

# 詩篇之哀歌與讚美

聖經書目療法 4

Joyo RLBL xxxi ©2021

# 詩篇

## *Psalms*

作者：King David. Moses, Solomon, Asaph, Ethan, Heman, the sons of Korah, etc.

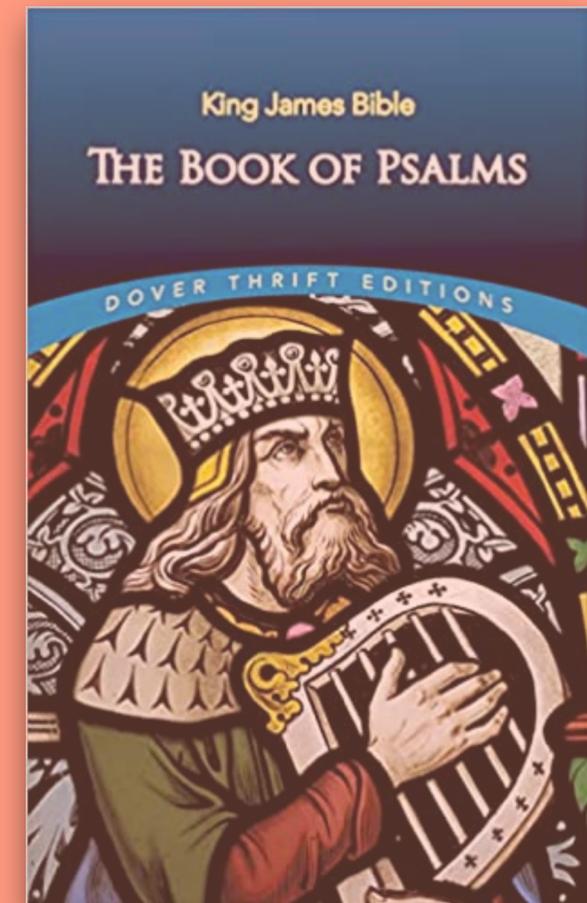
日期：1450 B.C. - 430 B.C. (1000 B.C. mainly)

背景：跨距1000年，從摩西時代出埃及，至以色列之巴比倫被擄歸回。這些詩歌與祈禱文用於崇拜，並描繪了詩人的經驗與情感。仿摩西五經而分為五卷，計150篇詩章係《聖經》中最長篇幅經卷。

### 主題

- \* Sin is always rebellion against God.
- \* Sin will always be punished.
- \* A life of consecrated righteousness hates sin.
- \* God loves each of us and is concerned for every area of our lives.
- \* We can approach God just as we are, with all our concerns.
- \* A life of praise is a life of victory.
- \* God can be trusted during our times of sorrow as well as our times of joy

Source: Holman Rainbow Study Bible: Holy Bible, New International Version, 2015



# 《詩篇》

《詩篇》之希伯來文標題是“תהלים” (音譯為Tehillim; 意為「讚美」)。而另一個字“מִזְמוֹר” (音譯mizmor; 意指某種音樂形式的 melody, 「歌」)反而屢屢出現於個別詩篇的標題上，希臘文譯本翻譯成psalmos，即為現稱 Psalms: 詩篇。

\* 「讚美」是整個《詩篇》的核心目標。

\* 構成《詩篇》的兩大支柱則是「哀歌」與「讚美」

# 《詩篇》的類別：文學與神學論點

《詩篇》約略分成數類，但因詩歌情感領悟的流轉，故無法篇篇明確獨立分類：

- \* 哀歌詩篇 ( lament ) : 悲歌、輓歌。大都源自個人情感之自況與自憐。
- \* 讚美詩篇 ( praise ) : 具宣告性與敘述性。定睛再更崇高的榮美上。
- \* 感恩詩篇 ( gratitude ) : 距哀歌情緒最遠，然敘述危機已過，內心充滿對神的恩典與憐憫深深感謝。
- \* 信靠詩篇 ( faith ) : 信靠植基於個人經驗與體悟。即使危機仍在，但信心仍遠遠勝過處境。
- \* 懺悔詩篇 ( penitence ) : 知罪後，內心有很深痛悔。
- \* 特別的詩篇：君王詩篇(royal psalms)、彌賽亞詩篇(messianic psalms)、智慧詩篇(wisdom psalms)、律法詩篇(Torah psalms)、咒詛詩篇(imprecatory psalms)。

# 哀歌 的糾結對象

對神的埋怨（問題是神），

例如：我「信神」，卻仍被神「遺棄」

對仇敵的埋怨（外在問題），

例如：我比他好，他卻嗤笑我

對自己的埋怨（內在問題）。

例如：控訴自己如此不堪



Image From William Blake's Illustrations Of The Book Of Job

《詩篇》 是為走在人生歡樂之路上的人寫的，開他們的口、釋放他們的靈，賜下美辭，使他們可以大聲讚美生命的神。

《詩篇》 也是為那些走在苦難憂傷之迴廊的人而寫的，賜下話語，使他們可以大聲呼喊，使因絕望就要窒息的心靈得到解脫。



~ C. Hassell Bullock. *Encountering the Book of Psalms*  
(詩篇概論)，p.72.

