一生有牧人，一生有平安

● 詩篇23篇說：「耶和華是我的牧者，我必不至缺乏。」神不是高高在上、不食人間煙火，而是道成肉身與我們同在；從出生到年老髮白，祂引領、保護、供應我們。即使人在疲憊、失敗或挫折中，祂仍不離不棄。神不偏待人，凡願意相信、跟隨祂的人，都能經歷祂的帶領。

● 詩篇23篇描述牧人領羊群到青草地、到可安歇的水邊，我們是祂的羊，祂要使我們靈魂甦醒、引導我們走義路；即使經過死蔭幽谷，因爲有神的同在，也可以不怕遭害。

● 聖經為何將人比作羊？因為羊需要牧人，羊無法只靠自己生存。約翰福音10章中耶穌說：「我是好牧人；好牧人為羊捨命。」雇工照顧羊是為工價，遇見狼或野獸來，便撇下羊自己逃走；耶穌卻愛我們，願意在十字架上為我們捨命。祂也像尋找一百隻羊中失落的那一隻的牧人，不願放棄任何一個人；每個人都是祂所認識、所珍愛的。

一、我們像羊一樣，需要牧人的帶領與照顧

（一）羊沒有方向感，容易迷路

● 以賽亞書53章說：「我們都如羊走迷；各人偏行己路。」羊有時轉個彎，就找不到回家的路；人在人生十字路口，也常自以為聰明、能計畫一切，後來卻陷入困局。人面對感情、工作和人生十字路口，也常不知道怎麼選擇，越想越混亂，甚至鑽進死胡同。

● 海明威和柯達的老闆伊士曼，他們擁有名聲、金錢或世人羨慕的成就，最後卻結束了自己的生命。海明威得過諾貝爾文學獎，感情生活豐富，到各處打獵、玩樂；伊士曼經營底片事業，擁有驚人的財富。若按照世人的眼光，他們似乎沒有缺少甚麼，但卻找不到真正的安定。

● 人若不知道生命的方向，再多外在成就也不能使心安歇。人生不只有感情或工作。當我們迷惘時，不要只倚靠自己的聰明，也不必完全照旁人的意見走；神認識我們，知道適合我們的道路是什麼。所以我們要專心仰望祂，聽見「這是正路，要行在其間」的引導。

（二）羊容易受驚嚇，常活在恐懼中

● 羊遇到風吹草動，就容易驚慌逃跑。我們就像羊有很多害怕，從小怕父母離開、考試、被責罵，長大又怕找不到工作、婚姻與養育孩子的難題，老了怕疾病、經濟問題和檢查報告。這些恐懼使人焦慮、惶惶不安，甚至影響身體。耶穌說：我留下平安給你們；我將我的平安賜給你們。我所賜的，不像世人所賜的。你們心裡不要憂愁，也不要膽怯。」（約十四27）。躲在神的保護之下，我們就不必一直被害怕支配；主所賜的平安，使人在風浪裡也能安然睡覺。

（三）羊容易盲從，缺少分辨

● 羊群常跟著前面的羊走，未必知道前面有沒有懸崖或野獸。人也會受到同儕和世俗價值觀的壓力，明知某些聚餐、玩樂或選擇不好，卻因怕落伍、怕被排斥、怕失去話題而勉強跟從。保羅說：「不要效法這個世界，只要心意更新而變化。」（羅十二2）我們需要真理來辨別，不能因別人的威脅就作錯誤決定。在真理裡，愛也懂得說「不」；跟隨主的人，要有不盲從、敢與世界不同的勇氣。當神的話和真理充滿在我們裡面，就能勇敢拒絕錯誤的引導，不再人云亦云。

（四）羊受傷、生病時，容易離開群體

● 羊生病時會躲起來，但落單正是最危險的時候，野獸容易攻擊牠。人在軟弱、受傷或生病時，也會關起自己，不回訊息、不想見人，更不想去教會。這使人失去扶持，落入仇敵的詭計。我們不是孤兒，有天父，也有屬靈的家；受傷時更需要留在羊群中，讓弟兄姊妹陪伴、禱告，不必獨自承受。

