

2024 二月灵修材料

教会同工希望帮助及推动弟兄姊妹能养成一个每天通过灵修读经来亲近神的好习惯，故从 2020 年开始提供这个灵修/读经计划，预期可在五年左右读完全本圣经。内容主要取材自《清晨静思主话》(This Morning with God: A Daily Study Guide to the Entire Bible, 总编：艾德理，译者：黄耀铨，出版者：种籽出版社。1977 年 10 月初版)，如你每天只有 10-15 分钟灵修的时间，可专注在「金句」经文、「默想」和「祷告」上；若有更多时间，可以读全部经文及默想「进深研读问题」。如果您有任何问题，请联络牧师或教育部同工！

计划详细资料亦放在教会的网站上 <https://www.wlacbc.org>, 按「灵修材料」。网站提供在线圣经连结, 方便在网上阅读。

2/5/2024 星期一 诗篇一百廿

金句：耶和華啊，求你救我脱离说谎的嘴唇和诡诈的舌头。...我与那恨恶和睦的人许久同住。我愿和睦，但我发言，他们就要争战。(诗篇一百二十 2, 6~7)

默想：诗人在这篇诗里表达出沮丧，就是他虽然喜欢和睦，但却活在不爱和睦的人中，以致他所讲的任何说话，都可以被对方用来挑起争端，产生磨擦。而他们挑起争端的方法，往往是透过谎言和诡诈的话，对诗人就构成了「以其人之道还治其人之身」的试探，所以诗人要求神介入保守。你有遇过这样的试探吗？当有人（同事、朋友？）用诡诈的手段来整你时，你会也想用诡诈的手段来应付或回敬他吗？你会把事情交托神，让祂为你解决吗？

祷告：神啊，我知道祢的心意是要我作和平之子，求祢赐我力量、忍耐和智慧去面对别人挑起的纷争，特别保守我不要有以牙还牙的心态去用诡诈来回应。

进深研读问题：

1. 诗人在本篇里的处境如何？
2. 他的获救需要甚么？为何？
3. 诗人怎样与周围连起来？为何？
4. 甚么促使人去争战？试比较当代人的心愿之异同。那些是渗入了谎言和虚伪？为何？

2/6/2024 星期二 诗篇一百廿一

金句：耶和華要保护你免受一切的灾害，他要保护你的性命。你出你入，耶和華要保护你，从今时直到永远。(诗篇一百二十一 7~8)

默想：这篇诗的主题是神的帮助和保护。诗人一开始使用一反问句「我的帮助从何而来？」来问帮助的来源，然后用整篇诗来回答那问题。从新约的角度看，神并没有应许基督徒免受一切肉身的灾害，但我们可以相信神是我们随时的帮助和保护，帮助我们去面对任何的灾害，保护我们不受恶者攻击。你经历过神在你有灾害时帮助你吗？你经历过神在恶者试探你时保护你吗？你愿意不断的信靠祂的帮助和保护吗？

祷告：神啊，祢是大能和慈爱的，感谢祢给了我随时帮助和保护的应许。求祢给我智慧，明白祢这应许的意义，不会了解为「成功神学」里一帆风顺的概念，而是能在风雨中经历到从祢而来的平安和确据。

进深研读问题：

1. 诗人对第 1 节的问题有何答案？
2. 你何时会提出这问题？你会向谁寻求帮助？
3. 试将神的帮助分类及解释其特定的方法。在何种情况下会经历到祂的帮助呢？
4. 这篇诗篇在那方面坚固了你对神的信心？

2/7/2024 **星期三** **诗篇一百廿二**

金句：人对我说「我们往耶和华的殿去」，我就欢喜。...你们要为耶路撒冷求平安：「耶路撒冷啊，爱你的人必然兴旺。(诗篇一百廿二 1, 6)

