寂之所”，即阴间了（16，17）。作者过去曾面临悬崖，几乎丧命，幸而承蒙天主的仁慈之手救了他。他又坦率地承认：每当忧心如焚，百般痛苦时，常是天主前来安慰勉励了他，使他重新振作起来（18，19）

天主绝不会站在恶人一边，或纵容他们迫害善人。反之，天主常同善人在一起，保护指导他们。

20—21；23：重新在天主前控诉恶人。

22：重申依靠天主之心。

第 94 首 请歌颂上主

- 1 请大家前来，向上主欢呼，
向拯救我们的磐石歌舞。
- 2 一齐到他面前感恩赞颂，
向他歌唱圣诗，欢呼吟咏。
- 3 因为上主是崇高的天主，
是超越诸神的伟大君王；
- 4 大地深渊都在他的手中，
高山峻岭都是他的化工。
- 5 海洋属于他，因为是他所创造，
陆地属于他，因为是他所形成。

- 6 请大家前来叩首致敬，
向造我们的天主跪拜，
- 7 因为他是我们的天主，
我们是他牧养的子民，
是他亲手领导的羊群。
- 8 你们今天要听从他的声音，
不要像在默黎巴那样心硬，
不要像在旷野中玛撒那天。
- 9 你们的祖先看到我的工作，
在那里仍然试探我、考验我。
- 10 我四十年之久厌恶那一世代，
我曾说：这个民族冥顽不灵，
他们不肯承认我的道路；
- 11 因此，我在盛怒之下起誓说：
他们决不得进入我的安居之所。

引言

本圣咏明显地分为两部分：第一部分是赞颂诗歌（1—7）。这是以民信众整队前往圣殿途上，进行时所唱的。信众一路上载歌载舞，抵达圣殿大门前，才开始礼仪的第二部分（8—11）。第二部分提醒以民不要再执迷不悟，不要再试探天主。

释义

1—2：作者邀请大家齐来向上主歌舞欢唱，因为他是以民的“磐石”，救星。一部以民的历史，可说就是天主的大

能表现记录。因此作者藉游行的大节日，呼吁以民踊跃前来参与盛典，向天主感恩赞颂，感谢天主的大能照顾，赞美天主是造化万物的主宰，是天地的惟一真神。

4—5：指明天主造化的工程：深渊，高山，海洋，陆地。

7：述说天主特选以民之恩。

8—12：作者藉神谕来劝勉以民，对天主应有信赖和依恃心，千万不要蹈上在旷野时祖先的覆辙。他们虽然亲眼看到了上主一个又一个的奇迹，却仍然心不满足，在默黎巴和玛撒地方，竟然怀疑天主，不信任天主，试探天主。“默黎巴”：意即“争吵”，与梅瑟争吵。“玛撒”：意即试探。

10：以民在旷野 40 年中多次不依靠天主，遂招致了上主的厌恶。“我的道路”：天主对于以民的计划。

11：“安居之所”：即迦南福地。

诵读此圣咏的前半段时，随着经文的意思，赞美朝拜天主。诵读后半段时，要警醒自己，不要固执于恶，遭受天主的厌弃，被拒于天堂之外。

第 95 首 上主是天地的君王和审判者

- 1 你们要向上主高唱新歌，
普世大地，要向上主咏唱。
- 2 你们要向上主歌唱，赞美他的圣名，
日复一日，不断宣扬他的救恩。
- 3 在列邦中，传述他的光荣，

- 在万民中，宣扬他的奇能。
- 4 因为上主伟大，应极受赞美，
他超越众神，可敬可畏。
- 5 列邦的众神尽属虚幻，
而上主创造了诸天。
- 6 威严与尊荣作他的前导，
他的圣所充满威能和光耀。
- 7 各家各户，请赞颂上主的光荣威能，
请光耀上主的名号；
- 8 携带着祭品，进入他的庭院，
穿戴着圣洁的衣冠，叩拜上主；
- 9 普世大地，在他面前战兢，
向万民宣布“上主为王”。
- 10 他稳定了寰宇，不再动荡，
以正义公允审判万邦。
- 11 苍天和大地要欢欣鼓舞；
海洋中的一切要踊跃欢腾。
- 12 原野中的一切都要雀跃，
森林中的树木也要舞蹈；
- 13 因为上主已经驾临，
他来审判乾坤，
按正义审判普世，
以信实对待万民。

引言

这是一首赞美上主为普世君王的诗歌，属于国王登极时

歌唱的诗歌。

划分：1，邀请以民赞颂上主（1—6）。2，邀请万民一起赞美上主（7—14）。3，邀请一切受造之物赞颂上主（11—13）。

第 96 首 上主在审判时的荣耀

- 1 上主为王，愿大地踊跃，
所有岛屿都要一齐欢乐！
- 2 云彩和幽暗围绕在他的四周，
正义与公道是他王国的基础。
- 3 烈火在他前面前进，
焚烧他周围的敌人。
- 4 他的闪电照亮了尘寰，
大地一见就战栗摇撼。
群山都要溶化，像蜡烛一般。
- 6 苍天传报他的公道，
万民看见他的荣耀。
- 7 愿所有崇拜偶像，夸赞邪神的人蒙羞，
愿所有神明都在他面前伏地叩首。
- 8 上主，熙雍听了你的审判，满心喜悦，
犹太各城也都欢欣踊跃。
- 9 因为你是至高的上主，
超越普世大地，
远超所有神祇。

- 10 上主喜爱那痛恨罪恶的人，
保护他圣民的性命，
救他们从恶人手中脱身。
- 11 光明已为义人升起。
心地正直的人必将欢喜。
- 12 义人，你们要因上主而欢庆，
赞颂称扬他的圣名。

引言

这是一首歌颂上主为王的诗歌。上主将亲临重整世上的一切，建立新的秩序，且以正义和公理来统治大地。实际上，这种思想只有在世界末日才可以实现。作者极力提倡惟一真神和对天主敬礼，其他一切都是邪神偶像。凡心地正直，敬拜惟一真神的百姓，将获得欢欣喜悦。

划分：1，上主为世界正义的君王（1—7）。2，义人为上主的正义而欢欣（8—12）。

释义

1：作者一起笔，就喊出了“上主为王”的颂词。乘新王登极的机会，赞颂天地的君王。

2—4：描述上主显现的情景。“烈火”是隔离的象征，使人不敢接近，因为天主是神圣无比的，所以要与俗世间的一切隔绝。烈火还有焚烧的功用，它将焚毁上主的一切敌人，使他们不复存在，以消除对上主统治权的任何抗拒力。

4节大概取材于天主在西乃山的显示（见出一九·8，二四·15、16）。

7: 到天主显现荣耀的日子, 凡是敬拜邪神偶像的人, 将要感到羞愧不已, 无地自容。就连他们崇拜的邪神也要向天主伏地叩拜。当然, 邪神根本就不存在, 连人们虚构的那些神, 例如: 日、月、水、火、门神、灶神等, 也都是天主的受造物而已。

8: “熙雍”代表犹太人民, 他们看到上主正义审判而感到心悦诚服, 欢欣踊跃。

第 97 首 上主审判万民, 获得胜利

- 1 上主行了奇事,
你们要高唱新歌。
他的右手和圣臂,
为他赢得了胜利。
- 2 上主宣布了他的教恩,
将他的正义显示给万民。
- 3 他记起了他的仁慈,
和对以色列的信实。
大地四极的人,
看见了我们天主的教恩。
- 4 普世大地, 请向上主欢呼,
咏诗赞颂, 载歌载舞。
- 5 弹着竖琴, 歌颂上主,
弹着竖琴, 伴和着弦韵。
- 6 吹起喇叭, 响起号角,

在上主君王面前欢跃。

7 愿海洋和水族同声高呼。

愿寰宇和万民欢欣鼓舞。

8 江河拍手鼓掌，

山岳起舞欢唱。

9 在上主面前欢跃，因为他已驾临，

他要亲自审判大地乾坤，

以正义审判普世人群，

以公平治理天下万民。

引言

本诗的第一部分（1—3）是对天主的感恩颂，感谢天主拯救了以民。这里所指，也许是天主自充军之地解救了以民，使他们重返祖国，获得了自由。第二部分（4—9），邀请众人前来向上主顶礼膜拜，欢唱奏乐，鼓掌欢呼。根据内容的分析，本诗的标题：“上主审判万民，获得胜利”，似乎不如作“感谢主恩，赞颂上主。”

释义

3：上主多次许下了要保护以民，今天天主又从敌人手中拯救了他们，这就显示了天主的信实。

9：这里所说的“审判”，不必一定要指世界末日的公审判。这里“审判”可作为“治理”的同义词，可指世界全体人民都归服天主之后，天主就管理天下万民。

第 98 首 上主神圣无比

- 1 上主为王，万民胆战心惊，
他在革鲁宾之上登极，大地震动。
- 2 上主在熙雍，伟大堂皇，
尊贵崇高，统治万邦。
- 3 愿他们赞美你的大名，
可敬可畏，至尊至圣。
- 4 你是爱好正义的大能君王，
你制定了公正的法律，
在雅格家执行了审判、主持正义。
- 5 你们要颂扬上主，我们的天主，
在他的脚凳前俯首朝拜，
他是我们的天主，神圣无比。
- 6 梅瑟和亚郎是他的祭司，
撒慕尔呼求他的名字。
他们呼求上主，上主立刻俯听，
- 7 他从云柱中，向他们讲话。
他们遵守了他的诫命，
和颁布给他们的法令。
- 8 上主、我们的天主，你俯听了他们，
天主，你怜悯了他们，
但是你也惩罚了他们的恶行。
- 9 你们要颂扬上主，我们的天主，

在他的圣山前，俯首朝拜，
上主，我们的天主，神圣无比。

引言

这是一首歌颂上主君王的诗歌。

划分：1，邀请万民向熙雍的君王讴歌庆祝（1—5），2，天主时常垂听向他祈求的人（6—9）。

本诗内容不外是：报告上主君王即将来临。这一来临，使人感到胆战心惊，因为他是神圣的，与罪恶是绝对势不两立的。凡愿意在他护卫之下生活的人们，首先应该净化自己，遵守上主的一切法令，正直而圣善地生活。由此看来，本诗既是赞颂上主君王的诗歌，又是劝人避恶行善的圣咏。

释义

1：在本首诗以前的几首诗所强调的是：上主为王，上主即将来临，以正义及公道重整一切，即建立新的秩序。所以全球人类应欢欣鼓舞，讴歌赞颂。惟在本诗内作者特别强调天主的至尊神圣，威严无比。他伟大至圣，崇高尊贵，坐于革鲁宾之上，因此万民战栗惊恐，大地震动。

6：梅瑟是否曾为天主的司祭？梅瑟是广义的司祭，他曾经代表天主，给亚郎傅过油，祝圣亚郎为大司祭，并祝圣亚郎的儿子为司祭（肋八章）。

第 99 首 进入圣殿者的喜乐

- 1 普世大地请向上主欢呼，
- 2 兴高彩烈地事奉上主，
到他面前时载歌载舞。
- 3 要知道，唯有上主是天主，
他创造了我们，我们属于他。
我们是他的子民，
是他牧场上的羊群。
- 4 你们要进入他的门庭，报谢主恩，
高唱赞美诗进入他的庭院，
称谢他，赞美他的圣名。
- 5 的确，上主温良慈善，
他的慈爱直到永远，
他的信实世世绵延。

引言

这是一首赞美诗，或更好说是一首感恩诗。它主要的内容是：邀请世界万民归向天主，事奉天主，并向天主欢呼赞颂。

这首圣咏大概是游行的信众，向圣殿进行时，边走边唱的诗歌。

划分：1，要在圣殿内赞美造物主（1—4）。2，歌颂上主的仁慈和忠信（5）。

释义

1: “普世大地”指的可能只是以民居住的地方;也可能指全球而言。

2: “到他面前时”: 指出这诗是向上主的圣殿进行时唱的。

4: “报谢主恩”, “称谢他”: 说明此诗的谢恩性质。

第 100 首 仁君的自白, (或君王的模范)

- 1 我要歌颂仁爱与公正,
上主, 我要向你歌咏。
- 2 我要度完美的生活,
你何时才肯驾临?
以纯洁的心, 在家中养性修身;
- 3 我绝不视非礼之物,
我痛绝恶徒, 不与交往相处。
- 4 歹意邪念我要远离,
恶徒莽民与我无干。
- 5 背地毁谤人的, 我使他哑口无言,
心高气傲的, 我必不容忍。
- 6 我顾念国内忠信的人,
使他们与我同住,
行为纯洁的人,
才可作我的忠仆。

- 7 诡诈的人，不能在我家中居住，
说谎的人，不得在我眼前立足。
- 8 我要及早从境内铲除恶人，
从上主的城里把作孽的人消灭。

引言

在本诗内列举了一位模范君王的典型。

本诗的历史背景：说法不同；有人说，是当达味被以民十二支派拥护为国君之后，达味自勉自策，立志做一位善良模范的国王。有人说，当达味在赫贝隆受傅为王时，作了本诗。（见撒下二章）

划分：1，国王私生活的规律（1—4）。2，国王施政的原则（5—8）。

释义

在本诗的开始，作者提出天主对待人的两大德能——仁慈和公正。天主对善良正直的人，是充满仁慈和爱心的，对作奸犯科的坏人，是公正无私的；作者将上主的这个德能置于本诗之首，作为国君施政与生活的指南。

2—4：关于私人生活。

6：如何对待善人。

5、7、8：如何对待恶人。

诵读时以诗文自傲自戒。

第 101 首 流亡者的哀祷

- 2 上主，求你俯听我的祈祷，
愿我的呼声上达于你！
- 3 我遭难之日，求你不要转面不顾我，
我呼求你时，请你快快俯听我！
- 4 因为我的岁月有如过眼云烟，
我的骨头枯焦有如灰炭。
- 5 我心憔悴像枯草一般，
甚至忘记运用三餐。
- 6 因为我悲伤过度，
只剩下皮包骨头。
- 7 我好像旷野中的兀鹰，
又像废墟中的猫头鹰。
- 8 我守夜不眠，
像屋顶上孤单的麻雀。
- 9 我的仇敌终日辱骂我，
嘲弄我的人指名诅咒我。
- 10 我以炉灰当作食粮，
我的眼泪掺和着残汤。
- 11 由于你的震怒与责斥，
你把我提起，又远远抛弃。
- 12 我的岁月像阴影西倾，
又像花草一般凋零。

- 13 上主，你却永远常存，
你的名号万古常春。
- 14 你将兴起，怜悯熙雍，
你可怜他的时日已经来到。
- 15 你的众仆喜爱他的每块石头，
怜惜他的每粒尘土。
- 16 上主，万民必敬畏你的圣名，
普世列王必尊崇你的光荣。
- 17 那时上主必把熙雍重建，
必在光荣中显现。
- 18 他必垂听穷人的祈祷，
必不轻视他们的哀告。
- 19 要将此事记录传于后世，
使新生的子民赞美上主。
- 20 上主从至高的圣所俯瞰，
由高天之上垂顾人间：
- 21 倾听俘虏的哀叹，
释放待毙的囚犯；
- 22 使他们在熙雍传述上主的圣名，
在耶路撒冷宣扬他的光荣。
- 23 那时万民都要群集一处，
列国都要前来事奉上主。
- 24 他使我的力量中途衰竭，
缩短了我的岁月；
- 25 我说：“我的天主，
你的生命无始无终，

- 不要让我中年丧生。
- 26 你自太初奠定了大地尘寰，
亲手造成了诸天。
- 27 天地终将毁灭，你却永恒不变，
万物都要像衣服一样破烂。
- 28 你变化万物有如更换衣裳，
你始终如一，万寿无疆。
- 29 你仆人的子女将安居乐业，
他们的子孙在你面前要世世绵延。

引言

这是一首哀祷圣咏。哀祷者是一位正困于急难中的人士，大概因重病不起，正奄奄一息（24），已临死亡边缘。哀祷者在日暮穷途，行将就木时，惟有痛哭哀号地向上主祈求（5，6，10）。他除了百病缠身外，还有仇敌正在千方百计而不停地向他袭击（9），遂使他的困境变本加厉。作者目睹同胞有如丧家之犬，惶惶不可终日，不禁肝肠寸断，悲不自胜，作者不再以以民的辉煌历史和上主对以民所显示的各种奇能而自豪了。惟可足以自慰的是：上主必要来拯救以民。

本诗分三部分：1，作者病重垂危，受着凶狠敌人的欺凌和压迫，以沉痛的心情向天主哀祷（1—13）。2，祈求天主解救与重建充军的以民（14—23）。3，作者继续为自己祈祷（24—29）。

释义

4—12：诗人用各种比喻描述自己的苦况：“兀鹰”（7），本是一种水鸟，如今竟沦落在无水的旷野，更显其可怜。“猫头鹰”：亦名鸱枭。

14—23：作者在这第二部分为那些充军在外流离失所的百姓坐立不安忧心忡忡，尤其是耶京断壁残垣，一片废墟，因此感到沮丧而悲伤不已。

14：“你可怜他的时日已经来到：”按先知们的预言，充军的岁月即将届满，是上主施行正义和仁慈的时候（见哀五 19，依三 18，19）。

15：充军的以民渴慕圣殿。

16：耶京的重建和以民的复兴，将能吸引无数外邦人归向天主；当他们看到天主对以民施行奇迹时，势必惊讶而倾羨，不由自主地就要承认天主是惟一的真神了。

17：熙雍的重建，也就是天主彰显他无上光荣的时代。只有充军异域的以民回归家园，天主才享有真正的光荣。当时中东民族的思想认为一个民族失败的耻辱，就是这一民族所敬拜的神的失败和耻辱。二者的荣辱是相关连的。上主拯救以民回国的伟大事业，将令后世人类永记不忘，而代代相传，且将有一个“新生的人民”（19）出现，不断地赞颂上主。这个新生的时代，将要使宇宙大自然，以民及全人类的心灵发生巨变。以上所述，不外是默西亚时代的远景，届时必将有无数外邦人，前往耶京，归向天主。

24—28：作者再度回忆他的处境，祈求天主容许他再多活几年。

29: 最后作者放眼未来的国家和民族，祈求天主使他“仆人的子女”，在他预许的福地上，以及在他的照顾之下，得以国泰民安，永保统一。

诵读这首圣咏前半部时，可站在一个受苦的人的立场，向天主诉说自己的痛苦，求主怜悯。诵读后半部时，可为教会复兴广扬祈求天主。

第 102 首 赞颂上主的慈悲

- 1 我的心灵，请歌颂上主，
我的五内，请赞美他的圣名。
- 2 我的心灵，请歌颂上主，
不要忘记他的一切恩宠。
- 3 他赦免了你所有的罪行，
治愈了你的各种病症；
- 4 他救你脱离阴间，
给你加上仁爱和慈悲的荣冠；
- 5 他赏你一生幸福满盈，
赐你青春永驻，健壮如鹰。
- 6 上主行事正直无比，
为被奴役的人伸张正义。
- 7 他向梅瑟启示了他的旨意，
向以色列子民彰显了他的伟绩。
- 8 上主富于仁爱宽恕，
极其慈悲，不轻易发怒。

- 9 他绝不长期责问，
也不会永远气愤。
- 10 我们犯罪，他没有惩罚我们，
我们作孽，他没有报复我们。
- 11 天离地有多么高，
他的慈爱对敬畏他的人也多么深厚；
- 12 东离西有多么远，
他使罪过离开我们也多么遥远。
- 13 父亲怜爱儿女，
同样，上主也怜爱敬畏他的人。
- 14 他知道我们怎样形成，
也记得我们不过是灰尘。
- 15 世人的岁月有如青草丛生，
又像田野的花卉茂盛。
- 16 东风一吹过，就不复存在，
连它生长之处也把它忘怀。
- 17 上主永远怜爱敬畏他的人，
他的正义也惠及他们的子孙。
- 18 他们遵守他的誓盟，
忠实履行他的诫命。
- 19 上主在天上建立了宝座，
他的王权统制万有。
- 20 大能的天使，你们听从他的命令，
你们遵行他的指示，请赞美上主！
- 21 你们是执行上主旨意的忠仆，
天上万军，请赞美上主！

- 22 上主所造的万物，
 在他统制的各处，请赞美上主！
 我的心灵请赞美上主！

引言

作者曾一度处于生死关头，幸蒙天主救助。所以他由衷地感谢天主（3—5）。以作者亲身的经历和从以民的历史上得知：天主是如何慈善地恩待了他。因此他赞美天主（6—18）。

这是一篇美妙的诗歌，它不但意向高超，词藻也美妙动人。且本诗的意境之高，竟可与新约时代的神学思想并驾齐驱，而前后相辉映。天主是满怀慈悲的父亲，他细心照顾自己的子女，而并非一位义正辞严，铁面无私的判官，他对罪人是宽宏大量，充满慈爱的，凡是虔诚忏悔者，一定可获得天主的宽赦。因为天主洞悉人性的软弱。

