

感謝神的恩典，總會「崇尚真理」的主題，與及愛慕神話語的呼籲，得到普羅會眾的響應，在新一年的開始，我收到不少弟兄姊妹的回應，有關《親父時刻》經文的、有關使用網上版靈修的，也知道不少兄姊和家庭都重啟讀經和靈修的習慣，實在令人鼓舞。我深信大家這樣的反應，是出於神的心意、是聖靈的工作，使大家用心領受神的信息和呼喚，做出實質的行動。我相信我們着重神的話、愛慕和研讀它，我們的生命必然蒙福、必然有力而興旺，可以榮神益人。

教會自元旦日起用新的網頁，我知道新網頁有很多細微之處仍未臻完善，《救恩日誌》內的新版靈修頁（印刷版和網上版）也有很多需改善的地方，我和同工團隊正在努力在短期內克服和處理這些問題。謝謝大家提出寶貴的意見和可以怎樣改善的提議，請儘量向我們表達，以致網頁和《日誌》能更配合弟兄姊妹的需要，也使我們的靈修和學習不致受阻。

1月7日晚堂後，我們舉辦了一個「八十、九十後談人生、談信仰」的座談會，這是我們初次的嘗試，以後會舉辦更多類似的聚會。今期我們作了專題的報導，請大家參閱。我們希望很快我們的網頁可以支援，讓大家可以在網上重溫整個座談會的錄像，以及我們的講道、講座、各種資訊和活動等，請在禱告上記念。

今期我們的160堂慶專輯還有王長老所寫的《黎力基傳序》，與及多篇短宣和洗禮見證，和各個活動的花絮和回顧等，希望大家在閱讀當中，更享受像與救恩堂整個群體，和當中的不同人物相交一樣的溫馨，也享受沐浴在神的同在中。

主內

姚牧師

2012年1月17日

編首語 .....	1
目錄 .....	2
回顧、展望160 .....	3-5
救恩人救恩事 .....	6-13
分享·代禱 .....	14-15
專訪 .....	16-19
見證 .....	20-25
講道大綱 .....	26-33
查經資料 .....	34-36
靈修 .....	37-67
書介 .....	68

## 編委

顧問：姚健偉 梁松波 梁慕玲

編委：招潔文 楊少淇 陶麗莎  
池穎欣 張穎詩 馮秉章  
林映輝 黃東英 岑慧儀  
黃健生

設計及排版：穎生設計印刷公司

出版：崇真會救恩堂

地址：香港西營盤高街97號A

電話：2858-1626 傳真：2858-9618

內容版權為基督教香港崇真會救恩堂所有，  
未得本堂同意，不得以任何形式翻印或轉載。

如有任何意見，歡迎聯絡各編委，或電郵至enquiry@kyc.org.hk

## 曠野—孤雁——



### 黎力基傳序

本會會長王福義長老



2012在崇真會歷史上是有特別意義的一年，這是崇真會開基165周年，也是救恩堂開基160年、筭灣堂150年及深水埗堂115年。

崇真會救恩堂為了記念巴色差會來華向客家宣教的創始人之一的黎力基牧師，特別會在今年出版這本在1911年由瑞士教會歷史學者施拉德（Wilhelm Schlater）所寫的《黎力基傳》。此書原著為德文，2007年由前巴色差會會長施民澤博士（Dr. Wolfgang Schmidt）譯為英文，再由本會前總牧周天和牧師於2011年譯為中文，使華人信徒可以閱讀到這本在100年前寫成的書，了解這位宣教偉人的事蹟。此書

的出版也蒙前執行幹事曾福全弟兄的協助，特別是在安排由德文翻譯為英文方面所做出的努力。

黎力基原籍德國韓德辛根（Hundersingen）。他的祖父和父親都是牧師。他在18歲時曾患神經熱病，差點喪命，病癒後立志成為宣教士。那年（1842）正是中英簽訂南京條約，割讓香港，五口通商之年，各國宣教士渴望進入中國宣教。

他在1844年入讀巴色宣教學院，於1846年被差往中國，當時他才22歲。與他同行的是另一位瑞典籍宣教士韓山明（Theodor Hamberg），他們在1847年3月19日抵達香港。

在1847-1852年間他被派去福佬（即潮州）人中傳道，在潮汕地區，主要在南澳和鹽灶。在這五年中他吃盡苦頭，六次被清政府驅逐出境。那時他形容自己是「如同曠野的鵝鵝，好像荒場的鸚鵡。我徹醒不睡，我像房頂上孤單的麻雀」（詩102：6-7）。故此書以《曠野—孤雁》來形容他在宣道開荒中的困境，十分貼切。沒有同伴，四周環境惡劣，加上差會的不體諒，在華的師傅郭士立的固執，令他陷於險境。1852年10月30日黎力基從鹽灶寫信給巴色差會說：

「我從來沒有埋怨我的受苦。的確，我能說，我自己不把那些可能發生在我身上的事看作希奇的事。比方，我在強盜的刀劍之下，目擊海盜所發的炮火，在海浪中上下漂浮，必須與癡瘋病人同住一間屋子，與他們一同吃飯，在病中受苦時給驅逐出境，與在痛苦中陪伴我的人失去聯絡，更不要說在假弟兄手下所受的苦，並為那些託付給我照顧的靈魂內心的煎熬。」



他的經歷如同保羅所記，

「我比他們多受勞苦、多下監牢、受鞭打是過重的、冒死是屢次有的。被猶太人鞭打五次、每次四十、減去一下。被棍打了三次、被石頭打了一次、遇著船壞三次、一晝一夜在深海裡。又屢次行遠路、遭江河的危險、盜賊的危險、同族的危險、外邦人的危險、城裡的危險、曠野的危險、海中的危險、假弟兄的危險。受勞碌、受困苦、多

次不得睡、又飢又渴、多次不得食、受寒冷、赤身露體。除了這外面的事、還有為眾教會掛心的事、天天壓在我身上。有誰軟弱、我不軟弱呢？有誰跌倒、我不焦急呢？」（林後11：23-29）

他如一隻失去雁群的孤雁，在中國大地踽踽而行。

1852年，黎力基與韓山明決定，集中在一種語言、一處地區宣教，定下以香港為大本營建立教會，不再以巡遊佈道的方式宣教。首間客家禮拜堂為救恩堂的前身，於1852年開基至今160年。這是香港華人教會最長歷史的一所教會。<sup>1</sup> 黎牧師以香港為基地，時常前往廣東客家山區工作。他來往於布吉、李朗、樟坑徑、東湖、長樂、興寧、粘坑、源坑、古竹等地。以當時的交通情況，往來這些地方極為不便，其受苦心志，值得佩服。不但如此，在1854年他29歲時遭到極大的傷痛，他新婚不足兩個月的妻子因染痢疾而身亡，16天後（5月21日）他的最好戰友韓山明去世，年僅35歲。這對黎力基實在是極大的打擊，但他沒有倒下。他常以「耶和華既賜給我通達的道路」（創 24：56）為座右銘鼓勵自己。次年（1855）內地第一間教會就在李朗開幕了。

黎力基在中國事主共52年（1847-1899），其中有三次回國，差不多每隔12年才回國一次，1858年、1872年、1886年及最後1899年。他回去並非度假，也非進修更高的學位，而是到處演講，喚起國人及其他國家如瑞典、俄國等的教會對中國事工的關注。他也帶領中國同工前往巴色城進修，途中探望客家會友，特別是在夏威夷及美國的華人。他著書立說先後編寫了“中德客語字典”；“德文—福佬（潮州）字典”，成為日後宣教士必用的參考書籍。他還編寫了“巴色會崇拜禮儀”，以羅馬拼音翻譯客家話的馬太福音，又編了一本聖詩。他在巴色大學的八篇演講也在1860年出版。晚年更以中文出版了一本小型的兒童歌集，甚為難得。

黎力基牧師文學及文字基礎甚佳。他關心教育，1856年曾在香港聖保羅書

院任教。他在香港甚得人望，在西教士當中素有令譽，並獲港督器重，在1881年委任為考試委員會委員。<sup>2</sup> 他與第二任太太·史瑪莉女士（Miss Marie Stotz）於1859年在德國結婚，1861年回港，並在1862年在西營盤開辦女校，是為華人女子的首間西式學堂，至1867年有50位女生入讀。這開始了香港女子教育的先河。不但如此，1877年他在上海舉行的第一次西方來華傳教士會議中擔任好幾個委員會的委員，特別是在基督教辦學方面的建議。黎牧師當日受到來華傳教士的尊重和接納。在香港他與其他宗派的關係密切而和諧，這可從他1886年第三次回國述職時香港各教會代表為他舉行了一次盛大的歡送會看出。此時他已經64歲，在中國事奉了40年。在給他的獻詞中，大家一致認為，黎力基無私的品德、對人的友善、自我犧牲的精神可嘉，有56人在獻詞上聯署。他第三次回來之後辭去巴色差會在華會長一職，不戀權位，一心只為主做工，把會長的責任交在富有經驗而且穩重可靠的宣教士邊德志手中，黎力基則獲准擔任遊行傳道人的職份，駐在興寧據點。

黎牧師在華事奉直到75歲，1899年才回德國。他離開時大家都捨不得他。回國後他也沒有停下來，繼續講道、宣教、演講、寫自傳。但他的心一直在中國，甚至在臨終夢囈中還說：「我們必須回家去，回香港去，回坪塘去！」

他在1908年3月29日去世，享年83歲8個月。在他的安息禮拜中，寧斯理牧師（Rev. Nestle）稱他為：「福音的先鋒，困難和危險不能使他灰心，憎恨和仇視也不能使他心懷忿怒……他行事為人滿有愛心。」

而他的同工顧士曼則以他為「巴色差會在中國的長者和創立人。他捨己忘我的辛勤工作，在任何情況中都堅強忍耐。」

黎力基傳的出版給崇真會會友、同工和所有關心宣教事工的基督徒留下一個美好的榜樣。他雖然也受制於「時代之子」框框的限制，沒有跳出自己的文化和信仰背景，但他那種為主宣教赤誠之心、對同工的愛心、對信仰的執著、對受苦的忍耐、對教育的熱誠、對其他差會的友好關係、對客家福音的委身，以及對中國的情意，都可成為現代信徒學習的榜樣。

我在2010和2011年先後兩次到寬城（Kornwesthein），造訪黎力基的墳墓，見到只有一塊細小的石碑記念這位宣教偉人。於是由崇真會致函寬城市政廳及教會，同時與巴色差會德國分會協商如何改善其墓地。感謝主，此計劃得到各方面的積極回應；救恩堂也決定支持豎立新的墓碑。希望可在2012年夏天將黎力基的墳墓，遷到一個更好的位置並豎立新碑，令後人不忘他的辛勞、貢獻與委身精神。

我再次感謝周天和牧師將此書譯為中文，又感謝救恩堂資助此書的出版，願神使用此書成為信徒的祝福。

只有一塊細小的石碑記念黎力基牧師



<sup>1</sup> 浩然（李志剛），(2002)，「香港最早的客家教堂」，《基督教週報》2002年11月24日。

<sup>2</sup> 周天和，(1993)，「巴色差會簡史：」，《基督教週報》，1993年8月15日。

# 聖誕佈置DIY 2011年11月27日-12月18日



# 約拿書聖經講座 2011年12月3日



何傑博士主講

# 聖誕探訪

## 大口環醫院探訪 2011年12月14日



## 聖誕探訪 2011年12月21日



出發前集隊



# 2011 冬季洗禮照 2011年12月18日



# 平安夜 2011年12月24日



↓ 出外佈佳音



蕭如發牧師呼召



# 上環假日行人坊社區嘉年華2011年12月25日



牧養的召命

牧養的召命

### 兒童區聖誕聯合崇拜 2011年12月25日



### 觀瀾福音旅行團 2011年12月26-27日



### 守歲祈禱會 2011年12月31日



### 培訓主日 2012年1月11日



## 涓涓南非短宣代禱信(九)

親愛的弟兄姊妹：

平安！大家聖誕過得愉快嗎？聽說香港今年的聖誕很冷，而涓涓今年則過了一個很溫暖的聖誕。

聖誕共有四天半可外出的假期。涓涓與另外三位香港的弟兄姊妹再次探望譚國權宣教士一家。我們參與約堡福音教會的聖誕主日崇拜，由於正值南非的聖誕新年假期，很多弟兄姊妹外遊或回鄉探親，所以教會的聚會人數驟降。聚會當日，譚宣教士宣講福音訊息，雖然不清楚有多少人決志，但我聽到他說：「我看到。」相信有新朋友決志跟從主。能在聖誕見證有人歸主，真叫人興奮！

譚宣教士安排我們住在一個極親的基督徒家庭中——林邦夫婦一家。林弟兄和太太 Rita 是本地的執業中醫，而林弟兄本身更是太極老師，所以大家都稱他為林師傅。與他們相交期間，有機會認識本地華人南非黑人、政治、地區安全等的觀點與南非華僑本身的文化，並發現他們的看法與我們平日接觸的南非本地人很同。例如華僑對人身安全的警覺性很高，因為他們一般都較為富有，故較易成為搶劫的象。另外，香港的移民，與來自中國大陸和台灣的移民，由於語言上的差異，令他們之間亦有一定的限制，亦看到他們在生活習慣與價值觀上有些不同。



香港文化餐：本月中我們預備了約六十人的晚餐，菜式包括豬骨蘿蔔湯、菠蘿咕嚕肉、蒜蓉炒白菜和笑口棗。



大家都吃得津津有味。



我有份幫手弄的薑餅人。



鬼馬的聖誕合照。



平安夜，與林師傅一家吃久違的「住家飯」。

本週五起共十一天（30/12-9/1），我們將分為十人小隊到 Pretoria 的 Laudium 區傳福音，進行跨宗教外展（World Faith Outreach）。Laudium 是一個印度人區，當中主要是回教徒和印度教徒。由於我們剛休假期完畢，各人明顯尚未收拾心情預備這次外展，請大家為外展各方面的籌備代禱。

在此預祝大家新年快樂、主恩滿溢！感謝大家恆切的代禱！

### 代禱需要：

- 請大家繼續為簽證能儘早批出代禱。
- 為外展各方面的籌備、各人能專注外展，和小隊的合一代禱。
- 為 MDT 完結後下一步的事奉代禱，求主引領與開路。
- 祝福爸爸陳景新能早日信主和身體健康。

主內

維涓 (Joni Chan)

27-12-2011

# 「80/90後」 看人生， 看信仰



1月7日晚堂崇拜後，《救恩日誌》邀請了一群近年社會上稱為「80後」、「90後」的年青弟兄姊妹，進行交流，聽他們談怎樣看自己、看人生、看信仰。本文是有關當晚座談會的報導。

撰文：張穎詩 攝影：黃健生 錄像：陶麗莎、胡道航

呂大樂教授在其《四代香港人》中以斷代法來劃分現時的香港人為四代。每一代人因生在不同的年代、人生的閱歷不同，而擁有不同的想法，展現出不同的行為模式與人生態度。

這幾年流行「80後」這個當代詞，概括表示1980後出生的一代，呂教授將他們歸為第四代人<sup>1</sup>，認為他們處於物質最充裕的年代，但亦是最清楚知道金錢物質不一定能帶來幸福快樂的一代。可悲的是，由於生育觀念的改變，大部份家庭只有獨生子女或最多兩個孩子，幾代人對小孩的「照顧」已成為緊密監視、過分呵護、剝奪選擇的代名詞了，也就是這群「第四代人」面對的牢籠，致使他們對表現個性有一份執著。

近年更新增「90後」這一個群組，在大多數人眼中，他們和「80後」是類近的，只是，當我們以「80後」、「90後」去稱呼他們、給他們定型時，他們又是怎樣看自己？他們是否真的認同呂教授所寫的？還有，在教會內宗教氛圍下的年青人，又是否表現出另一番景象？有見及此，我們邀請了一群在學的、在職的「80/90後」詳談，聽聽他們怎樣看自己、看社會、看信仰。

主持是傳媒界的Frankie及Agnes，而是次討論的參加者「80後」有銀行界的Ivy；在教會牧會的欣欣（Vivienne）；物流業的Tony；地產界的Mandy及外表心境俱「80後」的Hubert；「90後」則有青青區的預科生Justin及在中大修讀文學的芷玲，還有姚健偉牧師及關文慧傳道。

與會者一致認同社會已經給他們標籤或定型成為一類。「90後」把這個

標籤看得很淡泊，沒有特別的感受，就像面對既定的3-3-4學制一樣，想是因為沒有經歷那被「強加標籤」的過程，只是他們仍會強調，縱然社會描述他們是「hea<sup>2</sup>」的，但生活態度仍是取決於個人，不能一概而論，更不願被視為hea一類人。

而曾經歷「強加標籤」這過程的80後，他們回想那是源自至一道對政府政策表示不滿的示威潮。自此，「80後」被視為「創新、敢抗爭」的一群，看似在表彰，他們卻感到那話中話的貶義。另外，隨著媒體廣泛報導，「80後」被認為是偏激的，讓他們更不願被劃為同類，因為他們認為社會看到的，只是被標籤化的大多數，漠視沉默的小眾。對他們來說，那是很不公平的一種看法，更剝奪他們表達自己意見的機會。

他們亦分享到被冠以「80後」「90後」這個稱號的特定一刻。例如對一些既定的事、規範、做法提出質疑時；因家庭財政壓力不在自己身上，可以率性追求理想，卻被看作不負責任時；甚至只因出生在1980之後，便是「80後」，被看作是年青有拼勁…這份衝勁、熱血，是因為他們年少，還是因為他們是那個特定年份出生的人？

他們不認為自己是單因為「年青、拼勁、熱血」而被標籤，還加上他們擁有和享受上幾代人努力所得的物質豐富；另一方面，因為時常接觸現今社會鼓吹的理性批判、討論，讓他們明白發聲能帶來一定的果效，憑著這優勢和理念，為社會不平則鳴。只是他們仍會感到無力，誠如呂教授所寫，他們要面對的框框更多。在學的，眼見大學教育愈來愈普及，學士不夠，還要碩士，甚至更多更多文憑，不禁質疑大學教育是為啥；在職的，要更長時間工作，適應那為塑造倒模一般的員工而設的重重關卡、階梯和制度。

<sup>2</sup> 「Hea」其實有得寫，就是「迤」或「弛」，解作「清閒」、「到處踴躍」之意（節錄2009年9月24日香港經濟日報文章「廣州話方言入典—昔語潮用」）



<sup>1</sup> 呂教授文中的第四代人為1976-1990年間出生的。



這份無力感亦見於他們看到現今社會只朝著一個大方向而走，簡單如電視肥皂劇、複雜如經濟體系，只有一個大方向，要不「師奶劇」、要不「全民皆股」，一點點反建制便有如洪水猛獸。是因為掌舵着社會發展的還是上一輩，仍然為當代的香港社會設下框框？以致「80後」「90後」他們除了質疑和挑戰，就是放棄，改為相信「玩」、相信「不相信」…

在這個信念、價值觀受衝擊的大環境下，他們怎樣看福音？怎樣看真理？

較之70/80年代的一輩，「80後」「90後」認為那個時代的生活較簡單，日出而作，日入而息，要煩惱的不外是衣食住行，信仰所面對的挑戰都是很實際的問題，例如因公務而不能穩定返教會；若說到概念性的，就是「信仰與科學」的爭持。在他們看來，都是宏觀的，與今天他們面對的衝擊有很大分別。他們分享所遇難處時表示，因社會意識潮流跟聖經有很大的出入，當面對非基督徒的質疑時，經常被問到啞口無言。例如面對曾經是基督徒，但因著「世界很大」、為見識更多而離開神去感受世界的人，被他們反過來質疑自己的信仰，那一刻只能重申「倚靠神」。又例如社會普遍尊重，甚至接受同性戀，但那明明跟神的道大相違背！他們感到面對社會時，有如面對一浪又一浪的、無止境的衝擊，單是想像也夠累人。