● 彰化的張滿惠姊妹在二〇一八年罹患子宮內膜癌，後來復發到第四期。化療的痛苦使她身心受苦，手腳麻痛，連握筆都困難，甚至出現恐慌症，每天被死亡的恐懼籠罩。痛苦使她退縮、封閉，不知道如何面對。那段期間，教會姊妹握著她的手，陪伴、鼓勵並為她禱告；她在神的愛與肢體扶持中重新站起來，脫離恐慌。我們是一家人，可以彼此扶持；軟弱不是離開教會的理由，這時正是需要家人的時候。

（五）羊不能自行趕走寄生蟲

●羊吃草時可能把寄生蟲吃進去，也可能在彼此磨蹭時沾染蟲卵，自己卻沒有辦法清除。人也會把世界的毒素吸進裡面，把負面思想、錯誤的價值觀、苦毒、怨恨與謊言留在心裡，甚至形成不良習或成癮；有些負面標籤來自原生家庭、學校或職場，使人覺得自己不被肯定。

● 牧羊人會用草藥或油處理羊身上的問題；神也藉聖靈的膏抹和祂的話醫治我們的思想與內心，使我們從自憐、苦毒、錯誤習慣中出來。不要讓別人的負面話語成為界定自己的標準；當我們知道自己是被神愛的孩子，就不用一直把那些傷人的話黏在身上。

（六）羊沒有防衛能力，需要保護

● 羊沒有利爪和尖牙，遇到猛獸，只有靠羊蹄逃跑，無法反擊。彼得提醒，「仇敵魔鬼如吼叫的獅子，遍地遊行，尋找可吞吃的人」（彼前五8）。我們若只靠自己，也無力面對仇敵的攻擊；需要在牧人的杖與竿下得保護。

● 林書豪早年在沒有球隊看好、長時間坐冷板凳、面對媒體質疑時，他仍禱告、倚靠主、等候機會；後來得到上場機會，表現受到熱烈矚目，但他卻沒有藉機報復過去的批評，而是把榮耀歸給神。。

● 約瑟從被下到監牢到站上治理埃及的位置，提醒我們不要在等候中輕易放棄。我們更多靠近神、藏在祂的保護中，就能面對攻擊。生命能平安成長到今天，也是值得感恩的恩典。

（七）羊躺得太久，便可能站不起來

● 羊若長時間倒臥，可能因失去平衡或力量而無法起身；人遭遇挫折、失敗，也容易一直「躺平」，陷在受害、自憐與消極裡。在約翰福音第5章記載那位病了三十八年的人，耶穌先問他：「你要痊癒嗎？」人需要面對自己的選擇：繼續保持原狀，還是願意站起來、跟隨主？

● 美國高爾夫球員巴巴・華生曾受焦慮與胃病折磨，體重下降、球技受影響，失眠時常在體重計前哭泣禱告。後來他反問自己，若神來到面前，是要繼續抱怨，還是起來改變？這成了他的轉捩點。所以我們無論面對失業、課業或生活習慣，都不要一直停在原地，要作決定、倚靠主、起來往前走。

二、好牧人如何愛我們

（一）祂認識我們，按著名字呼喚

●與那些支薪、遇危險便逃的雇工不同，耶穌愛羊甚至願意為羊捨命。約翰福音10章說，牧人按著名叫自己的羊，把羊領出來。神不是籠統地面對一群人，祂知道每個人的名字與每個人的眼淚和需要。

●神曾呼喚撒母耳的名字；耶穌來到撒該所在的樹下，也直接叫他「撒該」。即使人覺得自己平凡、微不足道，不像成功人士那樣受人注意，神仍認識他。牧師的父親拜拜多年，不願聽福音，後來在加護病房裡經歷主，因而相信並受洗。神了解每個人的情形，會用不同方式尋找、呼喚人。

（二）祂供應我們一切需要

● 「耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。」 牧羊人會先查看適合放牧的草地，避開毒草與危險，也要尋找平靜的水邊，使羊安心吃草、喝水。主不只照顧外面的需要，也供應裡面的生命。耶穌說：「我就是生命的糧。到我這裡來的，必定不餓；信我的，永遠不渴。」（約六35）神細心知道我們需要什麼，不僅是物質，也包括智慧、愛和生活中各方面的供應。當我們「吃主、喝主」，生命裡面便有真正的滿足。

