

《生命的觸動》

靈修日課

三月 March 2019



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)



掃描聽靈修

3月1日 週五

不再是我，乃是基督（加拉太書二章 20 節）

戴德生(Hudson Taylor)為1800年代中期中國的宣教士。他一度因為財務問題、經營宣教機構的責任，以及必須處理的郵件日益增多，而心力交瘁。他寫給朋友和家人的每一封信都充滿了挫敗和沮喪。

宣教士朋友看見他的需要，回信給他，問道：「戴德生，當你想到耶穌時，祂眉頭緊蹙嗎？祂會因為不知道接下來會發生什麼事，或者錢不夠用而擔心焦慮嗎？」他又說：「你的生命若變成耶穌的生命，就不需要擔心，因為不再是戴德生在背重擔，而是耶穌在背。祂永遠不會被問題淹沒。」

神在那一刻改變了戴德生。他的情況沒變，而且問題更大，但是戴德生有了不同的回應。之前焦急煩躁，如今則安歇在主裡，並且一直以平靜安穩的靈信靠神；認識他的人都看出這個極大的改變。

有時候我們認為與基督同釘十字架，只關乎所放棄的：捨己並拒絕犯罪、誘惑和世俗的歡樂。然而，卻也包括活在祂復活生命的力量裡。耶穌基督居住在我們裡面，賦予我們能力勝過罪，並且過公義的生活，但是祂也擔負我們的重擔，鼓勵我們在靈裡信靠祂。正如我們靠信心得救，也靠信心生活，每一天都相信主會看顧我們的需要和掛慮。

3月2日 週六

無虧的良心（使徒行傳廿四章 10-16 節）

你在面對困難的決定時，會留意良心嗎？相信這個從內在發出的聲音，一定是明智的嗎？

良心是神給每個人內在對事情的對錯感受。事實上，神是在人內心反映祂的真理，是祂向人類自我啟示的一種方式。良心是一個神聖的警報系統，警告我們即將來臨的危險或後果，主要的目的是保護和引導。

然而，問題在於罪扭曲了知覺，而領我們走入歧途。因此，你必須明白，聽從內心並讓無虧的良心幫助你作決定，會有不同的結果。作決定時，問自己：這對我的道德，會有什麼最嚴重的影響？如果世界體系所接受之事，已滲入你的心，你也許無法相信自己的良心。然而，若讓神的話語充滿和改變你的思想(羅十二2)，那個內在的聲音就值得信賴。

聖靈和有神聖知覺的良心一起引導信徒。為了使那個內在引導系統保持健全，我們應當不斷地默想聖經。十誡是使道德穩固的根基，最好將其內在化，尤其是耶穌強調的：愛神超乎一切，並且愛人(太廿二36-40)。

你認為信仰體系最具影響力的是什麼？是聖經真理，或世界對錯的標準？全能神知道什麼對你——祂的孩子最好，而且祂給予良心，引導你作明智的決定。

3月3日 週日

忽視良心 (提摩太前書一章 18-19 節, 四章 1-2 節)

今天是否正在作某些選擇, 是良心在過去不允許的? 若是, 你很可能變得不那麼敏銳了, 這是很危險的。

如同昨天所討論的, 每天在作決定時, 神所給內在的對錯感和聖靈的引導, 讓我們可以使用。良心的功能是「警報系統」, 當基督徒想在不敬虔的行為上有份時, 良心便介入, 以此方法提供保護, 但是罪能夠擺脫系統的敏銳度。

我們若選擇不順服, 拒絕對付悖逆, 這個潛在的過程就會開始運作。良心再三警告, 但我們若堅持不理會這個危難的訊號, 它最後會安靜, 不起任何作用。到那時便不再有來自內心的訊號, 把我們帶回到敬虔的路上, 換句話說, 良心變得麻木。

這種情況就好像將所有的交通號誌, 從車水馬龍的十字路口撤去, 肯定造成大災難。若在這種情況下, 要跪下來懺悔, 讓自己沉浸在神的話語中, 並用禱告充滿生命。追求與其他信徒相交, 彼此負責; 健全的良心值得這樣的努力。

你的內在訊號正常運作嗎, 還是受到抑制? 聖經警告我們不要拖延, 有一個真實的敵人, 渴望吸引我們遠離敬虔, 進入毀滅。神使用無虧的良心來引導、保護和帶領我們, 進入祂的光明與平安中。

3月5日 週二

彼此和睦 (哥林多後書十三章 11 節)

身為基督徒, 我們因著連於耶穌, 與彼此有特殊的關係。或許有人經歷過這種事: 遇到一位陌生人, 感到與他有某種聯結, 接著發現你們兩人都是基督徒。

聖經呼籲我們要成為激勵和幫助的源頭, 供應在基督裡的弟兄姊妹。然而, 大多數人都至少認識一位信徒, 彼此之間的衝突大於慰藉。可能是個性不合, 或擁有不同的信念, 有時便造成爭執; 問題也可能在於溝通不良或誤解。

無論天然的差異是什麼, 都可以透過耶穌基督勝過, 彼此和睦相處。我們可以用以下方式向他人表達恩慈, 而不是築起圍牆:

禱告 養成習慣在禱告中, 將對方帶到天父面前。

溝通 坦誠討論關係上的問題。澄清任何不正確的假設, 揭露衝突的根源。願意分享關切之事, 並且聆聽不同的觀點。

諮商 要化解衝突, 有時需要求助於敬虔的諮商者。

恢復 一旦解決根源問題, 恢復和睦, 雙方應當同意在新的衝突爆發時, 就立刻處理。

神要求我們和睦共處, 讓祂內住的聖靈掌管我們, 祂的美善與恩慈會透過我們流向他人, 製造和睦。

3月4日 週一

牢靠的盼望 (詩篇四十二篇 1-11 節)

神希望祂兒女擁有的渴望與期待, 不只豐盛, 還具有激勵性。然而, 在這個墮落的世界, 失望無可避免。因此, 我們要決定將希望放在哪, 若無法實現, 要如何回應?