此外，他們表示雖然不是處身在動盪時代，但現今著重後現代思考模式，凡事都具有流動性，沒有確實答案，加上資訊發達迅速得讓人不停追趕，更易令人失去方寸，難以明瞭是非，這就是他們每天要面對的，那內在的磨人的對抗，讓他們覺得自己每天都在進行心靈的鬥爭。尤幸，聖經所啟示的神的真理，卻是清晰明確，毫不含糊。

其中一位年青人表示，有時真理的確讓人感到有壓力，容不得自己率性，但她卻看到真理都是源自愛，故此，縱然要持守真理、活出信仰並不容易，但愛讓她經歷信仰的真實，讓她明白真理不是為壓迫人而來。這份感受源自她成長的環境，她雖然看到父母、教會的權威，但她更經歷到他們對她的疼愛，感受那是源自神的愛。

但亦有人惋惜新一代沒有甚麼信仰經歷，或許因為香港近年的發展與以前有很大的不同，他們認為在70/80年代時，個人對宗教那份情操及執著

是實在的。現在，連稚童都手執新型號的智能電話，年青一輩只忙於追趕科技，再去質疑一切。在教會內便有因著不明白不同牧區組織和異象而不願意升區，甚至離開教會的。面對這一過程，小組和牧者都需要了解他們、陪伴他們，去面對衝擊，提升思想、適應每時刻的新變遷。

當被問到那個聖經人物最能感動、啟迪自己的信仰路時，他們的答案也反映他們渴求持守福音的希冀。被選中的聖經人物除了新約的保羅和馬利亞之外，舊約的還有約伯、摩西、約瑟、諸位先知，他們對神完全的信，甘心面對不信者的挑釁和政權的逼迫，為信仰付出沉重的代價，給與會的年青人有很大沖激，想是因為他們身處在一個「疑惑為本」的年代，所以倚仗聖經偉人的榜樣，給自己最明確的詮釋。

信仰，是要實踐出來的。當談到怎樣藉著神的話去面對這個物質豐富卻心靈空虛的社會，怎樣藉著神的話使自己不被社會同化時，那份赤子之誠令人感動。即使社會帶給這群年青基督徒很大的無力感，但「靠著那加給我力量的，凡事都能作。」（腓4：13），他們努力將信仰與生活融合，使之不被分割，更胸懷願景，讓人鼓舞。其中幾位有這樣的抱負：

- 參與特首選舉，期望在建制當中做好當權者的角色，從架構上改變社會，使之更合神心意；
- 希望能供應予委身全職事奉的人不用掛心財政，更能專心致志的事奉神；
- 藉文字展現年青基督徒的生命和活力，有基督的香氣和平安，吸引和影響其他人；
- 讓朋輩看到自己持守信仰，活出信仰，吸引他們信耶穌；
- 讓公司同事在自己身上看到基督的樣式，若說「80/90後」的特質是夠膽發聲，就讓自己面對衝擊時，仍然有膽、願意說出自己是基督徒，為神發聲。

在2012的香港，社會上無疑有很多與聖經背道而馳、歪謬的意識形態，造就不同年代的人品評我們的新生代，只是這群年青人明白的告訴我們，他們在這一時代，以自己群體特有的新思維去跟隨基督，實踐信仰，立志為神而活。



中間為丁啟堯

## 我在禱告中遇上祢

丁啟堯

從幼稚園到中學，我都在基督教學校就讀，可以說是從小就與基督扯上關係。還記得每天早會祈禱，我不懂是什麼來的，就跟著人家祈，晚上都會先祈禱，然後才去睡覺。其實當時對神這個觀念還是半信半疑，因為我媽媽每逢新年，或者有什麼喜慶，都會帶我去拜黃大仙，所以我都分不清哪個神才是真的，不過祈完禱之後，整個人都會變得平安，所以就一直持續落去。可是，到了中四選科之後，由於自己是選讀理科，所以覺得科學可以解釋一切，更開始懷疑神是否真的存在。漸漸，我就開始遠離神，祈禱的時間也很小。因為我覺得只要靠自己，什麼事都可以做得到，然而上帝已經安排一連串好戲來告訴我這些想法是大錯特錯的。

中七那年，一天吃午飯的時候，一位基督徒同學在謝飯，我突發奇想，跟他開玩笑說：「你有飯吃就謝飯呢，那麼在非洲的人，不就是整天都在問候耶穌？」我還記得當時我是整句四字粗口說了出來。那位同學就回了我一句：「你小心有報應！」我當然沒有理會。很快，高考結束了，2005年6月26日晚上，我在踢球時摔斷了左腳，躺在床上的十天，不能動彈的滋味，實非筆墨能形容，但最令我刻骨銘心的是媽媽擔心的眼淚，以及往後不知能否正常走路，於是，我做了久違了的一件事，就是祈禱。我祈求上帝只要能讓我手術成功，以及安撫我媽媽就可以了。結果，手術十分成功，醫生說沒什麼大礙，而我媽媽都放下心頭大石。出院不久，就是高考放榜，成績不是

太理想，最後更是沒有大學取錄我。一剎那，我真的感到十分徬徨，因為我從小到大讀書的成績可算是中上，萬萬想不到會有如此田地。當人到最絕望的時候，神就會開始動工，聯招放榜的那一天，有一位基督徒朋友，給了我一份副學士報名表格，不知為什麼我沒有多想，就立刻報讀了。報名後的晚上，我才赫然想起從斷腳到沒有大學取錄，為什麼好像都要把我最值得驕傲的東西拿走呢？難道是上帝對我的懲罰？於是，我又再一次祈禱向上帝認錯，求祂帶領我走出低谷。結果，很奇妙地，上帝帶領我進入香港大學化學系，而我的腳也康復得很快，做了幾次物理治療之後，除了可以走路外，還可以踢球。雖然沒有以前靈活，但我已經十分感恩了。

可惜，人的罪性往往會令自己遠離神，升上大學後，我又開始靠自己了，完全將上帝在我身上所做的事拋諸腦後。2007年暑假，我媽媽在子宮裡發現一個腫瘤，聽到這個消息之後，不單我整個人接近崩潰，全家人都十分擔心，整個家庭陷入惶恐之中。我身為大哥，除了讀書，既要照顧家人，又要照顧媽媽。那時候，看著媽媽每天以淚洗面，我又幫不了她，真的十分痛苦，亦覺得自己是何等的渺小。我也只敢躲在房裡哭。在無計可施之下，我又再次向上帝發出禱告，我還記得我是一邊哭著，一邊跪在媽媽房門前祈禱。我還記得祈禱完之後，我感覺到好像有一個朋友在聽我說話，聽我訴苦，雖然還是擔心，但整個人好像輕省了很多，我也開始正面積極地面對我媽媽的病。化驗結果出來，證實那是一個良性瘤，但還是要動手術把整個子宮切除。我知道我媽媽一生人最怕就是做手術，我知道自己幫不了什麼，只可以陪在她身邊與及不斷為她祈禱，祈求天父消除她的恐懼，令到手術順利完成。最後，我又一次確實地經歷到上帝。這次之後，我再次確信這個世界是有一位真神在看顧著我們的。後來，雖然有朋友帶我到過救恩堂一兩次，但由於那時比較忙碌與及信心始終不大，所以一直都沒有機會更深入去認識神。

直至我遇到了她，一個我打籃球認識的女生。起初我只是跟她閒聊，後來跟她熟絡了，她便開始向我傳福音，我也不知為什麼真的拿起聖經來看，應該是因為我對這個女生產生了強烈的好感吧。有一天，她說想帶我返救恩堂。我當時掙扎了很久，我不想為了她而返教會。但我認真的想了一晚，撇下了這個女生，我是否真的對基督教一點興趣也沒有呢？答案竟然是：不是!!!同時，有兩位基督徒同事也鼓勵我先去看看，反正我又沒有什麼損失。所以，最後我都是返了救恩堂，說實在的，我當時心想只止一次，下不為例。但神好像已安排了一切，定要讓我返救恩似的。因為我第一次到來時，就重遇了我多年沒見的補習同學，再者，我第一次回來的感覺是挺不錯的，最重要的是可以多一個機會見到那女生。於是之後的星期六，我也回來並參加了我老朋友的小組，可能因為出身於男校加上全組都是男生，所以我很快便跟他們熟絡了。不過，第一次與他們聚會，真的頗難忘，因為有些組

員，看上去完全不像基督徒，有些更發表一些奇怪的言論，真的令我懷疑他們是否異端。當然，這只是我心中開的一個玩笑而已，其實跟他們初次的接觸，我很能感受到他們的愛。之後我便開始定期返教會跟弟兄們聚會，漸漸地，我們的友誼加深了，亦開始建立了信任。老實說，當時我返教會，某程度上都是因為那位女生而來，但神的工作真是太奇妙了，我的心在不知不覺間被扭轉過來。

通過敬拜聽道、小組聚會，我感受到前所未有的溫暖，神亦帶領我去參加啟發課程，而且是整個小組陪我去呢！還記得啟發課程介紹會接近尾聲的時候，劉牧師帶領著我們唸決志禱文，她唸一句、我就唸一句，我十分記得當時的心是前所未有的平靜及安慰，好像有一股暖流在我心裡不停流動。到唸畢的時候，劉牧師就問，剛才誰有跟著我唸的，就站起來。當時，我真的不敢站起來，因為我從小就是一個沒有自信又自卑的人。腦海想著，在幾十人面前站起來，不就是沒面子、很丟人嗎？我自己心裡相信不就行了嗎？總之，內心充滿了掙扎。就在這時候，小組的一位弟兄，突然拍了我膊頭一下，問我有沒有跟著唸。我遲疑了一下，回想剛才上帝所給予我的平安與及一直以來的看顧，跟我的面子比，可以比嗎？於是，我做了人生中一個重要的決定，我回答那位弟兄說：有！之後，我就站了起來。那一刻，我發現根本不丟人呢，反之，大家都報以熱烈的掌聲和祝福的笑容，我知道我選對了！

決了志，信了主，不代表事情就一帆風順，煩惱哀傷依然是會有的。從前，我是一個不會分享自己心事、又不懂表達自己感受的人。我以為這樣就開心，又不會影響到別人。但是上帝通過這小組讓我學懂分享及表達自己，特別是我的感情問題，我把當初來教會的原因分享給小組弟兄聽之後，他們不但沒有怪責我，反而更鼓勵我把自己的全部感受說出來，之後還一起安慰開解我，為我代禱守望。而且，他們真的是不厭其煩地聽我講了又講，每次都是以小時計。我不止感受到他們的愛，也在他們身上體驗到天父的愛。就是這樣，我也開始發覺回來救恩堂的原因，不再單單是為了那位女生，而是，我真的是為了上帝，不論有什麼開心感恩的事，祂都會聽我細訴分享，或者有什麼困境難題，祂都會陪我一起面對解決。還記得今年生日的時候，我小組組長跟我說：「丁，恭喜你呀，你今日回來，不再是為了她，而是為了祂。」我當時心裡想：是呀，我也沒想過我的生日會在教會渡過，神的作為真是奇妙，真不是我這個渺小的人所能估計得到。

現在，雖然我還是一個不太懂表達，自信心由零變一的人，但我知道我是慢慢地在進步的，因為我知道我所依靠的上帝，祂每一天都不斷在更新改造我，所以，我深信終有一天，我會變得更像祂-----我所信所愛的神。

## 12月9-12日閩西佈道之旅

成年A區郭周莉芳

原來第一次，並非想像中那麼艱難。

在城關堂的嘉年華會，到來的有幾百位大小朋友；每個攤位，除了有遊戲外，當然還有禮物派送；但領取禮物前，都要到祝福閣作一個簡單的禱告和聆聽福音。當宣佈此消息時，大家都蜂擁到祝福閣前。主耶穌說：「讓小孩到我的跟前來！」

大家分組禱告，百分之九十九都是祈求「家庭和睦，相親相愛」。原來要人與人和好，就必要與神和好，就是這麼簡單的一個應許。

我在洪山堂作完見證，鄰座的一位婆婆捉著我手中的金句應許紙張，當我伸手送給她，她即時隆而重之握在懷裏。我心中頓覺慚愧，因平時處身幸福之中，總以為是必然的，不以為然；但別人竟如獲至寶。

我們的一組短宣隊，經過兩個多小時，攀山涉水，深入石礦場，探訪早年已信主的一個家庭，今日，兒子已入讀北京大學，組織團契廣傳福音。

難以想像，當年的先賢是怎樣幾經辛苦將福音傳入深山，今日，再由深山傳出城市。

所以，我們只管做一道流通管子，何需去猜想神的作為。

後會有期！有日再見！

成年A區梁王翠華

第一次到古竹堂點崇拜，我們一行九人同心事奉，獻詩、見證、話劇、聖經分享，竟然來了兩名公安！閩西基督教事工仍暗藏限制。老姊妹溫暖的手緊握著我冰冷的手，一路經過市集到達午餐的地方，她話雖不多，但像多年不見的親人一樣，暖流直達心窩，午餐時同唱《我們成為一家人》。

主啊，我彷彿看見普天下有一支大軍，祢為元帥，因著祢的愛，我配加入這行列，與祢和其他信徒一同並肩完成神所託付的使命。愈與祢親近，我確實有懼怕，因不知祢會領我到何處，但我知道祢不單在大軍前方，亦在我旁。〔以馬內利〕與人同在的神啊，願祢的感動團契時刻伴隨！





## 2011年11月17-21日 海南短宣

C區劉少瓊

海南可說是我第一次參加短宣，而於8月5-7日的澳門短宣，性質比較親子，探訪宣教士及了解一下從前外國宣教士在澳門的發展，使我對宣教有初步的認識。那一次短宣，感受到神在我身上的作為，能自小認識神對我來說是莫大的恩典，當看到8至11歲的小朋友，滿頭大汗、不辭勞苦，向陌生人派福音袋、傳福音、滿有喜樂地在檢討會中分享他們的見證，真的不是一般公主病、王子病的今世代小孩可以相比。但我很肯定的相信，那些公主、王子如能有機會認識神的愛和聖經的教導，他們也可以得著同樣的恩典。

今次海南短宣，由於事前行程及安排上出現很多不明朗，行前預備會也全安排在晚堂後舉行，我每一次也未能出席，更加不知要寫見證，可說是不合參加短宣的資格吧！我內心也有點愧疚，幸好神沒有放棄我，弟兄姊妹、傳道人也不嫌棄我，讓我安心地跟大隊出發。我記得曾經聽過一個宣教士說過，我們參加短宣的，不是我們去幫什麼的忙，而是宣教士幫忙我們去做什麼什麼的事，確實也是如此，最勞苦的是帶隊的傳道人及周長老三父子啊！

我們去了探訪嘉積基督教堂，與好幾十個其他堂會的事奉者交流了傳道的方法；瓊海市基督教加略堂，主持了一堂崇拜及與居民和小朋友溝通；海南基督教道客堂，主持了主日早堂崇拜，於午餐中分享如何向大學生傳道；海南基督教會堂，主持了午堂崇拜，會後分開成兩組，一組去參觀另一個會堂，一組應一個姊妹要求，去拜訪其父親，為他祈禱祝福得醫治，行程相當豐富。

最令我感動的是，主不放棄任何一個人。在香港，我們認識神一點也不出奇，因為我們有很多與世界各地交流的機會，而信仰又自由開放。但在國內，政治、文化、傳統、知識、教育水平等，有著很多的規限及限制，竟然

在山區，幾乎可以是與世隔絕的苗族，就連普通話也可能不認識的小村內，神張開祂大愛的手，將每一個人抱入懷中。在台上，看見台下每一對渴慕的眼睛，我看見神的作為，哈利路亞！

另外，我看見救恩堂的弟兄姊妹，Steve、Tong、Leo、Panda、Yuki、Connie、Louisa、Pauline，每一個都是神的精兵，在眾人面前，不慌不忙地傳神的福音，很利害。但最利害的，是我們的傳道人李秀櫻和Phoebe，在最短的通知下，放棄睡眠的時間，用最簡單的工具及例子，完成一堂又一堂的精彩講道。神呀，你已進駐在每一個人的心裡面，與我們同在，讚美主。

就連我這一個不大喜歡，也不大懂得說話的人，神也大大的使用我。正當我在愧疚沒為短宣作什麼準備時，神就安排我擔當司庫一職，正好就是我的強項；我不懂得用言語來傳福音，神就安排我擔當默劇一角，祂要我做的，也就是我所能擔當的。神的權柄、恩典無處不在。

整個行程，我所見到的、所感受的，令我無法對神再掩面，祂就是活生生的在我眼前，就如羅馬書1：19『神的事情，人所能知道的，原顯明在人心裡，因為神已經給他們顯明』。

最後，我希望眾弟兄姊妹一齊同心祈禱，為海南姊妹的爸爸王祿軍祈求得到神的醫治，讓他在病困中得康復見證主的大能；為周長老及其家人祈求主的看顧，周太太得脫離病患，賜平安給他們；為海南各精兵祈求大大為神所用，將福音廣傳撒播神的種子；為救恩堂各事工祈求神親自帶領，大大拓展神的版圖至地極。感謝讚美主，奉主耶穌基督得勝之名求，阿門。

C區周芷瑛

參加這次海南短宣，實在全是恩典。天父奇妙的安排，打跨了我一次又一次的藉口。好！且看看天父給我怎樣的經歷。這五天，我看見海南同工對他們信仰的認真，周長老和家人的細心接待，我看見苗族教會小朋友的純真和大朋友的信心。雖然只有一個下午，我很享受與他們共處的時間，在一個多小時的相交裏，我感受到天父對他們的祝福。和小朋友一起玩遊戲，唱唱歌，扭波仔，對香港小朋友一點也不吸引的遊戲，他們卻十分投入。他們的回應使我十分感動，明明我們去服侍他們，為什麼我會這麼感動？大朋友們在祈禱時候的信心，我望塵莫及。

老實說，我們帶給他們的愛遠比他們給我的震撼少。這次短宣，把我帶離開我的安舒區，去體會海南弟兄姊妹對信仰的信心，也看見隊中弟兄姊妹間的合作。回港後，我重新檢視我的信仰，過去我一直享受天父所賜的平安、安穩和心靈的扎實。過去我的信仰，其實是很個人的。但這次短宣之後，雖然是有點走馬看花（也許是天父給我適應一下！），但我發覺，我已經不可再停留在那安舒區，也不甘心不去經歷上帝更多。我祈求天父給我明年短宣的機會，因為為天父作工，得到的實在超乎所求。

**少青、早午晚堂崇拜**

瑪拉基書1:1-14

**讓你的神更大****引言：**

當被擄歸回的猶太人面對耶路撒冷的荒涼，不禁問耶和華：「你在何事上愛我們？」。當他們面對耶和華的應許久久沒有成就時，心中更覺疑惑；祭司們獻祭時，也懷疑自己的服事有甚麼果效、有何盼望。

**1 愛和惡的難題 — 愛就是惡嗎？**

- a. 耶和華在困苦中仍對你我說：「I love you」。
- b. 愛與責罰的同步性：真實的愛是帶著刑杖，執行刑杖也是愛的表達。

**小結：**我的名在外邦中是可畏的！

**2 灰心、失望之時的反應和神的心意**

- a. 連祭司也不知道自己所作的是否有意義。當人生得不著信仰所賦予的盼望時，就馬馬虎虎活出那只有外表的宗教情操。
- b. 當神的心意並不照著你我的意願成就時，就表示我們要去相信神真在作更大的事。

**總結：**

雖然面對自身的光景，猶太人本應當放下沮喪的感覺，重溫昔日但以理、以斯帖的信心體會；神不僅在猶太人的群體中顯為大，也會在世界各地各民族中顯為大。同樣的道理，今日我們心靈裡的眼睛看得見、看得到嗎？

