

2026年5月25日 神為人預備的地

余志文

讀經：創世記一章 1-31 節 (選讀)

1 起初，神創造天地。2 地是空虛混沌，深淵上面一片黑暗；神的靈運行在水面上。3 神說：「要有光」……5……這是第一日。

6 神說：「眾水之間要有穹蒼，把水和水分開。」……8……這是第二日。

9 神說：「天下面的水要聚集在一處，使乾地露出來。」事就這樣成了……13……這是第三日。

14 神說：「天上要有光體來分晝夜，讓它們作記號，定季節、日子、年份……19……這是第四日。

20 神說：「水要滋生眾多有生命之物；要有鳥飛在地面以上，天空之中……23……這是第五日。

24 神說：「地要生出有生命之物，各從其類，就是牲畜、爬行動物、地上的走獸，各從其類。」事就這樣成了……26 神說：「我們要照著我們的形像，按著我們的樣式造人，使他們管理海裏的魚、天空的鳥、地上的牲畜和全地，以及地上爬的一切爬行動物。」……28 神賜福給他們，神對他們說：「要生養眾多，遍滿這地，治理它；要管理海裏的魚、天空的鳥和地上各樣活動的生物。」……31……這是第六日。

信息

每年「常年期」的第一主日也是「三一主日」，未來幾天的經文也取自相關經課。今天是上帝創世的記載。

雖然第 1 節指神創造天、地，但看來整段經文重點是地多於天。首先，按《和修版》，「地」在全章經文共出現了二十四次，「天」卻只出現了十次。此外，第 2 節開始指出聖靈要運行是因為空虛混沌的「地」和深淵上的黑暗。

細看六日創造的重點，發現有兩組天、海、地的循環：

第一日：天	第四日：天上光體
第二日：海	第五日：海中和天上生物
第三日：地和植物	第六日：地上生物和人類

天和海的創造及其中的生物，看來是為了造就地，而最後這地和所有受造物也歸人管理。而人兩方面的使命也與地有關：(1)生養眾多，遍滿這地；(2)管理地以及所有生物。(28 節)

再看整個「摩西五經」，故事的主線也與「地」分不開，洪水滅世後等待地的再現(創八 1-13)，巴別事件結果是人分散在全地(創十一 8-9)，亞伯蘭蒙揀選離開本地、本族、父家往神所指示他的地去(創十二 1)，基本上〈出〉、〈利〉、〈民〉、〈申〉的重點便是預備進迦南地。

神創造的大地或指定的應許地，分別是為人類和神的選民而預備的，神與人的故事在那兒開展、發生，神藉此照顧人類，也在當中賜人使命。

思考與實踐

1. 神曾在我生命中預備了哪個「應許地」？例如某專業、某個自己所愛的群體、某方面的事奉……
2. 除了在享受神所預備的「應許地」，神期望我在當中有何使命？

金句

神賜福給他們，神對他們說：「要生養眾多，遍滿這地，治理它。」(創一 28 上)

2026年5月26日

獨一創造主

余志文

讀經：創世記一章 1、3、26-28 節

1 起初，神創造天地。

3 神說：「要有光」，就有了光。

26 神說：「我們要照著我們的形像，按著我們的樣式造人，使他們管理海裏的魚、天空的鳥、地上的牲畜和全地，以及地上爬的一切爬行動物。」27 神就照著他的形像創造人，照著神的形像創造他們；他創造了他們，有男有女。

28 神賜福給他們，神對他們說：「要生養眾多，遍滿這地，治理它；要管理海裏的魚、天空的鳥和地上各樣活動的生物。」

信息

聖經是神的啟示，為了讓我們更認識上帝。它是怎樣開始的呢？由創造開始。今天的經文，讓我們認識創造主的幾方面。

首先，也是最重要的，祂是創造主。不同宗教也有不同的創造故事，例如中國人較熟悉的「盤古開天」、「女媧造人」，北歐有巨人尤彌爾的屍體，佛教經典記載人類是從光音天降生於欲界。

亞伯拉罕信仰有幾個獨特之處。第一，世界是由一位有位格、獨一的神所創造的，而不是由不同神明「合作」的結果；第二，這位神在「起初」創造天地，不似一些神話，先有世界一些元素，才有創世的故事，上帝先於世界。

第三，聖經簡潔描述神以「說」造這世界的(3、6、9、11、14、20、24、29 節)。不像其他神話串聯到一些十分人性化的故事(例如古埃及創世神亞圖姆原來是透過自慰 [或打噴嚏] 生出空氣、濕氣的)。聖經輕描淡寫的表達，突顯祂發命令的主權、祂的能力、祂不用向人交代創造的細節。

第四，聖經把世界和人類的創造放在一起，但卻對人的創造作更詳細和獨特的描述，本文特別指出兩點。人是照神的形象造的(26 節)；神給予人使命和任務(26-28 節)。神與人類有密切的關係，祂不是抽空地創造世界，更讓人有這位先於世界而存在、獨一、滿有能力和權能的上帝的形象。

這位三一上帝，是創造天地的主宰，是獨一的上帝。

思考與實踐

1. 基督信仰的上帝與其他宗教的創造故事有何分別？
2. 三一神是天地間獨一的主宰、唯一的上帝，我們要(1)敬拜和(2)順服祂。在這兩方面，我可以如何做得更好？

金句

起初，神創造天地。(創一1)

2026年5月27日

三一創造主

余志文

讀經：

創世記一章 1-3、28 節

1 起初，神創造天地。地是空虛混沌，深淵上面一片黑暗；神的靈運行在水面上。3 神說：「要有光」，就有了光。

28 神賜福給他們，神對他們說：「要生養眾多，遍滿這地，治理它；要管理海裏的魚、天空的鳥和地上各樣活動的生物。」

約翰福音一章 1-3 節

太初有道，道與神同在，道就是神。這道太初與神同在。萬物都是藉著他造的，沒有一樣不是藉著他造的。

信息

昨天信息強調三一神在創世中「一」的重要性，今天思考「三」。

首先，天父起動整個創造——起初，神創造天地。當中「神」的希伯來文原文是 *Elohim*，當然這個字「神」有可能是指三一神，但聖經中使用這個字詞很多時是主要指聖父，而且聖經中聖父很多時代表了三一神，例如聖經多處描述父神接受敬拜、配得榮耀，卻較少直接描述聖子或聖靈接受敬拜，但三位格的上帝同榮同尊，某程度聖父是代表了三一神接受敬拜。

此外，〈創世記〉直接描述「神的靈」運行在水面上，「運行」原文意思是盤旋、翼護，例如「又像老鷹攪動巢窩，飛翔在雛鷹之上，搨展翅膀，接取雛鷹，背在自己的兩翼之上。」(申三十二 11，《新譯本》) 中的「搨」便是這個字。《和修版》在這裏譯作「運行」，頗能反映聖靈在當中

行動的意義，再者，參考申三十二 11 的比喻的表達，老鷹搨動雙翅是有目標的，為了保護、帶領雛鷹。聖靈的「運行」，為了回應一個空虛混沌的世界的情況。起初大地的狀態是「沒有定形、混混沌沌，黑暗在深淵上面」(呂振中譯本)，對希伯來人來說，「深淵」和「黑暗」都是負面、可怕甚至邪惡的象徵，但因聖靈的介入，為大地帶來秩序、光輝、希望。

神用「說」來創造，亦代表祂的話，有神學觀點認為這與作為「道」的基督的關係密切。新約更明言萬物都是藉著基督造的(約一 3)，祂是整個創造的藍圖，祂是創造的工程師、媒介，若沒有基督，整個創造無法完成。

思考與實踐

上帝啟動創造，令一個本來混混沌沌、黑暗的大地變得有秩序、意義、盼望、光明，人因而可以在其上生活，生養眾多，遍滿這「地」。

1. 請為神的創造獻上感恩。
2. 人要「管理海裏的魚、天空的鳥和地上各樣活動的生物」，我可如何為神好好管理祂所創造的大地呢？例如如何讓更多人認識這位創造主？在環保的問題上我可如何做得更好？

金句

神賜福給他們，神對他們說：「要生養眾多，遍滿這地，治理它；要管理海裏的魚、天空的鳥和地上各樣活動的生物。」(創一 28)

2026年5月28日

作神管家 (一)

張晴

讀經：詩篇第八篇

大衛的詩。交給聖詠團長，用迦特樂器。

- 1 耶和華 - 我們的主啊，你的名在全地何其美！你將你的榮耀彰顯於天。
- 2 你因敵人的緣故，從孩童和吃奶的口中建立了能力，使仇敵和報仇的閉口無言。
- 3 我觀看你手指所造的天，並你所陳設的月亮星宿。
- 4 人算什麼，你竟顧念他！世人算什麼，你竟眷顧他！
- 5 你使他比神微小一點，賜他榮耀尊貴為冠冕。
- 6-8 你派他管理你手所造的，使萬物，就是一切的牛羊、田野的牲畜、空中的鳥、海裏的魚，凡游在水裏的，都服在他的腳下。
- 9 耶和華 - 我們的主啊，你的名在全地何其美！

信息

在教會年曆的上半年，我們記念基督的生平，包括祂的誕生、傳道、犧牲、復活和升天；在後半年有一個新的意義，就是讓信徒在日常生活中實踐基督真理的教訓，結出生命的果子。

如果從〈詩篇〉第八篇去思考如何實踐真理的教訓，其中一方法就是從人的身份和角色出發。這首詩和〈創世記〉第一章都是強調神是創造主、人是受造者，被賦予尊貴以及治理的權柄，這彷彿在告訴我們，神把受造界交託給人去管理的決定，並沒有因著亞當犯罪而作廢，人仍然被視為神所創造的萬物的管家。

不過，罪進入世界以後，扭曲了人原本尊貴的身份和權柄，人的自我和驕傲也帶來貪婪、壓迫、暴力.....與神原本希望人能像祂那樣，並去治理世界的心意相違背。

神顧念人，給人回轉的機會，差派獨生子耶穌基督來到世上，道成肉身，擔當人的罪。今天，在基督裏的每一個人已得蒙救贖，我們也要努力在基督裏，以悔改、謙卑、負責任的方式作神的管家，在生活、家庭、工作、教會、社會、世界中，尊重生命、以公平和公義待人、珍惜、保護和分享資源.....等候基督再來，到時候，萬有都要服在祂的腳下(來二8)，祂要做王統治全世界，管理一切神的創造。

思考與實踐

1. 在生活中，我是怎樣看自己的身份和角色呢？
2. 在作神忠心的管家上，我有哪方面可以做得更好呢？

金句

人算什麼，你竟顧念他！世人算什麼，你竟眷顧他！（詩八4）

2026年5月29日 作神管家 (二)

張晴

讀經：詩篇八篇

大衛的詩。交給聖詠團長，用迦特樂器。

- 1 耶和華 - 我們的主啊，你的名在全地何其美！你將你的榮耀彰顯於天。
- 2 你因敵人的緣故，從孩童和吃奶的口中建立了能力，使仇敵和報仇的閉口無言。
- 3 我觀看你手指所造的天，並你所陳設的月亮星宿。
- 4 人算什麼，你竟顧念他！世人算什麼，你竟眷顧他！
- 5 你使他比神微小一點，賜他榮耀尊貴為冠冕。
- 6-8 你派他管理你手所造的，使萬物，就是一切的牛羊、田野的牲畜、空中的鳥、海裏的魚，凡游在水裏的，都服在他的腳下。
- 9 耶和華 - 我們的主啊，你的名在全地何其美！

信息

在本詩篇，詩人在開首和結尾時都說出同一句話：「耶和華我們的主啊，你的名在全地何其美！」(1、9節)可以看到，這首詩的焦點是放在創造主的威嚴和榮耀上，而這個被造的世界的焦點同樣也是神自己。

在詩人的時代，天文學的發展有限，他觀看宇宙星宿的時候，也禁不住驚嘆，神將自己的榮耀彰顯於天，更驚嘆微不足道的人遙竟蒙神眷顧：「人算什麼，你竟顧念他！世人算什麼，你竟眷顧他！」詩人領悟到神人之間的落差是如此的巨大，也因此更深刻體會神對人的愛是何等的浩大，是人沒有辦法測透的。

今天，隨著科技的發展，我們知道地球只是神所創造整個宇宙的一小部份，還有一個很大的銀河系和數不盡的行星，或許還有更多是人不知道的；那麼，人應該更加看到自己的微小而謙卑下來。可是，有能力的人想到的是征服太空、尋找第二個地球——另找一個地球人宜居的地方，希望逃避被人類破壞而帶來資源耗盡和氣候變遷等問題、甚至逃避因此而來的危機和毀滅性的風險。

我們活在這個世界上，每個人都有屬於他的身份，並且有著由此而來，或大或小要管理的領域和責任。有人體會到神人之間的巨大落差而謙卑下來，將頌讚和榮耀歸給創造主、領受作忠心管家的使命，以受託付和服侍的目的出發去作管理；有人卻想當這個世界的主人，以自利的目的出發，透過掠奪和征服的方式控制和濫用資源去實現個人的野心。我又是怎樣的呢？

思考與實踐

在生活的不同層面中，我是怎樣管理主所託付給我的領域和資源呢？

金句

你派他管理你手所造的，使萬物，就是一切的牛羊、田野的牲畜、空中的鳥、海裏的魚，凡游在水裏的，都服在他的腳下。(詩八 6-8)

2026年5月30日 父的慈愛、子的恩惠、靈的同在

余志文

讀經：哥林多後書十三章 13 節

願主耶穌基督的恩惠、神的慈愛、聖靈的感動常與你們眾人同在！

信息

筆者年輕時便開始學習三一神的觀念，漸漸對它有較全面的理解。但在其後服侍時，發現縱然自己基本上明白這個帶著奧秘的真理，但向初信者或福音對象解釋時，一點也不容易。即使其後能以較深入淺出的語言解釋，但始終較難令兩類人明白或接受的。

第一類是教育水平較參差的朋友，筆者發現向不少人解釋「一神、三位格」等抽象、超越人認知的真理時，一點也不容易。第二類是穆斯林，他基本上否定三位一體的，而且「1+1+1=1」表面上確是不合邏輯的。

其後，筆者改變解釋三位一體的方向，對以上兩類人，不再馬上嘗試直接解釋「三一」的觀念，而分享我與三一神互動的經歷和見證。這個方向基本上基於今天經文：父神的慈愛、基督的恩惠、聖靈的感動、同在。

筆者經常能在生活細節中經歷父神的慈愛，祂對筆者和身邊的人有無微不至的看顧。例如祂為我預備了一位很好的配偶，數年前筆者遇到嚴重的交通意外，卻蒙祂額外的保守，在意外前數年讓我認識了一位很好的骨科醫生，令整個治療過程更到位。

此外，筆者少年時是一個典型的壞學生，操行極差，曾試過挑戰難度，上課時吃西瓜，初中已賭馬，學業成績亦極差，曾考過全級尾二。但基督的恩典卻把我救贖了，後來成為一個社工、傳道人。

當然，聖靈的感動與同在也是很實在的。祂助我分辨善惡，在人生決擇中指引我行在神的心意中，在軟弱、難過時安慰我，在面對挑戰時賜我勇氣去面對。

筆者發現，甚至連穆斯林也不會抗拒以上分享方向，初信者也能參考這些經歷，感受三一神的實在。

思考與實踐

1. 我曾如何經歷父神的慈愛、子的恩惠、靈的同在？
2. 我可以如何藉這些經歷幫助更多人認識三一上帝呢？

金句

願主耶穌基督的恩惠、神的慈愛、聖靈的感動常與你們眾人同在！（林後十三 13）

2026 年 5 月 31 日 受洗歸於父、子、靈的名

余志文

讀經：馬太福音二十八章 19 節

所以，你們要去，使萬民作我的門徒，奉父、子、聖靈的名給他們施洗。

信息

今天是一三一主日，選這段經文，自然因為「奉父、子、聖靈的名給他們施洗」這句經文。但究竟「奉……名」是何意義呢？此外，在徒二 38 是「奉耶穌基督的名受洗」，那麼，究竟是要奉三一神的名，還是奉基督的名便已足夠呢？

從中文的角度，「奉……名」多少反映一份權柄，例如古代「奉王上的旨意」，官員執行任務是基於王上的名字及它所代表的身份與權柄。在〈使徒行傳〉，大家聽完彼得信息的第一部分後感到扎心，便問「該怎樣做」，於是彼得回應：「你們各人要悔改，奉耶穌基督的名受洗，使你們的罪得赦免，就會領受所賜的聖靈。」(徒二 37-38)「奉」(希臘文 *en*) 可譯作「在」，即英文的「in the name of……」中的「in」，這確實與主耶穌的權柄有關，因為「除他以外，別無拯救」(徒四 12)，人在基督的名裏，可藉祂成就的救恩使罪得赦，並藉洗禮表明悔改的心。

但在〈馬太〉經文中的「奉」，原文卻是另一個字(希臘文 *eis*)，雖然也可譯作「在」，但嚴格來說不僅是「在」，而是「進入」。當細看那一節，〈和修版〉還有一個註釋：「或譯『給他們施洗，歸於父、子、聖靈的名』。」這個「奉」所強調的，不是父、子、靈的權柄，而是藉洗禮見證我們歸於神的名下。

當把兩段經文放在一起，便看到一幅更全面的圖畫。藉著基督，願悔改的人的罪可得赦，並領受聖靈，人可以透過洗禮這儀式表明悔改的心，公開見證自己重歸於三一上帝的名下，成為神的兒女、子民。

〈馬太〉二十八章強調這個藉基督重建的關係，不僅是與聖子的關係，是人與一位有三個位格的神的關係。這位神是三而一、包括父、子、靈三個位格的獨一真神。

思考與實踐

我們已歸於三一神的名下，我自問達到這個神的子民、兒女的身份的資格嗎？我的見證、行為有令其他人輕看、忽視神的名以及祂當得的榮耀嗎？

金句

所以，你們要去，使萬民作我的門徒，給他們施洗，歸於父、子、聖靈的名。(太二十八 19，按《和修版》註釋的另一翻譯版本)

2026年6月1日： 馬利亞探訪伊利莎白 靈旅有伴

周偉榮

讀經：路加福音一章 39-57 節

39 在那些日子，馬利亞起身，急忙前往山區，來到猶大的一座城，40 進了撒迦利亞的家，向伊利莎白問安。41 伊利莎白一聽到馬利亞問安，所懷的胎就在腹裏跳動。伊利莎白被聖靈充滿，42 高聲喊著說：「你在婦女中是有福的！你所懷的胎也是有福的！43 我主的母親到我這裏來，為何這事臨到我呢？44 因為你問安的聲音一入我耳，我腹裏的胎就歡喜跳動。45 這相信的女子是有福的！因為主對她所說的話都要應驗。」

46 馬利亞說：「我心尊主為大；

47 我靈以神我的救主為樂；

48 因為他顧念他使女的卑微；從今以後，萬代要稱我有福。

49 因為那有權能的為我做了大事；他的名是聖的。

50 他憐憫敬畏他的人，直到世世代代。

51 他用膀臂施展大能；他趕散心裏妄想的狂傲人。

52 他叫有權柄的失位，叫卑賤的升高。

53 他叫飢餓的飽餐美食，叫富足的空手回去。

54 他扶助了他的僕人以色列，不忘記施憐憫。

55 正如他對我們的列祖說過，『憐憫亞伯拉罕和他的後裔，直到永遠。』」

56 馬利亞和伊利莎白同住，約有三個月，然後回家去了。57 伊利莎白的產期到了，生了一個兒子。

信息

「天使報喜」和「尊主頌」都是〈路加福音〉裏被廣為傳頌的段落，而在它們中間有關馬利亞探訪伊利沙伯的記載，便顯得沒有那麼突出，比較容易被人忽略。其實，這段敘事也有它的特殊意義。

敘事的開始，形容馬利亞「急忙」往山地裏去找伊利莎白。「急忙」這個詞語，在希臘文原文裏也包含有「熱切」的意思。在上文，馬利亞剛經歷了超凡的屬靈體驗，領受了重大的神聖任務，很想能夠得到同伴的分擔和支持。她選擇的是伊利莎白，一位和自己擁有類似經歷，同樣是奇蹟般懷孕，靈命成熟、被聖靈充滿的長輩。

伊利莎白按著聖靈的感動，再三確認馬利亞和她所懷的胎是有福的，神透過使者對馬利亞所說的話都要應驗。這對於雖然願意順服，但是內心依然驚疑不定的馬利亞來說，是一個莫大的支持和鼓勵，使她之後能夠信心堅定的說出傳頌千古的「尊主頌」。而在今天所讀經文的最後一節，提到伊利沙伯生了一個兒子，那就是施洗約翰，也是耶穌開始侍奉時候的同行友伴。

我們信仰生命的核心，固然是神人關係，因為惟有神叫我們生長。但是靈命的長進，往往也是發生在群體之中，信徒之間，彼此也有栽種和澆灌的責任。神從起初創造人的時候，便告訴我們「獨居不好」。所以，在屬靈的旅途上，能夠有人牽手同行，是非常美好的一件事情。

思考與實踐

1. 在我的信仰生命裏面，誰人是我的同行者呢？
2. 我又如何能夠成為他人屬靈旅途上的好伙伴呢？

金句

在那些日子，馬利亞起身，急忙前往山區，來到猶大的一座城，進了撒迦利亞的家，向伊利莎白問安。(路一 39-40)

2026年6月2日 遵照耶和華的吩咐去了

余志文

讀經：創世記十二章 1-7 節

1 耶和華對亞伯蘭說：「你要離開本地、本族、父家，往我所要指示你的地去。2 我必使你成為大國，我必賜福給你，使你的名為大；你要使別人得福。3 為你祝福的，我必賜福給他；詛咒你的，我必詛咒他。地上的萬族都必因你得福。」4 亞伯蘭就遵照耶和華的吩咐去了；羅得也和他同去。亞伯蘭離開哈蘭的時候年七十五歲。5 亞伯蘭帶著他妻子撒萊和姪兒羅得，以及他們在哈蘭積蓄的財物、獲得的人口，往迦南地去。他們就來到了迦南地。6 亞伯蘭經過那地，直到示劍地方，摩利橡樹那裏；當時迦南人住在那地。7 耶和華向亞伯蘭顯現，說：「我要把這地賜給你的後裔。」亞伯蘭就在那裏為向他顯現的耶和華築了一座壇。

信息

讀〈創世記〉十二章，很多時會把焦點放在 1-3 節。但第 4 節也是十分重要的：亞伯蘭就遵照耶和華的吩咐去了。別小看這「去了」，在第 2 節，神應許必使他成為大國、蒙福、有大名聲，但怎樣做才做到呢？卻完全未交代。當時亞伯蘭已七十五歲，加上十一章 30 節已交代「撒萊不生育，沒有孩子」，亞伯蘭怎可能有後裔成為大國？他真的會蒙福嗎？

此外，亞伯蘭出去的時候還不知往哪裏去（來十一 8），而且他不是自己去，或先找人探探路，而是「帶著他妻子撒萊和姪兒羅得，以及他們在哈蘭積蓄的財物、獲得的人口」（5 節）去的。

再者，在第 1 節，神只吩咐亞伯蘭「離開……往我所要指示你的地去」，到第 7 節才告訴他：「我要把這地賜給你的後裔。」換句話說，亞伯蘭「離開」時，根本未知神會把迦南地賜給他，但卻已「遵照……吩咐去了」。

試想想，若神吩咐某堂會的領袖把堂址物業賣掉，搬去另一個區，但祂的指引只有「離開本區及區內熟悉的街坊」。當堂會要開會議決變賣物業時，假設你是其中一位會眾，向領袖提問，但領袖的回應是我們未知賣了現有堂址後會去哪兒，更遑論有何福音成效。若你是堂會的會眾，會投票通過支持變賣物業嗎？

亞伯蘭怎麼做呢？「遵照耶和華的吩咐去了。」

思考與實踐

我們一般比亞伯拉罕幸福，因神已有很多清晰的要求：愛神、愛人、孝敬父母、努力傳福音、關心弱者。亞伯拉罕雖然未知，卻「遵照吩咐去了」，我在上述愛神、愛人等「已知該做」的事上，有多少「遵照吩咐去了」？有多少明知該做卻沒做的呢？

金句

亞伯蘭就遵照耶和華的吩咐去了。
（創十二 4 上）

2026年6月3日

小心自己對身邊人的影響

余志文

讀經：創世記十八章 1-2 節上、10-15 節

1 耶和華在幔利橡樹那裏向亞伯拉罕顯現。天正熱的時候，亞伯拉罕坐在帳棚門口。2 他舉目觀看，看哪，有三個人站在他附近。……10 有一位說：「明年這時候，我一定會回到你這裏。看哪，你的妻子撒拉會生一個兒子。」撒拉在那人後面的帳棚門口也聽見了。11 亞伯拉罕和撒拉都年紀老邁，撒拉的月經已停了。12 撒拉心裏竊笑，說：「我已衰老，我的主也老了，怎能有這喜事呢？」13 耶和華對亞伯拉罕說：「撒拉為什麼竊笑，說：『我已年老，果真能生育嗎？』」14 耶和華豈有難成的事嗎？到了所定的時候，我必回到你這裏。明年這時候，撒拉會生一個兒子。」15 撒拉因為害怕，就不承認，說：「我沒有笑。」那人說：「不，你的確笑了。」

信息

神再次親自應許亞伯拉罕必會從撒拉生一個兒子，而這段經文卻十分強調一個細節：撒拉壓根兒不相信這事，於是竊笑，而這竊笑事件重複地成為神人與撒拉對答的主題（15 節）。

這「竊笑」是十分重要的，因為先後與上一章十七及隨後的二十一章有關。今天先思考與十七章的關係。在十七至十八章，這個「笑」的希伯來原文先後出現了五次，分別在：

1. 亞伯拉罕就臉伏於地竊笑。（十七 17）
2. 撒拉心裏竊笑。（十八 12）
3. 耶和華對亞伯拉罕說：撒拉為什麼竊笑……？（十八 13）
4. 撒拉因為害怕，就不承認，說：「我沒有笑。」（十八 15 上）
5. 那人說：「不，你的確笑了。」（十八 15 下）

