



中文主日學  
PAC Chinese Sunday School

# 《心灵的旅程：诗篇三十课》

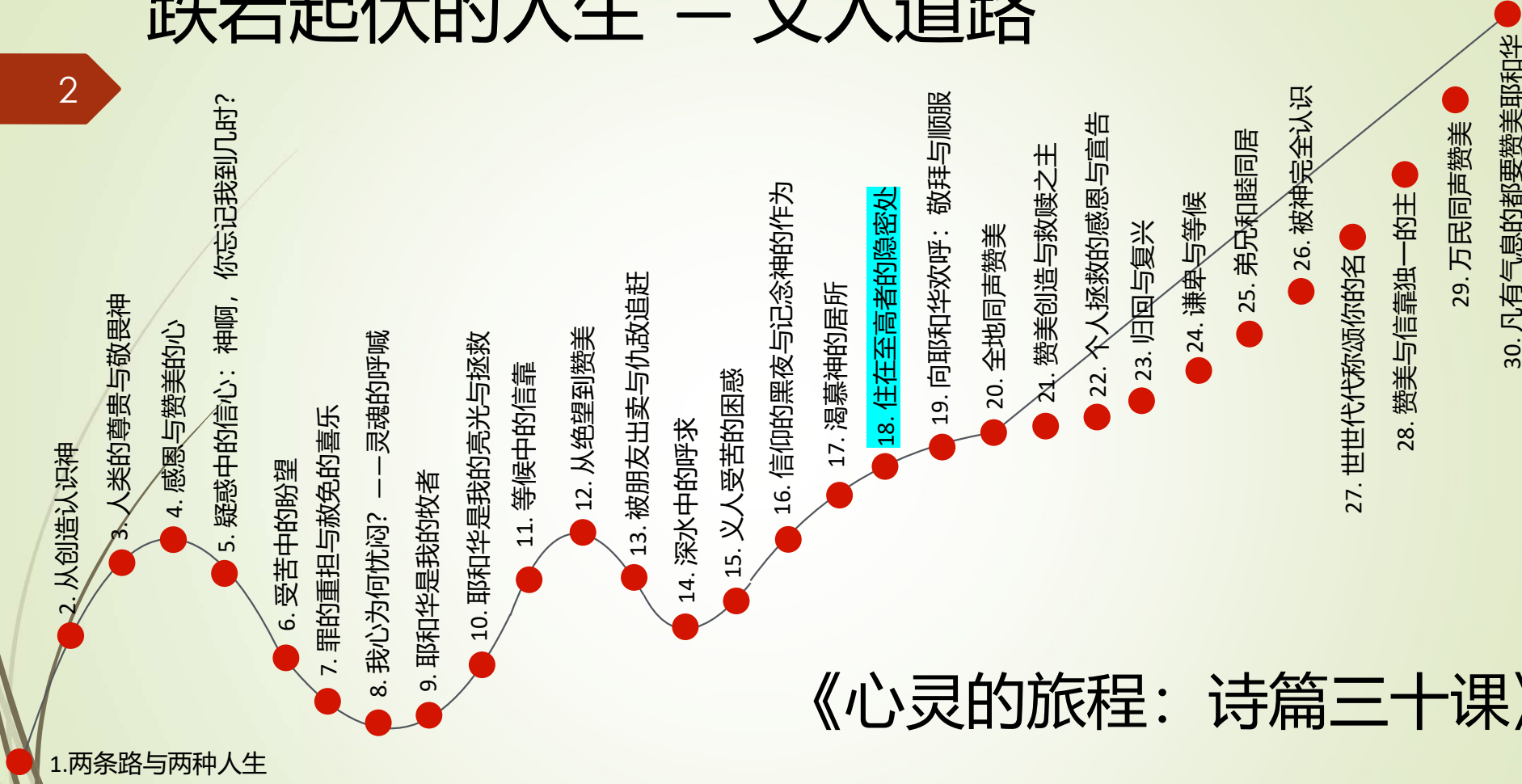
## 第18课 诗篇第91篇 住在至高者的隱密處

甯玉华

4/12/2026

# 跌宕起伏的人生 — 义人道路

2



《心灵的旅程：诗篇三十课》

## 詩篇的價值

- 在舊約所有書卷中，詩篇最生動地體現了個人對上帝的信仰，是人心靈對上帝在律法、歷史和預言中自我啟示的回應。詩篇是上帝所默示的。
- 詩篇都是用希伯來詩歌形式（Hebrew poetry）寫成的禱文（prayers），其文學體裁多採用平行句（parallelism）和韻律（rhythm）的方式，字句精煉，簡潔，勻稱，並運用意象。
- 詩篇的顯著特點是敬拜禱告。無論其內容是教導性的、歷史性的、預言性的，還是實用性的，都以敬拜祈禱為其基礎或主題。
- 詩篇主要涉及上帝與人（尤其是與立約群體以色列和該群體中的個人）的關係，以及如何解決聖潔超然的上帝與有罪墮落的人之間的矛盾。一些學者認為，詩篇包含了舊約中最深刻的神學，甚或是整本聖經最深刻的神學。
- 自古以來，神的子民都非常喜愛詩篇。其受歡迎的原因包括：詩篇所收集的詩歌，是從大多數人都能認同的經歷之中產生的。人們生活中的境況總有某些詩篇可以將之表達出來，比如有些詩篇寫於豐足的境況，有些則寫於逆境之中；有些詩篇涉及聖潔，有些則涉及罪惡；有些詩篇是對最惡劣情況的哀歎，有些則是歡樂和感恩的凱歌；有些詩歌回顧過去，有些則展望未來。詩篇之所以偉大，是因為每個作者是根據自己最深刻的經歷創作出來的。
- 歷代聖徒都將這本敬拜讚美和祈禱的詩集用於他們的公開敬拜和私人默想中。

