

聖週八天靈修



遇 · 苦

2023年4月1日至8日

禮賢會香港堂編制

(如欲轉載·請列明出處)

第一版: 2019年4月

預苦期（Lent，或譯大齋期、四旬期）乃教會傳統中之重要節期。就是從聖灰日（Ash Wednesday）至復活節（Easter）期間的四十天*。

在這四十天，信徒透過屬靈操練作自省、認罪、克己，體驗受苦並思想基督捨己犧牲的生命榜樣。因此，信徒在這期間會以禁食、禱告、行善、分享，具體地踐行信仰，學習捨己與犧牲。

在此鼓勵你，在這八天的靈修默想期間，也同步學習在生命上具體地踐行，在生活中切實地與苦難會遇。

* 主日不包括在內：因每主日都是記念基督復活的日子

靈修建議：

1. 選擇合適的時間及地點，讓自己專注、不受騷擾。
2. 先以禱告、短詩開始。
3. 慢慢讀出列出之經文，至少兩次，慢慢咀嚼經文。
4. 翻到【經文思考】，嘗試回答。
5. 再進入【個人反省】，細心省察。
6. 以【祈禱】為自己及他人禱告。

¹⁶「你們禁食的時候，不可像那假冒為善的人，臉上帶著愁容；因為他們蓬頭垢面，故意讓人看出他們在禁食。我實在告訴你們，他們已經得了他們的賞賜。¹⁷你禁食的時候，要梳頭洗臉，¹⁸不要讓人看出你在禁食，只讓你隱祕中的父看見；你父在隱祕中察看，必然賞賜你。」

¹⁹「不要為自己在地上積蓄財寶；地上有蟲子咬，能銹壞，也有賊挖洞來偷。²⁰要在天上積蓄財寶；天上沒有蟲子咬，不會銹壞，也沒有賊挖洞來偷。²¹因為你的財寶在哪裏，你的心也在哪裏。」

(馬太福音 6 章 16-21 節)

經文思考

1. 在宗教行為/屬靈操練的實踐上，主耶穌責備那種表現？
2. 你認為這些外表虔誠的背後動機是？
3. 形容天父在「隱祕中」是要強調甚麼？
4. 得到賞賜(16 節、18 節)與下文重複的「積蓄財寶」有甚麼關係？

個人反省

1. 為何我們會著緊地上/別人的評價與獎賞，過於天上/天父所賞賜的？
2. 在預苦期的刻己操練中，「只讓你隱祕中的父看見」對你有甚麼啟迪？

祈禱

請為自己完成聖週 8 天靈修祈禱。

安安逸逸就是真富足？

2/4(日)

¹³ 人群中有一個人對耶穌說：「老師！請你吩咐我的兄弟和我分家產。」¹⁴ 耶穌對他說：「你這個人！誰立我作你們的判官，或給你們分家產的呢？」¹⁵ 於是他對他們說：「你們要謹慎自守，躲避一切的貪心，因為人的生命不在於家道豐富。」

¹⁶ 然後他用比喻對他們說：「有一個財主，田地出產豐富。¹⁷ 他自己心裏想：『我的出產沒有地方儲藏，怎麼辦呢？』¹⁸ 就說：『我要這麼辦：要把我的倉庫拆了，另蓋更大的，在那裏好儲藏我一切的糧食和財物，¹⁹ 然後要對我自己說：你這個人哪，你有許多財物積存，可供多年享用，只管安安逸逸吃喝快樂吧！』²⁰ 上帝卻對他說：『無知的人哪！今夜就要你的性命，你所預備的要歸誰呢？』²¹ 凡為自己積財，在上帝面前卻不富足的，也是這樣。」

（路加福音 12 章 13-21 節）

經文思考

1. 13 節所描述那人，他的關注是甚麼？
2. 16 至 19 節的比喻中，那人說話的對像是誰？這反映甚麼？
3. 「然後，我要對我的靈魂說：『靈魂啊，你擁有許多好東西，足夠享用多年，你可以輕鬆、吃、喝、慶祝吧！』(19 節) 從這翻譯，你有甚麼新的發現？

個人反省

1. 隨著富裕而有的「輕鬆、吃、喝、慶祝」，這些享樂給你有甚麼感覺？
2. 在甚麼情況下，致富會導致我們更自我、更孤獨？
3. 回想一件曾「躲避一切的貪心」的經驗，為此反思並感恩。

