

第 1 日

人生季節

作者：何啟明

經文：詩篇30:6-12

⁶至於我，我凡事順利，就說：「我永不動搖。」⁷耶和華啊，你曾施恩，使我穩固如山；你轉臉不顧，我就驚惶。⁸耶和華啊，我曾求告你；我向耶和華懇求：⁹「我被害流血，下到地府，有何益處呢？塵土豈能稱謝你、傳揚你的信實嗎？」¹⁰耶和華啊，求你應允我，憐憫我！耶和華啊，求你幫助我！」¹¹你將我的哀哭變為跳舞，脫去我的麻衣，為我披上喜樂，¹²使我的靈歌頌你，不致緘默。耶和華—我的神啊，我要稱謝你，直到永遠！

這個月我們一起來研讀詩篇。大家可從《爾道自建》的經卷重溫欄目中得悉一百五十篇的詩篇都差不多被撰寫過，那麼，為何這次還要撰寫詩篇靈修呢？原因只有一個：筆者刻意選取那些仍未撰寫過的篇章，去補足其他作者們的努力，讓《爾道自建》的詩篇欄目覆蓋全部一百五十篇詩篇。因此，筆者列出了那些尚未涉及的詩篇，與大家分享。在未詳細分析每一篇的內容前，先讓筆者簡單介紹研究詩篇的進路。

詩篇研究可簡單分為兩條主要進路，其一是德國學者袞克爾(Hermann Gunkel)採用的形式鑑別學(form criticism)，以微觀的角度深入研究詩篇；其二是正典鑑別學(canonical criticism)，而正典鑑別學認為，詩篇得以列入正典，顯示出編者把某一篇詩放在某處是經過精心設計安排的。詩篇是一本完整的詩集，讀者應把一百五十篇都一一品嚐，這樣就會發現它是神對人的教導。簡言之，形式鑑別學讓我們細心欣賞一棵樹的樹葉的獨特和美麗，正典鑑別學則幫助我們看見樹林的廣闊宏偉。

袞克爾研究每一篇詩的結構、分段及詩中不同段落的關係；他試圖辨識不同詩篇的生活情境，他更留意到不同類型的詩篇都有相似的固定格式。他將相同類型的詩篇分成五個主要類別—詩歌、群體哀歌、個人的感恩詩歌、個人哀歌及混合類型詩等。袞克爾採取了形式鑑別學的進路來幫助我們明白詩人寫作的重點，讓我們可深入研究每種類型的詩的內容。

然而，筆者是採用學者白如格文(Walter Brueggemann)的人生三個季節，用這框架將所有在《爾道自建》未撰寫過的詩篇納入這三個季節內。這三個季節是：方位確立(orientation)、方位迷失(disorientation)及方位重整(reorientation)。當人活在國家太平、社會和諧穩定、家庭生活愉快，每天都陽光普照、人生一帆風順時，自然由衷頌讚神美好的供應，這正是「方位確定」的季節。這季節包括讚美詩、錫安之歌、君王詩、智慧詩等。當生命遇上風暴，陰霾滿佈之時，禱告呼喊沒有得到預期的回應，神的臨在不再，換來的是神的隱藏靜默，這是「方位迷失」季節。這個季節包括個人哀歌、民族哀歌、咒詛詩、信靠詩及懺悔詩等。當風暴過後，陰霧散去、生活回復平靜之際，一種歡悅和感恩的心情由心發生，那些個人及團體感恩的詩篇正好表達了「方位重整」的季節。

以詩篇三十篇為例：「至於我，我凡事順利，就說：「我永不動搖。」耶和華啊，你曾施恩，使我穩固如山；」(6-7a節)。這是陽光普照、生活順利，方位確定的季節。「你轉臉不顧，我就驚惶。耶和華啊，我曾求告你；我向耶和華懇求：

「我被害流血，下到地府，有何益處呢？塵土豈能稱謝你、傳揚你的信實嗎？耶和華啊，求你應允我，憐憫我！耶和華啊，求你幫助我！」(7b-10節)。這是黑雲滿佈、風浪疊起、路途崎嶇，屬於迷失的季節。「你將我的哀哭變為跳舞，脫去我的麻衣，為我披上喜樂，使我的靈歌頌你，不致緘默。耶和華—我的神啊，我要稱謝你，直到永遠！」(11-12節)。這是雨過天晴、重見光明、禱告蒙應允，是方位重整後的情景。

就讓我們一起在人生三個季節的框架下細味詩的內容，嘗試觸摸詩人的心跳脈搏，更深體會不同階段的歷程特徵及擴闊我們的屬靈視野。

思想：

過去幾個月你活在哪一個人生季節裏？方位確定、方位迷失，抑或是雨過天晴，進入方位重整的階段？無論在甚麼景況，讓我們一起向神禱告說：「或許我感受不到你的臨在，但我深信你知道我的景況，你一直不離不棄的保護及看顧我。求你賜我信心，讓我站穩在你永不改變的應許上，奉主耶穌的名禱告，阿們。」

讓這首《陪我走過春夏秋冬》詩歌陪伴我們渡過這個月的靈修生活
(詩歌可於Youtube搜尋「陪我走過春夏秋冬」)

第 2 日

讚美神

作者：何啟明

經文：詩篇95篇

¹來啊，我們要向耶和華歌唱，向拯救我們的磐石歡呼！²我們要以感謝來到他面前，用詩歌向他歡呼！³因耶和華是偉大的神，是超越萬神的大君王。
⁴地的深處在他手中；山的高峰也屬他。⁵海洋屬他，是他造的；旱地也是他手造成的。⁶來啊，我們要俯伏敬拜，在造我們的耶和華面前跪拜。⁷因為他是我們的神；我們是他草場的百姓，是他手中的羊。惟願你們今天聽他的話！⁸你們不可硬著心，像在米利巴，就是在曠野瑪撒的日子。⁹那時，你們的祖宗試我，探我，並且觀看我的作為。¹⁰四十年之久，我厭煩那世代，說：「這是心裏迷糊的百姓，竟不知道我的道路！」¹¹所以，我在怒中起誓：「他們斷不可進入我的安息！」

詩篇九十五篇屬於卷四(九十至一零六篇)的詩集；這是一首讚美詩(hymns)，頌讚神為王。因此，將它放在「方位確定」的人生旅程階段。「方位確定」的詩歌顯示詩人活在神的保護與祝福中，過著平靜安穩的生活。這並非說是完全一帆風順的人生階段，這好比揚帆出海的船隻，在海中仍會遇到小風浪，但這只是些微的波動，卻不足以致命！

詩人一開始就呼喚信眾齊來敬拜歌頌神，然後指出敬拜的對象是萬有的主、是超越萬神的大君王，更是創造萬有的主宰(3-5節)。隨後他又再次呼喚信眾來敬拜(6節)；這次的呼喚鼓勵信眾用屈膝的身體語言，表示對敬拜對象的崇敬。然後他又指出敬拜的對象是那位保護、愛顧信眾的主(7a-b節)。這種雙重的呼喚用在聖殿敬拜場景，從聖殿的外院進到內院，愈來愈接近神的進程。信眾來到神面前，就是要聆聽祂的話、服從祂的吩咐，因此，詩人勸勉說：「惟願你們今天聽他的話！」(7c節)。

按理，詩人從讚美、屈膝、聆聽到順服神的話語已是一個完美的敬拜禮儀，為何隨後還提及以色列人在曠野埋怨、投訴、悖逆硬心的表現呢？詩人不單籠統地指出以色列人四十年漂流曠野的經歷，更以米利巴——又稱瑪撒的這個地方發生的事(出十七1-7)作為以色列人硬心不信的具體例子，證明他們為何到如今仍未得到神為他們預備的安息。這段警告(8-11節)的出現看來有點突兀，好像不屬於這篇詩。然而，當我們從宏觀的角度及卷四詩集的背景，來頌唱這篇詩篇，就體會到它的一體性。

大多數學者都認為卷四詩集屬於被擄後編輯的詩集，中心要旨是在以色列人被擄亡國後，仍然肯定大衛之約是有效的。卷三(七十三至八十九篇)的最後一篇詩，即第八十九篇所發出的兩個問題——耶和華對以色列的憤怒要持續到幾時？以及祂之前對大衛的信實和慈愛到底出了甚麼事(八十九46、49)？緊接著詩人懷疑大衛之約失效時，卷四一開始就以神人摩西的禱告承認問題在於以色列人的失敗，而非神失約(九十8-9)。詩人是要鼓勵被擄的以色列人，從一敗塗地的大衛之約轉移視線，轉向那仍坐著為王的耶和華神(九十三1；九十七1；九十九1)。簡言之，詩人提醒前來敬拜的以色列信眾，神並沒有廢去祂的約，問題乃在於人的悖逆與硬心。

這位永不背約的主，值得我們前來屈膝敬拜、聆聽及順服祂的叮嚀與吩咐。

思想：

讓我們一同頌唱以詩九十五**1-2**節撰寫的《來啊！我們要向神歌唱》，或以取材自九十五篇內容的《來啊！我們要屈身敬拜》的詩歌作為今天靈修的回應。

(詩歌可於Youtube搜尋「來啊我們要向神歌唱」或「來啊我們要向神歌唱」)

第3日

配受頌讚的主

作者：何啟明

經文：詩篇113篇

¹哈利路亞！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耶和華超乎萬國之上，他的榮耀高過諸天。⁵誰像耶和華－我們的神呢？他坐在至高之處，⁶自己謙卑，觀看天上地下的事。⁷他從灰塵裏抬舉貧寒的人，從糞堆中提拔貧窮的人，⁸使他們與貴族同坐，與本國的貴族同坐。⁹他使不孕的婦女安居家中，成為快樂的母親，兒女成群。哈利路亞！

詩人劈頭就重複三次地呼籲眾信徒要「讚美耶和華的名」(1b、2a、3b節)，更首尾呼應地(1、9節)頌唱哈利路亞。哈利路亞(*Hallelujah*)就是讚美耶和華的意思。正如詩篇二十二篇3節說：「但你是神聖的，用以色列的讚美為寶座」；這意味著我們的讚美成為神的寶座，祂在那裏坐著為王。神是配受頌讚的主！

學者指出，哈利路詩篇(*Hallelu Psalms*)見於三份不同的詩集；「埃及哈利路詩集，一一三至一一八篇」、「大哈利路詩集，一二零至一三六篇」及「哈利路詩集，一四六至一五零篇」。詩篇一一三至一一四篇是在節期筵席之前頌唱的，而一一五至一一八篇則在逾越節筵席之後(參太二十六30；可十四26)。我們從詩篇的編纂設計可看出「頌讚耶和華」是詩篇的中心信息。卷一(一至四十一篇)、卷二(四十二至七十二篇)及卷三(七十三至八十九篇)約共有四十九首詩屬於哀歌體裁；而讚歌只有約十二首。反之，卷四(九十至一百零六篇)及卷五(一百零七至一百五零篇)的哀歌數目減至約十三首，而讚歌數目卻倍增至二十一首之多。這種編排顯示出整本詩篇是邁向讚美的高峰。再且，五卷詩篇都包含讚美；在每卷的卷末都是以讚美為結束(參四十一14、七十二18-19、八十九52、一百零六48)，而卷五的一四六至一百五零篇每篇都是以頌讚神為主題。

毫無疑問，人類存在的目的就是讚美神。正如韋斯敏特的《小要理問答》(*Short Catechism*)一開始就問：「人的主要目的是甚麼？」「人的主要目的，是榮耀神，以祂為樂，直到永遠」。正如《一首讚美的詩歌》的副歌呼應說：「人活著原是要歌頌讚揚，創造我的主，你是配得榮耀；人活著原是要將榮耀歸你，一首讚美的詩歌，願帶我到寶座前敬拜！」詩人的呼籲是超越時空的、是普世性的，「從今時直到永遠！從日出之地到日落之處」(2a、3a節)都要讚頌耶和華。正如詩篇全集結束時也同樣呼喚「凡有生命的都要讚美耶和華！哈利路亞！」(一百五零6)。

詩人為何呼喚眾人讚美神呢？他列出兩個原因。第一，耶和華是至高無上的，祂超越萬有、祂擁有無上的主權(4-5節)。然而，祂並非高高在上而已，更重要的，祂是那位以慈愛眷顧卑微人的主(6-9a節)。這正是第二個讚美祂的原因。詩人說祂「自謙而俯視著諸天與大地」《呂振中譯本》。神不單是超越者、高高在上，祂更是內住者、屈身俯就卑微的人(腓二6-9)。祂知道子民的困苦，也聽到他們哀求的聲音(參出二24-25)，祂藉差派僕人領子民離開困境，表明祂是關心他們苦況的(參出三16)。詩人引用哈拿之歌說：「他從灰塵裏抬舉貧寒的人，從糞堆中提拔貧窮的人，使他們與貴族同坐，與本國的貴族同坐。」(撒下二7-8)。古近東不能生育的以色列婦女是會遭到社會排斥的，也令她的丈夫、甚至是自己失望

(創十六 2，二十 18；撒上一 6；路一 25)。母親的天職是婦女最榮耀的成就，耶和華是那位「使不孕的婦女安居家中，成為快樂的母親」(9 節)的主；祂不單是崇高的統治者，祂更是紆尊降貴、顧念祂百姓需要的主。因此，祂是配受頌讚的主！

思想：

讓我們就用《主治萬方》(Jesus Shall Reign Where'er the Sun)這首詩歌作為今天靈修的回應。

(詩歌可於 Youtube 搜尋「主治萬方」)

第 4 日
神為王
作者：何啟明
經文：詩篇 97 篇

¹耶和華作王！願地快樂！願眾海島歡喜！²密雲和幽暗在他四圍，公義和公平是他寶座的根基。³烈火在他前頭行，燒滅他四圍的敵人。⁴他的閃電光照世界，大地看見就震動。⁵諸山見耶和華的面，就是全地之主的面，就如蠟熔化。⁶諸天表明他的公義，萬民看見他的榮耀。⁷願所有事奉雕刻偶像、靠虛無神明自誇的，都蒙羞愧。萬神哪，你們都當拜他。⁸耶和華啊，因你的判斷，錫安聽見就歡喜；猶大的城鎮也都快樂。⁹因為你一耶和華至高，超乎全地；受尊崇，遠超萬神之上。¹⁰你們愛耶和華的，都當恨惡罪惡；他保護聖民的性命，搭救他們脫離惡人的手。¹¹散播亮光是為義人，喜樂歸於心裏正直的人。¹²義人哪，你們當靠耶和華歡喜，當頌揚他神聖的名字。

詩人開宗明義宣告「耶和華作王」(1a節)，「地」和「眾海島」是用「兩極代替整體」(Merism)的修辭方式，指全地都因耶和華作王而歡喜快樂！「神為王」是登基詩所描述的主題；登基詩像讚美詩，都是歌頌神。這類詩歌屬於少數，只有五首，除了卷二的第四十七篇外，其餘四首都處於卷四之內(九十三篇、九十六篇、九十七篇及九十九篇)。

「王」在近東地區是描述神明的字眼；以色列國周圍的列國，如巴比倫人、亞述人、亞摩利人、推羅人及烏加列人都有他們的神祇，而全部神祇都稱作王。列國都有他們的創造神話，都會在節日慶祝他們的神祇在神殿中登基作王，臣民都一起宣告向神祇效忠。詩人宣告唯有神才應該受到尊崇，因為祂是「遠超萬神之上」(9b節)；他更呼籲眾神祇齊來向神下拜。有學者認為「萬神哪，你們都當拜祂」(7b節)的「萬神」如八十二篇6節的「諸神」，是指天使，而並非指到偶像或假神，因為神不會要求虛假的神來拜祂。簡言之，詩人呼籲天上地下凡有氣息的，都應高興雀躍來慶祝神為王的事實。

詩人宣告神為王後，隨即描述登基周圍的氛圍。密雲、幽暗(2節)、烈火(3節)、閃電及地震(4節)等，使人不禁想起摩西在西奈山上領受十誡的情境。「山上有雷轟、閃電和密雲；西奈山全山冒煙，因耶和華在火中降臨山上。山的煙霧上騰，彷彿燒窯，整座山劇烈震動。」(出十九16a、19)。此情此景，樹立在神面前的子民，哪會有人不肅然起敬、顫抖驚懼呢？神是烈火，將人生命中的一切雜質燒盡；神隱藏在烈火中，將四圍的敵人燒盡(3節)，隨而搭救祂的子民脫離惡人的手(10節)。神作王，子民歡喜快樂，因為公義和公平是祂的本質；祂更用公義的律法來治理祂的子民，祂的判斷更是公平公正，更像是在陽光下公開的。用現代術語，這位君王不會徇私枉法，而是不偏不倚的秉公行事。一切的判斷都放在陽光之下進行，有如此的君王治理，子民又怎會不高興快樂呢？

這首詩的主題是子民既驚懼，又歡呼。我們在神面前要因祂的威嚴而戰驚，但卻又因祂的公義和公平而歡樂。正如西奈山腳下的以色列人，來到神面前獻上燔祭和平安祭時，「坐下吃喝，起來玩樂」(出三十二6b)。我們在威嚴公義的神面前戰驚，但又因祂的慈愛歡欣喜樂。神為王，歡樂之聲充滿了整篇詩，從開始就歡喜

快樂(1節)、在詩歌的中段，也歡喜快樂(8節)，到結束之時，喜樂歸於那些正直的人 (11節)，那些倚靠耶和華的人就更歡喜(12節)。

思想：

神是那位威嚴、超乎萬有的主，但又是可讓人接近的慈愛父神。我們到祂面前要存驚懼又快樂的心情來朝見祂。這對我們個人及集體崇拜的氛圍有何啟迪呢？請存戰驚的心來頌唱《祢是王》這首詩歌。

(詩歌可於 Youtube 搜尋「祢是王」)

第 5 日
同往錫安
作者：何啟明
經文：詩篇 48 篇

¹(可拉後裔的詩歌。)耶和華本為大！在我們神的城中，在他的聖山上，當受大讚美。²錫安山—大君王的城，在北面居高華美，為全地所喜悅。³神在城的宮殿中，自顯為避難所。⁴看哪，諸王會合，一同經過。⁵他們見了這城就驚奇喪膽，急忙逃跑。⁶戰兢在那裏抓住他們，他們好像臨產的婦人一樣陣痛。⁷神啊，你用東風擊破他施的船隻。⁸我們在萬軍之耶和華的城裏，就是我們神的城裏，所看見的正如我們所聽見的。神必堅立這城，直到永遠。(細拉)⁹神啊，我們在你的殿中 想念你的慈愛。¹⁰神啊，你受的讚美正與你的名相稱，直到地極！你的右手滿了公義。¹¹因你的判斷，錫安山應當歡喜，猶大的城鎮應當快樂。¹²你們當周遊錫安，四圍環繞，數點城樓，¹³細看它的城郭，察看它的宮殿，為要傳揚給後代。¹⁴因為這神永遠遠為我們的神，他必作我們引路的，直到死時。