中文分別譯作「竊笑」和「笑」，但希伯來文卻是同一個字。十七和十八章最大的分別，是十七章「笑」的是亞伯拉罕，十八章笑的是撒拉。十七章亞伯拉罕「笑」的原因基本上跟撒拉的原因是接近的：「一百歲的人還能有孩子嗎？撒拉已經九十歲了，還能生育嗎？」（十七 17）但那時，撒拉沒有「笑」。

到十八章，亞伯拉罕再沒有「笑」，但撒拉卻「笑」，而 13 節指出耶和華沒即使斥責撒拉，卻「對亞伯拉罕說」，反映亞伯拉罕也有責任。一方面，亞伯拉罕進步了，他沒有再「笑」神的應許，但他當初的態度卻影響了妻子，使本來沒有「笑」的撒拉如今竟斗膽「笑」神的應許。

縱然亞伯拉罕有進步，但他曾犯下的錯誤，包括接受從夏甲生以實瑪利（創十六）、「笑」耶和華的應許，卻影響著身邊的人，以至後世人類的歷史。

思考與實踐

1. 我的行為、見證，曾對家人造成不良影響，甚至令他們與上帝走得更遠、或拒絕基督嗎？
2. 即使亞伯拉罕曾做得不好，卻一直進步，最後成為真正的信心之父，他一直抓緊「豈有難成的事」的上帝。即使我曾做得不好，我願意繼續抓緊上帝，令自己和身邊的人也能蒙福嗎？

金句

耶和華豈有難成的事嗎？（創十八 14 上）

2026年6月4日

因神最終皆能歡笑

余志文

讀經：創世記二十一章 2-13 節 (選讀)

2 亞伯拉罕年老，到神對他說的那所定的時候，撒拉懷了孕，給他生了一個兒子。3 亞伯拉罕給撒拉所生的兒子起名叫以撒……6 撒拉說：「神使我歡笑，凡聽見的人必與我一同歡笑。」……9 那時，撒拉看見埃及人夏甲為亞伯拉罕所生的兒子戲笑，10 就對亞伯拉罕說：「你把這使女和她兒子趕出去！因為這使女的兒子不可與我的兒子以撒一同承受產業。」……12 神對亞伯拉罕說：「……13 至於使女的兒子，我也必使他成為一國，因為他是你的後裔。」

信息

延續昨天與「笑」有關的主題，原文那「笑」字在二十一章再出現兩次：

1. 撒拉說：「神使我歡笑，凡聽見的人必與我一同歡笑……」(6 節)
2. 那時，撒拉看見埃及人夏甲為亞伯拉罕所生的兒子戲笑。(9 節)

「歡笑」和「戲笑」看來與之前十八章的「竊笑」分別頗大，尤其是「歡笑」，但它們的希伯來原文卻是同一組字，但中文聖經卻選了不同的翻譯。「竊笑」、「戲笑」皆是較為負面的，但「歡笑」卻十分正面。再者，「以撒」原文的意思就是「笑」，撒拉說的「神使我歡笑」其實是與他的名字有關。

然而，雖然「以撒」和撒拉的「歡笑」也是很正面的，但十七、十八、二十一章中其他「笑」卻較負面，一些更帶來嚴重的後果。亞伯拉罕在十七章的「竊笑」進一步影響妻子與上帝的關係，對神的信心。以實瑪利的「戲笑」更令他自食其果，成為他與母親被趕逐的導火線。

然而，雖然人是自我、缺乏信心的，但卻沒有影響神的信實及祂對人的看顧。縱然亞伯拉罕容讓以實瑪利出生，但卻沒有影響神的應許，以撒依舊是從撒拉而生，並成為救主基督的先祖；以實瑪利雖然不是源自神的應許，其輕漫的態度為自己和母親帶來惡果，但神卻依舊看顧他們，使他成為一國(13 節)。無論如何，神也令人能在最後「笑」出來。

人的不濟，不會影響神的大能、慈愛；人的小信，不會影響神的信實。

思考與實踐

1. 我曾像亞伯拉罕、以實瑪利那樣因小信、輕漫的態度，令自己面對不良的後果嗎？
2. 「人的不濟，不會影響神的大能、慈愛；人的小信，不會影響神的信實」，請思想這句話。

金句

亞伯拉罕年老，到神對他說的那所定的時候，撒拉懷了孕，給他生了一個兒子。亞伯拉罕給撒拉所生的兒子起名叫以撒。

(創二十一 2-3)

2026年6月5日

耶和華必看見、預備

余志文

讀經：創世記二十二章 1-14 節 (選讀，另加上補充翻譯)

1 這些事以後，神考驗亞伯拉罕，對他說：「亞伯拉罕！」他說：「**我在這裏(或譯「請看」)**。」

2 神說：「你要帶你的兒子，就是你所愛的獨子以撒，往**摩利亞地(或譯「看見之地」)**去……把他獻為燔祭。」……4 到了第三日，亞伯拉罕舉目遙望**(或譯「看」)**那地方……6 亞伯拉罕把燔祭的柴放在他兒子以撒身上，自己手裏拿著火與刀；於是二人同行。7 以撒對他父親亞伯拉罕說：「我父啊！」亞伯拉罕說：「我兒，**我在這裏(或譯「請看」)**。」以撒說：「**看哪**，火與柴都有了，但燔祭的羔羊在哪裏呢？」8 亞伯拉罕說：「我兒，神必自己**預備(或譯「看見」)**燔祭的羔羊。」……9……亞伯拉罕在那裏築壇，把柴擺好，綁了他兒子以撒，放在壇的柴上。10 亞伯拉罕就伸手拿刀，要殺他的兒子。11 耶和華的使者從天上呼喚他說：「亞伯拉罕！亞伯拉罕！」他說：「**我在這裏(或譯「請看」)**」

12 天使說：「不可在這孩子身上下手！一點也不可傷害他！現在我知道你是敬畏神的人了，因為你沒有把你的兒子，就是你的獨子，留下不給我。」13 亞伯拉罕舉目**觀看(或譯「看見」)**，**看哪**，一隻公綿羊兩角纏在灌木叢中……代替他的兒子。14 亞伯拉罕給那地方起名叫「**耶和華以勒(或譯「耶和華看見」)**」。直到今日人還說：「在耶和華的山上必有**預備(或譯「看見」)**。」

信息

除了《和修版》原本用字，上述經文還後補了一些「看」字，包括一個與神有關的名字——「耶和華以勒 / 耶和華看見」。「以勒」、「預備」的希伯來文原文(唸 *ra'ah*)更直接的意思是「看見」，而且它不僅在 8、14 節出現，例如第 4 節「舉目遙望那地方」中「望」的原文也是同一個字。此外，第 2 節的「摩利亞」，原文也是基於這個字，有「看見」之意，因此，「摩利亞地」也可譯作「看見之地」。

再者，第 7 節也出現了「看」——「看哪，火與柴都有了，但燔祭的羔羊在哪裏呢？」這個字原文唸 *hinnehni*，按《和修版》，它在本章還有被譯作「我在這裏」(1、7、11 節)。本文基於這個「看」的意思，把這段經文作出上述補充翻譯，反映「看見」在當中的重要性。

亞伯拉罕早年順服上帝，離開本地、本族往神所應許之地(創十二 1-4)，過程中他也曾多次跌倒，例如出賣妻子(創十二 10-20、二十一 7)、自把自為讓夏甲為自己生子(創十六)，竊笑上帝的應許(創十七 17)。他跌倒，因為他「看不見」，對前路感到迷惘、害怕。

但經多年的磨練，到了二十二章，雖然他也同樣「看不見」——神會賜另一兒子嗎？慈愛的上帝為何會有這要求呢？但他深信上帝「看見」，於是順服祂的安排。

其後，人類繼續因為「看不見」而不斷犯罪，結果神用一個人無法「看見」、想像的方法去拯救我們。神沒有讓亞伯拉罕犧牲愛子，卻犧牲自己的獨生子，當日神預備一隻公綿羊代替以撒，後來神兒子代替了我們這些不配的人。

思考與實踐

1. 我正面對一些看不見、令自己迷惘、害怕的事嗎？耶和華看見、預備，這對我有何意義呢？
2. 上帝為我們犧牲愛子，請默想神的愛。這對我又有何意義呢？

金句

亞伯拉罕給那地方起名叫「**耶和華以勒/耶和華看見**」。直到今日人還說：「在耶和華的山上必 **[有預備/看見]**」。(創二十二 14)

2026年6月6日

人看不見，神卻看見

余志文

讀經：

創世記二十四章 34-38、42-45、62-67 節

34 他說：「我是亞伯拉罕的僕人。35 耶和華大大地賜福給我主人，使他發達，賜給他羊群、牛群、金銀、奴僕、婢女、駱駝和驢。36 我主人的妻子撒拉年老的時候為我主人生了一個兒子；我主人把他一切所有的都給了他。37 我主人叫我起誓說：『不要為我兒子娶我所居住的迦南地的女子為妻。38 你要往我父家、我本族那裏去，為我的兒子娶妻。』」

42「我今日到了井旁，就說：『耶和華——我主人亞伯拉罕的神啊，願你使我所行的道路亨通。

43 看哪，我站在井旁，對哪一個出來打水的女子說：請你讓我喝你瓶子裏的一點水，44 她若說：你只管喝，我也為你的駱駝打水；願那女子作耶和華給我主人兒子所選定的妻子。』

45「我心裏的話還沒有說完，看哪，利百加頭上扛著水瓶出來，下到井旁打水。我對她說：『請你給我水喝。』」

62 那時，以撒住在尼革夫。他剛從庇耳·拉海萊回來。63 傍晚時，以撒出來，到田間默想。他舉目一看，看哪，來了一隊駱駝。64 利百加舉目看見以撒，就急忙下了駱駝，65 對那僕人說：「這從田間走來迎接我們的人是誰？」僕人說：「他是我的主人。」利百加就拿面紗蓋住自己。66 僕人把他所做的一切事都告訴以撒。67 以撒就領利百加進了母親撒拉的帳棚，娶了她為妻，並且愛她。以撒自從母親離世以後，這才得了安慰。

信息

不知大家有沒有留意，這段經文中有些頗不自然的表達，在 43、45、63 節，即使沒有當中的「看哪」，也不會影響其意思。

這個「看哪」的希伯來文原文亦是昨天靈修信息、第二十二章的「看哪 / 我在這裏」(唸 *hinnehni*)。再者，除了這個「看哪」，二十二章的「看見 / 預備」(唸 *ra'ah*) 也有在這段經文出現，即 63-64 節的「舉目一看」、「看見以撒」中的「看」和「看見」。

延續二十二章「人看不見，神卻看見」的思路，亞伯拉罕的僕人出發前，其實也有許多看不見的地方。他們一家已離鄉數十載，今天這僕人要回到主人的故鄉為他物色媳婦，但亞伯拉罕和以撒也沒有同去，就憑他所說的和一些信物，有女子願意跟他回去嗎？(5-7 節) 而且為免以撒被迦南人的假神影響，可選擇的範圍只限於主人的本族，範圍十分有限，真能物色到一個人品、樣貌也理想的女子嗎？

但他既因順服主人，也因主人肯定地表示神曾帶領他們離開父家和本族的地，要將這地賜給其後裔(7 節)——他深信主人的神必能看見、必有預備。結果，神真的帶領他看見一個心地善良、漂亮的少女(13、15、30、43、45 節)，而且她的父、兄也因知道這是神的心意而同意讓她遠嫁(50-51 節)。

結果，因耶和華的看見和預備，這故事有一個美好的結局——以撒娶了她為妻，並且愛她(67 節)；再者，他們成為了人類的救主——耶穌基督的先祖，為全人類造就了一個更美好的結局。

思考與實踐

1. 亞伯拉罕為免後代受假神影響，捨易取難，堅持回本族物色兒媳。我今天會為信仰緣故而作有所堅持、甚至犧牲嗎？例如不藉謊言去獲益，為公義、幫助有需要的人而開罪某些人，犧牲金錢、時間。
2. 「人看不見、神卻看見」，不僅展現在宗教層面，也會像今天的故事一樣，在我們的愛情、家庭中展現。我願意仰望「看見的」上帝，讓祂為我和我的家人、子女作最好的預備嗎？

金句

耶和華—天上的神曾帶領我離開父家和本族的地，對我說話，向我起誓說：「我要將這地賜給你的後裔。」他要差遣使者在你面前，你就可以從那裏為我兒子娶妻。(創二十四7)

2026年6月7日 上帝會偏心嗎？

余志文

讀經：

創世記二十五章 21-23、27-28 節

21 以撒因他妻子不生育，就為她祈求耶和華。耶和華應允他的祈求，他的妻子利百加就懷了孕。22 胎兒們在她腹中彼此相爭，她就說：「若是如此，我為什麼會這樣呢？」她就去求問耶和華。23 耶和華對她說：兩國在你腹中；兩族要從你身上分立。這族必強於那族；將來大的要服侍小的。27 兩個孩子漸漸長大，以掃善於打獵，常在田野；雅各為人安靜，常住在帳棚裏。28 以撒愛以掃，因為常吃他的野味；利百加卻愛雅各。

瑪拉基書一章 2-3 節

2 耶和華說：「我曾愛你們。」你們卻說：「你在何事上愛我們呢？」耶和華說：「以掃不是雅各的哥哥嗎？我卻愛雅各，3 惡以掃，使他的山嶺荒涼，把他的地業交給曠野的野狗。」

信息

神「愛雅各，惡以掃」是否代表神偏心呢？這句話究竟是什麼意思呢？

人會偏心，神卻不會。以撒便是一個偏愛以掃的父親，因為他常吃他的野味(創二十五 28)。我們也可能會偏心，但父母必須公平，更重要的是要正視神的揀選和心意。

神告訴利百加「大的要服侍小的」(創二十五 23)，相信她定然也告訴了以撒；再者，這本就是以撒的經歷，以實瑪利是大哥，但神卻選了他。然而，看來他一直沒有正視這事，否則雅各和利百加也未必會先後透過紅湯(創二十五

29-34)和欺騙的手段(創二十七 1-29)去贏取長子的名份、家族的繼承權。

再看瑪一 2-3，先知描述神愛雅各、惡以掃，是為了回應無理取鬧的以色列人，他們竟質疑神在「何事上愛他們」。以色列的歷史不斷證明神對他們格外的看顧，「愛雅各、惡以掃」是一個文學表達手法，回應頑梗悖逆的人的質疑。再者，從古代的角度，昌盛代表神明的賜福，神確讓以掃的後裔成為一個大國。

神必須完成祂的救贖計劃，祂只可揀選其中一個族系讓救主在當中出生。即使神選以掃，也有人會質疑為何不選雅各。事實上，被選的雅各一生經歷了許多磨難，以色列人歷史也充滿悲劇。再者，神從沒有丟棄以實瑪利、以掃的後裔以至所有非以色列民族，摩西律法中與寄居者相關的律法、神差派先知傳講神的話，皆反映神沒有拒絕外邦人去跟隨祂。

更重要的是神將他獨一的兒子賜給全世界，叫一切信他的人不致滅亡，反得永生。(約三 16) 上帝一點也沒有偏心。

思考與實踐

1. 我曾質疑上帝不公平嗎？我們曾否像以色列人那樣問祂「你在何事上愛我呢？」
2. 神揀選雅各是為了完成祂的救贖計劃。今天神要讓我在祂的計劃中扮演什麼角色呢？我願意順服祂的揀選嗎？

金句

耶和華說：「我曾愛你們。」你們卻說：「你在何事上愛我們呢？」(瑪一 2 上)

2026年6月8日

神的應許與人的回應

余志文

讀經：創世記二十八章 10-19 節

10 雅各離開別是巴，往哈蘭去。11 到了一個地方，因為已經日落，就在那裏過夜。他拾起那地方的一塊石頭枕在頭下，就躺在那地方。12 他做夢，看哪，一個梯子立在地上，梯子的頂端直伸到天；看哪，神的使者在梯子上，上去下來。13 看哪，耶和華站在梯子上面，說：「我是耶和華——你祖父亞伯拉罕的神，以撒的神。你現在躺臥之地，我要將它賜給你和你的後裔。14 你的後裔必像地上的塵沙，必向東西南北開展；地上萬族必因你和你的後裔得福。15 看哪，我必與你同在，無論你往哪裏去，我必保佑你，領你歸回這地。我總不離棄你，直到我實現了對你所說的話。」16 雅各睡醒了，說：「耶和華真的在這裏，我竟不知道！」17 他就懼怕，說：「這地方何等可畏！這不是別的，是神的殿，是天的門。」18 雅各清早起來，拿起枕在頭下的石頭，立作柱子，澆油在上面。19 他給那地方起名叫伯特利；那地方原先名叫路斯。

信息

雅各的故事由二十五章開始，我們對他的背景、性格有初步認識，也了解他年青時的事跡。然而，上帝在他母親懷孕時回應她的禱告後，祂一直好像是沉默的，他可能聽過父母描述這位上帝，也知祂早已預言「大的要服侍小的」（創二十五 23），但雅各仍未真正認識和接觸祂。

當雅各為逃避被他奪去長子名份的兄長，前往舅父的家時，途中他正式與上帝相遇。這是上帝第一次正式與他直接對話，而這「第一次對話」的重點是什麼呢？有解經家以平衡結構的形式分析這段經文：

引言：地方、石頭、躺下（11 節）

作夢（12-13 節上）

神與雅各的祖父及父親的關係（13 節下）

應許（13 下-14 節）

神與雅各的關係（15 節）

對夢的回應（16-17 節上）

起來、石頭、地方（18-19 節）

上帝第一次與雅各正式會面的重點是祂的應許。這應許的內容和當年神對亞伯拉罕的應許十分接近，包括所獲之地、許多的後裔，還有最重要的——萬族必因他們及其後裔得福，一個出自以色列民族的人要成為萬民的救主，把人從死亡中拯救，與創造主重建關係。

最後，雅各以石頭立作柱子，並在其上澆油，代表分別為聖，是作記念的象徵，並把原本叫路斯的城改稱作伯特利。「路斯」的意義是避難所，這對正逃難的雅各是十分重要的，但他選擇「伯特利」，即神的殿的意思，反映整組行動的敬拜意義，神不止是他的避難所，更是他敬拜的對象。

思考與實踐

1. 當初我與神第一次相遇，開始認知祂是與眾不同的上帝，是怎樣發生的？回想那次以及日後逐步認識神，祂曾對我作出什麼應許呢？使我有真喜樂、平安、同在……
2. 雅各以記念和敬拜的行動作回應。主耶穌設下聖餐讓我們記念祂，我可如何藉聖餐或其他行動記念和敬拜上帝呢？

金句

你現在躺臥之地，我要將它賜給你和你的後裔。
你的後裔必像地上的塵沙，必向東西南北開展；
地上萬族必因你和你的後裔得福。

（創二十八 13 下-14）

2026年6月9日

人的自食其果與神給人的磨練

余志文

讀經：創世記二十九章 1-28 節 (選讀)

1 雅各起行，到了東方人之地。2 他觀看，看哪，田間有一口井……9 雅各正和他們說話的時候，拉結和她父親的羊來了，因為她是牧羊的……15 拉班對雅各說：「雖然你是我的親戚，怎麼可以讓你白白服事我呢？告訴我，你要什麼作工資呢？」……18 雅各愛拉結，就說：「我願為你的小女兒拉結服事你七年。」19 拉班說：「我把她給你，勝過給別人，你與我同住吧！」20 雅各就為拉結服事了七年；他因為愛拉結，就看這七年如同幾天。21 雅各對拉班說：「日期已經滿了，請把我的妻子給我，我好與她同房。」……23 到了晚上，拉班帶女兒利亞來送給雅各，雅各就與她同房……25 到了早晨，看哪，她是利亞，雅各對拉班說：「你向我做的是什麼事呢？我服事你，不是為拉結嗎？你為什麼欺騙我呢？」26 拉班說：「大女兒還沒有給人，就先把小女兒給人，我們這地方沒有這樣的規矩。27 你先為這個滿了七日，我們就把那個也給你，不過你要另外再服事我七年。」28 雅各就這樣做了。滿了利亞的七日，拉班就把女兒拉結給雅各為妻。

信息

這段經文是二十四和二十七章的迴響。首先，二十四章以撒的愛情故事始於一口井，雅各也在井旁遇到他生命中的至愛拉結，並為她服侍拉班十四年，他主動爭取這女子，但卻波折重重；反觀以撒順服安排，便順利娶得至愛。

在二十七章，則在用字上幾個巧妙的重複。在35節，以撒說：「你弟弟（雅各）已經用詭計來把你（以掃）的福分奪去了。」當中的「詭計」與今天經文25節的「欺騙」來自同一希伯來原文字根。

其次，26節拉班以「大女兒」的藉口來狡辯，「大女兒」原文所用的字詞的意思是「頭生的」，亦即二十七章19節雅各自稱為「長子」的那字，他藉此欺騙父親，得到長子的祝福，如今卻成為別人詐騙他的藉口。

第三，雅各騙取的祝福，包括獲得萬民的「事奉」(創二十七29)，這字在二十九章共出現了六次，皆指雅各為拉結給拉班所作的服侍，為他工作。他本該被萬民事奉，卻花了極長時間去服侍他人。

雅各曾「欺騙」「頭生長子」福份，可獲萬民「服事」。但當他認識到心中至愛，再沒有巧取豪奪，卻努力工作，「服侍」拉班，但竟然遇上真正的老狐狸拉班，被他「欺騙」了，並以「頭生」的理由狡辯。我們可能認為這叫「報應不爽」，但對於蒙揀選的雅各，這更是上帝給他功課，就像他祖父亞伯拉罕，雖曾自把自為，但神沒有放棄他們，卻一步步繼續磨練其生命，最終蒙神的祝福和大大使用。

思考與實踐

1. 雅各為愛情拼盡全力，我有什麼很想得到的東西？自己為此拼盡全力之餘，有讓上帝參與其中嗎？
2. 表面看來雅各惡有惡報，但其實是神在磨練他。我正面對的挑戰會否與自己一些不合神心意的行為有關？即或如此，上帝也不會放棄我們，祂對我作出什麼磨練呢？

金句

你向我做的是什麼事呢？我服事你，不是為拉結嗎？你為什麼欺騙我呢？(創二十九25下)

2026年6月10日

抓住上帝

余志文

讀經：創世記三十二章 22-31 節

22 他夜間起來，帶著兩個妻子，兩個婢女和十一個孩子，過了雅博渡口。23 他帶著他們，送他們過河，他所有的一切也都過去，24 只剩下雅各一人。有一個人來和他摔跤，直到黎明。25 那人見自己勝不過他，就摸了他的大腿窩一下。雅各的大腿窩就在和那人摔跤的時候扭了。26 那人說：「天快亮了，讓我走吧！」雅各說：「你不給我祝福，我就不讓你走。」27 那人說：「你叫什麼名字？」他說：「雅各。」28 那人說：「你的名字不要再叫雅各，要叫以色列，因為你與神和人較力，都得勝了。」29 雅各問他說：「請告訴我你的名字。」那人說：「何必問我的名字呢？」於是他在那裏為雅各祝福。30 雅各就給那地方起名叫毗努伊勒，說：「我面對面見了神，我的性命仍得保全。」31 太陽剛出來的時候，雅各經過毗努伊勒，他的大腿就癱了。

信息

上年度 2025 年 10 月 19 日曾分享過這段經文的信息，當時重點是「那人」藉使出「殺手鐮」讓雅各反思，自己一生自以為聰明地用不同「殺手鐮」「抓住」各樣的事，是多麼愚昧。今天會集中思考「那人」與他的關係與互動。

首先，「那人」一定有超然的身份和能力，甚至可能就是上帝，即使不是，也是一位代表了祂的使者，否則他沒有資格祝福雅各、為他改名。但若是這樣，有些地方卻令人困惑，首先，為何雅各能「不讓他走」呢（26 節）？第二，既然他有超然的身份和能力，應知道雅各的名字，為何還要問他呢（27 節）？

雖然經文表達得較為隱晦，但讀者一開始便已知道「那人」定然不簡單，並且一步步肯定他有超然的身份。雅各也是如此，他知道「那人」絕不簡單，「不讓他走」並非強留著他，卻展現了「雅各」這名字的特性以及他向來行事的作風——無論如何先用自己的方法去「抓住」。尤幸他今次抓對了，以往他努力抓住利益、權勢，但今次他想努力抓住的是上帝或代表祂的使者。

「那人」問雅各的名字，不是他不知，而是藉此要雅各親口說出這名字，讓他反省過往的「抓住」是多麼不妥。為他改名，讓他知道不用再那樣「抓住」，那樣做根本就與神較力並自以為能勝過祂一樣愚昧。反而，即使被神「弄傷」，只要抓住上帝，也可獲得祂的賜福。

約二十年前神向雅各所作的應許（創二十八 13-14）與早年向亞伯拉罕所作的十分接近；其後，神為亞伯拉罕改名進一步肯定神的應許。當日，「那人」為雅各改名也進一步肯定了神的應許，「以色列」其後成為歷史中一個十分重要的民族，救主基督也是從這個民族而出的。

思考與實踐

1. 我有像雅各那樣不斷用自己的方法抓住自以為重要的東西嗎？
2. 我願意竭力抓住上帝，令自己得著真正的福份嗎？

金句

那人說：「你的名字不要再叫雅各，要叫以色列，因為你與神和人較力，都得勝了。」

（創三十二 28）

2026年6月11日

「信」中的關係

余志文

讀經：羅馬書四章 16-20 節

16-17 所以，人作後嗣是出於信，因此就屬乎恩，以致應許保證歸給所有的後裔，不但歸給那屬於律法的，也歸給那效法亞伯拉罕之信的人。亞伯拉罕所信的是那叫死人復活、使無變為有的神，在這位神面前亞伯拉罕成為我們眾人的父，如經上所記：「我已經立你作多國之父。」18 他在沒有盼望的時候，仍存著盼望來相信，就得以作多國之父，正如先前所說：「你的後裔將要如此。」19 他將近百歲的時候，雖然想到自己的身體如同已死，撒拉也不可能生育，他的信心還是不軟弱，20 仍仰望神的應許，總沒有因不信而起疑惑，反倒因信而剛強，將榮耀歸給神。

