

56 以賽亞書：神應許幫助和醫治與真假敬拜 57:14~58:14

一、概論

這段經文主要探討以賽亞書 57 章後半段與 58 章的核心主題：從神的安慰與應許，再次轉向對以色列現實罪惡的揭露與警告。

1. 神對謙卑者的醫治與惡者的審判（賽 57:14-21）

文章指出，那些「必得地土」和「承受聖山為業」的人，是那些謙卑痛悔的人。上帝是「至高至上」的，卻樂於與「心靈痛悔」的謙卑者同在，使他們的靈與心得以蘇醒。這種痛悔的心是因罪而破碎、自卑，如同大衛的經歷（詩 51:17）。

然而，那些拒絕神的人則如「翻騰的海」，心中充滿邪惡的思想與計謀。神命定惡人「必不得平安」（賽 57:21），這句話也與以賽亞書 48 章 22 節前後呼應，成為警告惡人的總結。

2. 宗教偽善的揭露（賽 58:1-12）

以賽亞在這裡的筆鋒轉向嚴厲的審判，揭露了百姓的宗教偽善。他們雖然定期參與宗教儀式，甚至禁食、刻苦己心，但這一切都只是表面功夫。他們宣稱「如此虔誠」，卻缺乏真實的委身，同時仍然「勒逼人為他們做苦工」和「以凶惡的拳頭打人」。

以賽亞強調，神所要的禁食不是外在的儀式，而是內在的改變和社會公義的實踐：

「鬆開凶惡的繩」：停止對人的壓迫。

「把餅分給飢餓的人」：實行憐憫與慷慨。

「將飄流的窮人接到家中」：關心弱勢群體。

只有當宗教儀式與社會公義並行時，他們的「光就必在黑暗中發現」。

3. 真信仰的實踐與祝福（賽 58:13-14）

除了社會公義，以賽亞也強調安息日的真正意義。他敦促百姓不要將安息日視為追求個人娛樂或商業利益的日子，而應當「稱安息日為可喜樂的」，享受與神同在的時光。這種出於喜樂而非律法主義的順服，能帶來豐盛的祝福。最終，神應許那些活出真信仰的百姓，將會得到至高的尊榮：「乘駕地的高處，又以你祖雅各的產業養育（他們）」。

二、經文解析

(一) 57:14 這節經文整合了以賽亞書中兩個重要的概念，核心思想是：上帝為祂的子民預備了一條道路，確保他們能被拯救並順利歸回。

1. 預備道路 (40:3)：這是指在曠野中為上帝的到來預備一條平坦的大道，象徵著為上帝的救贖行動做好準備。
2. 康莊大道 (35:1-10)：這條路是一條實際且安全的「聖路」。它經過精心「修築」，沒有任何阻礙或絆腳石，確保行走在上面的人不會迷路，並且能順利到達最終的目的地。
3. 拯救的根源：文中提到的「因為」(15 節)，強調了這一切的恩典與應許都源於上帝。這條大道、行走的人（上帝的百姓）以及他們所要到達的目的地，其最終的理由和保障都是上帝的信實與慈愛。

(二) 57:15~19 這段經文精彩地歸納了以賽亞書中關於上帝的屬性和祂對子民的恩典。我可以為您整理出以下幾個要點：

1. 上帝的邀請與恩典

會說話的神 (15ab 節)：這裡強調上帝並非沉默或遙遠的，祂是主動向人說話、啟示祂自己的神。這種「說話」是為了接下來的行動預備。

2. 分享祂的家 (15c~f 節)：上帝的心意是希望與人建立親密的關係，就像家人一樣。祂不是將人拒於門外，而是要邀請祂的子民進入祂的同在，分享祂的「家」。這是一個極其親密且充滿愛的意象。

3. 蒙福之人的三大特徵：

(1) 不再被控告 (16 節)：這些人因著上帝的恩典，罪惡被赦免，不再受到律法的定罪，獲得了自由。

(2) 忿怒被醫治取代 (17-18a 節)：這裡的「忿怒」可能指因罪惡帶來的內在傷痛或外在懲罰。上帝的拯救帶來了醫治，用平安取代了原有的傷口與痛苦。

(3) 滿得安慰與平安 (18b-19 節)：最終，這些人將體驗到完全的屬靈安息。上帝的同在將帶來深刻的安慰，讓他們從一切的憂慮、痛苦和紛爭中解脫，進入真正的平安。

