

伯明翰中華福音教會

預苦期靈修材料 2024 (第三至四週 26/2-10/3)



預苦期靈修第三週

第十一天：二月廿六日

那人就回答：「他是不是個罪人，我不知道；有一件事我知道，我本來是失明的，現在我看見了。」（約九 25）

約翰福音第九章的記載，圍繞著一個醫治的「記號」，就是耶穌將視力賜給那個生來瞎眼的人。這時，正值是住棚節及點燈節的歡慶日子。彌賽亞其中一個標誌就是讓瞎眼的見光明（賽二十九 18，三十五 5）。這光的來臨，具有雙重意義，它要將救恩帶給那些瞎眼的人（6-38 節），同時要將審判帶給那些不願意來就光的人（39-41 節）。經文提到，法利賽人第二次盤問這個乞丐，命令他「將榮耀歸給神」（24 節），藉此否定耶穌是神，而是個罪人。結果這卻激發這個復明的人，作出大膽的回應：「他是不是個罪人，我不知道；有一件事我知道，我本來是失明的，現在我看見了。」。法利賽人所關注的是律法的細節，這人所關注的卻是他得醫治的事實。我們敬拜、感恩、順服、見證。我就是那本來瞎眼的，但如今我看見了。我們看得更清，就愛那給我們光明的更深。然後我們要更緊緊跟隨祂，也為別人帶來光明。

省思：願我們得看見，願我們去愛，願我們跟隨。

實踐：現在就為起碼一位福音對象能信主能得見光明禱告。

靈修札記：

第十二天：二月廿七日

於是他叫眾人和門徒來，對他們說：「若有人要跟從我，就當捨己，背起自己的十字架來跟從我。因為凡要救自己生命的，必喪失生命；凡為我和福音喪失生命的，必救自己的生命。人就是賺得全世界，賠上自己的生命，有甚麼益處呢？（可八 34-36）

「若有人要跟從我，就當捨己，背起自己的十字架來跟從我」是向所有跟隨耶穌的人發出的挑戰，不只是挑戰傳道人或牧師。「捨己」意思是不自我中心，不以自己的價值為量度標準，即是不再讓自己成為生命的主宰。在困難的處境裡，堅持神國的價值觀，有可能會讓你失去名譽、地位、金錢、朋友，這是一個損害生命的舉動。但耶穌卻提醒我們，這是得「生命」的唯一途徑，以神國的價值成為自己生命的方向，離了祂我們根本無法活得好。我們要承認自己的「不能」，我們無法掌管自己的生活，這就是生命的唯一出路。

省思：願我們棄絕一切不屬神國價值觀的事情和意念。

實踐：在地上你最看重的是些什麼？能為主捨棄嗎？現在為自己禱告，聖靈幫助你，來到耶穌釘痕的腳前，人生每一步跟從祂。

靈修札記：

第十三天：二月廿八日

我所要的禁食，豈不是要你鬆開兇惡的繩，解開軛上的索，使被欺壓的得自由，折斷一切的軛嗎？（賽五十八 6）

以賽亞書五十六至五十七章提及以色列人沒有照神的意思生活，沒有成為別人的祝福，反而成為別人的咒詛。到了五十八章，出現一個奇怪的事情，就是他們很投入地去「禁食」。經文形容他們是一群外表看來虔誠，但內裡生命卻是離棄神的律法典章。在舊約，只有兩處記載神吩咐人禁食，卻有數以百計的經文記載神吩咐以色列人應以公平對待別人。故此，神在第 6 節告訴他們，若他們想克己，那就應該禁止自己欺壓貧窮人。他們克己的禁食行為是要操控神，而神要我們的克己卻是為了別人，不是為了自己。這種禁戒和克己才是神所喜悅的。

省思：你的信仰生活有沒有祝福、造就身邊的人？

實踐：這一週內，做一件事情來幫助和造就身邊的人。

靈修札記：

第十四天：二月廿九日

我一生一世必有恩惠慈愛隨著我；我且要住在耶和華的殿中，直到永遠。（詩廿三 6）

詩篇二十三篇是講述詩人對神倚靠與信心的詩篇，它為那些面對困難的人帶來安慰。詩人獲得安慰，因為神的「恩惠和慈愛」沒有間斷，神的屬性與應許從來沒有離開祂所愛的人。縱然第 5 節間接提及有敵人試圖毀滅他，但他並沒有被他們追逐，相反是神的「恩惠慈愛」追趕著他。故此，詩人面對敵人並不感到懼怕和孤單。神的恩惠成為詩人和我們的終身倚靠。神的「恩惠慈愛」與「住在耶和華的殿中」是平行句，表達即使一個人離開會幕或聖殿的範圍，神的同在也不會中斷，我們仍然會被神的恩惠和慈愛追趕。預苦期提醒我們不要再逃避神，讓自己在神的愛中被追趕、擁抱。神並不希望我們的生命被無盡焦慮所困，而是被接納、擁抱。

