

2023 三月靈修材料

教會同工希望幫助及推動弟兄姊妹能養成一個每天通過靈修讀經來親近神的好習慣，故從 2020 年開始提供這個靈修/讀經計劃，預期可在五年左右讀完全本聖經。內容主要取材自《清晨靜思主話》(This Morning with God: A Daily Study Guide to the Entire Bible, 總編：艾德理，譯者：黃耀銓，出版者：種籽出版社。1977 年 10 月初版)，如你每天只有 10-15 分鐘靈修的時間，可專注在「金句」經文、「默想」和「禱告」上；若有更多時間，可以讀全部經文及默想「進深研讀問題」。如果您有任何問題，請聯絡牧師或教育部同工！

計劃詳細資料亦放在教會的網站上 <https://www.wlacbc.org>, 按「靈修材料」。網站提供在線聖經連結, 方便在網上閱讀。

3/6/2023 星期一 約翰壹書四 1 ~ 6

金句：親愛的弟兄啊，一切的靈，你們不可都信，總要試驗那些靈是出於神的不是，因為世上有許多假先知已經出來了。(約翰壹書四 1)

默想：約翰在這段經文中告訴讀者要分辨靈是否出於神，他警告我們不能盡信一切的靈。我們不用把這段經文太過靈異化，約翰不是要我們用甚麼奇異的方法去「試驗」，他告訴我們的方法，就是用純正的教義。從神來的，是真理的靈，祂和謬妄的靈是明顯的對比(四 6)。你能夠清楚解釋耶穌成為肉身的真理嗎？耶穌成為肉身帶來救贖的真理，與其他宗教或基督教的異端所強調的，有什麼不同的地方？

禱告：主耶穌感謝祢，因為祢降世為人，為我的罪死在十字架上，現在我可以坦然無懼，藉著相信祢作為我的主，可以進入天國。求祢幫助我清楚明白，我相信的是什麼，要有辨別的能力，認清楚我的信仰是出於主的話。

進深研讀問題：

1. 約翰提出那三種試驗以確定一個人是否真正認識上帝？你真認識祂嗎？
2. 你怎樣分辨真理與謬妄？
3. 為何人會接受並傳揚錯誤的道理？
4. 如果你在上帝的大愛面前降服，你的生命會有什麼改變？

3/7/2023 星期二 約翰壹書四 7 ~ 21

金句：人若說「我愛神」，卻恨他的弟兄，就是說謊話的；不愛他所看見的弟兄，就不能愛沒有看見的神。(約翰壹書四 20)

默想：在今天這段經文中，約翰不斷重複又重複「要彼此相愛」這個真理。在你的教會生活中，你真的活出了聖經中所說，與弟兄姊妹之間有這種愛的關係嗎？人與人之間相處，可能會有誤會，埋怨，不滿等的情況發生。根據約翰，我們有甚麼能力，能夠克服人際間的問題，而做到彼此相愛呢？

禱告：主啊！因為我的自我，使我很難去愛我所不喜歡的弟兄姊妹。求祢給我力量，幫助我，不計較其他人如何待我，去愛和關心我不太喜歡的弟兄姊妹。

進深研讀問題：

1. 上帝對你的愛應產生什麼效果？
2. 有哪兩個基本的試驗使你知道上帝住在你裏面？你可以只有其中一個而能真正屬於上帝嗎？
3. 試列舉愛對人生命的影響？這愛的源頭是什麼？
4. 為何愛上帝與恨弟兄是不能共存的？

3/8/2023 星期三 約翰壹書五 1 ~ 12

金句：我們遵守神的誠命，這就是愛他了，並且他的誠命不是難守的。（約翰壹書五 3）

默想：約翰在他的書信中，重複的強調在弟兄之間用實際的行動實踐彼此相愛，這是神的命令。而遵行神的命令，是愛神的一個表現。基督教的信仰不只是很多誠命條文，而是強調背後一個我們與主的關係。我們遵行神的命令是愛祂的表現，而愛主是我們遵行神命令的動機。愛主是一個抽象的概念，遵神的誠命便是愛主具體的表現。經文中告訴我們，神的誠命不是難守的。神的命令，若只是靠著自己的力量，是沒有辦法遵守的，只會對自己產生無窮的壓力和罪惡感。遵守神的誠命是要靠聖靈，和主耶穌十字架的恩典。我們應該在自己軟弱犯罪的時候，來到十架跟前，求主的饒恕，然後悔改，以這樣的態度遵守神的命令。你是否覺得神的誠命難以遵守呢？嘗試放下自己，完全依靠聖靈的引領，神藉著約翰告訴你，祂的誠命不是難守的，你信得過祂嗎？