# 講道

## 的預備

我相信在聽道裡，神會對我說話。

為聽道作好預備—預習經文，為自己禱告。

讓神的聲音滲透我的肌肉和骨髓，

使我的生命跳躍起來。

## 起來！盡心盡性獻上壇前

「背約」清楚貫穿了瑪拉基書第2章，是它的主題信息。全章主要分為兩個部份：(1)利未支派的祭司們違背了從前與神所立的生命和平安的約（1-9節）及（2）猶大人違背了神所看重的婚約（10-17節），失去對神的敬畏，有損萬軍之耶和華當得的榮耀。若祭司和百姓繼續犯罪，審判和咒詛必會臨到他們中間（2：2，3：5）。

到底是甚麼令到活在波斯統治下（約公元前五世紀）的祭司，口中沒有真理的教訓，百姓不懂謹守應有的靈性呢？會不會今天的我們，使我們也不知不覺活在這樣的光景中？盼望今天的經文能將人性墮落的一面重現眼前，使我們回轉悔改，以致神可以喜悅從我們手中收納所獻上的聖潔活祭。

### 1 以敬畏的心獻上為祭（1-9節）

### 2 以忠貞的心獻上為祭（10-17節）

## 誰肯將誠命放在心上？

### 1 有道而不遵

### 2 有約而不守

#### 總結：

神看為重要的，我們有放在心上嗎？神給利未人祭司的職份，他們卻背道而行；神要以色列守婚姻之約，他們卻行詭詐，娶外邦女子及離棄配偶。我們又是否背道背約而行？

## ■ 真正的敬拜和奉獻

## ■ 上帝的渴望

上帝因猶太人褪色的憂情而痛苦，藉先知瑪拉基祂提出控訴、質詢他們灰心消沉，並宣告祂的心意和計劃，祂正在呼喚、誘導他們回轉、重拾信心、行出主道，以致祂降福予他們，成為喜樂之地。

### 上帝的渴望：

- 1 證明祂的公義 — 審判速來！（2：17-3：5）
- 2 顯明祂的慷慨—請試試我！（3：6-12）

## 敬畏主的必被醫治！

### 引言：

我們常常鼓勵未有事奉的人去服事，卻比較少去教導一群經常服事，但已失去盼望的事奉者。瑪拉基書這段經文，正是神親自提醒一群經常服事，卻不信事奉的果效的事奉者。

### 1 事奉/服侍人是建基於敬畏主的基礎上

- 神親自問那些不信自己的事奉會有果效的人，為何不信，還用說話去頂撞主。（3：13-14）
- 我們會與人比較，去評價自己事奉的果效，例如惡人得福，自己雖忠心服事，但卻得不到上帝賜福或事奉的果效。（3：14-15）

**小結：**服事主是因為敬畏主和遵從主命，是對神的一種絕對服從，不應著眼於他人的待遇，又或事奉的成效。

### 2 上帝掌權，而且醫治我們的已經得勝

- 在那日子，就是上帝掌權的那日子，上帝必會成全我們期待已久的盼望。
- 今天，我們的主耶穌基督在十字架上已得勝了，使事奉者所受的傷被完全醫治。

### 總結：

在服事之中，敬畏上帝的主權，是基督徒成長之路。我們要把目光建立在耶穌基督之上，因著祂的得勝，事奉者都能得勝和得醫治。

## 那日臨近

### 1 那日臨近，無一存留

### 2 那日臨近，義者必得勝

### 3 那日臨近，當記念神的律法

### 總結：

瑪拉基書短短六節的總結，帶出了神的審判與敬畏神者的盼望。

# 查經的精髓

查經需要翻查資料  
 查經需要反覆思考  
 但查經真正的難度  
 在於我有否讓經文  
 在我生命發揮救贖的能力

## 小組查經經文：

瑪拉基書1

陳偉迦

### 得過且過的事奉

#### 1-5節

1. 為什麼神說「愛雅各，惡以掃」？這意味什麼？我們可否說神愛誰，但惡誰呢？
2. 在瑪拉基書中，神對雅各的愛是一種怎樣的愛？
3. 在舊約先知書中，神多次宣告外邦列國的審判，這些審判表明什麼？（試從約拿書去思考）神對以掃的審判又是怎樣一回事？

#### 6-14節

4. 祭司們的罪行是什麼？試列出來。
5. 為什麼祭司們要這樣做？（可參考兩約之間的歷史）
6. 得過且過的事奉是怎樣的事奉？為什麼我們作僕人的，總是獻上那些上主不喜悅的東西呢？
7. 怎樣才可以防備得過且過的事奉呢？

小組查經經文：

瑪拉基書3：13-4：6

韋欣欣

## ■ 事奉是一種醫治！

1. 讀3：14-15，並想像一下，他們用了怎樣的說話頂撞神。
2. 狂傲人與惡人得到「祝福」和「建立」，為什麼會影響那些服事神的人呢？
3. 我們有多少時候是在事奉之時，暗暗抱怨神沒有給自己祝福，或覺得自己的事奉是枉然的呢？
4. 讀3：16，並想像一下，敬畏上帝的人彼此談論了些什麼。
5. 為什麼經文叫事奉者敬畏神？敬畏神如何幫助事奉者脫離陷阱？
6. 讀4：2，為什麼公義日頭的翅膀會有醫治之能？
7. 在瑪拉基書，神應許在大而可畏的日子要為事奉者帶來祝福，並踐踏惡人，在耶穌基督的身上，我們有否看見這些應許成就？若有，瑪拉基書所說的「醫治」代表些什麼呢？

# 靈修 的精髓

靈修需要預留一天中最好的時間

靈修需要用心靈、用禱告、用詩歌，

靈修需要持之以恆

明白每天親近天父的重要，

你便會得著能力。

## Time with Abba (TWA) 親近天父的時刻

靈修

### ■ 甚麼是親近天父的時刻 (TWA)？

1. 將每天最好的時間，用來與天上的爸爸親近，之後整日與天父同行。
2. 讓天父再次成為我們的父親，因為我們是祂從這世界中重新贖回的兒女。

### ■ 甚麼是最好的時刻？

1. 父神的心意
  - 「我也從早起來警戒(告誡，呼喚)你們……」(耶7:13)
  - 主耶穌一早起來與父神親近(可1:35)。
2. 神兒女的回應
  - 我們定意早起，在不受外界騷擾的時刻先親近神，然後才與別的人接觸，開始一天的作息。

### ■ 為甚麼要天天親近天父？

1. 讓神的榮耀代替我們的灰暗。
2. 藉著禱讀(參下文\*)全本聖經來支取祂的豐盛應許。
3. 讓全能神的兒女藉著十字架得到醫治和更新。
4. 與主耶穌並肩代禱服事，把萬國萬民帶進天國。

### ■ 如何與天父親近？

1. 先安靜片刻，用詩歌、禱告或心聲敬拜天父
2. \*開聲誦讀今天的經文，用禱告的心接受在經文中天父要賜給你的應許和福氣，並拒絕一切軟弱和咒詛。
3. 寫下你的重要心得和心聲。
4. 完成後繼續默想你的領受，並邀請主陪伴你整日的工作和生活。

牧養的召命

2月1日 (星期三)

**經文 (早) 太21:23-46**

23耶穌進了殿，正教訓人的時候，祭司長和民間的長老來問他說：「你仗著甚麼權柄作這些事？給你這權柄的是誰呢？」24耶穌回答說：「我也要問你們一句話，你們若告訴我，我就告訴你們我仗著甚麼權柄作這些事。25約翰的洗禮是從那裡來的？是從天上來的？是從人間來的呢？」他們彼此商議說：「我們若說『從天上來』，他必對我們說：『這樣，你們為甚麼不信他呢？』26若說『從人間來』，我們又怕百姓，因為他們都以約翰為先知。」27於是回答耶穌說：「我們不知道。」耶穌說：「我也不告訴你們我仗著甚麼權柄作這些事。」28又說：「一個人有兩個兒子。他來對大兒子說：『我兒，你今天到葡萄園裡去作工。』29他回答說：『我不去』，以後自己懊悔，就去了。30又來對小兒子也是這樣說。他回答說：『父啊，我去』，他卻不去。31你們想，這兩兒子是那一個遵行父命呢？」他們說：「大兒子。」耶穌說：「我實在告訴你們，稅吏和娼妓倒比你們先進神的國。32因為約翰遵著義路到你們這裡來，你們卻不信他；稅吏和娼妓倒信他。你們看見了，後來還是不懊悔去信他。」33「你們再聽一個比喻：有個家主栽了一個葡萄園，周圍圈上籬笆，裡面挖了一個壓酒池，蓋了一座樓，租給園戶，就往外國去了。34收果子的時候近了，就打發僕人到園戶那裡去收果子。35園戶拿住僕人，打了一個，殺了一個，用石頭打死一個。36主人又打發別的僕人去，比先前更多；園戶還是照樣待他們。37後來打發他的兒子到他們那裡去，意思說：『他們必尊敬我的兒子。』38不料，園戶看見他兒子，就彼此說：（這是承受產業的。來吧，我們殺他，佔他的產業！）39他們就拿住他，推出葡萄園外，殺了。40園主來的時候要怎樣處治這些園戶呢？」41他們說：「要下毒手除滅那些惡人，將葡萄園另租給那按著時候交果子的園戶。」42耶穌說：「經上寫著：匠人所棄的石頭已作了房角的頭塊石頭。這是主所作的，在我們眼中看為希奇。這經你們沒有念過麼？43所以我告訴你們，神的國必從你們奪去，賜給那能結果子的百姓。44誰掉在這石頭上，必要跌碎；這石頭掉在誰的身上，就要把誰砸得稀爛。」46祭司長和法利賽人聽見他的比喻，就看出他是指著他們說的。46他們想要捉拿他，只是怕眾人，因為眾人以他為先知。

**經文 (晚) 詩17:1-5**

1（大衛的祈禱。）耶和華啊，求你聽聞公義，側耳聽我的呼籲！求你留心聽我這不出於詭詐嘴唇的祈禱！2願我的判語從你面前發出；願你的眼睛觀看公正。3你已經試驗我的心；你在夜間鑒察我；你熬煉我，卻找不著甚麼；我立志叫我口中沒有過失。4論到人的行為，我藉著你嘴唇的言語自己謹守，不行強暴人的道路。5我的腳踏定了你的路徑；我的兩腳未曾滑跌。

- 請先安靜自己，用禱告或心聲敬拜天父，或唱一、兩首詩歌讚美神。
- 反覆誦讀經文（甚至開聲），留心有甚麼關於神的屬性（祂是怎樣的一位神）和祂的工作（做了甚麼），化作讚美和感恩，留心有甚麼給你的鑑戒或警告、應許或祝福。
- 聆聽神對你所說的話，寫下你的重要心得和心聲。
- 化作祈禱，將自己和今天交託神，並記錄下來。

**讚美/感恩/應許/祝福：****鑑戒/警告：****我的默想/禱告：****每周背誦經文**

我的上帝必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使你們一切所需用的都充足。（腓4:19）

2月2日（星期四）

**經文（早）太22:1-33**

<sup>1</sup>耶穌又用比喻對他們說：<sup>2</sup>「天國好比一個王為他兒子擺設娶親的筵席，<sup>3</sup>就打發僕人去，請那些被召的人來赴席，他們卻不肯來。<sup>4</sup>王又打發別的僕人，說：『你們告訴那被召的人，我的筵席已經預備好了，牛和肥畜已經宰了，各樣都齊備，請你們來赴席。』<sup>5</sup>那些人不理就走了；一個到自己田裡去；一個作買賣去；<sup>6</sup>其餘的拿住僕人，凌辱他們，把他們殺了。<sup>7</sup>王就大怒，發兵除滅那些兇手，燒燬他們的城。<sup>8</sup>於是對僕人說：『喜筵已經齊備，只是所召的人不配。<sup>9</sup>所以你們要往岔路口上去，凡遇見的，都召來赴席。』<sup>10</sup>那些僕人就出去，到大路上，凡遇見的，不論善惡都召聚了來，筵席上就坐滿了客。<sup>11</sup>王進來觀看賓客，見那裡有一個沒有穿禮服的，<sup>12</sup>就對他說：『朋友，你到這裡來怎麼不穿禮服呢？』那人無言可答。<sup>13</sup>於是王對使喚的人說：『捆起他的手腳來，把他丟在外邊的黑暗裡；在那裡必要哀哭切齒了。』<sup>14</sup>因為被召的人多，選上的人少。」<sup>15</sup>當時，法利賽人出去商議，怎樣就著耶穌的話陷害他，<sup>16</sup>就打發他們的門徒同希律黨的人去見耶穌，說：「夫子，我們知道你是誠實人，並且誠誠實實傳神的道，甚麼人你都不徇情面，因為你不看人的外貌。<sup>17</sup>請告訴我們，你的意見如何？納稅給該撒可以不可以？」<sup>18</sup>耶穌看出他們的惡意，就說：「假冒為善的人哪，為甚麼試探我？<sup>19</sup>拿一個上稅的錢給我看！」他們就拿一個銀錢來給他。<sup>20</sup>耶穌說：「這像和這號是誰的？」<sup>21</sup>他們說：「是該撒的。」耶穌說：「這樣，該撒的物當歸給該撒；神的物當歸給神。」<sup>22</sup>他們聽見就希奇，離開他走了。

<sup>23</sup>撒都該人常說沒有復活的事。那天，他們來問耶穌說：<sup>24</sup>「夫子，摩西說：『人若死了，沒有孩子，他兄弟當娶他的妻，為哥哥生子立後。』<sup>25</sup>從前，在我們這裡有弟兄七人，第一個娶了妻，死了，沒有孩子，撒下妻子給兄弟。<sup>26</sup>第二、第三、直到第七個，都是如此。<sup>27</sup>末後，婦人也死了。<sup>28</sup>這樣，當復活的時候，他是七個人中那一個的妻子呢？因為他們都娶過他。」<sup>29</sup>耶穌回答說：「你們錯了；因為不明白聖經，也不曉得神的大能。<sup>30</sup>當復活的時候，人也不娶也不嫁，乃像天上的使者一樣。<sup>31</sup>論到死人復活，神在經上向你們所說的，你們沒有念過麼？<sup>32</sup>他說：『我是亞伯拉罕的神，以撒的神，雅各的神。』神不是死人的神，乃是活人的神。」<sup>33</sup>眾人聽見這話，就希奇他的教訓。

**經文（晚）詩17:6-9**

<sup>6</sup>神啊，我曾求告你，因為你必應允我；求你向我側耳，聽我的言語。<sup>7</sup>求你顯出你奇妙的慈愛來；你是那用右手拯救投靠你的脫離起來攻擊他們的人。<sup>8</sup>求你保護我，如同保護眼中的瞳人；將我隱藏在你翅膀的蔭下，<sup>9</sup>使我脫離那欺壓我的惡人，就是圍困我要害我命的仇敵。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

我的上帝必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使你們一切所需用的都充足。  
(腓4:19)

2月3日 (星期五)

**經文 (早) 太22:34-23:12**

<sup>34</sup>法利賽人聽見耶穌堵住了撒都該人的口，他們就聚集。<sup>35</sup>內中有一個人是律法師，要試探耶穌，就問他說：<sup>36</sup>「夫子，律法上的誡命，那一條是最大的呢？」<sup>37</sup>耶穌對他說：「你要盡心、盡性、盡意愛主你的神。<sup>38</sup>這是誡命中的第一，且是最大的。<sup>39</sup>其次也相做，就是要愛人如己。<sup>40</sup>這兩條誡命是律法和先知一切道理的總綱。」<sup>41</sup>法利賽人聚集的時候，耶穌問他們說：<sup>42</sup>「論到基督，你們的意見如何？他是誰的子孫呢？」他們回答說：「是大衛的子孫。」<sup>43</sup>耶穌說：「這樣，大衛被聖靈感動，怎麼還稱他為主，說：<sup>44</sup>主對我主說：你坐在我的右邊，等我把你仇敵放在你的腳下。<sup>45</sup>大衛既稱他為主，他怎麼又是大衛的子孫呢？」<sup>46</sup>他們沒有一個人能回答一言。從那日以後，也沒有人敢再問他甚麼。

<sup>1</sup>那時，耶穌對眾人和門徒講論，<sup>2</sup>說：「文士和法利賽人坐在摩西的位上，<sup>3</sup>凡他們所吩咐你們的，你們都要謹守遵行；但不要效法他們的行為；因為他們能說，不能行。<sup>4</sup>他們把難擔的重擔捆起來，擱在人的肩上，但自己一個指頭也不肯動。<sup>5</sup>他們一切所作的事都是要叫人看見，所以將佩戴的經文作寬了，衣裳的縫子作長了，<sup>6</sup>喜愛筵席上的首座，會堂裡的高位，<sup>7</sup>又喜愛人在街市上問他安，稱呼他拉比（拉比就是夫子）。<sup>8</sup>但你們不要受拉比的稱呼，因為只有一位是你們的夫子；你們都是弟兄。<sup>9</sup>也不要稱呼地上的人為父，因為只有一位是你們的父，就是在天上的父。<sup>10</sup>也不要受師尊的稱呼，因為只有一位是你們的師尊，就是基督。<sup>11</sup>你們中間誰為大，誰就要作你們的用人。<sup>12</sup>凡自高的，必降為卑；自卑的，必升為高。

**經文 (晚) 詩17:10-15**

<sup>10</sup>他們的心被脂油包裹；他們用口說驕傲的話。<sup>11</sup>他們圍困了我們的腳步；他們瞪著眼，要把我們推倒在地。<sup>12</sup>他像獅子急要抓食，又像少壯獅子蹲伏在暗處。<sup>13</sup>耶和華啊，求你起來，前去迎敵，將他打倒！用你的刀救護我命脫離惡人。<sup>14</sup>耶和華啊，求你用手救我脫離世人，脫離那只在今生有福分的世人！你把你的財寶充滿他們的肚腹；他們因有兒女就心滿意足，將其餘的財物留給他們的嬰孩。<sup>15</sup>至於我，我必在義中見你的面；我醒了的時候，得見（或作：看）你的形像就心滿意足了。

**讚美/感恩/應許/祝福：****鑑戒/警告：****我的默想/禱告：****每周背誦經文**

我的上帝必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使你們一切所需用的都充足。  
(腓4:19)

2月4日（星期六）

**經文（早）太23:13-39**

13「你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們正當人前，把天國的門關了，自己不進去，正要進去的人，你們也不容他們進去。（有古卷加：14你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們侵吞寡婦的家產，假意做很長的禱告，所以要受更重的刑罰。）15「你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們走遍洋海陸地，勾引一個人入教，既入了教，卻使他作地獄之子，比你們還加倍。16「你們這瞎眼領路的有禍了！你們說：『凡指著殿起誓的，這算不得甚麼；只是凡指著殿中金子起誓的，他就該謹守。』17你們這無知瞎眼的人哪，甚麼是大的？是金子呢？還是叫金子成聖的殿呢？18你們又說：『凡指著壇起誓的，這算不得甚麼；只是凡指著壇上禮物起誓的，他就該謹守。』19你們這瞎眼的人哪，甚麼是大的？是禮物呢？還是叫禮物成聖的壇呢？20所以，人指著壇起誓，就是指著壇和壇上一切所有的起誓；21人指著殿起誓，就是指著殿和那住在殿裡的起誓；22人指著天起誓，就是指著神的寶座和那坐在上面的起誓。23「你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們將薄荷、茴香、芹菜，獻上十分之一，那律法上更重的事，就是公義、憐憫、信實，反倒不行了。這更重的是你們當行的；那也是不可不行的。24你們這瞎眼領路的，蠅蟲你們就濾出來，駱駝你們倒吞下去。25「你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們洗淨杯盤的外面，裡面卻盛滿了勒索和放蕩。26你這瞎眼的法利賽人，先洗淨杯盤的裡面，好叫外面也乾淨了。27「你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們好像粉飾的墳墓，外面好看，裡面卻裝滿了死人的骨頭和一切的污穢。28你們也是如此，在人前，外面顯出公義來，裡面卻裝滿了假善和不法的事。29「你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們建造先知的墳，修飾義人的墓，說：30『若是我們在我們祖宗的時候，必不和他們同流先知的血。』31這就是你們自己證明是殺害先知者的子孫了。32你們去充滿你們祖宗的惡貫吧！33你們這些蛇類、毒蛇之種啊，怎能逃脫地獄的刑罰呢？34所以我差遣先知和智慧人並文士到你們這裡來，有的你們要殺害，要釘十字架；有的你們要在會堂裡鞭打，從這城追逼到那城，35叫世上所流義人的血都歸到你們身上，從義人亞伯的血起，直到你們在殿和壇中間所殺的巴拉加的兒子撒迦利亞的血為止。36我實在告訴你們，這一切的罪都要歸到這世代了。』37「耶路撒冷啊，耶路撒冷啊，你常殺害先知，又用石頭打死那奉遣到你這裡來的人。我多次願意聚集你的兒女，好像母雞把小雞聚集在翅膀底下，只是你們不願意。38看哪，你們的家成為荒場留給你們。39我告訴你們，從今以後，你們不得再見我，直等到你們說：『奉主名來的是應當稱頌的。』」