(三) 57:15 這節經文深入探討了上帝的本質，以及祂對受苦子民的救贖計劃。核心思想是：一位至高至聖、永遠長存的神，主動選擇與痛悔謙卑的人同住，並透過祂的僕人來完成這份救贖。

經文所說的「至高至上」(參考：六 1，五十二 13)：這不僅指祂的本質超越萬物，也說明祂與受造界的關係。而「永遠長存」：如經文所引述的九 6，這裡的「住在永遠裡的那位」意為「永遠長住者」，強調祂的永恆不變，祂的同在並非短暫的。這兩者在描述神的本質：至高與永恆。

「同居」(šākan，參考：出二十五 8，二十九 45)：這個希伯來字詞是「前來與祂的百姓同住」的意思。從出埃及記到以賽亞書，神的旨意一脈相承：祂救贖百姓是為了住在他們中間(參考：出六 6-7，二十九 42-46)。但在以賽亞書中，這個旨意更進一步，要以永恆為尺度來實現(參考：三十三 5、16)。

「至高至聖」：即便祂與有罪的人同住，祂的超越與聖潔也不會受損。這暗示了祂會有所預備，就像舊約的利未祭祀制度，讓有罪的人能靠近祂。在以賽亞書中，這種預備只能透過「僕人」(參考：五十二 13~五十三 12)所行的利未/祭司之工來完成。這預言了耶穌將成為最終的獻祭，為罪人開闢通往神聖潔同在的道路。

「痛悔」：直譯為「受壓榨」，指那些被生活重擔、仇敵或其他事物壓得喘不過氣來的人。「謙卑」：指處於人生最低谷的人，無論是出於對自己的評估(參考：提前一 15)還是世人的看法(參考：林前四 9-10)。神的旨意不是要讓這些人停留在困境中，而是要讓他們甦醒，賜予他們新的前程，在他們的靈和心裡進行更新。

「靈與心」：當這兩個字連用時，「靈」是指能夠以歡欣之情進入新生命；而「心」則指內在擁有真正的思想、單純的歡愉與準確的回顧能力。

(四) 57:16 這節經文深入地解釋了以賽亞書中上帝如何將祂的子民帶入祂的聖潔居所，重點在於神的主動作為與僕人的工作。這節經文開頭的「因為」具有重要的解釋作用，它表明接下來的內容是在說明上帝為何及如何將祂的子民帶入祂的至高至聖的居所。上帝將子民帶入祂的家，首先必須滿足祂自己的法律標準，即處理罪惡的「控告」(進行法律訴訟)，並平息祂的「憤怒」。如果祂不這麼做，所有受造之物都將無法存活(「昏去」)，因為祂的聖潔與公義是萬物存在的基礎。上帝的心意是要將祂的子民帶入祂的家中。這份親密的同在，是透過滿足祂公平的律法和符合祂聖潔本性的方式來實現的。祂的公義與慈愛並非互相衝突，而是透過僕人的工作，完美地結合在一起。

(五) 57:17~18 這段經文精彩地將以賽亞書與創世記的經文對應，並闡述了上帝從憤怒到施恩典的轉變。這段經文指出，人類歷史不斷重演著「乖張、彎曲」的貪婪罪孽，這激起了上帝的憤怒和敵意。這種罪孽導致了人與上帝的關係斷絕（「掩面」）。然而，儘管如此，人類的罪行依然故我（「隨心所欲的背道」），顯示單純的懲罰無法改變人的心。

正是在這個關鍵時刻，經文指出上帝開始「作不同的工作」。這並非祂的義務，而是恩典的體現，正如《創世記》6章8節所說的。這種恩典之工體現在四個方面：真正的洞察（「我看見」）：上帝不再只是懲罰，而是看見了人類內心的深層問題。有效的補救（「醫治」）：祂提供了有效的解決方案，用醫治來取代原有的擊打。新的生活方式（「引導」）：祂不再掩面，而是主動引導人走上新的道路。與神的新關係（「再得安慰」）：這是最核心的轉變。

「再得安慰」被特別強調，其直譯為「安慰了他和哀悼他的人」。這意味著：這份安慰是充足而豐富的，是「成就安慰」的行動。它標誌著上帝態度的根本轉變：從憤怒轉向慈愛的關懷。安慰被置於最需要之處（「和哀悼他的人」），這代表上帝的關懷是具體且針對性的，祂滿足了人最深層的需要。

