

2024

馬可年
乙未

聖靈降臨節後第廿四主日至聖靈降臨節後第廿五主日

2024.11.03-2024.11.10

(經文採用和合修訂版)

聖經

每日 3 讀 3 禱

禱告

龐君華 撰

衛理門徒培育中心 印製

本資料由 (台灣) 衛理神學研究院 宣教牧養研究中心「宣教支援計劃」提供



當代門徒運動的探索

一個衛理宗背景的視野

主講人：龐君華牧師

新循道運動本身，其實就是一場門徒運動。這運動的場景是在18世紀的英國，原本是為了要追求成為真正的基督跟隨者，而不只是「差不多的基督徒」的一種覺醒。事實上，這也是我們當代信徒的課題：如何在所處的時代，以及不同文化的氛圍下成為基督真正的跟隨者。這其中涉及了自詡領受上主恩典的人們，應如何看待及回應我們生活中來自世界的挑戰？以及在我們的時代中，要如何走出心靈的「混亂」，進入一種恩典下的「紀律」，以致我們能活出「盡心、盡性、盡意愛主我們的上帝，又能愛鄰舍如己」的精神。

本講座即為一同探討：這場運動如何在今日華人社會中，活出基督真正的跟隨者，並以實際的門徒生活，繼續基督在這世上的使命。

台北衛理堂2樓大堂

9/29(日) 13:00-16:00

第一講 門徒的日常： 在家修行的修士

內容：

1. 門徒旅程的起點：心靈甦醒
2. 以基督為中心：淺談文化中談靈性深度
3. 重新思考靈性生活的同在
4. 祈禱：獨白？對話？從連結觀
5. 靜默：沈默中的轉化力量（在資訊爆炸的時代談安靜）
6. 一種由來已久的操練：用聖經祈禱，傾心靜聽的實踐

過去一個月
你有開始操練
每日靈修了嗎？

12/15(日) 13:00-16:00

第二講 門徒的群體： 隱修院外的靈修社群

內容：

1. 各種修道院的修行生活，兼談衛斯理與修會的淵源
2. 新的修道群體：誓願與立約
3. 委身（獻出自己）的實踐
4. 在社群中操練心靈重塑：大教會中的小教會
5. 從心靈的更新，到世界的更新：行動中的默觀
6. 當代門徒小組的實踐芻議：如何開始，如何進行

星期日(11/03)聖靈降臨節後第二十四主日

得 1:1-18 路得堅持與拿娥米一起

【經文】

1:1 士師統治的時候，國中有饑荒。在猶大的伯利恆，有一個人帶着妻子和兩個兒子往摩押地去寄居。

1:2 這人名叫以利米勒，他的妻子名叫拿娥米；他兩個兒子，一個名叫瑪倫，一個名叫基連，都是猶大伯利恆的以法他人。他們到了摩押地，就住在那裏。

1:3 後來拿娥米的丈夫以利米勒死了，剩下她和兩個兒子。

1:4 兩個兒子娶了摩押女子，一個名叫俄珥巴，第二個名叫路得，在那裏住了約有十年。

1:5 瑪倫和基連二人也死了，剩下拿娥米，沒有丈夫，也沒有兒子。

1:6 拿娥米與兩個媳婦起身，要從摩押地回去，因為她在摩押地聽見耶和華眷顧自己的百姓，賜糧食給他們。

1:7 她和兩個媳婦就起行，離開所住的地方，上路回猶大地去。

1:8 拿娥米對兩個媳婦說：「你們各自回娘家去吧！願耶和華恩待你們，像你們待已故的人和我一樣。

1:9 願耶和華使你們各自在新的丈夫家中得歸宿！」於是拿娥米與她們親吻，她們就放聲大哭，

1:10 對她說：「不，我們要與你一同回你的百姓那裏去。」

1:11 拿娥米說：「我的女兒啊，回去吧！為何要跟我去呢？我還能生兒子作你們的丈夫嗎？」

1:12 我的女兒啊，回去吧！我年紀老了，不能再有丈夫。就算我還有希望，今夜有丈夫，而且也生了兒子，

1:13 你們豈能等着他們長大呢？你們能守住自己不嫁人嗎？我的女兒啊，不要這樣。我比你們更苦，因為耶和華伸手擊打我。」

1:14 兩個媳婦又放聲大哭，俄珥巴與婆婆吻別，但是路得卻緊跟着拿娥米。

1:15 拿娥米說：「看哪，你嫂嫂已經回她的百姓和她的神明那裏去了，你也跟你嫂嫂回去吧！」

1:16 路得說：「不要勸我離開你，轉去不跟隨你。你往哪裏去，我也往哪裏去；你在哪裏住，我也在哪裏住；你的百姓就是我的百姓；你的上帝就是我的上帝。」

1:17 你死在哪裏，我也死在哪裏，葬在哪裏。只有死能使你我分離；不然，願耶和華重重懲罰我！」

1:18 拿娥米見路得決意要跟自己去，就不再對她說甚麼了。

【默想】

以利米勒一家想逃避飢荒的災難，不料卻又陷入另一個更深的絕境，這是以利米勒一家的遭遇，作為家長的以利米勒客死他鄉，接著兩個兒子也死了，留下三位寡婦，頓時一切指望都滅絕了，這整個艱苦的歷程，正好與拿娥米名字的意義「甜」字相反。拿娥米正應驗了「寡婦死兒子沒有指望了」的俗語。請問你是否察覺周圍有人陷在某種困境而看不到出路？請今天就為他們祈禱，想想能試著為他們做點什麼？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