# 聖經中的詩歌體

- \* 《舊約》約有百分之四十是詩歌體（poetry），但在許多譯本中並未將其全部譯為詩歌。雖然聖經之詩歌大都出現於《舊約》，例如：聖經中被稱為詩歌的六個書卷：約伯記、詩篇、箴言、傳道書、雅歌、耶利米哀歌，其全部或大部分為詩體經文；此外，歷史書、先知書的詩歌片段亦可見穿插於其敘事體之中(如：創4:23-24拉麥之歌；出15:1-18摩西之歌；士5章底波拉與巴拉之歌；撒下2章哈拿禱頌；民6:24-26亞倫的祝福*Aaron's Blessing*)，使敘事更為生動。
- \* 至於《新約》裡的詩歌體，則更是較為零星，且多來自《舊約》詩歌段落，例如：路加福音1:46-56馬利亞尊主頌(*Maganificat*)等不生枚舉。敘事與詩歌體的頌贊交融，成了聖經文學的特點之一。
- \* 這些詩歌早已成為古今中外，許多人所編曲來頌讚吟唱的詩歌。

... q tollat pccā m.

vibi agni stant tūq; oculū hūc cornua septē ⁊ odoꝛ sep;

**T**erges me domine yloro

caloz. lauabis me. et super au

... conere mei deu

... pccā agni ...

... in p̄soro sanguis tūto ⁊ ...

# Aaron's Blessing 亞倫的祝福

'The Lord bless you and keep you;  
the Lord make his face shine on you  
and be gracious to you;  
the Lord turn his face toward you  
( ... lift up his countenance upon thee )  
and give you peace.'



『願耶和華賜福給你，保護你。  
願耶和華使他的臉光照你，賜恩給你。  
願耶和華向你仰臉，賜你平安。』

民數記6:24-27

# 希伯來詩歌

- \* 詩 可以打動 散文 感動不了的人心，特別在寧靜或高昂的時刻；詩的美，在於它具備了：押韻(rhyme)、節奏(rhythm)、重複 基本特性。
- \* 我們常習慣以「語音」的美，作為詩的重點；然而，希伯來詩的重點卻是「語意」，因此，也就較容易譯成其他語言。
- \* 希伯來詩 極少押韻，也不多節奏；卻大多以「重複」相似或對比的句式為特點，稱之為平行句(parallelism)，此功用在於：強調、回應、平衡。
- \* 希伯來詩 的其他特性：明喻、交錯配列、省略、遞升、離合體、副歌。

# 希伯來詩歌

\* 平行(含 同義、反義或綜合synthetic)：

耶和華啊，求祢可憐我，因為我軟弱；

耶和華啊，求你醫治我，因為我的骨頭髮戰。(詩篇6: 2)



流淚撒種的，必歡呼收割! (出門)

那帶種流淚出去的，必要歡歡樂樂地帶禾捆回來! (詩篇126: 5-6)



耶和華是我的牧者(因)，我必不致缺乏(果)。

他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。(換詞並綜結原因)(詩篇23: 1-2)



# 希伯來詩歌

✿ 平行(強調與回應)：

我要向山舉目；我的幫助從何而來？

我的幫助從造天地的耶和華而來。

他必不叫你的腳搖動；保護你的必不打盹！

保護以色列的，也不打盹也不睡覺。

保護你的是耶和華；耶和華在你右邊蔭庇你。

白日，太陽必不傷你；夜間，月亮必不害你。

耶和華要保護你，免受一切的災害；他要保護你的性命。

你出你入，耶和華要保護你，從今時直到永遠。(詩篇121)



# 希伯來詩歌

\* 明喻 (simile) :

神啊，我的心切慕你，

如鹿切慕溪水。(詩篇42: 1)

\* 交錯配列 (chiasm) : 主受詞交錯

耶和華看顧義人的道路，

惡人的道路卻滅亡。(詩篇1: 6)

\* 省略 (ellipsis) :

你把我放在極深的坑裡，

在黑暗的地方，在深處。(詩篇88: 6)

\* 遞升 (staircase) :

耶和華的聲音震破香柏樹，

耶和華震碎黎巴嫩的香柏樹。(詩篇29: 5)

# 希伯來詩歌

## \* 離合體 (acrostic) :

詩中各行的某些字，通常是開頭字母特別組合成詩。如：詩篇119共有176節，共分22段每段8節，都用同一個或不同的希伯來字開頭。又稱字母詩。

若應用於英文，則如：

APPLES I ATE.

BANANAS ON THE PLATE.

CARROTS ARE READY TODAY.

.....

YOU PICK YOUR FAVOURITE BEFORE IT' S TOO LATE.

ZEAL FOR FRUIT EVERY DAY.

## \* 副歌 (refrain) :

詩中屢屢出現重複字義，亦稱疊句，例如：「我的心哪，你為何由憂悶？為何在我裡面煩躁？」而又同樣接續回答「應當仰望神...」(詩篇42)

「他的慈愛永遠長存」*His love endures forever.* 反覆出現於每節第二句。(詩篇136)



《詩篇》被引用於歷代許多的歌曲之中，但若非整篇章的引用，以及考證**歷史與文化處境**，卻只擷取部分經節為曲詞，則無法瞭解原意，且也「變了調」。



(Photo: SyYates/iStock)