默想：这是一篇「上行之诗」（见诗的标题），是以色列人「上」耶路撒冷（因城在锡安山上）圣殿敬拜时在路上唱的诗歌，全篇主题是耶路撒冷和神的殿。诗人非常欢喜到耶路撒冷的圣殿去敬拜神，因为他很爱耶路撒冷，他也呼吁同行者为耶路撒冷求平安。旧约的圣殿和耶路撒冷预表着新约的教会（是基督徒而非教堂）和神的国。你欢喜与其他基督徒一起（在教堂或其他地方）敬拜神吗？你爱教会吗？你愿意常为神的国神的事工祷告吗？

祷告：主啊，我欢喜与其他基督徒一同敬拜祢。求祢加添我爱祢和爱教会的心，也加添我为祢的国为祢的事工祷告的负担。

进深研读问题：

1. 诗人往耶和华的殿去时有何感受？为何这事对他很重要？
2. 试描述耶路撒冷城。
3. 分析审判宝座与耶路撒冷城的关系(王上 7 :7)
4. 诗人献上自己给甚么？因何理由？

2/8/2024

星期四

诗篇一百廿三

金句：坐在天上的主啊，我向你举目！看哪，仆人的眼睛怎样望主人的手，使女的眼睛怎样望主母的手，我们的眼睛也照样望耶和華我们的神，直到他怜悯我们。(诗篇一百廿三 1~2)

默想：这篇诗很特别，诗人不是呼天唤地的去求神帮助，而是用「举目望」的方式来期待神的帮助。这至少有两重意义，一是反影出诗人与神有一种深厚爱的关系，是「尽在不言中」的，他只要在那里望神，神就知道他的心意和他的愿望，然后按他的需要来施行拯救。第二重意义是反影出诗人对神的信靠，他没有苦苦去哀求神帮助，而是耐心的等候神，「直到」神怜悯他，因他知道神明白他的处境，一定会来帮助他，就像另一篇诗所讲的意境：「你们要休息，要知道我是神」（四十六 10）。当你在难处中时，你有试过去信靠神，安心的去等候神而不焦急、不忧虑吗？

祷告：主啊，感谢祢是爱我的主，祢知道我的需要，当我遇到难处时，帮助我能信靠祢，在祢里面有平静安稳。

进深研读问题：

1. 试分析仆人的眼睛怎样望主人的手，与使女的眼睛怎样望主母的手。
2. 诗人的困难是什么？描述他的敌人的本性。他们为何要藐视他（参拉 4: 4-24;尼 2 :17-19;6:5-9）？
3. 他怎样处理这问题？
4. 当你面对非基督徒对你个人生活及对基督身体的藐视时，你怎样表明你对神的诚实和信靠？

2/9/2024

星期五

诗篇一百廿四

金句：以色列人要说：「若不是耶和華帮助我们，若不是耶和華帮助我们，当人起来攻击我们，向我们发怒的时候，就把我们活活地吞了。...我们得帮助，是在乎倚靠造天地之耶和華的名。(诗篇一百廿四 1~3, 8)

默想：「把我们活活地吞了」！何等可怕和绝望的呼声！诗人体会到若不是有耶和華的帮助（他重复了这句话两次），那就是他和其他以色列人的结局。但他没有只把责任推在神的身上，他知道自己有一个很重要的责任，就是要倚靠耶和華；当人倚靠耶和華的时候，他就不会自己慌张，乱找其他人来帮助，把事情弄巧反拙；他也会顺服神的指引，按神的方法去面对困境。反省你过去对神的倚靠，是真的全心倚靠，抑自己还是会忧虑，会方寸大乱？

祷告：神啊，感谢祢是大能的神，也是爱我的主，祢是我唯一可依靠的；当难处来到时，提醒我去单一依靠祢。

进深研读问题：

1. 以色列人在那方面倚赖神？诗人在第 2 节作甚么比较？
2. 试描述这裏的四个比喻（参尼 16:31-35；诗 32：6；22：13-20；91：3）。
3. 诗人可能在回想何种真实情况（参民 6：15-16；赛 37：33-38）？
4. 按全段的亮光，以色列人怎样学到第 8 节的功课？