詩篇四十八篇屬於卷二(四十二至七十二)詩集；詩篇四十二篇至四十九篇一連七篇都歸為可拉後裔的詩歌(注：四十二、四十三為一篇)。這篇詩被列入錫安之歌；有學者認為四十五至四十八篇都跟神的王權有關，而四十六及四十八篇特別顯明神駐守錫安，使城屹立不倒，盡顯祂執掌全地的王權。這四首詩緊接四十二至四十四篇的刻意安排，是要回應詩人在艱難時期經歷神缺席所產生的疑問。這篇詩的結構可分為三段：1. 神在錫安，當受讚美(1-3節)、2. 子民與外敵，反應各異(4-11節)，3. 繞城細察，傳與後代(12-14節)。我們就按照這結構脈絡欣賞這首錫安頌。

詩人先指出耶和華為大、為大君王(1a、2a節)，祂在城中、在錫安聖山上，當受極大的讚美。古代近東的百姓認為他們所膜拜的偶像乃住在山上，故常將偶像所駐守的山稱為聖山。錫安山位於耶路撒冷的東北面，但詩人卻說錫安山「在北面居高華美」(2b節)；詩人是借用意象表達，與北面的洗分山相比。英文《新國際譯本》將「北面」這詞翻譯成專有名詞「洗分」(Zaphon)。「洗分」是迦南名聞遐邇的聖山，相傳更是巴力的居所，其高度遠遠超越位於耶路撒冷的錫安山(錫安山只有743米，而洗分山卻高達1,700米)。論高度和山的壯觀，錫安山根本不能與洗分媲美。但詩人指出，錫安山之美非因其峰嶺高聳入雲及壯觀的外形，而是有掌管宇宙主權的大君王耶和華「在城的宮殿中」(3a節)。簡言之，裏面的內涵比外面的裝潢更為重要。

由於大君王的同在，就激發起敵人與子民的兩種回應—懼怕與喜樂。以色列國常被諸王入侵，安全常遭受威脅。那些會合的眾王可能是約沙法時代的摩押、亞捫和米利烏聯軍(代下二十1-30)，亦有可能是希西家時代亞述的西拿基立和他的附庸國(王下十八13至十九37)。然而，詩人沒有具體指出是那一場戰役。無論是哪一場戰役，只要耶和華居於城的殿中，這城就固若金湯，牢不可破。敵人「見了」(5a節)神的作為，就望風而逃(4-7節)。他們目瞪口呆，「驚惶失措，慌慌張張逃跑」(5b節)(《呂振中譯本》)；他們驚惶失措、痛苦掙扎如產難的婦人一樣(6節)。諸王究竟看見了甚麼？詩人似乎刻意留白；看見「甚麼」並非最重要，「誰」看見以及「在哪兒」看見才是詩人的重點。敵人不單在陸路上竄逃，連他們一直引以為傲的「他施船隻」也被強大的東風所毀(7節)。

此外，神的子民同樣耳聞目睹耶和華的作為，他們的反應是歡喜快樂(8-10節)。因為神以慈愛待祂的子民，也用公義來判斷。神的公義就像公平的律法，對遵守的人和違法的人自有不同的效果。子民遵守神的律法就得到保護，敵人叛逆神就招致審判。因此，詩人呼籲子民從「殿中」想念神的慈愛(參9節)，延伸到「地極」都歌頌祂的名(參10節)，最後，更要從「錫安山」歡呼擴展到「猶大的城邑」(11節)。

詩人更鼓勵我們要周遊、環繞、數點、細看及察看(12-13a節)神在錫安的作為，祂像一位慈愛的牧人繼續不斷引領屬自己的子民，直到死時(14節)。我們更要將神在城中的作為，將我們在錫安山所經歷神的慈愛、公義、審判以及祂永不變、看顧保守的美德，一代一代地傳頌下去。

思想：

錫安對信徒並非實體的一座城，而是神的居所、神同在的地方。信徒追求的是神的同在。就讓我們一同唱頌《同往錫安》(Marching to Zion)這首歌作為今天靈修的回應。

(詩歌可於 Youtube 搜尋「同往錫安」)

第 6 日
頌讚得勝的神
作者：何啟明
經文：詩篇 76 篇

¹(亞薩的詩歌。交給聖詠團長，用絲弦的樂器。)在猶大，神為人所認識；在以色列，他的名為大。²在撒冷有他的住處，在錫安有他的居所。³他在那裏折斷弓上的火箭、盾牌、刀劍和戰爭的兵器。(細拉)⁴你是光榮的，比獵物之山更威嚴。⁵心中勇敢的人都被掠奪；他們睡了長覺，沒有一個英雄能措手。⁶雅各的神啊，你的斥責一發，戰車和戰馬都沉睡了。⁷你，惟獨你是可畏的！你的怒氣一發，誰能在你面前站得住呢？⁸你從天上使人聽判斷。神起來施行審判，要救地上所有困苦的人；那時地就懼怕而靜默。(細拉)
⁹併於上節¹⁰人的憤怒終必稱謝你，你要以人的餘怒束腰。¹¹你們當向耶和華—你們的神許願，還願；在他四圍的人都當拿貢物獻給那可畏的主。¹²他要挫折王子的驕氣，向地上的君王顯為可畏。

詩篇第七十六篇是一首得勝的讚美詩。有學者認為是以色列人蒙神奇妙幫助，及出乎意料之外地，阻撓了亞述人的入侵因而歡呼(王下十八至十九及賽三十六至三十七章)。此外，七十士譯本在標題中也加上「關於亞述人」，顯明譯者認為這與主前701年挫敗亞述王西拿基立的事件有關。然而，較穩妥的仍是不將這個得勝頌讚慶祝鎖定於某一次的戰果，因以色列確實常有外敵擾攘入侵。我們清楚知道的是這首頌讚得勝的詩被編排於詩篇集的卷三，而且是屬於亞薩的十一首詩的其中一首(七十三至八十三篇)。詩人頌讚神，因為祂是那位「可畏的主」(7a節、11b節)；祂在錫安顯現，祂更與以色列同在。

詩人指出神在猶大、在以色列的名為大(參1節)，撒冷和錫安成了祂的居所。撒冷(Salem)乃耶路撒冷的簡稱，其意思是「平安」。昔日離開英國追求宗教自由的清教徒在旅途中就是唱頌這首詩，並且當他們抵達麻薩諸塞州(Massachusetts)的科德角(Cape Cod)時，就命名那地為「撒冷」。先祖亞伯拉罕戰勝列王時，稱為撒冷王的麥基洗德為他祝福，其名字翻出來是「公義的王」(創十四18；來七1-2)。以色列得平安是因為在撒冷有神住的處，在錫安有祂的居所(2節)。「住處」(sok)和「居所」(mona)在舊約經常是指獅子的巢穴或坑洞，詩人將神的意像闡述為獅子，祂在錫安顯現，那裏有祂的同在。

隨後，詩人指出神被稱頌的兩方面。第一，耶和華是神聖的戰士(參4-7a節)。詩人對神說：「你滿有光華和榮美，勝過獵物豐富的群山」(5節)《新譯本》。「戰車」和「馬兵」(6b節)隱喻為世上君王的政治權力和軍事力量，在神面前卻毫無用武之地。世人靠車靠馬，但神的子民是要「提耶和華—我們神的名」(詩二十七)。神的同在是祂子民的力量、神是祂子民的盾牌；那些心裏勇敢的敵人，因神忽然間的介入而驚惶失措，甚至「手臂麻木失靈」(5d節)《思高譯本》。耶和華的使者出去，一夜之間就殺了十八萬五千的亞述軍(賽三十七36)，摩西聽命帶領以色列人過紅海，追趕的埃及軍也齊齊淹沒於大海裏(參出十五章)。

第二，耶和華是公義的審判者(參7b-9節)；祂施行審判有兩個目的：首先是讓列國知道祂是擁有至高無上主權的君王(7a節)；其次，祂的審判令子民得到安慰，因為祂起來要幫助地上所有困苦人(8b節)。不但如此，神按自己預定的旨意行

事，「人的怒氣、要成全你(神)的榮美，人的餘怒、你要禁止」(10節)《和合本》。世上一切敵對神的力量或作為，也在祂主權的掌控中。約瑟的人生經歷崎嶇迂迴、被騙被賣，但最終他深明神的意思原是好的，為要藉他保存以色列人的性命(創五十20)；使徒彼得也見證，神藉著不法之人的手把耶穌釘在十架上，來拯救世人(徒二23)。

這位獨行奇事、做事出人意料之外的神，是配受頌讚的主。聖約的子民應有的回應是許願還願，世人也必須順服於祂的權柄。

思想：

你曾有蒙神保守，在危機中化險為夷的經歷嗎？可否稍停下來回憶一兩件蒙保守的經歷，然後，向神獻上感恩？然後，讓我們一起聆聽《因主的名》這首詩歌。
(詩歌可於 Youtube 搜尋「因主的名」)

第 7 日

主愛錫安

作者：何啟明

經文：詩篇 87 篇

¹(可拉後裔的詩歌。)耶和華所立的根基在聖山上。²耶和華愛錫安的門，勝於愛雅各一切的住處。³神的城啊，有榮耀的事是指著你說的。(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、推羅和古實人，個個生在那裏。⁵論到錫安，必有話說：「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，他要寫出人的出生地。(細拉)⁷歌唱的、跳舞的，都要說：「我的泉源都在你裏面。」

詩人開始就直說「耶和華愛錫安的門，勝於雅各一切的住處」(2 節)。「聖山」(1 節)其實是眾山，可以是指聖城所在的山脈，或是它周邊的山丘。「眾山」是加強詞義的複數或莊嚴的複數(intensive plural)，剛好與「雅各一切的住處」(2 節)成對比。錫安山在外形上遠遠不及以色列地的迦密山和西奈山，但它獨特之處乃為神所愛，因為神是這座城的創建者；祂的同在加增了這座城的重要性。正如許多對國家頗有貢獻、影響力深遠、受眾人敬仰愛戴的名人，他們出生居住的故居雖然簡陋破爛，卻仍招徠不少百姓千里迢迢前來觀賞。錫安獨特之處正正因為有神的臨在！

但詩人似乎並非意指地上可見的耶路撒冷城，他的焦點忽然轉向神的城未來的榮耀；詩人遙望這城將要成為萬國之城。他說：「神之城啊！有許多榮耀的事、乃指著你而說的」(3 節)《呂振中譯本》。令詩人欣喜若狂的不是現今在地上的城，而是在於天上「神的城」。那些在地上赫赫有名卻與以色列國為敵的國家，他們的子民被「列在認識我者(耶和華神)的人群中」(4 節)《思高譯本》，只要他們「有名字記錄在天上眾長子的盛會」(來十二 23a)，他們就有份於神的城。「當耶和華記錄萬民的時候、祂要點出這一個生在那裏(即錫安)」(6 節)《和合本》。詩人列出了在地上與以色列國為敵的國家，拉哈伯(即埃及的暱稱)和巴比倫都是舊約時代第一及最後一個以色列的強敵；非利士是恆常騷擾以色列的一根刺；推羅和古實(即埃及阿伯)是常誘惑以色列的民族。但這些敵對以色列國的國家的百姓，只要他們對耶和華有信心，便有份於神的城。

詩人的眼目是遙望天上的耶路撒冷，在那裏一切生在以色列國之外的人，只要悔改歸向神都可成為屬靈大都會錫安的居民。正如使徒保羅用夏甲和撒萊代表兩個耶路撒冷：前者代表地上的耶路撒冷，後者代表天上的耶路撒冷。撒萊的後裔才是應許之子，是亞伯拉罕的子孫，是天上耶路撒冷的子民(加四 24-27)。詩人遙指的正是使徒約翰在異象中所看見的新耶路撒冷，由神那裏從天而降(啟三 12; 二十二 2、10)。當詩人想到這榮耀的聖城，各族各民藉信心成為此城的百姓時，心中產生了無限的歡欣快樂。天上地下的景況互相交織，此時，詩人又再轉到地上可見的錫安，看見各人歡喜快樂地以歌唱、跳舞頌讚那位賜下美善和喜樂的神，作為詩歌結束的一幕(參 7 節)。

思想：

名曲《聖城》(The Holy City)最能貼近詩人的意思。請到下列網址聆聽詩歌。聆聽完，為自己成為錫安的子民感恩，也為你的親友禱告，讓他們都願成為新耶路撒冷的子民。

(詩歌可於 Youtube 搜尋「聖城頌」)

第8日

存純全的心行事

作者：何啟明

經文：詩篇101篇

¹(大衛的詩。)我要歌唱慈愛和公平，耶和華啊，我要向你歌頌！²我要用智慧行完全的道。你幾時到我這裏來呢？我要以純正的心行在我家中。³邪僻的事，我都不擺在我眼前；悖逆的人所做的事，我甚恨惡，不容沾在我身上。⁴歪曲的心思，我必遠離；邪惡的事情，我不知道。⁵暗中讒害他鄰居的，我必將他滅絕；眼目高傲、心裏驕縱的，我必不容忍。⁶我眼要看顧地上誠實可靠的人，使他們與我同住；行正直路的，他要侍候我。⁷行詭詐的，必不得住在我家裏；說謊言的，必不得立在我眼前。⁸我每日早晨要滅絕地上所有的惡人，把作惡的從耶和華的城裏全都剪除。

這篇詩屬於君王詩(Royal Psalms)，被列入「方位確定」的人生季節項目欄內。這篇詩是君王對神效忠的承諾，以純潔正直的心自守，用公平治理神交託給他的子民。這首詩可能是大衛或其後裔對神的承諾，場景可能是在大衛加冕登基時，由宮庭的牧者邀請他在公眾面前頌讀的宣言。其後，則在聚會時由會眾頌唱。詩人渴求神的臨在，於是說：「你幾時到我這裏來呢？」(2b節)。有說這首詩的背景可能是大衛運送約櫃時，因烏撒的錯失被擊殺，約櫃被停放在俄別以東的家。大衛聽聞神賜福俄別以東和他的全家，於是就歡歡喜喜的將約櫃接回到大衛城裏(撒下六8-12)。

以色列的君王是神委託治理百姓的僕人，他不能任意妄為，乃要按照耶和華的律法管理百姓。神既是慈愛和公平的主(1a節)，祂的僕人在管治百姓上，也要反映慈愛與公義的特質。慈愛與公義兩者並存；仁慈可避免公義變得過份嚴厲，而公義則使慈愛免於變得鬆懈。大衛為了用慈愛和公平治理百姓，於是向神宣告兩方面的承諾。首先，大衛以自身的操守為優先，他要在神面前存純全的心行事為人。「完全」(*tom*)在此出現兩次，《呂振中》譯作「我要留心於純全之道路……我要存純全的心」(2節)。正如詩篇七十八篇說：「神要他牧養自己的百姓雅各…而大衛按心中的純正牧養他們。」(71-72節)。簡言之，大衛謹慎自己，要在神面前過一個無可指責、廉潔自守、表裏一致的生活。於是，他詳細列出對自己的一些期許：他恨惡邪僻的事，不讓污穢沾在他身上、他更要遠離及避免歪曲的心思，心不驕縱，眼不高傲，更不做讒害鄰居的事等等(3-5節)。

隨後，大衛提到他的治國理念。他要做一個勤政愛民的君主，每天清晨都管理國事；他要滅絕地上所有的惡人，剪除那些作惡的(參8節)。「滅絕」(*šāmat*) (5、8節)有「使靜寂或減少聲音，直至沉默為止」的意思。此外，他更要那些「行為完全的」(6b節)《和合本》人做他的官員，管理百姓。「行為完全」與第二節的「純全之道路」和「存純全之心」是同一個字，因此，「行詭詐的，必不得住在我家裏；說謊言的，必不得立在我眼前。」(7節)昔日的君主將王的家族和國家政府合併，故這裏的「住在我家裏」的「家」乃指到國家政府。簡言之，王要圍繞他的是那些最好、最有能力、最願意尋求神的心意的人，這樣王才能安心。

大衛要保守自己，不偏離慈愛和公平；他對個人私生活的嚴謹和治國的理念，確實是所有跟隨神的僕人該效法的榜樣。這位以色列之君的個人操守及治國理

想，與昔日外邦君王那種放任不羈及現今許多政治領袖放縱的私生活，確有天淵之別！事實告訴我們，大衛的家庭生活及治國方針未能完全達到理想，他的失敗卻使我們期望那慈愛及公義的君主—耶穌基督—早日再臨。

思想：

有說領袖的操守及私生活跟他的公眾服務沒有關連。你是否同意呢？今年(2024)剛好是許多國家的大選年，祈願神賜下智慧給各國的選民，選出那些廉潔自守、以慈愛和公平治理國家的領袖。

有空不妨也聽聽這首以這篇詩(101篇)撰寫的詩歌。

(詩歌可於 Youtube 搜尋「JGospel Hymns - 詩篇 101 篇」)

第 9 日
君王祭司
作者：何啟明
經文：詩篇 110 篇

¹(大衛的詩。)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。」
²耶和華必使你從錫安伸出你能力的權杖；你務要在仇敵中掌權。³你在聖山上掌權的日子，你的子民必甘心跟隨；從晨曦初現，你就有清晨的甘露。⁴耶和華起了誓，絕不改變：「你是照著麥基洗德的體系永遠為祭司。」⁵在你右邊的主，當他發怒的日子，必打傷列王。⁶他要審判列國，屍首就佈滿各處；他要痛擊遍地的領袖。⁷他要喝路旁的河水，因此必抬起頭來。

這是一首頗特別的君王詩，其獨特之處有下列幾方面：第一，這首詩是新約聖經引用最多的詩篇，其中間接提到它的最少有十二處，而直接引用它的也有七次，並指明這詩是由大衛作的(參徒二 34~35)。第二，它是一首預言彌賽亞君王的詩篇，耶穌回答法利賽人的質疑時，直接引用此詩應驗在祂身上(參太二十二 41~46)。第三，這首詩處於卷五(一零七至一一三篇)七首詩的中間，成了這七首詩篇的關鍵詩篇。詩篇一零七至一零九篇是子民痛苦的求救，而一一一至一一三篇卻洋溢滿心讚美耶和華的呼聲。本篇詩剛好連接兩者，顯示出這位君王領導祂的子民得勝仇敵，祂不單滿足子民悲痛的呼求，更是配得讚美的。第四，這首詩的結構非常清晰，第 1 及第 4 節從神而來的神諭(oracle)剛好將它劃分為兩部份。學者指出在希伯來文中，這兩部分正好各有七十四個音節，表現出精準的平衡。第一部份(1-3 節)描述君王的身份，第二部分(4~6 節)則提到祭司的位份。簡言之，這位預言中的彌賽亞，是君王也是祭司。

