



《生命的觸動》

靈修日課

七月 July 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

7月1日 週一

### 拒絕神的結果（羅馬書一章 24-32 節）

誰不曾在聽新聞時，感到納悶：「這世界怎麼了？」現今文化中的邪惡與社會墮落的程度，是幾十年前無法想像的。

今日看見一個否認神存在的社會，無可避免的結果。因此，神任憑許多人心思卑鄙、追求邪惡。

神既是我們的創造者，只有祂才能真正滿足我們的內心。人若拒絕祂，就會尋求其他方式，填補內心的空虛。然而，一旦轉向神以外的人事物，尋求人生的意義，結果卻是偶像崇拜，從那裡迅速踏入不道德的範疇，試圖滿足其慾望，最終卻發現仍感空虛。

聖經明確警告，偶像崇拜和不道德會招致神的憤怒。神對那些壓制真理和拒絕祂之人的懲罰，是離開他們，任憑他們遭卑鄙的心思、墮落的激情，引導與控制。基本上，祂離去，讓罪來支配他們。沒有一種懲罰，比讓創造者掉頭離開，更糟糕的了。

那些拒絕神的人將面臨的結果，應當能使認識與愛祂之人用全心的奉獻、忠心的順服，以及對救恩極大的感激來回應。有時候，我們無法真正為自己所擁有的感恩，直到看見其他選項的恐怖性。慈愛的神與救主，真正配得我們全心的敬拜。

7月2日 週二

### 基督徒的工作倫理（以弗所書六章 5-8 節）

基督徒常有一個錯誤的觀念：生活區隔為宗教和世俗，然而在神眼中，沒有這樣的分別。在一切事上，我們都是基督活著的代表，即使在職場上也一樣。

這段經文告訴我們，如何行事為人，以及對上司要有怎樣的態度。雖然這段經文是寫給容許奴隸制度的社會，但這些應用在羅馬奴隸身上的基督教原則，今日仍適用於我們。

首先，我們被要求以**真誠和尊榮服從雇主**。雖然有時候必須選擇順服神而非服從人，但是我們絕不應該不尊重(徒五29)。如果很想說老闆的壞話，或是向某個同事抱怨，便需要記住這個原則。

**我們應當像服事主，不像服事人**。有時候，這是面對挫敗與不公平待遇，唯一的方法。記住自己是為主做，而且祂應許賞賜我們，這能柔軟我們的心，改變我們的態度。

**我們必須服從主管，即使是嚴厲或不講理的**(彼前二18-23)。沒有一個時候比忍受不公正的對待，並因著把自己交託給神，而在逼迫中堅持下去，更具有基督的形象；那正是討祂喜悅的時刻。

此外，在工作上的反應，宣揚出關於神國的信息。主已經將我們放在這個職位上，即使是一個困難的位置，希望我們準確地反映出基督的形象。

7月3日 週三

## 具有無虧的良心 (提摩太前書一章 3-7 節)

神給人類分辨對錯的能力。對每個人而言，這個內在的羅盤，即所謂的良心，是由一個明確的信仰體系所規劃的，因此在運作上與他人不同。從開始處理命令和警告的那一刻起，我們的良心就在發展一個，生活上可依從的行為準則。

無論生活的權威人物，是否給了你健全的生活原則與公平的結論，或沒提供什麼真正有價值的指導，良心都已收集了那些資料。

人們從小到大，都在注意他人的言語行為，正面與負面的結果，均會添加入這個資料庫。令我們失望與欣賞的人，教導我們同樣多的功課，這個程式一生都不斷地進行。因此，我們所遭遇的每一個情況，都會影響決定與行為。

良心是一個具有彈性的工具，它可以吸收新的資訊，調整一個人的價值與看法。對於以錯誤程式開始運作，之後在聖經中，發現寶貴引導的人而言，這是個好消息。然而，對不斷接觸錯誤謊言，和虛空哲理的人而言，彈性很可能是個壞消息。他們忽視智慧與真理，受現代文化觀點的欺騙。

良心本身並非完全可靠的資源，卻是完全可依靠的那位神，所使用的一個工具。聖靈與我們天生的道德羅盤一同運作，在良心大聲警告時，指引我們方向，並在路徑需要修正時闡釋神的話語。

7月5日 週五

## 轉向神 (瑪拉基書三章 7-12 節)

許多基督徒很熟悉今天這段閱讀經文中的第七節：「你們要轉向我，我就轉向你們。」當瑪拉基向以色列傳達這個信息時，他們似乎不知道，自己已經離開了主。整卷書中，神不斷聲明他們糟糕的屬靈狀況，而他們的回應總是在詢問神，自己如何冒犯了祂。

在這段經文中，神譴責他們奪取了祂的供物，不照律法的要求，獻上十分之一與供物，好供給利未人和祭司。神將他們持續不順從命令的行為看作是竊取，因為他們將屬於祂的東西佔為己有。思想主給予我們的一切，自問是否在任何事上奪取了祂。思想以下例子：

**神給了我們生命，並且定下年數**(詩一三九16) 然而，我們當中有些人卻說沒時間讀經或禱告。我們或許忙碌，但是卻有責任，在主每天賜給我們的二十四小時中，先撥出時間與主親近。

**天父也給了我們能力、才幹和屬靈恩賜** 但我們經常只把這些用在自己的事業或嗜好上，而非服事祂。

**給予我們能力去工作和賺取收入** 祂要求我們的只是先獻上一部份而已。

你是否把屬於主的任何東西佔為己有？存著順服與感恩的心，你可以喜樂地將祂所賜之物中，一小部份歸還給祂。

7月4日 週四

## 你相信良心嗎？ (提摩太前書一章 18-19 節)

「讓良心成為嚮導」是眾所熟知的一句話，卻不見得是個好忠告，因為你的道德羅盤只會和學到的原則一樣可靠。你若儲存聖經的教誨，良心就是個可靠的安全設施。但若用流行文化的錯誤理念去塑造，則會使你在道德上失敗。

