

【小组查经材料】 诗篇查经系列 10 – 神是我们的避难所

第一时段：欢迎你来（15 分钟）

以简单、轻松、活泼的游戏，带领组员热烈参与，使大家的心思意念，离开繁忙、疲惫，并预备心来归向神。【[破冰游戏数据库链接](#)】

第二时段：敬拜赞美（20 分钟）

以事先预备好的诗歌，带领大家来到主的宝座前敬拜祂、瞻仰神的荣面、带下神的荣耀同在。在敬拜里，小组长带领大家同声开口为教会祷告。

【[YouTube 歌库链接](#) [1.宣召预备](#) [2.感恩赞美](#) [3.灵里的敬拜](#) [4.回应立志](#)】

第三时段：话语分享（45 分钟）

以分享讨论应用神的话在每天生活里

A. 回应主日信息 - 聚会前，请上网仔细重听一次。

1. 上主日信息的中心思想是什么？哪一句话，你的印象最深刻？
2. 听完信息，你有何回应？或有什么实际的行动呢？

B. 本周主题：神是我们的避难所

经文：诗篇 46：1~11

背诵经文：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 46：1）

诗篇 46 篇作者是可拉的后裔，关于作者介绍部分请参考诗篇 42 篇和 43 篇的查经资料。题注中的「女音」只出现于本诗篇，应该是指用女高音颂唱。诗篇 46 篇的历史背景很可能是在希西家王期间，神拯救耶路撒冷脱离亚述王西拿基立的入侵（参王下 18：13~19：37），但是诗中的对神的祷告和倚靠适用于任何场景，无论是战争、地震、海啸、动乱，还是失业、疾病，我们都可以从中得着安慰和鼓励。诗篇 46、48、76、84、87、122 篇都有颂赞圣城耶路撒冷的主题，所以被称为「锡安歌」（诗 137：3）。改教家马丁路德依据诗篇 46 篇写成著名的圣诗《神为我众巩固保障》（A Mighty Fortress Is Our God）。道首圣诗被称为德国历史上最伟大时期中，由最伟大的人物所写的最伟大的圣诗。就如以色列人以信心仰望神，知道神与他们同在一样，基

督徒也可以仰望耶稣基督作「以马内利」的保障，「以马内利」翻译出来即是「神与我们同在」。

讨论问题 1：回想你的这一生，你最困难的处境是什么时候？你从何得到帮助？（破冰题）

一、 神是我们的避难所，就可以不害怕（请读 1 到 3 节，再读下文）

- A. 「避难所」(1 节) 是在危险时提供庇护的地方，「力量」是在危险中给予能力和勇气，「随时的帮助」指任何时候的保护。神的帮助既是及时的和可靠的，有了神成为我们的避难所，力量和帮助，所以面对第 2 节和第 3 节的危难也不惧怕。
- B. 「山虽摇动」(2 节) 原文是复数型态，指「群山」都在动摇。「砰訇」原文是「咆哮、吼叫、喧闹」的意思。「翻腾」(3 节) 原文是「骚乱、混乱」的意思。第 2 节和第 3 节在描述的地动山摇，连最稳固的山都在摇动颤抖，以及洪水海啸，这都是在比喻诗人所遇到的一个惊天动地的危机。应该是指以色列历史中耶路撒冷被数量众多的强敌围困 (参王下 18 : 13~19 : 37)，而且不知何时可能会被攻陷，当时所感受到的情况就如同地动山摇、洪水海啸般的恐惧。面对这种恐怖的景象本应慌张害怕，却因为信靠神，就不惧怕。
- C. 诗中第 3 节和第 7 节结尾处两次出现细拉，细拉是音乐符号，提示读者停顿、思想，用心揣摩和思考前面所说的。细拉在诗篇其他章节中也多次出现。

讨论问题 2：我们如何像诗人一样，在面对极大危机的时候，仍然对神有完全的倚靠和确据（例：平常的属灵练，遇到危难时如何反应...）？（观察应用题）

二、 神是我们的避难所，就可以不动摇（请读 4 到 7 节，再读下文）

- A. **神必帮助我们 (4-5 节)：**「有一道河」(4 节) 在此处可能在隐喻伊甸园的四道河 (创 2 : 10-14)，因为在实际地理上，耶路撒冷并没有河川经过，这在说明神的城耶路撒冷有如神创造和掌管的伊甸园。「这河的分汊」原文是复数型态，意思是「这河的许多支流」。这道河象征神的供应和祝福 (诗 36 : 8)，只要神在耶路撒冷城中，神的百姓就得眷顾，神的城欢喜快乐。

当城被围困时，最可怕的就是水源被截断。耶路撒冷建在山上，虽有活泉，但是并无河流。诗人在第 4 节勾勒出一个和平、静寂中得享安息的画面，这与 2、3 节整个世界动荡不安的场面形成鲜明对比。神选择锡安或耶路撒冷成为神的居所，是从大卫约柜到耶路撒冷的会幕 (撒下 6) 开始，自此耶路撒冷成为以色列人的敬拜中心。