現今，已有許多較為完整取自《詩篇》的頌歌 (hymn)，這些聖經詩歌用於敬拜讚美，也用於自我的沈靜、思考與自我的淨化與領悟。

「詩篇，讓我們看見如何向神說話，...。詩篇也描述了人跟神的親密關係，所以詩篇可以激勵我們更渴望去體驗神的良善。」

大衛鮑森。《舊約縱覽：通往真理的金鑰》361頁



# 歷史文化原則與其他

原則1：決定誰在說話：自訴者是誰？

原則2：決定是個人詩篇或團體詩篇：代表個人或以色列？

原則3：決定詩篇的書寫目的：歷史事實背景為何？

 原則4：決定詩篇的情感取向：是讚美、哀嘆或兼具？

 原則5：（盡可能）決定詩篇的文學類型內容：更細節的構成元素？

原則6：決定(前後篇章)是否有疊句或重複出現的字詞片語：不同篇章的合一？

# 詩篇的情感取向



從 哀歌 到 讚美，詩人的心情有極大的變化。

轉念之間，這便是一種「淨化」的轉變紓解過程，但是同時也是  
「領悟」的過程。

然而，哀歎聲中，或許仍是一種「淨化」的手段；而讚美聲之先，  
便須特別的領悟不可。



# 詩篇的認同取向



從 哀歌 到 讚美，及表現了書目療法中的淨化、領悟之過程。

然而，身為讀者的我們，是否「認同」（同理心）這樣的哀嘆和抱怨；即使是一篇以「讚美」為首尾主體的詩歌內容，露出欣賞喜悅之心？

# 詩篇的文體類型與元素

哀歌詩章 ⇨ ⇨ ⇨ 讚美詩章

詩篇文體類型並非解釋經文的萬靈藥，但是嘗試去分辨出哀歌與讚美詩，

仍是詮釋個人詩篇的基礎。\*

因此再細分其構成元素，將更有助於理解詩人的心與讀者(我們)的

認同、淨化與領悟。

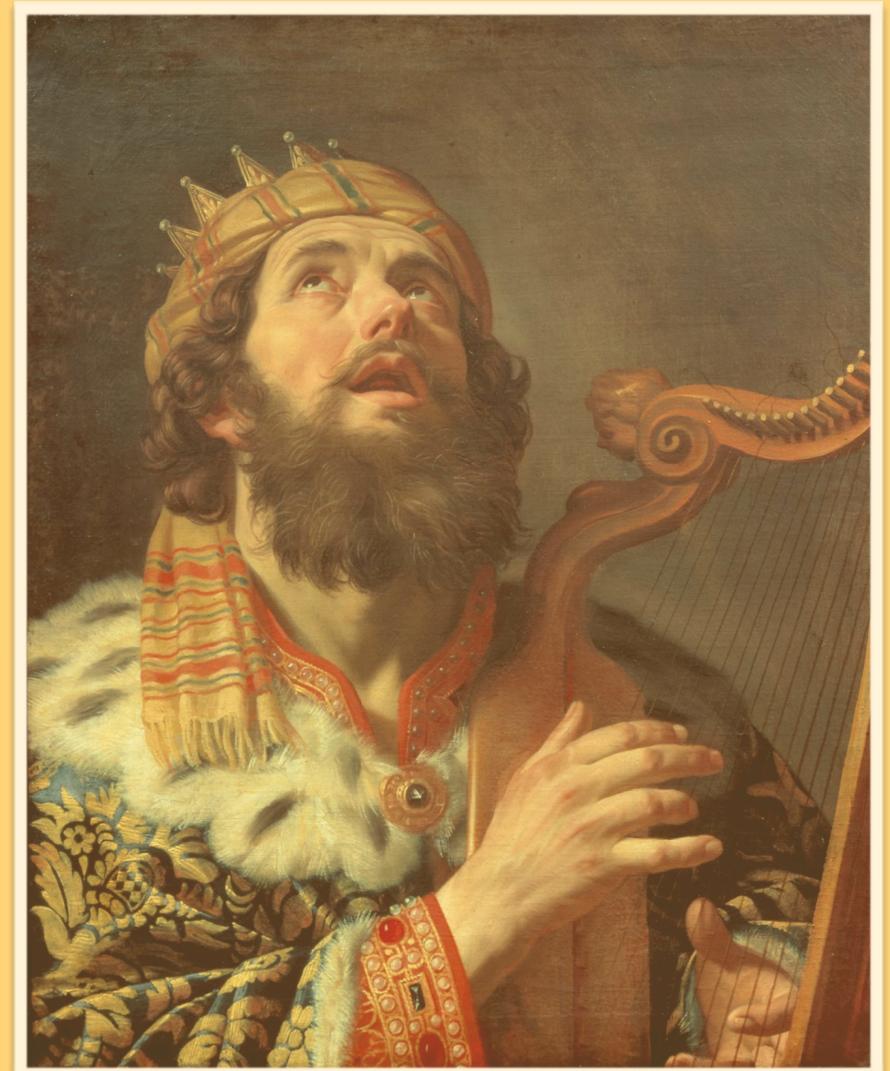
\*C. Hassell Bullock, *Encountering the Book of Psalms*  
(詩篇概論), p.80.

# 詩篇的文體構成元素

哀歌詩章 ⇨ ⇨ ⇨ 讚美詩章

- \* 稱謂，呼求幫助，並/或轉向神
- \* 哀訴，有三個共同主詞：神、我(詩人)、仇敵
- \* 表達信靠
- \* 祈求禱告，求神必定施恩惠、或求神介入
- \* 垂聽的蒙恩確據
- \* 讚美的誓願
- \* 對神的讚美(當祈求蒙應允時)

~ Claus Westermann, *The Praise of God in the Psalms*, trans. Keith Crim (Richmond: John Knox, 1965), 64 被引於 C. Hassell Bullock. *Encountering the Book of Psalms* (詩篇概論), p.72-82.



