

《生命的觸動》

靈修日課

八月 August 2018

清晨 片刻的默想

讓神的話語滲透靈魂 觸動生命
為世界帶來敬虔的影響力

譯者：趙士瑜

資料來源：《生命的觸動》(IN TOUCH)



8月1日 週三

受苦時感恩（詩篇一一九篇 65-72 節）

我們通常為神的祝福獻上感恩，但是你是否考慮，為某件看似不像祝福的事情感謝祂，例如希望祂移除或改變的艱難環境？當情況看來不值得感謝時，一個感恩的心對神來說最為寶貴。藉著作四個基本的決定，我們可以看見苦難的價值，並且以感謝回應。

相信並信靠神 唯有從聖經的角度看生命，才能明白試煉的目的，並且信靠神讓它們發生，是有祂的智慧。

接受情況是來自主 我們若真實相信，祂是為了使我們得益處（羅八28-29），便可以接受每一個困難，像從祂慈愛的手中接受一樣，無論是直接來自祂，還是經由祂許可臨到我們的現狀，都可以說「謝謝祢」。

在那情況中順從神 雖然我們不見得會喜歡那情況，但知道神是美好的，並且做美好之事，讓我們有信心將生命放在祂的權柄下（見詩一一九68）。

從祂那裡支取力量忍耐 沒有一個人靠自己，有能力以感恩的心忍受苦難。唯有倚靠主，信徒才能用一顆感恩的心走過逆境。

思想你希望改變的情況，然後以一個新的思維，向神獻上這個禱告：「主啊，我接受這個情況是來自於祢，藉著相信和信靠，我把自己放在祢慈愛的權柄下，並且從祢那裡支取所需的力量，以感恩的心來忍耐。」

8月2日 週四

顯露隱藏之事（耶利米書卅三章 1-3 節）

每十年，似乎都有一大批關於溝通的新書出版。我們可以走進任何一家書店，從許多針對演說、傳講，甚至人際溝通的書籍中，任意挑選一本。毫無疑問，學習如何把話說得有果效，是目前興盛的產業。

然而，更加重要的是學習如何與主溝通。很多時候，我們企圖把從大眾傳播學到的東西，應用在禱告上。我們仔細斟酌所祈求的每一個字，費心修改每一個措辭，然後用「您」(thou, thee)這類經典的尊稱和聖經字彙佈滿禱告文。有時候，我們似乎相信只要學會如何描述禱告，就有可能解開天上的奧秘。

朋友，這是個誤導！我們絕不應來到神的寶座前，以為只要找到對的字組，就能使祂說話。力量不是在於我們說什麼，而是在於祂說什麼。

我們在禱告中，不是用優美的措辭和花俏的單字讓主感動，而是向祂呼求，表達我們的需要，然後聆聽。很不幸，我們經常錯失神想要說的話，因為我們一直忙著在說！本週，用不同的方式來禱告！當你與主親近時，操練一個人靜靜地默想，然後敞開心聆聽祂要向你說什麼。

8月3日 週五

神如何回應禱告 (馬太福音七章 7-11 節)

很多時候，信徒將神視為宇宙中偉大的聖誕老人：把禱告看作是命令，而非祈求。神若不垂聽我們的要求時，便落入信仰的危機中，以為祂不再垂聽禱告。然而，真正的問題是我們誤解了主對禱告的三種回答：

好 我們喜愛這種回應！沒有什麼比看見主移山，供應我們一度認為不可能之事，還要令人興奮和信心大增的了。

不好 這是我們出現問題之處。然而，我們必須接受神會對我們的一些祈求說「不好」。這當然不是因為祂貪婪或不注意；正好相反，祂慷慨、慈愛，並且關心祂的兒女。

馬太福音七章11節並沒有說，神會「把每樣東西都給求他的人」，不是嗎？沒錯，它說天父會把好東西給求祂的人。通常，給「好東西」的意思是，祂不贊同給予明知對我們不好的東西。

等候 這個答案比直接說「不好」還要令人難以接受。然而，有些既美好又敬虔的學習，對今天的我們來說仍是不好的。別忘了，神是永恆的，祂鑑古知新，如果祂認為明天的祝福是今天的咒詛，祂會保留一段時間，直到我們準備好接受。

朋友，如果神的回應不是你所期望聽到或想要聽到的，不要被誤導。相反地，要讚美主，祂知道要用什麼方式回應我們的祈求。

8月5日 週日

善用時間 (馬太福音廿五章 14-28 節)

主給予我們資源和能力，渴望我們善加利用。其中一項恩賜便是時間。

為了有效管理未來的生活，我們應當不斷地查驗所度過的日子：我們選擇什麼活動？每個活動花多少時間？結果是什麼？這個操練會顯明什麼對我們最重要。

仔細看看評估，便可以斷定使我們如何利用時間。有些人在回應各種情況上花了大部份時間，他們從一件事跳到另一件事，只是處理當下發生在他們生活中的任何事，無論是個人的、家庭的或事業上的，但這種生活方式會錯失目標。

另有些人把時間花在慾望上。他們想放鬆，便回家看整晚的電視；或者他們喜歡打獵，便花時間研究裝備，並在森林中找野生動物。慾望沒什麼不好，但是我們的許多行動不應受它驅使。

當然，還有人根據他們認為重要的事而生活。例如，愛神和服事他人是兩個合乎聖經的價值觀，理想上應當由此二者來決定如何使用時間。

詳細列舉一週內的活動及消耗的時間，或許會對那些佔據支配地位的事感到驚訝。每時刻都是恩典，每晚撥出幾分鐘為次日作計劃，然後察看過去二十四小時如何過，這能幫助你的生活有目的。

8月4日 週六

成功的時機 (以弗所書五章 15-17 節)

