

 SCAC 仕宣小組查經手冊



Psalms

詩篇掠影



附講道 CD



第一課 牧人詩篇 (廿三、廿四篇)

詩篇 23 篇 大衛以神為我們的大牧者，把屬祂的兒女比喻為羊。他的結論是：「我必不至缺乏！」，這包括了在物質、心靈上，今生及永世的供應。有主耶穌同在，祂知道及滿足我們的需要。

詩篇 24 篇 歌頌神，以勝利的王者身份駕臨，榮耀直達聖山，穿過城門進入聖所。使人想及主耶穌受死，又復活升天，將來還要再來的情景。

主耶穌是

- 好牧人，祂為我們捨命，使我們一同得著生命 (23 篇)
- 大牧人，祂成全我們，帶領得著安息，沒有缺乏 (24 篇)
- 要來的牧長，顯現時使我們因信靠事奉祂得榮耀 (24 篇)

一、好牧人為我捨命，使我得著生命

1. 主耶穌說：「我是好牧人，好牧人為羊捨命。」祂究竟為你做了甚麼事呢？

二、大牧人成全我們，使我們一無所缺 (詩 23:1-6)

1. 你是否會說：「主是我的牧人，我就不缺甚麼了」？主怎樣滿足你的需要呢 (詩 23:1) ？

2. 有主耶穌作為你的大牧人，詩 23:2-3 說到你享受著甚麼福氣呢？

3. 有主耶穌作為你的大牧人，詩 23:4 說到你享受著什麼福氣呢？

4. 有主耶穌作為你的大牧人，詩 23:5 說到你享受著什麼福氣呢？

5. 對你來說，「一生一世必有恩惠慈愛隨著我」有著甚麼特別意義呢 (詩 23:6) ？

結論:

我們所到之處，都見證著主是好牧人，大牧人對我們滿有恩惠慈愛，我們可以放心一生跟隨。

你可以分享上面所講到主是好牧人的一個經歷嗎？

二．牧長將來要顯現，使我得榮耀 (詩 24:1-10)

1. 歡迎榮耀王的人，登上耶和華的山，站在他的聖所，這些歡迎榮耀王的人有甚麼表現 (詩 24:1-6) ？

2. 那榮耀的王將要進入城門！詩人問：「榮耀的王是誰呢？」 (詩 24:7-10)

總結——按著「牧人之詩」，培養「牧養的心」

詩篇 23, 24 篇歌頌主耶穌基督是「大牧人」，帶領著我們，給我們安息，一無所缺。提醒大家預備迎接將會來的榮耀君王。唯有信靠牧長耶穌基督，等到祂再來之時，我們就得著榮耀。

*說到底，我們如何學習主耶穌大牧人牧養組員？

我們都需要有牧養的心，照顧弟兄姊妹。我們要多關懷弟兄姊妹日常的生活，留意他們的情況。與弟兄姊妹交心，彼此有事時，馬上就想起對方，用禱告帶領來到主耶穌大牧人面前，彼此扶持，一同領受主的恩惠。



第一課 牧人詩篇 (廿三、廿四篇)

詩篇 23 篇 大衛以神為我們的大牧者，把屬祂的兒女比喻為羊。他的結論是：「我必不至缺乏！」，這包括了在物質、心靈上，今生及永世的供應。有主耶穌同在，祂知道及滿足我們的需要。

詩篇 24 篇 歌頌神，以勝利的王者身份駕臨，榮耀直達聖山，穿過城門進入聖所。使人想及主耶穌受死，又復活升天，將來還要再來的景象。

主耶穌是

- 好牧人，祂為我們捨命，使我們一同得著生命 (23 篇)
- 大牧人，祂成全我們，帶領得著安息，沒有缺乏 (24 篇)
- 要來的牧長，顯現時使我們因信靠事奉祂得榮耀 (24 篇)

經文研討 (詩篇 23:1-6 ; 24:1-10)

一 . 好牧人為我捨命，使我得著生命

1. 主耶穌說：「我是好牧人，好牧人為羊捨命。」祂究竟為你做了甚麼事呢？

主耶穌是我們的「好牧人」，祂是聖潔獨一的神，甘願降生世上。祂一生沒有犯罪，經歷極大痛苦，甘願犧牲受死，像重刑罪犯被釘在十字架上，完全是為了救贖我們脫離罪的細鎖。主耶穌是我們的「好牧人」，祂認識我們，照顧我們的生活無缺，使我們的生命改變，活得比以前更加精彩豐富。

二 . 大牧人成全我們，使我們一無所缺 (詩 23:1-6)

1. 你是否會說：「主是我的牧人，我就不缺甚麼了」？主怎樣滿足你的需要呢 (詩 23:1) ？

世上的名利財富只是短暫的，不能真正滿足我們的心。主是我們的牧人，主的心意原是要我們飽足，也知道我們的需要，祂沒有留下一樣好處不給我們。不但在物質上供應我們，在靈性上也帶領我們。

這不是說我們沒有需要。我們帶著感恩的信心，向主支取一切所需，與主的生命連在一起，我們就一無所缺。

2. 有主耶穌作為你的大牧人，詩 23:2-3 說到你享受著甚麼福氣呢？

我們一生雖然仍要努力經營，但是心內卻不會擔憂缺乏。在主裡能享受主賜予的身、心、靈益處。我們的一生是向著神所定的永恆進發；主使我們的靈性甦醒，引領我們，幫助我們行在義路之上，榮耀祂的名。

3. 有主耶穌作為你的大牧人，詩 23:4 說到你享受著什麼福氣呢？

人生的境遇有時像「死蔭的幽谷」，可是我們的大牧人並不帶領我們迴避，祂仍要領著我們，一同經過其中，保護幫助我們，甚至從經歷中得著益處。

4. 有主耶穌作為你的大牧人，詩 23:5 說到你享受著什麼福氣呢？

神總給我們足夠的能力，去應付一切；更為我們能抵擋敵人或攻擊我們的人或景況，成為我們的祝福，神鼓勵我們及為我們慶祝。

5. 對你來說，「一生一世必有恩惠慈愛隨著我」有著甚麼特別意義呢（詩 23:6）？

我們偶然或會失敗，對主信心不足，落入靈性低潮之中；主的「恩惠」把我們挽回過來，祂的「慈愛」使我們從灰心痛苦中再

站起來。主應許祂的恩愛不會離開我們，一直幫助我們走向永恆天家。

回望一生中的歡笑和悲傷時刻，我們才發現，主的恩愛扶持都把任何環境，化成了美好的經歷，使我們滿心感恩。

結論：

我們所到之處，都見證著主是好牧人，大牧人對我們滿有恩惠慈愛，我們可以放心一生跟隨。

你可以分享上面所講到主是好牧人的一個經歷嗎？

三．牧長將來要顯現，使我得榮耀（詩 24:1-10）

1. 歡迎榮耀王的人，登上耶和華的山，站在他的聖所，這些歡迎榮耀王的人有甚麼表現（詩 24:1-6）？

我們歡迎榮耀王的人，就要敬虔過日，手潔心清，不向虛妄，起誓不懷詭詐的人。以信心尋求神和祂可喜悅的心意。在世人眼中，我們往往好像不熱衷名利。因我們時時敬畏主、就能開放胸懷、言行一致、在生活上不怕吃虧。

2. 那榮耀的王將要進入城門！詩人問：「榮耀的王是誰呢？」 (詩 24:7-10) ?