● 保羅說：「我的神必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使你們一切所需用的都充足。」（腓四19）教會有一對年輕夫婦渴望有孩子，卻經歷一次又一次流產。他們繼續信靠神，後來神一次賜給他們兩個孩子，是雙胞胎。神知道人的需要，也能成就超過人所求所想的事。

（三）祂引導我們走義路

● 詩篇23篇說：「祂使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。」牧人用杖與竿照顧、引導羊群，羊感受到牧人在旁邊，就可以放心跟著走。人生在面臨換工作、買房、婚姻、升學等重要決定時，不能只倚靠自己的聰明；要學習禱告，箴言勸勉：「你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明，在你一切所行的事上都要認定他，他必指引你的路。」（箴三5-6）我們可能不知道下一步該怎麼走，神卻能指引。不是只在沒有辦法時才想到祂，而是在一切所行的事上認定祂，不把自己的聰明當作唯一依據。

●音樂人黃國倫曾在感情受挫、人生低谷中失去方向，痛苦得想結束生命，也曾嘗試吃素、尋求心靈安定。他形容自己像迷失的羊，找不到出路，直到遇見神，生命才有新的方向。主能把走迷的人領回來。當我們仰望神，承認自己需要引導，祂就帶領我們走在正確的道路上。

（四）祂在危難中拯救、保護我們

● 好牧人不只帶羊走順利的路，也陪牠經過死蔭幽谷。大衛說：「我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為祢與我同在；祢的杖，祢的竿，都安慰我。」（詩23:4）信耶穌不代表從此不遇風浪；人仍會面對失業、債務、家人生病、意外等危難，但主在其中與我們同在，賜下超越環境的平安。

● 耶穌與門徒在船上遇見風浪時，祂起來斥責風，向海說：「住了吧！靜了吧！」風就止住，大大平靜了（可四39）。面對生命、身體或經濟的危機，我們也可以呼求這位掌管風浪的主。詩篇也說，祂在敵人面前為我們擺設筵席，使我們福杯滿溢。主的照顧不是只到困難來臨以前；在敵人面前、在危險之中，祂仍與我們同在。

● 我們一生中仍會遇到各樣風暴，但要學習聽主的聲音、更多倚靠祂；因為有這位一直呵護、引領、供應和保護我們的好牧人，就可以在主的愛中經歷平安。

結論

● 羊容易走迷、驚慌、盲從，軟弱時會孤立，也無法自己除去侵擾、抵擋仇敵，甚至躺倒後站不起來；好牧人卻認識我們，供應所需，引導走義路，在危險中保護。我們在地上仍有苦難，但在耶穌裡卻有平安。「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。」（詩23:6）這也是大衛最後的宣告。神如此愛我們，我們要常常感恩，倚靠祂，一生都讓祂來牧養、引導。

【問題與討論】

1. 詩篇23篇說：「耶和華是我的牧者，我必不至缺乏。」回顧你的生命，曾在哪些事情上經歷神的引導、供應或保護？
2. 牧師提到羊容易迷路、受驚嚇、盲從。這三種特質中，哪一種最像現在的自己？你正面臨什麼選擇、恐懼或同儕壓力？
3. 羊受傷時容易孤立自己。當你疲憊、受傷、靈裡軟弱時，通常會找人陪伴，還是把自己藏起來？你希望小組如何彼此勸勉、扶持？
4. 牧師談到負面話語像寄生蟲，又以三十八年的病人提醒人要決定「起來」。你是否有仍放在心中的負面標籤、苦毒或長期停滯的事？今天願意如何回應主？
5. 好牧人認識、供應、引導，也在危難中保護我們。這篇信息最觸動你的是哪一段經文或哪個見證？你想在哪件事上更多學習聽主聲音、倚靠祂？

【神的工——禱告時間】

1. 為初次來到小組的朋友與慕道友祝福，並邀請組員分享個人的感恩及代禱事項。
2. 求主使我們在迷惘與人生重大選擇中，不只倚靠自己的聰明，能聽見主的聲音，接受祂的引導，行走合祂心意的道路。
3. 求主醫治我們心中的苦毒、負面話語和傷痛；也使軟弱中的肢體不孤單，願意回到神的家，與弟兄姊妹彼此關心、彼此扶持。
4. 求主幫助我們不再盲從世界，也不在挫折中長久躺平；使我們靠著祂的恩典站起來、勇敢跟隨主，並將好牧人的愛分享給更多人。