禱告：主啊求祢幫助我每天更愛祢，省察我自己的行為，提醒我遵守祢的誠命不是靠自己的能力，而是靠主的恩典；感謝主，祢的誠命不是難守的。

進深研讀問題：

1. 誰是從上帝生的？
2. 愛上帝與愛上帝的兒女有何關係？
3. 信心的源頭是什麼？
4. 你怎樣知道耶穌是上帝的兒子？怎樣知道自己有永生？

金句：我們也知道神的兒子已經來到，且將智慧賜給我們，使我們認識那位真實的；我們也在那位真實的裏面，就是在他兒子耶穌基督裏面。這是真神，也是永生。（約翰壹書五 20）

默想：約翰在這節經文把信耶穌的重要寫出來。第一，信耶穌是要認識耶穌基督，然而這認識不只是在知識上明白而已，信耶穌也是與那位真實的親自聯合。主耶穌幫助我們認識祂，也親自邀請我們到祂那裏。信主耶穌不是只用情感，而是靠著真理。真理幫助我們真正認識主耶穌，認識救恩。現代人喜歡強調感性，強調基督徒感情的一面，但聖經卻一直提醒我們認識耶穌的重要。因為認識耶穌，所以能與祂聯合，與祂聯合便有永生。在你的生活中有活出你所認識主耶穌基督的樣式嗎？你認為在哪一方面你最能活出耶穌的樣式？在哪一方面你最不能活出耶穌的樣式呢？

禱告：主啊！求祢幫助我給我智慧，使我認識那真神，能在一切事情上活出主耶穌基督的樣式。

進深研讀問題：

1. 約翰寫本書的目的已在你生命裏達成了嗎？
2. 你怎樣能有信心確知上帝會答允你的懇求（參：三 22）？
3. 當你見到弟兄犯罪時，你有何反應？為什麼？
4. 你今日應遠避哪一種偶像？

約翰貳書簡介

約翰貳書關心那些周遊各地的傳福音使者，由於當時旅店稀少和聲譽不佳，他們通常作客於信徒的家中。

金句：愛你們是為真理的緣故，這真理存在我們裏面，也必永遠與我們同在。（約翰貳書 2）

默想：今天，約翰在他的書信中幫助我們認識真理的另一個層面。一般當我們提到真理的時候，會想到用理智去判斷。這是對的，真理要求我們有知識去辨別。約翰也告訴我們真理是關於我們情感，更包括行動。弟兄姊妹之間的「愛」是因為真理的原因，因為神愛我們，神就是愛，這就是真理。真理不但只是知道，更會存在我們裏面。我們能夠愛神，和愛弟兄姊妹，也是因為真理存在我們裏面。你心裏有真理嗎？你有沒有經歷過聖靈在你心中提醒你順服真理，去實踐愛弟兄姊妹呢？有沒有一些人你需要關心的呢？嘗試今天打電話或送一個短訊給他/她。

禱告： 主啊！求祢幫我認識真理，實踐真理。幫助我知道真理不能只停留在我的理性，幫助我把真理活出來。

進深研讀問題：

1. 作者如何將自己與受信人連起來？
2. 他為何稱讚他們？他發覺他們缺少什麼？
3. 真理與愛在你的日常生活裏有何關係？
4. 按約翰所言，接待旅客有何原則？約翰為何要他的讀者知所分辨？

3/11/2023 星期六 約翰參書

約翰參書簡介

本書信進一步討論接待客旅的問題。

金句： 親愛的兄弟啊，凡你向作客旅之弟兄所行的，都是忠心的。（約翰參書 5）

默想： 在聖經時代，使徒教導實踐彼此相愛，很多時會用接待客旅作為例子。今天我們的社會，酒店到處都是，有朋自遠方來多時都不需要接待到家裏去住，你認為今天我們應該如何實踐接待客旅呢？雖然現在酒店都很方便，但是接待客旅的原則其實沒有變，也真的有人需要被接待。接待人是服侍的一種，需要開放自己的家，事前要花工夫去預備，事後要執拾。曾經有一個人接待過客人後，便搖搖頭說以後也不要接待他人了，因為他接待的這個客人，留了一些麻煩給他。無可否認，接待會帶來麻煩，然而神要我們學習什麼功課呢？是因為麻煩不便以後便不接待弟兄嗎？引伸出來便是其他服事，你服事的動機是什麼呢？你不願意繼續服侍的原因又是什麼呢？

