

詩篇默想(五)(楊震宇)

【《詩篇》(卷五)(一百零七至一百五十)默想】——讚美

【提示】請讀《詩篇》一百零七至一百五十篇兩遍；若可能的話，請再特別研究《詩篇》一百十九篇。這一卷《詩篇》主要由大衛執筆，中心思想是「神的話」，正像申命記是重新申述神的話。特別是一百十九篇，其中所有的教訓都是圍繞著遵守神的律法。這卷《詩篇》也是讚美和稱謝神和祂的話語的讚歌，大多數的《詩篇》原本是配合音樂，在敬拜中使用的。本卷與申命記相對照符合，同樣論及了神的話與生命(一百零七~一百十八篇)；神的律法(一百十九~一百四十五篇)；以及讚美的詩歌(一四六~一五零篇)。

【要旨】《詩篇》第五卷教導我們從神的話來得到祂的醫治和拯救；以及呼召我們來向神唱出讚美，因祂慈愛的諸般行動。《詩篇》是一本使我們心靈歌唱的書。我們今日仍可以使用這些《詩篇》，和其他聖徒，彼此對說，口唱心和地讚美主(弗五1)。

8月21日

讀經	第 107 章	第 108 章	第 109 章
主題	神所顯的慈愛	倚靠神得勝仇敵	求神報應惡人
鑰句	耶和華的慈愛	我們倚靠神	惟願你賜福

鑰節：【詩一百零七8】「但願人因耶和華的慈愛和他向人所行的奇事，都稱讚他。」

默想：本篇是蒙救贖者感恩的禱告。詩人回顧以色列民從被擄之地巴比倫歸回的情景，就呼召百姓向神發出感恩的歌聲，讚美祂不變的慈愛。在這首詩裏，詩人以呼籲全會眾稱謝神為開始(1~3節)；然後，他生動地描寫神救他們脫離了所遇的各種危險，包括沙漠和曠野中的迷失(4~9節)，身陷黑暗的冤獄中(10~16節)，罹重病臨近死亡(17~22節)，和漂流茫茫大海上(23~32節)；最後，他再次描述神如何化災禍為祝福(33~38節)，使困苦窮乏的人得到保護和眷顧(39~42節)。本篇值得注意的就是，詩人述說神對被贖之民所發的「慈愛」，並願蒙愛者向神發出稱謝。他用了四個圖畫，形容神向四種景況中人所顯的「慈愛」：在曠野迷路的人(4~9節)，被囚禁的人(10~16節)，患重病的人(17~22節)，和航海遇難的人(23~32節)。本篇有四次重複這一詩歌中的副歌：「但願人因耶和華的慈愛，和向人所行的奇事，都稱讚祂」(本節重複了四次，即8、15、21及31節)，而每一類遭遇患難中的人求告神，蒙神看顧和拯救之後，都用這副歌讚美神的「慈愛」。詩人顯然意識到神的「慈愛」不斷地伴隨著他。在人生各種的遭遇中，如果知道神的「慈愛」仍眷顧我們，祂有能力肯來幫助我們，就能得到很大的安慰。

親愛的，在過往經歷中，你是哪一類人？神又怎樣從困難的情況中幫助過你？人生變幻無常，有時

爬得高、有時跌得低，正如「[上到天空，下到海底](#)」(26 節)，但神密切注視你的遭遇，祂那不變化的「慈愛」從沒有離開你。

背景：《詩篇》第一零七篇是卷五的開始，是以色列人被擄，返國後第一次住棚節獻感謝祭所唱的詩歌。本詩是回答《詩篇》一零六篇 47 節的禱告，指出神如何拯救祂的百姓脫離仇敵之手。全詩結構謹嚴，其中有四段副歌：「於是，他們在苦難中哀求耶和華，他從他們的禍患中搭救他們」(6, 13, 19, 28 節)與「但願人因耶和華的慈愛，和向人所行的奇事，都稱讚祂」(8, 15, 21, 31 節)，形成對偶句，貫穿於整首詩歌。詩人藉此副歌描述以色列民回歸故國所遇的患難，而他們如何禱告獲拯救，因此獻上感謝。本詩多次提到神的「慈愛」(1、8、15、21、31、43 節)。全詩分為二段：(1)蒙救贖者要稱謝耶和華(1~3 節)；(2)當思想神向人顯的慈愛(4~43 節)。

鑰節：【詩一百零八 13】「我們倚靠神，才得施展大能，因為踐踏我們敵人的就是他。」

默想：本篇是大衛感謝神拯救的禱告。在這首詩裏，大衛感謝神的大愛(1~5 節)，因為祂拯救祂的百姓脫離仇敵之手，並且也戰勝強大的仇敵(6~13 節)。本篇值得注意的就是，大衛神藉著描述這些神拯救的大作為，顯明了祂的慈愛和信實(4 節)，以及祂的應許(7~10 節)。此外，編者重新組合大衛五十七篇和六十篇之前的禱告，祈求神幫助抵抗仇敵，來應付當時新的需要，因神的慈愛，信實和應許不因環境而改變，而永遠是亙古常新的。因此，無論在任何環境和遭遇之下，我們都可以找到神的話語來扶持我們，而成為我們的能力來戰勝仇敵。

親愛的，你可以謀事、作事，但成事在乎神。因此你當倚靠祂，才能從祂的話語得到引導，智慧和力量，施展大能做出超過自己能力的事。

背景：《詩篇》第一零八篇的標題稱為「大衛的詩歌」。本篇其內容重複了以前另兩篇的話：1~5 節曾在五十七篇 7~11 節中記載；後面 6~13 節由六十篇 5~12 節中引來的話。原來的兩篇是先祈求，後轉為讚美，而本篇卻是由讚美開始，後轉為祈求。他。本詩大概在被擄歸回後被人編輯而成，用來在聖殿崇拜時頌讚之用。編者所要表明的乃是對神的稱頌和信靠。因為他們經歷了 70 年漫長的被擄歲月；如今，照著神的應許，歸回耶路撒冷。全詩分為二段：(1)歌頌神的慈愛(1~5 節)；(2)倚靠神戰勝仇敵(6~13 節)。

鑰節：【詩一百零九 21】「主耶和華啊，求你為你的名恩待我，因你的慈愛美好，求你搭救我！」

默想：本篇是大衛求神報應仇敵的禱告。在這首詛咒詩裏，大衛呼求神審判那些向他作出虛假指控的人(1~5 節)；然後，他求神對付敵人，使他們遭受利害的刑罰(6~20 節)；其後，他在禱告中細訴所受的痛苦，求神拯救(21~25 節)和審判(26~29 節)；最後，他向神歌頌讚美，因他深信神必會為他伸冤(30~31 節)。本篇值得注意的就是，大衛在他人生最深沉、黑暗的時刻，以「讚美」來貫穿他的禱告。大衛因惡人的行為，求神對付敵人，使他們遭受利害的刑罰。然後，他以自己的痛苦和神的慈愛作為禱告的基礎，求神搭救。本篇 21 節開頭，「[但你……](#)」(和合本沒有翻譯出來)一語，將全詩的氣氛改變過來。大衛在最痛苦的日子，依然藉著禱告，將他心中的不平和痛苦，交給那位公義審判罪惡的主，仰望祂的施恩、搭救和幫助，因祂的慈愛美好。大衛這樣的禱告完全來自信靠神的名與祂的慈愛(21 節)，而克服了危機。我們是否也得著了以信心的「讚美」，而超越苦難的秘訣呢？

親愛的，神不是按照你所想望的方式在幫助你，祂乃是將你的危機轉換成你的祝福。

背景：《詩篇》第一百零九篇是大衛躲避他兒子押沙龍時所作的詩。本詩是咒詛詩。大衛為什麼要寫出咒詛的詩篇呢？因他生在律法之下，並且他站在國家的立場上講話，或者站在先知的立場上預言將來的審判。這首咒詛詩中所表現的仇恨與言辭的惡毒，解經家出現許多不同的解釋，讀者若有興趣可參考不同的工具書。使徒彼得在使徒行傳一章 20 節，也引用了本篇第八節的話應驗了猶大的死這話，「願別人得他的職分」。全詩分為三段：(1)訴說惡人行為(1~5 節)；(2)求神報應惡人(6~20 節)；(3)求神施恩搭救(21~31 節)。

禱告：神阿，祢的慈愛永遠長存。我們感謝祢「從黑暗中和死蔭裡領我們出來」(詩一百零七 8)，使我們的黑夜變為白晝。

詩歌：【清晨的日光】(《生命詩歌》576 首)

一 雖經漫漫長夜，晚星也都已消滅，神卻未曾忘記祂所定的永約；

當我們正徘徊在死蔭之地離不開，有一清晨的日光從天而來。

是神憐憫的心腸，眷顧罪人的憂傷，把我們的腳引到平安路上，

所有黑暗盡驅走，我神我主施拯救，使我們的黑夜變為白晝！

二 你來尋找失喪者，你肯赦免犯罪的，你使卑賤無望人得享喜樂；

當我們正徘徊在死蔭之地離不開，有一清晨的日光從天而來。

你是神人的調和，你是人中的聖者，我們從你看見人性的美德；

如此救主我愛戴，向你全心獻敬拜，讚美你，今住我卑微胸懷！

視聽——[清晨的日光~churchinmarlboro.org](http://churchinmarlboro.org)

8 月 22 日

讀經	第 110 章	第 111 章	第 112 章
主題	讚美彌賽亞	讚美神的作為	敬畏耶和華的人必蒙福
鑰句	當你掌權的日子	耶和華的作為本為大	這人便為有福

鑰節：【詩一百一十 1】「耶和華對我主說：『你坐在我的右邊，等我使你仇敵作你的腳凳。』」

默想：本篇是大衛預言彌賽亞。在這首詩裏，大衛說描述神在仇敵面前立他為王(1~3 節)；然後，他說神照著麥基洗德的等次立他為大祭司，要戰勝一切仇敵(4~7 節)。本篇值得注意的就是，大衛被聖靈感動之下，預言了彌賽亞基督升天坐在神的右邊，作他們的大祭司，並且得勝了仇敵。在本篇，大衛清楚地描述了基督的兩方面：一面祂是得勝的君王(徒二 32~35；來一 13；啟十九 11~16)，另一面祂是照著麥基洗德的等次永遠為祭司(創十四 18；來五~八章；亞六 13)。我們仔細研讀本詩時，加以默想，瞭解其中所指的，就能明白此詩論及基督的寶貴之處了。

親愛的，默想基督是得勝的君王，你今天是否支取祂得勝的力量，願與祂一起成為得勝者嗎？默想基督亦是在坐在神的右邊，長久為我們禱告的祭司，你是否到祂的施恩的寶座前，得恩典做隨時的幫助呢？

背景：《詩篇》第一百一十篇是大衛的詩。本篇被稱為「彌賽亞詩篇」，也是被公認為最直接的預言詩，見證主耶穌已經得勝了，且升天坐在神的右邊，作我們的大祭司。本篇詩篇是新約引用舊約最多的一

篇。短短的七節中，在新約被引用超過了 20 次之多，因為無論是直接或間接的，這詩是指著主耶穌說的。在馬太福音二十二章 41~42 節裡，主耶穌背誦了這首詩的第一句，並將其用在自己的身上。全詩分為三段：(1)預言基督升天坐在神的右邊(1 節)；(2)預言基督照著麥基洗德作君王和祭司，(2~4 節)；(3)預言基督破敵頭(5~7 節)。

鑰節：【詩一百一十二】「耶和華的作為本為大，凡喜愛的都必考察。」

默想：本篇是讚美神的作為的禱告。在這首讚美詩裏，詩人呼籲人來讚美耶和華(1 節)，因為祂所成就的工作是尊榮，威嚴和公義的(2~3 節)；然後，他描述神向祂的百姓施恩，為他們成就了大事(2~9 節)；最後，他勸勉人敬畏神，因敬畏神是智慧的開端(10 節)。本篇值得注意的就是，詩人講到神奇妙的作為，因為祂的工作又偉大，又有尊貴與榮耀；並且神必永遠被記念祂的約，所以我們當敬畏耶和華。本篇雖然只有短短的十節，但卻涵蓋了神豐富的作為，例如拯救祂的子民出埃及，在曠野賜糧食給他們，和帶領他們進入應許地。本詩常出現的字有「行」或「作為」(Work)，用來述說神偉大的、大能的、堅定的；而且顯示祂一切所作的都是有恩惠，有憐憫的，祂手的作為彰顯出祂的能力、公義、真實和公正。當我們想到神的作為，我們的態度也應像詩人那樣深入「考察」(2 節)，「記念」(4 節)和「敬畏」(10 節)祂奇妙的作為。

親愛的，詩人欣賞神的作為而讚美神，你是否也如此深刻地認識神在你身上的工作呢？

背景：《詩篇》第一百十一篇的體裁是字首詩。本篇首八節的每一節都有兩個詩句，最後兩節各有三個詩句，共有 22 詩句，而每個詩句第一字的第一個字母是按希伯來 22 個字母的次序排列。這種體裁便於背誦。開始第一句都是「你們要讚美耶和華」——「哈利路亞」是同義字；哈利路亞由第一個字母 Aleph 開始。第 1 節和 10 節點出本詩主題的主題——當敬畏耶和華的作為。全詩分為三段：(1)要讚美耶和華(1~3 節)；(2)述說神的作為(4~9 節)；(3)當敬畏耶和華(10 節)。

鑰節：【詩一百一十二 1】「你們要讚美耶和華！敬畏耶和華，甚喜愛他命令的，這人便為有福。」

默想：本篇是敬畏耶和華的人必蒙福的禱告。在這首詩裏，詩人把敬畏神人的祝福(1~9 節)與惡人最終的滅亡(10 節)作了強烈的對比。本篇值得注意的就是，敬畏神是一切真幸福和興旺的秘訣和源泉。詩人列出敬畏耶和華的人，乃是：(1)凡事存敬畏神的心(1 節)；(2)家庭興盛的(2~3 節)；(3)幫助別人的(4~5, 9 節)；(4)剛強的(6~8 節)；(5)被惡人所恨的(10 節)。而敬畏耶和華的人所蒙的福，包括：(1)家庭興盛的福(2~3 節)；(2)逆境得順暢之福(4~5 節)；(3)兇惡中得安穩之福(6~8 節)；(4)榮耀之福(9~10 節)。神是祝福之神，而每一項神所賜的祝福都值得我們深入去默想。因為這些福也是為我們預備的。親愛的，詩人用三個「不」來形容信靠耶和華的人「永不动摇」，「不怕兇惡」和「總不懼怕」(6~8 節)，你又如何能在生活中屹立不倒，也不懼怕呢？

背景：《詩篇》第一百十二篇與一百十一篇都是字首詩，其中多句連開始的字都一樣，可以說是相互輝映，很可能為一百十一篇的續篇。上篇結語論到敬畏耶和華是智慧之源；本詩接著描述那些敬畏神的人，他們所蒙的福是何等的豐富。因本篇是字母篇，所以不易分段，只好以「敬畏耶和華的人」分為二段：(1)敬畏耶和華的人有福(1 節)；(2)敬畏耶和華所蒙的福(2~10 節)。

禱告：主阿，當我們想到祂所成就的工作，我們願更多認識祂，更多享受祂的豐富，更多讚美祂。

詩歌：【我願更多認識基督】(《聖徒詩歌》277 首第 1 節)

我願更多認識基督，更多追從祂的道路；

更多認識祂的救贖，更多享受祂的豐富。

(副) 更多認識基督，更多認識基督；

更多認識祂的救贖，更多享受祂的豐富。

視聽——[我願更多認識基督~churchinmarlboro.org](http://churchinmarlboro.org)

