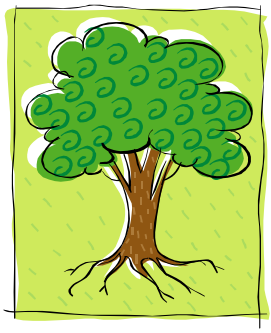
第四课　中心思想



好的讲章必须有中心思想。**中心思想是讲章里最主要的信息，所有内容都是从它发展出来的，每个细节都在阐明它的意思。**传道人要用一个简短的句子概括讲章的中心思想，作为整篇道的主干。从这个主干会延伸出各个要点，每个要点以下有应用与事例的说明。让我们拿树来做个比方：讲章的结构就好像一棵树，讲章的中心思想是树干，从中心思想延伸出来的几个要点是树枝；许多的事例与应用的教导就是茂盛的叶子。[1] 在这课，我们要学习如何从一段讲道经文找出讲章的中心思想，并把它概括到一个句子里。

解 释 部 分

一、中心思想的重要性 [2]

（一）　对传道人的好处

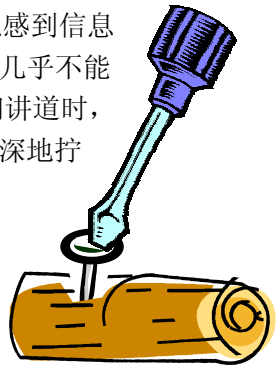
一篇讲章千万不可像枝干丛生的灌木那样没有明显的主干，包括太多主要的思想。一个乐队有很多队员参与演奏，可是他们只需一个指挥。照样，我们的讲章会有几个要点，但它们必须连于一个中心思想，只需带出一个主要的信息。很多经验尚浅的传道人不知道该把什么放进讲章里，又或尝试让一篇讲章包含太多信息。用一个中心思想贯穿整篇讲章的好处是，我们有一个清晰的方向去筛选讲章的内容，知道该写什么和不该写什么。

我们要有一个中心思想引导我们写讲道大纲。这个中心思想帮助我们把讲章的要点连贯起来，把引言集中于一个主题，把事例、应用和总结指向一个核心。这样，所写的讲章就不致杂乱无章、支离破碎。

（二）　对听众的好处

讲道强调一个中心思想，听众就可以从头到尾随着一个大方向去思想讲道的内容，从而听得更明白。此外，听众一开始知道讲章的中心思想，就会预测接下来的要点与真理的应用，期待传道人揭晓答案。这样，他们会更有兴趣、更专注地聆听下去。中心思想好像一个衣架，让讲章的所有内容整齐地挂在上面。人们听道后一个星期，可能会忘记了讲章的细节，可是他们仍会记得讲章的中心思想。人容易记住中心思想，是因为讲章的所有细节都有条不紊地挂在这个衣架上，方便他们一手抓住信息。

由于所有焦点都集中于一个中心思想上，听众会强烈地感到信息的力量和重要性。螺丝具有极强的机械力，把它拧紧以后，几乎不能拔出来。讲章的中心思想好像一枚具有真理能力的螺丝，我们讲道时，用细节反复阐明一个中心思想，就好像把螺丝渐渐拧紧，深深地拧进听众的心里，使他们牢牢记住中心思想所带出的真理。



（三） 欠缺中心思想的后果

很多传道人预备讲道时，忽略了确立一个中心思想的重要性。他们把一些互不关联的内容放进一篇讲章里。这些传道人写讲章时常常迷路，因为他们看不清整体讲章的方向，难免会有挫折感。他们所写的引言和总结都很含糊，因为没有明显的主题，所以他们不清楚该怎样在讲章里删除枝节。他们脑海里一片混乱，讲章的信息好像一颗大木钉，费尽气力也钻不进木头里，对听众毫无感染力。

讲道欠缺中心思想，也会使听众感到挫败，因为他们的思路跟不上讲章里混乱松散的信息，最后宁愿放弃不听。一周之后，他们把讲章的要点统统忘记了，更不用说把信息应用出来，经历生命的改变。

我们学会从经文找出讲章的中心思想后，就能避免以上的问题。

二、圣经的模范：有中心思想的讲道[3]

