

诗篇

关于诗篇的系列课程。

第1课 诗篇第1篇

帮助学生看到义人和恶人生活方式的区别。

第2课 诗篇第23篇

本课告诉学生，耶稣是一位慈爱的牧羊人，他慈爱地引导我们到神的家。

第3课 诗篇第27篇

本课告诉学生，当与主同行时，他们没有什么好怕的。

第4课 诗篇第35篇

本课告诉学生，神保护他的孩子。

第5课 诗篇第51篇

本课告诉学生，当我们带着悔改的心来到主面前时，祂愿意原谅我们。

第6课 诗篇第91篇

本课教导学生，我们可以将神作为我们的居所，也就是可以住在祂里面—交托、留恋，并进入一种更深层的关系。

第7课 诗篇第121篇

本课教导学生，无论发生什么，神总与我们同在。

第8课 诗篇第139篇

本课告诉学生，他们在需要的时候可以求助神。

第9课 诗篇第146篇

帮助学生认识神的美善。

第1课 诗篇第1篇

课程目的

1. 通过学习最有影响力的诗篇之一，让学生对诗篇整体有个大致的了解。
2. 帮助学生看到义人和恶人生活方式的区别。
3. 装备学生，让他们与耶稣联结更紧密。

主题

义

背诵经文

诗篇 1:3

开头的祷告(5-10分钟)

团队建造(5分钟)

单独或成对或以小组形式，鼓励学生尝试着写一首关于神的诗。可长可短，但要尝试着描述神，赞美祂或向祂询问一些事情。

给他们几分钟来创作，然后让任何想分享他们作品的人作分享。

课堂起头(5分钟)

今天我们开始学习《诗篇》。我们总共要讲十篇诗篇。在我们一起开始学习之前，看看你对诗篇了解多少：

问题讨论：

- 诗篇共有多少首？(150)
- 谁写了大部分的诗篇？(大卫)
- 最长的诗篇是哪首？(诗篇 119)
- 最短的诗篇是哪首？(诗篇 117)
- 哪首诗篇谈到神像牧羊人？(诗篇 23)

棒极了！从《诗篇》可以学到很多 - 到完成我们的学习时，你会知道更多 - 但今天我们将深入研读诗篇的第一篇。

深入学习(30分钟)

读 诗篇1

关于结构和诗体，这里有很多有趣的东西，但我们只有时间谈论其含义，所以让我们再读一遍。

读 诗篇 1:1-2

问题讨论：

1. 根据第1节，蒙福的人不会做三件事。哪三件事？(不从恶人的计谋，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位。)
2. 蒙福的人会做什么？(喜爱耶和华的律法。)
3. 他们是如何做这件事的？(通过昼夜默想。)

诗篇1的第一个要点是，要过上蒙福的生活，必须遵守神的律法。

读 诗篇 1:3-4

问题讨论：

1. 根据第3节，以耶和华的律法为乐的蒙福的人是什么样的？（一棵树栽在溪水旁。）
2. 这样的树有什么用？（按时令结果子，叶子也不枯干。）
3. 相比之下，恶人的结果是什么？（没有根，像糠秕被风吹散。）

读 诗篇 1:5-6

问题讨论：

1. 恶人的结果是什么？（他们会灭亡。）
2. 义人预定的结果是什么？（他们不会灭亡，而是永远活着。）
3. 在诗篇1的结尾，诗人希望我们得出什么结论？（我们应该作一个蒙福的人而不是一个邪恶的人。）

诗篇中义人和恶人的对比很突出 - 随着我们继续学习，我们还会看到这种对比。而同时，我们必须不断地问自己 - 我们应该如何生活？

应用(15分钟)

如果我们要成为义人和蒙福的人，诗篇1说我们必须昼夜默想神的律法。这首诗是写给与律法有特殊关系的犹太人的。

耶稣出现后，祂用了非常类似的语言启示出，正是与祂相联结，才能让我们像溪水旁一棵茁壮生长的树。

读 约翰福音 15:1-5

其中一些语言，提到了植物，结果子或剪去，我们非常熟悉。这一段听起来很像诗篇 1，不是吗？

问题讨论：

1. 耶稣说祂是什么？（真葡萄树。）
2. 一个健康的葡萄树枝子有什么用？（能结出果子。）
3. 不结果子的枝子怎么办？（被修理、剪去等）
4. 根据第4节，枝子需要做什么才能结果子？（住在葡萄树上，那是力量和健康的源泉。）
5. 离了基督，第5节说，我们还能做什么？（不能作什么。）

读 约翰福音 15:6-11

问题讨论：

1. 根据第 6 节，如果我们不在基督里，会发生什么？（我们会枯萎、被浪费、变得无用、被烧毁等）
2. 住在基督里，让祂的话住在我们里面，会发生什么？（我们会结出许多果子，证明自己是祂的门徒。）
3. 根据 9-11 节，我们如何“住”？（通过遵守祂的诫命，住在祂的爱里，等）
4. 我们如何住在基督的爱里？（不敬拜别神，不寻求他人的认可，而只寻求基督的认可等）
5. 我们如何遵守基督的命令？诗篇 1 如何帮助我们做到这一点？（我们必须知道祂的命令，然后我们必须遵守这些话。）

如果你要像一棵栽在溪水旁的树，如果你想住在能让你结果子的葡萄树上，你必须记住，是耶稣的爱激励了我们，我们必须顺服神的话及祂的命令。

结束祷告(2分钟)

祈求祷告学生能够住在基督里，多结果子，并在灵性上不断成长。

第2课 诗篇第23篇

课程目的

1. 通过学习最有影响力的诗篇之一，让学生对诗篇整体有个大致的了解。
2. 帮助学生看到耶稣是好牧人。
3. 让我们确信，如果我们跟随耶稣，祂会引领我们走向美好的事物。

主题

跟随耶稣，引领

背诵经文

以赛亚书 40:11

开头的祷告(5-10分钟)

团队建造(10分钟)

让学生两人一组。每组中一个人蒙上眼罩。一次一组，让蒙着眼睛的人尝试靠着另一个人的指令穿过房间走到一袋糖果前。

没有蒙眼的人必须做出选择：他们可以给出正确的指令，得到的糖果将在他们两人之间分，或者让蒙着眼睛的人走岔，把糖果全部留给自己。

活动之后分发奖励。

课堂起头(5分钟)

一般讨论：

- 是什么让你们决定让你的蒙眼伙伴走岔？（我想得到所有的糖果！）
- 是什么让你们决定给你的伙伴正确的指令？（这样才公平。）
- 当看不到自己要去哪里或看不到给指示的人时，遵循指示而行是否很难？（当然……相信那些看不到的东西很难，尤其是当你还要相信他们会引导你的时候。）

诗篇23篇是解释神对我们所怀心意的一篇。神解释了，遵循祂的指示并忠于祂的话将如何能带给我们完美的永生。我们已经讨论过，整本诗篇都是献给神的虔诚的歌曲，所有这些歌曲都是大卫写的。

大卫是个牧羊人，为他的主人照顾羊群，一生跟随主，正如我们应该作的那样。

深入学习(30分钟)