8月23日

讀經	第 113 章	第 114 章	第 115 章
主題	讚美耶和華的眷顧	讚美神的拯救	讚美耶和華是獨一的真神
鑰句	誰像耶和華我們的神呢？	你的名在全地何其美！	他們的神在那裡呢？

鑰節：【詩一百十三 5】「誰像耶和華我們的神呢？他坐在至高之處，」

默想：本篇是向神大聲的讚美。在這首讚美詩裏，詩人呼籲人一同來讚美耶和華(1~3 節)，因為神至高的榮耀(4~5 節)和神眷顧人的作為(6~9 節)。本篇值得注意的就是，詩人重複提及應當「讚美耶和華的名」，因為耶和華的所是和祂的所做。所以，他提醒耶和華的僕人在任何時候——「從今時直到永遠」(2 節)和任何地方——「從日出之地到日落之處」(3 節)都要讚美耶和華，因為：(1)耶和華為至高，超乎萬民之上，而坐在至高之處(4~5 節)；(2)耶和華自己謙卑(6 節)；(3)耶和華提拔貧窮人(7~8 節)；(4)耶和華的憐憫使不生育的婦人多生子(9 節)。我們有這樣的神，何人能夠答復，「誰像耶和華我們的神呢？」(5 節) 因此，讓我們一起來讚美祂的名！

親愛的，至高的神竟然眷顧那些陷在絕望深淵中的貧窮、卑微人，這給你什麼鼓勵和挑戰呢？

背景：《詩篇》第一百十三至一百十八篇是「讚美《詩篇》」(Hallel Psalms)而聞名，因為一再重複呼喊「哈利路亞」，即「讚美耶和華」之意。讚美就是這幾篇《詩篇》的主題。在猶太人的習慣裡，這幾篇《詩篇》是他們在逾越越節時所要吟唱的。守逾越節的時候，他們在吃逾越節筵席以前，就唱本篇；吃完之後，就唱一百十四至一百十八篇。主耶穌和門徒吃完了最後一次逾越節筵席的時候，聖經記載說：「他們唱了詩，就出來，往橄欖山去」(馬可福音十四章 26 節)。那時他們所唱的，就是這些詩。全詩分為二段：(1)呼召讚美耶和華(1~3 節)；(2)讚美神的原因(4~9 節)。

鑰節：【詩一百十四 6~7】「大山哪，你為何踴躍如公羊？小山哪，你為何跳舞如羊羔？大地啊，你因見主的面，就是雅各神的面，便要震動。」

默想：本篇是記念神拯救祂的百姓出埃及進迦南的讚美。在這首讚美詩裏，詩人講述當年神帶領以色列人離開埃及時的大能作為(1~4 節)；然後，他頌贊神的大能，甚至滄海、大山、小山和大地都有所畏懼(5~8 節)。本篇值得注意的就是，詩人描繪神如何揀選以色列人，領他們離開埃及，又施行神諸般神蹟搭救他們，並且生動有趣地刻畫他們進入應許之地的各種場面。在本篇短短的八節聖經中，詩人記述了五大神蹟，這五個神蹟分別是：(1)過紅海(3 節)；(2)過約但河(3 節)；(3)兩次從磐石得水(8 節)；(4)以及神在西乃山降臨頒佈律法(4~7 節)。此外，第 6 節詩人用擬人法問眾水和群山為甚麼「踴躍」，「跳舞」呢？詩人表明這些神蹟奇事都是出於神的同在，來回答這一個問題。因為神看顧祂的百姓，並且祂自始至終都掌管他們出埃及的旅途，因此祂改變了大自然的規則，來成全對其子民的救恩。

我們有神同在的經歷嗎？連大地在神面前都要震動，我們又該如何來回應祂的同在呢？
親愛的，大地見主，敬而震動；你見主面，感受又如何呢？

背景：《詩篇》第一百十四篇被擄歸回的讚美詩，述說神親自帶領以色列人出埃及進迦南，詩人因為神的拯救而讚美和感謝祂。全詩分為二段：(1)神奇妙拯救以色列人出埃及(1~4 節)；(2)為何有這些神跡奇事的理由(5~8 節)。

鑰節：【詩一百十五 8】「造他的要和他一樣，凡靠他的也要如此。」

默想：本篇是讚美耶和華是獨一的真神。在這首讚美詩裏，鼓勵眾人將榮耀歸給神(1~3 節)，並描繪偶像的無能(4~8 節)；然後，他勸勉眾人依靠耶和華(9~13 節)，並許願讚美神(14~18 節)。本篇值得注意的就是，詩人對照獨一真神的全能、威嚴、智慧、仁慈、榮耀與人手所造的偶像的無用、荒謬、無能，作了強烈的對比。本篇中，詩人特別提到我們的神是可倚靠的，是可經歷的，因為祂是：(1)慈愛和誠實的神(3 節)；(2) 隨己意行事的神(3 節)；(3)是可倚賴的神(9~11 節)；(4)是賜福的神(12~16 節)；(5)是永遠當受讚美的神(17~18 節)。此外，第 8 節指出外邦人的神雖然是摸得到，看得見，而且什麼都有，但什麼都「不能」，而造它的人也「不能」，凡靠它的人更「不能」(4~8 節)。我們的神是怎樣的神？今天我們還有一些甚麼偶像在心中呢？

親愛的，你是如何回應這位獨一的真神呢？詩人提到「死人不能讚美耶和華」(17 節)，你有否把握機會，多多的讚美、稱頌主呢？

背景：《詩篇》第一百十五篇是被擄歸回的讚美詩，神的百姓因祂對他們的慈愛與信實來讚美祂。本詩採用對唱形式，詩班先唱，會眾和唱。全詩分為二段：(1)勸眾人識別真神與偶像(1~8 節)；(2)勸眾人要倚靠耶和華(9~18 節)。

禱告：主啊，求祢幫助我們常以歌頌和讚美回應祢的恩典，因一切歌頌讚美都歸祢。

詩歌：【一切歌頌讚美】（《讚美之泉 04~彩虹下的約定》）

一切歌頌讚美，都歸我主我的神，祢是配得歌頌與讚美。

我們高聲呼喊，高舉耶穌聖名，哈利路亞！

讚美主，哈利路亞，哦！讚美主，哈利路亞，哈利路亞！

讚美主，哈利路亞，哦！讚美主，哈利路亞，哈利路亞！

視聽——[一切歌頌讚美~YouTube](#)

8月24日

讀經	第 116 章	第 117 章	第 118 章
主題	讚美耶和華垂聽禱告	萬國萬民來讚美耶和華	讚美耶和華的慈愛
鑰句	我愛耶和華	你們都當讚美耶和華	他的慈愛永遠長存

鑰節：【詩一百十六 1】「我愛耶和華，因為他聽了我的聲音和我的懇求。」

默想：本篇是向耶和華感恩的禱告。在這首感恩的詩裏，詩人重申他對耶和華的愛(1~2 節)，述說他過往親身經歷死亡痛苦之掙扎(3~4 節)，並思想他如何得蒙拯救和安慰(5~11 節)；然後，他表達願意報答

耶和華所賜的一切厚恩，甘心一生作神的僕人，並且要以感謝為祭獻給神(12~19 節)。本篇值得注意的就是，詩人一開始就迫不及待地說出「我愛耶和華」(1 節)，因為祂是：(1)滿有憐憫的神 (5~6 節)；(2)使人安樂的神 (7 節)；(3)救人免死的神(8~9 節)；(4)信實的神(10~11 節)。因此，他向耶和華感恩，多次提及感恩稱謝的心志，他要：(1)一生求告神(2 節)；(2)在耶和華面前行活人的路(9 節)；(3)舉起救恩的杯頌揚神(13 節)；(4)在眾民面前還願(14, 18 節)；(5)祭感謝獻(17 節)。他發自內心對主的愛情，是多麼純潔而寶貴。此外，全篇 16 節中共有 32 個「我」字，特別有 6 次禱告者說「我要」，並且有 16 次提到「耶和華」，另有幾次用「神」、「祢」、「他」等字稱耶和華。這讓我們看見詩人與神的關係是何等的密切。詩人曾患重病，處於死亡的邊緣；但在他最危險的時候，他「求告耶和華的名」(4 節)，而神聽了他的禱告，醫治了他。因此，他因感恩而決志一生作神的愛僕(16 節)。讓我們也能像詩人向主頌揚、讚美；向人傳揚、見證主在我們身上的厚恩。

親愛的，神的救恩與慈愛不斷地圍繞你的整個生活，你怎能不愛祂呢？當你面對內在或外在的環境，有形或無形的壓力，你怎能不求告祂的名呢？因為主向你施的一切厚恩，你怎能不事奉祂呢？

背景：《詩篇》第一百十六篇是向耶和華感恩的詩，因為祂是聽禱告的。詩人曾患重病，處於死亡的邊緣；在他最危險的時候，神聽了他的禱告，醫治了他。詩人在 16 節自稱為「祢的僕人」，說明他大概是一位王。因此，有些聖經學者推想或許是希西家王病癒後所作(王下二十章)。全詩分為二段：(1)在患難中蒙神拯救(1~11 節)；(2)許願報答神的厚恩(12~19 節)。

鑰節：【詩一百十七 2】「因為他向我們大施慈愛，耶和華的誠實存到永遠。你們要讚美耶和華！」

默想：本篇是萬民都當頌贊神的禱告。在這首讚美的詩裏，詩人呼籲萬國一同來讚美耶和華(1 節)，以及簡潔有力地說出讚美神的兩個原因：神對我們的大愛和祂永遠的信實(2 節)。本篇值得注意的就是，詩人向全世界萬國萬民發出呼喚，勸他們都要向耶和華讚美，因為神的救恩普及全人類(羅十五 11)。此外，在短短的兩節中，「哈利路亞」之聲也出現了兩次之多。詩人所傳出的信息——「因為祂向我們大施慈愛」，也是聖經信息的核心。因神的慈愛和信實，我們方能得蒙祂的赦免和拯救。為此，我們當以讚美、敬拜回報祂。

親愛的，詩人說「因為祂向我們大施慈愛」(2 節)，一個蒙愛的人怎能不向人傳講神恩典的福音呢？

背景：《詩篇》第一百十七篇是這一組詩篇中最短的一篇；也是聖經中最短的一章。全篇只有 50 個字，希伯文只有 16 個字，英文只有 33 個字，它的位置卻在全本聖經的中間。詩人打破了猶太人狹隘的宗教觀，而向萬國、萬民發出呼召，向普世之人發出邀請，讓他們來嘗嘗主的慈愛和信實。保羅在《羅馬書》十五章 11 節，曾引用這首詩，為證明基督要向外邦人施行神的救恩。全詩分為二段：(1)萬國萬民都當頌贊神(1 節)；(2)頌贊神因賜極大慈愛(2 節)。

鑰節：【詩一百十八 24】「這是耶和華所定的日子，我們在其中要高興歡喜。」

默想：本篇是讚美耶和華慈愛永存的禱告。這首感恩的詩為列隊前往聖殿的敬拜者所唱的詩歌，當隊伍進入聖殿門時，他們歡呼：「這是耶和華所定的日子。」(24 節)「這日子」也是指神藉著耶穌基督成就的救恩之日。本詩的內容包含歡呼讚美(1~4 節)；承認過往的痛苦、哀求神的拯救(5~18 節)；感謝神可以到寶座前(19~23 節)；以及展望將來那房角石要為萬民帶來救恩(22~29 節)。本篇值得注意的就是，詩人在詩歌的開始與結尾都呼召人一同「稱謝耶和華，因他本為善，他的慈愛永遠長存！」(1,

29 節)，因為：(1)神是他的拯救(5 節)；(2)神是他的幫助(6 節)；(3)神是他所投靠的(8~9 節)；(4)神使他得勝(10~13 節)；(5)神是他的力量，詩歌，拯救(14 節)；(6)神是他得救的保障(15~18 節)。此外，本篇是一首預言彌賽亞的一篇詩。詩人預言主耶穌的受難，極大的痛苦，主的死和復活，表明祂如何完成神偉大的救贖計畫。本詩也是馬丁路得最喜愛的一首讚美禱告，其中許多的話是他親身經歷處苦難與獲神拯救，因而他從這篇詩中得到極大的安慰與扶持。

親愛的，你如何回應神對你的豐富長存的慈愛呢？你是否願意將一生全獻給神呢？

背景：《詩篇》第一百十八篇是進入聖殿時所唱的感恩詩。這篇是六篇「讚美詩篇」或「哈利路亞篇」(Halle)的最後一篇。本篇充滿了感謝和稱頌神的話是，也是一首預言基督的詩，詩的內容有關於主的受難(5, 6, 10, 11, 12, 22, 23 節)，主的得勝(5, 6, 8, 9, 13, 14, 17, 18, 21 節)，和主的得榮 (26 節)。新約聖經多處引用本篇詩句。主耶穌曾引用 22 及 23 節，談到祂如匠人所棄的房角石，被猶太人所拒絕(太 21:42；可十二 10~11；路二十 17)。當主耶穌騎驢進入耶路撒冷的時候，群眾曾用本篇 26 節歡迎祂。這篇詩可能是主耶穌上客西馬尼園之前與門徒所唱的最後一首詩。全詩分為五段：(1)勸眾人應稱謝耶和華(1~4 節)；(2)倚靠耶和華必有幫助(5~18 節)；(3)義人進義門(19~21 節)；(4)匠人所棄的石頭(22~27 節)；(5)稱謝神的慈愛永存(28~29 節)。

禱告：耶和華阿，我們要在祢所定的日子歡喜快樂，因為祢作了奇妙的大事。

詩歌：【這是耶和華所定的日子】（讚美之泉）

這是耶和華，這是耶和華所定的日子，所定的日子，
我們在其中，我們在其中，要高興歡喜，要高興歡喜，
這是耶和華所定的日子，我們在其中要高興歡喜，
這是耶和華，這是耶和華所定的日子。

這是耶和華，這是耶和華所定的日子，所定的日子，
我們在其中，我們在其中，要高興歡喜，要高興歡喜，
這是耶和華所定的日子，我們在其中要高興歡喜
這是耶和華，這是耶和華所定的日子。

視聽——[這是耶和華所定的日子~YouTube](#)

8 月 25 日

讀經	第 119 章 1~88 節
主題	愛慕神的話語
鑰句	遵行耶和華律法的，這人便為有福

鑰節【詩一百十九 1】「行為完全、遵行耶和華律法的，這人便為有福。」

默想：本篇表達對神話語或神的道的喜愛。本詩是真理的寶庫，對神的話語，有極為深入豐富的剖析，為歷代聖徒所愛讀。全篇講到神的話語是何等寶貝，凡遵行神的話語的人，「這人便為有福。」本篇值得注意的就是，詩中只有四節(90, 121, 122, 132 節)沒有論到神的話，其他的每一節，重覆地用不

同的八個希伯來詞彙論到神的話：(1)律法 torah；(2)法度 edot；(3)訓詞 piqqudim；(4)命令，誠命 miswot；(5)典章，判語 mishapatim；(6)話 dabar；(7)應許 imrah；(8)律例 huqqin。中文和合本聖經譯為十二不同名稱，其中「律法(原意重指引或啟示，而非規條)」有 24 次，「法度(見證)」22 次，「律例(或定規)」23 次，「話(有應許的意思，如在 11 節)」28 次，「言語」6 次，「話語」2 次，「訓詞(或命令)」20 次，「典章(或判決)」15 次，「命令(人神之間)」22 次，「判語(人與人之間)」4 次，「應許」2 次，「道」2 次。從這些字句中便可以看出，「律法」不是指狹義的摩西律法，而是關於敬畏神的人的智慧的寶庫、奧秘的啟示、生活的準則、和安慰的泉源。因為「**聖經都是神所默示的(或譯：凡神所默示的聖經)，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的。**」(提後三 16)

