



中文主日學  
PAC Chinese Sunday School

# 《心灵的旅程：诗篇三十课》

第14课 诗篇第69篇

深水中的呼求

James Lin 3/15/2026

# 跌宕起伏的人生 —— 义人道路

1. 两条路与两种人生

- 
2. 从创造认识神
  3. 人类的尊贵与敬畏神
  4. 感恩与赞美的心
  5. 疑惑中的信心：神啊，你忘记我到几时？
  6. 受苦中的盼望
  7. 罪的重担与救免的喜悦
  8. 我心为何忧闷？——灵魂的呼喊
  9. 耶和华是我的牧者
  10. 耶和华是我的亮光与拯救
  11. 等候中的信靠
  12. 从绝望到赞美
  13. 被朋友出卖与仇敌追赶
  14. 深水中的呼求
  15. 义人受苦的困惑
  16. 信仰的黑夜与纪念神的作为
  17. 渴慕神的居所
  18. 住在至高者的隐密处
  19. 向耶和华欢呼：敬拜与顺服
  20. 全地同声赞美
  21. 赞美创造与救赎之主
  22. 个人拯救的感恩与宣告
  23. 归回与复兴
  24. 谦卑与等候
  25. 弟兄和睦同居
  26. 被神完全认识
  27. 世代代称颂你的名
  28. 赞美与信靠独一无二的主
  29. 万民同声赞美
  30. 凡有气息的都要赞美耶和华

《心灵的旅程：诗篇三十课》


## 文學風格

诗篇第69篇標題：大衛的詩，交與伶長。調用百合花。

**文學體裁：**個人哀歌(Individual Lament)，也帶有彌賽亞預表的性質。

**詩歌風格：**是哀歌的極致版。極端的痛苦，嚴厲的咒詛，強烈的情緒。從極度的絕望轉向終極的讚美。

**動態結構：**向下沈淪(求救) → 向內檢視(受辱) → 向上仰望(信靠) → 向外宣告(公義) → 昇華讚美(盼望)



But as for me, my prayer  
is to you, O LORD. At an  
acceptable time, O God,  
in the abundance of your  
steadfast love answer me  
in your saving faithfulness.

PSALM 69:13 (ESV)

[truthforlife.org](http://truthforlife.org)

## 寫作時間



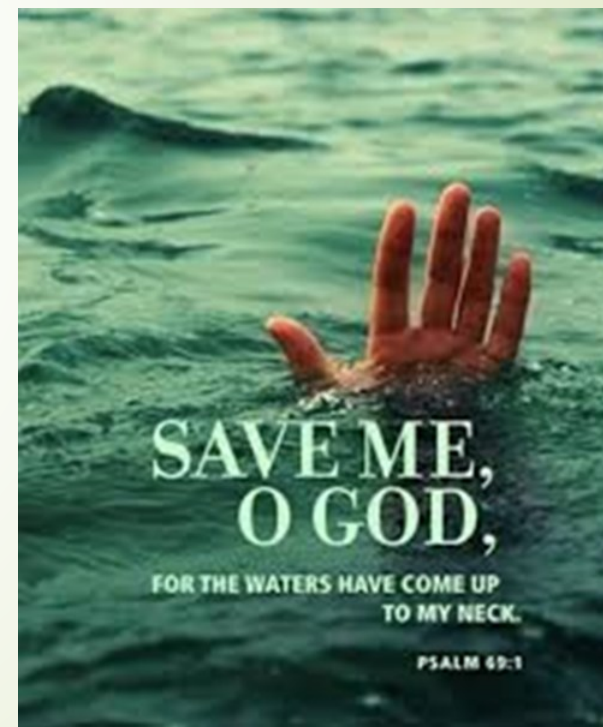
雖然聖經沒有標註確切的年份，但從經文內容分析，這篇詩篇可能寫於大衛王的晚年。

- ❑ 內部證據：詩中提到「為神的殿心裡焦急」(v. 9)，這顯示當時大衛已經建立了耶路撒冷為首都，並且正積極籌備建造聖殿的事宜。
- ❑ 痛苦性質：詩中的痛苦不僅來自外部仇敵，更帶著一種「被親近之人離棄」的蒼涼感，這與大衛晚年家庭與政權的動盪吻合。