省思：邀請你在預苦期再一次轉眼仰望上帝，祂的愛使你能跨過焦慮和恐懼。我們只需被神的愛追趕，別無其他。

實踐：請你寫下自己這段時間有什麼擔憂或是為何感到有孤單等負面情緒？然後將這些一一交託上帝，並再唸誦這詩篇。

靈修札記：

第十五天：三月一日

有一個法利賽人，名叫尼哥德慕，是猶太人的官。這人夜裏來見耶穌，對他說：

「拉比，我們知道你是由神那裏來作老師的；因為你所行的神蹟，若沒有神同在，

無人能行。」（約三 1-2）

尼哥德慕是個老人家，一個法利賽人，更是個著名的教師。他為甚麼夜裏來見耶穌？或許是要利用夜色掩護，免得他在與這個被法利賽人拒絕的耶穌見面時被人認出來，他或許是帶着一點不安來見耶穌。雖然，尼哥德慕是個著名的教師，卻以拉比（老師）來稱呼耶穌。他沒有蔑視耶穌的神蹟，反而認為這些神蹟是證明耶穌就是從神那裏來的。他並沒有說他是個先知或彌賽亞，只不過說他是從神得著能力的一個教師。尼哥德慕對耶穌充滿好奇心，卻又帶一點不安。耶穌看到他的生命需要，便對他說：我實實在在地告訴你，人若不重生，就不能見神的國（3節）。在生命中追尋耶穌，或許要求你勇敢地跨出一大步，因為你可能會因著耶穌的緣故而失去身邊的人對你的尊重，失去名與利，這就是追尋耶穌所帶來的不安。但是，耶穌看準尼哥德慕和我們的需要，我們最需要的不是以上一切外在事物，而是重生。

省思：我們都與尼哥德慕相似，混亂疑惑、坐立不安。在預苦期中，邀請你像尼哥德慕一樣，勇敢去尋找耶穌！

實踐：記下你曾或是現在因為希望尋找耶穌而需要跨過的「障礙」，你有何行動挪開這些「障礙」？

靈修札記：

第十六天：三月二日

耶和華的話臨到以利亞，說：「你離開這裏往東去，躲在約旦河東邊的基立溪旁。

你要喝那溪裏的水，我已吩咐烏鴉在那裏供養你。」（王上十七 2-4）

以利亞突然出現在這個歷史處境中，他的一舉一動，主導了列王紀上十七至十九章和列王紀下一至二章的故事。以利亞跟舊約其他先知不同，在神未有向他發出呼召前，他已經向王作了宣告：「我指著所事奉永生的耶和華—以色列的神起誓，這幾年我若不禱告，必不降露水，也不下雨。（1 節）」。這是一個獨特的序言，同時顯示出以利亞是一位勇敢的先知。他對王的宣告反映了他的名字的意思，以利亞的意思是「耶和華是神」。他確信自己相信的是誰，以至他能勇敢向王宣告，而宣告的內容等同向假神巴力下戰書，巴力在當時的文化中，被稱為「偉大的風雨之神」、「在雲上的騎士」。接著，因以利亞在宣告後預期會面對生命威脅，所以神差他到以色列東面，並且供應他所需。對於專心仰賴祂的人，不願向邪惡的價值觀妥協的人，祂總是不斷地供應一切。

省思：在這預苦期，求神使我們看見生命的真正泉源，被祂的靈糧餵養我們的生命，而非世上的錯誤價值觀。

實踐：請你寫下過去的日子上帝如何供應你和你的家庭？你又可以如何持續地經歷主的靈糧餵養？

靈修扎記：

預苦期靈修第四週

第十七天：三月四日

我要使大小山岡變為荒蕪，使其上的花草都枯乾；我要使江河變為沙洲，使水池盡都乾涸。我要引導盲人行他們所不認識的道，引領他們走他們未曾走過的路；我在他們面前使黑暗變為光明，使彎曲變為平直。這些事我都要做，並不離棄他們（賽四十二 15-16）

