

## 詩篇 第 25 篇

本文未使用任何版權材料  
具體章節的摘要和解釋來自聖經，  
它們是公共領域的宗教文本。  
免費複製和分發：傳播資訊  
(Peter Lok) 駱沅祺

[lokpeter@outlook.com](mailto:lokpeter@outlook.com)

[Bibleao.com](http://Bibleao.com)

(繁體)

## 詩篇 第 25 篇

(國語) YouTube 音訊

(粵語) YouTube 音訊

停一停 心呼吸, 向神傾心吐意

詩篇第二十五篇

“停一停，心呼吸，向神傾心吐意”，彷彿是一種呼喚內心平靜、重新與自己的靈魂連結的方式。這樣的表達，也讓人感受到一種對神、對生命深層的敬意與溝通。

“停一停”是讓自己在忙碌的生活中找到片刻的寧靜，放下外界的喧囂；“心呼吸”則是提醒自己要關注內心的狀態，讓自己的情感與思想得到調整與放鬆；而“向神傾心吐意”則是一種表達與神的對話，無論是信仰中的祈禱還是內心的自我審視，都能帶來一種心靈上的釋放與安慰。提醒我們要時常與自己的內在連結，尋找真正的平衡與安寧。在這樣的靜謐中，我們或許能更清楚地聽見內心最真實的聲音，也能更好地理解自己與周圍世界的關係。有時候停下來，深呼吸，和自己、甚至是更高的力量對話，能帶來一種難以言喻的寧靜與力量。我們的心代表著整個人，身體和靈魂。心既是身體的中心，也承載著我們的情感、思想和靈魂。這不僅是生理層面的心臟，也是象徵性和哲學層面的“心”。

在很多文化中，心被視為精神和情感的源泉。它承載著我們的愛、憂慮、希望與痛苦。心理學也將心與大腦和情感的運作緊密聯繫，而在哲學思想中，心甚至代表著人的內在智慧與靈性。

如果從整體觀念來看，心的確是身體、情感與靈魂交匯的地方，影響著我們如何感知世界，如何與他人連接，並且如何理解自我。讓我們反思我們的行為、選擇和價值觀，因為這些都深受我們心靈的狀態所影響。

今日我們生活在一個暴力的世代。毒品、貪污、搶劫、綁架、縱火、等等惡行。詩人在這裡所作的，是耶穌曾教訓我們作的是為仇敵禱告。

神必不丟棄一切「等候」祂的人，祂的時間總是最好的。因為神總是「用祂的愛、憐憫，按祂的時間、以祂的方式來回答我們的禱告。」

神是信實的神，是大能的神，是我們可以仰望、倚靠的。祂必不丟棄一切「等候」祂的人，祂的時間總是最好的。因為神總是「用祂的愛、按祂的時間、以祂的方式」

我們求神指示，神就說只要人謙卑，祂就會帶領。有時候我們覺得自己已很謙卑，神卻說我們應該可以更謙卑一點。當我們遇到困難，神說這一切環境都為要使我們更謙卑。當我們能夠謙卑自己，祂便來引領我們。

「耶和華與敬畏祂的人親密」，當我們敬畏神，必定時常親近神；如同第 15 節所寫道，祂的「眼目時常仰望耶和華」！如同詩人在第 16 至 21 節的禱告一樣，這樣的人必要在神的面前，把心中一切的苦情向祂訴說。我們何等羨慕與神擁有這樣的關係！當我們的心中有苦情，或許別人沒有時間和耐心聆聽，甚至也無法了解和體會我們的心情；但是，我們的神樂意傾聽我們！因此，讓我們來到祂的面前傾心吐意

神卻要我們「進窄門。因為引到滅亡，那門是寬的，路是大的，進去的人也多；引到永生，那門是窄的，路是小的，找著的人也少」（太七 13~14）。因此，求神用真理「引導」我們走神的道路：有滿足的喜樂；有永遠的福樂」。

這首詩以一個禱告結束，禱告祈求耶和華滿有憐恤的拯救。詩人以確信耶和華必會拯救他。他再次求神，在他被拯救時，使他不致羞愧。他斷言他的「盼望在於神」求神救贖脫離一切愁苦。

敬畏神的人，就不怕任何的難事了。不怕災害的降臨，因為有神的保佑；不怕仇敵，因為神是我們的山寨；不怕缺乏，因為主是我們的牧者。所得的福氣，還要流傳後世。所以敬畏神的不單保全了自己，還能賜福給子孫。

我們一起來禱告。

親愛的主，謝謝你是我們可以倚靠的，謝謝你說“凡等候你的必不羞愧”。神啊，求你保守我們的心，使我們能謙卑敬畏你，仰望你，你就會救我們脫離網羅，按公平、真理引領我們走當行的道。凡事求屬神的回應，並追求神的同在；幫助我們竭力對付生命的問題，追求聖潔的生命，求祢祝福祢的教會，祝福祢的兒女們！

