

# 心靈之旅 — 走過孤單的路

## 〈詩篇一三九篇〉

### 1. 孤單 …

☞ 我們往往在什麼樣的情況下會感覺孤單？請舉例。

- 外在環境的孤單：當過年過節、曲終人散、天氣不好、或是孤獨一人的時候…。
- 內在心靈的孤單：當心情不好、別人不認同、不了解、或是缺乏愛與關懷的時候…。
- 軟弱無助的孤單：當我們覺得軟弱、挫折、無能為力的時候…。
- 寂寞聲音…世人是否常在寂寞、孤單的景況下？
  - 我如同曠野的鴉鵂，我好像荒場的鴉鳥。我做醒不睡，我像房頂上孤單的麻雀…。(詩篇：一百零二6-7)

☞ 基督徒在走十字架的道路時，是否也會經歷寂寞、孤單的景況？

- 年輕獻身宣教的傳道人：開始獻身的道路還有人關懷、支持，後來卻愈走愈孤單…。
- 年老返鄉的宣教士夫婦：一生奉獻給主在異地宣教，返鄉時卻是面對孤單…。
- 我們基督徒在這世上，有些時候也必須走孤單的道路…。(請參考馬太福音：七13-14)

☞ 聖經中，有那些人也曾經走過孤單的路？

- 挪亞 (創世記)
  - 挪亞與神同行，並遵行神的旨意，卻在當代的人中，走一條非常孤單的路…。
  - 他的一生，在前六百年經歷心靈上的孤獨，在後三百五十年卻經歷真正孤獨的生活，因全世界上只剩下他們一家人…。
- 約瑟 (創世記)
  - 約瑟雖受父親寵愛，卻從小被十個哥哥所恨惡，不和他說和睦的話…。
  - 他十七歲被自己兄弟賣到埃及為奴，又被主人之妻誣告，蒙冤下到監裡…。
- 摩西 (出埃及記)
  - 摩西離開埃及王宮之後，孤單的在外族寄居，在野地裡放羊，達四十年之久…。
  - 摩西帶領以色列人在曠野裡流浪，不被以色列人所認同、了解，達四十年之久…。
- 迦勒 (民數記；約書亞記)
  - 迦勒專一跟從神，在窺探迦南地之後，與約書亞獨排眾意，力主進迦南地…。
  - 他在年老 (八十五歲) 時，同輩的人除約書亞外都已過世，卻仍自願為神爭戰…。
- 約伯 (約伯記)
  - 約伯在一天之內，失去了所有子女、家產，身上長滿了毒瘡…。
  - 他在苦難中，自己的妻子對他冷嘲熱諷，至親朋友不了解反而責難他…。
- 保羅 (使徒行傳)
  - 當保羅信主到了耶路撒冷，卻沒有門徒願意與他結交。(請參考使徒行傳：九26)
  - 他晚年在獄中，仍是經歷許多的孤單…。(請參考提摩太後書：四10-11, 16)

▶ 神是否了解、體恤我們的寂寞、孤單？

- 在創世之時，神就體恤我們的孤單…。
  - 耶和華神說：那人獨居不好，我要為他造一個配偶幫助他…。(創世記：二18)
- 耶穌自己也是常常在寂寞、孤單的景況下…。
  - 耶穌自己也是常常在寂寞、孤單的景況下…。(約翰福音：一11)
  - 因我們的大祭司，並非不能體恤我們的軟弱…。(希伯來書：四15)

## 2. 在我們孤單時… (詩篇：一三九1-16)

- ▶ 大衛在這裡勉勵我們，當我們心靈孤單時，應該想到什麼？(1-6)
  - 我們的神認識並了解我們…祂知道我們每一件事，所作所為真正的動機是什麼…。
  - 即使別人不了解或是誤解我們口中所說的，我們的神，祂仍必了解…。
  - 在我們心靈最孤單寂寞時，祂必與我們同在，並安慰我們…。
- ▶ 大衛在這裡勉勵我們，當我們肉身孤單時，應該想到什麼？(7-12)
  - 無論我們在那裡，我們的神是時時與我們同在的神…。(請參考以賽亞書：四十一10)
  - 無論我們在什麼樣的景況，我們的神是時時引領、扶持我們的神…。
  - 無論我們所面對的環境如何的黑暗、險惡，我們的神仍然看顧我們，並與我們同在…。
- ▶ 大衛在這裡勉勵我們，當我們孤單無助時，應該想到什麼？(13-16)
  - 當我們還在母腹裡，還不認識神，我們的神就已經覆庇我們…。
  - 我們的神既用奇妙的能力創造我們、賜給我們生命，必有能力解決我們現在的難題…。
  - 當我們在生命開始最脆弱時，我們的神就開始顧念我們，更何況現在…。

## 3. 來與神親近… (詩篇：一三九17-24)

- ▶ 大衛如何來渡過這段孤單的時間？
  - 大衛把握這段孤單的時間，更多的親近神，思想神的屬性…。
  - 其實，孤單是一個機會，讓我們能來親近神…。
  - 有時候我們並不孤單，卻也要有獨處的時間來親近神…。
    - 耶穌隨即催門徒上船…散了眾人以後，祂就獨自上山去禱告，到了晚上，只有祂一人在那裡…。(馬太福音：十四22-23)
- ▶ 大衛在這裡如何使用這段與神親近的時間？
  - 思想神在我們身上的意念，並盼望我們能行在神的計劃中。(請參考以弗所書：二10)
  - 思想神的公義，並盼望能與神同行，在這世上施行神的公義。(請參考彌迦書：六8)
  - 求神鑒察我們的心思、意念，並引領我們走在神永生的道路上…。

## 4. 我們的回應：

☞ 當我們在孤單的時候…

- 在我們心靈孤單時…記得我們的神是無所不知的神…。
- 在我們肉身孤單時…記得我們的神是無所不在的神…。
- 在我們軟弱孤單時…記得我們的神是無所不能的神…。
- 讓我們珍惜孤單的這段時間…更多的來親近神、與神獨處…。

☞ 有時我們會感覺寂寞，但在主裡，我們卻永遠不會孤單…

- 父就另外給你們一位保惠師，叫祂永遠與你們同在…。(約翰福音：十四16)
- 我就常與你們同在，直到世界的末了…。(馬太福音：二十八20)
- 你們要分散，各歸自己的地方去，留下我獨自一人，其實我不是獨自一人，因為有父與我同在…。(約翰福音：十六32)

☞ 背誦經文：

- 我若展開清晨的翅膀，飛到海極居住，就是在那裡，你的手必引導我，你的右手也必扶持我…。(詩篇：一百三十九9-10)