

乙年（馬可年）聖靈降臨主日
每日經課（2021/5/16-2021/5/23）
經文版（採用和合修訂版）



每日三讀三禱 運動

龐君華 撰

衛理門徒培育中心 印製

星期日 (5/16) 復活期第七主日

徒 1:15-17, 21-26 選出馬提亞加入使徒

【經文】

1:15 那時，有許多人聚會，約有一百二十名，彼得在弟兄中間站起來，說：

1:16 「諸位弟兄，聖經的話必須應驗。聖經中，聖靈曾藉大衛的口預先說到那領人來拿耶穌的猶大；

1:17 他本來算是我們中的一個，並且得了這一份使徒的職任。

1:21 所以，主耶穌在我們中間出入的整段時間，就是從約翰施洗起，直到主離開我們被接上升的日子為止，必須從那常與我們一起的人中，立一位與我們同作耶穌復活的見證。」

1:22 【併於上節】

1:23 於是他們推舉兩個人，就是那叫巴撒巴，又稱為猶士都的約瑟，和馬提亞。

1:24 眾人禱告說：「主啊，你知道萬人的心，求你從這兩個人中指明你所揀選的是哪一位，

1:25 去得這使徒的職任；這職位猶大已經丟棄，往自己的地方去了。」

1:26 於是眾人為他們搖籤，搖出馬提亞來；他就和十一個使徒同列。

【默想】

猶大失去了特別的使徒的職分，但是仍然要保持十二這個數字，因為十二是猶太人代表完全的數字，特別的使徒就如同新的 12 支派。也就是日後經過他們的見證而發展的群體是一個新的國度，這是一個承先啟後的過程。從經文中看到使徒的重要使命，就是見證復活的主。十二使徒是教會的基礎，所以教會也是新的，以見證復活主的信心團體。你是否意識到我們就是在這過程中，舊的國度開啟了我們對新的國度的想像。新的國度雖尚未完成，但是我們生活的見證，卻正在不斷的擴展她。順帶一提的是，使徒仍用搖籤的方式（參撒下 14:36-44），因為他們還沒有完整的聖經作為引導，也尚未熟悉聖靈的工作，所以這方式並不適用於日後教會中的選舉。你想為何見證基督的復活如此的重要，並要選定特別的見證者呢？身為這團體中的一份子，你如何繼續見證基督的復活？

詩 1 真福

【經文】

1:1 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([1.1-2]「思想」或譯「默念」。)他的律法；這人便為有福！

1:2 【併於上節】

1:3 他要像一棵樹栽在溪水旁，按時候結果子，葉子也不枯乾。凡他所做的盡都順利。

1:4 惡人並不是這樣，卻像糠粃被風吹散。

1:5 因此，當審判的時候惡人必站立不住，罪人在義人的會眾中也是如此。

1:6 因為耶和華知道義人的道路，惡人的道路卻必滅亡。

【默想】(請照徒 1:15-17, 21-26 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

約一 5:9-13 上帝兒子的生命

【經文】

5:9 既然我們領受人的見證，上帝的見證更該領受([5.9] 「該領受」：原文直譯「大」。)了，因為上帝的見證是為他兒子作的。

5:10 信上帝兒子的，就有這見證在他心裏；不信上帝的，就是把上帝當作說謊的，因為不信上帝為他兒子作的見證。

5:11 這見證就是：上帝賜給我們永生，而這永生是在他兒子裏面的。

5:12 那有上帝兒子的，就有生命；沒有上帝兒子的，就沒有生命。

5:13 我把這些話寫給你們信奉上帝兒子之名的人，要讓你們知道自己有永生。

【默想】

「相信」不是指頭腦上的認知，相信是接受上帝所見證的，我們成為祂的兒女，並也承受祂所賜永恆的生命，這一切從認識到信仰都是因耶穌基督的緣故，兒子的信心與僕人的信心不同，不是活在害怕，或耿耿於懷自己的表現如何，而是相信與天父的關係與愛，坦然無懼地愛上帝與愛人，即便有低潮與軟弱，隨時可回到父那裏，祂必憐憫接納。現時的你可有這樣的信心？