本篇也是讀經的「神聖指引」，教導我們愛慕、遵行神的話，以及從神的話中得著祝福。然而，本詩篇裏，沒有任何兩節經文，是說着完全相同的內容，而每一節經文的意思或含義都有不同。哪我們要怎樣讀，才能讀明白怎麼長的篇幅呢？慕安得烈曾提示如何讀本篇——(1)注意所有用來提到神話語的不同名稱；(2)注意一切不同的動詞，描述我們對神的話應有何感覺與行動，如：渴望、愛、喜樂、信靠、順服、行動等；(3)注意作者如何用不同的時式，超過一百次提到他立志在神面前作一個尊崇並遵行神律例的人；(4)然後專門讀他的禱詞，他對於神的話不同的籲請；(5)注意他在苦難中對於神的話的態度；(6)注意作者所有提及神的話之處，都是直接對神而發，上達於神面前，不管是表明自己對神話語的愛慕，或者表示需要神的教訓並賜下能力。著名的解經家亨利馬太(Matthew Henry)曾回憶他的父親論及本篇時，曾說過：「每天早晨按次序沈思本篇的一節，這樣一年之內就可以將全篇默想兩遍；若如此行，就必使你更愛全部聖經。人越愛神的話，就越發在恩典中長進。」因此，當我們閱讀本章，盼望神賜我們悟性(34, 73, 125, 144, 169 節)，使我們能領悟到神藉著話語賜下的豐盛祝福，因而值得我們一生盡心竭力去追求，並且學習讓神的話語成為我們生活的指南。

親愛的，神的話語是過純潔生活的惟一、絕對引導，你願意花時間好好學習、進入神話語的豐富嗎？

背景：《詩篇》第一百十九篇是最長的《詩篇》，也是聖經中最長的一章，也可能是少數專供閱讀而非為頌唱而寫的詩。這首詩位於整本聖經的核心地段，以神的話語為主題。全篇 176 節，分為 22 段，每段 8 節，按著希伯來字母的順序寫成的，每段以不同字母開始，同段落內各節的首個字母則相同。下列有關各段的內容，主要是根據《串珠聖經註釋》而列出來：

段落	字母	經節	內容
1	Aleph	1~8 節	遵守耶和華律法的人有福
2	Bet	9~16 節	神的律法幫助人青年人潔淨行為
3	Gimmel	17~24 節	神的律法是詩人的喜樂
4	Dalet	25~32 節	神的律法可以助人勝過逆境
5	Hey	33~40 節	詩人願意全心遵守神的律法
6	Vav	41~48 節	詩人願意傳揚神的律法
7	Zayin	49~56 節	神的律法使人得著安慰
8	Chet	57~64 節	敬畏神的人遵守神的律法
9	Tech	65~72 節	苦難使人切記神的律法

10	Yod	73~80 節	詩人求造他的耶和華幫助他明白律法
11	Kaf	81~88 節	詩人盼望神按的律法幫助他
12	Lamed	89~96 節	神的律法永恆不變
13	Mem	97~104 節	神的律法使人有智慧
14	Nun	105~112 節	神的律法是詩人的嚮導
15	Samech	113~120 節	詩人愛慕神的律法
16	Ayin	121~128 節	遵守神律法的人必蒙救助
17	Pey	129~136 節	神的律法何等奇妙
18	Tsade	137~144 節	神的律法表彰神公義的屬性
19	Qof	145~152 節	神的律法是詩人在患難中的力量
20	Resh	153~160 節	求神按自己的律法拯救詩人
21	Shin	161~168 節	遵守神律法的人大享平安快樂
22	Tav	169~176 節	詩人重申他切慕神的律法

禱告：神啊，我們喜愛與祢親近，更愛祢的聲音，幫助我們把祢的話藏在心裡。

詩歌：【你的話】（《天韵诗歌——风和爱》）

我將你的話語，深藏在我心，免得我得罪你，免得我遠離。

哦主啊！與我親近，我愛你聲音，作我腳前的燈，作我路上的光。

天地將要過去，你的話卻長存，天地將毀壞，你的話卻長新。

我將你的話語，深藏在我心，免得我得罪你，免得我遠離。

哦主啊！與我親近，我愛你聲音，作我腳前的燈，作我路上的光。

視聽——[你的話~churchinmarlboro.org](http://churchinmarlboro.org)

8月26日

讀經	第 119 章 89~176 節
主題	愛慕神的話語
鑰句	我何等愛慕你的律法

鑰節：【詩一百十九 97】「我何等愛慕你的律法，終日不住的思想。」【詩一百十九 159 上】「你看我怎樣愛你的訓詞。」【詩一百十九 167 下】「這法度我甚喜愛。」

默想：《詩篇》第一百十九篇的作者不詳，但我們看見他是何等喜愛、何等愛慕、何等願意實行神的話。他藉本詩來傳遞人應喜愛神的話語，遵守祂的話語才能得福樂的教訓。本篇值得注意的就是，詩人在本篇提到「愛」這個字，一共十八次(47、48、70、92、97、111、113、119、127、132、140、143、159、162、163、165、167、174 節)。本詩除了第 1 至 3 節和 115 節之外，每一節的對象都是耶和華。從詩中，我們可以發現詩人用禱告向神說話，讚美祂話語的力量和美妙，誓願努力遵行祂的話語。「愛」

神的心使我們「愛」讀神的話，「愛」傾聽祂的聲音；當我們默想神的話語時，自然會湧出「愛」神的心，「愛」與祂親近。有一青年女子說：「昨天我收到一封信，是我的未婚夫寫來的，他是我心中疼愛的人，我不知如何愛他。他寄來的信，我讀了又讀，不忍放手，覺得個個字都是可愛的。」因此，我們讀神的話也應當有一顆愛慕的心，如同讀情書的心態。此外，我們對於神的話也該有詩人的態度：(1)「愛慕…思想」(20，97 節)；(2)「看重」(6，117 節)；(3)「心趨向」(36，112 節)；(4)「學習」(73，71 節)；(5)「倚靠」(42 節)；(6)「藏在心裏」(11，98 節)；(7)「自樂…不忘記」(16 節)；(8)「沒有離棄」(87，102，157 節)；(9)「遵行」(9 節)；(10)「論說」(46 節)；(11)「傳揚」(13 節)；(12)「歌唱」(54，172 節)。我們是以何態度看重神的話語，而且如何銘記及珍藏祂的話呢？盼望神的話語在我們的生活中，佔據重要的地位。

親愛的，「你的話是我腳前的燈，是我路上的光。」(105 節) 可能是本篇中人最熟悉的一節聖經。但願神的話能成為你生活中的一盞明燈，陪伴你渡過生命中每一個黑暗坎坷的日子。

禱告：神啊，願祢的話能成為我們的導航器(GPS)，在人生茫茫的路上，一步步地指引我們、扶持我們，使我們不致迷失方向。

詩歌：【祢的話是我腳前的燈】(新歌頌揚 368 首)

祢的話是我腳前的燈，又是我路上的光，

祢的話是我腳前的燈，又是我路上的光。

- 1.當我心懼怕，迷失了方向，主，祢仍在我的身旁；
如今我心堅定，祢同在已顯明，懇求祢永遠常同在。
- 2.我永不忘記，在黑暗中徘徊，主，祢大愛來尋找我；
耶穌引領我，跟隨祢的腳蹤，主，我要愛祢到永遠。

視聽——[祢的話是我腳前的燈](http://churchinmarlboro.org) ~ churchinmarlboro.org

8 月 27 日

讀經	第 120 章	第 121 章	第 122 章
主題	在急難中求神拯救	舉目仰望創造天地的主	喜愛神的殿與神的城
鑰句	我…有禍了！	我的幫助從何而來？	我們往耶和華的殿去

鑰節：【詩一百二十 5~6】「我寄居在米設，住在基達帳棚之中，有禍了！我與那恨惡和睦的人，許久同住。」

默想：本篇是在急難中求神拯救的禱告。在這首感恩詩中，詩人感謝神在急難中，應允他的求告(1 節)；接著，他求神拯救他脫離說謊的嘴唇與詭詐的舌頭(2~4 節)；最後，他追述未獲拯救前所遭遇的苦況(5~7 節)。本篇值得注意的就是，詩人說到他自己處身外邦有禍之地——「米設」和「基達」，「米設」是雅弗的子孫(創十 2)，住在裏海一帶，是迦南地的北面。「基達」是以實瑪利的後裔(創二十五 13)，住在亞拉伯曠野，是在迦南地的南邊。他們都是強悍好戰的民族。詩人表達了心中深處的感覺，他的苦難源自這充滿詭詐的環境；並且他醒悟自己並不是住在神所命定的地方，而是居住在爭鬥的人當中，為此而歎息。本篇指出基督徒蒙恩的第一步，乃是親身感受到世界虛謊的特徵——「說謊的嘴唇」和「詭詐的舌頭」與世界相爭的代表——「米設」和「基達」，因而渴慕一生住在基督裡，而

享受神一切的豐富，並且在教會中與同心、同道的弟兄姊妹一同成長。這是因為一個回到神面前的人，他的生活自然會脫離虛謊、詭詐，與人爭競、爭戰的那種光景。

親愛的，你感覺自己現在究竟是在甚麼地方？你是否認識世界所給你的難處與痛苦？你是否渴慕住在基督裡，並且享受教會生活？

背景：《詩篇》第一百二十篇至一三四篇是一組詩集，共十五篇均稱之為「上行之詩」。歷代解經學者大多數認為，這些詩乃是以色列人在三大節期(出二十三 17；申十六 16；彌四)間，走上(go up)耶路撒冷時候所合唱的，他們一面行路，一面在路上唱之歌(詩八十四 5~7)。所以每一篇詩歌就是描述他們旅程中的「每一步」。因為就地形學而言，耶路撒冷城是建在摩利亞山的山嶺上，要比四周的土地都要高，所以他們往耶路撒冷走時，一路都要爬山而上行，故也稱「上行之詩」。其他解經家認為「上行之詩」乃是祭司從聖殿婦女院至以色列院共有十五級石階，他們每登上聖殿的一臺階，就唱一首歌，或者是那些以色列百姓中被擄的餘民，在歸回時所唱之歌。此外，除了一百二十一，一百二十七和一百三十一篇之外沒有提到錫安(指耶路撒冷)有關的話，其它都直接提到錫安，或者隱喻錫安。我們可以確定這十五篇詩以錫安為主，內容包括了：(1)嚮望錫安之福；(2)享受錫安之福；(3)見證錫安之福。這十五篇詩又可分五組，每組三首都說出了朝聖者三重不同的經歷：苦惱(distress)，信靠(dependence)，和救贖(deliverance)，每組按次序也可以表明我們生命長進的歷程：(1)蒙恩；(2)成長；(3)事奉；(4)爭戰；(5)和諧。有些解經學者曾經根據他們所走的旅程，而按次序的擬想他們前往耶路撒冷過節的過程如下：

《詩篇》	上行之過程
一百二十	在旅程開始之時，上行者懇求神施恩助他，朝聖者擔心他人散佈謠言的舌頭，被流言所困 猶如遠離家鄉處於外邦人的環境中而感到厭煩。
一百二十一	在艱難的旅途中，上行者看見四圍的山頭，而唱出信靠神的幫助與看顧的謝恩詩。
一百二十二	在踏入耶路撒冷城門之時，上行者看見連絡整齊的聖城，而唱出喜樂的讚美詩。
一百二十三	在聖殿的外院，上行者向神舉目，而求神施憐憫。
一百二十四	在聖殿裏，上行者回顧已往的日子，神怎樣從危險中救拔他們，而向神獻上感恩。
一百二十五	在聖殿裏，上行者向神感恩，因為神圍繞保護著耶路撒冷。
一百二十六	朝聖時，上行者表達被擄之人回歸的感激之情與喜樂。
一百二十七	朝聖時，上行者教導人建造房子、看守城池、勤勞工作和家庭的建立都在於神。
一百二十八	朝聖時，上行者描述敬畏耶和華的人所要蒙的祝福。
一百二十九	朝聖時，上行者為耶路撒冷求平安禱告，並祈求恨惡錫安的對敵蒙羞衰微。
一百三十	上行者來到聖所禱告，求祂憐憫，也專心等候祂的赦免。
一百三十一	上行者在神前禱告，以謙卑心信賴祂。
一百三十二	上行者為神的殿禱告，求神記念大衛為建造聖殿所許的願和祂的應許。
一百三十三	上行者看到十二支派聚集在耶路撒冷聖殿過節，那種和睦歡樂的光景實在是令人羨慕，而抒發出的讚美。

一百三十四 上行者準備起程回家，看到了日夜看守聖殿的守望人，與他們作道別的祝福。

《詩篇》第一百二十篇很可能是當大衛逃避掃羅的時候，在挪伯的城裏被以東人多益看見(撒上二十一7，二十二9~10、18~19)，他去報告掃羅，結果叫挪伯城裏所有的人都被殺了，所以大衛想起這段苦難而寫的。全詩分為三段：(1)懇切向神求救(1~2 節)；(2)謊詭人受報應(3~4 節)；(3)寄居惡人中間(5~7 節)。

鑰節：【詩一百二十一 1】「我要向山舉目，我的幫助從何而來？」

默想：本篇是仰望神幫助的禱告。在詩中，詩人自問自答地表示他的幫助從造天地的耶和華而來(1~2 節)；然後，他描繪了神完備的保護(3~8 節)。本篇值得注意的就是，詩人提到我們的幫助是從神而來，因祂慈愛的「保護」。在本篇中，詩人六次用了「保護」這字。而這位「保護」我們神是怎樣的一位神呢？第一，祂是造神地的神 (2 節)；第二，祂是永不打盹、睡覺的神(3~4 節)；第三，祂常在我們的右邊 (5 節)；第四，祂保護我們的出入 (6 節)；第五，我們的生命是在祂的手裡 (7 節)；第六，祂的保護是隨時及永遠的 (8 節)。本篇指出基督徒蒙恩的第二步，乃是因認識天地萬有的主，親身經歷祂的幫助，而一生堅定的信靠祂。在人生的逆境中，我們若把自己交在祂手裏，祂要負我們完全的責任，絕不會忽略我們的需要；並給予我們全天候的保護，叫我們「雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害。」(詩二十三 4) 因為「凡靠著祂進到神面前的人，祂都能拯救到底。」(來七 25) 親愛的，人生不是沒有難處，沒有失望，沒有傷心，你是否「向山舉目」？仰望那一位信心創始成終的耶穌呢？有祂在看顧你，還有甚麼可怕的呢？

背景：《詩篇》第一百二十一篇是第二首上行詩，又被稱為是「旅人之詩」。詩人描述上行者開始起行之後的旅程，而仰望神的幫助和保護。全詩分為二段：(1)聲明所倚靠的是耶和華(1~2 節)；(2)神怎樣保護倚靠他的人(3~8 節)。

鑰節：【詩一百二十二 8~9】「因我弟兄和同伴的緣故，我要說：『願平安興隆在你中間。』因耶和華我們神殿的緣故，我要為你求福。」

默想：本篇為耶路撒冷求平安的禱告。在詩中，大衛敘述上耶路撒冷時的喜樂心情(1~2 節)；接著，他描繪耶路撒冷被建造的整齊和感受到掌權的寶座(3~5 節)；然後，他一心為耶路撒冷求平安、求祝福(6~9 節)。本篇值得注意的就是，大衛描繪耶路撒冷的華美，而且在本詩的開始和結尾都提及：「耶和華的殿」。當大衛到了心中所愛慕的聖城時，就喜不自勝地而歌唱，因為在此：(1)有神的城(3 節)——使他們渴慕投入其中，因此城連絡整齊，而代表了神在地上榮耀的見證；(2)有眾支派(4 節)——使他們一同歡呼喜樂，因神的眾兒女一同來過節，而在聖殿中合一地稱讚耶和華的名；(3)有神的寶座(5 節)——使他們得著安慰、激勵和幫助，因神掌管一切，而帶進憐憫、慈愛、公義、平安和喜樂；(4)有弟兄和同伴(8 節)——使他我們不覺得孤單，因他們有共同的目標和盼望，在主裏面彼此有交通，一起愛神，一同被建造，而一同帶進這城的平安與興旺；(5)有神的殿(9 節)——使他們經歷神的同在，因這是神的居所，而他們可以一同到神的面前，親近神、敬拜神。今天我們過教會生活，若是有這麼多的福，那是何等的美好啊！本篇指出基督徒蒙恩的第三步，乃是親身體驗教會生活的榮美。因此，我們蒙恩的秘訣不但要聯於元首基督的豐富，也要聯於眾聖徒，在一起彼此建造、扶持和相愛，一同來建立基督的身體 (弗四 15~16)。