## 詩人相關經歷

最廣為接受的觀點是押沙龍反叛事件，這是大衛一生中最慘痛的經歷。他親生的兒子押沙龍叛變，奪取王位，大衛被迫流亡。

- ❑ 親友背叛： 在押沙龍事件中，大衛最信任的謀士亞希多弗也參與了叛亂，這種被背叛的孤單與詩篇意境契合。
- ❑ 無理的恨： 當時許多以色列人倒戈支持押沙龍，大衛突然間從民族英雄變成了被群眾唾棄的流亡者。
- ❑ 受辱與嘲弄： 大衛流亡時，示每對他丟石頭、咒罵（撒母耳記下 16 章），這正應驗了詩中描述的社會性羞辱。



## 「百合花」調

- ❑ **流行的曲調：**「百合花」是當時一首家喻戶曉的流行曲調，出現在四篇詩篇的標題中。大衛將神聖歌詞配上熟悉的旋律，讓會眾更容易進入敬拜。
- ❑ **人生美與苦：**像百合花，神賦予我們尊貴與美麗，但這並不代表我們不會經歷深水。百合花調提醒我們，即使在最醜陋的環境中，我們的禱告在神耳中仍如百合花般芬芳。
- ❑ **誠實的敬拜：**使用流行的曲調，說明了信仰與生活的融合。我們不需要用一種「聖潔的腔調」才能與神說話，最平凡，最生活化的旋律，也能承載最深沉的神學與祈求。



詩篇	內容性質	「百合花」調的展現
第 45 篇	王室婚禮詩	展現百合花的華美與喜樂。
第 60 篇	戰敗後的祈禱	展現百合花在風暴中的脆弱與求生。
第 69 篇	受苦者的哀求	展現百合花陷在淤泥中的掙扎。
第 80 篇	國家級哀歌	展現神親手栽種的百合花渴求復興

## 詩篇69篇結構

1. 深水之中 (69:1-4)

2. 為神受辱 (69:5-12)

3. 懇求拯救 (69:13-18)

4. 孤立孤苦 (69:19-21)

5. 交神審判 (69:22-28)

6. 讚美復興 (69:29-36)

# 1. 深水之中 (69:1-4)

- 1 神啊，求你救我！因為眾水要淹沒我。
- 2 我陷在深淤泥中，沒有立腳之地；我到了深水中，大水漫過我身。
- 3 我因呼求困乏，喉嚨發乾；我因等候神，眼睛失明。
- 4 無故恨我的，比我頭髮還多；  
無理與我為仇，要把我剪除的，甚為強盛；我沒有搶奪的，要叫我償還。

「眾水淹沒我」  
瀕臨死亡

「深淤泥中」  
絕望無救

「呼求困乏，喉  
嚨發乾 . . . 眼  
睛失明」

「無故恨我的比  
頭髮還多」

第四節之新約預表：“這要應驗他們律法上所寫的話、說、『他們無故恨我。』”（約15:25）

## 2. 為神受辱 (69:5-12)

5 神啊，我的愚昧你原知道；我的罪愆不能隱瞞。

6 萬軍的主耶和華啊，求你叫那等候你的，不要因我蒙羞；  
以色列的神啊，求你叫那尋求你的，不要因我受辱。

7 因我為你的緣故受了辱罵，滿面羞愧。

8 我的弟兄看我為外路人；我的同胞看我為外邦人。

9 因我為你的殿心裡焦急，如同火燒；並且辱罵你人的辱罵都落在我身上。

10 我哭泣，以禁食刻苦我心；這倒算為我的羞辱。

11 我拿麻布當衣裳，就成了他們的笑談。

12 坐在城門口的談論我；酒徒也以我為歌曲。

### 為義受迫害被羞辱

- 「為你的殿心裡焦急如火燒」
- 被視為「外路人」「外邦人」
- 禁食，麻衣成為笑柄
- 城門口被公開羞辱

### 詩69:9之新約預表：

“他的門徒就想起經上記著說、  
『我為你的殿、心裡焦急、如同  
火燒。』”  
(約2:17)