天父已經給予每個人良心這個恩賜，希望能成為聖靈的工具。聖靈才是我們真正的嚮導，良心具有保護你不至迷路的功能。符合以下七項陳述，你的良心最為可靠。

- 耶穌基督是你的救主和主宰。
- 聖經是你行為舉止的基準。
- 你強烈渴望順服神。
- 你以禱告的心作決定。
- 當你考慮一個錯誤的方向時，良心的警鈴便響起。
- 你在不順服時有罪惡感。
- 你感到必須為過犯悔改。

一個可靠的良心在不順服時會立刻有反應，不會找藉口規避過錯。

若要在內心培養一個可靠的羅盤，就要閱讀和應用聖經，使神的原則凌駕任何錯誤或壞敗的程式規劃。然後，在聖靈的引導下，良心會警戒和保護你。求神使它成為一個有效的工具來引導你。

7月6日 週六

## 如何增強信心 (馬太福音十七章 14-20 節)

身為信徒，應當在生活中的各方面信靠神，但是環境或許會使我們動搖。這是老問題了，馬太福音中，耶穌五次指出祂稱之為「小信」的例子和徵兆。

**擔憂** 在登山寶訓中，耶穌對擔心基本需求得不到滿足的人講論(太六25-34)。祂向他們保證，若以神的國為第一優先，便會獲得神的供應。

**害怕** 當暴風吹起時，即使風與海的創造者與門徒同在，且熟睡船上，他們仍舊害怕(太八23-27)。

**焦點** 彼得只要定睛在耶穌身上，就有信心在水面上行走，一旦分心於周遭環境，就開始下沉(太十四24-33)。

**健忘** 儘管餵飽了數千人，門徒依舊在當下，忘記了基督過去的供應(太十六5-12)。

**無力** 雖然耶穌給予門徒趕鬼的權柄，他們卻在面對一個特別困難的情況時，感到無力，缺乏神聖的權能(太十七14-20)。

在每一個案例中，錯誤的思維都使他們對基督缺乏信心。信心減弱非因環境，而是思想和焦點。若希望更加信靠神，就必須用聖經真理充滿我們的頭腦，記住天父過去對我們的信實，期待祂的手在目前的情況中動工。心思意念若被更新，信心也會增長。

7月7日 週日

## 憤怒的後果（箴言十九章 19 節）

神會發怒，祂也給了我們這種能力。在遭遇威脅、侮辱、不公或挫折時，憤怒是很普遍的情緒。然而，因著墮落的本性，當我們被這個強烈的感覺籠罩時，通常會用得罪神的方式回應。

得罪神的回應緊抓著憤怒不放，直到它成為我們性格中的一部份，住在內心深處，開始在那裡扭曲思想和擾動情緒。平安與喜樂明顯地消失，因為無法與伴隨苦毒而來的焦慮和挫折共存。

憤怒在毒害性格之後向外溢出，影響其他人，甚至會向那些非盛怒來源的人，丟擲像火箭一樣傷人的言語，然後舉起自我保護的盾牌，以免未來再受傷害。但是很不幸，這些行為必定導致緊張的關係與孤立。

雖然憤怒會損害我們的性格，以及與他人的關係，但是最可悲的結果是，破壞與神之間的團契。盛怒不僅攔阻祂要在信徒裡面，和透過信徒所作之工，也傷了天父的心。神渴望傾倒祝福給祂的兒女，但是憤怒的拳頭，無法接受祂性格與呼召的豐盛珍寶。

你心懷怒氣嗎？它可能埋藏在你的靈魂深處，使你不曉得它的存在。而它的持續存在，會讓未獲解決的苦毒，影響你生活的每個層面。你要祈求神顯明任何隱藏的憤恨，然後釋放它，並且緊緊抓住基督的豐盛。

7月9日 週二

## 放膽要求（約翰福音十四章 12-15 節）

耶穌基督作出一個大膽的聲明：「你們奉我的名，無論求什麼，我必成就。」（約十四14）既然違背承諾，不符合三一神的本性（多一2），我們就明白，主必定成就此諾言。

因此，若放膽要求而毫無結果，問題便不在於神。有可能是時間點不對，或回應的形式，與我們所預期的不同，但也可能是我們的心不正。關於祈求，主希望我們……

**以完全倚靠基督的心態來到祂面前** 救主的血使我們有權利，來到天父神聖的寶座前。耶穌在加略山上的犧牲，除去我們的罪，並且為我們穿上義袍，使我們能夠毫無愧疚地站在寶座前。我們不是靠行為賺取恩惠，也不是因為特別屬靈，使禱告蒙垂聽。神之所以會回應，是因為祂的兒子坐在祂的右邊，替我們祈求。

**以聖潔來到祂面前** 亦即離棄所有已知的罪。我們若心裡「注重罪孽」（詩六十六18），就不能期望主垂聽。神若垂聽我們故意活在罪中所作的禱告，就是認可我們的過犯了。因此，信徒在放膽祈求之前，必須離棄惡行。

神始終是信實的。祂希望供應你所需要的東西，祝福你更多。然而，首先祂希望跟隨的人，以祂的心為心，才能以單純的動機放膽祈求。那些根據神旨意而活的人，應該相信祂會成就，奉神兒子之名所求的任何事。

7月8日 週一

## 具感染性的憤怒（箴言廿二章 24-25 節）

憤怒會對身體與靈魂造成嚴重的傷害，且其影響範圍超越自身，擴及周遭的人。因此，爆發的苦毒和無聲的憤恨，就不只是個人問題了。

憤怒的靈具有感染性，可以從一個人傳到另一個人，甚至從上一代傳到下一代。工作場所可以變成緊張的環境，充滿苛薄的言語和態度。怒火把家庭變為舌戰或冷戰的場所，連教會也飽受惡毒讒言之苦，並因個人偏好而爭執不休。