禱告： 求主的真理充滿我，使我被愛充滿，為了神的緣故，為了幫助人的緣故甘心樂意的犧牲。

進深研讀問題：

1. 試比較本章論到接待客旅的 (a) 原則和 。 b) 實際行動與約翰貳書所提的異同。
2. 請列舉能使該猶蒙愛的特性？
3. 低米丟有何見證？他的見證影響多廣？
4. 在以真理與愛心接待客旅方面（參約翰貳書），試寫出一些明確可行的方法。

3/13/2023 星期一 腓立比書— 1~11

腓立比書簡介

腓立比教會，是保羅在第二次宣教旅程中建立的教會（徒 16 章），又是歐洲的第一個教會，經常供應保羅的需要，讓他通過無私的服侍，得到在基督裏的喜樂。保羅使用了一個實際的理由（感謝教會慷慨的為他們送來禮物）寫這封信來勸勉他們，使真理在這個會眾中生根發芽。

金句：我所禱告的，就是要你們的愛心在知識和各樣見識上多而又多，使你們能分別是非，作誠實無過的人，直到基督的日子；並靠著耶穌基督結滿了仁義的果子，叫榮耀稱讚歸於神。（腓立比書一 9~11）

默想：保羅在這段經文中，告訴腓立比教會，他怎樣為腓立比教會的屬靈成長禱告。他為他們的愛心，知識和各樣見識都能長進禱告。屬靈成長的目標，是要能分辨是非，結出果子，榮耀基督。你對於自己的屬靈成長有沒有定下目標呢？2023 年已經到了 3 月了，今年哪些地方進步了呢？在聖經的知識上有什麼長進呢？與家人和弟兄姊妹的關係有沒有改進？請寫下一些你希望能夠克服的罪，然後禱告，求主幫助你在屬靈上進步。

禱告：父神啊！求祢幫助我在今年能夠在聖經的知識上有進步，與家人及弟兄姊妹的關係上有所改進，特別是與有嫌隙的，幫助我克服自己的驕傲，在靈性上有進步。

進深研讀問題：

1. 在本書的引言中，有什麼要點是你應該認識的？
2. 保羅的禱告顯出他與腓立比信徒的關係如何？
3. 如果你收到這樣的一封信，你會有何反應？
4. 試列出保羅祈求腓立比信徒具有的品德？

3/14/2023 星期二 腓立比書一 12~18

金句：這有何妨呢？或是假意，或是真心，無論怎樣，基督究竟被傳開了。為此我就歡喜，並且還要歡喜。（腓立比書一 18）

默想：保羅看傳福音，是從神國的角度，懷著神國度的胸襟，並不是山頭主義。保羅看重的是福音中的信息和福音傳開後的結果，他並不理會是誰把福音傳開的，總之，有人聽到福音，他便歡喜。在福音事工上，你的心態又是如何呢？在你的生活中，當聽到福音傳開時，你有多歡喜呢？當你聽到福音未能夠傳開時，你會憂傷嗎？

禱告：主啊！求祢幫助我對福音的事工有負擔，能夠熱情，幫助我能在傳福音的事工上主動及積極參與。

進深研讀問題：

1. 保羅的被囚帶來哪兩方面的後果？
2. 保羅傳福音有那兩個動機？
3. 傳福音若是出於 17 節那一等動機，你能看出好的效果嗎？
4. 在你的宿舍、教會或團契中，也曾出現意見分歧嗎？由本段經文看來，你當怎樣處理？

3/15/2023 星期三 腓立比書一 19~30

金句： 因我活著就是基督，我死了就有益處。(腓立比書一 21)

默想： 保羅活著就是基督，這有甚麼意義呢？簡單的一句說話，保羅道出了他人生的意義是甚麼。人生如果沒有基督，其實是沒有什麼大意義。保羅活著的生命就是基督，他的生存目的是為了基督，他的生命意義是為了基督，他每天日常生活所做的事，也是為了基督。這樣活一輩子，才是有意義。你活著，(包括上班工作，照顧家人等) 又是為了什麼呢？你的人生是以基督為中心嗎？