榮耀的王是有力有能的耶和華，在戰場上有能的耶和華。主耶穌就是這位榮耀的王。

當主耶穌在世上歷盡了苦難，戰勝了罪惡、魔鬼和死亡，從死裡復活、升天，坐在天上的寶座，顯明了祂是榮耀的王，祂將要再回來世上。

現在我們以跟隨祂為榮，暫時的憂愁要變為永久的歡樂，所受的勞苦將要得到賞賜。我們讓祂先在心中作王，使我們每天充滿力量地生活，期待主的回來。

總結——按著「牧人之詩」，培養「牧養的心」

詩篇 23, 24 篇歌頌主耶穌基督是「大牧人」，帶領著我們，給我們安息，一無所缺。提醒大家預備迎接將會來的榮耀君王。唯有信靠牧長耶穌基督，等到祂再來之時，我們就會得著榮耀。

*說到底，我們如何學習主耶穌大牧人牧養組員？

我們都需要有牧養的心，照顧弟兄姊妹。我們要多關懷弟兄姊妹日常的生活，留意他們的情況。與弟兄姊妹交心，彼此有事時，馬上就想起對方，用禱告帶領來到主耶穌大牧人面前，彼此扶持，一同領受主的恩惠。



第二課 詩篇四十二至四十三篇

經文背景——可拉後裔的訓誨詩

可拉本是利未人，曾攻擊摩西，受到神的審判。但神留下可拉的後人服侍神，成為詩篇的作者，或是唱詩的人，讚美神的慈愛和憐憫。

四十二與四十三兩篇的內容相仿，是詩人流浪的時候，心中渴想神和祂的殿；又因惡人的譏諷向神呼求。因為遇到了不幸的事，心中非常苦悶，所以向神問了十次「為何」會有這遭遇。這也正是我們在信心路上，摸不著前路，所要問的問題。

一． 渴想和思念神 (詩 42:1-5)

1. 詩人表達渴想切慕的是甚麼呢 (詩 42:1-2) ?

2. 詩人有甚麼好傷感呢？你可有類似經歷 (詩 42:3-4) ?

3. 詩人的心情「憂悶」；但他是怎樣回復過來的呢 (詩 42:5) ?

二． 記念神的慈愛 (詩 42:6-11)

詩人再度發出對神渴想的呼聲。約旦地是指以色列人居住的迦南地方；黑門嶺位於以色列北部；米薩山是黑門山的一個支嶺，人登上黑門嶺，可遙望以色列全境。可能是詩人流浪去過的地方，離開了聖城，回想過去的敬拜，加倍渴望與悲傷。

1. 當你感覺憂悶或煩躁時，你如何解困呢？作者提示了甚麼可行的方法 (42:6-8) ?

2. 詩人仍在向神問著「為何」，這裡提到「磐石」和「敵人」，這告訴你詩人的信心有甚麼轉向 (詩 42:9-10) ?

三． 以敬拜神來解決心情煩悶，抵擋仇敵攻擊 (詩 43:1-5)

四十二篇顯出詩人愈來愈信賴神，低沉的情緒卻與不斷禱告交替出現，心情顯得平靜多了。這兩篇詩中的副歌 (我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因他笑臉幫助我，我還要稱讚他 42:5、42:11，43:5)，第三度出現時，充滿了把握。環境沒有改變，但他已經勝券在握。

1. 人說到「我就走到神的祭壇，到我最喜樂的神那裏。」神給了他甚麼喜樂的理由 (詩 43:4 上) ?

2. 我們面對憂鬱煩惱的困境，可以學習詩人對自己的心說話（42:5、11；43:5）。你會說些甚麼？你又會怎樣稱讚神？

結論：

在困境絕望中，我們若是容讓心裡煩躁，就聽不進神的聲音。敵人的惡言更會把我們推入谷底。這時我們要向自己的心宣講：「我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因他笑臉幫助我，我還要稱讚他 42:5」。

此外教會就是神的祭壇，我們要竭力在教會聚會，集體敬拜神，使我們能互相支持，得著力量。黑夜是天明的必經的時段；當遇上不如意事，難以應付時，我們仰望神，等候祂，全然交託於主，深信神的慈愛公義永存。



第二課 詩篇四十二至四十三篇

經文背景——可拉後裔的訓誨詩

可拉本是利未人，曾攻擊摩西，受到神的審判。但神留下可拉的後人服侍神，成為詩篇的作者，或是唱詩的人，讚美神的慈愛和憐憫。

四十二與四十三兩篇的內容相仿，是詩人流浪的時候，心中渴想神和祂的殿；又因惡人的譏諷向神呼求。因為遇到了不幸的事，心中非常苦悶，所以向神問了十次「為何」會有這遭遇。這也正是我們在信心路上，摸不著前路，所要問的問題

經文研討 (詩 42:1-11 ; 43:1-5)

一 . 渴想和思念神 (詩 42:1-5)

1. 詩人表達渴想切慕的是甚麼呢 (詩 42:1 -2) ?

詩人流亡在外，到處奔走，渴望尋找神，就如鹿四處尋找水源一樣，來維持生命；有了神才能得著滿足。詩人在生活中不可能沒有神，神是永活的泉源，不是泥雕木塑的死物。他渴望重回故鄉，能在聖殿中事奉神。

2. 詩人有甚麼好傷感呢？你可有類似經歷 (詩 42:3-4) ?

「以眼淚當飲食」是表示非常痛苦的情況，因為不信神的人譏笑挖苦信徒，妄指主是無情和甚至不存在。詩人又回想過去怎樣和大家一起敬拜神，而現在卻是孤身寂寞，心焦悲傷。心裡盼望再有機會，重溫往日一起敬拜和事奉神的歡樂。

3. 詩人的心情「憂悶」，但他是怎樣回復過來的呢 (詩 42:5) ?

詩人的心情跌下谷底，感到憂悶煩躁，但他選擇對自己說，要以神為生命的第一位，等候神，把事情交託給祂，靜心觀看神的作為。而奇妙的是，雖然沒有聖殿，卻仍看見神的笑臉，成為生活力量與喜樂；在流淚中，更看得見神的幫助，使人不得不稱讚神的救恩。

二 . 記念神的慈愛 (詩 42:6-11)

詩人再度發出對神渴想的呼聲。約旦地是指以色列人居住的迦南地方；黑門嶺位於以色列北部；米薩山是黑門山的一個支嶺，人登上黑門嶺，可遙望以色列全境。這些可能是詩人流浪、去過的地方，離開了聖城，回想過去的敬拜，加倍感到渴望與悲傷。

1. 當你感覺憂悶或煩躁時，你如何解困呢？詩篇作者提示了甚麼可行的方法 (詩 42:6-8) ?

心中憂悶的時候，要回想神過去怎樣垂聽禱告，便可滿心盼望神將來也必一樣垂聽。

然而，追想往事不如信心肯定抓著神的手，只須知道「波浪洶湧」都是出於神的安排，是祂准許「漫過我身」，為要成就祂的心意，就能安心順從。雖然，壓力未必有減輕，但情緒卻有了堅強的信心為支柱，在黑夜中歌唱，白晝神必施慈愛，這樣感受就會截然不同。

2. 詩人仍在向神問著「為何」，這裡提到「磐石」和「敵人」，這告訴你詩人的信心有甚麼轉向 (詩 42:9-10) ?