本诗的分段：1，上主是仁慈宽容的（1—10）。2，上主具有慈父的心肠（11—18）。诗尾是光荣颂（19—22）。

释义

在天主宽宏大量地赦免了作者的罪过之后，又治好了他严重的疾病灾殃，作者莫名地感激。

虽然百姓多次违抗了天主，天主却不念前非，对这个执迷不悟的百姓，仍旧关注和优待（8）。

虽然天主有时突发义怒，却立时又心平气和，不念旧恶（9）。

凡是敬畏上主而奉公守法的人，天主必加倍地保护他，

并以无限的仁爱厚待他；他的慈爱既高且深，只有天地的距离可略作比拟。天主怜爱世人，因为天主深知人的软弱和无能（14—16）。

但与人的生命虚弱与短暂成强烈比例的，是天主的永恒和慈爱，这慈爱世代代临于敬畏他的人，又以正义保护义人的子子孙孙（17）。

不过，人要得到天主的慈爱，必须遵守天主的诫命（18）。

19—22：光荣颂。

“天上万军”：或指天神，或指天上的一切星辰，它们有如一批大军，在天主的指挥下，运行于天空。

本段作者邀请天神、星辰、万物，与自己一齐赞美天主。

第 103 首 赞颂造物主

- 1 我的心灵，你要颂赞上主，
上主，我的天主，你何其伟大！
你穿戴着尊荣和威严，
- 2 身披着光明，辉煌灿烂！
你展开苍天好似帐幔，
- 3 大水之上建筑了宫殿；
你以云彩作为战车，
乘作风翼，到处飞驰。
- 4 你以暴风作为使者，

以火焰作你的随员。

- 5 你奠定大地在基础上，
使它永远不致遥荡。
- 6 你使海洋覆盖了地面，
使洪水淹没了群山。
- 7 你一斥责，洪水立刻逃走，
你一鸣雷，大水畏缩，倒流。
- 8 大水漫过山岭，流入了峡谷，
汇集到你指定之处；
- 9 你划定了界限，不让大水越过，
免得大地重被淹没。
- 10 你使泉水流入河川，
蜿蜒奔流群山之间，
- 11 使野兽得到水喝，
野驴也赖以解渴。
- 12 使飞鸟栖息在水旁，
往来枝头，婉转歌唱。
- 13 你从高天灌溉群山田野，
大地饱受你的恩泽。
- 14 你使青草滋生，饲养牲畜；
使蔬菜生长，供人食物，
使大地生出五谷；
- 15 你以美酒舒畅人心，
以香膏润泽人身，
以食粮强化心神。
- 16 上主的树木得到充分的润泽，

还有他所种植的黎巴嫩香柏；

- 17 飞鸟在枝头搭巢，
白鹤在树上筑窝。
- 18 高山为羚羊的住所，
岩石作野兔的洞穴。
- 19 你造月亮以定月份，
太阳也自知西沉。
- 20 你造黑暗，才有夜晚，
林中的百兽四出流窜。
- 21 幼狮咆哮寻觅猎物，
向天主要求食物；
- 22 旭日东升，各自逃逸，
回到洞里，安然休息。
- 23 人们出外谋生，
劳碌直到黄昏。
- 24 上主，你的工程多采多姿，
万有都是你的果实，
你的受造物充满了大地。
- 25 汪洋大海一望无际，
其中水族不可胜数，
大小生物浮游不息。
- 26 船只在海里往来航行，
你造的鱼类戏游其中。
- 27 一切生物都赖你扶助，
等你按时赐下食物。
- 28 你赐以食物；他们就会收集；

- 你张开手来，他们便得饱食。
- 29 你转面不顾，他们便惊惶失措，
你若收回他们的气息，
他们就会归于灰土。
- 30 你一嘘气，万物化生，
并使大地焕然一新。
- 31 愿上主的光荣永世常存，
愿上主喜爱自己的工程！
- 32 他俯视大地，大地即刻颤抖，
他触摸群山，群山立即冒烟。
- 33 我一息尚存，就要歌颂上主，
要终身颂扬我的天主。
- 34 愿我的默祷蒙上主喜悦，
我将要因上主而欢乐。
- 35 愿罪人由地上绝迹，
恶人不复存在，
我的心灵，你要赞颂上主。

引言

这是一首美妙绝伦的赞美诗，充满了宗教的虔诚与热忱，并以缠绵悱恻的抒情句，来咏赞造天地万物的主宰。天主不但创造了万物，且经常掌管、治理和保存着万物，自无生物，植物、动物以至人类，都是全能的天主所造成的，一切受造物都彰显出天主的光荣、美善、智慧和尊威。

从上主的化工上，显示了他的多元属性；那就是：全能、智慧、崇高、伟大、豪放、仁爱和美善等。遗憾的是：

丑陋的罪恶污染了世界，捣乱了上主既定的秩序，实乃美中不足！所以作者在本诗尾，以择善固执的态度，以疾恶如仇的心情，殷望一切有罪恶的人，在地面上销声匿迹。

划分：1，天主以大能造化了天地（1—9）。2，天主照顾生灵（10—18）。3，天主在创造工程上所表现的智慧（19—26）。4，天主保存并更新万物（17—35）。

释义

1—9：天主造化天地，诗人面对着无穷美妙的大自然，全能伟大天主的一切化工，既无法意会，更无法言宣。天主是看不见的天主，更是无从接近而全能无限的天主（1）。他穿戴着尊荣和威严，身披光明（2）。圣保禄说：“天主住在不可接近的光明中”（弟前六 16），圣若望也说：“天主是光，在他内没有一点黑暗”（若一 5）。

天主展开苍天在大地之上，有如牧人在旷野中支搭帐幕一样，按照古犹太人的宇宙观，以为苍天就是大地之上所展开的一个庞大形体的帐幕顶子（2）。天主在苍天之上的水面建筑了宫殿。他们以为：穹苍是一个固体的盖子，在穹苍上面乃是广大的蓄水池，池有闸，天主愿意下雨时，就打开闸。如以旱灾罚人，就关闭水闸。

作者以活泼的幻想和生动的手笔，描述上主乘坐“战车”出巡，“战车”就是云彩，推动战车的是“风翼”（3）。天主又以“暴风”作他的“使者”、先遣队，以“火焰”作他的“随员”。天主藉暴风雨来显示他无限的威能（4），藉“雷声”（7）和闪电来证实他是惟一的真神与万物的创造者。

古人以为地下有许多支柱撑着，支柱之下有基础，如此

乃使大地四平八稳，而不移动（4）。

当宇宙之始，原是一片大水，水淹没着一切，连高山峻岭也在大水之下（6）。上主命令一出，大水遂惊慌而逃，聚集在天主预先指定的地方（7，8）。地球上有高山凸，深谷凹，于是地球表面上呈显出高低不平的形状。作者也如古犹太人，将宇宙间的变化原因，完全归于天主（9）。

10—18：天主照顾生灵。天主照顾植物（13，14，16）；动物（11，12，17，18）；人（14，15）。

19—26：天主在创造工程中的智慧。宇宙有白日黑夜的循环不已。黑夜间，树林中的野兽任意活跃，寻觅食物（20，21）。太阳出来，到了白日，这是人们应当起来活动和谋生的时候，野兽却各自回穴休息去了（22，23）。这一切是造物主的伟大智慧所安排的（24），汪洋大海和其中的水族都是天主的化工（25，26）。

所有动物都要赖上主的慷慨施舍而生存（27—30）。一切受造物都显示天主的光荣（31）。作者赞美歌颂天主（32）。

最后作者希望一切邪恶罪污在大地消逝（35）。因为它们制造黑暗、凶残、杀戮和霸道等。破坏上主美妙的化工，搞乱上主既定的秩序，混淆上主与人类的和谐。作者仰观天空，俯视大地，一切的一切，无一不是尽善尽美，令人赏心悦目，可惜罪恶污染了这个美丽的世界，使之黯然失色。所以祈求天主铲除罪恶，让世界恢复纯洁无瑕，光辉灿烂。但我们站在新约的立场，要本着天主仁慈的心愿，不要求天主用火烧五城，洪水灭世的方法消除罪人，不愿罪人死亡，却用祈祷和劝勉使他悔改而生活。

第 104 首 上主忠于自己的诺言

- 1 请众称谢上主，宣扬他的圣名，
在万民中宣传他的工程。
- 2 你们要讴歌赞颂他，
传递他的奇工妙化。
- 3 你们要以他的圣名而自豪，
愿寻求上主的人满心喜悦。
- 4 你们要寻求大能的上主，
时常想望瞻仰他的慈颜。
- 5 天主的仆人亚巴郎的后裔，
上主所选雅格的子孙！
- 6 你们要纪念他的奇事，
他的神迹和他的判词。
- 7 他是上主，我们的天主，
他的判断遍及各处。
- 8 他永远信守他的盟约，
万世不忘他的承诺：
- 9 与亚巴郎所订的盟约，
向依撒格所作的承诺。
- 10 他将此约为雅格定为法律，
给以色列立为永远的盟约，
- 11 说道：“我将迦南赐给你，
作为你的基业。”

- 12 当时，你们人口寥寥无几，
在那里只是客居而已。
- 13 由这一族迁移到另一族，
由这一国流浪到另一国；
- 14 上主不容他们受人压迫，
为了他们，还向众王恐吓：
- 15 “不要难为我的受傅者，
不要加害我的代言人。”
- 16 上主在那地方降下饥荒，
断绝了急雷的食粮。
- 17 他却预先派遣一位使者，
就是那被卖为奴的若瑟。
- 18 他的双足扣上了脚镣，
他的颈项带上了枷锁，
- 19 直到他所讲的预言应验，
上主的话证明他未尝欺骗。
- 20 于是君王下令释放了他，
立他为国家的宰相，
一切财物的总管。
- 22 使他全权统辖所有公卿，
教导元老学习智慧。
- 23 以色列进入了埃及，
雅格便在舍邦寄居。
- 24 上主使他的子民日益昌旺，
比他们的仇敌更为坚强。
- 25 敌人转而仇恨上主的子民，

以欺诈的手段对待他的仆人。

26 他派遣了他的仆人梅瑟，
和他所拣选的亚郎前往埃及，

27 藉着他们行了各种奇迹：

28 他使黑暗笼罩地面，
他们却不听他的圣言。

29 他将水变为鲜血，
使鱼类全部灭绝。

30 青蛙在遍地蕃生，
侵入众王的内宫。

31 他一发令，飞来了成群的苍蝇，
全境充满了蚊虫。

32 他降下冰雹代替时雨，
使闪电火焰横扫全地。

33 他摧毁了葡萄园和无花果树，
折断了境内的一切树木。

34 他一发令，飞来了蝗虫，
和不可胜数的蚱蜢。

35 吃光了田野的植物，
啃尽了地上的五谷。

36 他打击了境内所有的头胎，
将强壮的长子全数杀害。

37 他率领百姓带着金银离去，
个个身强体壮，充满活力。

38 他们出走，埃及人无不欣喜，
。 因为他们对选民非常恐惧。

- 39 他展开云彩，作为他们的掩护，
夜间又为他们燃起了火柱。
- 40 他们要求食物，就赐下鹌鹑，
用天粮饱饫了他们。
- 41 他劈开了岩石，涌出水泉，
在沙漠中水流成川。
- 42 因为他想起了他神圣的诺言，
对他的仆人亚巴郎所立的誓言。
- 43 他引导他的百姓欢乐离去，
率领着选民欣然就道。
- 44 他使他们承受列邦的领土，
获取异民的财富。
- 45 使他们遵行他的诫命，
恪守他的法令。

引言

本诗是一首咏史诗，作者赞美上主的忠实，上主时时忠实地兑现了他与以民所订立的盟约。诗中虽有埃及当局的种种迫害，但也有天主对埃及的各样打击，以及对以民施展许多奇迹来拯救他们。作者只尽量传扬上主对以民的仁慈和慷慨的爱，至于以民的过犯和惩罚却略而不提。因此本诗应属于感恩诗歌。

划分：1，赞扬施恩的天主（1—7）。2，圣祖的历史（8—22）。3，以民在埃及（23—38）。4，出埃及进入福地（39—45）。

释义

1—7：本诗大半是邀请以民参与感恩礼仪，向天主表达知恩报爱之心。凡前来参与礼仪的人，应当赞颂天主。尤当切记：以民的天主是惟一的真神。以民被称为天主的子民，应以此为自己的无上光荣。

8—22：天主恩待了亚巴郎，依撒格和雅格伯三位圣祖。天主许下了迦南福地要做以民的产业。“受傅者”，“代言人”（15）指圣祖们，因为天主与圣祖们有密切的来往，意即他们是特别蒙天主拣选的人。

16—22：天主藉若瑟救助以民的饥荒。至于若瑟“双足扣上了脚镣，颈项带上了枷锁”是诗人的幻想，在创世纪上没有记载。

23—38：以民在埃及。

23：“舍”指埃及。

25：埃及王的心突然变了，开始迫害以民。法郎变心的原因，大概是埃及改朝换代了。新的王朝已将袒护以民的希克索斯王朝推倒，随着就迫害以民了，时在公元前 1570—1546 年间。

26—36：埃及的十大灾难。

39—45：出埃及进入福地：在旷野里天主用云柱和火柱引导以民（39），用玛纳和甘泉养活他们（40，41）占领了福地（44）。以上这些恩赐是天主忠于盟约的许诺而实施的。

天主既忠于盟约，以民也必须忠于盟约，即遵守天主的诫命（45）。

我们读这首圣咏时，可回忆天主赏给我们的种种恩惠，

先是于亿万人中特赐我进教事主，作天主的子女，其次选我进修会，或者选我晋升司铎品位，还有其他种种鸿恩，我将何以为报？我只有忠于天主，不辜负天主的恩典，承行天主的圣意。

第 105 首 天主的美善，百姓的无信

1. 请称谢上主，因为他美善宽仁，
因为他的仁慈永远常存。
2. 谁能述说上主的大能，
谁能宣扬他的一切光荣？
3. 守正不阿的人真有福气！
为善有恒的人其乐无比！
4. 上主，当你对于民施恩时，
求你记得我，快来拯救我。
5. 使我得见你选民的福乐，
分享你子民的欢笑，
跟你的百姓一同夸耀。
6. 我们和祖先都犯了罪，
违反正道，胡作非为。
7. 我们的祖先在埃及，
没有了解你的奇迹。
忘记了你无数的恩典，
竟在红海畔，将你背叛。
8. 但他为了自己的圣名，

为了彰显他的大能，
仍然拯救了他们。

- 9 他一呵叱红海，海水立即干涸，
领他们走过海底，好像走过沙漠。
- 10 上主从敌人手中救出了他们，
从敌人的掌握中赎回了他们。
- 11 海水将敌人淹没，
没有一个人逃脱。
- 12 他们这才相信了上主的话，
高呼欢唱赞美他。
- 13 但他们很快就忘了他的奇迹，
不再顺从他的旨意；
- 14 他们在旷野里，贪得无厌，
在荒漠中，试探上主。
- 15 上主使他们得偿所愿，
赐下食物，使他们饱餐。
- 16 他们在营中忌恨梅瑟，
以及亚郎——上主的圣者。
- 17 大地裂开，吞下了达堂，
活埋了阿彼兰的同党。
- 18 烈焰烧死了他们的同伙，
大火焚毁了所有的余孽。
- 19 他们在曷勒布铸造了牛犊，
崇拜了雕塑的神像；
- 20 他们用吃草的牛犊，
取代荣耀的上主。

- 21 他们忘记了拯救他们的恩主，
在埃及行过奇迹的天主；
- 22 他曾在舍邦行过灵迹，
在红海做过惊人的奇事。
- 23 若非他所选的梅瑟出现，
在地裂时站在他面前，
求他平息怒火，
他早已下令将他们除灭。
- 24 他们还藐视了预许的乐园，
不肯信服上主的诺言。
- 25 他们在帐幕中不断埋怨，
不肯听从上主的规劝。
- 26 于是上主举手发誓，
使他们要在旷野中倒毙；
- 27 使他们的子孙分散异邦，
在国外到处流亡。
- 28 他们皈依了邪神，
分食祭过亡魂的供品。
- 29 他们作恶多端，触怒了上主，
他怒降瘟疫将他们严加惩处。
- 30 菲乃斯挺身杀死祸首，
瘟疫才立即停止。
- 31 这的确是他的义行，
万代受人怀念崇敬。
- 32 他们在默黎巴水畔激怒了上主，
也连累了梅瑟，遭受痛苦。

33. 他们使梅瑟心烦意乱，
因而口不择言。
34. 他们违背上主的命令，
没有歼灭异族的生灵。
35. 反而同异民交往杂居，
染上了他们的一切恶习。
36. 供奉他们的偶像，
招致了自身的丧亡。
37. 他们祭杀了亲生的儿女，
当作牺牲献给魔鬼。
38. 他们残杀无辜的子女，
倾流他们的鲜血，
奉献给迦南的偶像，
鲜血就污染了那块地方。
39. 他们的行为玷污了自己，
他们的举止与娼妓无异。
40. 上主向他的子民大为震怒，
对自己的选民产生厌恶；
41. 将他们交到异民手里，
让他们受仇敌的宰制；
42. 被仇敌肆意虐待，
受尽他们的迫害。
43. 上主曾多次拯救他们，
他们依然抗命，执迷不悟，
深陷罪恶，自趋堕落。
44. 上主听到他们的哀诉，

就又顾念他们的痛苦。

- 45 他念及与他们所立的誓盟，
就大发慈悲，施以宽容；
- 46 他使俘掳他们的人，
对他们施以怜悯。
- 47 上主，我们的天主，求你拯救我们，
求你从各国召集我们。
好让我们称谢你的圣名，
使我们以赞颂你为光荣。
- 48 愿上主，以色列的天主受颂赞，
从亘古直到永远。
愿民众都说：
阿们！阿们！

引言

本篇与上篇一样，同为咏史诗。上篇强调天主对以民如何忠诚和仁慈，所以是一首偏重赞颂上主仁慈的诗歌。本首强调以民是如何在上主前忘恩负义乃至作奸犯科，不时得罪天主。最叫天主不悦的是百姓朝秦暮楚，心志不专，竟发生拜邪神偶像的行为。虽然如此，一旦以民痛悔改过，天主仍旧宽恕他们。所以本诗含有自讼自承，痛心忏悔的意思。

划分：1，感恩诗（1—3）。2，团体祈祷（4，5）。3，历史的回顾可分：（1）以民出离埃及（6—12）。（2）走向迦南（13—33）。（3）进入迦南之后（34—46）。4，诗尾祈祷和光荣颂（47，48）。

释义

1, 2 节是圣咏中既成的词句，多次见到。

6: 回顾历史，以民的祖先屡次犯罪，举出许多事实。

7: “竟在红海畔，将你背叛”（见出一四·1—12）。

13—33: 走向迦南。

17: 见户一六申一一·6。

20: 拜金牛（见申九）。

24: 反对福地的侦探。（见户一三，一四）

32: 在默黎巴水畔，默黎巴（争吵）见户二 0。

34—45: 进入迦南之后。

39: “娼妓”：以民背叛信仰，将拯救他们的天主置之不顾，竟然投向虚假的邪神。

44—46: 天主听了以民的哀求，仍然救助他们。（见民四，五章）

47: 求主救助。

48: 赞美天主。

第 106 首 为救援而谢恩

1 你们要颂谢上主，因为他美善宽仁，

因为他的仁慈永远常存。

2 愿上主教赎的人都这样赞颂上主，

因为上主把他们由敌人手中救出，

3 将他们从东西南北召集一处。

- 4 他们迷失在人烟绝迹的旷野，
找不到安居之所。
- 5 他们又饥又渴，
生命奄奄一息。
- 6 他们在患难中，呼求上主，
上主便教他们脱离困苦。
- 7 带领他们踏上正途，
进入城市找到栖身之处。
- 8 愿他们颂谢上主的仁慈，
称颂他为人所作的奇事；
- 9 使口渴的获得满足，
使饥饿的饱享美物。
- 10 他们生活在死亡的幽暗中，
身陷囹圄，忍受各种苦痛。
- 11 因为他们反抗天主的诫命，
藐视了至高者的谕令。
- 12 他以劳役折磨他们的心志，
他们跌倒，却无人援助。
- 13 他们在患难中，呼求上主，
上主即刻教他们脱离困苦。
- 14 领他们脱离死亡的幽暗，
折断了他们的锁链。
- 15 愿他们颂谢上主的仁慈，
称颂他为人所作的奇事。
- 16 因为上主把铜门推毁，
又把铁门击碎。

- 17 他们走上了邪路而身患重病。
因多行不义而遭受苦痛。
- 18 他们丧失了贪欲，
接近了死亡的边缘。
- 19 他们在患难中，呼求上主，
上主即刻教他们脱离困苦。
- 20 上主一言，治好他们的疾病，
拯救他们脱离死域。
- 21 愿他们颂谢上主的仁慈，
称颂他为人所作的奇事：
- 22 愿他们献上感恩之祭，
欢乐地传述他所行的奇迹。
- 23 他们乘船放洋，
航行四海，往来经商。
- 24 他们看到了上主的作为，
遇到他在海上所行的奇事。
- 25 他一出命，狂风呼啸，
掀起汹涌的浪涛。
- 26 危舟忽上忽下，万分惊险，
使他们魂飞魄散。
- 27 东倒西歪，有如醉汉，
虽有技巧，一筹莫展。
- 28 他们在患难中，呼求上主，
上主即刻教他们脱离困苦；
- 29 使风暴平息，
使怒涛停止。