1:16 路得說：「不要勸我離開你，轉去不跟隨你。你往哪裏去，我也往哪裏去；你在哪裏住，我也在哪裏住；你的百姓就是我的百姓；你的上帝就是我的上帝。」

詩 146 上帝扶起被壓下的人

【經文】

146:1 哈利路亞！我的心哪，你要讚美耶和華！

146:2 我一生要讚美耶和華！我還活着的時候要歌頌我的上帝！

146:3 你們不要倚靠君王，不要倚靠世人，他一點也不能幫助。

146:4 他的氣一斷，就歸回塵土，他所打算的，當日就消滅了。

146:5 以雅各的上帝為幫助、仰望耶和華 - 他上帝的，這人有福了！

146:6 耶和華造天、地、海和其中的萬物，他守信實，直到永遠。

146:7 他為受欺壓的伸冤，賜食物給飢餓的人。耶和華釋放被囚的，

146:8 耶和華開了盲人的眼睛，耶和華扶起被壓下的人，耶和華喜愛義人。

146:9 耶和華保護寄居的，扶持孤兒和寡婦，卻使惡人的道路彎曲。

146:10 耶和華要作王，直到永遠！錫安哪，你的上帝要作王，直到萬代！

哈利路亞！

【默想】(請閱讀詩篇經文後，安靜默想，有那句話或那一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

來 9:11-14 藉基督的寶血得救贖

【經文】

9:11 但現在基督已經來到，作了已實現的美事的大祭司，經過那更大更全備的帳幕，不是人手所造，也不是屬於這世界的；

9:12 他不用山羊和牛犢的血，而是用自己的血，只一次進入至聖所就獲得了永遠的贖罪。

9:13 若山羊和公牛的血，以及母牛犢的灰，灑在不潔的人身上，尚且使人成聖，身體潔淨，

9:14 何況基督的血，他藉着永遠的靈把自己無瑕疵地獻給上帝，更能洗淨我們 ([9.14]「我們」：有古卷是「你們」。)的良心，除去致死的行為，好事奉那位永生的上帝。

【默想】

基督作為真正有效的祭司，不是像一般祭司，只是行禮如儀地按照手冊辦事，處理人們所獻的牲口，將之宰殺、燒化、分食而已。這位祭司在過去祭司制度的基礎下，必須要在會幕或聖殿實行獻祭儀式，讓人感到已完成上帝的要求，解決了人與上帝之間的虧欠，然後才能進入院內。基督的工作與此極不相同，首先我們要進入的不是人手所造的帳幕，是進入到上帝恩典的領域中，基督所獻的祭不是一般的牲口，而是祂自己，祂所灑的不是動物的血，是祂自己所流的寶血，祂不必逢年過節地重複獻祭，祂是一次而永遠有效地獻上。祂這種的獻祭不會只是使人良心暫時得到安撫而已，祂的獻祭著實地感動我們也願意獻上自己，這種「願意獻出」的心志，就能洗淨我們的良心，也才能「使人成聖」，「除去致死的行為，好事奉(崇拜)那位永生的上帝」。你也願意像這位祭司，願意「獻出自己」成為活祭嗎？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應(並建議將心得記下)

9:14 何況基督的血，他藉着永遠的靈把自己無瑕疵地獻給上帝，更能洗淨我們的良心，除去致死的行為，好事奉那位永生的上帝。

可 12:28-34 愛上帝、愛人如己

【經文】

12:28 耶穌回答得好，就問他說：「誠命中哪一條是第一呢？」

12:29 耶穌回答：「第一是：『以色列啊，你要聽，主 - 我們的上帝是獨一的主。」

12:30 你要盡心、盡性、盡意、盡力愛主 - 你的上帝。』

12:31 第二是：『要愛鄰([12.31]「鄰」也可譯作「人」；33 節同。)如己。』再沒有比這兩條誠命更大的了。」

12:32 那文士對耶穌說：「好，老師，你說得對，上帝是一位，除了他以外，再沒有別的了；

12:33 並且盡心、盡智、盡力愛他，又愛鄰如己，要比一切燔祭和祭祀好得多。」

12:34 耶穌見他回答得有智慧，就對他說：「你離上帝的國不遠了。」從此以後，沒有人敢再問他甚麼。

【默想】

耶穌進一步闡釋了律法的總綱，其實就是愛上帝及愛人兩大領域，這就是「大誠命」，律法的一切內涵可用愛上主與愛人來表達，這其中的次序不能顛倒，愛上主成為真正愛人的基礎。愛上主是要盡一切所能地愛，因為這種愛只有上主才配得，若用這種愛來愛其他的東西，那就是拜偶像。能這樣愛上主的人，才會懂得真正的愛，才能無私地愛自己與愛他人。你是用怎樣的愛來愛上主呢？你如何珍惜自己，並且也愛你周圍的人呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

12:29 耶穌回答：「第一是：『以色列啊，你要聽，主 - 我們的上帝是獨一的主。」

12:30 你要盡心、盡性、盡意、盡力愛主 - 你的上帝。』

12:31 第二是：『要愛鄰如己。』再沒有比這兩條誠命更大的了。」

星期一(11/4)