神創造我們，要我們活在與他人的團契中，但是憤怒會毒害我們的關係。很不幸，那些與我們最親近的人是受苦最多的人。兒童藉著觀察父母的榜樣，來回應生活中的各種情況，因此發展出類似的態度與行為模式。我們需要認真思考，自己傳遞給兒女的是哪種心態。

所幸，神是改變人心的神。正如我們因著與易怒之人交往，而學到他們的作風一般，我們也可以因著與主親密同行，而學到公義的作風。基督呼喚我們前來，向祂學習，並且使我們的心靈得安息（太十一28-29）。

你喜歡怒氣翻騰，還是基督的平安？兩者都有所犧牲；繼續發怒，會喪失健全的關係，很可能無法留給後代敬虔的傳承。然而，若要得著平安，只要祈求神幫助你，把怨恨、個人的權利和羞辱留在祭壇上。

7月10日 週三

## 求一件大事（約翰福音十五章 16 節）

昨天我們看過神在約翰福音十四章14節中的應許。人們常常認為它暗指：「你們求任何事，我都必成就。」他們忽略了最重要的一句話：「奉我的名」。

奉基督的名祈求有兩個意思。**第一，神喜悅信徒依照祂的目的和計劃祈求。**要做到這一點，就需要在禱告中求問，內容是否符合祂的旨意。

神用幾種方式讓跟隨祂的人，確信自己是走在正確的道路上。例如，祂或許會使正當的渴望愈發強烈，錯誤的渴望愈發減弱。另一種可能是，祂會用自己的話，使基督徒的腳步轉向，或確認信徒正走在對的道路上。無論哪一種，神都為有心遵行祂旨意的人開路。

**第二，奉基督之名祈求的意思是，渴望榮耀祂，而非榮耀自己。**雅各曾警告：「你們求也得不得，是因為你們妄求，要浪費在你們的宴樂中。」（雅四3）以試圖用禱告脫離財務破洞的人為例，仔細思想，問題在於想要脫離債務的人，希望自己能擁有更多的錢財，還是希望以榮耀神的方式，來使用多餘的錢財？動機瞞不了神，祂不會助長出於罪惡的動機。

奉耶穌基督的名是大有能力的。然而，禱告中的呼求，並不具有要什麼就有什麼的魔力，反而象徵放下自己個人的慾望，不再靠自己的方式使事情成就。如此，才是委身跟隨神，並且將榮耀歸給祂。

7月11日 週四

## 被神破碎的祝福 (出埃及記二章 11-15 節)

主打算向摩西發出一個重大的呼召：將二百多萬以色列人，從埃及的捆綁中釋放出來，這名未來的解救者似乎能勝任這項任務。身為法老所鍾愛的孫子，他有機會獲得皇室的特權、權勢和教育。然而，摩西獨立的靈也很強，其實這會妨礙他順服主。神的計劃需要一個破碎的靈，能跟隨祂，並且倚靠祂神聖的力量。

摩西因著一名埃及人毆打奴隸，而將他殺死(出二11-12)，這個大錯是他學習這項重要功課的機會。他發現有人目睹他殺人，便逃到曠野，躲避法老的盛怒。在那裡，他的自我走到了盡頭。

我們也像摩西一樣，生來就具有自私和頑固的傾向，希望事情按照自己的方式成就。然而，神給我們機會，讓生活的各個層面都降服於祂。

雖然很少人會被賦予像摩西那樣重大的任務，但是天父會對每一個信徒發出呼召。無論祂的計劃，是要我們建立敬虔的家庭、向鄰居傳福音，或是以正直和體恤的心經營企業，都希望我們靠著祂的力量去做。為了能夠勝任，祂有時會破碎我們。這不會是我們所選擇的方式，但是神知道苦難有時是必要的，以便除去自私的行為。

你希望完成神計劃要你去做的事嗎？要謙卑地求祂，破碎任何一件祂看為必要的事物。

7月13日 週六

## 神愛我嗎？ (詩篇一四五篇 19-21 節)

當生活以最無預警、令人不悅的狀況襲擊我們時，震驚與痛苦或許會使我們納悶：神真的關心我嗎？

首先，我們從約翰一書四章8節中知道：「神就是愛。」意即：憐憫與關切是祂本性的特徵。愛源自於主，祂是我們在表達愛時，最佳的典範。這個真理加上「神是聖潔的」這個事實，表明祂的愛是完美的，愛我們的方式絕不會出錯。

其次，天父愛我們，因為祂稱我們為祂的兒女。約翰在他的福音書中寫道：「凡……信祂名的人，祂就賜他們權柄作神的兒女。」(約一12)很不幸，有些人沒有父親或母親向他們彰顯愛。然而，神是完美的父親，惡待任何一個兒女全然違反祂的性情。

最後，神在十字架上完完全全彰顯祂的愛。我們在罪中都是死的，但是基督竭盡所能給予我們生命。神的兒子來到世上，表達出祂父親令人敬畏、深不可測、無窮無盡的愛，並且為我們做任何人都做不到的事。

在神的愛所顯明的這三項事實，我們怎能不期待，祂連我們生活中最細微的事也關心呢？想想看祂正在用什麼方式向你表達祂的愛，並且記住，在關於這件事上，耶穌親口說過的話：「人為朋友捨命，人的愛心沒有比這個大的。」(約十五13)

7月12日 週五

## 在逆境中前進 (哥林多後書四章 1-18 節)

逆境有辦法磨損我們，尤其當困難接踵而至，往往令我們感覺，從一個問題進入另一個問題，無暇喘息。雖然向神呼求，考驗卻不間斷。當我們快招架不住，而神又不介入時，該怎麼辦？

使徒保羅的特點，就是決心在苦難中仍忠於基督。許多基督徒因著不明白神正在做什麼，以至於卡在生命的難處中。他們希望主拯救他們脫離，但是祂所渴望的，往往是將「莫大的」能力賜給他們，使我們能走過困境(林後四7)。

