



中文主日學

PAC Chinese Sunday School

《 心靈的旅程：詩篇三十課 》

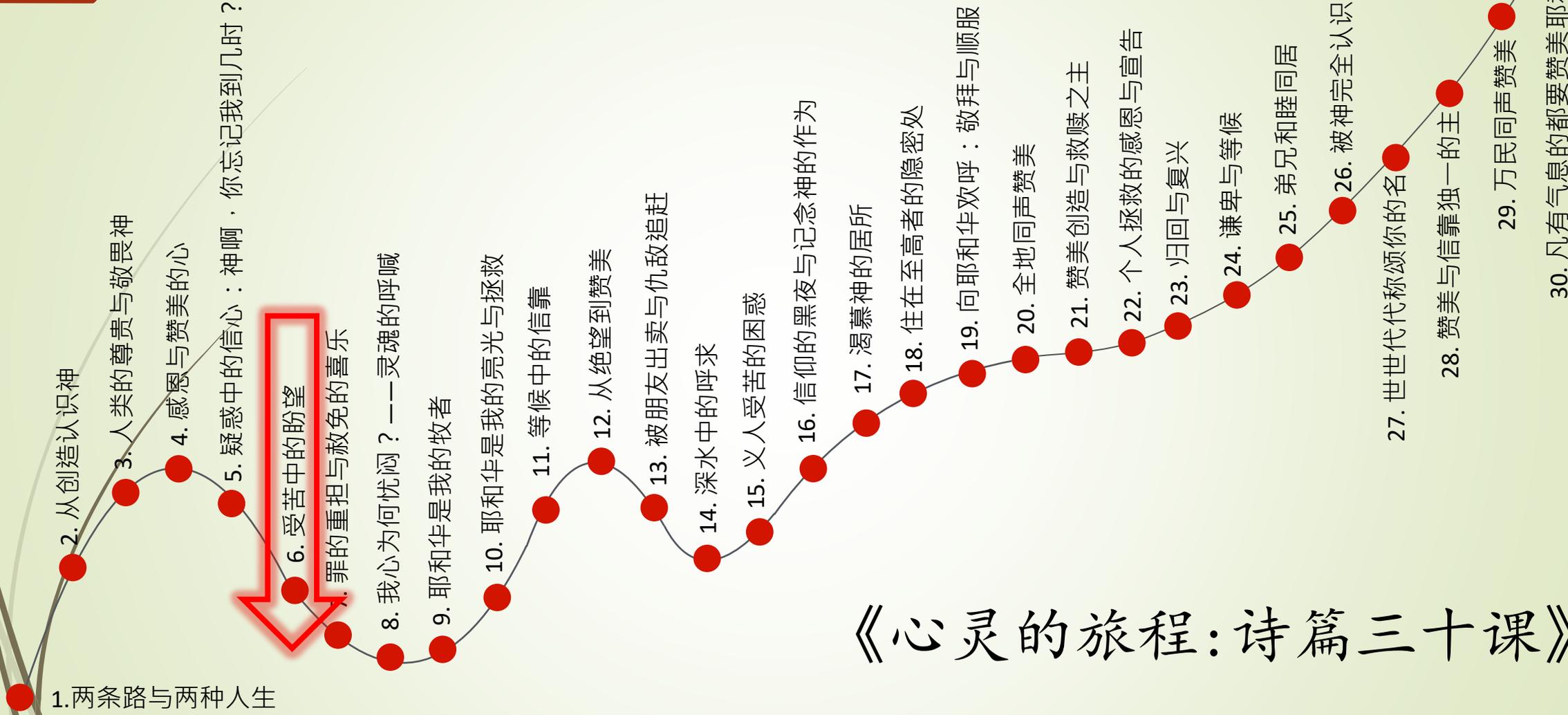
第6課 詩篇22篇

受苦中的盼望：十字架的預表

陳淑康

January 18, 2026

# 跌宕起伏的人生 —— 义人道路



《心灵的旅程：诗篇三十课》

## 詩篇22 大衛的詩，交於伶長。調用朝鹿。

1 我的神！我的神！為什麼離棄我？為什麼遠離不救我，不聽我  
唉哼的言語？

2 我的神啊，我白日呼求，你不應允；夜間呼求，並不住聲。

3 但你是聖潔的，是用以色列的讚美為寶座的。

4 我們的祖宗倚靠你，他們倚靠你，你便解救他們。

5 他們哀求你便蒙解救，他們倚靠你就不羞愧。

6 但我是蟲，不是人，被眾人羞辱，被百姓藐視。

7 凡看見我的都嗤笑我，他們撇嘴搖頭，說：

8 「他把自己交託耶和華，耶和華可以救他吧！耶和華既喜悅  
他，可以搭救他吧！」

9 但你是叫我出母腹的，我在母懷裡，你就使我有倚靠的心。

10 我自出母胎就被交在你手裡，從我母親生我，你就是我的神。



11 求你不要遠離我，因為急難臨近了，沒有人幫助我。

12 有許多公牛圍繞我，巴珊大力的公牛四面困住我。

13 牠們向我張口，好像抓撕吼叫的獅子。

14 我如水被倒出來，我的骨頭都脫了節，我心在我裡面如蠟融化。

15 我的精力枯乾，如同瓦片，我的舌頭貼在我牙床上。你將我安置在死地的塵土中。

16 犬類圍著我，惡黨環繞我，他們扎了我的手、我的腳。

17 我的骨頭我都能數過，他們瞪著眼看我。

18 他們分我的外衣，為我的裡衣拈鬮。

19 耶和華啊，求你不要遠離我！我的救主啊，求你快來幫助我！

20 求你救我的靈魂脫離刀劍，救我的生命脫離犬類！

21 救我脫離獅子的口！你已經應允我，使我脫離野牛的角。



22 我要將你的名傳於我的弟兄，在會中我要讚美你。