**經文（晚）詩18:1-6**

1（耶和華的僕人大衛的詩，交與伶長。當耶和華救他脫離一切仇敵和掃羅之手的日子，他向耶和華念這詩的話。說：）耶和華，我的力量啊，我愛你！2耶和華是我的巖石，我的山寨，我的救主，我的神，我的磐石，我所投靠的。他是我的盾牌，是拯救我的角，是我的高臺。3我要求告當讚美的耶和華；這樣我必從仇敵手中被救出來。4曾有死亡的繩索纏繞我，匪類的急流使我驚懼，5陰間的繩索纏繞我，死亡的網羅臨到我。6我在急難中求告耶和華，向我的神呼求。他從殿中聽了我的聲音；我在他面前的呼求入了他的耳中。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

我的上帝必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使你們一切所需用的都充足。  
(腓4:19)

2月5日（星期日）

## 經文（早）太24:1-28

<sup>1</sup>耶穌出了聖殿，正走的時候，門徒進前來，把殿宇指給他看。<sup>2</sup>耶穌對他們說：「你們不是看見這殿宇麼？我實在告訴你們，將來在這裡沒有一塊石頭留在石頭上，不被拆毀了。」<sup>3</sup>耶穌在橄欖山上坐著，門徒暗暗的來說：「請告訴我們，甚麼時候有這些事？你降臨和世界的末了有甚麼預兆呢？」<sup>4</sup>耶穌回答說：「你們要謹慎，免得有人迷惑你們。<sup>5</sup>因為將來有好些人冒我的名來，說：『我是基督』，並且要迷惑許多人。<sup>6</sup>你們也要聽見打仗和打仗的風聲，總不要驚慌；因為這些事是必須有的，只是末期還沒有到。<sup>7</sup>民要攻打民，國要攻打國；多處必有饑荒、地震。<sup>8</sup>這都是災難（災難：原文是生產之難）的起頭。<sup>9</sup>那時，人要把你們陷在患難裡，也要殺害你們；你們又要為我的名被萬民恨惡。<sup>10</sup>那時，必有許多人跌倒，也要彼此陷害，彼此恨惡；<sup>11</sup>且有好些假先知起來，迷惑多人。<sup>12</sup>只因不法的事增多，許多人的愛心纔漸漸冷淡了。<sup>13</sup>惟有忍耐到底的，必然得救。<sup>14</sup>這天國的福音要傳遍天下，對萬民作見證，然後末期纔來到。」<sup>15</sup>「你們看見先知但以理所說的『那行毀壞可憎的』站在聖地（讀這經的人須要會意）。<sup>16</sup>那時，在猶太的，應當逃到山上；<sup>17</sup>在房上的，不要下來拿家裡的東西；<sup>18</sup>在田裡的，也不要回去取衣裳。<sup>19</sup>當那些日子，懷孕的和奶孩子的有禍了。<sup>20</sup>你們應當祈求，叫你們逃走的時候，不遇見冬天或是安息日。<sup>21</sup>因為那時必有大災難，從世界的起頭直到如今，沒有這樣的災難，後來也必沒有。<sup>22</sup>若不減少那日子，凡有血氣的總沒有一個得救的；只是為選民，那日子必減少了。<sup>23</sup>那時，若有人對你們說：『基督在這裡』，或說：『基督在那裡』，你們不要信！<sup>24</sup>因為假基督、假先知將要起來，顯大神蹟、大奇事，倘若能行，連選民也就迷惑了。<sup>25</sup>看哪，我預先告訴你們了。<sup>26</sup>若有人對你們說：『看哪，基督在曠野裡』，你們不要出去！或說：『看哪，基督在內屋中』，你們不要信！<sup>27</sup>閃電從東邊發出，直照到西邊。人子降臨，也要這樣。<sup>28</sup>屍首在那裡，鷹也必聚在那裡。」

## 經文（晚）詩18:7-15

<sup>7</sup>那時，因他發怒，地就搖撼戰抖；山的根基也震動搖撼。<sup>8</sup>從他鼻孔冒煙上騰；從他口中發火焚燒，連炭也著了。<sup>9</sup>他又使天下垂，親自降臨，有黑雲在他腳下。<sup>10</sup>他坐著基路伯飛行；他藉著風的翅膀快飛。<sup>11</sup>他以黑暗為藏身之處，以水的黑暗、天空的厚雲為他四圍的行宮。<sup>12</sup>因他面前的光輝，他的厚雲行過便有冰雹火炭。<sup>13</sup>耶和華也在天上打雷；至高者發出聲音便有冰雹火炭。<sup>14</sup>他射出箭來，使仇敵四散；多多發出閃電，使他們擾亂。<sup>15</sup>耶和華啊，你的斥責一發，你鼻孔的氣一出，海底就出現，大地的根基也顯露。

- 請先安靜自己，用禱告或心聲敬拜天父，或唱一、兩首詩歌讚美神。
- 反覆誦讀經文（甚至開聲），留心有甚麼關於神的屬性（祂是怎樣的一位神）和祂的工作（做了甚麼），化作讚美和感恩，留心有甚麼給你的鑑戒或警告、應許或祝福。
- 聆聽神對你所說的話，寫下你的重要心得和心聲。
- 化作祈禱，將自己和今天交託神，並記錄下來。

### 讚美/感恩/應許/祝福：

### 鑑戒/警告：

### 我的默想/禱告：

### 每周背誦經文

人非有信，就不能得上帝的喜悅。因為到上帝面前來的人，必須信有上帝，且信他賞賜那尋求他的人。（來11:6）

2月6日（星期一）

**經文（早）太24:29-51**

29「那些日子的災難一過去，日頭就變黑了，月亮也不放光，眾星要從天上墜落，天勢都要震動。30那時，人子的兆頭要顯在天上，地上的萬族都要哀哭。他們要看見人子，有能力，有大榮耀，駕著天上的雲降臨。31他要差遣使者，用號筒的大聲，將他的選民，從四方（方：原文是風），從天這邊到天那邊，都招聚了來。」32「你們可以從無花果樹學個比方：當樹枝發嫩長葉的時候，你們就知道夏天近了。33這樣，你們看見這一切的事，也該知道人子近了，正在門口了。34我實在告訴你們，這世代還沒有過去，這些事都要成就。35天地要廢去，我的話卻不能廢去。」36「那日子，那時辰，沒有人知道，連天上的使者也不知道，子也不知道，惟獨父知道。37挪亞的日子怎樣，人子降臨也要怎樣。38當洪水以前的日子，人照常喫喝嫁娶，直到挪亞進方舟的那日；39不知不覺洪水來了，把他們全都沖去。人子降臨也要這樣。40那時，兩個人在田裡，取去一個，撇下一個。41兩個女人推磨，取去一個，撇下一個。42所以，你們要警醒，因為不知道你們的主是那一天來到。43家主若知道幾更天有賊來，就必警醒，不容人挖透房屋；這是你們所知道的。44所以，你們也要預備，因為你們想不到的時候，人子就來了。」45「誰是忠心有見識的僕人，為主人所派，管理家裡的人，按時分糧給他們呢？46主人來到，看見他這樣行，那僕人就有福了。47我實在告訴你們，主人要派他管理一切所有的。48倘若那惡僕心裡說：『我的主人必來得遲』，49就動手打他的同伴，又和酒醉的人一同喫喝。50在想不到的日子，不知道的時辰，那僕人的主人要來，51重重的處治他（或作：把他腰斬了），定他和假冒為善的人同罪；在那裡必要哀哭切齒了。」

**經文（晚）詩18:16-24**

16他從高天伸手抓住我，把我從大水中拉上來。17他救我脫離我的勁敵和那些恨我的人，因為他們比我強盛。18我遭遇災難的日子，他們來攻擊我；但耶和華是我的倚靠。19他又領我到寬闊之處；他救拔我，因他喜悅我。20耶和華按著我的公義報答我，按著我手中的清潔賞賜我。21因為我遵守了耶和華的道，未曾作惡離開我的神。22他的一切典章在我面前；他的律例我也未曾丟棄。23我在他面前作了完全人；我也保守自己遠離我的罪孽。24所以，耶和華按我的公義，按我在他眼前手中的清潔償還我。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

人非有信，就不能得上帝的喜悅。因為到上帝面前來的人，必須信有上帝，且信他賞賜那尋求他的人。（來11:6）

2月7日（星期二）

**經文（早）太25:1-30**

1「那時，天國好比十個童女拿著燈出去迎接新郎。2其中有五個是愚拙的，五個是聰明的。3愚拙的拿著燈，卻不預備油；4聰明的拿著燈，又預備油在器皿裡。5新郎遲延的時候，他們都打盹，睡著了。6半夜有人喊著說：『新郎來了，你們出來迎接他！』7那些童女就都起來收拾燈。8愚拙的對聰明的說：『請分點油給我們，因為我們的燈要滅了。』9聰明的回答說：『恐怕不敷你我用的；不如你們自己到賣油的那裡去買吧。』10他們去買的時候，新郎到了。那預備好了的，同他進去坐席，門就關了。11其餘的童女隨後也來了，說：『主啊，主啊，給我們開門！』12他卻回答說：『我實在告訴你們，我不認識你們。』13所以，你們要警醒；因為那日子，那時辰，你們不知道。」14「天國又好比一個人要往外國去，就叫了僕人來，把他的家業交給他們，15按著各人的才幹給他們銀子：一個給了五千，一個給了二千，一個給了一千，就往外國去了。16那領五千的隨即拿去作買賣，另外賺了五千。17那領二千的也照樣另賺了二千。18但那領一千的去掘開地，把主人的銀子埋藏了。19過了許久，那些僕人的主人來了，和他們算帳。20那領五千銀子的又帶著那另外的五千來，說：『主啊，你交給我五千銀子。請看，我又賺了五千。』21主人說：『好，你這又良善又忠心的僕人，你在不多的事上有忠心，我要把許多事派你管理；可以進來享受你主人的快樂。』22那領二千的也來，說：『主啊，你交給我二千銀子。請看，我又賺了二千。』23主人說：『好，你這又良善又忠心的僕人，你在不多的事上有忠心，我要把許多事派你管理；可以進來享受你主人的快樂。』24那領一千的也來，說：『主啊，我知道你是忍心的人，沒有種的地方要收割，沒有散的地方要聚斂，25我就害怕，去把你的一千銀子埋藏在地裡。請看，你的原銀子在這裡。』26主人回答說：『你這又惡又懶的僕人，你既知道我沒有種的地方要收割，沒有散的地方要聚斂，27就當把我的銀子放給兌換銀錢的人，到我來的時候，可以連本帶利收回。28奪過他這一千來，給那有一萬的。29因為凡有的，還要加給他，叫他有餘；沒有的，連他所有的也要奪過來。30把這無用的僕人丟在外面黑暗裡；在那裡必要哀哭切齒了。』」

**經文（晚）18:25--36**

25慈愛的人，你以慈愛待他；完全的人，你以完全待他。26清潔的人，你以清潔待他；乖僻的人，你以彎曲待他。27困苦の百姓，你必拯救；高傲の眼目，你必使他降卑。28你必點著我的燈；耶和華我的神必照明我的黑暗。29我藉著你衝入敵軍，藉著我的神跳過牆垣。30至於神，他的道是完全的；耶和華的話是煉淨的。凡投靠他的，他便作他們的盾牌。31除了耶和華，誰是神呢？除了我們の神，誰是磐石呢？32惟有那以力量束我的腰、使我行為完全的，他是神。33他使我的腳快如母鹿の蹄，又使我在高處安穩。34他教導我的手能以爭戰，甚至我的膀臂能開銅弓。35你把你的救恩給我作盾牌；你的右手扶持我；你的溫和使我為大。36你使我腳下的地步寬闊；我的腳未曾滑跌。

**讚美/感恩/應許/祝福：****鑑戒/警告：****我的默想/禱告：****每周背誦經文**

人非有信，就不能得上帝的喜悅。因為到上帝面前來的人，必須信有上帝，且信他賞賜那尋求他的人。(來11:6)

2月8日 (星期三)

**經文 (早) 太25:31-26:13**

31「當人子在他榮耀裡，同著眾天使降臨的時候，要坐在他榮耀的寶座上。32萬民都要聚集在他面前。他要把他們分別出來，好像牧羊的分別綿羊山羊一般，33把綿羊安置在右邊，山羊在左邊。34於是王要向那右邊的說：『你們這蒙我父賜福的，可來承受那創世以來為你們所預備的國；35因為我餓了，你們給我喫，渴了，你們給我喝；我作客旅，你們留我住；36我赤身露體，你們給我穿；我病了、你們看顧我；我在監裡，你們來看我。』37義人就回答說：『主啊，我們甚麼時候見你餓了，給你喫，渴了，給你喝？38甚麼時候見你作客旅，留你住，或是赤身露體，給你穿？39又甚麼時候見你病了，或是在監裡，來看你呢？』40王要回答說：『我實在告訴你們，這些事你們既作在我這弟兄中一個最小的身上，就是作在我身上了。』41王又要向左邊的說：『你們這被咒詛的人，離開我！進入那為魔鬼和他的使者所預備的永火裡去！42因為我餓了，你們不給我喫，渴了，你們不給我喝；43我作客旅，你們不留我住；我赤身露體，你們不給我穿；我病了，我在監裡，你們不來看顧我。』44他們也要回答說：『主啊，我們甚麼時候見你餓了，或渴了，或作客旅，或赤身露體，或病了，或在監裡，不伺候你呢？』45王要回答說：『我實在告訴你們，這些事你們既不作在我這弟兄中一個最小的身上，就是不作在我身上了。』46這些人要往永刑裡去；那些義人要往永生裡去。」

1耶穌說完了這一切的話，就對門徒說：2「你們知道，過兩天是逾越節，人子將要被交給人，釘在十字架上。」3那時，祭司長和民間的長老聚集在大祭司稱為該亞法的院裡。4大家商議要用詭計拿住耶穌，殺他，5只是說：「當節的日子不可，恐怕民間生亂。」6耶穌在伯大尼長大痲瘋的西門家裡，7有一個女人拿著一玉瓶極貴的香膏來，趁耶穌坐席的時候，澆在他的頭上。8門徒看見就很不喜悅，說：「何用這樣的枉費呢！9這香膏可以賣許多錢，賙濟窮人。」10耶穌看出他們的意思，就說：「為甚麼難為這女人呢？他在我身上作的是一件美事。11因為常有窮人和你們同在；只是你們不常有我。12他將這香膏澆在我身上是為我安葬作的。13我實在告訴你們，普天之下，無論在甚麼地方傳這福音，也要述說這女人所行的，作個紀念。」

**經文 (晚) 詩18:37-50**

37我要追趕我的仇敵，並要追上他們；不將他們滅絕，我總不歸回。38我要打傷他們，使他們不能起來；他們必倒在我的腳下。39因為你曾以力量束我的腰，使我能爭戰；你也使那起來攻擊我的都服在我以下。40你又使我的仇敵在我面前轉背逃跑，叫我能以剪除那恨我的人。41他們呼求，卻無人拯救；就是呼求耶和華，他也不應允。42我搗碎他們，如同風前的灰塵，倒出他們，如同街上的泥土。43你救我脫離百姓的爭競，立我作列國的元首；我素不認識的民必事奉我。44他們一聽見我的名聲就必順從我；外邦人要投降我。45外邦人要衰殘，戰戰兢兢的出他們的營寨。46耶和華是活神。願我的磐石被人稱頌；願救我的神被人尊崇。47這位神，就是那為我伸冤、使眾民服在我以下的。48你救我脫離仇敵，又把我舉起，高過那些起來攻擊我的；你救我脫離強暴的人。49耶和華啊，因此我要在外邦中稱謝你，歌頌你的名。50耶和華賜極大的救恩給他所立的王，施慈愛給他的受膏者，就是給大衛和他的後裔，直到永遠。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

人非有信，就不能得上帝的喜悅。因為到上帝面前來的人，必須信有上帝，且信他賞賜那尋求他的人。(來11:6)

2月9日（星期四）

**經文（早）太26:14-46**

14當下，十二門徒裡有一個稱為加略人猶大的，去見祭司長，說：15「我把他交給你們，你們願意給我多少錢？」他們就給了他三十塊錢。16從那時候，他就找機會要把耶穌交給他們。17除酵節的第一天，門徒來問耶穌說：「你喫逾越節的筵席，要我們在那裡給你預備？」18耶穌說：「你們進城去，到某人那裡，對他說：『夫子說：我的時候快到了，我與門徒要在你家裡守逾越節。』」19門徒遵著耶穌所吩咐的就去預備了逾越節的筵席。20到了晚上，耶穌和十二個門徒坐席。21正喫的時候，耶穌說：「我實在告訴你們，你們中間有一個人要賣我了。」22他們就甚憂愁，一個一個的問他說：「主，是我麼？」23耶穌回答說：「同我蘸手在盤子裡的，就是他賣我。」24人子必要去世，正如經上指著他所寫的；但賣人子的人有禍了！那人不生在世上倒好。」25賣耶穌的猶大問他說：「拉比，是我麼？」耶穌說：「你說的是。」26他們喫的時候，耶穌拿起餅來，祝福，就擘開，遞給門徒，說：「你們拿著喫，這是我的身體」；27又拿起杯來，祝謝了，遞給他們，說：「你們都喝這個；28因為這是我立約的血，為多人流出來，使罪得赦。29但我告訴你們，從今以後，我不再喝這葡萄汁，直到我在我父的國裡同你們喝新的那日子。」30他們唱了詩，就出來往橄欖山去。31那時，耶穌對他們說：「今夜，你們為我的緣故都要跌倒。因為經上記著說：我要擊打牧人，羊就分散了。32但我復活以後，要在你們以先往加利利去。」33彼得說：「眾人雖然為你的緣故跌倒，我卻永不跌倒。」34耶穌說：「我實在告訴你，今夜雞叫以先，你要三次不認我。」35彼得說：「我就是必須和你同死，也總不能不認你。」眾門徒都是這樣說。36耶穌同門徒來到一個地方，名叫客西馬尼，就對他們說：「你們坐在這裡，等我到那邊去禱告。」37於是帶著彼得和西庇太的兩個兒子同去，就憂愁起來，極其難過，38便對他們說：「我心裡甚是憂傷，幾乎要死；你們在這裡等候，和我一同警醒。」39他就稍往前走，俯伏在地，禱告說：「我父啊，倘若可行，求你叫這杯離開我。然而，不要照我的意思，只要照你的意思。」40來到門徒那裡，見他們睡著了，就對彼得說：「怎麼樣？你們不能同我警醒片時麼？41總要警醒禱告，免得入了迷惑。你們心靈固然願意，肉體卻軟弱了。」42第二次又去禱告說：「我父啊，這杯若不能離開我，必要我喝，就願你的旨意成全。」43又來，見他們睡著了，因為他們的眼睛困倦。44耶穌又離開他們去了。第三次禱告，說的話還是與先前一樣。45於是來到門徒那裡，對他們說：「現在你們仍然睡覺安歇吧（吧：或作麼？）！時候到了，人子被賣在罪人手裡了。46起來！我們走吧。看哪，賣我的人近了。」