- 30 他使风平浪静，个个欣喜若狂，
领他们到达渴望的海港。
- 31 愿他们颂谢上主的仁慈，
称颂他为人所作的奇事。
- 32 愿他们在人民集会中颂扬上主，
愿他们在长老会议中赞美上主。
- 33 上主使河川变为沙漠，
使清水泉源变为枯壑，
- 34 由于当地居民的悖逆，
上主使沃土变为碱地。
- 35 他使沙漠化为水潭，
使旱地变为水泉。
- 36 使饥饿的人住在那里，
要他们兴建安居的城邑；
- 37 耕田种地，遍植葡萄，
收获果实，出产富饶；
- 38 上主赐福他们人口繁衍，
使他们的牲富有增无减。
- 39 以后，他们由于灾害和忧患，
人数减少，受尽欺凌。
- 40 上主使王侯饱受耻辱，
任由他们在沙漠中漂泊，走投无路。
- 41 上主援救穷人脱离贫困，
使他们人丁旺盛，有如羊群。
- 42 正直的人看到，必将欢天喜地，
邪恶的人看见，只有缄口不语。

- 43 但愿贤哲详察这些奇事，
体会上主的仁慈。

引言

本诗是由两个主要部分组合而成的。第一部分（1—33节）是感恩节所用的礼仪圣咏。其中又分四组，有四种遭遇不同的人各述自己的苦痛，当他们走投无路时，只有向天主哀祷，果然获得了天主的俯允，于是推己及人，而兴高采烈的请大家一齐向天主感恩致谢。这四种遭遇不同的人是一）在旷野中迷路的人得以安抵目的地（4—9）。二）坐监的人获得了自由（10—16）。三）生病的人获得了痊愈（17—22）。四）航海者濒临灭顶而获得了救援（23—33）。主要是在提醒人们要感谢天主的仁慈。

· 本诗的第二部分（34—43）纯属对天主正义赞颂的诗。

释义

第 1 节邀请的词句，是既成的惯用方式，与咏 105 首第 1 节同。

2: 指明赞颂天主的理由，即天主把他们从痛苦中救出来。

4—9: 迷路的人得以到达目的地，这一段是第一种得救者的历程，它极合乎圣咏既定的方式，那就是：困境，祈求，获救和感恩。下边其他三种获救的遭遇，也用这四种程序来叙述。

10—16: 坐监的人获得了自由，古时的监狱幽暗可怕，受尽痛苦，只有死路一条（10）。他们入狱的原因是他们犯

了罪 (11)。

17—22: 病人获得痊愈。

23—32: 航海遭难而蒙救, 古时的航海是很危险的, 希伯来人一向对航海既无经验又无兴趣。航行于汪洋大海, 不见山, 也不见树, 水上只有海鸥, 四周天连海, 海连天, 而且有时掀起大浪, 澎湃汹涌, 忽而浊浪排空, 忽而下降深渊, 使目击者惊心动魄, 魂不附体。

在以上四种人的描述中, 有两节重复了四次, 就是:

“他们在患难中呼求上主, 上主便救他们脱离困苦” (6, 13, 19, 28)

“愿他们颂谢上主的仁慈,

颂称他为人所作的奇事。” (8, 15, 21, 31)

34—43: 赞颂天主赏善罚恶。作者概括的指明天主对恶人的惩罚 (33, 34, 39, 40), 对善人的福佑 (35—38, 41)。

42: 善人看见天主安排的这一切, 就赞颂天主的公义, 同时因为自己蒙受天主的福佑, 自然就欢天喜地; 恶人却自认己罪, 缄口不语。

43: 赏报善人固然显示天主的仁慈, 连惩罚恶人也显示天主的仁慈, 因为天主惩罚恶人, 是为了使恶人因罚而悔改, 凡悔改的, 天主仍以仁慈接待。为此在诗的末句说: “体会上主的仁慈。”

第 107 首 歌颂上主, 哀求助佑

2 我的心已准备妥当,

天主，我的心已准备妥当，
我要歌唱，我要颂扬。

- 3 我的灵魂，醒来吧！
醒来吧！七弦琴和竖琴，
我要唤醒曙光。
- 4 上主，我要在万民中称谢你，
我要在列邦中歌颂你。
- 5 因为你的慈爱高达于天，
你的信实直达霄汉。
- 6 天主，愿你受尊荣，遍及天上，
愿你的荣耀普照尘寰。
- 7 求你垂允我们，施展大能，
拯救你所爱的子民。
- 8 天主在圣所中宣布：“我必凯旋。”
我要划分舍根，测量苏苛特平原。
- 9 基肋阿得属于我，
默纳协也属于我。
厄弗辣是我的头盔，
犹大是我手中的权杖！
- 10 我要使摩阿布作我的仆婢，
在厄东竖起我的旗帜，
向培肋舍特高呼胜利！
- 11 谁能领我攻陷坚城？
谁能带我征服厄东？
- 12 天主，难道你已将我们抛弃？
不肯与我们的军队一同出去？

- 13 求你帮助我们，抵抗仇敌，
因为人的援助徒然无益。
- 14 我们依靠天主，才能奋勇战斗，
上主必要践踏我们的仇敌。

引言

本首圣咏是由咏五六·8—12 和五九·7—13 两首内摘录出来的。

划分：1，属于感恩赞颂性质（1—6，五六·8—12）。2，祈求上主赐予胜利，击败周围的强敌（7—14）。关于释义，请参考五六、五九两首圣咏。（五九·7—13）。

第 109 首 （1—5，7）默西亚是君王兼司祭

- 1 上主对我主起誓说：你坐在我的右边，
等我使你的仇敌，做你的脚凳。
- 2 上主自熙雍伸出你的权杖：
你要在你的仇敌中统治为王。
- 3 在圣山上，你诞生之日，
王位就属於你，
我已经生了你，好象在黎明之前的朝露。
- 4 上主发了誓，绝不反悔：
“你按照默基瑟德的品位，永为祭司。”
- 5 上主常在你的右边，
他发怒之日，必要粉碎列王。

- 6 君王将在路旁畅饮溪水，
因此他将挺胸抬头。

引言

由于本诗乃直接预言默西亚，所以在新约中被多次引用（玛：二二·43—45，谷：一二·35—36，路：二〇·41，42，宗：二·34）。

划分：1，默西亚既是国王又是司祭（1—4）。2，默西亚要战胜一切仇敌（5—7）。

释义

1，“上主对我主起誓说”：“上主”：即天主父，“我主”：即默西亚，发言的是达味。“你坐在我的右边，”说明被邀请者的地位和尊荣与邀请者的地位和尊荣是相等的。达味承认默西亚有至高无上的权威，远超过他（达味）的王位。圣教会多次利用本诗来证明默西亚与天主是同性同体的。默西亚将获得全面胜利；他的仇敌将要成为他的脚凳。这是古代战争的习俗，战胜的国王，令战败的敌人躺卧在地，用足踏在他的身上。若苏厄曾命令他的军官，把脚踏在战败的五国王子脖子上（苏一〇·24）。

2：“上主由熙雍伸出你的权杖”：默西亚的神国要建立在熙雍山上，以熙雍为起点，向全世界伸展他的权力。熙雍指耶稣建立的教会，将自熙雍（耶路撒冷）发展。

3：“诞生之日”：指圣子自无始即诞生于圣父，意思是：你自永远就为王。

“在黎明之前的朝露”：是寓言默西亚的来历极为奥妙。

4: 不说按照肋未派的司祭职位, 而说按照默基瑟德的品位, 因为默基瑟德的司祭品位与肋未派的司祭品位互无关系; 默西亚的司祭职位是直接从天主来的。

说默西亚永为司祭; 本来一个职务的建立和存在不是永远的, 也是有始有终的, 可是默西亚因为是天主子, 当然他的司祭职也是永远的了。

5: “在右边”: 上主常站在他的右边, 帮助他打败敌人。“发怒之日”: 即在末日审判时, “列王”: 即天下敌国的列王。

7: “畅饮溪水”指君王东征西讨时, 无瑕饮食, 只好利用暂停的机会来痛饮溪流的清水解渴。“挺胸抬头”: 当默西亚打败一切敌人之后, 将率领他的部属, 雄纠纠, 气昂昂地高视阔步, 以胜利者的姿态, 高唱凯旋之歌向前迈进。

第 110 首 上主的伟大工程

- 1 在义人的集会和团聚中,
我必要全心赞颂上主。
- 2 上主的化工确实伟大,
凡喜爱它的, 必须探察。
- 3 他的作为辉煌光明,
他的正义永远常存。
- 4 上主实在慈悲而良善,
使他的奇迹永留人间。
- 5 他赐食物给敬畏他的人,

永远怀念自己的盟约。

6 将他的奇能启示给他的子民，
把外邦人的产业赏给他们。

7 他的作为，真诚而公平，
他的规诫，永不变更，

8 万世万代永远确定，
是按照真理和公正而构成。

9 他救赎了他的百姓，
他订立了永久的誓盟。

10 他的名号，神圣而可畏，
敬畏上主，是智慧的开端。
按智慧行事，才能增长见识，
愿上主受光荣，直到永世。

引言

这是一首赞颂上主的诗歌。

划分：除了 1 和 10 节外，可将本诗分成两部分：1，全能伟大的上主应受赞颂（2，3）。2，上主特别照顾了以民（4—9）。

释义

3：“作为”指造化之功，上主在大自然界显示了他无比的辉煌光明。“正义”：对人类的态度上显示了天主的正义和忠信以及恒久不变的照顾（3）。

8：特另指将以民从埃及救出和从巴比伦领回。

9：“永久的誓盟”：指西乃山的盟约。

10: 最后，作者劝勉以民敬畏上主，遵守上主的诫命，按照天主的圣意来过安份守己，惟命是从的生活。

第 111 首 义人的幸福

- 1 敬畏上主的人，真有福气，
酷爱他诫命的人，真有福气。
- 2 他的子孙在世必会强盛，
义人的后裔必蒙祝福。
- 3 他的家族要享荣华富贵，
他的仁风必将万世永垂。
- 4 黑暗中必有光明向义人照耀，
因为他富于仁爱、慈悲和公道。
- 5 乐善好施的人必然幸福，
他公正无私处理事物。
- 6 因为义人永不动摇，
他将永远被人怀念。
- 7 盘耗不能使他惊惶，
他仰赖上主，心志坚强。
- 8 他必心意坚定，无恐无惧，
直到看见他的仇敌蒙羞。
- 9 他施舍钱财，扶弱济贫，
他的仁风万世流芳，
他将头角峥嵘，受人敬仰。
- 10 恶人看见，必怒火填胸。

咬牙切齿，气愤而终，
恶人的愿望，终成泡影。

引言

本诗盛赞人的智慧。

划分：1，义人的福气（1—5）。2，善有善报，恶有恶报（6—10）。

释义

2, 3: 这两节都是记述物质的好处。我们不必奇怪这里物质报酬的观念，因为古代人的宗教知识浅陋，尚不知有永生的赏报，所以唯有以上所列的现世物质和精神上的享受，来作义人善行的代价了。

第 112 首 赞美提拔弱小的天主。

- 1 上主的仆人，请同声赞颂，
赞颂上主的名。
- 2 愿上主的名受赞美，
从现在直到永远。
- 3 从日出到日落，
愿上主的名受赞美。
- 4 上主超越列国万邦，
他的光荣凌驾穹苍。
- 5 谁能与上主、我们的天主相比？

- 6 他从高处俯视诸天和大地。
7 把软弱的人从尘埃里救起，
把穷苦的人从粪土中高举。
8 使他们与公卿同席，
与民间的缙绅并坐。
9 使那不妊的妇女安居家中，
成为多子的母亲，其乐融融。

引言

这是一首赞颂上主伟大和慈爱的圣咏。伟大全能的天主竟照顾和提拔弱小卑微的人。本诗是属于“赞颂歌”（112—117）中的一首。这一组圣咏都是团体在礼仪中使用的。犹太人每年有三大节日——逾越节、五旬节和帐棚节，他们在这些节日，或在圣殿或在家庭聚会时，恭唱这几首圣咏。

吾主耶稣受难前夕和宗徒们在最后晚餐过逾越节时，也按着传统习俗，唱了这几首圣咏。当时这些节日的礼仪是这样的：家长先诵念感谢经，念毕，喝第一杯葡萄酒。以后，大家合唱圣咏 112、113 两首，唱完后，喝第二杯葡萄酒，以后，家长向子女讲述逃离埃及的历史故事，完后，这才正式吃逾越晚餐。吃完洗手之后，斟上第三杯，称为“祝福之杯”，主礼者正襟端坐，举杯，诵念祝福、感谢、祈求的经文。然后，大家歌唱圣咏 114—117 首，唱完喝第四杯，喝毕，礼仪乃告结束（玛二六·30）。

释义

- 1, “上主的仆人”：就是那些热心事主的人，被上主拣

选的人。“名”：指天主本人。

2：论时间不只限于现今。

3：论空间，是全世界。“日出”指东方；“日落”指西方。故此句之意为，“从东到西”。作者叙述应赞美上主的理由：

第一，天主的宝座凌驾高天之上，远远超过万邦列国。他自穹苍之上，俯视大地，掌管人类的历史（6）。

第二，这位崇高的天主，从来没有忘记那些贫穷孤寡和低微卑贱的人（7），他竟屈尊就卑，来提拔被社会欺压和迫害的人们，使他们的地位超过达官显贵。这种事例在以民的历史上，是常见的，例如：若瑟、梅瑟和达味等。他们的尊位和显赫，都是上主安排而提拔卑微者的实例（8）。

第三，天主使不孕的妇女得到祝福，生儿育女获享天伦之乐。（此处所指可能是旧约中亚纳的史事。见撒上一章）。须知：妇女不孕在以民间是莫大的耻辱（9）。

第 113 首 （1—8）以色列人出埃及

- 1 当以色列出离埃及之时，
雅格家离开蛮夷之日。
- 2 犹大成了上主的圣所，
以色列作了他的王国。
- 3 海洋见势，立刻逃走，
约旦河也回转倒流。
- 4 山岳好似公羊跳跃，

丘陵有如羔羊舞蹈。

5 海洋，你为什么逃走？

约旦，你为什么倒流？

6 山岳，你为什么好似公羊跳跃？

丘陵，你为什么有如羔羊舞蹈？

7 大地！你要在上主面前战栗，

在雅格的天主面前震撼。

8 他使磐石变成了水潭，

他使岩石变成了水泉。

引言

这是一首赞颂诗。

希腊和拉丁译本均将本首与下首（114）合并为一。现在有人将本诗分为两首，即 114 和 115，因为这两部分的内容和文笔都是截然不同的。

释义

1：天主将以民自为奴之地——埃及拯救出来，安然越过红海，经旷野，而渡约旦河，占领福地之后，才建立了独立自主的神权国家。

2：“犹大”：从犹大支派中将出现未来的国王达味；同时上主格外住在这一支派领土内的耶路撒冷的圣殿内，所以说犹大成了上主的圣所。

3：“海洋……逃走”：见出一三·17，18。“约旦河……”：见苏三。

4：“山岳好似公羊跳跃，丘陵有如羔羊舞蹈。”这是诗

人活跃的想像，是指上主在西乃山向百姓显现时所发生的景象。当时曾经地动山摇，大自然一见上主显示都为之震撼（见出一八·18）。

“山岳”与“丘陵”：意义相同。

5, 6 两节，连续用了四个问句。第 7 节似乎可以作它的回答：山岳丘陵，海洋江河，总之，整个大地在无限尊威的天主前，都感到战栗震惊。并且诗人鼓励大地继续震撼，彰显天主的威严大能。

8：在勒非丁地方，天主令梅瑟以杖击石出水（出一七·1-6），和在卡德士打石出水（户二〇·1-11）。

第 113 首 (9—26) 赞颂真天主

- 9 上主，光荣不要归於我们，不要归於我们，
你是慈爱而真诚的，
愿光荣归於你的圣名。
- 10 不要让外邦人说：
“他们的天主在哪里？”
- 11 我们的天主在天上；
他要做什么，都如愿以偿。
- 12 外邦人的偶像是金银，
都是人手的雕塑品。
- 13 他们有口而不能言，
有眼而不能见。
- 14 有耳却不能听，

有鼻却不能闭。

15 有手而不能触摸，有脚而不能行走，
虽有喉咙，却不能出声。

16 愿制造偶像的人都同偶像一样，
信赖偶像的人也与偶像一般。

17 以色列，你们要信赖上主，
他才是你们的助佑和保护。

18 亚郎家族，你们要信赖上主，
他才是你们的助佑和保护。

19 敬畏上主的人应信赖上主，
他才是你们的助佑和保护。

20 上主眷念我们，也必降福我们，
降福以色列，降福亚郎的子孙。

21 上主必降福敬畏他的人，
不分大小贫富。

22 愿上主使你们繁荣，
使你们和你们的子孙兴隆。

23 愿你们蒙受上主的降福，
他是天地的创造主。

24 苍天是属于上主的苍天，
他却赐给人类大地尘寰。

25 死人不能赞颂上主，
降入阴府的人也不能赞颂上主，

26 我们却要赞颂上主，
从现今直到永远。

引言

本诗祈求天主速施拯救，使以民脱离险境，免遭倾家荡产，国家沦亡的厄运。

划分：1，只有以民的上主是真神（9—16）。2，劝以民全心信赖上主（17—26）。

释义

9：当时全体以民正处于急难中，作者祈求天主速施拯救。因为这与天主光荣有莫大的关系；否则，外邦人将认为以民的天主是无能的神，不能对自己受苦受难的百姓予以拯救。

10：如果天主不救，那时外邦人将嘲笑着说：“他们的天主在哪里？”

11：天主是居住在高天之上的真神，他是至高无上的主宰，管理世界一切受造之物，任何东西不敢反抗他的旨意；如今以民受痛苦迫害，并非他们的神不能拯救他们，而是上主自有其既定的计划。

12—15：外邦人的神是无能的。

16：崇拜邪神的人终必灭亡。

17：“以色列”：指全体以民。

18：“亚郎家族”：即司祭家族。

19：“敬畏上主的人”：是泛指一切尊崇和朝拜上主的子民。

17—19节成为一小组，包括三等人：以色列，亚郎家族，敬畏上主的人，在这三节中，作者劝他们信赖上主。

20, 21 两节又成为一小组, 也包括以上那三等人, 求主祝福他们。

22: 什么是上主的祝福? 作者基于古代单纯的宗教观念, 认为使百姓安居乐业, 吃喝不愁, 加上多子多孙和延年益寿, 就是上主最大的祝福。

23: 天主一定能满足百姓的渴望, 因为以民的天主不是木刻泥塑, 而无生命的偶像, 乃是创造天地万物的真神, 是无比大能的天主。

24: 天主创造了苍天 and 大地, 把苍天留给自己, 把大地赐给了人类, 天主高高在天上, 来管理世间的一切。

25: 在地下有一个地方, 叫“阴府”, 是人死后住的地方, 在那里的死人再也不能歌唱赞美天主。本节的意思是求天主不要让他百姓死亡。

26: 最后, 作者以愉快的心情向上主表示, 他和以民万幸还仍然活着, 就愿趁此时机, 赞颂天主。

第 114 首 谢 恩

- 1 我倾心爱慕上主,
因为他俯听了我的哀诉。
- 2 他倾耳垂听了,
我要一生呼求他。
- 3 死亡的绳索缠绕着我,
阴府的恐惧笼罩着我。
忧苦与烦恼困扰着我。

- 4 我呼求上主的圣名；
“上主，求你挽救我的生命。”
- 5 上主富於怜悯和正义，
我们的天主慈爱无比。
- 6 上主爱护诚朴的人，
我遭受迫害，他救援了我。
- 7 我的灵魂，你要恢复平静，
因为上主厚待了你。
- 8 因为他曾救我脱离死亡，
使我不再流泪，使我不致跌倒。
- 9 我要在天主面前，
生活於人世间。

引言

有人将本诗和 115 首合并为一。

本诗是一首私人的感恩圣咏，是一位呻吟床榻，奄奄一息的病人，在垂危之际，呼求了上主，而上主慨然俯听了他的祈求，使他的疾病痊愈了。

释义

1—2：开始的两节说出了本诗的主要内容；因为天主俯听了他的祈祷，就向天主表示倾慕热爱之情。

3：描述病时的心情。

4—8：呼求了上主，就得病愈。

9：立志要在余生之日，热心事奉天主。

第 115 首 谢 恩

- 1 虽然我说过：“我痛苦万分，”
我仍然保持信心。
- 2 我彷徨时，曾说过：
“人心虚伪，不可信托。”
- 3 上主赐我宏恩，
我将何以为报？
- 4 我要举起救恩的杯，
我要呼号上主的名；
- 5 我要在全体子民前，
向上主还我许的愿。
- 6 圣徒的逝世，
上主十分珍视。
- 7 上主，至於我，我是你的仆役，
我和母亲同样侍奉你。
- 8 你解除了我的羁绊，
我要呼求你的名，
向你献上赞颂之祭。
- 9 我要在全体子民前，
在上主圣殿的庭院，
耶路撒冷阿！在你中间，
向上主还我许的愿。

引言

疾病得痊愈后的谢恩。

释义

1: 虽然过去受过不少折磨，却未因此而对上主失去信心和依赖。

2: 人心虚伪，只有天主能使人放心依靠和信赖。

3—5: 蒙上主恩赐病愈之后，立志向上主报恩报爱。

4: “举起救恩的杯”：梅瑟规定了病痊后，要向上主献和平祭，亦称素祭。其中主要部分是奠酒礼（见户一五·1—15），即用杯爵向祭品上行奠酒礼。

6: “圣徒”指投靠天主的人，旧约时代以民，对于永生的观念还模糊不清，他们认为天主对善人的爱护只限于今世，所以他们以为天主特别保护和照顾善人，尤其爱护他们的生命，不让他们死，而让他们延年益寿。认为人一死了，一切都完了。反之，新约时代的观念是，天主对人的报答是在来世永生。