23 你們敬畏耶和華的人，要讚美他！雅各的後裔，都要榮耀他！以色列的後裔，都要懼怕他！

24 因為他沒有藐視、憎惡受苦的人，也沒有向他掩面，那受苦之人呼籲的時候，他就垂聽。

25 我在大會中讚美你的話是從你而來的，我要在敬畏耶和華的人面前還我的願。

26 謙卑的人必吃得飽足，尋求耶和華的人必讚美他。願你們的心永遠活著！

27 地的四極都要想念耶和華，並且歸順他，列國的萬族都要在你面前敬拜。

28 因為國權是耶和華的，他是管理萬國的。

29 地上一切豐肥的人必吃喝而敬拜，凡下到塵土中不能存活自己性命的人，都要在他面前下拜。

30 他必有後裔侍奉他，主所行的事必傳於後代。

31 他們必來把他的公義傳給將要生的民，言明這事是他所行的。



# 文體：個人哀歌 (Lament of the Individual)

呼求 (22:1)

讚美 (22:27-31)

哀嘆/困境描述

(22:2-8)

回想神的信實

(22:9-11)

懇求

(22:12-21)

信靠宣告

(22:22-24)

讚美誓詞

(22:25-26)

敬拜



# 結構分析



## 從離棄 到受難

<sup>1</sup>我的神！我的神！為什麼離棄我？為什麼遠離不救我，不聽我唉哼的言語？  
<sup>2</sup>我的神啊，我白日呼求，你不應允；夜間呼求，並不住聲。<sup>3</sup>但你是聖潔的，是用以色列的讚美為寶座的。  
<sup>9</sup>但你是叫我出母腹的，我在母懷裡，你就使我有倚靠的心。<sup>10</sup>我自出母胎就被交在你手裡，從我母親生我，你就是我的神。

### 真誠的哀嘆

- ❑ 第1節“我的神，我的神，為什麼離棄我？”
- ❑ “離棄”希伯來文 azab (עִזַּבְתִּי) = forsake, leave/leave off = 離棄、離開、丟下
- ❑ 意指盟約中的斷絕。它體現了耶穌在十字架上所承擔的、與神最深的隔絕
- ❑ 大衛既表達親密“我的神”，也表達痛苦“離棄”

