

诗篇精华摘要

诗篇的前面是乔布记，乔布记是一本极端的律法和行为的书，在这一点上，乔布无人可比，但乔布的转机是在最后四十二章。

接着，诗篇是最丰富的真理、经历，诗篇基本上是一本灵感的书，用诗歌题材唱出，其中分戴维诗篇、弥赛亚诗篇、可拉后裔的诗篇、亚萨的诗篇、哈利（Holly）诗篇、哈利路亚诗篇、摩西诗篇、所罗门诗篇、上行诗篇，整个诗篇则称为戴维的宝库。

1. 第一篇

『不从恶人的计谋，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位，惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福！他要像一棵树栽在溪水旁，按时候结果子，叶子也不枯干。凡他所做的尽都顺利。』（V1~3）

接着乔布记说律法的重要，但这不是诗篇的主流信息，第二篇开始即转入诗篇的主流信息

2. 第二篇弥赛亚诗篇

（1）第七节在新约使徒行传二章引用

（2）『我已经立我的君在锡安——我的圣山上了。』（V6）

（3）『你是我的儿子，我今日生你。』（V7）说到复活之子，新约三次引用

（4）8~9 节新约引用

（5）9~12 节新约引用——警告语

3. 第四篇开始讲十架经历

4. 第八篇 弥赛亚诗篇

（1）『主啊，你的名在全地何其美！』（V1）

（2）『你因敌人的缘故，从婴孩和吃奶的口中，建立了能力，使仇敌和报仇的闭口无言。』（V2）——新约引用

（3）『我观看你指头所造的天，并你所陈设的月亮星宿，』（V3）——新约引用

（4）『说：人算甚么，你竟顾念他？世人算甚么，你竟眷顾他？你叫他比天使（或译：神）微小一点，并赐他荣耀尊贵为冠冕。你派他管理你手所造的，使万物，就是一切的牛羊、田野的兽、空中的鸟、海里的鱼，凡经行海道的，都服在他的脚下』（V4~8）——新约引用

5. 第十六篇 弥赛亚诗篇

（1）『神啊，求你保佑我，因为我投靠你。我的心哪，你曾对耶和华说：你是我的主；我的好处不在你以外。论到世上的圣民，他们又美又善，是我最喜悦的。以别神代替耶和华的（或译：送礼物给别神的），他们的愁苦必加增；他们所浇奠的血我不献上；我嘴唇也不提别神的名号。』（V1~4）

（2）『耶和华是我的产业，是我杯中的分；我所得的，你为我持守。用绳量给我的地界，坐落在佳美之处；我的产业实在美好。我必称颂那指教我的耶和华；我的心肠在夜间也警戒我。』（V5~7）

（3）8~11 节使徒行传二章引用

6. 第十七篇『我的脚踏定了你的道路』（V5）——道路诗篇

7. 第十八篇 复活诗篇——弥赛亚诗篇

- (1) 『耶和华啊，求你听闻公义，侧耳听我的呼吁！求你留心听我这不出于诡诈嘴唇的祈祷！愿我的判语从你面前发出；愿你的眼睛观看公正。你已经试验我的心；你在夜间鉴察我；你熬炼我，却找不着甚么；我立志叫我口中没有过失。』（V1~3）——祷告
- (2) 『曾有死亡的绳索缠绕我，匪类的急流使我惊惧，阴间的绳索缠绕我，死亡的网罗临到我。我在急难中求告耶和华，向我的 神呼求。他从殿中听了我的声音；我在他面前的呼求入了他的耳中。』（V4~6）——在死亡、阴间中的祷告
- (3) 『阴间的绳索缠绕我，死亡的网罗临到我。我在急难中求告耶和华，向我的 神呼求。他从殿中听了我的声音；我在他面前的呼求入了他的耳中。那时，因他发怒，地就摇撼战抖；山的根基也震动摇撼。从他鼻孔冒烟上腾；从他口中发火焚烧，连炭也着了。他又使天下垂，亲自降临，有黑云在他脚下。他坐着基路伯飞行；他借着风的翅膀快飞。』（V5~10）——主对死亡权势的争战
- (4) 『我在急难中求告耶和华，向我的 神呼求。他从殿中听了我的声音；我在他面前的呼求入了他的耳中。那时，因他发怒，地就摇撼战抖；山的根基也震动摇撼。从他鼻孔冒烟上腾；从他口中发火焚烧，连炭也着了。他又使天下垂，亲自降临，有黑云在他脚下。他坐着基路伯飞行；他借着风的翅膀快飞。他以黑暗为藏身之处，以水的黑暗、天空的厚云为他四围的行宫。因他面前的光辉，他的厚云行过便有冰雹火炭。耶和华也在天上打雷；至高者发出声音便有冰雹火炭。他射出箭来，使仇敌四散；多多发出闪电，使他们扰乱。耶和华啊，你的斥责一发，你鼻孔的气一出，海底就出现，大地的根基也显露。他的高天伸手抓住我，把我从大水中拉上来。他救我脱离我的劲敌和那些恨我的人，因为他们比我强盛。我遭遇灾难的日子，他们来攻击我；但耶和华是我的倚靠。他又领我到宽阔之处；他救拔我，因他喜悦我。耶和华按着我的公义报答我，按着我手中的清洁赏赐我。因为我遵守了耶和华的道，未曾作恶离开我的 神。』（V6~21）——主的拯救
- (5) 『那时，因他发怒，地就摇撼战抖；山的根基也震动摇撼。从他鼻孔冒烟上腾；从他口中发火焚烧，连炭也着了。他又使天下垂，亲自降临，有黑云在他脚下。他坐着基路伯飞行；他借着风的翅膀快飞。他以黑暗为藏身之处，以水的黑暗、天空的厚云为他四围的行宫。因他面前的光辉，他的厚云行过便有冰雹火炭。耶和华也在天上打雷；至高者发出声音便有冰雹火炭。他射出箭来，使仇敌四散；多多发出闪电，使他们扰乱。耶和华啊，你的斥责一发，你鼻孔的气一出，海底就出现，大地的根基也显露。他的高天伸手抓住我，把我从大水中拉上来。他救我脱离我的劲敌和那些恨我的人，因为他们比我强盛。我遭遇灾难的日子，他们来攻击我；但耶和华是我的倚靠。他又领我到宽阔之处；他救拔我，因他喜悦我。耶和华按着我的公义报答我，按着我手中的清洁赏赐我。因为我遵守了耶和华的

道，未曾作恶离开我的 神。他的一切典章常在我面前；他的律例我也未曾丢弃。我在他面前作了完全人；我也保守自己远离我的罪孽。所以，耶和华按我的公义，按我在他眼前手中的清洁偿还我。慈爱的人，你以慈爱待他；完全的人，你以完全待他。清洁的人，你以清洁待他；乖僻的人，你以弯曲待他。困苦的百姓，你必拯救；高傲的眼目，你必使他降卑。』（V7~27）——主的话而作完全人

(6) (V28~42) ——主为我们争战

『他使我的脚快如母鹿的蹄，又使我在高处安稳。』（V33）

『因为你曾以力量束我的腰，使我能争战；你也使那起来攻击我的都服在我以下。』（V39）

(7) (V43~50) ——愿望和赞美

8. 第十九篇 神的话语

(1) (V1~6) ——神超越一切的话语

(2) (V7~10) ——神话语的功能和宝贵

『耶和华的道理洁净，存到永远；耶和华的典章真实，全然公义——都比金子可羡慕，且比极多的精金可羡慕；比蜜甘甜，且比蜂房下滴的蜜甘甜。』（V9~10）

(3) (V11~14) ——祷告

『谁能知道自己的错失呢？愿你赦免我隐而未现的过错。求你拦阻仆人不犯任意妄为的罪，不容这罪辖制我，我便完全，免犯大罪。』（V12~13）

9. 诗篇 22~24 篇——牧者诗篇（约 10：11，）

(1) 第二十二诗篇 好牧人

——救赎的牧人

A. (V1~11) ——十字架上的仰望

『（戴维的诗，交与伶长。调用朝鹿。）我的 神，我的 神！为甚么离弃我？为甚么远离不救我？不听我唉哼的言语？』（V1）——新约福音书引用

B. (V12~21) ——主口亲自说十字架上的痛苦

『犬类围着我，恶党环绕我；他们扎了我的手，我的脚。我的骨头，我都能数过；他们瞪着眼看我。他们分我的外衣，为我的里衣拈阄。』（V16~18）

C. (V22~31) 复活的救恩——来 2：11

(A) V23 来二章引用

(B) V25 来二章引用

(C) V27 『地的四极都要想念耶和华，并且归顺他；列国的万族都要在你面前敬拜。』

(D) V28 来一章引用

(2) 第二十三篇 大牧人 （来 13：20）

——复活作群羊的大牧人

(3) 第二十四篇 牧长 (彼前 5: 4)

