

卅一天讚美的操練 2022



矽谷基督徒聚會

3131 Bowers Avenue, Santa Clara, CA 95054

Tel: (408) 988-1888

www.svca.cc

2022 「卅一天讚美的操練」

【簡介】

在今年的讚美月，我們繼續沿用往年選定的詩篇經文來操練讚美。嚴格來說，所有詩篇都是讚美詩，只是用不同的方式來表達對神的讚美，在不同的境況轉向讚美神，從不同的角度來讚美神。所以，在希伯來文的聖經中，「詩篇」這卷書的名字就叫「讚美」（“*Tehillim*”，這也是詩篇 145 的標題）。

有意思的是，這 150 首讚美詩中，有超過三分之一是哀歌（lament），而這些哀歌又多半結束在信心的宣告、對神的感恩、或者突然拔高的頌讚。我們今年的讚美經文全部從詩篇而來，大家可以找到各式各樣不同的詞彙和描述，中心就是藉著祈求、感恩、頌揚、呼喊，甚至咒詛仇敵，來表達耶和華本為大，該受大讚美！

除了詩篇，聖經中再沒有任何一卷書，是學習讚美最好的學校。如果你覺得你不會禱告，不會說感謝的話，不認識神的所是和所作，想要讚美祂卻言語蒼白無力……朗誦、禱讀聖經中的詩篇是最好的起點。不論你的處境如何，願神在讚美月用祂的話祝福每一位，並且讓你經歷讚美所帶來的大能！

「神啊，祢受的讚美正與祢的名相稱，直到地極。」
（詩 48:10）

今年的讚美經文從詩篇中挑出 31 段，分成以下 10 類：

1. 為著 神的所是讚美祂
2. 為著 神的所行讚美祂
3. 讚美 神的名
4. 讚美 神的話
5. 讚美 神的國/ 神的居所
6. 讚美 神的旨意
7. 在困境中讚美祂
8. 在仇敵面前讚美祂
9. 彌賽亞詩篇
10. 哈里路亞詩篇

1	詩 100:1-5	12	詩 132:1-9,13-18	23	詩 22:1-2,9-10,18-31
2	詩 95:1-7a	13	詩 40:6-11	24	詩 24:1-10
3	詩 33:1-11	14	詩 89:1-4,20-29,51-52	25	詩 16:1-11
4	詩 138:1-8	15	詩 37:1-11	26	詩 118:19-29
5	詩 69:30-36	16	詩 29:1-11	27	詩 113:1-9
6	詩 34:1-7	17	詩 42:1-5	28	詩 135:1-6,15-21
7	詩 119:105-112	18	詩 42:6-11,43:1-5	29	詩 146:1-10
8	詩 19:7-11	19	詩 3:1-8	30	詩 147:1-11,19-20
9	詩 87:1-7	20	詩 27:1-6	31	詩 150:1-6
10	詩 84:1-12	21	詩 18:1-6,16-19,46		
11	詩 122:1-9	22	詩 2:1-12		

1. 為著 神的所是讚美祂

第一天：詩篇 100:1-5 [稱謝詩]

(背誦 3-5 節)

- ¹ 普天下當向耶和華歡呼！
- ² 你們當樂意事奉耶和華，
當來向祂歌唱！
- ³ 你們當曉得耶和華是 神！
我們是祂造的，也是屬祂的；
我們是祂的民，也是祂草場的羊。
- ⁴ 當稱謝進入祂的門；
當讚美進入祂的院。
當感謝祂，稱頌祂的名！
- ⁵ 因為耶和華本為善，
祂的慈愛存到永遠；
祂的信實直到萬代。

【心得分享】

感謝主，在我們開始「卅一天讚美的操練」的時候，讓我們確信「稱謝」與「讚美」不僅是我們親近主時該有的態度，也是我們進入祂同在的路徑！

注意到了嗎？這首詩中，用了七個「當」字。如果你不知道如何進入 神的同在，不妨試著與眾民用歡樂的「噪音」大聲的感謝、讚美、歌唱，承認祂是 神，是你的創造

者，你是祂的羊，相信祂的良善、慈愛、信實，那你肯定可以嚐到 神同在的滋味。

這也是一篇呼召眾人來敬拜 神的詩，不只是呼召認識神的百姓，也邀請普天下未信之人。為什麼呢？因為這位神，是萬民萬國的神，是全人類的救主！詩人用極為熱情的語氣說：來啊，向這位造我們的神大聲歡呼，用喜樂的喧囂來向祂歌唱，回應祂的同在！我們是屬祂的，是祂草場的羊，而祂是獨一的真神！我們可以想像一下，當眾人一起大聲唱着這首詩開始他們的敬拜的時候，場面聲勢是何等的壯觀浩大，我們會一同進入和經歷祂同在中何等的榮耀！

第二天：詩篇 95:1-7a 因主的所是讚美祂

（背誦 1-3，6-7a 節）

- 1 來啊，我們要向耶和華歌唱，
向拯救我們的磐石歡呼！
- 2 我們要來感謝祂，
用詩歌向祂歡呼！
- 3 因耶和華為大神，為大王，
超乎萬神之上。
- 4 地的深處在祂手中，
山的高峰也屬祂。
- 5 海洋屬祂，是祂造的，
旱地也是祂手造成的。
- 6 來啊，我們要屈身敬拜，
在造我們的耶和華面前跪下！

^{7a} 因為祂是我們的 神，
我們是祂草場的羊，是祂手下的民。

【心得分享】

「來啊，我們要向耶和華歌唱，向拯救我們的磐石歡呼！我們要來感謝祂，用詩歌向祂歡呼！」阿門！今天，讓我們繼續來就近並依靠「拯救我們的磐石」，用我們讚美的詩歌向祂歡呼、頌讚！

這又是一篇呼召人來敬拜 神的詩歌，不為著別的，單單就是因為 神是大神，在萬 神之上！我們有太多的理由，讓我們應當來向 神歡呼，向神 歌唱，感謝祂，讚美祂！但是，我們多半只為著祂對我所做的來感謝祂，更可憐的是：只為著祂照著我所要的成就了而感謝祂。我們對 神的所是、祂的偉大、祂的奇妙、祂的權能、祂的統管萬有、祂的超乎一切，卻缺乏真實的認識。也可以說，我們其實不是不知道，只是我們不怎麼關心祂是怎麼樣的一位 神，我們關心的往往是祂對我們如何。

來吧！讓我們屈身在 神面前下拜！暫時忘記我們的需要，單單的為著祂的所是，歡呼、歌唱、讚美、敬拜祂！不僅海洋、旱地、高山、深谷……屬於 神，我們這班蒙耶穌基督寶血買贖的人更是屬於祂。我們豈不更應該大聲的聲明：「祂是我們的 神，我們是祂草場的羊，是祂手下的民」？

第三天：詩篇 33:1-11 因主的所是讚美祂

(背誦 1-4 節)

¹ 義人哪，你們應當靠耶和華歡樂！
正直人的讚美是合宜的。

- ² 你們應當彈琴稱謝耶和華
用十弦瑟歌頌祂。
- ³ 應當向祂唱新歌，
彈得巧妙，聲音洪亮。
- ⁴ 因為耶和華的言語正直，
凡祂所做的盡都誠實。
- ⁵ 祂喜愛仁義、公平，
遍地滿了耶和華的慈愛。
- ⁶ 諸天藉耶和華的命而造，
萬象藉祂口中的氣而成。
- ⁷ 祂聚集海水如壘，
收藏深洋在庫房。
- ⁸ 願全地都敬畏耶和華，
願世上的居民都懼怕祂。
- ⁹ 因為祂說有，就有；
命立，就立。
- ¹⁰ 耶和華使列國的籌算歸於無有，
使眾民的思念無有功效。
- ¹¹ 耶和華的籌算永遠立定，
祂心中的思念萬代常存。

【心得分享】

這是一首讚美 神所是與所為的詩篇。詩人開始便呼籲敬畏 神的義人和正直人，都當以耶和華為樂並要讚美稱謝祂。詩人教導眾人當用琴瑟和洪亮的聲音向 神唱新歌，來獻上我們讚美的祭。這給我們一個很好的提醒，我們若是真

以耶和華為樂，就當帶著熱情用我們的心、用我們的口、用我們的手，全心全人的來敬拜讚美神。無需顧慮自己的面子和別人的眼光，只單單讚美這位愛我們的神，因祂是我們讚美敬拜的唯一焦點和對象，這樣的讚美敬拜是應當的，也是合宜的。

哈利路亞…主耶和華我們的神！我們也要讚美祢！因為祢的言語正直，絕對可信；作為盡都誠實，絕無錯誤。祢是信實慈愛的神。

哈利路亞…主耶和華我們的神！我們讚美祢！因為祢用口中的話（命、氣）創造浩瀚的宇宙和美麗的自然。祢是說有就有、命立就立的神。

哈利路亞…主耶和華我們的神！我們讚美祢！因為祢的籌算永遠立定，祢心中的思念萬代常存。祢是昔在、今在、以後永在的全能者！

2. 為著神的所行讚美祂

第四天：詩篇 138:1-8 為著神的所行讚美祂

（背誦 6-8 節）

- ¹ 我要一心稱謝祢，
在諸神面前歌頌祢。
- ² 我要向祢的聖殿下拜，
為祢的慈愛和誠實稱讚祢的名；
因祢使祢的話顯為大，過於祢所應許的。
- ³ 我呼求的日子，
祢就應允我，鼓勵我，