约在申初，耶稣大声喊着说：以利！以利！拉马撒巴各大尼？就是说：我的神！我的神！为甚麽离弃我？

马太福音 27:46 CUVS



馬可福音 15:34

申初的時候，耶穌大聲喊著說：「以羅伊！以羅伊！拉馬撒巴各大尼？」翻出來就是：「我的神！我的神！為什麼離棄我？」

## 從離棄 到受難

### 距離的呼喊

- ❑ 第2節“我的神啊，我白日呼求，你不應允；夜間呼求，並不住聲。”神似乎遠離，不伸手幫助
- ❑ “呼求”希伯來文qara (שָׁאַרַךְ) = call, cried, read, proclaim = 召喚、朗讀、宣告
- ❑ “並不住聲”希伯來文duwniyah (דוּמְיָה) = wait, silence = 寂靜、靜止、信賴
- ❑ 應用：即使感到被離棄，禱告仍要向神發出。



婦人焉能忘記  
他吃奶的嬰孩，  
不憐恤他所生的兒子？  
即或有忘記的，  
我卻不忘記你。  
看哪，我將你銘  
刻在我掌上；  
你的牆垣常在我眼前。  
以賽亞書 49:15-16

### 诗篇 62:1

我的心默默无声专等候神  
Truly my soul finds rest in God; my salvation comes from him.  
我的救恩是从他而来

## 敵人圍攻 與羞辱

6 但我是蟲，不是人，被眾人羞辱，被百姓藐視。7 凡看見我的都嗤笑我，他們撇嘴搖頭，說：8 「他把自己交託耶和華，耶和華可以救他吧！耶和華既喜悅他，可以搭救他吧！」

- ❑ 第6節 “我是蟲，不是人，被眾人羞辱，被百姓藐視”
- ❑ 大衛自謙為蟲。“蟲”希伯來文 towla` / towle'ah (תולעת) = scarlet/crimson, worm = 蟲、胭脂蟲、朱紅色
- ❑ 意味蒙受人難以忍耐的極大污辱與痛苦
- ❑ 這種蟲受擠壓後會產生鮮紅色染料，象徵基督為我們流出的救贖寶血



## 敵人圍攻 與羞辱



你知道我受的辱骂、欺凌、羞辱；  
我的敌人都在你面前。辱骂伤破了我的  
心，  
我又满了忧愁。  
我指望有人体恤，却没有一个；  
我指望有人安慰，却找不着一个。他  
们拿苦胆给我当食物；  
我渴了，他们拿醋给我喝。

诗篇 69:19-21 CUNPSS

他被藐视，  
被人厌弃；  
多受痛苦，  
常经忧患。  
他被藐视，  
好像被人掩面  
不看的一样；  
我们也不尊重他。  
以赛亚书 53:3

DailyVerses.net

## 身心靈 的痛苦

12 有許多公牛圍繞我，巴珊大力的公牛四面困住我。13 牠們向我張口，好像抓撕吼叫的獅子。14 我如水被倒出來，我的骨頭都脫了節，我心在我裡面如蠟融化。15 我的精力枯乾，如同瓦片，我的舌頭貼在我牙床上。你將我安置在死地的塵土中。16 犬類圍著我，惡黨環繞我，他們扎了我的手、我的腳。17 我的骨頭我都能數過，他們瞪著眼看我。18 他們分我的外衣，為我的裡衣拈鬪。



□ 第14節 “如水被倒出來，我的骨頭都脫了節，我心在我裡面如蠟融化。”

□ “倒” shaphak (שָׁפַךְ) = pour out/pour, shed, cast = 澆、傾倒、流出(血)

□ 描繪徹底的軟弱

□ 第16節 “...他們扎了我的手、我的腳”

□ 希伯來文 ariy (אֲרִי) = lion, sense of violence, untranslated variant ; “他們像獅子(抓)我的手和我的腳。”

□ 預示基督的釘十字架



## 身心靈 的痛苦

# 詩篇22篇的意象(Visualization)

- ❑ 公牛: 力量與威脅 (22:12)
- ❑ 獅子: 撕裂與吞噬 (22:13)
- ❑ 犬類: 圍攻與羞辱 (22:16)
- ❑ 骨頭脫節 (22:14)
- ❑ 心如蠟融化 (22:14)
- ❑ 舌頭貼腭 (22:15)
- ❑ 手腳被刺透 (22:16)