在以色列的歷史中，君王、祭司的角色集於一身是少有的。以色列神權體制下的三重職份：君王、先知和祭司之間是界線分明的，但是大衛也被稱為祭司，負責獻祭，更照著祭司的職責來為百姓祝福(撒下六 14~18)。他的兒子所羅門也是如此，他的王權也涵蓋了大祭司的職能(王上二 27、35)。君王使人聯想到他身處皇宮之中，代表著神的統治，並舉行政治上的活動及領導百姓；祭司則在聖殿內處理一切祭祀事宜，建立子民與神的關係。希伯來書的作者引用這詩篇時，凸顯了基督除了坐在天上至大者寶座的右邊(來一 13)，也同時提到基督的身份是王、也是祭司(來八 1)。

這位君王坐在父神的右邊；右邊正是執政掌權的位置。「耶和華對我主說」(1a 節)，祂要將他的仇敵「變成他腳的踏板」(1b 節)(《思高譯本》)。古代得勝的君王將他的腳踏在被擊敗的敵人頸項上，表示絕對的掌權。這句話似乎反映出大衛在希伯崙作王七年後，他和他的跟隨者到了耶路撒冷，攻打那地方的耶布斯人，攻取了錫安的保障，統治了整個以色列國。第 3 節的「你在聖山上掌權的日子，你的子民必甘心跟隨；從晨曦初現，你就有清晨的甘露。」因用詞簡練，產生了不同的解釋和文本傳統，是一節較困難的經節。大致上可理解為王的軍兵眾多，都是自動請纓的年輕人，既強壯又勇猛，他們多如清晨甘露聚集在他們的領袖面前。因此，君王必帶領子民勇往直前，戰無不勝。

此外，這位君王也是祭司。然而他非照人間的體系擔任祭司的職份，而是「照著麥基洗德的體系永遠為祭司。」(4b 節)麥基洗德是誰？他是亞伯拉罕戰勝五

王回來後遇到的那位王；他是撒冷王(Salem)，撒冷是耶路撒冷的舊名，其意思是平安，故他是平安的王。「麥基洗德」字面的意思是公義的王，這位公義平安的王地位超然，連亞伯拉罕都要向他獻上禮物及接受他的祝福(創十四17~20)。他是至高神的祭司(來七1)，因此，他是君王，也是祭司。這位君王祭司「喝路旁的河水，因此必抬起頭來。」(7節)這句話似乎是借用了基甸帶領軍隊時，喝溪水而得力，戰勝仇敵非靠那三百勇士，而是靠耶和華所賜的力量。

思想：

這幅君王祭司戰勝敵人的畫像，讓我們想起美國南北內戰時(1861-1865)，北軍認為神是站在他們的那一邊，然而，擺平內戰的林肯總統卻說：「我們要站在神的那一邊」。求主幫助我們都跟隨這位祭司君王的腳蹤，站在祂的那一邊。讓我們一起以《君尊僕人》(The Servant King)作為我們追隨的榜樣。
(詩歌可於 Youtube 搜尋「君尊僕人」)

第10日

永不失信的幫助者

作者：何啟明

經文：詩篇144篇

¹(大衛的詩)耶和華-我的磐石是應當稱頌的！他教導我的手爭戰，教導我的指頭打仗。²他是我慈愛的主、我的山寨、我的碉堡、我的救主、我的盾牌，是我所投靠的。他使我的百姓服在我以下。³耶和華啊，人算甚麼，你竟認識他！世人算甚麼，你竟顧念他！⁴人不過像一口氣，他的年日如影消逝。

⁵耶和華啊，求你使天下垂，親自降臨；求你摸山，使山冒煙。⁶求你發出閃電，使仇敵四散，射出你的箭，使他們混亂。⁷求你從高處伸手救拔我，救我脫離大水，脫離外邦人的手。⁸他們的口說謊話，他們的右手起假誓。⁹神啊，我要向你唱新歌，用十弦瑟向你歌頌。¹⁰你是那拯救君王的，你是那救僕人大衛脫離害命之刀的。¹¹求你救拔我，救我脫離外邦人的手。他們的口說謊話，他們的右手起假誓。¹²我們的兒子從幼年好像樹苗長大，我們的女兒如同房角石，按照建宮殿的樣式鑿成。¹³我們的倉盈滿，能供應各種糧食；我們的羊在田野孳生千萬。¹⁴我們的牲口馱滿貨物，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。¹⁵這樣情況的百姓有福了！以耶和華為他們神的百姓有福了！

詩篇一四四篇的內容令讀者有似曾相識的感覺，因為這首君王詩的頭一部份(1~11節)實可追溯到許多首詩篇的痕跡，例如第八、十八、三十三、三十九及六十九篇等。有學者發現這篇詩有三分之二是從之前的詩篇抽出來的，而擷取內容最多的是詩篇第十八篇，如第1節「耶和華是我的磐石」(十八46)，及「教導我的手爭戰」(十八34)、第2節讚頌慈愛的主是「我的山寨、我的碉堡、我的救主」(十八2)及「他使我的百姓服在我以下」(參十八47)等。因此，這首君王詩並非是從一塊巨石鑿出來的雕像，而是由許多精緻美麗的碎石鑲嵌而成的一幅彩色繽紛的馬賽克製品。

這篇詩的標題是「大衛的詩」，七十二譯本更在這標題後加上一句「敵對哥利亞」。標題和詩歌的內容明顯是一首君王激勵士氣，去迎戰敵人的詩歌；詩人藉著過往經歷神的保守，以讚美祂是一位「慈愛的主」作開始(1~2節)，然後提及人現今的軟弱無能、稍縱即逝，需要神的恩典介入(3~4節)，最後以憧憬將來豐盛圓滿的場景作結束。

詩人宣告神是信實慈愛的主，他是那位「永不失信的幫助者」(NEB) (2a節)。他用「山寨」、「碉堡」、「盾牌」(2a節)形容神堅如磐石，保護人免受敵人的侵害。不但如此，神更是教導他的手爭戰、教導他的指頭打仗(1b節)。然而，真正救他脫離外邦人的手的，乃是從高處伸手救拔他的神的手(參7節)。這些過往蒙保守的寶貴經歷，成了詩人頌讚的基礎，也激勵他敢於向神禱告，敢於求神介入。

詩人從過往的經歷轉念到現今的景況：他認識到人的軟弱、人的反覆無常，及人生的短暫如同一口氣、如同影兒，稍縱即逝(4節)。但他體會到人雖軟弱，卻蒙神顧念和關照(3節)。詩人的軟弱和主的能力凸顯出神的恩典夠用，於是他祈求神為祂百姓的原故介入其中；他求神親自降臨、使山冒煙，求神發出閃電、求神從高處伸手救他脫離大水(5~7節)。冒煙、閃電都使人想起摩西在西奈山及以利亞在山洞遇見主的經歷。據迦南人的傳說「大水」(7節)是由海神掌管，而希伯來人則以

波濤洶湧的海面代表敵對的勢力。詩人面對現今的困境，呼籲神立刻介入，救他和他的百姓脫離外邦人的手。

詩人談及過往的經驗和現今需要之後，隨之而來的是對將來的盼望；他憧憬將來是繁華豐盛的(12~15節)。於是，他說「願我們的兒子們，從幼就像茂盛的果樹，願我們的女兒們，像宮殿中雕刻的砥柱！」(12節)《思高譯本》。詩人祈願家中的兒子茁壯成長，像青蔥的樹苗，女兒成為美貌、惹人喜愛的少女，好像裝飾近東華美宮殿所雕刻成的房角石。詩人先以人及家庭圓滿開始，然後轉到物質上的豐盛(13節、14a節)，再延伸到四境平安、沒有爭戰，更沒有哭號的聲音(14b節)。鄉間的繁榮和城市的安全，圓滿地構成一幅快樂的圖畫。這繁榮安泰的願景實現，則有賴於百姓願以耶和華為他們的神(15b節)。

思想：

神是詩人的山寨、碉堡、救主及盾牌，詩人願完全投靠祂。神是否也是你的山寨、你的碉堡、你的救主及你的盾牌呢？當你遇到危難時，第一個反應的投靠對象是誰呢？請聆聽詩歌〈主為保障〉(Mighty Fortress Is Our God)再次堅固我們對神的信心與依靠。

(詩歌可於 Youtube 搜尋「主為保障」)

第 11 日

信靠神

作者：何啟明

經文：詩篇 37:1-11

¹(大衛的詩。)不要為作惡的心懷不平，也不要嫉妒那行不義的人。因為他們如草快被割下，又如綠色的嫩草快要枯乾。³你當倚靠耶和華而行善，安居地上，以他的信實為糧；⁴又當以耶和華為樂，他就將你心裏所求的賜給你。⁵當將你的道路交託耶和華，並倚靠他，他就必成全。⁶他要使你的公義如光發出，使你的公平明如正午。⁷你當安心倚靠耶和華，耐性等候他，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，離棄憤怒；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土地。¹⁰還有片時，惡人要歸於無有；你就是細察他的住處，也不存在。¹¹但謙卑的人必承受土地，以豐盛的平安為樂。

這是一首智慧詩，意即它並非一首祈禱、頌讚神的詩歌，因為它的對象是信徒或會眾。智慧詩的內容是向人說話，教導及勸勉人在地上如何生活自處，它的格式和語氣類似舊約的箴言書。這首詩的原文是按希伯來文二十二個字母排列而成，每隔兩節經文就以不同的希伯來文字母作為開始(例：第一節由 *aleph* 開始，第3節由 *beth* 開始，第5節由 *gimel* 開始，餘此類推)，故這首詩可歸類入字母詩類別。這首詩還有另一個特點是用了一些重複短句，像現代聖詩的副歌，讓讀者容易學習，也較易記憶。其中 **心懷不平**(1、7、8節)、**剪除**(9、22、28、34、38節)，及 **承受地土**(9、11、22、29、34節)這三個短句在這篇詩中出現較為頻密。

詩人在這篇智慧詩提及惡人根本不將神放在眼內，他們心高氣傲，然而，他們的道路卻一帆風順。**義人**(12、16、17、21、23節)，又稱為 **正直人**(18、37節)或 **完全人**(18、37節)，耳聞目睹這些看來不公平的情況，他們應存甚麼心態和應如何自處呢？詩人提出了幾個秘訣。

首先是仰望神。詩人鼓勵我們先要調整內心的心態，「**不要為作惡的心懷不平，也不要嫉妒那行不義的人**」(1節)。「**心懷不平**」原意為不要火熱起來，即有不要衝動、意氣用事之意。詩人並非否定我們所見所聞，而是要我們不要聚焦在惡人順境順利的情況，否則，我們便會忿忿不平，從而怒氣填膺，容易墮入想用自己的方法去解決問題(8節)的陷阱中。反之，我們應滿足於自己所擁有的，甘心接受神為我們安排的景況，學會以知足的心享受祂給予的一切好處，更要「**以耶和華為樂**」(4a節)。就算自己擁有的較惡人為少，只要有一個知足的心，也「**強過許多惡人的富餘**」(16b節)。俗語有云：「知足者貧亦樂」，何況擁有了那位萬有都在祂手裏的神呢！

其次是等候神。一個等候神的人就會按神的時間看事情的終局。人的眼光短暫又有限；人看惡人得逞，就容易喪志和氣餒。但神指出惡人「**如草快被割下，又如綠色的嫩草快要枯乾**」(2節)。在中東地區，一陣乾熱的沙風吹過，茂密青翠的植物過幾天後就會焦乾。一霎那間「**作惡的必被剪除**」(9a節)，片刻間「**惡人要歸於無有...他們的住處也不存在。**」(10節)誠然，這「一霎那」和「片刻」並非世人的時間，而是永恆主的時間，故神邀請我們耐心等候祂的時間。

一個願意耐性等候神的人，必會全心倚靠祂。「倚靠神」是過智慧生活的第三個秘訣。「當倚靠耶和華而行善，安居地上，以祂的信實為糧。」(3節)《呂振中譯本》譯作「安安穩穩地牧放」，而《思高譯本》則譯作「享受安寧」。倚靠那信實可靠的神，必可得到保障，享受祂的照管。倚靠神的人必然會將一切的事交託給神。「交託」(5節)有「滾去」或「拋向」的意思，即卸去一切重擔給神。聽聞到非洲宣教的偉大宣教士李雲斯敦(David Livingstone)曾受毒蟲侵害、被饑餓侵蝕、與野獸搏鬥，最後壯年早逝。他在極困難的環境下仍能保持宣教心志，其中一個秘訣是他每天都重複背誦「當將你的道路交託耶和華，並倚靠他，他就必成全。」(5節)這一節經文。「他就必成全」有「他就去作」《呂振中譯本》即「他就必有行動」的意思。

在這彎曲的世代中，要過一個智慧人的生活，我們就要轉眼仰望上主，耐心等候祂的時間及專心倚靠祂，將一切的擔子都卸給祂。

思想：

人的視野短淺，容易見異思遷及搖擺不定。求主調整我們的心態，及擴闊我們的視野，不聚焦在現今活在世上的得失，而是專心仰望祂、等候祂及依靠祂。讓我們聆聽《信靠耶穌真是甜美》('Tis So Sweet to Trust in Jesus)作為我們向神的認信。
(詩歌可於 Youtube 搜尋「信靠耶穌真是甜美」)

第12日

敬畏神

作者：何啟明

經文：詩篇112篇

¹哈利路亞！敬畏耶和華，甚喜愛他命令的，這人有福了！²他的後裔在世必強盛，正直人的後代必蒙福。³他的家中有金銀財寶，他的義行存到永遠。

⁴正直人在黑暗中有光向他照耀，他有恩惠，有憐憫，有公義。⁵施恩與人、借貸與人、秉公處事的人必享美福，⁶他永不動搖。義人被記念，直到永遠。⁷他不懼怕兇惡的信息，他的心堅定，倚靠耶和華。⁸他的心確定，總不懼怕，直到他看見敵人遭報。⁹他施捨，賙濟貧窮，他的義行存到永遠，他的角必被高舉，大有榮耀。¹⁰惡人看見就憤怒，必咬牙而消亡，惡人的心願要歸於幻滅。

詩篇一一一至一一三篇連續三篇都是以「哈利路亞」起首的詩篇。這首詩剛好位於中間。一一一篇與一一二篇兩首都是字母詩，節數行數都相同；兩篇詩更有許多相同的字，如喜愛、正直人、堅定、敬畏、他的公義存到永遠，及有恩惠有憐憫等。一一一篇聚焦於神的屬性和祂的作為，而一一二篇則論到屬神的人是怎樣的。這兩首詩關係非常密切，一一二篇可視為一一一篇的續篇，將一一一篇最後一節，「敬畏耶和華是智慧的開端，凡遵行祂命令的有美好的見識」(10a 節)這句話延伸，陳明敬畏耶和華的人所得到的福。

學者白如格文(Walter Bruggemann)將這首詩歸類為「方位確立」的智慧詩。詩人闡述，敬畏耶和華的人必然是一位極喜愛遵行祂命令的人(1節)，這樣的人活在一個滿足、確定及有序的世界裏。詩人描述有福的人的狀況是活在生活平穩、經濟豐足及政治穩定的環境中。詩人指出一位敬畏神的人是正直的人(2b、4a節)、是秉公處事的人(5b節)。故此「他的義行存到永遠」(3b、9a節)。這樣的人究竟從神那裏得到甚麼福份，及他將會有甚麼的行動表現呢？

首先，「他的後裔在世強盛...後代蒙福」(2節)「他的家有金銀財寶」(4a節)。物質豐裕及子孫滿堂都是神賜福的徵兆之一，無疑生活穩妥、豐衣足食是何等的蒙福，然而，正直的人不會單單享受神賜予的福氣，他更會將所得的福與那些有需要的人分享。「施恩與人，借貸與人」(5a節)、「賙濟貧窮」(9a節)是他的人生座右銘。因為一位深知一切都是神賜予、一切都是恩典的人，他必然不會是一位吝嗇、將福氣單單據為己有的人；他深明白白的得來、白白的捨去的道理。慷慨的人永遠不會因為自己施予人而變得有缺乏，「有施捨的，錢財增添；吝嗇過度，反致窮乏」(箴十一24)。

其次，敬畏神的人並非不會遇到困難，更非一帆風順、無風無雨。他在困境中、在烏雲密佈、漆黑一片時，有神的光為正直的人照耀出來(4a節)。不但如此，他更反映神的屬性，對人「有恩惠，有憐憫，有公義」(4b節)。「當壞消息來到時，他也不懼怕」(8a節)《耶路撒冷聖經》；他的心堅定，因他依靠神永不動搖的應許。

神的話安定在天，依靠神的人的心確定(7b、8a節)。敬畏神的人像小鳥安立在被風吹雨打的軟樹枝上，看來搖搖欲墜，心卻堅穩。有人怕經濟蕭條、百物騰貴、社會動盪、民不聊生及政局不穩等，面對這些困境感到懼怕誠然是人之常情，

然而更重要的是懼怕神、敬畏神，過一個遵守祂命令的生活，這樣的人必能將一切懼怕除去。危難臨到，心仍堅定，因為神的話成了他人生的船錨一樣。

思想：

有些人怕高，有些人怕狹隘的空間，有些人怕黑，有些人怕水，更有人怕狗，你怕甚麼呢？你懼怕敬畏神嗎？你會全心倚靠祂嗎？讓我們一起聆聽以這篇詩所撰寫的詩歌來重溫經文的內容。

(詩歌可於 Youtube 搜尋「蒙福 [詩篇 112 篇 1-4 節]」或「JGospel Hymns - 詩篇 112 篇」)

第 13 日
莫忘主恩
作者：何啟明
經文：詩篇 78:1~8

¹(亞薩的訓誨詩。)我的子民哪，要側耳聽我的訓誨，豎起耳朵聽我口中的言語。²我要開口說比喻，我要解開古時的謎語，³是我們所聽見、所知道，我們的祖宗告訴我們的。⁴我們不要向子孫隱瞞這些事，而要將耶和華的美德和他的能力，並他所行的奇事，述說給後代聽。⁵他在雅各中立法度，在以色列中設律法；他吩咐我們的祖宗要傳給子孫，⁶使將要生的後代子孫可以曉得。他們也要起來告訴他們的子孫，⁷好讓他們仰望神，不忘記神的作為，惟遵守他的命令；⁸不要像他們的祖宗，是頑梗悖逆、心不堅定，向神心不忠實之輩。

詩篇七十八篇的篇幅僅次於詩篇一一九篇，這是一首用詩歌形式撰寫的訓誨詩。對於昔日大多數都是平庸無學問及慣於用耳朵聽取信息的會眾，一篇詩歌形式的講章更容易記憶，而且可一代一代地傳遞下去。就如中世紀的文盲，他們從觀看大教堂彩色玻璃窗的故事來學習信仰那樣，圖畫和故事讓平庸之輩易於學習和記憶。這篇較長的訓誨詩帶我們走過大概五百年的以色列歷史，從摩西帶領以色列出埃到大衛王朝，目的是要以色列世世代代都記得祖宗悖逆的歷史，及記念神的作為和神的話語。簡言之，就是要子民們莫忘主的恩典。

