

靈修

讀經月刊
2024-3

耶穌是彌賽亞



基督教宣道會華基堂
The C & M Alliance Wah Kee Church

靈修習慣運動

宗 旨

本堂推動靈修習慣運動，並編撰《靈修月刊》，旨在幫助每一位信徒養成每日靈修的習慣，加深信徒對聖經真理的學習，從而改進我們與神的關係。

內容特色

1. 釋 經 : 詳細解釋經文意思、鑰詞，幫助信徒掌握經文的不同信息。
2. 思 想 : 透過一些啟發性的問題，引導信徒明白經文與自己的關係，並加以實踐應用。
3. 重點禱告 : 藉著不同方面的禱告，包括個人、群體、社會等，將不同需要交託給神，求神看顧、帶領，從而經歷神的保守。

重點禱告：

教會：

1. 在大齋期，求主幫助弟兄姊妹默想主耶穌為世人犧牲，學習祂的謙卑、捨己及受苦的決心。預備心靈，參與 29/3 參與受苦節聖餐崇拜，一同記念主的救贖大恩。
2. 為 17/3 會友大會暨執事選舉祈禱，求主帶領及預備合適的候選執事，同心合意，禱告及事奉，一同經歷主的恩典。

社會服務：

長者外展融合事工「樂靈歡聚」小組於 20/2 (二) 舉行之「挪亞方舟」戶外活動，感恩能夠順利完成。新增設查經小組亦將於 3 月展開，求主加能賜力予負責的同工及義工，讓他們有靈巧的口去傳講神的話語，並求聖靈動工，使參加者的內心對福音開放。

香港：

1. 本港近年常常發生嚴重的工業意外，造成多宗人命傷亡，求主安慰死者家屬及醫治受傷者，亦賜智慧給有關部門及承辦商，能訂立有效的安全指引，藉培訓課程，提升工人的安全意識，減少意外的發生。
2. 2024 財政預算案已推出，求主賜政府官員智慧，落實有效措施，改善經濟；幫助失業及基層市民，度過難關。繼而，重建中產市民在香港，安居樂業的信心。

國際：

韓國醫生要求政府撤回「擴大招收醫科生計劃」，並且向政府醫院集體辭職，達 7000 多醫生參與；五大醫院一半手術延後，也恐發生醫療危機。求主保守事件能盡快作出合當處理，不影響眾多病人的醫療需要。

宣教：

1. 許樹寧傳道：籌辦「新舞台劇」將於 3 月在香港招募演員，求主帶領對戲劇有興趣的年青人參與當中，藉此發現及認識自己。求主使用這計劃，引領年青人進入華基堂，認識主，並加入教會。

另外，4-5 月將再出發往馬島短宣，現正與宣教士商討事奉安排，求主帶領，盼望可以幫助當地青年人。

2. 劉樹森牧師：記念牧師師母有健康的身心靈，及為他們接觸家長的工作祈禱。

三月一日

忘記了

靈修經文：約 4:28-29

釋經：

婦人與耶穌對話以後，她往城裏去。經文有趣地提及一個細節：「那婦人就留下水罐子」。這個細節顯示出婦人心中的喜悅和焦急。她放下了她原來要做的事——讀者們，我們或許也忘記了，這婦人來井旁的目的只是為了打水的，然而，此刻她連水罐子也忘記了！

有時候，我們也會忘記了一些事情——忘記似乎是一件不好的事。然而，這裏卻有點不同。婦人忘記了她原本要做的事，因為她被另一件更重要的事吸引且着迷。甚至，婦人為此忘記滿足自己的需求，忘記自己原本的人生方向與方式，為的是要更多尋求上帝。婦人與耶穌對話，婦人發現耶穌知道她的心中所有的事，這讓她深刻感受到神的恩典。

你問，這是一種選擇嗎？當然，你可以說：「這是一種選擇。無論今天我們決定做什麼，我們都要在世界與上帝之間作出選擇。」不過，婦人此刻其實沒有選擇甚麼——她只是忘記了。因着這個忘記，在她腦海中，世界的事情連選項的位置也沒有出現！世界的事情沒有成為她的選擇！她只是單單把世界的事情忘記了！

當然，忘記並不代表婦人放棄了自己的需要，婦人只是純粹被上帝的恩典吸引。婦人聽到耶穌的福音，她回到城裏去宣揚神的恩典，使更多的人知道耶穌已到來。她的忘記，成為了神的工具，讓更多的人得救贖。

這段經文的教導，與其說我們要選擇、故意放棄世界的事物，倒不如更好地被上帝的恩典吸引，專注在上帝身上——

然後把世界的事情都忘記掉。要知道，我們可以把世界的事情忘記，但不能忘記神的恩典，也不能忘記上帝對我們的愛。

默想： 你此刻面對選擇嗎？不妨簡單一點，被上帝的恩典吸引，如何忘記其實可能的選項。有時候，我們可以把世界的事情忘記，但不能忘記神的恩典，也不能忘記上帝對我們的愛。我們可以放下一切，好好體驗上帝的恩典，讓它改變我們，也改變我們周圍的人。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月二日

飲食

靈修經文：約 4:30-32

釋經：

經文開始一個新的段落。從「口渴」轉到「食物」的話題。在此，耶穌指出，他有另外一種食物吃，這是門徒們所不知道的。明顯地，耶穌正要教導門徒一些新的道理，開展一個有關天國的新話題。

先前耶穌與撒瑪利亞婦人對話，門徒們不在，正正因為他們買食物去了。所以，如今門徒們回來，明顯就是要把先前買的食物端給耶穌。然而，耶穌卻對門徒們說了一句很有趣的話：

耶穌說：「我有食物吃，是你們不知道的。」

如果我們把這句話與耶穌先前與婦人的說話作對比，我們會發現一個很有趣的比較：

「請你給我水喝… 你若知道上帝的恩賜…」（約4:7）

「我有食物吃，是你們不知道的。」（約4:32）

明顯地，這兩句話都與「知道」有關。無論是撒瑪利亞婦人的「活水」，抑或門徒們的「食物」，它們都早已存在，並且來自於上帝；兩者都是永恆的、不能磨滅的、供應不絕的。一切的關鍵就是「知道」。因此，耶穌正在教導門徒們，他們只有透過知道神的恩典，才能夠得到真正的食物，也就是那種神所賜予的、不可思議的食物。

約翰福音從第一章開始，不斷出現與飲食有關的神蹟——水變酒、井旁的活水以及耶穌的食物。耶穌的來臨，就是要讓人「知道」這些飲食的存在，更因此成為他們自己的飲食。那麼，我們問，究竟門徒們「知道」嗎？或許，他們知道耶穌不僅是一個普通的人，而是神的兒子，一個行

神蹟的人；甚至，他們知道有關天國的事，也知道耶穌是彌賽亞…

然而，他們更要知道，耶穌、神的兒子、彌賽亞、天國、福音的事，不僅是將來的、超越世界的，這些事情更是此刻的、此世的。甚至，它們都與門徒們最基本的需要不可分割，息息相關。這正是所謂「神蹟」的意義。所謂「神蹟」，不僅是在地上發生的上帝的事情；相反，所謂「神蹟」，乃是上帝的事情發生在地上！上帝的事情彰顯在地上！

因此，耶穌經常在飲食的話題上彰顯祂的神性。神性，必然要彰顯在最普普通通的事情上！由此可見，耶穌藉由談論「飲食」，想要讓門徒們明白，只要與上帝建立關係，他們就可以從最普普通通的事情中發現上帝的神性。因此，耶穌也教導門徒們，在他們日常生活中，要多留意上帝的靈恩，也應該小心珍惜上帝所賜予的一切。

默想： 你要經歷上帝嗎？你知道上帝的恩典和大能嗎？
你若是明白，你就需要從最普通的生活找到。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月三日

遵行上帝旨意是食物

靈修經文：約 4:33-34

釋經：

當然，門徒的確不明白耶穌所謂「食物」的意思，因此，他們說：「莫非有人拿甚麼給他吃嗎？」然而，耶穌卻回答說：「我的食物就是遵行差我來者的旨意，作成他的工。」當然，耶穌以食物引起話題，正想要讓門徒明白，他的任務是以宣講父的福音為食物，以完成天父的旨意為食物。

不過，究竟兩者有何關係？食物怎麼可能就是遵行上帝的旨意、成就上帝的工作呢？我的意思是，兩者實在是相差太遠了吧？作為一個「比喻」，耶穌也應該給予一個比較貼近的類比吧？如果我們深入分析這個比喻，耶穌以「遵行上帝旨意」來比喻作「食物」，基本上兩者幾乎是毫無類比性的！

1. 首先，食物是吸收與支取。然而，遵行上帝旨意卻是付出與責任。兩者是剛剛相反的事。
2. 另外，食物是必需品，沒有了它人們就活不下去。然而，遵行上帝旨意卻看來不是如此。

不過，既然耶穌把兩者作為比喻，我們就必須把兩件事看為可類比的事情，並且打破我們自己已有的框架，從中學習耶穌教導我們的嶄新意思。因此，究竟人們應該如何瞭解耶穌用「食物」來比喻「遵行上帝旨意」？

答案是：「食物」和「遵行上帝旨意」的根本目的，其實是一樣的。那就是：為了活出一種意義深遠的人生，凡事都要按照上帝的旨意來行，就如同我們要吃食物來保持生命一樣。

遵行上帝旨意看似是一種付出。然而，耶穌卻清楚告訴我們：「不，它其實也同時是我們作為基督徒的吸收與支取！」我們能夠藉着遵行上帝心意得着生命的力量，恍如食物一般。

遵行上帝旨意看似不是必需的。然而，耶穌卻清楚告訴我們：「不，它是必需的。甚至是恍如食物般的需要！」假若我們長期沒有遵行上帝心意，我們就會恍如缺乏食物一般，導致生命有害。

畢竟，耶穌不是這樣說嗎？「人活着不是單靠食物。」(太4:4)如此，我們就更明白耶穌的心意。耶穌不是說我們不需要食物，而是，上帝的事情恍如食物一般，每天需要，根本性地影響我們的生命。