使我心裡有能力。

- ⁴ 耶和華啊，地上的君王都要稱謝祢，
因他們聽見了祢口中的言語。
- ⁵ 他們要歌頌耶和華的作為，
因耶和華大有榮耀。
- ⁶ 耶和華雖高，仍看顧低微的人，
祂卻從遠處看出驕傲的人。
- ⁷ 我雖行在患難中，祢必將我救活。
我的仇敵發怒，祢必伸手抵擋他們，
祢的右手也必救我。
- ⁸ 耶和華必成全關乎我的事。
耶和華啊，祢的慈愛永遠長存，
求祢不要離棄祢手所造的。

【心得分享】

大衛這首優美的讚美詩以一個十分令人驚奇的盼望為中心——地上所有的君王都要讚美神，因他們聽見祂口中的言語。圍繞這一願望的是大衛王自己對神的所是（祂的名、慈愛、誠實、大有榮耀、永遠長存的慈愛）和祂的奇妙作為所發出的讚美。而神的奇妙作為首先便是祂在回應禱告上的信實，因此祂的名和應許比任何君王的都要寶貴。

現今有許多事物都可能成為我們的神和君王，並竊取本來只應獻給耶穌基督的讚美。當你讀大衛的詩時，你是否也可以這樣用讚美來回應神在你身上所做的偉大善工？讚美神為你所做的一切，不管是回應你的禱告、向你彰顯慈愛、堅固你，還是在試探的劇痛中復興、保守、拯救你，並

成全祂在你身上的旨意（「耶和華必成全關乎我的事」）。

讓我們讚美神，等候地上的君王將自己的榮耀歸於新耶路撒冷的那個美好日子的到來！（啟 21:24）

3. 讚美神的名

第五天：詩篇 69:30-36 讚美神的名

（背誦 30-31, 34-36 節）

- ³⁰ 我要以詩歌讚美神的名，
以感謝稱祂為大。
- ³¹ 這便叫耶和華喜悅，
勝似獻牛，或是獻有角有蹄的公牛。
- ³² 謙卑的人看見了，就喜樂。
尋求神的人，願你們的心甦醒。
- ³³ 因為耶和華聽了窮乏人，
不藐視被囚的人。
- ³⁴ 願天和地，洋海和其中一切的動物，
都讚美祂。
- ³⁵ 因為神要拯救錫安，建造猶大的城邑，
祂的民要在那裡居住，得以為業。
- ³⁶ 祂僕人的後裔要承受為業，
愛祂名的人也要住在其中。

【心得分享】

本詩是新約裡被引述最多的詩篇之一。本哀歌始於大衛在苦難、逼迫中，迫切呼求 神施恩、拯救。就像許多的祈禱詩，大衛在信心裡知道他的禱告已蒙 神垂聽，便以感恩的心向 神獻上讚美的祭，說「我要以詩歌讚美 神的名，以感謝稱祂為大。這便叫耶和華喜悅，勝似獻牛，或是獻有角有蹄的公牛。」詩人不僅自己讚美 神，更呼籲所有謙卑的人、尋求 神的人、窮乏人、被囚的人都一同起來讚美耶和華，包括一切受造之物、以及全地都要來讚美 神，因為祂必保守一切愛祂名的人，世世代代都能住在錫安和猶大的城邑。阿門！相信在下特別的環境中，我們也都會有這樣的看見和讚美的經歷。

在這裡我們看到當詩人誠摯地以“讚美為祭”獻給 神時，這是 神所喜悅的，而且勝過獻上一切昂貴的祭物；我們也看到讚美耶和華的名，可以使我們超越一切的困境，因為祂的名超乎萬名之上。所以，我們在各樣的艱難中要學習憑信讚美 神全能的名，使我們可以像大衛一樣，經歷 神為我們管理環境，並帶領我們靠主得勝，將哀歌變為讚歌。

第六天：詩篇 34:1-7 讚美 神的名

大衛在亞比米勒面前裝瘋，被他趕出去，就作這詩。

（背誦 1-3 節）

- ¹ 我要時時稱頌耶和華，
讚美祂的話必常在我口中。**
- ² 我的心必因耶和華誇耀，
謙卑人聽見，就要喜樂。**
- ³ 你們和我當稱耶和華為大，
一同高舉祂的名。**

- ⁴ 我曾尋求耶和華，祂就應允我，
救我脫離了一切的恐懼。
- ⁵ 凡仰望祂的便有光榮，
他們的臉必不蒙羞。
- ⁶ 我這困苦人呼求，耶和華便垂聽，
救我脫離一切患難。
- ⁷ 耶和華的使者在敬畏祂的人四圍安營，
搭救他們。

【心得分享】

今天的詩篇是大衛在非利士王亞比米勒面前裝瘋，被他趕出去時所作的詩篇。大衛因著害怕掃羅的追殺而逃到迦特，然而在那裡卻有人認出大衛是曾經打敗他們這些非利士人的勇士，因此大衛又開始懼怕亞比米勒，只好在眾人面前假裝瘋癲才得以逃離。

在經過這一切的患難和羞辱之後，大衛學習到即使他的環境再險惡，耶和華 神都會在他四圍安營，搭救他。耶和華垂聽困苦人的呼求，救他們脫離一切的恐懼和患難！比起對人的懼怕，耶和華才是真正值得我們敬畏的那一位。

因此，大衛說「我要時時稱頌耶和華，讚美祂的話必常在我口中。」大衛也邀請我們和他一同謙卑地來到 神面前稱頌讚美祂！

4. 讚美 神的話

第七天：詩篇 119:105-112 讚美 神的話

（背誦 105-108 節）

- 105 祢的話是我腳前的燈，
是我路上的光。
- 106 祢公義的典章，
我曾起誓遵守，我必按誓而行。
- 107 我甚是受苦。
耶和華啊，求祢照祢的話將我救活。
- 108 耶和華啊，求祢悅納我口中的讚美為供物，
又將祢的典章教訓我。
- 109 我的性命常在危險之中，
我卻不忘記祢的律法。
- 110 惡人為我設下網羅，
我卻沒有偏離祢的訓詞。
- 111 我以祢的法度為永遠的產業，
因這是我心中所喜愛的。
- 112 我的心專向祢的律例，
永遠遵行，一直到底。

【心得分享】

在詩人的眼中，耶和華所啟示的話語極其寶貴，是他永遠的產業，也是他心中所喜愛的。祂的話語是公義的典章，也是我們在這個黑暗的世界中行走的亮光。因此詩人不僅僅起誓遵守 神的話語，也按誓而行，無論付代價多大。

當我們在這個黑暗的世界中按著 神的話語而行的時候，我們常常會遭遇爭戰 - 惡人為我們設下網羅，我們的性命常在危險之中。但我們相信，當我們遵照祂的話語而行的時候， 神也會照祂的話將我們救活。

因此，盼望我們像詩人一樣，持守 神的話語，認定祂的話是我們腳前的燈，是我們路上的光。即使因著遵行 神的話而遭遇難處，也要用口來讚美耶和華，並且不偏離 神的訓詞，永遠遵行，一直到底！

第八天：詩 19:7-11 讚美 神的話

(背誦 9-11 節)

- ⁷ 耶和華的律法全備，能甦醒人心；
耶和華的法度確定，能使愚人有智慧；
- ⁸ 耶和華的訓詞正直，能快活人的心；
耶和華的命令清潔，能明亮人的眼目；
- ⁹ 耶和華的道理潔淨，存到永遠；
耶和華的典章真實，全然公義。
- ¹⁰ 都比金子可羨慕，且比極多的精金可羨慕；
比蜜甘甜，且比蜂房下滴的蜜甘甜。
- ¹¹ 況且祢的僕人因此受警戒，
守著這些便有大賞。

【心得分享】

當大衛講到 神向我們所啟示的話語的時候，他的舌頭實在是快手筆。他用六個不同的名詞來講到 神的話語：「律法」，「法度」，「訓詞」，「命令」，「道理」，和「典章」；又用六個不同的詞來形容 神的話語：「全備」，「確定」，「正直」，「清潔」，「潔淨」，和「真實」；更從六個不同的方面講到了 神話語的功用：「能甦醒人心」，「能使愚人有智慧」，「能快活人的心」，「能

明亮人的眼目」，「存到永遠，和「全然公義」。這麼奇妙的話語，實在比極多的精金可羨慕，也比蜂房下滴的蜜甘甜！但神所有向我們說的話，不只是上面提到的這些好處，更是用來警戒我們這些屬祂的人，凡遵守祂命令的便有「大賞」。

藉著這首詩歌，願我們也都看到神話語的豐富和寶貴！讓我們因為得以從神領受這麼寶貝的話語都來感謝讚美祂！

5. 讚美 神的國/ 神的居所

第九天：詩篇 87:1-7 讚美 神的國/ 神的居所

[可拉後裔的詩歌] (背誦 1-3 節)

- 1 耶和華所立的根基在聖山上。
- 2 祂愛錫安的門，勝於愛雅各一切的住處。
- 3 神的城啊，有榮耀的事乃指著你說的。〔細拉〕
- 4 我要提起拉哈伯和巴比倫人，
是在認識我之中的；
看哪，非利士和推羅並古實人，
個個生在那裡。
- 5 論到錫安，必說：
「這一個那一個都生在其中。
而且至高者必親自堅立這城。」
- 6 當耶和華記錄萬民的時候，
祂要點出這一個生在那裡。〔細拉〕
- 7 歌唱的、跳舞的都要說：
「我的泉源都在祢裡面。」

【心得分享】

耶和華 神喜愛錫安，祂愛錫安的門，勝於愛雅各一切的住處。因為大衛的寶座設立在錫安 - 錫安是 神掌權的地方，是 神的寶座所在之處，是 神的旨意可以通行的地方；而且大衛的帳幕及約櫃在錫安 - 錫安也是 神的居所，是神同在的地方。