祈禱

為這幾天同步靈修的弟兄姊妹禱告，求主激勵群體的心

²⁵ 有一個律法師起來試探耶穌，說：「老師！我該做甚麼才可以承受永生？」²⁶ 耶穌對他說：「律法上寫的是甚麼？你是怎樣念的呢？」²⁷ 他回答說：「你要盡心、盡性、盡力、盡意愛主—你的上帝，又要愛鄰如己。」²⁸ 耶穌對他說：「你回答得正確，你這樣做就會得永生。」²⁹ 那人要證明自己有理，就對耶穌說：「誰是我的鄰舍呢？」

³⁰ 耶穌回答：「有一個人從耶路撒冷下耶利哥去，落在強盜手中。他們剝去他的衣裳，把他打個半死，丟下他走了。³¹ 偶然有一個祭司從那條路下來，看見他就從另一邊過去了。³² 又有一個利未人來到那裏，看見他，也照樣從另一邊過去了。³³ 可是，有一個撒瑪利亞人路過那裏，看見他就動了慈心，³⁴ 上前用油和酒倒在他的傷處，包裹好了，扶他騎上自己的牲口，帶他到旅店裏去，照應他。³⁵ 第二天，他拿出兩個銀幣來，交給店主，說：『請你照應他，額外的費用，我回來時會還你。』³⁶ 你想，這三個人哪一個是落在強盜手中那人的鄰舍呢？」³⁷ 他說：「是憐憫他的。」耶穌對他說：「你去，照樣做吧！」

(路加福音 10 章 25-37 節)

經文思考

1. 這「好撒瑪利亞人」比喻的背景是源於律法師的提問，他最關注的是甚麼？
2. 祭司、利未人與撒瑪利亞人都「看見」，但隨後對他們有何描述？
3. 試比較 30 節中強盜所作的，與 34-35 節撒瑪利亞人所作的，有何呼應的地方？

個人反省

1. 「承受永生」與「關懷弱者」是不能切割的，你在這方面實踐上有何感受或困惑？
2. 但為何我卻會選擇「從另一邊過去了」？
3. 試回想一件別人對你「動了慈心」的經歷，這經歷如何鼓勵你也向他人「動了慈心」呢？

祈禱

請為眾弟兄姊妹禱告，求主更新眾人的心。

¹你要大聲喊叫，不要停止；要揚聲，好像吹角；向我的百姓宣告他們的過犯，向雅各家陳述他們的罪惡。²他們天天尋求我，樂意明白我的道，好像行義的國家，未離棄它的上帝的典章；他們向我求問公義的判詞，喜悅親近上帝。³「我們禁食，你為何不看呢？我們刻苦己心，你為何不理會呢？」

看哪，你們禁食的時候仍追求私利，剝削為你們做苦工的人。⁴看哪，你們禁食，卻起紛爭興訟，以兇惡的拳頭打人。你們今日這種禁食無法使你們的聲音聽聞於高處。⁵這豈是我要的禁食，為人所用以刻苦己心的日子嗎？我難道只是叫人如蘆葦般低頭，鋪上麻布和灰燼嗎？你能稱此為禁食，為耶和華所悅納的日子嗎？

⁶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？

⁷豈不是要把食物分給飢餓的人，將流浪的窮人接到家中，見赤身的給他衣服遮體，而不隱藏自己避開你的骨肉嗎？

⁸這樣，必有光如晨光破曉照耀你，你也要快快得到醫治；你的公義在你前面行，耶和華的榮光必作你的後盾。⁹那時你求告，耶和華必應允；你呼求，他必說：「我在這裏。」

（以賽亞書 58 章 1-9 節）

經文思考

1. 2 節：「他們天天尋求我，樂意明白我的道（原文：道路）」反映百姓有何表現？
2. 3 節上：他們期望藉刻苦的行為得到甚麼？
3. 3 下-5 節：在虔誠的操練行為中，這些百姓又有何其他表現？為何導致上帝責備？
4. 6-7 節：上帝所要求的是甚麼？
5. 8-9 節：如若明白並真實踐行禁食，上帝會如何回應群體？

個人反省

1. 我曾否以刻苦的宗教行為來換取上帝的回報？上帝又有何回應？
2. 在宗教行為上追求虔誠容易？還是「鬆開、解開、折斷、分給...」容易？為甚麼？
3. 請為自己生命能活出真正的虔誠，並突破慣性禱告。