因此，我們可以知道，耶穌要教導我們的是：只有遵行上帝旨意，才能真正保持生命的活力，這是恍如食物般的必需品。基督徒必須把遵行上帝旨意作為我們生活的根本，只有如此，我們才能擁有一個有生命力的人生。

默想： 你把「遵行上帝旨意、成就上帝的工作」看作是食物一般看待嗎？這是我們今天要認真思考的問題。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月四日

永恆的收割

靈修經文：約 4:35

釋經：

耶穌繼續對門徒們說話——他把「食物」這個話題轉移到「收割」的話題。當然，兩者其實仍然是同一個話題。既然遵行上帝旨意，成就上帝的工作就如「食物」般重要，那麼「收割」更是重要之重。不是嗎？沒有「收割」，就沒有「食物」。如此，既然耶穌指出要遵行上帝旨意，成就上帝的工作，為上帝收割更是理所當然了。

在此，耶穌對門徒說：「舉目向田觀看，莊稼已經熟了。」這句話我們頗熟悉。不過，這似乎不是顯而易見的事。經文告訴我們，耶穌自己也親口說出，表面看來，這不是收割的時候。「到收割的時候還有四個月嗎？」明明距離收割的時刻還有四個月，耶穌怎麼說現在就是收割的時候呢？

不過，耶穌指出，人眼測不到的，是上帝看到的。耶穌告訴門徒們，上帝的時間與人的時間不一樣，上帝的時間比人的時間更為精準、更為準確。因此，耶穌鼓勵門徒們要思考，收割的時間不是按照人的時間計算，或是按照任何表面的特徵或徵兆的。

那麼，我們問，究竟甚麼時候才是收割的時候？耶穌告訴我們，甚麼時候都是收割的時候！讀者們，試想想，耶穌向門徒們指出，「莊稼已經熟了」，它不是某個時刻的說法，這句話乃是永恆的上帝對世界的觀察。「莊稼已經熟了」，不會過早，也不會過遲。這個世界甚麼時候都是收割的時候。如此，耶穌講出一個驚人的事實：「舉目向田觀看，莊稼已經熟了。」

這個世界任何地方都是金黃色的莊稼，永恆地也保持在熟透、等待被收割的狀態。這是耶穌所看見的世界。一幅美

麗的圖畫。美麗的世界。

我們被要求的只有一件事：收割。恍如食物般的收割——
享受地、快樂地、必需地。

默想： 從上帝眼中，我們所居住的世界，乃是一個上帝
眼中美麗金黃色的世界。你今天也會嘗試收割
嗎？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月五日

撒種和收割

靈修經文：約 4:36

釋經：

這節經文告訴我們，除了「收割」之外，還有「撒種」。耶穌把上帝的國度、為祂國度工作的人分為兩種：「撒種的人」與「收割的人」。

經文強調「收割的人」已經得了工價。在此要注意：收割的人所得的是「工價」(wage)，不是「禮物」(reward)。工價是一種「付出」與「回報」之間的關係，付出換來回報，兩者理應是對等的；然而，禮物卻不同，禮物沒有付出，它是全然純粹的回報。撒種的人得到什麼工價呢？耶穌沒有直接說明。不過，可以肯定的是，撒種的人的工價不是「永生」。永生不是任何工作換取來的工價，它永遠是一份禮物。在此要作簡單的釋經：「收割的人已經得了工價，積蓄五穀到永生」(和合本)的「永生」，它不是收割所換取的工價，它原文的意思是「收取永生的果實」(gathering fruit for life eternal)。因此，「永生」不是收割者辛勞換取的禮物，而是他的工作任務——作為一個收割的人，他要為主收割永生的果實。

有趣的是，耶穌沒有提及「撒種人」的工價。理論上，「撒種的人」與「收割的人」一樣，作為上帝國度的工人，他們都會得到應得的工價。其實，耶穌並沒有說明「撒種的人」與「收割的人」的工價是甚麼。不過，我們從經文可以清楚得知，他們都會得到「快樂」——撒種的和收割的一同快樂。

然而，我們再想多一層，撒種和收割的人，他們的快樂模式有點不同。收割的快樂比較直接，他收割了，快樂就多了。他的收割行動能夠帶來當下、明顯、即時的快樂；然

而，撒種人的快樂卻不同。撒種人的快樂不是自己能夠控制的。最少，他的快樂在乎收割的人的工作，當收割的人完成了收割的功夫，撒種人才看見自己勤勞工作的成果。

撒種人需要等待。撒種人的快樂不一定是即時、直接的。不過，播種人與收割的人一樣，他們都有上主的工價，一起帶人得着永生，最後也得到一樣的快樂。

默想： 弟兄姊妹，你今天是「撒種人」還是「收割人」？如果上主叫你作撒種的人，你就需要耐心等待並相信上帝的計劃。無論我們是撒種人還是收割人，我們都應該記住上帝的工價，並且為我們所做的工作感到快樂和滿足。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月六日

基督的差遣下的撒種與收割

靈修經文：約 4:37-38

釋經：

耶穌繼續說明「撒種」與「收割」的關係。耶穌引用了俗語的話，「那人撒種，這人收割」。驟眼看來，「那人撒種，這人收割」是一句不公平的話，這或許就是那句俗語本來的意思。撒種的人勞苦了，別人卻得着他的功勞。事實上，人世間充滿着這樣的案例：資源的不對等，付出的不對等，收穫的不對等。有人付出了，別人卻得着他的收穫。這是人世間真實的定律。

不過，耶穌引用這句話，卻要帶出另一種定律——耶穌基督要顛覆撒種人與收割者之間的關係。在天國的工作上，撒種的人與收割的人之間不是競爭性的。或者說，耶穌認為，收割者享受撒種人的勞苦竟然成為了一件美事。

一切都基於經文裏面一個關鍵字：基督的差遣。耶穌說：「我差你們去收你們所沒有勞苦的。」在耶穌基督的差遣下，「那人撒種，這人收割」成為了一件美事。沒有基督的差遣，工人與工人之間就變得具有競爭性。他勞苦，他人卻收穫；他付出了，他人卻獲利。然而，在基督的差遣下，無論是撒種還是收割，它們都屬於基督裏的同一工作、同件事，兩者本質上都是基督的差遣。既然都是基督的差遣，撒種與收割沒有任何本質上的差別，兩者都在栽種「天國的果實」，兩者都是恩典。

事實上，反過來說，在農業社會中，撒種是一項較為簡單的工作，但是收割卻需要更多的勞力和時間。耶穌卻沒有強調收割的辛勞。因此，基於基督的差遣，撒種與收割都成為了一件快樂的事。很有趣，耶穌強調撒種人的勞苦，並定義門徒們將會收割他們並不曾勞苦的果實，簡單來

說，耶穌認為，收割是一件輕鬆、快樂、不勞而獲的事。

這說明了為何教會一直強調「基督的差遣」。父差遣子，子差遣了我們，這是天國道理的根基。沒有了這根基，福音事工都變成了一盤競爭的生意，彼此為敵，彼此消耗。然而，在基督的差遣下，我們為主在工作上彼此配搭，毫無計較，不勞而獲，快樂地。

默想： 你最近在教會有為到一些事情計較嗎？試想想今天耶穌的教導，你今天所作的工，別人所作的工，都是基於基督的差遣。如此，我們和別人之間就沒有甚麼比較或計較了。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月七日

更多撒馬利亞婦人的故事

靈修經文：約 4:39-42

釋經：

撒馬利亞婦人的故事來到尾聲。

耶穌與撒馬利亞婦人的對話結束。婦人離開了耶穌，並且為她在井旁所經歷的故事作見證。經文這樣說：「那城裏有好些撒馬利亞人信了耶穌，因為那婦人作見證說：他將我素來所行的一切都告訴了我。」我們知道，撒馬利亞婦人在城裏向她身邊的人不斷述說耶穌基督的作為，以及在她身上的奇事。結果是：城裏面許多人也信了耶穌。

不過，我們或許會忽略這個故事之後的這個細節：撒馬利亞婦人的故事不斷地重複！

經文強調，耶穌留下來，住在他們當中。耶穌住的那兩天，因着耶穌的話，有更多人信了主。這句看起來平平無奇的話，聖經雖然沒有仔細的詳述，不過，我們知道，耶穌住下來的兩天，他與不同的人有單獨傾談的機會。這些人中，可能有些人是透過撒馬利亞婦人的故事而來的，然而，重點是他們都與耶穌有親自相處的機會——正如撒馬利亞婦人在井旁所經歷的一樣！

約翰福音只記載了撒馬利亞婦人井旁的故事，然而，這故事之後的兩天，不斷重複這樣的一個經驗！事實上，每個人的生命故事都不一樣，每個人都需要有自己的與耶穌單對單的井旁經歷。或許，這樣的經歷可能不會改變整個城邑，但它卻可以改變一個人的生命。

你問，究竟福音方式是否可以複製呢？是，與不是。

我們見到，撒馬利亞婦人不斷地重複一句簡簡單單的話：「他將我素來所行的一切都告訴了我。」驟眼看來，這只是一句樣板式的見證。不過，這句重複的話卻帶來城內許多不同與耶穌相遇的生命故事。耶穌走到他們的生命裏面，逐一把他們每一個生命轉化。

今天，我們思考怎樣向人介紹耶穌。無可否認，我們沒有甚麼策略，我們只是把自己已有的耶穌經驗告訴別人。或許，別人的生命並不一樣，他們的需要也不一樣，然而，只要我們願意把自己僅有的經驗告訴別人，耶穌自己會來到他們的生命之中。

別忘記：撒馬利亞婦人的故事，本來就是耶穌自己主動地尋找她。耶穌定意要製造更多更多撒馬利亞婦人的故事！

默想： 今天，嘗試向一位你認識的人，向他/她分享你自己的耶穌經驗，簡簡單單也好，看看上帝有何奇妙的作為？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月八日