## 詩篇第91篇

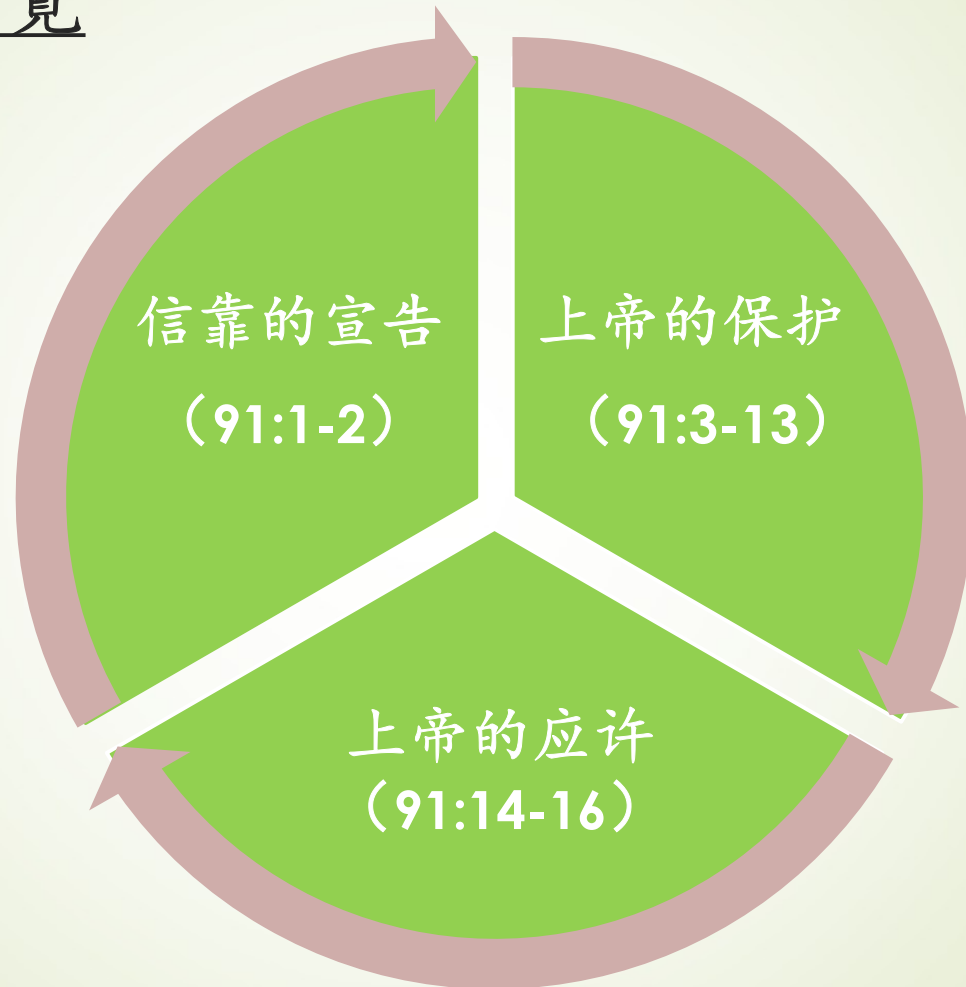
- 91 住在至高者隱密處的，必住在全能者的蔭下。
- 2 我要論到耶和華說：“他是我的避難所，是我的山寨，是我的神，是我所倚靠的。”
- 3 他必救你脫離捕鳥人的網羅和毒害的瘟疫。
- 4 他必用自己的翎毛遮蔽你，你要投靠在他的翅膀底下，他的誠實是大小的盾牌。
- 5 你必不怕黑夜的驚駭，或是白日飛的箭；
- 6 也不怕黑夜行的瘟疫，或是午間滅人的毒病。
- 7 雖有千人仆倒在你旁邊，萬人仆倒在你右邊，這災卻不得臨近你。
- 8 你唯親眼觀看，見惡人遭報。
- 9 耶和華是我的避難所，你已將至高者當你的居所，
- 10 禍患必不臨到你，災害也不挨近你的帳篷。
- 11 因他要為你吩咐他的使者，在你行的一切道路上保護你。
- 12 他們要用手托著你，免得你的腳碰在石頭上。
- 13 你要踰在獅子和虺蛇的身上，踐踏少壯獅子和大蛇。
- 14 神說：“因為他專心愛我，我就要搭救他；因為他知道我的名，我要把他安置在高處。
- 15 他若求告我，我就應允他；他在急難中，我要與他同在。我要搭救他，使他尊貴。
- 16 我要使他足享長壽，將我的救恩顯明給他。”

## 作者和特色

5