我們的盼望若符合神在聖經中所啟示的心意, 就是牢靠的。然而, 許多人的期盼是根據願望或感覺。我們渴望工作升遷、健康, 或問題立刻獲得解決等等, 這些雖都是我們想要的, 但主沒有給我們絕對的應許, 保證這些包含在祂對我們的旨意中。

每當我們的期盼不符合神的計劃時, 可能會對神感到失望。即使盼望是根據某個聖經的應許, 但是主不一定會用我們所期待的方式和時間成就。要記住, 雖然神看似沒在做事, 但是祂在表面下運作, 為著未來在預備我們。

滿足與喜樂的秘訣在於, 將個人的一切盼望都放在對主終極盼望的保護傘下。神至高又良善, 而且從不犯錯。祂的道路高過我們的道路, 在許多方面都超越人類的悟性。

從一個有限和墮落的觀點來看, 我們或許像個五歲的小孩, 每餐飯後都想要糖果。有時候神必須使我們的盼望破滅, 以便給我們祂認為最好的。祈求祂闡明和指導你的慾望, 安歇在祂的美善中, 並且保持對祂的盼望。

3月6日 週三

盡力和睦 (羅馬書十二章 17-21 節)

關係是人生最大的喜樂源頭之一, 但也會成為最大的試煉。讓我們好好面對: 活在一個不完美的世界, 所以無法與每一個人和睦相處。每個人都受墮落的影響, 以罪人的身份開始其一生。此外, 身為基督徒的這個事實本身, 就是衝突的根源。耶穌告訴我們, 世界會因為我們是屬神的, 而恨我們(約十五18-20)。

儘管有這些攔阻, 還是要設法與眾人和睦。表示應當設法解決衝突, 盡力和睦相處。聖經給我們以下的準則:

- 不要以惡報惡或自己報復(羅十二17;羅十二19)。
- 要以善勝惡(羅十二21)。
- 要愛你的仇敵, 並為他們禱告(路六27-28)。
- 時常饒恕(太十八21-22)。

這些原則都與人性背道而馳。因此, 唯有透過耶穌基督的力量與恩典, 才能應用成功。然而, 儘管盡了全力, 還是會有不和睦的可能。我們的提議若屢遭否決, 也許就不應再有所冀求。或者, 違背聖經才可能和睦, 就必須拒絕妥協。

唯有神才能改變拒絕和好的心。我們的責任是用言語、態度和行為, 向那人忠實地呈現基督, 結出果子則是主的責任。

3月7日 週四

重擔難以承受時 (詩篇十三篇 1-6 節)

是環境或你的觀點，會在生命中較具有影響力？雖然我們渴望一個快樂的生活，充滿富足、舒適與美好的經驗，但現實情況中，我們卻是活在一個墮落的世界，幾乎沒有一件事照它該有的樣子。不過，對生活的艱難與重擔的領會方式，多半取決於我們的觀點。

例如，當我們負擔過重時，即使豔陽高照，世界看起來也是黑暗的。鳥兒在鳴唱，但只聽見自己的心在悲傷地哭泣。重擔難以承受到一個地步，甚至使我們與他人疏遠，但那只會更加想著自己的問題，更進一步走向絕望。

然而，一旦翻開詩篇這卷書，其中的話語便深入我們悲慘的情況，邀請我們靠近主，在祂裡面找著安息。祂是多麼恩慈地給我們這卷奇妙的書，充滿了安慰，更棒的是，我們從中學習到的功課。

在今天這篇詩中，大衛被重擔壓得喘不過氣，他問：「要到幾時呢？」你曾有這種感受嗎？他描述困難，懇求答案，但在末尾，他憶起神是可信靠的，便全然改觀。

若你感到肩正背著全世界的重擔，停下來仰望你的天父。回憶神過去曾帶領你，度過某個艱難情況，因祂堅定不移的信實而歡喜快樂。那時祂沒有令你失望，現在也不會。

3月9日 週六

堅定不移的禱告 (路加福音十八章 1-8 節)

以色列人正忙著打屬世的戰爭時，一場屬靈的爭戰也同時在附近開打。聖經告訴我們，摩西在禱告，但他卻在危急關頭累了(出十七12)。如果這種事會發生在最偉大的屬靈領袖身上，我們感到挫敗或沮喪也不足為奇。

戰爭隱約逼近時，我們通常會因眼光專注在環境上而喪膽。我們容許敵人扭曲衝突的觀點，前方的障礙看似不太可能垮掉，於是容易感到驚慌、懷疑「主啊，我該怎麼辦？」甚至不再禱告，因為顯然沒有解決方法、出路、得勝的希望。我們實在太累、太失望。

耶穌知道我們有時會感到膽怯，所以祂才會述說今天經文中的這個比喻——堅持不懈的寡婦。主希望鼓勵跟隨祂的人禱告不倦怠，但這需要信心，若無信心就不可能得神的喜悅(來十一6)。

我們要記住，仇敵喜悅我們放棄，但是挫敗永遠不是唯一的選擇！若能透過神的眼光看情況，就會看見完全不同的景致。我們或許需要熱切禱告，好像在一座山裡挖隧道似的，但是這樣做會使信心和毅力增長。

繼續禱告，讓神的話語親自鼓勵你，你必會在祂為你爭戰時，聽見祂的保證。

3月8日 週五

尋求善道 (耶利米書六章 16-17 節)

你若是個徒步旅行者，便知道在不熟悉的地區循記號而走，是多麼重要。靠自己的能力冒險走別條路，會迷路又因找不到安全返回的路釀成災難。

猶大國的遭遇就像這樣。他們接受異國的神社，轉離主走自己的路。因此，神要先知耶利米把他們帶回。很不幸，他們拒絕聽從，繼續往錯誤的方向走去。

然而，我們不需要跟隨他們的腳步。留意耶利米書六章 16節的這些命令，主會帶領我們走在祂的道路上：

「當站在路上察看。」神有時候用困難打開我們的眼睛，看見自己正站在十字路口。這時，我們要停下來，將自己沉浸在神的話語中，如此便能看出祂的路。

「訪問古道，哪是善道。」以往的聖徒留下了足跡讓我們跟隨。默想詩篇或聖經人物所作的禱告後，我們應當思想，他們的祈求如何顯明對神的信靠；留意聖經接下來的記載也有助益。

