

【小组聚会材料】 诗篇 103 篇 - 我的心要称颂耶和华
2026 年八月 28、29 日

第一时段：欢迎你来 (15 分钟)

以简单、轻松、活泼的游戏，带领组员热烈参与，使大家的心思意念，离开繁忙、疲惫，并预备心来归向神。

第二时段：敬拜赞美 (20 分钟)

以事先预备好的诗歌，带领大家来到主的宝座前敬拜祂、瞻仰神的荣面、带下神的荣耀同在。在敬拜里，小组长带领大家同声开口为下列事项祷告。（组员个人的需要请在第四个时段分享祷告。）

1. 宣教单位：认领的单位是_____他们的需要是_____
（如果你不确定小组认领，请洽教会。）
2. 教会事工：
 - 教会现场主日崇拜@9am&11am
 - 启程福音 Alpha Course 7/12 起，Zoom @7:30pm
 - 洗礼：9/13@2pm。受洗班于主日 8/23 起 1pm@G6 连续三周，需透由小组长报名
3. 新来宾：_____请于聚会前确认来宾名字。
病痛组员或亲朋：_____并商讨如何关怀他们。

第三时段：话语分享 (45 分钟) 以分享讨论应用神的话在每天生活里

1. 上主日信息的中心思想是什么？哪一句话，你的印象最深刻？
2. 听完信息，你有何回应？或有什么实际的行动呢？

本周主题：我的心要称颂耶和华

经文：诗篇 103：1-22

背诵经文：我的心哪，你要称颂耶和华；凡在我里面的，也要称颂他的圣名！（诗篇 103：1）

这是一首诗人大卫称颂与感恩的诗篇，大卫王一生不只经历神的保守和作为，也经历神的赦免。当扫罗王和大卫的儿子押沙龙追杀他的时候，神保守他得以逃脱敌人的网罗，当他犯罪后，神没有马上击杀他，而是差遣先知拿单警告他，为的是要大卫悔改。因此，大卫深知神是那么爱他、怜恤他，所以，在他晚年的时候，他写下这首诗篇纪念神的恩典，也告知以色列人，要称颂、纪念神的恩惠和慈爱，不要远离神。

讨论问题 1：本月背诵经文为希伯来书 11：1-6 信心跨越，本周背诵本月所有经文，请组长带领大家一起背诵这五节经文：

1 信就是所望之事的实底，是未见之事的的确据。 2 古人在这信上得了美好的证据。 3 我们因着信，就知道诸世界是藉神话造成的；这样，所看见的并不是从显然之物造出来的。 4 埃布尔因着信献祭于神，比该隐所献的更美，因此便得了称义的见证，就是神指他礼物作的见证。他虽然死了，却因这信仍旧说话。 5 以诺因着信被接去，不至于见死，人也找不着他，因为神已经把他接去了；只是他被接去以先，已经得了神喜悦他的明证。 6 人非有信就不能得神的喜悦，因为到神面前来的人必须信有神，且信他赏赐那寻求他的人。

一、不可忘记神一切的恩惠（诗篇 103：1-5）：（请读 1-5 节，再读下文）

A. 要全心称颂神（1-2）：一开始诗人呼吁自己要来称颂耶和华，不是单单的称颂，而是全人全心全意的来称颂祂的名，神的名是祂的属性。英文 NIV 里的心是“soul”，soul 是情感，情感极致的投入在称颂神里（1）。大卫一生历经神的恩典和保护，神救他脱离患难和死亡，使他成为以色列王，甚至，神自己赐给大卫应许，大卫的子孙必作王到世代，大卫也经历过神的赦免他借刀杀死乌利亚的罪，大卫王唯恐自己忘了神的恩惠和应许而悖逆神、得罪神。因此，他提醒自己、他的后裔，甚至所有以色列人要称颂神、要纪念神和祂的恩惠（2）。

