



不要伏在地上，而是起来敬拜

撒母耳记下 12章19-23



Eric弟兄分享  
2026年1月21日

OUR FAITH STORY

Let's Pray

祷告



**Molly** 姊妹 献诗

# 《选择来赞美》



我祷告 就像我已得着  
赞美在 逆境中献上  
我感谢 祢拯救的一切  
赞叹是 对祢的回应

我要唱 可以再大声一点  
我拍手 震碎仇敌下颚  
我跳跃 用尽所有的力气  
我宣告 应许成就

ho hai iyeyan 常常的喜乐  
ho hai iyeyan 凡事要谢恩  
ho hai iyeyan 不住的祷告  
ho hai iyeyan 大声来宣告

要凭信心 不是凭感觉  
现在要选择来 喜乐赞美  
要凭信心 不是凭感觉  
现在要选择来 喜乐赞美



## ✧ 互动问题：

- 1, 你有没有见过一些基督徒，即便很多次认罪之后，还是带着罪感继续生活？
- 2, 你觉得一些基督徒为什么不想从罪里走出来？
- 3, 大卫为什么被称为“符合神心意的人”？
- 4, 其他感受。

# 使徒信经

我信上帝，全能的父，创造天地的主。

我信我主耶稣基督，上帝的独生子；

因着圣灵感孕，从童贞女马利亚所生；

在本丢彼拉多手下受难，被钉在十字架上，受死，埋葬；降在阴间；

第三天从死里复活；升天，坐在全能父上帝的右边；

将来必从那里降临，审判活人，死人。

我信圣灵；

我信圣而公之教会；我信圣徒相通；

我信罪得赦免，我信身体复活；

我信永生。阿们！





不要伏在地上，而是起来敬拜

撒母耳记下 12章19-23



Eric弟兄分享  
2026年1月26日

OUR FAITH STORY

## 撒母耳记下 12:19-23

大卫见臣仆彼此低声说话，就知道孩子死了，问臣仆说：“孩子死了吗？”他们说：“死了。” 大卫就从地上起来，沐浴，抹膏，换了衣裳，**进耶和华的殿敬拜**；然后回宫，吩咐人摆饭，他便吃了。 臣仆问他说：“你所行的是什么意思？孩子活着的时候，你禁食哭泣；孩子死了，你倒起来吃饭。” 大卫说：“孩子还活着，我禁食哭泣；因为我想，或者耶和华怜恤我，使孩子不死也未可知。 孩子死了，我何必禁食，我岂能使他返回呢？ 我必往他那里去，他却不能回我这里来。”



今天很多基督徒的问题，并不是“还在犯罪”，而是：已经认罪了、已经悔改了、神已经赦免了，但人却不肯从地上起来。

大卫是一个真实失败、真实犯罪的人。但他也是一个知道什么时候该哭、什么时候该起来的人。



01

真正的悔改：不是“继续痛苦”，而是“真实来到神面前”。悔改不是自我惩罚，而是回到神面前的关系中。

大卫在孩子还活着的时候：禁食，哭泣，俯伏在地。这不是表演，这是真实向神敞开。

重点不是“姿态多痛苦”，而是“对象是谁”。



神所要的祭就是忧伤的灵； 神啊，忧伤痛悔的心，  
你必不轻看。（诗篇 51:17）

大卫求的是洁净的心，不是“让我一直觉得自己很烂”。神要的不是你一直觉得自己有罪，而是你在有罪的时候，仍然肯来到祂面前。

西门·彼得看见，就俯伏在耶稣膝前，说：“主啊，  
离开我，我是个罪人！”（路加福音 5:8）

你以为，如果没有犯这个错误，你就不是罪人了吗？



02

危险的不是犯罪，而是“不肯停止自责”



我们都是那个“野人”，我们始终躲在丛林中，  
即便耶稣已经用他的宝血赎去了我们的罪。



耶稣的工作已经做完了，  
我们为什么不能接受自己的洁净呢？  
很多时候，  
是因为我们拼命想维护那个“自我”。

我们在用一种持续悔改的姿态，  
来构建自己完美的形象。  
(我这种人，怎么能犯罪呢？)

# 03

持续背负罪感，反而可能是一种属灵骄傲。

撒母耳记下 12:20

“大卫就从地上起来，沐浴，抹膏，换了衣裳，进耶和华的殿敬拜。”



孩子死了，大卫做了三件“反常”的事：  
从地上起来，进耶和华的殿敬拜，吃饭，回到生活。

很多人会觉得：“这样是不是太冷漠？太快翻篇？”但大卫的逻辑是：我已经在神面前做完我该做的，接下来不是继续折磨自己，而是重新站在神面前。

罗马书 8:1 “如今那些在基督耶稣里的，就不定罪了。”

## 约翰福音 8:11 (行淫妇人)

耶稣说：“我也不定你的罪” “去吧，从此不要再犯罪”

