

誤會、受辱，困苦窘迫中的禱告

詩篇 4:1, 6-8

「顯我為義的神啊，我呼籲的時候，求你應允我！我在困苦中，你曾使我寬廣；現在求你憐恤我，聽我的禱告！」

「有許多人說：誰能指示我們什麼好處？耶和華啊，求你仰起臉來，光照我們。你使我心裡快樂，勝過那豐收五穀新酒的人。我必安然躺下睡覺，因為獨有你--耶和華使我安然居住。」

詩篇第四篇是一首晚禱詩，相信是大衛逃避兒子押沙龍追殺的一個晚上，於惶恐難眠的情況下寫的，紀錄大衛藉著向神禱告而得到「安息」的心境。

大衛在這篇詩中，向押沙龍朝中侍立的毀謗者宣講他所認識的神，向他們宣告：「神已經分別虔誠人歸祂自己」，宣稱自己是屬神的，神已經聽了自己的祈禱，並且會應允看顧他；同時也向自己陣營中正準備就寢的沮喪者訴說，他所信靠的神必與他們同在，保護他們的安全，讓大家能安然入睡。

困境、低谷是人生難免的事，但如果是無止境的羞辱，長期受欺壓、被欺負、被誤會，該怎麼辦？

1. 把感受告訴神，因為神知道真相：我們無法控制別人如何對我們，卻可以掌控自己的情緒不被攪擾。只要能在神面前無愧，就不必去介意別人對我們的看法、批評論斷、甚至羞辱。
2. 數算神的恩典：「我在困苦中，你曾使我寬廣。」相信神是全能、信實可靠、永不誤事的神，祂過去幫助過我們，今天仍然會幫助我們；神愛的大能可以醫治我們的傷痛，撫平心中的痛苦，讓我們得著靈裏的安息，並賜下夠用的恩典與能力使我們在敵意的環境中仍能平靜向前。
3. 祈求神的同在：「求你仰起臉來，光照我們，向我們施恩。」

- a. 這是對自己和對神更深的認識。是深深地知道「主啊，我不能沒有你的光，求你仰起臉來光照我。我需要你的光和你的同在。」
- b. 因著神的光和神的同在，我們得著了能力，叫我們心裡快樂，勝過那些亨通發財的人；也讓我們心中有超自然的安息，能在狂風暴雨中安然躺下睡覺。

禱告：

親愛的父神，在狂風暴雨中，「唯有祢」能使我安然居住。是的，在逆境中，我需要祢的光和祢的同在。因為祢的同在，使我得著能力，叫我心裡快樂，勝過那些亨通富裕的人；也讓我心中有屬天的安息，在狂風暴雨中仍能平靜向前。

主啊！唯有祢是公義。賜給我智慧，幫助我在這個不義的世代中能分辨祢的時候和祢的工作。賜給我夠用的恩典與力量凡事來信靠祢，因為「唯有祢」才是我的幫助和倚靠。奉主耶穌基督的聖名禱告，阿們！

--安歇

[#波特蘭恩典之路](#)

[#詩篇靈修短文](#)

[#詩篇第四篇](#)