

2.25  
MONDAY  
詩篇  
3-4

上主啊，我竟然有這麼多仇敵！有這麼多的人攻擊我！他們談論著我，說：上帝不救助他！但上主啊，你是衛護我的盾牌；你讓我得勝，使我抬得起頭。（詩篇3：1-3）

## 上主使我抬得起頭

詩篇第3篇被認定是大衛王在逃避兒子押沙龍的追殺的期間，所寫下的詩歌。詩中敘述大衛王落魄的心情，不僅被人丟石頭，謾罵，嘲笑，與從前風光的時期比起來，天差地遠。就連大衛的朋友都選擇去幫助押沙龍，種種的恥辱讓大衛感到抬不起頭來。

但是在這樣的苦境中，大衛也透過信仰來尋求力量，再次梳理自己的心，明白只有上主才是他真正的「盾牌」與「榮耀」，唯有上主能叫他重新抬起頭來。

在生活中，我們可能會遇到各式各樣的攻擊，例如肢體或言語暴力、霸凌等，有時候我們會感到孤立無援，沒有人能懂自己的心情，而因此封閉自己。但是，我們可以學習大衛王，明白我們永遠可以尋求的對象就是上主。讓我們將自己的委屈和痛苦向上主哀告吧！哀告之後，我們要放下愁煩，脫離驚恐，安然入睡。但願我們明白上主隨時的同在與安慰，祂從不離棄我們，將一切祈禱交託，相信很我們必能重新抬起頭來。

## 雙連視障關懷基金會作光20年



雙連視障關懷基金會為記念成立20年週年，製作《閃閃發光的黑暗世界》，描述15位盲友的生活故事。基金會多年來陪伴許多盲友走出心靈黑暗，七星中會雙連教會主任牧師蔡政道表示，感謝上帝使用教會同工，也將繼續努力幫助更多人。（相關報導請上TCNN）

親愛的上主，當我遭遇困境或挫敗，求祢使我緊緊依靠祢的帶領，因祢是使我抬得起頭的上主。奉主耶穌基督的名祈禱，阿們。