耶穌的行程安排

靈修經文：約 4:43-44

釋經：

今天我們談談耶穌的行程安排。

撒馬利亞婦人的故事完結。耶穌離開了。讀者還記得耶穌為何要到撒馬利亞嗎？耶穌原本的行程安排是怎樣？根據約翰福音的描述，耶穌原本的行程安排是從猶太到加利利，途中經過撒馬利亞。撒馬利亞在當時的猶太人眼中並不算是個受人尊敬的地方，但耶穌卻特意前往，尋找井旁的撒馬利亞婦人。

因此，耶穌離開撒馬利亞往加利利，似乎只是恢復他自己的行程安排。耶穌花了兩天時間逗留在撒馬利亞，並與當地的人傾談他們的生命。這件事大功告成，他要繼續往原先計劃要去的加利利。一切都是平常合理的事。

不過，耶穌卻為這個本來看似乎平無奇的行程安排加上一個非常重要的神學理由：「先知在本地是沒有人尊敬的。」

事實上，這句話有不少釋經上的探討。究竟經文所謂的「本地」(homeland) 指哪裏呢？簡單來說，有學者認為「本地」是指猶太和耶路撒冷，就是耶穌往加利利行程安排的起點；然而，有學者認為加利利才是「本地」，因為耶穌的出生地點是拿撒勒，拿撒勒屬於加利利地區；甚至，有學者認為約翰福音所指的「本地」其實是天國——這正是約翰福音第一章神學引言所提及的。

無論如何，我們或許不太肯定「本地」指的是甚麼，但如果這句說話與耶穌在撒瑪利亞的故事有關，撒瑪利亞肯定不是他的「本地」。事實上，耶穌在撒瑪利亞大受歡迎，耶穌在

城裏兩天的生命交流，與撒瑪利亞婦人和當地人建立了非常良好的關係。我們可以這樣說：如果耶穌逗留在撒瑪利亞，將會有更多更多相信他的人。

然而，耶穌卻選擇離開，並故意要到一些自己不受尊敬、不受歡迎的地方。無論所謂的「本地」是指「耶路撒冷」、「加利利」，還是「天國」，耶穌都甘願逆向而行。道成肉身本來就是從天上降下，來到不受歡迎的地上。「光照在黑暗裏，黑暗卻不接受光。」(約1:5)；耶穌選擇離開受歡迎的撒瑪利亞往加利利，也是離開自己的受歡迎地帶。最後，耶穌基督定意往耶路撒冷釘十字架，也是一個步向「本地」的過程。

默想： 耶穌故意選擇到自己不受尊敬、不受歡迎的地方，逆向而行。你呢？你是否願意效法耶穌，選擇去到有需要的地方，為他人服務，即使這些地方可能不是我們首選的地方呢？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月九日

接待哪一個耶穌？

靈修經文：約 4:45

釋經：

耶穌到了加利利。加利利的人接待耶穌。聖經交代了加利利人接待耶穌的原因。原文其實有一個連接語 οὐν，這字有「然後」、「因此」的意思。雖然這字是一個普通的連接語，卻提醒我們這句經文仍然承接着上一節經文「先知在本地是沒有人尊敬的」的地理關係。因此，默想這節經文，我們仍然要記得「耶路撒冷」與「加利利」之間的地理差別。

經文這樣寫：「加利利人…曾經看過他在節期間所做的一切事。」究竟耶穌在耶路撒冷行過甚麼事呢？或許我們還記得，根據約翰福音第二章13-25，耶穌在耶路撒冷過逾越節時，行了一些神蹟和奇事，這些事被在耶路撒冷過節的加利利人看到，因此他們接待了耶穌。正如第二章所記載：「當耶穌在耶路撒冷過逾越節的時候，有許多人看見他所行的神蹟，就信了他的名。」（約2:23）這班接待耶穌的人，大概就是在耶路撒冷看見耶穌的神蹟作為而信了他名的人。

不過，我們不要忽略一點，經文強調的是「耶穌在耶路撒冷過節所行的一切事」。「一切事」，就是所有的事。耶穌在耶路撒冷過節時所行的，其實不只是神蹟奇事，他還行了一件非常重要的事。讀者們，你還記得是甚麼嗎？

不如你花10秒時間想一想。

沒錯，耶穌在耶路撒冷過節時，他還在聖殿裏驅趕了販賣牛羊鴿子的人和兌換錢的人，並推翻了他們的桌子，說：「不要將我父的殿當作買賣的地方。」（約2:16）這樣的耶穌，一個不太受人歡迎的耶穌，破壞人們生活秩序的耶穌，同樣是耶路撒冷過節的耶穌。

弟兄姊妹，如果經文強調加利利人接待耶穌，乃是基於耶穌在耶路撒冷所行的「一切事」，我們就不能將這事排除在他們接待耶穌的原因之外。或許，有些人接待耶穌是因着耶穌的神蹟；然而，有些人卻因着耶穌在聖殿中的行為，看見耶穌破壞背後的意義，因而認同他、接待他、跟隨他。

默想： 你呢？你接待哪一個耶穌？你接待哪一個耶穌進入你的心房？你的心是否只能容納神蹟奇事的耶穌？你的心能容納一個破壞秩序的耶穌嗎？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月十日

兩個迦拿的神蹟

靈修經文：約 4:46-47

釋經：

迦拿發生過兩次神蹟，可能讀者不知道。

耶穌從撒馬利亞來到加利利，他將要行另一個神蹟。這個神蹟同樣發生在迦拿這地方——就是耶穌在婚宴中把水變為酒的地方。因此，根據約翰福音的記載，迦拿這地方其實發生過兩次神蹟，一次是「水變酒」，第二次是治好大臣兒子。

今天讓我們比較一下這兩個同樣發生在迦拿的神蹟。

第一個神蹟是耶穌在婚宴中把水變成酒。對於婚宴的賓客來說，他們不知道他們一直在喝的乃是耶穌的神蹟，他們還以為這是婚宴中一件「正常」的事，他們在問：「人都是先擺上好酒，等客喝足了，才擺上次的，你倒把好酒留到如今！」（約 2:10）然而，經驗神蹟的人純粹是被動地接收了這個神蹟，並把它理解為「正常」的經驗。

然而，這次卻不同。同樣是迦拿的神蹟，大臣的兒子瀕臨死亡，他知道耶穌到了加利利，他憑着信心，求耶穌醫治自己的兒子。雖然這似乎是普普通通一個福音書裏面眾多醫治神蹟的一個，然而，對這位父親來說，他尋求耶穌醫治，正是要尋求一個突破「正常」的可能。經文說，他的兒子「快要死了」。在此，尋求突破正常的可能，正是神蹟的根本。

首先，讓我們思想一下神蹟這回事。所謂「神蹟」，就是打破地上被看為「正常」的秩序。這秩序在人世間被看為「正常」，乃是根據人們活着的經驗而言，人類活的日子久了，

對這個世界的運作、社會的操作方式、自己的生命有一定程度的認識。然而，耶穌干預了這個「正常」，並且更新人們對「正常」的看法——我們對「正常」的考慮，必需包括上帝在其中。

誠然，每一次上帝的工作，都更新我們對「正常」的看法，叫我們重新反思自己對世界、對自己、對上帝「正常」的認識。

默想： 你目前面對的一件難事，你把它看為正常嗎？你願意呼求耶穌，求他重新教導自己如何理解這個世界呢？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月十一日

健康與信心

靈修經文：約 4:48

釋經：

大臣的兒子病重，瀕臨死亡，作為父親的大臣尋求神蹟，祈求耶穌打破正常的局面。然而，耶穌對於大臣的請求，開口的第一句話卻非「是」或「否」，卻是特別的一句回應：「若不看見神蹟奇事，你們總是不信。」

對於我們作為讀者來說，這句話看來沒有甚麼特別。然而，對大臣來說，作為一個焦急求醫的人，這句話實在令他大惑不解——他明明是來求耶穌醫病，耶穌不單只沒有親口答應，甚至沒有理會他的請求，卻把話題拉到信與不信的事情去。甚至，表面來看，這句話似乎有一點譴責的意味。大臣不只是普普通通一個來求醫的人嗎？為何耶穌對這位求醫的人有這麼一個要求呢？

或者，我們要從耶穌的角度來思考。

如果你是耶穌，你會覺得，醫病的神蹟重要，還是大臣自己的信仰重要呢？毋庸置疑，對耶穌來說，一個人的病能夠被醫好，其實是一件「正常」的事，也是一件輕而易舉的事。然而，一個人能夠相信，這個信心的跳躍，這個信仰的跨越，才是一件不可思議的奇妙事！

耶穌的話語提醒我們，神蹟奇事可以幫助我們體會到神的存在和大能，但信心才是我們與神相連的關鍵。如果我們只是追求神蹟奇事，而缺乏真正的信心，這才是真正致死的疾病！

這解釋為何「信心」從來都是神蹟醫治的主題——不是說，我們要有信心才能被醫治，這都不是重點。重點是：相比

起神蹟醫治，真正需要醫治的乃是人對上帝的信心，以及這信心背後與上帝最根本的關係。基督徒哲學家祁克果曾經這樣說過：「信仰是一種超越思考的力量，是靈魂的力量。」我們不能只依靠眼見為憑，而是需要相信神的話語和應許，這樣才能真正體驗到神的大能和榮耀。

默想： 缺乏信心乃是致死的病，它是靈魂的疾病。你今天的靈魂健康嗎？你對上帝的信心如何？它不是「有」或「沒有」的問題，而是「健康」與「病態」之間的問題。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月十二日

回去吧

靈修經文：約 4:49-50

釋經：

延續昨天大臣與耶穌的對話。耶穌對大臣說：「若不看見神蹟奇事，你們總是不信。」（約4:48）對於大臣求醫的事，耶穌卻把話題轉到信心的課題。這是我們昨天的思考。

大臣求耶穌醫治兒子時，耶穌只是說了一句話：「回去吧，你的兒子活了。」（約4:50）然後大臣就聽從耶穌的吩咐，回去了。他回到家中，發現兒子的確已經康復了。迦拿這個神蹟原來是一個時間問題——這是明天我們思考的段落。