詩人用了八節經文(1~8 節)作為全篇詩歌的引言。他劈頭就呼籲以色列百姓說：「**要側耳聽我的訓誨，豎起耳朵聽我口中的言語**」(1b 節)。詩人要用「**比喻**」清晰表達，為會眾解開「**謎語**」(2 節)，即解開秘密，讓會眾了解明白。對於那些用信心的眼睛來看和以謙卑順服的心來聽的聽眾來說，比喻和謎語容易明白和記憶；但對那些自以為是、硬心悖逆之輩，比喻和謎語會使他們一頭霧水、如水過鴨背般，聽後不但未能學到教訓，更像患上失憶症，轉頭就忘記了神的教訓。

因此，詩人勉勵會眾要一代傳一代，將祖宗的歷史和神的作為與誠命傳遞下去。他們不可向後代隱瞞祖宗橫硬悖逆的歷史，要以史為鑑，但更重要的是從祖宗的歷史中體驗到神的恩慈、信實和忍耐。「**要將耶和華的美德和他的能力，並他所行的奇事，述說給後代聽**」(4b 節)。究竟耶和華為以色列的祖宗做了甚麼呢？讀者可從後面約五百年的以色列人歷史中，看到神的美德和祂的作為。

詩人從第九節至七十二節歷數以色列失敗的歷史和神恩慈的回應。以法蓮是北國的代表，他們背棄神的約、忘記祂的作為(9-11 節)；他們在曠野悖逆祂，不追念祂手的能力(40-43 節)。神在埃及和曠野引導祂的子民(12-16 節)，更帶領他們進入應許之地(44-55 節)；他們卻在曠野為食物試探神(17-20 節)，用雕刻的偶像試探及悖逆至高的神(56-58 節)。耶和華因此發怒，但祂仍將雨水和食物供應他們(21-31 節)。然而，神因以色列在士師時代的拜偶像惡行，最終將約櫃交給敵人擄去(59-64 節)，代表神已遠離了他們。以色列繼續離棄神、犯罪跌倒，神仍然忍耐(32-39 節)。最後，神擊退敵人、棄絕以法蓮，揀選了屬猶大支派的大衛(59-64 節)。

神的子民要熟讀這段歷史，並要一代一代地傳下去，好讓後代的人「[仰望神，不忘記神的作為，惟遵守祂的命令](#)」(7 節)。簡言之，要信靠神，以史為鑑，謙卑受教，並要遵守神的誡命，不可忘記祂的恩惠。

思想：

請反思近來的屬靈生命是否起起跌跌？是否落在埋怨的深坑中？想想主的恩典，祂怎樣不離不棄地愛護和引導。讓我們一起聆聽〈數算主恩〉(Count Your Blessings) 這一首詩歌，一起思想主的恩典。

(詩歌可於 Youtube 搜尋「數算主恩」)

第 14 日

一切指望在乎神

作者：何啟明

經文：詩篇39篇

¹(大衛的詩。交給聖詠團長耶杜頓。)我曾說：「我要謹慎我的言行，免得我的舌頭犯罪；惡人在我面前的時候，我要用嚼環勒住我的口。」²我默然無聲，連好話也不出口，我的愁苦就更加深。³我的心在我裏面發熱；我默想的時候，火就燒起，我用舌頭說話：⁴「耶和華啊，求你讓我曉得我的結局，我的壽數幾何，使我知道我的生命何等短暫！」⁵看哪，你使我的年日窄如手掌，我一生的年數，在你面前如同無有；各人最穩妥的時候，真是全然虛幻。(細拉)⁶世人行動實係幻影，他們忙亂，真是枉然，積蓄財寶，不知將來有誰收取。⁷「主啊，如今我等甚麼呢？我的指望在乎你！」⁸求你救我脫離一切的過犯，不要使我受愚頑人的羞辱。⁹我保持沉默，閉口不言，因為這一切都是你所做的。¹⁰求你從我身上免去你的責罰；因你手的責打，我就消滅。¹¹因人的罪惡你懲罰管教他的時候，如蛀蟲一般，吃掉他所喜愛的。世人真是虛幻！(細拉)¹²「耶和華啊，求你聽我的禱告，側耳聽我的呼求！我流淚，求你不要靜默無聲！因為在你面前我是客旅，是寄居的，像我列祖一般。¹³求你寬容我，使我在去而不返之先可以喜樂。」

從今天開始，我們由「方位確定」進入「方位迷失」的季節；這季節的詩包括：個人哀歌、群體或民族哀歌、咒詛詩、信靠詩及懺悔詩等。哀歌是詩篇中最常見的詩體，在一百五十篇中，約共有六十五篇屬哀歌體裁，多集中在詩篇集的前半部；內容多涉及生命的無常和幻變、疾病的煎熬、社會的欺壓等。第三十九篇這首詩歌是一首帶有智慧訓誨的個人哀歌；詩人以一個客旅人生的身份(12b節)，在痛苦困難中向神呼求，他深明人生的短暫(3~5節)和人生的脆弱(4節)。

詩人沒有清楚具體指出他遇到甚麼痛苦與困惑，但他卻在神面前做了一個個人承諾。他要謹慎自己的言行，像驢馬用嚼環勒住自己的口，禁止自己的嘴不說出惡毒傷害人的話。他被不敬虔的人環繞著他，好像禿鷹繞著垂死的身體盤旋一般。詩人內心有好些東西好想說，但又不願意在不信的人面前說出來。或許他不想敵人聽到他向神投訴或聽到他的認罪禱告，更有可能是立志禁止自己嘴唇說出咒詛的話。他甚至「連好話也不出口」(2節)。這句話有「徒勞無功」的意思(no avail)(ESV)(NRS)(RSV)。「我緘默無聲，我安靜都無用」(2節)《呂振中譯本》。因為他越不發言，內裏的負面情緒就越泛濫，像在密封水壺裏的水不斷沸騰，因沒有出口，「愁苦就更加深」(2b節)。

最後，詩人再禁止不住了，他要將心中的鬱悶痛苦說出來。但他只向神說出內心的鬱結，用禱告表白他的痛苦(4~6節)，究竟埋藏在詩人心底的是甚麼問題呢？原來詩人領悟到人生短暫，他三次提到「我的結局...我的壽數幾何...我的生命何等短暫！」(4節)；他形容自己的「年日窄如手掌」(5a節)，即是生命「屈指可數」《思高譯本》。不但如此，這短暫、去而不返的生命，無論富或貧，都是毫無意義的。詩人在第5、6及11節三次用了傳道書「虛空」(Hebel)的句語形容生命像「一口氣」《新譯本》，或如蒸氣一般，一刻間就消逝得無影無蹤。這片刻即逝的人生卻是沒有分別地臨到世人和敬畏神的詩人身上。這正是詩人內心的困擾和苦惱。

詩人的困擾最終得到了解脫，那就是將一切難以解釋的疑問，押注在神身上。他接受一個事實：發生在他身上的一切，都是出於神的管教，他就順服、默然不語(9節)；他全心信賴神，因他醒悟到一切的指望全在於神(7節)。詩人想到一切都在乎神，他就安心等候，相信神自有懲罰惡人的時間與安排(11節)。詩人用「我是客旅，是寄居的，像我列祖一般」(12b節)形容自己，神既眷顧作客旅、作寄居的列祖，必然也會眷顧他，更會垂聽他的呼求。

思想：

若你因別人的原故落在極度痛苦的景況中，你是否相信：一切的指望都在乎神，祂必垂聽你的禱求呢？讓我們一起聆聽以這篇詩為題材所撰寫的詩歌。

(詩歌可於Youtube搜尋「寄居者的禱聲」或「小羊詩歌 詩篇39篇」)

第15日

渴想神

作者：何啟明

經文：詩篇42-43篇

^{42:1}(可拉後裔的詩。交給聖詠團長。)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我晝夜以眼淚當食物，人不住地對我說：「你的神在哪裏呢？」⁴我從前與眾人同往，領他們到神的殿裏，大家用歡呼稱頌的聲音守節；我追想這些事，我的心極其悲傷。⁵我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，我還要稱謝他，我當面的拯救，⁶我的神。我的心在我裏面憂悶，所以我從約旦地，從黑門嶺，從米薩山記念你。⁷你的瀑布發聲，深淵就與深淵響應，你的波浪洪濤漫過我身。⁸白晝，耶和華必施慈愛；黑夜，我要歌頌祈禱賜我生命的神。⁹我要對神—我的磐石說：「你為何忘記我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？」¹⁰我的敵人辱罵我，好像敲碎我的骨頭，他們不住地對我說：「你的神在哪裏呢？」¹¹我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，因我還要稱謝他，我當面的拯救，我的神。^{43:1}神啊，求你為我伸冤，向不虔誠的國為我辯護；求你救我脫離詭詐不義的人。²你是作我保障的神，為何丟棄我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？³求你發出你的亮光和信實，好引導我，帶我到你的聖山，到你的居所！⁴我就走到神的祭壇，到賜我喜樂的神那裏。神，我的神啊，我要彈琴稱謝你！⁵我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，我還要稱謝他，我當面的拯救，我的神。

讓我們先唱「如鹿渴慕溪水」(As the Deer)來預備心研讀今天的靈修信息。「神啊，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。惟有你是我心所愛，我渴慕來敬拜你。你是我的力量盾牌，我靈單單降服於你。惟有你是我心所愛，我渴慕來敬拜你。」

詩篇四十二篇屬於新一卷的詩集、是卷二(四十二至七十二篇)的第一篇。這組詩集被稱為可拉後裔的詩，在卷二裏約共有七首(四十二至四十九篇)。傳統認為四十二及四十三兩首詩篇本來就屬於同一首詩，故我們應該將此兩首詩放在一起研讀。為何這兩首詩應屬同一首呢？我們可以從幾方面找到端倪。

第一，四十三篇在希伯來文聖經並沒有小標題註明作者，這是卷二的詩集極少有的(只有四十三和七十一篇沒有標題)。第二，從文學的角度看，將四十二和四十三一起處理才看到它的完整性。這兩篇詩都採用同一個疊句，「我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，我還要稱謝他，我當面的拯救」(四十二5、11，四十三5)，將整篇詩分成了三個段落。再且，兩篇詩採用不少相同的詞彙，如「我的心哪，你為何憂悶」(四十二511a；四十三5a)、「因我還要稱讚他」(四十二11b；四十三5b)等。第三，在經文的發展上，四十二篇是一首哀歌，而四十三篇是向神的哀求。因此，四十三篇可算是四十二篇的延續，為詩人的訴苦譜上了最終的哀求。雖然哀求並沒有得到神的具體回應，卻為前面的訴苦劃上了句號。

《和合本》及《思高譯本》在標題上指出這是一首可拉後裔的訓誨詩。可拉的後裔似乎在耶路撒冷聖殿以奏樂唱歌供職(代下二十19)，而訓誨詩(*Maskil*)是指那些在人們處理特殊情況時可提供見解和智慧的詩歌，這首詩歌能給予讀者想解決內在憂悶以及困擾時所需要的智慧和見解。詩人顯然是身處外地，遠離以色列的敬

拜中心耶路撒冷。他從前是與眾人同往，領他們到神的殿裏(4a節)，現在卻在以色列的北部——約旦地、黑門嶺及米薩山(6b節)。

詩人的困境及困苦並非遠離了耶路撒冷那麼簡單，他的問題是他身陷困境和受磨練時，他一直所認識的那位信實守慈愛的神，究竟在哪裏呢？「神在哪兒？」正是詩人的核心問題。詩人在「神在哪兒？」的前提下連續問了幾個「為何？」：「為何憂悶？為何在我裏面煩躁？」(5a、11a節;四十三5)、「你為何忘記我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？」(9b節)、「為何丟棄我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？」。神沒有回答他，但詩人深知最重要的仍是要憑信心抓緊神。因此，詩人說：「神啊，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。我的心渴想神，就是永生神，我幾時得朝見神呢？」(1~2節)。

詩人描繪自己像一隻極度口渴、幾乎喪命的小鹿，在乾到龜裂的旱地上尋找續命的水。小鹿渴求的是要找到湧流不絕的溪水，而詩人的心所渴切的是神自己。詩人知道唯一可以解決他心靈饑渴的方法，是來到永生神的面前。只有神才能滿足他饑渴的心靈，世上再沒有任何東西可以填補他心靈的空隙，只有神自己。因此，無論處於何種景況，特別正身處困難，而同時又感到神沒有理睬及回應時，那就更需要去到神面前，渴想祂、尋求祂。

思想：

請安靜思想一下你現在的景況，你是否感覺神好像遠離了你，又不知道你身處困境呢？你願意像一隻極度口渴幾乎要死的鹿渴慕溪水一樣去渴想神、親近神嗎？現在再唱這首《如鹿渴慕溪水》(As the Deer)來表達你對神的渴慕吧！(詩歌可於Youtube搜尋「如鹿渴慕溪水」)

第 16 日

心靈深處的呼喊

作者：何啟明

經文：詩篇 42-43 篇

^{42:1}(可拉後裔的詩。交給聖詠團長。)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我晝夜以眼淚當食物，人不住地對我說：「你的神在哪裏呢？」⁴我從前與眾人同往，領他們到神的殿裏，大家用歡呼稱頌的聲音守節；我追想這些事，我的心極其悲傷。⁵我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，我還要稱謝他，我當面的拯救，⁶我的神。我的心在我裏面憂悶，所以我從約旦地，從黑門嶺，從米薩山記念你。⁷你的瀑布發聲，深淵就與深淵響應，你的波浪洪濤漫過我身。⁸白晝，耶和華必施慈愛；黑夜，我要歌頌祈禱賜我生命的神。⁹我要對神—我的磐石說：「你為何忘記我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？」¹⁰我的敵人辱罵我，好像敲碎我的骨頭，他們不住地對我說：「你的神在哪裏呢？」¹¹我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，因我還要稱謝他，我當面的拯救，我的神。^{43:1}神啊，求你為我伸冤，向不虔誠的國為我辯護；求你救我脫離詭詐不義的人。²你是作我保障的神，為何丟棄我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？³求你發出你的亮光和信實，好引導我，帶我到你的聖山，到你的居所！⁴我就走到神的祭壇，到賜我喜樂的神那裏。神，我的神啊，我要彈琴稱謝你！⁵我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，我還要稱謝他，我當面的拯救，我的神。

有人用「靈魂的黑夜」(The dark night of the Soul)形容詩人的屬靈景況；他在困難痛苦中不斷向神呼求，而神好像缺席，對他的困境不聞不問。詩人不斷呼喊，時而想到神的信實，就加增了些許信心，相信神是會回應他；可是環境沒有變好，反而更加嚴峻，詩人又落在更深的深淵裏，這樣，信心起起跌跌，情況好像坐機動過山車。這首詩就是如此細膩地描繪詩人的靈性，道出詩人心靈深處的痛苦。

詩人一開始便很直接地將他的困境帶到神面前；他向神陳述他的苦況 (3~5a 節)。詩人用極度口渴的鹿尋求溪水續命來比喻自己如何渴想神，誰知換來的是淚水(3a 節)。原來他的痛苦是因被人不斷的追問「**你的神在哪裏呢？**」(3b 節)。當我們對信仰有懷疑時，這句話若是自己問還可以，但當這個問題來自別人的口，特別帶著諷刺和嘲笑的口吻時，那就截然不同了。這句話猶如在傷口上撒鹽一般，更加刺痛詩人的心。最痛苦的是發問的人並非否定神的存在，他的焦點乃是詩人的神為何不現身來幫助詩人呢？若神不存在，可以置諸不理，但詩人卻曾經歷神的同在，又曾帶領眾人前往神的殿，體驗神同在的歡樂。他一想到那時的情景和現今的困境就極其悲傷(4c 節)，他的心「**憂悶**」又「**煩燥**」(5b 節)。「憂悶」有下沉的意思，而「煩燥」像動物嚎啕大叫或細聲地嚷叫。簡言之，他的心下沉、越沉越深，夾雜著抱怨、哀痛、掙扎和抗議的聲音。然而詩人仍自勉，憑信心仰望神、讚美神，因為「**他是我面前的救助、我的拯救**」(6c 節)《呂振中譯本》。

詩人坦然誠實，將問題帶到沉默的神面前，可是他仍有掙扎，於是他再次向神呼喊，再一次陳述他的苦況。這時詩人想到自己遠離了象徵神同在的耶路撒冷。他提及約旦地、黑門山及米薩山，都是位於以色列的北部地區(6b 節)。從黑門山可遠望迦南美地，山上的積雪溶化後，成為約旦河源源不絕的水源。詩人聽到黑門山流下來的水像瀑布發聲，波濤沒過他的身(7 節)。因聖經提及深淵時多是與死亡

及混亂有關，故詩人並非說這些瀑布的響聲好像瀑布聖歌團，而是使他感到顫慄、心亂如麻。但他仍然堅信神是慈愛和賜生命的那一位(8 節)。

隨後，詩人繼續向神呼喊。這是他第三次的呼喊，語氣中充滿了質問。他稱呼神為磐石，但這穩固可倚靠的磐石竟是忘記詩人的磐石(9 節)。詩人內心的痛苦猶如骨頭被打碎，整個人都快要垮下去、支撐不住了！詩人的心靈仍然是抑鬱下沉，但他並沒有隱藏自己的感受，更沒有停止向神禱告。神雖然好像不在場，他仍堅持對神的信靠。他仍對自己說應當仰望神，且是更迫切的仰望神，深信神仍會拯救他脫離困境(11 節)。

最後，詩人從自問自答、表白感受及不斷訴苦後，轉而直接向神祈求；他從詰問轉向祈求。他求神為他伸冤、為他辯屈，及搭救他脫離詭詐和不義的人(四十三 1)。詩人視神為他的律師、法官和拯救者。詩人一層一層的掙扎，像在漆黑的晚上腳踏泥沼、越踏越深，幾乎被泥淹沒了。但他仍堅持信靠神最終會救他脫險。於是他憑信許願，說要彈琴稱讚神(四十三 4c)。

思想：

詩人因感到神的缺席而陷入靈裏的黑洞中。他的情況像一個人在人生最痛苦的日子，沙灘上只留下一行足印，以為那是他自己孤單獨行，其後恍悟那行足印乃是主耶穌背負他，留下了主自己的足印。當你落在極度悲傷痛苦的景況時，你相信那行足印是背著你、承載你一切憂患的耶穌的足印嗎？讓我們一起聆聽按詩篇四十二篇撰寫的詩歌。

(詩歌可於Youtube搜尋「詩篇四十二篇(新心音樂事工)」或「詩篇42篇 書亞自創詩歌」)