親愛的，若把基督徒的一生比作朝聖的旅程，那麼，你是否已經投入教會生活中呢？誰是你信仰路上的同伴呢？誰是你建造教會的弟兄呢？

背景：《詩篇》第一百二十二篇的標題為「大衛上行之詩」。本詩描述朝聖者進入耶路撒冷城門後，所唱的詩歌。本詩的主題是「耶路撒冷之頌」，耶路撒冷是聖殿的所在，而聖殿乃是神同在的象徵。另外，耶路撒冷也是大衛寶座的所在，而大衛又是基督國度在地上的象徵。因此，耶路撒冷乃是耶和華之城、大衛的城，也是將來新天新地中新耶路撒冷的預表（啟二十一 2）。全詩分為三段：(1)歡喜站在聖城門(1~2 節)；(2)見證連絡整齊的聖城(3~5 節)；(3)為聖城求平安(6~9 節)。德國有一位殉道者，有人告訴他快要將他燒死，他就開口唱這篇詩歌。在他的心目中，天上有永久不朽的新耶路撒冷。

禱告：神啊，求祢幫助我們舉目仰望祢。如果有祢親自來幫助我們，我們還有甚麼是不能作的。

詩歌：【我要向高山舉目】(讚美之泉 12 - 最珍貴的角落)

我要向高山舉目，我的幫助從何來？

我的幫助從造天地的耶和華而來

我要向高山舉目，我的幫助從何來？

我的幫助從造天地的耶和華而來

哈利路亞，哈利路亞，哈利路亞，哈利路

哈利路亞，哈利路亞，哈利路亞，哈利路

(我的幫助從造天地的耶和華而來)

視聽——[我要向高山舉目~YouTube](#)

8月28日

讀經	第 123 章	第 124 章	第 125 章
主題	仰望等候的禱告	因神幫助得免敵害	耶和華護衛倚靠他的人
鑰句	我向你舉目	若不是耶和華幫助我們	耶和華也照樣圍繞他的百姓

鑰節：【詩一百二十三 1~2】「坐在天上的主阿，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，直到祂憐憫我們。」

默想：本篇為仰望神憐憫的禱告。在詩中，詩人提醒他要舉目，仰望天上的主，正如僕人和使女專注主人或主母的手(1~2 節)；並且他謙卑地等候祂施憐憫，因實在難以容忍人的譏諷和藐視(3~4 節)。本篇值得注意的就是，詩人寫出他仰望主、等候主的心情，正如僕人和使女指望他們「主人的手」的供應。因為，他知道人不會給他任何的幫助，只有神才是他惟一的幫助。在舊時代，主人通常不用說話，僕人只要專注主人或主母的手勢而行動。但是「神的手」不同「主人的手」，聖經裏「神的手」的意思，可代表拯救、保守、供應、引導、管教、命令等行動。本篇指出基督徒屬靈生命成長的秘訣之一，乃是有一個順服主的心，即使在受藐視、譏諷和欺壓中，仍然學習向主舉目，仰望祂的憐憫，而且順服祂的手在環境裏的安排。縱然面對各種難以忍受的環境，我們是何等的安穩！因為我們有「神的手」握住我們的手，在外面保守我們，在下面支撐我們，在前面引領我們，更在後面扶持我們，使我們不致搖擺後退，因主耶穌說：「誰也不能從我手裡把他們奪去。」(約十 28)。

親愛的，在一切的逆境中，人唯一的出路就是仰望主。學習完全投靠並降服在神的恩手中吧！

背景：《詩篇》第一百二十三篇描述朝聖者來到聖所朝見神，他好像在外院而向神舉目，等待和仰望神的憐憫到來。一百二十一篇是向山舉目，一百二十二篇是向殿舉目，本篇是舉目看坐在天上的主；前者詩人是用客觀「祂」的說法，這裏他是用主觀「你」的說法。全詩分為二段：(1)仰望耶和華(1~2 節)；(2)求神施憐憫(3~4 節)。馬丁路得論到此篇說：「它雖短小，但其中的話卻非常懇切，由此可見，重要的事不必用多言多語表達出來。」加爾文看見教會歷代受世俗的迫害，就認為此篇可作全體教會向神的呼籲詞。

鑰節：【詩一百二十四 1】「以色列人要說，若不是耶和華幫助我們，」

默想：本篇為詩人回顧已往，向神感恩的禱告。在這首感恩詩裏，詩人思想耶和華過往怎樣在危難的時候幫助他們(1~2 節)；然後，他述說神的拯救，使他們得以脫離惡獸、潮流、網羅的危險(3~7 節)；最後，他表達了對耶和華的信靠(8 節)。本篇值得注意的就是，詩人強調：「若不是耶和華幫助我們」，就必被活吞、滅絕了。詩人很深入地描寫他們如何從危難中，不斷地蒙神拯救的經歷。因人對以色列人的攻擊，他用三方面來形容他們處境的危險：(1)洪水的犯濫，想要淹滅他們(4~5 節)；(2)無情的惡獸，想要吞吃他們(6 節)；(3)捕鳥人的網羅，想要陷害他們(7 節)。本篇指出基督徒屬靈生命成長的秘訣之一，乃是聯於神的幫助，而脫離世界的影響。雖然撒但用各種不同的苦難來逼迫、攻擊我們；另一方面，撒但也用各種不同的方法來引誘、轄制我們。但是因著主的救恩，我們乃是屬主的人，而不是屬世界的人(約十七 16)，也就是與世界分別的人，所以我們不受萬事萬物的轄制，也不被世上的生活所擊倒。並且有神自己在幫助我們(羅八 31)，而又有主愛的激勵，叫我們能勝過一切的患難、困苦、逼迫、饑餓、危險(羅八 37)。回顧過去神在我們身上的作為和帶領，我們若是有了神的幫助，還有甚麼難處，祂不能為我們解決；還有甚麼困境，祂不能帶我們穿越過。那麼，就讓我們唱出有福的確據——「這是我自傳，是我詩歌，讚美我救主，長日不息！」(聖徒詩歌 560 首副歌)，而稱謝祂過去的幫助，認定祂今天的幫助，展望祂將來的幫助。

親愛的，詩人二次用了「若」這字，來述說、數算主的恩典。「若」這一字對你有什麼含義？在人生艱難的天路歷程中，宇宙的神「若」作了你的保護，你還怕甚麼呢？神「若」幫助你，還有誰能敵擋(羅八 31)呢？

背景：《詩篇》第一百二十四篇的標題為「大衛上行之詩」。本詩記述詩人已經是在聖殿裏了，這時，他回顧已往的日子，想到在那一段路程中，神怎樣的看顧他，裏面就要充滿了感激的心。本篇詩與上篇相互呼應。上篇描述上行者呼求幫助，本篇則回應說神已然幫助。詩全詩分為三段：(1)感謝耶和華的幫助(1~2 節)；(2)述說神拯救的經歷(3~7 節)；(3)重申對耶和華的信靠(8 節)。

鑰節：【詩一百二十五 1~2】「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。」

默想：本篇是神是我們倚靠之歌。在這首信靠詩裏，詩人宣告依靠耶和華的人必不動搖神，神親自對祂百姓的保護，從今時直到永遠(1~2 節)；然後，他提醒義人與惡人的分別(3 節)；最後，他求神祝福義人(4 節)和懲罰那些惡人(5 節)。本篇值得注意的就是，詩人用見證、祈求和讚美述說因倚靠神得蒙保護而不动摇。在詩中，我們看到一幅美麗動人的畫面，那些信靠祂的人要像錫安山(代表穩固)一樣的

屹立，永不動搖(1節)。這一美麗的圖畫也表達了一個事實，顯示神親自圍繞著祂的百姓，好像群山圍繞耶路撒冷(代表平安)一樣，以慈愛包圍他們，保守他們(2節)。在本篇信息中，詩人又描寫神的保護使祂的子民能不受惡人所支配，也不與惡人為伍(3節)，而活出正直、聖潔的生活。本篇指出基督徒屬靈生命成長的秘訣之一，乃是被神「從今時直到永遠」的永不改變的愛所摸著，而奉獻自己，把自己的一生交託在神的手裏，作一個叫神喜悅的人(羅十二1)；並且不受罪惡、世界、肉體的影響，而按著神的旨意生活行動(羅十二2)。

親愛的，世事變化無常，無論是金錢、才能、勢力、物質、學問都不可靠。你安穩的靠山是誰呢？你把自己交託給誰呢？你是否對神專一倚靠和忠心呢？

背景：《詩篇》第一百二十五篇的背景可能是指當時以色列人受異邦人的欺凌時所作(3節)，而為他們寫出盼望與信靠的勝利之歌。全詩分為三段：(1)倚靠神永不動搖(1~2節)；(2)惡人與義人的衝突(3節)；(3)願平安歸於以色列(4~5節)。

禱告：神阿，無論處於何種環境之下，我們倚靠祢，把自己交託給祢，必像錫安山一般永不動搖，讓惡者、世人都沒有辦法攻擊我們。

詩歌：【眾山圍繞耶路撒冷】《我心旋律》

倚靠神的人像錫安山，永不動搖。

倚靠神的人像錫安山，永不動搖。

倚靠神的人像錫安山，永不動搖。

倚靠神的人像錫安山，永不動搖。

眾山圍繞耶路撒冷，照樣耶和華也圍繞祂的百姓，

從今直到永永遠遠，直到永永遠遠。

倚靠神的人像錫安山 永不動搖。

倚靠神的人像錫安山 永不動搖。

眾山圍繞耶路撒冷，照樣耶和華也圍繞祂的百姓，

從今直到永永遠遠，直到永永遠遠。

眾山圍繞耶路撒冷，照樣耶和華也圍繞祂的百姓，

從今直到永永遠遠，直到永永遠遠。

來 來來來 來來來

眾山圍繞耶路撒冷，照樣耶和華也圍繞祂的百姓，

從今直到永永遠遠，直到永永遠遠。

眾山圍繞耶路撒冷，照樣耶和華也圍繞祂的百姓，

從今直到永永遠遠，直到永永遠遠。

視聽——[眾山圍繞耶路撒冷~YouTube](#)

8月29日

讀經 第126章

第127章

第128章

主題	因得歸回錫安而喜樂歡呼	靠神建造家室	家庭蒙福的原則礎
鑰句	耶和華為他們行了大事！	惟有耶和華所親愛的	敬畏耶和華…便為有福

鑰節：【詩一百二十六 3~5】「耶和華果然為我們行了大事，我們就歡喜。耶和華啊，求你使我們被擄的人歸回，好像南地的河水復流。流淚撒種的，必歡呼收割。」

默想：本篇是流淚歡呼的禱告。在這首感恩詩裏，詩人感謝神為他們行了大事，將他們從被擄之地巴比倫帶回錫安，他們就歡喜快樂（1~3 節）；接著，他求神讓其它那些被擄的人，像南地的河水復流，並且那些「流淚、帶種、出去」的人，必要「歡喜、帶禾捆、回來」（4~6 節）。本篇值得注意的就是，詩人以被擄歸回的經歷，說出神為祂的百姓所作的奇妙作為——被擄的人必喜樂歸回，且撒種的人必歡樂地收割，因祂是守約施慈愛的神。在我們屬靈的道路上，也有遭遇到被擄的經歷，但主總是多次把我們帶回來，使我們像浪子回家，重新享受父神家的豐富（路十五 11~32）。另一面，當我們用眼淚為主作工，神必使我們有豐收的日子，而讓我們把禾捆帶回神的家中，因我們在主裏面的勞苦不是徒然的。歸回與收割是何等大的歡樂！因為神能將歸回的喜樂代替被擄的悲傷，將歡樂的收成代替辛勞的淚水。江守道弟兄說得好，「被擄是痛苦的，歸回是喜樂的；撒種是帶著眼淚的，收割是帶著歡呼的。」本篇指出基督徒事奉神的二個秘訣，乃是第一，不斷地轉向主（林後三 16），讓主的靈自由運行在我們裏面，使我們屬靈的生命進一步的長進和變化；以及第二，甘心勞苦的服事，如同農夫（提後二 6），花費心血和勞力去撒種，就必有豐富的收成。

親愛的，用眼淚澆灌了福音種子，必收成百倍，有歡呼收割的日子。

背景：《詩篇》第一百二十六篇記述被擄之人表達回歸的感激之情與喜樂。詩中提到「將那些被擄的帶回錫安」，因此有可能是指主前 530 年前後自巴比倫被擄歸回的人（拉一 1~6）。猶太人在漫長的被擄生活過後，才得以返回故土的事實，帶給他們莫大的感動，使他們感到好像作夢的人。全詩分為二段：(1) 被擄歸回錫安的快樂（1~3 節）；(2) 流淚撒種的必歡呼收割（4~6 節）。

鑰節：【詩一百二十七 2】「你們清晨早起，夜晚安歇，吃勞碌得來的飯，本是枉然；惟有耶和華所親愛的，必叫他安然睡覺。」

默想：本篇是一篇智慧詩，教導人一切的祝福都在於神。在這首教誨詩裏，所羅門強調人必須倚靠耶和華來生活（1~2 節）；以及也要重視兒女為耶和華所賜的產業（3~5 節）。本篇值得注意的就是，詩人以建造房子、看守城池、勤勞工作和家庭的建立，強調若是沒有神的賜福，人一切的努力都必歸於「枉然」（意即「虛空」）。此外，神的祝福乃是臨到那一班真正單純愛主、倚靠主的人身上；而他們就是「惟有耶和華所親愛的」。他們有神的看顧，辛勤工作必在安然睡覺；他們有神所託付的產業和賞賜，而所生的兒女要成為勇士手中的箭，來對付仇敵，成全神的旨意。本篇指出基督徒事奉神的秘訣，乃是在教會建造、看守、作工、成全的過程中，經歷神同在的祝福。倪柝聲說得好，「讓我們深切認識神對待我們的法則；若沒有神的祝福，我們就不能生活！」在事奉神的事上，我們絕不能憑著自己的天然來作，乃是在乎神的同在，與祂同工。否則我們作工的成果只是草、木、禾秸，都是無價值的，經不起考驗的（林前三 12~13）。我們也不可倚靠金錢、勢力、人的才能，乃是要倚靠神的靈來成就祂的工（亞四 6）。

親愛的，無論是建造房屋、看守城池，甚至生活作息都在乎耶和華神。你所作的一切是否有神的祝

福呢？孩子是「耶和華所賜的產業」（3節），需要生養、教養、培養。你是如何經營這分產業呢？今天在主的箭袋裏，你的兒女是否在主的手中成了一枝有用的箭呢？

背景：《詩篇》第一百二十七篇是所羅門寫的上行詩。所羅門以智慧過人見稱，在詩中，他提醒若沒有神的賞賜與祝福，人的努力是徒然的。全詩分為二段：(1)耶和華所親愛的必蒙福(1~2節)；(2)兒女是耶和華所賜的福(3~5節)。