「行在其間……心裡必得安息。」我們若定睛在耶穌身上，並且完全倚靠聖靈的力量，便可走在順服的道路，跟隨基督到甜蜜、滿足心靈的安歇處。

你若不確定神的旨意，就要避免跑得太快。暫停，遵循耶利米的指示，並且信靠主會向你顯明善道，然後再出發。

3月10日 週日

忍受苦難的秘訣 (創世記五十章 15-21 節)

神在祂的話語裡，給了我們很多奇妙的應許。不過，雖然我們能確信祂堅定不移的愛(羅八38-39)、供應(林後九8)和指引(箴十六9)，祂卻未應許我們一個安逸、毫無困難的生活。然而，我們可以指望，主會使包括苦難在內的萬事互相效力，叫我們得益處(羅八28)。

早在保羅寫鼓勵的話給羅馬教會之前，約瑟因著經歷其真理，而學到這個原則，但是他在受完不公平之苦後多年，才證實此點，他在逆境中未必明白神在其生命中的作為。

我們也一樣。當心懷意念受混亂的事件攪擾時，很難不用恐懼或慌亂的眼光看環境，但是我們必須定意相信聖經，如何述及神的屬性、作為和目的。這個選擇驅使我們將注意力轉離風暴，專注在負責引導我們安全度過的那位神身上。

在祂面前，恐懼變小，懷疑消融，平安以及與主合一的感覺取而代之。我們的責任是定睛在神身上，相信祂的聖靈會供應力量、智慧與勇氣。

轉向主不見得會使艱難消失，但是祂會幫助我們看見，自己當下的處境正是祂的心意。祂讓人不安適，自有其原因，祂渴望我們因此在基督裡成長。無論情況如何，世界上最安全的地方是，在祂的旨意中不偏不倚。

3月11日 週一

神的偉大 (以賽亞書四十章 12-26 節)

當你想到神時，腦中會出現什麼？通常，人們會用最適合自己特殊的需求或情況來看祂。例如，一個在罪中掙扎的人，會專注在主的饒恕或聖潔上，而一個渴望公正的人，會思想全能神的公義。

事實上，祂的屬性所包含的範圍，遠超過我們所能了解或甚至設法去解釋的。我絕不會在這篇靈修日課中，試圖概括這位令人敬畏的神，但是我們一定要查考聖經，以便對我們所敬拜的這位神，獲得一個精確的圖像。

今天我們要將焦點放在**主的偉大**這個屬性上。以賽亞書提到，神比受造物更偉大(賽四十一2)，我們眼見的一切之所以能成形，都是靠著祂的手。祂比最優秀匠人所鑄造的任何偶像，都要崇高(賽四十一7-20)。事實上，祂超乎世界和萬民(賽四十二2-23)，甚至超越諸天和銀河系。

天父的意念和道路遠比我們要宏大(賽五十五9)，也比我們理解的要崇高。詩篇九十三篇1節說道：「耶和華作王！他以威嚴為衣穿上；耶和華以能力為衣，以能力束腰。」

思想我們所事奉的這位可畏之神，祂實在配得我們的讚美。只要能理解祂部份的偉大，我們會更謙卑的敬拜。我們是誰，能讓這樣一位神，渴望我們的友誼到如此程度，以至於差祂的兒子替我們的罪而死呢？

3月13日 週三

神恩典的力量 (羅馬書五章 1-5 節)

恩典是神最奇妙的恩賜之一。它提供我們活在完全自由中所需的一切：罪得赦免、心靈得醫治、神內住聖靈的陪伴，以及自由地經營我們與祂的關係。我們工作、敬拜和享受生活，被祂無條件的愛所包圍。祂的恩典支持、充滿，並且維持我們。

我們既是蒙赦免的人，主便不再看我們為仇敵，而當作祂蒙愛的兒女(羅八15；弗五1)。祂聽禱告，對我們說話，並且為我們行動。活在神恩典的覆庇下，給予我們……

身份地位的保障 沒有人能從祂手裡把我們奪去(約十28)。

為基督而活的膽量 我們充足的供應是來自於主以及在祂裡面的身份，所以我們能自信地活著。

今日的平安，因為我們能完全相信祂至高的主權 主正在執行祂完美的旨意，我們可以確定，沒有一件事能攔阻祂的計劃。我們若與祂合作，便不會失敗。

對未來的盼望 今生只是個開始。有一天我們會與耶穌面對面相見，成為祂創造我們時那樣完美的人，並且在我們真正的家中與祂永遠同住。

主根據祂對我們生命的特殊計劃，致力改變我們每一個人，連祂的管教也是祂慈愛恩惠的表達(來十二10)。當我們動搖或失敗時，祂的奇異恩典依然會敬贖、包圍著我們。

3月12日 週二

神的屬性 (詩篇九十篇 1-2 節)

身為信徒，我們渴望認識所敬拜的那位神。人類的理解力有限，但是盡力去了解絕對有益，會加深我們與天父的關係，並且幫助我們與他人分享信仰。以下來探討全能神的四個屬性。

祂是一個「位格」(申七7-8)。我們受造，有奇妙的能力去感覺、推理和作決定。創世記一章26節提到，我們是照著神的形像造的，不應訝異祂也有聖經常常提到的感受，像是憤怒和愛。

主是個靈(約四22-24)。因為祂是個靈，所以沒有極限。祂不受限於一個身體或一個空間，所以我們在教會中，站在祂面前敬拜，其他人也能同時在其他地方經歷祂。此外，祂的靈住在每個信徒裡面，所以只要不受到罪的干擾(詩六十六18)，便能在任何時候，享受祂的同在和引導。