每晚睡覺前，我會寫下次日的目標。睡醒時將它看一遍，好讓精力專注在最重要的事上。如果這不是例行公事的一部份，那麼我可使用的有限時間，就無法有效被利用。

聖經清楚教導我們要愛惜光陰。時間是個恩賜，全能神給予每個人一段時間活在世上。然而，生命既不確定又稍縱即逝，雅各將它比喻為一片雲霧，「出現少時就不見了」(雅四14)時間也不能挽回，我們根本無法回頭，重新來過。

既然如此，浪費這麼寶貴的資源便顯得愚昧，但我們卻常常這樣做。讓我們儆醒，避免以下的障礙，活出完全和有目的的生命。

優先順序錯置的結果是浪費機會 價值觀將決定我們對每一個活動的重視程度，以及所花的時間。

拖延和完美主義消耗寶貴的時間 避免此二者會幫助我們充分展現對神國度的貢獻。

缺乏專注耗盡可利用的時間 例如，我們必須訓練自己專心閱讀神的話語，不要分心。

什麼價值觀決定你如何利用時間？什麼事使你無法照主所喜悅的方式，活出每一時刻？既然不可能使日子按照所希望的重新來過，便要祈求神引導，活得更有意義。

8月6日 週一

耐心的回報 (路加福音十一章 9-10 節)

攝影教導我許多關於耐心的事。我和我的團隊曾經花了四天，等待拍攝瑞士的馬特洪峰，惡劣的天氣使山峰完全被隱藏起來。停留在那兒的最後一天晚上，我在睡前禱告。第二天清早，張開眼睛，看見巨大的白色山脈在漆黑的天空中閃閃發光。我驚訝地發現，選擇普通旅館竟還能飽覽山脈美景！

不用等到上天堂，主現在就賜給我們許多祝福。然而，我們若希望獲得祂的恩賜，就不能跑在祂前頭。當我們選擇耐心等候時，有幾件事會發生：

我們看見神在作工 祂的方式是最好的，看見神在我們的生命中執行祂的計劃時，我們會更加明白這一點。

我們可以達到目標 主知道何時給予我們想要或需要之物，我們若太早放棄，或是設法操縱情況，會錯失祂想要賜給我們完美的福份。

我們有神的恩惠 當我們耐心等候祂的旨意時，祂便能自由地祝福我們。天父誠然希望傾倒祂的愛在我們生命中。

我們若耐心等候神的旨意，便蒙受祝福。不幸的是，我們常面對容易讓我們不耐煩的情況。看重一位信徒、朋友、同事，或是神的程度，將決定我們是否有耐心。你是否看重主到一個地步，耐心等候祂的時機？

8月7日 週二

面對生命的高山 (撒迦利亞書四章 1-10 節)

今天這段經文描述神給撒迦利亞一個異象。在異象中，山脈象徵關卡或障礙。異象雖然陌生，但其原則在整本聖經中重覆出現，至今仍與我們的生活息息相關。

猶大領袖所羅巴伯和五萬群眾被擄掠他們的巴比倫人釋放，回到耶路撒冷。在那裡，神的百姓開始重建聖殿的城牆，但是住在附近的人攻擊他們。因此，百姓感到氣餒，打算放棄。

在第六節中，神藉撒迦利亞提醒所羅巴伯：「不是倚靠勢力，不是倚靠才能，乃是倚靠我的靈。」(6節)換句話說，當神呼召我們擔負一個任務時，祂自己會負責移除障礙。神繼續問道：「大山哪，你算什麼呢？」(7節)祂一旦透過所羅巴伯作工，大山必成為平地。

我們不是要靠自己的力量，面對看似無法克服的任務，而是要倚靠我們裡面聖靈的力量。我們像燈台，要持續地在殿中燃燒。

在撒迦利亞的夢中，燈台兩邊的橄欖樹在無祭司的幫忙下，將油直接倒入燈盞裡。聖靈就像橄欖樹，那是神的應許，會持續不斷幫助疲乏的人。當我們面對如山高之障礙時，也可以信靠主將祂的靈，傾倒在我們的生命中，幫助我們。

8月9日 週四

得救的確據 (約翰一書五章 10-13 節)

許多打電話來「生命的觸動」機構的人，對自己是否得救有疑問，也因著對這麼重要的問題不確定而感到洩氣。今天的靈修日課包含三部份的得救評估。你對每一個問題的答案若肯定，便能確定你在神的家中，並且注定永遠與祂同在。答案若是否定，也知道要和牧師或屬靈輔導談哪個或哪些問題。

我相信聖經嗎？ 得救只需要一個步驟：「當信主耶穌，你和你一家都必得救。」(徒十六31)我們要不是相信耶穌基督為世人(包括我們)的罪死，就是不相信(約三16)。

我接受聖靈的見證嗎？ 任何一位相信耶穌的人，都有聖靈居住在他裡面。亦即，聖靈證明我們的身分是神的兒女(羅八16)。這與我們「感覺」得救與否無關，神的靈會讓我們確信自己是已得救的人。

我像是個跟隨耶穌的人嗎？ 凡在基督裡的，都是新造的人(林後五17)。我們若是被徹底改變，生命便會有所不同。簡言之，真正的信徒追求與神有關的事——渴望閱讀和明白祂的話語，想要與祂的子民相聚等等。

跟隨基督的人仍會犯罪，有些甚至一度墮落。無論我們的信心之路有多麼曲折，聖靈仍會持續使我們知罪；祂不會允許我們滿足於不當的行為。因犯罪而在罪惡感中掙扎是另一個確據，證明你已經將自己交在神的手中。

8月8日 週三

信徒的行為 (彼得前書一章 1-9 節)

彼得寫了第一封信，穩固讀者屬靈追求的腳步。今天，那個目的仍然適用。

我們的生命是根據耶穌基督的救贖之工。祂的死救贖我們不受罪的捆綁；祂的寶血完全償付我們一切的過犯，不論是過去、現在和未來(弗一7)。因著接受主犧牲的生命，我們經歷重生，在靈裡活過來(約三3)。