今天我們思考的是「回去」這個字。耶穌第二句吩咐大臣的話是「回去」。大臣離開了家，尋求兒子被醫治脫離死亡厄運的可能，耶穌卻叫他「回去」。表面來看，「回去」只是一個普通的細節——大臣不回去，又怎能知道他兒子已經康復的事實呢？因此，對於這個神蹟，許多人都把重點放在兒子被醫治的部分，以及耶穌「預知」的神蹟。

然而，「回去」卻也是大臣對耶穌命令的服從。若我們仔細留意耶穌的話，耶穌第一句話強調「信心」的重要，第二句話就命令大臣「回去」。因此，「回去」正是大臣學習信心的功課，甚至更是他參與神蹟的部分。不是嗎？若大臣沒有「回去」，他就不能發現神蹟已經發生，更不能知道神蹟已經發生。

記住：耶穌在乎的，不是大臣兒子是否得醫治——這是必然的、簡單的、輕而易舉的。耶穌重視的是大臣自己如何經驗耶穌的大能，如何知道耶穌的大能，及是否參與這種神蹟大能。

有時候我們在尋求幫助或解決問題時，可能會期待一個特殊的經歷或神蹟，卻忽略了我們經驗這個神蹟的過程，以及自己所需要擁有的信心和服從。在這個故事中，大臣的信心和服從是他能體驗到神蹟的關鍵。同樣地，在我們的生命中，信心和服從也是我們能夠經歷神蹟和奇蹟的必要條件。

默想： 讓我們問問自己：我們是否願意服從耶穌的話語？我們是否有信心相信他的大能？當我們尋求幫助和解決問題時，讓我們不僅僅關注結果，也關注我們自己的信心和服從，這樣我們才能真正體驗到上帝的奇妙。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月十三日

沉悶的神蹟

靈修經文：約 4:51-54

釋經：

大臣聽從耶穌的吩咐，回去了。

回到家中，發現兒子真的如耶穌所預言的，正在「昨日未時」時，兒子的病就奇蹟般地好了。聖經仔細交代了這個神蹟發生的時間。這是一個昨天發生的神蹟。

原來，大臣回家，要花上一天的時間。如果再算上大臣離家尋求耶穌的時間，大臣一來一回，正正花上了整整兩天。古代的交通不便利，一天時間的交通，已經不算是很遠。然而，讀者們試想想，這個所謂迦拿大臣兒子得醫治的神蹟，對於大臣來說，其實大部分時間都花在旅途之上。

不是嗎？大臣尋見耶穌，耶穌說到第二句話，就吩咐大臣回家了。他們對話的時間可能不到三十秒！然而，大臣花了一天來找耶穌，又花了一整天回程，整整是兩天的行程！假若我們站在大臣的第一身角度，對於這個神蹟，他的參與就是這兩天的行程。這兩天行程，99% 的時間都沒有耶穌在場，甚至，可以說是非常沉悶、沒有任何事情發生的車程。

對於大臣來說，這個神蹟是毫不精彩的——沒有奇妙的畫面出現，也不能目睹耶穌施行神蹟的一刻，甚至，連他兒子好轉的情況也看不見！

然而，這個神蹟卻非常值得我們每一個基督徒參考。在我們每天的生活中經歷上帝，往往都不能看見一些很神奇的畫面，相反地，大部分時間，都猶如這個神蹟中的大臣所經歷的「車程」。沒有甚麼事情發生，一個人面對，沒有任

何動靜，我們要做的，就只是單單信心的尋求，順服的回應，可能只聽見一兩句微微的聲音，然後繼續憑信心完成整個神蹟的過程。

是的，這是我們一般人參與上帝的方式，一個看似沉悶，但卻無比真實的方式。

默想： 這段經文提醒我們，有時候上帝的神蹟不是顯然的，我們可能需要花費很長的時間和面對很多挑戰，才完成參與整個神蹟。在這個過程中，我們需要保持信心和順服，相信上帝會給我們所需要的一切。你正在經歷這個神蹟嗎？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月十四日

耶穌的敵人

靈修經文：約 5:1

釋經：

迦拿的神蹟完結。來到第五章，約翰福音作者記載另一件事情。

有趣的是，在約翰福音裏面，作者不斷把他的敘述與各種猶太節日聯繫起來：逾越節（約2:13）、逾越節（6:4）、住棚節（7:2）、獻殿節（10:22）、逾越節（11:55）。這段經文是整本約翰福音裏面唯一沒有精確地讓我們能夠確定的節日。有學者認為，原文裏面所謂「猶太人的節日」可能暗示是住棚節或逾越節，但我們無法確定。

或者，這段經文的重點不在乎哪一個節期。作者只是藉着這次「節日朝聖」來再一次表達耶穌必須前往耶路撒冷。我們先前曾提及過，「先知在本地是沒有人尊敬的」的道理（約4:44）。無論如何，經文強調耶穌再一次到達耶路撒冷，並且這是「猶太人的節期」，明顯地，他要強調耶穌與一班「猶太人」的關係。

事實上，「猶太人」這表達在其他三本福音書（馬太福音、馬可福音和路加福音）中並不常見。然而，在約翰福音中情況完全不同。在第四福音書中，這個詞語出現了約70次。耶穌如今將要在耶路撒冷面對一班「猶太人」，這羣「猶太人」，未必一定是種族上的意義。當約翰說「猶太人」時，他可能指的是總部位於耶路撒冷的猶太統治者，而主要是與這些人發生衝突的耶穌。

因此，約翰福音來到第五章，充滿妒忌和敵視的猶太領袖將要被引入約翰福音之中。事實上，根據約翰福音的前四章，大部分羣體對耶穌基督所做的事都帶有積極的回

應——無論是施洗約翰的門徒、其他猶太人、撒馬利亞人、加利利的人民，甚至（根據前一章）一些在希律王宮服務的人也是如此。唯一的例外是猶太統治者。

不過，耶穌卻沒有因猶太領袖的敵意而逃避天父上帝要他走的道路，他也沒有因此對他所面對的一羣敵人事工產生任何苦澀的看法。耶穌繼續他要走的旅程，沒有退縮、沒有苦澀。

默想： 不幸的是，當基督徒遇見敵人的時候，苦澀通常發生在基督的門徒身上，也許也包括你。你生活中有敵人嗎？或許你人際關係不錯，不過其實也難免有一羣與自己想法意念不同的人。你可以效法耶穌基督的態度，面對這樣一班敵人嗎？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月十五日

瞎眼的、癱腿的、血氣枯乾的

靈修經文：約 5:2-3

釋經：

約翰福音在第五章記載了一個很特別的地方——約翰福音給我們一段仔細的描述。「畢士大」其實是希伯來文的直譯，它的意思是「憐憫之家」或「恩典之家」。顧名思義，畢士大似乎是一個社會邊緣人士的集結地——哪裏是一個恩典的地方，哪裏就結集需要恩典的人。

約翰福音5:3 記載了在這個畢士大水池結集的人羣。或者，我們不是瞎眼的、不是癱腿的，也不是血氣枯乾的。然而，從屬靈的角度來看，這三個用詞其實也代表了我們某程度上屬靈的缺乏：

第一個用詞是「盲人」。在第三章，耶穌談到了這種盲目，當他告訴尼哥底母：「人若不重生，就不能看見神的國」（3:3）。他在治好了一個生來就瞎眼的人後，對宗教領袖說：「你們若是瞎眼的，就沒有罪了；但是現在，你們說，我們能看見，所以你們的罪仍在」（9:41）。宗教領袖認為他們能看見，但實際上在靈性方面他們是盲目的，這一點從他們拒絕相信耶穌就已經證明了。那個生來瞎眼的人知道自己是盲的，但耶穌使他得到了靈性和身體的視力，他通過承認耶穌為主並敬拜他來證明了這一點（9:38）。

第二個用詞是「癱腿」。這個術語跟「盲」相伴隨，因為一個瞎眼的人怎麼能走通向生命之路的窄門呢？在一個癱瘓的人被他的朋友帶到耶穌面前的故事中，他們從天花板上的一個洞口將他放下來，這個故事說明了我們的靈性癱腿（太9:1-2；可2:1-5；路5:17-21）。這個人無法靠自己來見耶穌，他需要有人帶他去。當耶穌宣稱「若不是聽見父

的引導，沒有人能到我這裏來」(6:44)時，他談到了人在靈性上不能行走的無能。

最後一個用詞是「血氣枯乾」。血氣枯乾其實就是沒有力氣、癱瘓的人。你有沒有聽過有人說：「哦，我應該起來做這個這個事，但我感覺太累了，舉不起手來，我感到癱瘓了」？在靈性上，正是這情況。問題不是我們不知道應該做什麼。我們應該是義人，應該像耶穌基督一樣，只是當我們想到這樣的標準時，我們似乎感到癱瘓了。正如保羅在他自己的書信中所說的，如果沒有上帝的大能在他的生命中運作，他會像下面這樣說：「我深知，除了好意以外，什麼體貼的心腸也沒有。因為，我想行善，就是不行善。我想行正義，就是不行正義。」(參羅馬書7:18)

默想： 你在靈性上是瞎眼、瘸腿還是血氣枯乾呢？來！
快快就近上帝的恩典！

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月十六日

三十八年

靈修經文：約 5:5-6

釋經：

昨天我們思考了瞎眼的、癱腿的、血氣枯乾的屬靈問題。不過，畢士大水池故事的真正主角，卻是一個病了三十八年之久的人。

三十八年，實在不是一個短的年日。或者可以這樣說，三十八年，可以說是一種「經驗」，一種穩固的人生「經驗」。讀者不妨試想想，以你自己的人生作個例子，在你的生命中，有哪件事情或現象，已經恆久地不斷發生了三十八年之久？若你想到的話，它大概不再只是「一件事情」，而是一種人世間的定律，甚至成為了一種道理。

因此，聖經強調，一個病了三十八年的人，實在不是一個輕鬆的描述。字面來看，「三十八年」對這個病人來說，只是一個普通的病歷。然而，對他來說，三十八年的病，已經不再是一種病。不是嗎？