7: 作者谦称为上主的“仆役”，即天主的家人。

8: “羁绊”：即镣铐，锁链，这里指缠身的疾病。

9: 作者在病重垂危时，向天主发了誓愿，现今病既痊愈，就许下偿还誓愿，这誓愿就是在上主的圣殿公开奉献赞颂之祭（8）。

第 116 首 赞美天主

- 1 万国阿！请赞美上主，
万民哪！请歌颂上主。
- 2 因为上主对我们慈悲无量，
他的真诚永世常存。

引言

本诗属于赞美诗歌；邀请人们赞美称谢天主。

本诗虽仅有两节四句，但它是一首充满世界大同思想的圣咏。是一首针对默西亚时代的圣咏，惟有在默西亚时代，万民才真正的参与崇拜上主的敬礼，才真正认识以民的天主。

释义

1 节是两个标准而同义的对偶句：主格是“万国”和“万民”；动词是“赞美”和“歌颂”；受词（对象）是“上主”。

2 节说出赞美上主的原因：一是在历史上天主对待以民无量的“慈悲”，一是以无限的“忠诚”履行了他的诺言。

第 117 首 欢乐和得救的歌声

- 1 请你们颂谢上主，因为他美善宽仁，
他的慈爱永远常存。
- 2 愿以色列子民说：
上主的慈爱永远常存。
- 3 愿亚郎的家族说：
上主的慈爱永远常存。
- 4 愿敬畏上主的人说：
上主的慈爱永远常存。
- 5 我在急难中呼求上主，
他俯听了，将我救出。
- 6 上主在我身边，我无恐无惧，
世人对我又能如何？
- 7 上主在我身边，作我的助佑，
我必见到我的仇人蒙羞。
- 8 投奔上主，
胜过依赖世人。
- 9 投奔上主，
胜过依赖权贵。
- 10 纵然万民都来困困我，
我必能以上主的名把他们消灭。
- 11 纵然他们由四方来困困我，
我也必能以上主的名把他们消灭。

- 12 纵然他们犹如黄蜂一般的困困我，
好似荆棘中焚烧的烈火，
我也必能以上主的名把他们消灭。
- 13 虽然他们用力推我，
想把我推倒，
但是上主必前来扶持我。
- 14 上主是我的力量，我的歌咏，
上主是我的救主。
- 15 在义人居住的帐幕中，
响起了胜利的欢呼声：
- 16 上主的右手获得了胜利！
上主的右手把我高高举起，
上主的右手获得了胜利。
- 17 我不至於死，我要生存，
我要宣扬上主的化工。
- 18 上主惩罚我严厉非常，
但没有把我交于死亡。
- 19 请给我敞开正义之门，
我要进去向上主谢恩。
- 20 正义之门属于上主，
只有义人才能进入。
- 21 我称谢你，因为你俯允了我，
将你的救恩赐给了我。
- 22 匠人弃而不用了的废石，
反而成了屋角的基石。
- 23 这是上主的作为，

在我们眼中神奇莫测。

24 这是上主选定的一天，
我们要欢欣鼓舞。

25 上主！求你救助，
上主！求你赐福。

26 奉主名而来的，当受赞美，
我们从上主的殿内向你们祝福。

27 上主是天主，他赐给了我们光明，
请带着树枝，向祭坛列队前进。

28 你是我的天主，我称谢你，
你是我的天主，我颂扬你。

29 请你们颂谢上主，因为他美善宽仁，
他的慈爱永远常存。

引言

这是一首感恩赞颂歌。感恩的理由，据推测，或是在作战获胜，突破了敌人的围困，或者在天主赐给了全以民某种恩惠之后，遂向上主高唱致谢。又可以推测，它是在大节日游行时用的圣咏。在游行中，有独唱、有合唱，所以有不少的重复句（例如：1, 2, 3, 4, 10, 11, 12），这些就是群众的答唱句。

划分：1，邀请全体以民赞颂上主（1—4）。2，叙述获救的情形（5—18）。3，进入圣殿时的歌咏（19—25）。4，最后的赞辞（26—29）。

释义

1—4: 游行的群众在整队待发时, 司祭、肋未人或歌唱团开始领唱, 邀请全体以民参加感谢上主的敬礼。领唱者指明被邀请的各阶层的头衔, 每次邀请之后, 众百姓答唱: “他的慈爱永远常存。”

被邀请的人分三等: 一是以色列人民, 这是指政治界的领袖; 二是“亚郎家族”, 即一切圣职人员; 三是“敬畏上主的人”即奉公守法, 热心事主的以民。

10—13: 以民的四周有很多敌人, 如摩阿布, 阿孟及阿刺伯人等, 不断向以民进攻挑战。可是天主施展了大能, 保护了他们。

14 节是作者引用梅瑟的话 (见出一五·2)。

15: “义人”可指“敬畏天主的人”。

15, 16 两节都用“上主的右手获得了胜利”, 足证它是游行中复唱句。这复唱句是在提醒以民, 被人摧残蹂躏的时代已经过去。

17: 对盟约忠实的天主, 不会让以民丧亡的。

18: 但上主也以正义对犯罪的以民施以严厉的惩罚。

19—25: 进入圣殿时的歌咏。

19: 游行队伍且走且唱, 抵达圣殿大门前, 领唱者请开启圣殿正义的大门, 意即在圣殿居住的是正义的天主。

20: 圣殿守卫立刻答唱: 这就是上主的正义之门, 凡进入圣殿者应是正义人——遵守上主法律的人。

21: 游行队伍进入了圣殿, 开始高歌赞颂上主。

22: “匠人弃而不用”的废石……”“废石”: 即不成材的

碎块。天主特选了以民，变作默西亚神国的基础。耶稣曾将此基石比作他自己（玛二一·42，谷一一·11）。的确，以民在上主的救恩史上，扮演了重要角色。由于上主藉以民来逐步实行拯救人类的计划，那就是从以民中诞生了人类的救主耶稣基督，是他负起拯救世人的使命。

23：作者以兴奋的心情，祈求上主继续保护和救助以民。

26：游行的人群进入圣殿后，司祭和肋未人，先请大家赞美天主。耶京市民曾用本节的第一句欢迎了耶稣（玛二一·9），然后祝福群众。

27：这里提到“光明”大概是藉帐棚节夜间所用的火把，表示天主是以民的光明，这就好似今日的复活节前夕，点着五伤蜡烛时，唱“基督的光”一样的意思。“请带着树枝……”一句，可能也是帐棚节的习俗，以民在游行时，人人手持树枝，且走且唱，手摇树枝，抵达圣殿，成一路队形走向祭台旁边，将树枝堆放在那里。

29：最后，司祭和肋未人用礼仪开始时的邀请方式作为结束。百姓重唱：“他的慈爱永远常存！”

诵读这首圣咏时，心中可怀念着天主赏给私人或教会的恩惠，感谢赞美天主。

第 118 首 天主的法律赞

引言

本诗是圣咏集中最长的一首，但它的结构却井然有序，毫无杂乱现象。本诗只有一个中心思想，就是：自始至终所咏赞的，都是上主的法律。由于作者对天主的法律充满信心与热爱，于是从客观、主观、直接、间接各方面对此法律大加称扬和赞美。为了加深对上主法律的认识，作者在原文上曾用了八个意同字不同的词句，可见作者在写作上，绞了不少脑汁，花了不少心血。圣咏全篇横溢着对天主法律的热情，并给人们不厌其烦的，诚恳的教训，所以它是一篇不朽的杰作，使人读了对上主的法律，不但起敬起畏，而且使人由衷生出一种服从上主法律的决心，给人灵魂的裨益良多。自古以来，教父和神学家们，如圣奥斯定、圣盎博罗削和圣安多尼等，对本首圣咏无不敬爱有加。且称之为热爱天主的指南，以及从事神修的捷径。在这里不妨谈一谈中译本的情况。前面说过，作者在原文上用了八个不同的字眼来说明“法律”一词。思高译本摹拟它的原文，以诗句的形式译出。谁都知道：我国也是文学发达最古老的国家之一，文学的独特性，也是古今绝无仅有的。因此，思高译本用来表达“法律”一词的数目，远超过了圣咏原文的数目。计有：诫命、诫律、律例、途径、道路、法度、约法、法则、法典、法制、法令、法规、法范、章程、诺言、审判、判词、旨意、

论旨、圣训、训诂、训令、训语、教训、劝言、典章，竟达二十七之多。这些翻译的名词，不但尽力保存了原文的意义，而且按着上下文的要义，美化了诗篇的译文，这是难能可贵的事。

作者写作本诗的动机，乃是针对当时人们对上主法律漠不关心的态度。他们只知尽情纵欲享乐，竟将天主的律法置之度外。更有甚者，轻视和讥笑安分守己，从善如流的人，因而激起了作者愤世嫉俗的情绪，乃畅吟本诗来对上主的法律大加推崇和赞扬，希望藉此激起人们的共鸣，而转向奉公守法的生活。

这里我们有一点要注意的是：作者在本文所说的：“法律”，并非单指梅瑟的法律而言，乃是指上主一切与人类有关的种种启示；也不是局部的命令或禁令，而是指全部天主对人类的旨意而言。天主的法律并非沉重而不堪负荷的担子，而是天主仁慈善良的表现，因为藉着法律人可获得不可估计的神益。对新约时代的人来说，是心安理得，和平幸福的生活，来世获得永生的赏报。所以作者强调：天主的法律应是人们不断思想的题材。作者也深深体会出：恪守上主的法律，固然给人带来无限的幸福，也是获得上主祝福的不二法宝，但同时也指出：仅凭人的力量是不足以负此守法重担的，因为人是软弱无恒的。所以他苦求上主，赐以足够的力量和祝福，俾得一生忠心耿耿地恪守上主的法律，至死不渝。

上主的法律之所以使人心安理得，神智稳定，时时处处安之若素者，乃因它赐给人智慧、明达和理性，得以正确判断是非善恶，乃至利害得失。因此说它是惟一真正的智慧泉

源；更可说它是放之四海而皆准，历百世万代而不感的典范。由此可知，本圣咏的精神价值是非常崇高的。

本诗分为二十二段，每一段的句首是按希伯来文字母顺序编写的。二十二个希伯来文字母配合本诗二十二段，每一段八节，共 176 节。虽然节与节之间看来不大连贯，近乎一些独立的短句子，但每一段有它的重点。所以分析本篇圣咏时，只要按着原文的形式，将它分成 22 段，同时将每一段的中心思想标明就是了。

第一段 (1—8) 遵守上主法律使人幸福

- 1 品行完美，履行上主法律的人，真是有福！
- 2 遵行约法，全心寻求上主的人，真是有福！
- 3 他们从不为非作歹，
只按主的道路生活。
- 4 你颁发了命令，
使人严格奉行。
- 5 愿我的行径坚定，
常遵守你的章程。
- 6 我若重视你的法规，
就不会感到羞愧。
- 7 当我学会了你公义的条例，
就必以至诚的心颂谢你。
- 8 我要遵守你的规律，
千万不要把我抛弃。

释义

本诗一开始，就开门见山地说：凡遵守上主的法律，按照上主的指示而生活的人是有福的；也只有与天主保持亲密的关系，才可成为真正有福的人。这种亲密的关系在于人们奉公守法和对上主忠贞不二，如此，才能获得天主的恩赐和祝福（1，2）。遵守上主法律的第一步，乃是避免为非作歹，远离一切罪恶，只有罪恶使人与天主背道而驰（3）。进一步以纯正的心，寻求上主的旨意，且按着他的旨意去工作和生活（3），这样人才能得到心灵上的平安，生活上的幸福。上主的旨意从他的法律中表现出来。本此信念，作者立志对天主的法律谨遵不违；也相信天主不会抛弃他（8）。

第二段 （9—16） 守法律的喜乐

9 青年人如何才能守身如玉？

只有遵守你的训谕。

10 我一心寻求你，

不要让我违背你的规律。

11 我把你的话藏在心里，

免得我得罪你。

12 上主，我赞美你，

请照你的诫命教训我。

13 我要以唇舌传扬，

你亲口颁布的法令。

- 14 我喜爱遵行你的法令，
胜过各种财富。
- 15 我要默想你的训令，
沉思你的途径。
- 16 我喜爱你的法令，
决不忘记你的言论。

释义

9：作者以其亲身经验，来开导下代的青年。告诉他们守身如玉的惟一途径，就是谨守天主的法律。

10：虽然作者已是年高德厚的人，仍然兢兢业业地寻求上主的旨意而竭力实践。

11：作者珍视天主的法律，有如珍宝，时时藏在心灵深处，以防犯罪得罪天主。

13—16：表达自己对法律的热爱。

第三段 (17—24) 求赐守法律之恩

- 17 求你恩待你的仆人，我才会生存，
才能遵行你的教训。
- 18 求你开启我的眼睛，
使我观察你法律的奥妙。
- 19 我在世上原是逆旅，
不要对我隐瞒你的诫律。
- 20 我时常渴慕你的训言，

致使我的心灵疲惫不堪。

- 21 你对傲慢人加以责罚，
违背你诫命的人，实可咒骂。
- 22 请除去我所受的羞辱和轻慢，
因为我常遵守了你的规范。
- 23 王侯虽然开庭，对我妄加非议，
你的仆人仍旧沉思你的律例。
- 24 因为你的诫命是我的喜乐，
你的典章是我的谋略。

释义

作者期望活下去，得以忠诚为天主的法律而效命。因为人死进入阴府，在那里的人再也不能赞美天主了。善人都希望长寿，多活一天，多赞美天主一天（17）。由于古以民还不知道永生和永生的赏报，所以作者希望洞悉上主法律的奥妙，乃祈求天主开启眼睛（18），他承认自己无知，正如尘世的陌生旅客，很容易迷失方向，走入歧途，所以再三求天主指示应走的道路——法律（19）。作者抱着戒慎恐惧的心情，惟恐有失，于是，全心全灵探求天主的谕旨，得以身体力行，这种渴望探求之切，以至使我心灵疲惫不堪（20）。

凡自满自足，乃至飞扬拔扈的人，必然蔑视上主的法律，而受到上主义怒的惩罚（21）。凡心地正直，言行不苟，对上主的法律谨遵不违的人，不会受到凌辱和轻慢（22）。即使有权有势的人反对，他仍然忠贞不二的遵守上主的法律（23），惟有上主的法律，才是喜乐的泉源，是人生正确的指南（24）。

第四段 (25—32) 求赐守法律的安慰

- 25 我已命在旦夕，行将入土，
请照你的诺言使我生存；
- 26 我供认了我的行径，你就垂听了，
求你教导我你的规程。
- 27 使我明了你诫命的途径，
沉思你奇妙的工程。
- 28 我心烦恼，精神耗尽，
请照你的诺言使我振作。
- 29 使我远离邪说，免入歧途，
赐我奉行你的法律。
- 30 我选定了真理的途径，
矢志遵从你的命令。
- 31 上主，我常谨守了你的法律，
别让我蒙羞受辱。
- 32 我努力进行你诫命的道路，
因为你使我的心灵舒畅。

释义

作者向天主坦诚表示由衷地遵守天主的诫命，并祈求天主，按照对善人所作的许诺，使作者继续生存(25)。作者从其经验得知，只要人虔诚地向天主呼求，天主立即应允，因而作者满怀信心，确知天主不致置他于不顾的。即使在目

前的困境中，仍旧表示他唯一的渴望，乃是上主的约法，由于这约法才是导人走向真正幸福的境界。

作者继续向上主倾诉他可怜的处境，那就是死亡已在眉睫了，因此再度祈求天主解除他目前的困境，让他振作起来(28)。虽然作者命在旦夕，却不愿远离上主的法律而喘息，至死也惟主旨意是从，他深信：只有上主的主旨才是真理的途径。虽然处在困境中，仍矢志服从上主的谕令，依靠上主的法度，所以祈求上主别让忠心于他的人蒙受羞辱，导致恶人沾沾自喜，且对善人冷嘲热讽，使之难堪(31)。善人在上主的扶持下更能再接再厉，且欣然在上主的道路上(即遵守上主的法律)，不停地迈进(32)。

第五段 (33—40) 求赐守法律的宠光

- 33 上主，求你使法律作我成义的道路，
我要时时遵守。
- 34 求你使我明了，
如何遵行你的诫律，
- 35 求你领我走上你诫命的途径，
我十分乐意遵循。
- 36 请使我的心倾慕你的律例，
不贪图尘世间的名利。
- 37 请掉转我的视线，不看浮华，
请照你的应许赐我生命。
- 38 你向敬畏你的人所许的诺言，

请在你仆人身上实践。

39 我所怕的羞辱求你除去，

因为你的典章尽善尽美。

40 我是如何渴慕你的诫命，

你是正义的，请赐我生命。

释义

作者重申守法的愿望，祈求天主使他全心全意服从上主的诫命（33—35）。作者唯恐迷于“贪图名利”而忽视了上主的法律，因为遵守上主的法律，是他人生最大的喜乐，为此求天主不要使他贪财。因为过分贪图享受现世的东西，就会远离生命的道路（36, 37）。

作者身感力不从心，软弱无能，加上困难处境，所以求天主按着他的诺言，快来救助他（38）。否则，不但失望难过，而且感到莫大羞辱。同时仇敌要讥笑他，嘲弄他说：天主已将他的善人弃之不顾了。天主的法律不致使人失望难过，因为它是完美的（39）。何况天主本着正义，赐与奉公守法者应得的赏报（40）。

第六段 （41—48）求赐传扬圣道之恩

41 上主，愿你以慈爱对待我，

照你的诺言拯救我；

42 因为我仰仗你的圣言，

才能反驳那凌辱我的人。

- 43 不要使我的言谈违背真理，
因为我一心仰望你的判断。
- 44 我要常遵守你的规范，
直到永远。
- 45 我要自由自在地生活，
因为我常遵守你的训诫。
- 46 我要在列王前传述你的规律，
丝毫不引以为耻。
- 47 我谨守你的规诫感到愉快，
因为这是我所喜爱。
- 48 我要伸开双手欢迎你的诫命，
沉思缅怀你的律令。

释义

作者体会到：越依照法律行事，越热心宣传法律，遭遇的阻力也越大越多，正所谓“道高一尺，魔高一丈。”于是祈求上主来拯救他，惟有如此，才能彰显天主的法律，不致使他感到灰心丧志。作者终于获得了上主的垂允，消除了仇敌抵抗法律的气焰，加强了他对法律的信心与勇气。于是兴高采烈地许下：要向一切的人宣扬上主的法律，即使在国王面前，也不觉得畏惧（46），因为天主的法律使他的心灵甘怡和快乐，更是他喜爱的对象（47）。最后毅然决然地举手发誓：我要一生一世沉思奉行天主的法律（48）。

第七段 (49—56) 法律是忧苦之慰

- 49 求你记住许给你仆人的诺言，
你的诺言给我带来希望，
- 50 在我忧苦时安慰了我，
使我生气勃勃。
- 51 骄傲人虽然对我极力侮辱，
我却没有违背你的法度。
- 52 上主，我想到你往日的训诲，
内心就感到安慰。
- 53 我一见违犯你法律的罪人，
就不禁的怒火如焚。
- 54 我在此世，犹如异乡作客，
你的规诫成了我的诗歌。
- 55 上主，夜间我想起了你，
就决意遵守你的法律。
- 56 我遵守你的规范，
使我幸福无边。

释义

有如众矢之的的作者，在奋勇的还击下，唯有上主的法律是他的希望、安慰与喜乐的泉源（49，50）。本此，虽然仇敌百般诋毁和诬告他，他仍然坚守而不放弃上主的法律（51），且每一想到上主的法律。顿觉勇气百倍，心花怒放，

欢欣喜悦 (52)。如一旦发现违法犯纪，无法无天的仇敌背弃上主的法律时，遂立即忧心如焚，怒火中烧而不能自己 (53)。

对旅居陌生环境中的作者来说，惟一的安慰和喜乐，就是上主的法律 (54)。最后，作者忠告人们：人常守上主的法律，终身必有福分 (56)。

第八段 (57—64) 立志遵守法律

- 57 上主，我曾说过：
我的福分全在遵守你的法令。
- 58 我一心祈望得见慈颜，
求你照你的诺言，怜悯我。
- 59 我反省我所走的道路，
便决意转向你的法度。
- 60 我迅速进行，毫不犹豫，
遵守你的规律。
- 61 恶人的绳索，虽然把我缠住，
我却没有忘记你的法度。
- 62 为了你公道的律例，
我半夜里起来赞颂你。
- 63 所有敬畏你的人都是我的朋友，
遵守你诫命的人都是我的伴侣。
- 64 上主，你的慈爱普及大地，
求你教我遵守你的法律。

释义

作者承认：遵守上主的法律，是他人生最大的福分（57）。因此，他毅然地矢志遵守上主的法律。同时祈求上主成全他的心愿，按照天主的诺言，怜悯而扶助他（58）。作者回忆生平，对上主的法律谨遵不违，也时常竭力而公开的维护上主的诫命（59，60）。虽然过去曾因仇敌纠缠而几乎堕入圈套，一度对天主的法律有所怠忽，但也未敢将上主的法律，置诸脑后（61）。相反的，为了默思体味上主的法律，半夜三更起来赞美上主（62）。作者亦深知“近朱者赤，近墨者黑”的警句，为了更热爱和遵守上主的法律，尽力躲避恶人，远离不肖之徒，时时与心地善良，为人正直和奉公守法的人建立友谊，增进情感，俾得互相砥砺之功（63）。最后作者慨叹：上主的仁慈充满大地乾坤，一切受造物都为上主的仁慈和恩爱作证，所以为了知恩报爱，祈求天主诱导他时时遵守上主的法律（64）。