「到天一亮」(5节)是破晓时分，通常是敌人发动攻击的时候。但是因为神在其中，所以绿城必不动摇。「动摇」之前被用于描写「山摇动」(2节)，之后「列国动摇」(6节)，而耶路撒冷与群山和列国相比，显得极为微小，但因为有神，反而不会动摇。天一亮，神的拯救临到，也呼应了回应神拯救以色列人脱离埃及的军队(出14:27)，以及指神的使者在一夜之间杀死18万5千亚述军兵的拯救(王下19:35)。这里的属灵意义是指在等待最漆黑和痛苦的深夜过去后，神所应许的黎明就必到来。

- B. **要耐心等候神的作为(6节)**: 所以虽然外面喧嚷，列国动摇，要相信只要神一发声，大地就可以熔化。在此处，《熔化》是指敌人的抵抗因恐惧而消散之意，神在末日必审判全地。虽然这是未来要发生的事情，然而诗人相信这事已经成就。
- C. **我们必不动摇(7节)**: 「万军之耶和華」指耶和華是以色列军队的元帅(出7:4)，或耶和華是天上天使天军的统帅(王上22:19)，特别强调神的能力。「雅各的神」指与人立约的神(创28:10~19)，神与人立约，这是在特别强调神的慈爱和恩典。神百姓的力量不是出于自己，也不是根据势力，而是因为神「与我们同在」，「因为与我们同在的，比与他们同在的更大」(代下32:7)，也比一切的难处更大。

讨论问题3：人住在神的圣城中就必欢喜快乐，受神保护，不怕喧嚷动摇。请问在现在实际生活中，如何知道你是否住在神的圣城中，经历神的供应和保护呢？(观察题)

三、 神是我们的避难所，就可以称安息(请读8到11节，再读下文)

- A. **要来看神的作为(8-9节)**: 诗人邀请众民来看神在世上的胜利，祂将要为世人带来真正的和平(赛11)。止息刀兵，折弓断枪，焚烧战车，这都在比喻战争消停，有自然界的(使地荒凉)，也有军事的(战争中的胜利)。

「战车」(9节)或作「盾牌」，古时的兵器多以木材或兽皮制成，所以可当柴烧(参结39:9)；焚烧兵器乃代表战胜敌人。人类历史上不断地有战争，但神的全然得胜将必止息一切纷争，宣告真正的和平。有朝一日，武器不再有存在价值。完全的和平会借着弥赛亚将来的统治得以实现(赛32:1~20)。

- B. **要知道耶和華是神(10节)**: 「你们要休息」是命令式的，意思是「够了！安静！停止！放手！」。当时是指以色列人要降伏神，停止人的活动，像战争，与异邦结盟，拜偶像等活动。应用于现在的话，可以指不要再自己挣扎，忙乱，谋算了，要认识耶和華是神，是得胜的元帅。「知道」指经历上的知道，要承认并信靠神的大能。这里很像耶稣斥责风浪的命令：「住了罢！静了罢！」(可4:39)。「你们要休息」就是

「停止努力」，要降服在神大能的权能之下，看神行大而可畏的作为。当神的百姓都降伏神，信靠神，不再倚靠人的能力，而是倚靠神的大能，这时候外邦人看见，必要惊奇神的作为，于是神必在外邦中被尊崇，万国万民都要尊崇祂，认识唯有祂是全能的真神。

- C. 神是我们的避难所 (11 节):** 在这里诗人第三次重复说「神是我们的避难所」，来提醒神的百姓在面对各样的挑战和攻击时，都不要惧怕，要知道神是我们的避难所。本诗安慰神的百姓在苦难时要紧紧地抓住神，不管环境是多么的艰难困苦，神是为我们争战得胜的神，祂也是我们永远的避难所。

第 7 和 11 节三次宣告了神的名字：「万军之耶和华」强调神的权柄和能力；「雅各的神」强调神与以色列的立约关系；而神「与我们同在」就是主耶稣基督的名字「以马内利」(赛 7：14;太 1：23)。

讨论问题 4： 你是否有神是我的避难所的经历，请简单分享。（观察应用题）

讨论问题 5：「你们要休息，要知道我是神！」这对现在的基督徒有什么意义？请问你个人会如何应用在自己的身上？（应用题）

祷告：

亲爱的阿爸天父，我们感谢赞美祢。在我们遭遇患难时，祢是我们的避难所和随时的帮助。感谢祢让我们知道要坦然无惧的信靠祢，而不是倚靠自己的势力和才能。我们愿意邀请更多人来经历祢奇妙的作为，愿祢的名在全地上被高举！感谢祷告是奉主耶稣基督宝贵的名求。阿们！

第四时段：祷告服事 (10 分钟)

可以两三个人成为一个祷告小组，1. 为教会祷告。2. 为小组祷告。3. 为彼此的需要祷告。