**經文（晚）詩19:1-6**

1（大衛的詩，交與伶長。）諸天述說神的榮耀；穹蒼傳揚他的手段。2這日到那日發出言語；這夜到那夜傳出知識。3無言無語，也無聲音可聽。4他的量帶通遍天下，他的言語傳到地極。神在其間為太陽安設帳幕；5太陽如同新郎出洞房，又如勇士歡然奔路。6他從天這邊出來，繞到天那邊，沒有一物被隱藏不得他的熱氣。

**讚美/感恩/應許/祝福：****鑑戒/警告：****我的默想/禱告：****每周背誦經文**

人非有信，就不能得上帝的喜悅。因為到上帝面前來的人，必須信有上帝，且信他賞賜那尋求他的人。（來11:6）

2月10日（星期五）

**經文（早）太26:47-68**

47說話之間，那十二個門徒裡的猶大來了，並有許多人帶著刀棒，從祭司長和民間的長老那裡與他同來。48那賣耶穌的給了他們一個暗號，說：「我與誰親嘴，誰就是他。你們可以拿住他。」49猶大隨即到耶穌跟前，說：「請拉比安」，就與他親嘴。50耶穌對他說：「朋友，你來要作的事，就作吧。」於是那些人上前，下手拿住耶穌。51有跟隨耶穌的一個人伸手拔出刀來，將大祭司的僕人砍了一刀，削掉了他一個耳朵。52耶穌對他說：「收刀入鞘吧！凡動刀的，必死在刀下。53你想，我不能求我父現在為我差遣十二營多天使來麼？54若是這樣，經上所說，事情必須如此的話怎麼應驗呢？」55當時，耶穌對眾人說：「你們帶著刀棒出來拿我，如同拿強盜麼？我天天坐在殿裡教訓人，你們並沒有拿我。56但這一切的事成就了，為要應驗先知書上的話。」當下，門徒都離開他逃走了。57拿耶穌的人把他帶到大祭司該亞法那裡去；文士和長老已經在那裡聚會。58彼得遠遠的跟著耶穌，直到大祭司的院子，進到裡面，就和差役同坐，要看這事到底怎樣。59祭司長和全公會尋找假見證控告耶穌，要治死他。60雖有好些人來作假見證，總得不著實據，末後有兩個人前來，說：61「這個人曾說：『我能拆毀神的殿，三日內又建造起來。』」62大祭司就站起來，對耶穌說：「你甚麼都不回答麼？這些人作見證告你的是甚麼呢？」63耶穌卻不言語。大祭司對他說：「我指著永生神叫你起誓告訴我們，你是神的兒子基督不是？」64耶穌對他說：「你說的是。然而，我告訴你們，後來你們要看見人子坐在那權能者的右邊，駕著天上的雲降臨。」65大祭司就撕開衣服，說：「他說了僭妄的話，我們何必再用見證人呢？這僭妄的話，現在你們都聽見了。66你們的意見如何？」他們回答說：「他是該死的。」67他們就吐唾沫在他臉上，用拳頭打他；也有用手掌打他的，說：68「基督啊！你是先知，告訴我們打你的是誰？」

**經文（晚）詩19:7-14**

7耶和華的律法全備，能甦醒人心；耶和華的法度確定，能使愚人有智慧。8耶和華的訓詞正直，能快活人的心；耶和華的命令清潔，能明亮人的眼目。9耶和華的道理潔淨，存到永遠；耶和華的典章真實，全然公義，10都比金子可羨慕，且比極多的精金可羨慕；比蜜甘甜，且比蜂房下滴的蜜甘甜。11況且你的僕人因此受警戒，守著這些便有大賞。12誰能知道自己的錯失呢？願你赦免我隱而未現的過錯。13求你攔阻僕人不犯任意妄為的罪，不容這罪轄制我，我便完全，免犯大罪。14耶和華我的磐石，我的救贖主啊，願我口中的言語、心裡的意念在你面前蒙悅納。

**讚美/感恩/應許/祝福：****鑑戒/警告：****我的默想/禱告：****每周背誦經文**

人非有信，就不能得上帝的喜悅。因為到上帝面前來的人，必須信有上帝，且信他賞賜那尋求他的人。(來11:6)

2月11日（星期六）

**經文（早）太26:69-27:14**

<sup>69</sup>彼得在外面院子裡坐著，有一個使女前來，說：「你素來也是同那加利利人耶穌一夥的。」<sup>70</sup>彼得在眾人面前卻不承認，說：「我不知道你說的是甚麼！」<sup>71</sup>既出去，到了門口，又有一個使女看見他，就對那裡的人說：「這個人也是同拿撒勒人耶穌一夥的。」<sup>72</sup>彼得又不承認，並且起誓說：「我不認得那個人。」<sup>73</sup>過了不多的時候，旁邊站著的人前來，對彼得說：「你真是他們一黨的，你的口音把你露出來了。」<sup>74</sup>彼得就發咒起誓的說：「我不認得那個人。」立時，雞就叫了。<sup>75</sup>彼得想起耶穌所說的話：「雞叫以先，你要三次不認我。」他就出去痛哭。

<sup>1</sup>到了早晨，眾祭司長和民間的長老大家商議要治死耶穌，<sup>2</sup>就把他捆綁，解去，交給巡撫彼拉多。<sup>3</sup>這時候，賣耶穌的猶大看見耶穌已經定了罪，就後悔，把那三十塊錢拿回來給祭司長和長老，說：「我賣了無辜之人的血是有罪了。」他們說：「那與我們有甚麼相干？你自己承當吧！」<sup>5</sup>猶大就把那銀錢丟在殿裡，出去吊死了。<sup>6</sup>祭司長拾起銀錢來，說：「這是血價，不可放在庫裡。」<sup>7</sup>他們商議，就用那銀錢買了窯戶的一塊田，為要埋葬外鄉人。<sup>8</sup>所以那塊田直到今日還叫作「血田」。<sup>9</sup>這就應驗了先知耶利米的話，說：「他們用那三十塊錢，就是被估定之人的價錢，是以色列人中所估定的，<sup>10</sup>買了窯戶的一塊田；這是照著主所吩咐我的。」<sup>11</sup>耶穌站在巡撫面前；巡撫問他說：「你是猶太人的王麼？」耶穌說：「你說的是。」<sup>12</sup>他被祭司長和長老控告的時候，甚麼都不回答。<sup>13</sup>彼拉多就對他說：「他們作見證告你這麼多的事，你沒有聽見麼？」<sup>14</sup>耶穌仍不回答，連一句話也不說，以致巡撫甚覺希奇。

**經文（晚）詩20:1-9**

<sup>1</sup>（大衛的詩，交與伶長。）願耶和華在你遭難的日子應允你；願名為雅各神的高舉你。<sup>2</sup>願他從聖所救助你，從錫安堅固你，<sup>3</sup>記念你的一切供獻，悅納你的燔祭，（細拉）<sup>4</sup>將你心所願的賜給你，成就你的一切籌算。<sup>5</sup>我們要因你的救恩誇勝，要奉我們神的名豎立旌旗。願耶和華成就你一切所求的！<sup>6</sup>現在我知道耶和華救護他的受膏者，必從他的聖天上應允他，用右手的能力救護他。<sup>7</sup>有人靠車，有人靠馬，但我們要提到耶和華我們神的名。<sup>8</sup>他們都屈身仆倒，我們卻起來，立得正直。<sup>9</sup>求耶和華施行拯救；我們呼求的時候，願王應允我們！

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

人非有信，就不能得上帝的喜悅。因為到上帝面前來的人，必須信有上帝，且信他賞賜那尋求他的人。（來11:6）

2月12日（星期日）

## 經文（早）太27:15-31

<sup>15</sup>巡撫有一個常例，每逢這節期，隨眾人所要的釋放一個囚犯給他們。<sup>16</sup>當時有一個出名的囚犯叫巴拉巴。<sup>17</sup>眾人聚集的時候，彼拉多就對他們說：「你們要我釋放那一個給你們？是巴拉巴呢？是稱為基督的耶穌呢？」<sup>18</sup>巡撫原知道他們是因為嫉妒纔把他解了來。<sup>19</sup>正坐堂的時候，他的夫人打發人來說：「這義人的事，你一點不可管，因為我今天在夢中為他受了許多的苦。」<sup>20</sup>祭司長和長老挑唆眾人，求釋放巴拉巴，除滅耶穌。<sup>21</sup>巡撫對眾人說：「這兩個人，你們要我釋放那一個給你們呢？」他們說：「巴拉巴。」<sup>22</sup>彼拉多說：「這樣，那稱為基督的耶穌我怎麼辦他呢？」他們都說：「把他釘十字架！」<sup>23</sup>巡撫說：「為甚麼呢？他作了甚麼惡事呢？」他們便極力的喊著說：「把他釘十字架！」<sup>24</sup>彼拉多見說也無濟於事，反要生亂，就拿水在眾人面前洗手，說：「流這義人的血，罪不在我，你們承當吧。」<sup>25</sup>眾人都回答說：「他的血歸到我們和我們的子孫身上。」<sup>26</sup>於是彼拉多釋放巴拉巴給他們，把耶穌鞭打了，交給人釘十字架。<sup>27</sup>巡撫的兵就把耶穌帶進衙門，叫全營的兵都聚集在他那裡。<sup>28</sup>他們給他脫了衣服，穿上一件朱紅色袍子，<sup>29</sup>用荊棘編作冠冕，戴在他頭上，拿一根葦子放在他右手裡，跪在他面前，戲弄他，說：「恭喜，猶太人的王啊！」<sup>30</sup>又吐唾沫在他臉上，拿葦子打他的頭。<sup>31</sup>戲弄完了，就給他脫了袍子，仍穿上他自己的衣服，帶他出去，要釘十字架。

## 經文（晚）箴2:1-5

<sup>1</sup>我兒，你若領受我的言語，存記我的命令，<sup>2</sup>側耳聽智慧，專心求聰明，<sup>3</sup>呼求明哲，揚聲求聰明，<sup>4</sup>尋找他，如尋找銀子，搜求他，如搜求隱藏的珍寶，<sup>5</sup>你就明白敬畏耶和華，得以認識神。

- 請先安靜自己，用禱告或心聲敬拜天父，或唱一、兩首詩歌讚美神。
- 反覆誦讀經文（甚至開聲），留心有甚麼關於神的屬性（祂是怎樣的一位神）和祂的工作（做了甚麼），化作讚美和感恩，留心有甚麼給你的鑑戒或警告、應許或祝福。
- 聆聽神對你所說的話，寫下你的重要心得和心聲。
- 化作祈禱，將自己和今天交託神，並記錄下來。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

## 每周背誦經文

惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，上帝的愛就在此向我們顯明了。  
(羅 5:8)

2月13日（星期一）

**經文（早）太27:32-66**

<sup>32</sup>他們出來的時候，遇見一個古利奈人，名叫西門，就勉強他同去，好背著耶穌的十字架。<sup>33</sup>到了一個地方名叫各各他，意思就是「髑髏地」。<sup>34</sup>兵丁拿苦膽調和的酒給耶穌喝。他嘗了，就不肯喝。<sup>35</sup>他們既將他釘在十字架上，就拈鬮分他的衣服，<sup>36</sup>又坐在那裡看守他。<sup>37</sup>在他頭以上安一個牌子，寫著他的罪狀，說：「這是猶太人的王耶穌。」<sup>38</sup>當時，有兩個強盜和他同釘十字架，一個在右邊，一個在左邊。<sup>39</sup>從那裡經過的人譏誚他，搖著頭，說：<sup>40</sup>「你這拆毀聖殿、三日又建造起來的，可以救自己吧！你如果是神的兒子，就從十字架上下來吧！」<sup>41</sup>祭司長和文士並長老也是這樣戲弄他，說：<sup>42</sup>「他救了別人，不能救自己。他是以色列的王，現在可以從十字架上下來，我們就信他。」<sup>43</sup>他倚靠神，神若喜悅他，現在可以救他；因為他曾說：『我是神的兒子。』」<sup>44</sup>那和他同釘的強盜也是這樣的譏誚他。<sup>45</sup>從午正到申初，遍地都黑暗了。<sup>46</sup>約在申初，耶穌大聲喊著說：「以利！以利！拉馬撒巴各大尼？」就是說：「我的神！我的神！為甚麼離棄我？」<sup>47</sup>站在那裡的人，有的聽見就說：「這個人呼叫以利亞呢！」<sup>48</sup>內中有一個人趕緊跑去，拿海絨蘸滿了醋，綁在葦子上，送給他喝。<sup>49</sup>其餘的人說：「且等著，看以利亞來救他不來。」<sup>50</sup>耶穌又大聲喊叫，氣就斷了。<sup>51</sup>忽然，殿裡的幔子從上到下裂為兩半，地也震動，磐石也崩裂，<sup>52</sup>墳墓也開了，已睡聖徒的身體多有起來的。<sup>53</sup>到耶穌復活以後，他們從墳墓裡出來，進了聖城，向許多人顯現。<sup>54</sup>百夫長和一同看守耶穌的人看見地震並所經歷的事，就極其害怕，說：「這真是神的兒子了！」<sup>55</sup>有好些婦女在那裡，遠遠的觀看；他們是從加利利跟隨耶穌來服事他的。<sup>56</sup>內中有抹大拉的馬利亞，又有雅各和約西的母親馬利亞，並有西庇太兩個兒子的母親。<sup>57</sup>到了晚上，有一個財主，名叫約瑟，是亞利馬太來的，他也是耶穌的門徒。<sup>58</sup>這人去見彼拉多，求耶穌的身體；彼拉多就吩咐給他。<sup>59</sup>約瑟取了身體，用乾淨細麻布裹好，<sup>60</sup>安放在自己的新墳墓裡，就是他鑿在磐石裡的。他又把大石頭滾到墓門口，就去了。<sup>61</sup>有抹大拉的馬利亞和那個馬利亞在那裡，對著墳墓坐著。<sup>62</sup>次日，就是預備日的第二天，祭司長和法利賽人聚集來見彼拉多，說：<sup>63</sup>「大人，我們記得那誘惑人的還活著的時候曾說：『三日後我要復活。』」<sup>64</sup>因此，請吩咐人將墳墓把守妥當，直到第三日，恐怕他的門徒來，把他偷了去，就告訴百姓說：『他從死裡復活了。』這樣，那後來的迷惑比先前的更利害了！」<sup>65</sup>彼拉多說：「你們有看守的兵，去吧！盡你們所能的把守妥當。」<sup>66</sup>他們就帶著看守的兵同去，封了石頭，將墳墓把守妥當。

**經文（晚）箴2:6-15**

<sup>6</sup>因為，耶和華賜人智慧；知識和聰明都由他口而出。<sup>7</sup>他給正直人存留真智慧，給行為純正的人作盾牌，<sup>8</sup>為要保守公平人的路，護庇虔敬人的道。<sup>9</sup>你也必明白仁義、公平、正直、一切的善道。<sup>10</sup>智慧必入你心；你的靈要以知識為美。<sup>11</sup>謀略必護衛你；聰明必保守你，<sup>12</sup>要救你脫離惡道（或作：惡人的道），脫離說乖謬話的人。<sup>13</sup>那等人捨棄正直的路，行走黑暗的道，<sup>14</sup>歡喜作惡，喜愛惡人的乖僻，<sup>15</sup>在他們的道中彎曲，在他們的路上偏僻。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，上帝的愛就在此向我們顯明了。  
(羅 5:8)

2月14日 (星期二)

**經文 (早) 太28:1-20**

<sup>1</sup>安息日將盡，七日的頭一日，天快亮的時候，抹大拉的馬利亞和那個馬利亞來看墳墓。  
<sup>2</sup>忽然，地大震動；因為有主的使者從天上下來，把石頭滾開，坐在上面。<sup>3</sup>他的像貌如同閃電，衣服潔白如雪。<sup>4</sup>看守的人就因他嚇得渾身亂戰，甚至和死人一樣。<sup>5</sup>天使對婦女說：「不要害怕！我知道你們是尋找那釘十字架的耶穌。<sup>6</sup>他不在這裡，照他所說的，已經復活了。你們來看安放主的地方。<sup>7</sup>快去告訴他的門徒，說他從死裡復活了，並且在你們以往加利利去，在那裡你們要見他。看哪，我已經告訴你們了。」<sup>8</sup>婦女們就急忙離開墳墓，又害怕，又大大的歡喜，跑去要報給他的門徒。<sup>9</sup>忽然，耶穌遇見他們，說：「願你們平安！」他們就上前抱住他的腳拜他。<sup>10</sup>耶穌對他們說：「不要害怕！你們去告訴我的弟兄，叫他們往加利利去，在那裡必見我。」<sup>11</sup>他們去的時候，看守的兵有幾個進城去，將所經歷的事都報給祭司長。<sup>12</sup>祭司長和長老聚集商議，就拿許多銀錢給兵丁，說：「<sup>13</sup>你們要這樣說：『夜間我們睡覺的時候，他的門徒來，把他偷去了。』」<sup>14</sup>倘若這話被巡撫聽見，有我們勸他，保你們無事。」<sup>15</sup>兵丁受了銀錢，就照所囑咐他們的去行。這話就傳說在猶太人中間，直到今日。<sup>16</sup>十一個門徒往加利利去，到了耶穌約定的山上。<sup>17</sup>他們見了耶穌就拜他，然而還有人疑惑。<sup>18</sup>耶穌進前來，對他們說：「天上地下所有的權柄都賜給我了。<sup>19</sup>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（或作：給他們施洗，歸於父、子、聖靈的名）。<sup>20</sup>凡我所吩咐你們的，都教訓他們遵守，我就常與你們同在，直到世界的末了。」

**經文 (晚) 箴2:16-22**

<sup>16</sup>智慧要救你脫離淫婦，就是那油嘴滑舌的外女。<sup>17</sup>他離棄幼年的配偶，忘了神的盟約。  
<sup>18</sup>他的家陷入死地；他的路偏向陰間。<sup>19</sup>凡到他那裡去的，不得轉回，也得不著生命的路。  
<sup>20</sup>智慧必使你行善人的道，守義人的路。<sup>21</sup>正直人必在世上居住；完全人必在地上存留。  
<sup>22</sup>惟有惡人必然剪除；奸詐的，必然拔出。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，上帝的愛就在此向我們顯明了。  
 (羅 5:8)

2月15日 (星期三)

**經文 (早) 創1:1-31**

<sup>1</sup>起初，神創造天地。<sup>2</sup>地是空虛混沌，淵面黑暗；神的靈運行在水面上。<sup>3</sup>神說：「要有光」，就有了光。<sup>4</sup>神看光是好的，就把光暗分開了。<sup>5</sup>神稱光為「晝」，稱暗為「夜」。有晚上，有早晨，這是頭一日。<sup>6</sup>神說：「諸水之間要有空氣，將水分為上下。」<sup>7</sup>神就造出空氣，將空氣以下的水、空氣以上的水分開了。事就這樣成了。<sup>8</sup>神稱空氣為「天」。有晚上，有早晨，是第二日。<sup>9</sup>神說：「天下的水要聚在一處，使旱地露出來。」事就這樣成了。<sup>10</sup>神稱旱地為「地」，稱水的聚處為「海」。神看著是好的。<sup>11</sup>神說：「地要發生青草和結種子的菜蔬，並結果子的樹木，各從其類，果子都包著核。」事就這樣成了。<sup>12</sup>於是地發生了青草和結種子的菜蔬，各從其類；並結果子的樹木，各從其類；果子都包著核。神看著是好的。<sup>13</sup>有晚上，有早晨，是第三日。<sup>14</sup>神說：「天上要有光體，可以分晝夜，作記號，定節令、日子、年歲，<sup>15</sup>並要發光在天空，普照在地上。」事就這樣成了。<sup>16</sup>於是神造了兩個大光，大的管晝，小的管夜，又造眾星，<sup>17</sup>就把這些光擺列在天空，普照在地上，<sup>18</sup>管理晝夜，分別明暗。神看著是好的。<sup>19</sup>有晚上，有早晨，是第四日。<sup>20</sup>神說：「水要多多滋生有生命的物；要有雀鳥飛在地面以上，天空之中。」<sup>21</sup>神就造出大魚和水中所滋生各樣有生命的動物，各從其類；又造出各樣飛鳥，各從其類。神看著是好的。<sup>22</sup>神就賜福給這一切，說：「滋生繁多，充滿海中的水；雀鳥也要多生在地上。」<sup>23</sup>有晚上，有早晨，是第五日。<sup>24</sup>神說：「地要生出活物來，各從其類；牲畜、昆蟲、野獸，各從其類。」事就這樣成了。<sup>25</sup>於是神造出野獸，各從其類；牲畜，各從其類；地上一切昆蟲，各從其類。神看著是好的。<sup>26</sup>神說：「我們要照著我們的形像、按著我們的樣式造人，使他們管理海裡的魚、空中的鳥、地上的牲畜，和全地，並地上所爬的一切昆蟲。」<sup>27</sup>神就照著自己的形像造人，乃是照著他的形像造男造女。<sup>28</sup>神就賜福給他們，又對他們說：「要生養眾多，遍滿地面，治理這地，也要管理海裡的魚、空中的鳥，和地上各樣行動的活物。」<sup>29</sup>神說：「看哪，我將遍地上一切結種子的菜蔬和一切樹上所結有核的果子全賜給你們作食物。<sup>30</sup>至於地上的走獸和空中的飛鳥，並各樣爬在地上有生命的物，我將青草賜給他們作食物。」事就這樣成了。<sup>31</sup>神看著一切所造的都甚好。有晚上，有早晨，是第六日。