(六) 57:19 這節經文深入地闡釋了上帝言出必行的本質，並強調祂是人類唯一值得信賴的對象。這裡在闡述「上帝的話語與其本質」，也就是上帝言出必行：與那些光說不練的人不同，上帝是信實的。祂「造就嘴唇的果子」，這不僅指祂賜予人說話的能力，更強調祂的話語充滿了創造與實現的力量。而且上帝是值得信賴的對象：這份能力讓上帝與那些無力可言的偶像或空口說白話的人形成鮮明對比。從《創世記》中祂的創造大能，到祂對約拿的憐憫，都證明上帝是人唯一可以真正信賴的對象。

經文中「平安康泰」的真實含義是指：原文「平安平安」的重複，強調了這份平安是徹底、完全且毫無保留的。這份平安不僅僅是外在的寧靜，更是內在的完全安好。而經文提到「遠處的人」和「近處的人」這兩個詞，象徵著散居在不同地方的上帝子民。這表明上帝的救贖不限於任何地理位置，而是能觸及所有歸屬於祂的人，無論他們身在何處，都能經歷到這份完全的平安。

(七) 57:20~21 這段經文闡述了以賽亞書中「義人」與「惡人」的對比，並將其與救恩和審判的主題相結合。這段經文透過對比來區分兩類人：「義人」與「惡人」。這種對比是聖經中常見的文學手法，在以賽亞書這部分尤為重要，因為它旨在平衡地呈現上帝的「救恩」與「伸冤」。相對於惡人，這裡所指的「義人」是

指「與神關係正確」的人。他們在審判前就已被宣告無罪，得以進入上帝的家，享受永遠的同在。而「惡人」：是指被宣告有罪的人。他們的特徵是生命本質的不穩定與混亂。經文以「翻騰」（更好的譯法為「受騷擾」）來描述他們受到外在力量的攪擾，同時內心也「不得平靜」。這種不穩定性是他們內在腐敗的根源（「污穢和淤泥」）。

最後，經文提到「惡人的命運」是不得平安。經文強調，惡人的最終命運是「不得平安」。這個概念跟以賽亞書 48 章 22 節相呼應，那裡的人雖然從巴比倫歸回，但仍需要僕人的工作才能真正回到神的家中。這裡則更進一步表示：義人已經被帶入永遠的家，得到了完全的平安。惡人則正在前往上帝的憤怒與審判。他們內在的混亂和不安，預示著他們最終的結局，與義人所擁有的永恆平安形成鮮明對比。

（八）58:1 這節經文深入地分析了以賽亞書中上帝對先知以賽亞的命令，強調了祂話語的緊迫性、警告的性質以及其背後深刻的愛。首先，經文透過「重複三次」的命令語氣，強調了事態的緊迫性。這份緊迫感並非源於上帝的急躁，而是因為祂看見百姓在罪惡中流離失所的悲慘狀態。這反映了上帝對祂子民的深深眷愛，祂比我們自己更愛惜我們，正如以賽亞書 49:15 所揭示的。這種「揚起聲來，好像吹角」的命令，不僅帶有軍隊即將起行或耶和華日子臨近的警告性質，也顯示了先知預言中控告罪惡的嚴肅性。

接著，經文指出警告的音量和報好信息的音量一樣大。這意味著上帝的警告並非單純的審判，而是為了讓所有能聽到好信息的人，也能同樣清楚地聽到警告。這份警告是為了引導百姓「向我百姓說明他們的過犯；向雅各家說明他們的罪惡」，呼籲他們承認自己的悖逆。上帝藉由祂的話語來「造就嘴唇的果子」（五十七 19），賜予百姓認罪悔改的能力，正如羅馬書 10:17 所說，信道是從聽道來的。這份呼召是針對神的百姓，而非外邦人或太監。

最後，這節經文點出了警告的核心：「過犯」和「罪惡」的本質。這兩個詞特別與贖罪日的禁食和安息相關。上帝所警告的罪惡，是百姓在形式上的敬虔（例如禁食），卻缺乏實際生活中的公義與良善。他們自以為與神關係融洽，卻忽視了與人的關係。在上帝眼中，這種宗教儀式與生活實際的分裂，就是最大的過犯與罪惡。

