

C3 灵修纲要信息

【经文】诗篇一二一篇

(上行之诗。) 我要向山举目；我的帮助从何而来？ 2 我的帮助从造天地的耶和华而来。 3 他必不叫你的脚摇动；保护你的必不打盹！ 4 保护以色列的，也不打盹也不睡觉。 5 保护你的是耶和华；耶和华在你右边荫庇你。 6 白日，太阳必不伤你；夜间，月亮必不害你。 7 耶和华要保护你，免受一切的灾害；他要保护你的性命。 8 你出你入，耶和华要保护你，从今时直到永远。

【纲要主题】03 向山举目得帮助

中心节：我要向山举目；我的帮助从何而来？我的帮助从造天地的耶和华而来。（诗一二一 1-2）

引言：在第一百廿篇中，诗人是想起那些诡诈说谎话的人。本篇他却转而向耶和华，因此便大得安慰。以色列人从远方或从近处往耶路撒冷去过节，看见前面的圣摩利亚山，就唱这篇旅行诗。他们更是前往耶路撒冷的圣山，但是他们知道他们的帮助不是从这山而来，乃是从造天地万物的主宰而来的。神的圣所虽在耶路撒冷，但神亲自在途中日夜常与他们同在。他们都因这篇诗得了极大的安慰和鼓励。在本篇中六次用「保护」二字，因为信徒在世界如同羔羊进入狼群之中，需要牧人的保护和引导。

经文纲要：

一、向山举目倚靠神（1-2 节）

1. 举目望神得帮助（1 节）：「我要向山举目；我的帮助从何而来？」耶路撒冷城位于山上，又被众山所包围。因此，当一个犹太人处于以色列的其它地方，他需要神的帮助时，会向山举目。行天路的人眼目是往上看，脚步是往上走的。

2. 我的帮助从神来（2 节）：「我的帮助从造天地的耶和华而来。」耶和华的圣殿既然在耶路撒冷，以色列人过节或敬拜神就自然应该到那里去了。我们所信仰的神是创造万物的神，凡诚心仰望他的，他随时随地都能看见、听见他们。

二、保护你的不打盹（3-6 节）

1. 神不叫你脚摇动（3 节）：「他必不叫你的脚摇动；保护你的必不打盹！」崎岖的山路很容易使人失脚踏下山崖，行平坦路危险较少，但是往上爬山路最要紧的，就是脚步要踏得稳当。脚代表基础或站立的地方，所以那是指神保守信靠祂的孩子，使他们不至滑倒或跌倒。

2.神不打盹不睡觉(4节):「保护以色列的,也不打盹也不睡觉。」人所设立守夜的员警,也有打盹的时候,但我们的主必不打盹,我们的神就是光,在他毫无黑暗,黑夜白日在他都是一样,他不像人会困乏疲倦。

3.神在右边荫庇你(5节):「保护你的是耶和华;耶和华在你右边荫庇你。」耶和华是管理宇宙的主宰,万事都在他的手中,信徒行过这世界旷野路程,有全能的神「作贫穷人的保障,作困乏人急难中的保障,作躲避暴风之处,作避灾热的阴凉」(赛廿五4)。「神是我们的避难所,是我们的力量,是我们在患难中随时的帮助」(诗四十六1)。

4.太阳月亮不伤你(6节):「白日太阳必不伤你,夜间月亮必不害你。」在热带月亮园的时候,其光线对人有坏处,这是众人所知的。月亮有时能使人精神失常,昏迷,或者脑筋发狂,这是当时的迷信。这节经文是应许信徒受保护,免除被魔鬼的搅扰。以色列人在旷野时,有神亲自照顾他们。「田间耶和华在云柱中领他们走路,夜间在火柱中光照他们,使他们日夜都可以行走」(出十三21)。

三、你出你入神保护(7-8节)

1.免受灾害命永存(7节):「耶和华要保护你,免受一切的灾害,他要保护你的性命。」「他要为你吩咐他的使者,在你行的一切道路上保护你」(诗九十一11)。不论在监牢里或大海上,神的使者都能去帮助属他的人。

2.今到永远神保护(8节):「你出你入,耶和华要保护你,从今时直到永远。」或在家或在外,神都看顾那些属他的人。最要紧的问题就是我们出入是否步步顺从他的旨意。遵行他旨意的人,必蒙他的保护。在这八节经文里,「保护」一词出现了六次之多。这是要宣告,已经接受耶和华为他惟一希望的人,必得到确保的安全和稳妥,没有人比他更稳妥。那倚在耶稣身上休息的心灵,主必不抛弃在他仇敌手中。

结语:当这个天城的旅客,离开了米设,离开了基达,开始往迦南地去的时候,他是在那里上行,是在那里爬山。基达是亚拉伯的沙漠,他要往迦南去的时候,必须爬山。这个天城的旅客,当他往上行的时候,路途不是容易的;有许多的难处、许多的试探、许多的危险、许多的迷惑;路上满了荆棘也满了陷阱;有的时候要爬山、有的时候要经过山谷进到黑暗的里面。这条路实在不容易走。所以当他在哪里走的时候,他就感觉需要帮助、需要保守、需要看顾。希伯来书第十二章告诉我们:「我们奔跑天路的时候,要存心忍耐,仰望那一位为我们信心创始成终的耶稣。」「慈爱的天父,我感谢赞美你!我奔跑天路,虽有软弱,但你是我唯一的仰望,我就能跟你走到底。祷告是奉主耶稣基督的圣名。阿们!」