第 17 日
不妨直說
作者：何啟明
經文：詩篇 77 篇

¹(亞薩的詩。照耶杜頓的體裁，交給聖詠團長。)我要向神發聲呼求；我向神發聲，他必側耳聽我。²我在患難之日尋求主，在夜間不住地舉手禱告，我的心不肯受安慰。³我想念神，就煩躁不安；我沉思默想，心靈發昏。(細拉)⁴你使我不能閉眼；我心煩亂，甚至不能說話。⁵我追想古時之日，上古之年。⁶夜間我想起我的歌曲，我的心默想，我的靈仔細省察：⁷「難道主要永遠丟棄我，不再施恩嗎？⁸難道他的慈愛永遠窮盡，他的應許世世廢棄嗎？⁹難道神忘記施恩，因發怒就止住他的憐憫嗎？」(細拉)¹⁰我說，至高者右手的能力已改變，這是我的悲哀。¹¹我要記念耶和華所做的，要記念你古時的奇事；¹²我要思想你所做的，默念你的作為。¹³神啊，你的道是神聖的；有何神明大如神呢？¹⁴你是行奇事的神，你曾在萬民中彰顯能力。¹⁵你曾用膀臂贖了你的子民，就是雅各和約瑟的子孫。(細拉)¹⁶神啊，眾水見你，眾水一見你就都驚惶，深淵也都戰抖。¹⁷密雲倒出水來，天空發出響聲，你的箭也飛行四方。¹⁸你的雷聲在旋風之中，閃電照亮世界，大地戰抖震動。¹⁹你的道在海中，你的路在大水之中，你的腳蹤無人知道。²⁰你曾藉摩西和亞倫的手引導你的百姓，好像領羊群一般。

當各種難處接踵而來、壓力過重，使你喘不過氣、招架不住時，你會如何面對呢？或許你會做點紓解壓力的柔軟運動？或走到海邊看看蔚藍的天空，聽聽海浪聲，將鬱悶負面的情緒釋放？甚至會將內心的痛苦、莫名的納悶鬱結感，化作仰天長嘆或大聲呼喊？或是找一位知心友人傾訴內心的鬱悶？詩人或許都試過前面的提議，但他找到一個更直接、更能傾心吐意、不妨直言的對象，就是那位守約施慈愛的神。

詩人落在一個極困難的景況中，他相信神必聽他的呼求，於是就像哈拿一樣向神傾心吐意，陳述他的苦況。究竟詩人的苦況是一件已過去的事，抑或正在面對的困難，英文譯本有兩條不同翻譯的路線：有將「呼喊」譯作過去式的(*I cried*)(*KJV*)(*NKJ*)(*NIV*)，有將它譯作現在式的(*I cry*)(*NRS*) (*RSV*)(*ESV*)。無論是過去或現在的困難，讓我們將焦點放在詩人如何從困境中走出來。

這首詩像其它的哀歌一樣，較少透露具體的難處，讀者無從得知是詩人病了、他個人流散外地或是國家受到攻擊威脅等，但可以肯定的是困難必然非常巨大，使得他懷疑神是否永遠丟棄了他或祂的百姓(7~9節)。詩人一開始就向神呼喊，「求祂俯聽矜憐」(1b節)《思高譯本》。詩人不住地向神呼喊，卻未得到神的回應，以致他像雅各為失去了約瑟那樣而傷痛，不肯受安慰(2b節)。一個受苦的人對神的沈默實在難以忍受、更難以接受。

詩人隨後表達他內心的憤怒與失望，他回憶神，反而令他無法入睡，心裏更是煩躁不安，甚至無言以告，對神慢慢冒起了懷疑的念頭(3-4節)。此刻，他嘗試追想過往歡樂的子，「我追想古時之日，上古之年」(5節)。可是詩人越追憶過去的美好時光，就越感到煩躁不安和屬靈的枯竭。他開始懷疑神的信實。為甚麼呢？這正是「事實」與「經歷」的張力浮現；「聖經中的應許」與「詩人具體痛苦」之間的落差，即是，詩人一直以來所相信的聖經事蹟和他目前所經歷的，兩者之間的

矛盾。我們可從詩人連珠砲似的問了幾個「難道...難道...難道」(7-9節)感受到他的失望與失落。詩人一直的信念是：神是施恩、慈愛無窮、不會忘記開恩及不會背信棄義的，但在此時此刻這一切都受到詩人的質疑。詩人不斷詰問，甚至有控告神之嫌！

然而，詩人怎樣從懷疑的低谷中走出來呢？轉捩點就在第10節：「我說，至高者右手的能力已改變，這是我的悲哀」。這句話有不同的翻譯。《和修本》的翻譯讓我們認為神的能力已改變；《呂振中譯本》譯作「這是我的弱點(或譯：憂傷)：以為至高者的右手權能改變了！」(斜體字「以為」為筆者所加)。詩人的意思是在他陷在苦困中，他「以為」神的能力改變了。這個念頭是他的懦弱所致，但神的能力並沒有改變，這從詩人隨後數算神的作為便可證明(11-20節)。詩人有如此巨大的改變，他的動力乃從自我轉向神。他從「我的痛苦、我的抱怨、我的疑惑」裏轉眼去觀看神的能力、神的作為及神的道路。

詩人在詩的結尾並沒有說神已回應及答允他的禱告，讓他脫離了身處的困境。他深信神的沈默必有神的因由，他憑信接受神同在的應許。世上很多事物都不一定可以得到完滿的解釋，詩人不是靠解釋而活，而是靠著應許而活。「環境」縱然沒有改變，但詩人的「心境」卻改變了！

思想：

希伯來書的作者鼓勵在受苦中的信徒，要轉眼仰望那為我們信心創始成終的耶穌(來十二2)。你現在是否落在困境中？不妨向神直言，盡吐心中情，從自我的痛苦中轉眼仰望那為我們受苦的耶穌，更追憶神在你身上的作為。祂是那位昨日今日直到永遠不改變的主。

讓我們一起默想《當轉眼仰望耶穌》(Turn Your eyes Upon Jesus)這首詩歌。
(詩歌可於 Youtube 搜尋「當轉眼仰望耶穌」)

第 18 日
神是我的避難所
作者：何啟明
經文：詩篇 142 篇

¹(大衛在洞裏作的訓誨詩，是一篇祈禱。)我出聲哀告耶和華，出聲懇求耶和華。²我在他面前傾訴我的苦情，在他面前陳說我的患難。³我的靈在我裏面發昏的時候，你知道我的道路。在我所行的路上，人為我暗設羅網。⁴求你留意向我右邊觀看，無人認識我；我無避難之處，也無人眷顧我。⁵耶和華啊，我曾向你哀求。我說：「你是我的避難所，在活人之地，你是我的福分。」⁶求你留心聽我的呼求，因我落到極卑微之地；求你救我脫離迫害我的人，因為他們比我強盛。⁷求你從被囚之地領我出來，我好頌揚你的名。義人必環繞我，因為你用厚恩待我。

讀這篇詩時，腦海中浮現年青時唱過的「主是磐石」〈生命聖詩 289 首〉。；內容簡述如下：「主是磐石容我躲藏，暴風雨之避難所。日間遮蔭，夜間保護；無事可驚，無敵可怖。驚濤駭浪雖環繞我，我永不離這安穩所。神聖磐石容我藏身，時刻扶助，永遠親近，暴風雨中之避難所。副歌：主耶穌是磐石，我的避難所，如漠地，有蔭涼所；主耶穌是磐石，我的避難所，暴風雨之避難所。」語云：「人生不如意事十之八九」。詩人遇到前所未有的危難，被人設下網羅陷害(3b 節)、被迫趕沒有避難之處(4b 節)，甚至落在囚困之地(7a 節)。

這首詩的小標題是「大衛在洞裏作的訓誨詩」；無論它的意思是大衛所寫、寫給大衛或為大衛而寫，這首哀歌確實道出了大衛早年被迫趕、被放逐，顛沛流離的生活。大衛曾兩次被迫躲在洞裏；一次是亞杜蘭洞(撒下二十二章)，另一次則在隱基底(撒下二十四章)。無論「被囚之地」(7a 節)是隱喻壓迫，還是實際被囚或流放，確實也是大衛早年生活的縮影。詩人像驚弓之鳥、迷失方向，到處躲藏保命。神學家加爾文稱詩篇為靈魂之鏡、是靈魂裏裏外外的解剖學，世界上簡直沒有一種情感是詩篇未曾陳述且可為借鏡的。因此，詩人的經歷多多少少也許在我們人生的遭遇裏會碰到類似的景況。當我們深入了解這首哀歌，也許會牽起我們心底裏隱藏的情緒。

據聞聖法蘭西斯(St. Francis of Assis)在 1226 年 10 月 3 日臨終時也唸頌這首詩。這詩既可出自法蘭西斯的口，也可出自任何一個靈性受到捆鎖之苦的人的口。詩人內心困擾的思緒，像壺內沸騰的熱水要衝出來，他已按捺不住要向神申訴。詩人禱告的迫切，從重複的「出聲...出聲」(1 節)(《新譯本》《思高譯本》：高聲)立刻可見。就像福音書裏的巴底買一樣(可十 46-50)，詩人再也不能沈默了！詩人像失去了方向的驚弓之鳥、亂闖亂撞，到處躲藏。但他沒有對神失卻信心，他深信神知道哪一條路是安全的，故詩人堅定的說：「我的靈在我裏面軟弱的時候，你知道我的道路」(3 節)《新譯本》。

詩人不單身體疲乏、情緒低落，並且是孤身一人(最少他當時認為是這樣)。無論詩人往哪裏觀看，莫說旁邊無人幫助他，連神都不在他的右邊。這句「求你留意向我右邊觀看，無人認識我」(4a 節)可有兩個翻譯，第一個是詩人望著右邊，沒有一個認識或熟悉他的人(《和合本》《呂振中譯本》《思高譯本》)；第二個是求神向詩人的右邊看，沒有人認識或關心他(《和修本》《新譯本》)。站在一個人的「右邊」是擔當一位保護者或辯護的人。因此，無論哪一個翻譯，詩人的意思是

是一位無人在意的避難者，別人不在意他，他要求神在意他、幫助他。詩人雖然情緒起伏不定，但最後仍然堅信神是信實的，危險關頭必蒙庇佑。他的視野超越環境，向上仰望，深信總有一天「**義人必環繞我，因為你(神)用厚恩待我**」(7b節)。詩人想像敬虔人前呼後擁地圍繞他，聆聽他存感恩的心數算神拯救他的大作為。

思想：

若我們用這首詩代入大衛的處境，神好像沒有即時回應他，但神確實回應了：不久神就差遣大衛的「弟兄和他父親全家」(撒下二十二1)到他藏身之洞穴中；隨後神又再打發一群人來，而這些人後來成了他王國的核心人物(撒下二十二1-2)。大衛更有摯友約拿單冒生命危險為他求情。求主給我們堅定的信心，深信祂最終必護庇我們渡過危難的日子。讓我們一起聆聽〈天父必顧你〉(God will take care of you) (詩歌可於 Youtube 搜尋「天父必顧你」)

第 19 日

當屋頂塌陷時

作者：何啟明

經文：詩篇 74 篇；讀經：詩 74:1-8

¹神啊，你為何永遠丟棄我們呢？為何向你草場的羊發怒，如煙冒出呢？

²求你記念你古時得來的會眾，就是你所贖、作你產業支派的，並記念你向來居住的錫安山。³求你舉步去看那日久荒涼之地，看仇敵在聖所中所做的一切惡事。⁴你的敵人在你會中吼叫，他們豎起自己的標幟為記號，⁵好像人揚起斧子，對著林中的樹，⁶現在將聖所中的雕刻，全都用斧子錘子打壞。⁷他們用火焚燒你的聖所，褻瀆你名的居所於地。⁸他們心裏說「我們要盡行毀滅」；就在遍地燒燬敬拜神聚會的所在。⁹我們看不見自己的標幟，不再有先知，我們當中也無人知道這災禍要到幾時。¹⁰神啊，敵人辱罵要到幾時呢？仇敵藐視你的名要到永遠嗎？¹¹你為甚麼縮回你的右手？求你從懷中伸出手來，毀滅他們。¹²神自古以來是我的王，在這地上施行拯救。¹³你曾用能力將海分開，你打破水裏大魚的頭。¹⁴你曾壓碎力威亞探的頭，把牠給曠野的禽獸作食物。¹⁵你曾分裂泉源和溪流；使長流的江河枯乾。¹⁶白晝屬你，黑夜也屬你；亮光和太陽是你預備的。¹⁷地的一切疆界是你立的，夏天和冬天是你定的。¹⁸耶和華啊，仇敵辱罵，愚頑之輩藐視你的名；求你記念這事。¹⁹不要將屬你的斑鳩交給野獸，不要永遠忘記你困苦人的性命。²⁰求你顧念所立的約，因為地上黑暗之處遍滿了兇暴。²¹不要讓受欺壓的人蒙羞回去；要使困苦貧窮的人讚美你的名。²²神啊，求你起來為自己辯護！求你記念愚頑人怎樣終日辱罵你。²³不要忘記你敵人的喧鬧，就是那時常上升、起來對抗你之人的喧嘩。

周遊列國、遊覽各地名勝古蹟已成了現代人生活的一部份。試想到別國參觀其國家博物館，發現該國的博物館竟有一個特設展覽廳是擺滿了遊客所屬國的文物古蹟時，參觀者會有甚麼感想呢？見到這些文物古蹟時自然會想到這位參觀者的國家曾受到別國的軍事侵略，國寶是被強奪了。一個國家若受到侵略、名勝古蹟被破壞、人民財產被搶掠、文物被掠奪，這確實是國之傷痛。然而，更慘絕人寰、痛心疾首的是國破家亡、人民再沒有立足之地。詩篇七十四、七十九篇(明天的靈修經文)都是在國破家亡的背景下撰寫的，這兩首詩被歸類為群體哀歌或民族哀歌(Communal Lament)。聖經學者都認為詩人描述的情景正是主前 587 年巴比倫攻陷耶路撒冷、聖殿被毀、子民被擄的國家災難事件。

神的子民有三個象徵性的記號：土地、大衛王國及聖殿。詩人在國破家亡的背景下向神哀求，因為他清楚知道猶大國淪落到如斯地步並非單是政治、軍事上的失敗，更是他們背約的後果。詩人深知國家落得如此地步是神怒氣的結果，於是詩人直接向神呼求，求神記念祂草場上的羊(1節)、祂的會眾及屬於祂的產業(2節)。「記念」不單指回憶往事，而是有採取行動的意思。他求神稍移玉步，前往觀看那荒涼之地及看敵人所做一切的惡事(3節)。

詩人在第四至九節繪影繪聲地描述敵人對聖殿造成的破壞；他們在聖殿內豎起自己的標幟(4節)，來取代子民自己的標幟(9節)。「標幟」可以是代表軍事上的標記、表示擁有了落敗國的土地，像將旗子插在佔領的土地上。但這裏更有深層的意思是信仰上的，因為詩人更說沒有了先知的言語(9節)。簡言之，敵人是要改變神子民的命運，要將他們一切與神有關的事物都除掉，使他們不再可以具體地親近敬拜神。此情此景，詩人痛心欲絕，感到敵人的辱罵和羞辱似無止境。他質問神為

何縮回祂的右手(11節)；詩人認為神不單對子民的災難沉默不語，更是袖手旁觀，因此，他呼求神介入，求神「從懷中伸出手來，毀滅他們」(11節)。

詩人忽然將他的眼目從目前的光景轉移到神過往的作為，當他將眼目注視到神身上時，心境就油然改變過來，他認定神才是那位控制海洋陸地的主宰。迦南宗教的神話中傳說，大海和其中的怪獸聯合與巴力作戰，最終敗給了巴力。巴力的敵人之一就是力威亞探(Leviathan)，這字是希伯來文的音譯詞，其意思是海怪或鱷魚《呂振中譯本》。「大魚」(13節)和力威亞探(14節)成了邪惡力量的代表。以賽亞將它作為撒但的象徵(賽二十七1)，即是約翰描述的那龍、那古蛇，就是魔鬼(啟二十2)。

詩人借用了這些神話，指出耶和華神才是那位最終會控制和戰勝各種邪惡力量的神。詩人一方面指出做事的是神(16-17節)，另一方面則鼓勵自己增添信心，相信神具有使自己的國家回復原狀的力量。最後，詩人將子民的命運與神的聲譽扯上密不可分的關係，這全基於神與子民立的約。仇敵藐視祂(18節)、辱罵祂(22節)及對抗祂(23節)，就等同如此對待祂的子民。因此，詩人呼籲神，為了顧念所立的約(20節)，要起來記念祂的百姓。

思想：

沒有任何一國的子民不希望自己的國家富強的，若國破家亡、流散異邦，受別國奚落欺凌，確實是慘無人道，痛不欲生。詩人說：「以耶和華為神的，那國有福了」(詩三十三12a)。讓我們現在就為自己的國家禱告，求神施恩憐憫國家的領導人。

第 20 日
當下的痛苦
作者：何啟明
經文：詩篇 79 篇

¹(亞薩的詩。)神啊，外邦人侵犯你的產業，玷污你的聖殿，使耶路撒冷變成廢墟，²將你僕人的屍首交給天空的飛鳥為食，把你聖民的肉交給地上的走獸，³耶路撒冷的周圍流出他們的血如水，無人埋葬。⁴我們成為鄰國羞辱的對象，被四圍的人嗤笑譏刺。⁵耶和華啊，你發怒要到幾時呢？要到永遠嗎？你的忌恨要如火焚燒嗎？⁶求你將你的憤怒傾倒在那不認識你的萬邦和那不求告你名的國度。⁷因為他們吞了雅各，將他的住處變為廢墟。⁸求你不要記得我們先前世代的罪孽；願你的憐憫速速臨到我們，因為我們落到極卑微的地步。⁹拯救我們的神啊，求你因你名的榮耀幫助我們！為你名的緣故搭救我們，赦免我們的罪。¹⁰為何讓列國說「他們的神在哪裏」呢？求你讓列國知道，你在我們眼前伸你僕人流血的冤。¹¹願被囚之人的嘆息達到你面前，求你以強大的膀臂存留那些將死的人。¹²主啊，求你將我們鄰邦所加給你的羞辱七倍歸到他們身上。¹³這樣，你的子民，你草場的羊，要稱謝你，直到永遠；要述說讚美你的話，直到萬代。

詩篇七十九篇是另一首團體哀歌，重複了七十四篇的主題，但詩人的內心似乎更加苦澀，要求神將鄰邦加給祂的羞辱七倍歸到他們身上(12 節)。七十九篇剛好編排在七十八之後，似乎帶有諷刺的味道；七十八篇的結尾說到神的聖所「[永遠被建立](#)」(69 節)在錫安山上，但四百多年後，七十九篇開始時，聖殿卻被玷污，聖城在一片頹垣敗瓦之中。詩人似是留在耶路撒冷的倖存者，親眼目睹國家敗亡，以見證者的身份淋漓盡緻地敘述耶路撒冷的慘況。