（九）58:2~5 這段經文透過「因為」這個詞，清楚地解釋了為何上帝要指控祂的百姓有「背叛」和「罪惡」。從外表看來，以色列人對宗教儀式非常認真。他

們禁食、祈求，試圖藉此親近神，甚至要求神也來就近他們。然而，作者指出，這一切都只是「似乎」和「好像」的表面工夫。當先知揭露他們真實的動機、行為以及禁食所帶來的後果時，虛假的真相便大白了。他們看似虔誠的舉動背後，充滿了自私的動機。他們在禁食時爭吵、打架，甚至欺壓人。這種行為顯示，他們只是在形式上履行宗教義務，卻沒有將其信仰落實到實際生活中。作者明確指出，這種只是「表面工夫」的敬拜，是上帝所不悅納的。上帝看重的是內心的真誠和生活的公義，而非外在的儀式。這種表裡不一的行為，恰恰是上帝視為「背叛」和「罪惡」的根本原因。

（十）58:2 這節經文深刻地揭示了以賽亞書中，以色列百姓在外在宗教行為上看似完美的假象。從表面來看，以色列百姓的宗教生活似乎無可挑剔。他們表現出：恆切：天天都尋求神。認真：積極地想要明白並遵行神的道、公義與典章。屬靈：他們甚至強調這種尋求是出於靈性的渴望。迫切：「樂意」親近神，甚至「為神的臨近」而努力。這種看似模範的宗教行為，在外人看來，是以神為中心、以真理為優先的關注，並且生活方式也按照真理來安排，甚至透過宗教儀式（如利未記中的祭禮）來享受神的親近。

這節經文的真正意圖在於揭示這種「模範宗教」的諷刺性。儘管他們在外在行為上做得如此完美，但後續經文（如第 3-5 節）將會揭露，這些表面的敬虔行為並非出自真誠的內心。他們雖然看似迫切地尋求神，但實際上卻沒有將神的公義落實在日常生活中，這才是神真正所看重的。因此，這一切看似完美的行為，不過是虛有其表的假象。

（十一）58:3~4 這段經文深刻地揭示了以賽亞書中，以色列百姓宗教行為背後潛藏的法利賽精神與其致命的矛盾。經文指出，百姓所做的這一切看似專注的虔誠，其核心動機並非出於對神的真愛，而是為了獲得個人的利益。這種態度，正如路加福音 18:12 所描述的法利賽人，他們自誇的禁食與奉獻，不過是為了換取神的回報或他人的讚譽。

更大的問題在於，他們的所謂「屬靈」行為與實際生活完全脫節，甚至產生了致命的矛盾，他們剝削他人：在他們「休息的日子」（禁食日），卻是剝削（nāgās）勞工的日子。這個詞在出埃及記中是監工使用的動詞，暗示了他們對待工人如同對待奴隸一般。他們製造痛苦：這些被剝削的「工人」（一個未曾用過的詞彙，來自 ‘āṣab，意為「在痛苦中」）正承受著沉重的勞苦與汗水。他們的宗教儀式帶來的不是公義，而是他人的痛苦。他們的行為的敗壞：每一次的禁食，非但沒有帶來屬靈的提升，反而以打架告終。這顯露出他們內心根本不屬靈的真相，就

像一個不和睦的家庭，在壓力之下反而會爆發出最糟糕的一面。

（十二）58:5 這節經文精闢地揭示了宗教行為中的一個關鍵問題：形式主義。作者指出，人們的行為往往只是「盲從因襲」，他們執行正確的行動，做正確的事，但卻失去了內在的意義。這種形式主義被比喻為「像葦子」，就像風中的蘆葦毫無自主地擺動，他們的自卑舉動看似虔誠，實則毫無意義。

然而，這並非否定外在行為的重要性。作者強調，在神面前的屈身和穿麻衣等身體操練，本身並非無用。因為「人乃是身體與靈魂結合的一體」，這些行為可以成為「身體輔助」，幫助人達成屬靈的實際。例如，禁食可以幫助心靈更純潔，脫離世俗來尋求神。

這節經文最核心的警告在於：「輔助」有淪為「表演」的危險。當外在的儀式脫離了內心的真誠，它就從幫助靈性成長的工具，變成了虛有其表的空洞表演。這種表演式的虔誠，正是神所厭惡的，因為它只滿足了人自我感覺良好的需求，卻無法真正觸及神的心意。

（十三）58:6~12 這段經文深入地闡述了禁食的真正目的。它不應該是一種形式化的儀式，而是要產生一個彼此關懷的社會（6-7 節）。當人們禁食時，應該致力於解除不公義的束縛，讓受壓迫的人得到自由，並關心那些缺乏基本生活所需的人，同時也顧及到家庭的福祉。當禁食以這種利他的方式進行時，它會為個人帶來豐盛的祝福，包括一個全新的開始（8a 節）、個人的醫治（8b 節）、在困境中的保障（8cd 節），以及與神毫無阻礙的親密關係（9ab 節）。