明天灵修进度:诗一二二

【真心话】03 我要向山举目(诗一二一)

「1 我要向山举目;我的帮助从何而来?我的帮助从造天地的耶和华而来。他必不叫你的脚摇动;保护你的必不打盹!」(诗一二一1-3)

引言：耶路撒冷的圣殿是神在地上的居所。至圣所之上那荣耀的云彩，象征耶和华与祂的子民同在。耶路撒冷城位于山上，又被众山所包围。因此，当一个犹太人处于以色列的其它地方，他需要神的帮助时，会向山举目。对他来说，这就跟仰望耶和华相同。创造者既住在耶路撒冷的众山之中，用诗歌来表达的时候，就可以说一切帮助都从诸山而来。这是诗人要表达他对创造天地者完全的倚靠。接着，诗人听见圣灵向信靠耶和华的人保证他们有永恒的平安。那是信徒有毋庸置疑之稳妥的保证。信徒的脚必被保守而不摇动。脚代表基础或站立的地方，所以那是指神保守信靠祂的孩子，使他们不至滑倒或跌倒。

【牧者短讲】03 我要向山举目（程蒙恩）

这里诗人再次提到，他在艰难中的时候怎么办？要向山举目。这个向山举目说明几方面：第一，当你望见大山的时候就会看到神创造万物的大能和奇妙。神啊，万物都是你所创造的，在你没有难成的事，我要向山举目。我一看见这个大山就看见神的大能，我要仰望的就是这位创造天地的耶和华，创造大山小山的这位全能者，这是第一。所以许多时候当我们心情软弱的时候，面对困境的时候，我们举目看神创造的万物，看神多么全能伟大，在他没有难成的事，我们必须这样深信。我要向山举目，我的帮助从何而来？

第二个意思就是，大山像一个很大难处摆在面前，那么面对大山难处怎么样？我要说，即便这个大难处在这里，我的帮助是从造天地的耶和华而来，我在这里要宣告。面对大山难处怎么办？我的帮助从何而来？他说我的帮助是从造天地的耶和华而来。实际上直接意思是第一个我刚才提到，就是当你向山举目的时候，看见造天地的耶和华，自己在绝望中但是诗人自问自答，我的帮助从何而来？我现在绝望，我的帮助是造天地的耶和华，创造天地万物包括大山的耶和华。即便大山是一个大的困难摆在面前，但我不怕。正像主耶稣说的，有信心叫这大山移到海边，它也要移到海里。信靠造天地的耶和华，你就能跨越一切大山小山。这是个人两方面的运用。

亲爱的弟兄姊妹，若是今天你站在难处当中，请思想你的难处从何得到帮助，从何得到解救？乃是从造天地的耶和华。所以当你向山举目的时候，你不是仅仅看着这座山，而是透过这座山看见造天地的耶和华。当你面对一个大的难处如大山时候，你是什么？你是知道帮助从耶和华而来，这两方面都可以这样运用。他必不叫你的脚摇动，保护你的必不打盹。神不叫我们的脚摇动，保护我们必不打盹，就是不睡觉。所以诗人很有信心，我们在跟从主的路上面对多少困难，必不至动摇，因信站立的稳。因为住在主里，在世界有苦难在主里有平安。保护你的必不打盹，意思就是说神并不睡觉，你所遭遇的一切他知道，他看顾。正像主耶稣所应许的，他说：我的羊跟从我，谁也不能将他们从我的手里面夺去，谁也不能将他们从我父的手里夺去。主的羊在主的手中，在父的手中，主是保护者，多么安全。所以我们属于主，他绝对不打盹，看顾我们到底。

【真心话】03 我要向山举目（诗一二一）

一、吸引和跟随

在当时犹太人一年三次要到耶路撒冷去朝见神。他们本来分散在各地，但是一年三次要离开他们所住的地方，回到耶路撒冷。这一首诗可能就是描写他们离开家乡，回到耶路撒冷，在路上的感觉和光景。今天我们在神的面前也该如此。我们的心灵要离开这个世界，我们的心灵要向着我们的主而去。哦！当我们这样向主而去的时候，我们就是一个奔跑天路的人。奔跑天路的两个条件：

1. 脱去容易缠累我们的罪：最叫我们跌倒的，就是这个不信的恶心。

2. 要放下各样的重担：一个人要赛跑的时候，必定要把身上的重担和一些容易缠累的东西都拿掉，然后才能起来奔跑。就如，当大卫要打歌利亚的时候，扫罗把自己的盔甲穿在他的身上；大卫一穿这个盔甲，连路都没有办法走。他脱去之后，当歌利亚过来的时候，圣经说：大卫就跑过去，他是非常的轻快，就用石子打中了歌利亚的头，杀了歌利亚。