約 17:6-19 基督為門徒禱告

【經文】

17:6 「你從世上賜給我的人，我已把你的名顯明給他們。他們本是你的，你把他們賜給我，他們也遵守了你的道。

17:7 現在他們知道，你所賜給我的一切都是從你那裏來的；

17:8 因為你所賜給我的話，我已經賜給他們，他們也領受了，又確實知道，我是從

你出來的，並且信你差了我來。

17:9 我為他們祈求，不為世人祈求，卻為你所賜給我的人祈求，因他們本是你的。

17:10 凡是我的都是你的，你的也是我的，並且我因他們得了榮耀。

17:11 我到你那裏去；我不再留在世上，他們卻在世上。聖父啊，求你因你的名，就是你所賜給我的名，保守他們，使他們像我們一樣合而為一。

17:12 我與他們同在的時候，我奉你的名，就是你所賜給我的名，保守了他們，我也護衛了他們；其中除了那滅亡之子，沒有一個滅亡的，好使經上的話得以應驗。

17:13 現在我到你那裏去，我在世上說這些話，是要他們心裏充滿了我的喜樂。

17:14 我已把你的道賜給他們；世界恨他們，因為他們不屬世界，正如我不屬世界一樣。

17:15 我不求你把他們從世上接走，只求你保全他們，使他們脫離那惡者。

17:16 他們不屬世界，正如我不屬世界一樣。

17:17 求你用真理使他們成聖；你的道就是真理。

17:18 你怎樣差我到世上，我也照樣差他們到世上。

17:19 我為他們的緣故使自己分別為聖，為要使他們也因真理成聖。

【默想】

今日約翰福音的經文是耶穌離世前的禱告，也是一種大祭司的禱告，耶穌如何向天父形容屬於祂的人，祂祈禱我們合而為一，像祂與父那樣的標準。然而什麼是合一？合一不是統一，大家都在一個屋簷下；合一也不是要我們為此有一個表面的關係；合一之難，難在我們都是獨立的個體，我們有思想、有感受、有意見、有好惡，但是我們要付出自己，才能與另一群像自己一樣有獨立的人或團體合一，認同不同於自己的人。只有成熟的人才能付出自己，基督與上主都作了這個榜樣。你能真心地與不同傳統背景或信仰實踐的人或團體合一（共融）嗎？此外，我們是被差到不屬於我們的世界，上主必有祂的旨意，要我們在這種情況下學習與基督合一（靠祂的真理成聖），也學習放下自己與他人合一。我們是否能活得讓人看出我們是「不屬這個世界」，但又令人羨慕我們與上主的關係？

星期一 (5/17)

出 28:29-38 亞倫為人民禱告

【經文】

28:29 亞倫進聖所的時候，要把刻着以色列兒子名字的決斷胸袋帶着，放在心上，在耶和華面前常作紀念。

28:30 又要將烏陵和土明([28.30]「烏陵和土明」指祭司用以求問上帝旨意的神器。)放在決斷胸袋裏；亞倫進到耶和華面前的時候，要放在心上。這樣，亞倫在耶和華面前要把以色列人的決斷胸袋常常帶着，放在心上。」

28:31 (出 39 · 22-31)「你要做以弗得的外袍，顏色全是藍的。

28:32 袍上方的中間要留一個領口，領口周圍的領邊要以手藝編織而成，好像鎧甲的領口，免得破裂。

28:33 袍子下襬，就是下襬的周圍要用藍色、紫色、朱紅色紗做石榴，周圍的石榴中間要有金鈴鐺：

28:34 一個金鈴鐺一個石榴，一個金鈴鐺一個石榴，在袍子下襬的周圍。

28:35 亞倫供職的時候要穿這袍。他進入聖所到耶和華面前，以及出來的時候，袍上的鈴聲必被聽見，使他不至於死。

28:36 「你要用純金做一面牌，如同刻印章，在上面刻『歸耶和華為聖』。

28:37 要用藍色的帶子把牌繫在禮冠上，在禮冠的正前面。

28:38 這牌必在亞倫的額上，亞倫要擔當干犯聖物的罪孽；這聖物是以色列人在一切聖禮物上所分別為聖的。這牌要常在他的額上，使他們可以在耶和華面前蒙悅納。

【默想】

大祭司的工作並不容易，要冒著因不慎干犯神聖的罪而遭滅頂的危險，所以當他一個人在至聖所服事時，至聖所內傳出他袍子所發出的鈴聲，表示他還活著。他額頭上刻著「分別為聖」的金牌，保守他在上帝面前蒙悅納。許多人把事奉當作稀鬆平常的事，礙於情面投入服事，好像是給了上帝面子，這是很危險的事。從上帝對以色列人的教育過程中，在在顯示，「耶和華是烈火，是忌邪的上帝」(申命記 4:24)，服事他的人要分別為聖，不能帶著卑情下品，掉以輕心的服事，需要下定決心作出選擇「你們要選擇耶和華，要事奉祂...」(約書亞記 24)，你可想過選擇事奉，選擇