祈禱

請為所有出席受苦節聖樂崇拜的弟兄姊妹禱告，求主讓眾人藉信息、詩歌、聖餐領受恩典。

¹弟兄們，我們要把上帝賜給馬其頓眾教會的恩惠告訴你們：²他們在患難中受大考驗的時候，仍然滿有喜樂，在極度貧窮中還格外顯出他們樂捐的慷慨。³我可以證明，他們是按著能力，而且超過了能力來捐助，主動⁴再三懇求我們，准他們在這供給聖徒的善事上有份；⁵並且他們所做的，不但照我們所期望的，更照上帝的旨意先把自己獻給主，又給了我們。⁶因此，我們勸提多，既然在你們中間開始這慈善的事，就當把它辦成。⁷既然你們在信心、口才、知識、萬分的熱忱，以及我們對你們的愛心上，都勝人一等，那麼，當在這慈善的事上也要勝人一等。⁸我說這話，並不是命令你們，而是藉著別人的熱忱來考驗你們愛心的真誠。⁹你們知道我們主耶穌基督的恩典：他本是富足，卻為你們成了貧窮，好使你們因他的貧窮而成為富足。¹⁰我在這事上把我的意見告訴你們，是對你們有益，因為你們開始辦這事，而且起此心意已經有一年了。¹¹如今就當辦成這事，既然有願做的心，也當照你們所有的去辦成。¹²因為人只要有願做的心，必照他所有的蒙悅納，並不是照他所沒有的。¹³我不是要別人輕鬆，你們受累，而是要均勻：¹⁴就是要你們現在的富餘補他們的不足，使他們的富餘將來也可以補你們的不足，這就均勻了。¹⁵如經上所記：多收的沒有餘，少收的也沒有缺。

(哥林多後書 8 章 1-15 節)

經文思考

1. 保羅藉馬其頓眾教會的榜樣激勵哥林多教會，在第 2-3 節對他們有何描述？另對他們的形容（大、極度、滿有）有何含意？
2. 4 節：准他們在這供給聖徒的善事上「有份」，這詞在原文就是「團契/相交」，其重點是？
3. 7、9 節：保羅藉哪兩方面鼓勵群體行善？
4. 13-14 節：保羅強調的「均勻」是如何促成的？

個人反省

1. 團契相交與慷慨行善能如何連上關係？
2. 我們藉著主耶穌及其他人的生命榜樣，今天已成為富足，你會如何運用這富足呢？
3. 在今天追求個人資本的世界中，你會如何回應「均勻」這踐行呢？

祈禱

請為出席受苦節聖樂崇拜的弟兄姊妹禱告，求主預備眾人的心。

¹¹所以，你們要記得：從前你們按肉體是外邦人，是「沒受割禮的」；這名字是那些憑人手在肉身上「受割禮的人」所取的。¹²要記得那時候，你們與基督無關，與以色列選民團體隔絕，在所應許的約上是局外人，而且在世上沒有指望，沒有上帝。¹³從前你們是遠離上帝的人，如今卻在基督耶穌裏，靠著他的血，已經得以親近了。

¹⁴因為他自己是我們的和平，使雙方合而為一，拆毀了中間隔絕的牆，而且以自己的身體終止了冤仇，¹⁵廢掉那記在律法上的規條，為要使兩方藉著自己造成一個新人，促成了和平；¹⁶既在十字架上消滅了冤仇，就藉這十字架使雙方歸為一體，與上帝和好，¹⁷並且來傳和平的福音給你們遠處的人，也傳和平給那些近處的人，¹⁸因為我們雙方藉著他，在同一位聖靈裏得以進到父面前。

¹⁹這樣，你們不再是外人或客旅，是與聖徒同國，是上帝家裏的人了，²⁰被建造在使徒和先知的根基上，而基督耶穌自己為房角石，²¹靠著他整座房子連接得緊湊，漸漸成為在主裏的聖殿。²²你們也靠他同被建造，成為上帝藉著聖靈居住的所在。

(以弗所書 2 章 11-22 節)

經文思考

1. 外邦人乃「沒受割禮的」，保羅在 12 節用那些字眼描述他們「那時候」的身份處境？
2. 13 節：從前的身份處境如今怎樣被扭轉？
3. 14-18 節：試找出其中描述主耶穌的動詞，祂在十字架的救贖行動與不斷重複的「和平」及「雙方」有何關係？
4. 19-22 節：保羅以甚麼的圖畫描繪外邦人今天與眾聖徒的關係？

個人反省

1. 你曾怎樣實踐「和平的行動」以回應基督的救恩？「受苦」給你有何新的啟發？
2. 我們都原是「外邦人」，今天不再「被隔絕」，而是「同被建造的房子、成為在主裏的聖殿、上帝的居所」，這給你並群體有甚麼提醒？