鑰節：【詩一百二十八 1】「凡敬畏耶和華、遵行祂道的人便為有福！」

默想：本篇是一篇智慧詩，教導人蒙福的原則。在這首教誨詩裏，詩人描寫敬畏耶和華的人所蒙的個人福分(1~2節)，以及妻子和兒女所蒙的福(3~4節)；接著，他願耶和華從錫安賜福，而擴大到敬畏神人的後代與以色列(5~6節)。本篇值得注意的就是，詩人的信息論到人蒙福的原則就是敬畏耶和華。在詩中，詩人所有的話語和感覺都是積極的，他兩次提到「敬畏耶和華」(1, 4節)，四次的福也緊隨著敬畏神而來：「有福」(1節)、「享福」(2節)、「蒙福」(4節)、「神賜福」(5節)。因為敬畏神是一切蒙福的基礎，而這樣蒙福的人，要享受在主裏勞碌的果子，一生一世看見耶路撒冷(教會)的好處。本篇指出基督徒事奉神的秘訣，乃是事奉的人必須是一個對的「人」。這詩篇指出個人之蒙福和家庭與教會之祝福的相互關係。邁爾說得好，「敬畏神的人，將天堂帶到家庭。」所以，一個敬畏神的人，要一直活在屬靈祝福的光景之中，不但自己蒙福，而且將祝福帶給家庭，將平安帶進教會。親愛的，你如何蒙神祝福呢？你是否願意有蒙神祝福的家與教會呢？你和你的家是否從教會得福？是否是也成為教會的祝福呢？

背景：《詩篇》第一百二十八篇論到家庭蒙福的原則就是敬畏耶和華。本篇的內容是緊接上篇，上篇講到耶和華賜福，建立家室，本篇說到蒙福的家庭，是從敬畏耶和華而來的。本詩是從頭至尾都洋溢著祝福的氣息，論到蒙福家庭：「有福、享福、蒙福，神賜福」。這首《詩篇》所論的福，特別是對一家之主，怎樣作丈夫和父親說的。全詩分為二段：(1)敬畏耶和華的人和全家蒙福(1~4節)；(2)願耶和華從錫安賜福(5~6節)。猶太人注意家庭蒙神賜福。有人曾這樣評論：「猶太人注重家庭的聖神，是很富有情感的傳統，他們追溯祖先，好似以金鏈將他們的家譜串起來，在歷代苦難之中，他們即使躲在一個角落，也會因著家庭的溫暖平安，而以憐憫的眼光來看逼害者，而不是以報復的心。」

禱告：主啊，要收的莊稼多，作工的人少。裝備我們，與祢一同出去收莊稼。

詩歌：【禾捆帶回來】（《聖徒詩歌》597首）

早晨我們播種，晌午我們播種，傍晚我們播種，播出新慈愛；

等候成熟日子，等候收割點鐘，我們喜樂滿懷，禾捆帶回來。

(副) 禾捆帶回來，禾捆帶回來，我們喜樂滿懷，禾捆帶回來；

禾捆帶回來，禾捆帶回來，我們喜樂滿懷，禾捆帶回來。

視聽——[禾捆帶回來~churchinmarlboro.org](http://churchinmarlboro.org)

8月30日

讀經	第 129 章	第 130 章	第 131 章
主題	為以色列禱告	仰望神的赦免	謙卑地信賴耶和華

鑰句 敵人屢次苦害我 在你有赦免之恩 我的心平穩安靜

鑰節：【詩一百二十九 2~3】「從我幼年以來，敵人屢次苦害我，卻沒有勝了我。如同扶犁的在我背上扶犁而耕，耕的犁溝甚長。」

默想：本篇是為以色列求得勝禱告。在這首祈求的詩裏，詩人陳述了雖然以色列人遭到了許多仇敵的逼迫，但都得公義的耶和華救援(1~4節)；然後，他願恨惡那些錫安的都蒙羞退後，求審判歸於他們，以及祝福歸於神的百姓(5~8節)。本篇值得注意的就是，詩人在絕望的痛苦回憶中，仍然見證神的公義和保守。以色列人的歷史是一篇血淚篇。詩人回想以色列人過去受敵人的迫害，並怎樣得到神的救援，裏面滿了盼望，因為祂是公義的主，已經砍斷了仇敵的繩子，讓他們脫離捆綁和傷害。並且，詩人求公義的神對付恨惡錫安的人，使他們像長在屋頂上毫無用處的草，還未長大就枯乾了，因而沒有人願意去收割，就算收割，捆起來也不夠一把。本篇指出基督徒屬靈爭戰得勝的二個秘訣，乃是第一，無論我們環境多艱難，遭遇多痛苦，要學習取用主「**夠用的恩典**」(林後十二 9)，而剛強站住去面對苦難和試煉。主容許人對付我們，如同在我們背上扶犁而耕，使我們感覺所受的苦是何等的深。但是主的能力覆庇我們，使我們愈戰愈勇，甚至「**靠著愛我們的主，在這一切的事上已經得勝有餘了。**」(羅八 37) 此外，我們所經歷一切的痛苦都是神手中的工具，為了完成神在我們身上的計劃。第二，教會愈是有難處的時候，愈是要同心合意起來禱告，而學習應用神的權柄，求主捆綁惡者(太十二 29)，砍斷繩索，釋放祂的兒女。撒旦無法勝過教會！因為「**陰間的權柄，不能勝過他。**」(太十六 18)

親愛的，基督徒會遭受逼迫，卻不被困住；教會會遭受外來的迫害，但不會被摧毀！那麼你今天所遇到的難處，又有什麼可怕的呢？

背景：《詩篇》第一百二十九篇描述了以色列屢遭迫害之苦。全詩分為二段：(1)在苦難中有神援救(1~4節)；(2)願恨錫安的人蒙羞(5~8節)。

鑰節：【詩一百三十 3~4】「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。」

默想：本篇是仰望神赦免的禱告。在這首祈禱的詩中，詩人求告神的憐憫和恩典，因祂有赦免之恩(1~4節)；接著，他表達以信心等候主和仰望祂的話，因祂有慈愛，有豐盛的救恩(5~8節)。本篇值得注意的就是，詩人被神帶到深處黑暗受壓的環境中，認識了自己的敗壞——「**你若究察罪孽，誰能站得住？**」；也認識了在神有赦免之恩，有慈愛，有豐盛的救恩。因着詩人與神交通，他認識自己在神面前是站立不住的；接下去，他看見神樂意赦免悔改的人，且經歷神赦罪的恩典，因而敬畏神。這個結果，使他宣告他等候神，以及仰望祂的話，因他確信神豐盛的慈愛，必救贖他脫離一切的罪孽。詩人在本詩中一連用了2次的「仰望」和5次的「等候」，確認惟有靠著神無限的慈愛和豐盛的救恩才能進到祂面前，得拯救，因除祂以外別無拯救(徒四 12)。本篇指出基督徒屬靈爭戰得勝的秘訣，乃是認識自己罪的真實性和嚴重性，以及經歷主豐富的恩典。基督徒越是在主面前生活，在祂的光照中，就越發現自己的軟弱無能，又有肉體的攔阻和驕傲，而凡從我們裏面出來的，在神面前都是站立不住的。然而，當我們完全把自己交在神的手中，神就把祂應許的話賜給我們，使我們得著赦免、潔淨、拯救、供應；以及聖靈就會充滿我們，使我們能夠重新得力，勝過所有的難處。倪柝聲弟兄說

得好，「如果我們認識了自己，也認識了祂，所有屬靈的難處就都可以解決了。」此外，詩人將注意力從對罪的失望，轉向對神完全的信賴，因而他仰望祂的話，在盼望中耐心等待祂的救贖。這說出我們能在神面前誰站得住，並且勝過魔鬼，乃是——「因羔羊的血和自己所見證的道。他們雖至於死，也不愛惜性命。」(啟十二 11) 因為我們屬靈爭戰得勝的根據是——(1) 藉著羔羊的血，就是認定基督寶血永遠的功效，叫撒但在我們身上無所控告；(2) 自己見證的道，就是用神的話，宣告基督得勝的事實，使撒但潰退；和(3) 至死也不愛惜性命，就是至死忠心也要為神站住，使撒但對我們無能為力。

親愛的，在禱告之中，你是否經歷神有——赦免之恩，慈愛，豐盛的救恩…等呢？主豐富的恩典，是否叫你敬畏祂，使你不敢再得罪祂，不敢再叫祂傷心呢？你是否藉著主的寶血，而重新被潔淨，並且經歷神活潑、有功效的話，而重新得力呢？在屬靈的爭戰中，你是否為聖徒代禱，一同分享祂的慈愛和豐盛的救恩。

背景：《詩篇》第一百三篇描述上行者來到聖所禱告，求主垂聽禱告，也專心等候神的赦免。這首是上行朝聖者之詩，也是《詩篇》七首懺悔詩中的第六首詩。全詩分為二段：(1)在深處向神求赦罪(1~4節)；(2)等候並仰望神救恩(5~8節)。馬丁路德極喜愛這一篇詩，並且特別喜歡第3和第4節。當他被教廷逼迫的時候，常常念這一篇詩，心裡得到無窮的安慰。他甚至稱本詩篇有保羅氣質的詩篇(Pauline Psalms)。因為這詩篇論及保羅所強調的「罪得赦免」和「因信稱義」等真理。

鑰節：【詩一百三十一 2】「我的心平穩安靜，好像斷過奶的孩子在他母親的懷中；我的心在我裡面真像斷過奶的孩子。」

默想：本篇是謙卑地信賴耶和華的禱告。在這首信靠的詩中，大衛表達他對耶和華的信靠(1~2節)，並呼籲以色列人仰望耶和華(3節)。本篇值得注意的就是，大衛把他自己完全交付耶和華。在本篇中，大衛信息的重點是「謙卑的心」。大衛三次提到「我的心」——(1)心不狂傲；(2)平穩安靜；(3)在我裡面真像斷過奶的孩子。大衛描寫自己平靜又安寧的內心世界，滿足又喜樂的心境，因為他心不狂傲，眼不高大，不敢冒昧去摸、去行重大和測不透的事，並且他好像斷過奶的嬰孩，將自己安然躺在神的懷抱中，得享在祂裡面的平安和滿足。本篇指出基督徒屬靈爭戰得勝的秘訣，乃是在屬靈的爭戰中，永遠不靠自己的努力，而是完全「靠著主，倚賴祂的大能大力，作剛強的人。」(弗六 10) 當教會受到試煉，受到攻擊的時候，我們絕對不能靠自己，也不能看自己、想自己；而要像斷過奶的孩子，單純的向著神，平靜安穩的仰望祂的作為，而耐心地等候祂旨意的實現。我們若也經歷過屬靈的「斷奶」過程，必以神為滿足，而能進入神的安息中。

親愛的，人常渴望得著更多人的注意和讚賞，因此就患得患失，而無法心不狂傲，眼不高大(1節)。你是否學會了在主裏的淡定——謙卑知足、不爭不競、安於神所安排的，並且安然地躺在主的懷中(2節)，別無所求呢？在教會生活中遇到風波時，你所能作的是什麼呢(3節)？

背景：《詩篇》第一百三十一篇的標題為「大衛上行之詩」。這是一篇像珍珠一樣寶貴的短詩；雖然只有三節，卻含有深遠的屬靈經歷——謙卑而安息於神，值得我們一生學習。我們若能反覆研讀、思想，深入大衛的內心世界，體會他寫此詩的真實感受，和他想要表達的弦外之音，必能從文字的表相看到靈裡深層豐富的義涵。全詩分為三段：(1)心不狂妄(1節)；(2)心平穩安穩(2節)；(3)心仰望神(3節)。

禱告：主阿！賜我們甜美的簡單，使我們回轉像嬰孩，時時仰望祢，天天讚美祢。

詩歌：【主阿，求你將我看】（《詩歌》第 311 首）

- 一、主阿，求你將我看，賜我甜美的簡單；靈中貧窮，心卑微，尋求猶如向日葵。
- 二、脫離作威的自己，脫離財奴之所倚，脫離顯揚的興趣，脫離受誇的私慾。
- 三、所有供我驕傲的，求你為我全拋棄；使我意志服你的，謙卑順服到死地。
- 四、使我回轉像嬰孩，將我智、力、全毀壞；只在你的光中行，只靠你的能力動。
- 五、倚在你愛的胸膛，好像斷奶的仰望；感到神賜的平安，充滿在我全人間。
- 六、讓我活在這姿態，天天滿出讚美來，如此到死也不變，但我等候你顯。

視聽——[主阿，求你將我看~churchinmarlboro.org](http://churchinmarlboro.org)

8月31日

讀經	第 132 章	第 133 章	第 134 章
主題	為神的殿禱告	弟兄和睦同居的美善	當稱頌耶和華
鑰句	直等我為耶和華尋得所在	看哪，弟兄和睦同居	耶和華的僕人

鑰節：【詩一百三十二 3~5】「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。』」

默想：本篇是為神的殿禱告。在這首讚美的詩中，詩人求神記念大衛為建造聖殿所許的願(1~10 節)；以及求神成全向大衛所起的誓，乃是應許賜福給大衛的子孫和耶路撒冷(11~18 節)。本篇值得注意的就是，大衛是如何成全合神的心意，為耶和華神預備居所。詩人求神記念大衛為了尋得神所居住的聖所而受苦難。並且，大衛作王的時候，為自己建造了一座華麗的宮殿，他卻不肯安息，因為約櫃仍然在帳幕裡(撒下六 17；七 1~17)。他在就神的面前許願，要為神建造殿宇，安放神的約櫃，作為神的腳凳。神聽見大衛所許的願，就對大衛起誓，要在錫安建立大衛的寶座，又應許將國權傳給他的子孫，並且他必將滿足的福賜予他的子民，包括：(1)使糧食豐滿，窮人飽足；(2)祭司披上救恩，大聲歡呼；(3)叫角(指王權)發生，為受膏者預備明燈；(4)使仇敵受羞恥，大衛的冠冕發光。本篇指出基督徒生命成熟的光景，乃是與神的心意和諧。在新約，神要使教會成為他安息、和榮耀的居所(弗二 22)，而教會也是眾聖徒滿有安息和祝福的居所。因此，凡將自己的一生投身在教會生活中，並有分於教會建造的人，要明白主的旨意如何，生活要以他的心意為自己的心意，而且以他的事為念。我們若是與神的心意和諧，其結果就是，成為：(1)飽足豐滿的人，使窮人得著飽足；(2)披上救恩的祭司，把人帶到主的救恩裡面，使人大聲歡呼；(3)得著能力和權柄的人(大衛救恩的角)，使主的權能完全彰顯出來，而羞辱眾仇敵；(4)光明的明燈，為主發光(他的冠冕要在頭上發光)，而引領人有正確的方向。神祝福合他心意的人，也使他們成為教會的祝福。

親愛的，當你以神的事為念，願意成全神的心意時，神也關心你，要成全你的意願。你是否愛神的居所？是教會的祝福呢？

背景：《詩篇》第一百三十二篇乃是詩人回顧大衛將約櫃搬入耶路撒冷的史實。這首詩或許是為記念約櫃搬入聖殿，由所羅門準備迎接慶典時，所唱誦的。本篇也是「大衛之約詩」，他的名屢次提及：「因你

僕人大衛的緣故」，「耶和華向大衛起的誓」，「我要叫大衛的角在那裡發生。」本篇的主題包括約櫃，聖殿，以及神對大衛家的應許。全詩分為二段：(1)大衛向神許的願(1~10 節)；(2)神向大衛起的誓(11~18 節)。

鑰節：【詩一百三十三 1~3】「看哪，弟兄和睦同居，是何等地善，何等地美！這好比那貴重的油澆在亞倫的頭上，流到鬚鬚，又流到他的衣襟。又好比黑門的甘露降在錫安山，因為在那裡有耶和華所命定的福，就是永遠的生命。」