要「分別為聖」？

詩 115 上帝給選民的祝福

【經文】

115:1 耶和華啊，榮耀不要歸與我們，不要歸與我們；要因你的慈愛和信實歸在你的名下！

115:2 為何讓列國說「他們的上帝在哪裏」呢？

115:3 但是，我們的上帝在天上，萬事都隨自己的旨意而行。

115:4 他們的偶像是金的，是銀的，是人手所造的，

115:5 有口卻不能言，有眼卻不能看，

115:6 有耳卻不能聽，有鼻卻不能聞，

115:7 有手卻不能摸，有腳卻不能走，有喉卻不能說話。

115:8 造它們的要像它們一樣，凡靠它們的也必如此。

115:9 以色列啊，要倚靠耶和華！他是人的幫助和盾牌。

115:10 亞倫家啊，要倚靠耶和華！他是人的幫助和盾牌。

115:11 敬畏耶和華的人哪，要倚靠耶和華！他是人的幫助和盾牌。

115:12 耶和華向來眷念我們，他還要賜福，賜福給以色列家，賜福給亞倫家。

115:13 凡敬畏耶和華的，無論大小，主必賜福給他。

115:14 願耶和華使你們和你們的子孫日見增加。

115:15 你們蒙了耶和華的福，他是創造天地的主宰。

115:16 天，是耶和華的天；地，他卻給了世人。

115:17 死人不能讚美耶和華，下到寂靜([115.17]「寂靜」就是「死亡」。)中的也都不能。

115:18 但我們要稱頌耶和華，從今時直到永遠。哈利路亞！

【默想】(請照出 28:29-38 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

腓 1:3-11 保羅為腓立比教會禱告

【經文】

1:1 基督耶穌的僕人保羅和提摩太寫信給住腓立比、在基督耶穌裏的眾聖徒，以及諸位監督和執事。

1:2 願恩惠、平安([1.2] 「平安」或譯「和平」。)從我們的父上帝和主耶穌基督歸給你們！

1:3 我每逢想念你們，就感謝我的上帝，

1:4 每逢為你們眾人祈求的時候，總是歡歡喜喜地祈求，

1:5 因為從第一天直到如今，你們都同心合意興旺福音。

1:6 我深信，那在你們心裏動了美好工作的，到了耶穌基督的日子必完成這工作。

1:7 我為你們眾人有这样的想法原是應當的，因為你們常在我心裏；無論我是在捆鎖中，在辯明並證實福音的時候，你們都與我一同蒙恩。

1:8 我以基督耶穌的心腸切切想念你們眾人，這是上帝可以為我作證的。

1:9 我所禱告的就是：要你們的愛心，在知識和各樣見識上，不斷增長，

1:10 使你們能分辨是非，在基督的日子作真誠無可指責的人，

1:11 更靠着耶穌基督結滿仁義的果子，歸榮耀稱讚給上帝。

【默想】

腓立比書是一封保羅在喜樂的狀態下寫的書信，書信中洋溢著他的喜樂與對他所牧養過的教會的成長感到驕傲，以及向上主的感激。他期許信徒要「愛心在知識與見識上多而又多 (v.9)」，這是一種成熟的愛心，因為愛心若無知識，可能會「愛之適矣，而害之也」，所以愛與對人性、對生命、對愛的對象的認識要一同增長。此外，要作誠實無過的人，也要作結果子的人，前者是心靈的狀態，後者是生命要有果實，可以滋養周圍的人；想想我們可以如何使自己在愛心、誠實、豐盛的生命成果上能不斷的成長？

星期二 (5/18)

民 8:5-22 為事奉潔淨利未人

【經文】

8:5 耶和華吩咐摩西說：

8:6 「你要從以色列人中選出利未人來，潔淨他們。」

8:7 你要這樣做來潔淨他們：要用潔淨的水彈在他們身上，又叫他們用剃刀剃刮全身，洗淨衣服，潔淨自己。

8:8 然後他們要取一頭公牛犢，以及同獻的素祭，就是調油的細麵。你要另取一頭公牛犢作贖罪祭。

8:9 你要帶利未人到會幕前，並且要召集以色列全會眾。

8:10 你要把利未人帶到耶和華面前，以色列人要為利未人按手。

8:11 亞倫要從以色列人中將利未人奉獻([8.11]「奉獻」：原文直譯「搖一搖」；下同。)在耶和華面前，作為搖祭，使他們事奉耶和華。

8:12 利未人要按手在那兩頭牛的頭上；你要將一頭作贖罪祭，一頭作燔祭，獻給耶和華，為利未人贖罪。

【默想】

這一切的儀式都是要教育以色列人，要服事上帝需要被潔淨(祝聖 consecrated)，與亞倫「分別為聖」的意義相同，我們需思考，不能帶著世俗的價值與目標來服事上帝，牧職、或一般會友均需要如此自省。如果還追求世上的成就，就不要選擇事奉上帝，畢竟「事奉主」與「事奉瑪門」之間是沒有灰色地帶的，可惜的是一般服事的人還存著可以討好主，也可以討好世界的幻想，這就如同利未人「沒有剃乾淨」一樣。請問在服事中的你(不管那一種服事)，你可曾保持潔淨的心志？

