

2024 二月靈修材料

教會同工希望幫助及推動弟兄姊妹能養成一個每天通過靈修讀經來親近神的好習慣，故從 2020 年開始提供這個靈修/讀經計劃，預期可在五年左右讀完全本聖經。內容主要取材自《清晨靜思主話》(This Morning with God: A Daily Study Guide to the Entire Bible, 總編：艾德理，譯者：黃耀銓，出版者：種籽出版社。1977 年 10 月初版)，如你每天只有 10-15 分鐘靈修的時間，可專注在「金句」經文、「默想」和「禱告」上；若有更多時間，可以讀全部經文及默想「進深研讀問題」。如果您有任何問題，請聯絡牧師或教育部同工！

計劃詳細資料亦放在教會的網站上 <https://www.wlacbc.org>, 按「靈修材料」。網站提供在線聖經連結, 方便在網上閱讀。

2/5/2024 星期一 詩篇一百廿

金句：耶和華啊，求你救我脫離說謊的嘴唇和詭詐的舌頭。...我與那恨惡和睦的人許久同住。我願和睦，但我發言，他們就要爭戰。(詩篇一百二十 2, 6~7)

默想：詩人在這篇詩裡表達出沮喪，就是他雖然喜歡和睦，但卻活在不愛和睦的人中，以致他所講的任何說話，都可以被對方用來挑起爭端，產生磨擦。而他們挑起爭端的方法，往往是透過謊言和詭詐的話，對詩人就構成了「以其人之道還治其人之身」的試探，所以詩人要求神介入保守。你有遇過這樣的試探嗎？當有人（同事、朋友？）用詭詐的手段來整你時，你會也想用詭詐的手段來應付或回敬他嗎？你會把事情交托神，讓祂為你解決嗎？

禱告：神啊，我知道祢的心意是要我作和平之子，求祢賜我力量、忍耐和智慧去面對別人挑起的紛爭，特別保守我不要有以牙還牙的心態去用詭詐來回應。

進深研讀問題：

1. 詩人在本篇裏的處境如何？
2. 他的獲救需要甚麼？為何？
3. 詩人怎樣與周圍連起來？為何？
4. 甚麼促使人去爭戰？試比較當代人的心願之異同。那些是滲入了謊言和虛偽？為何？

2/6/2024 星期二 詩篇一百廿一

金句：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。(詩篇一百二十一 7~8)

默想：這篇詩的主題是神的幫助和保護。詩人一開始使用一反問句「我的幫助從何而來？」來問幫助的來源，然後用整篇詩來回答那問題。從新約的角度看，神並沒有應許基督徒免受一切肉身的災害，但我們可以相信神是我們隨時的幫助和保護，幫助我們去面對任何的災害，保護我們不受惡者攻擊。你經歷過神在你有災害時幫助你嗎？你經歷過神在惡者試探你時保護你嗎？你願意不斷的信靠祂的幫助和保護嗎？

禱告：神啊，祢是大能和慈愛的，感謝祢給了我隨時幫助和保護的應許。求祢給我智慧，明白祢這應許的意義，不會了解為「成功神學」裡一帆風順的概念，而是能在風雨中經歷到從祢而來的平安和確據。

進深研讀問題：

1. 詩人對第 1 節的問題有何答案？
2. 你何時會提出這問題？你會向誰尋求幫助？
3. 試將神的幫助分類及解釋其特定的方法。在何種情況下會經歷到祂的幫助呢？
4. 這詩篇在那方面堅固了你對神的信心？

2/7/2024 **星期三** **詩篇一百廿二**

金句：人對我說「我們往耶和華的殿去」，我就歡喜。...你們要為耶路撒冷求平安：「耶路撒冷啊，愛你的人必然興旺。(詩篇一百廿二 1, 6)

默想：這是一篇「上行之詩」（見詩的標題），是以色列人「上」耶路撒冷（因城在錫安山上）聖殿敬拜時在路上唱的詩歌，全篇主題是耶路撒冷和神的殿。詩人非常歡喜到耶路撒冷的聖殿去敬拜神，因為他很愛耶路撒冷，他也呼籲同行者為耶路撒冷求平安。舊約的聖殿和耶路撒冷預表著新約的教會（是基督徒而非教堂）和神的國。你歡喜與其他基督徒一起（在教堂或其他地方）敬拜神嗎？你愛教會嗎？你願意常為神的國神的事工禱告嗎？