**經文 (晚) 詩21:1-7**

<sup>1</sup> (大衛的詩，交與伶長。) 耶和華啊，王必因你的能力歡喜；因你的救恩，他的快樂何其大！<sup>2</sup>他心裡所願的，你已經賜給他；他嘴唇所求的，你未嘗不應允。(細拉)<sup>3</sup>你以美福迎接他，把精金的冠冕戴在他頭上。<sup>4</sup>他向你求壽，你便賜給他，就是日子長久，直到永遠。<sup>5</sup>他因你的救恩大有榮耀；你又將尊榮威嚴加在他身上。<sup>6</sup>你使他有洪福，直到永遠，又使他在你面前歡喜快樂。<sup>7</sup>王倚靠耶和華，因至高者的慈愛必不搖動。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，上帝的愛就在此向我們顯明了。(羅 5:8)

2月16日（星期四）

**經文（早）創2:1-25**

<sup>1</sup>天地萬物都造齊了。<sup>2</sup>到第七日，神造物的工已經完畢，就在第七日歇了他一切的工，安息了。<sup>3</sup>神賜福給第七日，定為聖日；因為在這日，神歇了他一切創造的工，就安息了。<sup>4</sup>創造天地的來歷，在耶和華神造天地的日子，乃是這樣，<sup>5</sup>野地還沒有草木，田間的菜蔬還沒有長起來；因為耶和華神還沒有降雨在地上，也沒有人耕地，<sup>6</sup>但有霧氣從地上騰，滋潤遍地。<sup>7</sup>耶和華神用地上的塵土造人，將生氣吹在他鼻孔裡，他就成了有靈的活人，名叫亞當。<sup>8</sup>耶和華神在東方的伊甸立了一個園子，把所造的人安置在那裡。<sup>9</sup>耶和華神使各樣的樹從地裡長出來，可以悅人的眼目，其上的果子好作食物。園子當中又有生命樹和分別善惡的樹。<sup>10</sup>有河從伊甸流出來，滋潤那園子，從那裡分為四道：<sup>11</sup>第一道名叫比遜，就是環繞哈腓拉全地的。在那裡有金子，<sup>12</sup>並且那地的金子是好的；在那裡又有珍珠和紅瑪瑙。<sup>13</sup>第二道河名叫基訓，就是環繞古實全地的。<sup>14</sup>第三道河名叫底格里斯，流在亞述的東邊。第四道河就是伯拉大河。<sup>15</sup>耶和華神將那人安置在伊甸園，使他修理，看守。<sup>16</sup>耶和華神吩咐他說：「園中各樣樹上的果子，你可以隨意喫，<sup>17</sup>只是分別善惡樹上的果子，你不可喫，因為你喫的日子必定死！」<sup>18</sup>耶和華神說：「那人獨居不好，我要為他造一個配偶幫助他。」<sup>19</sup>耶和華神用土所造成的野地各樣走獸和空中各樣飛鳥都帶到那人面前，看他叫甚麼。那人怎樣叫各樣的活物，那就是他的名字。<sup>20</sup>那人便給一切牲畜和空中飛鳥、野地走獸都起了名；只是那人沒有遇見配偶幫助他。<sup>21</sup>耶和華神使他沉睡，他就睡了；於是取下他的一條肋骨，又把肉合起來。<sup>22</sup>耶和華神就用那人身上所取的肋骨造成一個女人，領他到那人跟前。<sup>23</sup>那人說：這是我骨中的骨，肉中的肉，可以稱他為「女人」，因為他是從「男人」身上取出來的。<sup>24</sup>因此，人要離開父母，與妻子連合，二人成為一體。<sup>25</sup>當時夫妻二人赤身露體，並不羞恥。

**經文（晚）詩21:8-13**

<sup>8</sup>你的手要搜出你的一切仇敵；你的右手要搜出那些恨你的人。<sup>9</sup>你發怒的時候，要使他們如在炎熱的火爐中。耶和華要在他的震怒中吞滅他們；那火要把他們燒盡了。<sup>10</sup>你必從世上滅絕他們的子孫（原文是果子），從人間滅絕他們的後裔。<sup>11</sup>因為他們有意加害於你；他們想出計謀，卻不能作成。<sup>12</sup>你必使他們轉背逃跑，向他們的臉搭箭在弦。<sup>13</sup>耶和華啊，願你因自己的能力顯為至高！這樣，我們就唱詩，歌頌你的大能。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，上帝的愛就在此向我們顯明了。  
(羅 5:8)

2月17日（星期五）

**經文（早）創3:1-24**

<sup>1</sup>耶和華神所造的，惟有蛇比田野一切的活物更狡猾。蛇對女人說：「神豈是真說不許你們喫園中所有樹上的果子麼？」<sup>2</sup>女人對蛇說：「園中樹上的果子，我們可以喫，<sup>3</sup>惟有園當中那棵樹上的果子，神曾說：『你們不可喫，也不可摸，免得你們死。』」<sup>4</sup>蛇對女人說：「你們不一定死；<sup>5</sup>因為神知道，你們喫的日子眼睛就明亮了，你們便如神能知道善惡。」<sup>6</sup>於是女人見那棵樹的果子好作食物，也悅人的眼目，且是可喜愛的，能使人有智慧，就摘下果子來喫了，又給他丈夫，他丈夫也喫了。<sup>7</sup>他們二人的眼睛就明亮了，纔知道自己赤身露體，便拿無花果樹的葉子為自己編作裙子。<sup>8</sup>天起了涼風，耶和華神在園中行走。那人和他妻子聽見神的聲音，就藏在園裡的樹木中，躲避耶和華神的面。<sup>9</sup>耶和華神呼喚那人，對他說：「你在那裡？」<sup>10</sup>他說：「我在園中聽見你的聲音，我就害怕；因為我赤身露體，我便藏了。」<sup>11</sup>耶和華說：「誰告訴你赤身露體呢？莫非你喫了我吩咐你不可喫的那樹上的果子麼？」<sup>12</sup>那人說：「你所賜給我、與我同居的女人，他把那樹上的果子給我，我就喫了。」<sup>13</sup>耶和華神對女人說：「你作的是甚麼事呢？」女人說：「那蛇引誘我，我就喫了。」<sup>14</sup>耶和華神對蛇說：你既作了這事，就必受咒詛，比一切的牲畜野獸更甚。你必用肚子行走，終身喫土。<sup>15</sup>我又要叫你和女人彼此為仇；你的後裔和女人的後裔也彼此為仇。女人的後裔要傷你的頭；你要傷他的腳跟。<sup>16</sup>又對女人說：我必多加增你懷胎的苦楚；你生產兒女必多受苦楚。你必戀慕你丈夫；你丈夫必管轄你。<sup>17</sup>又對亞當說：你既聽從妻子的話，喫了我所吩咐你不可喫的那樹上的果子，地必為你的緣故受咒詛；你必終身勞苦纔能從地裡得喫的。<sup>18</sup>地必給你長出荊棘和蒺藜來；你也要喫田間的菜蔬。<sup>19</sup>你必汗流滿面纔得糊口，直到你歸了土，因為你是從土而出的。你本是塵土，仍要歸於塵土。<sup>20</sup>亞當給他妻子起名叫夏娃，因為他是眾生之母。<sup>21</sup>耶和華神為亞當和他妻子用皮子作衣服給他們穿。<sup>22</sup>耶和華神說：「那人已經與我們相似，能知道善惡；現在恐怕他伸手又摘生命樹的果子喫，就永遠活著。」<sup>23</sup>耶和華神便打發他出伊甸園去，耕種他所自出之土。<sup>24</sup>於是把他趕出去了；又在伊甸園的東邊安設基路伯和四面轉動發火焰的劍，要把守生命樹的道路。

**經文（晚）詩22:1-18**

<sup>1</sup>（大衛的詩，交與伶長。調用朝鹿。）我的神，我的神！為甚麼離棄我？為甚麼遠離不救我？不聽我唉哼的言語？<sup>2</sup>我的神啊，我白日呼求，你不應允，夜間呼求，並不住聲。<sup>3</sup>但你是聖潔的，是用以色列的讚美為寶座（或作：居所）的。<sup>4</sup>我們的祖宗倚靠你；他們倚靠你，你便解救他們。<sup>5</sup>他們哀求你，便蒙解救；他們倚靠你，就不羞愧。<sup>6</sup>但我是蟲，不是人，被眾人羞辱，被百姓藐視。<sup>7</sup>凡看見我的都嗤笑我；他們撇嘴搖頭，說：<sup>8</sup>他把自己交託耶和華，耶和華可以救他吧！耶和華既喜悅他，可以搭救他吧！<sup>9</sup>但你是叫我出母腹的；我在母懷裡，你就使我有倚靠的心。<sup>10</sup>我自出母胎就被交在你手裡；從我母親生我，你就是我的神。<sup>11</sup>求你不要遠離我！因為急難臨近了，沒有人幫助我。<sup>12</sup>有許多公牛圍繞我，巴珊大力的公牛四面困住我。<sup>13</sup>他們向我張口，好像抓撕吼叫的獅子。<sup>14</sup>我如水被倒出來；我的骨頭都脫了節；我心在我裡面如蠟鎔化。<sup>15</sup>我的精力枯乾，如同瓦片；我的舌頭貼在我牙床上。你將我安置在死地的塵土中。<sup>16</sup>犬類圍著我，惡黨環繞我；他們扎了我的手，我的腳。<sup>17</sup>我的骨頭，我都能數過；他們瞪著眼看我。<sup>18</sup>他們分我的外衣，為我的裡衣拈鬮。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，上帝的愛就在此向我們顯明了。（羅 5:8）

2月18日 (星期六)

**經文 (早) 創4:1-26**

<sup>1</sup>有一日，那人和他妻子夏娃同房，夏娃就懷孕，生了該隱（就是得的意思），便說：「耶和華使我得了一個男子。」<sup>2</sup>又生了該隱的兄弟亞伯。亞伯是牧羊的；該隱是種地的。<sup>3</sup>有一日，該隱拿地裡的出產為供物獻給耶和華；<sup>4</sup>亞伯也將他羊群中頭生的和羊的脂油獻上。耶和華看中了亞伯和他的供物，<sup>5</sup>只是看中該隱和他的供物。該隱就大大的發怒，變了臉色。<sup>6</sup>耶和華對該隱說：「你為甚麼發怒呢？你為甚麼變了臉色呢？<sup>7</sup>你若行得好，豈不蒙悅納？你若行得不好，罪就伏在門前。他必戀慕你，你卻要制伏他。」<sup>8</sup>該隱與他兄弟亞伯說話；二人正在田間。該隱起來打他兄弟亞伯，把他殺了。<sup>9</sup>耶和華對該隱說：「你兄弟亞伯在那裡？」他說：「我不知道！我豈是看守我兄弟的麼？」<sup>10</sup>耶和華說：「你作了甚麼事呢？你兄弟的血有聲音從地裡向我哀告。<sup>11</sup>地開了口，從你手裡接受你兄弟的血。現在你必從這地受咒詛。<sup>12</sup>你種地，地不再給你效力；你必流離飄蕩在地上。」<sup>13</sup>該隱對耶和華說：「我的刑罰太重，過於我所能當的。<sup>14</sup>你如今趕逐我離開這地，以致不見你面；我必流離飄蕩在地上，凡遇見我的必殺我。」<sup>15</sup>耶和華對他說：「凡殺該隱的，必遭報七倍。」耶和華就給該隱立一個記號，免得人遇見他就殺他。<sup>16</sup>於是該隱離開耶和華的面，去住在伊甸東邊挪得之地。<sup>17</sup>該隱與妻子同房，他妻子就懷孕，生了以諾。該隱建造了一座城，就按着他兒子的名將那城叫作以諾。<sup>18</sup>以諾生以拿；以拿生米戶雅利；米戶雅利生瑪土撒利；瑪土撒利生拉麥。<sup>19</sup>拉麥娶了兩個妻：一個名叫亞大，一個名叫洗拉。<sup>20</sup>亞大生雅八；雅八就是住帳棚、牧養牲畜之人的祖師。<sup>21</sup>雅八的兄弟名叫猶八；他是一切彈琴吹簫之人的祖師。<sup>22</sup>洗拉又生了土八該隱；他是打造各樣銅鐵利器的（或作：是銅匠鐵匠的祖師）。土八該隱的妹子是拿瑪。<sup>23</sup>拉麥對他兩個妻子說：亞大、洗拉，聽我的聲音；拉麥的妻子，細聽我的話語；壯年人傷我，我把他殺了；少年人損我，我把他害了（或作：我殺壯士卻傷自己，我害幼童卻損本身）。<sup>24</sup>若殺該隱，遭報七倍，殺拉麥，必遭報七十七倍。<sup>25</sup>亞當又與妻子同房，他就生了一個兒子，起名叫塞特，意思說：「神另給我立了一個兒子代替亞伯，因為該隱殺了他。」<sup>26</sup>塞特也生了一個兒子，起名叫以挪士。那時候，人纔求告耶和華的名。

**經文 (晚) 詩22:19-31**

<sup>19</sup>耶和華啊，求你不要遠離我！我的救主啊，求你快來幫助我！<sup>20</sup>求你救我的靈魂脫離刀劍，救我的生命（生命：原文是獨一者）脫離犬類，<sup>21</sup>救我脫離獅子的口；你已經應允我，使我脫離野牛的角。<sup>22</sup>我要將你的名傳與我的弟兄，在會中我要讚美你。<sup>23</sup>你們敬畏耶和華的人要讚美他！雅各的後裔都要榮耀他！以色列的後裔都要懼怕他！<sup>24</sup>因為他沒有藐視憎惡受苦的人，也沒有向他掩面；那受苦之人呼籲的時候，他就垂聽。<sup>25</sup>我在大會中讚美你的話是從你而來的；我要在敬畏耶和華的人面前還我的願。<sup>26</sup>謙卑的人必喫得飽足；尋求耶和華的人必讚美他。願你們的心永遠活著！<sup>27</sup>地的四極都要想念耶和華，並且歸順他；列國的萬族都要在你面前敬拜。<sup>28</sup>因為國權是耶和華的；他是管理萬國的。<sup>29</sup>地上一切豐肥的人必喫喝而敬拜；凡下到塵土中不能存活自己性命的人都要在他面前下拜。<sup>30</sup>他必有後裔事奉他；主所行的事必傳與後代。<sup>31</sup>他們必來把他的公義傳給將要生的民，言明這事是他所行的。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，上帝的愛就在此向我們顯明了。  
(羅 5:8)

2月19日（星期日）

## 經文（早）創5:1-32

<sup>1</sup>亞當的後代記在下面。（當神造人的日子，是照著自己的樣式造的，<sup>2</sup>並且造男造女。在他們被造的日子，神賜福給他們，稱他們為「人」。）<sup>3</sup>亞當活到一百三十歲，生了一個兒子，形像樣式和自己相似，就給他起名叫塞特。<sup>4</sup>亞當生塞特之後，又在世八百年，並且生兒養女。<sup>5</sup>亞當共活了九百三十歲就死了。<sup>6</sup>塞特活到一百零五歲，生了以挪士。<sup>7</sup>塞特生以挪士之後，又活了八百零七年，並且生兒養女。<sup>8</sup>塞特共活了九百一十二歲就死了。<sup>9</sup>以挪士活到九十歲，生了該南。<sup>10</sup>以挪士生該南之後，又活了八百一十五年，並且生兒養女。<sup>11</sup>以挪士共活了九百零五歲就死了。<sup>12</sup>該南活到七十歲，生了瑪勒列。<sup>13</sup>該南生瑪勒列之後，又活了八百四十年，並且生兒養女。<sup>14</sup>該南共活了九百一十歲就死了。<sup>15</sup>瑪勒列活到六十五歲，生了雅列。<sup>16</sup>瑪勒列生雅列之後，又活了八百三十年，並且生兒養女。<sup>17</sup>瑪勒列共活了八百九十五歲就死了。<sup>18</sup>雅列活到一百六十二歲，生了以諾。<sup>19</sup>雅列生以諾之後，又活了八百年，並且生兒養女。<sup>20</sup>雅列共活了九百六十二歲就死了。<sup>21</sup>以諾活到六十五歲，生了瑪土撒拉。<sup>22</sup>以諾生瑪土撒拉之後，與神同行三百年，並且生兒養女。<sup>23</sup>以諾共活了三百六十五歲。<sup>24</sup>以諾與神同行，神將他取去，他就不在世了。<sup>25</sup>瑪土撒拉活到一百八十七歲，生了拉麥。<sup>26</sup>瑪土撒拉生拉麥之後，又活了七百八十二年，並且生兒養女。<sup>27</sup>瑪土撒拉共活了九百六十九歲就死了。<sup>28</sup>拉麥活到一百八十二歲，生了一個兒子，<sup>29</sup>給他起名叫挪亞，說：「這個兒子必為我們的操作和手中的勞苦安慰我們；這操作勞苦是因為耶和華咒詛地。」<sup>30</sup>拉麥生挪亞之後，又活了五百九十五年，並且生兒養女。<sup>31</sup>拉麥共活了七百七十七歲就死了。<sup>32</sup>挪亞五百歲生了閃、含、雅弗。

## 經文（晚）詩23:1-6

<sup>1</sup>（大衛的詩。）耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。<sup>2</sup>他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。<sup>3</sup>他使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。<sup>4</sup>我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖，你的竿，都安慰我。<sup>5</sup>在我敵人面前，你為我擺設筵席；你用油膏了我的頭，使我的福杯滿溢。<sup>6</sup>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。

- 請先安靜自己，用禱告或心聲敬拜天父，或唱一、兩首詩歌讚美神。
- 反覆誦讀經文（甚至開聲），留心有甚麼關於神的屬性（祂是怎樣的一位神）和祂的工作（做了甚麼），化作讚美和感恩，留心有甚麼給你的鑑戒或警告、應許或祝福。
- 聆聽神對你所說的話，寫下你的重要心得和心聲。
- 化作祈禱，將自己和今天交託神，並記錄下來。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