第九段 （65—72） 苦患警醒人守法律

- 65 上主，你曾按照你的诺言，
善待了你的仆人。
- 66 求你教给我们明智和知识，
因为我信赖你的规律。
- 67 你惩戒以前，我曾徘徊歧途，
现在我却顺从你的法度。

- 68 你一向善良，普施仁惠，
求你教导我奉行你的法规。
- 69 骄傲人捏造是非陷害我，
我却一心恪守你的规约。
- 70 他们脑满肠肥，心地昏愤，
我却喜爱你的训诲。
- 71 遭受苦难，对我有益，
使我学习你的规律。
- 72 你颁布的法律，对我有益，
千万金银不能比拟。

释义

天主常以仁爱善待了作者，不论在顺境或逆境，按着他的诺言，多次扶助和照顾了他（65）。作者基于往日的经验，祈求天主赏赐他明达，使他得以正确地辨别是非，俾能忠于天主的法律，永不违背。何况天主的法律才是真正的智慧（66）。作者承认上主用苦难来使他改邪归正，重新遵守他的法律。在幸福中，因忘记了上主而忽略了法律（67）。所以作者称颂慈祥美善的上主，藉苦难提醒他归向天主，重新恪守上主的规诫（68）。

作者回心转意之后的守法态度，仇敌看来不顺眼，于是处心积虑地想陷害他，迫使他脱离上主的法律，放弃正直的道路，但忠贞的作者，却不为所动，一心忠于上主的法规（69）。这些胆大妄为的仇敌已到了执迷不悟的地步，心灵更是冥顽不化了，像被脂肪包围了一样，不能明白天主的事理。天主的事理——法律，对从善如流的义人来说，是莫大

的喜悦与安慰 (70)，从过去的忧虑中，作者更明了了天主的法度 (71)。这个教训是珍贵无比的，远远超过金银财宝。由于上主藉苦患使他更明白天主法律的重要 (72)。

第十段 (73—80) 求赐与善人为伍

- 73 你亲手造了我，形成了我，
求你赏我智力，学习你的诫命。
- 74 敬畏你的人看见我就喜欢，
因为我常仰赖你的圣言。
- 75 上主，我知道你的判断公正无私，
你使我遭受苦难是出于你的信实。
- 76 按照你对仆人的许诺，
求你以仁慈来扶慰我。
- 77 但愿你能怜悯我，使我生活，
因为你的法律就是我的喜乐。
- 78 愿陷害我的骄傲人蒙受羞辱，
至于我，我要沉思你的法度。
- 79 愿敬畏你的人都与我为邻，
认识你法律的人向我归顺！
- 80 愿我谨守你的规范，问心无愧，
使我不致蒙羞失败。

释义

既然天主创造了人的肉躯，作者也求天主给他创造一个

受教的心灵，使他有足够的智力来学习上主的法律（73）。由于他奉公守法的表现，也使善良正直的人满心欢乐（74）。作者过去所遭受的困苦，是天主正义措施的结果（75）。但他仍然不忘呼求天主速来救助他，使他脱离磨难而重新度安定的生活，获得守法的喜乐（77）。如此可以使胡作非为，难为他的骄傲人，不再得逞，而蒙受羞辱（78）。所谓“德不孤，必有邻，”凡正直的人，必来亲近他，与他同气相求，而共享守法的快乐（79）。

第十一段 （81—88） 苦难中求赐助佑

- 81 我的灵魂渴望你的救援而憔悴，
我殷切期待你的许诺。
- 82 对你的诺言望眼欲穿，
“你何时才赐我心安？”
- 83 我虽久候，心神憔悴，
却没有忘记你的法规。
- 84 你仆人尚能等待多久？
你何时才判决迫害我的恶徒？
- 85 骄傲的人违背你的法令，
给我挖掘了陷阱。
- 86 你的一切诫命，尽属真实，
他们无理迫害我，求你扶持我。
- 87 他们几乎将我置于死地，
我却没有背弃你的规律。

- 88 求你惠然赐我生命，
 我将遵守你颁布的谕令。

释义

在这一段里，作者以哀怨的心情，向上主陈述他的苦。在苦境中的种种遭遇使他无力抬头，惟有祈求上主速来救助（81，82）。虽然他被人折磨，心神憔悴，但他仍未背弃上主的法律（83）。由于处境艰难，作者悲痛欲绝，发声质问：“你仆人尚能等待多久？你何时才判决迫害我的恶徒？”（84）这些恶徒非但不奉公守法，听从上主的命令，反而挖掘陷阱，谋害忠良，诱骗他们远离上主的法律，作者也险些入了圈套（85）。在这种危机四伏，陷阱处处的情形下，他唯一的希望和靠山就是天主，因而不时求主赐给他生活的毅力，对天主的法律谨遵不违（86—88）。

第十二段 （89—96）天主的法律永恒不变

- 89 上主，你的话永垂不朽，
 坚定不移，有如苍天。
- 90 你的真诚代代流传，
 奠定大地，屹立不变。
- 91 天地至今遵行你的旨意，
 因为万有都是你的仆役。
- 92 我若不喜爱你的法令，
 我早就在患难中丧生。

- 93 我永远不忘你的命令，
因此你使我生存。
- 94 我原属于你，求你救拔我，
因为我寻求了你的法律。
- 95 恶人们伺机陷害我，
我仍思念你的规诫。
- 96 我看到任何美善，都有界限，
惟独你的诫命广阔无边。

释义

作者在这一段以赞颂的语气，来赞扬天主和他的圣言——法律。天主的法律有如苍天，稳固不移，是永远常存的（89）。同样，天主的忠实也是世代相传，永不变更，有如天地屹立不摇（90）。虽然苍天和大地庞大无边，但唯主命是从，有如忠诚的仆役。因此，它们的一切井然有序，井然有序（91）。作者坦白承认：他之所以存留至今，保有性命，乃是因为遵守了天主的法律，否则，早已向阴府报到了（92，93）。惟一使作者心满意足的是上主的法律，除了它，一切都是有限的，惟有上主的法律“广阔无边”（94—96）。

第十三段 (97—104) 法律增益人智

- 97 上主，我多么爱你的法律，
它是我终日默想的对象。
- 98 你的诫命永远在我心里，

使我比仇敌更明智。

99 我比所有的教师更聪明，
因为我常默想你的法令。

100 我比老年人更为明智，
因为我遵守你的律例。

101 我远离了一切邪路，
为能遵守你的圣道。

102 我没有背离你的训示，
因为有你作我的导师。

103 你的教言是多么甜蜜，
在我口中比蜜更甘怡。

104 我从你的诫命，获得智慧，
因此我憎恨邪恶的行为。

释义

上主的法律对作者来说，是智慧的泉源。由于他日日夜夜念念不忘上主的法律，遂导致他成为比仇敌更聪明的人，说到仇敌他们从不把上主的法律放在眼中，更谈不到默存在心了（97—98）。作者在此似乎有点自豪了，由于他对上主的命令谨遵不违，比他的教师还聪明，比年长的人还明智（99，100），又因默存上主的法令，而使他躲避了一切诱惑，未坠入邪恶而获罪于上主（101，102）。的确，遵守上主的法律，是甘怡的，甜美的，从上主法律所得来的理智，可以明辨是非善恶，且可鼓舞与罪恶周旋到底的勇气（103，104）。

第十四段 (105—112) 法律是苦患中的光明

- 105 你的话是我脚步的明灯，
是我道路上的亮光。
- 106 我今起誓，坚心定志，
遵守你正义的谕旨。
- 107 上主，我受苦确已深重，
求照你的诺言，保全我的性命。
- 108 上主，请悦纳我口中的颂赞，
教导我明了你的判断。
- 109 我的生命不断地处于危险，
我却忘记你的规范。
- 110 恶人虽然给我设下陷阱，
我却没有违背你的诫命。
- 111 你的训诲是我永久的基业，
使我心中喜悦。
- 112 我要决意奉行你的规范，
步步遵循，直到永远。

释义

作者称扬上主的法律，有如光明的灵灯，照亮了他的人生旅途，使他不致误入歧途（105）。所以他一再郑重誓言：谨遵上主的法律至死不渝。虽然他曾经为了天主的法律受过折磨与迫害，但仍然披肝沥胆择善固执，并祈求天主扶助他

的软弱，保全他的生命，接纳他的祭献、誓愿、祈祷和歌唱（107，108）。

作者表示：虽然他的生命仍然处于危险，亦即仇敌仍在处心积虑地布下陷阱，来谋害他，他对上主的法律，依旧忠贞。因为只有上主的法律才是他的基业，是他心灵上的真正喜乐（109，110）。结尾，作者再次向上主表达一片赤诚，今生来世，乃至永远，恪守上主的法令（111，112）。

第十五段 （113—120）痛恨三心二意的人

- 113 我恼恨三心二意的人，
我却喜爱你的法律。
- 114 你是我的藏身地，是我的盾牌，
你的话就是我的希望。
- 115 邪恶的人，离开我吧！
让我遵守天主的法律。
- 116 请照你的诺言支持我，使我生存，
不要使我的希望成为泡影。
- 117 你一扶持我，我就安全，
我要时常恪守你的训言。
- 118 违背你法令的，你都摒弃；
他们所图谋的都是詐欺。
- 119 地上的恶人，你都看作渣滓，
因此，我非常喜爱你的法制。
- 120 我因敬畏你而全身战栗，

对你的判断我心怀恐惧。

释义

既然作者尽心尽力，忠贞不二遵守天主的法律，很自然的对三心二意，朝秦暮楚的人，骂在口头，恨在心头了。且再次向天主表示守法的决心、喜爱和依赖（113，114）。继之又痛斥违法犯纪，无恶不作的人，驱逐他们远离他，使他平心静气地在上主的法律下生活。他的心目中，只有天主是他的靠山、扶持和救援（115—117）。

凡是远离上主法律的人，思想必庞杂且满怀欺诈，口出谎言，是天主所恼恨和吐弃的；且视作人间的渣滓，即被丢弃的垃圾（118，119）。于是更加增了作者对上主法律的信心和依赖，喜爱和维护（118，119）。上主的判断是严格、公正而铁面无私的，即使守法爱法的作者，也感到敬畏和战栗，惟恐有失，而招惹上主的震怒和惩罚（120）。

第十六段 （121—128）守法律的必获救助

- 121 我一向奉公守法，
莫使我遭受欺压。
- 122 求你保证你仆人的安全，
不要让骄傲人把我磨难。
- 123 你的救助和你履行正义的诺言，
我期待着，望眼欲穿。
- 124 你是仁慈的，求你恩待你的仆人，

教导我明白你的圣训。

125 我是你的仆人，求你赐我明达，
使我能够通晓你的约法。

126 上主，现在是你采取行动的时候，
因为人们违反了你的法度。

127 所以，我喜爱你的法律，
远胜黄金和宝玉。

128 我尊重你的一切诫命，
憎恶所有的欺诈途径。

释义

作者再三表示自己的忠贞，同时祈求天主保护，使他脱离恶人的毒手。求天主保证他的安全，不让飞扬跋扈的骄傲人继续磨难善人，轻视守法的善人（121，122），并迫切地等候上主的援助（123）。

天主的法律，就是作者生活的中心，所以祈求天主，使他明了一切法律的奥秘，使他能克服一切磨难（124，125）。由于他目睹恶人为非作歹，不把天主的法律放在眼中（126），在难过时，更重视爱慕上主的法律，远胜过黄金珠宝（127，128）。

第十七段 （129—136）法律是善人的光明

129 你的约法美妙神奇，
因此我常遵守不离。

- 130 你圣言的解释，如光普照，
连平庸纯朴的人也能知晓。
- 131 我不断张口噬气，
因为我渴慕你的诫律。
- 132 求你回顾我，怜悯我，
一如对待敬爱你的人，
- 133 请照你的诺言使我稳步向前，
别让任何邪恶把我羁绊。
- 134 请教我摆脱人们的欺凌，
使我常能遵守你的训令。
- 135 请向你的仆人显示你的慈颜，
教导我遵守你的规范。
- 136 我的眼泪倾流如注，
因为人们违背你的法度。

释义

上主的法律如一盏明灯，光照守正不阿的善人，鼓励无知的忠厚人，使他们明了法律，并按照法律去生活（129，130）。由于天主是既许必践的，作者鼓起了勇气，向天主祈求救助和保护，作为他奉公守法的报答（131，132）。又求主稳定他的脚步，履行正义和道路，遵行上主的法律。在道高一尺魔高一丈的险恶人间，求主显示光明的慈颜，善待守法的人，打击作恶的人（133—135）。作者见到无法无天的恶人，实在忧心如焚，因而泪如雨下，足见他是如何热爱天主的法律了（136）。

第十八段 (137—144) 天主的法律正直无邪

- 137 上主，只有你大公无私，
你的判断非常正直。
- 138 你以公义和至诚，
颁布了你的诫命。
- 139 我的敌人忘掉了你的圣训，
使我心中焦急，筋疲力尽。
- 140 你的训言无比精湛，
你的仆人百读不厌。
- 141 我年幼渺小，被人轻看，
却没有忘记你的规范。
- 142 你的正义始终如一，
你的法律就是真理。
- 143 纵有困苦，忧患缠身，
我仍然喜欢你的圣训。
- 144 你的约法永远公允，
求你赐我智慧，使我生存。

释义

作者明白地承认：天主是正义的，他的判断也是公道的，所以他的法律也是正义和公道的。虽然天主是全能的，但他不能妄用自己的全能，为所欲为。换言之，权衡善恶是非，曲直都有标准；审判善人恶人都有尺度（137，138）。

作者每次发现恶人违背上主的法律而不遵守天主的诫命时，便觉忧心如焚，甚至悲愤填膺，致使精力消耗殆尽（139）。因此常常体会到：上主的法律比千锤百炼的黄金更精纯，因此他衷心倾慕（140）。虽然他人微言轻，且备受人们的藐视和欺压，但仍衷心耿耿地遵守上主的法律，他认为，只有上主的法律才是永远公正而不变的（141，142）。虽然仇敌千方百计想强迫他远离上主的法律，但未得逞（143）。

第十九段 （145—152）求赐忠守法律之恩

- 145 上主，我全心呼求你，求你俯听，
我要遵守你的诫命。
- 146 我呼求你，求你救助，
使我遵守你的法度。
- 147 天亮以前，我就起来呼救，
切望你的训诲。
- 148 我彻夜醒寤不眠，
默思你的训言。
- 149 上主，你是仁慈的，请俯听我的呼声，
你是正义的，求赐我新的生命。
- 150 恶意迫害我的人，已经临近，
他们都远离了你的教训。
- 151 上主，你就在我身边，
你的诫命都是真理。
- 152 我早已熟习你的法律，

是你所制定，千古不变。

释义

作者生平不断地祈祷，求主赐他忠勇之恩，使他在任何险恶环境中，对天主的法律忠贞不二（145，146）。黎明之前即起身，哀求上主赐他恒心，使他时刻遵守上主的法令。有如更夫一般，每更之前醒来必作祈祷和默想上主的法律（147，148）。作者深信只要与天主同在，则万无一失。虽然人生的旅程处处设有陷阱，即到处有凶狠残忍的恶人，但作者安之若素，因为天主与他同在（149—151）。恶人把天主的法律当作老生常谈，却不知它是永恒有效的法律（152）。

第二十段 （153—160） 求赐脱离迫害

- 153 上主，请体恤我的苦难，来救拔我，
因为我没有忘记你的法律。
- 154 请为我伸冤，来释放我，
依照你的诺言，使我生活。
- 155 恶徒不能获得救恩，
因为他们不遵守你的圣训。
- 156 上主，你一向大慈大悲，
请照你的旨意，赐我生活。
- 157 迫害我的人何其众多，
我却未曾违背你的盟约。
- 158 我一看见恶徒，就心生厌烦，

因为他们不遵守你的规范。

- 159 上主，请看我如何喜欢你的训令，
你是仁慈的，请赐给我生命。
- 160 你法律的纲领，就是真理，
你一切公正的典章永世不移。

释义

作者再度感到自己的处境如波涛汹涌，因此，求天主垂怜他的苦况，俯允他的祈求。只有天主是他的后盾，不应置之不顾，让仇敌得逞，如此有损天主的光荣（153，154）。由于仇敌作奸犯科，违犯上主的法律，所以没有获得救援的希望（155）。但天主不时扶持着守法的人，并赐予力量和勇敢，以抵抗众多的仇敌，坚守上主的法律。虽然仇敌的诡计不能得逞，却使作者增添烦恼与不宁（156—158）。唯一使他心满意足，悠然自得的快事，只有上主的法律。它是真实无欺的，是永远长存的（159，160）。

第二十一段 （161—168）守法律的喜乐和平安

- 161 权贵无缘无故地迫害我，
我仍然敬畏你的圣言。
- 162 我对你的诺言欣喜若狂，
像发现了宝藏的人一样。
- 163 我憎恶一切欺诈，
我却爱慕你的律法。

- 164 因为你断案，大公无私，
我要每天赞美你七次。
- 165 爱慕你法律的，必得享平安，
他们没有失足的危险。
- 166 上主，我期待你的救助，
上主，我遵守你的法度。
- 167 我恪守你的规诫，
我喜爱你的法则。
- 168 我遵守你的诫命，你的劝言，
我的一切道路都在你面前。

释义

虽然当政的达官显贵也对他有毁谤和刁难的言行，但他仍未因此而踌躇不前，放弃上主的法律（161）。他深知怕有权势的人，倒不如敬畏天主。他因遵守上主的法律而获得快乐，远超过发现了宝藏的人而有的快乐（162）。他是如此热爱与维护上主的法律，因而憎恨一切虚伪和诡诈（163）。他的心灵不眠不休，好能时时赞颂正义的天主（每日七次即多次）（164）。遵守法律者的最大酬报是心灵的平安，平安是幸福的主要因素（165）。作者坦白承认：对上主的法律恪遵不违，而上主也知道作者不是巧言花语的人（166—168）。

第二十二段 （169—176）求赐一生爱慕天主的法律

- 169 上主，愿我的呼声上达于你，

- 愿你的圣言使我通达明理。
- 170 愿我的祈求直达于你的面前，
照你的诺言救我脱险。
- 171 愿我的唇舌洋溢赞美的歌曲，
因为你给我传授了你的法律。
- 172 愿我的唇舌歌咏你的训令，
你的一切诫命无不公正。
- 173 求你伸手援助我，
因为我愿服从你的命令。
- 174 上主，我渴望你的救援，
你的法律是我幸福的泉源。
- 175 我愿活下去，好能赞美你，
愿你的法令支持我。
- 176 我像亡羊，歧途彷徨，
请来寻觅，领回牧场，
我从未忘掉你的典章。

释义

本诗最后一段流露出祈求和哀告的心声，也是全诗的结果。作者一面祈求天主救助，一面向天主热诚赞美和感谢天主法律的完美，感谢天主的种种恩惠。

作者也祈求天主，使他真正明白法律的真谛，同时也求天主按着他的许诺，赐给他应得的恩惠，好能脱离一切危险(170)，并再三祈求天主支持他、帮助他。人总归是人，他知道自己软弱，时时有失足跌倒的危险，所以用祈祷作为增加信心和毅力的唯一法宝(173, 174)。作者比拟自己为

一只迷途的亡羊，天主如一位慈善的牧人，他祈求天主速来寻找他，把他领回牧场（176）。

第 119 首 渴望平安

- 1 我在急难中呼求上主，
他就俯听了我的。
- 2 “上主，求你使我脱离说谎的口唇，
摆脱欺诈的舌根。”
- 3 你这虚伪诡诈的人，
该怎样对付你，惩罚你？
- 4 只有勇士锐利的弓箭，
和那炽热的火炭！
- 5 我何其不幸，竟在默舍寄居，
在基达的帐幕中投宿！
- 6 我与憎恨和平的人相处，
相处的时日实在太久。
- 7 我一向爱好和平，
我讲和平，他们却发动战争。

引言

本诗是十五首“登圣殿歌”之一。“圣殿”指圣殿前的石阶。

作者是一位守法事主的人，不随波逐流且与世俗格格不入。自觉如处身蛮夷之地，形单影只，又如旅居荒无人烟的

旷野，孤苦伶仃，于是吟诗向上主哀诉。

释义

1, 2: 作者目前所处的环境，既困苦又险恶，由于恶人对他不断地加以诽谤或陷害，作者急需天主的助佑，使他早日脱离困境。

3, 4: 作者开始向仇敌抨击，预报仇敌将要受到天主的惩罚，这个惩罚的厉害，有如勇士的箭，所向无敌；又如炽热的火炭，燃烧不息地来打击他的仇敌。

5: 作者又具体地向上主表示他的处境是如何的难堪，在他周围的人们只顾吃喝玩乐，追求物质享受，作者如同居住在旷野的默舍人中间一样。（默舍是黑海一带的居民）。又如居住在旷野基达游牧民族之间一样，这个民族居于约旦河东部的旷野，以抢劫掠夺著称，在阿拉伯旷野，也有他们的踪迹。作者指出这两个既强悍又横行霸道的民族，藉以形容向他进攻的仇敌是如何的穷凶极恶，如何违背和轻视上主的法律。