2/10/2024 星期六 诗篇一百廿五

金句：倚靠耶和华的人好像锡安山，永不动摇。众山怎样围绕耶路撒冷，耶和华也照样围绕他的百姓，从今时直到永远。（诗篇一百廿五 1~2）

默想：当诗人在去耶路撒冷城敬拜神的旅途中，看到建在锡安山上的这个城时，他油然而生这首上行之诗之内所形容的感受：稳固的锡安山岩石，让他联想到神的可靠稳固，是他可以倚靠的；而耶路撒冷城所处高原四面环山的景色，也让他联想到神四面围绕着祂的百姓，保护着他们。你曾否到过一些国家公园，被里面宏伟的山岩所震慑，让你产生对永不动摇的神敬畏和赞叹？你曾否在一个被群山围绕的环境下，联想到被神围绕而带来安全稳妥的感觉？

祷告：神啊，我敬拜赞美祢，祢是何等伟大，祢永不动摇和改变，祢是可靠的；感谢祢，因祢常用祢的恩典围绕着我，用祢的能力保护着我，就是祢的百姓，祢的儿女。

进深研读问题：

1. 试描述耶和华与倚靠祂的人之关系。在这关系中，直到永远一词有何重要性？
2. 锡安山与信徒有何关系？在甚么历史意义上，这是一个属灵的真理而又是一个美丽的比喻（参诗 78：68-69）？
3. 义人当留心甚么警告？试分析在罪中生活的后果。
4. 试比较诗人对神的坚心信靠与他对罪的儆醒提防。你怎样在日常生活中去经历这两种心态的平衡？

2/12/2024 星期一 诗篇一百廿六

金句：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。我们满口喜笑、满舌欢呼的时候，外邦中就有人说：「耶和华为他们行了大事！」耶和华果然为我们行了大事，我们就欢喜。（诗篇一百廿六 1~3）

默想：当诗人知道耶和华将那些被掳到巴比伦的犹太人带回故乡的时候，他用做梦也想不到来形容这件事情是多么不可能发生，但神实在是行了这事，行了不可能的事！所以他以「满口喜笑、满舌欢呼」的表情来形容他极度的欢乐，但他更留意到这事对外邦人的影响，就是连他们也承认这是神的工作，而这个事实就更加添了诗人欢喜的情怀。你曾否经历过神在你身上一些奇妙到「不可能」的作为？你为此有极度欢乐的感受和表现吗？你会向未信主的亲朋分享这经历吗？

祷告：主啊，提醒我，让我记得祢在我生命中所行过的大事，让我再次回味当时的兴奋，也提醒我继续不断的去依靠祢，经历祢，以祢为乐。

进深研读问题：

1. 这样的欢乐与以色列的历史有何关系(参拉 3: 10-13)?
2. 在大胜利以后为何常有灰心的时候? 以色列人归回自己地方也是这样吗(考虑荒废七十年后的耕种情况)?
3. 4—6 节是怎样描写因果定律?
4. 你怎样应用 5-6 节的例子在你个人传福音的事工上?

2/13/2024 星期二 诗篇一百廿七

金句：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。(诗篇一百廿七 1)

默想：这是一篇所罗门王所写的诗（参诗标题），他用建造房屋来形容神的作为是最有说服力的，因他曾找到最好的材料和工匠，用了七年时间为神建造了以色列人第一所极其宏伟的圣殿，之后又花了十三年为自己建造华丽的宫室。然而他体会到若非神在整个过程中与他同在，保守并使用他的计划，这些劳力都是枉然的；一个这么能干聪明的人能够这样谦卑的依靠神绝不简单。你有否一些计划或工作是你上面花了很多心思的？你有所罗门这种对神依赖的态度吗？你对自己的评价也像他这样谦卑吗？

祷告：神啊，帮助我学习谦卑，不去依赖自己的才能劳力而是单单的依赖祢，因为祢是掌管一切的主，是成事的主。

进深研读问题：

1. 在甚么情景下你发觉自己劳碌焦虑？
2. 试比较这里与诗 126: 5-6 的意思。
3. 这里论到甚么有关儿童？他们怎样坚固社会？
4. 试比较他们在这裏的岗位与在现代社会的。