- 有解經家認為詩篇第90篇和第91篇是詩篇中最古老的兩篇詩，同為摩西所寫。本詩篇的篇首雖未註明作者是摩西，但猶太拉比們根據該詩的內容，公推作者當為摩西。
- 七十士譯本的標題則說本篇是“大衛的讚美詩”。
- 也有學者認為作者可能是聖殿中供職的祭司或利未人，由詩班向來朝聖的人們歌唱，述說上帝是敬畏祂之人的倚靠，並見證上帝保護信賴祂的人。
- 無論作者是誰，其都曾經深刻地經歷過上帝的救贖大能，而詩人自身的經驗使上帝的保護和對上帝的信仰顯得尤為真實可信，並因此給與人們以訓誨。
- 詩篇第91篇通常被譽為“保護之詩”或“居住者的詩”，是一篇在危難中宣告信心的見證，充滿了對上帝信實的依靠，以及尋求上帝庇護的強烈信心，同時也表達了因這樣的依靠和信心所帶來的喜樂與盼望。
- 詩篇第91篇的寫作措辭極為具體，卻又透著廣闊的包容性，其語言適合每個人的獨特經歷。它的語氣略帶教導意味，彷彿在安慰那些心存疑慮的人。然而，這種安慰並非說教，而是坦誠的告白。
- 这首诗常常在人們遇到危難，病痛，災難，戰亂，或威脅攻擊時被誦讀，它帶給人們超乎尋常的安慰與盼望。
- “在整部詩篇集中，沒有哪一篇比這首更令人振奮了；它的基調高昂而持久，信仰達到了極致，並表達得高尚且宏偉。”（能司佈真）