禁食還有更深層次的意義，即修正不公義的社會結構（9c 節）。真正的禁食應當廢除那些製造痛苦的行為和制度（9d 節），並主動滿足他人的需要（10ab 節），例如分享食物給飢餓的人。當人們這樣行時，他們會獲得更豐富的屬靈回報。在面對挑戰時，他們將得到神的引導（11de 節）、生命的力量更新（11b 節）、以及持久的耐力（11c 節）。這不僅帶來身心靈的醫治，還能獲得持續不斷的供應（12 節）。因此，禁食表面上看似是缺乏，但當它按照神的心意運用時，實質上卻是帶來無比的豐盛。

（十四）58:6~7 這段經文闡述了禁食的真正目的，並將其與社會公義和個人關懷的行動緊密連結。第 6 節是在「修正不公義的社會結構」（6 節）：禁食的目的不僅是個人靈修，更應是用來修正社會結構的錯誤。「解下軛」：這裡的「軛」和「繩索」（和合本譯為「繩」）象徵著束縛和壓迫。真正的禁食應當用來解開這些社會束縛，讓那些被當作動物般對待的人獲得自由。「折斷...軛」：行動不應僅止

於解開束縛，更必須採取行動來「折斷軛」，確保這類不公義的捆綁永遠不再重現。這是一種徹底的改變，而非暫時的解脫。

第 7 節在「關懷有需要的個人」(7 節)，除了對社會結構進行修正，禁食也要求人們實際關心個體的需要。這節經文不只是「提供蔭庇」，也就是說這不僅僅是分享食物給飢餓的人，更是打開家庭，讓無家可歸的人有安身之處。這裡也要求你「立即回應」，就是當「你看見」有需要時，就應立刻回應，而不是等到未來。這強調了行動的即時性。而「顧恤自己的骨肉」：這是一個重要的提醒。有時候人們只看得見遠方的社會問題，卻忽略了最親近的家人。真正的關懷應從身邊做起，確保自己的家庭也沒有被忽視。

(十五) 58:8~9b 這段經文精彩地總結了正確禁食所帶來的祝福，並將之與上帝的應許和作為連結起來。這裡在說明「正確禁食帶來的四重祝福」：這段經文指出，只要禁食的動機和方式正確，上帝必會以豐盛的祝福來回應。這些祝福分為四個層次：

1. 新的開始：禁食會帶來全新的黎明，象徵著生命的轉折和新的機會。這就像「早晨的光」，預示著一個充滿希望的新時代。
2. 個人的恢復與醫治：上帝將醫治過去的創傷與殘疾。「醫治」(’arûkâ) 這個詞原指傷口長出新肉，也意味著「修理之工」，顯示上帝的修復是徹底且全面的。
3. 完全的安全與保障：神會賜下全方位的保護，以「公義」作為前衛，保護信徒免受攻擊；以「榮耀」作為後衛，象顯神的親自同在與保護。這份公義是神所賜的，信徒可以穿上它，如同穿上盔甲。
4. 與神自由的相交：禁食會清除與神之間的一切障礙，帶來毫無阻礙的禱告與即時的回應。經文中的「上主親自」和「祂會立刻說」強調了上帝對我們呼求的即時關注與親自回應。祂說的「看我」(直譯)，如同隨時待命的僕人，表明祂總是在旁等候，隨時準備回應我們的需要。這種關係更像醫生親自到家中看診，而非簡單的快遞服務，顯其深度與親密性。

此外，經文在 9c-12 節 接著提供了第二系列關於禁食的原則，以及隨之而來的祝福，進一步說明了正確禁食不僅帶來個人的好處，也與更廣泛的屬靈和生活原則緊密相關。

(十六) 58:9c~10 這段經文詳細解釋了以賽亞書中關於除去壓迫的命令，並將其與個人的行為和內在態度聯繫起來。這段經文內容分為下列幾點：

1. 從社會結構到個人行為

經文在第 9 節重複了第 6 節「除掉軛」的概念，但將焦點從宏觀的社會結構轉向了個人的行為。第 6 節的「不公」指的是奴役他人的社會制度，而第 9 節則著重於個人的行為。這表明我們自己可能就是壓迫者，用言語或行為束縛他人，加重他們的負擔。