在得救的那一刻，聖靈來住在我們裡面。祂的同在證明我們在基督裡的新地位，同時保證未來的產業和天堂的位置。身為神的兒女，我們被吩咐要活出聖潔的生活，特徵就是對主衷心的尊崇。

我們渴慕過聖潔的生活，因為知道天父的屬性，明白我們得救的代價，並且認清要面對未來的審判。雖然我們不會被定罪，但是有一天要站在主面前，讓祂評估我們的工程，決定我們在天上的賞賜(羅八1；林前三11-15)。

祂會查驗我們內在的感受和外在的行為。順服的行為會得獎賞，悖逆則否。換句話說，我們的態度和抉擇真的很重要；不僅在今生，也在來生。

經常花時間思想這些真理，使你更加渴望跟隨神，改變你的行為，成為祂忠心、順服的僕人。

8月10日 週五

在主裡使自己剛強 (撒母耳記上卅章 1-8 節)

大衛和跟隨他的人筋疲力竭地行了三天的路程，終於回到家，卻看到殘破的景象。家園焚燒殆盡，家人也不見了；他們被徹底的絕望所吞沒。當跟隨之人的悲傷轉為怨恨的憤怒，並說要用石頭打死大衛時，他更加悲痛欲絕。

大多數人不會經歷這種極端的情況，但是卻能同理大衛的沮喪。

有時，絕望隨著個人的不幸或失喪而來，但也可能來自每天不斷的壓力所導致的疲憊。家庭問題、財務困難、健康狀況等，會使沮喪成為如影隨行的伴侶。也會因著無價值的感受、無力勝過上癮的習慣、遭受批評的痛苦，或害怕缺乏而發生，在情感上有所掙扎。

絕望會在無預警下折磨任何人，但是主不要我們徘徊在沮喪的迷霧中。通常我們無法避免沮喪的情況，但可以選擇是否要待在其中。大衛不讓自己落入痛苦，選擇在主裡使自己剛強。他看出只有神能使他對這問題有適當的觀點，並且給予他所需的引導。

你在沮喪時轉向誰？或許你最不想做的是讀聖經和禱告，剛開始那些經文或許像無意義的話語；感覺禱告很空洞，但你若持續向神呼喊，最終便會經歷到祂安慰的力量。

8月11日 週六

悖逆的原因 (羅馬書六章 12-14 節)

在神的眼中，只要犯罪就是悖逆，而且聖經說我們都犯了罪(羅三23)。不信者會選擇不照聖經教導而行，並不足為奇，但是，是什麼會使委身跟隨基督的人，偏離天父的旨意？人類有兩個導致不順服的強烈傾向：懷疑和驕傲。兩者都會產生危險的誤導。

懷疑 是心思意念在相信神的應許上掙扎。從我們有限的觀點來看，無法明白神的作為。有時候祂的道路感覺不像是對的路。因此，為了順服，我們必須憑信心跨出去。然後，可能會感覺好像一邊往懸崖下跳，一邊信靠神看不見的繩子拉住我們。若聽信自己的疑惑，肯定會犯錯。

驕傲 是使撒但從天上墜落的罪，對信徒而言也是一個欺騙的障礙。驕傲的人會認為自己的道路最好，信靠自己的能力而非神的應許，並且渴望他人的讚美。我們所做任何出於驕傲的事，都是悖逆主。

無論原因為何，罪從來都不會使我們的生命，得著主上好的福份。神的道路是通往滿足和平安的唯一道路。

仇敵希望用懷疑和驕傲引誘我們，從人類的觀點來看，兩者感覺起來既正確又無可非議，但信徒應當效法約書亞的智慧：「今日就可以選擇所要事奉的……至於我和我家，我們必定事奉耶和華。」(書二十四15)

8月13日 週一

感恩的動機 (詩篇一一篇 1-10 節)

昨天提到神的旨意，是要我們凡事謝恩。我們怎麼可能做得到？當某件不愉快的事情發生時，肯定不會想要感謝，然而，聖經說得相當清楚，神要祂的兒女為凡事謝恩。

我們若希望保持一個感謝的靈，就必須找到一個始終如一的動機，否則感謝就會隨著當時的狀況而起伏。既然生活中唯一固定不變的是主，我們的焦點就應該在祂身上。

首先，可以為神的力量和智慧，展現在祂所創造的萬物中來感謝祂。山脈、海洋、森林和田野在祂的計劃下，成為我們美麗的居所，彰顯出祂的美善與慈愛。然後，抬頭仰望天空，我們看見祂的能力和創造力多麼廣大，凝視顯微鏡，我們觀察到連最小的受造物微粒，都有祂精緻的設計。

另一個感恩的理由是神的護理。每一天，我們被祂的保護所隱蔽，被祂的靈所引導，並且透過祂恩慈的供應和信實的話語，在身體和靈裡受滋養。

最重要的是，我們永遠都要為蒙救贖感恩。若不是透過基督得救，無論在今世或永恆，都不會擁有神。因此，生活令我們失望或者與我們所期盼的不同，都應當記住，有產業為我們存留在天上。這理由便足以使我們不斷地感恩！

8月12日 週日

艱難的命令 (帖撒羅尼迦前書五章 16-18 節)

許多神聖的命令看似合理，無可挑剔。例如十誡，我們很容易明白神為何禁止姦淫、拜偶像和謀殺。然而，祂在別處所下的命令，有時看起來沒什麼道理。為何要我們做到「凡事謝恩」這個不可能的任務。

聖經清楚教導，謝恩應該是一種生活方式，而非只是季節性的活動(詩九十二1-2；腓四6-7)。問題是我們常常沒感受到需要感恩，尤其是面對痛苦或信心受考驗時。事實上，為壞消息表達感恩似乎不理性。

然而，人類理智認為合理的事，無法與神偉大的知識比較，也不知道有什麼對祂的兒女更好。唯有選擇為祂所賜，或允許為臨到我們的每一件事感謝祂，才能過一個成功的基督徒生活。