Gerard Van Honthorst - King David Playing the Harp

# 詩篇的文體構成元素

哀歌詩章 ⇨ ⇨ ⇨ 讚美詩章

- \* 稱謂，呼求幫助，並/或轉向神
- \* 哀訴有三個共同主詞：神、我(詩人)、仇敵
- \* 表達信靠
- \* 祈求禱告，求神必定施恩惠、或求神介入
- \* 垂聽的蒙恩確據
- \* 讚美的誓願
- \* 對神的讚美(當祈求蒙應允時)

- \* 左列構成元素常見於「個人詩篇」類型。但是並非每一篇詩章都會涵蓋每一個個元素
- \* 哀歌與讚美詩可以獨立；亦可合為一詩章。
- \* 《詩篇》裡，咒詛仇敵、求神降禍的「咒詛詩」常被歸在個人哀歌；但亦可另作特別歸類。

# 詩篇的文體構成元素

哀歌詩章 ⇨ ⇨ ⇨ 讚美詩章

- \* 稱謂，呼求幫助，並/或轉向神
- \* 哀訴，有三個共同主詞：神、我(詩人)、仇敵
- \* 表達信靠
- \* 祈求禱告，求神必定施恩惠、或求神介入
- \* 垂聽的蒙恩確據
- \* 讚美的誓願
- \* 對神的讚美(當祈求蒙應允時)