默想：本篇是讚美弟兄和睦同居的禱告。在這首讚美的詩中，大衛指出弟兄和睦同居的美善(1 節)，好比澆上貴重的油與黑門甘露的降臨(2~3 節上)，而一同得著神所命定的福(3 節下)。本篇值得注意的就是，弟兄和睦同居的蒙福光景。大衛年幼時，哥哥們心裏對他不服；晚年時，又遭遇兒女們互相殘殺，經歷了刀劍「必永不離開」他的家。雖然在他的家中沒有和睦，但他看見以色列十二支派，每年三次聚集在耶路撒冷聖殿過節，那種光景實在是令人羨慕。所以他有感而發，才寫下了本詩。以色列民一年三次，從四面八方踴往耶路撒冷，他們同有一個目的，就是到錫安耶和華的居所敬拜神。在到耶路撒冷後，他們一同生活、一同敬拜、一同得著屬靈的祝福。他們如同家人般和睦同居，這是何等歡樂的情況。本篇指出基督徒生命成熟的光景，乃是在教會生活中與弟兄們和諧。在新約，只有在主生命裏的合一才有弟兄們真正的和諧。合一的基礎，就是弟兄們彼此相愛。因為唯有彼此相愛才能促使達成聖徒的合一。因此，教會生活合一的實行，在於彼此謙卑、溫柔、忍耐，在愛中互相寬容，以平安彼此聯絡，並且竭力保守靈裏的合一(弗四 2~3)。當教會的聖徒真是活在彼此相和、彼此相愛的實際裡，那個合一的見證真是又美、又善、又有福！這種光景，不光使教會有聖靈的膏油可以流到每個肢體(像油從亞倫頭流到衣襟)，而又有天上的恩典和福份臨到教會(像黑門甘露降在錫安)，使每一個人都得著滋養、供應、鼓舞、力量，因而使全教會都得到和享受神所命定的生命之福。親愛的，在忙亂的生活和疏離的人際關係中，你是否看重與肢體一同生活、一同敬拜、一同得著屬靈的祝福呢？你是否竭力保守弟兄們和睦，經歷貴重油的塗抹與黑門甘露的臨到呢？

背景：《詩篇》一百三十三篇是的標題為「大衛上行之詩」。大衛所作的讚美詩，謳歌了弟兄和睦蒙神祝福的景象。前篇是說到愛神，本篇是說到愛弟兄。全詩分為三段：(1)弟兄和睦同居的美善(1 節)；(2)貴重的油與黑門甘露(2~3 節上)；(3)得著神所命定的福(3 節下)。

鑰節：【詩一百三十四 1】「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。」

默想：本篇是呼籲眾人當稱頌耶和華。這首詩是稱頌與祝福的對話。首先，離開聖殿的朝聖者勸勉在殿中值夜的祭司們要稱頌神(1~2 節)；然後，這些僕人們立即以祝福來回應他們(3 節)。本篇值得注意的就是，詩人講到夜間守殿者稱頌神。這首詩說到耶路撒冷去守節的民眾，在過完節之後，不得不返回本鄉。當他們夜間起程的時候，看到看守聖殿的守望人站在那裏，就從山下喊出第 1~2 節的話，提醒守望的人要站在他們的崗位上，讚美耶和華和事奉祂。這些守夜者的為替代利未人日間的工作。他們特別被呼召舉手來稱頌神。而第 3 節是他們的回應，他們則以創造天地的主，必賜福給朝聖的人，而結束此歌。本篇指出基督徒生命成熟的光景，乃是在事奉上與神的眾僕人和諧。這首詩歌提到神的僕人「夜間站在」，表明他們在聖殿儆醒看守，使聖所的燈常常點著(出二十七 20)。這讓我們看見，

殿中夜間的讚美和敬拜，不因眾人離去而影響他們的事奉。在新約，我們都是神的僕人，在今世的黑夜中(羅十三 12)，一同與神的眾僕人持守教會的見證(「站在耶和華殿中」)，也一同殷勤事奉，且一同儆醒禱告(「舉手稱頌」)。這是何等的蒙福——我們能與清心愛主的人，一同在教會中(在耶和華殿中)為神的家晝夜勞苦作工(帖前二 9)，也一同享受天地的神，建造的主，向祂的教會(錫安)所賜的福。讓我們就是在這樣蒙福的情形裡面，與神的眾僕人一同盡職，而迎接主的再來(太二十五 14~30)。親愛的，守望者的工作，既平凡又重要。你是否願意在教會中守望，儆醒禱告，殷勤服事主呢？

背景：《詩篇》一百三十四篇是最後一首的上行之詩，描述上行者將要離開耶路撒冷，他們向繼續守殿的祭司們發出呼籲，也彼此道別。馬丁路德說，這一篇詩是結束了前面十四篇的上行之詩。上行之詩始於外邦之地——「米設」及「基達」，但結束在神所命定的地方——「耶路撒冷」及「聖殿」；開始是求告和嘆息，其結束是讚美和祝福。全詩分為二段：(1) 呼籲守夜班的舉手稱頌神(1~2 節)；(2) 願百姓蒙福(3 節)。

禱告：主阿，真願教會中有弟兄和睦同居的實際，好領受祢命定的福，就是永遠的生命。

詩歌：【弟兄和睦同居】（《聖徒詩歌》695 首）

弟兄和睦同居，何等美善！像油從亞倫頭，流到衣衫，
又像露從黑門，降在錫安；在此有生命福，直到永遠！

視聽——[弟兄和睦同居~churchinmarlboro.org](http://churchinmarlboro.org)

9月1日

讀經	第 135 章	第 136 章	第 137 章
主題	讚美詩集	要稱謝耶和華	被擄者的哀歌
鑰句	你們要讚美耶和華	祂的慈愛永遠長存	怎能在外邦唱耶和華的歌呢？

鑰節：【詩一百三十五 2】「耶和華的僕人站在耶和華殿中，站在我們神殿院中的，你們要讚美他！」

默想：本篇是以讚美為中心的禱告。在本讚美詩集中，詩人以讚美耶和華的呼籲作開始，因祂的善和祂揀選以色列(1~4 節)，而且祂為創造之主(5~7 節)和歷史之主(8~14 節)；然後，他描繪了偶像的無能(15~18 節)；結束時，他再一次呼籲所有百姓都要讚美耶和華。本篇值得注意的就是，詩人說到我們是耶和華的僕人，都當站在祂的殿中，讚美與稱頌祂。全篇共有四次「你們要讚美耶和華」，這是希伯來文的「哈利路亞」；最後又重複四次說「要稱頌耶和華」；到最後詩人把讚美和稱頌合在一起說：「住在耶路撒冷的耶和華，該從錫安受稱頌。你們要讚美耶和華」(21 節)。為什麼神該受我們的讚美與稱頌？因為：(1) 祂已揀選一切屬祂的兒女(1~4 節)；(2) 祂超乎萬神之上(3~5 節)；(3) 祂是一切造物之主，隨己意行事(6~7 節)；(4) 祂救贖自己的百姓(8~9 節)；(5) 祂打敗了仇敵(10~12 節)；(6) 祂的名存到永遠(13 節)；(7) 祂為自己的百姓伸冤(14 節)；(8) 祂超越外邦的偶像(15~18 節)。面對這樣一位本為善的獨一真神，我們豈不應當天天讚美與稱頌祂嗎？

親愛的，願你的一生成為一首讚美的詩歌，無論順境逆境；你的口中都充滿了稱頌耶和華聖名的話。

背景：《詩篇》一百三十五篇是一篇讚美詩集，是從其它詩篇中摘錄編輯而成(1~2 節——詩一百三十四 1；6 節——詩一百一十五 3；7 節——耶十 13；8~12 節——詩一百三十六 10；13 節——詩一百零二 12；

15~20 節——詩一百一十五 4~11)。全詩分為二段：(1)神應該受我們的讚美(1~14 節)；(2)我們應當讚美真神(15~21 節)。

鑰節：【詩一百三十六 1】「你們要稱謝耶和華，因祂本為善，祂的慈愛永遠長存。」

默想：本篇是以感謝為中心的禱告。在這首稱頌耶和華的詩中，詩人呼籲會眾前來稱謝神，因為：(1) 祂的慈愛永遠長存(1~3 節)；(2) 祂為造物主(4~9 節)；(3) 祂引領以色列進入迦南(10~22 節)；以及(4) 祂賜給世人的慈愛(23~26 節)。本篇值得注意的就是，詩人所重複的是「祂的慈愛永遠長存」。他歌詠神創造天地與救贖以色列的偉大工作，而是以「稱謝耶和華」起頭，以「因祂的慈愛永遠長存」結束。在詩中，詩人詳細講解稱謝神的理由：(1) 祂本為善，是「萬神之神」、「萬王之王」(1~3 節)；(2) 祂是創造萬有的主宰，獨行大奇事(4~9 節)；(3) 祂是救贖者，拯救以色列民脫離埃及(10~15 節)；(4) 祂是引導者和保衛者，以及帶領他們經過曠野進入迦南(16~25 節)；(5) 祂是幫助者和救主，顧念卑微人的(23 節)；(6) 祂是救主，救他們脫離敵人(24 節)；(7) 祂是供應者，賜人糧食(25 節)；(8) 祂是天上的神(26 節)。我們不斷領悟到神的性情和祂偉大作為，以及體會祂對我們的恆久不變之慈愛，能使我们更多稱謝祂。

親愛的，神是掌管歷史的主宰，祂也掌管在你人生中所發生的每一件事。回頭看你的一生，你想「祂的慈愛永遠長存」曾使你失望嗎？

背景：《詩篇》一百三十六篇是一百三十五篇的擴大。這兩篇詩篇雖然在風格上有所不同，在主題上仍然有密切的關係。前者是讚美的詩篇；後者則為感謝的詩篇。這首詩通可能是以回應的方式來讀的，當祭司每稱頌時，會眾在每一句後面回應說：「因為祂的慈愛永遠長存」這句話。這句話重複二十六次，正如我們常說的「阿們」。故本篇又有「哈利路亞詩」之稱。全詩分為四段：(1) 稱謝神永存的慈愛(1~3 節)；(2) 稱謝神大能的創造(4~9 節)；(3) 稱謝神奇妙的拯救(10~22 節)；(4) 稱謝神顧念的大愛(23~26 節)。

鑰節：【詩一百三十七 4~6】「我們怎能在外邦唱耶和華的歌呢？耶路撒冷啊，我若忘記你，情願我的右手忘記技巧。我若不紀念你，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。」

默想：本篇是被擄者的哀歌。在這首被擄之歌中，詩人首先因心裏的創傷，向神傾訴苦情，因為他們被擄到巴比倫後，受到外邦人的戲笑和折磨(1~4 節)。接著，他表示他不會忘記自己的家鄉，就是耶和華所揀選的耶路撒冷(5~6 節)。然後，他求神嚴懲禍首巴比倫和幫兇以東人(摩一 11；結二十五二十五 12~14)，因為他們毀滅了耶路撒冷(7~9 節)。本篇值得注意的就是，在外邦之地，唱耶和華的歌是完全不協調的。詩人回顧了耶路撒冷聖城的遭難，回想當年被擄的情景(主前 587 年)，不覺無限的傷感，便禁不住哭了。令詩人更加痛苦的是來自外邦人要他們唱錫安的歌。因為這些「耶和華的歌」只適合在聖殿歌唱，他情願即使「右手忘記技巧」和「舌頭貼於上膛」，而不願神的名再受羞辱，故他只有保持靜默。這表明他是如何愛神，愛神的聖城和聖殿，直到他從巴比倫歸回，才繼續拾起讚美的琴瑟，向神獻上敬拜、讚美。讓我們的心也不忘記神的家，而在教會中唱「耶和華的歌」。

親愛的，你唱「耶和華的歌」時的對象是否正確？時機和地點是否合適呢？

背景：《詩篇》一百三十七篇是一首愛恨交織、傷心刺骨的哀歌。被擄的詩人生動的描寫了亡國之恨。全詩分為三段：(1) 追想錫安就哀哭(1~3 節)；(2) 不忘記耶路撒冷(4~6 節)；(3) 咒詛仇敵的殘酷(7~9 節)。

禱告：主阿，我們愛祢，祢是們心愛的良人，祢不在這世上，我們的心若有所失，怎有心鼓彈。我們渴望祢的再來，願和歷世歷代的聖徒一起等候祢。

詩歌：【自伯大尼你與我們分手後】（《聖徒詩歌》第 156 首第 1，7 節）

一 自伯大尼你與我們分手後，我心有個真空無可補滿，

我坐河濱將琴掛在柳枝頭，你不在此我怎有心鼓彈？

當我深夜孤獨安靜的時候，（此時我無忍受，我也無享受）

不禁歎息，我想著你是多遠，我想著你應許已久的歸旋。

七 當我回想，我已等候多長久，不禁歎息，低頭獨自流淚；

求你別再遲延不聽我要求，現今就來接我與你相會。

來罷，我主，這是教會的求呼！來罷，我主，請聽聖徒的催促！

來罷，歷世歷代累積的共鳴，我主，能否求你今天一起聽？

視聽——[自伯大尼你與我們分手後~churchinmarlboro.org](http://churchinmarlboro.org)

9月2日

讀經	第 138 章	第 139 章	第 140 章
主題	稱謝神的慈愛和誠實	讚美神的全知、全在、全能、全管	求神救他脫離兇惡的人
鑰句	耶和華必成全關乎我的事	你已經鑒察我，認識我	我救恩的力量啊

鑰節：【詩一百三十八 8】「耶和華必成全關乎我的事。耶和華啊，你的慈愛永遠長存，求你不要離棄你所造的。」

默想：本篇是稱謝神慈愛和誠實的禱告。在這首感恩詩裏，大衛首先因神的慈愛和信實而獻上感恩的禱告(1~3 節)；接著，他呼籲全地的君王和他一同尊崇耶和華(4~5 節)；然後，他表示神能看顧低微的人，看透驕傲的人(6 節)；最後，他表達對神的信靠，因祂在患難中拯救他(7~8 節)。本篇值得注意的就是，大衛因神奇妙的作為，而把禱告與讚美聯在一起。在最後兩節中(7~8 節)，他連續用了四個「必」字，重申對神的信心，因為：(1)祂必將他救活；(2)祂必伸手抵擋他的仇敵；(3)祂的右手必救他；(4)祂必成全關乎他的事。每一個「必」字都是神的應許。這是多麼令人安慰的承諾！信心是從認識神而來的，願我們也知道我們所信的是誰(提後一 12)。

親愛的，在你的禱告中，是否也能有這樣的認知和信心——「耶和華必成全關乎我的事」(8 節)？

背景：《詩篇》一百三十八篇至一四五篇是大衛在詩篇中的另一組詩群，而本篇是這組中的第一篇。本篇也是一首大衛的感恩詩，因神的幫助而脫離了仇敵之手，很可能是撒下第 7 章中大衛向神的許願和感恩。全詩分為二段：(1)一心要稱謝神(1~5 節)；(2)因神配受讚美(6~8 節)。

鑰節：【詩一百三十九 1】「耶和華啊，你已經鑒察我，認識我。」

默想：本篇是讚美神的全知、全在、全能、全管。在這首稱頌詩裏，大衛首先以神的無所不知開始，因人的一言一行都在祂的鑒察中(1~6 節)；接著，他談及神的無所不在，因人無法逃避祂(7~12 節)；然後，他談到神的無所不能，因人是祂所造的(13~18 節)；最後，他表達神的無所不管，因祂引導人走永生的道路(19~24 節)。本篇值得注意的就是，大衛認識神是一位有位格的神——全知、全在、全能、