主知道謝恩對信徒的影響極大。試煉會使我們感到孤立，但是感謝神不斷的看顧或供應，提醒我們祂隨時同在。當我們知道祂完全掌權，便可以將自己的意志降服於祂。雖然情況沒有改變，但我們的態度會透過相信而神奇地改變。

主對祂所允許臨到我們生命中每一個情況，都有一個目的，感謝驅使我們去尋求祂的目的。在神認為完美的時候，神聖的計劃會顯明，那時，我們便能用真誠的心向祂說：「主，感謝你！」

8月14日 週二

神與每一件事都有關嗎？ (創世記五十五章 15-21 節)

舊約聖經中，約瑟的故事是主透過嚴酷的經歷，祝福某人的生命最為人所知的例子。在今天這段經文中，這名由奴隸變為囚犯，再成為全國領袖的人，站在把他賣為奴隸的哥哥面前，仁慈地對他們說：「不要害怕，我豈能代替神呢？從前你們的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全許多人的性命，成就今日的光景。」(創五十19-20)

一個人的罪或失敗，往往會影響到另一個人的生命；我們常常認為不公平，但是我們的道路非同神的道路(賽五十五8-9)。從聖經中，我們可以發現約瑟渴望服事主(創卅九9，四十8，四十一16)。他的哥哥雖將他賣為奴隸，但波提乏妻子的誣告並沒有被攔阻，因而將這名年輕人送入監獄。聖經應許：「耶和華的使者，在敬畏他的人四圍安營，搭救他們。」(詩卅四7)換句話說，苦難和試煉唯有在神有目的的允許下，才能夠臨到約瑟，或任何一位忠心的人。

沒有人可以確切說明為何壞事臨到，但是我們可以因著神知道而支取安慰：「隱秘的事是屬耶和華——我們神的；惟有明顯的事是永遠屬我們和我們子孫的，好叫我們遵行這律法上的一切話。」(申廿九29)我們的責任是效法約瑟——他信靠主，遵行祂的命令。

8月15日 週三

神掌權 (羅馬書八章 28-29 節)

沒有一件事發生在神的主權之外。凡臨到我們生命中的事，不是出自天父，就是被祂允許。沒有臨到之事，是因為祂的旨意被攔阻。然而，信徒有時被困在當下，忘記了主的全能。

當生活具有挑戰或令人不舒服時，他們總會反抗看似苦惱的任何人事物。被解雇的人會責怪老闆；單身者卻責怪異性。

試想一個小孩子必須吞下一顆難吃的抗生素。他在一陣沮喪的情緒下，從母親手中啪地一聲把瓶子拍落，儘管那容器只是無辜的第三者，媽媽才是給他藥的人。但是他既然不能將情緒發在媽媽身上，便把怒氣轉向容器。

當我們「把瓶子拍落」時，是在向主所使用的容器發怒洩憤，而非接受祂的旨意。神確實向我們保證，祂使生活中的萬事互相效力，最終叫我們得益處。然而，我們不能認為這即表示，凡事都要照著我們的喜好發展。

有時候，我們較容易向屬世的原因發怒，而不容易向天父坦承我們對情況有多沮喪，但是主喜悅誠實。

耶穌和使徒保羅都在痛苦中向祂呼喊(太廿六39；林後十二7-9)。我們若看出神在掌權，並且引導我們的未來，也將使我們得益處，便不會沮喪太久。

8月17日 週五

為信仰作好準備 (彼得前書三章 13-16 節)

知道神的話語，並且明白我們所信的很重要，因為能使我們在基督裡成長，並且保護自己不受欺騙。然而，這些並非最終目標。我們在世上的目的，並不只是為了自己，才想知道神說些什麼，我們是要分享祂的好消息。

換句話說，「有人問〔我〕們心中盼望的緣由，就要常作準備。」(彼前三15)

作準備的意思是「給予答案，解釋自己」。信徒應當準備好，能夠說明為何持守對基督的盼望，動機又為何。因著生活繁忙，許多基督徒從未花時間，真正思想他們的觀點和信仰。當某人提出挑戰時，便感到恐慌，因為完全沒準備。

說明我們的信仰必須使用溫柔尊重的語氣。咄咄逼人地把一堆真理，傾倒在一個發問的人身上，不太能將他帶到神面前，但是溫柔的答案能打開心和耳。

人們也會仔細觀察，我們所宣稱的，是否都有正直的生活作支撐。過著偽善生活的基督徒，所作的見證一文不值。

這些經文不是寫給學者的，而是給有工作和家人的普通人。這不是一項不可能的任務，卻需要花時間閱讀和研究神的話語。若能將基督分別出來，成為你內心的主宰，便會發現與祂同在的時間變得喜樂，而非犧牲。

8月16日 週四

知道你信什麼 (提摩太後書一章 12-14 節)

每個人都有一個信仰體系，即使那些宣稱沒有神的人，也對祂的不存在具有信心。我們所相信的會影響生活每一方面，和我們所作的每一個決定。然而，卻很少人花時間真正思想我們認為對的事。

所有的信仰體系都有一個基礎。有些人的信念，是以適合其生活方式和慾望之事為基礎，但基督徒卻不一樣。耶穌呼召的門徒，要配合對祂的信心和祂話語的權柄。

無論何時，只要我們在聖經上添加其他的哲理、看法，或是挑選某部份的聖經來相信，便是根據個人的推理，創造自己的信仰版本。神的話語是唯一真實可靠的信仰基礎，因為它是記錄一位永恒、全知的神的思想，其他一切觀念都必須靠聖經來衡量，才能決定其正當性。

知道聖經說什麼，對於發展一個健全、以主的真理和智慧為根基的信仰體系，是相當必要的。世界提供許多聽起來很好的哲理，卻都攙雜了謊言。一個以聖經教導為準的信仰，能保護你不受欺騙。

每當你面對困難或抉擇時，在神的話語中找答案。每一天以閱讀聖經為開始，求神幫助你明白祂在說什麼。祂喜愛與祂的兒女溝通。當你花時間親近祂時，祂會開啟你的心思，知道祂的意念。