二、仰望神的帮助

当这位朝圣者，离开了米设，离开了基达，开始往迦南地去的时候，他是在那里上行，是在那里爬山。这个天城的旅客，当他往上行的时候，路途不是容易的；有许多的难处、许多的试探、许多的危险、许多的迷惑，路上满了荆棘也满了陷阱；有的时候要爬山、有的时候要经过山谷进到黑暗的内部，这条路实在不容易走。所以当他在那里走的时候，他就感觉需要帮助、需要保守、需要看顾。所以作诗的人在这里说：「我要向山举目，我的帮助从何而来？」我的帮助是从山上来的吗？我们不靠势力，也不靠才能，我们是靠主的灵。我们一直仰望到天上去。那位创造天地的耶和華，才是帮助我们的主。

一个走天路的人，必定感觉他需要帮助。如果今天你作基督徒，一点不觉得需要主的帮助，大概你是一个没有经历试炼的基督徒。一个人走路，若是眼睛是往上看的，这样走路的人一定要跌倒，但走天路却与走世界的路不同。我们走世界的路，眼睛一定往地上看，看看这里有没有坑洞，那里有没有石头，这样才不致跌倒。但是我们走天路不能这样，如果你要走天路，也在那里往地上看、往人身上看、往环境上看，那你不能走路，定规要跌倒。属灵的路与世界的路，是完全不同的两种走法。

祈求神打开我们属灵的眼睛。肉体的眼睛是看问题，看环境，看属地。只有属灵的眼睛才能看到属天的。我们才能像保罗一样说，「主啊！你要我做什么？」希伯来书第十二章又告诉我们：「我们奔跑天路的时候，要存心忍耐，仰望那一位为我们信心创始成终的耶稣。」为什么许多基督徒属灵的道路走不上去？因为他看的是人，看的的环境。你如果要奔跑天路，你什么都不要看，你要抬头看为我们信心创始成终的耶稣。当你这样看的时候，你就能往前去。

三、主不打盹

还有一件事，当我们走路的时候，我们疲倦了、累了，就要打盹、睡觉了。当我们睡觉的时候，也许会有野兽或强盗来，危险是很多的。但是感谢赞美主！虽然有的时候我们要打盹睡觉，但是保护我们的不打盹，也不睡觉。因为保护我们的是耶和華，并不是人。人都会疲倦，但是祂不疲倦。祂不打盹，也不睡觉，祂

要永远保护我们，而且保护我们到底。所以希伯来书七章二十五节说：「凡靠着祂进到神面前的人，祂都能拯救到底；因为祂是长远活着，替他们祈求。」我们的主不打盹，也不睡觉，因祂是神。祂日夜的看顾我们，我们不必怕黑夜，也不必怕白天，我们什么都不必怕。祂要保护我们，从今时直到永远。十字架的道路要领我们到基督那里去。虽然这条路不容易走，有许多的危险、有许多的试探、有许多的难处，但是我们不必惧怕，我们可以仰望我们的主，把自己交在主的手里。祂要负责保护我们，直等到我们与祂有完全的联合。

【诗歌】我要向高山举目

我要向高山举目 我的帮助从何来
我的帮助从造天地的耶和华而来
我要向高山举目 我的帮助从何来
我的帮助从造天地的耶和华而来

哈利路亚 哈利路亚 哈利路亚 哈利路
哈利路亚 哈利路亚 哈利路亚 哈利路
我的帮助从造天地的耶和华而来

【C3 心对心】醒悟追求

「我要向山举目。」（诗一二一 1）

- 1.醒悟与渴望：基督徒属灵旅程始于醒悟和渴望，意识到生活中的麻木与迷失。
- 2.神的提醒：神常通过困境和挑战唤醒我们，让我们意识到我们远离了神的旨意。
- 3.诗篇中的启示：诗篇 120 表明在急难中的醒悟，发现自己未处在神喜悦的地方。
- 4.属灵状态检查：我们要反思自己是否常在基督内，是否享受祂所赐的滋润和甘甜。
- 5.回归与追求：我们如同浪子回家，应该追求住在基督里面的丰盛，渴望神满足我们内心的需要。
- 6.祈祷与奉献：在祷告中，我们表达对神的渴望，寻求祂的恩典和引导，让基督来满足我们内心的渴望和需要。「神啊！我现在要起来追求住在基督里面，要让基督来满足我的心。我要起来享受在基督里的一切丰盛。感恩祷告奉恩主耶稣的名求。阿们。」

【纲要主题】03 向山举目得帮助（诗一二一）

一、向山举目倚靠神（1-2 节）

- 1.举目望神得帮助（1 节）
- 2.我的帮助从神来（2 节）

二、保护你的不打盹（3-6 节）

- 1.神不叫你脚摇动 (3 节)
- 2.神不打盹不睡觉 (4 节)
- 3.神在右边荫庇你 (5 节)
- 4.太阳月亮不伤你 (6 节)

三、你出你入神保护 (7-8 节)

- 1.免受灾害命永存 (7 节)
- 2.今到永远神保护 (8 节)

《备注：C3 灵修的部分信息，是查考华人基督教查经大全编写而成。愿全地的教会在真道上同归于一。》