禱告：主啊，我歡喜與其他基督徒一同敬拜祢。求祢加添我愛祢和愛教會的心，也加添我為祢的國為祢的事工禱告的負擔。

進深研讀問題：

1. 詩人往耶和華的殿去時有何感受？為何這事對他很重要？
2. 試描述耶路撒冷城。
3. 分析審判寶座與耶路撒冷城的關係(王上 7 :7)
4. 詩人獻上自己給甚麼？因何理由？

金句：坐在天上的主啊，我向你舉目！看哪，僕人的眼睛怎樣望主人的手，使女的眼睛怎樣望主母的手，我們的眼睛也照樣望耶和華我們的神，直到他憐憫我們。(詩篇一百廿三 1~2)

默想：這篇詩很特別，詩人不是呼天喚地的去求神幫助，而是用「舉目望」的方式來期待神的幫助。這至少有兩重意義，一是反影出詩人與神有一種深厚愛的關係，是「盡在不言中」的，他只要在那裡望神，神就知道他的心意和他的願望，然後按他的需要來施行拯救。第二重意義是反影出詩人對神的信靠，他沒有苦苦去哀求神幫助，而是耐心的等候神，「直到」神憐憫他，因他知道神明白他的處境，一定會來幫助他，就像另一篇詩所講的意境：「你們要休息，要知道我是神」（四十六 10）。當你在難處中時，你有試過去信靠神，安心的去等候神而不焦急、不憂慮嗎？

禱告：主啊，感謝祢是愛我的主，祢知道我的需要，當我遇到難處時，幫助我能信靠祢，在祢裡面有平靜安穩。

進深研讀問題：

1. 試分析僕人的眼睛怎樣望主人的手，與使女的眼睛怎樣望主母的手。
2. 詩人的困難是什麼？描述他的敵人的本性。他們為何要藐視他（參拉 4: 4-24; 尼 2 :17-19; 6:5-9）？
3. 他怎樣處理這問題？
4. 當你面對非基督徒對你個人生活及對基督身體的藐視時，你怎樣表明你對神的誠實和信靠？

金句：以色列人要說：「若不是耶和華幫助我們，若不是耶和華幫助我們，當人起來攻擊我們，向我們發怒的時候，就把我們活活地吞了。...我們得幫助，是在乎倚靠造天地之耶和華的名。(詩篇一百廿四 1~3, 8)

默想：「把我們活活地吞了」！何等可怕和絕望的呼聲！詩人體會到若不是有耶和華的幫助（他重複了這句話兩次），那就是他和其他以色列人的結局。但他沒有只把責任推在神的身上，他知道自己有一個很重要的責任，就是要倚靠耶和華；當人倚靠耶和華的時候，他就不會自己慌張，亂找其他人來幫助，把事情弄巧反拙；他也會順服神的指引，按神的方法去面對困境。反省你過去對神的倚靠，是真的全心倚靠，抑自己還是會憂慮，會方寸大亂？

禱告：神啊，感謝祢是大能的神，也是愛我的主，祢是我唯一可依靠的；當難處來到時，提醒我去單一依靠祢。

進深研讀問題：

1. 以色列人在那方面倚賴神？詩人在第 2 節作甚麼比較？
2. 試描述這裏的四個比喻（參尼 16:31-35；詩 32：6；22：13-20；91：3）。
3. 詩人可能在回想何種真實情況（參民 6：15-16；賽 37：33-38）？
4. 按全段的亮光，以色列人怎樣學到第 8 節的功課？

2/10/2024 星期六 詩篇一百廿五

金句：倚靠耶和華的人好像錫安山，永不動搖。眾山怎樣圍繞耶路撒冷，耶和華也照樣圍繞他的百姓，從今時直到永遠。（詩篇一百廿五 1~2）

默想：當詩人在去耶路撒冷城敬拜神的路途中，看到建在錫安山上的這個城時，他油然而生這首上行之詩之內所形容的感受：穩固的錫安山岩石，讓他聯想到神的可靠穩固，是他可以倚靠的；而耶路撒冷城所處高原四面環山的景色，也讓他聯想到神四面圍繞著祂的百姓，保護著他們。你曾否到過一些國家公園，被裡面宏偉的山岩所震懾，讓你產生對永不動搖的神敬畏和讚嘆？你曾否在一個被群山圍繞的環境下，聯想到被神圍繞而帶來安全穩妥的感覺？