祂是永恒的(賽四十二8)。祂過去一直存在，現今存在，將來也永遠存在。無一物比祂先存或更長久。

我們的天父永不改變(瑪三6)。祂的本性和屬性恒久不變。神有不同的情感變化，但是祂屬性的本質卻不然。

我們何等有福，聖潔的主透過聖經，向我們啟示祂的屬性。祂使我們透過祂的兒子耶穌，與祂建立關係，何其令人訝異！我們為著祂的屬性讚美祂，並且繼續透過祂的話語，尋求更認識祂。

3月14日 週四

蒙召服事 (加拉太書五章 13 節)

耶穌命令我們要彼此服事，但是我們並非自然而然就能順服這項命令。當然，有些時候我們喜歡幫助別人，但是涉及自我犧牲的服事，尤其面對我們認為不配的人，做起來就困難得多。

服事是什麼意思？思想基督的榜樣。祂放棄天上的一切，來住在我們中間，使自己遭受羞辱，並且經歷人的脆弱。祂甚至愛那些拒絕祂的人。思想祂在逾越節如何謙卑自己，洗門徒的腳。這是個令人厭惡的卑賤工作，是分派給奴隸做的，絕不是一位君王應做的。祂甚至知道這些人即將要離棄祂，卻仍舊服事他們。

最後，基督為我們捨了命。祂在我們還是罪人的時候，就這麼做(羅五8)。服事他人是祂的生活方式，是祂為人處事的一部份。身為跟隨祂的人，我們應當努力像祂一樣。

因此，服事包括先向我們自私的態度和動機死去，唯有這樣才能活出榮耀基督的生命。耶穌說最大的誠命是，全心全意地愛神和愛人(太廿二37-39)。奇特的是，我們唯有謙卑服事他人，才能在自己的生命中經歷到神的豐盛。

許多人為自己的慾望打拼，試圖獲得快樂。結果呢？疲憊和不滿足。唯有親密地與耶穌同行，才能獲得真正的滿足。祂讓我們知道能在何處謙卑自己、照顧他人，透過祂的力量所完成的這些行動，會蒙受祝福。

3月15日 週五

信心的冒險 (馬太福音十四章 22-33 節)

你曾在順服神的事上冒過險嗎？或許祂給了你一項超乎能力的任務，想表現出對神有信心似乎是件冒險的事，但其實這是最安全的。主期望跟隨祂的人，過這樣的生活。

彼得在踏出船時，你能想像其他門徒作何感想嗎？那似乎是個瘋狂的舉動，但是彼得相信耶穌不會使他沉入怒濤中。

彼得在水面上走得很好，直到他把眼睛轉離耶穌。其實只要焦點完全在基督身上，他就沒事。一旦讓人性的懼怕使自己分心，就會深深落入危難中！

這顯明一個重要的原則：讓懷疑使我們不順服神，便注定失敗，但若憑著信心踏出去，神總會為我們順服的結果，負起完全的責任。

彼得在水上行走的故事教導我們三件事：

- 神會引導我們進入具有挑戰，和需要憑信心行走的情況。
- 我們若向基督呼求，祂會隨時拯救我們。
- 神的靈永遠不會讓我們，落在祂構不著的地方。

你正因著順服主踏出去，而面對一個需要完全信靠祂的情況嗎？真正的風險在於不順服的誘惑。定睛在天父身上，祂會看著你安全到達彼岸。

3月17日 週日

防備屬靈騙子 (馬太福音七章 15-23 節)

這世界充滿了不穩定、全球性衝突和恐怖份子的攻擊，人身安全成為眾所關切之事。我們誠然應當關切，但是談到屬靈安全時，教會通常疏於防備傷害我們信心的人。耶穌稱他們為披著羊皮的狼，並提出嚴厲的警告，警惕我們。

這些狼是假教師和假先知，他們看起來像是真正屬靈的嚮導，實際上卻充滿了詭計，進行著自己要做的。他們看起來、聽起來都不錯，但是內心卻被情慾和貪婪所吞噬。這些事不會立即顯明，因為他們用吸引人的方式，傳講美好的福音，卻逐漸把不準確的說法摻入事實中。

人們似乎忘記摻雜了錯誤的真理，便不再是真理，而是欺騙。耶穌說，他們所結的果子，最終會顯明其真正的品性；可以從幾方面看出這些人：

- 他們巧妙地質疑聖經，對現今的權威性和關聯性。
- 他們很少談到過聖潔生活，或順服神的全部忠告。
- 順服主等同於過自己渴望的生活。
- 與羊群的福祉相較，他們較關切是否有人跟隨他們。

這對於在教堂坐椅上打瞌睡的人而言，無異是個警鐘。我們承擔不起聽什麼就信什麼的代價。要效法庇哩亞人的榜樣，他們因使用聖經評量所領受的教訓，而受到稱讚(徒十七11)。

3月16日 週六

信心堅固 (歌羅西書二章 1-8 節)

你還記得自己得救時的光景嗎？你對聖經的認識或許不多，但是知道自己的生命永遠改變了。罪疚感消失，天堂如今是你永恒命運的所在。嶄新的救恩促使你想將發生在身上的事，告訴凡願意聆聽的人。

然而，久而久之，我們容易在基督徒的生活中安定下來，參與教會生活，甚至開始視救恩為理所當然。雖然仍舊愛耶穌，忠心事奉祂，但對聖經教導我們該如何生活，比對形成信仰基礎的信念更有興趣。

在歌羅西書中，保羅強調信心堅固的重要性——這堅固是來自於「豐豐足足在悟性中有充足的信心」(西二2)。知道聖經如何陳述信仰的基要真理，能使我們不受欺騙。當我們在聖經的教導上穩固地生根建造時，若有假教師說出不符合神話語的信息，我們便會察覺。

然而，除非知道我們所信的是什麼，以及為何如此信，否則會成為邪教的主要目標。這些邪教專會在錯誤上，加添剛剛好的真理，使他們的信息看似可信。

你能夠護衛自己的信仰嗎？知道聖經如何教導耶穌、救恩和基督教的基要真理嗎？關於這些事的真理，能保護你不受欺騙，也能讓你具有見識，與他人分享救恩的信息。

3月18日 週一

信徒的防衛系統 (彼得後書二章 1-3 節, 18-22 節)