B. 神一切的恩惠（3-5）：接下来，诗人陈述神赐给的恩惠：1. 赦罪（3a）：大卫犯罪后，向神悔改，神就赦免他。2. 医治（3b）：耶和华拉法，祂是医治我们的神。3. 救赎的恩典（4a）：大卫经历了神的救赎，使他得以逃脱

敌人的追杀。4. 祝福的恩典（4b-5）：神赐给大卫仁爱的冠冕，让他作以色列王，大卫一生因着倚靠神而得力量，得智慧治理以色列。

讨论问题 2：诗人为什么要我们要在哪方面称颂神？我们要在哪方面称颂神？（观察应用题）

二、神施怜悯和慈爱给认识祂的人（诗篇 103：6-18）：（请读 6-18 节，再读下文）

- A. 耶和华行公义（6）：**第六节一开始，诗人转向那位行公义的耶和华神，也为一切受冤屈主持公道。
- B. 耶和华的道路与作为（7-10）：**神赐给摩西十诫和律法，让摩西向以色列人颁布，好叫他们知道祂的公义和祂的法则，让他们能有依据遵行（7）。诗人大卫经历过神的赦免，在大卫犯罪的时候，虽然神非常的愤怒，但祂却怜悯他的软弱，不愿大卫越陷越深，所以，派遣先知拿单警告大卫，要的是大卫能悔改。当大卫悔改，神就赦免他，也收回祂的怒气（8-9）。当我们明白神是那么怜恤人的时候，我们若犯罪，就可以来到怜恤我们的神面前，真心向神悔改，不要再犯（10）。
- C. 神的慈爱长阔高深（11-14）：**神的慈爱就像无法测度的天离地的高度，而当人求告祂，祂就施慈爱给人（11）；神怜悯人，使凡到祂面前认罪悔改的人就得到祂的赦免，这时罪就离开那人远远的就像东离西那么遥远，不再受罪的控告和辖制（12）。神也像一个父亲爱他的儿女一般怜恤倚靠祂的人（13）。虽然人的身躯到最后是归回尘土，变为无有，但神仍然看顾人，引领他们可以领受神的恩典，享受神的慈爱（14）。
- D. 神赐恩典慈爱给认识祂的人（15-18）：**人一生的岁月有如草一般短暂，发旺的时候有如花一样的美丽充满活力（15），但风吹后，便被摧残不成形，即使在它的原生地都不认得它了（16），但是神的慈爱从亘古到永恒，祂一直都赐给认识祂、谦卑敬畏祂的人，祂的公义也行在他们的子子孙孙中间（17）。认识神的人必遵守神，牢记祂的教训，他们就会活在神的慈爱和恩典里面（18）。

讨论问题 3：诗人如何形容神的慈爱和怜悯？你对那一节经文最有

感触？（观察应用题）

三、万有都要称颂耶和华（诗篇 103：19-22）：（请读 19-22 节，再读下文）

- A. 耶和华统管万有（19）：**从大卫幼年看顾羊群到作王，他深深体会到，耶和华神是万王之王，万主之主，祂是万有的主宰，万物都服在祂脚下。
- B. 耶和华配得称颂与赞美（20-22）：**当大卫写到这里的时候，流露出内心对神的敬畏和赞叹，禁不住的呼吁天使要称颂耶和华（20），执行神旨意的天上的诸君要称颂耶和华（21），被造的人都要来称颂赞美耶和华，最后大卫不由自主的发自内心切切的呼喊：我的心，你要称颂耶和华（22）！

讨论问题4：请分享你在称颂敬拜神时，最令你感动的是什么？（应用题）

祷告：

亲爱的阿爸天父，我们感谢赞美祢。谢谢祢使用诗人大卫写下这首诗歌，述说祢对我们的爱是何等的高深，祢怜恤我们，赦免我们的一切过犯，使过犯远离我们有如东离西不可衡量的距离，因此，我们可以坦然无惧的来到祢面前，来称颂赞美祢。愿我们的心、我们的灵时时刻刻都要来赞美称颂祢！感谢祷告奉耶稣得胜的名求，阿们！

第四时段：祷告服事（10分钟）

可以两三个人成为一个祷告小组，为彼此的需要祷告。

9/4 诗篇 115 篇

9/11 马可福音 7：1-23

9/18 马可福音 7：24-37