信息

「因信稱義」是〈羅馬書〉討論的重點，因為中文的表達，我們自然想到一個因果的關係，因為信，人可稱義，因為信，人可得救。這強調了基督信仰是一個基於「信」去「使人得救」的宗教。不少宗教也要求人做某些事去達致它們所演繹的得救——上天堂、得道、不用墜輪迴……基督信仰最大分別在於不是靠做任何事、修行，而是信。

但「信」是什麼意思呢？〈羅馬書〉四章基本上是基於亞伯拉罕去討論「因信稱義」，經文不僅描述他信什麼，也描述他如何信。最重要的，他不是信一套理念，而是信一位神，一位「叫死人復活、使無變為有」的神（17 節），但他信的不是祂「叫死人復活、使無變為有」等行動和能力，而是神本身。

這位神在亞伯拉罕生命中最重要的事件中彰顯祂自己，亞伯拉罕與妻子一直渴望有兒子，

但隨著年紀漸大，能有兒女的機會也越渺茫，但神於他九十九歲時應許他和跟他一樣已年邁的妻子會有一個兒子（創十七），按常理，近百歲的人的生育能力已死了，而且他也是這樣看自己的（19 節）。

雖然聖經描述他「信心還是不軟弱」（19 節），但看來他又不是那麼「有信心」。神應許他與妻子必會生一個兒子時，他臉伏於地竊笑，心裏想：「一百歲的人還能有孩子嗎？撒拉已經九十歲了，還能生育嗎？」（創十七 17）

是的，神是一位「叫死人復活、使無變為有」的上帝，但亞伯拉罕當時並未由衷地信祂能夠。雖然如此，他信心還是不軟弱，願意仰望神的應許，沒有因不信而起疑惑（19-20 節）。上帝對於亞伯拉罕來說，不僅是一位會賜他兒子的神明，而是一位與他有關係的「朋友」（參雅二 23），是在他生命中不斷與他互動的上帝。

即使亞伯拉罕有懷疑上帝，但他一直讓上帝在他生命中佔有一個重要的位置。「因信稱義」不僅是一個因果關係、信一些事，而是信神本身，「信」是人類和上帝之間的關係。

思考與實踐

1. 我們的信仰有時會流於只著重神能為我做什麼，而忽略神自己嗎？
2. 我們如何藉每天靈修、每週敬拜或其他方法，深化與神的關係？

金句

仍仰望神的應許，總沒有因不信而起疑惑，反倒因信而剛強，將榮耀歸給神。（羅四 20）

2026年6月12日

靠三一神得勝

余志文

讀經：羅馬書五章 1-8 節

1 所以，我們既因信稱義，就藉著我們的主耶穌基督得以與神和好。2 我們又藉著他，因信得以進入現在所站立的這恩典中，並且歡歡喜喜盼望神的榮耀。3 不但如此，就是在患難中也是歡歡喜喜的，因為知道患難生忍耐，4 忍耐生老練，老練生盼望，5 盼望不至於落空，因為神的愛，已藉著所賜給我們的聖靈，澆灌在我們心裏。6 我們還軟弱的時候，基督就在特定的時刻為不敬虔之人死。7 為義人死，是少有的；為仁人死，或者有敢做的。8 惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，神的愛就在此向我們顯明了。

信息

在〈羅馬書〉頭四章，保羅解釋「因信稱義」的真理，「信」不僅是一套理念，而是與信徒生命息息相關的事。而且信徒會因為「信」耶穌而面對各樣的挑戰甚至逼害，他在第五章鼓勵要面對這些挑戰的信徒。

這段經文有兩節經典的金句：「為義人死，是少有的；為仁人死，或者有敢做的。惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，神的愛就在此向我們顯明了。」(7-8 節) 信徒因信仰的緣故而可能要比一般人面對更多的苦難，能面對它們，首先是因為基督的典範。基督的死和復活不僅成就救恩，也成為信徒面對患難時重要的榜樣。但信徒能面對苦難，不僅因為基督。

7-8 節很自然使人聯想到基督犧牲的愛，但經文直接描述、所顯明的是「神的愛」，基督是神，但按上下文和保羅書信普遍的表達，「神」多數指父神，即第 1 節所指，「藉基督」使我們能

與之和好就的是父神。曾作父母的必然明白，若子女遇難，父母恨不得替他們受苦甚至受死。當聖子犧牲、受苦時，父神是多麼痛苦啊！

除了聖父、聖子，經文也提及聖靈：「忍耐生老練，老練生盼望，盼望不至於落空，因為神的愛，已藉著所賜給我們的聖靈，澆灌在我們心裏。」(4-5 節) 在第一世紀的信徒因信仰緣故被家人唾棄、至親被傷害，甚至生命受威脅，「忍耐」是無可避免的選擇。

與此同時，盼望是基督信仰的其中一個重點，然而試問誰真能做到「忍耐生老練，老練生盼望」呢？藉基督與父神和好只是起點，聖靈住在信徒之中，澆灌、充滿我們的生命，幫助我們面對各式各樣的挑選，令他們能忍耐，一步步變得老練，並在看來絕望的處境中看到一個不會落空的盼望 (5 節)。

信徒能面對挑戰，是因為父、子、靈的工作。

思考與實踐

1. 我有過份著重基督，而忽略了聖父和聖靈嗎？或常想到聖父和基督，而較少想到聖靈正在自己的生命作工嗎？
2. 我正面對什麼挑戰？聖父的慈愛、聖子的恩典、聖靈的同行和幫助，對今天的我有何意義？

金句

為義人死，是少有的；為仁人死，或者有敢做的。惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，神的愛就在此向我們顯明了。(羅五 7-8)

2026年6月13日 不再作罪的奴隸

余志文

讀經：羅馬書六章 1 下-9 節

1 下我們可以仍在罪中使恩典增多嗎？2 絕對不可！我們向罪死了的人，豈可仍在罪中活著呢？3 難道你們不知道，我們這受洗歸入基督耶穌的人，就是受洗歸入他的死嗎？4 所以，我們藉著洗禮歸入死，和他一同埋葬，是要我們行事為人都有新生的樣子，像基督藉著父的榮耀從死人中復活一樣。5 我們若與他合一，經歷與他一樣的死，也將經歷與他一樣的復活。6 我們知道，我們的舊人和他同釘十字架，使罪身滅絕，叫我們不再作罪的奴隸，7 因為已死的人是脫離了罪。8 我們若與基督同死，我們信也必與他同活，9 因為知道基督既從死人中復活，就不再死，死也不再作他的主了。

信息

〈羅馬書〉一直在討論「因信稱義」的觀念，這份恩典是白白得來的，但這卻引伸出一個十分嚴肅、而且很實際的問題：既然全是恩典，人不需做什麼，那麼理論上人若繼續犯罪，仍可得救，人可繼續罪中的生活嗎？

對於這個問題，保羅的回應十分清楚：絕對不可(2節)。為什麼呢？因為我們的身份已經改變了，人在歸信基督前，是罪的奴隸(6節)，古代奴隸與今天的僱員完全不同，今天我們可隨己心意轉公司，但古代不少奴隸是沒有自主權的，他們無法控制自己的生命。相信我們也試過被罪控制，對它完全無法抗拒的情況，輕則是工作上躲懶、說謊，重則是賭博、吸毒，明知是不好的，卻無法自拔。

但我們的身份已改變，現在已歸入基督了(3節)，而且是歸入祂的死，與祂一同埋葬，基督更復活了，我們也將經歷與祂一同復活(4-5

節)。那個無法自拔的舊我，已與基督同釘在十字架上(6節)，死亡、罪惡已不能在我們生命中作主了(9節)。

雖然已信主的人確可繼續犯罪，但比起未信主的人，我們更不應這樣做，因為我們已有一個新的身份——與基督同死同活的新生命。

有一首叫《耶穌基督》的泰澤詩歌，英文版頭幾句歌詞是這樣的：

Lord Jesus Christ, your light shines within us.
Let not my doubts nor my darkness speak to me.

其中一個普通話的翻譯本是：

耶穌基督，在我心中照耀，
不要再讓黑暗喋喋不休。

藉基督成就的救恩，罪不能再轄制我們，心中的黑暗、懷疑已不能再控訴我們，我們已不需再做罪的奴隸了。

思考與實踐

1. 回想信主前，有那些不能自拔的罪行呢？我們是如何被神從那個狀態中救出來的？
2. 因基督的死、復活，我們已有了一個全新的身份。請藉禱告或詩歌向這位為人犧牲愛子的天父獻上感恩。
3. 我身邊仍有哪些未信主的「罪的奴隸」，我可如何與他／他們分享基督，讓他／他們也能得著基督裏的新生命？

金句

我們可以仍在罪中使恩典增多嗎？絕對不可！我們向罪死了的人，豈可仍在罪中活著呢？(羅六1下-2)

2026年6月14日

作義的奴隸

余志文

讀經：羅馬書六章 16-23 節

16 難道你們不知道，你們獻自己作奴僕，順從誰就作誰的奴僕嗎？或作罪的奴隸，以至於死；或作順服的奴僕，以至於成義。17 感謝神！因為你們從前雖然作罪的奴隸，現在卻從心裏順服了所傳給你們教導的典範。18 你們既從罪裏得了釋放，就作了義的奴僕。19 我因你們肉體的軟弱，就以人的觀點來說。你們從前怎樣把肢體獻給不潔不法作奴隸，以至於不法；現在也要照樣將肢體獻給義作奴僕，以至於成聖。20 因為你們作罪的奴隸時，不被義所約束。21 那麼，你們現在所看為羞恥的事，當時有什麼果子呢？那些事的結局就是死。22 但如今，你們既從罪裏得了釋放，作了神的奴僕，就結出果子，以至於成聖，那結局就是永生。23 因為罪的工價乃是死；惟有神的恩賜，在我們的主基督耶穌裏，乃是永生。

信息

承接 1-11 節，12 節繼續討論信徒的新身份。過往，我們是罪的奴隸（6 節），但我們已有一個新的身份了，保羅怎樣描述這個新身份呢？義的奴僕。

在 16-20 節，按《和修版》，「奴僕」和「奴隸」共出現了九次。《和修版》的作者分別按負面的狀況（例如「罪的」、「不潔不法的」）譯作「奴隸」，按正面的狀況（例如「順服的」、「義的」）譯作「奴僕」，但其實希臘文原文也是基於同一個字——*doulos*，它同時可譯作「奴僕」或「奴隸」，但請謹記，在古代世界很多時奴僕與奴隸是同一類人，也是完全沒有自主權的。

以古中國為例，大家看電視劇時應見過不少古裝片的僕人、忠臣，他們未必像我們心中奴隸一樣，是被賣給主人的，但他們卻對主人忠心耿耿，願意完全放下自主權，甚至犧牲自己和家人。

《和修版》的翻譯，可能讓人感到對於罪，我們像奴隸一樣無法選擇、不能自拔，但對於義，我們卻像忠僕那樣忠心。但保羅想表達的，是兩者沒有分別，也應是不能自拔的。

對於「罪」，我們過往是無法選擇、不能自拔的，但藉基督的死和復活，我們有了一個新的身份，基於這個身份，我們對「義」也應該是義無反顧、不能自拔的，這比忠心耿耿的層次高得多。若讓筆者翻譯，會這樣表達：我們的舊人和基督同釘十字架，使罪身滅絕，叫我們不再作罪的奴隸，我們既從罪裏得了釋放，就作了義的奴僕。

歸信基督的人，應義無反顧地選擇順服上帝和祂的義，甘心作義的奴僕。

思考與實踐

對於甘心為我們犧牲愛子的天父，為我們在十架上受盡痛苦的基督，我們願意甘心順服三一上帝，義無反顧地作義的奴僕嗎？

金句

感謝天主，雖然你們曾作過罪惡的奴隸，現今你們卻從心裏聽從那傳給你們的教理規範，脫離罪惡，獲得了自由，作了正義的奴隸。

（羅六 17-18，《思高本》）

2026年6月15日

在人不能，在神都能

余志文

讀經：羅馬書七章 15-25 上節

15 因為我所做的，我自己不明白。我所願意的，我並不做；我所恨惡的，我反而去做。16 如果我所做的是我所不願意的，我得承認律法是善的。17 事實上，這不是我做的，而是住在我裏面的罪做的。18 我也知道，住在我裏面的，就是我肉體之中，沒有善。因為立志為善由得我，只是行出來由不得我。19 我所願意的善，我不去做；我所不願意的惡，我反而去做。20 如果我去做我不願意做的，就不是我做的，而是住在我裏面的罪做的。21 我覺得有個律，就是我願意行善的時候，就有惡纏著我。22 因為，按著我裏面的人，我喜歡神的律，23 但我看出肢體中另有個律和我內心的律交戰，把我擄去，使我附從那肢體中罪的律。24 我真苦啊！誰能救我脫離這必死的身體呢？25 感謝神，靠著我們的主耶穌基督就能！

信息

這幾天一直思考〈羅馬書〉的信息。首先，「因信稱義」的真理讓我們知得信徒得救全賴神的恩典，雖然如此，我們這些藉基督有新身份的人不可再作罪的奴隸，而要做義的奴隸。然而，人始終是軟弱，人怎可能抗拒罪的誘惑呢？今天經文為這問題提供答案。

15-23 節的內容十分清楚，罪人信主，雖然可藉基督得蒙赦免，並知道要作義的奴隸，但實際上心裏仍在爭戰：立志為善由得我，只是行出來由不得我，願意的善不去做，反而會做不願意的惡（18-19 節）。

於是保羅提出以下問題：「誰能援救我脫離這有死掌權的身體呢？」（24 節，《呂振中譯本》）25 節則開始提供答案：「靠著我們的主耶穌基督就能！」然而，幫助人勝過罪惡，不是

聖靈的工作嗎？為何這裏只提及主耶穌呢？我們必須同時繼續讀八章 1-2 節：「如今，那些在基督耶穌裏的人就不被定罪了。因為賜生命的聖靈的律，在基督耶穌裏從罪和死的律中把你釋放出來。」

誰能救我們脫離有死掌權的身體呢？基督成就救恩，我們與祂同死同復活，身份已改變，他確已幫助我們脫離被死掌權的生命。然而，軟弱的人始終不能完全勝過罪的誘惑，但因人有聖靈在我們生命中，信徒是可以靠著聖靈一步步戰勝罪惡的。

首先，藉聖子成就救恩，人與三一神重建關係，並且更認識祂和祂的期望，更懂得分辨善惡。再者，因聖父和聖子犧牲的愛，人更願意回應這份恩典，努力討神喜悅，不去犯罪。而這兩個層面——理性上對神的認識、感性上回應神的愛和恩典，皆有聖靈的工作，祂更進一步在意志上幫助我們一步步勝過罪惡的誘惑。

主耶穌曾說：「在人所不能的事，在神都能。」（路十八 27）我們所願意的善不去做，反而做不願意的惡。誰能解開這個困局呢？藉三一神便可以了。

思考與實踐

1. 我曾有這感受嗎：立志為善由得我，只是行出來由不得我？現在仍有這感受嗎？
2. 「在人所不能的事，在神都能。」我要如何靠三一神脫離有死掌權的生命呢？

金句

我真苦啊！誰能救我脫離這必死的身體呢？感謝神，靠著我們的主耶穌基督就能！（羅七 24-25 上）

2026 年 6 月 16 日 被聖靈澆灌的生命

余志文

讀經：羅馬書八章 1-11 節

1 如今，那些在基督耶穌裏的人就不被定罪了。2 因為賜生命的聖靈的律，在基督耶穌裏從罪和死的律中把你釋放出來。3 律法既因肉體軟弱而無能為力，神就差遣自己的兒子成為罪身的樣子，為了對付罪，在肉體中定了罪，4 為要使律法要求的義，實現在我們這不隨從肉體、只隨從聖靈去行的人身上。5 因為，隨從肉體的人體貼肉體的事；隨從聖靈的人體貼聖靈的事。6 體貼肉體就是死；體貼聖靈就是生命和平安。7 因為體貼肉體就是與神為敵，對神的律法不順服，事實上也無法順服。8 屬肉體的人無法使神喜悅。9 如果神的靈住在你們裏面，你們就不屬肉體，而是屬聖靈了。人若沒有基督的靈，就不是屬基督的。10 基督若在你們裏面，身體就因罪而死，靈卻因義而活。11 然而，使耶穌從死人中復活的神的靈若住在你們裏面，那使基督從死人中復活的，也必藉著住在你們裏面的聖靈使你們必死的身體又活過來。

信息

承接昨天的信息，繼續回應「誰能援救我脫離這有死掌權的身體呢」(羅七 24，《呂振中譯本》)的問題，七章 25 節至八章 1-2 節提供了清晰的答案：人在基督裏不再被定罪，聖靈的律把人從罪和死中釋放出來，靠聖靈使人一步步克服罪的誘惑。今天的經文，詳細解釋聖靈在這方面的工作。

整段經文主要把有和沒有聖靈作比較：

節數	沒有聖靈	有聖靈
5	體貼肉體的事	體貼聖靈的事
6	結果：死	結果：生命和平安
7-8	與神為敵，無法使神喜悅	
9	沒有基督的靈，屬肉體，不屬基督的	神的靈住在裏面，屬聖靈
11		必死的身體又活過來

至於第 10 節，是較難解的一節。首先，當中的「靈」究竟指聖靈還是人的靈呢？雖然整章的「靈」多數指聖靈，但下文 16 節是指人的靈。若以人的靈來理解，整節的意義會較合理：聖靈若真的活在人的生命中，便應讓代表舊我的肉體死，但人的心靈卻因神的義被活化。

可惜的是，不少人雖然已信基督，卻體貼肉體多於聖靈，心靈似未被更新，沒有作好見證、沒有流露出「有聖靈在其生命中」的氣質。這就像長輩訓誡後輩應怎樣做人，但一些後輩不是沒有聽進耳，就是聽了也不願做。保羅描述這種情況是「與神為敵」，他們無法使神喜悅，這是多麼可惜啊！

願詩歌《晚禱》能成為我們的提醒：

1. 若我今日傷害他人心靈，
若我今日使別人走錯路，
若我今日照己心意偏行，求主赦免。
2. 若我今日言語不合體統，
若我今日不關懷人需要，
因此使別人受傷害虧損，求主赦免。
3. 若我今日對人冷落頑梗，
若我今日只顧貪圖安逸，
不願堅守神所交付職分，求主赦免。
4. 求祢赦免我所承認眾罪，
求祢赦免隱而未顯罪愆，
求祢常常引導愛護保守。阿門。

思考與實踐

請藉以下幾方面檢視自己的生命是否已被聖靈澆灌：

- 多體貼聖靈還是肉體的事？例如個人的喜好是否常凌駕聖靈的提醒？
- 有否常常想討神喜悅？
- 心靈已被神的義活化？例如常常以「基督會怎樣做」(What Would Jesus Do) 這原則來作決定。

金句

因為，隨從肉體的人體貼肉體的事；隨從聖靈的人體貼聖靈的事。(羅八 5)

2026年6月17日 榮耀的神兒女

余志文

讀經：羅馬書八章 12-25 節

12 弟兄們，這樣看來，我們不是欠肉體的債去順從肉體而活。13 你們若順從肉體活著，必定會死；若靠著聖靈把身體的惡行處死，就必存活。14 因為凡被神的靈引導的都是神的兒子。15 你們所領受的不是奴僕的靈，仍舊害怕；所領受的是兒子名分的靈，因此我們呼叫：「阿爸，父！」16 聖靈自己與我們的靈一同見證我們是神的兒女。17 若是兒女，就是後嗣，是神的後嗣，和基督同作後嗣。如果我們和他一同受苦，是要我們和他一同得榮耀。18 我認為，現在的苦楚，若比起將來要顯示給我們的榮耀，是不足介意的。19 受造之物切望等候神的眾子顯出來。20-21 因為受造之物屈服在虛空之下，不是自己願意，而是因那使它屈服的叫他如此。但受造之物仍然指望從敗壞的轄制下得釋放，得享神兒女榮耀的自由。22 我們知道，一切受造之物一同呻吟，一同忍受陣痛，直到如今。23 不但如此，就是我們這有聖靈作初熟果子的，也是自己內心呻吟，等候得著兒子的名分，就是我們的身體得救贖。24 我們得救是在於盼望；可是看得見的盼望就不是盼望。誰還去盼望他所看得見的呢？25 但我們若盼望那看不見的，我們就耐心等候。

信息

八章 1-17 節是有關已歸主的人的狀態，1-11 節告訴我們要靠聖靈過得勝的生活，12-17 節則告訴我們有一個與眾不同的身份——神的兒女。雖然按我們的舊我，是一個必死的身體，但今天因基督成就的救恩，我們是有聖靈內住、蒙祂引導的人，就是神的兒女了（14-15 節）。既然我們是榮耀的父神的兒女，就可跟基督一樣同得榮耀，再者，與基督同得榮耀，是與祂一同受苦不能分割的（17 節）。

大部分人歸信某宗教，是因為它能使人享福、上天堂。按上前幾天的信息，歸信基督確有不少好處，例如罪得赦，可靠聖靈過得勝的生活。但這同時有另一面，基督信仰從沒否定信徒要受苦，反而因這身份會受更多的苦，包括因神的緣故而被逼害。但基督信仰的榮耀觀與基督受苦是不能分開的，基督正式受死前不久，祂描述自己「得榮耀的時候到了」（約十二 23）。

人的罪把苦難帶到世界，信徒不能幸免。雖然我們所信的是一位榮耀的神，神兒女是一個很榮耀的身份，但在這個虛空世界中的人卻未必這樣看，反而可能認為信徒十分愚蠢。因此信徒自然切望日後在審判時，這榮耀的神兒女（神的眾子）的身份會在所有受造之物面前顯明（19 節）。

在 24-25 節，按《和修版》，「盼望」先後出現五次，這是信徒面對無可避免的苦難所必須有的態度，也是信徒能在虛空世界繼續靠聖靈過得勝生活的重要基礎。

現在的苦楚，若比起將來要顯示給我們的榮耀，是不足介意的！（18 節）

思考與實踐

1. 為何基督信仰中的榮耀和苦難是分不開的？
2. 我感受到自己是神兒女的身份嗎？
3. 身為神的兒女，是很榮耀的，但面對苦難也是無可避免的。主裏的盼望可如何幫助我們面對苦難？

金句

我認為，現在的苦楚，若比起將來要顯示給我們的榮耀，是不足介意的。（羅八 18）

2026年6月18日

誰能使我們與神的愛隔絕呢？

余志文

讀經：羅馬書八章 26-39 節

26 同樣，我們的軟弱有聖靈幫助。我們本不知道當怎樣禱告，但是聖靈親自用無可言喻的嘆息替我們祈求。27 那鑒察人心的知道聖靈所體貼的，因為聖靈照著神的旨意替聖徒祈求。28 我們知道，萬事都互相效力，叫愛神的人得益處，就是按他旨意被召的人。29 因為他所預知的人，他也預定他們效法他兒子的榜樣，使他兒子在許多弟兄中作長子。30 他所預定的人，他又召他們來；所召來的人，他又稱他們為義；所稱為義的人，他又叫他們得榮耀。31 既是這樣，我們對這些事還要怎麼說呢？神若幫助我們，誰能抵擋我們呢？32 神既不顧惜自己的兒子，為我們眾人捨了他，豈不也把萬物和他一同白白地賜給我們嗎？33 誰能控告神所揀選的人呢？有神稱他們為義了。34 誰能定他們的罪呢？有基督耶穌已經死了，而且復活了，現今在神的右邊，也替我們祈求。35 誰能使我們與基督的愛隔絕呢？難道是患難嗎？是困苦嗎？是迫害嗎？是飢餓嗎？是赤身露體嗎？是危險嗎？是刀劍嗎？36 如經上所記：「我們為你的緣故終日被殺；人看我們如將宰的羊。」37 然而，靠著愛我們的主，在這一切的事上，我們已經得勝有餘了。38 因為我深信，無論是死，是活，是天使，是掌權的，是有權能的，是現在的事，是將來的事，39 是高處的，是深處的，是別的受造之物，都不能使我們與神的愛隔絕，這愛是在我們的主基督耶穌裏的。

信息

今天的經文是五至八章這個段落的總結，當中有一節令人十分感動的經文：「誰能使我們與基督的愛隔絕呢？難道是患難嗎？是困苦嗎？是迫害嗎？是飢餓嗎？是赤身露體嗎？是危險嗎？是刀劍嗎？」(35 節)

回顧五至八章，五章 8 節告訴我們：「基督在我們還作罪人的時候為我們死。」八章 32 節告訴我們：「神既不顧惜自己的兒子，為我們眾人捨了他，豈不也把萬物和他一同白白地賜給我們嗎？」

我們知道要做義的奴隸，但「立志為善由得我，只是行出來由不得我」(羅七 18)，因此問：「誰能援救我脫離這有死掌權的身體呢？」(羅七 24 節，《呂振中譯本》) 今天經文反問：「神若幫助我們，誰能抵擋我們呢？」(31 節)「誰能控告神所揀選的人呢……誰能定他們的罪呢……誰能使我們與基督的愛隔絕呢？」(33-35 節)

而且這份對神及祂的愛的信靠、肯定，不是抽空、遙不可及的。聖靈已住我們生命中，縱然我們可能因正面對的苦難而不知如何祈禱，祂會親自用無可言喻的嘆息替我們祈求(26 節)；當我們感到沮喪、不明白時，神告訴我們祂有超然的安排，要我們耐心等待，相信「萬事都互相效力，叫愛神的人得益處」(28 節)。

最後，五至八章如此作結：天下間一切事物「都不能使我們與神的愛隔絕，這愛是在我們的主基督耶穌裏的。」(39 節)

思考與實踐

請默想以下經文，並向神獻上感恩：

「誰能使我們與基督的愛隔絕呢？難道是患難嗎？是困苦嗎？是迫害嗎？是飢餓嗎？是赤身露體嗎？是危險嗎？是刀劍嗎？」

金句

都不能使我們與神的愛隔絕，這愛是在我們的主基督耶穌裏的。(羅八 39 下)