## 結構總覽



# 上帝的四个名字和其属性 (91:1-2)

7

1 住在**至高者**隱密處的，必住在**全能者**的蔭下。

2 我要論到**耶和華**說：“他是我的避難所，是我的山寨，是**我的神**，是我所倚靠的。”

❖ 在1-2節中，上帝的名字与其提供的保護应许之间有着极其深刻的逻辑关联。这不仅是称呼的变化，更展现了上帝的不同属性如何针对性地解决我們的各種恐惧。

上帝的名字	展现的属性	对应的心理安全感	保護的形式
<b>至高者</b> (Elyon)	至高無上，绝对主权	权柄的保障，战胜对强权的恐惧	隱密处的遮蔽
<b>全能者</b> (Shaddai)	豐富供應，充足大能	能力的保障，战胜对匱乏的恐惧	翅膀下的陰影
<b>耶和華</b> (Yahweh)	与人立约，永恒信实	关系的保障，战胜对动荡的恐惧	坚固的山寨
<b>我的神</b> (Elohim)	个人关系，亲密归属	归属的保障，战胜对孤独的恐惧	凡事上的倚靠

## 保護的四個形象比喻 (91:1-2)

### 隱密處

遮蔽地，藏身處，指庇護所。

### 蔭下

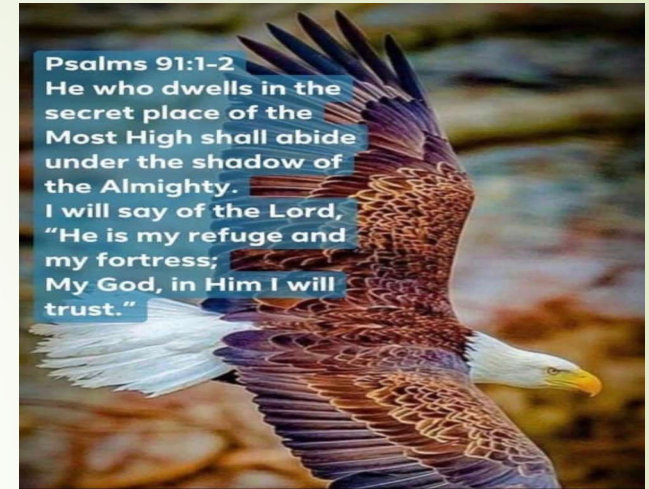
翅膀的蔭庇和遮蓋，指庇護所。

### 避難所

隱蔽處，指庇護所。

### 山寨

要塞，堡壘，指庇護所。



## 宣告和誓言 (91:1-2)

- 91:1是一個氣勢宏偉的**宣告**，詩人向人生一切的危難宣告了上帝的四個名字。至高者的頭銜使所有困苦災難威脅攻擊在我們面前都頓顯渺小。
- 91:2 是一個信靠上帝的**誓言**，詩人向耶和華表明了自己的信靠和的信心。四個形象的比喻表明我們的安全完全基於上帝的性情和祂的保護。
- 在詩篇89:46提到，“耶和華啊，這要到幾時呢？你要將自己隱藏到永遠嗎？你的憤怒如火焚燒要到幾時呢？”但91:1-2使我們看見上帝不但不是隱藏的神，反而是信靠祂之人的堅固堡壘。
- “隱密處”，“陰下”，“避難所”，“山寨”描述了上帝給我們提供的保護“空間”，是為那些願意“居住”并“投靠”在祂里面的人預備的。但上帝的保護不是自动发生的，前提是人們願意進入上帝裡面，才能获得祂的保護。
- 這些空間不完全是物理意義上的居所，更指的是我們與上帝的亲密关系，並且這種關係是持续的，不間斷的，是自始至終對祂的依靠和信賴。