遇到不明白的事，只有繼續向神詢問，盼望神會告訴我們。信心和實況總會使我們的內心感到掙扎。就如詩人一方面說神是「磐石」，即是說是他的倚靠，但接著立刻說：「你為何忘記我？」這些負面的感覺和意念往往是從仇敵來的，因詩人憑著信心靠近神，可分辨心思意念和聲音的來源，他已發現，是「敵人」在說「你的神在哪裡」。攻擊既是出於惡人，就自有神代為對付；就有喜樂稱讚祂。

三．以敬拜神來解決心情煩悶，抵擋仇敵攻擊

（詩 43:1-5）

四十二篇顯出詩人愈來愈信賴神，低沉的情緒卻與不斷增強的正面禱告交替出現，心情顯得平靜多了。

這兩篇詩中的副歌（我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因他笑臉幫助我，我還要稱讚他 42:5、42:11，43:5），第三度出現時，充滿了把握。環境沒有改變，但他已經勝券在握。

1. 詩人說到「我就走到神的祭壇，到我最喜樂的神那裏。」神給了他甚麼喜樂的理由（詩 43:4 上）？

神是公義的，我們可求神伸冤（43:1）；
 神替我們作辯護，我們可求祂辨屈（43:1）；
 我們並可求神幫助脫離詭詐不義（43:1）；
 神賜給力量（43:2）；
 我們可求神發出光亮和真理，神會施予拯救（43:3）；
 我們亦可請求神的引導（43:3）；
 神賜人喜樂（43:4）；
 神配受讚美（43:4）；
 神是人所仰望的（43:5）。

2. 我們面對憂鬱煩惱的困境，可以學習詩人對自己的心說話（42:5、11；43:5）。你會說些甚麼？你又會怎樣稱讚神？

結論：

在困境絕望中，我們若是容讓心裡煩躁，就聽不進神的聲音。敵人的惡言更會把我們推入谷底。這時我們要向自己的心宣講：「我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因他笑臉幫助我，我還要稱讚他 42:5」。

此外教會就是神的祭壇，我們要竭力在教會聚會，集體敬拜神，使我們能互相支持，得著力量。黑夜是天明的必經的時段；當遇上不如意事，難以應付時，我們仰望神，等候祂，全然交託於主，深信神的慈愛公義永存。



第三課 詩篇五十一篇

經文背景： 大衛犯罪與神的赦罪
(參 撒下 11 : 1 - 12 : 31)

在大衛的領導下，以色列國力和疆界，盛極一時。但就在這時，大衛的眼睛為他的晚年帶來無窮的禍患。竟不顧一切與戰場勇士烏利亞的妻子，發生了關係，繼而有了孽胎。大衛本擬召回烏利亞，好使移花接木，讓事情掩飾過去；怎知烏利亞正直忠耿，決不回家與妻子休息，於是，大衛的計謀失敗了，利用權位狠心策劃了殺人陷阱，烏利亞被派往戰場險地，終於戰死；拔示巴被大衛收納為妃。

大衛與拔示巴同室一年之後，仍無悔罪之心。最後，還是神藉著先知拿單揭穿大衛的陰謀。當拿單設下比喻提醒他之後，大衛對拿單說：「我得罪了神！」拿單說：「耶和華已經除掉你的罪，你必不至於死。」大衛跟拔示巴所生的兒子，因病死去，極大的禍患將會臨到大衛家了！

大衛的優點就是願意向神認罪，他寫下詩篇，向神認罪悔改，祈求饒恕，交給聖殿負責敬拜的人（伶長），譜上了曲調，帶領眾人一起唱頌流傳。

這是七篇「懺悔詩」中的第四篇，標題為「大衛與拔示巴同室以後，先知拿單來見他；他作這詩，交與伶長。」詩中所探索的不僅是罪愆的深度，亦是神的救恩所及的極處。詩中訴說著罪的可怕，大衛沒有出路，只有向神認罪，祈求神不丟棄，並且恢復他的靈性，使他重得喜樂。因著他個人得救，更盼望竭力事奉神，使民眾也得著益處。

經文研討 (詩 51 : 1 - 19)

一．抓住神的慈愛，求神赦免 (詩 51 : 1 - 2)

1. 大衛憑甚麼向神祈求赦免？

二．我知道罪非常可怕 (詩 51 : 3 - 5)

1. 為何大衛認為他惟獨得罪了神？

2. 若如大衛所說, 人未出生或從小就已被罪污染, 那麼, 犯罪就似是理所當然的, 又為何要對犯罪負責呢？

3. 你對罪抱有怎樣的態度？面對罪的時候, 你會著緊去對付嗎？

三．抓住神的慈愛, 求神更新 (詩 51 : 6 - 12)

1. 「牛膝草」如何用來潔淨罪人？

2. 從詩中第六至九節, 大衛向神求取些甚麼？對他又有甚麼實際好處呢？

3. 既然大衛已求神赦免他的罪了, 為何還要求神創造一個清潔的心與更新正直的靈呢？

4. 大衛恐懼神的靈會離開他嗎？你也有同樣憂慮嗎？

四 . 重得赦免，我要事奉神 (詩 51 : 13 -19)

1. 大衛蒙神赦罪恩典，表現了甚麼改變的行動？

2. 何謂「憂傷的靈」和「痛悔的心」？為甚麼這被視為一項獻予神的祭品？

總結——獲神赦罪，踏上康復之路

1. 神怎樣饒恕了我們？你又怎去回應？

2. 大衛能大膽向神祈求赦免，你又會向神求甚麼去幫助你的生命成長呢？

3. 在你的信仰生命中，你可有以事奉神為目標？你打算奉獻甚麼為神所用呢？



第三課 詩篇五十一篇

經文背景： 大衛犯罪與神的赦罪
(參撒下 11 : 1 - 12 : 31)

在大衛的領導下，以色列國力和疆界，盛極一時。但就在這時，大衛的眼睛為他的晚年帶來無窮的禍患。竟不顧一切與戰場勇士烏利亞的妻子；發生了關係，繼而有了孽胎。大衛本擬召回烏利亞，好使移花接木，讓事情掩飾過去；怎知烏利亞正直忠耿，決不回家與妻子休息，於是，大衛的計謀失敗了，利用權位狠心策劃了殺人陷阱，烏利亞被派往戰場險地，終於戰死；拔示巴被大衛收納為妃。

大衛與拔示巴同室一年之後，仍無悔罪之心。最後，還是神藉著先知拿單揭穿大衛的陰謀。當拿單設下比喻提醒他之後，大衛對拿單說：「我得罪了神！」拿單說：「耶和華已經除掉你的罪，你必不至於死。」大衛跟拔示巴所生的兒子，因病死去，極大的禍患將會臨到大衛家了！