2026年6月19日

保羅對猶太人的愛

余志文

讀經：羅馬書九章 1-5 節

1 我在基督裏說真話，不說謊話；我的良心被聖靈感動為我作證。2 我非常憂愁，心裏時常傷痛。3 為我弟兄，我骨肉之親，就是自己被詛咒，與基督分離，我也願意。4 他們是以色列人，那兒子的名分、榮耀、諸約、律法的頒佈、敬拜的禮儀、應許都是給他們的。5 列祖是他們的，基督按肉體說也是從他們出來的。願在萬有之上的神被稱頌，直到永遠。阿們！

信息

保羅書信一般分為兩個部分，上半部主要討論真理或教義，下半部分則是相關的實踐。〈羅馬書〉九至十一章自成一個段落，因為一至八章已清楚解釋了「因信稱義」的真理，十二章開始便是實踐方面的教導。中間卻加了九至十一章，特別討論猶太人得救的問題。

〈羅馬書〉一開始告訴我們：「這福音……要救一切相信的，先是猶太人，後是希臘人（即「外邦人」。）」（羅一 16）人可因信稱義了，但不少猶太人仍拒絕基督，這節經文所表述的落空了嗎？因此，保羅特別在九至十一章進深討論猶太人得救的問題，而九章 1-5 節是整段的引言。

保羅是一位傑出的猶太才俊，他「出生後第八天受割禮……是以色列族、便雅憫支派的人，是希伯來人所生的希伯來人……就律法上的義說……是無可指責的。」（腓三 5-6）但在第一至八章，他卻分享一個信息——猶太人在得救上沒有特別，人人平等，皆可因信稱義。他是否在出賣了猶太人呢？

他不是從一個真理辯道的角度出發，而是從一個感性的角度開始相關討論。若能讓猶太人得救，「就是自己被詛咒，與基督分離，我也願意」（3 節）。然而，他按聖靈感動，必須「在基督裏說真話」，因為從「因信稱義」的角度，猶太人在得救上確沒有特權。

曾有一位同工告訴筆者，有堂會邀請他分享鼓勵肢體向同胞傳福音的信息，並請他基於第 3 節來分享。他表示感到有點困難，因為這段經文反而可能有反效果，保羅雖然這麼愛同胞，卻順服去做「外邦人的使徒」。

第 5 節下半節是這段經文的總結，其內容很特別。首先，它以稱頌結束，似與上下文沒有關係；其次，新約中很少直接稱「基督是神」。這個總結帶出了兩個重點，首先，應該受稱頌的神是獨一的主宰，保羅必須順服祂，包括分享令一些猶太人不快的真理，猶太人也要順服上帝及祂的安排；其次，那些猶太人所拒絕的耶穌就是神。

思考與實踐

1. 有哪位親友是我所深愛而仍未得救的，以至我感到若他 / 她能信主，我願意付上很大的代價。若身邊沒有這樣的人，是什麼原因呢？我對他 / 她的愛不夠多？我自己的信仰不夠認真，出現了問題？其他原因？
2. 「耶穌是神，我們要順服祂」這句話對我有何意義呢？

金句

為我弟兄，我骨肉之親，就是自己被詛咒，與基督分離，我也願意。（羅九 3）

2026年6月20日

神看顧、保守及供應

陳家明

讀經：詩篇十三篇

大衛的詩。交給聖詠團長。

- 1 耶和華啊，你忘記我要到幾時呢？要到永遠嗎？你轉臉不顧我要到幾時呢？
- 2 我心裏籌算，終日愁苦，要到幾時呢？我的仇敵升高壓制我，要到幾時呢？
- 3 耶和華 - 我的神啊，求你看顧我，應允我！求你使我眼目明亮，免得我沉睡至死；
- 4 免得我的仇敵說「我勝了他」；免得我的敵人在我動搖的時候喜樂。
- 5 但我倚靠你的慈愛，我的心因你的救恩快樂。
- 6 我要向耶和華歌唱，因他厚厚地恩待我。

信息

詩人坦誠地將他的困難向神呼求，他被攻擊、被壓制，使他幾乎不能看清前路與感覺連絲毫的盼望也沒有。然而，他不是埋怨神、咒罵神，而是迫切的向神呼求，他在詩的結尾，仍表達他對神的確信。

神的眼目常看顧我們，是不分晝夜的看顧，甚至在我們不自知的時候，神仍在看顧。不要以為我們自己能掌握籌算所有的事情，試想想，我們入睡之後能掌握自己的睡眠情況嗎？我們在入睡之後，連不想打鼾也辦不到！

筆者曾被一位宣教士的經歷激勵，我們要相信禱告，神是按祂的心意垂聽及應允我們的禱告——筆者發信息給宣教士，告知她教會有一位肢體想要給她奉獻支持她的生活，宣教士馬上回覆短訊告知筆者：「我剛剛跪下向天父禱告

求供應，因丈夫明天看醫生的金錢仍缺欠。」筆者馬上讚嘆神的奇妙作為，神按我們的需要，看顧、保護及供應我們的一切。

思考與實踐

1. 〈以賽亞書〉五十三章 3-4 節：「他被藐視，被人厭棄；多受痛苦，常經憂患。他被藐視，好像被人掩面不看的一樣，我們也不尊重他。他誠然擔當我們的憂患，背負我們的痛苦；我們卻以為他受責罰，是被神擊打苦待。」這兩節經文讓我們反省，究竟，主耶穌常為我們「憂患」的是甚麼？祂如何、為何要擔當我們的「憂患」？我們今天遇著什麼「憂患」——在經濟或工作環境中看不清前路？在生活或職場中受到無理攻擊或壓迫？想一想這兩節經文給我們甚麼的屬靈提醒？
2. 將自己正遇著的「憂患」坦誠向神禱告，求那位為我們擔當憂患的主，給我們信心、力量與恩典，能經過這些的憂患，幫助我們即使仍在憂患中，不犯罪、不埋怨、不離不棄愛我們的主耶穌基督，並給我們的眼睛明亮看見神的同在、保守與平安。

金句

但我倚靠你的慈愛，我的心因你的救恩快樂。
我要向耶和華歌唱，因他厚厚地恩待我。
(詩十三 5-6)

2026年6月21日

緊張神的事

余志文

讀經：詩篇六十九篇 7-12 節

- 7 因我為你的緣故受了辱罵，滿面羞愧。
- 8 我的兄弟把我當陌生人，我母親的兒子把我當外邦人。
- 9 因我為你的殿心裏焦急，如同火燒，並且辱罵你的人的辱罵都落在我身上。
- 10 我哭泣，以禁食刻苦我心；這倒成了我的羞辱。
- 11 我拿麻布當衣裳，卻成了他們的笑柄。
- 12 坐在城門口的談論我，酒徒也以我為歌曲。

信息

本詩篇是一位落在極大的困苦中的人所作的禱告，它亦是僅次於詩二十二，是新約最多引用的詩篇，而所引用的內容，也於基督有關，例如 21 節：「我渴了，他們拿醋給我喝。」

本文參考張智聰博士的建議，將經文分段如下：

1. 第一輪禱告
 - 1.1. 哀訴 (1-4 節)
 - 1.2. 申訴 (5-6 節)
 - 1.3. 哀訴 (7-12 節)
2. 第二輪禱告
 - 2.1. 求告 (13-18 節)
 - 2.2. 申訴 (19-21 節)
 - 2.3. 求告 (22-28 節)
3. 回應 (29-36 節)

本手冊按經課的編排，集中分享有關 7-18 節的信息，今天先分享 7-12 節，即第二組哀訴。

當中，詩人在第 7 節提及受辱罵，而「辱罵」一詞，在本詩出現多次，在今天的經文中，便已有三次 (7、9 節)。此外，他被家人唾棄，視他為外人 (8 節)。更可悲的是，當他因這些苦況而哭泣、禁食、穿麻衣等，並沒有獲得別人的同情，反而換來羞辱，成為別人的笑柄，被談論，被人用歌去恥笑 (10-12 節)。

為何詩人面對這苦況呢？因為他緊張神的事，為神的殿心裏焦急 (9 節)。這節經文在新約中曾被引用，當主耶穌看到聖殿中擺賣的攤檔，祂發怒，驅趕一批批的販子，聖經描述門徒當時便想起這節經文：「我為你的殿心裏焦急，如同火燒。」

事實上，詩人這些眾叛親離，被辱罵、恥笑的情況，主耶穌曾一一經歷，為了救贖罪人，祂甘心承受這一切。而本詩篇讓我們更明白一點，祂緊張神的事。神極緊張我們能否與祂重建關係，主耶穌一樣緊張，到一個地步，甚至令父神願意犧牲愛子，主耶穌願意死在十架。

思考與實踐

1. 我有緊張神的事嗎？若有，是什麼呢？若沒有，為什麼呢？
2. 「為義受迫害的人有福了！因為天國是他們的。」(太五 10) 讀這節經文，以及再讀今天的經文一次，神有什麼話對我說呢？

金句

因我為你的殿心裏焦急，如同火燒，並且辱罵你的人的辱罵都落在我身上。(詩六十九 9)

2026年6月22日

求神因祂的僕人和自己施行拯救

余志文

讀經：詩篇六十九篇 13-18 節

- 13 至於我，耶和華啊，在悅納的時候我向你祈禱。神啊，求你按你豐盛的慈愛，憑你拯救的信實應允我！
- 14 求你搭救我脫離淤泥，不叫我陷在其中；求你使我脫離那些恨我的人，使我脫離深水。
- 15 求你不容波濤漫過我，不容深淵吞滅我，不容深坑在我以上合口。
- 16 耶和華啊，求你應允我！因為你的慈愛本為美好；求你按你豐盛的憐憫轉回眷顧我！
- 17 不要轉臉不顧你的僕人；我在急難之中，求你速速應允我！
- 18 求你親近我，救贖我！求你因我仇敵的緣故將我贖回！

信息

昨天的信息中，詩人因神的緣故受盡迫害、欺凌，甚至眾叛親離。若我身陷這樣的景況，我會怎樣呢？自暴自棄？埋怨神？為自己曾緊張神的事而感到後悔？詩人作出明智的選擇——向神求助，「在悅納的時候我向你祈禱」（13節）。若昨天經文的主題是「神的僕人因神的緣故受冤屈」，今天經文的主題則是「求神因祂的僕人和自己施行拯救」。

在 14-15 節，詩人求神救他脫離淤泥、恨他的人、深水、波濤、深淵。為何詩人認為自己有資格這樣祈求呢？若我們曾為某人付出，當我們求那人幫助時，自然會訴說自己為對方所作的犧牲，所付出的一切。詩人就曾為神付出很多，例如辱罵神的人的辱罵都落在他身上（9節），如今，他已落在急難之中（17節）。然而，詩人提出的原因，卻不僅這一點，還有神的屬性。

詩人深信自己的祈禱會獲得回應，是因為神的慈愛、憐憫（16節）。即使我們是罪人，神也願為我們犧牲基督，這顯明了神對人的愛的屬性（羅五8），更何況詩人是一位緊張神的事、為神受盡欺侮的僕人呢！

最後，詩人求神在那些敵人面前採取行動——把詩人救贖、贖回（19節）。而且詩人不僅求神的拯救，也求神親近他。一方面，這與舊約至親有責任協助贖回貧困者的產業的律法有關（利二十五25），另一方面，這亦反映詩人的心境，他盼望神有所行動，讓他肯定這位他所愛的神，他願意為之犧牲、付出的神，並非不聞不問的神，祂也會緊張我們，祂是愛我們的神。

思考與實踐

1. 當我遇到困難時，我通常第一時間是思考解決的辦法，還是向神祈禱呢？
2. 詩人有把握神會回應他的禱告，是因為神的慈愛、憐憫。我真的相信神愛我嗎？我會像詩人那樣祈求神的親近嗎？

金句

耶和華啊，求你應允我！因為你的慈愛本為美好；求你按你豐盛的憐憫轉回眷顧我！
（詩六十九 16）

2026年6月23日 察覺自己的貧乏

雅風

讀經：詩篇八十六篇

大衛的祈禱。

- 1 耶和華啊，求你側耳應允我，因我是困苦窮乏的。
- 2 求你保住我的性命，因我是虔誠的人。我的神啊，求你拯救我這倚靠你的僕人！
- 3 主啊，求你憐憫我，因我終日求告你。
- 4 主啊，求你使你的僕人心裏歡喜，因為我的心仰望你。
- 5 主啊，你本為良善，樂於饒恕人，以豐盛的慈愛對待凡求告你的人。
- 6 耶和華啊，求你側耳聽我的禱告，留心聽我懇求的聲音。
- 7 我在患難之日要求告你，因為你必應允我。
- 8 主啊，諸神之中沒有可與你相比的，你的作為也無以為比。
- 9 主啊，你所造的萬民都要來敬拜你，他們要榮耀你的名。
- 10 因你本為大，且行奇妙的事，惟獨你是神。
- 11 耶和華啊，求你將你的道指教我，我要照你的真理而行；求你使我專心敬畏你的名！
- 12 主 - 我的神啊，我要一心稱謝你；我要榮耀你的名，直到永遠。
- 13 因為你的慈愛在我身上浩大，你救了我的性命免入陰間的深處。
- 14 神啊，驕傲的人起來攻擊我，又有一群強橫的人尋索我的命；他們沒有將你放在眼裏。
- 15 主啊，你是有憐憫，有恩惠的神，不輕易發怒，並有豐盛的慈愛和信實。
- 16 求你轉向我，憐憫我，將你的力量賜給僕人，拯救你使女的兒子。
- 17 求你向我顯出恩待我的憑據，使恨我的人看見就羞愧，因為你 - 耶和華幫助我，安慰了我。

信息

當人察覺自己在困苦窮乏的景況中，就是經歷神恩典門大開的機會。這首詩是大衛在困難中的禱告，可以分為三部分：

第一部分是 1-4 節，大衛的呼求。

第二部分是 5-13 節，穿插著呼求神、相信神的屬性本是美善。

第三部分是 14-17 節，重覆懇求神聆聽和回應。

「困苦窮乏」(1 節)——當人察覺自己不單止在現實艱難的環境受苦，而且從屬靈的角度看，發現自己是卑微、有限、無助、很需要上主幫助的人，就是經歷神恩典之路的開始。

從聖經的應許，我們認定我們所相信所倚靠的神的屬性——是慈愛、良善的主，是願意聆聽的主，樂意寬恕的主；無論發生任何事情，這位偉大的創造主仍然掌管。讚美他！

從過去的經歷，我們確定主已經拯救我們的靈魂，回想祂過去的幫助和安慰，堅心相信祂仍然是美善的。感謝他！

我們可以坦誠向祂傾心吐意，在遭遇困難、在遭遇攻擊、被傷害的時候，向祂呼求恩典的記號——求你向我顯出恩待我的憑據 (17 節)，不是倚靠自己的才能！呼求他！

思考與實踐

1. 最近我是否有什麼情況，覺得自己很需要主的同在和幫助？請向主坦誠地發出呼求，認定他是我生命的依靠！
2. 回想過去，有什麼經歷是我看見神恩典的記號呢？請安靜思想一會兒，存著感恩的心向主發出讚美。

金句

耶和華啊，求你側耳應允我，因我是困苦貧窮的。(詩八十六 1)

2026年6月24日

抓著神的應許

雅風

讀經：詩篇八十九篇 1-4、15-18 節

以斯拉人以探的訓誨詩。

- 1 我要歌唱耶和華的慈愛，直到永遠，我要用口將你的信實傳到萬代。
- 2 因我曾說：「你的慈愛必建立到永遠，你的信實必堅立在天上。」
- 3 「我與我所揀選的人立了約，向我的僕人大衛起了誓：
- 4 『我要堅立你的後裔，直到永遠，要建立你的寶座，直到萬代。』」(細拉)
- 15 知道向你歡呼的，那民有福了！耶和華啊，他們要行走在你臉的光中。
- 16 他們因你的名終日歡樂，因你的公義得以高舉。
- 17 你是他們力量的榮耀。我們的角必被高舉，因為你喜愛我們。
- 18 我們的盾牌是耶和華，我們的王是以色列的聖者。

信息

詩人因耶和華與大衛所立的約而讚美他；並且因神的性情而讚美他。縱然尼布甲尼撒王攻陷耶路撒冷，猶大王約雅斤被擄，但是詩人重申神的信實和大能，抓緊主的應許來禱告。因為這位守約的主，曾經應許大衛家永遠作王、為他們攻擊敵人，所以詩人（以探的後裔）求主按照祂的屬性和應許，來施行拯救。

我們曾否落在事事不順的環境中，看似沒有出路和可以依靠的？回想昔日神怎樣幫助你和賜下應許和盼望，以耶和華為樂，走在他的光中，必得力量！掌管一切的王，就是「以色列的聖者」(18 節)

思考與實踐

1. 回想昔日「大衛之約」到「以色列的聖者」的實現，縱然經歷無數黑夜，主彰顯了他的什麼性情？
2. 神在我生命中最深刻的應許是什麼？對我現在的生活有什麼意義？

金句

我要歌唱耶和華的慈愛，直到永遠，我要用口將你的信實傳到萬代。(詩八十九 1)

2026年6月25日

西奈之約

雅風

讀經：出埃及記十九章 2-8 節上

2 他們從利非訂起程，來到西奈的曠野，在那裏的山下安營。3 摩西到神那裏，耶和華從山上呼喚他說：「你要這樣告訴雅各家，對以色列人說：4『我向埃及人所行的事，你們都看見了，我如鷹將你們背在翅膀上，帶你們來歸我。5 如今你們若真的聽從我的話，遵守我的約，就要在萬民中作屬我的子民，因為全地都是我的。6 你們要歸我作祭司的國度，為神聖的國民。』這些話你要告訴以色列人。」7 摩西去召了百姓中的長老來，將耶和華吩咐他的話當面告訴他們。8 百姓都同聲回答：「凡耶和華所說的，我們一定遵行。」

信息

按〈出埃及記〉六至十三章，以色列人經歷上主的拯救，脫離奴役他們的埃及人的手。之後，他們也在十四章見證上主施行神蹟奇事，使紅海分開！

其後，他們開始邁向迦南地，回歸神當初應許給先祖亞伯拉罕的地方。其間，他們在西奈山下停留，在十九章，神與他們正式立約。他們誠心願意回應主的恩典，表示願意遵行祂的話（8 節），在日常的生活處境中表現出來，活出分別為聖的國度子民的生命（6 節）。

思考與實踐

1. 以色列人經歷了主拯救的恩典，我能想到自己曾經經歷過主什麼刻骨銘心的恩典嗎？
2. 主恩廣大，如果我們要回報主的恩典，最好就是遵行神的話。我會想起什麼可行的具體行動呢？

戒除一個壞習慣：_____

建立一個屬靈習慣：_____

請告訴一位你所信任的肢體，立志禱告。

金句

你們要歸我作祭司的國度，為神聖的國民。
(出十九 6 上)

2026年6月26日 你的心裏懷著什麼？

徐敬依

讀經：馬太福音九章 1-8 節

1 耶穌上了船，渡過海，來到自己的城裏。2 有人用褥子抬著一個癱子到耶穌跟前來。耶穌見他們的信心，就對癱子說：「孩子，放心吧，你的罪赦了。」3 這時，有幾個文士心裏說：「這個人說褻瀆的話了。」4 耶穌知道他們的心思，就說：「你們心裏為什麼懷著惡念呢？5 說『你的罪赦了』，或說『你起來行走』，哪一樣容易呢？6 但要讓你們知道，人子在地上有赦罪的權柄」，於是對癱子說：「起來！拿你的褥子回家去吧。」7 那人就起來，回家去了。8 眾人看見都畏懼，歸榮耀給神，因為他把這樣的權柄賜給人。

信息

耶穌來到迦百農，開始祂的事奉。當人們還未認識耶穌是誰時，祂卻清楚地了解來到祂面前的人：有人用褥子抬著一個癱子到耶穌跟前來（2節），經文中沒有記載這些人說任何求耶穌的話，但耶穌看到他們的行為，就對癱子說：「孩子，放心吧，你的罪赦了。」

人們把癱子抬到耶穌面前，或許只是想疾病得醫治，耶穌是明白的，但耶穌的愛限於此。祂不只是一要滿足癱子身體上被醫治的需要，更是直擊核心，要滿足他生命被釋放的需要，這癱子沒有說一句話，耶穌就做了這一切，讓癱子獲得了生命的赦免。

耶穌，最懂來到祂面前的人，祂明白這人是誰，這人心裏是什麼，哪怕你一句話都沒有開口，祂都會按時候回應你，祂就是這樣一位懂我們的主。

而這時在場的另一群人——文士，面對耶穌對癱子的赦免，經文記載文士們心裏說：「這個人說褻瀆的話了。」同樣，即便沒有人聽見文士內心的聲音，但耶穌卻知道。祂直接指出文士心裏懷著的是惡念，是對耶穌的不信。耶穌不僅知道還明確地挑戰文士說「赦罪」或「行走」，哪一樣容易呢？耶穌再一次洞察人心，並且直擊核心，

在今天的經文中，我們見到了兩次耶穌如何洞察人心，並回應人心。祂是最懂我們的那一位，我們在祂面前毫無隱藏，也無需隱藏。祂的洞察不是為了審判，而是要拯救，當我們真實地來到祂面前，就離真正的生命更進一步。

思考與實踐

此刻，請安靜下來，看看自己的心，當下我的心裏懷著什麼呢？我心裏最深的觸動是什麼呢？請將最真實的自己講給神聽。

金句

耶穌知道他們的心思，就說：「你們心裏為什麼懷著惡念呢？說『你的罪赦了』，或說『你起來行走』，哪一樣容易呢？」（太九 4-5）

2026年6月27日

耶穌的憐憫

徐敬依

讀經：馬太福音九章 9-13 節

9 耶穌從那裏往前走，看見一個人名叫馬太，在稅關坐著，就對他說：「來跟從我！」他就起來跟從耶穌。10 耶穌在屋裏坐席的時候，有好些稅吏和罪人來，與耶穌和他的門徒一同坐席。11 法利賽人看見，就對耶穌的門徒說：「你們的老師為什麼與稅吏和罪人一同吃飯呢？」12 耶穌聽見，就說：「健康的人用不著醫生；有病的人才用得著。13 經上說：『我喜愛憐憫，不喜愛祭祀。』」這句話的意思，你們去揣摩。我不是來召義人，而是召罪人。」

信息

我們先做一個簡單的假設，如果你活在今天這段經文描述的場景中，當看到深受門徒尊敬的主耶穌竟然和稅吏、罪人等被人厭恨的人一起吃飯，吃飯的時候還交談互動，你心裏會有什麼感受呢？

再換一個現代場景：如果你在街上看見教會裏德高望重的牧師，正和幾個剛出獄的囚犯、被查辦的貪官一起有說有笑地吃飯，你心裏會怎麼想？保留住你心裏的真實反應，然後我們來對照主耶穌的心。

法利賽人看見這一幕，立刻質疑耶穌的門徒：「你們的老師為什麼和這種人吃飯？」耶穌聽見，說了三句話：
「健康的人用不著醫生；有病的人才用得著」；
「我喜愛憐憫，不喜愛祭祀」；
「我不是來召義人，而是召罪人」。

主耶穌並未否認這些人的「病」與「罪」，但這些並不能阻礙主耶穌的憐憫：這些人確實需要醫治，而祂正是那位醫生；這些人確實被罪捆綁，而祂正是來釋放他們的救主。祂來到世上，不是為了建立一套精致的宗教儀式，而是要活出天父的心——一顆以憐憫為樂的心。

這些人，在世人眼中是不堪的、被厭棄的、充滿爭議的。但耶穌的憐憫，溫柔地觸碰了他們的不堪；耶穌的愛，靜靜地遮蓋了他們的軟弱。他們能與耶穌同席，不是因為誰配得，而是因為耶穌的憐憫主動俯就。

那麼，今天的你，願意站在哪裏？

是像法利賽人那樣，遠遠站著、心中質疑；還是承認自己的需要，走進那充滿恩典的筵席，與耶穌一同坐席呢？

思考與實踐

1. 耶穌是喜愛憐憫，不喜愛祭祀的主，這對我的個人生命有什麼意義？
2. 今天，誰是我心中的「稅吏和罪人？」當我面對他們時，我的心是審判多於憐憫，還是憐憫多於審判呢？

金句

經上說：「我喜愛憐憫，不喜愛祭祀。」這句話的意思，你們去揣摩。我不是來召義人，而是召罪人。(太九 13)

2026年6月28日

女兒，你的信救了你

徐敬依

讀經：馬太福音九章 20-22 節

20 這時，有一個女人，患了經血不止的病有十二年，來到耶穌背後，摸他的衣裳繸子；21 因為她心裏說：「我只要摸他的衣裳，就會痊癒。」22 耶穌轉過來，看見她，就說：「女兒，放心！你的信救了你。」從那時起，這女人就痊癒了。

信息

今天的經文中有一個患經血不止的病十二年的女人。按照律法，這病是不潔淨的，凡接觸這女人的人也會成為不潔（利十五 25-30）。這意味著十二年來，她不能進入人群，不能觸摸別人，不能走進聖殿。每一次被人躲開的目光、每一次聽見身後匆匆避開的腳步聲，都在提醒她：你是不潔淨的。

十二年——四千多日，她的身體在流血，她的心也在流血。但令人震撼的是，她沒有放棄。經文沒有交代她從何處聽說耶穌，只知道她來了。在擁擠的人群中，這個被隔絕了十二年的女人，悄悄來到耶穌背後，伸出手，摸祂的衣裳繸子。她心裏有一個篤定的聲音：「我只要摸他的衣裳，就會痊癒。」

主耶穌轉過來，看見她。這一眼，穿透了十二年的孤獨與羞恥。主耶穌沒有對女人說「你的病好了」，而是說：「女兒，放心！你的信救了你。」

「女兒」——這是四卷福音書中，耶穌唯一的一次用這個稱呼呼喚一個女人。不是「婦人」，不是「你」，而是「女兒」（路八 48；可五 34）。這個被隔絕了十二年的女人，在這一刻，不僅身體得了醫治，更被迎進了神的家。

「你的信救了你」——救她的，不是那一摸，而是那一摸背後的信。她的信，讓她在絕望中仍敢靠近，耶穌知道她心裏的渴望。

思考與實踐

1. 我是否也有長久難以言說的傷痛，讓我覺得自己被隔絕、不被接納？
2. 今天，主耶穌同樣轉向我，對我說：「孩子，放心！你的信救了你。」我願意像那個女人一樣，憑著信心伸出手嗎？