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；這些福氣包括甚么？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. 神賜福的根基是甚么？
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. 葡萄樹有何特征？它有何需要？它出產甚么？
4. 敬畏神最終的「副產品」是甚么？

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，却没有勝了我。(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，詩人却堅定的說：「却没有勝了我」！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：却没有勝了我嗎？

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 節里對受苦的想法 (參賽 51 :23) .他想出甚么積極的想法呢？
2. 有甚么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. 这里流露甚么感受？
4. 在这一切困扰里，我们看出神的性情是怎样？

2/16/2024 星期五 诗篇一百三十

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

默想：这是一篇求告神的诗，当诗人向神祷告的时候，他突然想起，他是一个罪人，在神面前是没有甚么把握会被神垂听的，如果神是按着祂的公义来对待他，他就一定站不住脚。然而他却转念想到神是有赦罪之恩的，所以他可以继续有耐心的去祷告，去等候神。你知道按着你的本相，你是罪人一个，神应该是要远离你，不听你的祷告吗？但感谢神因祂有赦罪之恩，为你预备了耶稣基督的救赎，所以当你愿意信耶稣而成为一个敬畏祂的人时，你就可以以义人的身份来到祂面前向祂祷告，祂也乐意听你的祷告。

祷告：神啊，感谢祢不以我是罪人的本相来对待我，而是愿意在耶稣基督里赦免我的罪，我要好好珍惜这个恩典，常常等候在祢的面前，向祢祷告。

进深研读问题：

1. 在 1—4 节裏诗人所关注的是甚么？
2. 当他等候神时，有什么发生？为何？在你生命里，「等候」包括甚应？
3. 试描述能使诗人有盼望之神的特征。
4. 深陷在罪孽和灰心时，你有何反应？

2/17/2024 星期六 诗篇一百三十一

金句：耶和华啊，我的心不狂傲，我的眼不高大，重大和测不透的事，我也不敢行。我的心平稳安静...。(诗篇一百三十一 1~2)

默想：这是戴维写的诗（参标题），他虽然是王，也是一个善于打仗的勇士，但是他毫不骄傲，这篇诗就是表达了他柔和谦卑的一面，他特别提到他的心境是「平稳安静」的。圣经其他地方也记载过他曾对神说：「我是谁，我的家算什么」的话，这大概也是神称他为合神心意的理由之一。如果你有戴维那样的成就（征服各邻邦，作以色列王四十年），你想你会谦卑吗？你会有很多野心，想去作大事吗？你仍能常常在神面前平稳安静吗？

祷告：主啊，帮助我的心能常常在祢面前平稳安静，等候聆听祢的话，明白祢的心意；帮助我不以自己的任何成就（就算是服侍教会的）自豪自傲，提醒我常有谦卑的心。

进深研读问题：

1. 戴维对自己的态度有何特征？试分析这态度与他的心平稳安静之关系。
2. 他何时开始仰望耶和華？
3. 他的盼望与他自己在诗 130：5-6 及这裏第 2 节的行动有何关系
4. 你怎样能开始表现向神的谦卑和诚实？

2/19/2024 星期一 诗篇一百三十二

金句：耶和華啊，求你记念戴维所受的一切苦难。他怎样向耶和華起誓，向雅各布的大能者许愿，说：「我必不进我的帐幕，也不上我的床榻。我不容我的眼睛睡觉，也不容我的眼目打盹。直等我为耶和華寻得所在，为雅各布的大能者寻得居所。」(诗篇一百三十二 1~5)

默想：这篇诗描述戴维王为神的约柜有一安定居所而焦急的情怀。他当时在耶路撒冷登位作以色列人的王不久，很关心神的约柜，希望它可以从基列耶琳被搬到耶路撒冷城里，不再像从前塞繆尔时代那样被运来运去，「居无定所」的情况。他的这个情怀，后来更发展到想为神建造圣殿，让神有一个「永久的居所」。神虽然是无所不在，不像人那样需要定居在某个地方，但神很欣赏戴维那种关心神的事情到废寝忘餐的地步，所以后来祂也答应让戴维藉他儿子所罗门的手为祂建造圣殿。你今天关心神家的事情会到废寝忘餐的地步吗？你会看见神家的需要而主动的有所行动吗？