大衛的優點就是願意向神認罪，他寫下詩篇，向神認罪悔改，祈求饒恕，交給聖殿負責敬拜的人（伶長），譜上了曲調，帶領眾人一起唱頌流傳。

這是七篇「懺悔詩」中的第四篇，標題為「大衛與拔示巴同室以後，先知拿單來見他；他作這詩，交與伶長。」詩中所探索的不僅是罪愆的深度，亦是神的救恩所及的極處。詩中訴說著罪的可怕，大衛沒有出路，只有向神認罪，祈求神不丟棄，並且恢復他的靈性，使他重得喜樂。因著他個人得救，更盼望竭力事奉神，使民眾也得著益處。

經文研討 (詩 51 : 1 - 19)

一．抓住神的慈愛，求神赦免 (詩 51 : 1 - 2)

1. 大衛憑甚麼向神祈求赦免？

大衛還沒提自己的罪的時候，就先說神的「慈愛憐恤」。大衛儘管不配，卻知道自己仍屬於神。

神塗抹我的過犯，我不再被罪所控訴；(詩 51 : 1)

神將我的罪孽洗除淨盡，像將一件骯髒衣服，污穢洗除淨盡 (詩 51 : 2)。

罪不單沾染人的外表,同時也將整個人的心靈污穢了。假冒為善的人,只求刷洗外面,但真心悔改的人,會向神祈求:「將我的罪孽洗除淨盡。」

二. 我知道罪非常可怕 (詩 51:3-5)

1. 為何大衛認為他惟獨得罪了神?

任何情形下的犯罪都是違背神教導人的生活原則,最終人得罪的還是神。我們至終必須面對神的審判。

2. 若如大衛所說,人未出生或從小就已被罪污染,那麼,犯罪就似是理所當然的,又為何要對犯罪負責呢?

大衛不是推卸罪責,是表明生來就有犯錯傾向,生活沒有一天不受罪惡的影響。而且;犯罪的責任不能推在他人身上,因為全是發自內心。他不但需要神赦罪,更需要神的靈更新改變。

3. 你對罪抱有怎樣的態度?面對罪的時候,你會著緊去對付嗎?

罪很可怕,無處不在,纏擾人的思緒,不斷指控人,在生活上也是防不勝防,若不及時制止,就會不可收拾,人根本不能想像犯罪的敗壞利害程度。

罪使人的靈性變得軟弱,像生病一樣,我們要靠聖靈力量,敏銳於罪的引誘攻擊,犯錯就要向神承認,並交代悔過,信靠神必會拯救。

三. 抓住神的慈愛,求神更新 (詩 51:6-12)

1. 「牛膝草」如何用來潔淨罪人?

以色列人在曠野,有人患上癲瘋病得醫治。患病者要藉祭司獻上贖罪祭牲,用牛膝草蘸祭牲的血,灑在康復者的身上,象徵病得醫治,罪得赦免,可以重回信仰群體,與眾人一起敬拜上主。(利 14:6-7) 大衛向神禱告,說自己犯罪,就像無藥可救的大癲瘋病人一樣。唯有神可以醫治、赦免、潔淨,使他得拯救,重新回到神的百姓當中。

2. 從詩中 51:6-9 大衛向神求取甚麼?對他又有甚麼實際好處呢?

大衛懇求神賜他內裡誠實,得到潔淨,並且使他能再歡喜快樂,更求神不再記念他的罪。他向神懇求,隱秘處能夠得到敬畏神的聰明智慧。他懇求神掩面不看他的罪(詩 51:9),而不是掩面不看他這個罪人。求神給他完全的潔淨,不再留下記錄。

3. 既然大衛已求神赦免他的罪了,為何還要求神創造一個清潔的心與更新正直的靈呢(51:10-12)?

神不但潔淨人的心,而且在兒女心中造一顆新心;就如以西結先知所記:「我也要賜給你們一個新心,將新靈放在你們裡面...」(結 36:26)。心靈的改變祈求寬恕的同時,也要祈求心靈的更新和成聖。大衛求「正直的靈」或作「堅定的心」是指堅定的信念,堅守順服。每個人祈求有全新的思想品德。

4. 大衛恐懼神的靈會離開他嗎？你也有同樣憂慮嗎？

原本大衛是親近神的，神的靈與他同在。但是因為他犯罪的緣故，聖靈就像離他很遠。所以大衛向神求赦罪，祈求不要失去聖靈的引導 (弗 4:30)。他雖仍要面對犯罪的後果，但他重新獲得喜樂。不再懼怕與神分離。

小結： [大衛因罪痛苦，失去快樂的心，然而，他認識神的公義和慈愛，遂求神使他恢復過來，讓他重新有喜樂和能力。大衛求聖靈同在，好讓他心靈有力，從新得力為主作工。大衛知道「喜樂」和「樂意」是事奉最大的動力，人若失去裡面的動力，就不能作甚麼了。]

四．重得赦免，我要事奉神 (詩 51 : 13-19)

1. 大衛蒙神赦罪恩典，表現了甚麼改變的行動？

大衛得蒙神赦罪恩典，開口頌讚神，而且對別人關心有責，盼望同被罪壓傷的人，也可領受神赦罪之恩，開口頌讚神。現在讚美神的話在他口中。

先蒙赦罪，向神獻祭獻上禮物，表示尊崇、敬畏、愛慕親近敬拜神，嚮往做神喜悅的三件事：

- ❖ (宣講 Proclaim) 指教罪人歸向神
- 與人分享失敗更新見證，述說神的作為，讓人聽聞福音。
- ❖ (頌讚 Praise) 唱詩讚美神，傳揚神的作為
- 以口唱心和向神頌讚，使旁人也感受動力心靈，同來敬拜神。
- 凡事存感恩的心。

❖ (禱告 Pray) 為全城、全國祈求平安

- 為全體群眾和自己個人作祈求
- 像大衛求神善待「錫安」城；不讓仇敵趁機會攻進來，不使教會受到傷害。

2. 何謂「憂傷的靈」和「痛悔的心」？為甚麼這被視為一項獻予神的祭品？

「憂傷的靈」「痛悔的心」是認識個人善行絕不可以拯救人於罪中，要全然倚靠聖靈賜予能力，好讓我們能有憂傷、痛悔與謙卑的心，不斷在生活上憑信而行。沒有企圖以文筆掩飾，深深厭惡自己的罪。同時也求心靈的清潔。

神喜悅人心中愛祂並對罪恨惡，這勝過人獻上燔祭。凡獻上憂傷的靈，痛悔的心，就必得著從主赦罪的喜樂。「哀慟的人有福了，因為他們必得安慰」 (太 5 : 4)。

總結——獲神赦罪，踏上康復之路

1. 神怎樣饒恕了我們？你又怎去回應？

神主動去找罪人，大衛坦承罪過，神塗抹我的過犯，我不再被罪所控訴；(詩 51 : 1)
神將我的罪孽洗除淨盡，將污穢洗除淨盡 (詩 51 : 2)。

從《主禱文》中領略赦罪原則：

- 求免債和不落入試探，脫離兇惡

2. 大衛能大膽向神祈求赦免，你又會向神求甚麼去幫助你的生命成長呢？

每天都「得見神的面」，求有聖靈同在，「得著神的靈」，心中有「正直的靈」，心靈得力，能帶著喜樂，從新得力，面對將來的抉擇，懂得擇善棄惡，體貼神的心意，不隨從自己的私慾，甘心樂意為神做事。