得 2:15-23 波阿斯保護路得

【經文】

2:15 她又起來拾取麥穗，波阿斯吩咐僕人說：「她即使在禾捆中拾取麥穗，也不可羞辱她。

2:16 你們還要從捆裏抽一些出來，留給她拾取，不可責備她。」

2:17 這樣，路得在田間拾取麥穗，直到晚上。她把所拾取的麥穗打了約有一伊法的大麥。

2:18 路得把所拾取的帶進城去給婆婆看，又把她吃飽所剩的拿出來，給了婆婆。

2:19 婆婆問她說：「你今日在哪裏拾取麥穗？在哪裏做工呢？願那照顧你的得福。」

路得告訴婆婆她在誰那裏做工，說：「我今日在一個名叫波阿斯的人那裏做工。」

2:20 拿娥米對媳婦說：「願那人蒙耶和華賜福，因為他不斷地恩待活人死人。」拿娥米又對她說：「那人是我們本族的人，是一個可以贖我們產業的至親。」

2:21 摩押女子路得說：「他還對我說：『你要緊跟着我的僕人拾取麥穗，直到他們把我所有的莊稼收割完畢。』」

2:22 拿娥米對媳婦路得說：「女兒啊，你要跟着他的女僕出去，免得你在別人的田間受人騷擾。」

2:23 於是路得緊跟着波阿斯的女僕拾取麥穗，直到大麥和小麥收割完畢。路得仍與婆婆同住。

【默想】

路得將遇到波阿斯的經過告訴了婆婆拿俄米，這時拿俄米突然提起，原來波阿斯是其中一位「可以贖我們的至親」，意指波阿斯是可以有權利繼承以利米勒之名，承接其產業，甚至以「弟接兄之寡嫂」的律法精神，為以利米勒家立後。於是這個至親就成了他們一家可能的盼望，一時之間黑暗的前途彷彿出現了一道曙光，這是來自律法原則限制下的盼望。在律法中，一個人的財產在他的親屬中有權贖回者（原文為 *goel*，呂振中版聖經翻譯為「贖回者」），就如〈路得記〉中波阿斯的角色，有權贖回路得死去的丈夫的產業，以及娶他的妻子，在他的名下立後嗣，使原本沒有希望的重新有盼望。在救贖的意義上，基督，這位「救贖主」，就如同

這位至親 *goel*，在我們沒有盼望時，成為我們的盼望。請問你是否對現時所處的環境感到失望，好像都看不見希望？你是否也期待有一道曙光，可為你帶來盼望？請仔細想想你覺得這段經文有何重要的意涵？你可否在信仰的眼光中發現一道早已存在的曙光？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

2:20 拿娥米對媳婦說：「願那人蒙耶和華賜福，因為他不斷地恩待活人死人。」拿娥米又對她說：「那人是我們本族的人，是一個可以贖我們產業的至親。」

詩 18:20-30 他的律例我未曾丟棄

【經文】

18:20 耶和華必按我的公義報答我，按我手中的清潔賞賜我。

18:21 因為我遵守耶和華的道，未曾作惡離開我的上帝。

18:22 他的一切典章常在我面前，他的律例我也未曾丟棄。

18:23 我在他面前作了完全人，我也保護自己遠離罪孽。

18:24 所以耶和華按我的公義，在他眼前按我手中的清潔賞賜我。

18:25 慈愛的人，你以慈愛待他；完全的人，你以完善待他。

18:26 清潔的人，你以清潔待他；歪曲的人，你以彎曲待他。

18:27 困苦の百姓，你必拯救；高傲的眼目，你使他降卑。

18:28 你必點亮我的燈；耶和華 - 我的上帝必照明我的黑暗。

18:29 我藉着你衝入敵軍，藉着我的上帝跳過城牆。

18:30 至於上帝，他的道是完全的；耶和華的話是純淨的。凡投靠他的，他就作他們的盾牌。

【默想】(請閱讀詩篇經文後，安靜默想，有那句話或那一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

羅 12:17-21; 13:8-10 愛完全了律法

【經文】

12:17 不要以惡報惡，眾人以為美的事要留心去做。

12:18 若是可行，總要盡力與眾人和睦。

12:19 各位親愛的，不要自己伸冤，寧可給主的憤怒留地步，因為經上記着：「主

說：『伸冤在我，我必報應。』」

12:20 不但如此，「你的仇敵若餓了，就給他吃；若渴了，就給他喝。因為你這樣做，就是把炭火堆在他的頭上。」

12:21 不要被惡所勝，反要以善勝惡。

13:8 你們除了彼此相愛，對任何人都不可虧欠甚麼，因為那愛人的就成全了律法。

13:9 那不可姦淫，不可殺人，不可偷盜，不可貪婪，或別的誡命，都包括在「愛鄰([13.9]「鄰」也可譯作「人」。)如己」這一句話之內了。

13:10 愛是不對鄰人作惡，所以愛就成全了律法。

【默想】

保羅在羅馬書第 12 章開始，由教義的講論進入基督徒生活的實踐，所以在開首的第 1 節，保羅勸我們要決定人生的基本態度，就是要將自己「獻上當作活祭」，在這個基本的態度下，我們的生活原則上要達致「以善勝惡」的效果。仔細想想其實這是極不容易的處事方式。當遇到惡意的對待時，以惡勝惡似乎是較容易採取的反應，但是這樣至多只能帶來嚇阻的效應，惡與恐懼仍然主宰著我們的心靈。以善勝惡是需要付代價的，要有耐心，要有足夠的時間，甚至有時還會受傷，這樣的態度背後需要的是滿滿的愛。若真是被上帝的愛所激勵，以基督為典範，很自然地就會循著基督的教訓「要愛你的仇敵」的態度待人；連仇敵都能愛，自然也能彼此相愛，於是愛就成全了律法，使律法不至於成為形式、口號，或不憐憫人的藉口，如被耶穌責備的法利賽人一般，也惟有這樣的愛才能成為改變世界或周遭環境的力量。請問你的信仰群體可有關懷、憐憫的行動或事工？是什麼態度或力量推動著你們的生活或行動呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

12:21 不要被惡所勝，反要以善勝惡。

星期二(11/5)

得 3:1-7 拿娥米的方法

【經文】

3:1 路得的婆婆拿娥米對她說：「女兒啊，我不該為你找個歸宿，使你享福嗎？」

3:2 你與波阿斯的女僕常在一處，現在，波阿斯不是我們的親人嗎？看哪，他今夜將在禾場簸大麥。

3:3 你要沐浴抹膏，穿上外衣，下到禾場，一直到那人吃喝完了，都不要讓他認出你來。

3:4 他躺下的時候，你看準他躺臥的地方，就進去掀露他的腳，躺臥在那裏，他必告訴你所當做的事。」

3:5 路得說：「凡你所吩咐我的，我必遵行。」

3:6 路得就下到禾場，照她婆婆吩咐她的一切去做。

3:7 波阿斯吃喝完了，心情暢快，就去躺臥在麥堆旁邊。路得悄悄走來，掀露他的腳，躺臥在那裏。

【默想】

波阿斯雖然有在律法上的權利，可以為拿娥米一家帶來盼望，但是基本上也必須要他有這個意願才行。於是拿娥米以一個象徵的行動，提醒波阿斯知道自己可以扮演的角色，好讓他作出「抉擇」的機會，看看他是否願意承擔她們家的「救贖」或出路。我們的主有這樣的能力與智慧可以救贖我們，更重要的是祂願意向我們伸出救贖的手。與今天經文相對的是，我們也必須要作出抉擇，是否回應上帝藉著基督所伸出來的拯救之手？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

