

主的喜樂是我力量 (讚美之泉---深觸我心) 主的喜樂是我力量 祢的救恩是我盼望 雖然橄欖樹不效力 也許葡萄樹不結果 我仍因救我的神 歡欣快樂 [Chorus] 我要讚美 無論得時或不得時 我要讚美 每天從日出到日落 我心堅定於祢 每天讚美不停 我要讚美 跳舞讚美 我要讚美 自由讚美 大聲歡呼 祢是永遠 得勝君王	耶和華靠近傷心的人 (讚美之泉---沙漠中的讚美) 耶和華靠近傷心的人 拯救靈性痛悔的人 我的心感受 主恩的美善 敬畏祂的什麼都不缺 耶和華垂聽困苦人呼求 救我脫離 一切患難 祂必在四圍安營搭救我 信靠祂的什麼都不缺 我要時時 稱頌耶和華 讚美祂的話 必常在我口中 我的心要因為耶和華誇耀 謙卑人聽見 就要大喜樂
--	--

經文：詩篇 34 篇

大衛在被掃羅追殺、逃至非利士地時，因極度恐懼而裝瘋逃命。這樣的經歷讓他寫下了詩篇 34 篇，見證神的信實與拯救。這篇詩篇不僅訴說苦難中的讚美，也教導敬畏神的生活方式，以及信靠神終必得救的盼望。

一、在困境中讚美神 (詩 34:1-10)

信心不是建立在順境，而是在苦難中選擇讚美。

讚美是信仰的選擇，不是情緒的反應。

見證與分享能激勵他人仰望神。

行動操練：

寫「恩典日記」每日記錄感恩

碰到問題先禱告，而不是先焦慮

小組中分享「嘗主恩滋味」的見證

二、敬畏神的生活表現 (詩 34:11-14)

敬畏神表現在言語與行為中。

禁止舌頭說惡言、不說詭詐的話。

主動追求和睦，是敬畏神的表現。

行動操練：

設立「零批評日」

誠實面對曾說過的小謊

主動寫一封修復關係的簡訊

三、義人雖多苦難，終必蒙拯救（詩 34:15-22）

信主不代表沒有苦難，但神必不撇下祂的兒女。

神靠近傷心的人，在破碎中仍施拯救。苦難是信仰成長的途徑，也是神顯榮耀的機會。

真實見證 5 分鐘影片連結、QR CODE：

<https://www.youtube.com/watch?v=cfgofRHDg8M>



【小組分享討論】

1. 你是否曾經像大衛一樣，在極度困難中選擇信靠神？當時你是如何經歷神的拯救或帶領的？
2. 在你的生活中，是否有需要「敬畏神」來調整言語與行為的地方？你願意從哪一點開始操練？
👉 可從「零批評」、「不說謊」、「主動和好」三個具體挑戰中選擇一項本週實踐。
3. 你曾懷疑神是否與你同在嗎？今天從詩篇 34 篇中，你對「神與我同在」這件事有什麼新的體會？

【神的工】

1. 為建堂的需要：相信神是供應者「少壯獅子還缺食忍餓，但尋求耶和華的，什麼好處都不缺。」（詩 34:10）

在建堂的財務、人力、時間上，我們或許有不足與挑戰，但神應許「尋求祂的，什麼好處都不缺」。我們不靠人的籌算，而是仰望神的供應。

2. 為身體軟弱的家人：相信神是醫治者「耶和華靠近傷心的人，拯救靈性痛悔的人。」（詩 34:18）
求神親自醫治身體軟弱的家人，求神賜下平安與信心在病痛中堅固心靈，求神使用我們成為安慰與鼓勵的器皿

- 3 為信心低落者：相信神是靠近人的神

「我曾尋求耶和華，祂就應允我，救我脫離一切的恐懼。」（詩 34:4）

求神堅固那正在迷失或掙扎中的弟兄姊妹，求神打開心眼，看見祂仍在、仍愛

求神讓我們成為陪伴者、代禱者