3. 在你的信仰生命中，你可有以事奉神為目標？你打算奉獻甚麼為神所用呢？

傳揚 (Preach) ——指教有過犯的人

頌讚 (Praise) ——歌唱傳揚神

祈禱 (Pray) ——時刻禱告神

結論：

有些以色列人存心虛偽，以為只要獻上牛隻為贖罪祭，就可以放心去犯罪。神並不需要人獻上「祭物」，神要的是人的誠實認罪，憂傷自卑，這就是神所喜悅的祭：

求神赦免
求神更新
事奉神



第四課 詩篇七十三篇

經文背景亞薩的詩

詩篇 73 至 83 篇，稱為「亞薩的詩」。亞薩是聖殿詩班的創始人之一。「大衛和眾首領分派亞薩、希幔並耶杜頓的子孫彈琴、鼓瑟、敲鈸、唱歌」(代上 25:1)。

主題引言

在本篇詩的開頭，亞薩依據人的觀點角度看人生世事，感到困惑不安，選擇「做義人」甚不化算；因為惡人興旺，義人反而遭受患難。神的安排像是那麼不公道？這樣，他的信心產生危機，他說：「我的腳險些滑跌」。

後來，他就進到神的聖所裡，再從神的角度來看世上的事情。方知道惡人的結局終是滅亡，義人的結局是享受神的眷顧和平安。

亞薩重申「做義人」還是化算值得的。他還宣告：神實在恩待那些清心的人，親近神果然是有益的。心內重得真正的平安。

經文研討 (詩 73 : 1-28)

一 . 亞薩對神的認信 (詩 73 : 1)

1. 怎樣才是「清心」呢？

2. 為甚麼亞薩以「神實在恩待以色列那些清心的人」作本詩的開頭？

二 . 亞薩的信心面對極限考驗 (詩 73 : 2-14)

1. 亞薩感到心懷不平，是甚麼原因嗎？

2. 你有遇到亞薩描述的惡人情況嗎？你的當時反應又是如何呢？

三 . 亞薩選擇親近主，信心得勝 (詩 73 : 15-28)

1. 為甚麼亞薩提醒自己不要直說出心裡所想？為何「就是以奸詐待神的眾子」(73:15)？

2. 亞薩是如何從困惑疑問中得到突破？他又找著甚麼答案？(7:17-24)

3. 你有類似亞薩「幾乎失閃，險些滑跌」的經歷嗎？從他的答案中，你得著甚麼幫助？

總結——遠離或親近神的抉擇

1. 從 73:15-28 看你的「真平安」又是甚麼呢？

2. 你追求永遠的福分還是短暫的福分呢？ (73:25-27) 你如何追求永遠的福分呢？

結論：

亞薩終於明白，在這世上總是有惡人通達，義人卻多受痛苦的，決不是憑著人的知識所能瞭解。

亞薩在聖所與神相會，得著真平安，他明白到：

- 世界的平安很吸引人，使人妒忌不平，甚至起貪婪之心，但人生並不是追求一個無疾而終的結局
- 親近神，是大有益處；主是我們至愛至寶，願意放下一切，為要得著主
- 在身體衰殘時，神是我們的力量，攙扶我們同走天路，直到永遠的榮耀。
- 我們要數算及述說神的祝福，使眾人得著鼓勵。



第四課 詩篇七十三篇

經文背景亞薩的詩

詩篇 73 至 83 篇，稱為「亞薩的詩」。亞薩是聖殿詩班的創始人之一。「大衛和眾首領分派亞薩、希幔並耶杜頓的子孫彈琴、鼓瑟、敲鈸、唱歌」(代上 25:1)。

主題引言

在本篇詩的開頭，亞薩依據人的觀點角度看人生世事，感到困惑不安，選擇「做義人」甚不化算；因為惡人興旺，義人反而遭受患難。神的安排像是那麼不公道？這樣，他的信心產生危機，他說：「我的腳險些滑跌」。

後來，他就進到神的聖所裡，再從神的角度來看世上的事情。方知道惡人的結局終是滅亡，義人的結局是享受神的眷顧和平安。亞薩重申「做義人」還是化算值得的。

他還宣告：神實在恩待那些清心的人，親近神果然是有益的。心內重得真正的平安。

經文研討 (詩 73 : 1-28)

一．亞薩對神的認信 (詩 73 : 1)

1. 怎樣才是「清心」呢？

「清心」就是純潔的心。當人看重物慾享受，勝過與神的關係，就會失去它。

「清心」是寧靜的心，心情不容易被環境擾動，不被世界事物敗壞。「清心的人」等候、依靠神，環境變遷，依然對神倚靠，並且尋求跟隨祂。「清心的人有福了，因為他們必得見神」(太 5 : 8)。

2. 為甚麼亞薩以「神實在恩待以色列那些清心的人」作本詩的開頭？

本節可以說是全篇結論。神是恩待清心的人。詩人從他懷疑神到遇見神的經歷中(73:2-28) 証實信神的人，可以放心倚靠祂。

二．亞薩的信心面對極限考驗 (詩 73 : 2-14)

1. 亞薩感到心懷不平，是甚麼原因嗎？

亞薩觀察惡人，有兩件關於惡人的事令他不安：一是境遇通達，二是為人狂傲。他又自問為何自己雖是謙卑良善，但境遇卻總是坎坷不平他的信仰到底帶來了甚麼好處？所以他說：「我實在徒然潔淨了我的心，徒然洗手表明無辜」。他在問為甚麼好人並沒有好報，所得的報應只是痛楚和苦難？

2. 你有遇到亞薩描述的惡人情況嗎？你的當時反應又是如何呢？

看見狂傲人升高，少不免心懷不平，或是嫉妒羨慕。許多惡人臨離世的時候，並沒有特別痛苦驚慌。惡人或有今生的優越生活，將來卻要面對永遠的痛苦。信徒可能一生多經患難；然而，神的同在常安慰我們。

三．亞薩選擇親近主，信心得勝 (詩 73 : 15-28)

1. 為甚麼亞薩提醒自己不要直說出心裡所想？為何「就是以奸詐待神的眾子」(73:15)？

亞薩確親眼看見、親身體驗惡人橫行的事實，與神賞善罰惡的原則不符(「怎能明白這事」)，在信心上總是不能協調(「眼看實係為難」)。他仍然能顧及與他一起的信眾，不意氣用事，口出惡言(詩 73 : 11)，而導致其他人聽後失去信心離棄神，將許多人絆倒了(「以奸詐待你的眾子」)，後果是不堪設想，也是神不容許的。

2. 亞薩是如何從困惑疑問中得到突破？他又找著甚麼答案？ (7:17-24)

亞薩進入寧靜的聖所內，向神傾訴，神賜給他解決問題的答案，使他心內疑雲盡散。他明白到惡人不論怎樣興旺，處境是極不穩定的，隨時都可能墜落跌倒。而且，到最後神必審判，惡人至終滅亡 (詩 73:19)。

亞薩進到神面前，安靜思想神在他生命上所行的事；細數主恩，明白有神同在，比世上一切都寶貴 (詩 73:23) 只有神才可領他平安走崎嶇的世途，最後且能進入神的榮耀裡 (73:24)。

