

4.25
SATURDAY
詩篇
121

我舉目觀望群山；我的幫助從哪裡來？我的幫助從上主來；他是創造天地的主。他不會讓你跌倒；你的保護者不會打盹。看哪，以色列的保護者，他既不打盹，也不睡覺。上主要保護你；他在你身邊庇護你。白天，太陽不傷你；黑夜，月亮也不害你。上主要救你脫離各樣災難；他要保守你的生命。你進你出，上主都保護你，從現在直到永遠。（詩 121:1-8）

我的幫助在這裡

詩篇121篇是一首旅途中的詩。詩人抬頭看著前方的群山，可能想到那裡有聖殿，也可能想到旅途的危險。於是他問：「我的幫助從哪裡來？」再用信心回答：「我的幫助從造天地的上主而來。」

整首詩裡不斷重複「保護」這個字，提醒讀者上主從不打盹、不疏忽。白天與黑夜、出與入、今與永遠這些對比句，形成一種流動的詩意節奏，讓人感受到上帝的保護不是短暫的安慰，而是無所不在的同行。

在這麼多不確定的世界裡，我的安全感從哪裡來？聖經提醒我們，上主不是冷冷地在天上看著，而是像守夜的人一樣醒著，知道我們心裡的害怕。祂的「保護」不是讓事情都順利，而是當我們跌倒、迷路或懷疑時，祂仍然在旁邊。當你覺得沒人理解、世界太吵時，不妨像詩人那樣反思：「我的幫助在哪裡？在主這裡！」也許事情答案不會立刻出現，但這個舉目的動作，就是信心的開始，也是重新被上帝看見的時刻。

與小組夥伴討論以下問題：

1. 在生活很亂、心裡很煩的時候，你通常會向誰求助？
2. 你覺得上帝的幫助，和朋友、網路、成績帶來的安全感有什麼不一樣？

主啊，我的幫助從造天地的祢而來。
求祢日夜看守我出入，使我得安穩。奉主
耶穌基督的名祈禱，阿們。