如何回應苦難，將彰顯出我們真正的性格，以及對神的認識。我們很容易在生活順遂時說：「我信靠主。」然而，除非看出祂在逆境中仍然掌權，否則我們的讚美，會迅速轉為埋怨與自憐。「降服」看起來，不太像在逆境中奮勇前進的方法，卻是必要的。若不這樣，我們或許會發現，自己正在抵擋主美好的目的。

我們所事奉的神，值得相信與信賴。每次試煉都是一個機會，讓基督的光透過我們照耀出來。這也是使我們信心成熟，更像祂的兒子，並且完成祂在我們一生中，獨特計劃的其中一個方法。

我們若信靠主的信實與充足的能力，便會選擇專注在祂身上，因為知道短暫的苦楚，要為我們成就「極重無比永遠的榮耀」(林後四17)。

7月14日 週日

## 永恒的目的地 (路加福音十六章 19-26 節)

我們所有人都應該是永存的，因為是照著神的形像所造(創一26)。身體死亡後，靈魂會永遠活著。然而，死後要在天堂或地獄，取決於接受或拒絕耶穌，成為我們個人的主與救主。

聖經教導，世人都犯了罪，該受刑罰(羅三23；羅六23)。我們無法做任何事賺取神的赦免，天父深知這一點，便差遣祂的兒子耶穌，來擔當我們的罪，並且代替我們受罰。如此，我們就成為神家中的一份子，並且期待在天堂，與祂永遠同住。

祂對這個奇異恩典，唯一的要求是，人要承認自己是罪人，也需要一位救主，並且相信耶穌為拯救我們而死(羅十9-10)。那些拒絕基督的人，死後將永遠與祂隔絕，但那些相信的人會永遠與祂同住。

每個人最終不是在天堂，就是在地獄，這兩處都是聖經所描述的真實之地。在天堂中，我們再也不會有疼痛、悲哀或眼淚(啟廿一4)。但地獄恰恰相反，那是刑罰之處，痛苦與折磨永無止盡；今天這段經文說明這個殘酷的事實。

永恒的刑罰與地獄的事實，絕非淺顯易懂之事，卻極其重要，因為必定會發生。別讓情感使你拒絕聖經上的真理，留意那些警告，並確定你一定會進入天堂。

7月15日 週一

## 你會在這裡度過永恒？（哥林多前書十五章 1-4 節）

在家中，煙霧偵測器會警告我們失火了，而車子的儀表板會在功能異常時，發出亮光。忽略這些警訊是愚昧的；同樣地，聖經經文警告我們，拒絕神所賜下的救主，將會有悲慘的後果。

聖經告訴我們如何與神和好，使我們能和祂共度永恒。我們需要明白，並接受以下真理：

**罪使我們與神隔絕**（羅三23；西一19-22）。亞當和夏娃的悖逆，使我們生來就有悖逆神的本性，祂的公正要求我們，為自己的過犯付出代價。

**神差祂的兒子耶穌為我們受罰**（林前十五3）。只有完美者的死，才能滿足天父公義的審判。耶穌一生沒有犯罪，祂才有資格成為我們的替代者。祂樂意代替我們死在十字架上，為我們受罰。神接受祂為我們受死，並且宣告我們在祂眼中是公義的（羅三22）。

**救恩是個免費的禮物，因信耶穌而得著**（弗二8-9）。我們的好行為既不能滿足神聖的公義，也無法償還我們的罪債。這不是神赦免或接納我們，進入祂家中的條件，只有相信耶穌，才是到神那裡唯一的道路（約十四6）。當我們接受基督為救主和主宰時，天堂就成為我們永恒的目的地。

神希望你永遠與祂同住。若你尚未確定永恒的目的地，現在就確定吧！

7月17日 週三

## 試煉是值得的（雅各書一章 9-12 節）

神的話語說道，試煉是培養堅忍和增長智慧的機會，所以我們應當喜樂地面對（雅一2-4），但試煉真有必要嗎？值得經歷一切的痛苦、傷心與掙扎，只為了讓神在你生命中，做祂的工作嗎？

答案是值得的，因為當神作工時，祂的計劃是祝福祂的兒女。不過，走到祝福的路程中，步伐可能會很沉重，所以一定要時刻記住，祂對你的逆境有美好的目的。以下七個真理能幫助你即使在困難中也能喜樂。知道試煉……

- 在神的掌控下，長度和強度會受限。
- 有其目的，不會白白忍受。
- 會有美好的結果。
- 能增強你的信心，並且在你裡面培養出基督的樣式。
- 是個在壓力下彰顯毅力的機會。
- 會激勵你倚靠神。
- 不是要單獨面對，神會全程陪伴。透過祂的恩典與力量，你最終會得勝。

記住，神是位關愛的天父！祂愛我們如此之深，使祂在我們生命中要成就大事時，不會向抱怨屈服。祂也希望我們在經歷過困難，到達祂所盼望之處時，會看出這項祝福，並且說：「親愛的上帝，謝謝你當初沒有接受我的次好建議！」

7月16日 週二

## 你的信仰模式（以賽亞書五十五章 10-11 節）

我們相信什麼，會有差別嗎？當然有，因為所相信的事，會影響生活各方面。除非清楚明白我們的信念，以及為何信奉，否則會在信仰上搖擺不定，也無法好好地將耶穌基督介紹給他人。

問題是，大多數人對信仰只有模糊的概念。仔細思考支配我們想法與生活方式的基要真理，才為明智。

讓我們從神自我啟示的聖經開始。聖經的每一部份都是「神所默示的」（提後三16）。這表示主選擇某些人，在歷史特定的時刻，傳達特殊的信息，然後在經文的每一個看法上，執行祂至高的權柄，人類作者無法攔阻祂的意向。

鑒於聖經的寫作過程中，有人為的參與，我們便能理解，有人質疑其可靠性。然而，這本出色的書，是完全可靠與精確的，因為說話和監督的是神；祂也確保其中具有足以支持的證據。