3:4 他躺下的時候，你看準他躺臥的地方，就進去掀露他的腳，躺臥在那裏，他必告訴你所當做的事。

詩 18:20-30 他的律例我未曾丟棄

【默想】（請閱讀詩篇經文後，安靜默想，有那句話或那一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱）

徒 7:17-29 摩西護庇受冤屈的人

【經文】

7:17 「當上帝應許亞伯拉罕的日期將到的時候，以色列人在埃及人丁興旺，

7:18 直到另一位不認識約瑟的王興起統治埃及（[7.18]有古卷沒有「統治埃及」。）。

7:19 他用詭計待我們的宗族，苦待我們的祖宗，強迫他們丟棄嬰孩，使嬰孩不能存活。

7:20 就在那時，摩西生了下來，上帝看為俊美，在父親家裏被撫養了三個月。

7:21 他被丟棄的時候，法老的女兒拾了去，當自己的兒子撫養。

7:22 摩西學了埃及人一切的學問，說話辦事都有才能。

7:23 「他到了四十歲，心中起意去看望他的弟兄以色列人。

7:24 他見他們中的一個人受冤屈，就庇護他，為那被壓迫的人報仇，打死了那埃及人。

7:25 他以為他的弟兄們必明白上帝是藉他的手搭救他們，他們卻不明白。

7:26 第二天，他遇見有人在打架，就想勸他們和好，說：『二位，你們是弟兄，為甚麼彼此欺負呢？』

7:27 那欺負鄰舍的人把他推開，說：『誰立你作我們的領袖和審判官呢？』

7:28 難道你要殺我像昨天殺那埃及人一樣嗎？』

7:29 摩西聽見這話就逃走了，寄居於米甸地，在那裏生了兩個兒子。

【默想】

司提反講到摩西是被上主揀選，要實現亞伯拉罕應許的人，他雖生長在皇宮，但卻仍然對受欺壓弱勢的族人打抱不平。但此刻看來充滿豪情的摩西，卻因為族人沒有他所期待的回應，所以逃到米甸地。請想想當下摩西的心情如何？為何上主不使用這時風華正茂的摩西呢？上帝要讓摩西寄居在米甸，你想上帝要給他學習什麼樣的功課呢？此時的你，上帝要給你學習什麼功課呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

7:29 摩西聽見這話就逃走了，寄居於米甸地，在那裏生了兩個兒子。

星期三(11/6)

得 3:8-18 路得睡在波阿斯的腳下

【經文】

3:8 到了半夜，那人驚醒，翻過身來，看哪，有個女子躺在他的腳旁。

3:9 他就說：「你是誰？」路得說：「我是你的使女路得。請你用你衣服的邊來遮蓋你的使女，因為你是可以贖我產業的至親。」

3:10 波阿斯說：「女兒啊，願你蒙耶和華賜福。你後來的忠誠比先前的更美，因為無論貧富的年輕人，你都沒有跟從。」

3:11 女兒啊，現在不要懼怕，凡你所說的，我必為你做，因為我城裏的百姓都知道你是個賢德的女子。

3:12 現在，我的確是一個可以贖你產業的至親，可是還有一個人比我更親。

3:13 你今夜在這裏住宿，明早他若肯為你盡至親的本分，很好，就由他吧！倘若他不肯，我指着永生的耶和華起誓，我必為你盡上至親的本分。你只管躺到早晨。」

3:14 路得就在他腳旁躺到早晨，在人還無法彼此辨認的時候就起來了。波阿斯說：「不可讓人知道有女子到禾場來。」

3:15 他又對路得說：「把你所披的外衣拿來，握緊它。」她就握緊外衣，波阿斯量了六簸箕的大麥，幫路得扛上，他就進城去了([3.15]「他就進城去了」：有古卷和其他古譯本是「她就進城去了」)。

3:16 路得回到婆婆那裏，婆婆說：「女兒啊，怎麼樣了([3.16]「怎麼樣了」：原文直譯「你是誰」)？」路得就把那人向她所做的一切都告訴了婆婆，

3:17 又說：「那人給了我這六簸箕的大麥，對我說：『你不可空手回去見婆婆。』」

3:18 婆婆說：「女兒啊，等着吧，看這事結果如何，因為那人今日不辦妥這事，必不罷休。」

【默想】

路得的舉動，使得她與波阿斯之間可以展開對話，認真地討論他們可以有的關係。經文顯示波阿斯其實心裏早已留意到路得了，實際上他也差人去打聽她的為人，甚至也早就收集了相關的法律資訊，然而可能是基於律法上波阿斯不是第一順位，可以有權力的「贖回者」(至親)，所以波阿斯一直保持關懷與禮貌的距離，僅止於「曖昧」的狀態。拿娥米到底是人生閱歷豐富，她教路得所作的行動，就是給波

阿斯一個表白的機會，看他是否有意願為了愛，願意承擔她們一家一族，而採取「贖回」的行動。經文最後提到「辦妥這事」（第 18 節），且盡上「至親的本分」（第 13 節）。請問你如何知道，或有把握，上帝願意為你要盡上「至親（救贖者）的本分」呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

3:18 婆婆說：「女兒啊，等着吧，看這事結果如何，因為那人今日不辦妥這事，必不罷休。」

詩 18:20-30 他的律例我未曾丟棄

【默想】（請閱讀詩篇經文後，安靜默想，有那句話或那一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱）