詩 115 上帝給選民的祝福

【默想】(請照民 8:5-22 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

多 1:1-9 宣教的責任交託給保羅與提多

【經文】

1:1 上帝的僕人、耶穌基督的使徒保羅，為了使上帝的選民信從與認識合乎敬虔的真理 -

1:2 這真理是在盼望那無謊言的上帝在萬古之先所應許的永生，

1:3 到了適當的時機，藉着傳揚福音，把他的道顯明了；這傳揚的責任是按着我們的救主上帝的命令交託給我的 -

1:4 我寫信給在共同的信仰上作我真兒子的提多。願恩惠、平安([1.4] 「平安」或譯「和平」。) 從父上帝和我們的救主基督耶穌歸給你！

1:5 我從前把你留在克里特，是要你將那沒有辦完的事都辦妥，又照我所吩咐你的，在各城設立長老。

1:6 若有無可指責的人，只作一個婦人的丈夫，兒女也是信主的，沒有人告他們放蕩，不受約束，就可以設立。

1:7 監督既然是上帝的管家，必須無可指責、不自負、不暴躁、不酗酒、不好鬥、不貪財；

1:8 卻要樂意接待外人、好善、克己、正直、聖潔、節制，

1:9 堅守合乎教義的可靠之道，就能將健全的教導勸勉人，又能駁倒爭辯的人。

【默想】

真「認識」上主的人，就會樂於在生活中活出上主的要求。停留於口舌的不是真的認識，那只是理念上認識，沒有深度，只有在生活中才能真的認識主，你真的認識上主嗎？為了活出祂的要求，你肯付出代價嗎？再者，選擇服事的同工是一點也不能馬虎的，他要是「無可指責的人...」，在家庭中待人處事的見證，及對真道的認識與持守，在在都是很高的標準，如果教會還未有足夠這樣的人，千萬不能降低標準，應該寧缺勿濫，先把其他的事放在次要，先栽培出這樣水準的同工，雖然看來好像行動緩慢，但是日後服事卻有生命的見證；反之，雖然一時方便讓不合標準的人擔任服事同工，終久必會發現他們的問題會折損服事團隊的見證。身為信徒的你，也是立約的子民，應該立志成為上主的工人，所以也要在生活與真理上長進。你可曾放下對服事者生活聖潔的要求麼？

星期三 (5/19)

拉 9:5-15 以斯拉為人民禱告

【經文】

9:5 獻晚祭的時候我從愁煩中起來，穿着撕裂的衣服和外袍，雙膝跪下，向耶和華 - 我的上帝舉手，

9:6 說：「我的上帝啊，我抱愧蒙羞，不敢向你 - 我的上帝仰面，因為我們的罪孽

多到滅頂，我們的罪惡滔天。

9:7 從我們祖先的日子直到今日，我們的罪惡深重；因我們的罪孽，我們和君王、祭司都交在鄰國諸王的手中，被殺害，擄掠，搶奪，臉上蒙羞，正如今日的景況。

9:8 現在耶和華 - 我們的上帝暫且向我們施恩，為我們留下一些殘存之民，使我們如釘子釘在他的聖所，讓我們的上帝光照我們的眼目，使我們在受轄制之中稍微復興。

9:9 我們是奴僕，然而在受轄制之中，我們的上帝沒有丟棄我們，在波斯諸王面前向我們施恩，叫我們復興，能重建我們上帝的殿，修補毀壞之處，使我們在猶大和耶路撒冷有城牆。

9:10 「我們的上帝啊，既然如此，現在我們還有甚麼話可說呢？因為我們離棄了你的誠命，

9:11 就是你藉你僕人眾先知所吩咐的，說：『你們要去得為業之地是污穢之地，因列邦民族的污穢和可憎的事，叫這地從這邊到那邊都充滿了污穢。

9:12 現在，不可把你們的女兒嫁給他們的兒子，也不可為你們的兒子娶他們的女兒，永不可求他們的平安和他們的利益，這樣你們就可以強盛，吃這地的美物，並把這地留給你們的子孫永遠為業。』

9:13 我們因自己的惡行和大罪，遭遇這一切的事，但你 - 我們的上帝懲罰我們輕於我們罪所當得的，又為我們留下這些殘存之民。

9:14 我們豈可再違背你的誠命，與行這些可憎之事的民族結親呢？若我們這樣行，你豈不向我們發怒，將我們滅絕，以致沒有一個餘民或殘存之民嗎？

9:15 耶和華 - 以色列的上帝啊，你是公義的，我們才能剩下這些殘存之民，正如今日的景況。看哪，我們在你面前有罪惡，因此無人能在你面前站立得住。」

【默想】

以色列人過去國家百姓被分散的慘痛經歷使以斯拉的心思極為敏感，對於族人的混雜與外人通婚可能造成混亂，或模糊了他們作為上帝選民的意識等，令他感到一種族群「身分湮滅」的危機，這比起過去亡國前猶太人一味的想依賴與外族結盟，參照外族的文化以自救的情況，如今又稍嫌矯枉過正地變成排外，可見人的限制！但是以斯拉的憂心卻也是我們現代門徒的憂心，我們如何可以不被這世界的價值淹沒，失去依靠上主的心，又如何重重試探中，保持基督門徒的身份？在在都是當今「活出門徒標誌」的重要課題，您可曾為門徒的群體在當代資本主義社會或價值體系中「身分越來越模糊」而憂心麼？

