

詩篇 46:1-11

1. 神是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。
2. 所以地雖改變，山雖搖動到海心，
3. 其中的水雖匉匉翻騰，山雖因海漲而戰抖，我們也不害怕。（細拉）
4. 有一道河，這河的分汊，使神的城歡喜，這城就是至高者居住的聖所。
5. 神在其中，城必不動搖，到天一亮，神必幫助這城。
6. 外邦喧嚷，列國動搖，神發聲，地便鎔化。
7. 萬軍之耶和華與我們同在，雅各的神是我們的避難所。（細拉）
8. 你們來看耶和華的作為，看他使地怎樣荒涼。
9. 他止息刀兵，直到地極，他折弓，斷槍，把戰車焚燒在火中。
10. 你們要休息，要知道我是神，我必在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。
11. 萬軍之耶和華與我們同在；雅各的神是我們的避難所！

前言

神是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。（詩46:1）

萬軍之耶和華與我們同在；雅各的神是我們的避難所！（詩46:7&11）

詩篇第46篇，短短11節經文，有三節經文重複出現「神是我們的避難所！」再三的提醒我們：當我們遇到患難時，要回到祂面前，來到避難所。祂與我們同在，加添我們力量，使我們重新得力。此處的「避難所」，有兩層意義。第一層意義指的是：當環境巨變，我們躲在裡面，不遭受災害；另一層意義指的是：一個堅固的堡壘，在其中，使我們覺得安全、不懼怕。

一、大環境的變動

所以，地雖**改變**，山雖**搖動**到海心，其中的水雖**匉匉翻騰**，山雖因海漲而**戰抖**，我們也不害怕。（詩46:2-3）

這節經文描述了許多環境的變動，當巨變來臨，我們需要找尋避難所。

1.地震（地雖改變）

2023年九月，土耳其和敘利亞間的大地震，罹難者超過17,500人。加州也是處於地震帶，但我們不知地震何時會發生。

★人事地震的裁員

職場上面臨人事變動的意外：裁員。美國科技業最近已裁員3.4萬人；人事大地震突如其來。

2.火山爆發（山雖搖動到海心）

去年冰島西南部雷克雅內斯半島火山爆發，海面上形成一連串的火山熔岩，十分驚人。

★火山爆發的脾氣

您我在家中，是否也會平時忍耐著，但突然之間，火氣一來，憤怒地翻桌子、甩椅子？火山爆發般的脾氣湧現時刻，我們實在需要到「避難所」尋求幫助。

3.海嘯（水雖匉匉翻騰）

日本311恐怖海嘯釀災，大小房子、車子在海嘯席捲下，人無處可逃，造成兩萬人喪生。

★金融海嘯

2008年金融海嘯來襲，一位弟兄累積10年的財富化為烏有，坦言「白忙一場」，心中沮喪。遇到財務上的困難，需要來到「避難所」尋求安慰支持。

4.戰爭：外邦喧嚷，列國動搖；神發聲，地便鎔化。（詩46:6）

北韓金正恩今年初突然宣稱：「南韓是永遠的敵人。」讓東北亞情勢瞬間緊繃；烏俄戰爭已持續兩年，軍事情勢若是擴及歐洲、極可能形成世界性戰爭。關注於「外邦喧嚷列國動搖」的世界局勢，我們難免感到心慌意亂，此時此刻，更需倚靠「**神是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。**」(詩46:1)

* 夫妻親子的冷戰

家庭間有一種戰爭，名為冷戰，是人際關係的冷戰。夫妻、親子間，有時會因為控制、拉扯，彼此不原諒。這個時刻，我們需要抓住「神是我們的避難所」這句經文，因為「神的同在」帶來力量，幫助我們前行。

二、神同在必不動搖

有一道河，這河的分汊使神的城歡喜；這城就是至高者居住的聖所。**神在其中，城必不動搖；**到天一亮，神必幫助這城。(詩46:4-5)