禱告：神啊，我敬拜讚美祢，祢是何等偉大，祢永不動搖和改變，祢是可靠的；感謝祢，因祢常用祢的恩典圍繞著我，用祢的能力保護著我，就是祢的百姓，祢的兒女。

進深研讀問題：

1. 試描述耶和華與倚靠祂的人之關係。在這關係中，直到永遠一詞有何重要性？
2. 錫安山與信徒有何關係？在甚麼歷史意義上，這是一個屬靈的真理而又是一個美麗的比喻（參詩 78：68-69）？
3. 義人當留心甚麼警告？試分析在罪中生活的後果。
4. 試比較詩人對神的堅心信靠與他對罪的儆醒提防。你怎樣在日常生活中去經歷這兩種心態的平衡？

2/12/2024 星期一 詩篇一百廿六

金句：當耶和華將那些被擄的帶回錫安的時候，我們好像做夢的人。我們滿口喜笑、滿舌歡呼的時候，外邦中就有人說：「耶和華為他們行了大事！」耶和華果然為我們行了大事，我們就歡喜。（詩篇一百廿六 1~3）

默想：當詩人知道耶和華將那些被擄到巴比倫的猶太人帶回故鄉的時候，他用做夢也想不到來形容這件事情是多麼不可能發生，但神實在是行了這事，行了不可能的事！所以他以「滿口喜笑、滿舌歡呼」的表情來形容他極度的歡樂，但他更留意到這事對外邦人的影響，就是連他們也承認這是神的工作，而這個事實就更加添了詩人歡喜的情懷。你曾否經歷過神在你身上一些奇妙到「不可能」的作為？你為此有極度歡樂的感受和表現嗎？你會向未信主的親朋分享這經歷嗎？

禱告：主啊，提醒我，讓我記得祢在我生命中所行過的大事，讓我再次回味當時的興奮，也提醒我繼續不斷的去依靠祢，經歷祢，以祢為樂。

進深研讀問題：

1. 這樣的歡樂與以色列的歷史有何關係(參拉 3: 10-13)?
2. 在大勝利以後為何常有灰心的時候? 以色列人歸回自己地方也是這樣嗎(考慮荒廢七十年後的耕種情況)?
3. 4—6 節是怎樣描寫因果定律?
4. 你怎樣應用 5-6 節的例子在你個人傳福音的事工上?

2/13/2024 星期二 詩篇一百廿七

金句：若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力；若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然警醒。
(詩篇一百廿七 1)

默想：這是一篇所羅門王所寫的詩（參詩標題），他用建造房屋來形容神的作為是最有說服力的，因他曾找到最好的材料和工匠，用了七年時間為神建造了以色列人第一所極其宏偉的聖殿，之後又花了十三年為自己建造華麗的宮室。然而他體會到若非神在整個過程中與他同在，保守並使用他的計劃，這些勞力都是枉然的；一個這麼能幹聰明的人能夠這樣謙卑的依靠神絕不簡單。你有否一些計劃或工作是你上面花了很多心思的？你有所羅門這種對神依賴的態度嗎？你對自己的評價也像他這樣謙卑嗎？

禱告：神啊，幫助我學習謙卑，不去依賴自己的才能勞力而是單單的依賴祢，因為祢是掌管一切的主，是成事的主。

進深研讀問題：

1. 在甚麼情景下你發覺自己勞碌焦慮？
2. 試比較這裏與詩 126: 5-6 的意思。
3. 這裏論到甚麼有關兒童？他們怎樣堅固社會？
4. 試比較他們在這裏的崗位與在現代社會的。

金句：凡敬畏耶和華、遵行他道的人便為有福！你要吃勞碌得來的，你要享福，事情順利。你妻子在你的內室，好像多結果子的葡萄樹；你兒女圍繞你的桌子，好像橄欖栽子。(詩篇一百廿八 1~3)

默想：這篇詩很簡單的說出一個道理，也是神的一個應許，就是遵行神的道的人是有福的；這些福氣包括甚麼？就是生活安定，工作有價值，事情順利和有完整的家庭。這些是兩千多年前以色列人在地上有福氣的描述。到我們新約時代的基督徒，神應許我們的福氣就不只是一個安定的生活，工作和家庭，而是加上屬靈的福氣如永生，為神國的工作和教會的大家庭等。你有享受著這些福氣嗎？你有委身遵行神的道嗎？