許多古卷被發現，儘管年代久遠，其中卻沒有一處與聖經的可靠性或準確性相抵觸。

當你拿起一本聖經時，要明白手中拿的是什麼。它不只是白紙黑字而已，而是神永存的話語。神慈愛地將它給予人類，使我們與祂的關係能夠增長。

7月18日 週四

## 更像耶穌（彼得後書三章 17-18 節）

神對每一位信徒都有一個計劃，救恩只是第一步而已。祂期望所收納的兒女，能培養出家人的相似度，而聖靈負責把每一個人改變為耶穌的樣式。

相信基督為個人救主的那一刻，我們重生，並在屬靈方面成為新生的嬰孩。新生兒的特徵是渴望喝奶，屬靈方面也是如此。初信者需要從神的話語，持續得著滋養，才能在敬虔、恩典與基督的知識上長進。

聖靈在我們閱讀和默想聖經時，用以神為中心的思維，以及對敬虔生發的渴望，取代原本의思想和慾望。我們不再以取悅自己而活，是渴望透過順服來榮耀神。

正如所有成長中的孩童一般，我們會因著屈服於誘惑，而不時地跌倒。然而，天父給了我們特權，藉著認罪而得著潔淨（約壹一9）。

祂也顯明不討祂喜悅的態度、行為與作法，藉此實施慈愛的管教。祂的懲戒始終是為著訓練我們，並且在我們裡面「結出平安的果子，就是義」（來十二11）。

天父絕對不會拋棄或拒絕我們。祂看顧我們所走的每一步路，聆聽禱告，安慰我們，並且鼓勵我們愛慕和順服祂的話語。祂應許在天堂見祂的那一天，我們會完完全全地像基督（約壹三1-3）。

7月19日 週五

## 改變為基督的樣式 (以弗所書五章 1-21 節)

身為基督徒，我們被要求具有崇高的道德標準。然而，我們可能會感到失敗多於成功。言語或許不如該有的純淨，也或許尚未勝過一些惡習。若不明白阻礙我們進步的原因，就容易沮喪。

改變開始於頭腦，因為思考方式會影響行為。若不留意是甚麼進入思想，就不能期望在敬虔上有所進步。保羅告誡我們，不要效法這個世界，只要心意更新而變化(羅十二2)。我們必須刻意用神話語的真理，充滿我們的頭腦，以確保自己能對抗這世界的信息。

他人的影響是另一個途徑，會使我們在追求敬虔的事上得幫助，或受攔阻。若和標準不同的人來往，會容易妥協，但是成熟的信徒，能察覺攔阻成長的障礙，並看出需要調整之處。章伯斯(Oswald Chambers)、司布真(Charles Spurgeon)和穆迪(Dwight L. Moody)等敬虔者的傳記，曾帶給我極大的影響。在閱讀時看到他們生命的一些品格，會希望自己也能具備，那些性格經常成為我在禱告中，所求的基本項目。

你的頭腦裡充滿哪些種類的思想？朋友、電視或社群媒體對你的影響大過神的話語嗎？當聖靈幫助你，以敬虔的思想取代錯誤的思想時，你的行為也會有所轉變。

7月21日 週日

## 如何面對傷害？ (以弗所書四章 30-32 節)

你是否無論到哪兒，都帶著創傷同行？也許，有人在昨天說了某句話，或做了某件事傷害你，你卻無法忘懷。也可能有人多年前得罪了你，時至今日仍影響著你，即使試圖埋藏痛苦，卻還不斷地冒出來。

神不希望我們活在情感傷痛的烏雲下。在今天這段經文中，祂提供了出路，就看我們是否願意踏上。

**承認自己的罪(30節)** 雖然對方的罪似乎大得多，我們卻不能躲在「受害者」的標籤後面。犯錯的人要為自己的行為向神負責，我們則要為自己的回應負責；這便是我們受警告，不要使聖靈擔憂的原因。

**不以惡報惡(31節)** 往前邁進的唯一方法是，放下對冒犯者所懷的苦毒、憤怒和惡毒。回想所受的冒犯，再次經歷痛苦，怨恨油然而生時，就會以不當的方式回應，而非順服聖靈而行。若要從傷害中得醫治，就必須拋開這些事。

**饒恕(32節)** 我們所犯的罪既然已得赦免，就不需要緊抓著別人的過犯不放。

每當我們降服聖靈時，祂便會使我們在饒恕中前進。傷痛若深，進展就可能緩慢，不過還是要以饒恕的態度繼續順服神。你將發現，當你不再計較那個冒犯的行為時，一直以來所懷的傷痛也會離開你。

7月20日 週六

## 清潔與受苦 (彼得前書四章 1-5 節)

對基督徒而言，受苦與清潔之間有何關聯？我們通常不會把這兩個辭彙聯想在一起，但是彼得說，那些在肉身受過苦的人，就已經與罪斷絕了，不再隨從人的情慾，只從神的旨意。這並不是說我們會達到完美無瑕的程度，而是罪的權勢會在我們的生命中被摧毀。

這段經文，告訴我們正在打仗，彼得說當將基督受苦的心志作為兵器。正如耶穌樂意順從天父的旨意，走上十字架，我們也應當接受神在個人生命中的旨意(包含受苦)。那是祂潔淨我們的一種方式，使我們與之前罪惡的情慾斷絕。

身為信徒，我們蒙召過一個與周遭世界不同的生活；這並不表示要刻意敵對，但我們的生活方式應當是清潔的典範。其他人或許會因此感到不悅，因為顯明出他們的罪來，或許會誹謗我們，好讓自己感到舒服一點。

雖然，我們希望世界能藉著我們徹底改變的生命，被吸引到基督那裡，但實際上，我們可能造成別人的不舒服，甚至與我們敵對，這便是世界各地，許多基督徒受逼迫，甚至因信仰而被殺的原因。