✧ 故此，以色列全家当确实的知道，你们钉在十字架上的这位耶稣，神已经立他为主为基督了。（徒 2:36）

✧ 从这人的后裔中，神已经照着所应许的，为以色列人立了一位救主，就是耶稣。（徒 13:23）

✧ 圣灵立你们作全群的监督，你们就当为自己谨慎，也为全群谨慎，牧养神的教会，就是他用自己血所买来的。（徒 20:28）

在使徒行传里，使徒讲道时往往针对听众当时最迫切的需要，强调一个中心思想。在使徒行传第 2 章，彼得用“细节到普遍”的结构关系组织他讲道的内容。他首先向众人说明各个论点与其中的例证，最后把它们总结到一个中心思想里，就是“神已经立他（耶稣）为主、为基督了”（徒 2:36）。在彼得的讲章里，前面所有的细节都是为了强调最后那个普遍的真理。

> 前英国首相丘吉尔是个出色的演讲家，有人曾问他如何演讲，他回答说：“要抓住一个中心思想；一个，不要两个。猛击它！讲一讲，又猛击它！又讲一讲；再向它猛击！这样继续下去，直到总结，再给它一个最强烈的攻击！”[4]

另一个例子是保罗。在使徒行传 13 章，他使用了“普遍到细节”的结构关系来铺排他的讲章。讲道开始时，他首先提出了整个讲章的中心思想，就是神已经“为以色列人立了一位救主，就是耶

稣”（徒 13:23），然后用余下的讲章论证这个主题信息。

保罗的另一次讲道记载在使徒行传 20 章，对象是教会的长老。这次保罗把中心思想放在讲章的中间，他首先说明自己如何牧养教会，以此作为引言和例子；然后在 28 节提出讲章的中心思想——长老要作谨慎的好牧人；接着围绕着这个主题，逐点阐明作谨慎好牧人的标准。三篇讲章的结构铺排虽然不同，但它们同样有一个明确的、针对听众需要的中心思想，令人专注于一个最重要的信息，而被这信息深深影响。

三、找出中心思想的提问 [5]

我们学习问四个问题来帮助自己找出讲章的中心思想。我们刚开始练习写解经式讲道的讲章时，需要完全按照这四个问题的次序去思考和回答。等到我们熟习了这个思考的步骤，就能够不知不觉地运用出来，无需刻意地逐一回答这几条问题。

（一） 作者说什么？

我们给解经式讲道的定义是：**选择一段切合听众需要的经文，研究、分析它与它的上下文，找出经文的一个中心思想与几个要点，作为讲道的中心思想与大纲；然后透过具体的解释、论证，让圣灵把真理应用到自己身上，再应用到听众的实际生活中**。这个定义强调我们要从经文找出讲章的中心思想。解经式讲道的中心思想不应该是我们想象出来的，也不能从一本书或别人的讲道中借用过来。经文是我们确立讲章中心思想的惟一凭据。

我们在前面两课已经学过观察经文的方法，这些方法帮助我们找出作者要向当时的读者说些什么，然后我们就能把正确的真理传递给我们这代的信徒。“作者说什么？”这个问题引导我们思考经文的原意，避免我们把自己的意思强加于经文之上，造成凭主观想法讲道的危险。

（二） 听众需要经文中哪方面的真理？

我们考究一段经文的时候，或许会发现作者提出不止一个重点。这时候，我们要思想：“我应该选择哪一个重点作为讲章的中心思想呢？”选择的原则应该是遵循听众当时的需要。当我们发现经文有几个主要的真理，就要问自己：“听众最需要明白、遵守哪一个真理？”医生会先诊断病人的病情，然后给他们开药；同样，我们要先了解听众的需要，才可以对症下药，给他们最适切的真理。

我们要祈求圣灵帮助我们分辨哪个要点对听众来说是最重要、最适合的。很多传道人不关注听众的需要，他们只讲自己感兴趣的要点，或讲一个只适合原来读者的文化，不切合现代处境的要点。这种讲道不能对症下药，结果听众不愿聆听和回应。如果讲道的主题能针对听众当前的难题与处境，他们不但会用心聆听，还会把真理应用在生活中。我们有几个途径去发现听众的需要，下面《六、如何选择适合听众的经文》会有详细的讲解。

（三） 怎样用一句话概括中心思想？

我们从经文选了一个最适合听众的重点，就确定了讲章的中心思想。我们要小心，别把中心思想定得太广泛，否则我们不能把它讲解得圆满。比方说，传道人如果选择耶稣的山上宝训（太 5~7 章）作讲道经文，会发现里面有很多主题，每次讲道只能讲解其中一个。我们通常不能讲清楚一段经文里的所有要点，但在圣灵的引导下，我们可以找出一个最适合、最能帮助听众的要点来讲道。