祷告：主啊，帮助我的目光不是常常只留意自己的需要，求祢将教会的需要多放在我心中，让我可以更多参与建立教会，叫更多人可以认识祢。

进深研读问题：

1. 试解释戴维的心愿(参撒下 7) .他怎样流露他对那工作的委身？
2. 百姓有何回应(6 — 7 节)？
3. 神又有何回应？
4. 神拣选的居所与戴维的想法有何不同 (11-12 节)？

2/20/2024 星期二 诗篇一百三十三~一百三十四

金句：耶和華的仆人，夜间站在耶和華殿中的，你们当称颂耶和華！你们当向圣所举手，称颂耶和華！愿造天地的耶和華，从锡安赐福给你们！（诗篇一百三十四 1~3）

默想：这篇诗呼吁在耶和華殿中守夜的仆人去称颂耶和華，这有甚么特别？在夜间，耶和華的殿没有熙来攘往的人群来朝拜神，所以守殿的人做甚么也没有人会知道，他们对神的称颂，他们的举手只有神知道，神就会亲自赐福给他们。这原则就像耶稣教导门徒要到内屋去祷告，不要祷告给人看，神就会在暗中察看并报答他们一样（太六 6）。你在自己私下灵修的生活有称颂敬拜神吗？你对神的称颂敬拜只在主日集体崇拜时才会做吗？这会否正反映着你是为人做多于为主做呢？

祷告：主啊，我要称颂赞美祢，帮助我对祢的称颂赞美不是要做给人看，乃是因被祢自己的伟大、奇妙和慈爱所感动而发自内心对祢的响应。

进深研读问题：

1. 合一的结果是甚么？
2. 油被浇在头上后会怎样(参利 8:12)? 它的影响怎样扩展？
3. 甘露在没有足够雨水的地方有何果效？
4. 真正的合一在你的基督徒团体裏有何效果？有甚么明确的态度和行动会因此改变？为着使你的团体能更合一，你个人须作甚么改变？

2/21/2024 星期三 诗篇一百三十五

金句：耶和華拣选雅各布归自己，拣选以色列特做自己的子民。原来我知道耶和華為大，也知道我们的主超乎万神之上。(诗篇一百三十五 4~5)

默想：诗人在这篇诗要赞美耶和華，他提到很多他可以赞美耶和華的原因；这两节金句提到其中两个原因，一个是因为神的拣选，使诗人作为以色列人能享受神子民的地位和福气，这是一个客观的原因。第二个原因是一个诗人主观的原因，就是他很清楚的「知道」神的伟大和超越，而不只是「相信」神的伟大和超越。知道和相信有甚么分别？「相信」是你用信心去相信别人的意见，是有不确定性的；但「知道」就是一个很确实的认定，因为自己曾经亲身经历过，体验过。你今天对神的认识只是相信还是到了知道的地步？神对你来说是那么真实的吗？

祷告：主啊，祢是真实的神，但我对祢的认识可能仍是停留在相信别人的话的层面。帮助我更多经历到祢的真实和超越，使我能有把握的说，我知道祢是真实的，是大能的，也是爱我的。

进深研读问题：

1. 这里唤起诗人甚么过往得胜的记忆？
2. 以色列人如何经历到神的主权和大能？
3. 作为属神的人，你对神的绝对主权有何信心？在你目前的景况中，在那方面你需要神的大能？

4. 试概述你要赞美神的理由。

2/22/2024 星期四 诗篇一百三十六

金句：称谢那用智慧造天的，因他的慈爱永远长存！称谢那铺地在水以上的，因他的慈爱永远长存！称谢那造成大光的，因他的慈爱永远长存！他造日头管白昼，因他的慈爱永远长存！他造月亮星宿管黑夜，因他的慈爱永远长存！（诗篇一百三十六 5~9）