3. 你有類似亞薩「幾乎失閃，險些滑跌」的經歷嗎？從他的答案中，你得著甚麼幫助？

會經過可怕的經驗，就再不敢貿然在「滑地」上行走了。知神安排的路雖然狹小崎嶇，祂必會「攙著」我們，也必以祂的「訓言引導」我們。就不會因愚昧而迷失。對神的信心更堅定，不要只單看環境，與人比較，要「仰望為我們信心創始成終的主耶穌，奔那擺在前面的路程」(參來 12:1-2)。

總結——遠離或親近神的抉擇

1. 從 73:15-28 看你的「真平安」又是甚麼呢？

世人一味追逐世界平安，不能持續到永恆。真平安只可在神裡面找得到，主耶穌基督是我們的至愛至寶。萬事都是美好的，只是不可阻礙我們愛主的心；我們要「放下」是為了「得著」主。

我們身體會衰殘，心靈會衰敗，但主仍是我們的力量，是我們的福分。年歲漸長，更應珍惜神所賜的力量，數算神的祝福 (7:25-26)；更要述說神的作為，為神作見證，把神的福氣傳給有需要的人 (7:28)。

2. 你追求永遠的福分還是短暫的福分呢？(73:25-27) 你如何追求永遠的福分呢？

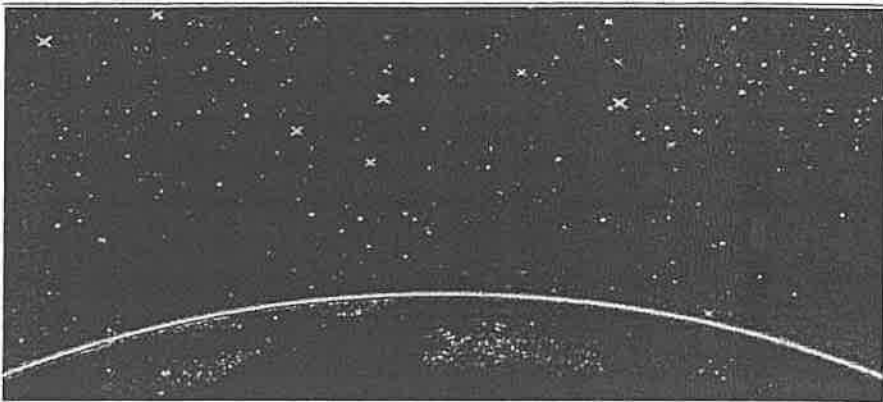
在世享樂不能帶到生命完結之後，亦可隨時失去，轉眼成空。永遠的福分源於愛慕神。詩人常常回到神面前，他曾經

- 進入神聖所著
- 常與神同在
- 親近神得益
- 以信尋知，等候聖靈光照，尋求人生答案。

結論：

亞薩終於明白，在這世上總是有惡人通達，義人卻多受痛苦的問題，決不是憑著人的知識所能瞭解。亞薩在聖所與神相會，得著真平安，他明白到：

- 世界的平安很吸引人，使人妒忌不平，甚至起貪婪之心，但人生並不是追求一個無疾而終的結局。
- 親近神，是大有益處；主是我們至愛至寶，願意放下一切，為要得著主。
- 神是我們的福分，在身體衰殘時，神是我們的力量，攙扶我們同走天路，直到永遠的榮耀。
- 我們要數算及述說神的祝福，使眾人得著鼓勵。



第五課 詩篇十九篇

主題引言

遂古之初，誰傳道之 - 人常感嘆無法認識天地成形的事，充滿了連串問題，因而對人生產生疑惑與不滿。反之大衛所寫的詩篇第八篇及第十九篇，均以讚美神創造天地萬物為開始。詩篇第八篇隨後提到「人算甚麼」，顯出人的渺小。第十九篇隨後描繪神話語對人的重要。

第一段詩人仰望神創造的大能，沒有盡頭的遼闊天空默默地在見證神偉大、榮耀的創造。太陽的光耀正輝映著造物主的榮美。

第二段說到神話語帶給人極大的警惕，神的道在人心中有非常的效應。詩人就轉稱神為「耶和華」，這是那位與人立約、救世人的神的名號。然而，我們必須先求神赦免所犯的罪，賜予能力，不再被罪惡操縱，親近神，詩人口中的言語、心裡的意念蒙神悅納。

經文研討 (詩 19:1-14)

一 . 宇宙萬物彰顯神的作為 (詩 19:1-6)

1. 詩人指出自然界現象顯示了神創造的奇妙和偉大，你會怎樣解讀其中的啟示 (詩 19:1-4) ?

2. 詩人特別形容太陽的行藏，對你有甚麼意義呢 (詩 19:4-6) ?

二 . 神的律法完備 (詩 19:7-10)

詩人轉移講論神的話。請按照經文，用你的方式說出神的「律法」、「法度」、「訓詞」、「命令」、「道理」、「典章」的性質和效用 (詩 19:7-9) ?

三 . 神話語警戒人求赦罪及覺醒 (詩 19:11-14)

詩人心願口中的言語、心裡的意念蒙神悅納。 他向求神那兩件事？

1. 甚麼是「隱而未現的過錯」 (詩 19:12) ?

2. 甚麼是「任意妄為的罪」，處理方法有何不同 (詩 19:13) ?

總結:

獻上心靈的祭是對神話語最恰當的回應
以這詩篇為例，我們可以怎樣默想神的作為？

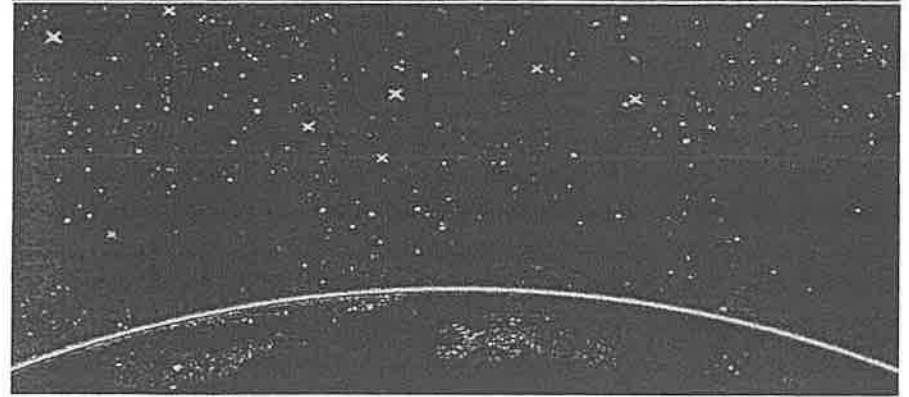
請分享你一次仰望天空，察看造物，見到神的榮耀的經歷。
請分享你一次你讀聖經有敬畏聖潔神，遠離惡事的經歷。

結論：

從自然界中，我們可以認識神是創造主，祂施恩惠給人，與人立約，為我們預備了救恩。

神的話語寶貴，能幫助人脫離罪惡轄制；我們要看作好像是黃金般可愛；有如蜂蜜滋潤。我們必須用鏡子才可見到自己的面目，也只有從聖經中，才可以知道自己的過錯。越熟讀聖經，越認識自己的罪，聖經又使我們得著力量過聖潔生活。