> 一个培训传道人讲道的老师这样说："在我看来，要是你的讲章还没写出一句最能概括中心思想的句子，那就等于讲章还没预备好。那短短的一句话，要好像透彻的水晶。我发现写这个句子是学写讲章最艰难的，也是最有果效的部分。那句子出来要好像皎洁的月亮，否则，讲章就不该写下去，更不要讲出来。"

有了讲章的中心思想，我们还要用一句话概括它，这句话称为讲章的"主题句子"。一个讲章没有主题句子就意味着讲章还没准备好。一篇讲章可以有几个要点，可是它们都应该从属于一个主题句子，意思是它们不能偏离主题句子所概括的中心思想。

我们可以参考经文的主要结构关系来写主题句子。比方说，如果经文的主要结构关系是"对比"，主题句子就可以用"对比"的结构来写；又比如是"先因后果"，那么主题句子也应该先说原因，后述结果。

（四） 这句话是否符合作者原意和听众需要？

我们写好主题句子之后，要问自己第四个问题，检查主题句子是否写得恰当。我们要确定所写的讲章不但适合听众的需要，也忠实于作者的原意。我们问这个问题，是要避免把自己的意思强加于经文上，也确保我们所讲的道能满足听众的需要，以致圣灵能透过当中的真理改变听众。

我们对这个主题句子满意的话，就可以把它写在讲章的开头；接着，根据这句话，列出讲章的大纲；然后，让这个中心思想一路引导我们完成讲章。讲章的每个要点要与主题句子互相呼应，这样就不会偏离中心思想，整个讲章的焦点都集中于一个主题上。

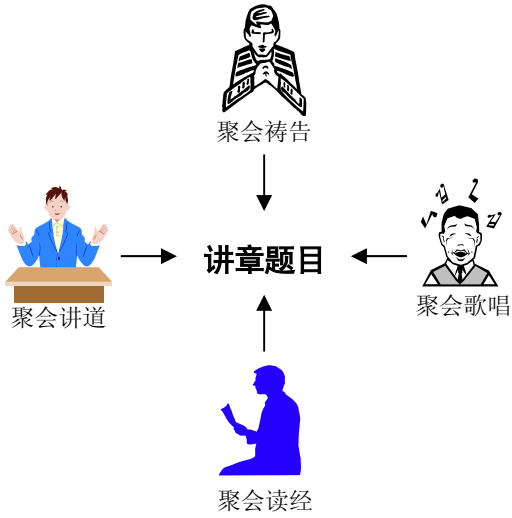
四、讲章的题目

（一） 什么题目能突出中心思想？

我们找出中心思想后，要为聚会定一个题目。我们要再问一条问题："什么题目能突出中心思想？"我们要根据中心思想的总体意思，归纳出一个能突出中心思想而又简明、吸引的题目。我们可以从概括中心思想的主题句子中，找出一些关键词语，构成讲章题目；比方说，讲章的中心思想是"我们要靠着祷告的大能得胜"，题目就可以定为"得胜的祷告"。讲章题目一般由 4 至 6 个字组成，尽量不要太长，让人一看就能理解和记住。我们可以在前一星期预告下周的讲章题目，使听众预备好听道的心。在讲道时，也可以在黑板写上讲章题目，让听众抓住讲章的重心。

（二） 题目与整个聚会安排

确定讲章题目后，整个崇拜聚会的安排，包括唱诗、祷告和读经，都要突出讲章的题目。我们要透过不同的环节，重复把讲章的题目灌输给听众，他们就更容易记住当中所表达的真理。他们透过不同的形式、从不同的角度了解这个主题的意义，必定有更深刻的体会。为讲章定一个题目，按这个题目安排整个聚会，圣灵就能够把那个真理深深地植入弟兄姐妹的心里，做感化、改变的工作。



五、找中心思想与题目——范例

上一课，我们用以下两段经文示范如何写经文大纲（参第41~42页）。现在，我们示范怎样回答找出中心思想与题目的问题，从这两段经文找出讲章的中心思想与题目。

（一） 诗 118:5~9

我在急难中求告耶和华，他就应允我，把我安置在宽阔之地。[6]有耶和华帮助我，我必不惧怕，人能把我怎么样呢？[7]在那帮助我的人中，有耶和华帮助我，所以我要看见那恨我的人遭报。[8]投靠耶和华，强似倚赖人；[9]投靠耶和华，强似倚赖王子。

