

如果誠實面對自己信仰的狀態，很多時候對神的信靠不停地擺盪，詩篇 131 篇是詩人向神的禱告，是詩人描繪自己內心的狀態，更是詩人邀請眾人加入仰望耶和華的行列。

一、仰望是放下自我中心：從掌控到交託

根據信息本聖經的翻譯，詩人表明自己的狀態，他說：「上帝啊！我不敢當家作主，也不想在山頭作王。我不敢干預別人的閒事，我沒有野心勃勃地幻想著偉大的計畫。我腳踏實地，為自己培養一顆寧靜的心」。仰望是放下自我中心，是立場的表明，卻隱藏著兩種截然不同的狀態。第一種是掌控一切的野心，是經文所說狂傲的心、高大的眼。喜歡掌控一切的人，除了分配別人的工作，甚至連神的工作都分配好了。屬靈前輩提醒，謙卑和信靠神是一體兩面，而驕傲和信靠自己是一體兩面。一個充滿野心、狂妄自大的人，很容易忘記神，不論是因著能力、性格、過度的責任感，基督徒不要被想掌控一切的野心所轄制，以至於將神邊緣化。第二種常見自我中心的狀態是一種不負責任的倚賴，是一種拒絕長大的呈現，也是一種撇清責任的不良居心。這就如同一個沒有斷奶的孩子一樣，以自己為世界的中心，彷彿全世界都應該要滿足自己的願望，不然有問題的一定是別人，如果今天神沒有照著我的祈求應允，埋怨的對象就變成了上帝。

二、仰望是到神的面前：從鬧心到安心

詩篇中常用「心」來表達自己裡面狀態，是一種敏銳，是謙卑地面對神，更是誠實地面對自己。人在繁忙吵雜的生活中，很容易只注意到表面，甚至只注意到行為，卻忽略了人的心，我們太忙以至於沒有機會停下來，我們太累，以至於選擇先把不緊急的問題放在一旁。基督信仰中的仰望，其實是我們到神的面前，是我們心的狀態從鬧心到安心的轉變。對一個正處在斷奶的孩子來說，常常會經歷充滿誤解和吵鬧的階段，卻是一個訓練與適應的必經之路，作者就用這個普世共同的生活經驗，嬰兒與母親之間關係的轉變，來描述基督徒與神之間的關係，是一種從滿足自我到完全信靠的狀態，是生命成熟所彰顯的特質，學習仰望神就是基督徒斷奶的過程。當我們認識這位懷著美好意念的神向我們施慈愛，當我們確信祈求以前神已經都知道，我們會在安心中度日，我們不會「用神所賜的恩典，取代了賜下恩典的神」，這而是學會渴慕神自己，安息在神裡面。這也是一種安靜的力量，讓我們能在混亂中保持冷靜而不衝動，在獨處中即使沒有監督也能自律。

三、仰望是一生的操練：從今時到永遠

將「以色列啊，你當仰望耶和華，從今時直到永遠！」與詩篇 23 篇，「我一生一世必有恩惠慈愛隨著我，我且要住在耶和華的殿中，直到永遠！」放在一起看，大衛不只在變動與震盪的人生中向神發出禱告，大衛也邀請神的兒女，一同來回應神，選擇神的同在、走屬神的道路。講道王子司布真曾說：「詩篇 131 是其中一篇可以用最少時間讀它，卻要用最多時間去學習的詩篇」。對基督徒來說，在永恆中的仰望，不是帶著淚水和缺乏的，而是從過去信心中的仰望，轉變為親眼見主；在永恆中的仰望，是面對面親近神，是一份生命被滿足的喜樂。

四、結論：仰望為我們信心創始成終的耶穌

對於新約時代的我們來說，我們領受格外豐富的恩典：我們仰望神，我們也仰望那為我們信心創始成終的耶穌；我們脫去各樣纏累我們的罪，我們更在聖靈的引導中前行；我們走天路，我們也知道自己不孤單，因為有雲彩般的見證人走在前頭；我們在忍耐中行動，我們卻盼望永恆的居所。仰望耶和華，是從流淚谷，進到看得入迷，捨不得離開的喜樂。

金句：我們既有這許多的見證人，如同雲彩圍著我們，就當放下各樣的重擔，脫去容易纏累我們的罪，存心忍耐，奔那擺在我們前頭的路程，仰望為我們信心創始成終的耶穌。(希伯來書 12：1-2a)

思考討論題目：

- 我在生活經歷中，曾經有對神灰心、懷疑、搖擺不定的時刻嗎？
- 仰望神是「放下自我中心」、「到神的面前」、「一生的操練」，其中最讓我有共鳴的是什麼？