屬靈危機無所不在，但是神給予信徒一個「屬靈的防衛系統」，祂也給予教會敬虔的牧人，保護羊群不受屬靈掠奪者的傷害。這些掠奪者是假教師，利用不成熟信徒的無知。他們也追擊那些未解決罪的人，使用虛假的補救辦法，企圖撫慰其良心。

慣常去教會作禮拜的人，若未根據聖經認罪和離棄罪，極易受到這些詭詐的教導所影響，而那些知道耶穌和宗教條例，卻未真正得救的人也有風險。這些人可能是受了洗的教會會友，但除非擁有聖靈，否則無法分辨真理，也無法過聖潔的生活。

所幸，神給予信徒一個方法，避免這些危險的屬靈坑洞。首先，必須持續用神的話語浸透我們的心思意念。如此作會培養出心思的過濾器，在遇到錯誤的事情時有所警惕。以此方式，我們會在真理上根深蒂固。

基督徒也有內住的聖靈，得以明白神的話語，指引我們的道路，有能力分辨對錯。在即將踏上錯誤的路徑時，祂教導我們的良心，給予適時的警告。

主已經給予我們不致受騙所需的一切，但是，屬靈防衛系統唯有完全符合神的話語和順服祂的靈時，才會保護我們。

3月19日 週二

你是真正跟隨耶穌的人嗎？（約翰福音六章 1-27 節）

耶穌在世時經常被群眾包圍。這樣大一群人或許給人一種印象，以為整個以色列民族都堅信，祂就是他們的彌賽亞。然而，在祂事工的末了，卻只剩下120名忠誠的跟隨者聚集在樓房裡（徒一12-15）。

跟隨耶穌的人，大多只對祂能為他們做什麼感興趣。他們前來得醫治，或是看祂行神蹟。主以超自然的一餐餵飽約五千人後，他們又在早晨回來，期待有早餐可吃。約翰福音六章66節告訴我們，當耶穌拒絕為他們再行神蹟，並且宣稱祂是真正的生命之糧時，「他們徒中多有退去的，不再和他同行。」

今日，短暫跟隨基督的人仍四處可見。他們想獲得耶穌給予的好處，卻不願接受嚴格的真理，或者否定對祂的心志。這些人就像是耶穌比喻中，落在石頭地上的種子（見太十三20-21）。他們逗留一會兒，祂若沒照所預期的施與好處，他們便離去。

至於真正跟隨基督的人，教會名冊上並沒有準確的圖像。假福音應許生活更美好，吸引那些想從耶穌得好處，卻對基督本身沒興趣的人。真正的跟隨者比較像約翰福音六章68節中的西門彼得。耶穌問他們是否也要離開，他們回答：「主啊，你有永生之道，我們還歸從誰呢？」

3月21日 週四

存憐憫的心（歌羅西書三章 12-14 節）

你曾否注意到，某些人天生比別人更富有同情心？這或許是他們的性格或所受的教養。不過，在教會中，每位信徒都被教導「要存憐憫……的心」（西三12）。有些基督徒會因沒有自然生發同理心，而懷疑自己是否有問題。因此，我們要如何做，才能培養一個更關懷人的心？

雖然情感無法經由要求而製造出來，但是我們可以改變自己的思想，思想能影響情感。如同今天這段經文中所列的其他品格，我們唯有先想到他人，後想到自己，才會有憐憫心。自我中心使我們看不見周遭人的需要和傷處，若要為他們採取行動，我們需要心意更新而變化。

我們生來都有一個自私、罪惡的天性，即所謂的「舊人」。然而，一個人在相信耶穌時，獲得神以公義所造的「新人」（見弗四22-24）。我們的心思意念若被祂的話語所更新，並更加順服，基督的愛與憐憫便開始從我們裡面流露出來。我們不再無視於周遭的痛苦和苦難，神會開啟我們的眼睛，並使用我們去安慰那些有需要的人。

憐憫的心不是靠自己努力獲得的，而是靠以神為焦點的生活。當我們透過神的話語和耶穌親近祂時，祂將徹底改變我們的焦點、思想和感受。知道神已經供應我們一切所需，去效法耶穌關懷的榜樣，會是多麼安心啊！祂永遠會裝備我們，去順服祂的每一個命令。

3月20日 週三

展現憐憫的機會（路加福音十章 25-37 節）

今天這段經文記錄耶穌最有名的比喻之一，說明如何展現對神和他人的愛。雖是以古代猶太文化為背景，但其教訓在21世紀的今天仍然適用。這則故事除去合理化和藉口，使我們不得不正視展現憐憫的必要性。

無疑地，我們都想要與好撒瑪利亞人認同，但實際上卻經常發現，自己的回應更像祭司或利未人。他們為何不停下來幫助那個有需要的人？聖經沒有明確地告知，但是將他們的行動和撒瑪利亞人作比較，就能推斷出答案。

他用憐憫的眼光來看。我們若是忙碌，全神貫注於自己的日程和計劃，很可能看不見周遭的需要；或許有個同事很沮喪，有個鄰居在努力掙扎，甚至有個家人需要我們幫助。

憐憫使他抓住機會去幫助。受傷者無助的狀況，感動撒瑪利亞人採取行動，不僅僅是為另一個人感到難過而已。我們通常在這一點上裹足不前，因為停下來幫助某人，需要花費時間和力氣。