若說「病」是一種不正常的狀態，三十八年的病，對他來說，已經成為了他生命中恆久不變的日常，無形中左右著自己生命走向的定律。甚至，成為了一種生存道理。

因此，當耶穌遇見這個人，看見他躺著，就問了一個看似普通、卻非常深層次的問題：「你要痊癒嗎？」

表面上，這個問題似乎有點多餘。畢竟，誰不想要痊癒呢？不過，更值得我們思考的是，為何耶穌要問問題呢？我們知道，當耶穌醫治迦拿大臣兒子的病，他也沒有向大臣問過甚麼問題。

真的，對耶穌來說，醫病從來都是一件輕而易舉的事——哪怕這個病有多久。醫好，是簡單的事。耶穌真正關心的，卻是這位病人對這個世界的看法，他牢固的經驗，他被這個病影響的人生。

因此，這個問題的真正含義，是要問這個人是否已經準備好放下他三十八年的「經驗」，放下他對生命的理解和定律，並且開始迎接全新的可能性和生命。這是一個非常深刻的問題，也是一個非常艱難的抉擇。

默想： 你是否已經準備好放下長期以來的固定觀念和經驗，並且容讓自己的生命出現一個「可能」？當上帝改變一件事以先，祂更關心的，乃是要改變你的視野。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月十七日

諷刺的現象

靈修經文：約 5:7

釋經：

耶穌問病人：「你要痊癒嗎？」

病人回答說：「先生，水動的時候，沒有人把我放在池子裏。我正去的時候，就有別人比我先下去。」病人似乎很了解被醫治的方式，卻沒有直接回答耶穌是否要痊癒的問題。

這是一個很諷刺的現象。

病人不僅熟悉被醫治的方式，也了解這個水池的運作，還知道水池邊人與人之間的潛規則。他知道水動的時候就是醫治的時候，並且也知道他自己被放進池裏就可以被醫治。此外，他還明白在水池旁邊也有其他競爭者的存在，因此必須做好充分的準備。總之，他對這個水池非常熟悉，也知道自己應該如何在其中被醫治，並且也理解在這個過程中需要注意什麼。

然而，他卻依然沒有直接回答耶穌的問題：「你要痊癒嗎？」

這個病人沒有透露他的願望，或許因為他已經感到絕望，不再有任何期望。雖然他明白這個世界的運作方式，也熟悉自己在世界的定位與位置，但是他無法改變自己的處境，因此感到失望和無助。也許，這正是「三十八年」帶給他的痛苦。他對這個世界了解得一清二楚，卻同時感到絕望和無力。他知道自己需要改變，但是他缺乏行動的動力。許多人的思維也是如此。他們了解問題所在，但是卻無法採取行動解決問題。他們「看透」了這個世界，卻不知道該如何改變它。

作為基督徒，我們卻應相反。縱然我們無法完全把握世界的運作方式，也未必完全認同這個世界的人們的處事方法，但是我們卻不要放棄作為改變。我們深知道，能夠作出改變的不是勝過世界的運作方法，不是三十八年的累積經驗，而是耶穌基督。

耶穌基督問：「你要痊癒嗎？」這不僅是耶穌基督對這位病人改變的盼望，也是對我們改變世界的邀請！

默想： 你是否對這個世界的運作已經瞭若指掌？是否已經熟悉這個世界的慣性和定律？然而，你是否有勇氣靠着耶穌的應許改變這個世界呢？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月十八日

拿你的褥子走吧！

靈修經文：約 5:8-9

釋經：

這段畢士大水池神蹟的故事，對話其實非常有趣。耶穌與病人都各有自己的回答。

耶穌問了病人一個問題：「你要痊癒嗎？」病人卻沒有直接回答耶穌的問題，只描述自己在這個水池遇見的社會現實。不過，倒過來，耶穌也沒有理會這個病人的回答，自己就二話不說的施行神蹟：「起來，拿你的褥子走吧！」

我們可以分析一下這個神蹟的先後次序。耶穌首先喊了一句恍如命令一般的口令。病人立即痊癒。病人按照耶穌的吩咐拿起褥子走。

我們要問的是：究竟耶穌的醫治神蹟發生在甚麼時候？究竟是耶穌先醫治這病人，病人才聽從耶穌的吩咐拿起褥子行走？我的意思是，究竟是病人首先聽從耶穌的吩咐嘗試拿起褥子行走，還是他首先被醫治才拿起褥子行走呢？

這個問題的答案似乎不明確。根據約翰福音的描述，這個神蹟發生得非常快，我們無法確定醫治和拿起褥子走這兩個行動之間的先後順序。這個神蹟有兩個可能性：一、耶穌先醫治了病人，然後這病人起來行走；二、這個病人嘗試回應耶穌起來的命令，並且發覺自己已經痊癒。

試想想，對於一個癱瘓了三十八年的人來說，是否痊癒，是否能夠行走不是最重要的問題。最重要的是：他是否願意嘗試起來行走。當然，痊癒是一個客觀事實，它在乎耶穌基督的醫治，不過，這個病了三十八年的病人願意嘗試起來行走才是最重要的關鍵！

默想： 對上帝來說，在你生命彰顯神蹟是一件輕而易舉的事。然而，我們有時卻連嘗試體驗神蹟是否發生的勇氣也沒有。沒有從 0 到 1 改變的信心與勇氣，我們連神蹟也察覺不到！

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月十九日

耶穌違反猶太人的律法

靈修經文：約 5:10-13

釋經：

畢士大水池的神蹟似乎完結，卻掀起了一點餘波。

病人得着耶穌的醫治，結束了三十八年的痛苦，人生開始重燃希望。他拿着褥子離開的時候，卻遇見了耶路撒冷的猶太人。別忘記，約翰福音所記載的耶路撒冷猶太人，正是一班宗教菁英。他們對那醫好的人說：「今天是安息日，不可拿褥子！」原來，根據猶太人的律法，在安息日禁止從家裏帶東西出來，因此猶太人指責那醫好的人違反了律法。

不過，讀者們別忘記，「拿褥子起來走吧！」正是耶穌的命令。它不單是耶穌神蹟醫治的起始，更是耶穌對病人的要求。不消說，對於一個剛被醫好的人來說，拿着本來需要用的褥子離開更是一件合情合理的事——難道你叫這個被醫好的人隨地棄置大型垃圾嗎？

這個被醫好的人回答得很正確：那使我痊癒的，對我說：「拿你的褥子走吧！」

這正是耶穌基督的命令。耶穌當然知道猶太人的律法，也知道安息日所定下的規條。然而，耶穌基督卻選擇違反這條律法。事實上，熟悉聖經的你也應該知道，耶穌已經不是第一次違法猶太人的律法了。無論是安息日掐麥穗的故事，或安息日醫治枯乾了一隻手的人的故事，耶穌已經多次違法猶太人的律法。

要留意：耶穌沒有違反上帝的律法，只是違反「猶太人的律法」，就是耶路撒冷宗教菁英的傳統。為什麼？明顯地，猶太人的律法並不同於上帝的心意，它是人世間的宗教習俗，它是人對宗教信仰的規條，它是與上帝的道背道而

馳的權威。

耶穌勇敢地多次違反猶太人的律法，甚至導致了這班宗教菁英的仇恨，最後引發起耶穌與這班宗教領袖的衝突，招致殺身之禍。從這個故事中，我們可以看到耶穌的勇氣和決心，即使面對強大的宗教領袖和他們制定的習俗和律法，他仍然堅持自己的信仰和使命，甚至不怕得罪宗教領袖。

默想： 或者，今天教會的風氣傾向與人和好，不要得罪別人，但是耶穌卻不是一個怕得罪人的人。醫治病人，還是討好宗教領袖？耶穌選擇了前者，也沒有嘗試自以為聰明地兩樣都要。你是這樣的人嗎？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月二十日

你已經痊癒了，不要再犯罪

靈修經文：約 5:14

釋經：

這是後來發生的事，我們不知道相隔了多久，但應該不會是太久，因為耶穌仍然在耶路撒冷。

約翰福音作者強調，耶穌在聖殿遇見這位被醫好的人。聖殿是一個耶路撒冷的公眾場所，很多人聚集的地方，耶穌遇見這個人，或者是一個偶遇，但我們知道，在耶穌裏沒有一件事情是偶然的。耶穌有話要提醒這個被醫好的人。

耶穌說：「你已經痊癒了。不要再犯罪。」這指出這位病人已經完全康復，不需要再接受醫治了。不過，耶穌卻提醒他要避免再陷入犯罪的惡循環，因為罪會帶來更多的痛苦和苦難。為什麼耶穌要提醒他不要再犯罪呢？難道這人三十八年的病是由於他犯罪嗎？雖然根據約翰福音 9:2 的記載，耶穌反對犯罪作為病的唯一原因，但這裏似乎暗示了「病」與「罪」之間是有關係的。

耶穌強調，因着犯罪而得的遭遇，將會「遭遇更壞」。我們不知道這個遭遇將會是一個怎樣的遭遇——可能是再次患病？或者是命運遇見的厄運？人世間的惡果？我們不知道。然而，我們可以知道的是，犯罪不僅會遭到天譴，也會惹來人世間的自然惡果。

相比起三十八年的疾病，耶穌更關心這位病人的整個人，不僅是他的身體，更包括他的靈魂。耶穌的這番提醒不僅針對這位被醫好的人，也是對所有人的提醒。我們應該要認識到罪的嚴重性，避免再次犯罪。耶穌的話不僅是一個警醒，也是一個慈愛的提醒，他希望我們能夠遠離罪惡的

道路，走上正確的人生道路。

一個人，被醫治能夠行走，實在是一個神蹟。然而，一個人能夠繼續走在正確的人生道路上，更是滿有上帝恩典的神蹟！求主幫助我們經歷這神蹟！

默想： 此刻的你是否走在正確的人生道路上？求主幫助我們醒覺，避免犯罪，繼續走在正確的人生道路上，享受上帝的恩典和祝福。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月廿一日