骨骨折

折

節脫臼

● 促进气血流通



## 信靠神的拯救

<sup>4</sup>我們的祖宗倚靠你，他們倚靠你，你便解救他們。<sup>5</sup>他們哀求你便蒙解救，他們倚靠你就不羞愧。

<sup>11</sup>求你不要遠離我，因為急難臨近了，沒有人幫助我。

<sup>19</sup>耶和華啊，求你不要遠離我！我的救主啊，求你快來幫助我！<sup>20</sup>求你救我的靈魂脫離刀劍，救我的生命脫離犬類！<sup>21</sup>救我脫離獅子的口！你已經應允我，使我脫離野牛的角。

- 第4節 “我們的祖宗倚靠你，他們倚靠你，你便解救他們。”
  - “倚靠” 希伯來文 batach (בָּטַחַח) = trust, confidence = 信靠、安穩
  - “解救” 希伯來文 palat (וְהַפְּלִיטָמוּ) = deliver/deliver, escape = 逃脫、解救、安然帶走
  - 記念神的信實，過去的拯救成為現在的盼望
- 第19節 “耶和華啊，求你不要遠離我！我的救主啊，求你快來幫助我！”
  - 懇求拯救/主施救恩
  - 轉折點：哀嘆變為祈求 → 祈求轉為讚美

# 信靠神的拯救

義人呼求，耶和華聽見了，  
便救他們脫離一切患難。  
耶和華靠近傷心的人，  
拯救靈性痛悔的人。  
義人多有苦難，  
但耶和華救他脫離這一切，

詩篇 34:17-19 CUNPTS

你不要害怕，因為我與你同在；  
不要驚惶，因為我是你的神。  
我必堅固你，我必幫助你；  
我必用我公義的右手扶持你。

以賽亞書 41:10 CUNPSS



**希伯來書 5:7 CUVS**

基督在肉體的時候，既大聲哀哭，流淚禱告，懇求那能救他免死的主，就因他的虔誠蒙了應允。



## 從哀嘆 到讚美

22 我要將你的名傳於我的弟兄，在會中我要讚美你。23 你們敬畏耶和華的人，要讚美他！雅各的後裔，都要榮耀他！以色列的後裔，都要懼怕他！24 因為他沒有藐視、憎惡受苦的人，也沒有向他掩面，那受苦之人呼籲的時候，他就垂聽。25 我在大會中讚美你的話是從你而來的，我要在敬畏耶和華的人面前還我的願。26 謙卑的人必吃得飽足，尋求耶和華的人必讚美他。願你們的心永遠活著！

- ❑ 第22節 “我要將你的名傳於我的弟兄，在會中我要讚美你。”
- ❑ “傳” 希伯來文： caphar (כָּפַר) = scribe, tell, declare, number
  - ❑ 動詞：述說、宣告、計算
  - ❑ 名詞：文士、書記
- ❑ “讚美” 希伯來文： halal (הָלַל) = praise, glory, boast, mad, shine, foolish/fools = 讚美/被讚美/值得讚美，照亮/發光，誇耀，行動形同瘋子，愚妄/癲狂/猖狂
- ❑ 會眾中的見證
- ❑ 讚美不只是個人的，是群體性的

# 從哀嘆 到讚美



希伯来书 2:12 CUVS

说：我要将你的名传与我的弟兄，在会中我要颂扬你；



约在半夜，保罗和西拉祷告，唱诗赞美神，众囚犯也侧耳而听。

使徒行传 16:25 CUVS

我曾耐性等候耶和华；  
他垂听我的呼求。他从祸坑里，  
从淤泥中，把我拉上来，  
使我的脚立在磐石上，  
使我脚步稳当。他使我口唱新歌，  
就是赞美我们神的话。  
许多人必看见而惧怕，  
并要倚靠耶和华。