1. 作者说什么？

作者说神垂听、成全我们的祷告，我们不用惧怕任何人，因为神是我们的帮助；我们要投靠神，不要倚靠人。作者写这段经文的原因，是要鼓励他自己与他的听众倚靠耶和华，不要惧怕人。

2. 听众需要经文中哪方面的真理？

我的听众受到逼迫，被人耻笑、轻看、歧视，甚至虐待。他们特别需要明白，神垂听、成全他们的祷告，是他们的帮助，因此他们不需要惧怕人。

3. 怎样用一句话概括中心思想？

因为神成全祷告，作我们的帮助，**所以**我们可以投靠他，无需惧怕人。

（请注意，经文的主要结构关系是“先因后果”，所以概括中心思想的主题句子也用“先因后果”关系。）

4. 这句话是否符合作者原意和听众需要？

是的。

5. 什么题目能突出中心思想？

倚靠听祷告的神

（二） 彼前 2:9~12

惟有你们是被拣选的族类，是有君尊的祭司，是圣洁的国度，是属神的子民，要叫你们宣扬那召你们出黑暗入奇妙光明者的美德。[10]你们从前算不得子民，现在却作了神的子民；从前未曾蒙怜恤，现在却蒙了怜恤。[11]亲爱的弟兄啊，你们是客旅，是寄居的。我劝你们要禁戒肉体的私欲；这私欲是与灵魂争战的。[12]你们在外邦人中，应当品行端正，叫那些毁谤你们是作恶的，因看见你们的好行为，便在鉴察的日子，归荣耀给神。

1. 作者说什么？

彼得提出基督徒有新的身份与新的行为。身份的改变是“因”，由新身份产生出来的行为是“果”。彼得的写作对象当时还未弄清他们在耶稣基督里是谁，也不明白基督徒应怎样行事为人。彼得阐明这个真理的目的，就是要帮助信徒明白怎样成为成熟的基督徒，这包括彻底明白他们的新身份和有相应的新行为。

2. 听众需要经文中哪方面的真理？

我的听众不完全明白他们在基督里的新身份，因此容易被私欲缠绕，例如贪心、情欲、骄傲等。他们需要彻底明白基督徒的新身份，才能禁戒肉体的私欲。

3. 怎样用一句话概括中心思想？

因为我们在基督里有新的身份，**所以**我们要禁戒肉体的私欲。

（请注意，经文的主要结构关系是“先因后果”，所以概括中心思想的主题句子也用“先因后果”关系。）

4. 这句话是否符合作者原意和听众需要？

是的。

5. 什么题目能突出中心思想？

新身份，新生活

六、如何选择适合听众的经文

（一） 经文适合听众的重要性[6]

上文提到，讲章的中心思想要适合听众的需要。其实，我们早在选择经文时，就要考虑他们的需要。我们不但要把讲章的中心思想联系到听众的需要上，也要以他们的需要为我们选择讲道经文的依归。

“解经式讲道总体的棒”的第二个步骤是“选所需经文”，意思是“**选听众所需要的经文**”。这是每个传道人的使命——我们的任务不是阐述抽象、高深的道理，而是用最能感动听众的经文回应他们迫切的需要。有些传道人不明白这个原则，他们常常独处一隅，或于密室沉思，总是远离他们的听众。有一位传道人对加拉太书很有研究，于是决定向听众讲解这卷书，但他竟然花了两年半时间，才把加拉太书第一章讲完！弟兄姐妹渐渐不愿意听他讲道，因他没有选适合听众需要的经文。

耶稣每次教训人，都会针对听众当时的需要。在约翰福音第 3 章，他知道尼哥底母需要明白重生的真理，就在谈话之间指出他这个需要。保罗所写每一封书信，都反映受书人或受书教会的需要。他写加拉太书，目的是要纠正加拉太信徒视遵守律法为得救条件的谬误；写哥林多前书，是针对哥林多人败坏的行为。彼得、雅各、约翰、路加和其他的圣经作者都是为了满足读者在属灵上的迫切需要，而写成他们的书卷。我们讲道的主要目的也是选择适合的主题以解决听众最迫切的问题。