——升天和再来的牧长

10. 第 27 篇 寻求

(1) 主是我的亮光、拯救和保障 (V1~3)

(2) 有一件事，我曾求主，我仍要寻求

『有一件事，我曾求耶和华，我仍要寻求，就是一生一世住在耶和华的殿中，瞻仰他的荣美，在他的殿里求问。』 (V4)

(3) 住在帐棚中的经历

『因为我遭遇患难，他必暗暗地保守我；在他亭子里，把我藏在他帐幕的隐密处，将我高举在盘石上。现在我得以昂首，高过四面的仇敌。我要在他的帐幕里欢然献祭；我要唱诗歌颂耶和华。』 (V5~6)

(4) 你们当寻求我的面 (V7~10)

『你说：你们当寻求我的面。那时我心向你说：耶和华啊，你的面我正要寻求。』 (V8)

(5) 要等候主

『要等候耶和华！当壮胆，坚固你的心！我再说，要等候耶和华！』 (V14)

11. 第二十九篇 主的声音

(1) 要把荣耀能力归给主

『神的众子啊，你们要将荣耀、能力归给耶和华，归给耶和华！要将耶和华的名所当得的荣耀归给他，以圣洁的（的：或译为）妆饰敬拜耶和华。』 (V1~2)

(2) 主声音的七重能力 (V3~9)

(3) 洪水泛滥之时，主坐着为王 (V10~11)

12. 第三十二篇 赦罪三福与教导

(1) 赦罪三福 (V1~5)

A. 得赦免其过、遮盖其罪的，这人是有福的！——十架赦罪

B. 主不算为有罪的，这人是有福的！——复活赦罪

C. 认罪的福

(2) 主是我藏身之处 (V6~7)

(3) 主的教导 (V8~11)

A. 眼睛的教导 (V8)

B. 嚼环辔头的教导

13. 第三十四篇 尝尝主恩的滋味，便知道祂为美善

(1) 倚靠与仰望 (V1~7)

『耶和华的使者在敬畏他的人四围安营，搭救他们。』 (V7)

(2) 尝尝主恩的滋味，便知道祂为美善 (V8~21)

『你们要尝尝主恩的滋味，便知道他是美善；投靠他的人有福了！耶和华的圣民哪，

你们当敬畏他，因敬畏他的一无所缺。少壮狮子还缺食忍饿，但寻求耶和华的甚么好处都不缺。众弟子啊，你们当来听我的话！我要将敬畏耶和华的道教训你们。』
(V8~11)

14. 第三十六篇 慈爱的经历

(1) 要人眼中不怕神 (V1~4)

(2) 主的慈爱 (V5~6)

(3) 主慈爱的宝贵经历 (V7~12)

A. 投靠在你翅膀的荫下

B. 『他们必因你殿里的肥甘得以饱足；你也必叫他们喝你乐河的水。』 (V8)

C. 在你的光中，我们必得见光

『因为，在你那里有生命的源头；在你的光中，我们必得见光。』 (V9)

15. 第三十九篇 世事虚空篇

(1) 勒住舌头 (V1~3)

『我曾说：我要谨慎我的言行，免得我舌头犯罪；恶人在我面前的时候，我要用嚼环勒住我的口。我默然无声，连好话也不出口；我的愁苦就发动了，』 (V1~2)

(2) 叫我知道我的寿数 (V4~5)

『你使我的年日窄如手掌；我一生的年数，在你面前如同无有。各人最稳妥的时候，真是全然虚幻。〔细拉〕』 (V5)

(3) 行动的虚空

『世人行动实系幻影。他们忙乱，真是枉然；积蓄财宝，不知将来有谁收取。主啊，如今我等甚么呢？我的指望在乎你！』 (V6~7)

(4) 知道所遭遇的是出于你，我就默然不语 (V7~9)

『因我所遭遇的是出于你，我就默然不语。』 (V9)

16. 第四十篇 弥赛亚诗篇

(1) 倚靠主便为有福 (V1~4)

(2) 弥赛亚预言 (V5~7)

17. 第四十二篇 如鹿切慕溪水 (可拉后裔 1)

(1) 如鹿切慕溪水 (V1~3)

(2) 神的笑脸是我帮助 (V4~6)

(3) 深处与深处响应 (V7~8)

(4) 当仰望神 (V11)

18. 第四十三篇 走到祭坛，到我最喜乐的神那里 (可拉后裔 1)

(1) 你是赐我力量的神 (V1~2)

(2) 求你发出你的亮光和真实

『求你发出你的亮光和真实，好引导我，带我到你的圣山，到你的居所！』 (V3)

(3) 到我最喜乐的神那里

『我就走到神的祭坛，到我最喜乐的神那里。神啊，我的神，我要弹琴称赞你！』
(V4)

(4) 当仰望神

『我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神，因我还要称赞他。
他是我脸上的光荣（原文是帮助），是我的神。』 (V5)

19. 第四十四篇 弥赛亚诗篇（可拉后裔 2）

(1) 『我们为你的缘故终日被杀；人看我们如将宰的羊。』 (V22)

20. 第四十五篇 弥赛亚诗篇——新妇篇（可拉后裔 3）

(1) 道成肉身

『我心里涌出美辞；我论到我为王做的事，我的舌头是快手笔。』 (V 1)

(2) 十架——十架摧毁一切仇敌

『你比世人更美；在你嘴里满有恩惠；所以 神赐福给你，直到永远。大能者啊，
愿你腰间佩刀，大有荣耀和威严！为真理、谦卑、公义赫然坐车前往，无不得
胜；你的右手必显明可畏的事。你的箭锋快，射中王敌之心；万民仆倒在你以
下。』 (V2~5)

(3) 宝座——正直宝座

『神啊，你的宝座是永永远远的；你的国权是正直的。』 (V6)

(4) 圣灵——喜乐油膏你

『你喜爱公义，恨恶罪恶；所以神——就是你的神——用喜乐油膏你，胜过膏你的同
伴。』 (V7)

(5) 王女的荣华和预备——金线绣与锦绣衣

『你的衣服都有没药、沉香、肉桂的香气；象牙宫中有丝弦乐器的声音使你欢喜。
有君王的女儿在你尊贵妇女之中；王后佩戴俄斐金饰站在你右边。女子啊，你
要听，要想，要侧耳而听！不要记念你的民和你的父家，王就羡慕你的美貌；
因为他是你的主，你当敬拜他。泰尔的民（原文是女子）必来送礼；民中的富
足人也必向你求恩。王女在宫里极其荣华；她的衣服是用金线绣的。她要穿锦
绣的衣服，被引到王前；随从她的陪伴童女也要被带到你面前。她们要欢喜快
乐被引导；她们要进入王宫。』 (V8~15)

(6) 子孙与万代

『你的子孙要接续你的列祖；你要立他们在全地作王。我必叫你的名被万代记念，
所以万民要永永远远称谢你。』 (16~17)

21. 第四十六篇 你们要安静，要知道我是神（可拉后裔 4）

(1) 山海都迁移，神是我们的避难所，是我们的力量

『神是我们的避难所，是我们的力量，是我们在患难中随时的帮助。所以，地
虽改变，山虽摇动到海心，其中的水虽匍匐翻腾，山虽因海涨而战抖，我们也不
害怕。（细拉）』 (V1~3)

(2) 河的分汊使神的城欢喜

『有一道河，这河的分汊使神的城欢喜；这城就是至高者居住的圣所。神在其中，城必不动摇；到天一亮，神必帮助这城。』(V4~5)

(3) 「外邦喧嚷」新约引用

『外邦喧嚷，列国动摇；神发声，地便熔化。』(V6)

(4) 你们来看主的作为

『万军之耶和华与我们同在；雅各布的神是我们的避难所！〔细拉〕你们来看耶和华的作为，看他使地怎样荒凉。他止息刀兵，直到地极；他折弓、断枪，把战车焚烧在火中。』(V7~9)

(5) 你们要安静，要知道我是神

『你们要休息，要知道我是 神！我必在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。万军之耶和华与我们同在；雅各布的神是我们的避难所！』(V10~11)