我父做事直到如今，我也做事

靈修經文：約 5:15-17

釋經：

畢士大水池的神蹟惹來耶路撒冷的宗教領袖與耶穌產生衝突，因為耶穌所行的神蹟引起了猶太教的宗教領袖對祂的不滿，違反了他們對安息日的傳統解釋。從此，他們要迫害耶穌。

這迫害不是暗地裏發生的，而是在安息日公然發生的。約翰福音清楚地記載了耶穌對他們迫害的回應：「我父做事直到如今，我也做事。」今天，我們思想這一句話。

這是一句很簡單的話：「我父一直做事，我也一樣。」

先不解釋這句話的意思，我們要問：面對宗教領袖的迫害，為什麼耶穌要用這句話來回應呢？明顯地，這班宗教領袖因着耶穌在安息日治病而對他產生了仇恨。換句話說，這班人衝着耶穌「做事」而來的。他們認為耶穌「做了錯事」，覺得他不應該「做事」，更不可以在「不做事的安息日」做這些事。

然而，耶穌卻回答說：「我父做事直到如今。」這是一句神學份量極重的話。上帝一直在做事，從創世以來，除了創世第七天以外，沒有一刻一秒不做事。再者，上帝不僅一直在做事，祂更一直做美事（good thing）。上帝對這個世界一直在工作，沒有片刻打盹，祂一直在保守、引領、看顧這個世界，以及世上的一切事物和歷史。

因此，耶穌也是一樣。耶穌不會不做事，更一直做美事。

然而，世上竟然有人要求別人停止做事——更要求別人停止做美事。這班人自以為掌管世界，更認為自己能夠操控事情的發生。耶穌的回應正正道出了世界的真相：世上雖然惡人當道，但天父上帝一直在做事。任何阻止美事發生的人，他們不但不能影響上帝做事，他們更會成為上帝要做的事，他們將會被上帝公義地審判！

默想： 有時候，面對這個世界的惡，我們會感到無力和絕望，但我們要記得，上帝一直在做事，祂一直做美事，祂一直在引領這個世界走向祂所預定的目標。我們要堅定信心，相信上帝，並繼續做美事，為祂的國度建造和服侍人。不要讓那些想阻止美事發生的人影響我們，因為他們不會成功，他們的結局將會被上帝公義地審判。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月廿二日

殺人的宗教領袖

靈修經文：約 5:18

釋經：

耶穌一句「我父做事直到如今，我也做事」，對這班耶路撒冷宗教領袖來說，竟然成為了一句大逆不道的話。對這班猶太人來說，他們認為耶穌在安息日工作犯了法律；另一方面，耶穌聲稱自己和父上帝做同樣的事，他們同樣認為是一件大逆不道的事。

因此，約翰福音記載，「所以」這班宗教領袖想要殺害耶穌。

不過，當我們想深一層，殺人豈不是另一件非常嚴重的事嗎？即或一個人犯了安息日的律法，即或一個人說自己做着與父上帝同樣做的事，這就成為了殺害他的合理原因嗎？這班猶太人要殺人，真的是為了上帝的義嗎？他們合乎上帝的義嗎？斷乎不是！

說穿了，對於這些宗教領袖，他們只是認為自己的信仰與權威受到了挑戰，因此認為殺害耶穌是必要的行動。但殺人，不論原因如何，都是極其嚴重和不正當的行為，尤其是對於一個聖潔的生命而言。因此，當宗教領袖輕易地冒出了殺人的念頭——純粹是因為自己的地位與權力被動搖，這是一件極度可怕的事。

有一句話這樣說：「在眾多的邪惡中，宗教的邪惡是最可怕。」為什麼？因為宗教的邪惡不單只是邪惡，還包裝着看似神聖的偽善。對一般平民猶太人來說，這班宗教領袖就是神聖的代表，更是他們信仰的指導者。然而，他們卻是徹底敗壞的人，甚至比一般猶太人更醜惡，犯更多的罪。

事實上，這現象不單出現在聖經的年代。縱觀整個教會歷史，這樣的偽善宗教者在每一個教會年代出現，有些被察覺，有些不被察覺。

因此，約翰福音在此記載了耶穌故意挑戰他們，這不是純粹偶然的衝突，而是耶穌基督對一切宗教領袖的審判！

默想： 你在教會中的宗教外貌，與你內在的真實生命相稱嗎？如果有一定程度的距離，求主憐憫！求主寬恕！

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月廿三日

父與子

靈修經文：約 5:19-20

釋經：

對於耶路撒冷宗教領袖的指控，耶穌本應不用理會他們邪惡的控訴。然而，約翰福音作者在此藉這機會表明了父上帝與耶穌基督的關係。讓我們今天默想這一句神學論述。

耶穌說：「子憑著自己不能做甚麼，惟有看見父所做的，他才做。」這句話凸顯了父與子的關係。父與子的關係密切——這是我們一向所認知的。不過，父與子的關係可能比你想像中的更密切。耶穌說：「子憑自己不能做甚麼」，這不是一句純粹謙卑的話。這句話說明了耶穌基督從來沒有一刻離開父上帝，他也沒有一刻不能沒有父。技術上來說，耶穌基督的位格構成於父上帝自己，沒有父，就沒有子。任何一刻子的存在，也是建基於父的存在。父與子的行動一致。

有學者認為「惟有看見父所做的，子才能做；父所做的事，子也照樣做」乃是一個塵世間的比喻，正所謂“like father, like son”，中國人也有俗語為「虎父無犬子」。不過，耶穌基督在此所說的，不僅僅是塵世間「兒子似父親」的道理。

耶穌與父上帝的關係乃是在永恆中從不分離——聖經把父與子之間的密切關係稱為「愛」。父上帝對耶穌基督的愛，不僅僅是人世間的愛所能經驗的，這愛不是某一剎那的感覺或行動，它是父與子關係的本源與本質。這愛，根據約翰壹書的說法，就是「聖靈」（約壹 4）。父與子的關係是永恆中在聖靈裏面的愛。

不過，雖然子的一切都是本於父，也按着父所做的做，但子的作為卻扮演一個極其重要的角色——甚至，某程度上超過了父的作為。因為子把父的作為彰顯在地上。

這解釋了為何約翰福音會說子所做的乃「將比這更大的事」。子的作為比父的更大，不是就其本質而言，而是就其實在性而言。耶穌基督降生，正是上帝的作為彰顯在地上，並且發生在地上！耶穌把父上帝在永恆中的作為實踐在歷史之中！

我們問：究竟甚麼比上帝永恆的作為更偉大？就是上帝在歷史上真真正正發生的作為！這是耶穌基督降生的意義！

默想： 今天你對父與子關係的認識，使你有甚麼反省？不妨花一段安靜的時間默想。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月廿四日

生命的上帝

靈修經文：約 5:21

釋經：

父與子作同樣的事。其中一個共同之處，就是父與子都是生命的主（living God）。

我們的上帝是「生命的上帝」。從神學的角度來看，對上帝來說，與其說生命是一個名詞，倒不如說「生命」是一個形容詞。舊約聖經稱呼耶和華上帝為活神（ יהוה ，耶 10:10）；福音書稱呼耶穌基督的父神為「永生神」（太 16:16），耶穌基督乃是生命（約 14:6）。上帝不僅賜予生命，也不僅擁有生命——彷彿「生命」比「上帝」屬更高層次的概念。取而代之，上帝乃是生命本身，如此，祂賜生命給予世界。

我們可以從這段經文中看出，上帝是生命的主，只有祂才能賜予生命，且祂賜予的生命是豐盛而充滿意義的。無論是父上帝叫死人復活，抑或耶穌基督使人活着，並且更豐盛地活着，父與子就是生命本身。更重要的是，既然上帝是上帝的生命，祂不單叫人生命存活下去，祂更使人們能夠真正活著，豐盛地活着，而不僅僅是存活。因此，耶穌說祂「照樣隨自己的意思使人活著」，不只是純粹的有生命氣息、有呼吸有心跳，而是享受永生上帝的生命，就是上帝本身。

耶穌說：「我來了，是要叫人得生命，並且得的更豐盛。」（約 10:10）。這句話不僅告訴我們將要得着永生，它更展現了在耶穌基督裏的生命靈性。事實上，生命是一種廣義上的靈修神學，任何靈性的探索都理應最終回到生命本身，並建基於對生命更深刻的領悟。耶穌基督賜予人生命

的豐盈，這是一切靈性的大前提。

作為基督徒，我們不只是嚮往將來的永生，也不只是求將來的死人復活。事實上，耶穌基督來了，我們能夠在祂裏面活着，並且有生命力地活着。

默想： 我們如何量度我們的靈性？所謂「靈性」，它不只是我們定期靈修的次數，更是在我們生命與生活中，靠着主耶穌基督而有的生命力；享受他賜與我們的生命，有生命力地活着，並且也尊重、保護、欣賞其他人的生命。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月廿五日

審判的主

靈修經文：約 5:22

釋經：

耶穌基督是審判的主，這是今天我們默想的主題。

審判，對我們來說，都是一件可怕的事——萬物毀滅，天地崩裂，人類面臨永恆的審判，生死存亡取決於一瞬間的決定。

不過，這段經文要告訴我們的，不僅是上帝審判世界，而是「審判我的乃是主耶穌基督」。是的，父上帝把審判的權柄交予祂的獨生兒子耶穌基督，這正改變我們對「審判」的理解。

我們的救主耶穌基督，他作為審判的主，同時也是代替我們被審判的主。瑞士神學家巴特（Karl Barth）在他的鉅著《教會教義學》（Kirchliche Dogmatik）提出一個很有意思的觀念：「耶穌是代替我們被審判的審判者」（Jesus is the Judge judged in our place）。巴特這觀念突顯了耶穌基督在救贖人類的獨特角色。耶穌作為代替我們被審判的審判者，意味著祂在十字架上為我們承受了應得的懲罰，使我們能夠在神面前無罪地站立。

如此，上帝的審判不再是冷酷無情、抽離的判定，而是上帝自己親身經驗的愛！上帝願意讓祂的獨生子為我們的罪付出代價，使我們能夠與祂建立永恆的關係。

正正因為審判的主是耶穌基督，審判在本質上來說並不可怕，它是上帝公義的彰顯的到臨。公義，乃是人世間的歷史中最渴求的事。我們生活的世界，大部分情況都沒有公義，無論是貧富差距的擴大，還是弱勢群體的權益被忽視，