8月18日 週六

龐大基業的繼承人 (以弗所書一章 9-14 節)

你知道自己是一筆永不消失、無法想像之財富的繼承人嗎？如果你是個信徒，那麼神已在天上為你存留基業。事實上，祂是說你已經得到了(見弗一11)。你獲得這筆財富，不是根據你所做的任何事，而是根據你所歸屬的那一位。你若是神的兒女，基業就會是你的，而且「到末世要顯現」(彼前一4-5)。

沒有人能把基業從我們手中奪去，因為神已藉著祂所應許的聖靈為印記，向我們保證。這交易已敲定，只等日期滿足的時候，使一切所有的，都在基督裡同歸於一。這印記顯示祂對我們的所有權和權柄。有一天，完全的救贖會來到。

誠然，我們都希望知道自己要繼承的是什麼，大部份的基業，都是超乎屬世的理解力，但是聖經給我們幾個暗示，包括身體和心靈的改變。當我們站在神的面前，有祂兒子的模樣時，神就預定我們的目標會完成(羅八29；約壹三2)。這些軟弱、必朽壞的身體會變為強壯、榮耀的身體，沒有罪惡和死亡(腓三20-21)。

神為何要為我們成就這一切？祂說過，如此做才可以在永恒中，向我們顯示「他極豐富的恩典，就是他在基督耶穌裡向我們所施的恩慈。」(弗二7)為此奇妙的美善，讓我們以愛和感恩，將生活中的每一天獻上，為祂而活。

8月19日 週日

與神和好 (羅馬書五章 1-2 節)

有一天，我問餐廳的一位女服務生一個問題：「你若能向神求任何事，你會要求什麼？」她立刻回答：「我希望擁有平安。」她含著淚水解釋祖母過世了，使她情緒混亂。

世上有許多人像這位女士一樣，渴望內心平靜，卻沒有與主建立關係。

人們通常藉著改善外表、體格、財務狀況、社會地位，或濫用資財，以尋求滿足。然而，這些東西無法帶來心懷意念的寧靜。唯有與耶穌建立關係，才能帶來真正的平安。

得救前，我們是罪的奴僕，並且與神為敵(西一21)。我們的過犯和祂之間形成敵對的障礙，而且靠自己的力量無法跨越。神若不介入，我們找不到平安之路。然而，天父對罪的問題提供完美的解決方案。祂差獨生兒子為我們的過犯付上代價，並且除去存在於我們和祂之間的隔閡。

當我們相信耶穌為救主時，我們與主和好，不再與祂為敵(羅五10)。我們在基督裡與天父和好。

三位一體的神供給我們內在平安所需的一切。天父為我們打開道路，好進入祂的家中；耶穌持續不斷地賞賜祂的平安，使我們能經歷到心懷意念的寧靜(約十四27)；聖靈則將平安的果子栽種在我們的生命中(加五22)。

8月21日 週二

找著滿足 (腓立比書四章 11-13 節)

神厚賜給我們百物(提前六17)，但我們的生活經常充滿混亂，而非滿足。以下四種是產生不滿足的因素。

忙碌 我們生活在一個匆忙的社會，從一個活動衝到另一個活動。耶穌不匆忙，卻完成神要祂去做的每一件事。祂很少叫跟隨的人動作快一點，甚至稱讚馬利亞選擇停下來，花時間親近祂(路十39、42)。

屬世的觀點 很多時候，我們專注在自己的情況中。心思充滿了這星期所發生的事，今天的行程，以及下星期、下個月或明年的活動，難怪無法享受生活。解決之道是擁有永恆的觀點，即承認神掌權，並承認我們的目標是討祂喜悅。

自加的壓力 我們都經歷過課業、工作和人際關係不可避免的壓力，但是若讓不必要的「必須」和「應該」支配我們，便把不需要的壓力加在自己身上。補救辦法是轉向神，承認祂有權利安排我們的生活，並且求問祂的計劃。

不健康的態度 完美主義、不當的罪惡感和冷漠都使我們無法好好享受人生。

滿足感是在反映出神的優先順序生活中找著的，以親近祂為優先。讀祂的話語使我們留心天父的大愛，知道祂看何事重，並且經歷屬於祂的喜樂。當滿足消失時，便應重新檢視我們的優先順序。

8月20日 週一

耶穌：平安的源頭 (歌羅西書一章 15-20 節)

我們在認識耶穌基督之前，生命充滿了不虔敬與邪惡，總是追求自己的方式，有著頑固、不悔改的心(羅一18，二5、8)；我們吵著要有平安，也設法找到，卻徒勞無功。

當我們相信救主時，一切都改變了。我們從黑暗的權勢中被救出來，遷入基督的國裡(西一13)。不論過去、現在、未來的每一個罪都蒙赦免。神聖的公義因著基督的犧牲得到滿足；神在我們身上的震怒除去。我們成為新造的人，被耶穌的血洗淨(林後五17)。

罪既在我們身上的權勢被毀壞，我們便成為神家中的成員，而非祂的仇敵(羅五10)。祂差聖靈在新生命中成為我們個人的引導，幫助我們經歷基督的平安(羅八6)。我們也期盼天堂中的永恆，充滿公義、和平及喜樂(羅十四17)。

浪子回頭的故事是我們與主和好的寫照(路十五11-32)。那位年輕人選擇離開他的父親，過自己喜歡的生活。最後，兒子懊悔地回到家中，父親歡喜快樂地迎接並饒恕他；他們和好如初。神也為我們做了這一切。

與天父的合一來自很大的代價——祂唯一的兒子犧牲生命。基督為我們捨命，使我們能與神和好(西一20)。基督徒的生命見證耶穌是平安的源頭。你的生命傳達此信息嗎？

8月22日 週三

你的屬靈成長 (詩篇三九篇 23-24 節)

