

2026年3月11日

何止心靈上的安慰

余志文

讀經：詩篇二十三篇

大衛的詩。

- 1 耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。
- 2 他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。
- 3 他使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。
- 4 我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖、你的竿，都安慰我。
- 5 在我敵人面前，你為我擺設筵席；你用油膏了我的頭，使我的福杯滿溢。
- 6 我一生一世必有恩惠慈愛隨著我；我且要住在耶和華的殿中，直到永遠。

信息

這可能是最多人喜愛的詩篇，我們在當中感受到神是多麼好，心靈被安慰。而今天想特別思想兩個問題：

1. 「躺臥在青草地上」是一個怎樣的狀態？
2. 「杖」和「竿」有何分別？為何要提及兩者。

讀到「躺臥在青草地上」、「可安歇的水邊」，我們自然想到休閒地躺臥在青蔥的草地上，無休無慮地安歇。這理解沒有錯，但我們還要留意當中描述的是羊，草地對於牠們最有價值的地方不是休息，而是吃草。從這個角度，我們便更明白第2節整節的意義，其重點不僅是心靈上的休息、安歇，還有神的實質的供應——吃草、飲水。這樣，我們也更明白一開始「我必不致缺乏」更全面的意義。

那麼，為何詩人如此強調躺臥、安歇呢？這又要回到最基本的問題，對於羊，甚麼情況下可以無休無慮地吃草、飲水呢？讓我們以「杖」的意義來解釋。（明天解釋「竿」的意義）

從現代人的角度，我們可能以為杖是上山的用柺杖。它的確可以有這用途，但卻不是主要的用途。相對竿，杖是一枝較短的棍子，用來保護和引導羊群，例如驅趕來獵食的狼群。

羊能安心的地食草、喝水，因為有拿著杖的牧人的保護，這也讓我們更明白「行過死蔭的幽谷，也不怕遭害」，「在我敵人面前，你為我擺設筵席」等意義。

思考與實踐

1. 詩二十三所描繪的不僅是一個給予心靈安慰的牧者，同時是一位供應我們所需，並實質上保護我們的牧者。請再讀本詩篇一次，從神的供應和保護方面感受它。
2. 讀詩二十三通常想到的是神對人的安慰、保護、供應，但卻較少想到自己如何成為別人的「牧人」，讓更多人也能經歷上帝的牧養。此外，福音派通常較少在預苦期作「施捨」方面的操練，在各地也充滿戰亂、貧窮的世代裏，我可如何成為更多人的牧者，讓他們也有機會經歷上帝的安慰、保護、供應呢？

金句

他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。
(詩二十三2)