而更奇妙的是在錫安的城內，除了 神所揀選的以色列人之外，拉哈伯人，巴比倫人，非利士人，推羅人，和古實人也生在那裡；有一天，耶和華 神還要在其中來記錄萬民。這實在是舊約中的約翰福音 3:16 - **神愛世人**。今天，我們每一個人都可以藉著耶穌基督的救恩成為錫安的子民。

哈利路亞，讚美 神！我們這些原本與 神的榮耀無份無關的外邦人，如今可以成為錫安的子民，我們可以唱著，跳著，歡樂地說：我們的泉源也都在祢裡面！讓我們也活出錫安子民的實際：愛慕 神的同在，願意讓 神在我們的生命、生活中掌權，甘心讓 神的旨意通行在我們身上！

第十天：詩篇 84:1-12 讚美 神的國/ 神的居所

[可拉後裔的詩，交與伶長。用迦特樂器。]

(背誦 1-4 節)

- 1 萬軍之耶和華啊，祢的居所何等可愛！
- 2 我羨慕渴想耶和華的院宇，
我的心腸、我的肉體向永生 神呼籲
(註：或作“歡呼”)。
- 3 萬軍之耶和華，我的王、我的 神啊，

在祢祭壇那裡，麻雀爲自己找著房屋，
燕子爲自己找著菴籬之窩。

⁴ 如此住在祢殿中的，便爲有福，
他們仍要讚美祢！〔細拉〕

⁵ 靠祢有力量、心中想往錫安大道的，
這人便爲有福！

⁶ 他們經過流淚谷，叫這谷變爲泉源之地，
並有秋雨之福蓋滿了全谷。

⁷ 他們行走，力上加力，
各人到錫安朝見 神。

⁸ 耶和華萬軍之 神啊，求祢聽我的禱告。
雅各的 神啊，求祢留心聽。〔細拉〕

⁹ 神啊，祢是我們的盾牌，
求祢垂顧觀看祢受膏者的面。

¹⁰ 在祢的院宇住一日，勝似在別處住千日。
寧可在我 神殿中看門，
不願住在惡人的帳棚裡。

¹¹ 因爲耶和華 神是日頭，是盾牌，
要賜下恩惠和榮耀。
祂未嘗留下一樣好處
不給那些行動正直的人。

¹² 萬軍之耶和華啊，
倚靠祢的人便爲有福！

【心得分享】

這首流傳千古的詩歌，卻是由一群曾經背叛 神的人留下的後裔而寫的，他們被稱為可拉的後裔，這個名字本身就是¹在見證 神的恩典。在經過許多的羞辱、痛苦和 神的管教之後，他們學習用一個全新的、更積極的態度來回應 神、事奉 神！他們在乎 神的同在，因此向 神宣告說：「**在祢的院宇住一日，勝似在別處住千日。寧可在我 神殿中看門，不願住在惡人的帳棚裡。**」

他們帶著一個謙卑的態度來到 神的面前，用麻雀、燕子來比喻自己的渺小、沒有價值；同時也在這裏向 神感恩——這麼偉大聖潔的 神，居然允許渺小的麻雀、燕子來到祂聖潔的祭壇那裡築窩居住！因此，詩人忍不住在那裡稱頌 神說：「**如此住在祢殿中的，便為有福，他們仍要讚美祢！**」。

盼望今天我們也同樣強烈地渴慕 神的同在！萬軍之耶和華啊，祢的居所何等可愛！我羨慕渴想耶和華的院宇，我的心腸、我的肉體向永生 神呼籲！

第十一天：詩篇 122:1-9 讚美 神的國/ 神的居所

大衛上行之詩（背誦 1-3 節）

- ¹ 人對我說「我們往耶和華的殿去。」我就歡喜。
- ² 耶路撒冷啊，
我們的腳站在你的門內。
- ³ 耶路撒冷被建造，
如同連絡整齊的一座城。
- ⁴ 眾支派，就是耶和華的支派，
上那裡去，按以色列的常例

稱讚耶和華的名。

- ⁵ 因為在那裡設立審判的寶座，
就是大衛家的寶座。
- ⁶ 你們要為耶路撒冷求平安：
「耶路撒冷啊，愛你的人必然興旺。」
- ⁷ 願你城中平安，願你宮內興旺！」
- ⁸ 因我弟兄和同伴的緣故，
我要說：「願平安在你中間！」
- ⁹ 因耶和華我們 神殿的緣故，
我要為你求福。

【心得分享】

詩篇 120 篇至 134 篇是上行之詩，本類詩深刻反映出被擄的聖民，他們歸回耶路撒冷時，對 神感恩之心！詩篇 122 篇是大衛所寫的朝聖詩，記載了以色列人往 神的殿上行時，邊行走邊頌讚 神的詩歌，生動地表達他們對耶路撒冷的愛慕。詩人一來到 神的面前，就歡喜快樂，因他愛 神，也愛 神的殿。所以詩人一聽到有人對他說「**我們往耶和華的殿去**」，他的心就非常歡喜。當他們進入聖城一同被建造時，「**如同連絡整齊的一座城**」，他就大大歡喜。哈利路亞！以色列的十二個支派照常例上到 神的殿中，在祂的寶座前同聲讚美耶和華的名。同時，大衛呼籲眾人要為耶路撒冷求平安，為同伴求祝福。

甚願我們的心都被大衛挑旺，一起來愛 神、愛 神的家，並常常到 神的殿中敬拜、讚美 神，同心為教會揚聲禱告：「**耶路撒冷啊，愛你的人必然興旺。願你城中平安，願你宮內興旺！**」這是大衛的禱告，也當是今日你我的禱告。

第十二天：詩篇 132:1-9,13-18 讚美 神的國

/ 神的居所

(背誦 13-18 節)

- ¹ 耶和華啊，
求祢記念大衛所受的一切苦難。
- ² 他怎樣向耶和華起誓，
向雅各的大能者許願，
- ³ 說：「我必不進我的帳幕，
也不上我的床榻；
- ⁴ 我不容我的眼睛睡覺，
也不容我的眼目打盹，
- ⁵ 直等我為耶和華尋得所在，
為雅各的大能者尋得居所。」
- ⁶ 我們聽說約櫃在以法他，
我們在基列耶琳就尋見了。
- ⁷ 我們要進祂的居所，
在祂腳凳前下拜。
- ⁸ 耶和華啊，求祢興起，
和祢有能力的約櫃同入安息之所！
- ⁹ 願祢的祭司披上公義！
願祢的聖民歡呼！
- ...
- ¹³ 因為耶和華揀選了錫安，
願意當做自己的居所，

- 14 說：「這是我永遠安息之所，
我要住在這裡，因為是我所願意的。
- 15 我要使其中的糧食豐滿，
使其中的窮人飽足。
- 16 我要使祭司披上救恩，
聖民大聲歡呼。
- 17 我要叫大衛的角在那裡發生，
我為我的受膏者預備明燈。
- 18 我要使他的仇敵披上羞恥，
但他的冠冕要在頭上發光。」

【心得分享】

在我們跟隨和服事主的歷程中，會遭遇許多困境和磨難，有時候會讓人覺得氣餒。但是 神總是在關鍵時刻，對我們說話，讓我們看見祂要什麼，這首詩篇是其中之一。在 2005 年教會買會所的過程中， 神就是再一次用這首詩篇對教會說話，讓我們似乎約略可以體會一點大衛的苦難，和他那個要為 神的約櫃尋找安息之所的迫切。大衛為了滿足 神的需要，寧願自己受苦。如果我們的苦難，不能與 神永遠的旨意——也就是基督與教會相連，這個苦就受得太不值得了！

大衛一生在戰亂中度過，他特別能體會也焦急 神的約櫃流離失所、不得安息。今天的世代，哪裡是 神的安息之處呢？哪裡是 神的見證之櫃發光的所在呢？每一個教會，都是 神可以居住的家嗎？祂的心可以在我們中間安息嗎？看哪， 神是何等的慈愛！祂用極寶貴的應許來回應那些愛祂、在乎祂同在與見證的子民。在祂所揀選的居所，祂要

「使其中的糧食豐滿，使其中的窮人飽足；…使祭司披上救恩，聖民大聲歡呼。」大衛的角，說到 神的得勝——哪裡有 神的同在，哪裡就有 神掌權，仇敵要受羞辱；為 神忍受苦難的，卻有發光的冠冕帶在頭上。

6. 讚美 神的旨意

第十三天：詩篇 40:6-11 讚美 神的旨意

大衛的詩，交予伶長。（背誦 6-8 節）

- ⁶ 祭物和禮物，祢不喜悅，
祢已經開通我的耳朵。
燔祭和贖罪祭非祢所要。
- ⁷ 那時我說：「看哪，我來了，
我的事在經卷上已經記載了。
- ⁸ 我的 神啊，我樂意照祢的旨意行，
祢的律法在我心裡。」
- ⁹ 我在大會中宣傳公義的佳音，
我必不止住我的嘴唇，
耶和華啊，這是祢所知道的。
- ¹⁰ 我未曾把祢的公義藏在心裡，
我已陳明祢的信實和祢的救恩，
我在大會中未曾隱瞞祢的慈愛和誠實。
- ¹¹ 耶和華啊，求祢不要向我止住祢的慈悲。
願祢的慈愛和誠實常常保佑我。