詩 115 上帝給選民的祝福

【默想】(請照拉 9:5-15 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

約 16:16-24 憂愁要變為喜樂

【經文】

16:16 「不久，你們將不再見到我；再過不久，你們還要見到我。」

16:17 有幾個門徒彼此說：「他對我們說『不久，你們將不再見到我；再過不久，你們還要見到我』；又說『因我到父那裏去』。這是甚麼意思呢？」

16:18 於是門徒說：「他說([16:18] 有古卷沒有「他說」。)『不久』到底是甚麼意思呢？我們不明白他說甚麼。」

16:19 耶穌看出他們要問他，就對他們說：「我說『不久，你們將不再見到我；再過不久，你們還要見到我』，你們為這話彼此詢問嗎？」

16:20 我實實在在地告訴你們，你們將要痛哭，哀號，世人反要歡喜。你們將要憂愁，然而你們的憂愁要變成喜樂。

16:21 婦人生產的時候會憂愁，因為她的時候到了；但孩子一生出來，就不再記得那痛苦了，因為歡喜有一個人生在世上了。

16:22 你們現在也是憂愁，但我要再見到你們，你們的心就會有喜樂了；這喜樂沒有人能奪去。

16:23 到那日，你們甚麼也不會問我了。我實實在在地告訴你們，你們奉我的名無論向父求甚麼，他會賜給你們([16:23] 「你們奉我的名...賜給你們」：有古卷是「你們若向父求甚麼，他會因我的名賜給你們」)。

16:24 直到現在，你們沒有奉我的名求甚麼，如今你們求就必得着，使你們的喜樂得以滿足。」

【默想】

跟隨基督的門徒也會遇到「憂愁」、「痛哭」、「哀號」，但這一切就如同分娩前的陣痛，最後還是會以「喜樂」收場，試想一個自然生產的母親，當她從醫護的手中接過自己新生的嬰孩，那時她的喜悅一定壓過了剛才的生產之苦的記憶。人要經過「憂愁」而後「喜樂」，這是耶穌臨別時再三叮嚀門徒的，並且我們可以奉主的名祈求，主會在祈禱中與我們同在，回想過去在身處困境中的你是否常常以祈禱經歷主的同在？

星期四 (5/20)

創 2:4b-7 上帝將生命氣息吹進人的裡面

【經文】

2:4 這就是天地創造的來歷。在耶和華上帝造地和天的時候，

2:5 地上還沒有田野的草木，田間的菜蔬還沒有長出來，因為耶和華上帝還沒有降雨在地上，也沒有人耕種土地。

2:6 但是，有霧氣從地上騰，滋潤整個土地的表面。

2:7 耶和華上帝用地上的塵土造人，將生命之氣吹進他的鼻孔，這人就成為了有靈的活人([2.7]「有靈的活人」或譯「有生命的人」；參林前 15·45。)

【默想】

聖經第二個創造的故事提供我們對自身身分的認知。人是什麼？人是上主用最普通的素材(塵土)所造的；但人與上主有特殊的關係，他有上主的氣(靈)，所以他有自由意志，這是善惡樹被放在伊甸園的理由，人可以運用自由意志選擇與上主的關係。此外，人需要群體生活的，所以上主創造了配偶，這是人與人之間親密關係的原型，夫妻之間完全無須防衛遮蔽(衣服)，可以完全契合，這也成人類社會關係的理想。換言之，人類家庭中的關係是由人與上主的關係為基礎，也是人與其他人關係的起點。你與上主的關係如何？不要以感覺來衡量，請從你的生活方式來考量這個問題。

詩 33:12-22 上帝是我們的幫助，我們的盾牌

【經文】

33:12 以耶和華為上帝的，那國有福了！耶和華揀選為自己產業的，那民有福了！

33:13 耶和華從天上觀看，看見所有的人，

33:14 從他的居所察看地上每一個居民，

33:15 他塑造他們的心，洞察他們一切的作為。

33:16 君王不能因兵多得勝，勇士不能因力大得救。

33:17 靠馬得救是枉然的，馬也不能因力大救人。

33:18 看哪，耶和華的眼目看顧敬畏他和仰望他慈愛的人，

33:19 要救他們的性命脫離死亡，使他們在饑荒中存活。

33:20 我們的心向來等候耶和華；他是我們的幫助，是我們的盾牌。

33:21 我們的心必靠他歡喜，因為我們向來倚靠他的聖名。

33:22 耶和華啊，求你照着我們所仰望你的，向我們施行慈愛！

【默想】(請照徒 1:1-11 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

林前 15:42b-49 屬靈的生命與形象

【經文】

15:42 死人復活也是這樣。所種的是會朽壞的，復活的是不朽壞的；

15:43 所種的是羞辱的，復活的是榮耀的；所種的是軟弱的，復活的是強壯的；

15:44 所種的是血肉的身體，復活的是靈性的身體。既有血肉的身體，也就有靈性的身體。

15:45 經上也是這樣記着說：「首先的人亞當成了有生命的人」；末後的亞當成了賜生命的靈。

15:46 但是，不是屬靈的在先，而是屬血肉的在先，然後才是屬靈的。

15:47 第一個人是出於地，是屬於塵土；第二個人是出於天。

15:48 那屬塵土的怎樣，凡屬塵土的也都怎樣；屬天的怎樣，凡屬天的也都怎樣。

15:49 就如我們既有屬塵土的形像，將來也必有屬天的形像。

【默想】

為要承受上主的國，我們身、心、靈都需要轉變，復活就是這一切總的轉變，這樣才能進入上主的國，好像要在海底生活，那麼就必須有鰓，否則不能長期適應水中的生活。復活不是死後才開始的，復活是從我們決志要接受上主預備的恩典開始就同時是步向復活，也就是步向上主之國。你有把握你已在復活的路上，你的生命已開始發生變化嗎？