與 書目療法 之關係：

認同

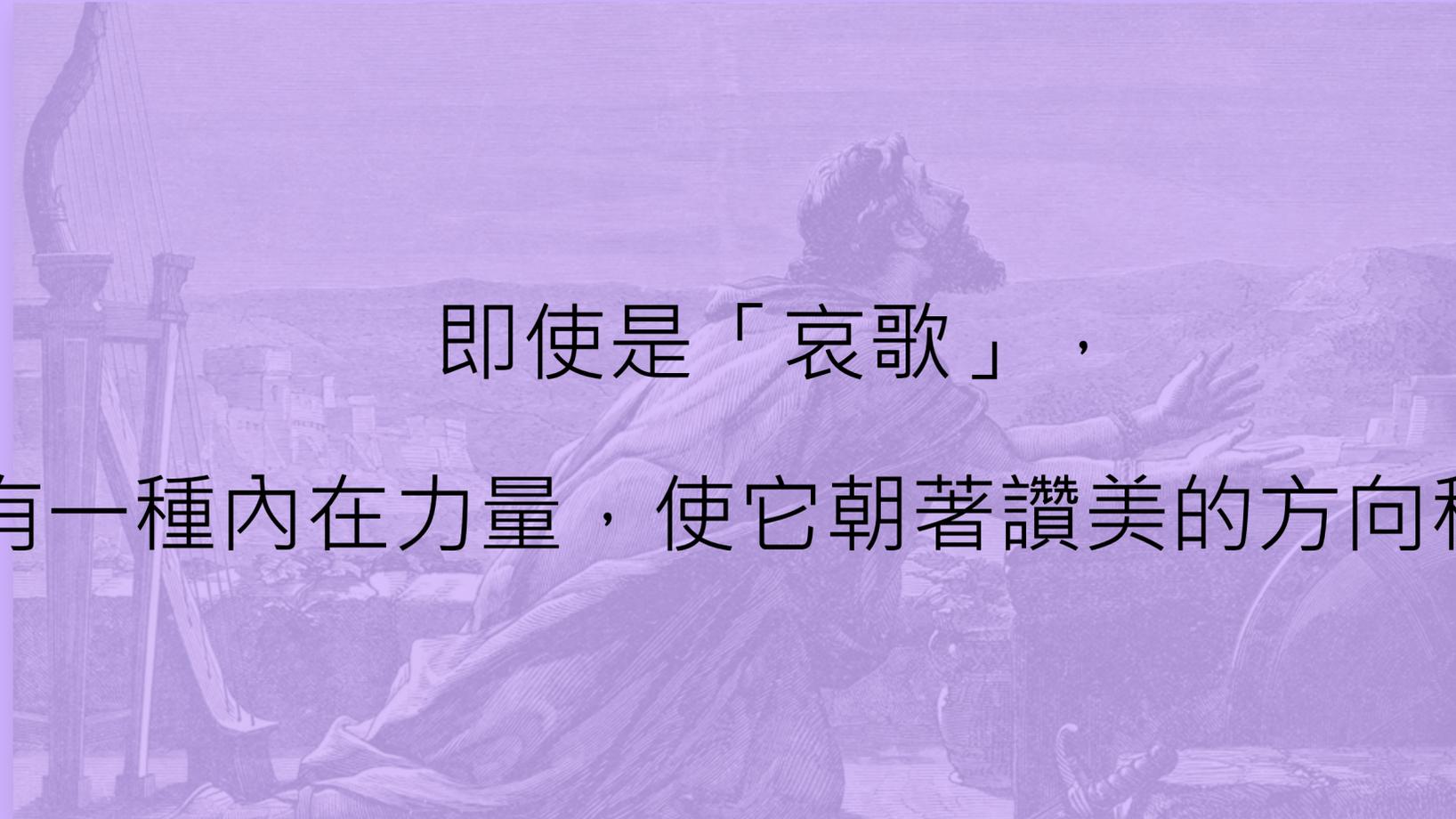
淨化

領悟



# 詩篇的力量

即使是「哀歌」，  
也有一種內在力量，使它朝著讚美的方向移動。



~ C. Hassell Bullock. *Encountering the Book of Psalms*  
(詩篇概論), p.201



# 詩篇的力量

「當我們的心中充滿詩篇，將詩篇藏在心坎裡時，  
聖靈就會在最恰當的時刻讓它們浮現在我們的腦海中，

帶來安慰和確據。」 ~ C. Hassell Bullock. *Encountering the Book of Psalms*  
(詩篇概論)，p.156

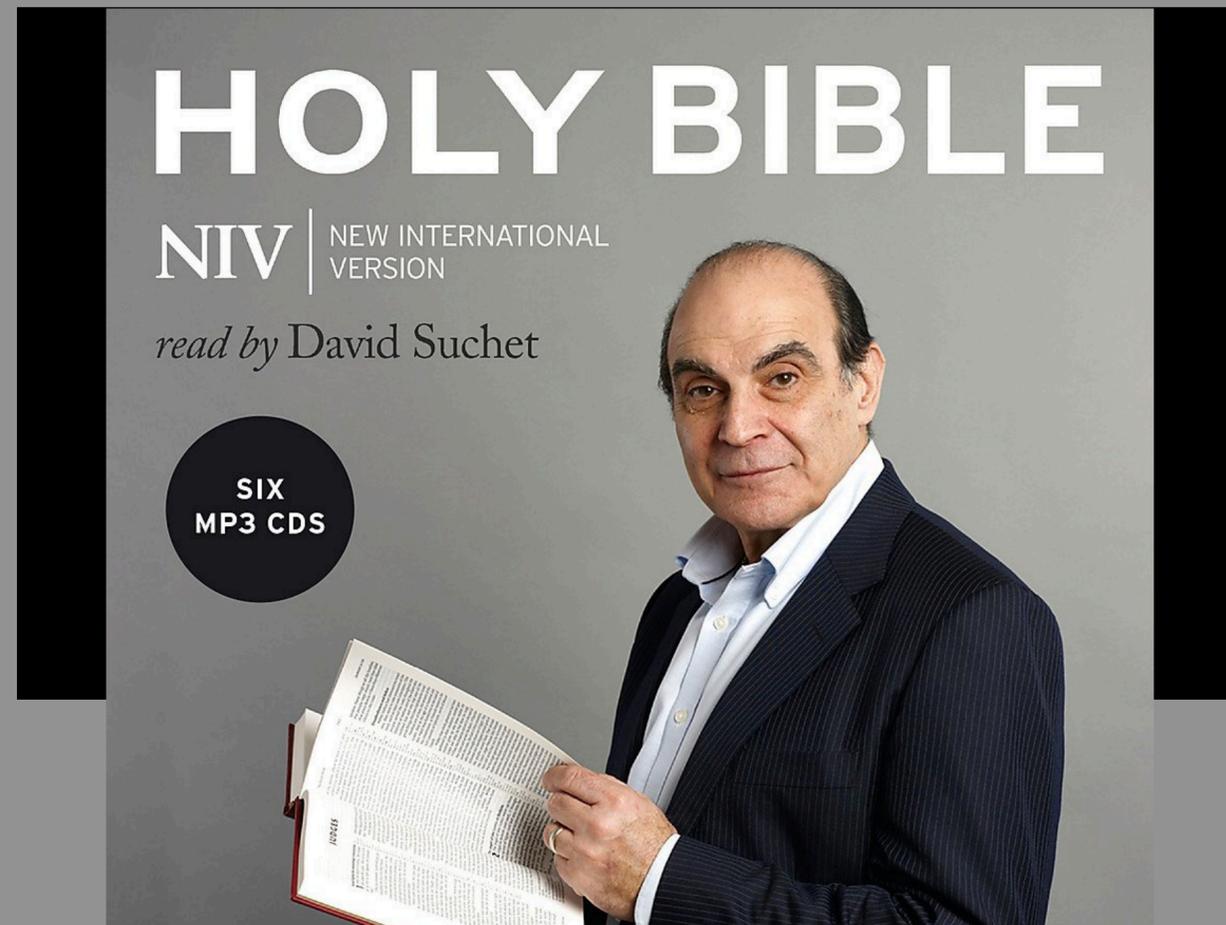
因此，我們的讚美，是源自於我們以信心與行為榮耀了神；

同時，神的榮耀，也是讓我們發自內心的讚美與託付。

如此，我們就是「藉由神來實現自我，並達成人生目標」。

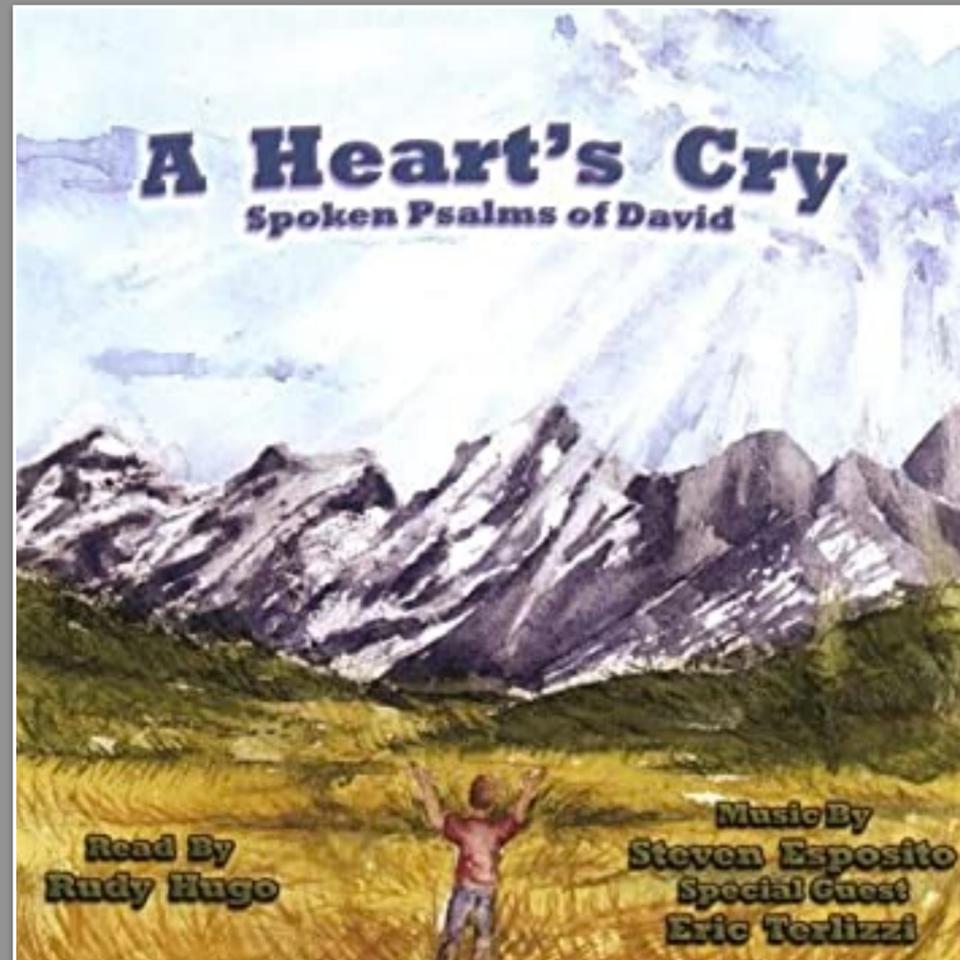
# 《詩篇》 朗誦與現代吟唱

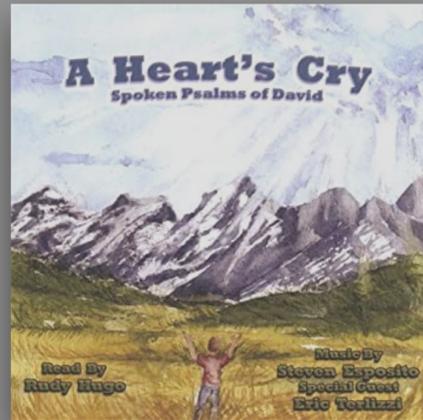
詩篇的朗誦示範(NIV by David Suchet)：《詩篇》 22章 - 23章



# 《詩篇》 朗誦與現代吟唱

音樂聲中的詩篇朗誦 《詩篇》





## 音樂聲中的詩篇朗誦 《詩篇》 23章、61章

### 23

The Lord is my shepherd; I shall not want.

2 He maketh me to lie down in green pastures: he leadeth me beside the still waters.

3 He restoreth my soul: he leadeth me in the paths of righteousness for his name's sake.