诗篇 40:1-3 CUNPSS

你们和儿女、仆婢，  
并住在你们城里  
无分无业的利未人，  
都要在耶和华—你们的神面前欢乐。

申命记 12:12 CUVS

## 萬國敬拜 與傳承

<sup>27</sup> 地的四極都要想念耶和華，並且歸順他，列國的萬族都要在你面前敬拜。<sup>28</sup> 因為國權是耶和華的，他是管理萬國的。<sup>29</sup> 地上一切豐肥的人必吃喝而敬拜，凡下到塵土中不能存活自己性命的人，都要在他面前下拜。<sup>30</sup> 他必有後裔侍奉他，主所行的事必傳於後代。<sup>31</sup> 他們必來把他的公義傳給將要生的民，言明這事是他所行的。

- ❑ 第27節 “地的四極都要想念耶和華，並且歸順他…”
- ❑ “歸順” 希伯來文: shuwb (וָשׁוּב) = return , ...again, turn, ...back, ...away, restore, bring = 迴轉、歸向/返回、回到原處、撤退、復興、更新
- ❑ “敬拜” 希伯來文: kara (וַיִּשְׁתַּחֲוּ) = bow, ...down, fell = 跪拜、下拜、敬拜、叩拜
- ❑ 救恩的範圍擴展到全地 → 萬國敬拜
- ❑ 信仰透過見證傳遞下去世世代代
- ❑ 神的公義統治保證盼望超越當下的痛苦

## 萬國敬拜 與傳承

他已经吞灭死亡直到永远。主耶和華必擦去各人脸上的眼泪，又除掉普天下他百姓的羞辱，因为这是耶和華说的。

以赛亚书 25:8 CUNPSS

主啊，你所造的万民都要来敬拜你；他们也要荣耀你的名。

诗篇 86:9 CUVS

所以，你们要去，使万民作我的门徒，奉父、子、圣灵的名给他们施洗。凡我所吩咐你们的，都教训他们遵守，我就常与你们同在，直到世界的末了。

**马太福音 28:19-20**

此后，我观看，见有许多的人，没有人能数过来，是从各国、各族、各民、各方来的，站在宝座和羔羊面前，身穿白衣，手拿棕树枝，大声喊着说：「愿救恩归与坐在宝座上我们的神，也归与羔羊！」

CUV

**启示录 7:9-10**

## 詩篇22篇與基督的受難

- ❑ 詩篇22篇與基督的受難詩篇22篇是新約引用最多的詩篇之一，幾乎成為受難敘事的背景音樂。
- ❑ 新約引用或呼應的部分包括：

十字架的印證	詩篇22	新約
十字架上的呼喊	22:1	太27:46
圍觀者嘲笑羞辱	22:7-8	太27:39-43
釘十字架的意象	22:16	路23:33
兵丁拈鬮分外衣	22:18	約19:23-24
復活後的宣告	22:22	來2:12



# 討論問題

案例1：一位成員說：「我禱告很久了，神都沒有回應。神離棄我了？」

詩篇22的前半段如何表達真實的痛苦？

大衛如何在痛苦中仍抓住神？

我們如何陪伴這位弟兄/姊妹？

案例2：一位姊妹說：「我感覺神很遠，我禱告時像在對空氣講話。」

詩篇22:2詩人如何在神沉默時仍持續禱告？

耶穌在十字架上也經歷神的沉默，這對我們有何安慰？

我們如何陪伴這位姊妹，讓她知道她不孤單？

案例3：一位弟兄說：「我遭遇很多攻擊，好像沒人理解我，連神也不幫我。」

詩篇22:7-8詩人如何在被誤解與攻擊中仍然向神呼求？

耶穌也曾被人譏笑誤解，這如何幫助我們理解祂？

我們如何成為這位弟兄的遮蓋與支持？

案例4：一位姊妹說：「我知道神曾幫助我，但現在我真的快撐不住了。」

詩篇22:9-10如何回顧神過去的信實？

耶穌在十字架上也選擇信靠神的計劃，即使極度痛苦。

我們如何幫助這位姊妹重新連結過去的經歷與現在的信心？

案例5：一位弟兄說：「我不想再去小組了！我的痛苦沒人懂，也不想成為別人的負擔。」

詩篇22後半段如何從「我」轉向「弟兄們、大會、萬族」？

痛苦如何成為見證，而不是羞恥？

小組如何成為一個能接納痛苦、彼此背負重擔的群體？