撒瑪利亞人樂意分享他所擁有的東西。他「多走一哩路」，帶那個受傷的人到旅店，並付錢給店主，請他照顧。神已經賦予我們每一個人能力或資源，能用來展現憐憫。

你有沒有可能忽視了周遭的需要？求主開啟你的眼睛，將祂積極主動的憐憫賜給你，去幫助那些受傷的人。

3月22日 週五

憐憫失喪者（馬太福音九章 36-38 節）

四本福音書中，經常用在主身上的一句話是「憐憫他們」（太九36）。這幾個字描述出耶穌在遇到無助之人時，慣常的經歷；祂受感動要減輕他們的痛苦。

人類最大的痛苦是因著罪而與主隔絕。雖然許多人沒有領悟到這一點，但是他們與神為敵，做任何事都無法與祂和好。所幸，耶穌憐憫我們，來到世上拯救我們，否則永遠與神隔絕的懲罰，注定會臨到我們。不過，我們往往沒有向周遭的失喪者展現這份憐憫。我們或許像法利賽人一樣，因為他人的罪行而避開他們，但是神渴望我們向那些人展現恩慈，不要因宗教包袱而退縮，與之隔離。

耶穌描繪一大群失喪者為沒有牧人的羊，和待收的莊稼，需要主差派工人到祂的禾場，而這正是耶穌所行的，祂說：「父怎樣差遣了我，我也照樣差遣你們。」（約二十21）。

有許多方式可以向那些在身體、財務或情感上受苦的人，展現基督的憐憫。我們應當盡己所能伸出援手，然而暫時的痛苦，若和等候不信者的永恆結局相比，真的微不足道。因此，我們展現最憐憫人的情況，便是叫人察覺他們在神面前無助的光景，並且分享在耶穌基督裡得救的福音。

3月23日 週六

永恒的影響力 (馬太福音五章 14-16 節)

你曾否靜下來思想：如何使用自由的恩賜？神透過祂的兒子耶穌基督，賜給所有信徒真正的自由。你是浪費了這個祝福，還是與他人分享？有些人過於專注自己的需要和慾望，以至於連住得最近的鄰居也未受其影響。

思想每週都會見到的人。你知道鄰居中有多少人生病？教會中有多少人要為每天的生計打拚？你知道有同事正經歷苦難嗎？很可能周圍有人需要幫助，但是專注於自我，會侷限我們的能力，而沒有去留意那些人，更遑論向他們伸出援手。

耶穌教導祂的門徒：「你們是世上的鹽。鹽若失了味，怎能叫它再鹹呢？以後無用，不過丟在外面，被人踐踏了。」(太五13)

鹽若要保持功用，就要維持其純度和效力。同樣地，我們必須竭力過一個聖潔、謙卑和慈愛的生活，專注在救主的旨意上，而非我們自己的心意。神已經預備了善行，要我們行出來(弗二10)；我們的職責是去執行。

我們是否能積極地影響世界，取決於內心的焦點。只看自身，總是思想怎麼做才能超越他人，使生活過得更好？還是往外看看，思想如何能更多服事他人？

3月25日 週一

漂流的跡象 (希伯來書二章 1-3 節)

與基督裡的弟兄姊妹定期聚集在主的家中，在支持與負責方面，都有穩定的依靠。然而，為了追求其他利益而不去教會，通常顯示一個信徒已開始偏離神。

不過，心思遠離崇拜的情形較難看出，除非刻意決定接受神的話，並且應用在生活中，否則聚會的行動就毫無意義。如同希伯來書的作者所警告的，若不留意所聽見的道理，便會隨流失去(來二1)。

然而，不是只有在週日早上，才能用聖經的原則與鼓勵，來滋潤我們的心懷意念。我們應當每天翻閱，為自己閱讀和默想。一旦對神要說的話不再那麼興致盎然，便已失足掉入惡水中。保持行為潔淨的唯一方法，就是遵行祂的話(詩一一九9)。

逐漸冷淡的禱告生活，通常隨著忽略讀經而來。禱告是信徒與領航員交通的方式，我們若停止與祂交談，曾經感覺極親近的神，會立刻變得遙遠。靈裡的斷層，是我們遠離河岸與安全的另一跡象。

我看過許多船長指揮他的郵輪，度過狹窄的水道。船員們全神貫注在自己的職責上，因為游離無異於讓災難發生。生活中充滿了狹窄的水道，有待我們去航行。我們承擔不起偏離神和祂話語的後果，只有祂能帶我們安全度過。

3月24日 週日

漂流的危險 (箴言十四章 15-16 節)

一個晴朗的午後，我與最好的朋友看見，河上漂著一艘棄置的小船。船槳破損，但這不足以攔阻兩個青少年。我們把船撐離岸邊，順流而下，談天說笑，任其漂流。我們漫無目的、隨波漂流，不知過了多久，但是當巨大的響聲傳入耳中時，我們知道有麻煩了。

前方高處的水衝出了水閘。驚慌失措下，我們抓起破損的槳，奮力逆流而划，終於設法靠近岸邊，安全地跳進淺水裡，但是小船已被沖出水閘邊。剛開始這只是好玩的一件事，結果卻差點釀成災禍。

這也是今日發生在許多人身上的情況，剛開始抱著好玩有趣的心態嘗試，結果卻造成船難，因為人們總是隨波逐流，沒有未雨綢繆，也沒有注意到自己，有多快遠離主計劃的安全範圍。按照現今社會普遍的態度，彷彿只要水流得平穩，就不需要神。

換句話說，當收入穩定、家人安全、身體健康，隨波而流沒什麼不好。但事實上，一個漂流的人被世界的潮流推著走，在沒有基督的情況下，極其危險。

今天這段經文顯示智慧人留意未來，免得自取滅亡。換個方式說，漂流是愚昧的。在人生的無數場合中，包括婚姻、家庭、職業和財務等，若想成功，就要有目標和航行的計劃。所幸，此二者都可在神的話語中找到(見箴三6)。

3月26日 週二

漂流的後果 (希伯來書三章 12-13 節)

當信徒停止朝神前進時，屬靈的漂流——逐漸偏離神和祂的旨意，就發生了。

像一艘任意漂在水面上的無槳小船，他和一些良好的實踐，諸如順服、讀經、禱告、與基督徒團契等漸行漸遠；落入未知、危險的水域，會自食其果。

漂流的生命是在神的旨意之外，因此是罪。聖靈在信徒偏離軌道時，會扎其良心，送出信息，但是漂流者容易忽視這種警告。基督徒若持續為其遊蕩行徑找藉口，並且否認罪，良心便會逐漸麻木。對過犯不敏銳的人，已經為更多惡行和更少罪惡感鋪好了路。你能想像比這更危險的情況嗎？

