



诗篇第四篇

我必安然躺下睡觉，
因为独有你耶和华使我安然居住



诗篇

第四篇

- 1 显我为义的神啊，我呼吁的时候，
求你应允我！我在困苦中，你曾使我宽广；
现在求你怜恤我，听我的祷告。
- 2 你们这上流人哪，你们将我的尊荣变为羞辱到
几时呢？你们喜爱虚妄、寻找虚假要到几时呢？
（细拉）
- 3 你们要知道，耶和华已经分别虔诚人归他自己。
我求告耶和华，他必听我。
- 4 你们应当畏惧，不可犯罪；
在床上的时候，要心里思想，并要肃静。（细拉）
- 5 当献上公义的祭，又当倚靠耶和华。
- 6 有许多人说：“谁能指示我们甚么好处？”
耶和华啊，求你仰起脸来，光照我们！
- 7 你使我心里快乐，胜过那丰收五谷新酒的人。
- 8 我必安然躺下睡觉，因为独有你耶和华
使我安然居住。

Psalm

4

- 1 Answer me when I call to you,
my righteous God.
Give me relief from my distress;
have mercy on me and hear my prayer.
- 2 How long will you people turn my glory into shame?
How long will you love delusions and seek false gods? (Selah)
- 3 Know that the LORD has set apart his faithful servant for himself;
the LORD hears when I call to him.
- 4 In your anger do not sin;
when you are on your beds,
search your hearts and be silent. (Selah)
- 5 Offer right sacrifices,
and trust in the LORD.
- 6 Many are asking, "Who will bring us prosperity?"
Let the light of your face shine on us, LORD.
- 7 You have filled my heart with greater joy
than when their grain and new wine abound.
- 8 In peace I will lie down and sleep,
for you alone, LORD,
make me dwell in safety.



诗篇第四篇

- ▶ 诗篇第四篇是大卫个人的晚祷诗，没有明确说明发生哪一次具体事件。可能是大卫在遭遇逼迫、诽谤和压力的时候。
- ▶ 这首诗真正的核心不是环境，而是信靠。

大卫的属灵成长过程：

- ① 遭受攻击 → ② 向神呼求 → ③ 提醒自己和别人不要犯罪 → ④ 安静等候神 → ⑤ 在神里面得到喜乐和平安。



经文结构

1. 向神呼求 (1节)
2. 向人劝诫 (2-5节)
3. 对比与安稳 (6-8节)



1. 向神呼求 (1节)

- ▶ 大卫称神为“显我为义的神”，求祂应允、怜恤、听祷告。他认定：义的裁定在神那里。“困苦”是狭窄、被挤；“宽广”是神给他出路。他用过去的拯救作今日恳求的根基——祢曾经这样待我，求祢现在再施恩。
- ▶ 我们落在狭窄里，首先要向神说，而不是先向人解释或抱怨。然后写下过去神使我们“宽广”的具体经历，再把今日的困苦放在同一位神面前。过去神的怜悯是用来坚固现在的呼求。



2. 向人劝诫 (2-5节)

- ▶ 有人将他的尊荣变为羞辱，喜爱虚妄、寻找虚假。大卫要他们知道：耶和华已分别虔诚人归祂自己，他求告，神必听。
- ▶ 面对不公，心里可以激动，却不可犯罪；当在床上省察、肃静，献上公义的祭，并倚靠耶和华。敬拜与信靠要连在一起。
- ▶ 当我们被误解时，先站在“神已分别我归祂”这一事实里，再决定如何回应。虚妄与虚假也包括对名声、掌控和被人认同的依赖。
- ▶ 睡前把怒气交给神，停止在心里继续与人争辩，学习安静。



3. 对比与安稳 (6-8节)

- ▶ 许多人问“谁能指示我们什么好处”，大卫却求神仰起脸来光照他们。五谷新酒代表看得见的丰盛；神放在心里的快乐，可以胜过那种丰收的快乐。
- ▶ 因此他能安然躺下睡觉，不是因为环境已平息，而是因为独有耶和华使他安然居住。第1节的“宽广”与第8节“安然”首尾呼应。
- ▶ 我们先分辨自己更常求“谁给我好处”？还是更常求神的面？外在顺利可以有，却不可成为心里快乐和夜间安眠的依靠。今晚躺下时，可问自己：我实际上还靠什么才能安睡？



祷告事项

1. 为内心不安、处在困苦、难处中的弟兄姊妹祷告，求神使他们脱离狭窄，进入宽广，并在夜间省察己心，完全交托。
2. 求主让每个弟兄姊妹都能够安然居住，求神的面光照每个家庭。使人不追求虚妄的好处，在他里面安然入眠。