我們在得救的那一刻，開始與神建立關係。唯有在那時，才能與天父發展更深的友誼，更明白祂的話語，並且事奉祂。無論一個人是在孩童或成年時信主，從那一刻起，屬靈成長應該是持續一生的經歷。

最終，神培養信徒的性格和靈命。然而，你或許會好奇，人在靈命成熟上扮演什麼角色？

在今天這篇詩篇中，大衛的禱告回答了這個問題。祂祈求主鑒察生命，幫助他真切看明。大衛知道選擇罪惡的後果，也知道與神親密同行的喜樂。他渴望除去攔阻他的任何東西。

我們也可以禱告，求主顯明生命中哪些方面攔阻我們與神同行。在神面前存謙卑誠實的心，祈求內省的勇氣和意願。當天父向我們顯明某件事需要改變時，應當拒絕為那行為辯解，因為這樣會妨礙成長。此外，我們必須有耐心，生命需要幾十年成長為成年人，靈命成熟也需要時間。

或許靈命成長慢了下來，甚至停止。或者，只是希望確定你的心在天父面前是清潔的。無論哪一種情況，像大衛一樣禱告，求主顯明任何與祂建立親密關係的妨礙。讓今天在你的生命成長上成為新的開始吧！

8月23日 週四

健全的心 (詩篇廿六篇 2 節)

醫生建議我們定期體檢，以確保身體正常運作。雖然我們可能不覺得有什麼不對，但是未被測知的問題，容易造成健康隱憂，我們與天父的關係也是如此。祂渴望我們每天尋求祂的真理，光照任何攔阻我們與祂同行之事。

有些人看醫生會緊張，同樣地我們也可能會擔心，是否邀請聖靈來鑒察我們的生命。發現自己有罪，並看見自己的本相是件駭人的事。

此外，知道神會要求我們悔改和順服，也會使我們不安。然而，獎賞是大的。

第一，天父會除去任何妨礙與祂親密同行的屬靈障礙。

第二，我們會與主和其他人更親密。

第三，當怨恨、恐懼和其他不敬虔的態度，不再耗盡我們的生命時，精力會被更新，服事神反而變成一種喜樂，而非一項職責。

第四，無論環境如何，我們都會透過赦免，經歷到屬靈的自由。這一切好處使我們有更深的滿足、平安與喜樂。

成熟是個終生的過程。天父會繼續使祂的兒女成長，直到帶他們回家。尋求主的智慧和真理，並且祈求祂顯明，任何無法與祂建立美好友誼之事。祂希望在你的一生，也在永恒中，與你親密同行。

8月25日 週六

讚美神的羔羊 (啟示錄五章 1-12 節)

在天上，敬拜和讚美神永不停歇。啟示錄第四、五章描述約翰的異象：四活物晝夜宣揚神的聖潔，然後使徒聽見二十四位長老回應，宣告神是配得的(啟四8-11)。他聆聽他們唱新的讚美歌曲，聲稱神的羔羊已為神將人買來，接著目睹眾多天使宣揚耶穌是配得的(啟五9-12)。

耶穌具有什麼特點，促使這些發自內心的敬拜？答案是祂的所是所為，以及將要做之事。祂是……

- 神子，放下祂的神性，以便拯救我們(腓二6-7)。
- 救主，取了人的形象，並且捨命，使我們能得救(腓二8)。
- 唯一向我們彰顯父神的那一位(約十四9)。
- 人子，因著祂的大愛，選擇與我們認同(約一14, 約十五13)。
- 神的羔羊，除去世人的罪(約一29)。
- 猶大的獅子，將以審判者、統治者和全地主宰的身份，再次返回(啟五5)。

這些屬性足以使我們讚美和敬拜耶穌。求主幫助你在每次想到祂時，建立讚美及用敬拜回應祂的模式。屬天的音樂要由地上蒙贖之人唱給所有人聽。

8月24日 週五

像彼得一樣傳講 (使徒行傳二章 14-42 節)

彼得的第一篇講道花不到五分鐘就說完了。分享福音不需要複雜或冗長。事實上，彼得的信息包含了一個公式，我們可以用來作為自己見證的大綱。

預備 這位門徒大大倚靠聖經，來說明他對基督的信心。彼得知道還有一個重要的成分，在奇蹟似地使用多種語言傳揚福音後，他領悟到聖靈的重要性。無論一個人的信息多麼具有說服力，唯有聖靈才能將不信的心門打開。

救主的資歷和使命 彼得引證「異能奇事神蹟」，證明耶穌是應許的彌賽亞(徒二22)。然後這位門徒闡明耶穌預定在世上的使命：為人類的罪死。基督樂意並降服祂的父所指派的任务。

個人的邀請 彼得並不怯於讓他的聽眾內心知罪，「你們……把他釘在十字架上」(徒二23)。這位新來的講員要確定聽眾知道，他們對彌賽亞的死有責任，然後告知基督活著的大好消息。

那些相信的人受邀悔改，並且奉耶穌的名受洗(徒二38)。任何福音信息都應當以告訴人如何得救作結束。

向他人作見證令人生畏，但你若禱告和預備，便可以信靠聖靈與你同在，並且為結果負責。

8月26日 週日

行在光中 (以弗所書五章 1-17 節)

你若曾在夜晚遇過停電，便知道設法尋找手電筒或蠟燭有多麼不便。你以為自己朝門口走去，卻不期然地碰到牆壁。在遇見世上的光之前，我們的生命就像這樣。事實上，我們甚至不知道真光是什麼，在黑暗中怡然自得，因為黑暗使我們看不見自己其實有多麼罪惡。

當我們終於相信福音，為自己的罪悔改，並且承認耶穌是我們的主宰和救主時，奇妙的改變發生了。我們從黑暗的權勢中被救出來，轉移到光明的國度。如今耶穌基督——世上的光，來居住在我們裡面(西一13；腓三17)。跟隨基督的人應該如何生活？今天這段經文概述三個基本責任：