禱告：神啊，感謝祢應許這麼多福氣給遵行祢道的人，這裡對有福的人的描述是何等美麗。我渴望得著所有屬靈和屬地的福氣，求祢幫助我委身去遵行祢的道。

進深研讀問題：

1. 神賜福的根基是甚麼？
2. 試用你自己的文字列舉神的賜福。注意在生活上的不同方面。
3. 葡萄樹有何特徵？它有何需要？它出產甚麼？
4. 敬畏神最終的「副產品」是甚麼？

金句：以色列當說：「從我幼年以來，敵人屢次苦害我。從我幼年以來，敵人屢次苦害我，卻沒有勝了我。(詩篇一百廿九 1~2)

默想：詩人向神申訴以色列人長年受敵人的苦害，他連續說了兩次，好像沒有轉機似的。然而在這似乎是絕望的情況下，詩人卻堅定的說：「卻沒有勝了我」！你曾否長期經歷一些難處，一些試煉，是叫你覺得很難撐下去的？你有經歷到神給你加力而使你可以說：卻沒有勝了我嗎？

禱告：主啊，祢知道我經歷過/正在經歷著的難處，求祢加我力量去面對，就算短期內未得解決，幫助我仍能堅持的信靠祢。

進深研讀問題：

1. 比較詩人在第 2 — 3 節裏對受苦的想法 (參賽 51 :23) .他想出甚麼積極的想法呢？
2. 有甚麼隱喻描寫國家現時的苦況？敵人的行動呢 (第 8 節的賀詞是在收割場的習俗 ,參 得 2: 4) ？

3. 這裏流露甚麼感受？
4. 在这一切困擾裏，我們看出神的性情是怎樣？

2/16/2024 星期五 詩篇一百三十

金句：主耶和華啊，你若究察罪孽，誰能站得住呢？但在你有赦免之恩，要叫人敬畏你。(詩篇一百三十 3~4)

默想：這是一篇求告神的詩，當詩人向神禱求的時候，他突然想起，他是一個罪人，在神面前是沒有甚麼把握會被神垂聽的，如果神是按著祂的公義來對待他，他就一定站不住腳。然而他卻轉念想到神是有赦罪之恩的，所以他可以繼續有耐心的去禱告，去等候神。你知道按著你的本相，你是罪人一個，神應該是要遠離你，不聽你的禱告嗎？但感謝神因祂有赦罪之恩，為你預備了耶穌基督的救贖，所以當你願意信耶穌而成為一個敬畏祂的人時，你就可以以義人的身份來到祂面前向祂禱求，祂也樂意聽你的禱告。

禱告：神啊，感謝祢不以我是罪人的本相來對待我，而是願意在耶穌基督裡赦免我的罪，我要好好珍惜這個恩典，常常等候在祢的面前，向祢禱告。

進深研讀問題：

1. 在 1—4 節裏詩人所關注的是甚麼？
2. 當他等候神時，有什麼發生？為何？在你生命裏，「等候」包括甚麼？
3. 試描述能使詩人有盼望之神的特徵。
4. 深陷在罪孽和灰心時，你有何反應？

2/17/2024 星期六 詩篇一百三十一

金句：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。我的心平穩安靜...。(詩篇一百三十一 1~2)

默想：這是大衛寫的詩（參標題），他雖然是王，也是一個善於打仗的勇士，但是他毫不驕傲，這篇詩就是表達了他柔和謙卑的一面，他特別提到他的心境是「平穩安靜」的。聖經其他地方也記載過他曾對神說：「我是誰，我的家算什麼」的話，這大概也是神稱他為合神心意的理由之一。如果你有大衛那樣的成就（征服各鄰邦，作以色列王四十年），你想你會謙卑嗎？你會有很多野心，想去作大事嗎？你仍能常常在神面前平穩安靜嗎？

禱告：主啊，幫助我的心能常常在祢面前平穩安靜，等候聆聽祢的話，明白祢的心意；幫助我不以自己的任何成就（就算是服侍教會的）自豪自傲，提醒我常有謙卑的心。

進深研讀問題：

1. 大衛對自己的態度有何特徵？試分析這態度與他的心平穩安靜之關係。
2. 他何時開始仰望耶和華？
3. 他的盼望與他自己在詩 130：5-6 及這裏第 2 節的行動有何關係
4. 你怎樣能開始表現向神的謙卑和誠實？