22. 第四十七篇 弥赛亚诗篇——升天篇（可拉后裔 5）

(1) 要用拍掌的声音向神呼喊

『万民哪，你们都要拍掌！要用夸胜的声音向神呼喊！因为耶和华至高者是可畏的；他是治理全地的大君王。』(V1~2)

(2) 超越一切仇敌

『他叫万民服在我们以下，又叫列邦服在我们脚下。』(V3)

(3) 为我们选择产业

『他为我们选择产业，就是他所爱之雅各布的荣耀。〔细拉〕』(V4)

(4) 神上升有角声相送

『神上升，有喊声相送；耶和华上升，有角声相送。你们要向神歌颂，歌颂！向我们王歌颂，歌颂！因为神是全地的王；你们要用悟性歌颂。神作王治理万国；神坐在他的圣宝座上。列邦的君王聚集要作亚伯拉罕之神的民。因为世界的盾牌是属神的；他为至高！』(V5~9)

23. 第四十八篇 周游锡安——神是引路的神（可拉后裔 6）

(1) 神在神城中该受大赞美

『耶和华本为大！在我们神的城中，在他的圣山上，该受大赞美。锡安山一大君王的城，在北面居高华美，为全地所喜悦。神在其宫中，自显为避难所。』(V1~3)

(2) 神在神宫中胜过一切仇敌

『看哪，众王会合，一同经过。他们见了这城就惊奇丧胆，急忙逃跑。』(V4~5)

(3) 在神宫中思念你的慈爱——周游锡安

『他们在那里被战兢疼痛抓住，好像产难的妇人一样。 神啊，你用东风打破他施的船只。我们在万军之耶和华的城中——就是我们 神的城中——所看见的，正如我们所听见的。 神必坚立这城，直到永远。〔细拉〕 神啊，我们在你的殿中想念你的慈爱。 神啊，你受的赞美正与你的名相称，直到地极！你的右

手满了公义。因你的判断，锡安山应当欢喜，犹大的城邑（原文是女子）应当快乐。你们当周游锡安，四围旋绕，数点城楼，细看她的外郭，察看她的宫殿，为要传说到后代。』（6~13）

（4）神是引路的直到死时

『因为这神永永远远为我们的神；他必作我们引路的，直到死时。』（V14）

24. 第四十九篇 救赎诗篇（可拉后裔 7）

（1）倚靠财货一个也无法赎他的弟兄

『那些倚仗财货自夸钱财多的人，一个也无法赎自己的弟兄，也不能替他将赎价给神，』（V6~7）

（2）赎祂生命的银极贵

『叫他长远活着，不见朽坏；因为赎他生命的价值极贵，只可永远罢休。』（V8~9）

25. 第五十篇 在全美的锡安中神已经发光了（亚萨的诗 1）

（1）从全美的锡安中，神已经发光了

『大能者神—耶和华已经发言招呼天下，从日出之地到日落之处。从全美的锡安中，神已经发光了』（V1~2）

（2）为要审判祂的民

『我们的神要来，决不闭口。有烈火在他面前吞灭；有暴风在他四围大刮。他招呼上天下地，为要审判他的民，说：招聚我的圣民到我这里来，就是那些用祭物与我立约的人。诸天必表明他的公义，因为神是施行审判的。（细拉）』（V3~6）

26. 第五十一篇 戴维的认罪诗

（1）求主洁净我的罪

『（戴维与拔示巴同室以后，先知拿单来见他；他作这诗，交与伶长。）神啊，求你按你的慈爱怜恤我！按你丰盛的慈悲涂抹我的过犯！求你将我的罪孽洗净尽，并洁除我的罪！因为，我知道我的过犯；我的罪常在我面前。』（V1~3）

（2）我犯罪，惟独得罪了你

『我向你犯罪，惟独得罪了你；在你眼前行了这恶，以致你责备我的时候显为公义，判断我的时候显为清正。我是在罪孽里生的，在我母亲怀胎的时候就有了罪。』（V4~5）

（3）你所喜爱的是里面诚实

『你所喜爱的是内里诚实；你在我隐密处，必使我得智慧。求你用牛膝草洁净我，我就干净；求你洗涤我，我就比雪更白。求你使我得听欢喜快乐的声音，使你所压伤的骨头可以踊跃。求你掩面不看我的罪，涂抹我一切的罪孽。』（V6~9）

（4）神重新制作属灵生命（V10~17）

『神啊，求你为我造清洁的心，使我里面重新有正直（或译：坚定）的灵。』（V10）

A. 对的灵

『不要丢弃我，使我离开你的面；不要从我收回你的圣灵。求你使我仍得救恩之

乐，赐我乐意的灵扶持我，』（V11~12）

B. 愿意的灵

『求你使我仍得救恩之乐，赐我乐意的灵扶持我，』（V12）

C. 破碎的灵

『我就把你的道指教有过犯的人，罪人必归顺你。神啊，你是拯救我的神；求你救我脱离流人血的罪！我的舌头就高声歌唱你的公义。主啊，求你使我嘴唇张开，我的口便传扬赞美你的话！你本不喜爱祭物，若喜爱，我就献上；燔祭，你也不喜悦。神所要的祭就是忧伤的灵；神啊，忧伤痛悔的心，你必不轻看。』（V13~17）

(5) 建造耶路撒冷的城墙

『求你随你的美意善待锡安，建造耶路撒冷的城墙。那时，你必喜爱公义的祭和燔祭并全牲的燔祭；那时，人必将公牛献在你坛上。』（V18~19）

27. 第五十六篇 流离诗篇

『我几次流离，你都记数；求你把我眼泪装在你的皮袋里。这不都记在你册子上吗？』（V8）

28. 第六十篇

29. 第六十一篇 住在帐幕内

(1) 引我到更高盘石

『（戴维的诗，交与伶长。用丝弦的乐器。） 神啊，求你听我的呼求，侧耳听我的祷告！我心里发昏的时候，我要从地极求告你。求你领我到那比我更高的盘石！因为你作过我的避难所，作过我的坚固台，脱离仇敌。』（V1~3）

(2) 永远住在你帐幕中

『我要永远住在你的帐幕里！我要投靠在你翅膀下的隐密处！（细拉） 神啊，你原是听了我所许的愿；你将产业赐给敬畏你名的人。你要加添王的寿数；他的年岁必存到世世。他必永远坐在神面前；愿你预备慈爱和诚实保佑他！这样，我要歌颂你的名，直到永远，好天天还我所许的愿。』（V4~8）

30. 第六十二篇 能力是属乎神

(1) 你当默默无声，专等候神

『我的心哪，你当默默无声，专等候神，因为我的盼望是从他而来。惟独他是我的盘石，我的拯救；他是我的高台，我必不动摇。我的拯救、我的荣耀都在乎神；我力量的盘石、我的避难所都在乎神。』（V5~7）

(2) 能力是属乎神

『神说了一次、两次，我都听见：就是能力都属乎神。主啊，慈爱也是属乎你，因为你照着各人所行的报应他。』（V11~12）

31. 第六十三篇 渴慕诗篇

(1) 在干旱疲乏无水之地，我寻求你

『(戴维在犹大旷野的时候，作了这诗。) 神啊，你是我的神，我要切切地寻求你，在干旱疲乏无水之地，我渴想你；我的心切慕你。』 (V1~3)

(2) 你的慈爱比生命更好

『我还活的时候要这样称颂你；我要奉你的名举手。我在床上记念你，在夜更的时候思想你；我的心就像饱足了骨髓肥油，我也要以欢乐的嘴唇赞美你。因为你曾帮助我，我就在你翅膀的荫下欢呼。我心紧紧地跟随你；你的右手扶持我。』 (V4~8)

A. 饱足了骨髓肥油

32. 第六十五篇 深耕诗篇

(1) 锡安的人都等候赞美你；听祷告的主啊

『(戴维的诗歌，交与伶长。) 神啊，锡安的人都等候赞美你；所许的愿也要向你偿还。听祷告的主啊，凡有血气的都要来就你。』 (V1~2)

33. 第六十八篇

(1) 神

『』 ()

(2) 惟有义人必然欢喜

『』 ()

(3) 得胜与圣灵的降临

『神啊，你曾在百姓前头出来，在旷野行走。(细拉) 那时，地见 神的面而震动，天也落雨；西奈山见以色列 神的面也震动。神啊，你降下大雨；你产业以色列疲乏的时候，你使他坚固。你的会众住在其中；神啊，你的恩惠是为困苦人预备的。』 (V7~10)