全管的；並且神亦認識他的一切(包括他的無辜)。大衛認識神，因他的心愛慕神，而將自己擺在神面前，與神有深透的交通，因而他領悟在任何情況下，都有神的同在、愛護和引導。全篇用「祢」34次，用「我」47次，是一篇「祢(神)」和「我(大衛)」之間的交談，指出大衛和神之間極其親密的交通。此外，認識大衛的神也認識我們，祂知道我們的一切——心思、性情、行為、困苦、需要等。這是何等令我們安慰，也是令我們警惕的事。

親愛的，神「鑒察」、「認識」、「曉得」、「知道」、「細察」、「深知」你的一切。

背景：《詩篇》第一百三十九篇是大衛的詩，結構簡單內涵卻複雜豐富。解經家摩根(Morgan)認為，此篇以主旨來說，是全詩篇中最偉大的一首詩。全詩分為四段，每段六節：(1)神的無所不知(1~6節)；(2)神的無所不在(7~12節)；(3)神的無所不能(13~18節)；(4)神的無所不管(19~24節)。

鑰節：【詩一百四十七】「主耶和華，我救恩的力量啊，在爭戰的日子，你遮蔽了我的頭。」

默想：本篇是大衛在逃亡時期，祈求保護神的禱告。在這首祈求詩裏，大衛被仇敵圍困，被惡人攻擊，他們所用的方法是誹謗、誣告、暗箭傷人，所以他向神禱告，救他脫離兇惡的人(1~5節)；接著，他充滿了信心，宣告——「耶和華是我的神」、「耶和華是我救恩的力量」、「遮蔽了我的頭」(6~7節)，並且他求神不要遂惡人的心願，而使惡人的計謀落在他們自己的頭上(8~11節)；最後，他唱出得勝的凱歌，重申了他對神的信靠，因為他相信神必定會為困苦人伸冤(12~13節)。本篇值得注意的就是，大衛非常有把握宣告勝過仇敵一切的陰謀，這全是建立在他對神的認識，及對神堅定不移的信心，而安然地把自己交託在祂的手中，因他確知祂不但要拯救他們，並且要使他們得勝仇敵。在11~13節中，他用了六個「必」字，二次是用在惡人結局必然會如何——(1)必被丟在火中和(2)必堅立不住；四次用在神必要如何施恩與人——(1)為困苦人伸冤，(2)為窮乏人辨屈，(3)義人必要稱讚神的名，和(4)正直人必住在神面前。此外，大衛一生都活在爭戰之中，而本詩生動地刻畫了大衛在困苦中，被這些惡人誹謗和迫害，依舊來到神面前禱告。他四次呼喊說：「耶和華阿，求祢……」(1, 4, 6, 8節)，指出他謙卑地信靠祂。因此，在惡劣的環境中，我們心中不必懼怕，不要忽略禱告，而要記得住在神面前，祂必成為我們避難之所，而覆庇著我們的頭。

親愛的，在爭戰的日子，你是否有把握主必垂聽你的禱告？在艱難的時刻你是否有把握主必幫助你、扶持你呢？你是否也能像大衛一樣，在神面前如此宣告：「我知道耶和華『必』……」？

背景：《詩篇》第一百四十篇是大衛的詩。在以上的二篇中，大衛稱讚神乃是完全慈愛、信實、可靠的，又是一位全知、全在、全能、全管的神。從本篇起，一連有四篇的內容都是大衛在苦境中和危險中的禱告，求全能神的保護及拯救他。全詩分為三段：(1)仇敵的陰謀(1~5節)；(2)向神求救(6~8節)；(3)義人蒙神眷顧(9~13節)。

禱告：神啊，「祢深知」我們的一切。求祢鑒察我們，試煉我們，並引導我們走永生的道路。

詩歌：【展開清晨的翅膀】(《讚美之泉專輯: 07》)

主耶和華，你已經鑒察了我。

我坐下，我起來，你都已曉得。

我行路，我躺臥，你都細察，你也深知我一切所行。

我舌頭上的話，你沒有一句不知道。

你在我前後環繞著我，按手在我身上。
這樣的奇妙，是我不能測透，
你的至高你的尊貴，是我永遠不能所及。
我可以往哪裡去躲避你的靈？
我可以往哪裡去逃、可躲避你的面？
我若展開清晨的翅膀飛到地極，就在那裡，
你的雙手也必引導我。

視聽——[展開清晨的翅膀～ YouTube](#)

9月3日

讀經	第 141 章	第 142 章	第 143 章
主題	獻晚祭的禱告	求神拯救的禱告	拯救脫離仇敵的禱告
鑰句	我舉手祈求	你知道我的道路	沒有一個是義的

鑰節：【詩一百四十一 2】「願我的禱告如香陳列在你面前！願我，如獻晚祭！」

默想：本篇是大衛獻晚祭的禱告。在這首祈求詩裏，大衛懇求耶和華垂聽他的禱告(1~2 節)，阻止他作出不妥當的言語和行動(3~7 節)，並拯救他脫離仇敵(8~10 節)。本篇值得注意的就是，大衛「在爭戰的日子」(7 節)中，仍與神有親密的交通。神是大衛在苦境中訴苦的對象。大衛被惡人迫害，所以他求神保守他，免得他誤入歧途與惡人同流合污；並且幫助他安全逃脫他們的網羅和陷阱。雖然神尚未應允他的禱告，但大衛卻堅持不懈地繼續懇求神的拯救。大衛在禱告中提及他的禱告「如香」陳列在神面前，「如獻晚祭」，充分表示出他深知神必垂聽他的懇求。此外，大衛提及他是全人向神禱告，包括：(1)聲音(1 節)、(2)手(2 節)、(3)嘴(3 節)、(4)心(4 節)、(5)頭(5 節)、和(6)眼目(8 節)。面對危機時，我們不要急於求人幫助，而要來到主面前，「舉手祈求」，向祂傾訴(2 節)；縱然我們軟弱，仍要像大衛一樣——「我仍要祈禱」(5 節)，將眼目定睛在主身上，「仰望祂」、「投靠祂」(8 節)。親愛的，你是否也能像大衛在困境中，曉得如何求告主、仰望主、投靠主呢？

背景：《詩篇》第一百四十一篇是大衛的詩，可能是他受掃羅追逼之時，向神獻晚祭祈禱所發出的禱告。全詩分為三段：(1)求主垂聽所願(1~2 節)；(2)保守不行惡，且樂受責備(5~7 節)；(3)求神幫助免陷入惡人的網羅(8~10 節)。

鑰節：【詩一百四十二 2】「我在他面前吐露我的苦情，陳說我的患難。」

默想：本篇是大衛受掃羅追趕時，求神拯救他的禱告。在這首祈求詩裏，我們看到大衛述說逃到山洞中的時候(亞杜蘭洞或是在基底洞，撒上二十二章，二十四章)好像被囚在監牢中一樣，所以他懇切地求神救他脫離被囚之地。在洞穴裡，大衛向神陳說他的苦情，因仇敵試圖殺害他卻沒有人理會(1~4 節)。在末了，他向神禱告是因為：(1)只有神才是他的避難所；(2)他落到極卑之地；(3)逼迫他的人比他強盛；(4)求神領他出離被囚之地，好稱讚神的名(5~7 節)。本篇值得注意的就是，大衛在山洞裏向神傾心吐意，求神憐憫他的孤單、軟弱和無處躲避之苦，並救他脫離強敵之手。眾人雖離棄大衛，但他沒有埋怨神如何對待自己，因為他相信神是他唯一的避難所，是他永遠的福份。在禱告中的過

程中，大衛向神吐露他的苦情，陳說他的患難，因此由軟弱變為剛強；並且由先前的埋怨、不安，到開口讚美和稱謝主名。大衛走出了所有危機，這真是一個奇妙的轉變。願我們的艱難的時刻(山洞裏或是被囚之地)，反而成為與神更親近，並向祂傾心吐意的經歷。

親愛的，在每天的生活中，你有否忽略向天父傾心吐意的時刻呢？在困境中，你是否也能在禱告中學習交託呢？

背景：《詩篇》第一百四十二篇的詩題「大衛在洞裡做的訓誨詩，乃是祈禱」。換言之，本詩的性質對他人而言，為「訓誨詩」；對大衛而言，為他的「祈禱」。此篇是大衛十三首訓誨詩中的最後一首(其它詩篇是：三十四；五十二；五十四；五十六；五十七；五十九；六十三)。全詩分為二段：(1)在祂面前發聲哀告(1~4 節)；(2)求神領出被囚之地(5~7 節)。

鑰節：【詩一百四十三 5~6】「我追想古時之日，思想你的一切作為，默念你手的工作。我向你舉手，我的心渴想你，如乾旱之地盼雨一樣。細拉」

默想：本篇是大衛在傷痛與難過時，仰望神拯救的禱告。在這首祈求詩裏，大衛首先述說他目前的景況(1~4 節)；接著，他呼求神幫助他(5~6 節)；最後，他求神看顧，並審判仇敵(7~12 節)。本篇值得注意的就是，大衛思想神的作為，默念神的工作，因而從目前的淒慘光景，轉向過去向他施恩典的神。本篇我們看到大衛帶著憂傷痛悔的靈，來到神面前懇求，因為仇敵要置他於死地，令他感到愁苦(1~4 節)。但當大衛想到神過去所顯示的恩典，思想神一切的作為，並默念祂手的工作時，心中就得到了鼓舞，他就鼓起勇氣向神舉手禱告(5~6 節)。於是，大衛求神三件事——(1)使他「得聽」慈愛之言，因他倚靠祂；(2)使他「知道」當行的路，因他的心仰望祂；(3)指教他「遵行」神的旨意，因祂是他的神(7~10 節)。並且大衛基於對神的認識，懇求神——(1)將他「救活」，因祂的聖名；(2)將他「領出」，因祂是公義的；(3)「剪除」敵人因祂對他是慈愛的(11~12 節)。此外，大衛的禱告，乃是按著神的信實、公義、慈愛和應許，求祂救他脫離患難。我們又憑什麼向神禱告呢？在禱告中，大衛向神所求的有九件事(1, 2, 7, 8, 9, 10, 11 節)，其中有哪幾樣，是我們曾經向神求過的呢？親愛的，在禱告中，你有否學習「得聽神慈愛之言」(8 節)、「知道當行的路」(8 節)、「遵行神的旨意」(10 節)呢？在困苦中，你是否知道誰能「救活」(11 節)、「領出」(11 節)、「剪除」(12 節)呢？

背景：《詩篇》第一百四十三篇乃是大衛七首懺悔詩中最後的一首。有人以為此詩可能大衛逃避他的兒子押沙龍的時候寫的。全詩分為二段：(1) 陳說苦情(1~6 節)；(2)求神拯救(7~12 節)。

禱告：神啊，願我們的禱告如馨香之氣，能滿足祢的心。

詩歌：【馨香晚祭】(《讚美之泉專輯: 彩虹下的約定》)

耶和華，我的避難所，求你留心聽我的聲音，
願我的禱告如香，陳列你面前，我舉手祈求，如獻晚祭。
耶和華，我的力量啊，求你賜給我正直的心，
不教我陷入那，世間誘惑，救我脫離，惡人網羅，
求你指教我，如何遵行你旨意，因為你的名將我救活。
因你是我神，將我藏在羽翼中，我的心將一生仰望你，
因你是我神，將我藏在羽翼中，我的心將一生仰望你。

9月4日

讀經	第 144 章	第 145 章	第 146 章
主題	期望勝過仇敵的禱告	讚美神的偉大	讚美耶和華的美善
鑰句	有耶和華為他們的神	你的國是永遠的國	我一生要讚美耶和華

鑰節：【詩一百四十四 15】「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！」

默想：本篇是大衛與外邦人作戰時，期望勝過仇敵的禱告。在這首求告詩裏，大衛首先對神之慈愛的感謝與稱頌(1~4 節)；接著，他呼求神幫助，對付敵人(5~11 節)；最後，他稱謝神所賜的祝福(12~15 節)。本篇值得注意的就是，大衛以神的王權為主題，論到神的全能和人的渺小。大衛一連串使用了八個對神不同的稱呼(磐石、慈愛、主、山寨、高台、救主、盾牌、投靠)(1~2 節)。這些稱呼前面，都冠上「我的」，帶出他與神同在、同行、同住的美妙關係，因神使他在每一場爭戰得勝。當中每一個稱呼，都是極為寶貴的應許，能幫助我們實際經歷神是我們所需的一切。此外，大衛感念人雖然是軟弱、無能、渺小，但仍得神的拯救、看顧和保守，因此他宣告：「有耶和華為他們的神，這百姓便為有福。」即便我們算不得什麼，祂仍顧念我們(3 節)；並且有祂作我們的一切，就是我們最大的祝福(15 節)。

親愛的，神是萬福的源頭，大衛一再地用「我的…」表達神供應了他一切的需要。你是否經歷過「有主萬事足」呢？

背景：《詩篇》第一百四十四篇是大衛的詩。他代表神的百姓，帶著歡樂和感恩，向神稱頌、感念、禱告、祈禱等部分組成。全詩 1~10 節與第十八篇有很多相似之處，而最後四節願神的百姓蒙福尤具特色 (12~15 節)。全詩分為三段：(1)神是可靠救主(1~4 節)；(2)求神親自降臨(5~11 節)；(3)有神就是有福(12~15 節)。

鑰節：【詩一百四十五 13】「你的國是永遠的國，你執掌的權柄存到萬代。」

默想：本篇是大衛經歷了各種患難以後，而向神發出的讚美。在這首讚美詩裏，大衛讚美神的偉大來開始(1~2 節)，因為：(1)神的偉大難以測度(3 節)；(2)神的作為要一代一代稱頌下去(4 節)；(3)神滿有威嚴的尊榮和奇妙的作為，叫人生出敬畏之心(5~6 節)；(4)神是公義的(7 節)；(5)神有恩惠，有憐憫，有耐心和慈愛(8~9 節)；(6)神國度威嚴的榮耀，是永遠的國(10~13 節)；(7)神扶起被欺壓的人(14 節)；(8)神供應食物給一切需要的人(15~16 節)；(9) 神一切所作的都有慈愛(17)；(10)神親近一切求告祂的人(18 節)；(11)神聽人的呼聲並要拯救我們(19 節)；(12)神保護一切愛他的人(20 節)。最後，他號召凡有血氣的和祂一同永遠讚美耶和華來結束(21 節)。本篇值得注意的就是，大衛所有的讚美都是由於神的偉大，他一連用了九次「大」字他提到神的「大能」、「大德」、「大恩」、「大有慈愛」等；有九次稱神為「耶和華」。在本篇中他六次用「一切」(英文聖經則出現 14 次)，「萬」字用了兩次，「凡」字用了四次，來呼喚一切受造之物都要讚美神。而且他再三強調要「天天稱頌」(2 節)、「代代傳揚」(4 節)、「永永遠遠讚美」(21 節)。此外，在大衛的禱告中，他多次提到「我要」：尊崇、稱頌、讚美、默念、傳揚。這指出基督徒的使命與人生的目的就是，將榮耀歸給神。馬丁路德曾說：「最使魔鬼生

氣的，莫過於宣講、談論，並歌唱基督，所以我喜歡歌唱基督。每次在會堂內，大聲唱歌的時候，就如同把魔鬼打敗，大唱得勝歌一樣。」

親愛的，神的偉大無法說盡，但你要如何尊崇、稱頌、讚美、默念、傳揚祂呢？

背景：《詩篇》第一百四十五篇的詩題為「大衛的讚美詩」。本詩為《詩篇》中「大衛之詩」最後一篇。這篇是一首字母篇，從頭到尾都是讚美之詞，可以作為所謂「讚美詩篇」（一百四十五～第一百五十）詩集最後部份的導論。因為《詩篇》最後五篇詩的題材都是頌讚神的，而每篇起首的第一句便說「你們要讚美耶和華」。本篇我們看到大衛禱告的主題：「耶和華本為大，該受大讚美，其大無法測度。」從頭到尾，大衛的禱告都是讚美之詞。全詩分為三段：(1)大能的神該受大讚美(1~3 節)；(2)默念神的威榮和作為(4~8 節)；(3)一切受造之物都稱頌神(9~21 節)。