2/19/2024 星期一 詩篇一百三十二

金句：耶和華啊，求你記念大衛所受的一切苦難。他怎樣向耶和華起誓，向雅各的大能者許願，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。直等我為耶和華尋得所在，為雅各的大能者尋得居所。」（詩篇一百三十二 1~5）

默想：這篇詩描述大衛王為神的約櫃有一安定居所而焦急的情懷。他當時在耶路撒冷登位作以色列人的王不久，很關心神的約櫃，希望它可以從基列耶琳被搬到耶路撒冷城裡，不再像從前撒母耳時代那樣被運來運去，「居無定所」的情況。他的這個情懷，後來更發展到想為神建造聖殿，讓神有一個「永久的居所」。神雖然是無所不在，不像人那樣需要定居在某個地方，但神很欣賞大衛那種關心神的事情到廢寢忘餐的地步，所以後來祂也答應讓大衛藉他兒子所羅門的手為祂建造聖殿。你今天關心神家的事情會到廢寢忘餐的地步嗎？你會看見神家的需要而主動的有所行動嗎？

禱告：主啊，幫助我的目光不是常常只留意自己的需要，求祢將教會的需要多放在我心中，讓我可以更多參與建立教會，叫更多人可以認識祢。

進深研讀問題：

1. 試解釋大衛的心願(參撒下 7) .他怎樣流露他對那工作的委身？
2. 百姓有何回應(6 — 7 節)？
3. 神又有何回應？
4. 神揀選的居所與大衛的想法有何不同 (11-12 節)？

2/20/2024 星期二 詩篇一百三十三~一百三十四

金句：耶和華的僕人，夜間站在耶和華殿中的，你們當稱頌耶和華！你們當向聖所舉手，稱頌耶和華！願造天地的耶和華，從錫安賜福給你們！（詩篇一百三十四 1~3）

默想：這篇詩呼籲在耶和華殿中守夜的僕人去稱頌耶和華，這有甚麼特別？在夜間，耶和華的殿沒有熙來攘往的人群來朝拜神，所以守殿的人做甚麼也沒有人會知道，他們對神的稱頌，他們的舉手只有神知道，神就會親自賜福給他們。這原則就像耶穌教導們徒要到內屋去禱告，不要禱告給人看，神就會在暗中察看並報答他們一樣（太六 6）。你在自己私下靈修的生活有稱頌敬拜神嗎？你對神的稱頌敬拜只在主日集體崇拜時才會做嗎？這會否正反映著你是為人做多於為主做呢？

禱告：主啊，我要稱頌讚美祢，幫助我對祢的稱頌讚美不是要做給人看，乃是因被祢自己的偉大、奇妙和慈愛所感動而發自內心對祢的回應。

進深研讀問題：

1. 合一的結果是甚麼？
2. 油被澆在頭上後會怎樣(參利 8:12)? 它的影響怎樣擴展？
3. 甘露在沒有足夠雨水的地方有何果效？
4. 真正的合一在你的基督徒團體裏有何效果？有甚麼明確的態度和行動會因此改變？為着使你的團體能更合一，你個人須作甚麼改變？

2/21/2024 星期三 詩篇一百三十五

金句：耶和華揀選雅各歸自己，揀選以色列特做自己的子民。原來我知道耶和華為大，也知道我們的主超乎萬神之上。(詩篇一百三十五 4~5)

默想：詩人在這篇詩要讚美耶和華，他提到很多他可以讚美耶和華的原因；這兩節金句提到其中兩個原因，一個是因為神的揀選，使詩人作為以色列人能享受神子民的地位和福氣，這是一個客觀的原因。第二個原因是一個詩人主觀的原因，就是他很清楚的「知道」神的偉大和超越，而不只是「相信」神的偉大和超越。知道和相信有甚麼分別？「相信」是你用信心去相信別人的意見，是有不確定性的；但「知道」就是一個很確實的認定，因為自己曾經親身經歷過，體驗過。你今天對神的認識只是相信還是到了知道的地步？神對你來說是那麼真實的嗎？

禱告：主啊，祢是真實的神，但我對祢的認識可能仍是停留在相信別人的話的層面。幫助我更多經歷到祢的真實和超越，使我能有把握的說，我知道祢是真實的，是大能的，也是愛我的。