(4) 得胜与十架的伟大结果

『主发命令，传好信息的妇女成了大群。统兵的君王逃跑了，逃跑了；在家等候的妇女分受所夺的。你们安卧在羊圈的时候，好像鸽子的翅膀镀白银，翎毛镀黄金一般。全能者在境内赶散列王的时候，势如飘雪在撒们。』 (V11~14)

(5) 世界为何嫉妒神愿居住的山

『巴珊山是神的山；巴珊山是多峰多岭的山。你们多峰多岭的山哪，为何斜看神所愿居住的山？耶和华必住这山，直到永远！神的车辇累万盈千；主在其中，好像在西奈圣山一样。』 (V15~17)

(6) 得胜的关键

『你已经升上高天，掳掠仇敌；你在人间，就是在悖逆的人间，受了供献，叫耶和华神可以与他们同住。』 (V18)

(7) 得胜与救恩

『天天背负我们重担的主，就是拯救我们的神，是应当称颂的！(细拉) 神是为

我们施行诸般救恩的神；人能脱离死亡是在乎主耶和华。但神要打破他仇敌的头，就是那常犯罪之人的发顶。』（V19~21）

（8）得胜与神的百姓被建造

『主说：我要使众民从巴珊而归，使他们从深海而回，使你打碎仇敌，你的脚踹在血中，使你狗的舌头从其中得分。神啊，你是我的神，我的王；人已经看见你行走，进入圣所。歌唱的行在前，作乐的随在后，都在击鼓的童女中间。从以色列源头而来的，当在各会中称颂主神！在那里，有统管他们的小便雅悯，有犹大的首领和他们的群众，有西布伦的首领，有拿弗他利的首领。以色列的能力是神所赐的；神啊，求你坚固你为我们所成全的事！因你耶路撒冷的殿，列王必带贡物献给你。求你叱喝芦苇中的野兽和群公牛，并列邦中的牛犊。把银块踹在脚下；神已经赶散好争战的列邦。埃及的公侯要出来朝见神；古实人要急忙举手祷告。』（V22~31）

（9）神将能力权柄赐给祂的百姓——要将能力归给神

『世上的列国啊，你们要向神歌唱；愿你们歌颂主！歌颂那自古驾行在诸天以上的主！他发出声音，是极大的声音。你们要将能力归给神。他的威荣在以色列之上；他的能力是在穹苍。神啊，你从圣所显为可畏；以色列的神是那将力量权能赐给他百姓的。神是应当称颂的！』（V32~35）

34. 第七十二篇『太阳还存，月亮还在，人要敬畏你，直到万代！』（V5）

35. 第七十三篇 清心——单纯的心诗篇

（1）神实在恩待心里单纯的人

『（亚萨的诗。）神实在恩待以色列那些清心的人！』（V1）

（2）失闪的原因——看四面的现象

『至于我，我的脚几乎失闪；我的脚险些滑跌。我见恶人和狂傲人享平安就心怀不平。他们死的时候没有疼痛；他们的力气却也壮实。他们不像别人受苦，也不像别人遭灾。所以，骄傲如链子戴在他们的项上；强暴像衣裳遮住他们的身体。他们的眼睛因体胖而凸出；他们所得的，过于心里所想的。他们讥笑人，凭恶意说欺压人的话；他们说话自高。他们的口褻渎上天；他们的舌毁谤全地。所以神的民归到这里，喝尽了满杯的苦水。他们说：神怎能晓得？至高者岂有知识呢？看哪，这就是恶人；他们既是常享安逸，财宝便加增。我实在徒然洁净了我的心，徒然洗手表明无辜。因为，我终日遭灾难；每早晨受惩治。我若说，我要这样讲，这就是以奸诈待你的众子。我思索怎能明白这事，眼看实系为难，』（V2~16）

（3）来到主面前

『等我进了神的圣所，思想他们的结局。你实在把他们安在滑地，使他们掉在沉沦之中。他们转眼之间成了何等的荒凉！他们被惊恐灭尽了。人睡醒了，怎样看梦；主啊，你醒了也必照样轻看他们的影像。因而，我心里发酸，肺腑被刺。我这样愚昧无知，在你面前如畜类一般。』（V17~22）

(4) 心里单纯的人是属灵的福分——单纯的心最大的意义

『然而，我常与你同在；你搀着我的右手。你要以你的训言引导我，以后必接我到荣耀里。除你以外，在天上我有谁呢？除你以外，在地上我也没有所爱慕的。我的肉体和我的心肠衰残；但神是我心里的力量，又是我的福分，直到永远。远离你的，必要死亡；凡离弃你行邪淫的，你都灭绝了。但我亲近神是与我有益；我以主耶和華為我的避难所，好叫我述说你一切的作为。』 (V23~28)

36. 第七十五篇 高举诗篇

『不要把你们的角高举；不要挺着颈项说话。因为高举非从东，非从西，也非从南而来。』 (V5~6)

37. 第七十六篇 野虫（活点心）诗篇

(1) 主的得胜与折断一切仇敌的兵器

『（亚萨的诗歌，交与伶长。用丝弦的乐器。）在犹大，神为人所认识；在以色列，他的名为大。在撒冷有他的帐幕；在锡安有他的居所。他在那里折断弓上的火箭，并盾牌、刀剑，和争战的兵器。（细拉）』 (V1~3)

(2) 你是从有野食之山而来

『你从有野食之山而来，有光华和荣美。心中勇敢的人都被抢夺；他们睡了长觉，没有一个英雄能措手。雅各布的神啊，你的斥责一发，坐车的；骑马的都沉睡了。惟独你是可畏的！你怒气一发，谁能在你面前站得住呢？』 (V4~7)

(3) 主是可畏的——祂向一切最有权能者显为可畏

『你从天上使人听判断。神起来施行审判，要救地上一切谦卑的人；那时地就惧怕而静默。（细拉）人的忿怒要成全你的荣美；人的余怒，你要禁止。你们许愿，当向耶和华——你们的神还愿；在他四面的人都当拿贡物献给那可畏的主。他要挫折王子的骄气；他向地上的君王显为可畏。』 (V8~12)

38. 第七十七篇 深思诗篇——道路诗篇

(1) 患难之日寻求主与心里的不安

『（亚萨的诗，照耶杜顿的作法，交与伶长。）我要向神发声呼求；我向神发声，他必留心听我。我在患难之日寻求主；我在夜间不住地举手祷告；我的心不肯受安慰。我想念神，就烦躁不安；我沉吟悲伤，心便发昏。（细拉）你叫我不能闭眼；我烦乱不安，甚至不能说话。』 (V1~4)

(2) 深思与转机

『我追想古时之日，上古之年。我想起我夜间的歌曲，扪心自问；我心里也仔细省察。难道主要永远丢弃我，不再施恩吗？难道他的慈爱永远穷尽，他的应许世世废弃吗？难道神忘记开恩，因发怒就止住他的慈悲吗？（细拉）我便说：这是我的懦弱，但我要追念至高者显出右手之年代。我要提说耶和华所行的；我要记念你古时的奇事。』 (V5~11)

(3) 思想你的经营，默念你的作为

『我也要思想你的经营，默念你的作为。神啊，你的作为是洁净的；有何神大如神呢？你是行奇事的神；你曾在列邦中彰显你的能力。你曾用你的膀臂赎了你的民，就是雅各布和约瑟的子孙。（细拉） 神啊，诸水见你，一见就都惊惶；深渊也都战抖。云中倒出水来；天空发出响声；你的箭也飞行四方。你的雷声在旋风中；电光照亮世界；大地战抖震动。』（V12~18）

（4）你的道在海中；你的路在大水中

『你的道在海中；你的路在大水中；你的脚踪无人知道。你曾藉摩西和亚伦的手引导你的百姓，好像羊群一般。』（V19~20）

39. 第七十八篇

（1）解开古时的谜语

『（亚萨的训诲诗。）我的民哪，你们要留心听我的训诲，侧耳听我口中的话。我要开口说比喻；我要说出古时的谜语，是我们所听见、所知道的，也是我们的祖宗告诉我们的。我们不将这些事向他们的子孙隐瞒，要将耶和华的美德和他的能力，并他奇妙的作为，述说给后代听。因为，他在雅各布中立法度，在以色列中设律法；是他吩咐我们祖宗要传给子孙的，使将要生的后代子孙可以晓得；他们也要起来告诉他们的子孙，好叫他们仰望神，不忘记神的作为，惟要守他的命令。不要像他们的祖宗，是顽梗悖逆、居心不正之辈，向着神，心不诚实。』（V1~8）