禱告： 主啊！求祢幫助我活出一個以祢為中心的生命。每天從閱讀祢的話開始，使我明白為什麼祢要給我工作，給我這些家人朋友，給我教會。幫助我能夠合祢心意的服事祢，服事我身邊的人。

進深研讀問題：

1. 保羅傳道的目標是什麼？
2. 這裏的語氣怎樣流露出保羅的心情？你認為保羅是自誇嗎（24~26 節）？舉出理由。
3. 保羅在本章餘下的篇幅裏鼓勵腓立比信徒要作什麼？
4. 重溫本章，你看到二至三個要旨嗎？

3/16/2023 星期四 腓立比書二 1~11

金句： 你們當以基督耶穌的心為心。(腓立比書二 5)

默想： 保羅在這段開始針對教會合一的問題。他引用了主耶穌基督的例子作為合一的榜樣。作為三位一體的第二位，聖子主耶穌，祂「心存謙卑」，接受父神的差派，完成救贖的使命。耶穌「他本有神的形像，不自己與神同等為強奪的，反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式。既有人的樣子，就自己卑微，存心順服，以至於死，且死在十字架上。」(二 6)。同心合一的教會，就是每個弟兄姊妹都存主耶穌謙卑捨己的心。你認為你和其他弟兄姊妹合一嗎？你曾經和弟兄姊妹在事工上有衝突嗎？這段經文如何幫助你解決與他人的衝突呢？

禱告： 主啊！求祢幫助我省察自己的心，使我的謙卑是從內心發出來，而不是表面上的客氣。幫助我與弟兄姊妹能夠在主裏合一，學耶穌的榜樣。

進深研讀問題：

1. 第 5 節的「心」如何連接本段其餘的思想？
2. 你在基督的(a) 虛己 (5~8 節) , (b) 升高 (9~11 節) 發現什麼層次？
3. 基督為何是一章 27 節的最佳模範？

3/17/2023 星期五 腓立比書二 12~18

金句：使你們無可指摘，誠實無偽，在這彎曲悖謬的世代做神無瑕疵的兒女。你們顯在這世代中，好像明光照耀，(腓立比書二 15)

默想：保羅鼓勵腓立比教會的弟兄姊妹，無論在什麼環境中都要順服神。基督徒得救後，還是活在這個彎曲悖謬的世代中，而我們都是代表基督的人，所以我們行事為人必須無可指責，而我們追求的是「作神無瑕疵的兒女」，顯在這世代中，像明光照耀一樣。如果我們已經得到救恩，我們就更要在這個黑暗的世代中活出主的道來。你認為你的生活中有活出基督的樣式嗎？有哪一方面你需要改進的呢？身邊的人不一定同意你的觀點，但他們會欣賞，甚至尊敬你的品格。

禱告：主啊！求祢幫助我活在這個彎曲悖謬的世代，不被世界的罪影響，而是要在生活中表明祢的道。

進深研讀問題：

1. 16 節上與 14~15 節有何關係？
2. 保羅怎樣用自己來作模範呢？
3. 他給腓立比教會的挑戰是什麼？

3/18/2023 星期六 腓立比書二 19~30

金句：他很想念你們眾人，並且極其難過，因為你們聽見他病了。(腓立比書二 26)

默想：以巴弗提是腓立比教會派去送禮物給保羅的，之後他留下來幫助保羅。現在，他在羅馬病了，腓立比教會知道他病了，非常掛念他，這令以巴弗提的心很難過。這段經文讓我們看到弟兄姊妹之間那種的親密關係之情。當一個肢體病了，其他的肢體會很擔心，而這個肢體也會因令其他肢體擔心而難過。保羅對同工非常的關心，包括他們的身體狀況。他肯定了以巴弗提對他的幫助，同時，也鼓勵腓立比教會的弟兄姊妹喜樂地迎接他回去。你在教會中有親密的同工嗎？你清楚他的生活情況嗎？你怎樣能夠更關心你身邊的同工呢？