進深研讀問題：

1. 這裏喚起詩人甚麼過往得勝的記憶？
2. 以色列人如何經歷到神的主權和大能？
3. 作為屬神的人，你對神的絕對主權有何信心？在你目前的景況中，在那方面你需要神的大能？

4. 試概述你要讚美神的理由。

2/22/2024 星期四 詩篇一百三十六

金句：稱謝那用智慧造天的，因他的慈愛永遠長存！稱謝那鋪地在水以上的，因他的慈愛永遠長存！稱謝那造成大光的，因他的慈愛永遠長存！他造日頭管白晝，因他的慈愛永遠長存！他造月亮星宿管黑夜，因他的慈愛永遠長存！（詩篇一百三十六 5~9）

默想：這篇詩的特點是每句都以「因他的慈愛永遠長存」作結，所以重點是要稱謝神的慈愛。而每句的前半句提到的就是能夠看到神慈愛的地方或原因。詩的開始時（1~9 節）前半句是提到神創造的奇工，後來（10~24 節）提到神對以色列人的拯救和帶領，到最後（25~26 節）是提到神對世人的恩惠。神賜恩給以色列人和世人反映出祂的慈愛很容易了解，但詩人認為神創造的奇工也是反映出神的慈愛，因為他了解到神是為著人而創造萬物，使人有一個能存活並享受的環境。你有留心欣賞神所創造的世界嗎？你有為神精心為你打造的世界而感恩嗎？

禱告：神啊，感謝祢創造了世界，也給了我生命氣息，使我可以享受百物，這都是出於祢的慈愛。

進深研讀問題：

1. 本篇與以前的讚美詩有何分別？
2. 追溯神的手由創世至以色列蒙救所作成的工。你學到甚麼有關神對待人的方法？
3. 大能的手和伸出來的膀臂提示神的什麼屬性？
4. 神在本篇向那些好像以色列人常懷疑祂慈愛的人說些甚麼話？

2/23/2024 星期五 詩篇一百三十七

金句：耶路撒冷啊，我若忘記你，情願我的右手忘記技巧！我若不記念你，若不看耶路撒冷過於我所最喜樂的，情願我的舌頭貼於上膛！（詩篇一百三十七 5~6）

默想：這篇詩是一個被擄到巴比倫的以色列歌唱師懷念故國所作的哀歌。他平常是很喜愛彈琴唱歌的，但當擄掠他的外邦人半戲弄式的要求他為他們唱一首以色列歌的時候，他思鄉之情大發，並且悲從中來；他強調自己看耶路撒冷過於他所最喜樂的，包括彈琴和歌唱。對我們基督徒來說，耶路撒冷是象徵神的國。今日主也問你和我：你愛我和我的國比這些（你的嗜好、興趣、才幹等）更深嗎？你會怎樣回答呢？

禱告：主啊，感謝祢愛我，為我犧牲捨命，拯救了我。求祢激勵我愛祢更深，勝過一切其他的事物。

進深研讀問題：

1. 以色列人在被擄時感受如何？那些擄掠者運用甚麼心理戰術？
2. 試分析詩人對眼前情景的反應。是否合理？
3. 你認為神對敵人有何態度？
4. 耶路撒冷有何重要性？為何？

2/24/2024 星期六 詩篇一百三十八

金句：我呼求的日子，你就應允我，鼓勵我，使我心裡有能力。...耶和華雖高，仍看顧低微的人，他卻從遠處看出驕傲的人。...耶和華必成全關乎我的事。(詩篇一百三十八 3, 6, 8)

默想：大衛在這篇詩顯出他對神的信心，他知道神與他有親密的關係，所以他很有把握神一定會應允他的呼求。神雖然好像是高高在上，離開人很遠，但他相信神是會看顧他這樣低微的人；他的結論是：「耶和華必成全關乎我的事」。你與神的關係怎樣？你的呼求祂會聽嗎？你能夠有把握的說：神必成全關乎你的事嗎？

禱告：神啊，祢是愛我的主，也是聽禱告的神，幫助我也有大衛那樣對祢的信心，知道祢會聽我的呼求，也會成全關乎我的事，謝謝祢。

進深研讀問題：

1. 請列出大衛感恩的理由。
2. 神怎樣應允他的禱告？因這禱告蒙應允，誰被高舉？大衛在得蒙應允時怎樣表現謙卑？
3. 你注意到這裡有甚麼矛盾？
4. 不順利的處境怎樣影響大衛與神的關係？