然而，每當教會遭遇逼迫時，也會被潔淨，並且變得更加剛強。神從來沒有打算讓苦難擊敗我們。相反地，祂的目的是讓苦難，使我們能為基督作出聖潔有果效的見證。

7月22日 週一

## 毒根 (希伯來書十二章 12-15 節)

你若曾除掉家中草地上或花園裡的雜草，就知道它們會造成多大的困擾。當你將它們拔掉，一切看似美好，但那只是暫時的，討人厭的雜草不久後又長出，因為根還在。

一個不饒恕的靈就像往四面八方生長的根，影響生活的每個層面。藉著壓抑痛苦與憤恨而砍掉葉子，並非長久之計，就像雜草一樣，只要根還在原處，苦毒就會繼續生長和繁殖。

深受傷害後，我們有時會拒絕饒恕，因為寬恕使犯錯者無罪開釋，降低了過犯的嚴重性，但饒恕並非如此。饒恕是對過犯釋懷，同時也捨棄要求賠償的權利，因為承認報復是神的責任，不是我們(羅十二17-21)。

頑固地拒絕饒恕，看似與冒犯者扯平，實際上卻是傷害我們的毒藥。它對我們享受生活的能力造成阻礙，並像任何一種罪，侵蝕我們與主的團契。不饒恕甚至會影響健康，造成身體的疾病、焦慮或憂鬱。

然而，毒根不會只停留在我們身上，它還會伸入人際關係中，製造紛爭，並且污染他人(來十二15)。一個不饒恕的靈，阻礙我們愛的 ability，破壞家庭和工作場所的氣氛。

放下委屈，拒絕反覆思想傷痛，用積極正面的事物(主的真理)充滿你的頭腦。

7月23日 週二

## 從傷害中成長 (創世記五十五章 15-21 節)

歷世歷代以來，許多人因他人的所作所為，飽受痛苦與不公。沒有一個人能免除衝突、批評與惡待。問題是，我們是否因此而更像基督呢？

發生在我們生命中的事，沒有一件是偶然的。身為神的兒女，我們知道一切的遭遇都是經過天父慈愛、掌權的手所過濾，祂能使用我們所經歷的任何事，叫我們在恩典與聖潔中長進，即使是不公正與虐待。

約瑟忍受的不公平待遇，比我們所想像的還要多：他被哥哥們賣為奴隸，被波提乏的妻子誹謗，且在獄中被遺忘。許多年過去，似乎沒有一件好事發生，但這一切事有其神聖的目的。約瑟學到神更多的法則，並為著未來在接受訓練。

我們每一個人也是如此。主不希望我們將焦點放在被惡待的事，和所受的痛苦上，希望我們定睛在祂身上。當我們讀神的話語時，祂顯明法則與目的，帶領我們與祂同行，並且給我們耐心，等候祂的時間點。祂內住的聖靈，也使我們能夠以敬虔的方式回應，饒恕那些惡待我們的人。

思想約瑟對哥哥們說的話：「從前你們的意思是要害我，但神的意思原是好的。」(創五十20)記住，在你的生命中也是如此。你若能饒恕冒犯你的人，並且相信主的法則，痛苦便非白受，乃是叫你得益處。

7月25日 週四

## 維護教會合一 (腓立比書二章 1-2 節)

世界各地都有教會分裂。基督徒會在各種事上意見分歧，例如崇拜要與時俱進還是維持傳統。保羅指出，若要達成目的，就需要合一。但意見不合時，如何合一？

這完全取決於在何事上意見分歧。信仰的基本教義，例如耶穌是神的兒子，為我們的罪死，並且復活等，是毫無討論空間的。

若是在不太重要的事上產生爭執，例如對教義作吹毛求疵的詮釋，可以在愛中以敬虔的心態討論，但是信徒不應當讓這類事情製造分裂。在這種事上若要達成一致，很可能會讓某些人對結果感到失望，雙方都應當願意接受彼此的差異，避免紛爭。

多年前，我在南部一間鄉村教會，會眾明顯分為不同的派系。這些派系在本質上成了各自獨立的教會。我不去處理雞毛蒜皮之事，而是單單傳講神的話語。久而久之，多年不交談的人開始合一。這都因為教會是耶穌基督的身體(西一24)，所以祂能使我們合一。

人們自私地相信自己的偏愛，比別人的意見要好，靠人的力量，無法做任何事，修補彼此的差異。然而，為著教會合一的更大益處，犧牲自己的渴望，是討神喜悅的，而且順服最終帶來的喜樂，遠超過照己意而行。

7月24日 週三

## 在身體裡相合 (哥林多前書一章 10-11 節)

今天這段經文源自保羅的書信，是他寫給哥林多分門結黨的信徒。那個教會容許分歧阻礙其團契。保羅知道信徒中的紛爭，具有極大的危險性。

聖經清楚闡釋教會的使命，最高目標包括向萬民傳福音、關懷貧窮者，以及一同敬拜，同時也在神的真理中彼此相愛、鼓勵與勸誡。每一項都需要教會成員合一。

神希望祂的子民「竭力保守聖靈所賜合而為一的心」(弗四3)，所有的基督徒若在信仰上，以聖經為依據，就應當能按照真理解決每一個紛爭。

很不幸，事情沒有這麼簡單。人類的本性、偏好以及對經文不同的解讀，會造成分歧。例如，有多少教會為著音樂風格而爭執啊！

可悲的是，當差異引發分裂時，我們的使命就變得模糊，也無果效。正如漁夫不能用破裂的網子捕魚一樣，團契若非完好無損，便無法有效地向世人傳耶穌。

你的言行激勵弟兄姊妹嗎？還是說閒話和負面話語，並且極力爭取自己的喜好和意見？要留意，神希望我們的行為舉止積極地促進教會合一，我們一定要這樣做，才能完成祂的心意。

7月26日 週五

## 改變的力量 (以弗所書二章 1-10 節)

為何有許多人已經相信耶穌基督為救主，卻仍感到挫敗，在罪中掙扎？其中一個原因或許是，我們從未清楚理解十字架上所發生的事，仍舊看自己為絕望的罪人，無力改變，沒有用在基督裡的新身份活著。