金句

耶穌轉過來，看見她，就說：「女兒，放心！你的信救了你。」從那時起，這女人就痊癒了。（太九 22）

2026年6月29日

困苦流離的羊

徐敬依

讀經：馬太福音九章 35-38 節

35 耶穌走遍各城各鄉，在他們的會堂裏教導人，宣講天國的福音，又醫治各樣的病症。36 他看見一大群人，就憐憫他們；因為他們困苦無助，如同羊沒有牧人一樣。37 於是他對門徒說：「要收的莊稼多，做工的人少。38 所以，你們要求莊稼的主差遣做工的人出去收他的莊稼。」

信息

主耶穌傳道的三年期間，走遍各城各鄉，看見人身體的病痛，更看見人靈魂的困苦。主耶穌看到的這群人是怎樣一群人？經文說，他們困苦無助。經文中的「困苦」，原文是用來形容被剝皮而且砍得血肉模糊的屍體，或是一個被貪得無厭者所剝削的人，或受到毫無憐惜的議論，或受到傲慢無理的待遇，或者為無終無盡的路程而極其憂慮的人。而經文中的「流離」或者「無助」，意思是筋疲力竭，形容一個人因重傷而倒下來。

這就是當時的景象：一群如同沒有牧人的羊——沒有人引導，沒有人安慰，沒有人賜予力量。但耶穌來了。祂從心靈深處，看見了這群困苦流離的人。

經文說，耶穌看見他們，就「憐憫」他們。「憐憫」這個詞的原文，是希臘文中表達同情最有力的字眼。它源於「肚腹」一詞，意味著從人最深之處湧流而出的憐恤與慈悲。在福音書中，除了幾個比喻用過這個字，其餘都是由主耶穌所專用——這憐憫，是祂獨有的目光，是祂生命的記號。

耶穌看見，祂就動了心。這憐憫不是一閃而過的情緒，而是推動祂行動的力量。更要緊的是，祂對門徒說：「要收的莊稼多，做工的人少。你們當求莊稼的主，差遣工人出去收祂的莊稼。」

今天，主耶穌仍以同樣的目光看著這個世界——看著那些困苦流離、如同羊沒有牧人的人群。而祂也對你說：你看見了嗎？你動心了嗎？你願意祈求，更願意出去嗎？

思考與實踐

1. 環顧四周，誰是今天我身邊「困苦流離」的人？他們的真實處境是怎樣的？
2. 主耶穌的憐憫是從內心深處湧流而出的。我的心，是否曾為某些人、某些事深深受感動過呢？

金句

他看見一大群人，就憐憫他們；因為他們困苦無助，如同羊沒有牧人一樣。(太九 36)

2026年6月30日

有愛神的心，也不可掉以輕心

余志文

讀經：列王紀上三章 1-12 節

1 所羅門與埃及王法老結親，娶了法老的女兒，接她進入大衛城，直等到建完了自己的宮和耶和華的殿，以及耶路撒冷周圍的城牆。2 當那些日子，百姓仍在丘壇獻祭，因為還沒有為耶和華的名建殿。3 所羅門愛耶和華，遵行他父親大衛的律例，只是還在丘壇獻祭燒香。4 所羅門王到基遍，在那裏獻祭，因為基遍有極大的丘壇。所羅門在那壇上獻了一千祭牲為燔祭。5 在基遍，耶和華夜間在夢中向所羅門顯現；神說：「你願我賜你什麼，你可以求。」6 所羅門說：「你曾向你僕人我父親大衛大施慈愛，因為他用忠信、公義、正直的心行在你面前。你又為他存留大慈愛，賜他一個兒子坐在他的王位上，正如今日一樣。7 現在，耶和華 - 我的神啊，你使僕人接續我父親大衛作王；但我是幼小的孩子，不知道應當怎樣出入。8 僕人住在你揀選的百姓中，這百姓之多，多得不可點，不可算。9 所以求你賜僕人善於了解的心，可以判斷你的百姓，辨別是非。不然，誰能判斷你這麼多的百姓呢？」10 所羅門因為求這事，就蒙主喜悅。11 神對他說：「你既然求這事，不為自己求壽、求富，也不求滅絕你仇敵的性命，只求能明辨，可以聽訟。12 看哪，我會照你的話去做，看哪，我會賜你智慧和明辨的心，在你以前沒有像你的，在你以後也沒有興起像你的。」

信息

第 5-12 節交代了所羅門為何那麼有智慧，而下文多章經文也是與他的智慧有關。讀者定然深受所羅門對神的愛感動，然而，1-4 節還記載了他兩方面的失敗：他娶了法老的女兒和在丘壇獻祭。但與舊約其後許多經文不同，沒有清楚表示上帝指責所羅門，或明確地表示神厭惡相關行為，反而隨即記載祂向所羅門顯現。那麼是否代表神接受這兩方面呢？

按之前第一至二章，所羅門並不是一個十分出眾的人物，不僅不像押沙龍那樣有魅力、聰明和有野心，其登基一事更是十分被動。尤幸他登基後果斷地處理一些威脅其王位的人，第三章開始便是動亂過後，治理的開始。

這個「不出眾」的王的故事，若以他求智慧來開始合情合理，但經文卻選擇以他的兩個錯誤炊開始。然而，按當時歷史處境，律法並沒有明文禁止娶埃及女子，像禁止娶迦南女子一樣（申七 1-4）。此外，第 3 節有一個有趣的描述：「所羅門愛耶和華……只是還在丘壇獻祭燒香。」在未建聖殿前，神確曾沒有對以色列人在丘壇獻祭作嚴厲的指責（參撒九 12-14）。用今天的述語，它們是一些灰色地帶。

「所羅門愛耶和華」，而除了這份愛神的心，聖經還描述了大衛的忠心（6 節），所羅門主動求一夥善於了解的心（9 節），結果神賜他一顆智慧和明辨的心（12 節）。

相對當時那些灰色地帶中較次要的問題，上帝更看重所羅門的內心。這就像我們可能在不知情之下做了神不喜悅的事，但祂更看重我們整體對祂的愛心、信心、忠心……

即或如此，我們也不可掉以輕心。經文以所羅門犯下較輕的錯誤開始，還有重要的意義。娶外邦女子和在丘壇獻祭是後來導致以色列人逐步離開上帝的重要原因，而所羅門便成為他們的寫照，縱然他曾有單純侍主的心，但他後來卻犯下越來越多錯誤，這些錯誤更成為以色列人後來離開上帝的重要伏筆。

思考與實踐

1. 我自問對主有單純的愛心、信心、忠心嗎？
2. 我有對一些微小的錯誤掉以輕心嗎？願所羅門和以色列人的經歷成為我們的借鑒。

金句

神對他說：「你既然求這事，不為自己求壽、求富，也不求滅絕你仇敵的性命，只求能明辨，可以聽訟，看哪，我會照你的話去做，看哪，我會賜你智慧和明辨的心，在你以前沒有像你的，在你以後也沒有興起像你的。

(王上三 11-12)

2026年7月1日

唯一可依靠的對象

余志文

讀經：以賽亞書四十四章 6-8 節

6 耶和華 - 以色列的君王，以色列的救贖主 - 萬軍之耶和華如此說：「我是首先的，也是末後的；除我以外再沒有神。7 自從古時我設立了人，誰能像我宣告，指明，又為自己陳說呢？讓他指明未來的事和必成的事吧！8 你們不要恐懼，也不要害怕。我豈不是從上古就告訴並指示你們了嗎？你們是我的見證人！除我以外，豈有神呢？誠然沒有磐石，就我所知，一個也沒有！」

信息

〈以賽亞書〉分為三部，四十至五十五章是第二部分，對象是被擄到外邦的以色列人。他們面對著不同衝擊：在外邦世界過著二等公民的生活；懷疑先祖的上帝耶和華已離棄他們；在外邦數十年，生活漸漸安定下來，但回歸耶路撒冷的機會卻出現了，要冒險按先知呼籲回歸嗎？

回應這些問題，神提出不同答案，例如把他們擄去的巴比倫最終也會按主宰歷史的上帝的安排下一步步滅亡。核心的問題，是百姓願意相信祂嗎？因此，〈以賽亞書〉第二部分是這樣開始的：「要安慰，安慰我的百姓。」(賽四十一)這信息不僅帶來安慰，而且上帝重申以色列人是祂的百姓。

〈以賽亞書〉中有多篇「神諭」，今天靈修經文便是其中一篇。讀這篇神諭時，不知讀者有何感受，筆者讀它時，十分興奮，因為神親自作出多項振奮人心的宣告。

祂親自說：我是首先的，也是末後的，祂是永恆的上帝，除祂以外再沒有別神(6節)，當時巴比倫有許多偶像，但祂們也不是真神，唯獨以色列人先祖的上帝才是獨一真神。再者，祂不僅是以色列的上帝，祂本身是天地及人類創造主，是萬族的上帝。

當以色列人過著二等公民的生活，面對許多偶像崇拜的引誘，但原來早已與他們同行的上帝才是他們唯一可投靠的神、磐石(8節)，因此他們不用恐懼和害怕。更重要的是，祂是可依靠的對象，勢力、軍力、財富、親人、學識也可以成為人依靠的對象，但神只有一位，完全可以依靠的對象也只有祂，而且祂曾親自說：「要安慰，安慰我的百姓。」

思考與實踐

1. 有什麼令我恐懼和害怕的事？上帝是唯一可依靠的對象，我願意投靠祂嗎？
2. 上帝不僅是可依靠的對象，而且是獨一真神。我與這位上帝的關係如何？好？壞？平淡？常感受到祂的愛和同在？敬畏？其他？

金句

你們不要恐懼，也不要害怕。我豈不是從上古就告訴並指示你們了嗎？你們是我的見證人！除我以外，豈有神呢？誠然沒有磐石，就我所知，一個也沒有！(賽四十四8)

2026年7月2日

若不傳福音，我就有禍了

余志文

讀經：耶利米書二十章 7-13 節

7 耶和華啊，你欺哄了我，我也被你欺哄了。你比我強，並且得勝。我終日成為笑柄，人人都戲弄我。8 我每逢講話的時候，就哀嘆，我喊叫：「有暴力和毀滅！」因為耶和華的話終日成了我的凌辱和譏刺。9 我若說：「我不再提耶和華，也不再奉他的名講論」，我心裏便覺得似乎有燒著的火悶在我骨中，我忍受不住，不能自禁。10 我聽見許多的毀謗，四圍都是驚嚇；連我知己朋友都看著我跌倒：「告他吧，我們要告他！或者他被引誘，我們就能勝他，在他身上報仇。」11 然而，耶和華與我同在，好像可怕的勇士。因此，迫害我的都絆跌，不能得勝；他們大大蒙羞，由於行事沒有智慧，必永遠受那不能忘懷的羞辱。12 考驗義人、察看人肺腑心腸的萬軍之耶和華啊，求你使我得見你在他們身上報仇，因我已將我的案件向你稟明了。13 你們要向耶和華唱歌！要讚美耶和華！因他救了窮人的性命脫離惡人的手。

信息

不知大家看今天經文的第一句時，有何感受。筆者感到十分震驚，竟然有人如此不客氣的地質疑上帝。但我們要明白耶利米是一個十分感性的人，而且要了解他所經歷的一切。神差派他向猶大國宣告審判的信息——神要藉鄰邦懲罰他們，國家將要滅亡。這些信息令他成為一個神憎鬼厭的人，同胞更視他為賣國賊。就在上文，巴施戶珥祭司便公開羞辱和拘禁了他（1-2 節）。

忠心為神發聲的僕人，換來的卻是持續的羞辱和皮肉之苦，令耶利米充滿怨恨。他控訴，認為神欺騙了他（7 節），他質疑為何神的話會成

為他的凌辱和譏刺（8 節），甚至連自己的朋友也不理會他（10 節）。

即便如此，耶利米仍深信滿有能力的上帝與他同在，祂會為他申冤，為他報仇（11-12 節）。最後，他以呼籲人去讚美神作結。

本文開始時提及筆者因第 7 節感到震驚，以及耶利米是一個很感性的人。在經文中段，也有一處令筆者震驚的地方。縱然耶利米因忠於上帝的託付而面對極大的困境，甚至埋怨上帝，這位感性的先知同時感受到去宣告神話語的迫切性：「我若說：『我不再提耶和華，也不再奉他的名講論』，我心裏便覺得似乎有燒著的火悶在我骨中，我忍受不住，不能自禁。」（9 節）因為耶利米感性，他會承受更大的心靈創傷，也因為他感性，他會不能自己地去為神發聲，做神要他做的事，即使這會使他面對更多的危難。

思考與實踐

1. 不論遇到什麼困難，請學習耶利米那樣向神發出至誠的禱告。
2. 保羅曾說：「若不傳福音，我就有禍了。」（林前九 16）耶利米和保羅這種心懷，對今天的我有何提醒呢？

金句

我若說：「我不再提耶和華，也不再奉他的名講論」，我心裏便覺得似乎有燒著的火悶在我骨中，我忍受不住，不能自禁。（耶二十 9）

2026年7月3日

誠心所願

余志文

讀經：耶利米書二十八章 5-9 節

5 耶利米先知當著祭司和站在耶和華殿裏眾百姓的面，對哈拿尼雅先知說：6「阿們！願耶和華如此行，願耶和華實現你所預言的話，將耶和華殿中的器皿和所有被擄去的人從巴比倫帶回此地。7 然而我在你和眾百姓耳中所要說的話，你應當聽。8 從古以來，在你我以前的眾先知，向多國和大邦說預言，論到戰爭、災禍、瘟疫的事。9 至於那預言平安的先知，到先知的話應驗的時候，人就知道他真是耶和華所差來的。」

信息

要了解今天的經文，必須知道在上文 1-4 節發生了什麼事。當時，有另一位頗有影響力的「先知」哈拿尼雅，當耶利米按神心意預告猶大人將因持續得罪上帝而被罰、國家將被巴比倫所滅時，哈拿尼雅卻言之鑿鑿地說神會把他們從巴比倫手中拯救。（2-4 節）

於是，耶利米作出回應，他並不是指出哈拿尼雅的錯誤，而是要百姓看看最終的結果：「到先知的話應驗的時候，人就知道他真是耶和華所差來的。」（9 節）的確，對百姓而言，哈拿尼雅的信息遠較耶利米的吸引，大家也會取向相信前者，然而，只有從最終的結果才能辨別誰才是真正來自神的先知。

而耶利米的回應，是以一個很常見的詞彙開始——阿們，我們禱告時皆以「阿們」作結，但其實我們是否知道「阿們」的意思呢？耶利米在這裏以「阿們」開始，想帶出什麼意義呢？

「阿們」希伯來文的意思是「真正地」、「確實地」，舊約聖經基本上也是譯作「阿們」，而且跟我們今天的用法接近，常用作禱文的結束。但當中亦有例外，例如今天的經文便是放在句子的開始。此外，亦有作其他翻譯，「在地上起誓的，必指著真實的神起誓。」（賽六十五 16）當中的「真實的」便是這個字詞。也許一些教會以「誠心所願」取代「阿們」，更能反映其意義。禱告結束，我們同心宣告「誠心所願」，代表我們真真實實地盼望所禱告的能成就。

耶利米以「阿們」開始，也反映他誠心地盼望哈拿尼雅所說的真的能成就——神會把猶大從巴比倫手中拯救，但這一次，神不會這樣做。耶利米一生順服神的心意，按祂的指示宣告令人討厭的信息，自己也成為人人指責的「過街老鼠」，但他忠於託付，無悔一生，成為一位後世景仰的偉大先知。

思考與實踐

1. 我會取向聽一些令自己舒服的信息嗎？若聖經、講道提出一些令自己不想做的事，我會如何回應呢？
2. 我願意像耶利米那樣，即使不受歡迎，仍忠於神的託付嗎？
3. 當自己禱告、或有其他人領禱時，我有認真看待禱告的內容，最後以「阿們」真誠地宣告願這禱告按神的心意成就嗎？

金句

至於那預言平安的先知，到先知的話應驗的時候，人就知道他真是耶和華所差來的。

（耶二十八 9）

2026年7月4日 神不離不棄的愛

余志文

讀經：何西亞書五章 15 節~六 6 節

五章

15 我要去，我要回到原處，等他們自覺有罪，尋求我的面；急難時他們必切切尋求我。

六章

1 來，我們歸向耶和華吧！他撕裂我們，也必醫治；打傷我們，也必包紮。2 過兩天他必使我們甦醒，第三天他必使我們興起，我們就在他面前得以存活。3 我們要認識，要追求認識耶和華。他如黎明必然出現，他必臨到我們像甘霖，像滋潤土地的春雨。4 以法蓮哪，我可以向你怎樣行呢？猶大啊，我可以向你怎樣做呢？因為你們的慈愛如同早晨的雲霧，又如速散的露水。5 因此，我藉先知砍伐他們，以我口中的話殺戮他們；對你的審判如光發出。6 我喜愛慈愛，不喜愛祭物；喜愛人認識神，勝於燔祭。

信息

〈何西亞書〉是一卷很特別的先知書，因為神不僅讓何西亞宣示祂的心意，而且更透過祂與妻子的關係來比喻神與以色列的關係。何西亞的妻子是一個淫婦，多次背叛丈夫，神以此來比喻以色列人，神對他們雖有不離不棄的愛，但他們卻對神不忠，隨從別神。〈何西亞書〉頭五章主要便是描述這段關係，以及神對以色列的指責。

第五章的最後一節，一方面總結了頭五章的內容，同時引進本書的下半部分：「我要去，我要回到原處，等他們自覺有罪，尋求我的面；急難時他們必切切尋求我。」（五 15）縱然以色列如此不忠，但神仍會在原處等候他們回轉。

第六章頭三節便是回應神的等候：不論以色列如何被撕裂，受傷，只要他們——「神的妻子」再次歸向上帝，祂也會在原處等候他們，為他們療傷、包紮，過不多日，以色列將會甦醒，復興，得以存活。

可惜 1-3 節似乎只是何西亞一廂情願的夢想，今天我們也知道當時以色列人並沒有回轉。4-6 節便是描述他們始終沒有回應神的愛，他們對神的愛像雲霧、露水一樣虛無、短暫，他們可能有進行獻祭的表面宗教儀式，卻沒有對神真正的愛。因此，神藉先知宣告祂的話，亦即審判的信息，藉此砍伐、攻擊他們。結果，北國以色列及南國猶大亦先後被亞述和巴比倫所滅。

思考與實踐

1. 我們可能自覺不會像那淫婦一樣背叛上帝，但我們會有多個「丈夫」嗎？例如把事業、家人、錢財看到遠比上帝重要。
2. 不論我們多麼不濟，但神對我們始終有不離不棄的愛，祂一直等待我們回轉。

金句

來，我們歸向耶和華吧！他撕裂我們，也必醫治；打傷我們，也必包紮。（何六 1）

2026年7月5日 愛情——神極大的恩典

余志文

讀經：雅歌二章 8-13 節

8 聽啊！我良人的聲音，看哪！他穿山越嶺而來。9 我的良人像羚羊，像小鹿。看哪，他站在我們的牆壁邊，從窗戶往裏觀看，從窗格子往裏窺探。

10 我的良人對我說：「我的佳偶，起來！我的美人，與我同去！11 看哪，因為冬天已逝，雨水止住，已經過去了。12 地上百花開放，歌唱的時候到了，斑鳩的聲音在我們境內也聽見了。13 無花果樹的果子漸漸成熟，葡萄樹開花，散發香氣。我的佳偶，起來！我的美人，與我同去！」

信息

究竟我們要怎樣看〈雅歌〉呢？它由多首情詩組成，歌頌男女之間的愛情，但為何這些情詩會放在聖經之中呢？筆者相信這一方面歌頌上帝為人賜下的愛情，同時藉此展現上帝對我們人類的愛。

今天的經文是其中一首情詩，8-9 節是女主角（佳偶）聽到男主角（良人）的聲音和對他的描述，10-13 節則是女主角敘述男主角對她的邀請。這情詩的內容極之優美，女主角聽到穿山越嶺而來的男主角的聲音，並且描寫他為羚羊、小鹿。我們不是中東的牧人，加上以中文來讀，會較難感受到這首希伯來文詩詞、羚羊、小鹿之美。筆者且以中文情歌《可可託海的牧羊人》中部一段歌詞讓讀者參考，希望大家能感受今天經文的意境：「我釀的酒喝不醉我自己，你唱的歌却讓我一醉不起，我愿意陪你翻過雪山穿越戈壁。」

之後，女主角描述男子角透過窗格子窺探，10-13 節中是男主角邀請女主角同去，一起欣賞冬天過後春天的各項美景。我們可想像一些古裝劇那些紙窗和窗格子，在房內一位熱戀中的少女，知道心愛的男子正站在窗外，邀請她同去觀賞春日的各樣美景。我們也可用今天的情境來聯想：某少女有一位心儀的對象，對方在 2 月 14 日前一週邀請她在情人節共進晚膳，在 2 月 7 日至 13 日期間，那少女的心情會是如何呢？

這首情詩，便是以生動的希伯來文字，描述這位熱戀中的少女那心如鹿撞、既驚且喜的心情。

思考與實踐

1. 愛情是上帝賜給人的大禮物。若我已有另一半，請感受神為我賜下的另一半那份恩典。若我與另一半正處於矛盾的狀態，請盡量多想想上帝曾賜我倆那些美好時光，求神幫助我倆處理正面對的矛盾。
2. 若我是單身人士，請回想上帝曾給予自己的父母、友誼，更重要的是神對你的愛，它定然比那個曾出現 / 未出現 / 未必會出現的另一半的愛更多。
3. 我願意像那少女那樣心如鹿撞地期待上帝的愛情、期待上帝來臨及對我作出邀請嗎？

金句

聽啊！我良人的聲音，看哪！他穿山越嶺而來。
(歌二 8)

2026年7月6日 立約的血

余志文

讀經：撒迦利亞書九章 9-12 節

9 錫安哪，應當大大喜樂；耶路撒冷啊，應當歡呼。看哪，你的王來到你這裏！他是公義的，並且施行拯救，謙和地騎著驢，騎著小驢，驢的駒子。10 我必除滅以法蓮的戰車和耶路撒冷的戰馬；戰爭的弓也必剪除。他要向列國講和平；他的權柄必從這海管到那海，從大河管到地極。11 錫安哪，我因與你立約的血，要從無水坑裏釋放你中間被囚的人。12 被囚而有指望的人哪，要轉回堡壘；我今日宣告，我必加倍補償你。

信息

撒迦利亞是後期的先知，〈撒迦利亞書〉的寫作對象是回歸後的以色列。而在上文 1-8 節，是針對列國的信息，對於被鄰邦統治和侵擾的以色列人，這可算是安慰的信息。

至於今天的經文，明顯是有關彌賽亞的預言，我們不難發現許多與基督有關的內容：騎著小驢駒子、立約的血。但對於當時的以色列人來說，基督仍未降臨，他們期待的是一位會把他們從被鄰邦的欺壓中拯救的救主，今天的經文有雙重意義：一方面進一步為當時的以色列人帶來安慰：一位公義、有能力的錫安君王將要來臨，他會實踐針對列邦以及拯救以色列的預言；另一方面，也指向耶穌基督。今天，我們集中思考「立約的血」的雙重意義。

對於以色列人，西乃山上那「立約的血」意義非凡：摩西把(牲畜的)血灑在百姓身上，說：「看哪！這是立約的血，是耶和華按照這一切的命令和你們立約的憑據。」(出二十四 8)立約是雙方面的，是關係的確立。在那天前不久，神親自宣告：「你們要歸我作祭司的國度，為神聖的國民。」而百姓也回應：「凡耶和華所說的，我們一定遵行。」(出十九 6、8)但人每每只想到自己成為神子民的好處，卻忘記自己曾承諾必定遵行神的話。

到了新約，主耶穌為它賜下更豐富的意義：「這是我立約的血，為許多人流出來，使罪得赦。」(太二十六 28)誰會想到後來那血是來自神的兒子，而釋放你中間被囚的人(11節)的重點並非讓以色列從鄰邦手中拯救，而是徹底地使人從罪、從與神隔絕的囚牢中釋放。這是份白白的、重價的恩典，而已被基督用這血救贖的信徒，也當謹記不要僅僅想到自己成為神兒女的好處，而要努力遵行神所吩咐的，莫負這立約的血背後那重價的恩典。

思考與實踐

1. 我會只想到自己是神的子民、兒女的好處，而忘記祂期望我們遵行其話語的期望嗎？
2. 請默想：「因為這是我立約的血，為許多人流出來，使罪得赦。」(太二十六 28)

金句

錫安哪，我因與你立約的血，要從無水坑裏釋放你中間被囚的人。(亞九 11)

2026年7月7日

被差遣的門徒

一場信心與順服的訓練

馮子釗

讀經：馬太福音十章 1、5-15 節

1 耶穌叫了十二個門徒來，給他們權柄，能驅趕污靈和醫治各樣的疾病。

5 耶穌差遣這十二個人出去，吩咐他們說：「外邦人的路，你們不要走；撒瑪利亞人的城，你們不要進；6 寧可往以色列家迷失的羊那裏去。7 要邊走邊傳，說『天國近了』。8 要醫治病人，使死人復活，使癱瘋病人潔淨，把鬼趕出去。你們白白地得來，也要白白地給人。9 腰袋裏不要帶金銀銅錢；10 途中不要帶行囊，不要帶兩件內衣，也不要帶鞋子和手杖，因為工人得飲食是應當的。11 你們無論進哪一城、哪一村，要打聽那裏誰是合適的人，就住在他家，直住到離開的時候。12 進他家時，要向那家請安。13 那家若配得平安，你們所求的平安就臨到那家；若不配得，你們所求的平安仍歸你們。14 凡不接待你們，不聽你們話的人，你們離開那家，或是那城的時候，要跺掉你們腳上的塵土。15 我實在告訴你們，在審判的日子，所多瑪和蛾摩拉地方所受的，比那城還容易受呢！」