公平似乎遙不可及。無辜的人受到冤屈，而罪惡之徒逍遙法外。

因此，上帝公義的審判正是上帝慈愛的彰顯。這句話聽起來好像有點矛盾。上帝的審判又如何可以是慈愛呢？然而，上帝的公義審判與慈愛之間的關聯，就像陽光與陰影共存。雖然表面上看似矛盾，但實際上它們共同構成了一幅完整的畫卷。上帝的慈愛讓祂對世界充滿關懷，而祂的公義審判則確保了這個世界的秩序。這兩者相互依存，並在耶穌基督身上完完全全地彰顯——耶穌是代替我們被審判的審判者！

默想： 我們可以感謝上帝，因為祂的公義審判確保了這個世界的秩序，同時祂的慈愛也讓祂對世界充滿關懷。這都是因着我們的主耶穌基督，祂是代替我們被審判的審判者，祂在十字架上為我們承受了應得的懲罰，使我們能夠在神面前無罪地站立。對你來說，耶穌是一個怎樣的耶穌？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月廿六日

尊敬耶穌

靈修經文：約 5:23

釋經：

在約翰福音 5:23 中，我們讀到這樣一句話：「為要使人人都尊敬子，如同尊敬父一樣。不尊敬子的，就是不尊敬差子來的父。」這段經文提醒我們，尊敬耶穌基督就是尊敬上帝，因為他們之間有著密不可分的聯繫。耶穌基督是上帝的獨生子，他是上帝的形象，是上帝在地上的代表。當我們尊敬耶穌時，我們實際上是在尊敬上帝。

不過，何謂「尊敬耶穌」呢？這似乎是一個顯而易見的事，但實質具體地行出來卻不容易。

首先，「尊敬耶穌」不僅僅是對祂的尊重和敬意，更是對祂的身份和權柄的承認——更準確地說，是祂在你的生命中的身份與權柄。耶穌是神的獨生子，是道成肉身，是我們的救主和主。尊敬耶穌意味著我們相信祂是唯一能夠拯救我們脫離罪惡和死亡的人，並且願意將我們的生命交托給祂。

另外，「尊敬耶穌」也無可避免地意味著我們遵行祂的教導。耶穌在地上的時候，傳講了許多關於愛、憐憫、寬恕和公義的教導。作為祂的門徒，我們應該將這些教導付諸實踐，並在日常生活中彰顯基督的形象。這樣，我們不僅尊敬耶穌，也尊敬祂的父，因為祂的教導源於神的心意。

此外，「尊敬耶穌」還意味著將祂放在我們生活的首位。這意味著我們要在所有事情上尋求祂的旨意，並將祂的意願作為我們決策的指南。當我們遇到困難和挑戰時，我們要依靠祂的力量和智慧，而不是僅僅依靠自己。這

樣，我們就能真正地尊敬耶穌，並將祂的榮耀彰顯在我們的生活中。

是的，尊敬耶穌來來去去都是一些很基本的道理，我相信你也知道，也大概知道怎樣做。不過，「尊敬耶穌」最難的地方，不是我們「有」或「無」，而是我們在生活的絲絲點點細節中，如何穩定地實踐出對耶穌基督的尊敬。你尊敬耶穌一點，下一次，你就在這一點上，繼續更多的尊敬。

「尊敬耶穌」是一件不斷往上的漫長過程。我們一起努力！

默想： 讓我們在今天的生活中，思考一下自己是否已經把耶穌放在生活的首位，是否已經在日常生活中彰顯基督的形象，是否已經盡力將祂的教導付諸實踐。讓我們一起向耶穌祈禱，求祂賜給我們力量和智慧，讓我們可以成為祂的忠心門徒，彰顯祂的榮耀。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月廿七日

出死入生

靈修經文：約 5:24

釋經：

在約翰福音 5 章 24 節，耶穌給我們帶來了一個極為重要的信息：「我實實在在地告訴你們，那聽我話又信差我來那位的，就有永生，不至於被定罪，而是已經出死入生了。」這段經文向我們揭示了信仰的核心真理，即通過信耶穌基督，我們可以得到永生，免受審判。這是我們都明白的信仰基本。

約翰福音作者清楚地說明了進入永生的路徑——凡是聽主話的，又相信父上帝的，就有永生。表面來看，這是一個明碼實價的永生條件，恍如人世間的買賣交換條件一般。「只要你完成了這兩個任務，就可以得着永生的獎賞！」非常公道，童叟無欺的交易。

這不是福音的真理。

為此，約翰福音作者特意加上了一個可圈可點的字眼：「出死入生」。當然，「出生入死」可以簡單解作為「離開死亡，進入生命」的意思。不過，經歷死亡、進入生命不純粹是一種得救理論，卻是我們經歷信仰的真實體驗——一個經歷死亡的威嚇，真正經歷上帝說明的體驗。

耶穌基督用祂的死來成就福音！所以，基督的福音從來都不是一個可以客觀、理論的得救方式。這福音要求我們以我們自己的生命來回應！上帝差祂的兒子在十架上拯救了你和我，一個活生生有罪的你和我，而我們需要用我們的生命回應祂，相信祂，跟從祂！

正如德國神學家潘霍華所言：「當基督呼召一個人，祂召他來為祂死。」上帝永生的禮物，並不是避免死亡從而得着永生，它是叫我們先進入死亡，並在死亡毒鉤之上逃離，進入永生！

默想： 因此，所謂「出死入生」的信仰，就是一個真實的信仰。它要求我們的生命完完全全投入進去，並不是一套知識或理論。抽離的信仰是有好處的，它不會要求我們很多，也不需要我們付出太多。但是，沒有進入死亡的信仰，就沒有經歷真真正正的生命上帝。你今天願意用你生命的 100% 活出信仰嗎？

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月廿八日

上帝兒子的聲音

靈修經文：約 5:25

釋經：

耶穌基督是生命的主宰。

約翰福音 5 章 25 節如此宣告：「我實實在在地告訴你們，時候將到，現在就是了，死人要聽見神兒子的聲音，聽見的人就要活了。」

耶穌不僅是神的獨生子，也是創造萬物的主宰。祂有能力賜予生命，也有能力使死人復活。這一真理在福音書中清清楚楚地被記錄下來：祂曾使拉撒路復活（約 11），也曾使一個寡婦的兒子復活（路 7:11-17）。這些奇蹟表明耶穌是生命的主宰，祂就是生命的泉源。

在此，約翰福音道出了一個很重要的神學真理：死人聽得見耶穌基督的聲音。

死人本來是與世隔絕的狀態。人死去，就不在存活。“它”不單沒有生命，更沒有接觸其他生命的可能——沒有視覺、聽覺、觸覺、味覺。死人失去一切。然而，耶穌基督是生命的主宰。世上沒有一件事物能夠與基督耶穌隔絕：包括死去的人。死去的人竟然沒有被排除在外，“它”也被包括在世上一切存在的事物當中。耶穌基督的聲音，傳達四方，上天下地，而至陰間。

耶穌基督作為上帝之道，祂的聲音遍佈整個宇宙。是的，世界都是上帝手所創造，所以世上沒有一個地方或空間聽不到耶穌的聲音。生命的聲音，蓋過死亡的封閉。生命比死亡更有力量。生命勝過死亡。試想想，就連死人也聽得見耶穌基督的聲音，你又怎會錯過主基督的聲音呢？祂的

聲音，又怎會是「微聲」呢？

默想： 耶穌基督的聲音是生命的泉源，能夠穿透死亡的封閉，遍佈整個宇宙。讓我們細聽祂的聲音，並將祂的話語放在心中，因為祂的聲音是生命的力量，能夠使我們重生！

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月廿九日

生命與審判

靈修經文：約 5:26-27

釋經：

在約翰福音 5:26-27 中，我們可以看到生命的源頭和審判的權柄如何交織在一起，並在耶穌基督這位救主和審判者的身上得到完美的呈現。今天，我們一同默想生命與審判之間的關係。

生命的本質是一個永恆的話題。生命是我們與生命的上帝建立親密的關係，享受祂的愛、平安和喜樂。正如耶穌所說，祂來到世上，是要賜給我們豐盛的生命（約 10:10）。這豐盛的生命超越了人世間的物質限制，使我們能夠在靈性上不斷成長，並在永恆中與神同在。

審判則是對生命的評價和定位。在聖經中，審判通常是指神對人類行為的評判，以及對善惡的賞罰。耶穌基督作為救主和審判者，祂的審判是公義和慈愛的具體體現。對於信靠祂的人，祂會賜給他們永恆的生命；對於拒絕祂的人，祂會將他們定罪，使他們承受永遠的刑罰。

聖經中有幾個片段描述了生命與審判之間的關係：

1. 亞當和夏娃的故事：在創世記中，神創造了亞當和夏娃，賜給他們生命，並將他們安置在伊甸園。然而，當他們違背神的命令吃了禁果時，神對他們進行了審判，使他們失去了與神親密的關係，並承受了罪的後果。生命與審判是密不可分的，人類的選擇和行為會影響他們的生命和命運。
2. 約拿的故事：在約拿書中，神差遣先知約拿去尼尼微傳講神的審判。當尼尼微人民聽到神的警告後，他們

悔改自己的罪惡，神也寬恕了他們，使他們免受審判的毀滅。這個故事告訴我們，生命與審判之間存在著機會和希望，人類可以通過悔改和信靠神來改變自己的命運。

3. 耶穌基督的救贖：在新約中，耶穌基督為人類的罪孽死在十字架上，祂的死和復活為我們贏得了永恆的生命。祂的審判是慈愛和公義的結合，使信靠祂的人可以得著永恆的生命，並免受永遠的刑罰。因此，生命與審判之間有著救贖和恩典，神愛世人，願意為他們的罪付上代價。

總的來說，生命是上帝的賞賜。正因生命是上帝的賞賜，生命必然經驗上帝的審判。審判是上帝對生命完整的評價，也是上帝對生命完整的作為。

默想： 在我們的生命旅程中，我們需要不斷地面對審判。這可能是我們自己的良心和價值觀，也可能是來自其他人或社會的期望和評價。然而，最終的審判是來自神，唯有祂最值得評價我們的生命。別無他者。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月三十日