漂流信徒的良心一旦變得麻木，屬靈的耳朵也聾了，真理便無法進入，因為他已經邀請錯誤的態度和哲理進入他的思路。此外，他的心對神的事剛硬。他回避凡與神聖力量、恩典和憐憫有關的見證，也避開可能重新喚醒良心，和激動靈性悔改的情況。

偏離神的人尋求更多東西，如更多的自由、選擇和享樂等。然而，既然後果是剛硬的心、麻木的良心，和聽不見聲音的耳朵，他們最終得著的是更少。漂流的信徒寧願用毫無持久滿足的存在，取代在基督裡得勝的生活。

3月27日 週三

神全能的聲音 (詩篇廿九篇 1-11 節)

從神在創世記一章3節的第一句話——「要有光」，到耶穌在啟示錄廿二章20節的最後一句話——「我必快來」，神聖的全能盡都彰顯。這聲音使萬物成形，至高無上地掌管著時間、情況與大自然。

用洪水審判整個地球的主，在挪亞時代坐著為王，今日仍繼續統治地球喧囂的騷動。雖然我們會試圖為自己設計出一位較溫和的神，但若接受聖經對祂所有的描述，便知道祂真實的樣貌。

大衛把神的聲音比作激烈的暴風，從海上猛然刮來，橫掃全地(詩廿九3-9)。然而，他也提到主賜力量給祂的百姓，賜平安的福給他們(詩廿九11)。神的屬性完美融合，祂既強大又慈愛，既公正又憐憫，集公義與饒恕於一身，所以我們才能降服與尊崇祂，並且信靠這位威嚴的君王。

無論是在挪亞時代還是在我們這個時代，「耶和華坐著為王，直到永遠。」(詩廿九10)。神的力量和掌控對你來說，是慰藉還是一件需要擔心的事？答案或許取決於，你對祂有多少認識和信心。

如同任何關係一般，信靠和親密隨著熟悉和經驗的程度增長。你若學習透過神的話語認識祂，並經驗到祂的信實，你的信心便會增長。你會渴望祂的光輝、威嚴和力量，在全地彰顯的那一天來臨。

3月29日 週五

將要來臨的審判 (使徒行傳十章 42-43 節)

你曾被傳喚到法院，站在法官面前嗎？即使你的罪狀只是違規停車或超速，但是法庭的經驗，還是很嚇人的。你無法挽回過錯，而且必須為自己的行為作說明，接受法官所作的任何判決。

有一天，每個人都必須站在宇宙的審判官前。那時，將沒有回頭的餘地，也沒有重新再來的機會。每一個人都要為今生所作的選擇和行為，在全能神面前負起責任。

你若已相信耶穌，便會在基督台前顯露出來(林後五10)，不是審判你的罪，因為神在加略山上，將盛怒傾倒在祂兒子身上時，罪已被審判了。既然救主已經使你在永恒中有穩妥的命運，你將會站立在神面前，披著基督的義袍。這個審判的目的是評估你在世的工作，好決定是無價值還是配得獎賞。

白色大寶座是保留給那些拒絕耶穌為救主的人(啟二十11-15)。他們所做的事，將根據神所記載的案卷來評估，既然他們的名字沒有被記在生命冊上，他們永恆的目的地將是火湖。

雖然沒有人能避免受審判，但好消息是，你有機會選擇要站在哪一個審判台前。不過，你只能在今生作這個選擇。屬世的生命一旦結束，你的命運就無法改變了。

3月28日 週四

聆聽神 (箴言二章 1-7 節)

心理學家提到所謂的解離現象，描述一種防衛的心理狀態，人在這種狀態中會同時存在於兩個世界。許多人或許在開車時稍微有過這種經歷：思想遊蕩，錯過了出口，開了數英里後才發現錯誤。

身為基督徒，我們有時候受屬靈解離之苦。我們翻開聖經，打算好好讀，但才讀了幾節，就發現完全不知道自己在讀什麼。雖然神正在說話，我們卻沒有聽見祂的聲音。通常，只要聚精會神地再讀一遍，情況就能改善，但有時候會因著更加嚴重的原因，而沒有聽見神的聲音。

有時候，無法聽見主的聲音，只是因為靈命不成熟，但它也可能顯示靈命冷淡的危險狀態，或是更糟糕的悖逆。在這種狀態下，我們冒險成為屢次受責罰，仍硬著頸項的人，而且頃刻敗壞，無法可治(箴廿九1)。

不要讓神難以對我們說話。祂是位慈愛的父親，不斷地對我們說話，以便使我們遠離惡事，回轉向祂。祂的目標是把我們從頑固、需要管牢的孩子，徹底改變為成熟的跟隨者，只要用一句話或輕推一下就能受教。

我們愈能接受祂的指導，就愈能經歷到祂的慈愛，以及順服、公義所產生的喜樂。

3月30日 週六

神看似不公義時 (申命記卅二章 1-4 節)

你能想到在生命中曾有過一個情況，感覺像是在聖經以外的應許嗎？在今天這段經文中，摩西宣告主是信實的，祂所行的無不公平，但我們都曾經歷過看似錯誤和不公平的情況，而且因為神沒有介入，所以很難將自身的經歷，與摩西對神的聲明作個調和。

敬虔之人面對看似完全不公平的艱難，此種例證在聖經中不勝枚舉。例如，約瑟被賣為奴隸，大衛被掃羅王追殺，而保羅得忍受「一根刺加在……肉體上」(林後十二7-10)。

這類情況會使我們質疑神是否良善公正。若任憑這些疑惑在腦中惡化，或許會相當沮喪。我們很容易會想：服事主有什麼用？看看我得到什麼——痛苦！

務要記住，從神話語中所認識的神，比我們所感受到的神要來得準確。聖經告訴我們，神既良善又公正，所以我們能確知，凡所經歷的，都有祂奇妙的目的。

主允許我們每個人，面對一些在今世無法完全明白的試煉。我們的職責，不是去了解祂所做的每一件事，以及祂為何允許那些事臨到我們，而是知道如何回應祂。祂在永恒中會使一切公平美好。一切都在撼動的期間，我們要信靠堅固的磐石。