两句话缺一不可，但很多人只听见第一句，却活在“假悔改”。也有人只记得第二句，却活在“假定罪”。



神不需要你用一生的内疚，来证明你曾经真的悔改过。

这是属灵成熟的标志：承认后果，接受现实，但不把自己逐出神的同在。

神从未答应抹去一切后果，但祂应许恢复你与祂之间的关系。正如大卫，他承担了后果，但他没有让这个后果，隔在自己和神中间。

想象一下，一个人帮你还了所有的债，他是希望每次一见你你都高兴地说“谢谢你，我好开心”，还是你愁眉苦脸的说，“我真没用啊，让你帮我还”。

耶稣基督在十字架上的工作已经完成了，如果你持续背着罪感，那其实还是不信。



# 04

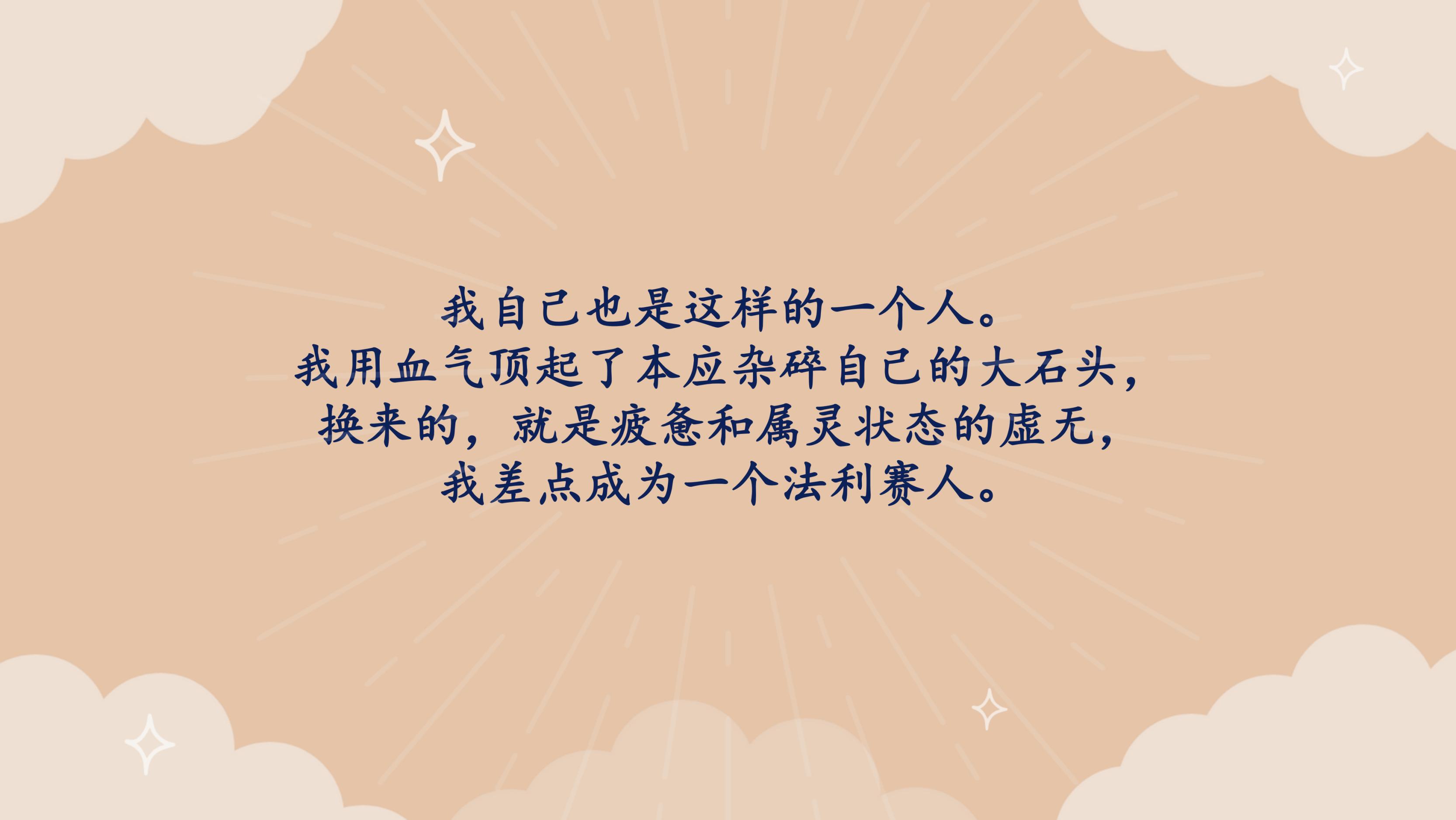
有些人不是“被罪压着”，而是“舍不得放下罪”

当人习惯罪中之乐或罪感身份，就不再愿意起来。

希伯来书 11:25 “宁可和神的百姓同受苦害，也不愿暂时享受罪中之乐。”

有两种“留在地上”的人：被罪压住的人，不想起来的人。有些人享受罪的刺激，享受悔改时的情绪张力，却不想进入真实的圣洁生活。





我自己也是这样的一个人。  
我用血气顶起了本应杂碎自己的大石头，  
换来的，就是疲惫和属灵状态的虚无，  
我差点成为一个法利赛人。

## Jimmy Swaggart的故事：

他在回忆中提到，那段时间最重要的，  
不是重新被人接纳，  
而是重新学会在神面前祷告，  
而不是在羞愧中反复证明自己“已经够痛苦了”。

## 弥迦书 7:8

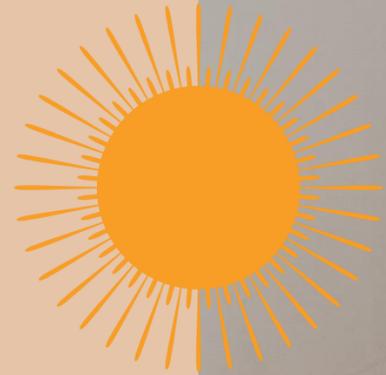
“我虽跌倒，却要起来；我虽坐在黑暗里，  
耶和華却作我的光。”

我们要对仍然伏在地上的人说：  
你可以起来了。神没有离开祂的殿，  
你也不需要继续留在地上。



## ✧ 互动问题：

- 1, 你有没有见过一些基督徒，即便很多次认罪之后，还是带着罪感继续生活？
- 2, 你觉得一些基督徒为什么不想从罪里走出来？
- 3, 大卫为什么被称为“符合神心意的人”？
- 4, 其他感受。



**Thank You**

**以马内利**