【心得分享】

今天這篇詩篇主要的背景是在困難中向 神求助的禱告。在呼籲賜恩的 神再一次解救他之前，大衛先因著 神以前向他所施的憐憫而發出讚美。而在這兩者中間，又恰如其分地插入了王信實地遵行 神旨意的見證。這正是大衛在此所要表達的真正核心：真實的讚美包含我們對 神真實的順服。大衛明白 神雖然定規百姓獻上祭牲，但若真實的悔改和信心沒有同祭牲一起獻上， 神就不會悅納。因為，沒有真實的悔改和信心，就算不上是真實的敬拜。大衛的讚美不僅表達了他喜悅 神的旨意，並遵照 神的旨意而行；也見證了 神願意將祂的旨意向大衛顯明，並將祂的律法放在大衛心裡。

親愛的主，我們讚美祢，因為祢開通了我們的耳朵！今天，讓我們都來讚美這位充滿恩慈的主！祢不光將祂的心意向我們顯明，更是將祂的律法放在我們心裡，並在我們心裡動工，讓我們喜悅祂的旨意。親愛的耶穌我們讚美祢！為著祢的公義，祢的信實，祢的拯救！

讓我們一起來讚美基督！為著祂的慈愛，祂的真理，祂溫柔的憐憫！即使在困窘中，讓我們仍然向 神獻上這樣的讚美！讓我們在大會中不住聲地讚美 神，直到所有的受造都聽見與我們一起讚美！

第十四天：詩篇 89:1-4,20-29,51-52 讚美 神的旨意

(背誦 1, 27-29 節)

¹ 我要歌唱耶和華的慈愛直到永遠，

我要用口將祢的信實傳於萬代。

² 因我曾說：「祢的慈悲必建立到永遠，

祢的信實必堅立在天上。」

³ 「我與我所揀選的人立了約，

向我的僕人大衛起了誓：

⁴ 我要建立祢的後裔直到永遠，

要建立祢的寶座直到萬代。」（細拉）

...

²⁰ 「我尋得我的僕人大衛，

用我的聖膏膏他。

²¹ 我的手必使他堅立，

我的膀臂也必堅固他。

²² 仇敵必不勒索他，

凶惡之子也不苦害他。

²³ 我要在他面前打碎他的敵人，

擊殺那恨他的人。

²⁴ 只是我的信實和我的慈愛要與他同在，

因我的名他的角必被高舉。

²⁵ 我要使他的左手伸到海上，

右手伸到河上。

²⁶ 他要稱呼我說：

『祢是我的父，是我的神，

是拯救我的磐石。』

²⁷ 我也要立他為長子，

為世上最高的君王。

²⁸ 我要為他存留我的慈愛直到永遠，

我與他立的約必要堅定。

²⁹ 我也要使他的後裔存到永遠，

使他的寶座如天之久。」

...

⁵¹ 耶和華啊，祢的仇敵用這羞辱，

羞辱了祢的僕人，羞辱了祢受膏者的腳蹤。

⁵² 耶和華是應當稱頌的，直到永遠！

阿們，阿們！

【心得分享】

就著整篇來看，這是一首在困難中向 神禱告的詩，但詩人開始便說「我要歌唱耶和華的慈愛直到永遠，我要用口將你的信實傳於萬代。」因為 神與大衛立了永約，多次說：「我…、我的…、我要…、我也要…」來強調祂對大衛的慈愛和應許。「我尋得我的僕人大衛，用聖膏膏他，用膀臂堅固他，在他面前打碎他的敵人，用信實和慈愛與大衛同在，使他的角被高舉，我也要立他為長子。」藉此來提醒大衛的子孫，錫安的眾民在困境中不可灰心，信實的 神必永遠堅定與大衛所立的約，使他的寶座如天之久。哈利路亞，耶和華是應當稱頌的，直到永遠！阿們，阿們！

真是感謝讚美 神！今天我們也像大衛一樣被 神尋得，被聖靈恩膏，在基督裡得著兒子各樣的應許和祝福；浸禮就是我們被 神尋得的見證；餅杯就是 神愛我們的標記，提醒我們， 神用祂兒子耶穌的血與我們立了永不改變的新約。因此，我們可以隨時到祂面前呼求說：「祢是我的父，是我的 神，是拯救我的磐石。」

第十五天：詩篇 37:1-11 讚美 神的旨意

(背誦 3-6 節)

- ¹ 不要為作惡的心懷不平，
也不要向那行不義的生出嫉妒。
- ² 因為他們如草快被割下，
又如青菜快要枯乾。
- ³ 你當倚靠耶和華而行善，
住在地上，以祂的信實為糧；
- ⁴ 又要以耶和華為樂，
祂就將你心裡所求的賜給你。
- ⁵ 當將你的事交託耶和華，
並倚靠祂，祂就必成全。
- ⁶ 祂要使你的公義如光發出，
使你的公平明如正午。
- ⁷ 你當默然倚靠耶和華，耐性等候祂。
不要因那道路通達的和那惡謀成就的心懷不平。
- ⁸ 當止住怒氣，離棄忿怒；
不要心懷不平，以致作惡。
- ⁹ 因為作惡的必被剪除，
惟有等候耶和華的必承受地土。
- ¹⁰ 還有片時，惡人要歸於無有。
你就是細察他的住處，也要歸於無有。
- ¹¹ 但謙卑人必承受地土，
以豐盛的平安為樂。

【心得分享】

要讚美 神的旨意，很多時候不是一件理所當然的事。
首先我們不一定知道什麼是 神的旨意，再就是我們不見得

在乎 神的旨意。等我們知道了，也開始在乎了，我們在很多事情上又不贊成或跟不上 神的旨意。我們覺得祂的旨意不是我認為最好的，或者無力順服。尤其是當我們心懷不平（你看，這 11 節裡就有 3 個「心懷不平」呢！）、想要以牙還牙的時候。

但是 神在這裡藉著大衛對祂的兒女說，你要：1) 倚靠耶和華而行善。2) 住在地上，以祂的信實為糧。3) 又要以耶和華為樂——祂就將你心裡所求的賜給你。然後，祂又說：「當將你的事交託耶和華，並倚靠祂，祂就必成全。祂要使你的公義如光發出，使你的公平明如正午。」申冤在神，唯有 神是公義，也唯有 神的旨意和遵行祂旨意的人永遠長存。我們對祂的旨意一時看不清楚，有時就在憤憤不平的時候肉體被仇敵試探，以致犯罪作惡。 神的旨意，必須是謙卑、願意順服、並且耐性等候的人才能引以為樂的。

神的兒女啊，讓我們聽 神的話，「你當默然倚靠耶和華，耐性等候祂」，不要自己做主，要服在 神公義大能的手下，相信祂的判斷和帶領，尊祂為 神。「謙卑人必承受地土，以豐盛的平安為樂」！

7. 在困境中讚美 神

第十六天：詩篇 29:1-11 在困境中讚美 神

（背誦 10-11 節）

- 1 神的眾子啊，
你們要將榮耀、能力歸給耶和華，
歸給耶和華！
- 2 要將耶和華的名所當得的榮耀歸給祂，

以聖潔的妝飾敬拜耶和華。

- ³ 耶和華的聲音發在水上，
榮耀的神打雷，
耶和華打雷在大水之上。
- ⁴ 耶和華的聲音大有能力，
耶和華的聲音滿有威嚴。
- ⁵ 耶和華的聲音震破香柏樹，
耶和華震碎黎巴嫩的香柏樹。
- ⁶ 祂也使之跳躍如牛犢，
使黎巴嫩和西連跳躍如野牛犢。
- ⁷ 耶和華的聲音使火焰分岔。
- ⁸ 耶和華的聲音震動曠野，
耶和華震動加低斯的曠野。
- ⁹ 耶和華的聲音驚動母鹿落胎，
樹木也脫落淨光；
凡在祂殿中的，都稱說祂的榮耀。
- ¹⁰ **洪水氾濫之時，耶和華坐著為王；
耶和華坐著為王，直到永遠。**
- ¹¹ **耶和華必賜力量給祂的百姓，
耶和華必賜平安的福給祂的百姓。**

【心得分享】

在暴風雨的災難困境中，我們的眼睛往往會聚焦在困境和損失上，軟弱灰心會抓住我們，讓我們心生埋怨甚至是遠離神。但詩人卻呼籲我們在困境中要讚美敬拜耶和華。碰到困難還能讚美神是很大的挑戰。除非我們平時就是一

個常常讚美神的人，像大衛一樣真認識神，深知祂是有慈愛和大能，叫萬事互相效力使我們得益處的神。

大衛在這裡多次提到「耶和華的聲音大有能力、滿有威嚴…」來提醒我們神的榮耀和能力，大過任何外在的困境和災難。因此，詩人呼籲住在神家中的眾子啊，不要因外在暫時的困境恐懼害怕，當來讚美，將耶和華的名所當得的榮耀歸給祂；因為「洪水氾濫之時，耶和華坐著為王，耶和華坐著為王，直到永遠。」神愛我們，必賜力量和平安的福給屬祂的百姓。