神是我們的磐石，是唯一的依靠。我們要敬畏祂，向祂謙卑下拜。就像天上的星體，以生命說出神的榮耀，為要得神的喜悅。



第五課 詩篇十九篇

遂古之初，誰傳道之 - 出自戰國末期楚國詩人屈原的《天問》篇。從遠古時，天地還未成形的事問起，感嘆有誰人能認識明白。整篇內容充滿了連串問題，帶出詩人對人生的疑惑與不滿。反之大衛所寫的詩篇第八篇及第十九篇，均以讚美神創造宇宙天地萬物為開始。詩篇第八篇隨後提到「人算甚麼」，顯出人的渺小。第十九篇隨後描繪神話語對人的重要。全詩以平衡的詩句結構，使人誦讀得流暢舒服。

主題引言:

第一段詩人仰望神創造的大能，沒有盡頭的遼闊天空默默地在見證神偉大、榮耀的創造。太陽的光耀正輝映著造物主的榮美。

第二段說到神話語帶給人極大的警惕，神的道在人心中有非常的效應。詩人就轉稱神為「耶和華」，這是那位與人立約、救世人

的神的名號。然而，我們必須先求神赦免所犯的罪，賜予能力，不再被罪惡操縱，親近神，詩人口中的言語、心裡的意念蒙神悅納。

經文研討（詩 19:1-14）

一． 宇宙萬物彰顯神的作為（詩 19:1-6）

1. 詩人指出自然界現象顯示了神創造的奇妙和偉大，你會怎樣解讀其中的啟示（詩 19:1-4）？

我們雖然看不見神，但神所造的宇宙天地，有如展開的書，把有關神的知識晝夜宣揚；「量帶」為「聲音」的意思；讓人人都知道神的能力與智慧。白晝有陽光，夜間有月亮，是日以繼夜默默見證著神的知識默默見證著神的知識。

就是猛烈如太陽，也是和其他天體跟隨這位創造主所命定的軌道而行。太陽並不是神，神才是管理萬有的主宰，太陽也像是住在神所設的居所。

2. 詩人特別形容太陽的行藏，對你有甚麼意義呢（詩 19:4~6）？

古代的人多有看太陽為神明一樣，因為太陽散發熱力光輝，使生物滋長，被看為是生命之源。但聖經說太陽也是神的造物，人應該敬拜造物主，而不是太陽。這裡，詩人用比擬說出太陽也是依靠神而「活」；休息時住在神預備的「帳幕」，白天就按神的意

思而工作不息，把光和熱帶給全地。太陽不是恆久不變，只有神才是永不變改，直到永遠。

二． 神的律法完備（詩 19:7-10）

詩人轉移講論神的話。請按照經文，用你的方式說出神的「律法」、「法度」、「訓詞」、「命令」、「道理」、「典章」的性質和效用（詩 19:7-9）？

神向人的啟示，能叫人在主裡成為完全；

神的道不但能改造人心，還能叫人作智慧聰明人。

神的道叫人得著滿足的喜樂，勝過世上知識。

罪惡或憂慮能矇蔽人的眼睛，神的命令能叫人看清楚真理實底。耶和華的訓詞，能叫人改正自己的行為，走上光明正直的路，這是快樂的根源。

神的道沒有虛假敗壞，必全然公義，存到永遠，令人羨慕，如蜜甘甜。

三． 神話語警戒人求救罪及覺醒（詩 19:11~14）

詩人心願口中的言語、心裡的意念蒙神悅納。他向求神那兩件事？

- 願你赦免我隱而未現的過錯。
- 求你攔阻僕人，不犯任意妄為的罪，不容罪轄制我。

1. 甚麼是「隱而未現的過錯」(詩 19:12) ?

參考經文：「以色列全會眾，若行了耶和華所吩咐不可行的甚麼事，誤犯了罪，是隱而未現，會眾看不出來的」(利 4:13)。

「隱藏的過錯」是「疏忽的罪」，自己可能也不能察覺，但也不能姑息，要求神赦免，在舊約時代，須要藉著獻祭方式去解決。

2. 甚麼是「任意妄為的罪」，處理方法有何不同 (詩 19:13) ?

參考經文「人若任意用詭計殺了他的鄰舍，就是逃到我的壇那裏，也當捉去把他治死」(出 21:14)。看來，在舊約律法之下，「任意妄為的罪」是不獲赦免的；所以詩人求神保護，不犯這樣的罪。這罪是自己明知而選擇去做，而神鑑察人動機的嚴重性，神有赦免人的心，但我們不可有恃無恐，以致罪上加罪。

總結：

獻上心靈的祭是對神話語最恰當的回應

以這詩篇為例，我們可以怎樣默想神的作為？

我們可從神的創造開始，再藉著神的話語提醒，思想我們的罪，繼而想到神的救恩。神藉著大自然來啟示自己的偉大(詩 19:1-6)，使我們認識到神的榮耀，和我們的渺小有限。

神又藉著聖經啟示的真理(詩 19:7-11)，使我們認識神的聖潔，認識我們的罪惡污穢；神還透過我們日常的經歷來啟示祂的愛和恩典(19:12-14)，使我們認識祂的可靠，和賜予我們不變的救恩盼望。

請分享你一次仰望天空，察看造物，見到神的榮耀的經歷。
請分享你一次你讀聖經有敬畏聖潔神，遠離惡事的經歷。

結論：

從自然界中，我們可以認識神是創造主，祂施恩惠給人，與人立約，為我們預備了救恩。

神的話語寶貴，能幫助人脫離罪惡轄制；我們要看作好像是黃金般可愛；神的道在我們心中，有如蜂蜜滋潤。我們必須用鏡子才可見到自己的面目，也只有從聖經中，才可以知道自己的過錯。越熟讀聖經，越認識自己的罪，聖經又使我們得著力量過聖潔生活。

神是我們的磐石，是唯一的依靠。我們要敬畏祂，向祂謙卑下拜。就像天上的星體，以生命說出神的榮耀，為要得神的喜悅。



第六課 詩篇一二三、一二四、一二五篇

「上行詩」包括了詩篇一二十至一三四篇，共有十五篇。些詩是以色列人朝著神的聖殿向聖城上行的時候所唱的，他們一面行路，一面唱詩向山上走。

主題引言

三篇上行詩（第123 - 125篇）每三篇一單元。

第一篇重點：家中難題

詩篇 123 民眾從家中出發朝見神，帶著不少正待面對的困難和敵人攻擊的憂慮，向著聖城耶路撒冷上去的路。開首就提醒我們要向神舉目仰望，求神憐憫，因被狂傲人極度藐視。以僕人專注主人的手勢訊號，比喻要留心於神，轉眼仰望天上的主。

第二篇重點：神是我的幫助

詩篇 124 記述沿途所見，與同心敬拜的人一起行走，在路上唱著詩歌，表達對神的仰望，在痛苦中向神的呼求，記念神是我們的幫助。

第三篇重點：繼而讚美祝福神的子民

詩篇 125 敘述詩人看到群山圍繞耶路撒冷，就想到神也一樣保護屬祂的子民。神必不容許惡人長久加以傷害，但神善待正直的人。詩人再不被目前的危難攪擾，遂懇求神祝福祂的子民。