6, 7: 由于作者生性爱好和平与安宁，与无恶不作的人同居共处，不能不感到厌恶。

诵读这首圣咏时，可想：我本心愿意虔诚事奉天主，度一个与天主、与别人平安的生活，奈何有三仇、魔鬼、世俗和自己的私欲偏情扰乱我，使我不得安宁。为此，我要恳求天主制服我这些仇敌。

第 120 首 天主，人民的护守者

- 1 我举目向圣山仰望，
我的救助来自何方？
- 2 我的救助来自上主，
他创造了天地万物。
- 3 他决不让你的脚滑倒，
你的护守者，不眠不休。
- 4 请看，以色列的护卫，
不睡眠，也不瞌睡。
- 5 上主站在你的身旁，
看守你，保护你。
- 6 白天，太阳不会伤你，
黑夜，月亮不会害你。
- 7 上主庇佑你免遭祸患，
他必保护你身心安全。
- 8 上主保佑你出入平安，
从现今直到永远。

引言

这首短短的圣咏，对天主的伟大，表达至诚的崇敬和由衷的偎依。

前往耶京朝圣的信众，途中遥望圣山时，心情鼓舞，精神振奋，响起了嘹亮的歌声，一唱百合，此起彼落，成群结

队的朝圣者，彼此鼓励和劝勉；全心依赖上主，安心在上主的照顾和卫护下生活，无忧无虑，无恐无惧。

释义

1：“我举目向圣山仰望”一句，使人连想起，每逢大节日，朝圣者由四面八方拥向耶路撒冷，由远处隐约看到圣山时，所发出的呼声。“圣山”即熙雍山，耶京即建在此山上，在那里有圣殿，圣殿是天主居住的地方。从那里，上主俯听百姓的呼声，施以救助和降福。“上主是以民的护卫者，”是本诗的中心思想。

6：在圣地，气候炎热，中暑是一件危险的事。上主如一把遮蔽太阳的伞，撑在百姓的头上，强烈而炎热的阳光，不致烧伤他们。

古代中东人民相信：疾病都是由月亮而来，尤其眼病，全归于夜间的月光。为此，诗人说：“黑夜月亮不会害你。”

熙雍山和耶路撒冷是圣堂和天堂的象征。天主在圣堂内，在祭台上，在天上居住，从那里天主保护我们。

我们在圣堂里念日课，念此圣咏时；念到“我举目向圣山仰望”，可瞻望祭台。

第 121 首 向耶路撒冷欢呼致敬

1 我真高兴，因为有人对我说：

“我们要进入上主的圣殿！”

2 耶路撒冷！我们的脚，

已经进入你的门限。

- 3 耶路撒冷的确是一座京城，
有雄伟的建筑，整齐的市容。
- 4 各支派，上主的各支派都涌向城中，
按照以色列的惯例，称颂上主的名。
- 5 这里设有审判的宝座，
就是达味宗室的宝座。
- 6 请为耶路撒冷祈求太平；
愿那喜爱你的人获享安宁。
- 7 愿你的城垣内永享和平，
愿你的堡垒中常保安全。
- 8 为了我的兄弟和同伴，
我要祝祷说：“愿平安常在你中间。”
为了上主我们天主的殿宇，
我要祝福你万事如意。

引言

耶路撒冷是以民神体政权的中心。每年大节日，以民都前往耶京参与敬礼上主的宗教仪式。只有耶京是惟一向天主举行敬礼的地方。

朝圣者向圣城发出欢愉的赞颂、景仰和羡慕，又再三向耶京致敬和祈祷。

耶路撒冷是圣教会的象征，圣教会是新耶路撒冷。我们念这首圣咏时，也可以用以民赞颂耶路撒冷的雄伟美丽表明圣母的伟大德能。因此在念圣母日课时，心中要存着赞颂圣母的心情。

释义

3: 描述耶京的外观, 建筑雄伟、市容整齐、宫殿、城墙、城楼、碉堡、以及宽阔的市街和辽阔的广场。

4: 朝圣的人群, 大多来自四面八方, 各支派的代表同声称颂上主的名。“按照以色列的惯例”: 按照法律规定: 以色列的成年男子, 每年应当三次到耶京过节, 朝拜天主(出二三·17)。

5: 耶京是全民的首都, 政教的中心, 在那里有统治全以民的达味的宝座。“达味的宝座”即统治全以民的政权所在地。

6—9: 再三向耶京致敬、祝福和祈祷。作者以写诗的技巧, 藉着“耶路撒冷”与“和平”二词, 在原文上同出一源之便, 重申为耶路撒冷祈祷和平。

怎样读? 请参阅《前言》八, 2 (3)。

第 122 首 上主是他子民的依赖

1 高居诸天的上主,
我举目仰望你。

2 正如仆人的眼睛望着主人的手,
又像婢女的眼睛注视主母的手。
我们的双目也同样仰望着上主, 我们的天主。
直到他怜悯我们为止。

3 上主, 求你怜悯我们, 怜悯我们,

因为我们已经饱尝欺凌。

- 4 受尽了富贵人的轻慢，
骄傲人的侮辱。

引言

这是一首哀怨诗篇，向天主倾诉同胞所处的困境，热切等候天主施救。

这首诗的背景可能是：以民从充军归来后，绝大多数是赤手空拳，身无长物，遭受当地土豪劣绅的欺凌，并且受到四周百姓的压迫。人民苦不堪言，哀求天主尽速拯救他们。

释义

1、2 节表示作者在困难中对天主的依赖。

3、4 节诉说所受的痛苦，“怜悯我们”重叠句加重哀求的诚恳，是修辞上的美妙佳句。

或在个人的困难中，或在教会的困难中，诵读这首圣咏时，就可用本圣咏的句子向天主呼吁。

第 123 首 我们的救助来自上主

- 1 若不是上主协助我们，
以色列应该承认：
- 2 若不是上主协助我们，
当敌人群起来反对我们，
- 3 愤然攻击我们时，

我们早被活活地吞噬。

- 4 就像洪水将我们冲失，
急流将我们卷走，
- 5 巨浪将我们淹没。
- 6 请赞美上主，他没有抛弃我们，
任凭敌人摧残蹂躏。
- 7 我们好像一只麻雀，
挣脱了猎人的罗网。
罗网已被扯破，
我们才得逃脱。
- 8 我们的救助来自上主，
是他创造了天地万物。

引言

这是一首感恩圣咏。

写作的动机：基于过去上主对以民多次的施救，而表达百姓对天主知恩报爱的心情。

释义

1, 2 节重复“若不是上主协助我们”，表明多次脱了灾难，都是由上主的协助。

自 3 节以下作者用比喻形容敌人的谋害：3 节把敌人比作野兽；4, 5 节比作洪水；7 节比作猎人。

8：在上主一次又一次的拯救了以民之后，人们向上主表达衷心的依赖，作为本诗歌的结束。

诵读这首圣咏时，可按前边“引言”八，2，(4) 所言。

第 124 首 上主保护他的子民

- 1 依赖上主的人，稳如熙雍山，
要永远屹立不摇。
- 2 群山围绕着耶路撒冷，
上主也护卫着他的子民，
从现在直到永恒。
- 3 上主不容恶势力统治义人的命运，
以免他们伸手行凶。
- 4 上主，求你恩待善良的人，
赐福给心地正直的人。
- 5 那离弃正路，走入歧途的人，
上主必使他们与恶徒一同沉沦，
唯愿以色列永享太平。

引言

这是一首表达信赖上主的圣咏。

释义

1: “山”在圣经上常是“稳固”和“永恒”的象征。熙雍山稳固坚强，屹立不摇，这稳固不动的圣山使作者联想到天主对自己百姓的照顾和护卫也是牢不可破的。为此敬畏上主的人，对天主的信赖也是稳定不变的。

2: 耶路撒冷屹立环山包围中，实如金城汤池，坚甲利

兵亦难攻破，乃是上主保护以民的象征，作者在此激励人们，应对天主全心依赖。“从现在直到永远”是圣经上的既成辞句，说明天主的保护是恒久不变的。

3：“恶势力”指外邦人，“义人”指以民，天主绝不准许外邦人来占领以民的土地，在以民的土地上发号施令，以免天主的百姓长期受外邦人的压迫，因而受外邦人的影响与诱惑，走上犯罪的道路。

4：作者的祈祷：首先为“善良的人”，“心地正直的人”祈祷，求主赐给他们赏报和福乐。

5：同时也求天主惩罚以民中那些对天主不忠诚、忘恩负义的人。惟有有恶必罚，才可以杜绝以民背弃天主的后患。这样以色列家族将永享太平。

第 125 首 结束充军，重归故乡

- 1 上主率领俘虏回到熙雍，
我们仿佛身在梦中。
- 2 那时，我们满心欢乐，
我们引吭高歌。
那时，异民彼此说：
“上主为他们作了大事！”
- 3 上主为我们行了奇迹，
我们都满心欢喜。
- 4 上主，求你领我们重归故里，
好像沙漠中再见小溪。

- 5 含泪播种的，
必含笑收割。
- 6 他们且行且哭，出去播种耕耘，
他们载欣载奔，回来背着麦捆。

引言

本诗的前一部分是感恩颂（1—3），感谢天主使他们由充军之地归来（公元前 538）；第二部分是祈求上主祝福以民的未来。

释义

1：以民长期充军巴比伦的痛苦生活终于结束了，从此离乡背井的以民得以回国重整家园。这个消息突如其来，有如天降，使百姓欣喜若狂，不知是梦是真？

2：他们兴高采烈地携带家眷，踏上归途，虽然路途遥远，爬山涉水，仍然兴奋不已，满心欢乐，引吭高歌。

不但以民个个欢欣鼓舞，就连外邦人也都赞叹不已，为他们而庆幸，为他们而惊奇。

4：但是，他们回家后，几乎十室九空，断壁残垣，一片荒凉，百事待举，百废待兴。加上异族的侵扰，困难重重。于是祈求天主伸手援救，使他们克服困难得到真正的复兴。

4—6：作者求天主把以民的痛苦转变为喜乐，用了两个比喻。其一：如圣地南方乃革布干旱之地的河谷，在春夏两季是干涸的，但一到了秋冬之交，雨水充沛，河水满坑满谷，灌溉就不成问题了。

其二：如撒种的农人，先经春耕夏耘，早出晚归，风吹雨打之苦，然后才有丰收的快乐。同样，以民过去和现在受多痛苦，希望将来能获得完全复兴，成为富强的国家。

这首圣咏的历史背景，很容易使我们回忆起中国教会近来的历史经过。文化大革命前后的二十年，教会正如以民在巴比伦的遭遇，教友不能进堂念经，不许可度宗教生活。哪料，天主的圣意到了，又准许教友念经了，教友们欢喜高兴的那种情况，真如同以民在巴比伦长期流亡之后，重返故乡一样。二十年后的今天，关于这些情况我们记忆犹新，如在目前。我们一面感谢天主，一面还祈求天主保护助佑中国圣教会克服一切困难，奋勇前进。

第 126 首 若无天主，则徒劳无功

- 1 若非上主兴工建屋，
建筑的人徒然劳碌。
若非上主防守城堡，
警醒护守也是徒劳。
- 2 纵然你清晨早起，
深夜不眠，也徒然无益。
茹苦含辛，也仅得一饱，
上主所爱的，却毫无烦恼。
- 3 子女是上主恩赐的产业，
儿孙承欢是他的酬报。
- 4 年轻力壮所得的子嗣，

有如勇士手中的箭矢；

- 5 装满箭囊的人，确实有福，
城门之前与敌相争，决不受辱。

引言

这是一首教育的圣咏，其内容是，一切事之成败，全操于天主。生男育女也是来自天主的祝福。作者用三个比喻来证明：1，土木工程师。2，岗哨。3，为生活埋头苦干，呕心经营的人：若无天主助佑，都将徒劳无功。

释义

5：“城门之前与敌相争”：古代犹太人审判时常在城门前，即在大庭广众之下举行。

因本诗3节有“子女是上主恩赐的产业”一句，故圣教会将这一句话贴到我们世人和圣母身上，说明人是圣母的子女，我们应以子女的心肠对待圣母。

·第 127 首 天伦之乐乃上主所赐

- 1 凡诚心诚意敬畏上主，
遵行他道路的人，真是有福！
- 2 你吃双手勤劳的果实，
你必有福，万事亨通。
- 3 你的妻子在你的内室，
像结实累累的葡萄树。

你的儿女围绕着餐桌，
好象橄榄树的嫩枝。

4 请看，敬畏上主的人，
就有这样的好福气。

5 但愿上主从熙雍降福你，
使你终生得享耶路撒冷的幸福。

6 愿你看到儿孙满堂，五世其昌，
并愿天主的子民富强安康！

引言

这是一首智慧圣咏，祝贺人们，因为敬畏上主，过着循规蹈矩的生活。

本诗描写天伦之乐。由于夫妻的智慧和子女的繁衍，家庭享受安乐和愉快的生活，这在古以民的心目中是上主赐予人最大的恩惠。由于启示尚在初步的阶段，当时人们，连作者在内，尚不知道有来世永远的赏报，因此，善人的赏报与新约时代人们的宗教知识相比，有很大的距离。因此，金口圣若望说：“旧约时代认为惟一主要的东西，新约时代认为只是附带加添的”，换言之，新约时代最主要的是天主的国及义德，其它一切都是无关紧要的，是附带的。

诗的运用：是司祭对参与礼仪者的祝贺词，他向一切敬畏上主的人。表示祝贺之意。

释义

1：“敬畏上主是智慧的开始”，这在旧约的智慧书上，是极普遍的观念。由于敬畏上主，使人奉公守法，不敢胡作

非为，如此才可获得上主的祝福和恩赐。

2：凡敬畏上主的人，一定享受其劳力的成果。仇敌无法掠夺他的成果，天主保护敬畏他的人，不让仇敌不劳而获，坐享其成。

3，4：凡是天主降福的人，安度家庭生活，家有贤慧而忠实的妻子照顾一切。天主又赐他众多子女，有如橄榄树的枝叶茂盛。圣经上的橄榄树常代表青春活力。

5，6：家庭的幸福也需要社会和国家的保障，所以作者求主赐予圣城耶京的发达和稳固与以民的平安富足。因此，敬畏上主的人才可久享和平幸福且可见到生生不息的后代。

这首圣咏所描述的家庭典型虽是旧约时代的，远不如新约所要求的那么高超，但夫妇勤劳，家庭和睦，总是家庭的美德，连在今天，我们仍是称赞家庭的和睦相处，家庭成员都善尽己职。今天我们诵读此圣咏时，除了求天主赏赐公教家庭本性的恩惠外，更上一层楼，还求天主赐给家庭超性的恩典，做一模范的教友家庭，热心敬主，立功修德，传教救人，最后得到天堂永福。

第 128 首 受过迫害的百姓重新表示信赖

- 1 我自幼就多次受人迫害，
愿以色列子民这样说：
- 2 我自幼就多次受人迫害，
他们却没有胜过我。
- 3 他们在我背上留下伤痕，

像农夫犁出的深长泥沟。

- 4 上主却公正不偏，
将恶人的绳索斩断。
- 5 愿所有仇恨熙雍的人，
蒙受羞辱，转身逃遁。
- 6 愿他们像屋顶的野草，
不待长成，就已枯槁。
- 7 收割的人，手中不够一把，
捆禾的人，胸前不满一捆。
- 8 过路的也没有人说：愿上主降福你们，
我们奉上主的名祝福你们。

引言

这是一首赞美和感谢上主的诗歌。因为上主从以民少年时代，以及以民成立，就尽力保护照顾着他们，未让那居心叵测，一直要陷害他们的仇敌得逞。

本诗的背景：以民充军结束后，回国所见，不但满是疮痍，一片荒凉，且受到四邻的外邦人联合迫害与攻击。饱尝苦境生涯的以民，遭受到双层的打击与折磨。作者为了慰勉同胞，同时也提醒他们，在过去许多困苦艰难中，上主都伸出了援手，拯救了他们，从未使他们遭到灭顶之祸；无异是说，目前的祸患又算得了什么？天主一定会来拯救的。所以以民不应该过于担心害怕，而应全心依赖天主。

4—8 节作者痛斥仇敌，以及祈求天主惩罚他们。

释义

1—3：作者代表以民向上主诉苦。

“自幼”：指以民流亡埃及的时代，就遭受欺压，他们的脊背如同农田任仇敌在它上面犁耕，所犁的沟既深又长。

作者在这里是象征的说法，形容埃及人或亚述人，或巴比伦人压迫难为以色列人，叫他们背负重载，或用棍棒、绳索、皮鞭打他们的背，所以说在他们的“背上留下伤痕”，他们受的残伤非常严重，就好象“农夫犁出的深长泥沟”，这就好象我国用“被人骑在头上”来形容、象征受人压迫的情形。

以民自开始就一直受到人们的欺凌压迫。以民形成民族是自出离埃及后开始，但从此就走上了坎坷崎岖，困难重重的境地，不少外邦人也开始相继起来磨难他们。首先是埃及人，继之者是阿玛肋克人、厄东人和摩阿布人，以后是迦南人。他们进入圣地定居之后，又有培肋舍特人、米德扬人和亚述人等。最后在巴比伦王拿步高的大军之前，他们倒了下来，全被掳往遥远的充军之地，从此国破家亡，民族的自主权和自尊几乎丧失殆尽，这是以民历史上最大的悲剧，最惨痛的教训。作者写本诗时，以上一幕幕的悲惨史实历历如在眼前，加上目前作者所处的也不是清平盛世，仍然是内忧外患，祸不单行的困境。才由充军之地归来的以民，内有撒玛黎雅人，外有阿孟、厄东和阿拉伯人等彼此勾结起来迫害他们，极尽阻扰之能事，以打击他们的重建和宗教。

4：但这些迫害和欺压都是短暂的，因为公义的天主，每次都及时拯救了苦难中的以民，“将恶人的绳索斩断”，使

他们的暴行中止了。“绳索”指敌人对战败者或受压迫者所加予的枷锁，或捆绑他们用的绳索或锁链；天主把恶人给以民加的“绳索斩断”，就是天主给以民解除了这些东西，使他们自由。

5：作者转而注视以民所处的困境，祈求天主再来主持公道，打击敌人，不让他们的诡计实现，而使他们“蒙受羞辱，转身逃遁”。

6—8：诅咒敌人：作者又将敌人比作“屋顶的野草”，扎根不深，不会开花结实，转眼就干枯，随风飘逝无踪了。他们不能危害上主的百姓。

7：作者又把以民的仇敌比作极其欠收年的庄稼，很是可怜。

8：根据古犹太人的风俗，凡经过田野的路人，见到收割的人，就向他们祝贺：“愿上主降福你们”，否则，就是冤家或不懂人情。

诵读这首圣咏时，可为圣教会感谢天主从艰难中拯护了它，又为仇人求主使他们认识错误，自知收敛。

第 129 首 我从深渊呼救

- 1 上主，我从深渊呼求你，
- 2 我主，求你俯听我的哀告，
侧耳谛听我的祈祷。
- 3 上主，你若细察人的罪孽，
我主，又有谁还能站得住。

- 4 然而你一向宽恕为怀，
我们对你起敬起爱。
- 5 我在期待，我的心灵期待上主，
期待上主的诺言。
- 6 我的心灵期待上主，胜于更夫待旦，
远胜于巡夜的人等待曙光出现。
- 7 以色列，你要仰赖上主，
因为上主慈悲为怀，乐于救赎。
- 8 他必拯救以色列，
脱离一切罪恶。

引言

这是一首忏悔圣咏，也是在教会内用途很广的诗歌，尤其为亡者祈祷时，更是不可缺的诗篇。作者正处于急难之中；所以迫切地向上主呼求。当作者写这首诗歌时，自觉满身罪污，远离了天主。于是以悔改的心情向天主哀诉，来求天主怜悯。作者一方面自觉犯了罪，得罪了天主，另一方面却坚信天主的仁慈，以全心依恃的心情投奔天主的怀抱。

释义

1: “深渊”: 指罪如深渊。

3: 假如天主不是无限仁慈的，在公义的天主台前，谁也受不住。

5, 6: 天主既以宽恕为怀，我就期待天主的怜悯，如更夫等待黎明的来到，以解除通宵达旦的巡逻之苦。

7: 作者推己及人，也想起了自己的同胞，于是邀请他

们等待上主的仁慈施救。8：当时以民正当内忧外患而困难重重，作者更提醒同胞，上主是富于仁慈的，虽然他们犯罪得罪了天主，但天主仍然会来拯救他们的。

第 130 首 赤子般的信赖上主

- 1 上主，我不心高气傲，
我也不敢自视过高；
我决不好大喜功，
也不妄想成大业。
- 2 但愿我的心灵，
得享平静与安宁；
我的心灵好似吃奶的婴儿，
就像婴儿偎依在母亲怀中。
- 3 以色列，你要仰赖上主，
从现今直到永远。

