

默想：詩篇1篇

2026.3.29

吳以諾傳道

對於猶太人來說，「詩篇」是什麼東西？

- 為什麼我們要讀詩篇？

我們可以如何讀詩篇？

時期	地點	用途 / 方式 / 神學意義	帶領者
聖殿時期 (從大衛到使徒行傳的年代)	<ul style="list-style-type: none"> 耶路撒冷的聖殿 ➔唯一一個地方 	<ul style="list-style-type: none"> 跟獻祭搭配，成為「敬拜」的一部分 每天和節期性的誦讀安排 ➔禮儀性的音樂敬拜 	<ul style="list-style-type: none"> 利未人、祭司 ➔神職人員
聖殿後時期 (公元70年以後)	<ul style="list-style-type: none"> 由於聖殿被毀，轉到會堂中進行 ➔分散各地進行 	<ul style="list-style-type: none"> 以誦讀詩篇代替獻祭 每天和節期性的誦讀安排 	<ul style="list-style-type: none"> 會堂中的領袖
拉比時代	<ul style="list-style-type: none"> 各地會堂 	<ul style="list-style-type: none"> 每天和節期性的誦讀安排 從誦讀變成禱告 	<ul style="list-style-type: none"> 會堂中的領袖
中世紀	<ul style="list-style-type: none"> 各地會堂 個人靈修禱告 	<ul style="list-style-type: none"> 節期性、週期性的誦讀 按個人需要 (如疾病、哀傷..... 選擇經文誦讀或禱告) 	<ul style="list-style-type: none"> 會堂領袖 個人
現代猶太教	<ul style="list-style-type: none"> 各地會堂 個人靈修禱告 	<ul style="list-style-type: none"> 同上，但個人層面更自由 / 非正式 	<ul style="list-style-type: none"> 會堂領袖 個人

為什麼我們要讀詩篇？

- 透過詩篇學習禱告
- 詩篇讓我們容易進入內心深處（內心感受vs.頭腦知識）
- 某些篇幅預言或描述基督

- 學習回應神
 - 學習跟神**展開對話**
 - 以真實的**情感**來回應神→我們跟神的關係是有情感的
- 學習「與神相處 / deal with God as He is」
 - 不是「以自我為中心的信仰」，不能只單向表達我們想要什麼
 - 而是「以神為中心的信仰」，對神的旨意表示順服

表層原因

深層原因

我們可以如何讀詩篇？

- 可以按照自己的需要代入作者的**情感**
 - 例：喜樂、平安、焦慮、抱怨、求救.....
 - 大多數時候可以直接代入
- 思考**禱告**的四大元素
 - 讚美 / Adoration
 - 悔改 / Confession
 - 感恩 / Thanksgiving
 - 祈求 / Supplication

詩篇1篇——整卷詩篇的前言

和合本

1. 不從惡人的計謀，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位，
2. 唯喜愛耶和華的律法，晝夜思想（Meditate / 默想），這人便為有福！
3. 他要像一棵樹，栽在溪水旁，按時候結果子，葉子也不枯乾，凡他所做的，盡都順利。
4. 惡人並不是這樣，乃像糠秕，被風吹散。
5. 因此當審判的時候，惡人必站立不住，罪人在義人的會中也是如此。
6. 因為耶和華知道義人的道路，惡人的道路卻必滅亡。

環球聖經譯本

1. 這人真是有福！他不從惡人的計謀，不站罪人的道路，不坐傲慢之人的座位。
2. 相反，耶和華的律法是他的**最愛**（Delight）；耶和華的律法，他晝夜默誦。
3. 他像一棵樹，栽種在園子水道旁，按時候結果子，葉子總不枯萎；他所做的事全都順利。
4. 惡人卻不是這樣，反倒像糠秕被風吹散。
5. 因此惡人在審判中將站立不住，罪人在義人的群體中也是這樣。
6. 因為耶和華看顧義人的道路，惡人的道路卻要滅亡。

思考和討論

- V.1-3描述了一位或一群「喜愛默想神的律法的人」。
 - 請分享你覺得「思想 / 默想 / Meditate」是什麼意思。（可以分享信仰中的意思，也可以分享信仰以外的意思）
 - 詩篇中這個「喜愛默想神的律法的人」有什麼特徵？有什麼結果？

- 什麼是「思想 / 默想 / Meditate」
 - 原文：低聲說話、自言自語、沉思、琢磨
- 這位「默想神的律法」的人.....
 - 主動遠離罪惡
 - 不從惡人的計謀 → 遠離罪惡的**思想**
 - 不站（走）罪人的道路 → 遠離罪惡的**行動**
 - 不坐褻慢人的座位 → 不羨慕罪惡的**身份**
 - 喜愛神的律法
 - 「晝夜默想」：讓神的話**滲透**整個人的**思維**
 - 「最愛 / Delight / Pleasure」：**屬靈**口味的**改變**
 - 比喻：一棵不缺水、健康的樹
 - 結果
 - 被神賜福
 - 盡都順利 / 興盛 / Prosper

思考與討論

- 惡人有什麼後果？
- 對於我們自己，請分享.....
 - 我們為什麼要經常默想神的話？
 - 默想詩篇對我們有什麼具體的幫助？

- 惡人的後果

- 比喻：被風吹散的糠粃（無價值）
- 不能通過神的審判，甚至不能通過人的審判
- → 通往滅亡

- 為什麼要經常默想神的話？有什麼益處？

- 被神看顧，持續走在神的道路之中，不滅亡
- 被賜福，盡都順利 / 興盛 / Prosper
- 與神建立真正有意義、有情感的關係