我们将一起练习一种阅读圣经的古老方法，可以帮助大家默想文中那些有意义的词。我们将用不同的方式一起阅读经文 4 遍，然后我们将回顾这段经文并讨论其含义。

1. 让每个人自己安静地读一遍诗篇23篇。
2. 老师，大声朗读一遍诗篇23篇。
3. 绕着房间走一圈，让每个人挑诗篇23篇中的一节经文大声读出来。
4. 让每个人自己再安静地读一遍诗篇23篇。

问题讨论：

1. 诗篇 23 篇让你印象深刻的是什么？（让学生分享。）
2. 根据这篇诗篇，联系到我们玩过的游戏，牧养我们的神是如何对待我们的？（神带领我们走向美好的事物，祂不是一个自私的神，等等。）

现在让我们一点一点地来回顾这篇诗篇，看看我们还能从中学到什么。

读 诗篇 23:1-2

问题讨论：

1. 诗篇 23:1中，大卫说耶和华是他的牧者。作为牧羊人，大卫在这里想说什么？（就像大卫照顾羊，不让他们误入歧途，神也会照顾我们，让我们远离罪恶。）
2. 因为神是好牧人，所以根据第1节，我们会缺什么东西？（一无所缺。）
3. 根据第2节，神把我们安置于何种状态之下？（平静，安宁，有充足供应。）

读 诗篇 23:3-4

问题讨论：

1. 第3节说主“使我的魂苏醒”是什么意思？（就像牧羊人恢复他们的羊一样，神以供应、监督和关怀来恢复我们。）
2. 根据第4节，有这样的牧羊人，我们还会怕什么？（没有可怕的……甚至死亡，因为神与我们同在。）

第4节说，即使在最黑暗、最无助的情况下，我们也不应该害怕，因为神总与我们同在。祂的杖和祂的竿，祂的每一部分，都安慰我们，让我们相信一切都很好。

读 诗篇 23:5-6

问题讨论：

1. 神“在我的仇敌面前”为我摆设筵席，是什么意思？（这可能是，神因着爱我们而要让我们的敌人感到羞愧，或者是，神要将我们带到我们的敌人那里寻求和解。）
2. 根据这些经文，作为我们的牧者，神还为我们做了什么？（用油膏了我的头，使我的福杯满溢，等等）
3. 根据第6节，我们从所有这些事中获得什么希望？（我们可以永远住在主的殿中。）

应用(15分钟)

一般讨论：

- 这首诗与我们的日常生活有什么关系？（我们需要领路人，牧羊人。）
- 你是否把神看作是牧羊人？（让学生分享。）

到目前为止，我们所读的都来自旧约，而新约也有类似的语言来描述我们与耶稣的关系。

读 约翰福音 10:11-16

问题讨论：

1. 耶稣如何称呼自己？（“好牧人”。）
2. 什么使祂成为好牧人？（祂愿意为祂的羊舍命。）
3. 耶稣做了什么比较？（作雇工的，不会带羊远离伤害，而是会自私地逃跑。）

这里又有点回到我们的游戏中了，不是吗？那些好牧人会引领我们走向美好的事物，即使他们要付出代价。自私的人通常只会考虑自己的利益，而不是他们所带领的人的利益。

但是，这一切还有一个值得考虑的方面。除了耶稣，我们的生活中还有其他的牧羊人。

一般讨论：

- 我们生活中的带领者、供应者和牧羊人还有哪些？（家长、老师、执法人员。）
- 这些带领者如何帮助“牧养”我们？（他们让我们远离伤害，教我们当去哪里该如何行，帮我们做出明智的选择等。）
- 我们如何从他们的榜样中受益？（我们可以学习为了他人的利益而过无私的生活。）

结束祷告(2分钟)

问大家是否有任何需要祷告的事项，为大家祷告，特别为他们可以跟随好牧人耶稣祷告。

第3课 诗篇第27篇

课程目的

1. 提醒学生，当神与我们同在时，我们没有理由害怕。
2. 激发学生敬畏祂的美。
3. 鼓励学生，只要我们刚强壮胆，我们就会有平安。

主题

可靠、恐惧、跟随耶稣、耐心

背诵经文

诗篇 27:14

开头的祷告(5-10分钟)

团队建设(10分钟)

先让一个人离开房间。其他人一起决定让房外人猜测的动作。这可以是任何动作：吃饭、唱歌、骑自行车、洗澡……等等。然后大家随机选择另一个词来代表这个动作，例如：企鹅、吉他、咖啡等。一旦决定了这个替换的词，外面的人可以回到房间里，得知了替换词后，这个人可以询问大家关于动作的问题。其他人回答时，句子里必须要用那个替换词。目的是让那个人猜出动作。

问题和答案可能听起来像这样：（企鹅替换眨眼睛）

问：“你睡觉时企鹅吗？”

答：“不，我睡觉时不企鹅。”

问：“企鹅时看得见吗？”

答：“不，企鹅时看不见。”

问：“你在水下时企鹅吗？”

答：“我在水下时尽量不企鹅，但还是会发生了”

问：“企鹅是眨眼睛吗？”

答：“是的，企鹅是眨眼睛。”

课堂起头(5分钟)

一般讨论：

- 游戏难吗？为什么？（听听学生的意见。）
- 我们是如何将某个特定的词与某个动作联系起来的？（让学生自己说。）
- 神为什么让我们这样？（再次收集意见。）
- 根据游戏，以及你们已经知道的，你觉得诗篇 27 讲述了什么？（让学生猜。）

诗篇 27 讨论了神如何在急难时刻保护我们。大卫在向神唱一首诗歌，求祂在我们跟随祂的道路上，永不丢弃我们，并高举我们。他说我们要寻求祂的面，即使我们地上的父母离弃我们，神也会接纳我们为祂的孩子。

深入学习(30分钟)

上周我们一起练习了一种古老的阅读圣经的方法，可以帮助我们思索那些有意义的词。本周我们将自己单独读一遍，然后再一起回顾一遍。

请大家自己默读诗篇 27

现在让我们再一起回顾这段经文。

读 诗篇 27:1-5

在写本篇时，大卫以第一人称说话，但他所说的内容也适用于我们。

问题讨论：

1. 根据这段经文，大卫害怕什么？（不怕任何人事物。）
2. 当恶人上前要吞吃大卫时会发生什么？（他的敌人会跌倒。）
3. 当受人攻击时，大卫有什么感觉？（他很安稳。）
4. 大卫向神祈求什么？（一生一世住在耶和华的殿中。）
5. 王遇难的日子会发生什么？（神会暗暗地保守他，将他高举在磐石上。）

第 1-5 节教导我们，无论发生什么 - 战争、考验和磨难，神都会保护我们。祂会不顾一切地保护我们，让我们远离攻击我们的恶敌。我们唯一要向他祈求的是，住在祂的殿中，瞻仰祂的荣美。

读 诗篇 27:6-10

问题讨论：

1. 大卫要在哪里欢呼地献祭？（在神的帐幕中。）
2. 他要寻求谁的面？（神的。）
3. 大卫祈求神不要做什么？（不要向他掩面，不要发怒赶逐他。不要丢掉他或离弃他。）

第 6-10 节教导我们，正如大卫所说的那样，我们要感谢神借着两件事来赐给我们安全：音乐和献祭。当我们呼求祂时，我们求祂回应我们，当我们地上的父母离弃我们时，我们求祂接纳我们，不要掩面或发怒赶逐我们。