禱告、感謝奉主耶穌基督的聖名，阿們！

### 《詩篇》第 25 篇

詩 25：1〔大衛的詩。〕耶和華啊，我的心仰望你。

詩 25：2 我的 神啊，我素來倚靠你；求你不要叫我羞愧，不要叫我的仇敵向我誇勝。

詩 25：3 凡等候你的必不羞愧；惟有那無故行奸詐的必要羞愧。

詩 25：4 耶和華啊，求你將你的道指示我，將你的路教訓我！

詩 25：5 求你以你的真理引導我，教訓我，因為你是救我的 神。我終日等候你。

詩 25：6 耶和華啊，求你記念你的憐憫和慈愛，因為這是亙古以來所常有的。

詩 25：7 求你不要記念我幼年的罪愆和我的過犯；耶和華啊，求你因你的恩惠，按你的慈愛記念我。

詩 25：8 耶和華是良善正直的，所以他必指示罪人走正路。

詩 25：9 他必按公平引領謙卑人，將他的道教訓他們。

詩 25：10 凡遵守他的約和他法度的人，耶和華都以慈愛誠實待他。

詩 25：11 耶和華啊，求你因你的名赦免我的罪，因為我的罪重大。

詩 25：12 誰敬畏耶和華，耶和華必指示他當選擇的道路。

詩 25：13 他必安然居住；他的後裔必承受地土。

詩 25：14 耶和華與敬畏他的人親密；他必將自己的約指示他們。

詩 25：15 我的眼目時常仰望耶和華，因為他必將我的腳從網里拉出來。

詩 25：16 求你轉向我，憐恤我，因為我是孤獨困苦。

詩 25：17 我心裡的愁苦甚多，求你救我脫離我的禍患。

詩 25：18 求你看顧我的困苦，我的艱難，赦免我一切的罪。

詩 25：19 求你察看我的仇敵，因為他們人多，並且痛痛地恨我。

詩 25：20 求你保護我的性命，搭救我，使我不致羞愧，因為我投靠你。

詩 25：21 願純全、正直保守我，因為我等候你。

詩 25：22 神啊，求你救贖以色列脫離他一切的愁苦。

這篇詩篇可以分為幾個部分：

求神拯救與引導（第 1 - 7 節）

信靠神的恩典與公義（第 8 - 14 節）

為自己的罪懺悔與請求赦免（第 15 - 22 節）

詳細解釋

1. 求神拯救與引導（1 - 7 節）

1 節：

「耶和華啊，我的心仰望你。」

詩人表達了對神的全然依賴與信靠。他將自己的心向神擺放，尋求神的引導和保護。

2 - 3 節：

「我的神啊，我倚靠你；求你不要叫我羞愧；不要讓我的仇敵歡喜。」

詩人懇求神不要讓他受辱或被敵人擊敗。他的信心在於神的拯救和保護。

4 - 5 節：

「耶和華啊，求你將你的道指示我，將你的路教訓我。」

詩人不僅求神拯救，還請求神引導他走正確的道路。這表達了對神智慧的渴望。

6 - 7 節：

「耶和華啊，求你紀念你的慈愛和你的恩典，因為這是古時所常有的。」

詩人回顧神過去對以色列的恩典與憐憫，並請神根據這些過去的恩惠，繼續施恩於他。這是對神公義和慈愛的訴求。

## 2. 信靠神的恩典與公義（8-14 節）

8-9 節：

「耶和華是良善正直的，因此他必指引罪人走正路。」

這裡強調神的良善與正直，並且祂會指引那些迷失的，尤其是那些謙卑尋求祂的人走正道。

10 節：

「凡遵守耶和華約、法度的人，耶和華必指教他。」

神會指導那些遵循祂旨意的人的道路，顯示出遵行神道的益處。

11-14 節：

「求你因你的名赦免我的罪，因為我的罪重大。」

詩人認識到自己的罪行，並懇求神出於祂的名和慈愛赦免自己的罪。接下來的經文表達了對神引導和親近的渴望，說明神與敬畏祂的人有密切的關係，祂會指導、引領和安慰那些信靠祂的人。

## 3. 為自己的罪懺悔與請求赦免（15-22 節）

15 節：

「我眼目常仰望耶和華，因為他必將我的腳從網羅中拉出來。」

詩人表達了他對神的堅定依賴，並相信神會救他脫離一切困難。

16-18 節：

「求你轉向我，憐憫我，因為我獨自困苦。」

詩人請求神的憐憫，因為他面臨困境，並對神的恩典和幫助有著深切的渴求。

19 - 21 節：

詩人回顧周圍的困難與敵人，但他仍堅信神會憐憫他，並求神保護他，使他不再遭遇羞辱。

22 節：

「神啊，求你救贖以色列，脫離他一切的困苦。」

詩篇的結尾是一個普遍的祈禱，為以色列民眾祈求神的拯救與幫助。

詩篇第 25 篇的核心主題

對神的依賴與信靠

整篇詩篇表達了詩人對神的全然依賴，不論在困境中，還是面對個人罪行時，都依靠神的恩典、智慧與指引。

神的慈愛與公義

詩篇強調神的良善、公義和慈愛，神會指導那些謙卑信靠祂的人，並會赦免他們的罪。

對智慧與指引的渴求

詩人不僅求神保護自己，還求神教導他走正確的道路，顯示出對神智慧的深切渴望。

罪的認識與懺悔

詩人在詩中多次認識到自己的罪，並懇求神赦免，這是對神恩典的信心表達。

拯救的祈求

詩人不僅為自己，也為以色列民族祈求神的拯救，強調神是唯一能夠帶來救贖與幫助的源頭。

## 結語

《詩篇》第 25 篇是充滿信靠、懇求、智慧和憐憫的禱告。它告訴我們，即使在困境中，我們也應該堅信神的良善與正直，並願意尋求祂的引導與赦免。詩篇中的每一段都提醒我們，當我們回到神的面前，認識到自己的有限與罪行時，神會用祂的恩典和智慧來引領我們，並賜下平安與希望。。