約 13:31-35 耶穌給門徒的新命令

【經文】

13:31 猶大出去後，耶穌說：「如今人子得了榮耀，上帝在人子身上也得了榮耀。」

13:32 如果上帝因人子得了榮耀（[13.32]有古卷沒有「如果...得了榮耀」。），上帝也要因自己榮耀人子，並且要立刻榮耀他。

13:33 孩子們！我與你們同在的時候不多了；你們會找我，但我所去的地方，你們不能去。這話我曾對猶太人說過，現在也照樣對你們說。

13:34 我賜給你們一條新命令，乃是叫你們彼此相愛；我怎樣愛你們，你們也要怎樣彼此相愛。

13:35 你們若彼此相愛，眾人因此就認出你們是我的門徒了。」

【默想】

「讓眾人認出你們是我的門徒」，這意謂著要從群體生活中被辨識出門徒的記號，因為唯有在群體生活中才能實踐「彼此相愛」。所以門徒的實踐往往是具有「群體」的向度。從另一個角度而言，透過彼此相愛的實踐，體現一種可以被人「認出」的「團契」生活，才能讓人認出那位命令我們「彼此相愛」的主。所以基督徒的團契生活是實踐彼此相愛的生活方式，無怪乎衛斯理也將團契生活列作「蒙恩的途徑」之一。請問你的團契生活品質如何？如何實踐彼此相愛？有真正彼此相

愛到讓人辨識出這是一個跟隨基督的群體嗎？可以讓人因我們的見證，看到這是盼望嗎？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

13:35 你們若彼此相愛，眾人因此就認出你們是我的門徒了。

星期四(11/7)

得 4:1-10 波阿斯為路得想了一個方法

【經文】

- 4:1 波阿斯上到城門，坐在那裏，看哪，波阿斯所說那個可以贖產業的至親經過。
波阿斯說：「某某先生，請你轉回來，坐在這裏。」他就轉回來坐下。
- 4:2 波阿斯又請了本城的十個長老來，對他們說：「請你們坐在這裏。」他們就都坐下。
- 4:3 波阿斯對那至親說：「從摩押地回來的拿娥米，現在要賣我們弟兄以利米勒的那塊地。
- 4:4 我想我應該向你說清楚：你可以買那塊地，當着在座的眾人和我百姓的長老面前，你若要贖就贖吧！倘若你不贖([4.4]「你不贖」是根據一些古卷和七十士譯本；原文是「他不贖」。)就告訴我讓我知道，因為除了你以外，沒有人可以先贖，在你之後才輪到我。」那人說：「我要贖。」
- 4:5 波阿斯說：「你從拿娥米和摩押女子路得手中買這地的時候，也當買死人的妻子，使死人在產業上留名。」
- 4:6 那至親說：「這樣我就不能贖了，免得對我的產業有損。你儘管去贖我所當贖的吧，我不能贖了！」
- 4:7 從前，在以色列中要確認任何交易，無論是贖業或買賣，一方必須脫鞋給另一方。以色列中都以此為證。
- 4:8 那至親對波阿斯說：「你自己買吧！」於是把鞋脫了下來。
- 4:9 波阿斯對長老和所有在場的百姓說：「你們今日都是證人；凡屬以利米勒，以及基連和瑪倫的，我都從拿娥米手中買下來了。
- 4:10 我也娶瑪倫的妻子摩押女子路得，好讓死人可以在產業上留名，免得他的名在本族本鄉的城門中消失了。你們今日都是證人。」

【默想】

在這故事中的人物，都是願意由衷地實踐律法精神的人，所以他們最終得到了一個圓滿的結局，一掃〈路得記〉中流離與不安穩的陰霾。一個逃避饑荒遠走而在異地陷入無助的家庭，婆婆因聽見耶和華上帝眷顧猶大地而選擇回歸，卻有了出

人意外的拯救與出路。路得與拿娥米的故事，不只關乎他們一家，也關乎著上帝的選民，更關乎著人類的命運。這一切的開始，是由於一個信心的抉擇，一個啟航的行動，也就是路得決心跟隨婆婆的堅持。你可有想過你現在為了信仰所作的抉擇，不止關乎你個人的信心，同時也關乎更多你想像不到的人或事？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

4:10 我也娶瑪倫的妻子摩押女子路得，好讓死人可以在產業上留名，免得他的名在本族本鄉的城門中消失了。你們今日都是證人。

詩 127 兒女是耶和華所賜的產業

【經文】

127:1 若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力；若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然警醒。

127:2 你們清晨早起，夜晚安歇，吃勞碌得來的飯，本是枉然；惟有耶和華所親愛的，必叫他安然睡覺。

127:3 看哪，兒女是耶和華所賜的產業，所懷的胎是他所給的賞賜。

127:4 人在年輕時生的兒女好像勇士手中的箭。

127:5 箭袋充滿的人有福了！他們在城門口和仇敵爭論時必不蒙羞。

【默想】 (請閱讀詩篇經文後，安靜默想，有那句話或那一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

羅 5:6-11 靠著耶穌的血稱義

【經文】

5:6 我們還軟弱的时候，基督就在特定的時刻為不敬虔之人死。

5:7 為義人死，是少有的；為仁人死，或者有敢做的。

5:8 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。

5:9 現在我們既靠着他的血稱義，就更藉着他得救，免受上帝的憤怒。

5:10 因為我們作仇敵的時候，尚且藉着上帝兒子的死得以與上帝和好，既已和好，就更要因他的生得救了。

5:11 不但如此，我們既藉着我們的主耶穌基督得以與上帝和好，也就藉着他以上

帝為樂。

【默想】

你覺得與上帝隔絕（不和睦）是怎樣的一種情況？根據今天經課，羅馬書中提到「與上帝和好」又會是一種怎樣的情況呢？保羅提醒我們，能與上帝和好是上帝主動所為，而且基督也為此付出了、經歷死亡的代價。請問你可有因為自己與上帝和好而感到興奮呢？和好之後，你有以上帝為樂嗎？或是你真實的心情會覺得與上帝和好與否，並無關緊要，也沒有差別？我們在聖餐時往往在「認罪文」之後，主禮的牧者都會宣告上帝的赦免，請問每當此時你的心情如何？可有真的感動？如果完全沒有感動，若不是你參與崇拜時不夠專注，就是你覺得與上帝和好與否其實於你無關緊要，你會是哪一種呢？有所感？不專注？或無關緊要呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