## 危險和保護 (91:3-13)

10

3 他**必**救你脫離捕鳥人的網羅和毒害的瘟疫。4 他**必**用自己的翎毛遮蔽你，你要投靠在他的翅膀底下，他的誠實是**大小**的盾牌。5 你**必**不怕黑夜的驚駭，或是白日飛的箭；6 也不怕黑夜行的瘟疫，或是午間滅人的毒病。7 雖有千人仆倒在你旁邊，萬人仆倒在你右邊，這災卻不得臨近你。8 你唯親眼觀看，見惡人遭報。9 耶和華是我的避難所，你已將至高者當你的居所，10 禍患**必**不臨到你，災害也不挨近你的帳篷。11 因他要為你吩咐他的使者，在你行的一切道路上保護你。12 他們要用手托著你，免得你的腳碰在石頭上。13 你要踹在獅子和虺蛇的身上，**踐踏少壯獅子和**大蛇。

- 91:3-13 從這節開始，詩的主體有所改變。這段文字詳細描述了信徒遭遇的各樣危險艱難和上帝施行拯救的諸般保護。
- 91:3-4 耶和華拯救保護祂的子民脫離那些陰險狡詐之徒和致命疾病，就如同母鳥用翅膀遮蓋雛鳥一般，溫柔謹慎，但也如同盾牌和城牆一樣堅固可靠。
- 91:5-6 信靠上帝的人不必懼怕各種疾病危險困苦攻擊，因為在上帝的護庇之下，必定安然無恙。
- 91:7-8 雖有人在我們身邊倒下，但上帝必保護扶持我們。除非祂允許，否則沒有任何人和事能傷害我們。但是惡人卻不能逃脫上帝的報應。
- 91:9-12 凡信靠至高上帝並居住在祂裡面的人，可以完全倚賴祂的保護。上帝應許在災禍中賜平安，在路途上差使者，在危難時施拯救。
- 91:13 使用了雙層描述的修辭手法，描繪獅子毒蛇相加的致命危險。但上帝是我們的遮蓋和盾牌，耶和華**必**施行保護和拯救。“踹”形象地表明我們靠主戰勝強敵和危險，並得勝有餘。

## 上帝全方位的保護 (91:3-13)

经文描述	危險类型	保護形象	上帝保護的深意
“捕鸟人的网罗”	隐蔽的陷阱	翎毛遮蔽	保护你免受那些看不见的诱惑、阴谋或蓄意的陷害。
“毒害的瘟疫”	致命的灾病	翅膀底下	在无法抗拒的集体性灾难或疾病中，赐下超越环境的平安。
“黑夜的惊骇”	心理的恐惧	大小盾牌	医治内心的焦虑、失眠以及对未知的恐惧。
“白日飞的箭”	突发的攻击	大小盾牌	抵挡生活中那些突如其来的打击或言语的攻击。
“践踏狮子和大蛇”	灵界的争战	大小盾牌	赐予信徒权柄去战胜那些强暴的（狮子）和诡诈的（毒蛇）属灵仇敌。

## 吩咐天使保護 (91:11-12)

12

**11** 因他要為你吩咐他的使者，在你行的一切道路上保護你。  
**12** 他們要用手托著你，免得你的腳碰在石頭上。

- 這是聖經中揭示“守護天使”存在及其作為的經典經文，也是上帝保護的最著名的應許之一。
- **91:11 吩咐使者：**上帝不是“順便”保護我們，而是专门“吩咐”天使來保護。
- **91:12 用手托著，免得腳碰在：**上帝的保護细致到每一个日常的步伐，確保我們不會在生命的道路上失足絆倒。
- 天使保護不意味著上帝會為每個人指派一位特殊的守護天使，而是表示當我們在危境中，上帝的使者一定會看顧保守我們。
- 撒但在曠野試探耶穌時（太4:5-7），就引用了這兩節經文。當時撒旦敦促耶穌按字面意思理解這個應許，誘惑耶穌故意讓自己身處險境，看上帝是否會施行神蹟拯救祂。但是，耶穌識破了撒旦的伎倆，拒絕試探主。