默想：这篇诗的特点是每句都以「因他的慈爱永远长存」作结，所以重点是要称谢神的慈爱。而每句的前半句提到的就是能够看到神慈爱的地方或原因。诗的开始时（1~9 节）前半句是提到神创造的奇工，后来（10~24 节）提到神对以色列人的拯救和带领，到最后（25~26 节）是提到神对世人的恩惠。神赐恩给以色列人和世人反映出祂的慈爱很容易了解，但诗人认为神创造的奇工也是反映出神的慈爱，因为他了解到神是为着人而创造万物，使人有一个能存活并享受的环境。你有留心欣赏神所创造的世界吗？你有为神精心为你打造的世界而感恩吗？

祷告：神啊，感谢祢创造了世界，也给了我生命气息，使我可以享受百物，这都是出于祢的慈爱。

进深研读问题：

1. 本篇与以前的赞美诗有何分别？
2. 追溯神的手由创世至以色列蒙救所作成的工。你学到甚么有关神对待人的方法？
3. 大能的手和伸出来的膀臂提示神的什么属性？
4. 神在本篇向那些好像以色列人常怀疑祂慈爱的人说些甚么话？

2/23/2024 星期五 诗篇一百三十七

金句：耶路撒冷啊，我若忘记你，情愿我的右手忘记技巧！我若不纪念你，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！（诗篇一百三十七 5~6）

默想：这篇诗是一个被掳到巴比伦的以色列歌唱师怀念故国所作的哀歌。他平常是很喜爱弹琴唱歌的，但当掳掠他的外邦人半戏弄式的要求他们为他们唱一首以色列歌的时候，他思乡之情大发，并且悲从中来；他强调自己看耶路撒冷过于他所最喜乐的，包括弹琴和歌唱。对我们基督徒来说，耶路撒冷是象征神的国。今日主也问你和我：你爱我和我的国比这些（你的嗜好、兴趣、才干等）更深吗？你会怎样回答呢？

祷告：主啊，感谢祢爱我，为我牺牲舍命，拯救了我。求祢激励我爱祢更深，胜过一切其他的事物。

进深研读问题：

1. 以色列人在被掳时感受如何？那些掳掠者运用甚么心理战术？
2. 试分析诗人对眼前情景的反应。是否合理？
3. 你认为神对敌人有何态度？
4. 耶路撒冷有何重要性？为何？

2/24/2024 星期六 诗篇一百三十八

金句：我呼求的日子，你就应允我，鼓励我，使我心里有能力。...耶和華虽高，仍看顾低微的人，他却从远处看出骄傲的人。...耶和華必成全关乎我的事。(诗篇一百三十八 3, 6, 8)

默想：戴维在这篇诗显出他对神的信心，他知道神与他有亲密的关系，所以他很有把握神一定会应允他的呼求。神虽然好像是高高在上，离开人很远，但他相信神是会看顾他这样低微的人；他的结论是：「耶和華必成全关乎我的事」。你与神的关系怎样？你的呼求祂会听吗？你能够有把握的说：神必成全关乎你的事吗？

祷告：神啊，祢是爱我的主，也是听祷告的神，帮助我也有戴维那样对祢的信心，知道祢会听我的呼求，也会成全关乎我的事，谢谢祢。

进深研读问题：

1. 请列出戴维感恩的理由。
2. 神怎样应允他的祷告？因这祷告蒙应允，谁被高举？戴维在得蒙应允时怎样表现谦卑？
3. 你注意到这里有甚么矛盾？
4. 不顺利的处境怎样影响戴维与神的关系？

2/26/2024 星期一 诗篇一百三十九

金句：神啊，求你鉴察我，知道我的心思；试炼我，知道我的意念。看在我里面有什么恶行没有，引导我走永生的道路。(诗篇一百三十九 23~24)

