

# 發現恩典：我的幫助從何而來？

## 詩121:1-8

最近有沒有遇到什麼令你煩惱的事，好大壓力？  
求助的對象會係？

你最close嘅朋友？

你覺得可靠的前輩？

問廣大網民的意見？

或者直接問AI？

正所謂世上無難事

只要唔去諗

## 上行之詩--神的子民「上到」神在耶路撒冷的聖殿

第一節:

我要向山舉目，我的幫助從何而來？ 我的幫助從造天地的耶和華而來。

第二節:

我要向山舉目，我的幫助從何而來？我的幫助從造天地的耶和華而來。



望住啲困難成座山咁高  
我真係忍唔住大嗌一句：邊個會  
蒞幫我？



唔使驚！  
啲個連山都造得出嘅上帝實會幫  
你～～～

## 上帝的幫助是怎樣的？

他不叫你的腳搖動，保護你的必不盹！保護以色列的必不打盹，也不睡覺。

見你差錯腳佢會扶穩你；佢會睇住你唔會瞓眼瞓！喂講真喎，保護以色列嗰個上帝，係唔會好似阿邊個噉瞓眼瞓㗎。

- 第一層: 神的幫助--24小時唔休息

保護你的是耶和華，耶和華在你右邊蔭庇你。白日，太陽必不傷你；夜間，月亮也不害你。耶和華要保護你，免受一切的災害，他要保護你的性命。你出你入，耶和華要保護你，從今時直到永遠。

保護你嗰個，係上帝；你右邊無遮無掩，佢就幫你擋住晒啲暗箭。朝早，太陽傷唔到你；夜晚，月亮害唔到你。上帝要保護你，佢會睇住你條命。你去到邊佢都保護你，從一開始，直到永永遠遠。

- 第二層: 神的保護--個人化
- 第三層: 神的保護--全方位

一個人孤單無助時  
來自神的安慰

### 《天父必看顧你》

任遭何事不要驚怕，天父必看顧你； 必將你藏祂恩翅下，天父必看顧你。

有時勞苦，心中失望，天父必看顧你； 危險臨到，無處躲藏，天父必看顧你。

凡你所需祂必供應，天父必看顧你； 凡你所求祂必垂聽，天父必看顧你。

無論你遇何種試煉，天父必看顧你； 軟弱疲倦靠祂胸前，天父必看顧你。

副歌：天父必看顧你，時時看顧，處處看顧， 祂必要看顧你，天父必看顧你。

我的幫助，係來自個位創天造地的耶和華

先深呼吸，然後同神祈禱  
我需要幫助，我的幫助係從你而來。

每一日出門前，向神禱告  
主耶穌，我今日的出和入，你都保  
護我，從今時直到永遠。

## 《天父必看顧你》

1. 任遭何事不要驚怕，天父必看顧你；  
必將你藏祂恩翅下，天父必看顧你。
2. 有時勞苦，心中失望，天父必看顧你；  
危險臨到，無處躲藏，天父必看顧你。
3. 凡你所需祂必供應，天父必看顧你；  
凡你所求祂必垂聽，天父必看顧你。
4. 無論你遇何種試煉，天父必看顧你；  
軟弱疲倦靠祂胸前，天父必看顧你。

副歌：天父必看顧你，時時  
看顧，處處看顧，祂必要看  
顧你，天父必看顧你。