信息

耶穌揀選十二位門徒，他們被稱為「使徒」，這是新階段的開始。過去他們是跟從者，現在他們是被差遣者。這個轉變，不只是職份的提升，更是生命使命的委託。他們不只是「聽道」的人，更是「去行」的人。耶穌要他們出去，實地學習、操練信心，傳揚天國、醫病趕鬼，完成祂託付的使命。

這段差遣的行動，起於上一章末尾：耶穌看見許多困苦流離的人，就憐憫他們。祂說：「要收的莊稼多，做工的人少。」(太九 36-38)於是，祂差遣門徒出去。神國的使命，不是出於人為的計劃，而是出於耶穌的憐憫與洞察。

然而這次差遣有明顯的限制。耶穌吩咐他們只往以色列家迷失的羊那裏去，不進外邦人的城；不帶多餘的衣物、不預備金錢，甚至連鞋子與拐杖都不必準備。這是一次有計劃的訓練，目的是讓門徒學習完全信靠與即時順服。

耶穌讓他們體會：宣教不是靠裝備的完備，而是靠對神的信靠。

這也讓我們想到舊約出埃及的圖像——十二支派匆忙出埃及，沒有機會發酵餅，拿著無酵餅啟程。他們沒有時間為自己預備，卻是在神的呼召中踏上了信心之路。如今，十二位門徒也像十二支派一樣，進入一場「憑信而行」的旅程。

最終，他們不是靠自己完成使命，而是靠神的權柄與差遣。他們所行的事（醫病、趕鬼、使死人復活）正是耶穌所做的。這不只是模仿，而是參與，是與主同工的開始。

思考與實踐

1. 當神呼召我「出去」時，我是否在忙於盤算自己有沒有預備好？
2. 今天，我是否能放下自己的計劃與安全感，學習憑信心走出去？
3. 我是否能把神給我的職分——哪怕只是小小的服事——當作「被差遣」的榮耀？
4. 我是否願意學習門徒般的單純信靠，哪怕條件不完美，也依然回應主的呼召？

金句

要邊走邊傳，說『天國近了』。要醫治病人，使死人復活，使癱瘋病人潔淨，把鬼趕出去。你們白白地得來，也要白白地給人。(太十 7-8)

2026年7月8日

從短差到永差

使徒的特質與心志

馮子釗

讀經：馬太福音十章 16-22 節、37-39 節

16「看哪！我差你們出去，如同羊進入狼群，所以你們要機警如蛇，純真如鴿。」17 你們要防備那些人，因為他們要把你們交給議會，也要在會堂裏鞭打你們。18 你們要為我的緣故被送到統治者和君王面前，對他們和外邦人作見證。19 當人把你們交出時，不要擔心怎樣說話，或說什麼話。到那時候，必賜給你們該說的話。20 因為不是你們自己說的，而是你們父的靈在你們裏面說的。21 兄弟要把兄弟、父親要把兒女置於死地；兒女要起來與父母為敵，害死他們。22 而且你們要為我的名被眾人憎恨。但堅忍到底的終必得救。

37 愛父母勝過愛我的，不配作我的門徒；愛兒女勝過愛我的，不配作我的門徒。38 不肯自己的十字架跟從我的，不配作我的門徒。39 得著性命的，要喪失性命；為我喪失性命的，要得著性命。」

信息

耶穌在差遣門徒的後半段，從實際任務轉向了更深層的「心態預備」。祂提醒門徒：他們不是走在一條輕鬆的旅程中，而是走上一條充滿對抗、爭戰與逼迫的道路。祂說：「我差你們去，如同羊進入狼群，所以你們要靈巧像蛇，馴良像鴿子。」

這句話定下了整個「差遣」的核心特質：福音工人不是戰士，而是和平之子；不是靠拳頭，而是靠聖靈的智慧。

耶穌警告他們：你們會被官府抓去、在會堂裏受鞭打、被親人出賣、在社會中被仇視。但祂同時應許：在你們開口時，不是你們自己在說話，而是聖靈會教導你們說當說的話。

換句話說，被差遣的人不是靠自己，而是全然依靠聖靈的同在與引導。

耶穌也指出一個極具挑戰性的真理：「學生不能高過先生，僕人不能高過主人。」祂的意思是：如果連耶穌也被攻擊、被誤解、被拒絕，那麼作為祂門徒的人，也必然會經歷這一切。

最終，祂的鼓勵是清晰的：「不要怕。」三次出現這句話，足見耶穌知道門徒將面對的恐懼有多實在。祂不否認困難，但祂要門徒記住：「凡為我撇下生命的，必得著生命。」

整段差遣的總結在十一章 1 節：「耶穌吩咐完了十二個門徒，就離開那裏，往各城去傳道，教導人。」祂不是站在後方發號施令，而是親自走在他們前頭，做給他們看。祂是我們的榜樣，也是我們的同路人。

思考與實踐

1. 我是否常渴望「為主做事」，卻沒有準備好「為主受苦」？
2. 我是否害怕人的批評與拒絕，以致不敢勇敢分享福音？
3. 在我的生活中，有沒有經歷過「聖靈替我說話」的時刻？
4. 今天，我是否願意在困難與衝突中，靠著聖靈走前面的路？

金句

不肯自己的十字架跟從我的，不配作我的門徒。得著性命的，要喪失性命；為我喪失性命的，要得著性命。」(太十 38-39)

2026年7月9日

疑問中的信心

施洗約翰與彌賽亞的確據

馮子釗

讀經：馬太福音十一章 2-6 節

2 約翰在監獄裏聽見基督所做的事，就派他的門徒去。3 問耶穌：「將要來的那位就是你嗎？還是我們要等候另一位呢？」4 耶穌回答他們：「你們去，把所聽見、所看見的告訴約翰：5 就是盲人看見，瘸子行走，癩瘋病人得潔淨，聾子聽見，死人復活，窮人聽到福音。6 凡不因我跌倒的有福了！」

信息

當施洗約翰在監牢中聽見耶穌所行的種種神蹟，他心中產生了一個關鍵的問題：「你就是那將要來的那一位嗎？還是我們要等候別人？」這是一個令人深思的場景。曾經大聲宣告「看哪，神的羔羊」的約翰，如今卻陷入疑惑。

這不是不信，而是掙扎——在黑暗與孤獨中，在環境完全不如預期的情況下，即使最剛強的信心也會被考驗。耶穌並沒有責備提出問題的約翰，祂溫柔地回應說：「你們去，把所聽見所看見的事告訴約翰：瞎子看見，瘸子行走，長大癩瘋的得潔淨，聾子聽見，死人復活，窮人有福音傳給他們。」耶穌以祂的行動來說話，這些正是彌賽亞應當有的記號，是以賽亞書中所預言的。

耶穌的回應，不是用權威式的宣告，而是以祂的行為作為見證。祂讓約翰的信心不是建立在外在環境上，而是建立在神話語的應驗與祂事工的真實上。今天我們也會有信仰上的疑問，特別在患難、等待或失望中。但這段經文提醒我們，疑問並不代表失敗，而是信心成長的過程。

思考與實踐

1. 在困難中，我是否勇敢地把內心的疑問帶到主面前，還是選擇隱藏或逃避？
2. 我是否願意用神的話語來印證自己對主的信心，而不是依賴感覺或處境？
3. 今天，我是否願意在疑惑中選擇信靠主，即使答案還未完全明朗？

金句

凡不因我跌倒的有福了！（太十一 6）

2026年7月10日

忠心與拒絕

從施洗約翰看門徒的心志

馮子釗

讀經：馬太福音十一章 7-19

7 他們一走，耶穌就對眾人談到約翰，說：「你們從前到曠野去，是要看什麼呢？看風吹動的蘆葦嗎？8 你們出去到底是要看什麼？看穿細軟衣服的人嗎？那穿細軟衣服的人是在王宮裏。9 你們出去究竟是要看什麼？是先知嗎？是的，我告訴你們，他比先知大多了。10 這個人就是經上所說的：『看哪，我要差遣我的使者在你們面前，他要在你們前面為你們預備道路。』11 我實在告訴你們，凡女子所生的，沒有一個比施洗約翰大；但在天國裏，最小的比他還大。12 從施洗約翰的日子到今天，天國受到強烈的攻擊，強者奪取它。13 眾先知和律法，直到約翰為止，都說了預言。14 如果你們願意接受，這人就是那要來的以利亞。15 有耳的，就應當聽！16 「我該用什麼來比這世代呢？這正像孩童坐在街市上向同伴呼喊：17 『我們為你們吹笛，你們不跳舞；我們唱哀歌，你們不捶胸。』18 約翰來了，既不吃也不喝，人們就說他是被鬼附的；19 人子來了，也吃也喝，他們又說這人貪食好酒，是稅吏和罪人的朋友。而智慧是由它的果子來證實的。」

信息

當耶穌回答約翰門徒的問題之後，祂轉向眾人講論這位曾在曠野呼喊的先知。耶穌沒有因約翰的疑問而責備他，反而高度評價他：「婦人所生的，沒有一個興起來大過施洗約翰的。」耶穌肯定他在神救贖計劃中的地位——他是為彌賽亞預備道路的人，他所做的是最接近天國實現的先知事奉。

但耶穌也說：「天國裏最小的，比他還大。」這句話意味著，約翰是站在舊約與新約之交界的轉捩點，他預備的是將來的榮耀，而我們卻活在這榮耀的實現中——我們經歷了基督的十字架與復活，這是極大的恩典。

接著，耶穌提到當時世代的反應。人們不接受約翰的嚴厲斥責，也不接受耶穌的慈愛憐憫。約翰被說是被鬼附的，耶穌則被罵為貪食好酒的朋友。無論怎樣，他們都不滿意——吹笛不跳舞，舉哀不捶胸。

這段話深深點出人心對真理的頑梗。無論上帝如何顯明祂的心意，若人的心不願意接受，那就是拒絕。耶穌指出，約翰已經「做得最好」，但仍然被拒絕。這也是耶穌自己的寫照：祂所做的一切都是對的，卻仍然面對逼迫與不信。

這提醒我們，忠心不代表會被肯定，也不保證結果會美好。真正的門徒，是即使面對拒絕，也願意繼續忠心走主的道路。施洗約翰最終面對死亡，他沒有看到天國完全降臨，但他的生命被耶穌親口稱許。

我們今天的處境或許不同，但我們的挑戰卻很相似——我們是否對主的話語選擇「愛理不理」？我們是否以「現代理性」來包裝拒絕？這段經文邀請我們回到核心：以忠心回應呼召，即使沒有人掌聲，即使結果未知。

思考與實踐

1. 我是否像施洗約翰那樣，即使在困難中，仍然以主的事為念？
2. 我是否將忠心建立在結果上，還是建立在對主的信靠上？
3. 我是否對主的教導有消極的拒絕——口裏不反對，心裏卻愛理不理？
4. 今天，我願意在哪一件事上，實踐忠心？

金句

人子來了，也吃也喝，他們又說這人貪食好酒，是稅吏和罪人的朋友。而智慧是由它的果子來證實的。(太十一 19)

2026年7月11日 在光中仍不悔改 悔改的責任更重

馮子釗

讀經：馬太福音十一章 20-24 節

20 那時，耶穌在一些城行了許多異能。因為城裏的人不肯悔改，他就責備那些城說：21 「哥拉汛哪，你有禍了！伯賽大啊，你有禍了！因為在你們中間所行的異能若行在推羅、西頓，他們早已披麻蒙灰悔改了。22 但我告訴你們，在審判的日子，推羅和西頓所受的，比你們還容易受呢！23 迦百農啊，你以為要被舉到天上嗎？你要被推下陰間！因為在你那裏所行的異能，若行在所多瑪，它還可以存留到今日。24 但我告訴你們，在審判的日子，所多瑪地方所受的，比你們還容易受呢！」

信息

這段經文讓我們看見主耶穌在祂服事的地區——特別是迦百農、哥拉汛和伯賽大——所面對令人痛心的現實。這三個地區並不是對福音完全陌生的地方，相反，它們是耶穌行神蹟最多、教導最頻繁的地方，尤其迦百農，更是祂的「福音基地」。然而，正因為福音曾多次臨到，他們的不信便更顯得剛硬與可惜。

主耶穌用兩個地區作比喻，對照他們的情況：推羅西頓與所多瑪。推羅西頓代表了外邦偶像敬拜的城市，而所多瑪則是罪惡之都。但耶穌說：「倘若所多瑪曾看見你們所看見的神蹟，他們早已悔改。」這不是對罪惡的肯定，而是對「在光中仍不悔改」的嚴重警告。當恩典越多，責任也越重；當福音已清楚臨到時，選擇拒絕就是定罪自己。

這些話語不是耶穌情緒化的發怒，而是祂對人心剛硬的深深歎息。祂不是要羞辱那三個城市，而是要喚醒他們。祂指出：這些本來有悔改機會的人，因為驕傲與無動於衷，而錯過了神的救恩。

今天，我們活在一個極度蒙恩的時代與環境中，資訊、真理、教會資源都如此充足，我們是否也落入了類似迦百農的處境——在福音中長大，卻沒有真實悔改？在亮光中生活，卻對神的心意無動於衷？

思考與實踐

1. 我是否正身處豐富的環境中，卻對悔改的呼召冷淡以對？
2. 神的光已多次照亮我心中的黑暗角落，我是否仍然選擇視而不見？
3. 有哪些神已明確指出的罪與習慣，我仍舊不願放下？
4. 今天，我是否願意用行動來回應神的光，不讓自己再重蹈那三個城市的覆轍？

金句

哥拉汛哪，你有禍了！伯賽大啊，你有禍了！因為在你們中間所行的異能若行在推羅、西頓，他們早已披麻蒙灰悔改了。（太十一 21）

2026年7月12日 來吧，得安息 與主同負一個輕省的軛

馮子釗

讀經：馬太福音十一章 25-30 節

25 那時，耶穌說：「父啊，天地的主，我感謝你！因為你把這些事向聰明智慧的人隱藏起來，而向嬰孩啟示出來。26 父啊，是的，因為你的美意本是如此。27 一切都是我父交給我的；除了父，沒有人知道子；除了子和子所願意啟示的人，沒有人知道父。28 凡勞苦擔重擔的人都到我這裏來，我要使你們得安息。29 我心裏柔和謙卑，你們當負我的軛，向我學習；這樣，你們的心靈就必得安息。30 因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。」

信息

在責備那些拒絕悔改的城市之後，主耶穌轉向眾人發出一個極為溫柔的呼喚。這段話從禱告開始，耶穌讚美天父的作為：祂將天國的真理向「嬰孩」顯明，卻對那些自以為「聰明有智慧」的人隱藏起來。嬰孩所代表的，是那份單純、謙卑與渴慕；而那些驕傲自滿者，即使有學問、有地位，卻因為剛硬的心而無法明白屬天的真理。

耶穌隨即發出最溫柔、最有力量邀請：「凡勞苦擔重擔的人都到我這裏來，我要使你們得安息。」這不是感性的安慰，而是一個生命的轉向——把重擔交託給主耶穌，學祂的樣式，與祂一同前行。

祂所說的「軛」是農夫用來讓兩隻牛同行耕作的工具。在古時，「負軛」也常象徵被奴役、被綑綁。但耶穌卻說：「我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。」因為這個軛不是單靠自己背，

而是與主同行，祂在其中擔起我們不能承擔的部分，讓我們學會用祂的方式面對生命。

對當時的猶太人來說，他們所背負的是律法的重擔，是宗教領袖加添的壓力與責任。而今天的我們，或許不在律法制度下，但我們同樣背負著來自家庭、工作、世界與自我價值的各種壓力——情緒的擔子、身份的困惑、未來的憂慮……這些都是我們心靈的重軛。

主耶穌說你們要「向我學習」，祂心裏是「柔和謙卑」的，祂不是用律法來驅策我們，而是以榜樣來吸引我們。祂要的，不是外在的宗教行為，而是一個願意信靠、願意學習祂樣式的生命。而真正的安息，就藏在這樣的信靠與順服之中。

思考與實踐

1. 我是否正背負著一些神沒有要我背負的擔子？我是否習慣靠自己撐住一切？
2. 在我的信仰中，是否有「表面順服」卻「內心抗拒」的矛盾？
3. 我是否相信耶穌真的能給我「安息」，還是我不斷在自救與掙扎中打轉？
4. 今天，我願意將什麼樣的重擔交給耶穌，讓祂來帶領？
5. 我是否願意學習耶穌的柔和與謙卑，進入與祂同行的節奏？

金句

我心裏柔和謙卑，你們當負我的軛，向我學習；這樣，你們的心靈就必得安息。(太十一 29)

2026年7月13日 安息日的真正意義 規條與憐憫之間

馮子釗

讀經：馬太福音十二章 1-8 節

1 那時，耶穌在安息日從麥田經過。他的門徒餓了，就摘麥穗來吃。2 法利賽人看見，對耶穌說：「看哪，你的門徒在安息日做不合法的事了。」3 耶穌對他們說：「大衛和跟從他的人飢餓時所做的是，你們沒有念過嗎？4 他怎麼進了神的居所，吃了供餅呢？這餅是他和跟從他的人不可以吃的，惟獨祭司才可以吃。5 再者，律法上所記的，在安息日，祭司在聖殿裏犯了安息日也不算有罪，你們沒有念過嗎？6 但我告訴你們，比聖殿更大的在這裏。7『我喜愛憐憫，不喜愛祭祀。』你們若明白這話的意思，就不將無罪的當作有罪了。8 因為人子是安息日的主。」

信息

在這段經文中，主耶穌與祂的門徒因安息日的行為受到法利賽人的質疑。他們質疑門徒在安息日掐麥穗吃，是違反律法的行為。然而，主耶穌的回應卻引導我們去思考一個更深層的問題——到底守安息日的目的是什麼？

耶穌舉了兩個例子：首先是大衛在逃難時吃了陳設餅，這原本是祭司才能吃的，但因為情況特殊，大衛得以吃了那餅而保命。其次是祭司在安息日仍在聖殿中獻祭，做的是「工作」，卻不算違法。這兩個例子指出：人在有需要時，律法的精神不在於字句的限制，而在於成全人的生命與敬拜的核心。

主耶穌進一步強調：「我喜愛憐憫，不喜愛祭祀。」祂並非否定祭祀，而是指出若失去對人的憐憫、愛與服事，那宗教儀式就失去意義。祂最後宣告：「人子是安息日的主。」這一句話不只是權柄的表達，更是福音的核心——**真正的安息不是靠外在的守規矩，而是在基督裏得到釋放與平安。**

事實上，我們若回顧〈馬太福音〉第十一章的末尾，耶穌向眾人宣告：「凡勞苦擔重擔的人都到我這裏來，我要使你們得安息。」這正是實踐那段話的時刻，門徒並非因懶惰而違法，而是積極地跟隨主、事奉主、傳揚福音——正如祭司在聖殿中服事一樣，他們是參與一場屬靈的敬拜。

思考與實踐

1. 我在信仰中是否也將一些「規條」看得比人的需要更重要？
2. 我是否願意用憐憫取代批評？用理解代替控訴？
3. 我的宗教行為是否只是一種表面的形式？還是發自內心地敬拜神與愛人？
4. 我是否真正相信主耶穌是我的安息？還是依然靠規矩、自我努力來尋找釋放？
5. 今天，我能否放下「自以為義」的判斷，改用主的眼光看待人的軟弱？

金句

「我喜愛憐憫，不喜愛祭祀。」你們若明白這話的意思，就不將無罪的當作有罪了。因為人子是安息日的主。(太十二 7-8)

2026年7月14日 從律法走向憐憫

馮子釗

讀經：馬太福音十二章 9-21 節

9 耶穌離開那地方，進了猶太人的會堂；10 那裏有個一隻手萎縮了的人。有人為了要控告耶穌，就問他：「安息日治病合不合法？」11 耶穌對他們說：「你們中間誰有一隻羊在安息日掉在坑裏，不抓住牠，把牠拉上來呢？12 人比羊貴重得多了！所以，在安息日做善事是合法的。」13 於是對那人說：「伸出手來！」他把手一伸，手就復原了，和另一隻一樣。14 法利賽人出去，商議怎樣除掉耶穌。15 耶穌知道了，就離開那裏，有一大群人跟著他。他把所有的病人都治好了。16 又囑咐他們不要把他宣揚出去。17 這是要應驗以賽亞先知所說的話：18「看哪，我所揀選的僕人，我所親愛，心所喜悅的；我要將我的靈賜給他，他必將公理傳給外邦。19 他不爭吵，不喧嚷，街上也沒有人聽見他的聲音。20 壓傷的蘆葦，他不折斷，將殘的燈火，他不吹滅，直到他使公理得勝。21 外邦人都要仰望他的名。」

信息

主耶穌進入會堂，看見一個手枯乾的人。法利賽人設下一個陷阱來問主：「安息日治病可以不可以？」這是當時猶太社群中極具爭議的話題，有一派極端拉比認為，即使人掉進坑裏，在安息日也不可救援。但耶穌用一個簡單的比喻回應他們的心硬：你們若有羊掉在坑裏，難道不把牠拉上來嗎？人比起羊是何等貴重！（11-12 節）

這不只是邏輯的勝出，更是價值觀的挑戰。主耶穌指出：若連動物都可以在安息日獲得救援手，何況是按神形象所造的人？

接著，主耶穌不但教導，也親自伸手醫治那人，讓他枯乾的手得以痊癒。這是一個強而有力的

見證——安息的真正意義，不是停止行動，而是恢復人的尊嚴與完整。

這段經文最末引用了〈以賽亞書〉中對彌賽亞的描述——這位受膏者：「他不爭競，不喧嚷……壓傷的蘆葦，他不折斷；將殘的燈火，他不吹滅。」這位彌賽亞不是帶來轟轟烈烈的國家拯救，而是以溫柔憐憫的心去安慰破碎者。

主耶穌就是這樣的主，祂不是來強調律法的重擔，而是來釋放受傷者的心靈。祂不是來強迫人守規條，而是來用恩典重建人的生命。祂就是安息日的主——那位為我們帶來真正安息、醫治與更新的主。

今天，我們可能不再拘泥於安息日的守法，但我們仍可能被「宗教的重擔」所壓——傳統、標準、自責、表現、壓抑的期待。耶穌今天仍然在呼喚你：「來，讓我醫治你。縱然你是那枝快要折斷的蘆葦、那盞快要熄滅的燈，但我不會放棄你。」

思考與實踐

1. 我生命中是否仍有「枯乾的手」——無法伸展的痛處，需要主來觸摸？
2. 我是否常在主面前掙扎於形式，卻忽略祂溫柔的邀請？
3. 我是否願意用耶穌的方式來服事身邊破碎的人？
4. 今天，我願意將自己那枝壓傷的蘆葦交給主嗎？我相信祂不會折斷我嗎？

金句

壓傷的蘆葦，他不折斷；將殘的燈火，他不吹滅；等他施行公理，叫公理得勝。外邦人都要仰望他的名。（太十二 20-21）

2026年7月15日

誤解聖靈的作工

從屬靈衝突看清神的國

馮子釗

讀經：馬太福音十二章 22-29 節

22 當時，有人把一個被鬼附，又盲又啞的人帶到耶穌那裏，耶穌醫治他，那啞巴就能說話，又能看見。23 眾人都驚奇，說：「這不是大衛之子嗎？」24 但法利賽人聽見，就說：「這個人趕鬼，無非是靠著鬼王別西卜罷了。」25 耶穌知道他們的心思，就對他們說：「一國自相紛爭，必定荒蕪；一城一家自相紛爭，必立不住。26 若撒但趕出撒但，就是自相紛爭，他的國怎能立得住呢？27 我若靠著別西卜趕鬼，你們的子弟趕鬼又靠著誰呢？這樣，他們要作你們的判官。28 我若靠著神的靈趕鬼，那麼，神的國就已臨到你們了。29 人怎能進壯士家裏搶奪他的東西呢？除非先綁住那壯士，否則無法搶奪他的家。」

信息

這段經文記載了一場公開的屬靈衝突。耶穌幫助了一個被鬼附著、又瞎又啞的人，結果那人就看見，也能說話。群眾驚訝：「這不是大衛的子孫嗎？」然而，法利賽人卻立刻出面反擊，將耶穌的行為歸因於「別西卜」——鬼王的能力。

這是一個極為嚴重的控訴，因為他們不是否認耶穌行了神蹟，而是**故意扭曲這神蹟能力的來源**，將明顯出於神的工作，歸給魔鬼。這不單是誤解，更是一種屬靈上的敵對。

主耶穌的回應極具邏輯性和屬靈洞見。祂指出：一個國若自相攻擊，必站立不住。若撒但

驅逐撒但，豈不等於內部瓦解？祂反問：「如果我是靠鬼王趕鬼，那你們的子弟是靠誰趕鬼的呢？」這不僅拆穿他們的虛偽，也讓他們陷入自我矛盾。

主耶穌進一步指出真正的重點：「我若靠著神的靈趕鬼，這就是神的國臨到你們了。」趕鬼不只是權能的展示，更是**神國臨到的記號**。這不是模糊的神秘力量，而是神在地上的掌權與拯救開始運作。

祂用「綁壯士奪家財」的比喻補充說明：若有人要奪取一個強者的家產，必須先制服那壯士。耶穌趕鬼的行動，就是在說明祂已經勝過撒但，將人從魔鬼的捆綁中拯救出來。這絕不是出於與撒但的合作，而是來自對撒但國度的完全勝利。

思考與實踐

1. 我是否曾錯誤地用人的標準，去判斷屬靈的事情？
2. 當神的國度臨到，我的反應是興奮、渴慕，還是懷疑、抗拒？
3. 今天，我要求神幫助我辨識祂的作為，不被人間的偏見所誤導。
4. 我是否已經意識到，神的國已經臨到我生命中？我的回應是什麼？

金句

我若靠著神的靈趕鬼，那麼，神的國就已臨到你們了。(太十二 28)