在不認識基督時的狀況下，神如何使我們明白，得救時發生何等劇烈的變化。

**在靈裡是死的** 我們不只是「行走的傷患」，事實上是死在自己的罪中，無力使自己活過來，或與神建立關係。

**配受祂的盛怒和審判** 罪不僅造成我們與神之間的障礙，還使我們成為祂的仇敵，注定要被祂的公義定罪。

**無助和絕望** 我們無法做任何事，讓神接受我們。若無祂的靈介入，我們甚至無法悔改歸向祂。

完美、聖潔的神竟會向悖逆的罪人，展現慈愛與憐憫。祂差兒子來承擔我們的罪，並且忍受神聖怒火，以便拯救我們。如今，所有相信基督的人，接受祂為我們所作的拯救之工後，都從屬靈的死亡中被救起，獲得永恆的生命。

曾經使我們與神隔絕的障礙，在基督裡被除去了。我們不再需要因罪而挫敗地活著，因為我們有聖靈的力量，可以根據在基督裡的新身份活著。神的恩典是夠用的，不僅拯救我們，還能徹底改變我們的生命。

7月27日 週六

## 蒙恩得救 (以弗所書一章 3-14 節)

我們常在基督徒圈子裡聽見人們談論恩典，聖經用這兩個字來表示神的美好與恩慈，白白賜給那些完全不配得的人。

神的恩典使我們藉由基督得救，這也是祂看我們的依據。靠著恩典，我們……

**稱義** 一切的罪惡與羞恥都除去，基督的公義被算為我們的(林後五21)。不論過去是怎樣的人，如今都能為耶穌放膽而活。

**成為神家中的一份子** 我們已在靈裡被收納，所以能成為神的兒女，稱祂為父親(弗一5)。這世界或許看我們無足輕重，但是應當記住，我們是大君王的孩子。

**與基督同作後嗣** 有蒙保證的基業，為我們存留在天上(彼前一4)。我們已不受物質主義的誘惑，因為在唯一重要的事上，我們是富足的(林後八9)。

**獲得新生命** 一旦相信救主，我們就得以重生，並且有了嶄新的開始(林後五17)。這個新生命的印記是神聖靈的內住，聖靈改變我們成為基督的樣式，並且保證未來會復活(弗一13-14)。

**脫離罪、撒但和老我的權勢** 恩典教導我們除去不敬虔的心，並且順服神，公義度日(多二11-12)。

從得救開始到天堂的永恒，我們都蒙受神無止盡的恩典。

7月29日 週一

## 恒切禱告 (歌羅西書四章 2-4 節)

無論靈命到達什麼程度，大多數人都會承認自己的禱告生活不如預期。我們試圖在忙碌的日程表中，挪出時間禱告，卻往往無法持久。當我們終於設法擠出時間親近主時，卻發現很容易因遊蕩的思想、自身的慾望，和當天該做的事而分心。

禱告對基督來說十分重要，對我們也應如是，所以不要沮喪地放棄，以零星的靈修經驗為滿足。若要擁有進深的禱告生活，就要視它為一天中最重要的事。

每天都要撥出一段時間禱告，並且研讀神的話語，如此才能堅持下去，然後需要找一個最不受干擾的地點。既然已經很忙，若要做到這一點，或許就必須有所犧牲。也許要早點起床、放棄一個喜歡的活動，或是中午吃飯時間。

聖經是一個重要因素，因為它教導我們關於父神的屬性、應許和優先順序。神的話語將我們的思想，從世俗的關切與享樂轉移到祂身上，聚焦於祂，如此能提醒我們，祂的重要性，也使我們渴望討祂喜悅。然後，準備好按照祂的旨意祈求，並聆聽祂要說什麼。

培養禱告的習慣或許要有所犧牲，但是值得付上代價與努力。花時間親近主，是更認識祂、更愛祂的最好方式。

7月28日 週日

## 受造讚美神 (詩篇卅四篇 1-3 節)

身為人類，我們容易以自我為中心。例如，尋求神對我們一生的旨意是件好事，但是在完成祂的計劃時，容易老想著自己的感受，而非思想歸給神的榮耀。這會在為神所做的每一件事，幾乎都成了試探，而且包含了讚美。

敬拜主的焦點應該在祂身上，而不在我們。事實上，神的子民是為讚美而造。使徒彼得如此說：「惟有你們是被揀選的族類，是有君尊的祭司，是聖潔的國度，是屬神的子民，要叫你們宣揚那召你們出黑暗入奇妙光明者的美德。」(彼前二9)

我們主要的責任，就是過一個讚美天父的生活。今天的詩篇給出一些遵循的方針：

**何時** 時時！無論情況好壞，都應口唱心和地讚美神(1節)。敬拜不是單屬週日。

**如何** 敬拜的目標是誇耀主和稱主為大(2-3節)。當我們專注在祂的美德上，祂便在我們的心靈和意念中擴大。

**何處** 雖然讚美是一個持續性的個人行為，但詩人也宣稱：「一同高舉他的名。」(3節)。當我們同聲高舉主時，讚美愈發加增。

讚美是你在生活中常做的一件事嗎？你若在心思意念中給主一個較大的位置，祂便被尊為大，讚美也成為既真誠又自然的反應。

7月30日 週二

## 靈修的益處 (詩篇一四一篇 1-4 節)

你認為自己是個禱告的人嗎？你的靈修是否表達出你渴望與祂同在，渴望把所有的掛慮都帶到祂面前，並且渴望更深認識祂？

大衛是個禱告的人，無論在面對威脅、認罪，或發出讚美與感謝時，他素常的習慣是向神呼求，靈修的結果便是與主有親密的關係。

我們若看重禱告，就會發現自己與神愈來愈親近。當我們花時間與天父交談，並且讀祂的話語時，會開始從祂神聖的觀點看這世界；神看重之事，也會成為我們關切之事。

而且，我們的祈求會愈來愈多反映出祂的興趣與渴望。之後，一旦看見禱告事項蒙應允，信心就會增強，心中會充滿感激與愛慕。

久而久之，禱告的操練與持續的讀經，會開始在我們身上產生淨化作用。經常研讀神的話語，加強我們與神之間的交流，聖靈會將真理深植入我們心中。當主顯明在哪些方面不敬虔時，聖靈會給我們力量改變。此外，我們也學會看出要參與何事，如何投入時間、財務和屬靈恩賜，在祂的事工上。

