

我的心哪，你為何憂悶？

詩篇第 42 ~ 43 篇

我的心哪，你為何憂悶？

勿誤會哀歌！

哀歌承載著人的情緒反應，包括

哭泣、悲慘、質問、投訴、吶喊、咒罵、自憐.....。

被標籤為「不屬靈」，「沒有信心」的表現。

電影「悲情城市」，台灣九份被稱為「悲情城市」。

在今天的香港，也可被稱為「悲情香港」！



勿誤會哀歌！

哀歌是信心表現，仍以神作為「哭泣及質問的對象」。
這種困境中的堅持，正好說明唱哀歌的人對神滿有信心。

面對困境：**放棄信仰，忠於感受？忠於信仰，壓下感受？**

哀歌作者：

既不放棄自己信仰，卻又忠於自己的感受 → 這確有張力

重複了三次的副歌：42:5，42:11，43:5

42:5 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因祂笑臉幫助我；我還要稱讚祂。

42:11 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因我還要稱讚祂。祂是我臉上的光榮（原文是幫助），是我的神。

43:5 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因我還要稱讚祂。祂是我臉上的光榮（原文是幫助），是我的神。

哀歌作者，面對 自己信仰 vs 自己感受

1st回合：苦惱之時，切慕見神！

42:1 神啊，我的心切慕祢，如鹿切慕溪水。

42:2 我的心渴想神，就是永生神；我幾時得朝見神呢？

42:3 我晝夜以眼淚當飲食；人不住地對我說：祢的神在那裡呢？

42:4 我從前與眾人同往，用歡呼稱讚的聲音領他們到神的殿裡，大家守節。我追想這些事，我的心極其悲傷。

42:5 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因祂笑臉幫助我；我還要稱讚祂。

1st 回合：苦惱之時，切慕見神！

切慕渴求水的鹿，他想喝卻不能喝，所以切慕。

最需要神的時候，神卻不在。

神是隱藏的神？失蹤的神？

神在哪裡呢？

在聖殿守節尋找到神 →

但詩人現在找不到。

我的心哪，憂悶！我裡面煩躁！



1st回合：苦惱之時，切慕見神！

但詩人也有他的信念 Ω：他勸勉自己

~應當仰望神，因祂笑臉幫助我；我還要稱讚祂。

~認定要仰望神：深信神會幫助他，所以要以他的信念
去稱讚神！

Ω 他這樣的稱讚，不是出於心情，而是基於
他信奉的信仰，他的信念！

信奉的信仰，他的信念！

讓你的笑容改變世界，
勿讓世界改變你的笑容。

*Let your faith(信仰) change the world · but
don't let the world change your faith(信仰).*

讓你的良善(kindness)改變世界，
勿讓世界改變你的良善(kindness)。

*Let your _____ change the world · but
don't let the world change your _____ .*

LET YOUR
Smile
CHANGE THE WORLD
but don't let
THE WORLD
Change
YOUR SMILE

2nd 回合：被神忘記，仍記念神！

42:6 我的神啊，我的心在我裡面憂悶，所以我從約但地，從黑門嶺，從米薩山記念祢。

42:7 祢的瀑布發聲，深淵就與深淵響應；祢的波浪洪濤漫過我身。

42:8 白晝，耶和華必向我施慈愛；黑夜，我要歌頌禱告賜我生命的神。

42:9 我要對神我的磐石說：祢為何忘記我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？

42:10 我的敵人辱罵我，好像打碎我的骨頭，不住地對我說：你的神在那裡呢？

42:11 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因我還要稱讚祂。祂是我臉上的光榮（原文是幫助），是我的神。

2nd 回合：被神忘記，仍記念神！

從約但地，黑門嶺，米薩山，遙遠並遠離耶京 → 遠離神！

42:7 瀑布聲音，深淵響應；令詩人煩躁，內外深淵互相呼喚，

→ 外面情況很憂悶，內心世界更煩躁。

42:9 詩人記念神，但他覺得神忘記他，

連敵人也說：「你的神在哪裏呢？」 → 像打碎詩人的骨頭

詩人再次掙扎 → 對磐石說話

(視神為他的磐石，是他生命穩妥的基礎 → 他站穩之處。)

詩人對磐石(神)說話

信念在搖動，怎麼辦？如何面對？外面環境正是考驗著他的信念。

詩人出路：告訴神：我的掙扎，我人生站立基礎在搖晃？

神祢在哪裡？祢為何忘記我？

告訴自己：在白晝黑夜，神永遠與他同在，「耶和華必
向我施慈愛，我要歌頌禱告賜我生命的神」。

告訴自己的心：不需要憂悶，轉向神。

今天，外面環境正是考驗著我們的信念，我站穩在磐石上嗎？

3rd 回合：仇敵欺壓，要敬拜神！

43:1 神啊，求祢伸我的冤，向不虔誠的國為我辨屈；求祢救我脫離詭詐不義的人。

43:2 因為祢是賜我力量的神，為何丟棄我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？

43:3 求祢發出祢的亮光和真實，好引導我，帶我到祢的聖山，到祢的居所！

43:4 我就走到神的祭壇，到我最喜樂的神那裡。神啊，我的神，我要彈琴稱讚祢！

43:5 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因我還要稱讚祂。祂是我臉上的光榮（原文是幫助），是我的神。

3rd 回合：仇敵欺壓，要敬拜神！

面對不虔誠，詭詐不義的國/人，詩人向神伸冤；但神像是丟棄他。

為何一位伸冤的神容許有冤情？

為何公平公義的神會令惡人得福，義人得禍？

面對敵人攻擊，詩人的信仰不容許「以惡報惡」；

信仰與情感的張力之下，

詩人選擇朝聖，求神發出祂的亮光和真實引導。要獻祭，要唱歌。

詩人回到賜他生命，賜他喜樂的神那裏。

3rd 回合：仇敵欺壓，要敬拜神！

面對困惑，詩人尋找神！

3次回合思潮起伏，他尋找神等候神！

詩人上神的聖所，要獻祭，要唱歌，求神引導。

將內心信仰與情感的張力/感覺，在神的聖所慢慢釋放出來。

在神的聖所，是神與人關係的相遇。

我的心哪，你為何憂悶？

反思：

1. 我的信念？讓你的笑容改變世界，勿讓世界改變你的笑容。
2. 今天，外面環境正是考驗著我們的信念，我站穩在磐石上嗎？
3. 應當仰望神，因我還要稱讚祂。祂是我臉上的光榮（原文是幫助），是我的神。詩人上神的聖所，要獻祭，要唱歌，求神引導。