A.为要便在雅各布中立法度（见证）

B.将主的美德和能力，并奇妙的作为，传给祂的后代

C.好叫他们仰望神，不忘记祂的作为

（2）以法莲为证带着兵器，退后是他们不遵守神的约

『以法莲的子孙带着兵器，拿着弓，临阵之日转身退后。他们不遵守 神的约，不肯照他的律法行；又忘记他所行的和他显给他们奇妙的作为。他在埃及地，在琐安田，在他们祖宗的眼前施行奇事。』（V9~12）

（3）再提红海——将水分开

『他将海分裂，使他们过去，又叫水立起如垒。』（V13）

（4）再提云火柱

『他白日用云彩，终夜用火光引导他们。』（V14）

（5）再提盘石发出活水，叫水如江河下流。他们却仍旧得罪祂

『他在旷野分裂盘石，多多地给他们水喝，如从深渊而出。他使水从盘石涌出，叫水如江河下流。他们却仍旧得罪他，在干燥之地悖逆至高者。』（V15~17）

（6）再提降下吗哪

『他们心中试探神，随自己所欲的求食物，并且妄论神说： 神在旷野岂能摆设筵席吗？他曾击打盘石，使水涌出，成了江河；他还能赐粮食吗？还能给他的百姓预备肉吗？所以，耶和华听见就发怒；有烈火向雅各布烧起；有怒气向以色列上腾；因为他们不信服神，不倚赖他的救恩。他却吩咐天空，又敞开天上的门，降吗哪，

像雨给他们吃，将天上的粮食赐给他们。各人〔或译：人〕吃大能者的食物；他赐下粮食，使他们饱足。』（V18~25）

A.因为他们不信神，不倚赖祂的救恩

B.降吗哪，像雨给他们吃，将天上的粮食赐给他们

C.各人吃大能者的食物；祂赐下粮食，使他们饱足

(7) 再提祂降下肉给他们

『他领东风起在天空，又用能力引了南风来。他降肉，像雨在他们当中，多如尘土，又降飞鸟，多如海沙，落在他们的营中，在他们住处的四面。他们吃了，而且饱足；这样就随了他们所欲的。他们贪而无厌，食物还在他们口中的时候，神的怒气就向他们上腾，杀了他们内中的肥壮人，打倒以色列的少年人。虽是这样，他们仍旧犯罪，不信他奇妙的作为。因此，他叫他们的日子全归虚空，叫他们的年岁尽属惊恐。他杀他们的时候，他们才求问他，回心转意，切切地寻求神。他们也追念神是他们的盘石，至高的神是他们的救赎主。他们却用口谄媚他，用舌向他说谎。因他们的心向他不正，在他的约上也不忠心。但他有怜悯，赦免他们的罪孽，不灭绝他们，而且屡次消他的怒气，不发尽他的忿怒。』（V26~38）

40. 第八十篇

『你从埃及挪出一棵葡萄树』（V8）

41. 第八十四篇 路走对了的人（可拉后裔）

(1) 对神的居所的渴慕

『（可拉后裔的诗，交与伶长。用迦特乐器。）万军之耶和华啊，你的居所何等可爱！我羡慕渴想耶和华的院宇；我的心肠，我的肉体向永生神呼吁〔或译：欢呼〕。』（V1~2）

(2) 从祭坛走到圣所，这人便为有福

『万军之耶和华—我的王，我的神啊，在你祭坛那里，麻雀为自己找着房屋，燕子为自己找着菴维之窝。如此住在你殿中的便为有福！他们仍要赞美你。〔细拉〕』（V3~4）

A.在你祭坛那里，麻雀为自己找着房屋

B.燕子为自己找着菴维之窝

C.如此住在你殿中的这人便为有福

(3) 从流泪谷中走到锡安山的，这人便为有福

『靠你有力量、心中想往锡安大道的，这人便为有福！他们经过「流泪谷」，叫这谷变为泉源之地；并有秋雨之福盖满了全谷。他们行走，力上加力，各人到锡安朝见神。耶和华—万军之神啊，求你听我的祷告！雅各布的神啊，求你留心听！〔细拉〕』（V5~8）

A. 靠你有力量、心中想往锡安大道的，这人便为有福！

B. 他们经过巴迦谷「流泪谷」，

C. 叫这谷变为泉源之地；并有秋雨之福盖满了全谷

D. 他们行走，力上加力，各人到锡安朝见神

(4) 行动正直的人的祝福

『神啊，你是我们的盾牌；求你垂顾观看你受膏者的面！在你的院宇住一日，胜过在别处住千日；宁可在我神殿中看门，不愿住在恶人的帐棚里。因为耶和华一神是日头，是盾牌，要赐下恩惠和荣耀。他未尝留下一样好处不给那些行动正直的人。万军之耶和华啊，倚靠你的人便为有福！』 (V9~12)

「行动正直的人」就是「行动正直的人」

42. 第八十五篇 弥赛亚诗篇 (可拉后裔)

十架救恩的深入意义

——祂的脚踪成为可走的道路——

(1) 『祂的救恩诚然与敬畏祂的人相近』 (V9)

(2) 『慈爱和诚实彼此相遇；公义和平安彼此相亲。』 (V10)

(3) 『诚实从地而生；公义从天而现。』 (V11)

(4) 『耶和华必将好处赐给我们；我们的地也要多出土产。』 (V12)

(5) 『公义要行在他面前，叫祂的脚踪成为可走的路。』 (V13)

43. 第八十七篇 有荣耀的事是指着你说的 (可拉后裔)

(6) 主所立的根基在圣山上 (V1)

(7) 神的城啊，有荣耀的事乃是指着你说的 (V3)

(8) 论到锡安，必说：这一个、那一个都生在其中 (V5)

(9) 当主记录万民的时候，他要点出这一个生在那里 (V6)

(10) 歌唱的，跳舞的，都要说：我的泉源都在你里面 (V7)

44. 第九十篇 永远诗篇 (神人摩西的祈祷诗)

(1) 神永远是我们的居所

『主啊，你世世代代作我们的居所。诸山未曾生出，地与世界你未曾造成，从亘古到永远，你是神。』 (V1~2)

A. 从永远到永远你是神

B. 从神看「两个永远的荣耀」

(2) 从永远看时间，属于时间的一切都是虚空

『你使人归于尘土，说：你们世人要归回。在你看来，千年如已过的昨日，又如夜间的一更。你叫他们如水冲去；他们如睡一觉。早晨，他们如生长的草，早晨发芽生长，晚上割下枯干。我们因你的怒气而消灭，因你的忿怒而惊惶。你将我们的罪孽摆在你面前，将我们的隐恶摆在你面光之中。我们经过的日子都在你震怒之下；我们度尽的年岁好像一声叹息。我们一生的年日是七十岁，若是强壮可到八十岁；但其中所矜夸的不过是劳苦愁烦，转眼成空，我们便如飞而去。』 (V3~10)

- A. 在时间里我们的生命是虚空的生命
- B. 在时间里所经过的每一个日子都是虚空的日子
- C. 在时间里其中所矜夸都是虚空

(3) 神人摩西的祷告

『谁晓得你怒气的权势？谁按着你该受的敬畏晓得你的忿怒呢？求你指教我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心。耶和华啊，我们要等到几时呢？求你转回，为你的仆人后悔。求你使我们早早饱得你的慈爱，好叫我们一生一世欢呼喜乐。求你照着你使我们受苦的日子，和我们遭难的年岁，叫我们喜乐。愿你的作为向你仆人显现；愿你的荣耀向他们子孙显明。愿主——我们 神的荣美归于我们身上。愿你坚立我们手所做的工；我们手所做的工，愿你坚立。』(V11~17)

- A. 教我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心
- B. 早早饱得你的慈爱，好叫我们一生一世欢呼喜乐
- C. 求你照着你使我们受苦的日子，和我们遭难的年岁，叫我们喜乐
- D. 愿你的作为向你仆人显现；愿你的荣耀向他们子孙显明
- E. 愿主——我们 神的荣美归于我们身上
- F. 愿你坚立我们手所做的工；我们手所做的工，愿你坚立

45. 第九十一篇 住在隐密处诗篇（摩西的经历阿诗）

(1) 『住在至高者隐密处的，必住在全能者的荫下。我要论到耶和华说：他是我的避难所，是我的山寨，是我的神，是我所倚靠的。』(V1~2)

- A. 至高者与全能者——神的两个名字
- B. 隐密处和荫下——住的两个地方
- C. 在这里我要论到神

(2) 胜过一切外面环境的危险

『他必救你脱离捕鸟人的网罗和毒害的瘟疫。他必用自己的翎毛遮蔽你；你要投靠在他的翅膀底下；他的诚实是大小的盾牌。』(V3~4)