2/26/2024 星期一 詩篇一百三十九

金句：神啊，求你鑒察我，知道我的心思；試煉我，知道我的意念。看在我裡面有什麼惡行沒有，引導我走永生的道路。(詩篇一百三十九 23~24)

默想：在這篇詩裡，為甚麼詩人要求神鑒察他，好知道他的心思意念呢？難道詩人不知道自己裡面的心思嗎？是的，是可能不知道的，因為「人心比萬物到詭詐，壞到極處，誰能識透呢？」特別當人裡面的惡念正在萌芽的階段。詩人認識到神的無所不知，無所不在，所以他求神鑒察他的內心。一個認識自己軟弱的人，就會常常作這禱告去依靠神來幫助自己不犯罪和走永生的道路。你會覺得自己很剛強，很有自知之明，不需要作這禱告嗎？你有曾經發現自己裡面的黑暗詭詐而震驚嗎？你願意常作這禱告嗎？

禱告：神啊，祢是無所不知的，祢知道我心底裡最深的思想。求祢常常提醒我，讓我認識到自己的軟弱，引導我走祢的道路。

進深研讀問題：

1. 耶和華與大衛整個生命有何關係？列舉神深知大衛生命裏或性格上的那方面。
2. 「他的話神沒有一句不知道」有何意思？神的手的行動有何意義（比較 5 與 10 節）？
3. 你認為大衛為何想逃避神的同在？試分析神與每處可能逃往的地方之關係。
4. 試描述大衛在這幾節經文裏對神的態度。

2/27/2024 星期二 詩篇一百四十

金句：我曾對耶和華說：「你是我的神。」耶和華啊，求你留心聽我懇求的聲音！主耶和華，我救恩的力量啊，在爭戰的日子，你遮蔽了我的頭。（詩篇一百四十 6~7）

默想：「你是我的神。」一個何等重要的確認和宣告！就因為神是我的神，我與祂有個人的關係，我就有把握祂會聽我的懇求，祂的大能也成為我的力量，當爭戰禍患臨到時，我就有把握祂會保護我。神是你的神嗎？你與祂的關係到一個地步使你有把握祂一定會聽你的懇求並幫助你面對困境嗎？

禱告：神啊，感謝祢是我的神，我是何等有福氣能成為祢的兒女，能知道祢會聽我的懇求並能經歷祢是我的力量。

進深研讀問題：

1. 甚麼行動是惡人的特徵？大衛對他的態度怎樣？
2. 他們有那些敵人？為何？
3. 大衛怎樣表現他對神的信心？
4. 第 13 節與整篇有何關係？

2/28/2024 星期三 詩篇一百四十一

金句：耶和華啊，求你禁止我的口，把守我的嘴。求你不叫我的心偏向邪惡，以致我和作孽的人同行惡事，也不叫我吃他們的美食。（詩篇一百四十一 3~4）

默想：大衛認識到自己的軟弱，他知道單憑自己的力量是不能勝過試探，也不能保持自己的聖潔，所以他求神幫助他，把守他的嘴，保守他的心，免得他行惡。基督徒過聖潔的生活也有這種與聖靈合作的微妙關係：一方面我們有責任去抵擋試探與遠離罪惡，但我們的力量有限，絕不可能靠自己勝過，我們需

要聖靈來提醒、來加力、甚至來阻撓。你有經歷過聖靈幫助你勝過試探或罪的工作嗎？是禁止？是保守還是提醒催逼？

禱告：主啊，感謝祢賜聖靈給我；求聖靈幫助約束我的口，提醒我的心並保守我不去犯罪。我願意學習對聖靈的感動和提醒更敏銳，更順服。

進深研讀問題：

1. 大衛在開始禱告時有何感受？他想神怎樣接納他的禱告？
2. 在那方面你從大衛的態度見到謙卑？你容易接受別的基督徒給你的教訓和督責嗎？到甚麼程度呢？
3. 他面對甚麼危險？他有甚麼防衛？
4. 你會怎樣描述他對自己的態度？對神呢？對他的仇敵呢？

2/29/2024 星期四 詩篇一百四十二

金句：我發聲哀告耶和華，發聲懇求耶和華。我在他面前吐露我的苦情，陳說我的患難。...耶和華啊，我曾向你求，我說：「你是我的避難所，在活人之地你是我的福分。」(詩篇一百四十二 1~2, 5)

