

## 第 90 篇

噢主，你是我們世世代代的庇護者。

在大地或世界出現前，  
你是神，沒開始或終結。

對於你，一千年就如昨天，來去迅速。

我們人類有一個很短暫的生命，  
我們的生命就像一聲嘆息消逝了。

我們的壽數不外七十年，  
或是強壯也不過是八十。

讓我們知道我們生命的短暫，  
使我們得到心的智慧。

在清晨，讓我們飽享你的慈愛。  
給我們所做的工作順利成功。

主，幫助我們了解我們生命的短暫，  
那麼我們可更明智地過活

## 第 91 篇

住在至高者保護下的人對主說：  
「你是我的庇護者，是我信靠的。」

主會掩護及保護你。你會在他翼下找到庇護。

你不會害怕任何夜間的驚嚇，  
也不會害怕白天的攻擊。

禍害不會襲擊你，瘟疫不會走近你的居所。

他為你吩咐他的天使  
在你行走的一切道路上保護你。

親愛的神，感謝你日夜的保護