第十七天：詩篇 42:1-5 在困境中讚美神

——流亡者之歌

可拉後裔的訓誨詩，交於伶長。（背誦5節）

¹ 神啊，我的心切慕你，

如鹿切慕溪水。

² 我的心渴想神，

就是永生神；

我幾時得朝見神呢？

³ 我晝夜以眼淚當飲食，

人不住地對我說：

「你的神在哪裡呢？」

⁴ 我從前與眾人同往，

用歡呼稱讚的聲音，

領他們到神的殿裡，

大家守節。

我追想這些事，

我的心極其悲傷。

⁵ 我的心哪，你為何憂悶？

為何在我裡面煩躁？

應當仰望 神，因祂笑臉幫助我，

我還要稱讚祂。

【心得分享】

詩篇 42 篇和 43 篇是一首詩的上和下，前後呼應。作者是先祖曾經背叛 神本該全部被地吞滅（見民數記 16 章），卻因著 神的恩典而留下來的後裔。從大衛的時代開始，這些人中有部分是在 神的殿中歌唱的（例如希幔是三位伶長之一）。這首詩的作者應該也是原來在聖殿服事音樂的。現在，不曉得是因為戰爭被擄，還是其他的原因，他流亡在沒有 神同在的異地，不得參與敬拜。他形容自己渴慕 神的同在，好像鹿渴慕溪水一樣。人看見他的景況嘲笑他：「你的神在哪裡呢？」令他越發沮喪到甚至晝夜以眼淚當飲食。

詩人回想他曾經與眾人同往 神的殿，用歡呼稱讚的聲音帶領大家守節。這使得他的心更是悲傷到極處。但是，同時這個回想也成了一個轉機，帶進了第 5 節的頌讚。第 5 節在這兩首詩篇中是一個副歌，被重複了 3 次，可見是詩人特別強烈的感受。

每一個人的信仰之旅都有可能落在沮喪谷，似乎無法再回到以往住在 神殿中復興的光景。我們在沮喪中，很容易煩躁、失去盼望。但是，這個身上帶著 神恩典記號的詩人，提醒自己憂悶的心，「應當仰望 神，因祂笑臉幫助我，我還要稱讚祂。」我們也是一樣蒙恩的罪人， 神不記

念我們的背逆，在我們流盪在外的時候，只要我們渴慕見祂的面，祂就還是一如以往的用祂的笑臉幫助我們。

第十八天：詩篇 42:6-11,43:1-5 在困境中讚美神 —— 流亡者之歌（續）

可拉後裔的訓誨詩，交於伶長。

（背誦 42:6-8；43:3-4 節）

- 42: ⁶ 我的神啊，我的心在我裡面憂悶，
所以我從約旦地、從黑門嶺、從米薩山，
記念祢。
- ⁷ 祢的瀑布發聲，深淵就與深淵響應，
祢的波浪洪濤漫過我身。
- ⁸ 白晝，耶和華必向我施慈愛；
黑夜，我要歌頌禱告賜我生命的神。
- ⁹ 我要對神我的磐石說：
「祢為何忘記我呢？
我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？」
- ¹⁰ 我的敵人辱罵我，好像打碎我的骨頭，
不住地對我說：「你的神在哪裡呢？」
- ¹¹ 我的心哪，你為何憂悶？
為何在我裡面煩躁？
應當仰望神，因我還要稱讚祂，
祂是我臉上的光榮，是我的神。

43: ¹ 神啊，求祢伸我的冤，

向不虔誠的國爲我辨屈；

求祢救我脫離詭詐不義的人。

² 因爲祢是賜我力量的 神。

爲何丟棄我呢？

我爲何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？

³ 求祢發出祢的亮光和真實，

好引導我，帶我到祢的聖山，

到祢的居所。

⁴ 我就走到 神的祭壇，

到我最喜樂的 神那裡。

神啊，我的 神！

我要彈琴稱讚祢。

⁵ 我的心哪，你爲何憂悶？

爲何在我裡面煩躁？

應當仰望 神，因我還要稱讚祂。

祂是我臉上的光榮，是我的 神。

【心得分享】

人在沮喪的時候，常常是反反覆覆的。前面才對自己的心說：「應當仰望 神，因我還要稱讚祂，祂是我臉上的光榮，是我的 神」，詩人馬上又憂悶了。在乾渴、憂悶、煩躁的時候，他在流亡之地（約旦地、黑門嶺、米薩山）記念 神。

神真是愛我們，我們才一記念祂，祂就回應我們：「祢的瀑布發聲，深淵就與深淵響應，祢的波浪洪濤漫過我身。」（有些註解對這節中「波浪洪濤」的解釋是「災難困

苦」) 這個回應讓詩人馬上歡喜的說：「白晝，耶和華必向我施慈愛；黑夜，我要歌頌、禱告賜我生命的神。」然後把副歌(11節)又吟唱了一遍。這個「深淵就與深淵響應」(7節)實在是人與神心靈對話入木三分的形容。唯有深的井能回應出深邃的聲音，唯有深的水能供應深不見底的渴慕和需要。

到了43篇，詩人似乎逐漸走出了沮喪谷，記得神是公義的神，是賜他力量的神。他開始恢復盼望，求神帶領他回到聖山，回到神的居所，重新在祭壇前彈琴稱讚神！最後，再以副歌結束。

42篇和43篇加在一起的這首長詩，是許多天路客旅喜歡吟唱的詩歌。你是否也經歷過在沮喪受壓的困境中，認識了神是那位用笑臉幫助我們的神呢？你在受壓的困境中能否如這個詩人一樣與神有這樣坦然真實的對話？你在人生哀歌的季節，是否渴想神的同在，同時也堅信神的幫助和拯救，甚至發出讚美？

8. 在仇敵面前讚美神

十九天：詩篇 3:1-8 在仇敵面前讚美神

[大衛逃避他兒子押沙龍的時候作的詩](背誦3-4節)

- ¹ 耶和華啊，我的敵人何其加增，
有許多人起來攻擊我；
- ² 有許多人議論我說：
「他得不著神的幫助。」(細拉)
- ³ 但祢耶和華是我四圍的盾牌，是我的榮耀，
又是叫我抬起頭來的。

- ⁴ 我用我的聲音求告耶和華，
祂就從祂的聖山上應允我。（細拉）
- ⁵ 我躺下睡覺，我醒著，
耶和華都保佑我。
- ⁶ 雖有成萬的百姓來周圍攻擊我，
我也不怕。
- ⁷ 耶和華啊，求祢起來！
我的神啊，求祢救我！
因為祢打了我一切仇敵的腮骨，
敲碎了惡人的牙齒。
- ⁸ 救恩屬乎耶和華，
願祢賜福給祢的百姓。（細拉）

【心得分享】

本詩是一首個人的哀歌，是在強敵當前，還能揚聲禱告非常好的範例。撒母耳記下 15-19 章記載大衛在逃避他的兒子押沙龍叛變時，不僅要忍受親生兒子背叛的羞辱和痛苦，蒙頭赤腳離開耶路撒冷，一面走一面哭泣；還得面對許多敵人趁機四面起來攻擊他、譏笑他「得不著神的幫助」。但他在信心中勇敢地宣告：「祢耶和華是我四圍的盾牌，是我的榮耀，又是叫我抬起頭來的。」而且堅信神在聖山上已經應允他的禱告，使他不怕周圍的攻擊，無論他是睡覺、醒著，耶和華都保佑他。當他再呼求神拯救他的時候，他特別提醒神，也提醒自己，神已經擊敗兇惡的敵人，救恩唯有出於耶和華。

注意本篇用了「細拉」三次（2, 4, 8 節），表明這篇詩裡澎湃起伏的情緒和想要表達的感受超過簡單的文字，吟唱的人要用心體會。

在你目前的生活中，是否也面臨了仇敵的攻擊？有沒有讓你「抬不起頭來」的經歷？你害怕嗎？這條道路上有許多歷代的同路人，不要氣餒、不要後退。因為 神是你四圍的盾牌、是你的榮耀，又是叫你抬起頭來的那位。祂要保佑你，帶領你走出困境、爭戰得勝，因為「救恩屬乎耶和華」！

第二十天：詩篇 27:1-6 在仇敵面前讚美 神

大衛的詩（背誦 4-6 節）

- ¹ 耶和華是我的亮光，是我的拯救，
我還怕誰呢？
耶和華是我性命的保障，
我還懼誰呢？
- ² 那作惡的，就是我的仇敵，
前來吃我肉的時候，
就絆跌仆倒。
- ³ 雖有軍兵安營攻擊我，
我的心也不害怕；
雖然興起刀兵攻擊我，
我必仍舊安穩。
- ⁴ 有一件事，我曾求耶和華，
我仍要尋求：
就是一生一世住在耶和華的殿中，

瞻仰祂的榮美，在祂的殿裡求問。

- ⁵ 因為我遭遇患難，
祂必暗暗地保守我；
在祂亭子裡，
把我藏在祂帳幕的隱密處，
將我高舉在磐石上。
- ⁶ 現在我得以昂首，
高過四面的仇敵；
我要在祂的帳幕裡歡然獻祭，
我要唱詩，歌頌耶和華。

【心得分享】

當生活中充滿艱難與不確定時，我們在生活中常常會忽略神的同在。但詩篇 27 提醒我們，神是我們的庇護。祂提供了我們一切所需，同時祂保護我們，不讓他人傷害我們。我們人生中的考驗，在神的面前都是微不足道的。我們在生活中不必恐慌，也不必擔憂。我們認識生命的創造者，祂站在我們這一邊。

因為我們在天父的裡面有如此極大的安全感，而且我們有福份向祂敬拜。今天讓我們舉起雙手、敞開心靈感謝、讚美神，感謝祂為我們做的一切。祂是堅定不變的，並且永不離棄我們。在困難和仇敵面前，我們當像詩人那樣誇勝：「耶和華是我的亮光，是我的拯救，我還怕誰呢？」

今天作為神的兒女，讓我們一起帶著信心、讚美慈愛的天父。我們在家裡、在職場，與我們的孩子、配偶、朋友們、和所有主內的弟兄姐妹一起讚美祂。每一次讚美與禱告時，讓我們也向祂表明我們的心意：「有一件事，我曾求耶

和華，我仍要尋求：就是一生一世住在耶和華的殿中，瞻仰祂的榮美，在祂的殿裡求問。」

第二十天：詩篇 18:1-6,16-19,46 在仇敵面前讚

美神

耶和華的僕人大衛的詩，交於伶長。

當耶和華救他脫離一切仇敵和掃羅之手的日子，
他向耶和華念這詩的話，說：

(背誦 1-3 節)

- 1 耶和華我的力量啊，
我愛祢！
- 2 耶和華是我的巖石，
我的山寨，
我的救主，我的神，
我的磐石，我所投靠的。
祂是我的盾牌，
是拯救我的角，
我的高臺。
- 3 我要求告當讚美的耶和華，
這樣我必從仇敵手中被救出來。
- 4 曾有死亡的繩索纏繞我，
匪類的急流使我驚懼；
- 5 陰間的繩索纏繞我，
死亡的網羅臨到我。
- 6 我在急難中求告耶和華，
向我的神呼求。

祂從殿中聽了我的聲音，
我在祂面前的呼求入了祂的耳中。

...