默想：在这篇诗里，为甚么诗人要求神鉴察他，好知道他的心思意念呢？难道诗人不知道自己里面的心思吗？是的，是可能不知道的，因为「人心比万物到诡诈，坏到极处，谁能识透呢？」特别当人里面的恶念正在萌芽的阶段。诗人认识到神的无所不知，无所不在，所以他求神鉴察他的内心。一个认识自己软弱的人，就会常常作这祷告去依靠神来帮助自己不犯罪和走永生的道路。你会觉得自己很刚强，很有自知之明，不需要作这祷告吗？你有曾经发现自己里面的黑暗诡诈而震惊吗？你愿意常作这祷告吗？

祷告：神啊，祢是无所不知的，祢知道我心底里最深的思想。求祢常常提醒我，让我认识到自己的软弱，引导我走祢的道路。

进深研读问题：

1. 耶和華與戴維整個生命有何關係？ 列舉神深知戴維生命里或性格上的那方面。
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. 你認為戴維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. 試描述戴維在這幾節經文里對神的態度。

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？

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

进深研读问题：

1. 甚么行動是惡人的特征？戴維對他的態度怎樣？
2. 他們有那些敵人？為何？
3. 戴維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：戴維認識到自己的軟弱，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

要圣灵来提醒、来加力、甚至来阻挠。你有经历过圣灵帮助你胜过试探或罪的工作吗？是禁止？是保守还是提醒催逼？

祷告：主啊，感谢祢赐圣灵给我；求圣灵帮助约束我的口，提醒我的心并保守我不去犯罪。我愿意学习对圣灵的感动和提醒更敏锐，更顺服。

进深研读问题：

1. 戴维在开始祷告时有何感受？他想神怎样接纳他的祷告？
2. 在那方面你从戴维的态度见到谦卑？你容易接受别的基督徒给你的教训和督责吗？到甚么程度呢？
3. 他面对甚么危险？他有甚么防卫？
4. 你会怎样描述他对自己的态度？对神呢？对他的仇敌呢？

2/29/2024 星期四 诗篇一百四十二

金句：我发声哀告耶和华，发声恳求耶和华。我在他面前吐露我的苦情，陈说我的患难。...耶和华啊，我曾向你求，我说：「你是我的避难所，在活人之地你是我的福分。」(诗篇一百四十二 1~2, 5)

默想：这篇诗是戴维在洞里作的，似乎是正在逃避人（扫罗王？）的追杀，所以是非常危险的，如被发现，必死无疑，因已无路可逃了。首二节他是用第三身（他）来称呼神，所以是在表达他哀求神的情绪多于去求神拯救。到第三节，他才转用第二身（你）来称呼神，直接向祂哀求拯救。你曾否经历过一个走投无路的生死关头？你有去求神拯救吗？你有向神表达你绝望的情绪吗？神是了解你的苦情的，祂会给你希望并拯救你。

祷告：主啊，感谢祢是爱我的主，大能的神。谢谢祢常听我的祷告，特别是当我感觉绝望的时候，帮助我能体会到没有一样难处是大过祢的恩典的。

进深研读问题：

1. 戴维的仇敌欢喜甚么？
2. 戴维知道逼迫他的人那两种特征（3, 6节）？
3. 神本性里的甚么美德使祂成为戴维的特别困难之解答？
4. 其他信徒在蒙救上可有甚么份儿（与7下、4上比较）？

3/1/2024 星期五 诗篇一百四十三

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，凡活着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：戴維一方面求神憑祂的信實和公義來應允他的禱告，但跟着就求神不要審問他，因為他不是義人，也就是求神不要憑祂的公義來對待他。如果你是神，你會覺得戴維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，感謝祢在基督里稱我為義，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 節里的動詞。你注意到有何次序？戴維怎樣超越單是頭腦上的贊同神？
2. 甚么因素使戴維渴慕神？
3. 戴維在 7 — 8 節里向神求那四件事？
4. 概述戴維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。我們的牛馱着滿馱，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，除非是為福音的缘故才会有例外（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。

进深研读问题：

1. 戴维用甚么象征描述神？他为何这样想到神？
2. 人有那方面的可贵处使神对人有兴趣？
3. 有甚么描述仇敌的特征？你认识这样的人吗？如何关注虚假和谎言的问题？
4. 诗人有何理由歌唱？他向谁欢乐？