禱告的益處不勝枚舉，最棒的是與我們認識與愛慕的主相親，所產生的喜樂。

7月31日 週三

## 我們的牧者（約翰福音十章 7-15 節）

古代，負責照料羊群的人，擔負著挑戰性的任務。他有責任帶領羊群，到新的草地和乾淨的水邊，保護牠們不受肉食動物的攻擊，並且在羊隻走迷時找到牠們。然而，這是個卑微的工作，因為既孤單又危險。牧羊人住在羊群當中，面對著圈門而睡，使羊不出圈，狼不入圈。這是個辛苦、一成不變，又吃力不討好的工作。

然而，基督坐在跟隨祂的人當中說：「我是好牧人」（約十11；約十14）。現代教會忽略了這幾個字的影響力。我們用粗糙卻浪漫的眼光，來看耶穌這位牧人。宇宙至高之神謙卑自己，置身於不堪的環境，與像羊那般常常走迷、任性，有時還與羊一樣笨的人同工。

照顧羊群需要面對著圈門而睡。耶穌正是這樣做，祂為我們成為那扇門（約十9），為廣大的人群犧牲性命，使任何一位選擇相信祂的人，都能進入神的圈中（約三16）。一旦入內，便得著供應，在走失時被尋回，並且被保護，不受敵人傷害。

耶穌看自己為人類的牧者。所幸，對祂來說，我們不只是一群羊。祂知道關於每個人的每件事，包括名字、個性與缺點，而且不顧所有的缺點，來愛我們。還有什麼方式比認得祂的聲音，處處跟隨祂的帶領，更能回報我們的愛呢？

8月2日 週五

## 急躁的後果（路加福音十五章 11-21 節）

缺乏耐心會有多嚴重的後果？我們通常一笑置之，將它視為一項弱點，而非一個罪。畢竟，它不像姦淫、偷竊或謀殺那麼糟糕。然而，你曾否想過，急躁顯示出你對神抱持何種態度？

我們若表現出無法忍受遲延，便是在告訴主：「我不相信你的時間表，我的比較好。」看得出這種態度的嚴重性嗎？急躁顯示出驕傲，因為我們將自己的認知，提升到比全知的神還要高的地步。

浪子會走向不幸的路程始於急躁。他要立刻得到家產，不願意等。讓自己掌控事情後，面對以下的後果：

**帶給家人悲傷** 我們的急躁有時會傷害到所愛的人。

**脫離家庭的保護** 當我們跑在神的前頭時，通常會將生活中理性與智慧的聲音拋諸腦後。

**發現自己一敗塗地** 神的祝福伴隨著順服而來，所以，忽視祂的時間表，就必蒙受極大的損失。

**感到無價值** 當急躁使我們處於主的旨意之外時，便失去與主的團契。

雖然浪子返家時受到歡迎，卻永遠也無法重獲失去的產業。我們若跑在神的前頭，也一定自食苦果。讓我們記住，耐心等待，直到主領我們向前才是最好的。

8月1日 週四

## 忍耐——強有力的特質（歌羅西書三章 12-17 節）

耐心或缺乏耐心的表現，在我們生活各方面顯露無疑。例如，當你所等待的電梯沒有很快到達時，你是否一再地按按鈕？或者，在雜貨店排隊結帳時，若是沒有移動的跡象又被卡在當中，你是選擇安靜等待，還是在內心抱怨店家經營不善？

雖然我們的性情在某種程度上，會決定等候的能耐，但神希望基督徒擁有的耐心是由聖靈結出的果子（加五22-23）。離了祂，我們便會在沮喪或是情況不合意時，自然而然變得沒耐心。

忍耐這個屬靈的果子，讓我們能夠不執著於獲得立即的滿足，等候主來供應。這是單單來自神的內在平靜與信靠，並非表示我們絕不會感到急迫或壓力，但是當我們將期望卸給主時，祂會平靜我們的心懷意念。

大衛深諳此理。他在等待作王時，有幾次機會可以殺掃羅——國家當時的統治者。大衛拒絕趁人之危，他展現出耐心與信心，相信神在時間上的安排（撒廿四10-11；撒廿六10-11）。

耐心關乎是否相信神。你願意將生活中大小事的期望都卸給神嗎？你能夠承認主的時間點比你的更加可靠嗎？如果是，你正在成為一位真正有耐心的人。

8月3日 週六

## 何謂跟隨耶穌？（馬太福音四章 18-22 節）

我們通常自稱是跟隨基督的人，但這到底是什麼意思？當耶穌呼喚彼得、安得烈、雅各和約翰來跟從祂時，他們便拋下正在做的事去跟隨祂。這些門徒有實質的證據：用眼睛看見祂的方向，用耳朵聽見祂的話語。然而，我們今日如何跟隨耶穌？查考今天這段經文，會看見四個要素，顯明如何成為跟隨基督的人。

**聽見耶穌的聲音** 今天，基督依舊透過聖經向我們說話，透過直接的命令與禁令、屬靈的原則和聖經的實例，給予教導和指引。在我們裡面還有聖靈指引道路，並在走偏時糾正我們。

**毫不遲疑地順服** 門徒一旦聽見主的命令，就立刻遵從。跟隨耶穌不僅需要做祂所說的事，還要照祂所說的時間和作法去做。

**捨下一些事物** 為了跟隨耶穌，門徒捨棄舒適的家庭，和固定收入的保障。有些信徒或許會被要求，放棄完全不同的東西。

**追求基督所提供的更高目的** 基督應許他們的不僅僅是掙錢度日，而是一個具有永恆目標的生活，為神的國度成為得人的漁夫。

跟隨基督不只是與祂認同，還要委身順服，拋下攔阻人為祂而活的任何事物。