4 Yea, though I walk through the valley of the shadow of death, I will fear no evil:

for thou art with me; thy rod and thy staff they comfort me.

5 Thou preparest a table before me in the presence of mine enemies: thou anointest my

head with oil; my cup runneth over.

6 Surely goodness and mercy shall follow me all the days of my life: and I will dwell in the

house of the Lord for ever.

# 《詩篇》 朗誦與現代吟唱

詩篇的吟唱示範：《詩篇》23章



Hebrew Psalm 23



# 書目療法～詩歌體

認同

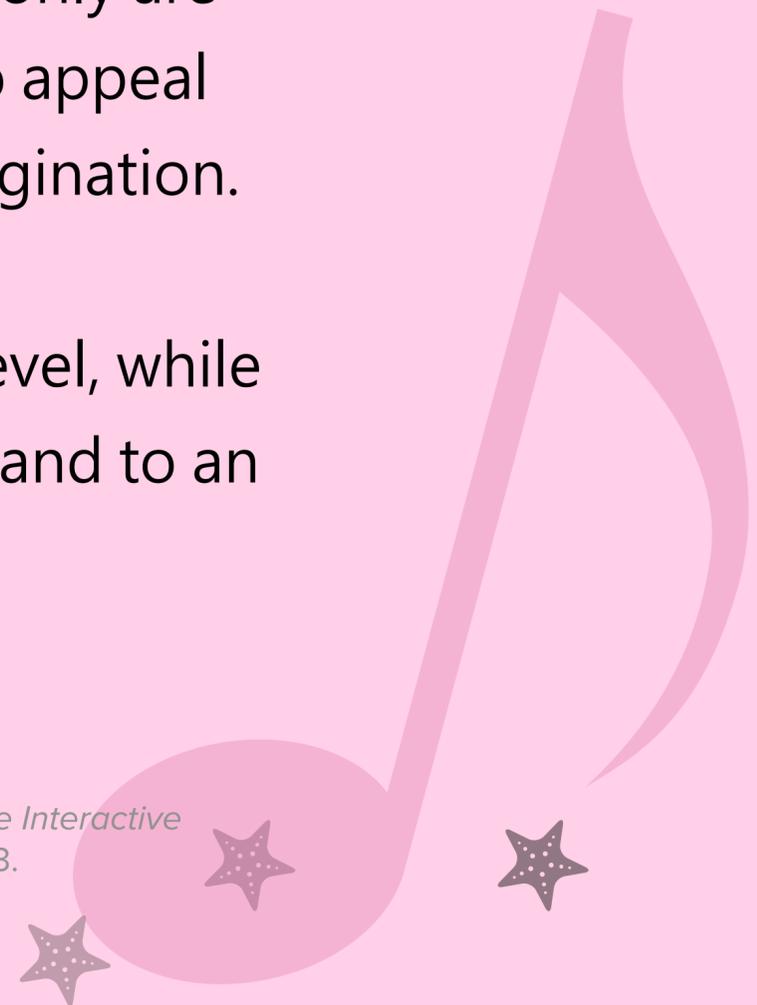
“Poetry is often the best tool with which to provide an ordered and condensed presentation of an experience to the broadest range of individuals. Not only are poems usually of a suitable length, but their images and metaphors tend to appeal simultaneously to the senses, emotion, and intelligence as well as to the imagination.