行在愛中(弗五1-2) 因為救主以犧牲的愛愛我們，所以我們也要愛別人。我們若與弟兄姊妹爭執，就無法宣稱是行在光中(約壹一7)。

棄絕罪(弗五3-7) 信徒雖非無罪，卻也不會習慣性地做出暗昧的行為。

得知何事討神喜悅(弗五8-17) 光明的果子是良善、公義和誠實。當我們活出信仰時，這些便在我們的性情、言談和行為中展現出來。

讓我們越來越靠近光明，以此為目標，讓耶穌顯明和除去任何的黑暗，使我們反映出祂的榮耀和美善。

8月27日 週一

僕人的樣式 (馬太福音二十章 25-28 節)

在世人的想法中，偉人是擁有權柄、聲望和勢力的人。雖然耶穌基督擁有這一切，祂卻放棄而成為僕人(賽四十二 1；腓二7)。

耶穌將自己完全獻上，完成天父救贖的計劃，即使身為受益者的我們並不配得。聖潔和公義的神，祂的眼目「清潔，不看邪僻，不看奸惡。」(哈一13)因此，祂必須將自己與那些被過犯玷污的人隔離，而那些包括全人類(羅三23)。

每個人人生來都是肉體慾望的奴僕(羅六16-18)。當某人聲稱靠「自己的條件」生活時，他是在服事人類天性所渴望的任何東西。這種錯誤的自由觀會受到死的刑罰(羅六23)。

耶穌最終的服事是捨命作多人的贖價(太二十28)。贖價形容使奴隸自由所付的代價，是基督自願買贖我們的自由。聖潔的神只有一種方式能夠除去我們的罪，卻仍舊忠於祂自己的律法：某一位無罪的必須為我們償付罪債。

耶穌的犧牲使我們免受應得的刑罰。我們領受恩典，並且被宣告無罪。此外，我們從奴隸被高升為全能神的兒子！耶穌忠心地服事天父的心意。祂放棄自己的公義，擔負我們的邪惡，並且忍受與神徹底的隔絕。為了滿足我們的需要，救主毫不保留自己，因此立下僕人強有力的榜樣，讓我們效法。

8月29日 週三

當剛強壯膽 (申命記卅一章 1-8 節)

你曾否面對過一個挑戰，感到無法勝任，並且害怕？聖經中偉大的男女並非超人，他們也毫無疑問地，會經歷我們的軟弱。雖然約書亞是一個堅強的軍事領袖，卻很可能自覺不足以取代摩西。畢竟，摩西曾與神面對面交談，行令人驚訝的神蹟，並且帶領以色列人脫離埃及的奴役。約書亞如何期待自己能做到那樣的程度呢？

然而，別忘了，摩西在一開始並不是信心的偉人。當神呼召他去釋放以色列百姓時，他只專注於自己的不足，懇求主派別人去(出四10-13)。我想，摩西完全了解約書亞的感受，所以才會勉勵他的接班人剛強壯膽。

然而，約書亞需要的力量不是來自正面思考，或自我膨脹的自信。他需要的是保證：主會一步步走在他前頭，並且將應許地賜給這民族。

對神的挑戰所具有的信心，從來不是來自我們裡面，但是當我們相信主，倚靠祂的話語，而非自己的感受時，祂必會給我們完成祂旨意所需的能力和勇氣。

如果你的生活一直很安逸，從來都不需要剛強壯膽，那將錯失親密認識主的大好機會。唯有面對一個又一個考驗信心的挑戰，並且經歷神的信實，才能學會倚靠祂，而不倚靠自己。

8月28日 週二

乾淨的腳和心 (約翰福音十三章 3-15 節)

以色列是個灰塵遍佈之地。穿著草鞋走來走去會把腳弄髒。在古代，進入家中的人會脫掉草鞋，把腳洗乾淨。如果家主富裕，就由僕人來清洗。這個令人不悅卻必要的工作，落在家中職位最低的工人身上。想像一下，當神的兒子把自己當作卑賤的僕人，跪下來洗他們的腳時，門徒有多驚訝啊！他們很需要這項服務，卻沒有一個人主動去做，萬萬沒想到耶穌會擔負這種有失身份的工作。

耶穌不只是滿足一個需要而已，祂提供的是實物教學。如同祂所說：「我給你們作了榜樣，叫你們照著我向你們所做的去做。」(約十三15)有些教會卻將這句話不正確地解釋為，命令人將洗腳當作一項宗教儀式，但卻可能洗淨某人的皮膚，卻沒有思量基督這個行動的意義。

事實上，行為本身不是重點，態度才是。耶穌渴望我們願意謙卑自己，去服事他人。祂正在尋找不顧自尊、身份和能力的男女，在任何需要之處，為任何需要幫助之人，去做任何必要之事。

耶穌在二十四小時內同時做了最偉大和最謙卑的服事；祂用次日要被釘子刺穿的雙手洗污穢的腳。神給我們的每一個工作，對祂的國度而言都很重要。

8月30日 週四

如何使用金錢 (提摩太前書六章 6-11 節)

這世界強調金錢的重要性，遠遠超過神所希望的。金錢成了貪婪的目標，權力和聲望的源頭，以及獲得身份地位、快樂與安全的方法，而非交換商品和服務的方式。人們對財富有這麼多錯誤的期待，我們應該謹慎，不要上謊言的當。聖經不只警告我們，過於強調金錢是危險的，也建議我們根據神的目的使用金錢。

個人的需要 神希望賺錢的人都有很健全的觀念，能夠滿足個人和家庭的需要(帖後三10)。基督徒應該量入為出，才不會成為他人的負擔。

神的事工 既然我們所擁有的一切均來自於主，當祂吩咐我們先將收入的一部份獻給祂時，是順服和感恩的表現(箴三9)。我們的奉獻讓福音在當地和國際間宣揚，改變無數人永恆的命運。