## 每周背誦經文

你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。（太5:16）

2月20日（星期一）

**經文（早）創6:1-22**

<sup>1</sup>當人在世上多起來、又生女兒的時候，<sup>2</sup>神的兒子們看見人的女子美貌，就隨意挑選，娶來為妻。<sup>3</sup>耶和華說：「人既屬乎血氣，我的靈就不永遠住在他裡面；然而他的日子還可到一百二十年。」<sup>4</sup>那時候有偉人在地上，後來神的兒子們和人的女子們交合生子；那就是上古英武有名的人。<sup>5</sup>耶和華見人在地上罪惡很大，終日所思想的盡都是惡，<sup>6</sup>耶和華就後悔造人在地上，心中憂傷。<sup>7</sup>耶和華說：「我要將所造的人和走獸，並昆蟲，以及空中的飛鳥，都從地上除滅，因為我造他們後悔了。」<sup>8</sup>惟有挪亞在耶和華眼前蒙恩。<sup>9</sup>挪亞的後代記在下面。挪亞是個義人，在當時的世代是個完全人。挪亞與神同行。<sup>10</sup>挪亞生了三個兒子，就是閃、含、雅弗。<sup>11</sup>世界在神面前敗壞，地上滿了強暴。<sup>12</sup>神觀看世界，見是敗壞了；凡有血氣的人在地球上都敗壞了行為。<sup>13</sup>神就對挪亞說：「凡有血氣的人，他的盡頭已經來到我面前；因為地上滿了他們的強暴，我要把他們和地一併毀滅。<sup>14</sup>你要用歌斐木造一隻方舟，分一間一間地造，裡外抹上松香。<sup>15</sup>方舟的造法乃是這樣：要長三百肘，寬五十肘，高三十肘。<sup>16</sup>方舟上邊要留透光處，高一肘。方舟的門要開在旁邊。方舟要分上、中、下三層。<sup>17</sup>看哪，我要使洪水氾濫在地上，毀滅天下；凡地上有血肉、有氣息的活物，無一不死。<sup>18</sup>我卻要與你立約；你同你的妻，與兒子兒婦，都要進入方舟。<sup>19</sup>凡有血肉的活物，每樣兩個，一公一母，你要帶進方舟，好在你那裡保全生命。<sup>20</sup>飛鳥各從其類，牲畜各從其類，地上的昆蟲各從其類，每樣兩個，要到你那裡，好保全生命。<sup>21</sup>你要拿各樣食物積蓄起來，好作你和他們的食物。」<sup>22</sup>挪亞就這樣行。凡神所吩咐的，他都照樣行了。

**經文（晚）詩24:1-6**

<sup>1</sup>（大衛的詩。）地和其中所充滿的，世界和住在其間的，都屬耶和華。<sup>2</sup>他把地建立在海上，安定在大水之上。<sup>3</sup>誰能登耶和華的山？誰能站在他的聖所？<sup>4</sup>就是手潔心清、不向虛妄、起誓不懷詭詐的人。<sup>5</sup>他必蒙耶和華賜福，又蒙救他的神使他成義。<sup>6</sup>這是尋求耶和華的族類，是尋求你面的雅各。（細拉）

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。（太5:16）

2月21日（星期二）

**經文（早）創7:1-24**

<sup>1</sup>耶和華對挪亞說：「你和你的全家都要進入方舟；因為在這世代中，我見你在我面前是義人。<sup>2</sup>凡潔淨的畜類，你要帶七公七母；不潔淨的畜類，你要帶一公一母；<sup>3</sup>空中的飛鳥也要帶七公七母，可以留種，活在全地上；<sup>4</sup>因為再過七天，我要降雨在地上四十晝夜，把我所造的各種活物都從地上除滅。」<sup>5</sup>挪亞就遵著耶和華所吩咐的行了。<sup>6</sup>當洪水氾濫在地上的時候，挪亞整六百歲。<sup>7</sup>挪亞就同他的妻和兒子兒婦都進入方舟，躲避洪水。<sup>8</sup>潔淨的畜類和不潔淨的畜類，飛鳥並地上一切的昆蟲，<sup>9</sup>都是一對一對地，有公有母，到挪亞那裡進入方舟，正如神所吩咐挪亞的。<sup>10</sup>過了那七天，洪水氾濫在地上。<sup>11</sup>當挪亞六百歲，二月十七日那一天，大淵的泉源都裂開了，天上的窗戶也敞開了，<sup>12</sup>四十晝夜降大雨在地上。<sup>13</sup>正當那日，挪亞和他三個兒子閃、含、雅弗，並挪亞的妻子和三個兒婦，都進入方舟。<sup>14</sup>他們和百獸，各從其類，一切牲畜，各從其類，爬在地上的昆蟲，各從其類，一切禽鳥，各從其類，都進入方舟。<sup>15</sup>凡有血肉、有氣息的活物，都一對一對地到挪亞那裡，進入方舟。<sup>16</sup>凡有血肉進入方舟的，都是有公有母，正如神所吩咐挪亞的。耶和華就把他關在方舟裡頭。<sup>17</sup>洪水氾濫在地上四十天，水往上長，把方舟從地上漂起。<sup>18</sup>水勢浩大，在地上大大地往上長，方舟在水面上漂來漂去。<sup>19</sup>水勢在地上極其浩大，天下的高山都淹沒了。<sup>20</sup>水勢比山高過十五肘，山嶺都淹沒了。<sup>21</sup>凡在地上有血肉的動物，就是飛鳥、牲畜、走獸，和爬在地上的昆蟲，以及所有的人，都死了。<sup>22</sup>凡在旱地上、鼻孔有氣息的生靈都死了。<sup>23</sup>凡地上各類的活物，連人帶牲畜、昆蟲，以及空中的飛鳥，都從地上除滅了，只留下挪亞和那些與他同在方舟裡的。<sup>24</sup>水勢浩大，在地上共一百五十天。

**經文（晚）詩24:7-10**

<sup>7</sup>眾城門哪，你們要抬起頭來！永久的門戶，你們要被舉起！那榮耀的王將要進來！<sup>8</sup>榮耀的王是誰呢？就是有力有能的耶和華，在戰場上有能的耶和華！<sup>9</sup>眾城門哪，你們要抬起頭來！永久的門戶，你們要把頭抬起！那榮耀的王將要進來！<sup>10</sup>榮耀的王是誰呢？萬軍之耶和華，他是榮耀的王！（細拉）

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。(太5:16)

2月22日 (星期三)

**經文 (早) 創8:1-22**

<sup>1</sup>神記念挪亞和挪亞方舟裡的一切走獸牲畜。神叫風吹地，水勢漸落。<sup>2</sup>淵源和天上的窗戶都閉塞了，天上的大雨也止住了。<sup>3</sup>水從地上漸退。過了一百五十天，水就漸消。<sup>4</sup>七月十七日，方舟停在亞拉臘山上。<sup>5</sup>水又漸消，到十月初一日，山頂都現出來了。<sup>6</sup>過了四十天，挪亞開了方舟的窗戶，<sup>7</sup>放出一隻烏鴉去；那烏鴉飛來飛去，直到地上的水都乾了。<sup>8</sup>他又放出一隻鴿子去，要看看水從地上退了沒有。<sup>9</sup>但遍地上都是水，鴿子找不著落腳之地，就回到方舟挪亞那裡，挪亞伸手把鴿子接進方舟來。<sup>10</sup>他又等了七天，再把鴿子從方舟放出去。<sup>11</sup>到了晚上，鴿子回到他那裡，嘴裡叨著一個新擰下來的橄欖葉子，挪亞就知道地上的水退了。<sup>12</sup>他又等了七天，放出鴿子去，鴿子就不再回來了。<sup>13</sup>到挪亞六百零一歲，正月初一日，地上的水都乾了。挪亞撤去方舟的蓋觀看，便見地面上乾了。<sup>14</sup>到了二月二十七日，地就都乾了。<sup>15</sup>神對挪亞說：<sup>16</sup>「你和你的妻子、兒子、兒婦都可以出方舟。<sup>17</sup>在你那裡凡有血肉的活物，就是飛鳥、牲畜，和一切爬在地上的昆蟲，都要帶出來，叫他在地上多多滋生，大大興旺。」<sup>18</sup>於是挪亞和他的妻子、兒子、兒婦都出來了。<sup>19</sup>一切走獸、昆蟲、飛鳥，和地上所有的動物，各從其類，也都出了方舟。<sup>20</sup>挪亞為耶和華築了一座壇，拿各類潔淨的牲畜、飛鳥獻在壇上為燔祭。<sup>21</sup>耶和華聞那馨香之氣，就心裡說：「我不再因人的緣故咒詛地（人從小時心裡懷著惡念），也不再按著我纔行的滅各種的活物了。<sup>22</sup>地還存留的時候，稼穡、寒暑、冬夏、晝夜就永不停息了。」

**經文 (晚) 詩25:1-7**

<sup>1</sup>（大衛的詩。）耶和華啊，我的心仰望你。<sup>2</sup>我的神啊，我素來倚靠你；求你不要叫我羞愧，不要叫我的仇敵向我誇勝。<sup>3</sup>凡等候你的必不羞愧；惟有那無故行奸詐的必要羞愧。<sup>4</sup>耶和華啊，求你將你的道指示我，將你的路教訓我！<sup>5</sup>求你以你的真理引導我，教訓我，因為你是救我的神。我終日等候你。<sup>6</sup>耶和華啊，求你記念你的憐憫和慈愛，因為這是亙古以來所常有的。<sup>7</sup>求你不要記念我幼年的罪愆和我的過犯；耶和華啊，求你因你的恩惠，按你的慈愛記念我。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。(太5:16)

2月23日（星期四）

**經文（早）創9:1-29**

<sup>1</sup>神賜福給挪亞和他的兒子，對他們說：「你們要生養眾多，遍滿了地。<sup>2</sup>凡地上的走獸和空中的飛鳥都必驚恐，懼怕你們，連地上一切的昆蟲並海裡一切的魚都交付你們的手。<sup>3</sup>凡活著的動物都可以作你們的食物。這一切我都賜給你們，如同菜蔬一樣。<sup>4</sup>惟獨肉帶著血，那就是他的生命，你們不可喫。<sup>5</sup>流你們血、害你們命的，無論是獸是人，我必討他的罪，就是向各人的弟兄也是如此。<sup>6</sup>凡流人血的，他的血也必被人所流，因為神造人是照自己的形像造的。<sup>7</sup>你們要生養眾多，在地上昌盛繁茂。」<sup>8</sup>神曉諭挪亞和他的兒子說：<sup>9</sup>「我與你們和你們的後裔立約，<sup>10</sup>並與你們這裡的一切活物、就是飛鳥、牲畜、走獸，凡從方舟裡出來的活物立約。<sup>11</sup>我與你們立約，凡有血肉的，不再被洪水滅絕，也不再被洪水毀壞地了。」<sup>12</sup>神說：「我與你們並你們這裡的各樣活物所立的永約是有記號的。<sup>13</sup>我把虹放在雲彩中，這就可作我與地立約的記號了。<sup>14</sup>我使雲彩蓋地的時候，必有虹現在雲彩中，<sup>15</sup>我便記念我與你們和各樣有血肉的活物所立的約，水就再不氾濫、毀壞一切有血肉的物了。<sup>16</sup>虹必現在雲彩中，我看見，就要記念我與地上各樣有血肉的活物所立的永約。」<sup>17</sup>神對挪亞說：「這就是我與地上一切有血肉之物立約的記號了。」<sup>18</sup>出方舟挪亞的兒子就是閃、含、雅弗。含是迦南的父親。<sup>19</sup>這是挪亞的三個兒子，他們的後裔分散在全地。<sup>20</sup>挪亞作起農夫來，栽了一個葡萄園。<sup>21</sup>他喝了園中的酒便醉了，在帳棚裡赤著身子。<sup>22</sup>迦南的父親含看見他父親赤身，就到外邊告訴他兩個弟兄。<sup>23</sup>於是閃和雅弗拿件衣服搭在肩上，倒退著進去，給他父親蓋上；他們背著臉就看不見父親的赤身。<sup>24</sup>挪亞醒了酒，知道小兒子向他所作的事，<sup>25</sup>就說：迦南當受咒詛，必給他弟兄作奴僕的奴僕；<sup>26</sup>又說：耶和華閃的神是應當稱頌的！願迦南作閃的奴僕。<sup>27</sup>願神使雅弗擴張，使他住在閃的帳棚裡；又願迦南作他的奴僕。<sup>28</sup>洪水以後，挪亞又活了三五百十年。<sup>29</sup>挪亞共活了九百五十歲就死了。

**經文（晚）詩25:8-15**

<sup>8</sup>耶和華是良善正直的，所以他必指示罪人走正路。<sup>9</sup>他必按公平引領謙卑人，將他的道教訓他們。<sup>10</sup>凡遵守他的約和他法度的人，耶和華都以慈愛誠實待他。<sup>11</sup>耶和華啊，求你因你的名赦免我的罪，因為我的罪重大。<sup>12</sup>誰敬畏耶和華，耶和華必指示他當選擇的道路。<sup>13</sup>他必安然居住；他的後裔必承受地土。<sup>14</sup>耶和華與敬畏他的人親密；他必將自己的約指示他們。<sup>15</sup>我的眼目時常仰望耶和華，因為他必將我的腳從網裡拉出來。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。(太5:16)

2月24日（星期五）

**經文（早）創10:1-32**

<sup>1</sup>挪亞的兒子閃、含、雅弗的後代記在下面。洪水以後，他們都生了兒子。<sup>2</sup>雅弗的兒子是歌篋、瑪各、瑪代、雅完、土巴、米設、提拉。<sup>3</sup>歌篋的兒子是亞實基拿、利法、陀迦瑪。<sup>4</sup>雅完的兒子是以利沙、他施、基提、多單。<sup>5</sup>這些人的後裔將各國的地土、海島分開居住，各隨各的方言、宗族立國。<sup>6</sup>含的兒子是古實、麥西、弗、迦南。<sup>7</sup>古實的兒子是西巴、哈腓拉、撒弗他、拉瑪、撒弗提迦。拉瑪的兒子是示巴、底但。<sup>8</sup>古實又生寧錄，他為世上英雄之首。<sup>9</sup>他在耶和華面前是個英勇的獵戶，所以俗語說：「像寧錄在耶和華面前是個英勇的獵戶。」<sup>10</sup>他國的起頭是巴別、以力、亞甲、甲尼、都在示拿地。<sup>11</sup>他從那地出來往亞述去，建造尼尼微、利河伯、迦拉，<sup>12</sup>和尼尼微、迦拉中間的利鮮，這就是那大城。<sup>13</sup>麥西生路低人、亞拿米人、利哈比人、拿弗土希人、<sup>14</sup>帕斯魯細人、迦斯路希人、迦斐託人；從迦斐託出來的有非利士人。<sup>15</sup>迦南生長子西頓，又生赫，<sup>16</sup>和耶布斯人、亞摩利人、革迦撒人、<sup>17</sup>希未人、亞基人、西尼人、<sup>18</sup>亞瓦底人、洗瑪利人、哈馬人，後來迦南的諸族分散了。<sup>19</sup>迦南的境界是從西頓向基拉耳的路上，直到迦薩，又向所多瑪、蛾摩拉、押瑪、洗扁的路上，直到拉沙。<sup>20</sup>這就是含的後裔，各隨他們的宗族、方言，所住的地土、邦國。<sup>21</sup>雅弗的哥哥閃，是希伯子孫之祖，他也生了兒子。<sup>22</sup>閃的兒子是以攔、亞述、亞法撒、路德、亞蘭。<sup>23</sup>亞蘭的兒子是烏斯、戶勒、基帖、瑪施。<sup>24</sup>亞法撒生沙拉；沙拉生希伯。<sup>25</sup>希伯生了兩個兒子，一個名叫法勒（就是分的意思），因為那時人就分地居住；法勒的兄弟名叫約坍。<sup>26</sup>約坍生亞摩答、沙列、哈薩瑪非、耶拉、<sup>27</sup>哈多蘭、烏薩、德拉、<sup>28</sup>俄巴路、亞比瑪利、示巴、<sup>29</sup>阿斐、哈腓拉、約巴，這都是約坍的兒子。<sup>30</sup>他們所住的地方是從米沙直到西發東邊的山。<sup>31</sup>這就是閃的子孫，各隨他們的宗族、方言，所住的地土、邦國。<sup>32</sup>這些都是挪亞三個兒子的宗族，各隨他們的支派立國。洪水以後，他們在地上分為邦國。

**經文（晚）詩25:16-22**

<sup>16</sup>求你轉向我，憐恤我，因為我是孤獨困苦。<sup>17</sup>我心裡的愁苦甚多，求你救我脫離我的禍患。<sup>18</sup>求你看顧我的困苦，我的艱難，赦免我一切的罪。<sup>19</sup>求你察看我的仇敵，因為他們人多，並且痛痛的恨我。<sup>20</sup>求你保護我的性命，搭救我，使我不致羞愧，因為我投靠你。<sup>21</sup>願純全、正直保守我，因為我等候你。<sup>22</sup>神啊，求你救贖以色列脫離他一切的愁苦。

**讚美/感恩/應許/祝福：****鑑戒/警告：****我的默想/禱告：****每周背誦經文**

你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。(太5:16)

2月25日（星期六）

**經文（早）創11:1-32**

<sup>1</sup>那時，天下人的口音、言語都是一樣。<sup>2</sup>他們往東邊遷移的時候，在示拿地遇見一片平原，就住在那裡。<sup>3</sup>他們彼此商量說：「來吧！我們要作磚，把磚燒透了。」他們就拿磚當石頭，又拿石漆當灰泥。<sup>4</sup>他們說：「來吧！我們要建造一座城和一座塔，塔頂通天，為要傳揚我們的名，免得我們分散在全地上。」<sup>5</sup>耶和華降臨，要看看世人所建造的城和塔。<sup>6</sup>耶和華說：「看哪，他們成為一樣的人民，都是一樣的言語，如今既作起這事來，以後他們所要作的事就沒有不成就的了。<sup>7</sup>我們下去，在那裡變亂他們的口音，使他們的言語彼此不通。」<sup>8</sup>於是耶和華使他們從那裡分散在全地上；他們就停工，不造那城了。<sup>9</sup>因為耶和華在那裡變亂天下人的言語，使眾人分散在全地上，所以那城名叫巴別（就是變亂的意思）。<sup>10</sup>閃的後代記在下面。洪水以後二年，閃一百歲生了亞法撒。<sup>11</sup>閃生亞法撒之後又活了五百年，並且生兒養女。<sup>12</sup>亞法撒活到三十五歲，生了沙拉。<sup>13</sup>亞法撒生沙拉之後又活了四百零三年，並且生兒養女。<sup>14</sup>沙拉活到三十歲，生了希伯。<sup>15</sup>沙拉生希伯之後又活了四百零三年，並且生兒養女。<sup>16</sup>希伯活到三十四歲，生了法勒。<sup>17</sup>希伯生法勒之後又活了四百三十年，並且生兒養女。<sup>18</sup>法勒活到三十歲，生了拉吳。<sup>19</sup>法勒生拉吳之後又活了二百零九年，並且生兒養女。<sup>20</sup>拉吳活到三十二歲，生了西鹿。<sup>21</sup>拉吳生西鹿之後又活了二百零七年，並且生兒養女。<sup>22</sup>西鹿活到三十歲，生了拿鶴。<sup>23</sup>西鹿生拿鶴之後又活了二百年，並且生兒養女。<sup>24</sup>拿鶴活到二十九歲，生了他拉。<sup>25</sup>拿鶴生他拉之後又活了一百一十九年，並且生兒養女。<sup>26</sup>他拉活到七十歲，生了亞伯蘭、拿鶴、哈蘭。<sup>27</sup>他拉的後代記在下面。他拉生亞伯蘭、拿鶴、哈蘭；哈蘭生羅得。<sup>28</sup>哈蘭死在他的本地迦勒底的吾珥，在他父親他拉之先。<sup>29</sup>亞伯蘭、拿鶴各娶了妻：亞伯蘭的妻子名叫撒萊；拿鶴的妻子名叫密迦，是哈蘭的女兒；哈蘭是密迦和亦迦的父親。<sup>30</sup>撒萊不生育，沒有孩子。<sup>31</sup>他拉帶著他兒子亞伯蘭和他孫子哈蘭的兒子羅得，並他兒婦亞伯蘭的妻子撒萊，出了迦勒底的吾珥，要往迦南地去；他們走到哈蘭，就住在那裡。<sup>32</sup>他拉共活了二百零五歲，就死在哈蘭。