### 3. 懇求拯救 (69:13-18)

13 但我在悅納的時候，向你耶和華祈禱。神啊，求你按你豐盛的慈愛，憑你拯救的誠實應允我。

14 求你搭救我出離淤泥，不叫我陷在其中；求你使我脫離那些恨我的人，使我出離深水。

15 求你不容大水漫過我，不容深淵吞滅我，不容坑坎在我以上合口。

16 耶和華啊，求你應允我！因為你的慈愛本為美好；求你按你豐盛的憐憫回轉眷顧我。

17 不要掩面不顧你的僕人；我是在急難之中，求你速速地應允我。

18 求你親近我，救贖我；求你因我的仇敵把我贖回。

#### 等候神

「悅納的時候」。“因為他說，在悅納的時候，我應允了你。在拯救的日子，我搭救了你。看哪，現在正是悅納的時候，現在正是拯救的日子”（林後6:2）。

#### 信靠神

救恩根基在神的屬性。抓住神的慈愛（Hesed），抓住神的憐憫（Rachamim）。求神同在，與神同行；「親近我，救贖我」。

## 4. 孤立孤苦 (69:19-21)

19 你知道我受的辱罵、欺凌、羞辱；我的敵人都在你面前。

20 辱罵傷破了我的心，我又滿了憂愁；  
我指望有人體恤，卻沒有一個；我指望有人安慰，卻找不著一個。

21 他們拿苦膽給我當食物；我渴了，他們拿醋給我喝。

破碎孤立

苦膽與醋

十架預表

# 彌賽亞詩：預言 VS 預表

## 預言 (Prophecy): 神話語的宣告

- ❑ 定義：神藉著先知直接口述或寫下未來將要發生的事件。它是明確的、前瞻性的。
- ❑ 形式：言語、文字、宣告。「神說」未來會如何。
- ❑ 重點：事情的準確度。像是一張「清單」，等到事情發生時，我們一一勾選。
- ❑ 例子：彌賽亞將出生在伯利恆。
- ❑ 特點：像是一張「清單」，等到事情發生時，我們一一勾選。

## 預表 (Typology): 生命的樣式

- ❑ 定義：是透過一個歷史人物、事件或制度，預先展現出基督的特質或救贖的模式。它是具象的、類比性的。又稱為「預影」(Foreshadowing)。
- ❑ 形式：人物、制度、歷史事件。「人活出未來的樣式。」
- ❑ 重點：生命的相似度。像是一個「影子」，雖然模糊，但輪廓與實體完全吻合。
- ❑ 例子：約瑟被弟兄出賣，預影基督被猶太人拒絕。

# 詩篇69篇的彌賽亞預表

苦難主題	大衛的預影 (詩篇 69 篇)	基督的應驗 (新約聖經)
無故被恨	v.4 「無理恨我的，比我頭髮還多；無故與我為仇……」	約15:25 「這要應驗……說：『他們無故地恨我。』」
為神的殿焦急	v.9 「因我為你的殿心裡焦急，如同火燒。」	約2:17 耶穌潔淨聖殿時，門徒想起這句話。
替代承擔羞辱	v.9 「並且辱罵你人的辱罵都落在我身上。」	羅15:3 「因為基督也不求自己的喜悅……辱罵你人的辱罵都落在我身上。」
被親友疏離	v.8 「我的弟兄看我為外路人；我的同胞看我為外邦人。」	約7:5 「因為連他的弟兄說這話，是不信他。」
心碎與孤單	v.20 「辱罵傷破了我的心……指望有人體恤，卻沒有一個。」	太26:40 在客西馬尼園，門徒都睡著了，無人警醒。
渴了受醋	v.21 「我渴了，他們拿醋給我喝。」	約19:28-29 十字架上耶穌說「我渴了」，兵丁拿醋給祂。

## 5. 交神審判 (69:22-28)

22 願他們的筵席在他們面前變為網羅，在他們平安的時候變為機檻。

23 願他們的眼睛昏矇，不得看見；願你使他們的腰常常戰抖。

24 求你將你的惱恨倒在他們身上；叫你的烈怒追上他們。

25 願他們的住處變為荒場；願他們的帳棚無人居住。

26 因為你所擊打的，他們就逼迫；你所擊傷的，他們戲說他的愁苦。

27 願你在他們的罪上加罪，不容他們在你面前稱義。

28 願他們從生命冊上被塗抹，不得記錄在義人之中。

### 咒詛詩風格 (Imprecatory Style)

- 咒詛禱告，這是一種「情緒的宣洩」與「公義的訴求」。
- 不是私人動手報復，而是透過強烈的詩化語言，將公義審判交給神。
- 這在古代文學中是一種表達「對罪惡極度痛恨」的文學風格。