5:11 不但如此，我們既藉着我們的主耶穌基督得以與上帝和好，也就藉着他以上帝為樂。

星期五(11/8)

得 4:11-17 波阿斯娶路得為妻

【經文】

4:11 在城門坐着的所有百姓和長老說：「我們都是證人。願耶和華使進你家的這女子，像建立以色列家的拉結和利亞二人一樣。又願你在以法他得亨通，在伯利恆有名聲。」

4:12 願耶和華從這年輕女子賜你後裔，使你的家像她瑪從猶大所生法勒斯的家一樣。」

4:13 於是，波阿斯娶了路得為妻，與她同房。耶和華使她懷孕生了一個兒子。

4:14 婦女們對拿娥米說：「耶和華是應當稱頌的！因為他今日沒有使你斷絕可以贖產業的至親。願這孩子在以色列中得名聲。」

4:15 他必振奮你的精神，奉養你的晚年，因為他是愛慕你的媳婦所生的。有這樣的媳婦，比有七個兒子更好！」

4:16 拿娥米接過孩子來，抱在懷中撫養他。

4:17 鄰居的婦人給孩子起名，說：「拿娥米得了一個孩子了！」她們就給他起名叫

俄備得。俄備得是耶西的父親，是大衛的祖父。

【默想】

這個田園愛情故事終於有了美好結局，在長老與百姓的見證與祝福下，波阿斯與路得共組新的家庭，這個結果眾人都以為美，不但家中增添了新生的嬰孩，更為這個家族帶來了新的出路。對比這故事的開頭，因為家族的男丁都相繼離世，且沒有後嗣等，所帶來的絕望景象，此刻新的嬰孩為他們的人生、他們的家族展開了一個新的展望，拿娥米就名符其實地感到人生的「甜」味了。下個月就要進入將臨期，緊接著就是聖誕，請以今天經文的場景開始思想，為何新生嬰孩可以帶給世人新的出路與展望？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

4:14 婦女們對拿娥米說：耶和華是應當稱頌的！因為他今日沒有使你斷絕可以贖產業的至親。願這孩子在以色列中得名聲。

詩 127 兒女是耶和華所賜的產業

【默想】（請閱讀詩篇經文後，安靜默想，有那句話或那一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱）

來 9:15-24 以血為立約的憑據

【經文】

9:15 為此，基督作了新約的中保；因為他的死，贖了人在第一個約之時所犯的罪過，使蒙召的人能得着所應許永遠的產業。

9:16 凡有遺囑，必須證實立遺囑的人已經死了。

9:17 因為人死了，遺囑才有效力；立遺囑的人尚在，遺囑就不能生效。

9:18 所以，第一個約也是用血立的。

9:19 因為摩西當日照着律法將各樣誡命傳給眾百姓，就拿朱紅色絨和牛膝草，把牛犢、山羊（[9.19]有古卷沒有「山羊」。）的血和水灑在書上，又灑在眾百姓身上，

9:20 說：「這血就是上帝與你們立約的憑據。」

9:21 他又照樣把血灑在帳幕和敬拜用的各樣器皿上。

9:22 按着律法，幾乎每樣東西都是用血潔淨的；沒有流血，就沒有赦罪。

9:23 這樣，照着天上樣式做的物件必須用這些禮儀去潔淨，但那天上的一切，自然當用更美的祭物去潔淨。

9:24 因為基督並沒有進了人手所造的聖所 - 這不過是真聖所的影像 - 而是進到天上，如今為我們出現在上帝面前。

【默想】

經文所提與我們息息相關的「新約」，是與「新的獻祭」有關。先知耶利米已經向我們預示過「時候將到，我要與你們立新的約...」（耶 31），過去上帝就孕育人類的文化，尤其是以色列的習俗，必須要用血來立約，以示其慎重與重大。以血為誓約，就是以生命擔保的意思，如今透過基督獻上自己為祭，就是獻上自己的生命，祂所流的寶血就成為了上帝與我們立約，是新約的「擔保」。因為基督獻上自己為祭的行動，使得整個過去的禮儀與教導，就被帶到一個更高的層次，過去這一切獻祭的儀式、宗教上的行動、律法的指導，都成為認識基督的「背景知識」，若沒有這些，就無從了解基督的獻出自己，也無從了解所立的新約的深奧之處。但過去的一切，儀式或行動，本身並不是最終極的，因為最終極的意義是在基督那裏，這過去的一切都是指向那「更美」的境界，如更美的獻祭、更美的家鄉、更美的約，也就是基督本身。今日請思想基督為我們獻上自己為祭的意義，從具體到抽象的思考，基督獻上自己為祭，與所立的新約等，對你個人的意義為何？對整個人類的意義，對受造世界的意義如何？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

9:23 這樣，照着天上樣式做的物件必須用這些禮儀去潔淨，但那天上的一切，自然當用更美的祭物去潔淨。

星期六(11/9)

得 4:18-22 大衛是路得的後代

【經文】

4:18 這是法勒斯的後代：法勒斯生希斯崙；

4:19 希斯崙生蘭；蘭生亞米拿達；

4:20 亞米拿達生拿順；拿順生撒門；

4:21 撒門生波阿斯；波阿斯生俄備得；

4:22 俄備得生耶西；耶西生大衛。

【默想】

這個族譜將〈路得記〉的田園愛情故事，帶進了一個更深的意涵，原來這位外邦女子與這個家族的際遇，並不只是關係他們個人「幸福快樂」的人生，更是與上帝永恆中救贖的計畫有關，一切的際遇原來看似偶然，卻又不偶然。在伯利恆的以利米勒家，避飢荒到摩押地，他們的兒子瑪倫與基連分別娶了摩押的女子俄珥巴與路得，最後因逢變故，由拿娥米帶著堅持跟隨她回故鄉的路得，絕處逢生的景況下遇到波阿斯，這一切的一切，都是萬事互相效力，叫愛上帝的人得著益處。更因為這個家族新的發展，他們的後裔大衛也得以出生，以色列的歷史因而改觀，人類的歷史也因此改觀，大哉！上帝的意念高過我們的意念，他的道路高過我們的道路。請你深思這段族譜背後的意義，個人的際遇與上主偉大的計畫之間有著我們無法測度的關聯。如今若是你正在遭遇艱難或逆境，一切意義雖然都尚未明朗，但請耐心等待上主，並且相信有些遭遇其意義可能遠超過我們個人的福祉，上帝有些計畫遠超過我們的想像。