读 诗篇 27:11-14

问题讨论：

1. 大卫求神为他做什么？（带我们走正路，将祂的道路指示给我们。）
2. 为什么会出现假见证攻击大卫？（收集学生的意见。）
3. 大卫对什么有信心？（他会寻得神的恩惠。）
4. 我们该等候谁？（神。）

第 11-14 节教导我们，我们要始终相信神有能力保护我们免受恶意指责的假见证。我们应该刚强壮胆，等候神。

应用(15分钟)

这些诗篇也许是大卫写的，但他所说的大部分内容仍能影响我们的生活。

一般讨论：

- 这些经文该如何应用到我们的生活？（请几个学生回答。）
- 神是如何庇护你的？（庇护你免受责难、远离罪恶诱惑和各种危险等）
- 我们该如何寻求神？（读祂的话、祷告、作祂的子民、敬拜祂等）
- 你能像大卫一样确信自己会看到神的美善吗？如何保持确信呢？（让学生分享。）

回想一下我们玩的那场比赛。你猜对了这一篇的内容吗？你猜错了什么？

神的天性是让我们远离伤害。祂非常爱我们，祂愿意做任何事来保护我们。祂并不为自己着想，总把别人放在首位。这是一种条件反射，就像我们用来描述日常事物的那些词一样。

想想我们有神的生活和没有神的生活，没有神，我们会迷失、困惑。如果不遵循我们语言的自然规则，我们也会有同样的感觉。

现在让我们玩另一个游戏。

(确保每个学生都有一本圣经。我们将阅读最后两节 - 13 节和 14 节 - 按顺时针或反时针的方向，让每个学生尽可能快地只说一个词。如果你搞错了，就重新开始，直到最后读完。)

一般讨论：

- 游戏难吗？（让学生分享。）
- 为什么呢？（很难搞清楚谁在说什么，什么时候说的，速度有多快……脑子很难跟上。）
- 这与本篇有什么关系？（一个相似之处是，我们必须互相依靠才能把经节说对，否则就要重新来，我们必须学会依靠神，否则我们的生命就不算数，学生可能会发现其他相似之处。）
- 第 14 节是我们要背诵的经节 - 这节是什么意思？（我们应该依靠神。）
- 我们如何“等候”神？（有耐心，相信祂，等等。）
- 我们如何“刚强”，我们如何在等候时“壮胆”？（还是...我们要像大卫一样相信神会看顾我们，我们要寻求祂的面，等等。）

结束祷告(2分钟)

问大家是否有任何需要祷告的事项，请其中一个学生为大家作祷告。

第4课 诗篇第35篇

课程目的

1. 帮助学生明白，神会永远保护我们。
2. 帮助学生看到，神那不可思议的大能。
3. 教导学生，对那些犯错的人，神会惩罚他们，但神仍会爱他们。

主题

信仰，保护

背诵经文

诗篇 43:1

开头的祷告(5-10分钟)

团队建设(10分钟)

让我们玩“你愿意吗”游戏。在这个游戏中，我会问你们一些问题，比较两种不同的情况。我们可以在房间里来回走动，以此来表明我们更愿意去哪种情况。

你愿意只过万圣节，还是只过圣诞节？

你更喜欢你有一百个并不真正了解的朋友，还是有一个你比任何人都更了解的最好的朋友。

你更愿意中彩票，还是让你的狗跑掉？

你愿意和耶稣一起生活，清除所有的罪和不完美，还是生活在罪恶和仇恨中，永远不认识神。

一般讨论：

- 有些问题很难吗？哪些是容易的？（让学生说出他们的理由。）
- 假设最后一个问题是最容易回答的，为什么？（大家都这么认为，反差太强烈等）

课堂起头(5分钟)

在不同的便利贴上写下不同的圣经人物或重要地点的名字，并贴在每个学生的额头上。每个学生都应该有一个伙伴。然后，学生必须通过只问是或否的问题来猜测他们额头上的是谁/什么。

第一对正确猜出的伙伴是赢家。

用糖果或小奖品等作奖励可以增加竞争和游戏的热烈程度。

深入学习(30分钟)

诗篇 35 篇的前半部分是大卫祈求神永远保护他和所有神的孩子。大卫惊叹神的光辉，祈求神永远保护我们免受那些想害我们的人的伤害。

诗篇 35 篇的后半部分是大卫求神惩罚那些得罪他的人。给出了许多关于如何惩罚的例子。

让学生两人一组。在每一对中，让一名学生读诗篇 35:1-14，另一名学生读诗篇 35:15-28。

现在我们将再次通读这些经文，将它们分成小块，作进一步研究。

读 诗篇 35:1-5

在写本篇时，大卫以第一人称说话，但他所说的内容也适用于我们。

问题讨论：

1. 根据上下文，你认为第 1 节中的“相争”一词是什么意思？（先收集意见，然后阅读以下内容……“相争是为克服障碍或困难而奋斗。这里是说大卫求神惩罚那些使我们处于危险之中的人。当他们想践踏我们时，神会战胜他们。”）
2. 为什么神是我们的拯救？（祂保护我们免受恶人的伤害，使我们远离伤害等）
3. 根据上下文，“糠秕”这个词是什么意思？（糠秕是玉米壳，干草或稻草。这段经文是说，在神将我们的仇敌赶走，他们无助地漂在风中。）

读 诗篇 35:6-9

问题讨论：

1. 为什么希望我们的仇敌受到惩罚？为什么我们觉得需要报复？（我们被害了，我们倾向于寻求报复，等等。）
2. 现在读第 10 节。这节经文有没有改变你对前一个问题的回答，怎么改变的？（神会秉持公义，我们只需相信他。）

读 诗篇 35:11-14

问题讨论：

1. 孤苦这个词（第 12 节）的意思是因所爱的人的死而失去了他们。这与经文的其余部分有什么关系？（当我们做好事，却被当恶人对待时，我们也会感到同样的悲伤。）
2. 大卫在第 13 节说，当他的仇敌生病时，他穿上麻布。这是一种谦卑自己，为仇敌的健康祷告的行为。如果你的仇敌处于危险之中，你会为他们祷告吗？（诚实地说，这对我们很困难。）
3. 在第 14 节中，大卫的祷告没有得到答应，他为他的仇敌悲痛。他哭得好像是为他的家人，为他的母亲或父亲。在他的仇敌给他带来所有痛苦之后，他为什么还会这样做？（让学生回答。）

读 诗篇 35:15-20

问题讨论：

1. 根据上下文，你认为毁谤者这个词是什么意思？（对他人进行人身攻击的人。）
2. 为什么大卫将他的仇敌比作狮子？（收集意见。）
3. 众民是一大群人。为什么你认为公开感谢/赞美神如此重要？（感受到能力，我们是彼此的鼓励等等）

读 诗篇 35:21-27

问题讨论：

1. 诗篇 35:23 中，大卫使用了“判清/申明”这个词，这和第 1 节中“相争/相战”在原文中是同一个词。它们在两组上下文中的含义是否相同？（提醒：这个词的意思是为了克服困难或危险而奋斗。）
2. 第 24 节中，“伸冤”（译者注：和合本没有翻译出这个意思），这个词是什么意思？（要除去某人的疑问，清洗某人的名声。）
3. 在第 26 和 27 节中，大卫希望那些得罪他的人永远不认识神，而那些忠于他的人要住在神里。回想最后一个团队建造问题。决定想成为什么样的人很容易，但为什么要坚持下去却很难呢？（想要什么和活出什么是不同的……一个只需要简单的愿望，第二个却需要长久的承诺。）
4. 为什么感谢神为我们所做的一切是如此重要？（收集意见。）