星期五 (5/21)

伯 37:1-13 上帝大能的氣息

【經文】

37:1 「因此我心戰兢，從原處移動。

37:2 聽啊，聽他轟轟的聲音，是上帝口中所發的響聲。

37:3 他發響聲震遍天下，他的閃電直到地極。

37:4 隨後，人聽見他的聲音，是那轟轟的聲音；他發出威嚴的雷聲，而不加以遏止。

37:5 上帝發出奇妙的雷聲；他行大事，我們不能測透。

37:6 他對雪說：『要降在地上』；對大雨和暴雨也是這樣說。

37:7 他封住各人的手，叫所造的萬人都知道他的作為。

37:8 野獸進入穴中，臥在自己洞內。

37:9 暴風來自內宮，寒冷出於狂風。

37:10 上帝噓氣成冰，凝結寬闊之水，

37:11 使密雲盛滿水氣，烏雲散佈閃電。

37:12 雲藉着他的指引遊行旋轉，在世界的地面上行他一切所吩咐的，

37:13 或為責罰，或為他的地，或為慈愛，都是他所行的。

【默想】

這是約伯的友人以利戶突然插入的一段長篇的話，打斷了約伯對自身遭遇不解的提問。以利戶雖不能看出上帝計畫的全貌，所以仍然以「惡有惡報」的觀念回應約伯，這樣的回應至多只能說是對了一半，因為有些受苦不是來自惡報，而是主使他們受苦，以帶來醫治（如基督），但是他卻也無意中道出了上帝大能的一面，祂的話語一出，或祂一噓氣，都帶出莫大的力量，這就是那位創造我們，賦予我們生命氣息的主。祂的意念高過我們的意念，祂的道路高過我們的道路。雖然我們看不透苦難的盡頭，但我們仍相信祂仍掌管著這個祂所創造的世界。疫情肆虐下，你可有這樣的信心？

詩 33:12-22 上帝是我們的幫助，我們的盾牌

【默想】（請照伯 37:1-13 的領悟，用本詩篇作為祈禱）

林前 15:50-57 死被得勝吞滅

【經文】

15:50 弟兄們，我要告訴你們的是：血肉之軀不能承受上帝的國，必朽壞的也不能承受不朽壞的。

15:51 我如今把一件奧祕的事告訴你們：我們不是都要睡覺，而是都要改變，

15:52 就在一剎那，眨眼之間，號筒末次吹響的時候。因號筒要吹響，死人要復活成為不朽壞的，我們也要改變。

15:53 這會朽壞的必須變成([15.53]「變成」：原文直譯「穿」；下同。)不朽壞的；這會死的總要變成不會死的。

15:54 當這會朽壞的變成不朽壞的，這會死的變成不會死的，那時經上所記「死亡已被勝利吞滅了」的話就應驗了。

15:55 「死亡啊！你得勝的權勢在哪裏？死亡啊！你的毒刺在哪裏？」

15:56 死亡的毒刺就是罪，罪的權勢就是律法。

15:57 感謝上帝，他使我們藉着我們的主耶穌基督得勝。

【默想】

復活就是對死亡的勝利，使死亡不再成為罪的權勢影響下的生命的品質，死亡也不再成為生命的轄制；如詩人 John Donne 所說「一覺醒來後，死亡也就死亡了」，我們真能如此「視死如歸」的珍惜現在的生活，勇於面對未來嗎？在聽到最後號角想起前，我們當如何生活的有意義？



星期四 (5/20)



星期五 (5/21)

星期六 (5/22)

出 15:6-11 上帝吹氣拯救以色列

【經文】

15:6 耶和華啊，你的右手施展能力，大顯榮耀；耶和華啊，你的右手摔碎仇敵。

15:7 你大發威嚴，摧毀了你的敵人；你發出烈怒，吞滅他們如同碎稭。

15:8 因你鼻中的氣，水就聚成堆，大水豎立如壘，海的中心深水凝結。

15:9 仇敵說：『我要追趕，我要追上，我要分擄物，在他們身上滿足我的心願，我要拔刀，親手毀滅他們。』

15:10 你用風一吹，海水就淹沒他們；他們像鉛沉在大水之中。

15:11 「耶和華啊，眾神明中，誰能像你？誰能像你，至聖至榮，可頌可畏，施行奇事！

【默想】

整首讚美的詩歌裏，洋溢著他們的讚嘆，他們經歷到他們跨過了不可能跨過的鴻溝，舉起了他們不可能舉起的重量，這一切都不是他們自己的力量，這是上主的力量，他們非常的清楚，但這個力量卻成為自己的力量，「耶和華是我的力量！」這是何等令他們振奮的經歷，日後他們還要經歷這種力量。但是可曾想到唱詩讚美之後，會在什麼情況下還會經歷這種力量呢？豈不是在超過我們能力的挑戰時，我們才會再有這樣的經歷嗎？你預備好這樣的經歷嗎？「上主是我的力量！」