引言

作者以谦虚的心情，把自己托付给天主，其他则一无所求。

释义

1：在这第一节内的语气消极：不做这，不做那，表示对世上赫赫的丰功伟业，以及雄心万丈，积极于名利者，完全无动于衷。

第 131 首 天主给达味宗室的恩许

- 1 上主，求你怀念达味，
和他的一切劳瘁。
- 2 因为他曾向上主发誓：
向雅格的大能者许愿：
- 3 除非我为上主找到居处，
为雅格的大能者，准备好帐幕，
- 4 我决不进入我的房屋，
也决不登上床铺，
- 5 我决不合眼，
也不睡眠。
- 6 我们听说约柜在厄弗辣，
就在雅尔平原找到了它。
- 7 “让我们进入他的住宅，
在他脚前俯首叩拜。”
- 8 上主，你和你威能的约柜，
请起来，驾临你安居之所。
- 9 愿你的祭司身披正义，
愿你的圣民踊跃欢喜。
- 10 为了你的仆人达味，
莫将你的爱傅者抛弃。
- 11 上主向达味起了誓，
决不会将誓言收回。

“我要使你的儿子，
继承你的王位。”

12 你的子孙若遵守我的誓约和典章，
他们的子孙也必世代为王。

13 上主拣选了熙雍，
作为自己的王宫；

14 “这是我永久安息之处，
我愿在这里居住。

15 我要赏赐城中食粮充裕，
穷人都得饱饫，

16 祭司蒙受教恩，
圣民踊跃欢欣，

17 我要在这里为达味兴起一位后裔，
受傅者前明灯常燃，王位永垂弗替。

18 我要使他的敌人各尝羞辱，
使他头上的冠冕光耀夺目。

引言

本诗描叙默西亚。作者祈求天主巩固达味的王朝，并实现对达味所作的预许（见撒下七章）。

本诗作者回顾过去天主对以民，尤其对以民的国王所预许的恩惠，遂前瞻未来的默西亚，而作此诗，以表达他的意向和希望。

划分：1，达味对约柜的热心；以及建筑圣殿的愿望（1—10）。2，赞颂天主的恩许（11—18）。

释义

1: 作者求上主怀念达味，因为他曾鞠躬尽瘁，千方百计为上主建立一座适当的住所（见编上·二二·14）

2—5: 旧约上没有提及达味发过这样的誓愿。作者这里是以写诗的技巧，夸大的辞格——“誓愿”来表示达味的夙愿。达味也许只有心机，乐意为天主修建一座圣殿（撒下七·2）。

6: 约柜被培肋舍特人抢劫而去，培肋舍特人，因此受了上主的惩罚，遭了许多灾难，在迫不得已的情况下，只好自动将约柜送还了以民。当时约柜被送到克黎雅特耶阿陵村，这村庄位在厄弗辣地区内。所以本节说：“我们听说约柜在厄弗辣”。（撒上五）

“雅尔”：即树林之意，因在上述该村的周围有广大的树林。

这一节是描写抬约柜的司祭们，如何爽快而迅速地把上主的约柜抬了回来。

9: 司祭到圣殿行礼时，按梅瑟的规定，要穿着白细麻礼服。这种白色祭衣喻为正义的象征，所以在此呼吁司祭们要“身披正义”。

11—18: 既然达味曾经立志为天主建造一座殿宇，以供天主居住，当然天主也不会亏待达味了，所以天主许下将要赐给达味及其王朝大量的恩宠。

11: “起了誓”：这里也说“上主起誓”的记载。只是说上主许下宽待达味和他的家族及后代。这里所说的“上主起誓”，乃是作者特意把“上主的许诺”加以渲染而已。

17: 达味的后裔即默西亚。天主许给达味——受傅者一盏明灯，它将如圣殿中的常明灯，世世代代的照耀着，意即达味的王位将永存不替。本节的受傅者直接指达味，间接指默西亚。

18: “他”；指默西亚。

第 132 首 兄弟们和睦相处的欣悦

- 1 弟兄们同居共处，
多么美好，多么幸福！
- 2 象一种珍贵的香液，使人清爽，
倒在亚郎的头上，散发芬芳，
也熏香了他的衣裳。
- 3 又象落在熙雍山上的，赫尔蒙的朝露，
上主将在那里赐福，
赐与永生的幸福。

引言

这是一首富有智慧意义的圣咏，主题是歌唱兄弟团聚的快乐。家庭中的兄弟姊妹融融乐乐欢聚一堂，是人间最大的幸福。这里的兄弟姊妹，当然是广泛指全体以民。他们在共同信仰上，也是如同兄弟姊妹手足般的关系。每逢大节日，从四面八方来的以民，在耶京相会交谈，喜气洋溢，欢度佳节，这可能就是本诗写作的动机。

为了描写大家庭兄弟姊妹共聚一堂欢欣快乐的情形，作

者用了两个比喻：香液和朝露，来加强欢乐的气氛。

关于本诗写作的背景，有人认为是一首“问候”诗，当拜访某一大家庭的客人，发现这家庭的父慈子孝，兄友弟恭的伦理表现，以及兄弟姊妹相处的和谐与一团和气而乐融融的情景，使访客既羡慕又称赞，在惊喜下，遂唱出了这首美妙的小诗。

释义

1: 本诗背景可能是唱出每年耶京大节日的盛况。以民每年有三大节日，前往耶京朝圣的以民，由于充满信仰的热火，即使不远千里而来，也不顾及跋涉之劳，前来耶京朝拜上主。他们在耶京过节逗留数日，当然耶京也因之而繁荣一时，有亲的拜亲，有友的访友，于是住家客栈处处暴满。平日难得一见的亲友，节日聚首，倍感亲切，再加上信仰一致，终向共同。益形亲爱精诚了。群集耶京的时日，大家忘却了日常生活的劳累与烦恼，乃至彼此之间的嫌隙也一扫而空了。大家欢天喜地，载歌载舞，欢聚在上主的大家庭。作者歌唱这种手足之情的快乐小诗。旨在激励以民精诚团结，本事奉上主之热火而和睦相处。

2: 作者将这种相处极融洽的福乐，比作祝圣亚郎——大司祭用的圣油（香液），如将大量香液倒在犬司祭的头上一样，自头上向下流，直到胸襟。圣油是用最上等的香料制成的，芬芳的气味代表以民的宗教信仰，它应在各处发出悦人的香味。

3: 作者描述兄弟姊妹和睦相处的另一个比喻是“赫尔蒙的朝露”。“赫尔蒙”是巴勒斯坦北部的一座山。巴勒斯坦

的高原地带，一年内雨水很少，因此这些高原只有夜间露水的滋润，尤其在比较寒冷的北方，夜间露水有如蒙蒙细雨，于是这种潮湿空气被风吹送到巴勒斯坦其他地区，这些地区的农作物乃得滋润成长。以民之间如兄弟般的和睦相处，正如露水滋养植物一般，使他们的国计民生更为坚强壮盛，如同赫尔蒙山上的露水，随风吹落在熙雍山上一样。作者这种说法，当然毫无科学的根据，由于古代以民尚不知道露水的形成是由于夜间气温突然降底而来。并非由风从他处吹送而来的。正如作者在这时所说的一样，既然耶京是上主居住所在，那么上主赐予这个城市的恩惠也特别丰富。上主特别爱护耶京，就是特别爱护以民的标记。“赐与永生”：就是赐与高寿。“永生”对古以民来说，是普通人情的说法，并无来世永生的意思。因为古以民尚不知永生的存在，关于永生的道理。上主还没有启示给他们。

我们诵读这首圣咏时，可想圣咏中所说的“弟兄们”，1，指的全人类。2，尤其全体教友，因为我们都是一个天父的子女，我们都是兄弟姊妹，“四海之内皆兄弟也”，应该彼此相亲相爱。3，指同会的会士。4，教区的神父。

第 133 首 圣殿中的晚祷

- 1 上主的众仆人，请来赞美上主。
夜间侍立在上主殿中的人，请赞美上主！
- 2 请向圣所举手祈祷，
赞美上主！

- 愿创造天地的上主，
- 由熙雍降福你们。

引言

朝圣者在朝圣时，向圣殿和司祭们告辞。作者先代表以民信众呈请圣殿的司祭们，在夜间也要赞美天主。为答应信众吁请，司祭们也代表天主，从圣殿里向辞别者祝福，祝福他们各自平安回家，又希望天主赐予他们丰富的恩惠。

· 本诗用于主日夜祷。

· 读时可设想“侍立在上主殿中的人”是天神们。末两句设想是天神的答词。

第 134 首 赞颂上主

- 1 上主的仆人，请你们赞颂，
赞颂上主的名。
- 2 侍立在上主的圣殿里，
在我们天主庭院中的人们，
- 3 请赞扬上主，因为他至善至美，
歌颂他的名，因为他可亲可爱。
- 4 上主为自己拣选了雅格，
将以色列归为已有。
- 5 我知道上主伟大无比，
我们的天主凌驾万神之上。
- 6 在天上、地下、海洋的深处，

上主随心所欲，创造了万物。

- 7 他使乌云由地极升起，
使闪电挟着雷雨，
使轻风从天库吹出。
- 8 他将埃及的首生者杀尽，
不论是人或牲畜。
- 9 埃及，上主在你境内行了奇迹、异能，
惩罚了法郎和他所有的臣民。
- 10 他击败了列邦，
杀死了强悍的国王：
- 11 阿摩黎王息宏，巴珊的敖格王，
和迦南的所有首长。
- 12 他们将他们的土地赏给以色列，
作为他选民的基业。
- 13 上主，你的圣名永受颂扬，
你的令誉，万古流芳。
- 14 因为上主必为他的子民伸冤，
对他的仆人必将垂怜。
- 15 异民的偶像是金银，
是人手塑造的物品。
- 16 有口不能言，
有目不能视。
- 17 有耳不能聆听，
有口不能呼吸。
- 18 铸造偶像的人，与偶像无异，
供奉偶像的人，与偶像类似。

- 19 以色列家族，请赞颂上主；
 亚郎的家族，请赞颂上主，
- 20 肋味的家族，请赞颂上主，
 敬畏上主的，请赞颂上主。
- 21 愿住在耶路撒冷的上主，
 由熙雍接受赞颂。

引言

本首是赞颂的圣咏。它的奇特处是整篇大都是采用的成语，尤其圣咏中更多。本篇所历述的是：天主造天地，自埃及为奴之地拯救以民，在旷野中保护、照顾他们，以及领他们进入圣地等奇迹。歌咏者藉回忆这一切，加强对天主的信心和信赖。

划分：1，造物主表现的伟大和全能（1—7）。2，赐与以民的恩惠（8—14）。3，邪神的虚无（15—18）。4，赞颂天主（19—21）。

释义

- 1, 2: 邀请同赞主的人。
- 3: 赞颂上主的理论原因。
- 4: 特选以民赞颂上主。
- 5—7: 天主是万物的创造者。
- 8—14: 赐与以民的恩惠。
- 15—18: 邪神偶像的虚伪。
- 19—21: 请众赞颂上主。

第135首 赞美诗

- 1 请你们称谢上主，
因为他美善宽仁。
因为他的仁慈永远常存。
- 2 请你们称谢众神之神，
因为他的仁慈永远常存。
- 3 请你们称谢万主之主，
因为他的仁慈永远常存。
- 4 只有他施展了伟大奇能，
因为他的仁慈永远常存。
- 5 他以智慧创造了苍天，
因为他的仁慈永远常存。
- 6 他将大地铺展在大水之上，
因为他的仁慈永远常存。
- 7 他创造了巨大的光体，
因为他的仁慈永远常存。
- 8 他创造了太阳统治白昼，
因为他的仁慈永远常存。
- 9 月亮和星辰光照黑夜，
因为他的仁慈永远常存。
- 10 他击杀了埃及人的长子，
因为他的仁慈永远常存。
- 11 他由他们中间领出了以色列，

因为他的仁慈永远常存。

12 他伸出手臂施展了大能，
因为他的仁慈永远常存。

13 他把红海从中分开，
因为他的仁慈永远常存。

14 他领以色列人从海中走过，
因为他的仁慈永远常存。

15 他把法郎和他的军队投入红海，
因为他的仁慈永远常存。

16 他领百姓经过旷野，
因为他的仁慈永远常存。

17 他击败了强大的君王，
因为他的仁慈永远常存。

18 他杀死了阿摩黎王息宏，
因为他的仁慈永远常存。

19 他杀死了巴珊的救格王，
因为他的仁慈永远常存。

20 他使选民占领了他们的土地，
因为他的仁慈永远常存。

21 由他的仆人以色列来继承，
因为他的仁慈永远常存。

22 我们遭难时，他怀念了我们，
因为他的仁慈永远常存。

23 他救我们脱离了仇人，
因为他的仁慈永远常存。

24 他把食品供给一切生灵，

因为他的仁慈永远常存。

- 25、你们要称谢天上的天主，
因为他的仁慈永远常存。

引言

本首是古以民于盛大节日在圣殿中感谢天主时咏唱的圣咏，因它具有浓厚和一连串的赞颂与感谢辞句。本诗的每节由领唱者歌咏团领唱时，信众答唱“因为他的仁慈永远常存”，所以本诗是真正的“答唱咏”。犹太人称本诗为“大赞歌”。

划分：1，上主是万物的创造者（1—9）。2，选民的拯救者（10—24）。3，他照顾一切生灵（25，26）。

释义

5—9 节作者描述了天主创造了天地，日月星辰等，并愿意说明这些无生命的星辰并非神明；它们同人类一样都是受造物。它们都有天主指定的任务；太阳光照白天；月亮和星辰夜间发光。一切在天主上智的安排下，各安其分，有条不紊。

原文 17 与 18 节意义相同，《每日礼赞》并为一节。

第 136 首 (1—6) 巴比伦河畔

1. 我们坐在巴比伦河畔，
一想起熙雍就泪流满面。

- 2 在河边的杨柳树上，
挂起了我们的竖琴。
- 3 俘掳我们要我们讴歌，
迫害我们要我们奏乐：
“给我们唱一首熙雍的诗歌！”
- 4 但是我们现在沦落异域，
又怎能唱出上主的歌曲？
- 5 耶路撒冷！我若是忘记你，
宁愿我的右手丧失绝技。
- 6 我若不怀念你，
不把你当作我最大的喜乐，
就让我的舌头僵硬，再不能唱歌。

引言

这是一首哀怨的诗歌。

为犹太人来说，全球惟一圣地只有巴勒斯坦一处，因为在这里有天主的居所；其他地方都是不洁，俗不可耐的。以民这种惟我独尊的宗教和民族传统观念，已根深蒂固了。因此，一名飘流他乡，充军异地的犹太人的思乡之情，是特别浓厚和炽热的。

本诗开始即描写流亡他乡的以民心情，坐在巴比伦的河畔，将竖琴挂在杨柳树上；在陌生的异邦，追念熙雍圣山，于是悲从中来，泪流如注。在这种凄凉的情况下，哪里还有心思和精力，来为那些俘虏他们、虐待和压迫他们的外邦人唱歌作乐呢？他们朝思暮想的，是早日回到天主所居住的圣地，自己的本乡本土——巴勒斯坦；希望在耶京圣殿里，在熙

雍圣山上，向天主唱出赞美和感恩曲。

读这首诗时，可回忆教难时，流亡异地的情况。

释义

1：“巴比伦河畔”：幼发拉底河或支流河畔。

3：看守他们的警卫，以讽刺他们的态度说：“快些来给我们唱一首熙雍的歌！”

“熙雍的歌”：就是下一节说的“上主的歌曲。”

4：熙雍的歌，只限于在圣殿唱，是不能随地唱的，更不能给外邦人演唱。所以作者表示他对宗教的热忱，遂拒绝了外邦兵卒的无聊要求。

5，6：“右手丧失绝技”或译“右手枯焦”。

6：“舌头僵硬，再不能唱歌”或译“舌头紧紧贴在上颚”，即口变哑吧。

第 137 首 谢 恩

- 1 上主，我要全心称谢你，
因为你俯听了口口中的祷词。
我要在万神前歌颂你，
- 2 向你的圣所叩首至地。
我要颂扬你的圣名，
因为你真诚而慈爱，
实践了你的诺言，超过我们的期待。
- 3 我一呼求你，你就俯听，

使我的灵魂力量倍增。

- 4 上主，地上的君王都要称谢你，
因为他们听到你的训谕。
- 5 他们要歌颂上主的功绩，
“上主的荣耀伟大无比”！
- 6 上主无上尊高，却垂顾弱小，
傲慢人在他面前无法遁逃。
- 7 我若处於困境，你必使我生存，
以右手拯救我，打击狂怒的敌人，
- 8 上主必为我完成这项事功！
上主，你的慈爱永世无穷，
不要放弃你双手的妙工！

引言

这是一首个人的感恩圣咏。当作者获得了天主一次奇特的恩惠之后，以吟诗流露心中的谢忱。

作者为了何事向上主致谢？有人以为：作者所遭遇的是场几乎丧命的大病；另有人则以为是天主救助他脱了敌人的攻击（7）。

释义

1：“万神”：众天神

7：“若”：几时。

诵读时，可想自己曾遭遇到的一切困难：如疾病等。否则，以同情共融的心，与遭难得救的人谢恩。

第138首 (1—18, 23, 24) 上主明察秋毫

- 1 上主，你洞察我，认清我，
- 2 我的一举一动，你无不深知，
你在远处也透彻我的心思。
- 3 我或行或止，你明察无遗，
我所作所为，你都熟悉。
- 4 我的话尚未出口，
上主，你已知晓。
- 5 瞻之在前，忽焉在后，
圣手所指，不离左右。
- 6 你的知识深奥无比，
为我确实高不可及。
- 7 我到何处，才能躲开你的神能？
我到何处，方能逃避你的面容？
- 8 我到天上，你已在那里，
我潜入阴府，你也在那里。
- 9 我若振翼飞往日出之乡，
我若遁迹息影於辽海之滨，
- 10 你的手仍在那里引导着我，
你的右手依然紧紧地握着我。
- 11 我若说：愿黑暗把我笼罩，
愿我四周的光明变为黑夜；
- 12 但黑夜为你并非朦胧，

- 黑夜与白昼同样光明，
黑夜与光明为你完全相同。
- 13 上主，我的脏腑原是你造成，
你使我在母胎中成型。
- 14 我称谢你，你神奇地把我创造，
我深切了解你工程的奥妙。
- 15 我未见天日之前，
我在母胎受造时，
我的灵魂，你已完全知晓，
我的形骸，你已完全明了，
- 16 我尚未出生，你已洞察，
你的书卷全部记录，
岁月尚未开始，
寿限早已注定。
- 17 天主，你的计划为我是何等深奥！
你的意念浩繁，不可胜数。
- 18 我若计算，多于沙粒，
我若醒来，你仍然与我同在。
- 23 天主，求你明察我，认清我的心思，
考验我，洞悉我的念虑。
- 24 看我是否误入歧途，
引我迈向永生的道路。

引言

本诗描述天主的全能全知与无所不在。还论及天主以无限明智安排人类；阐明天主与人类的关系，人无论何去何

从，都脱离不了上主的手掌。连事物始生之初，心意初动之时，天主也了若指掌。

划分：1：天主无所不知（1—6）。2，天主无所不在（7—12）。3，天主眷顾并安排人生（13—18）。4，末尾祷词（23，24）。

本诗属于训海诗，叫人记念天主的鉴临和安排一切，自知警惕，并完全委托于天主。

释义

5：“瞻之在前，忽焉在后”：将我前后包围。“圣手所指，不离左右”用你的手将我包围。古书：十目所视，十手所指。

9：“日出之乡”：东方。

11—12：即使黑暗将人笼罩和包围着，也逃不出天主的掌握，因为在天主来说，不分黑夜和白昼。

13—15：天主亲自造了人的五脏六腑和骨骼，从母胎形成了人的身体，所以天主对人的认识彻底。

16：人一生的成败和一切过程，天主早已预定了，且记录在神秘的手册上，人的生命长短，也是由天主预定了的。

17：天主的计划和意念是人想像不到的。

18：这一节下半句的意思不大明显，各译文也不同，大概是：天主的奥妙，人的智力无法穷究。

23，24：作者惟恐远离上主的正路而走人歧途，求天主指示他，引领他走上永生的道路。

本诗自 14 节后，各译本分节不同，译意也不同。本诗译意仍按日课经本。但因日课经中无节数码，故随其意义就

合思高释本。

第 139 首 你是我的避难所

- 2 上主，求你救我脱离恶人，
保护我摆脱暴徒。
- 3 他们居心不正，
天天制造纷争。
- 4 他们口舌伤人，有如蛇蝎，
他们双唇之内暗藏毒液。
- 5 上主，求你拯救我，
免遭恶人欺侮，
保护我摆脱暴徒。
- 6 他们图谋使我失足跌倒，
傲慢的人给我暗设圈套。
给我张开罗网，
沿途掘下陷阱。
- 7 我向上主说：你是我的天主，
上主，请俯听我的哀祷苦诉。
- 8 我主、上主，你是我有力的救助，
在作战时，你掩护了我的头颅。
- 9 上主，请不要让恶人的阴谋得逞，
不要容他们的诡计成功。
- 13 我深知，上主必将维护弱小，
必为贫困的人主持公道。

- 14 义人要赞颂你的圣名，
善人将在你的面前安度一生。

引言

本诗是受迫害者的祈祷。当作者走投无路时，惟有奔向天主，向天主倾诉不幸的遭遇，求天主开恩，早日使他脱离苦难。

释义

2—4：当作者呼号了上主的圣名之后，立即向上主倾诉自己所处的苦境，因仇敌和暴徒的围困而不能自拔。他们整天在策划陷害人的诡计，以图达到杀害奉公守法、敬畏上主的人。且鼓动着含有毒素的、如蛇似蝎的口舌，以恶言恶语伤害义人。

