

伯明翰中華福音教會

預苦期靈修材料 2024（第五至六週 11-24/3）



預苦期靈修第五週

第廿三天：三月十一日

「我離棄你不過片時，卻要大施憐憫將你尋回。我因漲溢的怒氣，一時向你轉臉，但我要以永遠的慈愛憐憫你；這是耶和華—你的救贖主說的。這事於我有如挪亞的洪水；我怎樣起誓不再使挪亞的洪水淹沒全地，也照樣起誓不再向你發怒，且不斥責你。」（賽五十四 7-9）

以賽亞書五十四至五十五章是一個整體：五十四章是神對他所離棄的錫安所唱的詩歌；五十五章則是呼籲錫安不要再次失去神賜給她的福分。在五十四 1-10 中，神以蒙羞的婦人來比喻以色列。第一：在古代世界，對婦女來說最悲慘的事情，莫過於無兒無女（1-3 節）；第二：古代世界視守寡為一種羞辱守寡（4-5 節）；第三：最後一種羞辱比沒有兒女及守寡更難接受，就是被丈夫離棄。以色列因著辜負了神，於是被逐出家園（6-8 節）。接著，神應許要把她領回，重新賜她盼望（7-9 節）。此處神說祂要以「永遠的慈愛」愛她。這並不表示以色列從此就不會再受到斥責和懲罰，至少是神願意主動與百姓和好。神為了公義的緣故而對人的懲罰已告一段落，如今神宣告和好，無須再與神隔絕。因為祂的「怒氣」不過是「一時」，但是祂的「憐憫」卻是「永遠」。

省思：或許，神一剎那的懲罰使我們忘記了祂永遠的慈愛。願我們在痛苦的悔罪過後，能夠記得充滿盼望的慈愛。

實踐：上帝如何用「永遠的愛」愛你？數算一下，然後用文字寫出來吧。

靈修札記：

第廿四天：三月十二日

「過犯得赦免，罪惡蒙遮蓋的人有福了！耶和華不算為有罪，內心沒有詭詐的人有福了！」（詩三十二 1-2）

詩篇三十二篇是七篇悔罪詩（詩六，三十二，三十八，五十一，一〇二，一三〇，一四三篇）之一，我們可以將本篇詩篇視作神赦免的確據。在 1-2 節中，詩人提及了兩次「有福」、三個「罪」（包括「過犯」）的詞彙、以及三次表達赦免。不管是「過犯」（悖逆或不忠）、「罪惡」（故意地不履行神的旨意）、或「有罪」（錯誤價值觀導致的行為）。但是，在神裏面都會得著赦免，並且赦免都是滿有恩慈的。因此，詩人同樣用上三個動詞表達神的赦免是如此充滿恩典：「赦免」（除掉罪或過犯的記憶）、「遮蓋」（贖罪，罪人藉此得以和好，罪惡成為過去）、「不算」（神對於蒙赦免之人的態度）。神恨惡那些故意犯罪得罪祂的人，但神渴望人祈求赦免，因這是真實悔改的行動。

省思：人能從悔罪中得著赦免是喜樂的源頭。所有嘗過神在基督裏赦免滋味的人是何等有福的！

實踐：有什麼事能帶給你喜樂的感覺呢？今天如何讓主的救贖和上帝的接納成為你喜樂泉源？

靈修札記：

第廿五天：三月十三日

「但那等候耶和華的必重新得力。他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。」（賽四十 31）

先知以賽亞在四十章是要解答：有甚麼方法可以激勵神的子民信靠祂，使他們成為神所呼召的僕人呢？第 27 節，先知預測被擄之人的態度，他們會說：「我的道路向耶和華隱藏，我的冤屈神並不查問」，表達神的眼目已經不再看顧我們，神已經丟棄我們。以賽亞卻回應說，這種想法未免太低估神了，28 至 29 節正是描述創造主的能力和智慧，能夠將能力賜給「疲乏」和「軟弱」的人。接著，經文講述信靠的主題。「等候」神並非乾坐，而是憑信心盼望他會為我們施行拯救，不會急於自己解決問題。因此，以賽亞呼籲當時的百姓倚靠神，他同樣呼籲我們這樣行。我們如果感到疲乏軟弱，不敢相信自己還有將來，神的能力仍然可靠，祂必會使我們「展翅上騰」、「奔跑」及「行走」。