您我——就是那城，因為身體是聖靈的殿。當神在我們裡面時，儘管外界許多變動，但我們內心不動搖，因為神在其中，城必不動搖；因為我們信任神，神必幫助這城。

1. 詩篇46篇的背景

A. 面對強敵無能為力

猶大王希西家在位時，耶路撒冷城遭亞述軍隊圍困，國家陷入危機。亞述軍隊惡名昭彰，對於頑強抵抗的城民，一但攻破總是殘暴屠城，甚至灌注水銀讓人皮肉分離。如此暴行讓人聞風喪膽，所以許多城邦遇到亞述來襲，不是選擇束手就擒，就是全城遭滅。當亞述軍隊圍困耶路撒冷時，亞述將軍拉伯沙基高聲辱罵：「難道耶和華能救耶路撒冷脫離我的手嗎？」

面對強敵，看似無能為力之際，希西家王說：**今日是急難、責罰、凌辱的日子，就如婦人將要生產嬰孩，卻沒有力量生產。**(王下19:3)

B. 惟有倚靠獨一真神耶和華

這關鍵時刻，希西家王做了一個重要迫切的禱告：**耶和華——我們的神啊，現在求你救我們脫離亞述王的手，使天下萬國都知道惟獨你——耶和華是神！**(王下19:19)希西家王宣告相信耶和華神是真神、唯一有能力的神，掌王權居首位的神，倚靠祂就能得勝！

C. 耶和華的使者擊殺仇敵

當希西家王做了迫切的禱告，奇妙的事情發生了。**當夜，耶和華的使者出去，在亞述營中殺了十八萬五千人。清早有人起來，一看，都是死屍了**(王下19:35)

D. 天一亮，神必幫助這城

神在其中，城必不動搖；到天一亮，神必幫助這城。(詩46:5)

* 現今的您，是否因面臨強敵而感到無能為力？這強敵也許來自職場、也許來自家庭關係，也許因為財務困難。如果您對生命中的這個強敵，宛如生產的婦人沒有力量，感到無能為力，請記得來到神的避難所，全能的神是您的避難所，是您的力量，是您在患難中隨時的幫助。

* 一位弟兄去年初升任公司的CEO，短短一個月，神幫助他拿到一整年的業績。看似順利，實則遭遇更多挑戰。過去一年，前任CEO總是給他出難題，老闆對他不全然信任，始終困擾著他。面對職場環境的艱難，他選擇回到神面前，倚靠神開路，最近他轉換至新公司，新老闆也是一位基督徒，讓他工作起來十分愉快。

2. 馬丁路德堅持立場

「銀幣叮噠落進箱底，靈魂雀躍跳出煉獄。」16世紀的教廷出售贖罪券，讓信徒認為可以用金錢贖買上帝的赦罪，甚至可以為已經死去的人代購贖罪券，讓其靈魂從地獄跳脫進天堂。德國修士馬丁路德不認同贖罪券的做法。1528年，他對此寫下95條批判，張貼在威登堡

(Wittenberg)教會門前，引起教廷轟動，將其捉捕到教皇、皇帝面前，要求他撤銷這95條批判。當時的馬丁路德說：「我不能，也不願撤銷任何東西，因為違背良心是不對的，也是不安全的。**這是我的立場，我不得不如此。(Here I stand! I can do no otherwise!)** 願上帝幫助我。阿門。」生死攸關的艱難時刻，馬丁路德要講出這段話，真的很不容易。馬丁路德內心害怕，這時的他需要來到避難所，來到神面前，希望得到幫助、得到力量。馬丁路德讀到詩篇第46篇時，曾寫下這一首詩：<https://youtu.be/hj2rt9FTyIY?si=-H03qf9bPfl2oKkK>

《上主是我堅固保障》A Mighty Fortress Is Our God

(1) 上主是我堅固保障 莊嚴雄峻永堅強;
上主是我安穩慈航 助我乘風破駭浪
惡魔盤踞世上 仍謀興浪
猖狂狡猾異常 殘暴狠毒難防
窮兇極惡世無雙

(2) 我若依靠自己力量 自知難斷相對抗
幸有上帝所選的人 挺身先我往前方
如問此人為誰 他是基督我王
上主聖名威望 自古萬民共仰
定能克敵打勝仗

(3) 此言權力偉大非常 遠勝世上眾君王
聖靈恩典為我所用 因主耶穌在我方
親戚或才可捨 渺小浮生可喪
我或被殺遭殃 主道依然興旺
上主國度永久長 阿們

三、觀看神的作為

你們來看耶和華的作為，看他使地怎樣荒涼。他止息刀兵，直到地極；他折弓、斷槍，把戰車焚燒在火中。(詩46:8-9)