(3) 胜过一切里面的危险——人的罪性

『你必不怕黑夜的惊骇，或是白日飞的箭，也不怕黑夜行的瘟疫，或是午间灭人的毒病。虽有千人仆倒在你旁边，万人仆倒在你右边，这灾却不得临近你。你惟亲眼观看，见恶人遭报。耶和华是我的避难所；你已将至高者当你的居所，』(V5~9)

(4) 胜过一切超然的危险

『祸患必不临到你，灾害也不挨近你的帐棚。因他要为你吩咐他的使者，在你行的一切道路上保护你。他们要用手托着你，免得你的脚碰在石头上。你要踰在狮子和虺蛇的身上，践踏少壮狮子和大蛇。』(V10~13)

(5) 神对住在主里面的人的祝福

『神说：因为他专心爱我，我就要搭救他；因为他知道我的名，我要把他安置在高处。他若求告我，我就应允他；他在急难中，我要与他同在；我要搭救他，使他

尊贵。我要使他足享长寿，将我的救恩显明给他。』（V14~16）

46. 第九十二篇 栽于主的园中

『你却高举了我的角，如野牛的角；我是被新油膏了的。我眼睛看见仇敌遭报；我耳朵听见那些起来攻击我的恶人受罚。义人要发旺如棕树，生长如黎巴嫩的香柏树。他们栽于耶和华的殿中，发旺在我们 神的院里。他们年老的时候仍要结果子，要满了汁浆而常发青，好显明耶和华是正直的。他是我的盘石，在他毫无不义。』（V10~15）

47. 第一百篇 我们是祂的民，也是祂草场的羊

『（称谢诗。）普天下当向耶和华欢呼！你们当乐意事奉耶和华，当来向他歌唱！你们当晓得耶和华是 神！我们是他造的，也是属他的；我们是他的民，也是他草场的羊。当称谢进入他的门；当赞美进入他的院。当感谢他，称颂他的名！因为耶和华本为善。他的慈爱存到永远；他的信实直到万代。』（V1~5）

（1）当感谢并乐意事奉主

（2）我们是祂的民，也是祂草场的羊

（3）当称谢进入祂的门；当赞美进入祂的院。当感谢祂，称颂祂的名

（4）因为耶和华本为善。他的慈爱存到永远；他的信实直到万代

48. 第一百二篇 弥赛亚诗篇

『你起初立了地的根基；天也是你手所造的。天地都要灭没，你却要长存；天地都要如外衣渐渐旧了。你要将天地如里衣更换，天地就改变了。惟有你永不改变；你的年数没有穷尽。』（V25~27）

49. 第一百三篇 恩典诗篇

（1）不可忘记祂的一切恩典

『（戴维的诗。）我的心哪，你要称颂耶和华！凡在我里面的，也要称颂他的圣名！我的心哪，你要称颂耶和华！不可忘记他的一切恩惠！』（V1~2）

（2）浩大的恩典

『他赦免你的一切罪孽，医治你的一切疾病。他救赎你的命脱离死亡，以仁爱和慈悲为你的冠冕。他用美物使你所愿的得以知足，以致你如鹰返老还童。』（V3~5）

A. 赦免你的一切罪，医治你的一切疾病。

B. 救赎你的魂

C. 爱和慈悲为冠冕

D. 用美物（圣灵）使你知足

E. 复活与复活生命——如鹰返老还童

（3）使摩西知道祂的法则，叫以色列人晓得祂的作为

『耶和华施行公义，为一切受屈的人伸冤。他使摩西知道他的法则，叫以色列人晓得他的作为。耶和华有怜悯，有恩典，不轻易发怒，且有丰盛的慈爱。他不长久责备，也不永远怀怒。他没有按我们的罪过待我们，也没有照我们的罪孽报应我们。』

(V6~10)

A.主有怜悯，有恩典

B.不轻易发怒，且有丰盛的慈爱，不长久责备

C.没有按我们的罪过待我们

(4) 使我们的罪远远离开我们

『天离地何等的高，他的慈爱向敬畏他的人也是何等的大！东离西有多远，他叫我们的过犯离我们也有多远！』(V11~12)

(5) 父亲怎样怜恤祂的儿女，主也怎样怜恤我们

『父亲怎样怜恤他的儿女，耶和华也怎样怜恤敬畏他的人！因为他知道我们的本体，思念我们不过是尘土。至于世人，他的年日如草一样。他发旺如野地的花，经风一吹，便归无有；它的原处也不再认识它。但耶和华的慈爱归于敬畏他的人，从亘古到永远；他的公义也归于子子孙孙——就是那些遵守他的约、记念他的训词而遵行的人。耶和华在天上立定宝座；他的权柄(原文是国)统管万有。』(V13~19)

A.知道我们不过是尘土

B.至于世人，他的年日如草一样。他发旺如野地的花，经风一吹，便归无有；它的原处也不再认识它。

C.主的慈爱归于敬畏祂的人，从亘古到永远；祂的公义也归于子子孙孙——就是那些遵守祂的约、记念祂的训词而遵行的人。

D.主在天上立定宝座；祂的权柄统管万有

(6) 天使、天军及万有都要来赞美主

『听从他命令、成全他旨意、有大能的天使，都要称颂耶和华！你们作他的诸军，作他的仆役，行他所喜悦的，都要称颂耶和华！你们一切被他造的，在他所治理的各处，都要称颂耶和华！我的心哪，你要称颂耶和华！』(V20~22)

50. 第一百四篇 弥赛亚诗篇

——从属灵生命来看神的创造——

(1) 神创造的威严和大能

『我的心哪，你要称颂耶和华！耶和华——我的神啊，你为至大！你以尊荣威严为衣服，披上亮光，如披外袍，铺张穹苍，如铺幔子，』(V1~2)

(2) 以风为使者，以火焰为仆役

『在水中立楼阁的栋梁，用云彩为车辇，借着风的翅膀而行，以风为使者，以火焰为仆役，』(V3~4)

(3) 以属灵生命来解释创造

『将地立在根基上，使地永不动摇。你用深水遮盖地面，犹如衣裳；诸水高过山岭。你的斥责一发，水便奔逃；你的雷声一发，水便奔流。诸山升上，诸谷沉下(或译：随山上翻，随谷下流)，归你为它所安定之地。你定了界限，使水不能过去，不再转回遮盖地面。耶和华使泉源涌在山谷，流在山间，使野地的

走兽有水喝，野驴得解其渴。天上的飞鸟在水旁住宿，在树枝上啼叫。他从楼阁中浇灌山岭；因他作为的功效，地就丰足。他使草生长，给六畜吃，使菜蔬发长，供给人用，使人从地里能得食物，』（V5~14）

（4）『得酒能悦人心，得油能润人面，得粮能养人心』（V15）

51. 第一百五篇 从属灵生命解释列祖

（1）『人用脚镣伤他的脚；把铁打到他里面去』（V18）

（2）『主的话试炼他，直等到他所说的应验了』（V19）

52. 第一百十篇 弥赛亚诗篇——升天掌权的诗篇

（1）『主对我主说：你坐在我的右边，等我使你仇敌作你的脚凳。』（V1）

等——是等教会出现

（2）『主必使你从锡安伸出能力的杖来；你要在你仇敌中掌权。』（V2）

A.『你的民要以圣洁的妆饰为衣（或译：以圣洁为妆饰）』

B.『甘心牺牲自己；』

C.『你的民多如清晨的甘露』

（3）你是照着麦基洗德的等次永远为祭司

（4）祂必喝路旁的河水，因此必抬起头来

哈利（Holly）诗篇——复活诗篇（诗篇 115~118 篇）

一、我们要赞美主——复活赞美

『死人不能赞美耶和华；下到寂静中的也都不能。但我们要称颂耶和华，从今时直到永远。你们要赞美耶和华！』（115：17~18）

二、主在阴间的争战与复活的信心（116 篇）

（一）哈利（Holly）诗篇都是主用第一人位主动说话

——阴间的痛苦和主的祷告（V1~8）

1. 死亡的绳索和阴间的痛苦

『我爱耶和华，因为他听了我的声音和我的恳求。他既向我侧耳，我一生要求告他。

死亡的绳索缠绕我；阴间的痛苦抓住我；我遭遇患难愁苦。那时，我便求告耶和华的名，说：耶和华啊，求你救我的灵魂！』（V1~4）

2. 主的祷告

『耶和华有恩惠，有公义；我们的神以怜悯为怀。耶和华保护愚人；我落到卑微的地步，他救了我。我的心哪！你要仍归安乐，因为耶和华用厚恩待你。』（V5~7）

3. 祷告的伟大答应

『主啊，你救我的命免了死亡，救我的眼免了流泪，救我的脚免了跌倒。』（V8）

（二）复活的信心和呼声

『我要在耶和华面前行活人之路。我因信，所以如此说话；我受了极大的困苦。我曾急促地说：人都是说谎的！我拿甚么报答耶和华向我所赐的一切厚恩？』（V9~12）

（三）复活的赞美（V13~19）

1. 『我要举起救恩的杯，称美主』
2. 『在主的眼中，看圣民之死极为宝贵。』

三、主的复活与建造教会的根基（118 篇）

（一）祂的慈爱永远长存

『你们要称谢耶和华，因他本为善；他的慈爱永远长存！愿以色列说：他的慈爱永远长存！愿亚伦的家说：他的慈爱永远长存！愿敬畏耶和华的说：他的慈爱永远长存！』（V1~4）