鑰節：【詩一百四十六 2】「我一生要讚美耶和華。我還活的時候，要歌頌我的神。」

默想：本篇是呼召人來讚美耶和華的詩篇。在這首讚美詩裏，詩人以呼召人來讚美耶和華作開始，並定意要一生讚美神(1~5 節)；接著，他述說讚美神的原因(6~9 節)；最後，他宣告耶和華要作王，直到萬代。本篇值得注意的就是，詩人愛神而要獻上一生讚美祂，因祂是我們一生的扶持、幫助和保護。他具體列出讚美神的原因——(1)祂是創造萬物的主；(2)祂是永遠誠實不改變的；(3)祂為受屈的人伸冤；(4)祂賜食物給飢餓的人；(5)祂釋放被囚的人；(6)祂開了瞎子的眼睛；(7)祂扶起被壓的人；(8)祂喜愛義人；(9)祂保護寄居的；(10)祂扶持孤兒和寡婦；(11)祂使惡人的道路彎曲；(12)祂要作王直到永遠。故祂配受一切的讚美。對經歷過神慈愛與能力的人而言，即使是用畢生讚美神，歌頌神，也不足為惜。我們是否也願如詩人的心志，將自己的一生，用來讚美我們的主呢？

親愛的，當你愈認識神的慈愛、公義和信實，愈經歷過祂的扶持、幫助和保護，你就愈能在各方面讚美祂。

背景：《詩篇》第一百四十六篇是「哈利路亞」詩集的第一篇。從本篇起，共有五篇稱為「哈利路亞」詩集，因為每篇都以這句作開始和結束。所謂「哈利路亞」詩集，因每篇的首句與尾句都有哈利路亞，中文就是「你們要讚美耶和華」。「哈利」是讚美，「路」你們要，「亞」是耶和華的簡稱。這五篇的內容全是讚美、歌頌、歡樂的情調，是把以前《詩篇》中之悲哀、苦難、唉歎的情緒都要過去，而帶進喜樂、平安的光景中。在這五篇之中，「讚美」這詞一共出現了有 48 次之多。全詩分為二段：(1)一生要歌頌讚美神(1~5 節)；(2)惟耶和華配得讚美(6~10 節)。有一老基督徒，素常很會唱詩，竟於舌部生了毒瘤；為了保存性命，只得將舌割去。當他進入割症室時，就問醫生說：「我經過手術後，還會唱詩麼？」醫生悲莫能抑，不能出聲，只搖頭示意。病者就請求醫生，將他扶起，讓他最後再唱一次；他說：「我平素常常唱詩，今你說我此後將不會唱詩，我要唱一首感謝的詩，作我最後的一次。」說畢，他就唱：「一息尚存我要讚美！直到目瞑聲竭身死；讚美之日永無停止，我心我靈仍然續繼。」我一生要讚美耶和華；我還活的時候，要歌頌我的神。」

禱告：主阿，我們愛祢，我們要高舉雙手，一生讚美祢。

詩歌：【我一生要讚美祢】(讚美之泉 5 - 全新的你)

高唱主，我愛你，高舉我雙手，來讚美祢。

我的心，充滿歡喜，我要歌唱，來頌揚祢。

[圖] 高唱哈利路亞，我的心充滿歡欣。

高唱主，我愛祢，我一生要讚美祢。

視聽——[我一生要讚美你~YouTube](#)

9月5日

讀經	第 147 章	第 148 章
主題	讚美復興耶路撒冷的神	讚美神的宇宙唱詩班
鑰句	他醫好傷心的人	從天上讚美耶和華

鑰節：【詩一百四十七 3】「他醫好傷心的人，裹好他們的傷處。」

默想：本篇是鼓勵眾人都要讚美耶和華的詩篇。在這首讚美詩裏，詩人有三次呼召百姓來讚美神，因神恢復和眷顧以色列人的恩典。詩人每一次的起首都提到：「你們要讚美歌頌耶和華」(1, 7, 12 節)，其後再說出讚美的原因。第一次(1~6 節) 是詩人讚美耶和華偉大無比，因祂的智慧無法測度，而向耶路撒冷施恩，且竟然憐憫醫治心靈破碎的以色列人。第二次(7~11 節)是詩人用許多比喻來讚美這位有能力的神，因祂對萬物的供應和眷顧；另一方面，祂喜愛敬畏和倚賴祂的人。第三次(12~20 節) 是詩人讚美神如何看顧祂住在耶路撒冷城中的百姓，因祂賜福給選民，又把祂的律例典章傳給他們。本篇值得注意的就是，詩人說的這一句話——「他醫好傷心的人，裹好他們的傷處」(3 節)，值得我們思考。「傷心的人」在此可譯為「心裡被打碎的人」。然而在這節裡有兩個動詞：「醫好」和「裹好」，這是何等安慰、鼓勵的應許。當年紀愈長，愈覺得人生的無常，自己的渺小；而且在人世間裡，甚至在教會中，接二連三的風波曾不斷地撕毀了我們的願景，使我們的心靈受到了嚴重的傷害，有時我們以為自己陷入了絕望的深淵，而成了一個心裡被打碎的人。另一面，在已往的數十年的歲月中，外面的人、事、物曾多次的叫我們失望，但裏面愈過愈覺得全能主的信實。每次來到祂的施恩寶座面，承認自己的傷痛、無助和絕望時，祂那溫柔慈祥的手，一次又一次地親自的「醫好」、「裹好」我們的傷處。哦，祂的旨意絕不改變！祂在我們身上的工作也絕不停止！祂對我們的應許也絕不落空！人(我們) 會錯，但祂永不會錯！人會失敗，但祂永不會失敗。所以無論我們所受的傷是多嚴重、多厲害，我們可以仰望那為我們信心創始成終的耶穌(來十二 2)，因為「地無一個憂傷天不能醫，地無一個憂傷天不能遣，地無一個憂傷天不能脫。」(《聖徒詩歌》第 506 首)

親愛的，人生的遭遇、宇宙的運作、四季的更迭、萬物的變化，加上神在你身上的作為——「建造」、「聚集」、「醫好」、「裹好」、「數點」、「扶持」，豈不值得你大聲感謝——「哈利路亞讚美主！」

背景：《詩篇》第一百四十七篇是「哈利路亞」詩集的第二篇。許多的聖經學者都相信本篇詩篇的背景是尼希米記十二 27~43，當耶路撒冷城牆完工之時，尼希米和以斯拉分別帶領隊伍歌唱遊行，他們所唱的最主要的就是本篇。全詩分為三段：(1)讚美神的善美(1~6 節)；(2)讚美神的賜福(7~11 節)；(3)讚美神的眷顧(12~20 節)。希伯來文《詩篇》將此篇分為兩篇(1~11, 12~20 節)

鑰節：【詩一百四十八 1】「你們要讚美耶和華，從天上讚美耶和華，在高處讚美他。」

默想：本篇是天上和地上的受造之物都要讚美耶和華的詩篇。在這首讚美詩裏，詩人呼籲諸天(包括天上的使者和天體)(1~6 節)和全地(包括君王和萬民)(7~12 節)都來讚美耶和華；最後，他說明讚美神的理

由，因祂賜能力給祂的百姓(13~14 節)。本篇我們看到詩人首先邀請天上的天使和天軍，眾天體和天上的自然界，組成唱詩班稱頌讚美神，因耶和華是創造主，祂的話永不會廢去。詩人進一步呼籲一切在地上的受造之物和聖民都當讚美神，因為獨有祂的名被尊崇，祂的榮耀在天地之上，祂使神的子民得著力量。本篇值得注意的就是，詩人以逐漸鋪陳的方式，描述讚美神的歌聲先是從天上唱到地上，然後至到全地都回應發聲讚美耶和華。詩中他使用「讚美」達十四次之多，使用「都要讚美耶和華」則有十一次。詩人描繪整個宇宙好像成為一場龐大陣容的交響樂團或大合唱班，而所有的受造物圍繞著神的寶座以不同的和諧聲音組合在一起，向神獻上氣勢磅礴的讚美詩。使徒約翰已看到這幅宇宙的大合唱的美景(啟五 11~14)。天上的讚美與地上的讚美相互唱和，那是多麼的壯觀呀！我們是否也願恭逢其盛，在這偉大的讚美詩班之中，同聲歌頌神呢？

親愛的，有一天你在宇宙大合唱班中會唱得好嗎？

背景：《詩篇》第一百四十八篇是「哈利路亞」詩集的第三篇。本詩繼續前篇，但擴大了讚美的範圍，由個人至整個宇宙都當讚美耶和華。全詩分為二段：(1)天上都要讚美主(1~6 節)；(2)全地都要讚美主(7~12 節)。

禱告：父阿，我們感謝祢，祢既偉大但又慈愛，心靈破碎的人儘可前來求告祢，祢知道人心中的每一個憂傷，凡向著施恩寶座虔誠屈膝的人，祢必會重新裹好傷處並醫治。

詩歌：【來罷，憂傷的人】

一 來罷，憂傷的人，隨帶你煩惱， 向著施恩寶座虔誠屈膝；

來陳你心創痕，來訴你困擾， 地無一個憂傷天不能醫。

二 孤單中的喜樂，迷途的光照， 痛悔者的希望—祂永不變；

保惠師正在此柔聲的說道： 地無一個憂傷天不能遣。

三 這是生命的餅，滋養又甘甜， 這是生命的水，流自寶座；

來赴主的愛筵，心中常思念： 地無一個憂傷天不能脫。

視聽——來罷，憂傷的人~churchinmarlboro.org

9月6日

讀經	第 149 章	第 150 章
主題	向耶和華唱新歌	讚美耶和華
鑰句	在聖民的會中讚美他	凡有氣息的，都要讚美耶和華

鑰節：【詩一百四十九 1】「你們要讚美耶和華，向耶和華唱新歌，在聖民的會中讚美他。」

默想：本篇是向耶和華唱新歌的詩篇。在這首讚美詩裏，詩人呼召神的子民要向耶和華唱新歌(1~5 節)，因神要刑罰列邦(6~9 節)。本篇值得注意的就是，詩人以不同的詞彙呼籲聖民歡呼喜樂——唱新歌、讚美、歡喜、快樂、跳舞、擊鼓、彈琴、歌頌、高興、歡呼、稱讚，而唱出勝利之歌。上篇說到「與祂相近的百姓」(詩一百四十八 14)都當讚美造物主的耶和華，本篇我們則看到詩人提出聖民要在會中讚美祂，因為神是他們的創造主，也是他們的王，祂是施恩的主，同時祂也是榮耀之君。接著，祂呼籲聖民要歡呼快樂，因神給了他們榮耀和勝利，而與神一同施行公義的審判。讚美使詩人活出喜

樂的生活，我們能否感同身受呢？

親愛的，願你在每天的日常生活中，在每一個聚會中，以喜樂的靈、喜樂的心、喜樂的聲音來讚美神，好使你一生歡呼喜樂。

背景：《詩篇》第一百四十九篇是「哈利路亞」詩集的第四篇，也是預言詩，詩人預言主再來為王，掌管列國。那時，聖徒與主一同得著榮耀，審判萬民。全詩分為二段：(1)人要會中讚美(1~5 節)；(2)神要審判列邦(6~9 節)。

鑰節：【詩一百五十六】「凡有氣息的，都要讚美耶和華。你們要讚美耶和華！」

默想：本篇是讚美達到最高峰的時候，全體歌唱，普天同慶的詩篇。在這首讚美詩裏，詩人闡明了讚美之處(1 節)、讚美之故(2 節)、讚美之法(3~5 節)和讚美之人(6 節)。本篇值得注意的就是，在短短的六節聖經內，「讚美」一字竟然有十三次之多！每一句都有「讚美」，從起首到結尾「讚美」串連整首詩。本詩篇回答四個有關讚美的主要問題：

- (一) 對「在何處讚美神？」的問題，本篇的答案為：「在神的聖所中讚美祂！」
- (二) 對「什麼是讚美的焦點？」的問題，本篇的答案為「神的大能和神的大德！」
- (三) 對「如何讚美？」的問題，本篇的答案為：「用你所有的一切(角聲、鼓瑟、彈琴、擊鼓、跳舞、絲弦的樂器、簫、大響的鈸、高聲的鈸)來讚美祂！」
- (四) 對「誰應該來讚美神呢？」的問題，本篇的答案為：「凡有氣息的都要讚美祂！」

讓我們花時間來學習讚美神，直到我們整個的心和生活進入蒙福的境地，最後必被提到榮耀裡

註解 [YC2]:

切被造的都加入哈利路亞的大合唱(啟十五 3，十九 1~6)，因為那時「不再有死亡，也不再有任何悲哀、哭號、疼痛，因為以前的事都過去了」(啟二十一 4)。

親愛的，人的生命中有苦也有樂、有得意也有失意、有哭泣也有歡笑、有喜樂也有憂傷。但無論在甚麼境遇(健康或疾病)，甚麼階段(從年幼到髮白)，你都能經歷「讚美」的大能，使你能擺脫一切的問題，並且使你進入與神親蜜的交通。讓「讚美」成為你生命中的動力吧！

背景：《詩篇》第一百四十五篇是「哈利路亞」詩集的最後一首，也是全卷詩篇末後的一篇。本篇是整卷《詩篇》的高潮和整卷書最經典的結論。全詩分為四段：(1)在何處讚美神(1 節)；(2)為何要讚美神(2 節)；(3)用何樂器讚美神(3~5 節)；(4)誰該來讚美神(6 節)。慕安得烈說：「在《詩篇》裏，我們看見，讚美在屬靈的生活中該占何等大的地位。在這卷書裏共有六十多篇讚美的詩，就是第九十五篇到一百零一篇，一百零三篇到一百零七篇，一百十一篇到一百十八篇，一百三十四篇到一百三十八篇，一百四十四篇到一百五十篇。最後的五篇，都是哈利路亞的詩。開頭和末了，都是：『你們要讚美耶和華』。並且在末了一篇裏，每一節都重複兩次說：『讚美他。』末了又說：『凡有氣息的，都要讚美耶和華。』」

禱告：親愛的主阿！因著祢的榮耀，我們願一生向祢歌頌讚美。

詩歌：【你們要讚美耶和華】（《讚美之泉 01——讓讚美飛揚》）

你們要讚美耶和華，在祂的聖所讚美祂。

你們要讚美耶和華，在祂的穹蒼讚美祂。

要因著祂的大能讚美祂，要因著祂的榮耀讚美祂，

要因著祂的慈愛讚美祂，凡有氣息都要來讚美祂。

我們要讚美耶和華，來敞開胸懷讚美祂。

我們要讚美耶和華，來高聲歡呼讚美祂。

我們要鼓瑟彈琴讚美祂，我們來擊鼓跳舞讚美祂，

我們用絲弦樂器讚美祂，凡有氣息都要來讚美祂。

視聽——[你們要讚美耶和華~YouTube](#)

「讀完《詩篇》，我們看見全卷《詩篇》以人有福為起頭，以讚美神為結束。本篇書們看到詩人在各種環境裡(尤其是在困難中)，與神相交、祈禱的經歷和感受，並在其中對神各方面的認識和體驗，因而對祂發出歌頌和讚美。詩人有時發表這些詩歌，乃是作為神子民在會中敬拜之用，可因而挑旺他們對神和祂聖殿之渴慕。願我們亦藉著《詩篇》，叫我們心靈歌唱，好使我們作個唱詩人，一生讚美、榮耀神。」