馬太福音 4:5<sup>5</sup> 魔鬼就帶他進了聖城，叫他站在殿頂上，<sup>6</sup> 對他說：“你若是神的兒子，可以跳下去！因為經上記著說：‘主要為你吩咐他的使者用手托著你，免得你的腳碰在石頭上。’”<sup>7</sup> 耶穌對他說：“經上又記著說：‘不可試探主你的神。’”

- 我們也不能故意把自己曝露在危險中，然後試探主是否會派天使救自己。

## 上帝的應許和救恩 (91:14-16)

13

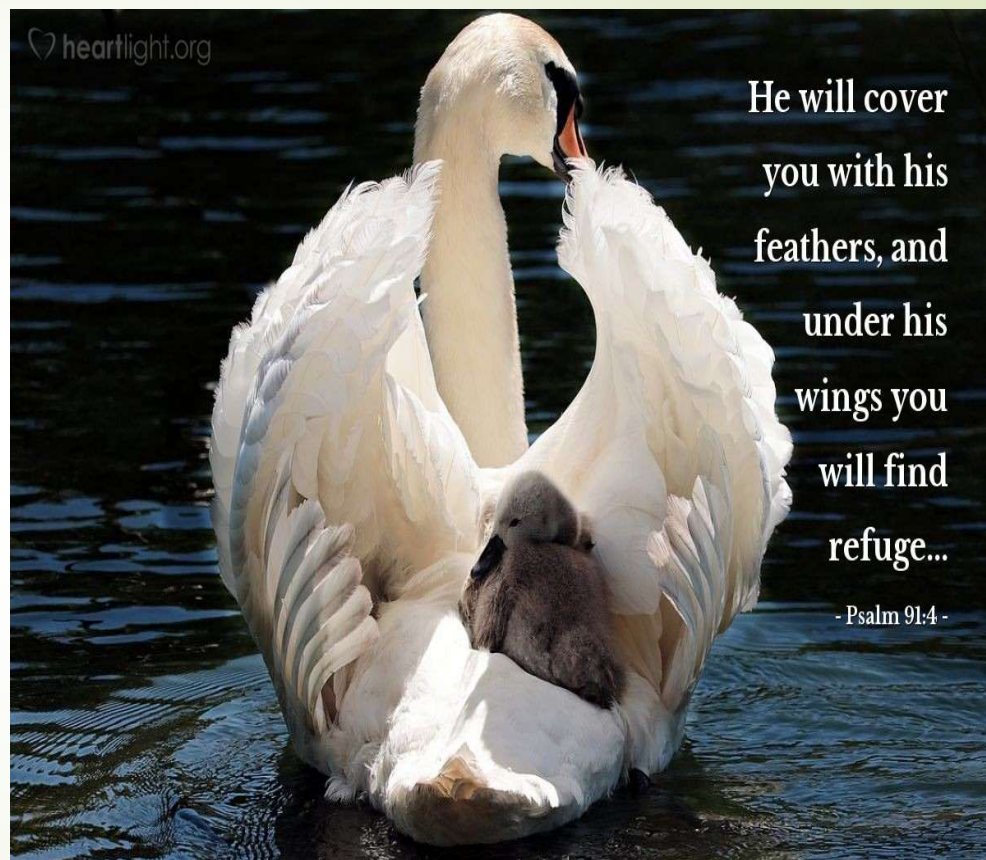
14 神說：“因為他專心愛我，我就要搭救他；因為他知道我的名，我要把他安置在高處。  
15 他若求告我，我就應允他；他在急難中，我要與他同在。我要搭救他，使他尊貴。  
16 我要使他足享長壽，將我的救恩顯明給他。”