（二）复活的信心

『我在急难中求告耶和华，他就应允我，把我安置在宽阔之地。有耶和华帮助我，我必不惧怕，人能把我怎么样呢？在那帮助我的人中，有耶和华帮助我，所以我要看见那恨我的人遭报。投靠耶和华，强似倚赖人；投靠耶和华，强似倚赖王子。』（V5~9）

（三）主在死亡和阴间中的争战——剿灭仇敌

『万民围绕我，我靠耶和华的名必剿灭他们。他们环绕我，围困我，我靠耶和华的名必剿灭他们。他们如同蜂子围绕我，好像烧荆棘的火，必被熄灭；我靠耶和华的名，必剿灭他们。你推我，要叫我跌倒，但耶和华帮助了我。耶和华是我的力量，是我的诗歌；他也成了我的拯救。在义人的帐棚里，有欢呼拯救的声音；耶和华的右手施展大能。耶和华的右手高举；耶和华的右手施展大能。』（V10~16）

（四）复活的呼声

『我必不致死，仍要存活，并要传扬耶和华的作为。耶和华虽严严地惩治我，却未曾将我交于死亡。』（V17~18）

（五）「为我敞开义门」和「为义人敞开义门」

『给我敞开义门；我要进去称谢耶和华！这是耶和华的门；义人要进去！我要称谢你，因为你已经应允我，又成了我的拯救！』（V19~21）

（六）匠人匠人所弃的石头已成了房角的头块石头

『匠人所弃的石头已成了房角的头块石头。这是耶和华所做的，在我们眼中看为稀奇。』（V22~23）

（七）复活的日子——主日

『这是耶和华所定的日子，我们在其中要高兴欢喜！耶和华啊，求你拯救！耶和华啊，求你使我们亨通！奉耶和华名来的是应当称颂的！我们从耶和华的殿中为你们祝福！耶和华是神；他光照了我们。理当用绳索把祭牲拴住，牵到坛角那里。』（V24~27）

上行诗篇（诗篇 120~134 篇）

53. 第 121 篇 帮助诗篇

一、我的帮助从何而来

『（上行之诗。）我要向山举目；我的帮助从何而来？我的帮助从造天地的耶和

华而来。』（V1~2）

二、帮助你的必不打盹

『他必不叫你的脚摇动；保护你的必不打盹！保护以色列的，也不打盹也不睡觉。』
（V3~4）

三、最大的受造也不能伤你

『保护你的是耶和华；耶和华在你右边荫庇你。白日，太阳必不伤你；夜间，月亮必不害你。』（V5~6）

四、你出你入，耶和华要保护你，从今时直到永远

『耶和华要保护你，免受一切的灾害；他要保护你的性命。你出你入，耶和华要保护你，从今时直到永远』（V7~8）

54. 第 122 篇 耶路撒冷（属灵境界）诗篇

一、我的脚站在你的门内

『（戴维上行之诗。）人对我说：我们往耶和华的殿去，我就欢喜。耶路撒冷啊，我们的脚站在你的门内。』（V1~2）

二、耶路撒冷被建造的见证

『耶路撒冷被建造，如同连络整齐的一座城。众支派，就是耶和华的支派，上那里去，按以色列的常例（或译：作以色列的证据）称赞耶和华的名。因为在那里设立审判的宝座，就是戴维家的宝座。』（V3~5）

（一）如同连络整齐的一座城

（二）主的支派上去，按以色列的证据称赞主的名

（三）在那里设立审判的宝座，就是戴维的宝座

三、要为耶路撒冷求平安和祝福

『你们要为耶路撒冷求平安！耶路撒冷啊，爱你的人必然兴旺！愿你城中平安！愿你宫内兴旺！因我弟兄和同伴的缘故，我要说：愿平安在你中间！』（V6~8）

55. 第 123 篇 仰望诗篇

56. 第 126 篇 被掳归回（上行之诗）

一、我们好像做梦的人

『当耶和华将那些被掳的带回锡安的时候，我们好像做梦的人。』（V1）

二、主为他们行了大事

『我们满口喜笑、满舌欢呼的时候，外邦中就有人说：耶和華為他们行了大事！』
（V2）

三、主果然为我们行了大事

『耶和华果然为我们行了大事，我们就欢喜。』（V3）

四、我们被掳的人归回，好像南地的河水复流

『耶和华啊，求你使我们被掳的人归回，好像南地的河水复流。』（V4）

五、『流泪撒种的，必欢呼收割！』（V5）

六、流泪出去的，必带禾捆回来

『那带种流泪出去的，必要欢欢乐乐地带禾捆回来！』（V6）

57. 第 127 篇 儿女诗篇

一、建造房屋，若不是主建造，就枉然劳力

『若不是耶和华建造房屋，建造的人就枉然劳力；若不是耶和华看守城池，看守的人就枉然警醒。』（V1）

二、劳苦也是枉然；因为主所爱的，必叫他安然睡觉

『你们清晨早起，夜晚安歇，吃劳碌得来的饭，本是枉然；惟有耶和华所亲爱的，必叫他安然睡觉。』（V2）

三、儿女主所赐的产业

『儿女是耶和华所赐的产业；所怀的胎是他所给的赏赐。』（V3）

四、好像勇士手中的箭

『少年时所生的儿女好像勇士手中的箭。』（V4）

五、能向仇敌夸口

『箭袋充满的人便为有福；他们在城门口和仇敌说话的时候，必不至于羞愧。』（V5）

58. 第 128 篇 另一儿女诗篇

一、你要吃劳碌得来的

『（上行之诗。）凡敬畏耶和华、遵行他道的人便为有福！你要吃劳碌得来的；你要享福，事情顺利。』（V1~2）

二、你妻子好像多结果子的葡萄树，又像橄榄栽子

『你妻子在你的内室，好像多结果子的葡萄树；你儿女围绕你的桌子，好像橄榄栽子。』（V3）

三、愿你一生得见耶路撒冷的好处

『看哪，敬畏耶和华的人必要这样蒙福！愿耶和华从锡安赐福给你！愿你一生一世看见耶路撒冷的好处！』（V4~5）

四、愿你看见你儿女的儿女

『愿你看见你儿女的儿女！愿平安归于以色列！』（V6）

59. 第 129 篇 雅各布成为以色列的经历诗

一、敌人屡次苦害我

『（上行之诗。）以色列当说：从我幼年以来，敌人屡次苦害我，』（V1）

二、苦害我，却没有胜了我

『从我幼年以来，敌人屡次苦害我，却没有胜了我。』（V2）

三、在我背上扶犁而耕

『如同扶犁的在我背上扶犁而耕，耕的犁沟甚长。』（V3）

四、愿恨恶锡安的都蒙羞

『耶和华是公义的；他砍断了恶人的绳索。愿恨恶锡安的都蒙羞退后！』（V4~5）

五、收割的也不满怀

『愿他们像房顶上的草，未长成而枯干，收割的不够一把，捆禾的也不满怀。』
(V6~7)

六、我们却奉主的名给你们祝福

『过路的也不说：愿耶和華所賜的福歸與你們！我們奉耶和華的名給你們祝福！』
(V8)

60. 第 130 篇 等候詩篇

一、深处的祷告

『(上行之詩。)耶和華啊，我從深處向你求告！主啊，求你聽我的聲音！愿你側耳聽我懇求的聲音！』(V1~2)

二、你若究察罪孽，谁能站得住呢

『主—耶和華啊，你若究察罪孽，誰能站得住呢？』(V3)