四十二章 10 節至四十四章 22 節講述神宣告拯救百姓脫離困苦，並使用他們作見證，對抗偶像。在第四十二章以賽亞呼籲全世界都來讚美神（10-12 節），並且闡述讚美的原因（14-17 節）。以賽亞強調耶和華不但是猶大的神，更是全世界的神，祂所做的事，不單影響猶大，更是影響整個世界。祂既然能救猶大脫離一切網綁，世上就沒有一種痛苦或困難是祂無法解救的。以賽亞以「勇士」（13 節）來描述神的特性，祂要前來保護百姓，14 至 17 節正是這位勇士所行的奇事。若百姓覺得神似乎在這漫長的被擄日子裏「沉默不語」（14 節），神卻宣告這段日子很快便會結束。不管有多大的困難，如大小山岡或是水流急速的江河，都不能阻擋神（15 節）。即使他們是「盲人」，神也會引領他們，使黑暗變為光明（16 節）。

省思：我們就像那被擄流放異鄉的一樣，我們都是無權無勇、勢孤力弱。我們體會世界的愚頑，並且是引向死路。求主賜我們看見引向光明的道路，而非引向死亡的死路。

實踐：你願意與你所愛的人一同走這條引向光明的道路嗎？現在寫下你首先想起來的幾個名字，並為自己和為他們禱告。

靈修札記：

第十八天：三月五日

我的意念非同你們的意念，我的道路非同你們的道路。這是耶和華說的。天怎樣高過地，照樣，我的道路高過你們的道路，我的意念高過你們的意念。（賽五十五 8-9)

五十五章邀請那些缺乏的人來到神面前。神發出的邀請，不單是為了使人肉身的需要得到供應（1-2 節），更是要使全人得着滿足（3 節）。並且，神要與我們立一個永約（3 節），這約是無條件的約，不是人能配得的，是要彰顯神可靠的慈愛。不單如此，6 至 11 節正是說明神將這個約的邀請放在人的面前：你會因不信而留在原處，還是向前踏上蒙福之路？只要我們真心真意尋求祂，我們便得蒙赦免和福氣。故此，此處所說的不是脫離肉身上的囚禁，而是脫離與神隔絕，得著全人的釋放。若「惡人」願意離棄自己的「道路」和「意念」，轉向神的「道路」和「意念」，我們便能夠得著這約帶來的赦免和福氣。詩人向那被擄的人和我們展示一條不同的道路。我們親近神，被召在世活出一種不一樣的生命。

省思：求主幫助我們棄絕舊路，預備迎接神充滿赦免和豐盛的道路。

實踐：你全然相信上帝赦罪和上帝定意祝福投靠祂的人這些應許嗎？試在聖經裡找出上帝赦罪和上帝賜福的經文，並寫出來。

靈修扎記：

第十九天：三月六日

你若口裏宣認耶穌為主，心裏信神叫他從死人中復活，就必得救。（羅十9）

保羅努力去除猶太人對耶穌基督的誤解，希望猶太人能心裡相信耶穌是主，口裡承認上帝使耶穌從死裡復活，以致全人類得著被拯救，能領受上帝的救恩。猶太人堅持自己的「義」，堅持自己所做的是正確的，而不理會上帝藉著基督所成就的拯救作為，他們不願意相信耶穌是拯救主、彌賽亞。但是，保羅不斷在羅馬書宣稱神是信實的，神不單沒有放棄猶太人，也應許萬國能藉耶穌基督而得福。那麼猶太人應當如何回應上帝藉基督所成就的一切呢？所以，保羅說：「你若口裏宣認耶穌為主，心裏信神叫他從死人中復活，就必得救。」猶太人最大的問題是不願承認「耶穌是主」，也不願相信上帝使耶穌從死人中復活。保羅指出承認「耶穌是主」的意思，是承認耶穌也有獨一上帝的名、本質、聖潔、權柄。口裡承認耶穌是主是表明自己是屬於耶穌，願意讓耶穌來掌管我們的生命。這或許是我們比較忽略的部分，因為我們常常強調罪得赦免、得到上帝的祝福、進入天堂。可是，耶穌是主不是一個口號，而是承認我們的生命要順服耶穌的吩咐，忠心行出基督的樣式。