省思：求主教導我們懂得耐心等待拯救。在等待之中，能夠發現神所應許的祝福。

實踐：你有沒有對神缺乏耐性，憑著血氣去作事，結果疲乏困倦？現在你在神面前安靜，等候祂賜力量，讓你作每件事順著聖靈而行。

靈修札記：

第廿六天：三月十四日

「雅各啊，創造你的耶和華，以色列啊，造成你的那位，現在如此說：『你不要害怕，因為我救贖了你；我曾提你的名召你，你是屬我的。』」（賽四十三 1）

四十三章主要講述神的拯救，及這拯救將如何見證神的真實，諷刺偶像的虛假。四十三章 1 節的表達是相當獨特的，猶大人真的無須事先做些甚麼來獲取這恩典？他們不用悔改？無須改變行事為人？當然不是，因為第四十章已講述他們已遭受審判，但審判的目的不是為了滅絕他們，而是使百姓得盼望的方法——在審判中試煉。回到四十三章 1 節，在第 1-7 節中，多次出現「我」和「你」。神兩次說「我必與你同在」（2、5 節），稱自己為「我是耶和華—你的神，是以色列的聖者—你的救主」（3 節）。創造主恩慈地賜福給他們，作他們的主，因為祂愛他們，在祂眼中他們極為「寶貴」。這是難以理解的事情，為何祂竟顧念這些悖逆的民？雖然這些百姓一再違背與他所立的約，他仍遵守自己的承諾。

省思：我們是神親愛的子民：不要害怕！因為神按我們的名字召我們，你是屬神的！

實踐：多少時候我們遺忘自己是屬於神的，不如今日你在自己電話裡設置提醒功能，每 4 小時提醒你一次，無論在做些什麼都提醒自己此刻「我是神親愛的子民，我是屬神的！」

靈修札記：

第廿七天：三月十五日

「亞伯拉罕就臉伏於地竊笑，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）

神把亞伯蘭的名字改為亞伯拉罕，把撒萊的名字改為撒拉。撒萊與撒拉都是「公主」的意思，新的名字象徵新的開始，成為多國之母。雖然如此，亞伯拉罕的反應卻是臉伏於地竊笑，不信兒子真能從撒拉而出，因為他自己已經一百歲，而撒拉也九十歲了，兩人都過了生育年齡，如何能生子？「竊笑」一方面顯出神的能力，因為祂能使不育的生育，另一方面也顯出人信心的軟弱，人因小信或不信而竊笑。在我們的現實生活中，我們都是活在這「兩方面」中間，有人這樣形容這兩方面：一方面是「你想像到事情可以這樣發生嗎？」，另一方面是「是的，然而……」。最終，神卻賜下兒子給他們，就是以撒，延續神與亞伯拉罕的約。

省思：求主幫助我們相信祂是非一般的神，祂願意我們活出非一般的人生。

實踐：上帝是能行不可能的神，今日有什麼事你覺得沮喪的？默想一下再化為禱告，憑信呼求我們這位大能的神幫助你吧。

靈修札記：

第廿八天：三月十六日

「既然我們眾人以揭去面紗的臉得以看見主的榮光，好像從鏡子裏返照，就變成了與主有同樣的形像，榮上加榮，如同從主的靈變成的。」（林後三 18）

保羅在大馬士革路上，復活的耶穌向他顯現，發出榮光，使他仆倒在地上，從此生命起了劇變。正如保羅一樣，當人看見主的榮光，生命是不可能不改變的，生命便變成了與主同樣的形像，這裡是指在思想和道德上與主相似。生命的改變是聖靈的工作，祂給予人生命力。「榮上加榮」意思是「從榮耀到榮耀」，表示榮耀是不間斷的，而且是在層次上越來越高。亦即是說基督徒在主裏重生，我們所得到的榮耀，只是一個開始，在主再來之日，信徒便能得著全人更新。當耶穌的故事是現在式，我們就能透過記念耶穌來辨別是非，並且在身上散發主的榮光。

省思：願我們透過記念耶穌，重整我們的價值觀。

實踐：你如何看每樣事情的重要性，背後顯示你自己的價值觀。今天你正要面對一些什麼人和什麼事？在當中你可以如何更加追求和彰顯主的榮耀呢？

靈修札記：

預苦期第五主日：三月十七日

聽道扎記：

[illegible]

預苦期靈修第六週

第廿九天：三月十八日

「弟兄們哪，想一想你們的蒙召，按著人的觀點，有智慧的不多，有能力的不多，有尊貴地位的也不多。但是，神揀選了世上愚拙的，為了使有智慧的羞愧；又揀選了世上軟弱的，為了使強壯的羞愧。神也揀選了世上卑賤的，被人厭惡的，以及那一無所有的，為要廢掉那樣樣都有的，使凡血肉之軀的，在神面前，一個也不能自誇。」（林前一 26-29）