第 15 和 16 节是关于我们的仇敌如何嘲弄我们，如何让我们觉得我们没有神。第 17 和 18 节描述了大卫祈

求神的保护，承诺会赞美祂。第 19-25 节描述了大卫对神保护他安全的具体恳求。最后三节比较了仇敌、朋友和神的追随者的不同。

应用(15分钟)

我们将再次进行开头那场比赛，但这次的规则会有所不同。

- 原来的两人一组改成三人一组。
- 小组将决定哪个人应该贴便利贴，然后那个学生就会贴一个，但他不知道上面写着什么。
- 没贴的两人将决定谁对是非题说真话，谁说假话。
- 询问是非题，并给出答复，贴的人要确定出哪个人说的是真话。

一般讨论：

- 这个版本比前一个更难吗？如果是这样，为什么？（让学生分享。）
- 这段经文的哪一部分更正常 - 大卫希望他的仇敌受苦，还是他为他们的苦难哭泣？（他希望他们受苦更正常，但这不是我们应该作的。）

读 歌罗西书 3:13

问题讨论：

1. 这节经文与诗篇 35 的前半部分还是后半部分更相关？（让学生发表他们的意见。）
2. 保罗（歌罗西书的作者）对宽恕和悔改的看法与大卫不同吗？解释你的答案？（他们看起来不同，学生可能很难解释他们的观点。给他们时间思考。）
3. 为什么大卫比保罗更难原谅他的仇敌？（他们的经历，他们所看到的，等等）
4. 对你而言，原谅你的仇敌很难吗？为什么是/否？（让学生分享。）

结束祷告(2分钟)

问大家是否有任何需要祷告的事项，请其中一个学生为大家作祷告。

第5课 诗篇第51篇

课程目的

1. 让学生看到，他们需要神的宽恕。
2. 教导学生谦卑，承认自己有罪，并鼓励他们努力跟随神。
3. 鼓励学生为神献上属灵的祭。

主题

信仰，保护

背诵经文

箴言 20:9

开头的祷告(5-10分钟)

团队建造(10分钟)

让我们一起玩“两个真相和一个谎言”的游戏。每个学生讲三个关于自己的事，其中两个是真的，一个是假的。小组的其他成员一起决定哪个是事实哪个是谎言。绕着圈进行，直到每个学生都轮到为止。

课堂起头(5分钟)

一般讨论：

- 有些谎言很容易就被发现？这是为什么？（让学生分享。）
- 上面是否有一些你事先已经知道的事？（让学生分享。）
- 就着从游戏中获得的经验以及你可能已经知道的，现在猜猜本课将讲述什么内容。（收集答案）。

诗篇 51 篇与诗篇中的其他章节大不相同。大卫并没有祈求神给予保护和安全，而是祈求神宽恕他的罪孽。本课讲悔改。

深入学习(30分钟)

我们将一起练习一种古老的阅读圣经的做法，可以帮助大家默想那些有意义的词。我们在本系列中已经做过几次了，这对我们理解很有帮助，特别是对于诗篇等诗歌形式的文字。

我们将用不同的方式一起读4遍这段经文，然后我们将回顾这段经文并讨论其含义。

1. 每个人自己安静地读诗篇 51 篇。
2. 老师大声朗读诗篇 51 篇。
3. 在房间里转着圈让每个人读诗篇 51 篇中的一节经文。
4. 最后让每个人再一次安静地自读一遍诗篇 51 篇。

问题讨论：

1. 诗篇 51 篇让你印象深刻的是什么？（记下各种回答，看他们的观察是否对。）
2. 对这首诗篇来说，哪个词比较重要？（再次，记下各种意见，感谢他们的回答。）

现在我们逐段来读这一篇，将其分解来作进一步研究。

读 诗篇 51:1-4

问题讨论：

1. 过犯与罪是一回事。“涂抹”是什么意思？（去除、洗清等）
2. 罪孽这个词是什么意思？这节经文为何用到这个词？（罪孽是不道德的行为，大卫在这首诗篇中承认自己犯了罪。）
3. 为什么承认你做错了是件好事？（不承认错误是自欺欺人，傲慢自大等）

第 1-4 节谈到承认我们的罪。如果没看到自己犯了错，我们就不会欢迎神进入我们的生活，来拯救我们。不管怎样，祂都会原谅我们，但首先我们必须愿意接受祂。

读诗篇 51:5-8**问题讨论：**

1. 再次阅读第 6 节。这是什么意思？（神希望我们忠信诚实，祂不希望我们背负着罪和内疚。）
2. 牛膝草（第 7 节）是一种常用于古代医学疗法的草药。当大卫祈求神用它来洁净自己时，他是将身体上的治愈与灵里的治愈联系起来。两者有什么区别？（一个人可以身体健康，但灵里有病，灵里的病并不总是很明显，等等。）
3. 大卫甚至希望那些被神惩罚的人也能欢喜快乐起来，因为神宽恕了我们所有人。你认为，每个人，无论他们的个人价值、罪恶或信仰如何，都应该得到神的宽恕吗？（在这里真正地挑战了学生要诚实。）

读诗篇 51:9-12**问题讨论：**

1. 第 9 节重复了第 1-2 节中的恳求。大卫为什么使用这种重复？（这是一种强调重点的文学手段……他在祈求神的宽恕。）
2. 在第 10 节中，大卫求神“使我里面重新有正直的灵”，说明那灵曾经在他里面，但现在不在了。那灵怎么可能没了？是因为罪？因为不信神？（叛逆导致了关系的破裂，失去信任、亲密相交的破裂，内疚……悔改会重新恢复。）
3. “乐意的灵”怎么能支撑我们（第 12 节）？（愿意悔改、顺服并享受与神的亲密相交，能够支撑我们……如果没有“乐意”，这一切都不会发生。）

第 9-12 节描述大卫祈求神修复他内心的破碎，无论是身体、精神、情感还是灵里。他祈求得到支持，得到满足，不再渴望地上那些毫无价值的东西。

读诗篇 51:13-16**问题讨论：**

1. 在第 13-15 节中，大卫应许在他被洁净和赦免之后，将广传神的名，并歌颂祂的公义。用这些作为交换会更触动神吗？为什么是/不？（不，神的宽恕不需要额外的动机……大卫不是在与神作交易，只是承诺将他生活的重点重新放在神身上。）
2. 根据诗篇 51:16，神不“喜悦”属地的祭物 - 这是为什么呢？（我们可能一边献祭，一边却离神仍然很远……祂要我们把心放在祂身上。）

读诗篇 51:17-19**问题讨论：**

1. 忧伤的灵似乎讨神的喜悦。回顾属地的祭物和属灵的祭物的区别，你的看法有没有改变？为什么神偏爱后者？（因为只有当我们的情感、我们的灵和我们的心都转向祂时，我们才能与祂建立亲密的关系。）
2. 大卫似乎经常回到祭这个话题，包括本章的最后一节。这为什么如此重要？（他生活于一个可见的、仪式性的庆典式的献祭体系中，但他意识到，如果他的心不为神而活，那些做法都是空的。）