淨化

....  
Thus some participants will respond to the message and beauty on a literal level, while others in the same group will very quickly move on to the symbolic meaning and to an integration of the insights into their personal lives.”

領悟

Arleen McCarty Hynes and Mary Hynes-Berry, *Biblio/Poetry Therapy - The Interactive Process: A Handbook*. North Star press of St. Cloud, 1994. p.93.





認同

# 聖經書日療法～

詩篇 22-23 & 35

淨化

領悟

評定「療效」星等：



# 詩篇

*Psalms* 22-23 & 35

## 情緒療癒效用 回應記錄

認同

淨化

領悟

組類：123

評定「療效」星等：★★★★★



# 詩篇

22-23 & 35

以文學與神學視野的交融 思考

聖經書目療法之對應方法



# 詩篇

## PSALMS 22

בְּשִׁיר לְדָוִד

### 個人哀歌

問題 ( 疾病和靈性痛苦/14-15, 17-18 )

埋怨神 ( 我的神！為什麼離棄我？/1-2, 15c )

埋怨自己 ( 我是蟲，不是人/6-8 )

埋怨仇敵 ( 凡看見我的都嗤笑我/7-8,12-13,16 )

信靠 ( 3-5,9-10, 24, 26-31 )

祈求 ( 求你不要遠離我/11, 19-21 )

解決方案 ( 效法倚靠先祖之神/4-5 )

讚美誓願 ( 我要傳頌讚美祢名/22, 25 )

事奉誓願

訴諸歷史/神大能作為 ( 因聖潔而先祖倚靠/3-4 )

給詩人/以色列的神諭



認同

淨化

領悟



# 詩篇

## PSALMS 23

בְּשִׁמְחָה וְבַדְּבָרִים יִשְׂרָאֵל

### 個人哀歌

問題 ( 仇敵/5 )

埋怨神

埋怨自己

埋怨仇敵 ( 在我敵面前稱為我擺設筵席/5 )

信靠 ( 1-6 )

祈求

解決方案 ( 耶和華恩惠介入/5-6 )

讚美誓願

事奉誓願

訴諸歷史/神大能作為

給詩人/以色列的神諭



認同

淨化

領悟



# 信靠詩之真諦

- \* 信靠詩與感恩詩之重要差別在於：詩人信靠詩裡所表達的危機尚未解除，至少文內沒有解除的證據。
- \* 信靠詩之重要元素與精神：信靠的宣告，以及哀嘆之心；充滿將「度過危機」的信心。
- \* 「原來我們不是顧念所見的，你是顧念所不見的；因為所見的是暫時的，所不見得是永遠的。」(林後4:18;)
- \* 「信就是所望之事的實底，是未見之事的確據。」(來11:1)