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

4:21 撒門生波阿斯；波阿斯生俄備得；

4:22 俄備得生耶西；耶西生大衛。

詩 127 兒女是耶和華所賜的產業

【默想】(請閱讀詩篇經文後，安靜默想，有那句話或那一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

可 11:12-14, 20-24 咒詛與祝福

【經文】

11:12 ([太 21 · 18-19](#)) 第二天，他們從伯大尼出來，耶穌餓了。

11:13 他遠遠地看見一棵無花果樹，樹上有葉子，就過去，看是不是在樹上可以找到甚麼。他到了樹下，竟找不到甚麼，只有葉子，因為不是無花果的季節。

11:14 耶穌就對樹說：「從今以後，永沒有人吃你的果子。」他的門徒都聽到了。

11:20 ([太 21 · 20-22](#)) 早晨，他們從那裏經過，看見無花果樹連根都枯乾了。

11:21 彼得想起耶穌的話來，就對他說：「拉比，你看！你所詛咒的無花果樹已經枯乾了。」

11:22 耶穌回答：「你們對上帝要有信心。」

11:23 我實在告訴你們，無論何人對這座山說：『離開此地，投在海裏！』他心裏若不疑惑，只信所說的必成，就為他實現。

11:24 所以我告訴你們，凡你們禱告祈求的，無論是甚麼，只要信你們已經得着了，就為你們實現。

【默想】

剛接受了群眾歡呼之後，耶穌就面臨了一連串的挑戰。今天的經文是圍繞著無花果樹枯乾的事件。耶穌責備無花果樹，主要是它「有葉無果」的現象，虛有其表沒有實質的果實。就好像猶太人當時的信仰，在文士、法利賽人的牽引下只注重信仰的宗教形式，而不著重信仰對人的實質要求。這樣形式性的宗教，最終會枯萎而無法結出果實以滋潤人心。人有時會將原本神聖的事物或動機變得世俗化，只保留了其形式，卻失去其內涵。如果祈禱只是動作，而無內在接納寬恕的心，這也是一種虛有其表的禱告。我們的信仰或實踐，是否也有這種虛有其表的形式，而失去信仰內涵的現象呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

11:23 我實在告訴你們，無論何人對這座山說：『離開此地，投在海裏！』他心裏若不疑惑，只信所說的必成，就為他實現。

星期日(11/10)聖靈降臨節後第二十五主日

得 3:1-5; 4:13-17 路得贏得波阿斯的喜愛

【經文】

3:1 路得的婆婆拿娥米對她說：「女兒啊，我不該為你找個歸宿，使你享福嗎？」

3:2 你與波阿斯的女僕常在一處，現在，波阿斯不是我們的親人嗎？看哪，他今夜將在禾場簸大麥。

3:3 你要沐浴抹膏，穿上外衣，下到禾場，一直到那人吃喝完了，都不要讓他認出你來。

3:4 他躺下的時候，你看準他躺臥的地方，就進去掀露他的腳，躺臥在那裏，他必告訴你所當做的事。」

3:5 路得說：「凡你所吩咐我的，我必遵行。」

4:13 於是，波阿斯娶了路得為妻，與她同房。耶和華使她懷孕生了一個兒子。

4:14 婦女們對拿娥米說：「耶和華是應當稱頌的！因為他今日沒有使你斷絕可以贖產業的至親。願這孩子在以色列中得名聲。」

4:15 他必振奮你的精神，奉養你的晚年，因為他是愛慕你的媳婦所生的。有這樣的媳婦，比有七個兒子更好！」

4:16 拿娥米接過孩子來，抱在懷中撫養他。

4:17 鄰居的婦人給孩子起名，說：「拿娥米得了一個孩子了！」她們就給他起名叫俄備得。俄備得是耶西的父親，是大衛的祖父。

【默想】

路得一生中兩次關鍵性的作為，深深地影響了她個人、她的家族、以色列國家，以及整個人類。首先是守寡的她決定堅持追隨她的寡居婆婆拿娥米返回她夫家的家鄉。「不要勸我離開你，轉去不跟隨你。你往哪裏去，我也往哪裏去；你在哪裏住，我也在哪裏住；你的百姓就是我的百姓；你的上帝就是我的上帝。」這是她第一次決志前往一個她未曾到過的「家鄉」，展開一趟陌生的行程。今天的經文中她也是在未知其所以然的情況下應允她的婆婆：「凡你所吩咐我的，我必遵行。」因這兩次信心與順服，才有這故事雋永的結局。她放下自己個人福祉的抉擇與行動，成就了她意想不到的成就。從路得的故事中，你如何看待所謂的「命運」，你如何看待自己一生中許多「無端端的際遇」？你曾可想過，在你生命歷程中的一些不從自己福祉的考量，卻正是上主要用來成就祂的計畫的關鍵呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

3:5 路得說：「凡你所吩咐我的，我必遵行。」

詩 127 兒女是耶和華所賜的產業

【經文】

127:1 若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力；若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然警醒。