詩人一開始就向神呼求，將實情向神傾訴。他指出外邦人所侵犯的是神的產業，他們所玷污的是神的聖所；他們更對神的城耶路撒冷毫無尊重(1 節)。然後，詩人就敘述神的子民及神的僕人遭受慘無人道的待遇。耶城遍地屍橫遍野、血流成河；他們的屍首被交給「[天空的飛鳥為食](#)」，他們的肉被交給「[地上的走獸](#)」(2 節)。神的子民死無葬身之處(3b 節)，像動物一樣被隨便棄置於荒野，這是對人的尊嚴最大的侮辱，因為合宜的葬禮和哀慟的習俗是應當被尊重和被肯定的。埋葬死者是神聖的責任，連規定不能觸摸屍體的祭司也可以在死者是親屬的情況下這樣做，以確保死者可得適當的埋葬(利廿一 1-3)。詩中這種慘絕人寰的情景，白如格文(Walter Brueggemann)描述為就如「一個愛國者看著國旗被燒毀、一個情人看著他心愛的人被強暴、一個學者看著圖書館被燒毀——一種無法找到合適的語言表達的無助反感。」其實這種情況豈不是在歷史的長廊中，無論是神的子民或其他國家都在重複不斷地上演嗎？

詩人向神哀嘆後，就立刻向神質問，他並非求神向他解釋國家為何遭到如斯慘痛經歷，他知道這全是因為先前世代所犯的罪(8a 節)，也是現今我們所犯的罪(9b 節)造成的結果。詩人問的是：究竟神的懲罰、子民所受的苦難要到幾時才停止？因此，詩人對神說：「[你發怒要到幾時呢？要到永遠嗎？](#)」(5a 節)。詩人沒有只停留在發問申訴的階段，他立刻將發問轉化成向神直接的禱告祈求(6-12 節)。

「[求你](#)」這句話是這段經文出現最頻密的語句 (6、8、9、10、11、12 節)。詩人求神將祂的怒氣傾倒到不認識祂、不求告祂的國家，不要記念先祖和他

們後代所犯的罪，並求神為他們申流人血的冤，七倍(即完全)奉還到敵人身上。詩人認為神必會答應他的祈求，因為這是關乎神自己的名。因此，詩人向神說：「求你因你名的榮耀幫助我們」(9b 節)。詩人再次將子民的榮辱扣連到神的名，因為神與祂的子民立約，就算祂的百姓不忠心，祂也不會改變初衷。祂基於與子民立了約，就必為自己的名、自己的榮耀拯救子民脫離困境。

詩人基於神是信實、永不改變的神，因而深信神必聆聽他的呼求，像昔日聆聽在埃及受苦的百姓，直接介入解救他們脫離苦境。因此，他想到這應許，內心油然而產生一絲盼望，自然就發出對神的讚美來結束這首民族哀歌，說：「這樣，你的子民，你草場的羊，要稱謝你，直到永遠；要述說讚美你的話，直到萬代」(13 節)。

思想：

讓我們一起再為自己的國家或身處的異邦禱告，祈求更多領袖認識神，使國泰民安、國家富強，不受別國的欺凌，也不侵犯弱小的國家。國與國之間能和平相處。

第 21 日

當現實不如預期

作者：何啟明

經文：詩篇 89:1-4；38-45

¹(以斯拉人以探的訓誨詩。)我要歌唱耶和華的慈愛，直到永遠，我要用口將你的信實傳到萬代。²因我曾說：「你的慈愛必建立到永遠，你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『我要堅立你的後裔，直到永遠，要建立你的寶座，直到萬代。』」(細拉)

³⁸但你惱怒你的受膏者，拒絕他，離棄了他。³⁹你厭惡與你僕人所立的約，將他的冠冕踐踏於地。⁴⁰你拆毀了他一切的圍牆，使他的堡壘變為廢墟。⁴¹過路的人都搶奪他，他成了鄰邦羞辱的對象。⁴²你高舉了他敵人的右手，使他所有的仇敵歡喜。⁴³你叫他的刀劍捲刃，使他在戰爭中站立不住。⁴⁴你使他的光輝止息，將他的寶座推倒於地。⁴⁵你減少他年輕的日子，又使他蒙羞。(細拉)

詩篇八十九篇是一首篇幅頗長的群體哀歌、是屬於卷三詩集(七十三至八十九)中的一首訓誨詩。這首詩的開始不像一首哀歌，因為他一開始就先讚美耶和華在宇宙中掌權(1-18 節)，然後就詳細敘述耶和華與大衛之約(19-37)。耶和華的慈愛和信實是直到萬代的，祂與大衛所立的約讓大衛的王朝一直延綿下去，直到永遠。詩人忽然在第 38 節語氣急轉說：「但你惱怒你的受膏者，拒絕他，離棄了他」。隨後，就描述詩人所見的現實，為王的戰敗哀嘆(38-51)。詩人眼前的光景與神的應許似有矛盾，國家的現實情況不如預期，故他就向神哀嘆。幸而，他仍憑信心抓緊神的應許，相信現實慘況並非終極的結果，於是在詩的結尾發出一個難能可貴的肯定和積極的回應說：「耶和華是應當稱頌的，直到永遠，阿們！阿們！」(51 節)。

這首群體哀歌的背景是耶和華神藉著先知拿單，應許大衛及與他立約(撒下七 5-16；代上十七章)。詩人先指出與大衛立約的耶和華是那位守約施慈愛的主，祂的應許永不落空，因祂總不會背棄自己。神的慈愛(1、2、14、24、28、33、49 節)和信實(1、2、5、8、24、33、49 節)貫穿整首哀歌。詩人頌揚耶和華的偉大，指出祂征服洪水、擊敗埃及，用大能的膀臂馴服了惡魔等等(5-12 節)；詩人回憶以色列人蒙福的經歷，因神的公平和公義，終日歡呼歌唱(15、16 節)。這種歡愉輝煌的日子全因為神與大衛立約的結果。

詩人好像在提醒神曾透過先知向大衛所許下的承諾，神曾說：「我尋得我的僕人大衛，用我的聖膏膏他」(20 節)。神應許賜力量給大衛戰勝敵人(21-25 節)，也讓大衛可享有特殊的關係，視他為長子(26-27 節)，大衛將成為地上尊貴的君王。不僅如此，他的後裔也蒙神賜福，將永遠統治以色列的王朝(28-29 節)。就算他的子孫背約棄義，神都不會收回祂的應許，也不會離棄他們，罪和悖逆都不會取消神在盟約中對大衛的應許。然而，他們必會受到紀律處分(30-37 節)。

神的懲罰臨到，以色列國破家亡，受鄰邦譏笑，正正是詩人現今身處的景況。故有釋經學者認為這首哀歌可能由兩位作者撰寫，分為兩部份。第一部是 1 至 37 節、在較為歡樂的時代所作的；第二部份是 38 至 52 節，即大衛王之後四百多年，特別是猶大歷史最黑暗可怕的十年中所寫。詩人眼見國家淪陷、家園被毀、子民被擄，詩人描述的情景可能正是那位十八歲時登基三個月(王下二十四 8)就被擄

到巴比倫、三十七年之久仍身穿囚衣的約雅斤王(王下二十五 27、29)。詩人在極度悲痛中用連串的話控告神說：「你惱怒你的受膏者....你厭惡與你僕人所立的約....你拆毀了他一切的圍牆....你高舉了他敵人的右手....你使他在戰爭中站立不住....你使他的光輝止息....你使他蒙羞」(39-45 節)。

詩人眼見現實不如預期，神的應許似乎落了空，故跟所有受痛苦的眾生一樣問道：這樣的慘況要到幾時呢？難道是要到永遠嗎？(46 節)然而，他想到神的慈愛與信實時，盼望油然而生，最終仍能用信心稱頌神。

思想：

神並沒有背信棄義，祂始終是那位守約施慈愛的主；祂應許大衛的後裔會一直坐在寶座上。那位被稱為大衛子孫的耶穌基督正是神應許大衛的最終實現。現實不如預期並非最終的事實，讓我們與詩人一樣，用信心唱出頌讚神的歌。請用《我要唱耶和華的大慈愛》(I will sing of the mercies of the Lord)作為今天靈修的回應。

(詩歌可於 Youtube 搜尋「我要唱耶和華的大慈愛」)

第 22 日
求神彰顯公義
作者：何啟明
經文：詩篇 58 篇

¹(大衛的金詩。交給聖詠團長，曲調用「休要毀壞」。)你們緘默不語，真合公義嗎？你們審判世人，豈按正直嗎？²不然！你們心中作惡，量出你們在地上手中的殘暴。³惡人一出母胎就與神疏遠，一離母腹就走錯路，說謊話。⁴他們的毒氣好像蛇的毒氣，他們好像聾的毒蛇塞住耳朵，⁵聽不見弄蛇者的聲音，也聽不見魔術師的咒語。⁶神啊，求你敲碎他們口中的牙！耶和華啊，求你敲掉少壯獅子的大牙！⁷願他們消滅，如急流的水一般；他們瞄準射箭的時候，箭頭彷彿折斷。⁸願他們像蝸牛腐爛消失，又像婦人流掉的胎兒，未見天日。⁹你們用荊棘燒火，鍋還未熱，神就用旋風把未燒著的和已燒著的一齊颳去。¹⁰義人見仇敵遭報就歡喜，他要在惡人的血中洗腳。¹¹因此，人必說：「義人誠然有善報，在地上果然有施行審判的神！」

一百五十篇詩篇中有幾首是屬於咒詛詩類別，其中包括第六、二十五、六十九、八十三、一零九篇、一三七篇及今天靈修默想的第五十八篇。當信徒讀到這篇詩時，或許心裏會感到不安、難以啟齒，甚至不想繼續讀下去。尤其是讀到第六至第九節時，詩人祈求神施行審判的話語是何等嚴厲、苛刻和涼薄，與新約愛人如己、無限寬恕的道理格格不入，甚至是背道而馳。神學家潘霍華 (Dietrich Bonhoeffer) 談及此詩時，認為沒有一個基督徒可以無視自己也是有罪之身，而膽敢將這篇詩作為自己的禱文。他認為惟有無罪的基督、全然公義的耶穌才有資格將這首詩作為他的禱文。簡言之，咒詛詩不應出於我們的口。

歷代教會對咒詛詩持有不同的立場與評價。聖公會將它摒棄於經課及公禱文之外；有教會接受它屬於正典的一部份，但與新約的教訓格格不入；有的認同它的價值，認為是靈性低落的信徒的負面情緒達至極點境界的發泄；有認為咒詛詩只是針帶罪，而非針對人；更有認為詩人並非出自個人恩怨，而是對罪與不義的零容忍，是合情合理又合宜的適切回應。

我們研讀這篇詩時要留意，詩人面對的是在社會中佔有絕對權力的掌權者。《新譯本》《呂振中譯本》《思高譯本》將「你們」(1a節)均視為在上的掌權者而非指「世人」(《和合本》)。擁有公權力的人本應要按正直公義作審判，但他們的心是邪惡，「**而是在地上以手秤出強暴的**」(2b節)《呂振中譯本》。詩人指出在上掌權者的卑劣行為和殘忍無情的手段，詩人在一個無助、無奈及無望的情況下，向神控訴在上濫用權力的人。詩人以兩種方式詳述惡人的本性，首先，他們一出生就是惡的、是遠離神的，他們心中沒有良善或改變的可能，他們「**一出母胎就走錯路**」(3節)。第二，詩人用「**蛇的毒氣**」(4節)形容他們兇險到失卻了人性。惡人像有毒的虺蛇一樣危險，當馴蛇師觸摸操弄牠們時，卻被牠反咬一口。這些惡人對神、公義、與窮乏困苦人的呼求充耳不聞，毫無反應。

詩人在受盡壓迫、極度痛苦及有冤無處訴的情況下向神呼求。他用了六幅繪影繪聲的圖畫表達他對惡人的祈願。第一，他求神拔掉他們的牙，使他們像沒有牙齒的獅子。第二，詩人祈願惡人像水滲進龜裂的泥土裏，消失得無影無蹤(7a節)。第三，他祈求神除掉他們一切的防禦，像折斷的箭(7b節)。第四，他希望惡人像蝸

牛，牠們走過之處只留下黏液的痕跡，稍縱即逝(8a節)。第五，惡人「又像婦人流掉的胎兒，未見天日」(8b節)。蝸牛與墮落的胎的共同點是未見天日，太陽一出，蝸牛蠕動留下的黏液就消失了，夭折的嬰孩也永遠無法看見白晝的光。簡言之，詩人期望惡人滅亡。第六，他們燒的飯卻被旋風颳走(9節)，即他們的計謀無法持久，必被神焚燒的烈火毀滅。

詩人說出以上咒詛的話，但是他將復仇的主權交在神的手中，他沒有用自己的方法或手段去處理惡人，他更沒有能力去做。他只有向神申冤，由神來定奪。主說：「伸冤在我，我必報應」(羅十二9)。詩人咒詛的話並非單是怒氣得到發泄，而是對神公義的執著。他要求的並非報仇雪恨，而是神的公義得以彰顯。他深信神的公義最終得到彰顯，惡人必遭到應有的報應。惡人將會被殺個片甲不留、血流成河，而屬勝方的義人，則能蹣跚在惡人的鮮血中。「在惡人的血中洗腳」(10b節)並非享受惡人之死的可怖畫面，而是分享神勝過惡人的喜樂。

思想：

活在一個不公義、受到種種壓迫的社會裏，有權位者利用法律來箝制人民。你會像詩人慷慨激昂地向神咒詛暴君，抑或只會忍氣吞聲、聳聳肩不過問，或保持外交式的沉默？讓我們一起聆聽《我的眼睛已經看見》(Mines eye have seen the glory)作為我們向神的祈盼。

(詩歌可於 Youtube 搜尋「我的眼睛已經看見」)

第 23 日

被擄異邦者的呼喊

作者：何啟明

經文：詩篇 137 篇

¹我們在巴比倫河邊，坐在那裏，追想錫安，就哭了。²在一排柳樹中，我們掛上我們的豎琴。³擄掠我們的在那裏要我們唱歌；搶奪我們的要我們為他們作樂：「給我們唱一首錫安的歌吧！」⁴我們怎能在外邦之土 唱耶和華的歌呢？⁵耶路撒冷啊，我若忘記你，寧願我的右手枯萎；⁶我若不記得你，不看你過於我最喜樂的，寧願我的舌頭貼於上膛！⁷耶路撒冷攻破的日子，以東人說：「拆毀！拆毀！直拆到根基！」耶和華啊，求你記得！⁸將要被滅的巴比倫哪，用你待我們的惡行報復你的，那人有福了。⁹抓起你的嬰孩摔在磐石上的，那人有福了。

這首詩混合了群體哀歌(1-4節)、錫安之歌(5-6節)及咒詛詩(7-9節)三種類型的詩歌。詩歌描述的情境反映出這是亡國被擄到巴比倫的時期，而詩人是其中一位被擄異邦、受欺壓苦待的流亡者。因著這首詩最後的三節詛咒語，英國聖經公會於一九八零年將它剔除於公禱文經課之外。誠然，這首詩若未有充份解釋經文的意思，在公開聚會中頌讀，必會引起誤解，故確實不宜用在公禱文中。然而，當我們了解寫作的背景及全首詩的主題和焦點信息，可能會讓我們有不同的結論。學者白如格文(Brueggemann)說：「只有當我們經歷一些具體的殘酷行為時，我們才會理解並重視這首詩篇。」因此，就讓我們設身處地代入詩人的處境，細味這首群體哀歌的咒詛詩。

詩人是在青綠一片、繁榮昌盛的底格里斯河和幼發拉底河的河邊，追憶那失去的家園、失去了的土地、失去了的聖殿及失去了神藉以施行統治的王國。他可能被迫勞役了一天，現在稍作休息、坐下來與人彼此談論時，鄉愁和悲憤的情緒就湧上心頭，心中的愁苦衝口而出說：「追想錫安，就哭了」(1b節)。詩人熱愛錫安並非僅僅文化認同或鄉情懷舊，而是耶路撒冷是以色列與耶和華相遇的地方。詩人追憶昔日在錫安得到神的保護和可自由到神的殿中唱詩敬拜的歡樂時光，現在身處被擄之地，那有閒情去唱詩呢？故他將彈唱的工具閒置在一排的柳樹中(2節)。

可是，擄掠和搶奪他們的，卻要求他們拖著疲乏的身軀唱一首錫安之歌(3節)。考古學發現在尼尼微城的皇宮中有一幅圖，內中有三個戰犯在彈琴，旁邊跟著走的是一名武裝士兵；殘暴的護衛諷刺並嘲笑和折磨他們，逼他們唱出『神在其中，城必不動搖』(詩四十六5)，或是『大君王的城，在北面居高華美，為全地所喜悅。神在其宮中，自顯為避難所』(詩四十八2-3)等詩歌。詩人的民族受欺凌，背後是他們所篤信的神受恥辱。此情此景，身處外邦不潔之地，又怎能向一群不潔之民唱出讚美耶和華的歌呢？(4節)想到這裏，詩人用自我咒詛在神面前立志。

詩人立志說：「耶路撒冷啊，我若忘記你，寧願我的右手枯萎」(5節)。「右手枯萎」意即沒有能力再去彈奏他每日用來歌頌神的工具。因此，有譯作「忘記技巧」《和合本》或甚至說「忘了感覺」《呂振中譯本》。若彈琴是詩人的職業，那麼就等於說他失去了他的謀生能力。接著，詩人的決心再推前一步，他「寧願舌頭貼於上膛」(6節)，即是他再不能用口頌唱錫安之歌。簡言之，詩人無法忘記耶路撒冷和它所代表的一切：神的王權和神的同在等。若他忘記，寧願成為一個廢人，不

能彈奏樂器，也不能用口頌讚錫安之歌；詩人不能忘記錫安，他同時也求神不要忘記壓迫者所做的一切。故此，他的思想就轉移到以東和巴比倫。

「記憶」正是這首詩的主題，「**追想**」(1節《和修本》)、「**想起**」《新譯本》；「**記念**」《和和本》《新譯本》、「**懷念**」《呂振中譯本》《思高譯本》(6節)及「**記得**」《呂振中譯本》、「**記住**」《思高譯本》(7節)貫穿整首咒詛詩。詩人是用同一個希伯來文(*zakar'*)，而大部份的英文譯本都用“remember”這個字來表達。詩人追憶耶和撒冷、不忘記錫安，照樣他也祈求神，不要忘記以東及巴比倫做在以色列身上的惡行。以東是以色列的鄰居及近親，他們在耶路撒冷淪陷時不單袖手旁觀，更幸災樂禍地在旁吶喊：「**拆毀！拆毀！直拆到根基**」(7b節；參俄11-14節)。再且，他們盡所能的羞辱猶大，阻止猶大百姓逃難及向他們施行殘暴，流無辜人的血(哀四21；結二十五12-14；珥三19)。

至於巴比倫的惡行當然是罄竹難書！先知耶利米說：「**他們在錫安玷污婦人，在猶大城鎮污辱少女。他們吊起領袖的手，使長老臉上無光**」(哀五11-12)。從先知以賽亞和耶利米預告巴比倫將被瑪代波斯毀滅，並遭受：嬰孩在他們眼前被摔死、房屋被劫、妻子被污、城變成廢墟、勇士被捉住及弓被折斷等(賽十三16-18；耶五十一54-56)，可反映出這些正是巴比倫在猶大所做的惡行。故詩人祈求神按巴比倫做在猶大身上的惡行，照樣回報到他們自己身上而已。