哥林多前書一章講述，基督教與充滿罪惡的世界是如何對立的，並為哥林多信徒的黨派之爭提供了出路。在 26 至 29 節，保羅形容哥林多教會大部分信徒最初蒙召時的個人狀況是：有智慧的不多，在社會中擁有權力（能力）的不多。故此，保羅稱他們為「愚拙的」、「軟弱的」、「卑賤的」、「被人厭惡的」。然而，神所揀選的，大部分正是這類人，好叫那有智慧和強壯的羞愧。換句話說，神要除去人可以自誇的理由，教會內黨派之爭更是無謂的。信徒能夠自誇，指着主誇口的唯一原因是「基督」，信徒在祂裏面得着真正的智慧，在神面前得稱為義，並且得蒙拯救。

省思：神呼召我們持守與世界迥然不同的價值。求神堅固我們，使我們離棄歪曲悖謬的生活。

實踐：基督徒入世不屬世，我們追求信仰貼地不離地，但不是放棄不持守屬神的價值觀。今日你有什麼聖經的價值和屬性希望努力持守，試跟牧者或弟兄姊妹分享其中一樣，邀請他們為你禱告。

靈修札記：

第三十天：三月十九日

「他們各人不再教導自己的鄰舍和弟兄說：『你該認識耶和華』，因為他們從最小的到最大的都必認識我。我要赦免他們的罪孽，不再記得他們的罪惡。這是耶和華說的。」（耶三十一 34）

三十一章 31-34 節，神要與整個以色列民族另立新約，不是寫在泥版上，而是寫在心版上的約。這是關乎整個以色列人的將來，同樣是關乎全人類的命運。經文似乎表達，人要與神建立關係，非發自內心不可，遵守律法和持守禮儀都不能完全達到與神建立關係這個目標。31 節「日子將到」即是主成就應許的日子將要臨到，神要為以色列家和猶大家「立」一個「新」的約。在這裡，「立」直譯是「刻」，過去的約是刻在石版上（十誡），而新的約卻是刻在心版上。為何要刻在心版上？原因是猶大人心剛硬，又常犯罪，即是將神的心意刻在石版上，視覺上看見卻不奏效。神卻要更進一步地將祂的心意刻在他們的心版上，使他們知道神的心意和應許，就是「我要作他們的神，他們要作我的子民」。正因如此，他們不再需要藉著外在的律法教導鄰舍認識耶和華（34 節），而是藉著人活出神在他們心裡所刻的心意，透過生命的見證讓鄰舍看見並認識耶和華的美善。

省思：我們在世是寄居的，有如身處異地，受著世界種種邪惡的價值觀影響。經文提醒我們永不要忘記我們是屬神的，神也是我們唯一的主宰。

實踐：今天你心裡常常思想的是些什麼？試試寫下來。再用神的話語，神的應許，神的約，來一一回應你剛寫下的這幾樣東西或需要。

靈修札記：

第三十一天：三月二十日

「有一個麻瘋病人來求耶穌，向他跪下，說：『你若肯，你能使我潔淨。』耶穌動了慈心，就伸手摸他，說：『我肯，你潔淨了吧！』麻瘋病立刻離開他，他就潔淨了。耶穌嚴嚴地叮囑他，立刻打發他走，對他說：『你要注意，千萬不可告訴任何人，只要去，讓祭司為你檢查，又因為你已經潔淨，獻上摩西所吩咐的祭物，作為證據給眾人看。』那人出去，倒說許多的話，把這件事傳揚開了，使耶穌不能再公開進城，只好留在外邊曠野地方，人從各處都到他跟前來。」（可一40-45）

古代對病症與今日的醫學觀點有具大的分別，「麻瘋」只是皮膚病的統稱，是屬於不潔淨，須與社群隔絕的疾病。當然，這裡的「潔淨」並不是指醫學上的，而是指宗教上的潔淨。故此，只有宗教的祭司才能判斷一個人潔淨與否。那個麻瘋病人來到耶穌面前說：「你若肯，你能使我潔淨。」這顯示他對耶穌醫治的能力充滿信心。耶穌的回應是伸出手來摸他，麻瘋就離他而去痊癒了。耶穌伸手觸摸麻瘋病人的舉動，明顯違犯律法的規定，舉動背後卻顯出祂是超越律法的主。接著，耶穌嚴嚴地叮囑他，就打發他走。耶穌叮囑他的內容是叫他不要將醫治一事告訴任何人，只須找祭司檢查就是了。耶穌的醫治是要指證宗教領袖的不信，他們以人的身體來定義潔淨與否，而不是以人內心所充滿的價值而作判斷。