## 6. 讚美復興 (69:29-36)

29 但我是困苦憂傷的；神啊，願你的救恩將我安置在高處。

30 我要以詩歌讚美神的名，以感謝稱他為大！

31 這便叫耶和華喜悅，勝似獻牛，或是獻有角有蹄的公牛。

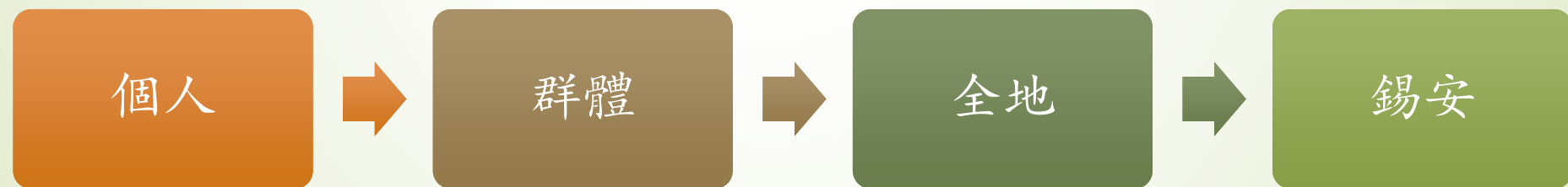
32 謙卑的人看見了就喜樂；尋求神的人，願你們的心甦醒。

33 因為耶和華聽了窮乏人，不藐視被囚的人。

34 願天和地、洋海和其中一切的動物都讚美他！

35 因為神要拯救錫安，建造猶大的城邑；他的民要在那裡居住，得以為業。

36 他僕人的後裔要承受為業；愛他名的人也要住在其中。



從個人哀歌到宇宙讚美；真實的哀歌最終導向敬拜與群體復興。

# 詩篇69篇核心主題

義人受苦：  
忠於神的代價

苦難不一定源於罪，敬虔者常因對神忠心而遭逼迫與羞辱。

絕境呼求：  
深水中的禱告

在「淤泥與深水」中，把痛苦轉為迫切的呼求，單單仰望神。

盼望根基：  
信靠神的慈愛

拯救的確據不在環境，而在神永不改變的慈愛與信實。

公義交託：  
審判主權在神

誠實傾訴憤怒，將報應和審判完全交給神，而非自己報復。

終極盼望：  
讚美神的拯救

苦難不是終局，神的拯救與恢復才是最終的盼望。

# 詩篇69篇生活應用

## 1. 極致誠實

- 卸下“禱告濾鏡”，在神面前吐露自己的真實感受。

## 2. 苦中持守

- 在苦難中，持續禱告，更加親近神，操練等待和信靠。

## 3. 屬天身份

- 當被羞辱或攻擊時，把身份與價值建立在神的愛上。

## 4. 走出苦毒

- 把不平與審判交給神，拒絕讓苦毒與報復捆绑自己。

## 5. 讚美為祭

- 憑信心宣告神的救贖，改變視角，在讚美中重新得力。

## 討論與分享

1. 你是否曾有過「快要滅頂」或禱告到「喉嚨發乾」的絕望時刻？當時是什麼支撐你走過來的？
2. 大衛在神面前毫不掩飾他的恐懼與憤怒。你認為在禱告中表達「負面情緒」是不敬虔的嗎？這對你的禱告生活有何啟發？
3. 當你因堅持信仰或對神的熱心換來誤解、嘲笑甚至排擠時，你內心最真實的掙扎是什麼？你如何處理那種不被理解的孤單？
4. 大衛「指望有人體恤，卻沒有一個；指望有人安慰，卻找不著一個。」當身邊的人正處於這種深沉的孤單中時，基督徒應該如何扮演「體恤者」的角色？
5. 儘管大衛依然感到「困苦憂傷」，他卻說：「我要以詩歌讚美神的名。」這種「在苦難中發出的讚美」與一般的感謝讚美有什麼不同？我們如何學習這種信心的行動？