詩人的話實在粗野，但他沒有用自己的手施行判決，而是將最後的判決交還給神。

思想：

別忘記這首詩的咒詛話語是出自受壓迫、被苦待、無權無勢、手無寸鐵之人的口。這是困苦人藉著禱告向神坦率表達心中的怒氣、沮喪和怨恨。詩人並沒有將審判權握於自己的手，而是深信最終的裁決是在神手中，神必會照各人的行為報應各人、神的怒氣也會臨到剛硬不悔改的心(羅二5、6)。

讓我們一同安靜聆聽詩歌，嘗試代入詩人的處境去了解詩人的痛苦，與受苦者一同向神呼喊。

(詩歌可於Youtube搜尋「記念我(詩篇137篇)」或「追想錫安之歌」)

第24日

暴風雨中的寧靜

作者：何啟明

經文：詩篇62篇

¹(大衛的詩。照耶杜頓的體裁，交給聖詠團長。)我的心默默無聲，專等候神，我的救恩從他而來。²惟獨他是我的磐石，我的拯救；他是我的庇護所，我必不大大動搖。³你們大家攻擊一人，使他被殺，如歪斜的牆、將倒的壁，要到幾時呢？⁴他們彼此商議，要把他從高位上拉下來；他們喜愛謊話，口雖祝福，心卻詛咒。(細拉)⁵我的心哪，你當默默無聲，專等候神，因為我的盼望是從他而來。⁶惟獨他是我的磐石，我的拯救；他是我的庇護所，我必不動搖。⁷我的拯救、我的榮耀都在於神；我力量的磐石、我的避難所都在於神。⁸百姓啊，要時時倚靠他，在他面前傾心吐意；神是我們的避難所。(細拉)⁹人真是虛空，人真是虛假；放在天平裏就必浮起，他們一共比空氣還輕。¹⁰不要仗勢欺人，也不要因搶奪而驕傲；若財寶加增，不要放在心上。

¹¹神說了一次、兩次，我都聽見了，就是能力屬乎神。¹²主啊，慈愛也是屬乎你，因為你照著各人所做的報應他。

這首詩屬於信靠詩，詩人在暴風雨中、在漩渦裏，對神的信靠。人在平靜安穩的日子，容易忘記神的恩典，也易於倚靠自己，惟有在困難、苦難裏才更深體會到在神裏面的安穩，和測試到對神的信心程度有多少。詩人陷入一個艱巨的境況中，找不到立足點，但他仍表達對神的信靠。無論這首詩是否反映大衛遭受押沙龍叛逆的處境(撒下十五、十六章)，它都適用在每一個四面受敵、面對各種壓迫及心裏極其悲痛的信徒身上。這首詩可助我們學習在神裏面找到安穩。

學者們均提到短短的十二節經文，其中有一半，即六節經文(1、2、4、5、6、9節)都是以「*'ak*」這個副詞(participle adverb)開始；這個希伯來文可翻譯為「真的」(Truly)或「唯獨」(Only)。中文譯本只有第二及第六節才有譯出這個副詞；「惟獨他是我的磐石」(2節)《和合本》《和修本》《新譯本》《呂振中譯本》；「惟獨他是我的磐石」《和合本》《和修本》《呂振中譯本》《思高譯本》。學者指出這個希伯來文副詞是個強調詞，像為一句話加上底線，或指示出一個對比的狀況，使這首詩充滿急迫的感覺。詩人強調他不會理會別人說甚麼或做甚麼，他只會向著神，惟獨信靠神。因為只有神才能夠且願意拯救他，否則他只有死路一條。

故此，詩人在第一段(1-4節)中提他單獨受到各人的攻擊，「如歪斜的牆、將倒的壁」(3b)、敵人四面圍困、七嘴八舌地議論他，「要把他從高位上拉下來」(4a節)。然而，詩人在囂鬧聲中，卻靜默不語，耐心及專心地等候神，因他肯定神是他唯一的磐石，是他的拯救和庇護所(2節)。詩人像在暴風的風眼中，雖然周圍狂風吹襲，躲在風眼裏就像安穩在神的懷抱中，不懼怕也不慌張。世人在危難時，若只看環境就會亂陣腳、失方寸，像無頭蒼蠅亂闖亂撞。然而信靠神的人會像詩人那樣向著神，全心倚靠祂。因此，詩人在漩渦中，選擇沉默，專心倚靠神。

然而，這種像嬰孩躺臥在母親懷裏的寧靜並非一蹴即就的，詩人也幾經掙扎才能達到這種境界。詩的第二段(5-8節)重複了1-2節的說話，當中略有小小變化。詩人提醒自己要繼續保持靜默，不要放棄信靠神。因此，他說：「我的心哪，你當默默無聲，靜等候神」(5a節)。然後，詩人向前邁進一步，以「盼望」(5b節)取代

「拯救」(1b節)，更積極及更肯定地說：「我必不致動搖」(6b節)。隨後，詩人將自己在神裏面得到的安穩，鼓勵信眾學習專心仰望及等候神(8節)。最後，詩人以人的觀點看世人只是浮雲，提醒自己小心不要反過來「仗勢欺人」(10節)，並要切記能力和慈愛都屬乎神(11、12節)，只有祂是我們唯一的倚靠。

行文至此，忽想起年青時頌唱的《我心靈得安寧》(It is Well with My Soul)這首詩歌。第一節說：「有時享安寧，如江河平又穩，有時遇悲傷似浪滾，不論遇何環境，我已蒙主引領，我心靈得安寧，得安寧。副歌：我心靈，得安寧，我心靈，得安寧，得安寧。」原來作詞的司百福(Horatio G. Spafford)是一位愛主的企業家及慈善家，他的妻子和女兒因先行一步從芝加哥坐船到英國，途中遇船難，四個年幼的女兒及妻子無一生還。司百福稍後坐船前往英國，就在家人遇難的地點，寫下了這首歌，表達他對神的順服和信靠。

思想：

詩人在四面受敵、處處受壓下，仍能泰山崩於前而色不變，其秘訣只有一個，那就是惟獨信靠神，全心依靠祂。這種境界並非一蹴即就的，是經過多番掙扎、飽經磨練才能達之。讓我們向詩人虛心學習，遇逆遇禍，都專心信靠神。讓我們一起聆聽下面以這首詩的內容所作的歌，作為我們今天靈修的默想。

(詩歌可於Youtube搜尋「默默無聲等候神」或「詩篇第62篇 原創聖經歌曲」)

第 25 日
安穩在主的蔭底下
作者：何啟明
經文：詩篇 91 篇

¹住在至高者隱密處的，必住在全能者的蔭下。²我要向耶和華說：「我的避難所、我的山寨、我的神，你是我所倚靠的。」³他必救你脫離捕鳥者的羅網和毀滅人的瘟疫。⁴他必用自己的翎毛遮蔽你；你要投靠在他翅膀底下，他的信實是大小的盾牌。⁵你必不怕黑夜的驚駭，或是白日飛的箭，⁶也不怕黑夜流行的瘟疫，或是午間滅人的災害。⁷雖有千人仆倒在你旁邊，萬人仆倒在你右邊，這災卻不得臨近你。⁸你惟親眼觀看，見惡人遭報。⁹因為耶和華是我的避難所，你以至高者為居所，¹⁰禍患必不臨到你，災害也不挨近你的帳棚。¹¹因他要為你命令他的使者，在你所行的一切道路上保護你。¹²他們要用手托住你，免得你的腳碰在石頭上。¹³你要踹踏獅子和毒蛇，踐踏少壯獅子和大蛇。¹⁴「因為他專心愛我，我要搭救他；因為他認識我的名，我要把他安置在高處。¹⁵他若求告我，我就應允他；他在急難中，我與他同在；我要搭救他，使他尊貴。¹⁶我要使他享足長壽，將我的救恩顯明給他。」

詩篇九十一篇安排在九十篇和九十二篇中間。九十篇剛好是卷四詩集的第一篇，是神人摩西的禱告，祈求神賜福和看顧，而詩人透過九十一篇確立神的應許。詩人經歷了神的蔭庇和保守，就透過九十二篇以讚美和信心回應這些應許。詩篇九十一篇歸入信靠詩的類別，詩人像一位經歷神保護的過來人，向前來求問的信眾說明神能夠並且願意保護他脫離一切邪惡的威脅，連那最兇惡陰險的惡者也不能傷害他(12節)。他向信眾指出，面對來勢洶洶的攻擊，應對的策略不是勇氣，而是信心，即全心投入主的懷抱中，深信神有足夠的能力保護他。

這首信靠詩闡述了詩人個人得蒙神的保守庇護，以個人親身的經歷勸勉信眾在困難時一心投靠神。詩人怎樣描述他與神的關係呢？他稱所依靠的神是至高者(1a節)、是全能者(1b節)、是耶和華(2a節)、是我的神(2b節)。至高者(Elyon)使所有外來的威脅立時顯得渺小、微不足道；全能者(Shaddai)是以色列人漂流其間所倚靠的名字(出六3)；耶和華(Yahweh)是神應許摩西的名字，指出神是自有永有的，且會永遠與他同在(出三14)。「神」(Elohim)這個通用的稱呼因冠以所有詞——我的神，顯得格外的親切，並與神有深入的個人關係。詩人因著對神全面和深入的認識，他用隱密處、蔭下、避難所及山寨(1-2節)形容神全方位地保護所有投靠祂的人。隨後，詩人在第五至十三節就較詳細及具體地列出他對神的信靠。

詩人用多種的圖像形容各方的威脅；戰鬥：盾牌和壁壘(4-5節)、疾病：瘟疫和毒病(6a節《呂振中譯本》)、以及致命的動物：獅子和毒蛇(13節)等都不能傷害他，因為他得到神全方位的保護。他更深信在他所行的一切路上，必蒙神的保護。若有失閃，也必蒙神的手托住、扶持。詩人深信在神的保護下，必毫髮無損。

然而，事實上神好像並沒有一致地履行詩人所闡述的應許。君不見有些敬虔人英年早逝、有人死於敵人之手，更有好多信徒像眾人一樣受到瘟疫肆虐而死。這是否表示神不信實，祂的應許並不可靠？如果我們認為生命止於今生，事實確是如此，信徒和世人也照樣在這個受了咒詛的罪惡世界下生活。在現實生活中，堅心信神的人也會遇到苦難，主可能允許很多糟糕的事發生在祂的兒女身上，但信靠神的人堅信沒有任何能力是在神的掌控之外。他們信靠天父，也不會試探主，只一心相

信神最終會拯救他們，就算不是在當時的困境，也會在靈性上或末後的日子成就祂的救恩。

因此，詩人從個人的經歷和對神的信靠，做了以下的認信：「因為他專心愛我，我要搭救他；因為他認識我的名，我要把他安置在高處。他若求告我，我就應允他；他在急難中，我與他同在；我要搭救他，使他尊貴。我要使他享足長壽，將我的救恩顯明給他。」(14-16節)

思想：

你對「面對危難時應對的策略並非勇氣，而是信心，即全心相信並依靠神。」這句話有何意見？讓我們聆聽一首詩歌，一起投入至高者的隱密處。
(詩歌可於Youtube搜尋「至高者的隱密處」或「住在至高者隱密處」)

第26日

認罪禱告

作者：何啟明

經文：詩篇38篇

¹(大衛的紀念詩。)耶和華啊，求你不要在怒中責備我，不要在烈怒中懲罰我！²因為你的箭射入我身，你的手壓住我。³因你的惱怒，我的肉無一完全；因我的罪過，我的骨頭也不安寧。⁴我的罪孽高過我的頭，如同重擔叫我擔當不起。⁵因我的愚昧，我的傷發臭流膿。⁶我疼痛，大大蜷曲，整日哀痛。⁷我滿腰灼熱，我的肉無一完全。⁸我被壓碎，身心虛弱；因心裏痛苦，我就呻吟。⁹主啊，我的心願都在你面前，我的嘆息不向你隱瞞。¹⁰我心顫慄，體力衰微，眼中無光。¹¹我遭遇災病，良朋密友都袖手旁觀，我的親戚本家也遠遠站立。¹²那尋索我命的設下羅網，那想要害我的口出惡言，整日思想詭計。¹³但我如聾子聽不見，像啞巴不能開口。¹⁴我如聽不見的人，無法用口答辯。¹⁵耶和華啊，我仰望你！主—我的神啊，你必應允我！¹⁶我曾說：「恐怕他們向我誇耀，我失腳的時候，他們向我誇口。」¹⁷我就要跌倒，我的痛苦常在我面前。¹⁸我要承認我的罪孽，要因我的罪憂愁。¹⁹但我的仇敵又活潑又強壯，無理恨我的增多了。²⁰以惡報善的與我作對，但我追求良善。²¹耶和華啊，求你不要撇棄我！我的神啊，求你不要遠離我！²²拯救我的主啊，求你快快幫助我！

詩篇三十八篇屬於個人哀歌類別，但更準確的說是一首懺悔或悔罪詩。它是教會傳統中七首懺悔詩之一(六，三十二，五十一，一零二，一三零，一四三)。這首詩共有二十二節，數目與希伯來字母相同，但每一節的首字母並沒有跟隨希伯來的字母排列，故只可算為一首「類字母詩」。此詩編排與其後幾首詩(三十九至四十一)均有密切的關係；其主題緊扣連接在一起，內容關乎罪、過犯、罪疚以及它們的後果。

詩人全方位及深入地描述身體各方面受到的痛苦，他說：「我的肉無一完全」(3a、7b 節)；「我的骨頭也不安寧」(3b 節)；「我的罪孽高過我的頭」(4a 節)；「因心裏痛苦，就呻吟」(8b 節)、「我心顫慄」(10a 節)；「眼中無光」(10b 節)；「像啞巴不能開口」(13b 節)；「無法用口答辯」(14b 節)及「我失腳的時候……我就要跌倒」(16b、17a 節)等。簡言之，詩人的肉身、骨頭、頭顱、心、眼睛、嘴巴及腳都受到所犯的罪影響。這林林總總與病理有關的詞彙都集中在詩人的身上，讀者無法斷定詩人患的是甚麼疾病。或許可以說詩人患的是奇難雜症，對身患不同疾病的人都能引起共鳴。

詩人經歷身體及心靈的痛苦，他不諱言一切的痛苦均源於他的罪惡和罪孽(3b、18a 節)，他犯罪唯獨得罪了神。故此，他受到神的懲罰與管教。神的懲罰好像箭射入他的身，神的手重壓著他(2 節)。罪如重擔壓在他身上，像洪水沒頂，使他喘不過氣來。「我彎腰屈身，俯首俯到極低，終日走來走去地悲哀」(6 節《呂振中》)；漫無目的地走來走去乃表達哀思的一種方法。詩人雖然痛苦萬分，他深知是罪有應得，故此，他並沒有因著神加諸在他身上的痛苦而求醫治，也沒有求神免去懲罰。他沒有祈求神停止管教，他只想藉著認罪悔改，平息神的怒氣，能重建與耶和華的關係。

詩人在受神的責備和紀律而患病的期間，感到被離棄，連身體的正常狀況好像遠離了他：他的心顫慄跳動、他的力氣離開了他，連支撐生命的元素——眼中的光——都消失(10 節)。不但如此，他感受到密友、親友及左鄰右里也遠離他(11 節)。敵人更對他「**直講毀滅的事**」(12b 節《呂振中譯本》)。詩人感到敵眾我寡，仇敵又強壯又增多，可說是強弱懸殊，難以招架(19 節)。然而，詩人應對敵人攻擊的招式是掩耳不聽，沉默不語(13-14 節)。因他深知拆解仇敵的攻訐只能治標，卻不能癒其本，治本的唯一方法是認罪得到神的赦免。

因此，詩人直接向神呼喊，他雖然被親友離棄，但他深知耶和華不會離棄他；他雖然受到敵人的攻擊，但他深信神必會按公義辨明凌辱者的惡行。他將自己完全押注在那位公義、公平及慈愛信實的神。「**耶和華啊，求你不要撇棄我！我的神啊，求你不要遠離我！拯救我的主啊，求你快快幫助我！**」(21-22節)。詩人對禱告的對象有全方位的了解，他稱呼神為「**耶和華**」(Yahweh)，這位與子民立約、守約施慈愛的神。詩人抓住神的應許，然後向祂索求。「**我的神**」(Elohim)表明詩人所信的不單是一位超越其他神祇的神，更是與他有密切關係的神。最後，「**我的主**」(Adonai)，是大有能力的主宰，可以拯救他的神。簡言之，詩人所交託的對象是那位聖約的神，就是他的父，更是偉大有能力又願意拯救他的主。

思想：

聖經明言：「我們若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。」(約一1:9)。請安靜在神面前思考，讓聖靈光照我們的內心。讓我們聆聽《神啊！求你鑒察我》這首歌作為我們向神的禱告。
(詩歌可於Youtube搜尋「神啊！求你鑒察我」)

第27日

困苦者的呼喊

作者：何啟明

經文：詩篇102:1-11

¹ (困苦人發昏的時候，在耶和華面前傾吐苦情的禱告。)耶和華啊，求你聽我的禱告，願我的呼求達到你面前！²我急難的日子，求你不要轉臉不顧我！我呼求的日子，求你向我側耳，快快應允我！³因為我的年日在煙中消失，我的骨頭如火把燒著。⁴我的心如草被踩碎而枯乾，甚至我忘記吃飯。⁵因我嘆息的聲音，我的肉緊貼骨頭。⁶我如同曠野的鵪鶉，好像荒地的貓頭鷹。⁷我清醒難以入眠，如同房頂上孤單的麻雀。⁸我的仇敵整日辱罵我，向我叫號的人指著我賭咒。⁹我吃灰燼如同吃飯，我喝的有眼淚攙雜。¹⁰這都因你的惱恨和憤怒，你把我舉起，又把我摔下。¹¹我的年日如夕陽，我也如草枯乾。

學者將詩篇一零二篇列為另一首悔罪詩，其文體類型具有哀歌的元素。整篇詩反映出被擄的背景，詩人在極度痛苦的情況下向神呼喊。詩人的禱文並沒有明顯的懺悔成分，只提他的困苦快到了極點，差點兒就再也撐不住了。因此，這首詩或許被視為個人哀歌較為恰當。這篇詩的分段非常清晰，首先是詩人在痛苦中的呼喊(1-11節)，然後是滿懷信心期望錫安的重建(12-22節)，最後視野擴展到神的永恆屬性(23-28節)。簡言之，這首詩開始是向神呼喊，然後延伸到對神的讚美。我們會用兩天的時間默想這首哀歌。