省思：耶穌是主不是一個口號，而是承認我們的生命要順服耶穌的吩咐，忠心行出基督的樣式。

實踐：你有哪些地方像昔日猶太人「自以為義」和「自我中心」？現在就禱告求聖靈叫你知罪並持續願意努力改變更新。

靈修札記：

第二十天：三月七日

「看哪，這就是我與你立的約，你要成為多國的父。從今以後，你的名字不再叫亞伯蘭，要叫亞伯拉罕，因為我已經立你作多國之父。我必使你生養極其繁多；國度要從你而立，君王要從你而出。我要與你，以及你世世代代的後裔堅立我的約，成為永遠的約，是要作你和你後裔的神。我要把你現在寄居的地，就是迦南全地，賜給你和你的後裔永遠為業；我也必作他們的神。」（創十七 4-8）

新名「亞伯拉罕」顯示他將會成為「多國之父」。命名是神權威的舉動，同時是神給亞伯蘭的一份恩典。名字往往包含了祝福和命途的字詞。父母給子女取名，名字多會表達了他們的期望。既然神是全能的，他給人的名字就更加有決定性了，不只是期望，更是一份應許。接著，經文提到神與亞伯拉罕和他的後代立一個永遠的約，在希伯來文中的「約」含有長久的意思，表達這協定不是試驗和臨時的。這「約」將神與他們的關係拉近，因神「要作你和你後裔的神」，這是一個不可思議的約和應許。有人說，預苦期關注的應是如何邁步進入上帝的未來，擺脫過去賦予我們的定義，不被當下所珍視或恐懼的事物纏住。

省思：在預苦期中，試想象擺脫過往，不受眼下現實的好與壞所限，進入神賜予人意外的命途。

實踐：今日你因信，與神有這不可思議的關係和應許。這週內每一天都默想這恩典然後讚美和感謝神。

靈修札記：

第廿一天：三月八日

「耶穌舉目看著門徒，說：『貧窮的人有福了！因為神的國是你們的。』」（路六 20）

這段經文是強調耶穌對跟隨者的倫理要求。在耶穌的論述名單上包括貧窮、飢餓、哭泣、被憎恨的，他們都是一班敬虔的人。耶穌最先論到的是「貧窮的人」。這裏讓人聯想起四章 16 至 20 節，與此段經文一樣，貧窮的人是指敬虔的貧窮人，他們蒙福是因為他們被邀請進入天國，天國就是使人得拯救、神親自統治的國度。耶穌教導和服事貧窮人，在他們中間尋找願意回應和敬虔的人，因為他們將要接受神的恩典。貧窮人的生命境況，使他們更容易明白他們必須依靠神才能生存，因為生命都是他們不能掌控的。最後，耶穌將有福的與「有禍」的作對比。耶穌用四個「有禍」來勸誡那些輕易接受現況的人：「富足的人有禍了！現在飽足的人有禍了！現在歡笑的人有禍了！人都說你們好的時候，你們有禍了！」耶穌邀請我們跳出安舒區，將整個生命連結於祂，就如貧窮的人一樣。

省思：安於現狀、毫無警醒之意，認為這就是圓滿的有禍了，因為他們都漠視耶穌的受苦。

實踐：你為主捨棄一些「安舒」吧！來與牧者或團契和小組的弟兄姊妹分享你肯為主擺上哪些「安舒」？

靈修扎記：

第廿二天：三月九日

「耶穌拿著這五個餅和兩條魚，望著天祝福，擘開餅，遞給門徒，擺在眾人面前，也把那兩條魚分給眾人。他們都吃，並且吃飽了。」（可六 41-42）

當時眾人被耶穌吸引，就算耶穌和使徒們希望遠離眾人，到荒野歇一歇也難以做到。但是，耶穌沒有驅散他們，因為他們如同羊沒有牧人一般。相反，門徒卻感到不安，因為天色已晚，還有很多人留在那裏，所以他們建議耶穌打發群眾回家。耶穌卻回答他們：「你們給他們吃吧！」他們覺得耶穌的話不可能做到，便問耶穌是否要他們去購買大量食物來餵飽這些人？接著，便是單純而直接地以五塊餅和兩條魚的神蹟餵飽眾人的神蹟。在整個敘述中，其實門徒接受了曠野是一個充滿缺乏的地方，這是不能改變的事實。眾人盼望得飽，祂的門徒卻沒有這盼望。即使他們一路跟着耶穌傳道、見證祂的工作，卻依然沒有這盼望。

省思：求主幫助我們能跳出種種匱乏所限，經歷出人意外的豐盛。

實踐：主願意人能經歷祂賜的豐盛，昔日在曠野如是，今日在伯明翰如是。你來為身邊未相信主的親友禱告，盼望他們生命藉著耶穌改變。

靈修札記：