- ¹⁶ 祂從高天伸手抓住我，
把我從大水中拉上來。
- ¹⁷ 祂救我脫離我的勁敵和那些恨我的人，
因為他們比我強盛。
- ¹⁸ 我遭遇災難的日子，
他們來攻擊我，
但耶和華是我的倚靠。
- ¹⁹ 祂又領我到寬闊之處，
祂救拔我，因祂喜悅我。

...

- ⁴⁶ 耶和華是活神。
願我的磐石被人稱頌，
願救我的神被人尊崇。

【心得分享】

對神的認識和屬靈的成熟度是需要年日和經歷的，並且還要有主的結局。大衛的詩之所以深入人心，並且被聖靈使用，是因為他七十年的人生有著豐富的經歷 神工作的痕跡。當耶和華救大衛脫離一切仇敵和掃羅之手的日子，他向耶和華念這首長達 50 節的讚美詩。

你有過急難的日子嗎？有過行經死蔭幽谷的無望之感嗎？有過強敵當前不知所措的恐慌嗎？那你一定也有大衛類似的經歷：

「祂從高天伸手抓住我，
把我從大水中拉上來。
祂救我脫離我的勁敵和那些恨我的人，
因為他們比我強盛。
我遭遇災難的日子，他們來攻擊我，
但耶和華是我的倚靠。
祂又領我到寬闊之處，
祂救拔我，因祂喜悅我。」

耶和華 神是我的巖石，我的山寨，我的救主、我的神、我的磐石、我的盾牌，是拯救我的角，是我的高臺。祂是活神，是當讚美的耶和華；當我求告祂，我必從仇敵手中被救出來！

耶和華，我的力量啊，我愛祢！

9. 彌賽亞詩篇 (12/22-12/26)

第二十二天：詩篇 2:1-12 彌賽亞詩篇

(背誦 6-7, 11 節)

- ¹ 外邦為什麼爭鬧？
萬民為什麼謀算虛妄的事？
- ² 世上的君王一齊起來，
臣宰一同商議，
要抵擋耶和華並祂的受膏者，
- ³ 說：「我們要掙開祂們的捆綁，
脫去祂們的繩索。」
- ⁴ 那坐在天上的必發笑；
主必嗤笑他們。

- ⁵ 那時，祂要在怒中責備他們，
在烈怒中驚嚇他們，
- ⁶ 說：「我已經立我的君在錫安我的聖山上了。」
- ⁷ 受膏者說：「我要傳聖旨。
耶和華曾對我說：
『祢是我的兒子，我今日生祢。
- ⁸ 祢求我，我就將列國賜祢為基業，
將地極賜祢為田產。
- ⁹ 祢必用鐵杖打破他們，
祢必將他們如同窯匠的瓦器摔碎。』」
- ¹⁰ 現在你們君王應當醒悟，
你們世上的審判官該受管教！
- ¹¹ **當存畏懼事奉耶和華，**
又當存戰兢而快樂。
- ¹² 當以嘴親子，恐怕祂發怒，
你們便在這道中滅亡，
因為祂的怒氣快要發作。
凡投靠祂的，都是有福的！

【心得分享】

西諺云：「你的胳膊太短，不足以與 神鬥拳」。但是，我們最大的問題難道不是仍然還在嘗試著與 神較力嗎？儘管是純屬虛妄，這個世界的諸王和萬民還在持續地謀算商議如何取代真 神，要抵擋 神和祂的受膏者。

神的反應是什麼呢？大笑。 神不是在笑人的罪，而是嗤笑人的自高自大。只有 神聖的君王並祂的受膏者——基

督，與這些充滿敵意的王形成對比。他們叛逆的中心就在於靈裡的愚蠢——他們想逃離神，因為他們認為神在奴役他們，但事實上，神的法度卻在高天寶座上，沒有人能夠推翻祂的律法、典章，更無法抵擋祂的兒子。神用「我已經立我的君在錫安我的聖山上了。」（6節），回答了這些人的悖逆。當我們用這句話來讚美神，尊耶穌基督是我們生命中每一個部分的王，這個回答就要生根在我們的心裡。

這是一個極大的安慰並且配得我們所有的讚美，因為神的公義和祂的受膏者會永遠長存。這也是神的恩典，詩人試著將我們和世上君王的注意力都引向這個恩典——就是我們還有機會和時間，因為神不是要毀壞我們，而是要我們省悟並受管教，讚美這個神所定的日子，從悖逆轉向敬拜祂的兒子——「應當存畏懼事奉耶和華，又當存戰兢而快樂。當以嘴親子，因為凡投靠祂的，都是有福的。」

第二十三天：詩篇 22:1-2, 9-10, 18-31 彌賽亞詩篇

（背誦 25-28 節）

- ¹ 我的神，我的神！為什麼離棄我？
為什麼遠離不救我，不聽我唉哼的言語？
- ² 我的神啊，我白日呼求，
你不應允；夜間呼求，並不住聲。
...
- ⁹ 但祢是叫我出母腹的，我在母懷裡，
祢就使我有倚靠的心；
- ¹⁰ 我自出母胎就被交在祢手裡；
從我母親生我，祢就是我的神。

...

- ¹⁸ 他們分我的外衣，為我的裡衣拈鬮。
- ¹⁹ 耶和華啊，求祢不要遠離我；
我的救主啊，求祢快來幫助我！
- ²⁰ 求祢救我的靈魂脫離刀劍，
救我的生命脫離犬類，
- ²¹ 救我脫離獅子的口；
祢已經應允我，
使我脫離野牛の角。
- ²² 我要將祢の名傳於我的弟兄，
在會中我要讚美祢。
- ²³ 你們敬畏耶和華の人，
要讚美祂！
雅各の後裔，都要榮耀祂！
以色列の後裔，都要懼怕祂！
- ²⁴ 因為祂沒有藐視憎惡受苦の人，
也沒有向他掩面；
那受苦之人呼籲的時候，
祂就垂聽。
- ²⁵ 我在大會中讚美祢的話是從祢而來的；
我要在敬畏耶和華の人面前還我的願。
- ²⁶ 謙卑の人必吃得飽足，
尋求耶和華の人必讚美祂，
願你們的心永遠活著！
- ²⁷ 地の四極都要想念耶和華，並且歸順祂；

列國的萬族都要在祢面前敬拜。

²⁸ 因為國權是耶和華的，

祢是管理萬國的。

²⁹ 地上一切豐肥的人必吃喝而敬拜；

凡下到塵土中不能存活自己性命的人，
都要在祢面前下拜。

³⁰ 祢必有後裔侍奉祢，

主所行的事必傳於後代；

³¹ 他們必來把他的公義傳給將要生的民，

言明這事是祢所行的。

【心得分享】

詩篇 22 篇是一首彌賽亞詩或「十字架」詩篇。大衛藉著詩歌在 神面前傾訴自己的苦情，他深感孤單無助、在掙扎中他質問說「我的 神，我的 神！為什麼離棄我？為什麼遠離不救我，不聽我唉哼的言語？」（1 節）但大衛思想到的是 神叫他出母腹的，使他有依靠的心，並且一生都在 神的手中。他開始學習讚美 神，他說：「在會中我要讚美祢……我在大會中讚美祢的話是從祢而來的……列國的萬族都要在祢面前敬拜。」（22-28 節）當他的目光聚焦在 神的身上時，他的屬靈生命就開始轉彎從哀歌變成讚歌。

殊不知，大衛一切的感受，如被 神棄絕，被眾人嗤笑、藐視、羞辱，仇敵扎他的手和腳，拈鬮分祢的衣服等等苦楚，全部都應驗在耶穌的身上。正如以賽亞書第 53 章裡提到的「祢誠然擔當我們的憂患，背負我們的痛苦，我們卻以為祢受責罰，被 神擊打苦待了。哪知祢為我們的過犯受害，為我們的罪孽壓傷。因祢受的刑罰我們得平安，因祢受

的鞭傷我們得醫治。」（賽 53:4-5）如今祂還給我們開了一條又新又活的路，讓我們「只管坦然無懼地來到施恩的寶座前，為要得憐恤，蒙恩惠，做隨時的幫助。」（來 4:16）