禱告：主啊！感謝祢給我一些好的同工與我一起服事主，求祢幫助我能夠更關心我的同工，了解他們的需要，讓我能為他們禱告或幫助他們。

進深研讀問題：

1. 保羅如何用提摩太作腓立比信徒的榜樣（參：一 27）？
2. 保羅差遣提摩太的動機是什麼？
3. 保羅如何向腓立比信徒推薦提摩太？
4. 以巴弗提有何美德？

3/20/2023 星期一 腓立比書三 1~11

金句：不但如此，我也將萬事當作有損的，因我以認識我主基督耶穌為至寶。我為他已經丟棄萬事，看做糞土，為要得着基督；（腓立比書三 8）

默想：保羅「認識」基督。他不只是相信、明白基督的真理，他是與基督有更深更親密的認識。認識基督是從聖經開始，卻不能只停留在學術知識的層面，而是要在生活中經歷祂。經歷基督就是實踐祂的說話，而不是透過神秘主義，或一些超自然的經歷。透過實踐主耶穌的話來真正認識祂，學習捨己的跟隨，參與服事祂的教會。保羅深深的認識基督，到一個地步，「基督是他的至寶」。其他東西對他來說都只是糞土，即是垃圾，廢棄物。你認識基督是什麼呢？是有空時進修多一點知識的嗜好嗎？與其他的東西比較、基督是你的至寶嗎？

禱告：主耶穌啊！求祢幫助我更深的認識祢，要從聖經中認識祢，也要在生活中經歷祢，願祢的說話成為我隨時的引導。

進深研讀問題：

1. 按你在第二章找出的要旨和好例子，試解釋這裏所描繪的兩種熱心。
2. 有何證據指出這些人是或不是基督徒？
3. 保羅提出什麼與肉體對比？他如何逐漸擴充這個觀點？
4. 你以認識主基督為至寶，你將什麼事當作有損呢？

3/21/2023 星期二 腓立比書三 12~16

金句：這不是說我已經得着了，已經完全了，我乃是竭力追求，或者可以得着基督耶穌所以得着我的。（腓立比書三 12）

默想：屬靈上的追求是應該不斷進行的。知道自己的不足，知道自己還未完全得著基督，才会有不斷追求不斷進步的意願。一個運動員選手竭力的跑，是因為在運動場上有一個明確的目標。保羅就借用了運動場上的這個說法，說明他在屬靈上的追求不但沒因為他關在監牢裏停止，反而繼續跑，不斷為主作工。

他清楚自己的目標, 竭力的追求, 為要得著基督。有時我們服事, 只看到人的層面, 忘記了一切都是為了基督。你清楚你人生追求的目標嗎? 你在屬靈上的追求, 在教會中的服事, 是為了得著基督嗎?

禱告: 聖靈啊! 求祢時時刻刻提醒我屬靈成長的目標是向着基督, 幫助我竭力追求, 不會被其他世上的雜事, 影響了我的注意力。

進深研讀問題:

1. 你認為保羅為何很關切的指出他的熱心並未完全 (參上文) ?
2. 保羅竭力追求得著什麼 (與 14 節的目標有關) ? 試比較或對照你人生裏的各項目標和心願。
3. 保羅在他的論點裏如何應用忘記背後, 努力面前?

3/22/2023 星期三 腓立比書三 17~21

金句: 弟兄們, 你們要一同效法我, 也當留意看那些照我們榜樣行的人。(腓立比書 三 17)

默想: 今天這段經文幫我們思考怎樣成為別人的榜樣。保羅直接告訴腓立比教會要效法他。他們應該以保羅作為他們的榜樣。我相信在我們的生命裏都有一些人是我們的榜樣, 而今天我們思考的, 我是誰的榜樣呢? 表面看要成為人的榜樣好像有點驕傲, 不過如果在屬靈裏真的有好的品格, 像保羅那樣, 就應該成為別人的榜樣。你怕成為別人的榜樣嗎? 這樣會給你壓力嗎? 我們不是要在人面前去裝模作樣, 而是在人前人後, 都活出基督的樣式。若你在主裏願意, 被主塑造, 你必定會成為很多人的榜樣, 因為在你身上看到了基督, 就像腓立比教會的人看保羅一樣。

禱告: 主啊! 感謝祢讓我在屬靈生命中遇到不同可作我榜樣的人, 使我能夠學習。求祢幫助我也能夠成為別人的榜樣, 讓我不單只在言語上傳福音, 更加以我的行動見證福音。

進深研讀問題:

1. 按本章上文所論的, 保羅怎樣能以自己為榜樣?
2. 試列出那些用來對比真假信徒的詞句。
3. 這裏還引用什麼證據指出誰是假信徒?
4. 重溫一~三章的教訓, 你怎樣才能成為別人跟隨的榜樣呢?
5. 當苦難來到時, 你怎樣辨認它是從那裏來的? 近來你對在學校或教會裏遇到的苦難有何反應? 為什麼?