詩篇中的律法詩

靈修經文：詩 1、19、119 篇

釋經：

這次的爾道自建會集中於詩篇中的律法詩，包括詩篇第一篇、十九篇和一百一十九篇。因着主題相同，我們有時候會覺得重複，所以在經文編排上，我會這樣調節：逢星期六都是律法詩的導言或引用；在星期日我們會重複看詩篇第一篇和詩篇 19 篇。最後，我們有律法詩的總結。星期一至星期五，我們會集中默想詩篇 119 篇。詩篇一百一十九篇的篇幅比較長，而且是字母詩，我們會跟據字母詩的段落安排來默想。

另外，在閱讀經文的安排上，我們每一次都會先閱讀一次，其後會抽取重點經文再閱讀一至兩次。特別是詩篇一百一十九篇的篇幅比較長，而且有很多近似和重複的重點，所以在默想時，我會在每天抽出一兩個重點來默想。

今日是第一日默想律法詩，我們先學習安靜，在神面前預備自己的內心來領受神的話。在安靜過後，我亦會帶領大家有簡單的意識醒察，內容環繞神的話。

若然大家有空間可以安靜坐下來靈修，我建議大家拿一杯飲品，不論是咖啡或是洋甘菊茶，甚至暖和的清水也非常適合，大家可以一邊飲一邊默想。

～開始～

我們先安靜自己，調整我們的內心，專心一意來到神面前，繼而讓我們的心降服在神的面前。我會形容為讓我們的心跪在神的面前。雖然環境不一定容許我們雙膝跪下，但我們仍然可以以一個「跪拜的態度」來到神的面前，全心降

服，領受神的話語。

讓我們合上眼睛安靜在神的面前，我們先專注於自己的內心。我們可以感受着內心的跳動，不需要用手按着內心或者脈搏，單單是安靜在神面前，感受着神賜予我們的生命。我們內心的跳動證明我們是一個活人，是在神面前真真實實有靈的活人。

我們安靜片刻，感受着生命的跳躍；繼而讓我們慢下來。若然我們的內心無法靜下來，我建議你先將內心的煩躁不安簡單向神傾訴，繼而再嘗試在神面前調節自己的內心。

（讓我們在神面前再安靜片刻）

親愛的天父啊！我們一班有罪而軟弱的人來到你面前跪下，求你以耶穌基督的寶血潔淨我們的內心，好讓我們手潔心清的來到主面前跪拜。

神呀！求你為我們做清潔的心，使我們裏面重新有正直的靈，我們才能細味神話語的寶貴。奉主名求，阿們！

弟兄姊妹，當我們面對每日需要靈修，或者閱讀聖經的時候，我們內心第一個感覺是怎樣？

是歡歡喜喜，會心微笑，還是有點無奈，甚至有一種想推卻的感覺。

當你的手提電話顯示「爾道自建提醒你每日靈修」，你內心有何反應呢？

讓我們坦然面對自己的內心，我們面對神的話語時……是哪一種感覺？

讓我們坦坦白白向神祈禱，訴說我們對神話語的感覺。若然有需要，我們可以向主認罪，求主幫助我們愛慕他的話。

神啊，求你為我做清潔的心，使我裏面重新有正直的靈。不要丟棄我，使我離開你的面；不要從我收回你的聖靈。求你使我仍得救恩之樂，賜我樂意的靈扶持我。我就把你的道指教有過犯的人，罪人必歸順你。(詩五十一 10-13)
奉主名求，阿們！

靈修小貼士： 今天，我們分開兩至三次，回想我們對神話語的感覺和態度，繼而有簡單的禱告結束。例如，我們在食飯之後去散步一兩分鐘，一邊散步一邊回想和祈禱。

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

三月三十一日

有福人的路徑

靈修經文：詩篇第一篇

釋經：

弟兄姊妹，在我們進入經文以先，讓我們先安靜片刻，預備心靈領受主的話。

親愛的天父啊！我們一班有罪而軟弱的人來到你面前跪下，求你以耶穌基督的寶血潔淨我們的內心，好讓我們手潔心清的來到主面前跪拜。

神呀！求你為我們做清潔的心，使我們裡面重新有正直的靈，我們才能細味神話語的寶貴。奉主名求，阿們！

詩篇第一篇是我們熟悉的詩篇，甚至我們已經懂得背誦這首詩篇。詩篇開始的時候，以三個「不」來表達詩人的提醒。「不從惡人的計謀，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位」（詩一1）。「不從、不站、不坐」是一連串的行動，這一串的行動有著一種遞增的意味。「不從」的意思是不會跟罪人走在一起，也就是不會跟罪人同行；「不站」的意思是不會站在或徘徊在罪人立場，也就是不會靠邊站在罪人的群體中；「不坐」便是不會留下來跟罪人同伙，最終支持罪人的行動。這一連串的遞增行動，表達了有一就容易有二，也就是如果我們跟罪人同行，越走越近，我們便容易徘徊在罪人的立場，甚至影響我們的原有觀點。尤有甚者，會引致我們「坐下來」成為罪人的同伴，參與罪人的討論，在不經不覺之間，我們成為罪人的一份子。這是一個可悲的墮落過程。

其實詩人在詩篇的開始時是宣告一個有福人的路徑，而不是可悲的墮落過程。

《現代中文譯本》(2019 年版) 翻譯詩篇第一篇的 1-2 節：

真正有福的人
不聽從惡人的計謀，
不跟隨罪人的腳步，
不與侮慢上帝之徒同夥，
只愛慕上主的法律，
日夜默誦不倦，

有福的人是愛慕神的話，而且日夜默誦不倦。這一種默誦的意思是將神的話常掛在口邊，念念不忘，甚至成為內心自然浮現的語句。這個方向，我們是知道的，在實踐卻有點困難。

相信，我們不會主動與侮慢上帝的人同夥，但在日常的生活裡，有時候我們會在不知不覺間靠近或徘徊於罪人的道路上。求主幫助我們靠近、徘徊於耶和華的律法，我們便漸漸停留在神的話語上，晝夜思想不倦，這樣的人才算是真正有福的人。

(讓我們有一些安靜的時候，聆聽詩歌)

讓我們回想日常生活中，我們自然地喜歡靠近哪一些人、事、物……

我的禱告： _____

為教會禱告： _____

靈修經文主題一覽

星期	日期	靈修經文主題	已完成
五	1	約翰福音四章 28-29 節 忘記了	<input type="checkbox"/>
六	2	約翰福音四章 30-32 節 飲食	<input type="checkbox"/>
日	3	約翰福音四章 33-34 節 遵行上帝旨意是食物	<input type="checkbox"/>
一	4	約翰福音四章 35 節 永恆的收割	<input type="checkbox"/>
二	5	約翰福音四章 36 節 撒種和收割	<input type="checkbox"/>
三	6	約翰福音四章 37-38 節 基督的差遣下的撒種與收割	<input type="checkbox"/>
四	7	約翰福音四章 39-42 節 更多撒馬利亞婦人的故事	<input type="checkbox"/>
五	8	約翰福音四章 43-44 節 耶穌的行程安排	<input type="checkbox"/>
六	9	約翰福音四章 45 節 接待哪一個耶穌？	<input type="checkbox"/>
日	10	約翰福音四章 46-47 節 兩個迦拿的神蹟	<input type="checkbox"/>
一	11	約翰福音四章 48 節 健康與信心	<input type="checkbox"/>
二	12	約翰福音四章 49-50 節 回去吧	<input type="checkbox"/>
三	13	約翰福音四章 51-54 節 沉悶的神蹟	<input type="checkbox"/>
四	14	約翰福音五章 1 節 耶穌的敵人	<input type="checkbox"/>
五	15	約翰福音五章 2-3 節 瞎眼的、癱腿的、血氣枯乾的	<input type="checkbox"/>
六	16	約翰福音五章 5-6 節 三十八年	<input type="checkbox"/>

靈修經文主題一覽

星期	日期	靈修經文主題	已完成
日	17	約翰福音五章 7 節 諷刺的現象	<input type="checkbox"/>
一	18	約翰福音五章 8-9 節 拿你的褥子走吧！	<input type="checkbox"/>
二	19	約翰福音五章 10-13 節 耶穌違反猶太人的律法	<input type="checkbox"/>
三	20	約翰福音五章 14 節 你已經痊癒了，不要再犯罪	<input type="checkbox"/>
四	21	約翰福音五章 15-17 節 我父做事直到如今，我也做事	<input type="checkbox"/>
五	22	約翰福音五章 18 節 殺人的宗教領袖	<input type="checkbox"/>
六	23	約翰福音五章 19-20 節 父與子	<input type="checkbox"/>
日	24	約翰福音五章 21 節 生命的上帝	<input type="checkbox"/>
一	25	約翰福音五章 22 節 審判的主	<input type="checkbox"/>
二	26	約翰福音五章 23 節 尊敬耶穌	<input type="checkbox"/>
三	27	約翰福音五章 24 節 出死入生	<input type="checkbox"/>
四	28	約翰福音五章 25 節 上帝兒子的聲音	<input type="checkbox"/>
五	29	約翰福音五章 26-27 節 生命與審判	<input type="checkbox"/>
六	30	詩篇 1、19、119 篇 詩篇中的律法詩	<input type="checkbox"/>
日	31	詩篇第 1 篇 有福人的路徑	<input type="checkbox"/>

靈修筆記



Horizontal lines for writing.

「2024 靈修運動」

本堂今年主題為「再來的主，歡呼收割」，讓我們一同邁向這個目標。為幫助弟兄姊妹養成良好的祈禱和讀經習慣，本堂特別編制了每日靈修讀經月刊。當中包括每日靈修資料、讀經指引、讀經進度表及每天禱文。惟盼各弟兄姊妹善用這些材料，每日與主同行，在真道上打穩根基，建立生命。

LENT

大齋期



「玉蟬花」花語之一是信者之福、信任，意味著心中有正確信仰的人

靈修

讀經月刊

基督教宣道會華基堂

香港田灣石排灣道49號