2026年7月16日

不悔改的心與不可赦的罪

真假果子的試驗

馮子釗

讀經：馬太福音十二章 30-37 節

30 不跟我一起的，就是反對我；不與我一起收聚的，就是在拆散。31 所以我告訴你們，人一切的罪和褻瀆的話都可得赦免，但是褻瀆聖靈，總不得赦免。32 凡說話干犯人子的，還可得赦免；但是說話干犯聖靈的，今世來世總不得赦免。」33 「你們知道樹好，果子也好；又知道樹壞，果子也壞；因為看果子就可以知道樹。34 毒蛇的孽種啊，你們既是惡人，怎能說出好話來呢？因為心裏所充滿的，口裏就說出來。35 善人從他所存的善發出善來；惡人從他所存的惡發出惡來。36 我告訴你們，凡是人所說的閒話，在審判的日子，要句句供出來；37 因為要憑你的話定你為義，也要憑你的話定你有罪。」

信息

主耶穌在這段經文中，進一步指出法利賽人所犯的極重之罪——**褻瀆聖靈**。祂說：「凡說話干犯人子的，還可得赦免；但是說話干犯聖靈的，今世來世總不得赦免。」這句話經常令人困惑甚至恐懼，但若從上下文來看，就能明白耶穌的真正意思。

耶穌不是針對一時的誤解或疑惑，而是指出法利賽人**明知耶穌的能力來自神，卻故意否認，還惡意扭曲**，說祂靠鬼王趕鬼。這不是無知的錯誤，而是出於剛硬與驕傲的心，蓄意**拒絕聖靈的啟示與感動**。

所謂「不得赦免」，並非神不願赦免，而是因為人已把自己鎖在拒絕的狀態裏，完全關閉自己，拒絕對神的回應。換句話說——**若一個人**

拒絕聖靈的工作，也就等於拒絕救恩的管道，自然無法得赦。

接著耶穌用「樹與果子」的比喻進一步說明。一棵樹是好是壞，可以從它的果子看出來。同樣，一個人心中充滿什麼，也必從言行中流露出來。法利賽人不但拒絕真理，更散播錯誤言論，這些話不是中立的，而是**心中邪惡的外在表現**。

耶穌提醒眾人：人在審判的日子，要為自己所說的閒話交帳。言語看似微不足道，但卻是內心真相的證據。祂說：「因為你口裏所說的，要定你為義；你口裏所說的，也要定你有罪。」

這是一個嚴肅的提醒：**我們不能隨意對屬靈的事說出輕率的話；也不能藉口自己「只是說說」來掩蓋心中的不信。**口是心的出口，果子是生命的見證。

思考與實踐

1. 我的言語是否常流露信心、恩慈與真理，還是充滿批評、論斷與否定？
2. 我有否輕看聖靈的感動、推遲悔改，甚至合理化自己的冷淡？
3. 我的生命正在結出怎樣的「果子」？是憐憫、愛與悔改嗎？
4. 今天，我是否願意向神承認自己的錯誤話語與態度？求祂潔淨我。

金句

我告訴你們，凡是人所說的閒話，在審判的日子，要句句供出來；因為要憑你的話定你為義，也要憑你的話定你有罪。（太十二 36-37）

2026年7月17日

你要的是神蹟，還是悔改？

馮子釗

讀經：馬太福音十二章 38-45 節

38 當時，有幾個文士和法利賽人對耶穌說：「老師，我們想請你顯個神蹟給我們看看。」39 耶穌回答他們：「邪惡淫亂的世代求看神蹟，除了先知約拿的神蹟以外，再沒有神蹟給他們看了。40 約拿三日三夜在大魚肚腹中，同樣，人子也要三日三夜在地裏面。41 在審判的時候，尼尼微人要起來定這世代的罪，因為尼尼微人聽了約拿所傳的就悔改了。看哪，比約拿更大的在這裏！42 在審判的時候，南方的女王要起來定這世代的罪，因為她從地極而來，要聽所羅門智慧的話。看哪，比所羅門更大的在這裏！」43 「污靈離了人身，走遍無水之地尋找安歇之處，卻找不到。44 於是他說：『我要回到我原來的屋裏去。』他到了，看見裏面空著，打掃乾淨，修飾好了，45 就去另帶了七個比自己更惡的靈來，都進去住在那裏。那人後來的景況比先前更壞了。這邪惡的世代也要如此。」

信息

在這段經文中，法利賽人再次試探耶穌，要求祂行一個「神蹟」(希臘文原文是 *semeion*，即「記號」、「證據」)，以證明祂的身分。表面看來，他們只是求一個「明證」，但耶穌卻識破他們的心態，指出這**是一個邪惡淫亂的世代**，不是因為缺乏神蹟而不信，而是即使看見神蹟也不願悔改。

耶穌的回答讓人震撼：「除了先知約拿的神蹟以外，再沒有神蹟給他們看了。」耶穌並非否定神蹟的存在，卻是要指出：**神蹟的目的不是滿足人的好奇心，而是引導人悔改**。祂舉約拿的例子——約拿曾在大魚腹中三日三夜，之後

向外邦的尼尼微人傳悔改的信息，他們就悔改了。而耶穌在這裏暗示祂自己的死亡與復活將是那「約拿的神蹟」的應驗。

主耶穌進一步指出：**外邦的尼尼微人與南方的女王(所羅門的時代)都會在審判日站起來定這世代的罪**。他們面對的只是先知與君王，都能回應真理；但他們如今面對的，是比約拿、所羅門更大的主耶穌，卻仍選擇不悔改！

隨後，耶穌用「污靈回來」的比喻，揭示一個深層的屬靈原則：**若一個人生命中未讓悔改與真信仰填滿，就算曾有外在的改變，邪惡仍可能捲土重來，甚至更加嚴重**。宗教表現、經歷恩典或暫時的轉變都不足以維繫真正的得救，若不悔改、真正相信、並讓聖靈掌權，人的靈命仍是空虛且危險的。

思考與實踐

1. 我對神的期待，是不是停留在祂「證明給我看」，而非「帶我悔改」？
2. 我的生命是否只是暫時擺脫問題，但內心未真實改變？
3. 我是否有尚未讓神完全掌管的地方，以致重擔反而更重？
4. 我願意讓神蹟的目的，在我生命中成為悔改的開始嗎？

金句

在審判的時候，尼尼微人要起來定這世代的罪，因為尼尼微人聽了約拿所傳的就悔改了。看哪，比約拿更大的在這裏！（太十二 41）

2026年7月18日

聽見道，也要讓它落地生根

馮子釗

讀經：馬太福音十三章 1-9、18-23 節

1 就在那天，耶穌從房子裏出來，坐在海邊。
2 有一大群人到他那裏聚集，他只好上船坐下，眾人都站在岸上。
3 他用比喻對他們講了許多話。他說：「有一個撒種的出去撒種。
4 他撒的時候，有的落在路旁，飛鳥來把它們吃掉了。
5 有的落在土淺的石頭地上，因為土不深，很快就長出苗來，
6 太陽出來一曬，因為沒有根就枯乾了。
7 有的落在荊棘裏，荊棘長起來，把它擠住了。
8 又有的落在好土裏，就結出果實，有一百倍的，有六十倍的，有三十倍的。
9 有耳的，就應當聽！」

18「所以，你們要聽這撒種的比喻。
19 凡聽見天國的道而不明白的，那惡者就來，把撒在他心裏的奪了去；這就是撒在路旁的了。
20 撒在石頭地上的，就是人聽了道，立刻歡喜領受，
21 只因心裏沒有根，不過是暫時的，一旦為道遭受患難或迫害，立刻就跌倒。
22 撒在荊棘裏的，就是人聽了道，後來有世上的憂慮、錢財的迷惑把道擠住了，結不出果實。
23 撒在好土裏的，就是人聽了道，明白了，後來結了果實，有一百倍的，有六十倍的，有三十倍的。」

信息

這段經文是著名的「撒種比喻」，對許多信徒而言是熟悉不過的內容。主耶穌用農業社會中常見的情境講述天國的道，如此簡單貼地的故事，為什麼耶穌卻說有人「看也看不見，聽也聽不明白」？我們不妨回到比喻本身，再思考其意義對我們今天的生命有何提醒。

比喻中有四種土地，象徵四種不同的心：

1. **路旁的心**——聽了道卻不明白，馬上被惡者奪去。

2. **淺土的心**——聽了道，當下歡喜，但遇試煉就退後。
3. **荊棘的心**——有道存在心中，但被世上的憂慮、財利纏繞，無法結出果實。
4. **好土的心**——聽了道，也領受了，於是結果實三十倍、六十倍、甚至一百倍。

主耶穌強調：天國的道**不是沒有能力**，問題在於它落在怎樣的心中。這個比喻最核心的挑戰，不是「你聽懂了沒有」，而是你**讓這道在你生命中生根結果了沒有？**

一般來說五倍的收成都算是農業上的成功，但主耶穌還說到三十倍、六十倍、一百倍，這是極大的豐收，是神親自施恩的結果。也就是說：**好土的生命，不是靠自己的努力，而是願意配合神，讓生命紮根生長。**

思考與實踐

1. 我是否曾經歷過神的話語在我心裏發芽？
2. 我現在的生命狀態屬於哪一種土地？是淺土？是荊棘？還是好土？
3. 有什麼事正「纏繞」我的心，使我難以為神結出果子？
4. 我是否願意讓神挪開那些攔阻我成長的石頭與荊棘？

金句

撒在好土裏的，就是人聽了道，明白了，後來結了果實，有一百倍的，有六十倍的，有三十倍的。(太十三 23)

2026年7月19日

比喻背後的挑戰

你願意明白嗎？

馮子釗

讀經：馬太福音十三章 10-17 節

10 門徒進前來問耶穌：「對眾人講話，為什麼用比喻呢？」11 耶穌回答他們說：「因為天國的奧秘只讓你們知道，不讓他們知道。12 凡有的，還要給他，讓他有餘；凡沒有的，連他所有的也要奪去。13 我之所以用比喻對他們講，是因為他們看卻看不清，聽卻聽不見，也不明白。14 在他們身上，正應驗了以賽亞的預言：『你們聽了又聽，卻不明白，看了又看，卻看不清。15 因為這百姓的心麻木，耳朵發沉，眼睛閉著，免得眼睛看見，耳朵聽見，心裏明白，回轉過來，我會醫治他們。』16 但你們的眼睛是有福的，因為看得見；你們的耳朵也是有福的，因為聽得見。17 我實在告訴你們，從前有許多先知和義人要看你們所看的，卻沒有看見；要聽你們所聽的，卻沒有聽見。」

信息

比喻，是耶穌教導的方式之一。對第一世紀的聽眾來說，撒種、收成、土壤都是生活中極熟悉的畫面。耶穌並不是為了讓人「聽不懂」而講比喻，而是為了讓人思想，激發內心的回應。

但在這裏，我們看到一個令人震驚的事實：**比喻讓一些人更堅固，也讓一些人更硬心**。耶穌引用〈以賽亞書〉：「要使這百姓心蒙油脂，耳朵發沉，眼睛昏花；恐怕他們眼睛看見，耳朵聽見，心裏明白，回轉過來，就得醫治。」（賽六 10）

難道耶穌不希望他們悔改嗎？當然不是！祂說這話，是在描述人因自己的選擇而導致的屬

靈麻木。神的道本是要人得生命，但當人長期拒絕、不聽、漠視，就漸漸心硬到連聽見都失去了。

這正是耶穌用比喻的一個目的：**讓想知道的人更深地明白，不想知道的人自然不會強迫他們去明白**。門徒就是願意進一步問「為什麼」，所以耶穌就向他們解明「天國的奧秘」。

比喻考驗我們是否真有尋求神的心。你願意問，就會聽見；你選擇無視，就算聽見，也無法得著。耶穌說得很清楚：「凡有的，還要給他……凡沒有的，連他所有的也要奪去。」（12 節）這不是偏心，而是一個選擇的後果。

耶穌不是要人聽一個有趣的故事，而是邀請人**走進天國的奧秘中**。你願意尋求、掘深、明白嗎？還是只想湊熱鬧，過後就走？

思考與實踐

1. 我對神的話語是「聽過就算」，還是「聽了想要更深明白」？
2. 我有沒有養成尋求神話語的習慣，還是常常淺嘗即止？
3. 我是否有一些習慣、態度、忙碌或驕傲，讓我對神的道變得「耳朵發沉」？
4. 今天，我是否願意像門徒一樣問耶穌：「主啊，這是什麼意思？」

金句

但你們的眼睛是有福的，因為看得見；你們的耳朵也是有福的，因為聽得見。（太十三 16）

2026年7月20日

雜草與麥子

末日審判中的兩種生命

馮子釗

讀經：馬太福音十三章 24-30、36-43 節

24 耶穌又設個比喻對他們說：「天國好比人撒好種在田裏，25 在人睡覺的時候，他的仇敵來，把雜草撒在麥子裏就走了。26 到長苗吐穗的時候，雜草也顯出來。27 地主的僕人進前來對他說：『主人，你不是撒好種在田裏嗎？哪裏來的雜草呢？』28 主人回答他們：『這是仇敵做的。』僕人對他說：『你要我們去拔掉嗎？』29 主人說：『不必，恐怕拔雜草，也把麥子連根拔出來。30 讓這兩樣一起長，等到收割。當收割的時候，我會對收割的人說，先把雜草拔出來，捆成捆，留著燒，把麥子收在我的倉裏。』」36 當時，耶穌離開眾人，進了屋子。他的門徒進前來，說：「請把田間雜草的比喻講給我們聽。」37 他回答：「那撒好種的就是人子，38 田地就是世界，好種就是天國之子，雜草就是那惡者之子，39 撒雜草的仇敵就是魔鬼，收割的時候就是世代的終結，收割的人就是天使。40 正如把雜草拔出來用火焚燒，世代的終結也要如此。41 人子要差遣他的使者，把一切使人跌倒的和作惡的從他國裏挑出來，42 丟在火爐裏，在那裏要哀哭切齒了。43 那時，義人要在他們父的國裏發出光來，像太陽一樣。有耳的，就應當聽！」

信息

主耶穌在這段經文中講出「雜草的比喻」，這比喻是〈馬太福音〉十三章中最長的。主藉這個比喻揭示了天國在世界中運行的一個重要真理——**在今生的歷史進程中，義人與惡人會並存，直到審判來臨。**

比喻中的好種是「天國之子」，由耶穌所撒；雜草是「惡者之子」，由魔鬼暗中撒下。田地

是這個世界。主說，不要急於拔出雜草，免得連好麥也一併拔出——**在末後的日子，天使會按神的吩咐將雜草與麥子分開：雜草燒盡，麥子進入永生的倉庫。**

這比喻針對的是人心裏常有的一個困惑：「為什麼神的國臨到，世上卻仍充滿邪惡？為什麼惡人與義人看起來一樣活得好好的？」主的回答是：**不要急，審判會來，真正的分別會在末日顯明。**

同時，這也指出一個更深的問題：**你是麥子，還是雜草？你現在的生命，是屬於神的，還是屬於惡者的？**這不是一個中立的問題，而是一個選擇。

耶穌不是單單在描述將來的審判，而是在提醒每一位聽道的人：**你現在正在成長，但你要成為什麼？你要結出什麼樣的果實？你是否願意活在神的國度中？**

思考與實踐

1. 我是否因為看到惡人得勢而灰心？我是否相信神最終會審判與分別哪些是義人、哪些是惡人？
2. 我是否真誠地渴望活出與福音相稱的生命，等候主的收割？
3. 我有沒有急於論斷他人，而忘記自己也需要被煉淨？
4. 我是否願意忍耐等候，在混亂中持守天國子民的身份，直到主回來？

金句

那時，義人要在他們父的國裏發出光來，像太陽一樣。有耳的，就應當聽！（太十三 43）

2026年7月21日

天國的微小與巨大

芥菜種與酵母的力量

馮子釗

讀經：馬太福音十三章 31-35 節

31 他又設個比喻對他們說：「天國好比一粒芥菜種，有人拿去種在田裏。32 它原比所有的種子都小，等到長起來，卻比各樣的菜都大，且成了樹，以致天上的飛鳥來在它的枝上築巢。」33 他又對他們講另一個比喻：「天國好比麵酵，有婦人拿來放進三斗麵裏，直到全團都發起來。」34 這都是耶穌用比喻對眾人說的話，不用比喻，他就不對他們說什麼。35 這是要應驗先知所說的話：「我要開口說比喻，說出從創世以來所隱藏的事。」

信息

主耶穌接著講了兩個簡短卻深刻的比喻——**芥菜種與酵母(麵酵)**。這兩個比喻都是對比性質的：**起初微小，但最終帶來極大影響。**

首先是芥菜種。在巴勒斯坦地區，芥菜種被視為最小的種子之一，但它卻能長成大樹，甚至成為飛鳥棲息之處。耶穌用這種極端對比的圖像來形容**天國的擴展——它起初微不足道，但最終卻影響萬國萬民。**

這對當時的聽眾是一個挑戰，因為他們期待的彌賽亞國度應該是威風凜凜、到處獲勝的帝國。但耶穌卻說，**天國是從看似平凡開始，如一夥小小的信心、一個簡單的呼召、一群不起眼的門徒，卻能翻轉整個世界。**

接著，主耶穌講到酵母。雖然在其他經文中酵母常象徵罪的滲透，但在這裏卻是正面的——**小小的一撮酵母，能使整團麵粉膨脹、改變本質。**這說明天國的工作不是轟轟烈烈，而是**從內在滲透人心、改變社群、擴展到整個世界。**

這兩個比喻提醒我們：**不要小看屬靈的微小起步，不要輕視平凡中的忠心。**天國的力量不是靠人眼所見的強大，而是在於**神如何透過卑微的事，成就榮耀的國度。**

思考與實踐

1. 我是否輕看自己在主裏的影響力，因為我覺得「我太小了」？
2. 我的信心是否願意像芥菜種一樣，被種下，即使微小，也相信神能使它成長？
3. 我是否相信神正在用我生命的見證，在人群中見證祂的國度？
4. 今天，我在哪些「微小」的事上可以忠心，讓神來擴展、來使用？

金句

他又設個比喻對他們說：「天國好比一粒芥菜種，有人拿去種在田裏。它原比所有的種子都小，等到長起來，卻比各樣的菜都大，且成了樹，以致天上的飛鳥來在它的枝上築巢。」
(太十三 31-32)

2026年7月22日

不怕真理的代價

施洗約翰的殉道與先知的勇氣

馮子釗

讀經：馬太福音十四章 1-12 節

1 那時，希律分封王聽見耶穌的名聲，2 就對臣僕說：「這是施洗的約翰從死人中復活，因此才有這些異能在他裏面運行。」3 原來，希律為他兄弟腓力的妻子希羅底的緣故，把約翰抓住綁了，關進監獄，4 因為約翰曾對他說：「你佔有這婦人是不合法的。」5 希律就想要殺他，可是怕民眾，因為他們認為約翰是先知。6 到了希律的生日，希羅底的女兒在眾人面前跳舞，使希律歡喜，7 於是希律發誓許諾隨她所求的給她。8 女兒被母親指使，就說：「請把施洗約翰的頭放在盤子裏，拿來給我。」9 王就憂愁，然而因他所發的誓，又因同席的人，就下令給她；10 於是打發人去，在監獄裏斬了約翰，11 把頭放在盤子裏，拿來給那女孩，她拿去給她母親。12 約翰的門徒來，把屍體領去埋葬了，又去告訴耶穌。

信息

這段經文記述一段令人心痛卻又極具震撼力的歷史片段——施洗約翰被殺。而耶穌的事工愈發明顯，有人開始傳說祂的神蹟與權柄，甚至傳言祂是「施洗約翰從死裏復活了」。這話傳到分封王希律安提帕耳中，竟讓他感到震驚與不安。

這種反應揭露了一件事：希律的良心不安。他知道自己殺了義人施洗約翰，也明白這不是正當之舉。因此，當他聽見耶穌的名聲時，他那懊悔與恐懼交織的內心立刻作出聯想——難道那位被我殺害的先知回來了？

這段經文不只是歷史記錄，更是信仰的鏡子。施洗約翰的死不是偶然的，而是一個忠心傳道者為真理付出代價的見證。他敢於指出希律與希羅底之間不義的婚姻關係，明知這樣會得罪當權者，仍不妥協。他的行為告訴我們：**真正的先知，不會因為怕死就選擇沉默，也不會因為迫害和壓力就放棄真理。**

施洗約翰的殉道過程可謂荒謬至極：因一場取悅人的舞蹈，因一個魯莽的承諾，因一個懷恨的陰謀，他失去了生命。但在神的眼中，他不是被人奪去性命，而是為神的道**被提升為榮耀的見證人**。

今天，我們身處的世界同樣對真理不耐煩，甚至仇視直言不諱的聲音。福音所呼喚的悔改與歸正，在這個自我中心、追求自由主義的世代，仍是令人反感的主题。我們不再像約翰那樣面臨肉體的監禁與死亡，但我們也會面對冷眼、嘲諷、誤解，甚至在教會內部也會遭遇不願聽從真理的阻力。

然而，**我們仍被呼召成為今日的「時代先知」**——無論你是學生、上班族、父母、領袖，只要你站在神的真理上說話，就是「為主作見證的聲音」。不是要論斷、控訴，而是像施洗約翰一樣，**忠心發出悔改的呼聲，為主預備道路。**

思考與實踐

1. 我是否因害怕得罪人，就選擇在真理上妥協或沉默？
2. 當我看見罪惡與不公，我是否會勇敢地用愛心說誠實話？
3. 我有否在自己的崗位上成為一位「小先知」，宣講悔改的信息？
4. 在我周圍，有誰需要聽見關於真理與悔改的信息？我是否願意去分享？

金句

那時，希律分封王聽見耶穌的名聲，就對臣僕說：「這是施洗的約翰從死人中復活，因此才有這些異能在他裏面運行。」(太十四 1-2)

2026年7月23日

退到曠野

從安靜中尋找前行的方向

馮子釗

讀經：馬太福音十四章 13-21 節

13 耶穌聽到了，就從那裏上船，私下退到荒野的地方去。眾人聽到後，從各城來，步行跟隨他。14 耶穌出來，見有一大群人，就憐憫他們，治好了他們的病人。15 傍晚的時候，門徒進前來，說：「這地方偏僻，而且時候已經晚了，請叫眾人散去，他們好進村子，自己買些食物。」16 耶穌對他們說：「不用他們去，你們給他們吃吧！」17 門徒說：「我們這裏只有五個餅、兩條魚。」18 耶穌說：「拿過來給我。」19 於是他吩咐眾人坐在草地上，就拿著這五個餅和兩條魚，望著天祝福，擘開餅，遞給門徒，門徒又遞給眾人。20 他們都吃，並且吃飽了。門徒把剩下的碎屑收拾起來，裝滿了十二個籃子。21 吃的人中，男的約有五千，還不算婦女和孩子。

信息

主耶穌在這段經文中行了一個人難以想像的神蹟——以五餅二魚餵飽超過五千人(實際上可能是一萬人以上)。但在神蹟發生之前，有一個關鍵動作常常被忽略，就是耶穌的「退去」。祂退到曠野，是因為祂「聽見了」施洗約翰被殺的消息。這個消息不只是親友的離世，更是對祂整個事奉的提醒——**跟隨神的道路並不容易，其中可能包含拒絕、殺機與甚至犧牲。**

不僅如此，祂也剛經歷家鄉人的輕看、法利賽人的敵視以及只為神蹟而跟隨的民眾，這一切都迫使主耶穌選擇安靜、禱告、重新對焦。祂不是逃避，而是進入曠野中與天父對話，尋求方向。

然而，群眾仍然跟隨祂。祂沒有推開他們，反而憐憫他們，醫治他們。黃昏時，門徒建議叫人離開找吃的，耶穌卻反過來挑戰他們：「你們給他們吃吧！」門徒的回應是人性的反應：「我們哪有這麼多？只有五個餅、兩條魚。」

這正是神蹟的開端——**當我們願意把「僅有的」交給神，祂就能行出「我們沒有想過的」。**這個神蹟並不是為了為了讓群眾讚嘆而是為了**鍛鍊門徒的信心。**

門徒是從頭到尾唯一知道細節的一群，他們明白那幾塊餅原本不足以餵飽幾千人，他們是第一批看見神蹟發生的人。他們被邀請參與主的事工，親手分餅、分魚，看著人被滿足，也經歷「有餘」。

這提醒我們：**神蹟不是讓你讚嘆，而是讓你被呼召、被參與、被改變。**

思考與實踐

1. 面對困難與疲憊，我是否懂得退到「曠野」、與神單獨對話？
2. 我是否願意將自己「微不足道的五餅二魚」交給主使用？
3. 我是否曾在服事中看見神悄悄地作工？我有沒有記得祂的作為？
4. 當神挑戰我「你們給他們吃吧」，我是否選擇逃避，還是以信心回應？

金句

耶穌對他們說：「不用他們去，你們給他們吃吧！」(太十四 16)

2026年7月24日

風浪中信心的操練

馮子釗

讀經：馬太福音十四章 22-36 節

22 耶穌隨即催門徒上船，先渡到對岸，等他叫眾人散去。23 疏散了眾人以後，他獨自上山去禱告。到了晚上，只有他一人在那裏。24 那時船已離岸好幾里，因風不順，被浪顛簸。25 天快亮的時候，耶穌在海面上走，往門徒那裏去。26 但門徒看見他在海面上走，就驚慌了，說：「是個鬼怪！」他們害怕得喊叫起來。27 耶穌連忙對他們說：「放心！是我，不要怕！」28 彼得回答他說：「主啊，如果是你，請叫我從水面上走到你那裏去。」29 耶穌說：「你來吧！」彼得就從船上下去，在水面上走，往耶穌那裏去；30 只因見風很強，害怕起來，將要沉下去，就喊著說：「主啊，救我！」31 耶穌立刻伸手拉住他，說：「你這小信的人哪，為什麼疑惑呢？」32 他們一上船，風就停了。33 在船上的人都拜他，說：「你真是神的兒子。」34 他們渡過了海，在革尼撒勒上岸。35 那裏的人認出耶穌，就打發人到整個周圍地區去，把所有的病人帶到他那裏，36 求耶穌讓他們只摸一摸他的衣裳繸子，摸著的人就都好了。