三、赦罪之恩与敬畏的心

『但在你有赦免之恩，要叫人敬畏你。』(V4)

四、我等候主，如同守夜的

『我等候耶和華，我的心等候；我也仰望他的话。我的心等候主，勝于守夜的，等候天亮，勝于守夜的，等候天亮。』(V5~6)

61. 第 131 篇 等候詩篇

一、重大和测不透的事，我也不敢行

『(戴維上行之詩。)耶和華啊，我的心不狂傲，我的眼不高大；重大和測不透的事，我也不敢行。』(V1)

二、我的心好像断过奶的孩子

『我的心平穩安靜，好像斷過奶的孩子在他母親的懷中；我的心在我裡面真像斷過奶的孩子。』(V2)

三、仰望主直到永远

『以色列啊，你當仰望耶和華，從今時直到永遠！』(V3)

62. 第 132 篇 戴维苦难诗

一、求你记念戴维的苦难——为寻找圣所所受的苦难

『(上行之詩。)耶和華啊，求你記念戴維所受的一切苦難！他怎樣向耶和華起誓，向雅各布的大能者許愿，說：我必不進我的帳幕，也不上我的床榻；我不容我的眼睛睡覺，也不容我的眼目打盹；直等我为耶和華尋得所在，為雅各布的大能者尋得居所。』(V1~5)

(一) 不进帐幕

(二) 不睡觉、不打盹

(三) 直到我为主找到圣所

二、戴维找到约柜的欢呼

（约柜——基督是教会的元首）

『我们听说约柜在以法他，我们在基列·耶琳就寻见了。我们要进他的居所，在他脚凳前下拜。耶和华啊，求你兴起，和你有能力的约柜同入安息之所！』

（V6~8）

（一）却在基列·耶琳就寻到了

（二）在祂脚凳前下拜

（三）求你同你有能力的约柜同进安息之所

三、戴维的欢呼与主的交通

『愿你的祭司披上公义！愿你的圣民欢呼！求你因你仆人戴维的缘故，不要厌弃你的受膏者！耶和华向戴维、凭诚实起了誓，必不反复，说：我要使你所生的坐在你的宝座上。你的众子若守我的约和我所教训他们的法度，他们的子孙必永远坐在你的宝座上。因为耶和华拣选了锡安，愿意当作自己的居所，说：这是我永远安息之所；我要住在这里，因为是我所愿意的。』（V9~14）

（一）愿你披上公义

（二）愿你的圣民欢呼！求你因你仆人戴维的缘故，不要厌弃你的受膏者

（三）主必不反复，你所生的坐在你的宝座上（指基督）

（四）你的众子要看守我的约和见证

（五）主拣选了锡安当作居所

四、救恩的歌

『我要使其中的粮食丰满，使其中的穷人饱足。我要使祭司披上救恩，圣民大声欢呼！我要叫戴维的角在那里发生；我为我的受膏者预备明灯。我要使他的仇敌披上羞耻；但他的冠冕要在头上发光。』（V15~18）

（一）粮食丰满

（二）穷人饱足

（三）祭司披上救恩

（四）圣民大声欢呼

（五）戴维的角在那里发生

（六）为我的受膏者预备明灯

（七）使他的仇敌披上羞耻

（八）祂的冠冕要在头上发光

63. 第 133 篇 和睦同居诗篇

（1）弟兄和睦同居

『〔戴维上行之诗。〕看哪，弟兄和睦同居是何等地善，何等地美！』（V1）

（2）贵重的油浇在亚伦的头上流到衣襟

『这好比那贵重的油浇在亚伦的头上，流到胡须，又流到他的衣襟；』（V2）

（3）甘露从黑门降在锡安，在这里有主所命定的福，直到永远

『又好比黑门的甘露降在锡安山；因为在那里有耶和华所命定的福，就是永远的生命。』（V3）

64. 第 136 篇 慈爱长存诗篇

65. 第 137 篇 追想锡安诗篇

(1) 追想锡安就哭了

『我们曾在巴比伦的河边坐下，一追想锡安就哭了。』（V1）

(2) 掳掠我们的要我们作乐歌唱锡安歌

『我们把琴挂在那里的柳树上；因为在那里，掳掠我们的要我们唱歌，抢夺我们的要我们作乐，说：给我们唱一首锡安歌吧！』（V2~3）

(3) 若忘记你，情愿我的右手忘记技巧！舌头贴于上膛

『我们怎能在外邦唱耶和华的歌呢？耶路撒冷啊，我若忘记你，情愿我的右手忘记技巧！我若不记念你，若不看耶路撒冷过于我所最喜乐的，情愿我的舌头贴于上膛！』（V4~6）

(4) 仇敌说：拆毁！拆毁！求主记念

『耶路撒冷遭难的日子，以东人说：拆毁！拆毁！直拆到根基！耶和华啊，求你记念这仇！』（V7）

(5) 报复巴比伦的人，那人便为有福

『将要被灭的巴比伦城啊（城：原文是女子），报复你像你待我们的，那人便为有福！』（V8）

66. 第 139 篇 戴维属灵生命经历诗

(1) 鉴察我、认识我、知道我

『（戴维的诗，交与伶长。）耶和华啊，你已经鉴察我，认识我。我坐下，我起来，你都晓得；你从远处知道我的意念。我行路，我躺卧，你都细察；你也深知我一切所行的。耶和华啊，我舌头上的话，你没有一句不知道的。』（V1~4）

(2) 环绕我，按手在我身上

『你在我前后环绕我，按手在我身上。这样的知识奇妙，是我不能测的，至高，是我不能及的。』（5~6）

(3) 引导我，扶持我

『我往哪里去躲避你的灵？我往哪里逃、躲避你的面？我若升到天上，你在那里；我若在阴间下榻，你也在那里。我若展开清晨的翅膀，飞到海极居住，就是在那里，你的手必引导我；你的右手也必扶持我。』（V7~10）

(4) 黑夜与白昼对你都是一样

『我若说：黑暗必定遮蔽我，我周围的亮光必成为黑夜；黑暗也不能遮蔽我，使你不见，黑夜却如白昼发亮。黑暗和光明，在你看都是一样。』（V11~12）

(5) 我的受造何等可畏——覆庇我

『我的肺腑是你所造的；我在母腹中，你已覆庇我。我要称谢你，因我受造，奇

妙可畏；你的作为奇妙，这是我心深知道的。我在暗中受造，在地的深处被联络；那时，我的形体并不向你隐藏。』（V13~15）

（6） 你的意念向我何等宝贵！其数何等众多

『神啊，你的意念向我何等宝贵！其数何等众多！我若数点，比海沙更多；我睡醒的时候，仍和你同在。 神啊，你必要杀戮恶人；所以，你们好流人血的，离开我去吧！因为他们说恶言顶撞你；你的仇敌也妄称你的名。耶和华啊，恨恶你的，我岂不恨恶他们吗？攻击你的，我岂不憎嫌他们吗？我切切地恨恶他们，以他们为仇敌。』（V17~22）

（7） 鉴察我，试炼我

『神啊，求你鉴察我，知道我的心思，试炼我，知道我的意念，』（V23）

（8） 引导我走永远生命的道路

『看在我里面有甚么恶行没有，引导我走永生的道路。』（V24）

哈利路亚诗篇（诗篇 146~150 篇）

67. 第 149 篇 唱新歌——口中称赞神为高，手里有两刃的刀

（1） 唱新歌，在圣民的会中赞美祂

『你们要赞美耶和华！向耶和华唱新歌，在圣民的会中赞美祂！愿以色列因造祂的主欢喜！愿锡安的民因他们的王快乐！愿他们跳舞赞美祂的名，击鼓弹琴歌颂祂！』（V1~3）

（2） 用救恩当作谦卑人的妆饰

『因为耶和华喜爱祂的百姓；祂要用救恩当作谦卑人的妆饰。愿圣民因所得的荣耀高兴！愿他们在床上欢呼！』（V4~5）

（3） 口中称赞 神为高，手里有两刃的刀

『愿他们口中称赞 神为高，手里有两刃的刀』（V6）

（4） 链子捆他们的君王，用铁镣锁他们的大臣

『因为耶和华喜爱祂的百姓；祂要用救恩当作谦卑人的妆饰。愿圣民因所得的荣耀高兴！愿他们在床上欢呼！』（V7~8）

（5） 在他们身上施行所记录的审判

『要在他们身上施行所记录的审判。祂的圣民都有这荣耀。你们要赞美耶和华！』（V9）

68. 第 150 篇 凡有气息的都要赞美主