3/23/2023 星期四 腓立比書四 1~7

金句: 當叫眾人知道你們謙讓的心。主已經近了。(腓立比書四 5)

默想： 在腓立比書的第二章，保羅談論到教會合一的時候，用了主耶穌基督謙卑的例子，來說明教會合一的一個重要元素：弟兄姊妹必須有謙卑的心。在這一段，保羅鼓勵弟兄姊妹要有「謙讓」的心，強調的是在主內的同工如何彼此對待。在腓立比教會，同工之間有點嫌隙不能同心（四 2），另外有同工付出了很多，卻沒有受到眾人的肯定，所以保羅要強調他們所付出的（四 3）。「謙讓的心」不是指個人品格上的謙卑，而是對別人寬宏大量，能夠包容別人的錯誤，甚至能夠在受到不公平對待的時候選擇不報復。除了愛之外，「謙讓的心」是一個基督徒應該效法基督的品格，因為我們的主耶穌基督就是帶著這樣「謙讓的心」來服事人，來為你和我在十架上付上罪的代價。你對哪些人需要有更多「謙讓的心」呢？

禱告： 主啊！求你幫助我實踐謙卑，對人要有謙讓的心。當我認為不能夠接受別人的犯錯，不能夠接受別人得罪我的時候，幫助我想到你也是受到不公平的對待，幫助我在生活上彰顯你的恩典。

進深研讀問題：

1. 本段在哪方面開始總結保羅的信息？
2. 你在這些要旨裏見到什麼進展？
3. 試想出可以在你生活裏遵行這些要旨的一些實際的方法和場合。

3/24/2023 星期五 腓立比書四 8~13

金句： 我知道怎樣處卑賤，也知道怎樣處豐富；或飽足，或飢餓；或有餘，或缺乏，隨事隨在，我都得了秘訣。（腓立比書 四 12）

默想： 你在主內有喜樂，滿足每一天的生活嗎？保羅告訴我們他學到了這個秘訣，就是靠著主給他的力量去做事工。保羅學到了怎樣處豐富；或飽足，或飢餓；或有餘，或缺乏，你認為處於什麼情況比較困難呢？你處於豐富的時候比較能夠倚靠主或是處於缺乏的時候呢？有時當我們習慣了富足，突然間缺乏便會覺得不知所措埋怨神；當我們習慣了缺乏的時候，突然而來的富足，會讓我們沉迷在財富當中。今天，無論我們所處的是卑賤或是豐富，求主幫我們學習一切都是從主而來，我們要學習在主裏滿足。

禱告： 主啊！感謝你每天供應我的需要，幫助我也與保羅一樣，無論在什麼光景，都能夠在主裏面有真正的滿足。

進深研讀問題：

1. 8~9 節如何在你的思想上幫助你？
2. 當那些不真實，不可敬，不公義，不清潔的心思來到時，你會作些什麼？為何？
3. 11~13 節裏那一原則是你最難學到的？為何？
4. 保羅是基於什麼論到這些原則的？13 節與 11~12 節有何關連？

金句：然而，你們和我同受患難原是美事。（腓立比書 四 14）

默想：今天是我們思考腓立比書最後的一天，我們以思考「你們和我同受患難原是美事」作為結束。腓立比書是一本充滿喜樂、感恩、滿足的書信。但是這些喜樂是保羅在監獄裏經歷到的，這與我們一般所想的喜樂不一樣。保羅看「受患難原是美事」，看完整本腓立比書，你能夠看到在自己身上所發生的「患難」也是美事嗎？在這些患難中，神怎樣告訴你喜樂滿足的源頭在哪裏？神又怎樣教導你，在患難中依靠的是什麼？你找到真正的喜樂與平安嗎？

禱告：主啊！求祢幫助我用新的眼光看這個世界。幫助我看到我喜樂的源頭，不是從短暫、敗壞的物質世界得到的。幫助我每天仰望祢的恩典，為著祢國度的擴展去奔跑。

進深研讀問題：

1. 饋送的概念與本書信各要旨有何關係？
2. 什麼使上帝悅納你的奉獻？
3. 試概述保羅在這裏力陳的原則與態度？
4. 試列出一些實際可行的行動使這教訓活現在你的生活裏。你願意履行這些教訓到什麼程度呢？