应用(15分钟)

让我们再来玩一次前面的游戏，但这次真相/谎言会直接提供给你们。（见下文。）

- 即使我们不悔改，神也会宽恕我们。
- 大卫有智慧、公义，并以耶和華的心为念。
- 无论结果如何，我们都应为神而活，并传扬祂的话。

哪个说法是错的？（征求意见，可能有不同意见）。

第一句是错的。神愿意宽恕我们吗，当然！但悔改是我们跟随耶稣的重要组成部分。

选择四名学生，指定他们每人读一节经文：

使徒行传 2:38、使徒行传 3:19、使徒行传 17:30 和使徒行传 20:21

这些经文教导的是，神要我们所有人在悔改中转向祂。这意味着要承认我们的罪，承诺不再重蹈覆辙，并把我們的一切都托付给祂。

读 路加福音 5:31-32

问题讨论：

1. 路加写这些经文的目的是什么？（向他的读者证明，我们都病了，需要“医生”。我们唯一治愈的希望是耶稣。）

我们都需要一个类似诗篇 51 篇的时刻。我们需要认识到，我们如何背弃了神，我们要寻求祂的宽恕，并努力每天与祂同行。

结束祷告(2分钟)

问大家是否有任何需要祷告的事项，然后为大家作祷告。

第6课 诗篇第91篇

课程目的

1. 鼓励学生要信靠神。
2. 帮助学生，自然地将神当作我们的居所。
3. 帮助他们以新的热情来理解神爱我们。

主题

保护、关系

背诵经文

以赛亚书 25:4

开头的祷告(5-10分钟)

团队建设(10分钟)

事先在冰棒棍上写一些圣经书名，将这些冰棒棍放在一个小容器里。

把学生分成两组。每组轮流从小容器里拿一根冰棒棍，尝试说出属于那本书的一节经文，同时将那根冰棒棍放在容器外。如果他们能凭记忆做到这一点，他们就得两分。

如果小组学生不知道那本书的经文，他们可以查圣经，读相应的经文。为此，他们只得一分。每组有两分钟的时间来挣得尽可能多的积分。

为获胜组准备一些糖果等小奖品，会增加竞争的激励程度和开心程度。

课堂起头(5分钟)

诗篇 91 是大卫写的一首诗歌，鼓励其他人像他一样跟随信靠耶和華。他希望那些听到这首歌的人知道，神的居所是一个安全的地方，和祂一起生活，并为祂而活，应该让我们感到很自然安心。在这一章里，他给出了许多理由，说明为什么神是我们唯一的避难所，是我们通往永远安全幸福的唯一途径，以及为什么当我们选择祂时就不会再受到伤害。

读 以赛亚书 25:4

问题讨论：

1. 你认为这节经文说的是什么？（神是穷人的避难所，也是需要帮助之人、受压迫之人的避难所。）
2. 根据我们已经学到的，它与诗篇 91 有什么关系？（神是所有人都可以安居的地方。）
3. 你认为这节经文中的“墙”代表什么？（这堵墙是我们的生活，它被这个世界里无情的、邪恶和与神对抗的力量所摧毁。）

深入学习(30分钟)

我们将一起练习一种古老的阅读圣经的做法，可以帮助大家默想那些有意义的词。这种做法非常适用于阅读诗篇等诗歌形式的文字。我们将用不同的方式一起读4遍这段经文，然后我们将回顾这段经文并讨论其含义。

1. 每个人自己安静地读诗篇 91 篇。
2. 老师大声朗读诗篇 91 篇。

3. 在房间里转着圈让每个人读诗篇 91 篇中的一节经文。
4. 最后让每个人再一次安静地自读一遍诗篇 91 篇。

问题讨论：

1. 诗篇 91 篇让你印象最深的是什么？（收集各种回答。）
2. 在第二次、第三次和第四次阅读/聆听时，你是否注意到某些新内容？你注意到了什么？（学生可能会指出某个特定的单词、短语，甚至停顿……让他们告诉你，为什么这些让他们印象深刻。）

现在我们逐段来读这一篇，将其分解来作进一步研究。

重读 诗篇 91:1-8

问题讨论：

1. “至高者”和“全能者”都代表神，大卫为什么用两个不同的头衔来描述？（他用重复的诗意手法来强调神的品格。）
2. 根据上下文，瘟疫这个词是什么意思？（致命的疾病或流行病。）
3. 这个翻译使用了比喻，神用祂的翎毛遮蔽我们，把我们放在“祂的翅膀底下”。为什么要用这个修辞手法？（这是另一种方法介绍神是我们的庇护所，祂给我们安全和遮盖。）
4. 什么样的人“是恶人”？（反对神反对善的人。）

重读 诗篇 91:9-16

问题讨论：

1. 如何让神成为我们的居所？（居住意味着住来里面 - 顺服、遵循、交流、联结，都是我们“居住”在神里面的方式）
2. “我们的帐篷”可能代表什么？我们的生活？我们的家园？（在旧约的语境中，帐幕/圣殿是神的居所……这里的“帐篷”可能是代表神所在的地方。）
3. 在大多数比喻或其他圣经故事中，蛇通常代表撒旦，所以在这节经文中，大卫说我们将征服撒旦。你认为“狮子”代表谁/什么？（这也是对邪恶/撒旦的描述……是一个掠夺者，我们受其伤害。）
4. 根据大卫的说法，神似乎要在我们尊重祂和祂保护我们之间达成一个约定？你能理解这个吗？你同意吗？（在这节经文中似乎很清楚，神会保护那些与祂建立关系的人。）
5. 有永生的应许，你会选择跟随神吗？你认为这个决定很自然吗？（即使这么一个美好的应许，还是有很多人拒绝它，……允许学生分享他们的想法。）

应用(15分钟)

让我们再看看以赛亚书 25:4。请一位学生再读这节经文，然后提出以下问题。

读 以赛亚书 25:4

问题讨论：

1. 这节经文与诗篇 91 相关吗？（是的，避难所，保护等概念都在这里。）
2. 在你看来，哪一段更好地描述了“保护”这个概念？（它们的描述方式略有不同……很显然，如果我们与神同住，祂就会成为我们安然居住的地方。）

以赛亚书是一位住在犹太国的同名先知所写的。他预言了弥赛亚的到来，并对神赐给我们的这份礼物提供了深刻的洞察。这位弥赛亚将是人类最伟大的保护者。

大卫是一个年轻的牧羊人，后来成了王，他写了许多诗篇赞美神，并把耶和华的荣耀告诉那些阅读诗篇的人。

大卫似乎说明了这样一个事实：只要我们选择跟随祂，神就会保护我们免受一切伤害，并会邀请我们进入祂的庇护所。无论我们的价值、职位或社会地位如何，只要我们尊崇祂，祂就会爱护珍惜我们。以赛亚，至少在第 25 章第 4 节，似乎说无论在什么情况下，神都会爱我们，不管我们是否承认祂为我们所做的一切。即使我们选择不尊崇祂，祂也会继续尊重我们，并在天国为我们提供一个住处，如果我们请求祂的宽恕并悔改，我们就能享受那个地方。

