

叫我抬起頭來的神

詩篇3:1-8

# 詩篇

詩篇第一、二篇是整個詩篇的序言；詩篇第一篇開頭是有福的人(希伯來文聖經)，第二篇結語是凡投靠神的人，都是有福的。而要成為有福之人的唯一途徑，就是晝夜思想耶和華神的律法並遵行，而義人的生命與主連結是帶有生命力的，會成長有果效的。

# 詩篇

因此整本詩篇是詩人將生命的成長、信仰真實的經歷，向神所做出的回應。十八世紀神學家士來馬赫說：「詩篇是人向神說話。」 詩篇由晝夜思想耶和華神的律法做一個蒙福的人開始；到最後一篇，因神在我們生命中大能的作為和神的本性來讚美祂作結束。這是詩人們的一生，也是我們每一個信徒的生命寫照，我們的靈命旅程也是一首首向神回應的詩歌。

# 詩篇第三篇背景提示

人生不會永遠一帆風順，當你犯錯、當你面對疾病、困難挑戰、攻擊…，或因羞愧或因壓力，你只能低下頭來、壓的你喘不過氣來，你怎麼辦？信仰不是用來解釋生命的；而是用來承載生命的。  
詩題：

大卫逃避他儿子押沙龙的时候作的诗。

大卫晚年，**儿子押沙龙叛乱**，**大部分以色列人都跟随押沙龙背叛他**，眾叛親離，被迫逃难的大卫心情非常沮丧（撒下15:13-17:14）。詩人讓我們**在人生的低谷和沮丧之中，看见一条灵命恢复、重新抬起頭來的出路。**

# 經文分析

詩篇第三篇可以每兩節一個段落分為，分為四個段落：

1. 真實地面對敵人/困難挑戰；詩3:1-2
2. 困難挑戰中的唯一出路；詩3:3-4
3. 求告後真實全然地交託仰望；詩3:5-6
4. 君王、父親真誠心聲的呼求；詩3:7-8

# 罪有應得/誣陷

「耶和華啊，我的敵人何其加增；**有許多人**起來攻擊我。  
**有許多人**議論我說：**他得不到神的幫助**。（**細拉**）」  
(詩3:1-2)

(幫助是“救恩הַצִּלָּה”和詩3:8同一字的意思)

「何其加增」原文是「**怎么那么多**」。(驚覺、出乎想像、  
樹倒猢猻散、人走茶涼、落井下石...)  
許多的實質的攻擊傷害、輿論攻擊、網路霸凌和**外  
界的  
論斷和內心自我的控訴**。

對基督徒而言； 「他得不着神的幫助」常是惡者藉外  
界的論斷和內心自我的控訴對神兒女最猛烈最有效的攻  
擊。

我們當如何回應呢？

希西家王的禱告；

「耶和華啊，求你側耳而聽！耶和華啊，求你睜眼而看！  
要聽西拿基立打發使者來辱罵永生神的話。」(王下  
19:16，代下32:17)



**列王记下 19:1 CUVS**

希西家王听见，就撕裂衣服，  
披上麻布，进了耶和华的殿；



# 內心的力量要夠強大/聖靈

在困苦艱難中、面對挑戰時，

**不要把艱難困苦放大**（在神沒有難成的事、沒有過不去的坎）；

**不要把自己放大**（以為靠自己能夠脫困或自己還能作些什麼）；

**要把神放大、要定睛仰望那信心創始成終的耶穌。**

# 用神的眼光/站在神的高度

「但祢——耶和华是我四围的盾牌，是我的荣耀，  
又是叫我抬起头来的。」(3:3)

「但祢」原文是充满感情、强调的语气。当大卫  
「在客觀對神的認識和主觀生命的經歷的基礎  
上」，環境雖然仍未改變，但把目光轉離令人  
胆戰心驚的環境和敵人，重新注目于神、數算  
神的恩典和信實的時候，就突破了人生的灰暗。

# 用信心的眼睛看見

大卫已经向神彻底认罪悔改，所以当他思想神的时候，就能重新认识神，认识「神在发怒的时候以怜悯为念」（哈3:2），神的管教不是丢弃、不適毀滅，乃是挽回。因此大卫心中就充满了蒙神赦免的平安，在「敌人何其加增」（詩3:1）的时候，仍有信心不看仇敌；在「许多人起来攻击我」（詩3:1）的时候，仍能看见唯有神是他「四围的盾牌」；在羞耻（撒下15:30）之中，仍能宣告唯有神是他的「荣耀」。

