

二零二零年三月十六日(星期一)



## 默想經文

### 詩篇四十二 1-11

1 神啊，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。

2 我的心渴想神，就是永生神，我幾時得朝見神呢？

3 我晝夜以眼淚當食物，人不住地對我說：「你的神在哪裏呢？」

4 我從前與眾人同往，領他們到神的殿裏，大家用歡呼稱頌的聲音守節；我追想這些事，我的心極其悲傷。

5 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，我還要稱謝他，我當面的拯救，

6 我的神。我的心在我裏面憂悶，所以我從約旦地，從黑門嶺，從米薩山記念你。

7 你的瀑布發聲，深淵就與深淵響應，你的波浪洪濤漫過我身。

8 白晝，耶和華必施慈愛；黑夜，我要歌頌祈禱賜我生命的神。

9 我要對神—我的磐石說：「你為何忘記我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？」

10 我的敵人辱罵我，好像敲碎我的骨頭，他們不住地對我說：「你的神在哪裏呢？」

11 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，我還要稱謝他，我當面的拯救，我的神。

## 反省

你生命裡最大的痛苦是甚麼？

你相信<sup>在</sup>無路的時候神會開道路，祂會以笑臉來幫助、拯救你嗎？

## 禱告

憐憫人的主，倘若我們的眼目、心靈被生活裡各樣的事情佔據，以致我們沒有渴慕祢的心，求祢赦免。求祢重新賜我們渴慕祢的靈，讓我們的心回轉，單單去尋求、敬拜祢。求祢幫助我們懂得轉眼仰望、倚靠祢，確信祢是我們生命中唯一的出路，祢會以笑臉來幫助、拯救我們。

## 詩歌

### 《詩篇四十二》

曲、詞：鄭浩賢 版權屬新心音樂事工所有

<https://www.youtube.com/watch?v=zj-Fx5SL7Q>

我的心，你為何憂悶？我的靈，你為何煩躁？

為何問，主的路隱藏，熱淚滿眶極痛苦，沮喪和不安。

我的心，你為何憂悶？我的靈，你為何煩燥？

深相信，救主定引導，應當信靠恩主笑臉幫助我。

恩主的真理話語，使心裡渴慕，恩主的信實慈愛沛然漫我身。

深淵與深淵和應，彰顯你大能力，抹去愁霧來稱讚。

我的心，你為何憂悶？我的靈，你為何煩燥？

深相信，救主定引導，應當信靠恩主笑臉幫助我。

(應當信靠恩主笑臉幫助我)