省思：耶穌願意觸摸你和我的心靈深處，祂能驅走我們心中的黑暗和懼怕。

實踐：你有什麼是不肯讓耶穌潔淨你的？此刻來向主陳明吧。

靈修札記：

第三十二天：三月廿一日

「王與他們談論，在所有少年中找不到人能與但以理、哈拿尼雅、米沙利、亞撒利雅相比，於是他們就在王面前侍立。王考問他們一切智慧和聰明的事情，發現他們比全國所有的術士和巫師勝過十倍。到居魯士王元年，但以理還健在。」（但一 19-21）

但以理求助於太監長的管理者，建議一個為期短短十天的試驗：「給我們素菜吃，清水喝，然後你親自觀察我們的面貌和那用王膳的少年的面貌；就照你所觀察的待你的僕人吧！」（12-13 節）。經文清楚地告訴我們，但以理和他三個朋友的智慧優勝於巴比倫人。巴比倫人認為能從神明那裏得到智慧，而但以理則認為這些神明並不存在，屬於神不喜悅的惡勢力。我們看到但以理是智慧人，他靠著神的恩典，度過眼前生活中的難關。當我們面對不敬虔生活的試探時，但以理及其三位朋友的故事卻提醒我們，但以理以屬神的智慧戰勝了不利的環境，勇敢活出信仰，這激勵我們在艱難和充滿試探的生活中，我們也能活出倚靠神的生命。

省思：求主幫助我們靠著神的智慧和力量抵制生活中的黑暗勢力，不輕易妥協，活出屬神的生命。

實踐：你為著敬畏上帝，今天生活裡有什麼恆常的屬靈操練？穩定的靈修嗎？每天詳細的禱告嗎？預苦期踏入 32 日了，身邊或許有弟兄姊妹疏懶了靈修，你來鼓勵和提醒一下他們吧！

靈修札記：

第三十三天：三月廿二日

「耶穌轉身私下對門徒說：『看見你們所看見的，那眼睛有福了。我告訴你們，從前有許多先知和君王要看你們所看的，卻沒有看見，要聽你們所聽的，卻沒有聽見。』」（路十 23-24）

17-20 節告訴我們，耶穌將自己與門徒連繫起來，被差派的門徒成為耶穌的代表。聽從他們的人就是聽從耶穌，棄絕他們的人就是棄絕耶穌。對於門徒來說，這是成功的宣教旅程，因奉耶穌的名，甚至鬼也服了他們。接著，耶穌告訴門徒，這種能力不是他們喜樂的真正緣由，真正的喜樂是緣於他們的名字記錄在生命冊中。生命冊上面列出了蒙福者的名字，他們擁有永恆的生命，是真正的喜樂源頭。能夠在神的工作上有份，並且看見神的作工是一種福氣。因此，耶穌以一段祝福語結束（23-24 節），看見人所看見的，這些人就是得到福氣的人。君王和先知都希望經歷到他們所經歷的事情，然而君王和先知卻沒有這種榮幸。

省思：求主開我們的眼睛，使我們看見祂在地上的工作。即使世界仍然昏暗，但仍然看見祂的能力。

實踐：你現在在神的工作裡有份嗎？不一定是行神蹟或趕鬼，而是在今天裡你想起誰你就為他禱告，行多一步為他服事吧。

靈修扎記：

第三十四天：三月廿三日

「他給那地方起名叫瑪撒，又叫米利巴，因為以色列人在那裏爭鬧，並且試探耶和華，說：『耶和華是否在我們中間呢？』」（出十七 7）

經文十七 1-7 講述以色列人在利非訂使磐石出水。以色列人再次因沒有水喝而埋怨神。他們再次忘記神是定意祝福他們，自列祖的時期以來神一直以大能的手幫助他們。第 2 節用的「爭鬧」，是一個比「埋怨」更強烈的形容。接著，摩西再一次提醒百姓，埋怨他實際上是埋怨神。當摩西已經想盡辦法卻不能說服百姓，他唯有呼求神。最終，神吩咐摩西帶領以色列的幾個長老走到何烈，用先前擊打尼羅河的杖擊打磐石，水便流出來（5-6 節）。「瑪撒」和「米利巴」（7 節），意思就是「試探」和「爭鬧」。這不只是用來提醒他們，這也是用來提醒今天的我們。

省思：上帝在曠野、在預苦期間臨在，祂使水從磐石流出，醫治我們的乾渴。

實踐：回想一下上帝如何醫治你，請寫下你過去一次經歷主的醫治。

靈修札記：

棕枝主日：三月廿四日

聽道扎記：

[illegible]