哈利路亞，讚美主，祂的十字架既是我們的道路，也是我們的出路！

第二十四天：詩篇 24:1-10 彌賽亞詩篇

（背誦 7-10 節）

- 1 地和其中所充滿的，
世界和住在其間的，
都屬耶和華。
- 2 祂把地建立在海上，
安定在大水之上。
- 3 誰能登耶和華的山？
誰能站在祂的聖所？
- 4 就是手潔心清，不向虛妄，
起誓不懷詭詐的人。
- 5 祂必蒙耶和華賜福，
又蒙救祂的神使他成義。
- 6 這是尋求耶和華的族類，
是尋求祢面的雅各。（細拉）
- 7 眾城門哪，你們要抬起頭來！
永久的門戶，你們要被舉起！
那榮耀的王將要進來！
- 8 榮耀的王是誰呢？

就是有力有能的耶和華，

在戰場上有能的耶和華。

9 眾城門哪，你們要抬起頭來！

永久的門戶，你們要把頭抬起！

那榮耀的王將要進來！

10 榮耀的王是誰呢？

萬軍之耶和華，

祂是榮耀的王。（細拉）

【心得分享】

許多人揣測詩篇 24 篇講述了大衛將耶和華的約櫃，從俄別以東的家迎回錫安城中的帳幕時的情形（代上 15 章）。那時，大衛和以色列的首領來到俄別以東的家，祭司和利未人自潔後用杠肩抬 神的約櫃，以色列眾人歡呼吹角、吹號、敲鈸、鼓瑟、彈琴，大發響聲，歡歡喜喜地將耶和華的約櫃抬上來，大衛也在 神的約櫃面前踴躍跳舞。這實在是一個充滿了歡樂和榮耀的情形！因著約櫃的到來，那榮耀的王也從高天之上降臨到以色列人中間！

今天，在這個聖誕前夜，也讓我們一同來思想這位道成肉身的耶穌基督。這位榮耀的王取了嬰孩的樣式，以至於當時絕大多數的猶太人不知道祂就是他們所等候的彌賽亞，那一夜伯利恆並無房間作祂的出生處，但盼望今天我們這些得稱為義的族類，能夠潔淨我們的手，預備我們的心，一同來尋求 神的面，等候 神榮耀的顯現！

「眾城門哪，你們要抬起頭來！永久的門戶，你們要把頭抬起！那榮耀的王將要進來。榮耀的王是誰呢？萬軍之耶

和華，祂是榮耀的王。」（9-10 節）曾降卑被殺的羔羊，
如今也是坐寶座的羔羊！

第二十五天：詩篇 16:1-11 彌賽亞詩篇

〔大衛的金詩〕

（背誦 5-6, 8-11 節）

- 1 神啊，求祢保佑我，
因為我投靠祢。
- 2 我的心哪，
你會對耶和華說：
「祢是我的主，
我的好處不在祢以外。」
- 3 論到世上的聖民，
他們又美又善，
是我最喜悅的。
- 4 以別神代替耶和華的
（註：或作「送禮物給別神的」），
他們的愁苦必加增；
他們所澆奠的血我不獻上；
我嘴唇也不提別神的名號。
- 5 耶和華是我的產業，
是我杯中的份；
我所得的，祢為我持守。
- 6 用繩量給我的地界，
坐落在佳美之處；

我的產業實在美好。

- ⁷ 我必稱頌那指教我的耶和華，
我的心腸在夜間也警戒我。
- ⁸ 我將耶和華常擺在我面前，
因祂在我右邊，我便不至搖動。
- ⁹ 因此，我的心歡喜，我的靈
（註：原文作「榮耀」）快樂，
我的肉身也要安然居住。
- ¹⁰ 因為祢必不將我的靈魂撇在陰間，
也不叫祢的聖者見朽壞。
- ¹¹ 祢必將生命的道路指示我；
在祢面前有滿足的喜樂，
在祢右手中有永遠的福樂。

【心得分享】

詩篇第 16 篇是大衛所寫的金詩，講到大衛對 神的信靠。在信心的裡面，選擇來投靠耶和華，相信「我將耶和華常擺在我面前，因祂在我右邊，我便不至搖動。因此，我的心歡喜，我的靈快樂，我的肉身也要安然居住。」（8-9 節）

然而在預言的意義上，大衛卻是指向大衛的子孫（耶穌基督）所要成就的大事 - 埋葬、復活、升天，因為大衛已經死了，也葬埋了，並且他的墳墓直到今日還在以色列人中間。然而因著大衛也是先知，曉得 神曾向他起誓，要從他的後裔中立一位坐在他的寶座上，就預先看明這事，講論基督復活說：祂的靈魂不撇在陰間；祂的肉身也不見朽壞。

這位替我們捨身流血的耶穌，原不能被死拘禁，如今祂已經復活升上了高天！

因此，本詩篇被彼得和保羅在使徒行傳所引用來證明耶穌就是神在舊約中所應許的彌賽亞（徒 2:25-31； 13:35-37）。今天，大衛的預言已經在耶穌基督的身上成就，就讓我們藉著住在基督裡面，將祂常擺在我們面前，祂必將生命的道路指示我們，在祂面前有滿足的喜樂，在祂右手中永永遠遠的福樂！

第二十六天：詩篇 118:19-29 彌賽亞詩篇

（背誦 22-24, 28-29 節）

- ¹⁹ 給我敞開義門，
我要進去稱謝耶和華。
- ²⁰ 這是耶和華的門，
義人要進去。
- ²¹ 我要稱謝祢，
因為祢已經應允我，
又成了我的拯救。
- ²² 匠人所棄的石頭，
已成了房角的頭塊石頭。
- ²³ 這是耶和華所做的，
在我們眼中看為稀奇。
- ²⁴ 這是耶和華所定的日子，
我們在其中要高興歡喜。
- ²⁵ 耶和華啊，求祢拯救！

耶和華啊，求祢使我們亨通！

²⁶ 奉耶和華名來的是應當稱頌的！
我們從耶和華的殿中為你們祝福。

²⁷ 耶和華是神，祂光照了我們。
理當用繩索把祭牲拴住，
牽到壇角那裡。

²⁸ 祢是我的神，我要稱謝祢；
祢是我的神，我要尊崇祢。

²⁹ 你們要稱謝耶和華，因祂本為善，
祂的慈愛永遠長存！

【心得分享】

有什麼話比這樣的讚美還真實、且滿有榮耀？——
「祢是我的神，我要稱謝祢；祢是我的神，我要尊崇祢。
你們要稱謝耶和華，因祂本為善，祂的慈愛永遠長存！」

這首詩歌充滿了彌賽亞的形象，主耶穌用了其中好幾句來描述祂自己，當祂榮耀地騎著驢駒子進入耶路撒冷的時候，人們歡呼地頌讚也是從這首詩來的。詩篇 113-118 常被當作是猶太人三個大節（逾越節，五旬節，住棚節）唱的詩，118 篇這一首也很有可能是主耶穌在與門徒們一起慶祝逾越節後，往橄欖山去的時候，心裡思想的最後一首詩歌。（馬可福音 14:26）

這首詩其實是在述說逾越節的歷史——神拯救祂的子民脫離埃及為奴的生活，帶領他們進入祂的同在，使他們能夠敬拜祂。因著救恩唱到（第 1 節及第 29 節）：「你們要稱謝耶和華，因祂本為善，祂的慈愛永遠長存！」同樣的，今天我們也能如此稱頌神，因為偉大信實的神已經把

終極的答案給了我們，領我們永遠地出了埃及。耶穌基督不僅僅使我們脫離那些做我們仇敵的艱難環境，更是用祂一次而永遠的犧牲做了挽回祭，使我們脫離了罪的轄制。

今天，這首頌歌應該在我們的眼中無比的超凡。儘管我們不配，神卻在人還拒絕耶穌的時候，藉著祂的驚人恩典和祂在基督身上偉大的得勝，把我們的生命從絕望轉變成歡喜的敬拜。噢！「你們要稱謝耶和華，因祂本為善，祂的慈愛永遠長存！」

10. 哈利路亞詩篇（最頭或最後一句為「你們要讚美耶和華」）

第二十七天：詩篇 113:1-9 哈利路亞詩篇

（背誦 1-3 節）

- 1 你們要讚美耶和華！
耶和華的僕人哪，
你們要讚美，讚美耶和華的名！
- 2 耶和華的名是應當稱頌的，
從今時直到永遠！
- 3 從日出之地到日落之處，
耶和華的名是應當讚美的！
- 4 耶和華超乎萬民之上，
祂的榮耀高過諸天。
- 5 誰像耶和華—我們的神呢？
祂坐在至高之處，
- 6 自己謙卑，

觀看天上地下的事。

- ⁷ 祂從灰塵裏抬舉貧寒人，
從糞堆中提拔窮乏人，
- ⁸ 使他們與王子同坐，
就是與本國的王子同坐。
- ⁹ 祂使不能生育的婦人安居家中，
為多子的樂母。
你們要讚美耶和華！

【心得分享】

哈利路亞詩篇的第一句或最後一句，或頭尾兩句都是“Hallelu Yah”（希伯來文，意思是「讚美耶和華」）。仿佛整首的詩篇要教導我們：為何要讚美耶和華，誰來讚美耶和華，什麼時候讚美耶和華，在哪裡讚美耶和華，如何讚美耶和華……

你聽到詩人的呼籲了嗎？來！讓我們一起讚美耶和華，稱頌祂的名。因為 神配得我們永遠的讚美（從今時直到永遠），配得全地的讚美（從日出之地到日落之處）。祂是那位至尊至榮至聖的 神，卻主動謙卑自己，看顧我們，祂從灰塵裏抬舉貧寒人，從糞堆中提拔窮乏人。因著祂的救贖，使我們得稱為祂的兒女，便是後嗣，就是 神的後嗣，和基督同作後嗣。並帶領我們走人生的路。苦難終要過去，眼淚也必被擦乾，我們要永遠讚美耶和華。