祈禱

請為明晚的講員、詩班、事奉人員、及所有出席的弟兄姊妹禱告，求主悅納我們所呈獻的。

¹⁰ 我靠主大大喜樂，因為你們關懷我的心如今又表現了出來；其實你們一直都關懷我，只是沒有機會罷了。¹¹ 我並不是因缺乏而說這話，因為我已經學會無論在甚麼景況都可以知足。¹² 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，任何事情，任何景況，我都得了祕訣。¹³ 我靠著那加給我力量的，凡事都能做。¹⁴ 然而，你們能和我分擔憂患是一件好事。

¹⁵ 腓立比人哪，你們也知道我開始傳福音、離開馬其頓的時候，在收支的事上，除了你們以外，並沒有別的教會和我分擔。¹⁶ 就是我在帖撒羅尼迦，你們也一再差人來供給我的需用。¹⁷ 我並不求甚麼饋贈，只求你們的果子不斷增多，歸在你們的賬上。¹⁸ 但我已經如數收到，並且有餘；我已經充足，因我從以巴弗提受了你們的饋贈，當作極美的香氣，為上帝所接納、所喜悅的祭物。¹⁹ 我的上帝必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裏，使你們一切所需用的都充足。²⁰ 願榮耀歸給我們的父上帝，直到永永遠遠。阿們！

(腓立比書 4 章 10-20 節)

經文思考

1. 保羅在 12 節所描述的「任何事情，任何景況」是甚麼？而 11 節他表示已學會甚麼？
2. 13 節：保羅有何領悟，以致能深信「我靠著那加給我力量的，凡事都能做」？
3. 「需用」這詞在 16 及 19 節重複出現，兩次有甚麼分別？
4. 17 節：在缺乏之下，反而保羅求的是甚麼？

個人反省

1. 「已經學會無論在甚麼景況都可以知足」是你的心聲嗎？你會如何為自己禱告？
2. 14 節：「你們能和我分擔憂患（困苦）是一件好事」對你有何啟發？

祈禱

請你為缺乏或逼迫中的信徒代禱，求主賜他們力量，身處苦難也能靠主凡事都能作。

⁹ 此後，我觀看，看見有許多人，沒有人能計算，是從各邦國、各支派、各民族、各語言來的，站在寶座和羔羊面前，身穿白衣，手拿棕樹枝，¹⁰ 大聲喊著說：「願救恩歸於坐在寶座上我們的上帝，也歸於羔羊！」

¹¹ 眾天使都站在寶座和眾長老，以及四個活物的周圍，俯伏在寶座前，敬拜上帝，¹² 說：「阿們！頌讚、榮耀、智慧、感謝、尊貴、權能、力量都歸於我們的上帝，直到永永遠遠。阿們！」

¹³ 長老中有一位回應我說：「這些穿白衣的是誰？是從哪裏來的？」¹⁴ 我對他說：「我主啊，你是知道的。」他向我說：「這些人是從大患難中出來的，他們曾用羔羊的血把衣裳洗得潔白。¹⁵ 所以，他們在上帝寶座前，晝夜在他殿中事奉他；那坐在寶座上的要用帳幕覆庇他們。¹⁶ 他們不再飢，不再渴；太陽必不傷害他們，任何炎熱也不傷害他們，¹⁷ 因為寶座中的羔羊必牧養他們，領他們到生命水的泉源；上帝必擦去他們一切的眼淚。」

(啟示錄 7 章 9-17 節)

經文思考

1. 9 節：那不能計算的「許多人」，聖經如何描述他們？他們又有何行動、表現？
2. 13-14 節：這身「穿白衣」的群體還有甚麼特徵？
3. 主對撒狄教會內少數人的稱讚（3 章 4 節），「穿白衣」代表他們得勝與堅守真道，那麼這與「大患難」有何關係？
4. 15-17 節：他們與坐寶座的主，有何互動？當中多次表達的「不」要強調甚麼？

個人反省

1. 若將來因堅守真道而經歷「大患難」，你對自己至終能「穿白衣」有信心嗎？為甚麼？
2. 「不再飢、不再渴、不受傷害」這有關末後的應許，對於你目前的困境有何提醒？
3. 當認定「寶座中的羔羊必牧養他們，領他們到生命水的泉源」，你會怎樣為自己與落在苦難中的群體感恩和祈求呢？

祈禱

請為所有目前身處大患難中的基督徒代禱。