今天的經文主題是困苦者的呼喊；詩人沒有具體說明陷在甚麼困境之中，他只用不少的隱喻道出他的苦況。哀歌的小標題指出這是一個困苦發昏的人，傾吐苦情的禱告。詩人呼求神顧念他的苦況，聆聽他的呼求(1-2節)。詩人深知作為神的子民，他不會有苦無處訴，因為神是他最好的傾訴對象。他深信神會明白他的苦況、聆聽他的哀求，並且會有行動解決他的問題。因此，他像舊約求子的哈拿，在神面前傾心吐意，一五一十將他的苦況向神陳明。

詩人用了極多的隱喻描述他的困境，「如」這個字在這段落頻繁出現。詩人似乎是有性命危險、危在旦夕，究竟是患上絕症抑或是敵人傷害就不可而知。總言之，詩人自覺他「的年日在煙中消失」(3a節)，他「的年日如夕陽」(11a節)。他全身發燒、周身疼痛，「骨頭如火把燒著」(3b)。他的身體衰弱無力，可能是因他廢寢忘餐，「難以入眠」(7a節)，又「忘記吃飯」(4b節)。若說有胃口吃喝，那只是吃「灰燼」和喝「眼淚」(9節)。「灰燼」代表悲傷和失落，詩人悲傷到終日以眼淚洗面、泣不成聲。如此光景，精力自然消耗殆盡，故此他的心「如草被踩碎而枯乾」(4a節，11b節)。

詩人的痛苦不只於他自己身體衰弱和情緒極度低落，他更感到孤單和被拒絕。詩人用「曠野的鵪鶉、荒地的貓頭鷹」和「房頂上孤單的麻雀」(6-7節)形容自身被拒絕、被排斥的境況。鵪鶉是沿海鳥類，它若身處曠野就像離開了水的魚；貓頭鷹(owl)或鴟鵂《呂振中譯本》被視為是不潔的動物(利十一17)，這些鳥類可在廢墟和荒涼之地見到。詩人用這兩種鳥代表他的孤獨和被拒絕。麻雀本是群居動物，它們成群結隊，不會單獨行事，但這位可憐的詩人在夜裏醒著，感覺自己不可思議地孤獨，像一隻被遺棄在屋頂上的麻雀一樣。

詩人更難抵受的是敵人的譏笑辱罵(8節)；他們的冷嘲熱諷像在詩人的傷口上撒鹽。敵人或許譏笑詩人的困境是罪有應得、自討苦吃，甚或是挑戰詩人所信奉依靠的神，為何不介入解除他的苦困。然而，詩人的禱文並沒有說及身陷囹圄是因罪的原故，他只道出身處絕境是因神的管教。他坦誠地向神說：「這都因你的惱恨和憤怒，你把我舉起，又把我摔下。」(10節)簡言之，詩人落在苦境中是他與神之間的糾纏、是他與神之間的轆轤，唯獨神更清楚問題所在，亦只有詩人個別面對神，他的問題才能迎刃而解。

思想：

我們如何處理痛苦呢？逃避它？合理化它？否認它？抑或到神面前傾心吐意，向祂訴求？讓我們安靜聆聽或頌唱我心旋律的《阿爸父》作為今天的禱告。

(詩歌可於Youtube搜尋「阿爸父」)

第 28 日

神的名存到萬代

作者：何啟明

經文：詩篇 102：12-27

¹²惟你一耶和華必永遠坐在寶座上，你的名存到萬代。¹³你必起來憐憫錫安；因現在是可憐它的時候，因所定的日期已經到了。¹⁴你的僕人們喜愛錫安的石頭，憐憫它的塵土。¹⁵列國要敬畏耶和華的名，地上眾王都要敬畏你的榮耀。¹⁶因為耶和華建造了錫安，在他的榮耀裏顯現。¹⁷他垂聽窮乏人的禱告，不藐視他們的祈求。¹⁸這必為後代的人記下，將來受造的百姓要讚美耶和華。¹⁹因為他從至高的聖所垂看；耶和華從天向地觀看，²⁰要垂聽被囚之人的嘆息，要釋放將死的人，²¹使人在錫安傳揚耶和華的名，在耶路撒冷傳揚讚美他的話，²²就是在萬民和列國聚集事奉耶和華的時候。²³他使我的力量半途衰弱，使我的年日短少。²⁴我說：「我的神啊，不要使我中年去世。你的年數世世無窮！」²⁵你起初立了地的根基，天也是你手所造的。²⁶天地都會消滅，你卻長存；天地都會像外衣漸漸舊了。你要將天地如內衣更換，天地就都改變了。²⁷惟有你永不改變，你的年數沒有窮盡。²⁸你僕人的子孫要安然居住，他們的後裔要堅立在你面前。

詩篇二零二篇的一個特徵是由個人困苦向神呼喊，延伸到對錫安的關注(12-22)，最後認定神是永不改變的，祂的年數沒有窮盡(23-28)。詩人從個人的困境及安危，轉移他的視線到國家民族的興衰；他從個人的憂傷痛苦，昇華到關切錫安之艱難安危。詩人認為個人的困境與民族的復興及國家的安危是息息相關，一體兩面，有國才有家，而家又是國家穩定興盛的基礎。司布真牧師認為詩人是一位愛國者，對祖國的危難發出哀嘆。

然而，詩人清楚明白：以色列民族的困境跟他們與神的關係緊密扣連。於是，他先轉向神。第十二節可說是這首哀歌的轉捩點，人的困境要得到解決，就必須轉向那位掌管宇宙萬物及人類歷史的主宰。因此，詩人直接向神說：「**惟你一耶和華必永遠坐在寶座上，你的名存到萬代。**」(12節，27節)。詩人確信神會憐憫祂的百姓；他期望那日期快到，而且相信神必成就這事。詩人提及錫安的「**石頭**」和「**塵土**」(14節)比較像是在被擄的時代，因「**塵土**」('aphar')這字與和尼希米記重建城的灰土(四2、10)是同一個字。

詩人期待錫安重建的日子快要來到，那時耶和華的名在列邦列國中得著當得的榮耀。然而，詩人忽然從期望錫安得以重建再轉到現實的處境，他似乎未必有機會能看到這一切事的實現。他說：「**他使我的力量半途衰弱，使我的年日短少。**」(23節)詩人祈求神現在就應允他的禱告，而神的應允卻未必是詩人有生之年可以見到的。這個殘酷的事實比他個人的痛苦更令他難過，於是他祈求神不要使他中年去世(24a節)。隨後，詩人又好像轉換了話題，從第二身轉到第一身，直接向神說：「**你的年數……你起初……你手所造……你要將天地……惟有你永不改變，你的年數沒有窮盡**」等(24b-27節)。詩人肯定神的永恆性和永不改變的屬性，這與世人及天地的多變和短暫比較，確實使人在主**面前只有謙卑屈身跪下**。

思想：

讀者留意：希伯來書的作者將 25-27 節應用到耶穌基督身上(來一 10-12；十三 8)；學者稱這首詩為彌賽亞的詩。無論是舊約或新約讀者都可從這首詩認識到：神是那永恆不變的主，祂的名存到萬代。

讓我們聆聽《萬代君主》來頌讚這位沒有轉動影兒的主。
(詩歌可於Youtube搜尋「萬代君主」)

第 29 日
口傳身傳見證主
作者：何啟明
經文：詩篇 92 篇

¹ (安息日的詩歌。)這是多麼好啊！稱謝耶和華，歌頌你至高者的名，²早晨傳揚你的慈愛，每夜傳揚你的信實。³用十弦的樂器和瑟，用琴優雅的聲音；
⁴因你一耶和華藉著你的作為使我高興，我要因你手的工作歡呼。⁵耶和華啊，你的工作何其大！你的心思極其深！⁶畜牲一般的人不曉得，愚昧人也不明白。⁷惡人雖茂盛如草，作惡的人雖全都興旺，他們卻要滅亡，直到永遠。
⁸耶和華啊，惟有你是至高，直到永遠。⁹耶和華啊，看哪，你的仇敵，看哪，你的仇敵都要滅亡；作惡的全都要離散。¹⁰你卻高舉了我的角，如野牛的角；我是被新油膏抹的。¹¹我的眼睛看見我的仇敵遭報，我的耳朵聽見那些起來攻擊我的惡人受罰。¹²義人要興旺如棕樹，生長如黎巴嫩的香柏樹。
¹³他們栽於耶和華的殿中，發旺在我們神的院裏。¹⁴他們髮白的時候仍結果子，而且鮮美多汁，¹⁵好顯明耶和華是正直的；他是我的磐石，在他毫無不義。

過去二十八天的靈修細味了從「方位確定」轉入「方位迷失」季節的詩篇，現在踏入「方位重整」的季節，研讀個人及團體感恩之歌。當人生的風暴過後，生活回復平靜，自然就歡悅地向神獻上感恩和讚美。詩篇九十二篇是敘述式(descriptive)的感恩讚美詩，詩人回應神的作為而獻上感恩，讚美神的良善和公義的屬性。

這篇詩屬於卷四詩集(九十至一零六)的詩歌。學者范甘麥倫(Willem A. VanGemeran)指出，九十至九十二篇這三篇詩篇透過概念的發展及重複的字詞連結成一體。這三篇詩帶領敬拜者從默想生命的無常(九十篇)及智慧的呼召(九十一篇)，到歡慶神的拯救和庇護而達到高峰(九十二篇)。詩篇九十二篇的結構包括讚美(1-3節)及個人感謝(4~15)。我們注意到，這篇詩以神來開始(1節)，它也是以神來結束(15節)。再且，傳揚(nagad')耶和華的慈愛和信實(2節)，與顯明(nagad')耶和華是正直的(15節)，形成首尾呼應的果效；感恩的人開始時用口來傳揚，到最後則用生命顯明神的作為。

詩人像祭司和利未人，準備好在早晨和黃昏獻祭時，用各式各樣的樂器帶領神的百姓敬拜，用詩歌稱謝…歌頌…傳揚耶和華的慈愛和信實(1-3節)。詩人指出他歡呼歌唱是因為耶和華的作為，因祂手的工作是那麼偉大、難以測透(4-5節)。當詩人說：我要因你手的工作歡呼時，他心裏所想的是甚麼呢？既然九十至九十二這三篇詩是連貫的，那麼，九十篇是摩西的禱告，其背景應是出埃及記一至二章；九十一篇反映的應是以色列在埃及十災時的經歷，即是出埃及記三至十二章，那麼，九十二篇4節中的『那工作』極有可能是神將以色列從為奴的光景拯救出來的那工作。簡言之，詩人要稱謝…歌頌…傳揚神救贖的大恩。

然而，神的作為並非所有人都同意及欣賞，「無理性的人，不會明白這事，愚昧的人，也不會領略這事」(6節)(《思高譯本》《新譯本》)。《和修本》譯作「畜牲一般的人」或會有冒犯之嫌，故英文譯本多譯作「沒有腦子的人」(Senseless man)(NKJ)(NIV)(NAS)(NAB)，意思並非指這些人沒有頭腦，而是指他們是狂妄、不理會神的人。惡人和愚昧人自以為是、大言不慚、洋洋得意，像野草迅速

滋長(sprout up)(NAS)(ESV)(NRS)，但只是「一時茂盛…一時顯耀」而已(7節《思高譯本》)。一九六一年八月蘇聯第一位太空人升空，環繞地球十七圈之後返回地球，就大言不慚說沒有見到神，可見宇宙根本沒有神存在。翌日葛培理博士回應記者訪問回答說：「在紐約有一條蚯蚓經過冬眠之後，從泥土裏鑽出頭來，四處張望，然後牠說：『我已經來到地面，卻沒有見到赫魯曉夫(當時的俄國總理)，可見世界上根本就沒有赫魯曉夫的存在。』」惡人和愚昧人最終的結局是將要從人生舞台上消失。

但那些敬畏神的人就截然不同，「**角**」與「**油**」(10a節)象徵力量和祝福，他們被新油膏抹，生命滿有活力。不但如此，「**義人興旺如棕樹，生長如黎巴嫩的香柏樹。**」(12節)棕樹根扎得很深，經得起狂風暴雨，它卓然挺立、散發活力、結實纍纍；它更能供應人所需用的材料，可製造成繩索、草蓆和屋頂等。香柏樹不易腐爛，壽命很長，是近東一帶眾多樹木中最壯麗的，它更成了建造所羅門聖殿的內牆和裝飾的材料。詩人將敬虔人比喻為種植在聖殿周圍的樹木；他們代表樂於親近神、讚美神的人，「**他們髮白的時候仍結果子，而且鮮美多汁。**」(14節)「**鮮美多汁**」是「**青翠**」《新譯本》《呂振中譯本》「**綠茂**」《思高譯本》的意思，意即義人的生命滿有活力、歷久常新、結果纍纍。他們認識神的作為，知恩感恩，成了藉著口和生命傳揚神的信實恩慈的一群信眾。

思想：

有云：「一生之計在於勤、一年之計在於春，一日之計在於晨。」我們早晨如何開始，以及晚上如何結束，決定了兩者之間所發生的事。讓我們立志早上記得神的慈愛，晚上回想神的信實。

讓我們一起欣賞詩歌來默上今天的靈修。

(詩歌可於Youtube搜尋「讓我感恩」或「JGospel Hymns - 詩篇92篇」)

第 30 日
神選定的時間
作者：何啟明
經文：詩篇 75 篇

¹(亞薩的詩歌。交給聖詠團長，曲調用「休要毀壞」。)神啊，我們稱謝你，我們稱謝你！你的名臨近，人都述說你奇妙的作為。²我選定了日期，必按正直施行審判。³地和其上的居民都熔化了；我親自堅立地的柱子。(細拉)
⁴我對狂傲的人說：「不要狂傲！」對兇惡的人說：「不要舉角！」⁵不要把你們的角高舉，不要挺著頸項說話。⁶因為高舉非從東，非從西，也非從南而來。⁷惟有神斷定，他使這人降卑，使那人升高。⁸耶和華的手裏有杯，杯內滿了調和起沫的酒；他倒出來，地上的惡人都必喝，直到喝盡它的渣滓。⁹但我要宣揚，直到永遠！我要歌頌雅各的神！¹⁰惡人一切的角，我要砍斷；惟有義人的角必被高舉。

詩篇七十五篇是一首團體感恩詩；詩人從集體形式的感恩(1 節)、頌揚神對世界的統治和在所定的時間內施行審判(2-8 節)，導致個人表達對神的歌頌(9-10 節)。詩歌的首和尾(1、9)提供了一個框架，開始時是集體的感恩，結束時是個人的讚美，而其中的內容是述說神的作為和祂在所定的時間必施行審判。

這首團體感恩詩與舊約哈拿之歌(撒下二1-10)和新約馬利亞的〈尊主頌〉(路一46-53)有類似之處。第七節的「惟有神斷定，他使這人降卑，使那人升高」這句話與哈拿之歌的「耶和華……使人降卑，也使人升高。他從灰塵裏抬舉貧寒人……」(撒下二7-8)和馬利亞〈尊主頌〉的「他叫有權柄的失位，叫卑賤的升高」(路二52)十分相近。此外，編輯將這首詩置放於第七十四篇之後，或許是要回應詩人向神說：「神啊，求你起來為自己辯護！求你記念愚頑人怎樣終日辱罵你。不要忘記你敵人的喧鬧，就是那時常上升、起來對抗你之人的喧嘩。」(七十四22-23)詩人鼓勵那些被敵人征服和欺壓的子民，要認識到敵人只是暫時得勝，神最終的審判將必按祂所定的日子來到(2節)。

這首詩的歷史背景可能是在希西家作王，被亞述王西拿基立侵略的時期(賽36-37章)。西拿基立囂張跋扈、恃勢凌人，更以使者來嘲諷以色列信奉的耶和華。希西家處於劣勢，不得不俯首稱臣，掏空國庫，屈辱賠款。可是，西拿基立的勝利只是暫時的。神在所定的時候，使亞述十八萬五千軍隊一夜消失，西拿基立隨後也被兒子所弒，撒手塵寰(王下十九35-37)。然而，耶城仍有另一次被侵略攻陷，那就是巴比倫王尼布甲尼撒王，將猶大國的子民擄走。但尼布甲尼撒王狂妄自大時，卻學到了他的教訓，厄運忽然臨到，神使他「與野地的走獸同住，吃草如牛」(但四25、32-33)。這些事件為了叫神的子民和世人知道「至高者在人的國中掌權，要將國賜給誰就賜給誰，並且立極卑微的人執掌國權。」(但四17a、25、32)

簡言之，神仍然掌權，祂向詩人宣告說：「我選定了日期，必按正直施行審判。」(2節)正因如此，詩人因著神行了奇妙的事來稱謝祂。詩人的感恩是由回憶神的作為開始，而回憶是從複述、不斷重新講述神曾行的大事而來；英文譯本譯作「我們重述你的奇妙作為」(We “recount” your wondrous deeds)(ESV)(RSV)。神曾行大事，顯出祂仍然是與子民同在。故《新譯本》將「你的名臨近」譯作「因為你接近人。」

神先肯定最終必有審判(2、3節)，隨後便提出警告(4、5節)。祂警告那些狂傲及兇惡的「不要舉角」(4b節)，也不要「挺著頸項說話」(5節)。「角」是能力的比喻；「不要舉角」有警告狂傲人不要橫行霸道、唯我獨尊、恃勢凌人。「挺著頸項說話」就像一頭頑梗悖逆的動物，不受控制、不被馴服，以大言不慚的姿態無視神和祂的誡命。《現代譯本》簡譯作「我叫驕傲的人不要狂妄；我叫邪惡的人不要傲慢；我叫他們不要誇張，不要再狂妄自大。」(4-5節)。

隨後，詩人指出神的警告基於幾個原因。第六、七及八節的希伯來原文均以「因為」(*ki*) (英文：“For”)這個詞作開始，但不是所有中文及英文譯本將它譯出來。第六節有譯作「因為」(《和合本》《呂振中譯本》)或「的確」《思高譯本》；第七節譯作「惟有」(《和合本》《和修本》)或「因為惟獨」《思高譯本》；第八節則只有《新譯本》譯作「原來耶和華手裏的杯」。簡言之，神的審判是普世性的，不受地區限制的，因為祂的統治「非從東，非從西，也非從南而來」(6節)；人的升高與降卑全掌控於神手中，一切均由神斷定(7節)。「杯」可以是好的，如福杯滿溢(詩二十三5)、救恩的杯(詩一一六1)，或不好的，如憤怒的杯(啟十四10)及苦杯(俄一6)等。狂傲的人貪婪地喝，「直到喝盡它的渣滓」(8b節)，因此，喝到酩酊大醉，最終是自食其果。

思想：

詩人從神曾行過的奇妙作為產生信心，深信審判最終臨到。這不是按詩人的時間，而是按神的時間，故詩人只有憑信心遙望將來最終的結局。

讓我們用〈In His Time〉這首歌回憶及複述今天的信息，也用此歌作為這個月靈修的總結。無論你我的生命是在哪一個季節，神所定的時間是最美好的。
(詩歌可於Youtube搜尋「In His Time/ 按祂時候」或「在主裏的時刻」)