詩 33:12-22 上帝是我們的幫助，我們的盾牌

【默想】(請照出 15:6-11 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

約 7:37-39 聖靈的活水江河

【經文】

7:37 節期的最後一天，就是最隆重的一天，耶穌站着，喊着說：「人若渴了，到我這裏來喝！

7:38 信我的人，就如經上所說：『從他腹中將流出活水的江河來。』」

7:39 耶穌這話是指信他的人要受聖靈說的；那時還沒有賜下聖靈，因為耶穌還沒有得到榮耀。

【默想】

住棚節期是猶太人一年中重要的節日，一方面慶祝秋收，一方面紀念上主帶領他們

出埃及流落曠野的日子，節期的最後，祭司會取西羅亞池子的水，帶領群眾遊街，最後注入聖壇邊的盆中；這時百姓歡呼「你們必從救恩的泉源歡然取水（以賽亞 12:3）」。所以此刻耶穌說自己是解人內在真正饑渴的活水時，所造成的震撼，是因為這是一個宣稱，是對上主救贖計畫在自己身上的解釋。這樣的宣稱是無法繼續辯論下去的，祂迫使人採取立場，用信心選擇對這宣稱的態度，你如何面對這樣的宣稱呢？

星期日 (5/23) 聖靈降臨節/五旬節 (Pentecost) / 衛斯理更新主日

徒 2:1-21 被聖靈充滿

【經文】

2:1 五旬節那日到了，他們全都聚集在一起。

2:2 忽然，有響聲從天上下來，好像一陣大風吹過，充滿了他們所坐的整座屋子；

2:3 又有舌頭如火焰向他們顯現，分開落在他們每個人身上。

2:4 他們都被聖靈充滿，就按着聖靈所賜的口才說起別國的話來。

2:5 那時，有從天下各國來的虔誠的猶太人，住在耶路撒冷。

2:6 這聲音一響，許多人都來聚集，各人因為聽見門徒用他們各自的鄉談說話，就甚納悶，

2:7 都詫異驚奇說：「看哪，這些說話的不都是加利利人嗎？」

2:8 我們每個人怎麼聽見他們說我們生來所用的鄉談呢？」

2:9 我們帕提亞人、瑪代人、以攔人，和住在美索不達米亞、猶太、加帕多家、本都、亞細亞、

2:10 弗呂家、旁非利亞、埃及的人，並靠近古利奈的利比亞一帶地方的人，僑居的羅馬人，

2:11 包括猶太人和皈依猶太教的人，克里特人和阿拉伯人，都聽見他們用我們的鄉談講論上帝的大作為。」

2:12 眾人就都驚奇困惑，彼此說：「這是甚麼意思呢？」

2:13 還有人譏誚，說：「他們是灌滿了新酒吧！」

2:14 彼得和十一個使徒站起來，他就高聲向眾人說：「猶太人和所有住在耶路撒冷的人哪，這件事你們要知道，要側耳聽我的話。

2:15 這些人並不像你們所想的喝醉了，因為現在才早晨九點鐘。

2:16 這正是藉着先知約珥所說的：

2:17 『上帝說：在末後的日子，我要將我的靈澆灌凡血肉之軀的。你們的兒女要說預言；你們的少年要見異象；你們的老人要做異夢。

2:18 在那些日子，我要把我的靈澆灌，甚至給我的僕人和婢女，他們要說預言。

2:19 在天上，我要顯出奇事，在地下，我要顯出神蹟，有血，有火，有煙霧。

2:20 太陽要變為黑暗，月亮要變為血，這都在主大而光榮的日子未到以前。

2:21 那時，凡求告主名的都必得救。』

【默想】

這是第一個聖靈降臨節，因為是五旬節的大日子，所以許多「猶僑」返鄉，就在這個時機，聖靈強烈的工作在門徒當中，也在群眾當中。當時的情形我們無法親見，但是他們引起極大的注意，並且突破了語言的限制，使大家都能得到信息，彼得說這個情景是應驗了先知約珥的話（約珥書 2:28-32），精義是日子已來到，聖靈的工作像水一樣灑下來，所有人（凡有血氣的）都可以得到信息，這是彼得的開場白。我們可以想像當時的情景，一個煥然一新的時代要開始了，前面的工作（選民、約、獻祭、被擄、彌賽亞、降生、受難、復活）都已經進行了，現在一個新的時代要宣布展開了。你能否感受到我們正置身在這個新的時代中，一起見證、參與、完成上主的計畫？