我们讲道，不是讲自己喜爱的或自己认为重要的真理和教义。相反，我们要效法耶稣与圣经作者的榜样，以对象所遭遇的事情及面对的难题为出发点，传讲他们所需要的真理。能满足听众需要的经文是讲章的灵魂。若房子起了火，消防员向着没有着火的房间洒水，就算他们洒再多的水也没用。同样，我们写讲章时，必须先找出听众在哪方面“失火”，才知道该把水——神的道洒在哪里。传道人要立志不单单从外往内看，更要从内往外看——意思是不要单从远处观察教友表面的问题，而要深入他们的生活里，透过他们的眼睛看他们的需要，了解他们内心所渴慕的与他们所受的伤害。我们知道了讲道对象的需要后，就让那个需要指引我们选择恰当的经文。

（二） 找出听众需要的方法[7]

1. 观察

作为传道人，必须清楚知道会友过着什么样的生活，了解他们的问题、惧怕、希望和梦想。我们跟人聊天的时候，应该尝试领会对话背后的深层意思。我们要问："为什么这人会这么回答我的问题？""他正面对怎样的情况、怎样的压力，以致产生如此的情绪？"我们若能敏锐地察觉听众所面对的问题，就能找出恰当的经文回应。

2. 提问与聆听

人与人交谈经常出现一个毛病，就是没有真正聆听别人的话语，只顾思考自己要说什么去回应对方。一个好的传道人要专心聆听别人对他说的话，不但要听清楚对方口里所说的话，更要听他心里的声音，探索有什么隐藏在他心里的真正需要，驱使他说出那样的话。

我们不但要学习聆听，也要学习提问。提问让弟兄姐妹感受到我们的关心与爱心，也让自己多听少说，给对方机会敞开心灵。以下有几个了解别人需要的提问：

- 小李，你上班上得怎么样？工作上面对最大的问题是什么？
- 陈姊妹，你儿子最近好吗？书读得怎么样？
- 马弟兄，你跟你的姐妹关系怎么样？家庭生活和睦吗？
- 刘大妈，春节快来了！回想过去一年，有什么喜事？有什么失望的事？
- 张莉，上学有压力吗？

3. 探访

要全面了解会友的需要，最好的方法是走进他们的生活里——探访他们的家或工作的地方、到医院探望患病者、参加他们亲友的葬礼等等。探访他们的家或工作地点，可以了解他们所处的实际境况；同时也让他们感受到我们的关怀，更愿意与我们坦诚相交。只有跟他们在一起，才能发现弟兄姐妹的内心世界。我们到他们的家或工作地点探望他们，就能清楚地知道他们所面对的问题和待人处事的态度。

我们辅导别人的时候，也会发现不同人的需要。人们来到我们面前寻求辅导或协助，让我们知道他们面对的问题。许多时候，这些人的需要也正是其他会友的需要；于是我们可以针对这些需要来决定讲道主题。不过我们要留意，如果我们在讲道里引用一个辅导见证做例子，除非我们得到被辅导者的许可，否则绝不可公开他（她）的名字，也不可提太多具体细节，让会众能猜测得到当事人是谁。

4. 书刊及传媒

为了更透彻地了解我们的听众，我们可以读他们爱读的书，从而了解他们关

注什么问题，认识他们的思想与价值观。我们可到书店浏览各类畅销书刊，例如关于理财、商业或健康的著作。读者必须对书刊的题材感兴趣才会购买，出版社出版这些书刊，直接反映了当代人的需要。因此，书刊的题材可以帮助我们找出切合听众需要的讲道主题。

有许多人打电话给电台节目主持人，倾诉他们的难题，以求得到劝慰。有时，那些人的难题正是我们听众所关心的事情，是我们决定讲道主题的线索，值得花些时间收听。此外，良好的电视节目也是了解现代人需要的重要渠道，但我们收看电视节目时要十分谨慎，绝不要让不良的资讯败坏我们。我们要拿着圣经真理的准绳判断来自世界的所见所闻。

（三） 列出听众的需要来决定主题与经文

我们利用以上的方法，会发现听众有许多需要。我们应该先祷告，然后写下圣灵感动我们要讲的是什么。我们可从工作、家庭、教会生活、灵命成长等各方面，找出十个听众最迫切的需要，把它们分类，清清楚楚地列出一个清单，接着为这十个需要选择相关的讲道经文。然后，我们可以每次用其中一个需要来做讲道的主题。