127:2 你們清晨早起，夜晚安歇，吃勞碌得來的飯，本是枉然；惟有耶和華所親愛的，必叫他安然睡覺。

127:3 看哪，兒女是耶和華所賜的產業，所懷的胎是他所給的賞賜。

127:4 人在年輕時生的兒女好像勇士手中的箭。

127:5 箭袋充滿的人有福了！他們在城門口和仇敵爭論時必不蒙羞。

【默想】(請閱讀詩篇經文後，安靜默想，有那句話或那一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

來 9:24-28 基督將自己獻上承擔多人的罪

【經文】

9:24 因為基督並沒有進了人手所造的聖所 - 這不過是真聖所的影像 - 而是進到天上，如今為我們出現在上帝面前。

9:25 他也無須多次將自己獻上，像大祭司每年帶着牛羊的血進入至聖所。

9:26 如果這樣，他從創世以來就必須多次受苦了。但如今，他在今世的末期顯現，僅一次把自己獻為祭，好除掉罪。

9:27 按着命定，人人都有一死，死後且有審判。

9:28 同樣，基督既然一次獻上，擔當了許多人的罪，將來要第二次顯現，與罪無關，而是為了拯救熱切等候他的人。

【默想】

基督在這「末世」中所獻的祭以及祂獻祭的行動，都是一次將我們帶到上帝在天上的聖所裏。祂無須像過往的祭司，用舊的獻祭條例，定期地舉行這種宰殺牲口的獻祭行為，我們只需在聖餐時紀念「上帝在基督裏大能的作為」，提醒自己憑

著信心「領受」祂的恩典。這恩典是免除我們的罪、擔當我們的過犯，更重要的是使得「人人都有一死」的命運帶來了更新的意義。我們現今是活在已開始並展開的新的生命，與最終生命的完成之間的過程中，這也就是處在基督過去為我們獻上自己，到祂將要第二次顯現之間的生活。我們無須定期獻祭，但我們不能忘記基督已為我們獻出自己所帶來的救恩。請問你對基督為你所作的這一切是否有所感？是否真心感到必須要（也還好有）基督擔當我們的罪？並且因此獻上真誠的感謝？所以對於基督為我們一次地獻上自己，承擔我們的罪，你可有超越教義上的感動？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

9:28 同樣，基督既然一次獻上，擔當了許多人的罪，將來要第二次顯現，與罪無關，而是為了拯救熱切等候他的人。

可 12:38-44 寡婦的兩個小錢

【經文】

12:38 ([太 23 · 1-36](#) [路 20 · 45-47](#)) 他在教導的時候，說：「你們要防備文士。他們好穿長袍走來走去，喜歡人們在街市上向他們問安，

12:39 又喜愛會堂裏的高位，宴席上的首座。

12:40 他們侵吞寡婦的家產，假意作很長的禱告。這些人要受更重的懲罰！」

12:41 ([路 21 · 1-4](#)) 耶穌面向聖殿銀庫坐着，看眾人怎樣把錢投入銀庫。有好些財主投了許多錢。

12:42 有一個窮寡婦來，投了兩個小文錢([12.42]「小文錢」：參「度量衡表」。)，就是一個大文錢([12.42]「大文錢」：參「度量衡表」。)。

12:43 耶穌叫門徒來，對他們說：「我實在告訴你們，這窮寡婦投入銀庫裏的比眾人所投的更多。

12:44 因為，眾人都是拿有餘的捐獻，但這寡婦，雖然自己不足，卻把她一生所有的全都投進去了。」

【默想】

耶穌責備那些又要假冒為善、受人尊敬，既不放棄對弱者的巧取豪奪，沒有公義的生活，又想要用外表的虔誠來換取他人尊敬的人。這種心口不一的人，是上主

所厭惡的。他們把軛放在別人身上，自己的良心卻無法警告自己已經干犯大惡了。我們當求主保守我們，免得我們的信念與生活產生極大的落差而不自知。耶穌今天提醒我們，宗教信仰可能流於形式而使人失去了人性，而且信仰的實踐過程中，上主是深知道我們的內心的，祂衡量生命品質的方式與一般人不同。請反省你的信仰實踐使你更富同情心，還是更麻木呢？耶穌不以外在的數量來衡量人的奉獻，祂看重窮寡婦的奉獻這件事，對你而言有何意義呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

12:43 耶穌叫門徒來，對他們說：「我實在告訴你們，這窮寡婦投入銀庫裏的比眾人所投的更多。

12:44 因為，眾人都是拿有餘的捐獻，但這寡婦，雖然自己不足，卻把她一生所有的全都投進去了。」

本週小組討論

鄭沂珊

1. 阿波斯之於拿娥米與波斯，就如同耶穌基督之於每一位處在困境中的人，為他們在黑暗中帶來一線曙光。請問你周遭有那些人正面臨著困境，卻還不認識基督的福音？你是否願意帶領他們來到上主面前？你可以怎麼做，來回應耶穌所闡釋的律法總綱—愛主與愛人？
2. 耶穌基督為我們成了永遠的祭司，蒙恩得救的我們也當學習耶穌，甘心樂意獻上自己當作活祭。請問「獻上當作活祭」之於你的意義是什麼？在這世界，我們常需與惡勢力對抗，當遇到惡人、惡事，你還能夠秉持「獻上當作活祭」的態度面對嗎？如果是耶穌，你覺得祂會如何做？
3. 門徒的生命是群體性的，唯有在群體中方能實踐彼此相愛的團契生活，尤其我們要在信仰群體中互相激勵結出生命的果實，避免有如耶穌所責備的有葉無果、虛有其表的無花果。請問，耶穌所教導的信仰內涵所指為何？你覺得你的生命是否具備這樣的內涵？你認為信仰群體可以如何一同追求內涵的成長？

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，蕭姊妹

讀者可以透過每日三讀三禱網頁：www.1day3read3pray.com

或掃描以下 QR Code，每週接收每日三讀三禱靈修材料；

亦可透過影音平台，聆聽每天經課與默想。

歡迎與您的屬靈伙伴分享使用，在上主話語中一同成長。



每日三讀三禱網頁



每日三讀三禱 Line



我們的團隊：

文字工作：龐君華、邱泰耀、褚秀玲、鄭沂珊

影音工作：劉淑華、呂華光、蕭曉玲

後勤：蕭湘逸、蕭毓蓉、陳淑鳳

整合執行：陳繼賢

每日三讀三禱

(台灣) 衛理神學研究院

宣教牧養研究中心「宣教牧養支援計劃」

衛理公會門徒培育中心

1day3read3pray.com