默想：這篇詩是大衛在洞裡作的，似乎是正在逃避人（掃羅王？）的追殺，所以是非常危險的，如被發現，必死無疑，因已無路可逃了。首二節他是用第三身（他）來稱呼神，所以是在表達他哀求神的情緒多於去求神拯救。到第三節，他才轉用第二身（你）來稱呼神，直接向祂哀求拯救。你曾否經歷過一個走投無路的生死關頭？你有去求神拯救嗎？你有向神表達你絕望的情緒嗎？神是了解你的苦情的，祂會給你希望並拯救你。

禱告：主啊，感謝祢是愛我的主，大能的神。謝謝祢常聽我的禱告，特別是當我感覺絕望的時候，幫助我能體會到沒有一樣難處是大過祢的恩典的。

進深研讀問題：

1. 大衛的仇敵歡喜甚麼？
2. 大衛知道逼迫他的人那兩種特徵（3, 6 節）？
3. 神本性裏的甚麼美德使祂成為大衛的特別困難之解答？
4. 其他信徒在蒙救上可有甚麼份兒（與 7 下、4 上比較）？

3/1/2024 星期五 詩篇一百四十三

金句：耶和華啊，求你聽我的禱告，留心聽我的懇求，憑你的信實和公義應允我！求你不要審問僕人，因為在你面前，凡活著的人沒有一個是義的。(詩篇一百四十三 1~2)

默想：這篇詩的首兩節似乎很矛盾：大衛一方面求神憑祂的信實和公義來應允他的禱告，但跟著就求神不要審問他，因為他不是一個義人，也就是求神不要憑祂的公義來對待他。如果你是神，你會覺得大衛這樣的禱告會叫你左右為難嗎？但到了今天新約的時代，我們就知道我們不用求神不審問我們。作為基督徒，我們自己當然不是義人，但我們在神眼中卻是義人，因我們已因信耶穌被稱為義了，所以神絕對可以憑祂的公義來審問我們，而我們仍然可以在祂面前站立得住。這是何等大的「突破」，也是我們何等大的福氣！你認識到你在神眼中是一個義人的事實嗎？你願意學習活像一個義人，與你義人的身份相稱嗎？

禱告：神啊，感謝祢在基督裡稱我為義，幫助我學習活出祢的公義，無論是在自己的生活上或是在對待別人的事上。

進深研讀問題：

1. 試分析 5 — 6 節裏的動詞。你注意到有何次序？大衛怎樣超越單是頭腦上的贊同神？
2. 甚麼因素使大衛渴慕神？
3. 大衛在 7 — 8 節裏向神求那四件事？
4. 概述大衛深信神聽禱告的基礎。

3/2/2024 星期六 詩篇一百四十四

金句：我們的倉盈滿，能出各樣的糧食，我們的羊在田間孳生千萬。我們的牛馱著滿馱，沒有人闖進來搶奪，也沒有人出去爭戰，我們的街市上也沒有哭號的聲音。遇見這光景的百姓便為有福！有耶和華為他們的神，這百姓便為有福！（詩篇一百四十四 13~15）

默想：這三節經文描述了那些有耶和華為神的百姓大部份所有的福氣，包括：豐足的物資，平安的生活及歡樂的氣氛。這是舊約時代神對以色列人的應許，一般來說也適用在新約基督徒身上，除非是為福音的緣故才会有例外（因為福音緣故而物資有缺、而受逼迫或傷害等），但在屬靈層面的福氣就很相似了：有滿足感、有內心的平安、常常喜樂等。你覺得你作為基督徒很有福氣嗎？較多是屬物質層面的福氣（如這篇詩所形容的）還是屬靈層面的？

禱告：神啊，感謝祢賜我何等多的福氣，使我能成為祢的兒女，享受祢所賜新生命所帶來的滿足、平安和喜樂，並有永生的盼望；也感謝祢賜我很多今生的豐足和歡樂，這一切都是我不配得的。幫助我一生以祢為我的神、我的主。

進深研讀問題：

1. 大衛用甚麼象徵描述神？他為何這樣想到神？
2. 人有那方面的可貴處使神對人有興趣？
3. 有甚麼描述仇敵的特徵？你認識這樣的人嗎？如何關注虛假和謊言的問題？
4. 詩人有何理由歌唱？他向誰歡樂？