有时候，人自己也意识不到那些隐藏在心底里的需要，更不用说开口表达出来了。然而，透过查经时圣灵向我们发出的微小声音，再加上仔细的观察，那些隐藏的需要总能够被发现出来，以致我们所讲的道可以满足听众。比方说，有些教友过着不圣洁的生活，可是他们不愿意向我们透露他们的问题。虽然他们不敢说出来，但圣灵仍会透过经文感动我们针对他们的需要，讲关于认罪或过圣洁生活等主题。

意识听众的需要，选择恰当的经文，宣讲针对问题的真理——按着这三个原则去做，我们的讲道就会适合听众，并能感动他们应用真理。

七、交棒

（一） 本课的棒

找出听众需要的方法

1) 观察
2) 提问与聆听
3) 探访
4) 书刊及传媒

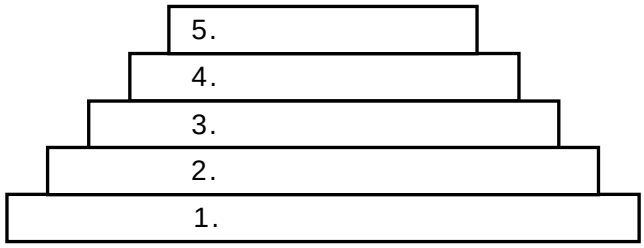
找出中心思想与题目的提问

1) 作者说什么？
2) 听众需要经文中哪方面的真理？

3) 怎样用一句话概括中心思想？
4) 这句话是否符合作者原意和听众需要？
5) 什么题目能突出中心思想？

（二） 解经式讲道总体的棒

请在下图的“2”和“5”字旁边填上本课总体的棒：2. 选所需经文；5. 找中心思想与题目（参考附录二）。



研 习 部 分

一、小组研习

（一） 为讲章找中心思想与题目

上一课，我们每个人都选了一段讲道经文，并列出经文大纲。现在重温经文的大纲和主要结构关系（参第45~46页），然后回答“找中心思想与题目的提问”，为你的讲章确立中心思想与题目。完成后，请跟你的组员讨论答案，彼此鼓励。

1. 作者说什么？

_____

2. 听众需要经文中哪方面的真理？（以你小组的组员为听众。）

_____

3. 怎样用一句话概括中心思想？（**尽量用经文的主要结构关系来写这个句子**。）

_____

4. 这句话是否符合作者原意和听众需要？ _____

5. 什么题目能突出中心思想？ _____

（二） 找出听众的需要

1. 观察听众的需要

用一段时间思想你的听众有什么需要、面对什么问题。下面是帮助你思考的线索：

- 回想你最近跟弟兄姐妹的交谈或跟他们讨论过的问题。
- 从你最近辅导人的经验，思想弟兄姐妹遇到的问题。
- 回忆你最近到会友家中或工作地点探访的体验和感受，把你发现他们所面对的压力与问题记下来。
- 想想最近对你有所启发的电台、电视节目或读过的书刊。

在下面写出你的听众面对什么问题、有什么需要，然后跟你的组员交流，看看他们的听众是否跟你的听众有同样或类似的需要。

✍ 听众的需要：

_____

_____

2. 思想听众迫切的需要是什么

你要针对听众迫切的需要来决定讲道的主题与经文。下面已经列出了七个听众经常面对的问题。你要与组员合作，想出另外三个听众正面对的迫切需要。

父母跟孩子的关系	忧虑
夫妻之间的冲突	害怕逼迫
灵修生活	_____
道德问题	_____
贪财问题	_____

（三） 选择切合听众迫切需要的经文

从上面十个听众迫切的需要中挑选两个出来，找两段合适的经文回应每个需要。不是所有经文都能回应当今教会的迫切需要，比方说，民数记第 1 章记载了十二支派的后代，这段经文对教会当前的需要没有多大帮助。我们选择经文的主要原则就是**满足弟兄姐妹面前最迫切的需要**。

听众迫切的需要	相关经文
例子 1：道德问题	加 6:22~23；罗 12:9~21
例子 2：忧虑	太 6:25~34；腓 4:6
(1) _____	_____
(2) _____	_____