2. 「指摘人的指頭」的含義

這裡提到的「指摘人的指頭」是一個獨特的表達，但在箴言中可以找到類似的行為。它代表一種惡意的態度，透過暗示、諷刺或不明來源的「洩露消息」來貶低或傷害他人。這揭示了禁食者的致命矛盾：他們可能在工作上很賣力地行善（如第 6 節所述），但在個人行為上卻充滿了惡意，給他人帶來痛苦。

3. 真正的憐憫與犧牲

「你心若……發憐憫」這句話的直譯為「讓你的靈魂朝向」。其中「靈魂」(nepeš) 也有「想要」的意思，因此這句話可以理解為：「將你想要給自己的，給需要的人」。這代表了一種深刻的委身與犧牲，其程度甚至超越了第 7 節中單純的物質分享。真正的憐憫不僅僅是給予，更是將自己視為與受助者一體，願意以同理心和犧牲來滿足對方的需要。

（十七）58:10c~12 光：這段經文詳細闡述了正確禁食所帶來的四重祝福，特別強調了這些祝福如何在人生的困境中顯現。

第一項祝福：黑暗中的指引

在人生被黑暗與困擾包圍時，禁食帶來的首要祝福是看得清楚。這裡的光不是連於第 8 節的「黎明」，而是連於黑暗 (10a 節)，就是我們被困難包圍，不知當轉向何處的時候。引導解釋了黑暗中之光明的比喻。我們的經驗可能仍然是黑暗的，我們在其中按自己最好的想法蹣跚地邁步向前，但事實上卻是神在引導；祂不會讓我們的腳滑跌（參考：詩一二一 3）。

第二項祝福：及時的供應

第二項祝福是即時的供應 (11a-c 節)。當我們感到最軟弱、一切都顯得荒涼時，上帝將會介入。經文使用「乾旱」(ṣāḥaḥ) 一詞來比喻我們最缺乏保護與支持的時刻。就在這個時候，祂會使你的骨頭強壯，面對嚴厲的要求還撐得住。

第三項祝福：源源不斷的活泉

第三項祝福是新資源與新活力的源頭 (11d-e 節)。這不僅像將水注入園子，更像「不斷絕的內在活泉」(參考：約四 13)。這種比喻強調，上帝所賜予的活力並非外在短暫的供應，而是內在持續不斷的活水，讓生命充滿活力。

第四項祝福：恢復與重建

最後一項祝福是恢復與持續 (12 節)。這包括修補過去的破壞(「久已荒廢之處」)，並為未來的安全住處做預備[「城牆(和合未譯)……街道(和合：路徑)」]。這當然可能指自巴比倫回歸後實際的重建工作，但同時，它也是一個屬靈的圖喻，與當時百姓所面臨的破壞光景(參考：一 6-9)密切相關。它預示著上帝不僅將恢復他們的外在環境，也將徹底修補他們破碎的生命。

(十八) 58:13~14 第 13~14 節是首小詩，在說明「安息日：從責備到祝福的應許」。這首詩的結構巧妙地將 13-14a 節的祝福筵席與 2-5 節未得祝福的禁食相呼應。這幾節經文也構成了一個「如果...就會...」的系列，強調遵守安息日會帶來祝福。神所在意的不是人如何勉強刻苦己心，而是人透過順服祂的誡命而享受祝福。以下是這兩節內容的重點：

1. 安息日的正確態度與行為

- (1) 在 13a-d 節中，以賽亞強調積極承認安息日的價值，將其視為聖日、是可尊重的。
- (2) 在 13e-f 節中，則強調要持守安息日，避免不恰當的活動。掉轉你的腳步(直譯：「把你的腳從...轉回」)，意思是謹慎運用你的日子，而不是任意而行，做你喜歡做的事。
- (3) 安息日不是出於個人喜好(不走你自己的路)，也不是放縱私慾(作你所喜歡的事)，而是帶來絕妙的喜樂(ōneg)。
- (4) 說無聊的話(「說一個字，講一番話」)指的是沒有神賦予權威的「閒話」(參考：申十八 20)。

2. 遵守安息日所帶來的祝福

- (1) 真正的喜樂：如果能真正持守安息日(如此)，就會帶來以神為樂。找到你的喜樂(‘ānāg，動詞的反身形態)正是 13c 節名詞的「絕妙的喜樂」的來源。
- (2) 超越地上的難處：我們還會乘駕地的高處，享受脫俗高升的生活，超越地上的困難(參考：申三十二 13，三十三 29；哈三 19)。

(3) 進入豐富的境界：我們會進入神所預備那飽足、豐富的境界（養育），這包括祂對「你祖雅各」所立的所有應許和憐憫。