一般讨论：

- 对神如何悦纳我们，大卫和以赛亚的看法有很大不同吗？（两者都谈到神的应许：保护，和我们的回应：尊崇或悔改等。）
- 这些人的不同经历会如何影响他们对这个问题的看法？（以赛亚在说预言，大卫在写诗歌，所以背景及上下文肯定是不同的……他们的生活经历肯定会让他们去强调不同的事情或以不同的方式来看待事情。）

两个人来自不同的时代和不同的职业。他们有着不同的社会规则和不同的生活方式，但他们谈论的关于信仰的想法却是相同的。诚然，尽管距离他们最初写成的时间已经过去了数千年，他们的话今天仍然适用于我们。

诗篇 91 篇讲述了，当我们选择跟随神，并专注于祂和祂的话时，神可以为我们所做的一切。祂为我们死，使我们可以天国永远平安地生活，使我们的罪得到赦免，被神洗净。祂拣选了我们生活在祂的国度里，如果我们相信祂并按照祂的话去做，我们将可以永远与祂同住，在那里我们不会受到伤害，我们也不会犯罪。

一般讨论：

- 你“住在”神里面吗？如何“住在”神里面？（让学生分享他们对自己生活的看法以及居住的含义 - 顺服、友谊、与其他信徒共处等。）
- 如何看待神在你生命中的保护？（让学生分享经历。）
- 神会保护我们免受一切的邪恶/疾病/困难，如果我们尊崇祂？（不……这不符合圣经……我们在世上会遇到困难……但神永恒的居所是为那些尊崇祂的人而预备的，我们对那一天充满希望。）

结束祷告(2分钟)

问大家是否有任何需要祷告的事项，然后为大家作祷告。

第7课 诗篇第121篇

课程目的

1. 鼓励学生寻求神。
2. 帮助学生不惧怕邪恶。
3. 教导学生，无论发生什么，神总与我们同在。

主题

保护、关系

背诵经文

耶利米书 3:23

开头的祷告(5-10分钟)

团队建造(10分钟)

让大家知道，他们要根据某些规则来排队。下面是几个例子，你也可以想些别的。对于每一轮，给他们30秒时间排队（对于较大的团队，给60秒）。

- 按高度排列（从最矮到最高）
- 按高度排列（从最高到最矮）
- 按名字的字母排列
- 按姓氏的字母排列
- 按年龄排列，从大到小
- 按年龄排列，从小到大
- 按头发颜色的深度排列

课堂起头(5分钟)

诗篇121是大卫的另一个诗篇，赞美神的伟大，并告诉我们如果我们悔改，祂可以为我们所做的事。大卫将一切美好和公义的事都归于神，祂为我们创造了一切，包括我们自己。大卫说神看顾我们，永远不会抛弃我们，永远保护我们免受罪恶和邪恶的影响。

读 耶利米书 20:11

问题讨论：

1. 这节经文让你印象深刻的是什么？（让学生分享他们的想法。）
2. 它看起来与我们已经了解的关于诗篇 121 的内容相似吗？（神是强大的，能够保护我们，永远与我们同在等）

深入学习(30分钟)

当我们来到诗篇121时，我们将再一次练习那种古老的阅读圣经的做法。正如我们在过去几周发现的，这种做法非常适合研读诗篇，可以帮助大家默想那些有意义的词。我们将用不同的方式一起读4遍这段经文，然后我们将回顾这段经文并讨论其含义。

1. 每个人自己安静地读诗篇121篇。
2. 老师大声朗读诗篇121篇。
3. 在房间里转着圈让每个人读诗篇121篇中的一节经文。

4. 最后让每个人再一次安静地自读一遍诗篇121篇。

问题讨论：

1. 诗篇121篇让你印象最深的是什么？（神永远与我们同在，不会让我们跌倒，祂看顾我们，保护我们免受伤害等。）
2. 与你学习过的其他诗篇相比如何？（有一个共同的主题，即同在、保护等。）

现在我们来逐段读这一篇，将其分解，作进一步研读。

重读 诗篇 121:1-4

问题讨论：

1. “山”代表什么？（从字面上看，可能大卫正在向山上望着耶路撒冷的圣殿……从比喻的角度，应该指我们“仰望”天国，等等。）
2. 大卫的自问自答对那些读这节经文或听他歌的人有什么影响？（给出确定性，表明信仰等）
3. 大卫似乎强调了这样一个事实：如果神造的孩子没有远离罪恶和诱惑，神就不会安息。为什么这一点如此重要？（我们都会受苦，经历试炼，如果知道神一直在关注着我们，一直与我们同在，这会给我们极大的安慰。）

诗篇121:1-4说了谁会保护我们以及他们会采取什么措施来保护我们。大卫解释说，神是我们最重要的盟友，是我们的救主。他说，在我们所面临的一切危险被克服之前，神不会休息。

重读 诗篇 121:5-8

问题讨论：

1. 神被称为“荫凉处”，如在炎热或明亮的日头之下。这个比喻可能意味着，在炎热的天气里，神是我们的庇护所，保护我们免受伤害。这种修辞手法如何有助于读者的理解？（住在当时他们住的地方，他们当然知道在炎热中遮荫的好处……这是他们都熟悉的。）
2. 大卫一遍又一遍地说，我们不会受到伤害，因为神一直在看顾我们。祂一直以来、现在和将来都会为我们提供最好的照顾。听到这里，你会感到惊讶吗？大卫为什么在这里不停地重复？（在诗歌文学中，重复强调了内容……这种强调有助于将这一真理刻在读者的脑海中。）

诗篇121:5-8主要是对前四节所讨论内容的回顾，只是强调和阐述。这一章的全部内容都集中在神会为我们做的事情上，神会竭尽全力让我们在祂的国度里得到永生，与祂永远在一起。

现在让我们再次将这首诗与耶利米书 20:11 进行比较。

应用(15分钟)

阅 耶利米书 20:11

这节经文与大卫的诗篇（包括诗篇121篇）中讨论的主题相似，都讨论了神如何保护和供应我们。

一般讨论：

- 除了神，还有谁在你需要的时候会在你身边？（父母、朋友、教会里带领年轻人的弟兄等）
- 你的父母在哪些方面支持你？（提供你所需要的，提供保护等）
- 朋友在你的生活中是怎样的存在？（当你感到孤独时，他们会提供陪伴，当你被击倒时，他们会帮助你站起来，等等。）
- 你如何成为他人生活中的存在和帮助者？（让学生想一想他们对谁有帮助……弟弟妹妹、同学等。）

所有这些帮助者都帮助我们找到自己的路，帮助我们发现，为着神，我们想做什么以及如何去做。他们以一切神会做的方式引导我们，让我们努力实现目标。神的目的是要帮助我们在祂的国度里与祂永远在一起，而在地上的这段时间里，我们要服事祂。因此，祂始终与我们同在，我们可以依靠祂而不是恐惧祂怕祂。

一般讨论：

- 你能从哪些方面感受到神的同在和保护？（让学生分享。）
- 神与你同在对你意味着什么？这如何让你能自由地生活？（没有恐惧，有信心，对你与祂的关系有安全感等）
- 神在我们生活中与我们同在是否意味着不会有任何不好的事情发生？（不，但这确实意味着，我们的希望大于我们所面临的任何麻烦。）

像大卫和耶利米一样，我祈祷你们可以自信地生活，因为有一位强大的战士一直看护着你。你的帮助来自神！

结束祷告(2分钟)