約拿書簡介

約拿是以色列的一個先知（參：王下十四 25）。他在以色列與猶大分裂期間作先知，時間大約是亞述（尼尼微是其首都）於主前 721 年攻陷以色列之前。

金句：他們遂將約拿抬起，拋在海中，海的狂浪就平息了。那些人便大大敬畏耶和華，向耶和華獻祭，並且許願。（約拿書一 15~16）

默想：海裡的狂風大浪完全是因為約拿所起，所以，將約拿丟到海裡以後，海面馬上就平靜下來了。神是公義的，神也是嚴厲的。約拿想逃跑，卻沒有逃出神的權柄。你要默想，你相信神的權柄嗎？你敬畏神的權柄嗎？你願意因此而順服神嗎？

禱告：親愛的主，祢有掌管天上地下的權柄，順服祢的將得到賜福，違背祢旨意的將被追究，祈求祢賜我一顆順服的心，敬畏祢，跟隨祢，順服祢一切的差遣。阿門！

進深研讀問題：

1. 上帝差遣約拿去作什麼？
2. 試在地圖上找出那些城市。
3. 上帝如何使約拿記起他的使命？

3/28/2023 星期二 約拿書二

金句：耶和華吩咐魚，魚就把約拿吐在旱地上(約拿書二 10)

默想：這節經文告訴我們，不僅風浪聽從神的吩咐，海裡的大魚也一樣聽從神的吩咐。相對於約拿來說，約拿作為神呼召的僕人，本應該順服祂，但是，他卻不順服。你要默想，透過這樣的經文，你學習到什麼？你問問自己順服神的呼召嗎？當神吩咐你去做一件你不能接受的事時，你是順服還是對抗？你願意按照神的信心事奉神還是按照自己喜歡的方式事奉神？

禱告：親愛的主啊，祢的旨意何等美好，只是由於我的軟弱與無知，常常不能接受祢的心意是最好的，祈求祢幫助我順服祢，按照祢的旨意事奉祢，而不是按照我自己喜歡的方式。求祢幫助我在凡事上討祢的喜悅。阿門！

進深研讀問題：

1. 約拿對上帝有何態度引致他在困境中祈禱？
2. 在你灰心困惑時，你不禱告還有什麼可作？為何？
3. 在這困境裏，約拿為何事感謝呢？

3/29/2023 星期三 約拿書三

金句：約拿進城走了一日，宣告說：「再等四十日，尼尼微必傾覆了！」尼尼微人信服神，便宣告禁食，從最大的到至小的都穿麻衣。這信息傳到尼尼微王的耳中，他就下了寶座，脫下朝服，披上麻布，坐在灰中。(約拿書三 4~6)

默想：這可能是歷史傳福音效果最好的一次，約拿只講了一句話，尼尼微全城，從普通百姓到君王就全都悔改了。當然，可能約拿講了很多話，傳了很久的時間，聖經沒有詳細記載。但無論如何，當尼尼微的人聽到他所傳講的資訊以後就悔改。這說明是神的聖靈感動的結果。你要默想，你相信福音的大能嗎？你相信傳福音的能力不在乎人嗎？你願意順服神努力的傳福音嗎？你承認只要你努力的傳福音，結果無論人相信還是不相信都在乎神的旨意嗎？

禱告：親愛的主，感謝祢救贖我，讓我經歷了福音的大能，祈求祢賜我信心，繼續相信祢福音的大能，並賜我忠心，順服祢的旨意，忠誠地傳揚祢純正的福音。讓我相信祢話語的大能，借著傳福音帶領更多人相信祢，敬拜祢，榮耀祢！阿門！

進深研讀問題：

1. 試分辨上帝與約拿在往尼尼微城傳道的事上各負的責任。
2. 什麼人對上帝的話有響應？
3. 你是否判定某種人是「無望」的？為什麼？

3/30/2023 星期四 約拿書四

金句：這事約拿大大不悅，且甚發怒，(約拿書四 1)

