

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。所以当他在那里走的时候,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。》