二、大组研习

（一） 老师的示范

老师会用一些经文示范如何使用五个提问找出讲章的中心思想与题目。聆听老师分享他的例子和经验，可以帮助你掌握找出讲章中心思想与题目的技巧。

（二） 同学的分享

老师示范完之后，会邀请一些同学分享他们的例子。请积极回应老师的邀请，因为你的分享能鼓励、启发你的同学，让他们有信心可以找出讲章的中心思想与题目。

（三） 复习棒

所有学员一同温习已背诵的棒。

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

讲道大纲

智慧的心

诗 90:12

求你指教我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心。

一、**引言：**带出听众的需要

1. 世人都怕谈及死亡，他们害怕提起“死”这个字，又怕进入墓地。（**举例**）如果我们跟世人一样忽略死亡这个事实，我们会把这个世界看为最重要的，只顾追求钱财、名声、安全感等等。
2. 摩西在诗 90 篇说，我们在世上的生活很短暂，所以要学会数算自己的日子，从而得着智慧的心。（**点明中心思想**）

二、怎样才算是智慧的心？

1. 智慧的心明白真正的安全感来自我们住在神里面这真理（诗 90:1）。
2. （**举例**）大家都喜欢住在舒适的房子里。神就是我们舒适的房子，我们要常在他里面。

三、智慧的心认识神是永远的，人生是短暂的（诗 90:3~6、10）。

1. 诗 90:3 说人要归于尘土。人花很多金钱与时间美化身体，但最后身体都要变回尘土。
2. 在诗 90:4~6，摩西把神的永恒与人生的短暂作了对比。神不受时间控制，而摩西却用了三个比喻说明人受时间控制：1) 人生像被洪水冲去；2) 人生像睡了一觉；3) 人生像草，早晨生长，晚上枯干。
3. 在诗 90:10，摩西说我们一生的年日是 70 至 80 岁。朱自清在《匆匆》一文写

道："在逃去如飞的日子里，在千门万户的世界里的我能做些什么呢？只是徘徊罢了，只有匆匆罢了"。我们若认识生命是短暂的，就发现世上的成就、名利、钱财尽都虚空，最终必会明白，惟有追求神才有永恒的意义。这个对人生的领会能使我们产生智慧的心。

4. （**举例**）从北京走路到广州很远，如果把这路程的第一步比喻为我们在世上的生活，我们永恒的生命比从北京到广州的路程还远得多呢！

四、 智慧的心晓得神的圣洁与怒气，又知道人的罪孽（诗 90:7~9、11）。

1. 神为什么发怒？是因为他脾气大吗？不是，是因为人的罪孽（诗 90:8）。
2. （**应用**）我们需要先明白神发怒是因为我们的罪孽，然后才能体会神给我们的恩典。我们要跟神有一致的看法：他因罪孽而生怒，我们也要讨厌罪，逃避罪、抵挡罪。

五、智慧的心让我们对人生感到失望，从而仰望神。摩西明白了神的圣洁与自己的罪孽，就对人生感到失望（诗 90:11），这种失望却驱使他向神发出七个祈求的祷告。（**应用**）我们是否跟摩西一样，在绝望的时候仰望神，多多祈求他的帮助？

1. 摩西的祈求一：教他数算日子（诗 90:12）。我们要数算日子，因看见人生的短暂与自己的罪孽，以及神的永恒与怒气。这真理改变我们的价值观，让我们对人生的意义有新看法，知道什么是最重要的。（**举例**）如果医生说你患了癌症，快要死，你对生命的看法必定改变，会明白什么才是重要的。
2. 祈求二：求神回心转意（诗 90:13）。"后悔"的原意是"怜恤"，摩西求神把愤怒转为怜悯，与自己重新建立关系。（**应用**）我们信耶稣后，不再怕神的怒气，因神用怜悯取代愤怒，与我们在基督里建立新的关系。
3. 祈求三：饱尝慈爱（90:14）。"慈爱"跟"约"有关，神跟我们重新立约。（**举例**）只吃糖果不能吃饱肚子。同样，只吃世界的"糖果"，灵魂不会饱足；只有"吃"神的慈爱，我们才会饱足。
4. 祈求四：叫我们喜乐（诗 90:15）。只有神才能使我们一生一世欢呼喜乐。
5. 祈求五：向我们显明他的作为（诗 90:16）。我们要多追求认识神与他的作为。
6. 祈求六：荣美（恩赐）临到我们身上（诗 90:17）。谁要生命更美丽，就要追求神。
7. 祈求七：坚立我们手所作的工（诗 90:17）。事工有神帮助，才有永恒的结果。

六、**总结：**如何得着智慧的心？

1. 要认识世上的生活是短暂的，要追求永恒神的慈爱。
2. （**举例**）王明道有一颗智慧的心，他放弃这世上的生活，饱尝了神的慈爱。