EX: 他已經看見了；佛州的迪斯奈樂園完工典禮。

# 四圍盾牌全然保護



「四围的盾牌」：四面都有盾牌，比喻神完全的保护。

「抬起头来」：是一個法律用詞，冤屈被扭轉。指在神眼前蒙恩，恢复尊严。

發出信心的宣告；相信神應允成就我的禱告呼求。

「我用我的声音求告耶和华，祂就从祂的圣山上应允我。  
(**细拉**)」(詩3:4)

我的聲音對比眾人議論的聲音(詩3:2)。

**對神的認識和生命的經歷；禱告後所帶出來真正的交託信靠。**

「我躺下睡覺，我醒着，耶和華都保佑我。虽有成万的百姓来周围攻击我，我也不怕。」(詩3:5-6)

「保佑( **צָמַח** camak)」是托住、支撐、依靠的意思。

大衛說：「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？」(詩27:1) 詩人也說：「**有耶和華幫助我，我必不懼怕，人能把我怎麼樣呢？**」(詩118:6) 「**神若幫助我們，誰能敵擋我們呢？**」(羅8:31b)

# 作為君王、父親的呼求

「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。救恩屬乎耶和華；愿祢賜福給祢的百姓。（細拉）」（詩3:7-8）

（確實祢已經打了...，詩3:7）（愿祢的福氣/和平之約與你的百姓同在。詩3:8）

「耶和華啊，求祢起來」是大衛引用摩西在約櫃起行時的禱告，宣告自己對神的信心，求神帶領自己前行的道路。

「約櫃往前行的時候，摩西就說：“耶和華啊，求你興起！愿你的仇敵四散，愿恨你的人從你面前逃跑！”」（民10:35）







击打「一切仇敌的腮骨，敲碎了恶人的牙齿」，使敌人像猛兽一样失去攻击能力，甚至成为擄物。此時，大衛的思路已然飄回他當牧羊人的時候，為保護羊群，曾追趕擊打熊和獅子，揪著鬍子將牠們打死（撒下17:34-36）。這情景帶大衛回到起初那單純的仰望依靠神，知道認識神的信實和祂的選召絕不後悔。

# 結論-叫我抬起頭來的神

我用我的声音求告耶和华，祂就从祂的圣山上应允我。詩3:4

呼求神的拯救，是在人生的低谷和沮丧之中，唯一一条能灵命恢复、重新抬起頭來的出路。



# 小組討論題目

1. 耶和華我的敵人竟然這麼多，有許多人攻擊我，還議論，說我得不是神的幫助。但你是我的幫助，是我四圍的盾牌，又是叫我抬起頭的。大衛王謙卑的跪下悔改禱告，神就接受大衛王的禱告～我躺下、我醒著，耶和華都保佑我，神聽見了我的聲音，雖有成千上萬的人攻擊我，我也不害怕，因為你替我打了一切仇敵的腮骨，我要專心倚靠你，願你賜福給你的百姓。請分享：

- 1) 當遇到困難、被議論時，要如何得著神的幫助！
- 2) 我呼求的聲音、有達到神面前嗎？如何確信？

2. 大衛在患難、攻擊與議論中，眾人譏笑他的不覺，上帝見我：我華。見  
幫助。在這樣悲哀的圍中，大衛用我的榮耀，又是叫和齒。看  
但你一耶和華。他打擊一切仇敵，在賜福應許；我在我的艱  
抬起頭來，為他這極大艱難時，看見上帝  
保護他，在遭遇耶和華，看見上帝  
大衛在屬乎耶和華，看見上帝  
救恩看見什麼？  
大衛為何能看見？  
我要如何能看見？

3. 當我們罪有應得，被神懲罰時，我們是否能坦然的面對神，像大衛一樣求神幫助？為什麼？如果不能，我們當如何調整心態？
4. 從詩篇第三篇當中，我們學習到，當我們面臨人生困境走不下去時，如何尋求主的幫助？請分享。