5—6：敌人如同猎人铺设罗网，挖掘陷阱，以捕捉心目中的猎物。

7—8：处在如此穷途末路的作者，好象深陷泥坑，惟一可投奔的只有天主，也只有天主才能拯救他。回忆过去，天主曾经多次救助过他，如作战激烈时，在生命危险关头，天主都掩护了他的头颅，保全了他的性命。

9：所以他热切祈求天主，不要让仇敌的阴谋得逞。

10—12 节在日课经中删去了。

13：既然作者是旧约时代的人，所以也只能凭当时人们的浅薄宗教观念，认为天主赏善罚恶，在现世可以实行，人死了就一了百了，无从受到赏罚。由于他们还不知道有永生的存在，更不知道真正正义的赏罚是在来世。作者要求天主

使那些恶人在现世很快受到应得的惩罚，使灾祸突然降到他们身上，令他们夭折或猝死。如此，天主才可以真正照顾和保护那些贫穷的善人，让奉公守法而受人欺凌的贫弱孤寡获得最后的胜利。

14：他们一定会歌颂赞美天主的圣名，平安地生活在天主面前。

第 140 首 (1—9) 急难中的祈祷

- 1 上主，我向你呼求，请快来拯救我，
我向你呼求，请俯听我的祷声。
- 2 愿我的祈祷上升到你台前，
在你面前有如馨香，
愿我的双手高举，有如晚间的祭献。
- 3 上主，求你看守我的口唇，
防卫我的唇舌。
- 4 不要让我的心偏向邪恶，
与罪人同流合污，
不要让我分食他们的美味。
- 5 义人打击我，责斥我，是出于仁爱，
但不要用罪人的油敷我的头。
罪人虽然作恶多端，
我的祈祷仍不间断。
- 6 他们的首领抛落在悬崖时，
他们才体会到我的话如何甘饴。

- 7 他们的骸骨分散在阴府门口，
好像耕作时翻起的碎土。
- 8 上主、天主，我的眼睛仰望你，
我投靠你，不要把我抛弃。
- 9 求你保护我，远离仇人的罗网，
逃脱恶人的陷阱。

引言

作者求天主接受他的晚祷，求主不要使他在圣德的道路上跌倒。

释义

2: 司祭每日早晨和晚上在香台上焚香献祭，祈祷朝拜天主。所焚烧的香烟袅袅上升，象征人的祈祷上升到主台前（见默五·8，八·3，4）。

本节更好写成 4 句，把第三行写成两行，形成两个双对比。

在这里特提到晚祭，大概是因为参加晚祭的人比较多些。

3, 4 节是祈祷的对象。

3: 作者有两个忧虑：一是害怕自己软弱，以致走向犯罪的道路，因此求主管制他的舌头，有如守卫。

4: 第二个忧虑是，怕敌人千方百计地引诱他作恶犯罪。所以求主保护他勿与恶人同流合污。

5: “用油敷头”：使一个人感到欢欣喜悦。在本节指“称赞”，与义人的打击对立。“我的祈祷……”。与上句对立：

义人与恶人，与 4 节的前后呼应。

6, 7 两节与前后的意思脱了节，令人费解。

6, 7 两节指恶人，恶人无好结果，诗人用此两节巩固自己第 4 节的善愿。

8, 9: 依靠天主，求主保佑。

诵读此圣咏时，可求天主保护自己不随从冷淡人的恶表。

第 141 首 急难中呼求上主

- 2 我大声向上主呼号，
我高声向上主祈祷。
- 3 在他面前倾吐我的哀怨，
诉说我的苦难。
- 4 我的精神萎靡不振时，
唯有你认识我的途径。
在我所走的道路上，
恶人给我布下罗网。
- 5 我左右观看，没有人认识我，
我走投无路，也没有人寻找我。
- 6 上主，我向你呼号说：
“你是我的避难所，
在这人世间，你是我的福分。”
- 7 求你俯听我的哀号，
因为我实在无依无靠。

求你从迫害我的手中拯救我，
因为他们强悍有力，远超过我。

- 8 求你领我出离监牢，
让我赞美你的名号。
你厚待我的时候，
义人也必拥护我。

引言

这是一首个人的哀怨圣咏，作者达味为了逃避撒乌耳的谋杀而离乡背井，逃往深山（撒上二四）。在这穷途末路身陷重围之际，他惟有投靠天主。

这首诗也称训导诗，因为作者藉此训导人们，在困苦艰难中应保持依赖的信心而投奔天主。

释义

4, 5: 述说自己困难的处境。

6—8: 向天主呼吁。

8: “监牢”: 指不自由好似监牢。“厚待”: 怜悯、救援。“义人也必拥护我”: 凡正义的善人，将围绕着我，与我同欢同乐，向我祝贺道喜。

第 142 首 (1—11) 危难中的祈祷

- 1 上主，求你俯听我的祈祷，
侧耳聆听我的哀号，

- 凭你的真诚和正义俯允我。
- 2 请不要审讯你的仆人，
因为众生在你面前不得称为义人。
- 3 仇人迫害我，摧残我的生命，
置我于幽谷，视我如死人；
- 4 因而我的精神萎靡不振，
我的心灵惶恐不安。
- 5 我回忆已往的时日，
追念你的一切奇事，
凝思你手中的作为，
- 6 我不禁向你伸开双手，
我的心渴望你，
有如旱田之望甘雨。
- 7 上主，求你快来俯听我，
我的精神已经萎靡。
不要对我转面不顾，
免得我像别人一样陷入阴府。
- 8 我全心仰赖你，
请使我清晨得蒙你的怜爱。
我举心向往你，
让我认识应走的道路。
- 9 上主，我一心投靠你，
请救我摆脱我的仇敌。
- 10 你是我的天主；
求你教导我奉行你的旨意，
愿你的善神引领我走上坦途。

- 11 主，为了你的名，请使我生存，
凭你的公义，请救我脱离忧患。

引言

这是一首哀祷圣咏，是七首忏悔圣咏之一。

本诗虽是忏悔圣咏，但大部分都是哀怨和祈祷。本诗的背景：作者当时受仇人的迫害，正处于生命的危险中。

释义

1：“真诚”：在天主一面指他的忠实不欺，既许必践；在人一面，指对天主忠诚，忠实地事奉天主。天主既许下了要保护忠于他的人，作者希望天主按照他的许诺以仁慈宽待他。

2：人无论自觉如何清白，在无限圣善的天主前，也不能自恃洁净无罪。

6：因回忆第 5 节所描述的一切，而心中发出仰望之情，盼望天主救援。

10：“请使我生存”：当时他处于生命的危险中。

第 143 首 求赐胜利与和平

- 1 上主、我的磐石应受赞颂！
他训练我如何迎战，指导我从事战争。
- 2 他是我的力量，我的堡垒，
我的干城，我的救星；

- 他是我的盾牌，我的避难所，
他使万民都来归服我。
- 3 上主，人算什么，你对他如此关怀？
世人又算什么！你对他如此眷爱？
- 4 他的生命不过是一口气息，
人的岁月有如过眼云烟。
- 5 上主，求你使高天低垂，
亲临人间，
你触摸群山，群山立即冒烟。
- 6 求你发出闪电，将敌人驱散，
射出你的利箭，使他们混乱。
- 7 求你从高处伸手救援我，
教我脱免洪水和敌人的掌握。
- 8 他们满口谎言，
举手发誓，也是欺骗。
- 9 天主，我要向你高唱新歌，
弹着十弦琴向你奏乐。
- 10 你使君王获得了胜利，
拯救了你的仆人达味。
- 11 求你由无情的刀剑下抢救我，
从外邦人的手中搭救我！
他们满口谎言，
举手发誓，也是欺骗。
- 12 愿我们的儿子从小就像茂盛的果树，
愿我们的女儿像宫殿中雕刻的石柱！
- 13 愿我们的仓廩，食粮时常充满，

- 愿我们的牧场上，羊群成千累万！
- 14 愿我们的牛群繁殖肥壮，
城墙没有塌陷，也无人阵亡，
愿我们的街市中没有悲伤！
- 15 身处此境的百姓，多么幸福！
奉上主为天主的民族，真有福气！

引言

本诗是当国王与敌交战之前所作的一篇祈祷。国王祈求上主助他战胜敌人，国泰民安。

释义

1—11：求赐胜利。

1, 2：作者以君王的口气盛赞上主在任何环境中照顾了他，尤其在战争中帮助他使他胜利。

3, 4：笼统描述天主如何照顾人们。虽然人渺小无用，但天主仍照顾、怀念人们。

5—7：叙述天主在大自然界所显示的威严。既然天主是如此显赫威严，如此大能，所以，作者祈求天主从敌人手中把他拯救出来。

“利箭”（6）“洪水”（7）：都是比喻。

9, 10：作者认为天主曾使达味获得了胜利，也必要赐给现在的君王胜利，故此预先赞美天主。

11节前半部的意思是接着7节，求主拯救。后半部重复第八节。

12—15：祈赐人民福利。

诵读这首圣咏时，意向中可为国家和教会祈求，求赐国家太平，摆脱仇敌的侵扰，和国家的富饶，尤其祈求天主赐教会摆脱物质和精神的仇敌，又赐精神和物质的恩惠。

第 144 首 赞美天主

- 1 我的天主，我要赞扬你，
我的君王，我要永远歌颂你的名。
- 2 我要日日歌颂你，
赞美你的圣名，永不停止。
- 3 上主伟大，极堪赞扬，
他的伟大，不可测量。
- 4 世世宣扬你的工程，
 代代传述你的大能。
- 5 称颂你的尊荣，
传扬你的化工。
- 6 讲述你惊人的威能，
 赞扬你无限的伟大；
- 7 怀念你无比的甘饴，
吟咏你无上的正义。
- 8 上主慈悲，宽仁大方，
 缓於发怒，仁爱无量。
- 9 上主对待万有，温和善良，
对他所创造的万物，仁爱慈祥。
- 10 上主，愿你创造的一切都称谢你，

愿你的圣徒同声赞美你；

- 11 讲述你王国的光荣，
传颂你行事的威能。
- 12 使世人尽知你的威能，
和你王国伟大的光荣。
- 13 你的王国，永世常存，
你的王权，万世无疆。

引言

这是一首赞美上主种种属性的诗歌。一面叙述，一面赞美天主对人类实施的种种恩惠和种种奇迹。天主时时在照顾和救助人们。赞美天主的慈善正义、仁爱、宽容、既许必践的忠实和对弱小者的怜悯，以及对一切生灵如慈父般的眷顾等等。

第 145 首 赞美上主的诗歌

- 1 我的灵魂，请赞美上主；
- 2 我要一生一世赞美上主，
只要一息尚存，我必歌颂我的天主。
- 3 你们不要仰赖达官和权贵，
不可依靠无能为力的凡人。
- 4 他们一旦气绝，必将归於灰土，
他们的计划立刻就化为乌有。
- 5 凡以雅格的天主为扶助，

- 9 他将食物赐给家畜，
饲养索食的鸦雏。
- 10 骏马名驹，他不喜欢，
猛将勇士，他不中意。
- 11 他只喜爱那敬畏他的人，
赏识那信赖他慈爱的人。

引言

这是一首感恩赞美诗，感谢天主。

释义

2：赞美天主的理由，天主救回了充军的以民，重建了耶路撒冷。我们今天读这首圣咏可回忆天主赏我们教会复兴。

3：治好了人们心灵的创伤。

4, 5：天主以大能创造了星辰，以智慧掌管它们。“命名”即有主权之意。

6：天主压制高傲自大的人，高举贫苦的人。

7：想到以上这些事迹，作者不禁从内心涌出赞颂称谢天主之情。

8, 9：说明天主喜爱什么，言外是劝勉人们敬畏和信赖天主。天主不喜欢俊秀威武、有才的人，而喜欢谦虚有德之人。

第 147 首 赞美天主

- 1 耶路撒冷，你要赞颂上主！
熙雍，你要赞颂你的天主！
- 2 因为他巩固了你的城门，
降福了在你中间的子女，
- 3 也使你的四境平安，
让你饱餐上好的麦面。
- 4 他向大地发出自己的谕旨，
他的圣旨即刻迅速传递。
- 5 他降雪有如羊毛，
他撒霜好似飞絮。
- 6 他抛下冰雹好似碎石，
他发出寒气，水便凝结。
- 7 他一发言，冰块即刻溶化，
他一嘘气，静水立即流动。
- 8 他将自己的旨意晓谕了雅格，
把自己的诫律启示给以色列。
- 9 他从没有这样恩待过任何国家，
也从未向他们宣示过自己的律法。

引言

拉丁文圣咏第 147 首只有这 9 节，希伯来文的圣咏第 147 首却包括拉丁文的第 146 和 147 首：1—9 节为 146 首，

12—20 节为 147 首。

本诗的内容是请耶路撒冷称颂上主。

释义

1: 耶路撒冷, 熙雍代表教会, 请全体教友赞美上主。

2—3: 以民特别热切地赞美上主, 因为他巩固了他们的城垣, 降福了他的子民。天主保护了, 降福了教友。

3: 并且按着他的预许, 赐给了他们平安, 又拣选了上等的麦面供他们饱餐。“麦面”代表各样恩宠。

4—7 节描述大自然界种种的变化, 使土地生出五谷百果, 供给人们食用, 例如: 霜雪冰雹, 都是天主赐予人们的恩惠。

8, 9: 作者回忆了上主的一切恩惠之后, 指出天主赐予以民最大的恩典, 是给他们颁布了法律, 藉着这法律, 天主将他的旨意清楚地公布给他们。全能、全知、至高无上的天主, 主管宇宙一切的上主, 竟屈尊就卑, 拣选了微不足道的以色列作他的子民, 与他们订立了盟约, 使他们不致走上歧途, 可时时遵循上主的法律, 以获得上主的大量祝福。这是其他任何国家和民族梦想不到的恩赐。

法律和盟约可代表新教的圣经启示, 福音的劝谕。

第 148 首 赞美造物主

- 1 请你们从天上, 赞美上主,
请你们在高空, 赞美上主!

- 2 他的众天使，请赞美上主。
他的众军旅，请赞美上主。
- 3 太阳和月亮，请赞美上主。
灿烂的星辰，请赞美上主。
- 4 九重高天，请赞美上主。
天上大水，请赞美上主。
- 5 愿万有都赞美上主的名，
他一出命，万有造成。
- 6 他布置万物，直到万世无穷，
制定的法令，永远不会变更。
- 7 请你们在地上赞美上主。
海龙和深渊的众水族；
- 8 闪电、冰雹、霜雪和云雾，
执行他命令的狂风暴雨；
- 9 山岳和丘陵，
果树和松柏；
- 10 野兽和家畜，
爬虫和飞鸟；
- 11 世间的君王和庶民，
地上的公侯与权贵。
- 12 童男与贞女，
老人与少年。
- 13 愿万有都赞美上主的名，
因为只有他的名卓绝尊荣。
上主的尊威远超天地，
- 14 他使子民崭露头角。

圣徒们都因上主而自豪，
亲近他的以色列，以他为荣耀。

引言

这是一首“宇宙赞辞”的诗歌。作者邀请宇宙间的一切受造物向上主咏唱新歌。

释义

1, 2: 作者举目向天，邀请天上的天使赞美天主，他们与天主最为接近，也是侍围在上主周围的军旅。

3: 古犹太人认为天主与天使和日、月、星辰都有密切关系，所以请日、月、星辰一起赞美天主。

4: 在穹苍之上有大水，且有巨大的蓄水池，天主从那里使雨水下降，滋生植物；有时降洪水，惩罚人类。

5, 6: 万有都是由天主造成，都要赞美上主。

7—13: 邀请大海中的水族 (7)，天象的变化，闪电风雨 (8)，无生命的山河，植物 (9)，动物 (10)，以及有理性的人类，如不同的阶级 (11)，不同的性别和年龄 (12)，都要赞美上主。

第 149 首 诸圣贤士的欢乐

- 1 请你们向上主高唱新歌，
在圣民的集会中向他祝贺。
- 2 愿以色列因他们的创造者而喜悦，

愿熙雍子民因他们的君王而欢乐。

- 3 愿他们舞蹈赞美他的圣名，
愿他们击鼓弹琴向他歌咏。
- 4 因为上主喜爱他的人民，
把胜利赐给谦卑的人。
- 5 愿圣徒在所受的光荣中喜庆，
在床榻上欢呼高咏。
- 6 愿他们的口充满颂扬天主的歌声，
愿双刃的宝剑掌握在他们手中，
- 7 向外邦人复仇雪恨，
严厉惩罚列国异民。
- 8 用锁链捆起他们的国君，
用镣铐锁住他们的缙绅；
- 9 向他们施行经上记载的判断，
这是他所有圣徒的光荣。

引言

这是一篇赞美诗，是自古以民宗教礼仪庆典上所用的诗篇。当作者写作时，可能引用了某次作战胜利为主题，来激发以民忆起胜利时，皆归于天主的扶助，因此以民必须赞美感谢天主。

释义

1 节“圣民”指奉公守法，热心事主，且正参与圣殿大礼的信徒们。我们诵读时，可在心中指教友。

2 节说出讴歌和祝贺天主的两层理由：（一）天主是以

民的创造者。(二)天主是他们的君王，“熙雍”：山名。等于以民。

3节指出赞美天主的两种方式。(一)舞蹈，达味曾这样做过(撒下六·14)。(二)敲鼓弹琴伴着圣咏唱歌赞美天主。

4节又说出应该赞美天主的理由：(一)因为上主喜爱他的人民。(二)把胜利赐给谦卑的人。胜利对教会的外仇和灵魂的仇敌。

5节以上是请大众在圣殿歌颂天主，本节作者邀请大家即使在自己家中也要欢欣踊跃赞美上主。

6节以后：现今胜利了，国泰民安，但同时不要忘记准备作战，打击敌人。求赐将来战胜灵魂仇敌。

9节“经上记载的判断”：先知们曾多次预言：凡压迫以民的外邦人，默西亚来临时，一定要受到上主的惩罚(申三十二·43)。执行惩罚任务的光荣，是属于上主一切的“圣徒”。

我们诵读这篇圣咏时应有的思想：

诵前一段时(1—6)我们要因胜利而感谢赞美天主：

(一)天主助佑我们战胜三仇，魔鬼的诱惑，肉身的倾向，坏人和恶劣环境的拉扯，以及为随从圣召，亲人的阻拦等。(二)圣教会的胜利，历代的教难，流血的和无数未流血的致命：无论是个人的或教会的胜利都是基督君王的胜利。

诵后半时(6—9)(一)在我们个人身上，不因胜利而骄矜，反要时常警惕，手中拿着宝剑，防备三仇的袭击，并且主动作战，克己苦身，使仇敌彻底失败。把三仇当作外邦

人和列国异民看待。锁链、镣铐象征克苦，国君缙绅象征各种偏情，尤其为首的偏情，战胜三仇是我们这些作耶稣门徒和士兵的光荣。（二）圣教会过去虽然取得了伟大的胜利，但是胜利并未彻底，还存在敌人，我们要战胜他们，但不是用刀枪灭他们，而是以天主圣宠感化他们，使他们归依基督君王，加入基督的神国。

第 150 首 请赞美上主

- 1 请你们在上主的圣所中，赞美上主，
在他显示威能的太空，赞美上主，
- 2 请你们赞美上主的丰功伟业，
赞美上主的无限伟大！
- 3 请你们吹起号角，赞美上主，
弹琴鼓瑟赞美上主，
- 4 请你们击鼓歌舞，赞美上主，
抚弦吹箫赞美上主。
- 5 请你们用响亮的铙钹赞美上主，
以铿锵的铙钹赞美上主，
- 6 一切有生命的，
都要赞美上主。

引言

这是一首属于礼仪的赞美诗歌，是一首隆重华丽的圣咏，可说，将圣咏集的精神，在这里概括地综合起来。是一

首纯粹的赞美上主的诗歌。在这短短六节圣咏中，作者连用了十一次“赞美上主！”。所以，它不折不扣的成了圣咏集的综合赞美诗，也是一首代表圣咏集余音的佳作。

释义

1：首先邀请居住天上圣所中的天神们赞美上主。这里所说的“圣所”，指天堂。

2：也邀请世人赞美上主。

3—5：作者又推出了人们用以赞美天主的各种乐器。这些乐器都是以民在礼仪上惯常用的。

参 考 书 目

《圣咏释义》韩承良：著

《圣咏——结构及意义》Drijvers：著吕芬容、曹定人：合译

《绝妙祷辞——圣咏》乔治：原著房志荣、于士铮：合译

HEBEI FAITH PRESS (P. R. CHINA)
Faith Books (137) - *Spirituality Series*
EULOGIZE OUR LORD THROUGH PSALM
HOW TO READ LITURGIA HORARUM

Compiled By Chen Yi

Published in September, 2001.

By Hebei Faith Press

(3 Wuqi Road, Shijiazhuang, Hebei, P. R. China)

All Rights Reserved



信德书林 (137) · 灵修丛书

吟咏上主——如何读好日课

陈义 编著

河北信德室

(河北省石家庄五七路3号 邮编: 050061)

河北省正定县印刷厂承印

印张: 14.5 开本: 850 × 1168 1/32 字数: 355千字

印数: 5000本 2001年9月印刷

冀出内准字 [2001] 第 A048 号