神能夠一夜之間擊殺亞述軍隊，祂能折弓、斷槍，也能止息刀兵。

你們要**休息**，要知道我是神！(詩46:10) He says, “**Be still**, and know that I am God; 此處的「休息」，英文為「Be still」，意為安靜。提醒弟兄姊妹：到了避難所，要休息、不要胡亂衝撞，不靠自己去做，而是要相信神、依靠祂，安靜等候。

1. 神為以色列人爭戰

摩西帶領以色列百姓出埃及，走到紅海之處，法老帶著六百輛特選的車和埃及所有軍兵從後方追趕。前後受敵的艱難，讓百姓開始躁動抱怨。此時此刻，**摩西對百姓說：不要懼怕，只管站住！看耶和華今天向你們所要施行的救恩...耶和華必為你們爭戰；你們只管靜默，不要作聲。(出14:13a-14)** 前有紅海、後有追兵的危急時刻，神要摩西告訴百姓：只管站住 & 只管靜默(Stand still & be still)，觀看神為以色列人爭戰的作為：**水就回流，淹沒了車輛和馬兵。那些跟著以色列人下海法老的全軍，連一個也沒有剩下。(出14:28)**

2. 休息（在避難所）——讓神作工

「休息」——有安靜、靜止的意思，也有停手，停止某個動作的意思。舉個例子：當我們去找理髮師剪髮的時候，我們得靜止，才能讓理髮師為我們修剪頭髮，如果動來動去，再優秀的理髮

師也無法幫忙。同樣地，我們需要安靜，才能讓神作工；如果我們不安靜下來，一直靠自己，神如何做工呢？

「休息」，是叫人看見自己的渺小和人的限制，要人承認自己的無能，放棄以自己的方式解決一切。人，是有限的。當我們面對家庭的難處，還能夠靠自己嗎？當我們突然被裁員，還有法可想嗎？艱難的時刻，請記得回到神的避難所，安靜、休息、等候神，讓神作工。

中國基督教新教領導人倪柝聲曾說：「神注重我們所是的，過於我們所作的，真實的工作乃是生命的流露，算得數的事奉總是基督的活出，將自己獻給神，不是為神作工，乃是讓神作工，凡不讓神作工的，就不能為神作工。」

3.神被尊崇

我必在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。(詩46:10)

當我們耐性等候神的時候，應當安靜、信靠，鬆手，相信神必能成就祂美善的旨意，好使祂的名「被尊崇」。

萬軍之耶和華與我們同在；雅各的神是我們的避難所！(詩46:11)

*但以理的禁食：減少部份飲食攝取(咖啡、甜食、肉類、酒精...)

愛鄰教會正進行40天的禁食禱告，從3/10主日至復活節還有21天，如果您還沒有開始，鼓勵您現在加入，禁食的次數可以每週一餐、或是每天一餐。讓我們在禁食禱告時，來到神的面前，跟祂說：祢是我的避難所、祢是我的力量，祢是我隨時的幫助。

* 教會一些事工正在推動，準備要進行，邀請您前來避難所，安靜學習，讓神作工。

3/16 (六) 9:00-3:00，田森傑牧師「創意傳福音訓練」。

3/17 (日)，春季裝備課程開始；

5/25(六)-5/27(一) 愛鄰全教會靈修營。

結論

一、大環境的變動	1.地震(地雖改變) 2.火山爆發(山雖搖動到海心) 3.海嘯(水雖匍匐翻騰) 4.戰爭:外邦喧嚷，列國動搖；神發聲，地便鎔化。(詩46:6)
二、神同在不動搖	1.詩篇46篇的背景 A 面對強敵無能為力 B 惟有倚靠獨一真神耶和華 C 耶和華的使者擊殺仇敵 D 天一亮，神必幫助這城 2. 馬丁路德堅持立場
三、觀看神的作為	1.神為以色列人爭戰 2.休息(在避難所) -- 讓神作工 3.神被尊崇

問題與討論

1. 詩篇46篇中，三次重複「神是我們的避難所」，對照現今的環境，為何我們需要避難所？
2. 面對患難的時候，「神同在」會發生什麼改變？請分享「神是我患難中的幫助」的經歷。
3. 為何在安靜中能「讓神作工」？請分享：目前是否有任何困難需要放手「讓神作工」？