或結 37:1-14 枯骨復甦

【經文】

37:1 耶和華的手按在我身上。耶和華藉着他的靈帶我出去，把我放在平原中，平原遍滿骸骨。

37:2 他使我從骸骨的四圍經過，看哪，平原上面的骸骨甚多，看哪，極其枯乾。

37:3 他對我說：「人子啊，這些骸骨能活過來嗎？」我說：「主耶和華啊，你是知道的。」

37:4 他又對我說：「你要向這些骸骨說預言，對它們說：枯乾的骸骨啊，要聽耶和華的話。」

【默想】

即使環境看起來有如乾透的白骨，令人絕望且在無任何生命的氣息。然而即便這樣，上帝仍然會復甦過來。復活期中，你可曾真的有這樣的盼望，這不是在言及將來的事，是此刻的事，「時候將到，現在就是了」，上主的靈已將復活的生命力量賜下給你，給我，有給一切願意接受復活生命的人。要感受到這樣的生命力量，惟有在黑

暗之中，絕望的困境裏。你曾否感受過復活的生命力量？你可曾經歷失望、甚至絕望呢？

詩 104:24-34, 35b 你使地面更換為新

【經文】

104:24 耶和華啊，你所造的何其多！都是你用智慧造成的；全地遍滿了你所造之物。

104:25 那裏有海，又大又廣，其中有無數的動物，大小活物都有。

104:26 那裏有船行走，有你所造的力威亞探([104.26]「力威亞探」是音譯，一種海獸。)悠游在其中。

104:27 這些都仰望你按時給牠們食物。

104:28 你給牠們，牠們就拾起來；你張手，牠們就飽得美食。

104:29 你轉臉，牠們就驚惶；你收回牠們的氣，牠們就死亡，歸於塵土。

104:30 你差遣你的靈，牠們就受造；你使地面更換為新。

104:31 願耶和華的榮耀存到永遠！願耶和華喜愛自己所造的！

104:32 他看地，地便震動；他摸山，山就冒煙。

104:33 我一生要向耶和華唱詩！我還活的時候，要向我的上帝歌頌！

104:34 願他悅納我的默念！我要因耶和華歡喜！

104:35 願罪人從世上消滅！願惡人歸於無有！

【默想】(請照徒 2:1-21 或 結 37:1-4 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

羅 8:22-27 聖靈為我們禱告 (或徒 2:1-21 被聖靈充滿，參前文)

【經文】

8:22 我們知道，一切受造之物一同呻吟，一同忍受陣痛，直到如今。

8:23 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，等候得着兒子的名分，就是我們的身體得救贖。

8:24 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？

8:25 但我們若盼望那看不見的，我們就耐心等候。

8:26 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。

8:27 那鑒察人心的知道聖靈所體貼的，因為聖靈照着上帝的旨意替聖徒祈求。

【經文】

生命的救贖，就是我們生命中與上主溝通的功能恢復了，猶如子女與父母親的溝通，過去是有阻礙的，如今是可以溝通無礙了，又好像電流因為短路而無法流通，如今可以暢然無阻了。約翰衛斯理的比喻是，好像可以呼吸空氣了，聖靈就如同空氣。你與上主的溝通是否暢通？有什麼阻礙使你無法坦然地面對祂？我們和萬物都在一個尚未完成，仍有缺憾的世界之中，在我們所盼望的「完成」來臨之前，我們惟有在信心中忍耐的等候。若遇到軟弱時，我們可以依靠聖靈（那已經應許要賜給我們的），仍帶著盼望勝過目前所受的苦楚？

約 15:26-27; 16:4b-15 耶穌差真理的聖靈來到

【經文】

15:26 「但我要從父那裏差保惠師來，就是從父出來的那真理的靈，他來的時候要為我作見證。

15:27 你們也要作見證，因為你們從起初就與我同在。」

16:4 我對你們說了這些事，是要在他們做這些事的時候，你們會想起我對你們說過的話。」「我起先沒有對你們說這些事，因為我一直與你們同在。

16:5 現在我要到差我來的父那裏去，你們中間卻沒有人問我『你去哪裏？』

16:6 只因我對你們說了這些事，你們就滿心憂愁。

16:7 然而，我把真情告訴你們，我去對你們是有益的。我若不去，保惠師就不會到你們這裏來；我若去，就差他到你們這裏來。

16:8 他來的時候，要為罪、為義，為審判，指證世人；

16:9 為罪，是因他們不信我；

16:10 為義，是因我到父那裏去，你們將不再見到我；

16:11 為審判，是因這世界的統治者已受了審判。

16:12 「我還有好些事要告訴你們，但你們現在擔當不了（[16.12] 「擔當不了」或譯「不能領會」。）。

16:13 但真理的靈來的時候，他要引導你們進入一切真理。因為他不是憑着自己說的，而是把他所聽見的都說出來，並且要把將要來的事向你們傳達。

16:14 他要榮耀我，因為他要把從我領受的向你們傳達。

16:15 凡父所有的都是我的，所以我說，他要把從我領受的向你們傳達。」

主日講道筆記：



參加每日讀經計畫：將每日心得，請用掃描或手機攝影後，檔案寄 disciple@methodist.org.tw 或以 Line 傳送給衛理門徒培育中心，蕭湘逸姊妹