**經文（晚）詩26:1-12**

<sup>1</sup>（大衛的詩。）耶和華啊，求你為我伸冤，因我向來行事純全；我又倚靠耶和華，並不搖動。<sup>2</sup>耶和華啊，求你察看我，試驗我，熬煉我的肺腑心腸。<sup>3</sup>因為你的慈愛常在我眼前，我也按你的真理而行。<sup>4</sup>我沒有和虛謊人同坐，也不與瞞哄人的同群。<sup>5</sup>我恨惡惡人的會，必不與惡人同坐。<sup>6</sup>耶和華啊，我要洗手表明無辜，纔環繞你的祭壇；<sup>7</sup>我好發稱謝的聲音，也要述說你一切奇妙的作為。<sup>8</sup>耶和華啊，我喜愛你所住的殿和你顯榮耀的居所。<sup>9</sup>不要把我的靈魂和罪人一同除掉；不要把我的生命和流人血的一同除掉。<sup>10</sup>他們的手中有奸惡，右手滿有賄賂。<sup>11</sup>至於我，卻要行事純全；求你救贖我，憐恤我！<sup>12</sup>我的腳站在平坦地方；在眾會中我要稱頌耶和華！

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。(太5:16)

2月26日（星期日）

**經文（早）創12:1-20**

<sup>1</sup>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。<sup>2</sup>我必叫你成為大國。我必賜福給你，叫你的名為大；你也要叫別人得福。<sup>3</sup>為你祝福的，我必賜福與他；那咒詛你的，我必咒詛他。地上的萬族都要因你得福。」<sup>4</sup>亞伯蘭就照著耶和華的吩咐去了；羅得也和他同去。亞伯蘭出哈蘭的時候年七十五歲。<sup>5</sup>亞伯蘭將他妻子撒萊和姪兒羅得，連他們在哈蘭所積蓄的財物、所得的人口，都帶往迦南地去。他們就到了迦南地。<sup>6</sup>亞伯蘭經過那地，到了示劍地方、摩利橡樹那裡。那時迦南人住在那地。<sup>7</sup>耶和華向亞伯蘭顯現，說：「我要把這地賜給你的後裔。」亞伯蘭就在那裡為向他顯現的耶和華築了一座壇。<sup>8</sup>從那裡他又遷到伯特利東邊的山，支搭帳棚；西邊是伯特利，東邊是艾。他在那裡又為耶和華築了一座壇，求告耶和華的名。<sup>9</sup>後來亞伯蘭又漸漸遷往南地去。<sup>10</sup>那地遭遇饑荒。因饑荒甚大，亞伯蘭就下埃及去，要在那裡暫居。<sup>11</sup>將近埃及，就對他妻子撒萊說：「我知道你是容貌俊美的婦人。<sup>12</sup>埃及人看見你必說：『這是他的妻子』，他們就要殺我，卻叫你存活。<sup>13</sup>求你說，你是我的妹子，使我因你得平安，我的命也因你存活。」<sup>14</sup>及至亞伯蘭到了埃及，埃及人看見那婦人極其美貌。<sup>15</sup>法老的臣宰看見了他，就在法老面前誇獎他。那婦人就被帶進法老的宮去。<sup>16</sup>法老因這婦人就厚待亞伯蘭，亞伯蘭得了許多牛、羊、駱駝、公驢、母驢、僕婢。<sup>17</sup>耶和華因亞伯蘭妻子撒萊的緣故，降大災與法老和他的全家。<sup>18</sup>法老就召了亞伯蘭來，說：「你這向我作的是甚麼事呢？為甚麼沒有告訴我他是你的妻子？<sup>19</sup>為甚麼說他是你的妹子，以致我把他取來要作我的妻子？現在你的妻子在這裡，可以帶他走吧。」<sup>20</sup>於是法老吩咐人將亞伯蘭和他妻子，並他所有的都送走了。

**經文（晚）詩27:1-6**

<sup>1</sup>（大衛的詩。）耶和華是我的亮光，是我的拯救，我還怕誰呢？耶和華是我性命的保障（或作：力量），我還懼誰呢？<sup>2</sup>那作惡的就是我的仇敵，前來喫我肉的時候就絆跌仆倒。<sup>3</sup>雖有軍兵安營攻擊我，我的心也不害怕；雖然興起刀兵攻擊我，我必仍舊安穩。<sup>4</sup>有一件事，我曾求耶和華，我仍要尋求：就是一生一世住在耶和華的殿中，瞻仰他的榮美，在他的殿裡求問。<sup>5</sup>因為我遭遇患難，他必暗暗的保守我；在他亭子裡，把我藏在他帳幕的隱密處，將我高舉在磐石上。<sup>6</sup>現在我得以昂首，高過四面的仇敵。我要在他的帳幕裡歡然獻祭；我要唱詩歌頌耶和華。

- 請先安靜自己，用禱告或心聲敬拜天父，或唱一、兩首詩歌讚美神。
- 反覆誦讀經文（甚至開聲），留心有甚麼關於神的屬性（祂是怎樣的一位神）和祂的工作（做了甚麼），化作讚美和感恩，留心有甚麼給你的鑑戒或警告、應許或祝福。
- 聆聽神對你所說的話，寫下你的重要心得和心聲。
- 化作祈禱，將自己和今天交託神，並記錄下來。

**讚美/感恩/應許/祝福：****鑑戒/警告：****我的默想/禱告：****每周背誦經文**

凡接待他的，就是信他名的人，他就賜他們權柄，作上帝的兒女。（約1:12）

2月27日（星期一）

**經文（早）創13:1-18**

<sup>1</sup>亞伯蘭帶著他的妻子與羅得，並一切所有的，都從埃及上南地去。<sup>2</sup>亞伯蘭的金、銀、牲畜極多。<sup>3</sup>他從南地漸漸往伯特利去，到了伯特利和艾的中間，就是從前支搭帳棚的地方，<sup>4</sup>也是他起先築壇的地方；他又在那裡求告耶和華的名。<sup>5</sup>與亞伯蘭同行的羅得也有牛群、羊群、帳棚。<sup>6</sup>那地容不下他們；因為他們的財物甚多，使他們不能同居。<sup>7</sup>當時，迦南人與比利洗人在那地居住。亞伯蘭的牧人和羅得的牧人相爭。<sup>8</sup>亞伯蘭就對羅得說：「你我不可相爭，你的牧人和我的牧人也不可相爭，因為我們是骨肉（原文是弟兄）。<sup>9</sup>遍地不都在你眼前麼？請你離開我：你向左，我就向右；你向右，我就向左。」<sup>10</sup>羅得舉目看見約但河的全平原，直到瑣珥，都是滋潤的，那地在耶和華未滅所多瑪、蛾摩拉以先如同耶和華的園子，也像埃及地。<sup>11</sup>於是羅得選擇約但河的全平原，往東遷移；他們就彼此分離了。<sup>12</sup>亞伯蘭住在迦南地，羅得住在平原的城邑，漸漸挪移帳棚，直到所多瑪。<sup>13</sup>所多瑪人在耶和華面前罪大惡極。<sup>14</sup>羅得離別亞伯蘭以後，耶和華對亞伯蘭說：「從你所在的地方，你舉目向東西南北觀看；<sup>15</sup>凡你所看見的一切地，我都要賜給你和你的後裔，直到永遠。<sup>16</sup>我也要使你的後裔如同地上的塵沙那樣多，人若能數算地上的塵沙纔能數算你的後裔。<sup>17</sup>你起來，縱橫走遍這地，因為我必把這地賜給你。」<sup>18</sup>亞伯蘭就搬了帳棚，來到希伯崙慢利的橡樹那裡居住，在那裡為耶和華築了一座壇。

**經文（晚）詩27:7-14**

<sup>7</sup>耶和華啊，我用聲音呼籲的時候，求你垂聽；並求你憐恤我，應允我。<sup>8</sup>你說：你們當尋求我的面。那時我心向你說：耶和華啊，你的面我正要尋求。<sup>9</sup>不要向我掩面。不要發怒趕逐僕人，你向來是幫助我的。救我的神啊，不要丟掉我，也不要離棄我。<sup>10</sup>我父母離棄我，耶和華必收留我。<sup>11</sup>耶和華啊，求你將你的道指教我，因我仇敵的緣故引導我走平坦的路。<sup>12</sup>求你不要把我交給敵人，遂其所願；因為妄作見證的和口吐凶言的，起來攻擊我。<sup>13</sup>我若不信在活人之地得見耶和華的恩惠，就早已喪膽了。<sup>14</sup>要等候耶和華！當壯膽，堅固你的心！我再說，要等候耶和華！

**讚美/感恩/應許/祝福：****鑑戒/警告：****我的默想/禱告：****每周背誦經文**

凡接待他的，就是信他名的人，他就賜他們權柄，作上帝的兒女。(約1:12)

2月28日（星期二）

**經文（早）創14:1-24**

<sup>1</sup>當暗拉非作示拿王，亞略作以拉撒王，基大老瑪作以攔王，提達作戈印王的時候，<sup>2</sup>他們都攻打所多瑪王比拉、蛾摩拉王比沙、押瑪王示納、洗扁王善以別，和比拉王；比拉就是瑣珥。<sup>3</sup>這五王都在西訂谷會合；西訂谷就是鹽海。<sup>4</sup>他們已經事奉基大老瑪十二年，到十三年就背叛了。<sup>5</sup>十四年，基大老瑪和同盟的王都來在亞特律加寧，殺敗了利乏音人，在哈麥殺敗了蘇西人，在沙微·基列亭殺敗了以米人，<sup>6</sup>在何利人的西珥山殺敗了何利人，一直殺到靠近曠野的伊勒巴蘭。<sup>7</sup>他們回到安密巴，就是加低斯，殺敗了亞瑪力全地的人，以及住在哈洗遜他瑪的亞摩利人。<sup>8</sup>於是所多瑪王、蛾摩拉王、押瑪王、洗扁王，和比拉王（比拉就是瑣珥）都出來，在西訂谷擺陣，與他們交戰，<sup>9</sup>就是與以攔王基大老瑪、戈印王提達、示拿王暗拉非、以拉撒王亞略交戰；乃是四王與五王交戰。<sup>10</sup>西訂谷有許多石漆坑。所多瑪王和蛾摩拉王逃跑，有掉在坑裡的，其餘的人都往山上逃跑。<sup>11</sup>四王就把所多瑪和蛾摩拉所有的財物，並一切的糧食都擄掠去了；<sup>12</sup>又把亞伯蘭的姪兒羅得和羅得的財物擄掠去了。當時羅得正住在所多瑪。<sup>13</sup>有一個逃出來的人告訴希伯來人亞伯蘭；亞伯蘭正住在亞摩利人幔利的橡樹那裡。幔利和以實各並亞乃都是弟兄，曾與亞伯蘭聯盟。<sup>14</sup>亞伯蘭聽見他姪兒（原文是弟兄）被擄去，就率領他家裡生養的精練壯丁三百一十八人，直追到但，<sup>15</sup>便在夜間，自己同僕人分隊殺敗敵人，又追到大馬色左邊的何把，<sup>16</sup>將被擄掠的一切財物奪回來，連他姪兒羅得和他的財物，以及婦女、人民也都奪回來。<sup>17</sup>亞伯蘭殺敗基大老瑪和與他同盟的王回來的時候，所多瑪王出來，在沙微谷迎接他；沙微谷就是王谷。<sup>18</sup>又有撒冷王麥基洗德帶著餅和酒出來迎接；他是至高神的祭司。<sup>19</sup>他為亞伯蘭祝福，說：「願天地的主、至高的神賜福與亞伯蘭！<sup>20</sup>至高的神把敵人交在你手裡，是應當稱頌的！」亞伯蘭就把所得的拿出十分之一來，給麥基洗德。<sup>21</sup>所多瑪王對亞伯蘭說：「你把人口給我，財物你自己拿去吧！」<sup>22</sup>亞伯蘭對所多瑪王說：「我已經向天地的主至高的神耶和華起誓：<sup>23</sup>凡是你的東西，就是一根線、一根鞋帶，我都不拿，免得你說：『我使亞伯蘭富足！』<sup>24</sup>只有僕人所喫的，並與我同行的亞乃、以實各、幔利所應得的分，可以任憑他們拿去。」

**經文（晚）詩28:1-9**

<sup>1</sup>（大衛的詩。）耶和華啊，我要求告你！我的磐石啊，不要向我緘默！倘若你向我閉口，我就如將死的人一樣。<sup>2</sup>我呼求你，向你至聖所舉手的時候，求你垂聽我懇求的聲音！<sup>3</sup>不要把我和惡人並作孽的一同除掉；他們與鄰舍說和平話，心裡卻是奸惡。<sup>4</sup>願你按著他們所作的，並他們所行的惡事待他們。願你照著他們手所作的待他們，將他們所應得的報應加給他們。<sup>5</sup>他們既然不留心耶和華所行的和他手所作的，他就必毀壞他們，不建立他們。<sup>6</sup>耶和華是應當稱頌的，因為他聽了我懇求的聲音。<sup>7</sup>耶和華是我的力量，是我的盾牌；我心裡倚靠他就得幫助。所以我心中歡樂，我必用詩歌頌讚他。<sup>8</sup>耶和華是他百姓的力量，又是他受膏者得救的保障。<sup>9</sup>求你拯救你的百姓，賜福給你的產業，牧養他們，扶持他們，直到永遠。

讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

凡接待他的，就是信他名的人，他就賜他們權柄，作上帝的兒女。（約1:12）

2月29日（星期三）

**經文（早）創15:1-21**

<sup>1</sup>這事以後，耶和華在異象中有話對亞伯蘭說：「亞伯蘭，你不要懼怕！我是你的盾牌，必大大的賞賜你。」<sup>2</sup>亞伯蘭說：「主耶和華啊，我既無子，你還賜我甚麼呢？並且要承受我家業的是大馬色人以利以謝。」<sup>3</sup>亞伯蘭又說：「你沒有給我兒子；那生在我家中的人就是我的後嗣。」<sup>4</sup>耶和華又有話對他說：「這人必不成為你的後嗣；你本身所生的纔成為你的後嗣。」<sup>5</sup>於是領他走到外邊，說：「你向天觀看，數算眾星，能數得過來麼？」又對他說：「你的後裔將要如此。」<sup>6</sup>亞伯蘭信耶和華，耶和華就以此為他的義。<sup>7</sup>耶和華又對他說：「我是耶和華，曾領你出了迦勒底的吾珥，為要將這地賜你為業。」<sup>8</sup>亞伯蘭說：「主耶和華啊，我怎能知道必得這地為業呢？」<sup>9</sup>他說：「你為我取一隻三年的母牛，一隻三年的母山羊，一隻三年的公綿羊，一隻斑鳩，一隻雛鴿。」<sup>10</sup>亞伯蘭就取了這些來，每樣劈開，分成兩半，一半對著一半地擺列，只有鳥沒有劈開。<sup>11</sup>有鷲鳥下來，落在那死畜的肉上，亞伯蘭就把他嚇飛了。<sup>12</sup>日頭正落的時候，亞伯蘭沉沉的睡了；忽然有驚人的大黑暗落在他身上。<sup>13</sup>耶和華對亞伯蘭說：「你要的確知道，你的後裔必寄居別人的地，又服事那地的人；那地的人要苦待他們四百年。<sup>14</sup>並且他們所要服事的那國，我要懲罰，後來他們必帶著許多財物從那裡出來。<sup>15</sup>但你要享大壽數，平平安安的歸到你列祖那裡，被人埋葬。<sup>16</sup>到了第四代，他們必回到此地，因為亞摩利人的罪孽還沒有滿盈。」<sup>17</sup>日落天黑，不料有冒煙的爐並燒著的火把從那些肉塊中經過。<sup>18</sup>當那日，耶和華與亞伯蘭立約，說：「我已賜給你的後裔，從埃及河直到伯拉大河之地，<sup>19</sup>就是基尼人、基尼洗人、甲摩尼人、<sup>20</sup>赫人、比利洗人、利乏音人、<sup>21</sup>亞摩利人、迦南人、革迦撒人、耶布斯人之地。」

**經文（晚）詩29:1-11**

<sup>1</sup>（大衛的詩。）神的眾子啊，你們要將榮耀、能力歸給耶和華，歸給耶和華！<sup>2</sup>要將耶和華的名所當得的榮耀歸給他，以聖潔的（的：或作為）妝飾敬拜耶和華。<sup>3</sup>耶和華的聲音發在水上；榮耀的神打雷，耶和華打雷在大水之上。<sup>4</sup>耶和華的聲音大有能力；耶和華的聲音滿有威嚴。<sup>5</sup>耶和華的聲音震破香柏樹；耶和華震碎利巴嫩的香柏樹。<sup>6</sup>他也使之跳躍如牛犢，使利巴嫩和西連跳躍如野牛犢。<sup>7</sup>耶和華的聲音使火焰分岔。<sup>8</sup>耶和華的聲音震動曠野；耶和華震動加低斯的曠野。<sup>9</sup>耶和華的聲音驚動母鹿落胎，樹木也脫落淨光。凡在他殿中的，都稱說他的榮耀。<sup>10</sup>洪水泛濫之時，耶和華坐著為王；耶和華坐著為王，直到永遠。<sup>11</sup>耶和華必賜力量給他的百姓；耶和華必賜平安的福給他的百姓。

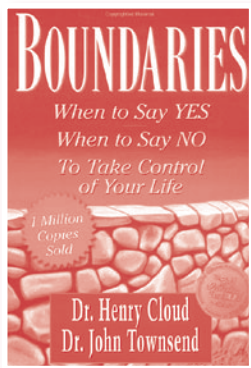
讚美/感恩/應許/祝福：

鑑戒/警告：

我的默想/禱告：

**每周背誦經文**

凡接待他的，就是信他名的人，他就賜他們權柄，作上帝的兒女。(約1:12)



書名：**Boundaries : When to Say YES, When to Say NO, To Take Control of Your Life**

作者： Henry Cloud , John Townsend  
出版社： 宣道出版社

“Boundaries are really about relationship, and finally about love...the goal of boundaries : love coming out of freedom.”

上述引自此書的句子吸引你嗎？此書幫助我認識自己多一點，例如發現自己對某些人的憤怒，是因自己界線出問題。學習訂立健康的界線，對我有什麼幫助呢？第一，界線保守我的心、給我心靈上的自由，因為訂立合宜的界線，幫助我的憤怒找到出路。第二，我願意訂立合宜的界線，即是為自己的感覺負責，因而能活得更自由。第三，訂立界線需要衝破一些迷思，例如訂立界線是否代表自私呢？這很值得我們反思。



希望這本書也能成為你的祝福！

成年C區 張偉

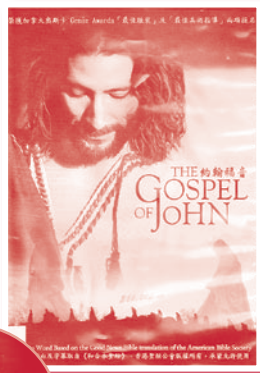
### 電影名稱: **Gospel of John (約翰福音)**

主演: Henry Ian Cusick

導演: Philip Saville

「約翰福音」電影是根據耶穌基督所愛的門徒約翰所寫《約翰福音》為藍本拍成的。本片榮獲加拿大奧斯卡金像獎。Peter Richardson率領多位著名聖經學者及神學家組成顧問委員會，仔細研究當時每個人物、每個場景、建築物、服飾，一絲不苟的拍成電影，展示在觀眾眼前。

我曾經到過以色列兩次，發現猶太民族跟我們中國人的風俗和習慣很不一樣。這片原著是英文，但為更加了解基督信仰，我建議大家可選擇中文字幕，這樣大家對以色列民族、門徒和耶穌更加明瞭。美中不足的是當基督死時，耶穌的母親和其他人面上都欠缺悲傷之情。



陳耀方