3月31日 週日

耶穌所流的血（約翰福音一章 29-34 節）

施洗約翰看見耶穌走向他，便宣告基督是神的羔羊。

這個觀念對以色列人來說並不陌生，因為他們的律法要求獻上血來贖罪(利十七11)。耶穌成為我們獻祭的羔羊，又一次便償付人類所欠的一切罪債(彼前三18)。祂的死使每一個信祂為救主的人，獲得赦免和永生。在關乎救恩的事上，其他東西都是多餘的，也不被神所接受。

耶穌使天父與人和好，祂的死為我們帶來……

贖罪 這是個用來描述市場交易的名詞，相等於一個人買回某樣值錢的東西。所有人都被罪捆綁，無法償付其工價(羅六23)。耶穌是為我們犧牲的羔羊，願意為我們死，並且用祂的血，為天父將我們贖回(彼前一18-19)。

赦免 身為蒙神接納的兒女，我們被基督的血所拯救，過犯得著赦免，行為的罪債已被完全償付。因此，在得救的那一刻，我們因過去、現在和未來的罪所產生的罪疚感，完全被塗抹。

默想救主在加略山上所做的事。耶穌這隻犧牲的羔羊，用祂的生命與我們交換，並且捨命，償付我們所欠的債。祂的死救贖了我們，使我們蒙赦免，並且在神的家中，為我們預備了永久的地方。耶穌，謝謝你帶來救贖！

4月2日 週二

神聖的真理（詩篇卅二篇 8-10 節）

神並非俯衝下來，把我們拉出困難的情況，那祂如何拯救和幫助我們？今天的經文提醒我們，在不知道該轉向哪裡時，神的話語清楚顯明我們所面對的困難，並且給予神聖的教導。祂的真理以我們所需要的一切知識，裝備我們，而我們的挑戰在於，如何應用祂所教給我們的。

有趣的是，神說祂會用祂的眼睛引導我們(詩卅二8)。這難道不是父親所做的事嗎？我們都曾經察覺父母親或老師注視的眼神，並透過某種眼神或表情，明白那人試圖傳達的信息。或許連我們自己也用這方式傳達指令或意見。

當神想要指示我們時，祂不會吼叫，也不會從天上投新的書信下來。祂往往向我們顯明聖經真理，安靜卻精準地帶我們度過當時的狀況；有時聖靈也會催促我們，往正確的方向。不論用哪種方式，神一旦對我們說話，我們便需要聆聽，並且安靜下來思想那訊息，否則會受誘惑，用自己的方式，在自己看為好的時候處理事情，而非用祂的方式，在祂的時候。

記住，當天父想要帶你度過某個關卡時，祂不僅要讓你脫離困境，也要教導你順服，並且徹底改變你，以便具有祂兒子的形象。你若降服於祂，便會在困境中歡喜快樂，因為知道祂會帶你度過。

4月1日 週一

基督的血為信徒成就之事（羅馬書三章 21-26 節）

若要擁有支撐生命的信心，關鍵在於明白所信的是什麼。昨天我們看見透過救主的血所能得著的兩種祝福。今天我們再看兩種。

稱義 稱義是神看我們為無罪的過程，就好像沒有犯任何過錯一樣。羅馬書三章23節把世人都定為罪人，判處死刑，並且面對永遠，與神和祂的祝福隔絕的可怕光景。對於接受基督所流之血，作為贖罪工價的人而言，一切都改變了：透過耶穌，那個罪人被稱為「無罪」，並且獲得基督的公義。相信之人被接納入神的家中(加三26)。耶穌的犧牲滿足我們所欠的罪債，祂的死被神算為我們的義(羅五9)。

和好 得救前，我們與主隔絕，並且在靈裡是死的(弗二1)。我們無法跨越與祂之間的鴻溝。基督差祂的聖靈來，叫我們為罪責備自己(約十六8)，讓我們知道需要一位救主，並且使我們有得救的信心。神的羔羊耶穌移除障礙，使我們不再因罪與神隔絕。基督的死使我們與神和好，「藉著他在十字架上所流的血，成就了和平。」(西一20)

身為信徒，我們應當了解接受耶穌為救主時，所發生的事。透過祂的犧牲，我們得贖、蒙赦免、稱義，並且與神和好。亦即，基督的血使我們從死裡復活，並且讓我們與天父建立永恆的關係。

4月3日 週三

解決憂慮的方法（彼得前書五章 6-7 節）

有時你是否感到肩負著全世界的重擔？重擔的形式千變萬化，但是有一個共同點，就是會壓垮我們，使我們精疲力盡。擔負愈久，似乎就愈重，除非適當處理，否則會混亂我們的思想，干擾我們的工作，並且影響我們的家庭生活。

世界對憂慮的解答充其量不過是暫時的，只有耶穌基督提供永久的解決方案。祂邀請我們將憂愁和掛慮卸給祂，因為祂顧念我們。祂是我們忠信的大祭司，祂體恤我們的軟弱，並且替我們向天父代求(來四15，七25)。

身為人子，耶穌親身經歷世上生活的艱難和重擔。祂知道如何在財務上靠貧乏的資源生活，而不感到焦慮(太八20)，也知道在情感上經歷極大痛苦時，如何信靠祂的天父(路廿二42-44)。祂曾被加略人猶大背叛，也曾被自己的門徒棄絕。雖然耶穌從未犯罪，但是祂和我們一樣面對試探。

每天的生活壓力若讓你喘不過氣來，什麼原因使你將重擔卸給基督呢？或許你嘗試過，但是掛慮的重擔似乎一直滾回到你肩上。

我們需要謙卑，承認自己無法處理，也需要信靠，讓神根據祂的旨意解決問題。我們若將重擔卸給祂，不得不失去的只有我們的憂慮而已。