- 91:14-16，這篇詩篇的最后三節非常特別，語氣從詩人的宣告轉變為上帝親自發聲，給出應許。
- 上帝的應許有七個：搭救、安置在高處、應允、同在、尊貴、足享長壽、救恩。這些是上帝終極的保護。
- 應許的前提是“因為他專心愛我”（戀慕、連結，委身）；“因為他知道我的名”（認識，經歷、體會）；“他若求告我”（禱告，呼求，信靠）。
- 最后這三節經文形成了一個美麗的循環：➡
- 上帝的應許的保護並不總是“免除苦難”，而是當我們遭受苦難，困於敵手，圍與病痛時，上帝一直在保護，一直在看顧！祂永遠與我們同在！



## 結語

- 上帝是那些完全信靠祂之人的避難所；信靠祂的對上帝的保護有絕對的信心。
- 上帝沒有承諾我們不會遇到艱難困苦危險，但祂應許無論在何境況下，祂都必看顧保守我們。
- 上帝掌管一切，信靠祂的有永恆的救恩和永遠的保障。



He will cover  
you with his  
feathers, and  
under his  
wings you  
will find  
refuge...

- Psalm 91:4 -

## 實際操練

15

- 91 住在至高者隱密處的，必住在全能者的蔭下。
- 2 XX要論到耶和華說：“他是XX的避難所，是XX的山寨，是XX的神，是XX所倚靠的。”
- 3 他必救XX脫離捕鳥人的網羅和毒害的瘟疫。
- 4 他必用自己的翎毛遮蔽XX，XX要投靠在他的翅膀底下，他的誠實是大小盾牌的。
- 5 XX必不怕黑夜的驚駭，或是白日飛的箭；
- 6 也不怕黑夜行的瘟疫，或是午間滅人的毒病。
- 7 雖有千人仆倒在XX旁邊，萬人仆倒在XX右邊，這災卻不得臨近XX。
- 8 XX唯親眼觀看，見惡人遭報。
- 9 耶和華是XX的避難所，XX已將至高者當XX的居所，
- 10 禍患必不臨到XX，災害也不挨近XX的帳篷。
- 11 因他要為XX吩咐他的使者，在XX行的一切道路上保護XX。
- 12 他們要用手托著XX，免得XX的腳碰在石頭上。
- 13 XX要踹在獅子和虺蛇的身上，踐踏少壯獅子和大蛇。
- 14 神說：“因為XX專心愛我，我就要搭救XX；因為XX知道我的名，我要把XX安置在高處。
- 15 XX若求告我，我就應允XX；XX在急難中，我要與XX同在。我要搭救XX，使XX尊貴。
- 16 我要使XX足享長壽，將我的救恩顯明給XX。”

## 討論分享

16

1. **“住在至高者隐密处的，必住在全能者的荫下。”** 在你的日常生活中，住在隐密处意味着什么？当危难来临时，你下意识寻找的第一个“避难所”是什么（社交媒体？亲友建议？来到神的面前？）。请分享。
2. **“你必不害怕黑夜的惊骇，或是白日飞的箭。”** 在你生命中有否遇到過让你“惊骇”或“如飞箭般”威胁的人和事？诗篇91篇如何帮助你现在重新看待这些危险和威胁？请分享。
3. **“因他要为你吩咐他的使者，在你行的一切路上保护你。”** 你是如何理解上帝通过天使给予我们保护的应许？这种保护让你在行走人生路或履行使命时变得更加勇敢还是鲁莽冲动？请分享。
4. **“因为他专心爱我，我就要搭救他；因为他知道我的名，我要把他安置在高处。”** 在跟随上帝的日子里，你爱主的具体表现是什么？你有否为生活的难处困苦呼求过上帝的名？结果如何？请分享。
5. **“他在急难中，我要与他同在……我要使他足享长寿，将我的救恩显明给他。”** 你是如何理解上帝有关“救恩”的应许？你是否有过虽然环境没有改变但因着上帝的同在而获得平安的经历？请分享。