信息

主耶穌餵飽五千人後，祂再次選擇獨自退到山上禱告，並吩咐門徒先上船離去。這看似是一個普通的安排，卻成了門徒生命中一次震撼信心的訓練。

船行在海中，夜裏起了大風浪，門徒在風浪中掙扎，疲憊、恐懼。在這個時刻，耶穌在海面上行走，向他們而來。門徒驚呼「是個鬼怪！」但主說：「是我，不要怕！」

信心的高光時刻出現了——彼得說：「主，如果是你，請叫我從水面上走到你那裏。」耶穌

說：「你來吧。」彼得果然下了船，走在水面上，但當他被風浪吸引注意力，心中懼怕，就開始下沉。他呼喊「主啊，救我！」耶穌立刻伸手拉住他，並說：「你這小信的人哪，為什麼疑惑呢？」

彼得的行動常被批評「信心太小」，但別忘了，**他是唯一的一個願意下船、踏出那一步的人。**其他門徒沒有失敗，是因為他們從沒嘗試。但只有彼得**真正經歷了，主如何在他下沉時扶持他。**

有人這樣說：「若你想經歷耶穌如何救你脫離風浪，你就得願意離開那艘安全的船。」這段經文提醒我們，**信心不只是在平靜時相信神，而是在風浪中仍向主行走。**

信心的旅程可能會顫抖、會懼怕、會失足，但主的手從不遲延。而那一夜之後，門徒終於第一次在船上對耶穌說出這句認信：「你真是神的兒子了。」

思考與實踐

1. 我是否正面對人生中的風浪？我是否感到耶穌好像不在？
2. 當主說「你來吧」，我是否有勇氣離開「安舒區」，踏出信心的一步？
3. 我有沒有因環境、困難、眼前風浪而懷疑神的同在？
4. 今天，我願意對主說：「雖然風浪仍在，我願跟你走這條路。」

金句

耶穌說：「你來吧！」彼得就從船上下去，在水面上走，往耶穌那裏去。(太十四 29)

2026年7月25日

信實上主的看顧

余志文

讀經：詩篇一零五篇 16-23 節

16 他命饑荒降在那地，斷絕日用的糧食，
 17 在他們以先差遣一個人前往，約瑟被賣為奴。
 18 人用腳鐐傷他的腳，他被鐵的項鏈捆鎖。
 19 耶和華的話試煉他，直等所說的應驗了。
 20 王差人將他解開，治理萬民的把他釋放，
 21 立他為王家之主，掌管他一切所有的，
 22 使他隨意捆綁他的臣宰，將智慧教導他的長老。
 23 以色列也到了埃及，雅各在含地寄居。

信息

〈詩篇〉共分為五卷，第四卷是九十篇至一零六篇，而傳統認為須一併讀一零五與一零六篇，兩篇也記述了以色列人不同時代的歷史，第四卷是以回顧以色列人的歷史作總結。

此外，第四卷延續之前一卷，在第三卷最後一篇八十九篇的結尾，詩人向神提出多個問題：祢要永遠隱藏自己嗎？向以色列人的憤怒要到幾時呢？祢憑信實向大衛起誓要施行的慈愛在哪裏呢？這些問題與以色列人面對的處境，常受鄰邦侵擾和迫害息息相關。

舊約學者范甘麥倫教授認為第四卷正回應了這些問題。第四卷是怎樣開始的呢？九十篇歌頌神的永恆，當中不少多人認識的金句，例如：「誰曉得你怒氣的權勢？誰因著敬畏你而曉得你的憤怒呢？求你指教我們怎樣數算自己的日子，好叫我們得著智慧的心。」(詩九十一-12) 詩人從神的永恆性的角度，回應「神的憤怒要到幾時」的問題。

到了第四卷結束，即一零五至一零六篇，詩人透過回顧神在歷史中的作為回答這些問題。范甘麥倫教授指出一零五篇有一個清晰的結構：

- A 呼籲讚美 (1-6 節)
- B 應許之約 (7-11 節)
- C 上主的保護 (12-15 節)
- D 上主的眷顧 (16-23 節)
- C' 上主的保護 (24-36 節)
- B' 應許的應驗 (37-45 上)
- A' 結束的讚美 (45 下)

從這個結構，我們明白一零五篇並不僅在陳述歷史，而是透過回顧歷史，回應八十九篇最後那些問題：即使暫時好像面對許多苦難，信實、守約的神的眷顧仍在。例如，表面看來約瑟的經歷極坎坷 (17-18 節)，但即使被神試煉 (19 節)，約瑟仍堅持不行惡得罪神 (創三十九 9)，結果神大大使用他 (20-22 節)，使以色列人從饑荒的危機中得解救 (16、23 節)。

思考與實踐

我正面對任何危機、挑戰嗎？信實的神的應許定然不會落空！請回顧神在自己生命中的作為，並效法約瑟不行惡得罪神，神必會為我們預備最好的。

金句

耶和華的話試煉他，直等所說的應驗了。
 (詩一零五 19)

2026年7月26日 為我們撐腰，卻看來沒有 為自己兒子撐腰的神

余志文

讀經：詩篇一零五篇 1-15 節

- 1 你們要稱謝耶和華，求告他的名，在萬民中傳揚他的作為！
- 2 要向他唱詩，向他歌頌，述說他一切奇妙的作為！
- 3 要誇耀他的聖名！願尋求耶和華的人心中歡喜！
- 4 要尋求耶和華與他的能力，時常尋求他的面。
- 5-6 他僕人亞伯拉罕的後裔，他所揀選雅各的子孫哪，要記念他奇妙的作為和他的奇事，並他口中的判語。
- 7 他是耶和華 - 我們的神，全地都有他的判斷。
- 8 他記念他的約，直到永遠；記念他吩咐的話，直到千代。
- 9 就是與亞伯拉罕所立的約，向以撒所起的誓。
- 10 他將這約向雅各定為律例，向以色列定為永遠的約，
- 11 說：「我必將迦南地賜給你，作你們應得的產業。」
- 12 當時，他們人丁有限，數目稀少，在那地寄居。
- 13 他們從這邦遊到那邦，從這國去到另一民族。
- 14 他不容人欺負他們，為他們的緣故責備君王：
- 15 「不可傷害我的受膏者，也不可惡待我的先知。」

信息

除了昨天信息指出本詩回應苦難的問題，它是以色列人迎接約櫃進入聖城時，大衛採用的詩篇（代上十六 8-36）。然而，他並不是引用整篇，而是停在一零五篇 15 節，之後接上九十六篇 1-13 節。

迎接約櫃，象徵著神的同在。比較詩一零五和歷代志的經文，可看到兩個明顯的分別。首先，在詩一零五 12 是「他們人丁有限」，代上十六 19 卻是「你們人丁有限」。〈代上〉表達的，令人感到神與人有更親密的關係，按約櫃進入聖城所代表的意義——神的同在，「你們」確比「他們」合適。

其次，〈代上〉停在詩一零五 15，即沒有繼續回顧約瑟的事件（即昨天的經文），馬上轉而以詩九十六的內容去稱頌上帝。這亦反映約櫃來到，令以色列人更感受到神的同在，祂在詩一零五的應許——記念他的約（8-10 節）、賜他們迦南地（11-12 節）、保護以色列人（14 節）、為祂的僕人撐腰（15 節），必然實現。因此，那時他們不用再進一步引用約瑟事件，表現出充滿信心。

諷刺的是，其後以色列不斷得罪神，結果他們亡國，聖殿被毀，連約櫃也被搶走了。其實神是否同在並不受約櫃這類表面的象徵的影響，神的約既包括神同在、視他們為自己子民的應許，也包括神子民願意遵守神的話的承諾（出十九 5-8）。

雖然百姓沒有守約，但神的應許仍是會落實的，〈詩篇〉第四卷(九十至一零六)正是神透過〈詩篇〉編纂者的編排，從不同角度回應詩八十九篇最後的提問——「神向以色列人的憤怒要到幾時呢」等問題。事實上，神也一直願意保護祂的子民，為祂的僕人撐腰。

最後，神犧牲自己的兒子這位終極的受膏者，表面看來，神甚至好像沒有為祂撐腰，沒有「不容人欺負他」(14節)，任由祂死在十架。但神卻藉此徹底履行祂的約，使世人有機會重新成為神的子民。

思考與實踐

1. 神一直守約，祂不容人欺負我們，祂一直為我們撐腰。請把我的憂慮、重擔交託這位會為我們撐腰的上帝。
2. 父神一直照管，但有一刻，為我們的緣故，祂彷彿沒有為自己的兒子撐腰，讓祂死在十架。我可如何回應這位信實的上帝的愛呢？

金句

他不容人欺負他們，為他們的緣故責備君王：「不可傷害我的受膏者，也不可惡待我的先知。」(詩一零五 14-15)

2026年7月27日

巴不得我們能遵行神的律法

余志文

讀經：詩篇一一九篇 1-8 節

- 1 行為正直、遵行耶和華律法的，這人有福了！
- 2 遵守他的法度、一心尋求他的，這人有福了！
- 3 他們不做不義的事，但遵行他的道。
- 4 耶和華啊，你曾將你的訓詞吩咐我們，為要我們切實遵守。
- 5 但願我行事堅定，得以遵守你的律例。
- 6 我看重你的一切命令，就不致羞愧。
- 7 我學習你公義的典章，要以正直的心稱謝你。
- 8 我必遵守你的律例，求你不要把我全然棄絕！

信息

〈詩篇〉一一九篇是聖經中最長的篇章，共 176 節。它是一篇字母詩，依照希伯來文 22 個字母順序（從 *Aleph* 到 *Tav*）為每句或每段開頭。這種表達形式有助記憶，表達「從頭到尾」的完整性。一一九篇共有二十二段，每段八節，皆順聚以相關字母來開始。今天讀的是第一段，皆以 *Aleph* 開始。

本段的内容不難理解，作為全篇的開始，詩人重複作出重要的宣告：「行為正直、遵行耶和華律法的，這人有福了！遵守他的法度、一心尋求他的，這人有福了！」(1-2 節) 整篇詩篇也是在呼籲人遵守神的律法、法度，這樣的人是有福的。這亦是整卷〈詩篇〉開始時的定調：「不從惡人的計謀，不站罪人的道路，不坐傲慢人的座位，惟喜愛耶和華的律法，晝夜思想他的律法；這人便為有福！」(詩一 1-2)

乍看之下，1-8 節皆表達類似的意，但其實《和修版》以及大部分中文譯本，也沒有譯出第 5 節中一個看似不太重要的字——「哦」，參考《呂振中譯本》：「哦，願我所行的堅定，得以遵守你的律例。」這個「哦」只出現了兩次，另一次在王下五 3，即《和合本》「巴不得我主人去見撒馬利亞的先知。」中的「巴不得」。

不論「哦」或「巴不得」，也把頭八節分為兩部分，1-4 節是簡單直接的宣告和呼籲——人要遵行神的律法、法度，5-8 節則是詩人進一步的表述，因他真誠地看重神的命令(6 節)，願意學習神的典章(7 節)。但詩人有自知之明，他知道自己縱然知道，但未必能做到，故此 5-8 以「哦」開始，詩人巴不得自己能堅定地遵守(5 節)。

思考與實踐

我們也明白神的律法，也知道祂的要求，但除了主耶穌，歷史中沒有一個人能達到神的標準。但我們有這「巴不得自己能堅守神律法」的意向嗎？還是已對一些得罪神的行為習以為常，早已放棄努力做得更好呢？

金句

哦，願我所行的堅定，得以遵守你的律例。
(詩一一九 5，《呂振中譯本》)

2026年7月28日

律法的見證

余志文

讀經：詩篇一一九篇 1-2 節

- 1 行為正直、遵行耶和華律法的，這人有福了！
- 2 遵守他的法度、一心尋求他的，這人有福了！

信息

在聖經中經常出現以下詞彙：「律法」、「法度」、「訓詞」、「典章」，看來它們的意思差不多，但其實當中有不同重點。今天先分享「律法」與「法度」。

1. 律法

這是神授予人的命令中最廣泛且最具權威性的總稱，希伯來原文是 *torah*，中譯音為「妥拉」，這個字同時是「摩西五經」的另一名稱，在耶穌在升天前說：「摩西的律法、先知的書，和詩篇上所記的，凡指著我的話都必須應驗。」當中的「摩西的律法」所指的便是「摩西五經」——妥拉。

2. 法度

其原文 *edah* 原意是「見證」，刻上十誡的法版可譯作「見證版」(出二十五 16)，亦有經文翻譯作「證據」(創三十一 52)，「約櫃」另一名稱「法櫃」亦可譯作「見證櫃」。「法度」反映「律法作為神的見證」，藉律法，我們知道神是誰，更認識祂。

神與以色列立約後，第一件事是頒布十誡(出二十 1-17)。一方面，因以色列人立約時表明「凡耶和華所說的，我們都要遵行。」(出十九 8)，另一方面，透過頒布律法，以色列更認識神，律法見證了神是一位怎樣的上帝。

且以開始交往的戀人作比喻。兩人正式交往後，會分享彼此的喜好、理想、底線，藉此大家進一步認識對方，這些個人特性見證了另一半是一個怎樣的人，彼此知道對方是誰。

思考與實踐

1. 整體上，我有以神的律法為自己行事的準則嗎？
2. 我有藉穩定的靈修、讀經，進一步認識上帝，讓神的話為祂作見證嗎？
3. 當我們遵守神的話語時，便是為神作見證，透過我們的言行，別人更認識上帝。我的見證有讓神得榮耀嗎？還是反而使人遠離上帝呢？

金句

遵守他的法度、一心尋求他的，這人有福了！(詩一一九 2)

2026年7月29日

情理兼備的神話語

余志文

讀經：詩篇一一九篇 4、7 節

- 4 耶和華啊，你曾將你的訓詞吩咐我們，為要我們切實遵守。
- 7 我學習你公義的典章，要以正直的心稱謝你。

信息

昨天分享了「律法」、「法度」的意義，今天分享「訓詞」和「典章」。

1. 訓詞

其希伯來原文是 *piquwd*，這個字從官員或督導者而來，它只有在〈詩篇〉出現，《和修版》全部譯作「訓詞」，大部分是出現在一一九篇。而按一一九篇的內容，*piquwd* 的使用並不似是一些成文的法規，其重點是督導和指引人行在神的心意之中。例如：

「默想你的訓詞。」(15、78 節)

「使我明白你的訓詞。」(27 節)

「切慕你的訓詞。」(40 節)

「尋求了你的訓詞。」(45 節)

「謹守你的訓詞。」(56、100 節)

「不忘記你的訓詞。」(93、141 節)

它不是生硬、表面的規條，而是人要認真思考、放在心中，有關神的期望。

2. 典章

原文是 *mishpa*，它的意思類似「判決案例與行政條例」，因此《和合本》翻譯為「判語」，這亦讓我們進一步明白為何第 7 節以「公義」來形容「典章」。

聖經中有也有一些神與以色列人「對簿公堂」的場景，例如〈耶利米書〉二章中，神表示願意公開與祂的百姓爭辯，從東到西，豈有一國會像以色列那樣換了它的神明？(耶二 9-12)。

學習神的典章、判詞代表了不僅字面上遵行神的律法，而是按常理也能判斷神許多心意。若「訓詞」反映人從心底裏默想和認識神的律法，「典章」則反映了律法理性的一面。

思考與實踐

筆者曾設計過一個拍賣遊戲，請大家「搶購」事奉者最需具備的特質，其中兩項是「愛讀經」和「熟聖經」。表面看來，兩者分別不大，但一個真正愛主的信徒，應會感性地渴慕神的話，同時理性地明白神話語的意思。我愛讀經嗎？我熟聖經嗎？不用介懷過往做得不夠好的地方，請立志往後藉定期靈修、讀經、查經、參加主日學或神學課程，使自己成為一個全面的「聖經渴慕者」。

金句

我學了你公義的判語，就要以正直的心稱謝你。
(詩一一九 7，《和合本》)

2026 年 7 月 30 日

把神的話融入生活之中

余志文

讀經：詩篇一一九篇 33-40 節 (呂振中譯本)

33 永恆主阿·(求你)將你律例的路指教我
哦；我要步步恪守着。*

* () 內的字由筆者所加。

34 求你使我明理，我好恪守你的律法，
一心遵守。

35 求你領我踏上你誠命的路徑，
因為我喜悅它。

36 求你使我的心傾向於你的法度，
不傾向於不義之財。

37 求你使我轉眼、不看虛謊；
使我在你的話語上活過來。

38 求你向你僕人實行你的諾言，
照該向你表示的敬畏心。

39 求你使我所怕的羞辱遠離我；
因為你的典章盡善盡美。

40 哦，我切慕着你的訓令；
將你的義氣使我活過來哦。

信息

今天的經文是一一九篇中的第五段，亦即以第五個字母開始的詩篇。筆者特別選了《呂振中譯本》的版本，並把每節經文分為兩行，因為這樣較能反映經文原來的編排：33-39 節皆有一個對應的效果，以「求你」開始，第二行則是詩人的立志或回應。例如 34 節，詩人求神使他明理和恪守律法，之後表示要「一心遵守」；36 節，求神使他心傾向於神的法度，之後表示不要「傾向於不義之財」。

除了這個對應的效果，還有一種步步遞進的效果。詩人先求神把他的律例指教他 (33 節)，繼而讓他明白和恪守 (34 節)，隨後神領他踏

上誠命之路 (35 節)，而且是真心傾向神的法度 (36 節)，轉離虛謊之事 (37 節)，之後是具體地實行 (38 節)，免除因脫離神典章的羞辱 (39 節)。

在最後一節，詩人改變了這個「求你」及回應的格式，以「哦」開始，表示他真切渴慕神的訓詞，並以「將你的義氣使我活過來哦」作結。我們可能不太明白《呂振中譯本》中「義氣」的意思，但若參考我們常用的《和修版》：「求你使我在你的公義上生活！」意思便較明確。

在 40 節，《呂振中譯本》的「活過來」和《和修版》的「生活」，原文意思就是「活著」，亦即中文聖經常見的「活到」，例如「亞當活到一百三十歲」(創五 3)，亦有譯作「過活」，例如「你和你兩個兒子可以靠著所剩的過活」(王下四 7)，簡言之就是一生的生活。我們不僅要認識、明白、恪守律法，也不僅是真心傾向它，而是要把神的話融入一生的生活和生命之中。

思考與實踐

1. 我讀經時，我會傾向僅學習和默想經文，而較少認真立志回應和實踐當中的教導嗎？

2. 我可如何把神的話語融入生活中呢？除了靈修、讀經，建議每週背最少一節金句，並於該週時常思考它與自己在那段時間的經歷的有何關係。

金句

看哪，我切慕你的訓詞，求你因你的公義賜我生命。(詩一一九 40，《和修版》)

2026年7月31日

苦路上的光

余志文

讀經：詩篇一一九篇 105-112 節

- 105 你的話是我腳前的燈，是我路上的光。
- 106 你公義的典章，我曾起誓遵守，我必按誓而行。
- 107 我甚是受苦；耶和華啊，求你照你的話將我救活！
- 108 耶和華啊，求你悅納我口中的讚美為供物，又將你的典章教訓我！
- 109 我的性命常在危險之中，我卻不忘記你的律法。
- 110 惡人為我設下網羅，我卻沒有偏離你的訓詞。
- 111 我以你的法度為永遠的產業，因這是我心中所喜愛的。
- 112 我的心專向你的律例，永遠遵行，一直到底。

信息

信主較久的朋友，對 105 節應不會陌生，相信它曾鼓勵許多人。若單看 105 節，應最易使人聯想到神的話語成為人生路的指引，展現聖經道理，並能幫助人辨識神心意，應走哪條路？應怎樣走？

然而，真的有多條可以選的路嗎？若只有一條路，何須辨識呢？本詩篇是一篇字母詩，每八節一段，105-112 是第十四段，故我們不可把 105 節從整段中抽離。

在 106 節，詩人清楚表明要起誓遵守神的典章，兩天前的信息指出典章是人按常理判斷神的心意，那麼，它並不神秘，是清晰易明的內容。而詩人要起誓遵守它，代表一個願意順服的態度。

再看下去，詩人正面對什麼情況呢？詩人正在受苦 (107 節)，性命常在危險中 (109 節)、惡為他設下網羅 (110 節)，因此，那是一條無可選擇的苦路，途中將充滿荊棘、挑戰。因此，詩人祈求神的拯救，但與大部分人只去求拯救不同，詩人是求神照祂的話去救他 (107 節)。更重要的，是詩人所求的主要不是神的拯救，而是將神的典章教訓祂 (108 節)，不忘記神的律法 (109 節)，不會偏離神的訓詞 (110 節)，以神的法度為產業 (111 節)。

因此，我們可從嶄新的角度理解腳前燈、路上光的意義。神的話要成為我們腳前的燈，是受苦、危險、佈滿網羅的路上的光。走在苦路之上，人容易忘記、偏離神清晰、易明的律法，因此，我們更要求神幫助我們謹記祂的話，並要按神的教導去行，否則我們將無法面對苦路上的挑戰，相反，我們能走在神光明的路中，面對任何挑戰。

思考與實踐

人生充滿苦難，面對困難、挑戰是無可避免的，走神為我們所選的路，更可能要迎向更多挑戰，因此，我們更須信靠光明的源願，走在神的律法中，方能回應各樣挑戰，走上光明之路。

金句

你的話是我腳前的燈，是我路上的光。
(詩一一九 105)

2026年8月1日 與神的話相戀

余志文

讀經：詩篇一一九篇 129-136 節

- 129 你的法度奇妙，所以我一心謹守。
 130 你的言語一解開就發出亮光，使愚人通達。
 131 我張口而氣喘，因我切慕你的命令。
 132 求你轉向我，憐憫我，好像你素常待那些愛你名的人。
 133 求你用你的話使我腳步穩當，不許什麼罪孽轄制我。
 134 求你救我脫離人的欺壓，我要遵守你的訓詞。
 135 求你用臉光照僕人，又將你的律例教訓我。
 136 我的眼淚下流成河，因為他們不守你的律法。

信息

詩一一九的主題十分清楚——神的話。福音派其中一個特點是著重聖經，這承襲著宗教改革「唯獨聖經」的傳統，我們深信聖經是最高的權威，而設計崇拜，原則上是以神的道為主位。我們確實十分尊重神的話，但有時這份「尊重」會否令我們變得過份理性、欠缺對神的話的一份熱情嗎？

今天的經文是本詩篇的第十七段，看這段時，不知大家有何感覺，詩人張口、氣喘、淚流成河，這些描述，是否令人聯想到預備向暗戀對象表白的少男、十分緊張子女的父母，而令詩人這樣的反應，卻是對神的話。這一段反映了詩人對神的話的愛慕，為何他會這樣呢？因為神的話奇妙 (129 節)，使愚人通達 (130 節)，使他腳步穩當，不許罪孽轄制他 (133 節)，救他脫離欺壓 (134 節)。

再者，詩人不僅愛慕神的話，他更定意遵守它 (134 節)。當有人不守神的律法，他會淚流成河 (136 節)。除了感性地愛慕，詩人也願意順服實踐，當有人不遵守它時，詩人甚至會傷心、難過。

弟兄姊妹，你能感受到詩人有多愛慕神的話嗎？

思考與實踐

1. 我自問有多愛慕神的話、渴望讀聖經呢？
2. 「歸納式查經法」(OIA) 包括觀察 (Observation)、解釋 (Interpretation)、實踐 (Application) 三部分。筆者發現有時教會查經時，當分享到實踐部分，大家會變得沉默。若我們沒有真正實踐神的話，便不是真的愛慕神的話了。

金句

我張口而氣喘，因我切慕你的命令。
(詩一一九 131)

2026年8月2日 敬畏神的人的福氣

余志文

讀經：詩篇一二八篇

上行之詩。

- 1 凡敬畏耶和華、遵行他道的人有福了！
- 2 你要吃勞碌得來的；你要享福，凡事順利。
- 3 你妻子在你內室，好像多結果子的葡萄樹；
你兒女圍繞你的桌子，如同橄欖樹苗。
- 4 看哪，敬畏耶和華的人必要這樣蒙福！
- 5 願耶和華從錫安賜福給你！願你一生一世
看見耶路撒冷興旺！
- 6 願你看見你的子子孫孫！願平安歸於以色列！

信息

本詩篇的信息十分清晰，敬畏神的會蒙神賜福，尤其指出家庭的福份：敬畏神的人必會一家齊齊整整，家業興旺，兒孫滿堂。

但若把它與下一篇一併看，我們卻發現兩篇的定調看來有點矛盾：

「說吧，以色列：『從我幼年以來，人屢次苦害我。』……過路的也不說：『願耶和華所賜的福歸與你們！我們奉耶和華的名給你們祝福！』」（一二九 1、8）以色列的歷史，多年來確是歷盡滄桑，他們認為其他人不會祝福他們，並不難理解。

當與上一篇一併看，也發現還有其他不協調的地方。一方面本篇說：「你要吃勞碌得來的。」（一二八 2）但上一篇卻說：「若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力。」（一二七 1）那麼人還需要努力嗎？

這些表面上的不協調，與本詩篇開始提及的條件有關——敬畏。若不敬畏神，他們會經歷磨難，身邊的人也不會祝福他們，若不敬畏神，人的勞碌只是枉然。

「敬畏」在兩篇詩篇後再次出現，「但在你有赦免之恩，要叫人敬畏你。」（一三零 4）普遍人會怕鬼、怕病、怕窮、怕得不到愛，但真的讓人怕的應是上帝。祂與其他神明不同，撒旦藉不同假神以威脅人：若不拜我，你會病、窮、被鬼纏擾。但耶和華的可畏，不用靠這些「條件」，祂本是創造主，本身可敬可畏，祂本為聖，而且祂不僅神聖地讓人敬畏，祂本為善，更有赦罪之恩。

人要得著真正的福氣，必須正視自己與神的關係——敬畏，但這位上帝並非撒旦製造出來的偶像，祂既可敬可畏，祂也是有恩典有憐憫不輕易發怒的神。若人真正與祂相遇，必然感受到祂的可畏，也會感受到祂對人的愛，祂極願意賜福給我們和我們的家庭，但人不可只想及祂的賜福，卻忽視祂是可畏的上帝。

思考與實踐

1. 我感到上帝的可畏嗎？
2. 請思想：「凡敬畏耶和華、遵行他道的人有福了！」

金句

凡敬畏耶和華、遵行他道的人有福了！
（詩一二八 1）