# 詩篇

## PSALMS 23

בְּשֵׁם יְהוָה

### 信 靠

此篇詩人將整個生命，託付在  
耶和華牧者慈愛看顧中

**信靠的宣告** ( 耶和華是我牧者，我必不致缺乏，他使我躺臥  
在青草地/1-3 )

信靠的邀請

**信靠的基礎** ( 耶和華是我的牧者/1 )  
祈求

讚美的誓願

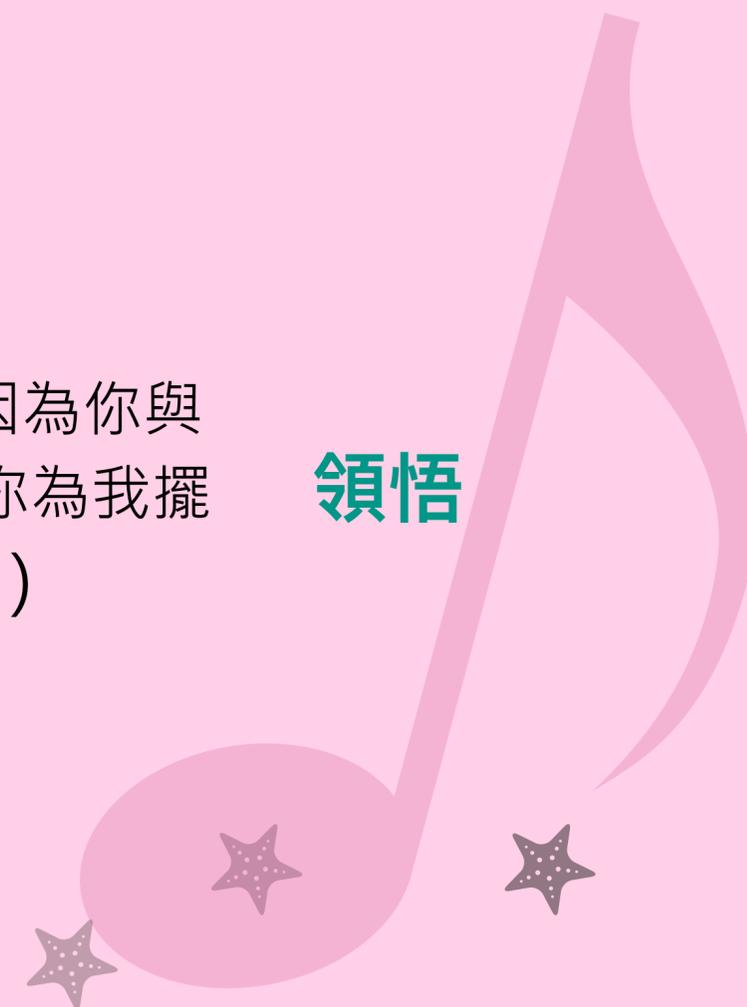
**內心的哀嘆** ( 我雖然行過死蔭幽谷，也不怕遭害，因為你與  
我同在；你的仗，你的竿，都安慰我。我在敵人面前，你為我擺  
設筵席。你用油膏了我的頭，使我的福杯滿溢/4-5 )



認同

淨化

領悟



# 感恩詩之真諦

- \* 感恩詩與哀歌兩極端之差別在於：危機已解除，回憶以往，內心充滿對神的恩典與憐憫深深感謝。
- \* 「正如任何一個正常人所知道的，我們靈性經驗分不在於這兩個極端之間，常常不是翱翔在這一端，就是徘徊在另一端。」
- \* 感恩詩含兩必備元素：詩人對危機的報告、陳述或宣告危機已除。因此，它最終仍引向讚美，甚至誓願。

# 詩篇

## PSALMS 18

812M1A29

### 感恩

引言 (我要求告當讚美的耶和華，這樣我必從仇敵手中被救出來/1-3, 6)

報告 (曾有死亡繩索繞我，匪類急流使我驚懼/4-5, 7-19)

聽見報告者

問題 (仇敵的敵意/3, 17, 47-48)

已完成的拯救 (祂從殿中聽我的聲音; 從高天伸手抓住我/6, 16-19, 43)

拯救之理由 (詩人的公義和遵守律法/20-24)

祈求

智慧/訓誨 (25-36)

結論讚美 (46-48)

讚美的誓願 (耶和華啊，因此我要在外邦中稱謝你/49)

讚美的邀請

獻祭的誓願



認同



淨化

領悟



# 咒詛詩之真諦

- \* 恐懼與抱怨是人性，基督徒得以在這樣的心靈架構中，不必擔心受怕，從紓解壓力中，重新出發。
- \* 咒詛詩不是復仇。它讓我們不會忽視這世界的殘暴，即使有憤怒，但卻必須講求神的公義與審判。

「親愛的弟兄，不要自己伸冤，寧可讓步，聽憑主怒；因為經上記著：  
主說：『伸冤在我，我必報應。』」（羅12:19）

# 詩篇

## PSALMS 35

בְּשִׁירֵי מַזְמֹרֹת 35

### 既哀且怨的 咒詛詩

問題 ( 逼迫與詭詐/1, 3, 20-21 )

埋怨神 (我所求的都歸到自己地懷中/13c-14 )

埋怨自己

埋怨仇敵 ( 兇惡的見證人起來/1, 3-8,11-17 )

信靠 ( 10, 24 )

祈求 ( 與我相爭的，求祢與他們相爭/1-8, 17, 19, 22-27 )

解決方案 ( 神的審判/4-10 )

讚美誓願 ( 我的舌頭要終日論說祢的公義/9-10, 18, 28 )

事奉誓願

訴諸歷史/神大能作為

給詩人/以色列的神諭



認同

淨化

領悟



# 發咒詛 不可行？

發咒詛的前提：

- \* 自己可曾遵守喜愛耶和華律法，可曾「合神心意」？
- \* 可以表達情緒，但不可犯罪。
- \* 我們並非先聖先賢，可有與公義相稱？
- \* 任何自己發出的咒詛的原因，神也審判我們的標準。

Do as you would be done by, and Be done by as you did.

聖經中每一個咒詛背後的理由：

「因你沒有聽從耶和華的命令，.... 所以今日耶和華向你這樣行。」(撒下28:18)

# 聲明：挑戰與免責

聖經書目療法運用於《詩篇》，療效如何？

對於不信者(unbelievers)，該如何在不具「神」與「讚美」的基礎下，  
產生認同，進而淨化，乃至領悟？

「但我們既有信心，正如經上記著說：『我因信，所以如此說話。』

我們也信，所以也說話。」(林後5:13)

「凡敬畏神的人，你們都來聽！我要述說他為我所行的事。」(詩篇66:16)