默想：一般人傳福音時，如果有人相信，都會很高興，相信的人越多當然越開心。但是，約拿很奇怪，當他看到那麼多人都悔改相信以後，他倒很生氣。當然，有很多解經家給出很多他生氣的原因。到底什麼原因，事實上我們並不清楚。但有一件事我們很清楚，就是當約拿生氣的時候，神並沒有嚴厲的責備他，而是借著行為藝術的方式來教育他，就是出太陽曬他，也為他預備一顆蓖麻樹為他遮擋太陽，然後又安排一條小蟲子把這個蓖麻樹咬死了，所以，約拿很生氣。這個時候，神問他，一顆小小的蓖麻樹，就是為你擋了一會太陽，你都愛惜它，難道尼尼微大城那麼多人我能不愛嗎？你當默想，你最愛的是什麼？是人的靈魂，還是你自己的得失？當那些你不喜歡或與你作對的人相信耶穌的時候，你的心態如何？對於一些你不喜歡的人或民族，你也願意努力向他們傳福音嗎？

禱告：親愛的主啊，祢是慈愛善良的主，祢憐憫罪人，救贖罪人。主啊，我就是一個蒙祢恩典救贖的罪人，我感謝祢，求祢賜我一顆愛罪人的心，並且努力傳福音，祈求祢幫助我順服祢的旨意，按照祢的心意事奉祢，而不是按照我自己的想法事奉祢；祈求祢賜我一顆寬廣的心，除去我的狹隘，嫉妒，賜給我愛祢，愛靈魂的心，阿門！

進深研讀問題：

1. 上帝如何利用一棵蓖麻指出祂的作為是對的？
2. 約拿為何愛惜那植物而不愛惜尼尼微城的人畜呢（與他的宗教信仰有關）？
3. 試概述上帝藉本書教導你的功課。你會因此作些什麼？

3/31/2023 星期五 約珥書一

約珥書簡介

約珥是住在耶路撒冷最早的先知之一，與何西阿和阿摩司同期，屬於約阿施王或烏西雅王時代。他是向猶大說預言的。

金句：哀哉，耶和華的日子臨近了！這日來到，好像毀滅從全能者來到。(約珥書一 15)

默想：「耶和華的日子」是本書的主題，這裡耶和華的日子有兩方面的意思，一方面是指眼前的審判，神向祂的仇敵施行審判的日子；另一方面可能是指向將來的審判。但是，從經文的文法上看，不是將來很久要發生的，而是馬上就要來臨的。不論是將來主再來的日子，還是眼前馬上就要發生的日子，都是一個嚴肅的日子。所以，你要默想，你有沒有預備好，面對耶和華審判的日子？為了面對主再來的日子，你該做什麼？

禱告：親愛的主啊，祢是聖潔的，威嚴的，祢的日子是嚴肅的。祈求祢幫助我，預備好自己，面對祢的日子，幫助我在家裡、在教會裡、在社會上都盡上自己的本分，順服祢的旨意。在面對祢的日子時，讓我能坦然無懼！阿門！

進深研讀問題：

1. 在那地有什麼事發生？
2. 上帝要求他們有什麼響應？請列出。
3. 這裏鼓勵他們應有何響應？

4/1/2023 星期六 約珥書二 1~17

金句：「耶和華說：雖然如此，你們應當禁食、哭泣、悲哀，一心歸向我。你們要撕裂心腸，不撕裂衣服，歸向耶和華你們的神，因為他有恩典，有憐憫，不輕易發怒，有豐盛的慈愛，並且後悔不降所說的災。或者他轉意後悔，留下餘福，就是留下獻給耶和華你們神的素祭和奠祭，也未可知。(約珥書二 12~14)

默想：耶和華的日子是嚴肅，我們當如何面對耶和華的日子呢？耶和華神借著先知教導我們要禁食、歸向神，並要相信神有憐憫、有恩典。這提醒我們，不要害怕，要警醒，不要擔心，要悔改。相信神會按照祂的慈愛保護我們脫離那大而可怕的日子。你要默想，你有沒有認真思考自己的信仰，有沒有認真的悔改歸向主？你常常思想神的憐憫和慈愛嗎？

禱告：親愛的主，我相信祢的憐憫和慈愛，祈求祢賜我悔改的心，祈求祢幫助我相信你的慈愛，相信祢的恩典。賜我敬畏的心，幫助我帶著一顆警醒的心來預備迎接祢的日子！阿門！

進深研讀問題：

1. 這災禍在哪些方面預言「耶和華的日子」（參聖經字典）？
2. 你當怎樣要撕裂心腸而不撕裂衣服？
3. 你對上帝的認識如何影響你的悔改？