问大家是否有任何需要祷告的事项，然后为大家作祷告。

第8课 诗篇第138篇

课程目的

1. 帮助学生看到，他们在需要的时候可以转向神。
2. 让学生知道，跟随神将如何帮助到他们。
3. 帮助学生愿意为自己的罪悔改。

主题

怜悯、悔改、罪

背诵经文

希伯来书 4:13

开头的祷告(5-10分钟)

团队建设(10分钟)

玩一个叫做“20个问题”的游戏。有的同学可能玩过这个，没玩过的应该也能很快学会，规则很简单。

1. 选一个学生，让他想一样东西，一个名人、地点、事物、或假日等。
2. 他们将这个东西牢记在心，而其他人会问是或否的问题，无论是具体的还是笼统的。
3. 可以让学生举手问，或者简单地大声说出他们的问题，但这可能会使游戏现场变乱（也可能更有趣！）
4. 关键是大家一共只能问二十个问题，来弄清楚学生心中的人/地点/事物。
5. 第一个猜对“主持人”心里所想的人获胜。
6. 如果二十个问题后还没有猜到，则“主持人”获胜。
7. 奖品或某种奖励可以为游戏增添乐趣。
8. 玩两次，选两个不同的学生想东西。

课堂起头(5分钟)

一般讨论：

- 游戏难吗？为什么难/不难？（我们不知道你想什么，声音太大我总是听不见，很难读懂别人的心思等等。）
- 只能问是/否问题，有没有让其变得更难？（是的……就像我们一次只能得到整幅图的一小部分，等等。）
- 这个游戏与今天的课程有什么关系？（让学生推测。）

诗篇 139 篇讨论了我们如何在需要的时候转向神。如果我们悔改，承认我们的罪，神就会宽恕我们。如果我们相信神，祂可以帮助我们解决任何问题。我们可以清楚地与祂沟通，向祂提多少问题都可以，没有限制。不是 20，不是 50，甚至不是数千。

深入学习(35分钟)

读 约伯记 34:21-22

讨论问题：

1. 作者在这些经文中想表达什么信息？（神看到并知道一切，没有什么对祂是隐藏，等等。）
2. 与诗篇 139 篇的信息有何关联？（让学生推测。）

在本课中，试着找出约伯记里这些经文和诗篇 139 之间的相似之处。记下大卫将神和祂的爱与其他事物进行比较的三个比喻，。（动物、无生命的物体等。）在整个课程中牢记这些比喻。

我们将再一次练习那种古老的阅读圣经的做法。这种做法可以帮助大家默想那些有意义的词。我们将用不同的方式一起读4遍这段经文，然后将回顾这段经文并讨论其含义。

1. 每个人自己安静地读诗篇 139 篇。
2. 老师大声朗读诗篇 139 篇。
3. 在房间里转着圈让每个人读诗篇 139 篇中的一节经文。
4. 最后让每个人再一次安静地自读一遍诗篇 139 篇。

问题讨论：

1. 诗篇 139 篇让你印象最深的是什么？（请每位学生分享他们对诗篇 139 的印象，即使是很简单的印象。这个可能需要花一些时间。）

现在我们来逐段读这一篇，将其分解，作进一步研读。

重读 诗篇 139: 1-6

问题讨论：

1. 读这些经文，你有什么感觉？（知道神就旁边，看着我，关心我，看到我的各种情形等，这种感觉很好。）
2. 你觉得安全吗？受保护吗？还是这种对神无所不知的爱的描述，让你感到不舒服？（这是一个很好的问题，可以鼓励学生诚实地表达他们对神的看法和感受。）

第 1-6 节谈论了神如何知道我们的一切。祂看顾我们，保守我们远离罪恶的祸患。祂保护我们免受诱惑、谎言，让我们不作那些我们不会引以为豪的决定。

重读 诗篇 139:7-12

问题讨论：

1. 这些经文与我们之前读的约伯记 34 中的经文最为相关。不同的作者在这个话题上如何采用了不同的方式？为什么？（都是诗歌作品，两位作者都承认神的同在，都说没有什么是隐藏的，等等。）
2. 神总是在我们身边是好事还是坏事？（让学生分享问题的两面 - 祂会一直在那里保护我们，但当我们跌倒时，我们将无处可躲。祂永远了解我们，知道我们所做的一切。）
3. 想想你生活中黑暗的一面。可以是某个人，某种情况，或者只是你的一种感觉。现在想想你生活中光明的东西。想象光明驱散黑暗。神是光，罪是黑暗。罪永远无法胜过神。神将永远在那里驱除黑暗。如何在自己生活中看待这个概念？（让学生分享。）

7-12 节讲了无论我们是否愿意，神总与我们同在。神知道我们是谁，知道我们做了什么，以及我们为什么这样做，还有我们接下来要做什么。这些经文帮助我们更好地了解神拥有的能力，以及祂会如何运用它。

重读 诗篇 139:13-18

问题讨论：

1. 大卫将我们的被造说成是“编织”（译者注：中文圣经没有翻译出来）。大卫为什么会有这种联想？神创造我们与“编织”有什么关系？（神积极参与了我们的被造，祂是一位艺术家等）

2. 第 16 节说，神确切地知道我们整个的生命将如何发展。祂也知道我们以后的一举一动。为什么是这样？这是否意味着我们不能自己做决定？（神是无所不知的，祂非常了解我们，也知道我们会作什么选择，等等。）

第 13-18 节谈到神是我们黑暗中的光，祂是多么小心翼翼地创造了我们，目的是让我们来到这世界，为着祂而做一切，荣耀祂的名。

重读 诗篇 139:19-24

问题讨论：

1. 第 19 和 20 节说，神对不尊重祂的人是不好的。只要你信靠祂，祂就会继续引导你。大卫为什么会这样想？你同意吗？（大卫在这里提到了他的仇敌，以及他如何希望神将他们赶走。）
2. “憎嫌”的意思是厌恶或憎恨。”大卫憎恶神的仇敌，这可以吗？为什么可以/为什么不？（让学生分享。）
3. 大卫为什么以祷告“祈求神鉴察他的心”来结束这个诗篇？（他的愿望是，在他的思想、感觉和行动上与神保持一致。）

19-24节讲了，神如何关心我们，提前计划我们的生活，并惩罚那些不走祂道路的人。这些经文与之前的经文类似，都关注我们生命的创造以及我们如何执行神为我们制定的计划。但也讨论了大卫如何看待与他信仰不同的人，以及神如何对待这些人。大卫求神鉴察他，认识他，帮助他。我们应该向神和我们自己有同样的要求。

应用(15分钟)

读 约拿书 2:1-9

当我们默想诗篇 139 篇以及如何将其融入我们的生活时，约拿的这段祷告是我们该如何祷告的宝贵例子。

问题讨论：

1. 当约拿祷告时，他在哪里？（在一条大鱼里面。）
2. 在你有同样感觉时，你可能在生活中的哪个地方？（处于低谷、绝望、悲伤、挣扎、孤独等）
3. 约拿祷告的基本前提是什么？（他需要神的同在、能力和拯救。）
4. 这是你曾经做过的祷告吗？有人愿意分享你的那段时间吗？（让学生分享。）