幫助他人 主吩咐我們要在某人遭遇財務危機和真正缺乏時，分享我們所擁有的(箴十九17)。神從不忽略慷慨的行為，並且承諾要償還我們。

重要的不是有多少錢，而是能否照主所吩咐的去使用。獲取更多錢絕不是達到快樂與安全的方法。然而，順從神在財務上的吩咐，便會找到內心真正渴望的喜樂與滿足。

8月31日 週五

神對金錢的觀點 (提摩太前書六章 17-19 節)

金錢在我們的生活扮演很重要的角色。事實上，我們不太可能沒有它而存活。然而，它不只是獲得必需品的的方法，尋求財富這件事已支配了人類的歷史。戰爭為它開打，生命被它摧毀，人們因缺少它而死亡。為了獲得關於金錢的適當態度，基督徒必須明白主的觀點。

神是源頭 既然萬物源自創造者，一切便都屬於祂(詩廿四1)。我們只是祂託付財務的管家。即使我們為錢勞力，主仍是給我們機會和能力去賺取的那一位。

神為著祂的目的使用金錢 我們不能把財務和基督信仰分開，主不是只為我們身體的需要供應金錢，祂也用金錢徹底改變我們的靈命。

在缺乏的時候，祂訓練我們倚靠祂，並藉著供應，證明祂的信實。財富也是祂使用來教導我們自律的工具。我們必須學習尋求祂的旨意，並且滿足於所擁有的，而非沉溺在慾望中。除此以外，神使用金錢訓練我們慷慨。

從皮夾裡拿出一張鈔票看一看。當你將它的主權交給神，並且服從祂而改變計劃時，那張紙在祂的手中便是個強有力的工具。

任何時候，當你打開皮夾看到一塊錢，就提醒自己，如何使用它會顯明你的身份。

9月2日 週日

靠信心而行所需的技巧 (創世記十二章 10-20 節)

學習靠信心而行需要時間。如同我們所見，亞伯拉罕聆聽神的話，並且順服祂。多年後，祂學習精通更多的技巧。

倚靠 基督徒的生活是倚靠神的生活。一開始，亞伯拉罕看出自己的知識有限，而正確之路暗昧不明，但是他知道可以信靠誰來滿足他的需要：神完全知道該計劃，並且擁有所需的一切資源，透過亞伯拉罕去完成祂的旨意。

等候神 這會是最難精通的紀律。聖經顯示，連信心偉人亞伯拉罕也在這方面有困難。人類的天性是想要行動，但是主經常要祂的子民不要前進(代下二十17)。祂希望我們讓祂先行動，我們的職責是默想神的話語，聆聽祂的聲音並等候，直到祂吩咐我們行動。同時，主應許祝福那些等候的人(賽六十四4)。

坦承 亞伯拉罕並不完美。當饑荒迫近時，他前往埃及，而非投靠神。接著他說謊，使其他人受害。之後，撒拉發現等候應許的兒子太難了，於是和亞伯拉罕自作主張(創十六1-3)。我們也會絆跌，但是若懺悔而回到主裡，並且承認失敗，便會得蒙饒恕，繼續靠信心而行。

神知道我們是不完美的人。祂會耐心地、一再地教導我們，靠信心而行的功課，直到我們學會信靠祂；我們只要保持回應的心和受教的靈就好了。

9月1日 週六

靠信心而行的必要條件 (創世記十二章 1-9 節)

我們都認識靠自己的慾望和天然能力生活的人，有時候我們也這樣。然而，身為神的兒女，聖經說信徒蒙召靠信心而行(林後五7)，表示我們生活的依據是確信主忠於祂的屬性，並且信守每個承諾。

在靠信心而行的學校中，要精通的第一個技巧是**聆聽**。因為聆聽神時不可缺少祂的話語，因此必須培養默想聖經的習慣。透過默想，會聽見神的靈對我們的靈說話，光照聖經的含意，並且知道如何將真理應用在我們的情況中。然而，我們不是天生就能聽出聖靈內在的聲音，需要操練。

第二個必須獲得的技巧是**順服**，執行主所吩咐的事，然後在祂的時間，用祂的方式去做。亞伯拉罕照神所吩咐的離開家鄉，但是他「調整」神聖的計劃，帶羅得同行(創十二4)。

信心的生活是順從神的要求、方法和時間表。我們聆聽的技巧若有進步，對天父的信心也會加深，對祂的委身會增強，更容易完全順服。

靠信心而行也包括記得過去順服神的經歷。祂不只為了今天而與我們交通，還為了將來而教導我們。你能記得祂上週對你說什麼嗎？你去實踐了嗎？下定決心在即將來臨的一年，作個更佳的聆聽者和更順服的跟隨者。

9月3日 週一

禱告蒙垂聽的必要條件 (約翰福音十四章 12-14 節)

耶穌教導許多關於禱告的事，以及它在信徒生命中的角色。祂也應許，當我們能夠滿足某些必要條件時，我們的祈求會蒙垂聽。

其中一個條件是在約翰福音十四章14節：在接受基督成為個人的救主後，我們有權利奉耶穌的名提出要求；意思是禱告某件主自己也會禱告的事。若要行使這個特權，我們必須來到天父面前，單單倚靠基督的功勞，不倚靠我們的善行或性格。

耶穌在十字架上救贖的死亡是接近神的唯一根據，也是確保禱告蒙垂聽的唯一根據。

第二個必要條件是與一切已知的罪隔絕。詩篇六十六篇18節說：「我若心裡注重罪孽，主必不聽。」這是指明知錯誤，卻拒絕捨棄的不敬虔行為和思想模式。神會看我們的心態，若抵擋罪行，為其憂傷，請求主赦免，祂會聽我們的呼求和回應。然而，祂若看見一顆剛硬的心，便沒有義務要聆聽。

下次當你禱告時，以讚美神犧牲的愛和感謝耶穌為你死作為開始(約壹四10)。告訴神，你明白為何禱告會蒙垂聽，並非因為你所做的任何事，而是因為你透過基督與天父建立了關係。坦承所有已知的罪，並祈求饒恕，然後帶著期待向神提出請求，相信祂會垂聽。