第二十八天：詩篇 135:1-6, 15-21 哈利路亞詩篇

（背誦 1-3 節）

- ¹⁻² 你們要讚美耶和華！
你們要讚美耶和華的名！
耶和華的僕人站在耶和華殿中，
站在我們 神殿院中的，
你們要讚美祂！
- ³ 你們要讚美耶和華！
耶和華本為善；
要歌頌祂的名，
因為這是美好的。
- ⁴ 耶和華揀選雅各歸自己，
揀選以色列特作自己的子民。
- ⁵ 原來我知道耶和華為大，
也知道我們的主超乎萬 神之上。
- ⁶ 耶和華在天上，在地下，
在海中，在一切的深處，
都隨自己的意旨而行。
...
- ¹⁵ 外邦的偶像是金的，銀的，
是人手所造的。
- ¹⁶ 有口卻不能言，
有眼卻不能看，
- ¹⁷ 有耳卻不能聽，
口中也沒有氣息。
- ¹⁸ 造他的要和他一樣，
凡靠他的也要如此。
- ¹⁹ 以色列家啊，你們要稱頌耶和華！

亞倫家啊，你們要稱頌耶和華！

²⁰ 利未家啊，你們要稱頌耶和華！

你們敬畏耶和華的，要稱頌耶和華！

²¹ 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！

【心得分享】

詩人一連多次邀請眾人「你們要讚美耶和華，你們要讚美耶和華的名。」耶和華的僕人哪，你們要站在 神的殿中要讚美祂。詩人不只是邀請眾人來讚美耶和華，也提醒我們為何要來讚美祂。

相比於外邦人手所造的偶像「有口卻不能言，有眼卻不能看，有耳卻不能聽，口中也沒有氣息」，我們的神耶和華誠然為大，超乎萬神之上。耶和華本為善，祂特別揀選以色列作自己的子民。因此，詩人在感恩中高聲一一點名邀請：以色列家啊，亞倫家啊，利未家啊和住在耶路撒冷的眾人，你們都要稱頌耶和華，讚美祂的聖名。

哈利路亞，哈利路亞，……，這位創造萬有的神，在愛中也特別揀選你我為君尊的祭司，聖潔國度、屬神的子民。彼得也呼籲我們要宣揚那召你們出黑暗、入奇妙光明者的美德。現在我們就要大大地張口讚美神的名，稱頌祂的大慈愛。

第二十九天：詩篇 146:1-10 哈利路亞詩篇

(背誦 3-5 節)

- ¹ 你們要讚美耶和華！
我的心哪，你要讚美耶和華！
- ² 我一生要讚美耶和華。
我還活的時候要歌頌我的神。
- ³ 你們不要倚靠君王，
不要倚靠世人，他一點不能幫助。
- ⁴ 他的氣一斷，就歸回塵土，
他所打算的，當日就消滅了。
- ⁵ 以雅各的神為幫助、
仰望耶和華他神的，
這人便為有福！
- ⁶ 耶和華造天、地、海和其中的萬物，
祂守誠實直到永遠。
- ⁷ 祂為受屈的伸冤，
賜食物與飢餓的。
耶和華釋放被囚的，
- ⁸ 耶和華開了瞎子的眼睛，
耶和華扶起被壓下的人。
耶和華喜愛義人。
- ⁹ 耶和華保護寄居的，
扶持孤兒和寡婦，
卻使惡人的道路彎曲。
- ¹⁰ 耶和華要做王直到永遠。
錫安哪，你的神要做王直到萬代。
你們要讚美耶和華！

【心得分享】

本篇詩篇是一首團體的讚美詩，詩人特別強調我們一生都要來讚美耶和華，因為我們的 神本來就配受大讚美。深信祂必保守祂的兒女，並帶領他們爭戰得勝！所以，不論我們在面對困苦或受欺壓時，我們需要在信心裡仰望 神，同時，詩人也提醒我們切莫「倚靠君王」或「世人」，因為他們一斷氣，就歸回塵土，但是我們要來專心「仰望耶和華」，因為「以雅各的 神為幫助，仰望耶和華他 神的，這人便為有福！」

所以，詩人在這裡忍不住地要來歌頌 神，因為祂不僅是創造天、地、海、和萬物的 神，更是顧念那些受屈、飢餓、被囚的人，受壓、寄居的人，瞎子、孤兒、寡婦，及一切無依無靠的人。哈利路亞！這位 神卻這麼願意親自成為他們的倚靠，他們的保護！

最後，詩人高聲宣告「耶和華要做王直到永遠！」同時，他也呼籲錫安的子民都來讚美 神。阿們！「我一生要讚美耶和華，我還活的時候要歌頌我的 神！」

第三十天：詩篇 147:1-11, 19-20 哈利路亞詩篇

(背誦 10-11 節)

- 1 你們要讚美耶和華！
因歌頌我們的 神為善為美，
讚美的話是合宜的。
- 2 耶和華建造耶路撒冷，
聚集以色列中被趕散的人。

- ³ 祂醫好傷心的人，
裹好他們的傷處。
- ⁴ 祂數點星宿的數目，
一一稱它的名。
- ⁵ 我們的主為大，最有能力，
祂的智慧無法測度。
- ⁶ 耶和華扶持謙卑人，
將惡人傾覆於地。
- ⁷ 你們要以感謝向耶和華歌唱，
用琴向我們的 神歌頌。
- ⁸ 祂用雲遮天，為地降雨，
使草生長在山上。
- ⁹ 祂賜食給走獸和啼叫的小烏鴉。
- ¹⁰ 祂不喜悅馬的力大，
不喜愛人的腿快。
- ¹¹ 耶和華喜愛敬畏祂
和盼望祂慈愛的人。
- ...
- ¹⁹ 祂將祂的道指示雅各，
將祂的律例、典章指示以色列，
- ²⁰ 別國祂都沒有這樣待過；
至於祂的典章，他們向來沒有知道。
你們要讚美耶和華！

【心得分享】

這篇詩的第 1 節可以譯為：「唱讚美詩是何等美好，獻上合宜的稱頌何等快樂。」（—丁道爾聖經註釋）我們實在是太多的理由可以來讚美 神！但是稀奇的是我們常常不知道如何來讚美祂。所以，且讓我們跟著詩篇的作者來學習讚美。

首先，詩人感謝歌頌這位數點星宿的 神這樣眷顧微小的人，醫治、纏裹、扶持、拯救、召聚、建造，使我們成為祂的百姓。祂的國成為我們的國，祂的家成為我們的家！這位神統管萬有，保護並供應一切祂所造的，卻盼望人要尊祂為神，不喜歡他們自恃其能，倚靠自己甚於倚靠 神。「耶和華喜愛敬畏祂和盼望祂慈愛的人」。

接著，詩人又想到這位能力、智慧都無法測度的 神，在掌管宇宙之餘，還將祂的律例典章指示我們，「別國祂都沒有這樣待過；至於祂的典章，他們向來沒有知道。」沒有這些律例典章的指示，我們這些驕傲、健忘、愚昧的人，很容易就墮落在自高自大的陷阱中，遠離了 神的心，並且我們也無從與世界分別。祂的慈愛實在是遠超過我們可以想像。

來啊，我們一起來讚美這位大能慈愛，又體貼細緻的神！

第三十一天：詩篇 150:1-6 哈利路亞詩篇

（背誦 1-2 節）

1 你們要讚美耶和華！

**在 神的聖所讚美祂，
在祂顯能力的穹蒼讚美祂。**

**2 要因祂大能的作為讚美祂，
按著祂極美的大德讚美祂。**

- 3 要用角聲讚美祂，
鼓瑟、彈琴讚美祂；
- 4 擊鼓、跳舞讚美祂，
用絲弦的樂器和簫的聲音讚美祂；
- 5 用大響的鉦讚美祂，
用高聲的鉦讚美祂。
- 6 凡有氣息的，都要讚美耶和華！
你們要讚美耶和華！

【心得分享】

詩篇最後五篇（146-150）詩歌，都集中在讚美 神。再沒有哀歌的苦苦求告，沒有咒詛詩的憤憤不平，沒有長久等候禱告蒙答應的困惑。只有讚美，從各個不同的角度，邀請神的兒女向 神獻上讚美的祭。好像有不盡的讚美，不知如何開始，也不想結束，所以開頭結尾都是「你們要讚美耶和華！」

到了這最後一篇，詩人更是極力地想表達 神配得我們盡心盡力的讚美，不拘形式（鼓瑟、彈琴、擊鼓、跳舞…），不拘樂器（角、瑟、琴、鼓、絲弦的樂器、簫、鉦），不拘地方（聖所、穹蒼），就是要讚美祂（大能的作為、極美的大德）！誰來讚美祂呢？不只是 神的兒女，所有的受造之物，凡有氣息的，都要讚美耶和華！

頌讀這一篇短卻強而有力的詩篇時，你忍不住地要站起來揚聲讚美！也禁不住地想像起當年所羅門聖殿蓋好時，祭司將 神的約櫃抬進至聖所後，站在祭壇旁邊的眾人，無論是『吹號的、歌唱的都一齊發聲，聲合為一，讚美感謝耶和

華。吹號、敲鈸，用各種樂器，揚聲讚美耶和華說：「耶和華本為善，祂的慈愛永遠長存！」』（代下 5:13a）

當我們每一次聚集在 神的同在中，是否也可以因為認識祂是一位怎樣的 神，而這樣極力地讚美祂？如果如此，我們也一定會經歷 「那時，耶和華的殿有雲充滿，甚至祭司不能站立供職，因為耶和華的榮光充滿了 神的殿。」（代下 5:13b-14）