（如果没有学生有故事要分享，请准备好分享你自己的故事。这是一个分享神如何真正在你生活中做事的好机会。）

这些经文是约拿在吞下他的鱼的肚子里所作的祷告。他祈求神的拯救，请求神再给他一次机会。神这样做了，约拿返回陆地后，去做神要他做的事情。

重读 诗篇 139:7-12

问题讨论：

1. 请比较约拿书 2:1-9 和诗篇 139:7-12。（他们的语气相似，都认识到神无处不在，等等。）
2. 有何不同？有何相似之处？（约拿要求得释放，大卫更直率地讲述神同在的真相。）

诗篇 139 篇讲述了神爱我们、看护我们和帮助我们所有不同方式。在任何事上，祂都会成为黑暗中的光。祂会保护我们远离黑暗，确保我们不会成为黑暗。不跟随神的人，我们应该将他们视为其他人，而不是敌人。

让学生回到阅读时发现的比喻。让想分享的人分享他们的发现。让他们比较不同的回答，让他们试着弄清楚比喻的含义。

结束祷告(2分钟)

作为练习，让学生用比喻向神祷告。他们可以说，“感谢神，一直是照在我脸上的阳光”，或者“感谢神，就像我的影子……永远不会远离我。”

最后为小组做一个总结性的祷告。

第9课 诗篇第146篇

课程目的

1. 教导学生信靠神。
2. 帮助学生找到荣耀神的方法。
3. 帮助学生认识神的美善。

主题

赞美、敬拜

背诵经文

出埃及记 15:2

开头的祷告(5-10分钟)

团队建设(10分钟)

让每个人在一张小纸条或“便利贴”上偷偷写下一个人的名字。必须是房间里每个人都知道的人 - 著名的历史人物、演员或体育名人、政治家等。然后让他们把名字贴在左边那个人的背上。

每个人都四处走动，问别人关于他们背上人名的问题，问题只能是“是或否”的问题。他们只能问每个人一个问题。问最少问题就能猜出背后是谁的人获胜。小奖品可以增加游戏的热烈程度。

课堂起头(5分钟)

读诗篇 150

问题讨论：

1. 为什么大卫如此强调赞美神？（这是最后一首诗篇，这是他生活和统治等的焦点。）
2. 大卫说你应该在哪儿两个地方赞美神？（在祂的圣所，在显出祂能力的穹苍。）
3. 这段经文中，你应该赞美神的两个理由是什么？（为祂大能的作为和祂的宏伟至大。）
4. 这段经文中列出哪八样东西/事可以用来赞美神？（角声、瑟、琴、鼓、跳舞、弦乐、箫和钹。）
5. 这些是你赞美神的唯一方式、地点和理由吗？（当然不是！）
6. 诗篇 150 篇的重点是什么？（无论在哪里，无论什么原因，我们都应该赞美神！）

诗篇 150 篇是诗篇的最后一篇，也是以赞美神为重点的特定部分的最后一篇。诗篇 146-150 篇是大卫为敬拜耶和華而写的赞美诗。

诗篇 150 篇着重于我们应该赞美神的原因以及赞美祂的不同方式。诗篇 146 篇讨论了敬拜的不同方面。随着课程的进行，注意两段经文之间的异同。现在翻到诗篇 146 篇，来读我们今天的内容。

深入学习(35分钟)

正如我们在本系列中所做的那样，我们将再一次练习那种古老的阅读圣经的做法。这种做法可以帮助大家默想那些有意义的词。我们将用不同的方式一起读4遍这段经文，然后我们将回顾这段经文并讨论其含义。

1. 每个人自己安静地读诗篇 146 篇。
2. 老师大声朗读诗篇 146 篇。
3. 在房间里转着圈让每个人读诗篇 146 篇中的一节经文。
4. 最后让每个人再一次安静地自读一遍诗篇 146 篇。

问题讨论：

1. 诗篇 146 篇让你印象最深的是什么？（强调赞美神，专注于神的作为等。）
2. 你看到这首诗篇和我们开场游戏之间的关系吗？（为了描述人，我们经常谈论他们的所作所为、我们与他们的关系、我们在哪里注意到他们的等等。这也是大卫在这段经文中谈论神的方式。）

现在让我们仔细看看我们阅读的内容，并一起反思。

重读 诗篇 146:1-5**问题讨论：**

1. 大卫在第 2 节说，我们应该“一生赞美耶和华”。在你的一生中，你赞美神的方式有什么变化？（赞美带来焦点、目的、鼓励等）
2. 大卫在第 3 节中使用了“尊贵人/君王”这个词。他为什么选择这个词？（作为君王，世上没有哪个统治者可以与神相比。我们不能相信世上的统治者，相反我们必须相信神。）
3. 大卫似乎想说明，当你死后，你在地上曾经的生活就变得毫无意义。你同意吗？（让学生分享。）
4. 有哪些方法可以让你把“帮助”和“盼望”放在神上？（相信拯救是通过祂，而不是地上的统治者。）

重读 诗篇 146:6-10**问题讨论：**

1. 为什么大卫将神创造天地与祂的信实联系起来？（神的爱、关怀和创造力在祂与创造物和人类的关系中显出来。）
2. 在第 8 节中，大卫说：“耶和华扶起被压下的人。”大卫为什么选择这些词？（这形象地描述了神如何拯救处于绝望中人。）
3. “寄居的、孤儿、寡妇”比“恶人”更值得爱护吗？这就是大卫在这所要说的吗？（大卫表达了这一点，但我们知道神爱每一个人，甚至包括“恶人”。然而，如果恶人不降服于这种爱，他们就会丧失沉沦。）
4. 最后一节告诉你什么？（神永远掌权，永远配得称颂与赞美）

应用(15分钟)

今天我们开始读了诗篇 150，它是诗篇的最后一篇。刚刚我们已经深入研读了诗篇 146 篇，现在让我们比较两者：

问题讨论：

1. 诗篇 146 篇与诗篇 150 篇有何关联？（两者都专注于赞美神。）
2. 诗篇 146 篇和 150 篇有何不同？（诗篇 146 篇更多地反映了我们赞美神的原因，而不是我们赞美神的方式 - 比如用乐器。）

诗篇 146 篇和其他诗篇一样，是一首可以在敬拜中唱的歌。这是一首诗，是大卫为神写的。像许多其他诗篇一样，它关注我们应该赞美神的原因以及我们应该如何根据神的法则对待他人。

在某些方面，这与我们今天在世界各地唱的诗歌没有什么不同。但那些诗歌是由我们不认识的其他人写的，其编写的原因我们常常不知道。

所以今天，我想尝试一些不同的东西——我们将根据我们生活写我们自己的诗篇。

鼓励他们以下列公式写一篇诗篇：

1. 写两行关于神是谁——“神是_____。”
2. 再写两行关于神所做的事——“祂做了_____。”

3. 再写两行关于这些给你的感受。
4. 再写两行赞美神。

让每个学生尝试写一篇自己的诗篇。可以是一首歌曲，音乐可以自己编的音乐或流行歌曲的音乐，也可以只是一首诗。关键是它必须针对他们的个人生活，引述他们经历过的真实的事情。给他们几分钟的时间来完成。

现在，我想请你们中的一些人朗诵你们的神篇。这些朗诵将作为我们的结束祷告。

结束祷告(2分钟)

请两三个学生读他们自己的诗篇，让每个人都低头仔细聆听这些关于神是谁、祂做了什么，以及呼吁赞美祂的美好的描述。