❖ 因時間有限，我們只可以查 123, 124 篇

一、被藐視譏誚下，惟向神仰望求憐憫（詩123：1-4）

1. 詩人為甚麼要舉目望神呢？

2. 僕人為何望主人的手，使女為何望主母的手呢？

3. 你如何去舉目望神，為要得著甚麼呢？

4. 怎樣面對別人的「藐視」目光？

二．神是堅固磐石，善待為善正直的人 (詩 125:1-5)

1. 怎麼詩人說：「倚靠耶和華的人，好像錫安山，永不動搖」？

2. 神與「眾山」有甚麼相像的地方？

3. 義人真的不常遭害嗎？神仍在看顧嗎？

總結——敬拜生命的進程

1. 過往你返到教會參加主日崇拜時，是抱著甚麼心態呢？

2. 從這三篇「上行之詩」，對你的敬拜生活有甚麼提醒和學習的地方？



第六課 詩篇一二三、一二四、一二五篇

「上行詩」包括了詩篇一二十至一三四篇，共有十五篇。些詩是以色列人朝著神的聖殿向聖城上行的時候所唱的，他們一面行路，一面唱詩向山上走。

主題引言

三篇上行詩 (第123 - 125篇) 每三篇一單元。

第一篇重點：家中難題

詩篇 123 民眾從家中出發朝見神，帶著不少正待面對的困難和敵人攻擊的憂慮，向著聖城耶路撒冷上去的路。開首就提醒我們要向神舉目仰望，求神憐憫，因被狂傲人極度藐視。以僕人專注主人的手勢訊號，比喻要留心於神，轉眼仰望天上的主。

第二篇重點：神是我的幫助

詩篇 124 記述沿途所見，與同心敬拜的人一起行走，在路上唱著詩歌，表達對神的仰望，在痛苦中向神的呼求，記念神是我們的幫助。

第三篇重點：繼而讚美祝福神的子民

詩篇 125 敘述詩人看到群山圍繞耶路撒冷，就想到神也一樣保護屬祂的子民。神必不容許惡人長久加以傷害，但神善待正直的人。詩人再不被目前的危難攪擾，遂懇求神祝福祂的子民。

❖ 因時間有限，我們只可以查 123, 124 篇

一．被藐視譏誚下，惟向神仰望求憐憫 (詩 123:1-4)

1. 詩人為甚麼要舉目望神呢？

現實環境充滿困難、驚慌、害怕，手上資源又不足以解決眼前難處，唯有舉目仰望上主。所有的方法都不足以應付困境，是時候轉眼仰望天上的主求幫助。

- 因落在被人譏笑的情況 (有說：「我不是沒自信，是太容易被藐視」)。
- 在別人的評語下找尋自己的價值，活在別人的標準尺度裡，忍受別人的評語。
- 有地方信徒被勢力壓逼，如在巴基斯坦、中國等地，教會十字架被拆除等事。

2. 僕人為何望主人的手，使女為何望主母的手呢？

- 使女/僕人的眼睛一直注視著主人的手，一看見主人的手動，存著順從的心，等著聽候命令。僕人若不留心，東張西望，就會錯過了主人的指示，最終因失職受到主人的責備。
- 僕人望主人的手，也是為要得著供應所需。主人是僕人得報酬、衣食的源頭。求施恩憐憫，不被丟棄。若是被欺負，也要求主人出面代為主持公道，保護眷顧。

3. 你如何去舉目望神，為要得著甚麼呢？

舉目望神就好像婢女望主母的手，以這樣的態度對神，留心專注。又像僕人聽候主人的驅使，順從主人心意吩咐；預備候命受主人差遣作工。神的手能差遣工作，亦會施恩憐憫。仰望主人施恩，滿足生命渴求。（兩處經文有「手」和「憐憫」的字：詩145；104：25）

4. 怎樣面對別人的「藐視」目光？請分享你的經歷。

尼希米曾經歷被人譏諷藐視，表示唯有仰望上主，就能面對一切。尼希米重建城牆，遭受踐踏：
 譏笑他們軟弱 獻祭無用因神無能 渺小 他們不能持久
 用經火劫後的渣滓材料 狐狸爬過也會倒塌。
 尼希米回應：「我們的神呀，求你垂聽……我們專心作工...」。做神所差派的工作，像僕人望著主人的手，雖然看似資源不足，但深信神有憐憫；問題雖然未必能即時解決，但只要全心工作，等候神的憐憫恩典。

三．神是堅固磐石，善待為善正直的人（詩 125：1-5）

1. 怎麼詩人說：「倚靠耶和華的人，好像錫安山，永不動搖」？

山給我們的感覺，是穩固不動搖的。神也是一樣信實可靠。而當我們倚靠祂時，就不會受搖動，因為：

- 今天困難雖大，有神幫助，永不動搖
- 惡人的杖不常落在義人身上，神限制惡人的侵害，雖然有時或仍會受傷，但是不常發生；使義人不至灰心喪志，離棄信心
- 神善待正直的人，追求聖潔，藉著神在過去一直幫助，深信神繼續加以善待，對神滿有把握

2. 神與「眾山」有甚麼相像的地方？

耶路撒冷城四圍都是高山環繞，不容易被發現攻擊，安全受保護。神用「眾山」來比喻祂的保護。倚靠神的人把自己交託給神，神保護好像眾山圍繞耶路撒冷一樣，永遠得著安全。凡信徒所遭遇的一切事，都必須先經過神的允許，纔能臨到身上。神作信徒的保障，是永遠的。

3. 義人真的不常遭害嗎？神仍在看顧嗎？

惡人的杖不能常在義人的分上。雖然有一段時間，似乎惡人的勢力管轄到了義人的頭上，叫我們軟弱受壓逼，這些日子不會長久，只不過是要我們學些功課。神以愛心鍛煉他的兒女。

總結——敬拜生命的進程

1. 過往你返到教會參加主日崇拜時，是抱著甚麼心態呢？

- 崇拜心態可能是正面如渴慕與弟兄姊妹一起敬拜，在集體敬拜氣氛中與
- 神相遇；又或是想從牧者講道中得著提點；又可能想利用崇拜時候與弟兄姊妹相會等。
- 崇拜心態又可以是毫無特別，只是循例而已；或是當責任形式，做了禮拜才覺心安理得；完成主日的指定事務等。

2. 從這兩篇「上行之詩」，對你的敬拜生活有甚麼提醒和學習的地方？

- 我們心內常有需要，甚或痛苦掙扎，可帶著問題來朝見神，學習仰望天上主的手，等候祂的憐憫。因有神作倚靠，可以安然繼續努力面前的工作和生活，只需等候神的指示。
- 神必會施行拯救，驅逐惡人，善待信靠祂的兒女。我們更要為教會和弟兄姊妹向神求平安，互相扶持。

結論：

我們今天仍可自由敬拜神，實在是神的恩典，我們不怕帶著重擔來朝見神，因神會保守與幫助。雖然，有時惡人當道，但有所定時日，我們就可得脫困境；只要專心仰望上主的手，求憐憫，做好所託付的工作。願平安歸予神的家、教會，也盼望弟兄姊妹同享這福氣。

請彼此代祈禱。



版權所有