

# 2026

馬太年

甲年

甲年顯現節後第二主日日日至顯現節後第四主日

2026.1.25-2.1

(經文採用 2010 和修版)

# 聖經

# 禱告

每日 3 讀 3 禱

龐君華 撰

每日三讀三禱工作團隊 印製

封面 王柏欽

各位讀者：平安！

「光」這一主題一直圍繞在顯現節期之中，本週回應主日的經課注視在上主的光如何被傳遞下去，以及帶出光與救贖的關係。光的意象代表著照亮，也像晨光劃破黑夜般象徵改變。上主救贖的工作如光一般，彰顯了上主掌權，為要使壓迫困苦的境況帶來轉變，讓光明在其中滋長。救贖征服了幽暗的權勢，讓人們不至於被恐懼所吞噬。人們在生命得著改變中宣告上主的使者已臨，也同時宣揚上主的同在。

本週預備顯現節後第四主日的經課提醒我們，世界有一套價值觀在影響我們，上主卻有祂的心意，使得我們活於世界與信仰兩種價值觀中，必須作出生命的選擇。追求傑出、卓越、輝煌的個人成就，好像是世界展現給我們的標準。基督信仰卻是建立在十字架這個失敗者的記號之上，這是上主所揀選。上主要我們不可止於在頭腦認知的規條，也該看出哪裡才是真正能實踐慈愛與彰顯公義之處，照看身處社會邊緣或是不待看見地方中的孤寡貧弱與心靈匱乏之人。

願我們被上主的話語所光照，懷有更貼近上主心意的心思意念。

陳繼賢弟兄

於 2026 年顯現節後第三主日前夕

### 重要消息

新的一年，本事工的奉獻帳號資訊更動如下，敬請留意：

戶名：財團法人中華基督教衛理公會

銀行：華南銀行台北南門分行

帳號：117-20-152638-2

(請註明為每日三讀三禱奉獻)謝謝！



## 星期日(1/25)顯現節後第三主日

### 以賽亞書 9 章 1-4 節 光照耀在黑暗中的人

#### 【經文】

**9:1** 從前上帝使西布倫地和拿弗他利地被藐視，末後卻使這沿海的路，約旦河東，外邦人居住的加利利地得榮耀。

**9:2** 在黑暗中行走的百姓看見了大光；住在死蔭之地的人有光照耀他們。

**9:3** 你使這國民眾多\*，使他們喜樂大增；他們在你面前歡喜，好像收割時的歡喜，又像人分戰利品那樣的快樂。

**9:4** 因為他們所負的重軛和肩頭上的杖，並欺壓者的棍，你都已經折斷，如同在米甸的日子一般。

\* [9.3] 「你使這國民眾多」：原文另譯「你增加他們的快樂」。

#### 【默想】

今天的經文中有多處是與彌賽亞的預言有關，如第一節加利利的榮耀，第二節黑暗中的百姓要看到大光，第六、七節有一為我們而生的嬰孩.....，以及大衛的寶座等等，讓人看見在重重的困境中，上主的計畫早有預備，且一直在進行中。所以若你為現在看到的這個紛亂世界感到失望，請試著用信心的眼睛看看，用心靈感受上主在默默的工作。

**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）**

**9:2 在黑暗中行走的百姓看見了大光；住在死蔭之地的人有光照耀他們。**

### 詩篇 27 篇 1-6 節 上帝是光與拯救

#### 【經文】

**27:1** 耶和華是我的亮光，是我的拯救，我還怕誰呢？耶和華是我生命的保障，我還懼誰呢？

**27:2** 那作惡的就是我的仇敵，前來吃我肉的時候就絆跌仆倒。

**27:3** 雖有軍隊安營攻擊我，我的心也不害怕；雖然興起戰爭攻擊我，我仍舊安穩。

**27:4** 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，在他的殿宇裏求問。

**27:5** 因為我遭遇患難，他必將我隱藏在他的帳棚裏，把我藏在他帳幕的隱密處，將我高舉在磐石上。

27:6 現在我得以昂首，高過四面的仇敵。我要在他的帳幕裏歡然獻祭，我要唱詩歌頌耶和華。

**【默想】**(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

## 哥林多前書 1 章 10-18 節 呼籲在福音裡合一

### 【經文】

1:10 弟兄們，我藉我們主耶穌基督的名勸你們說話要一致。你們中間不可分裂，只要一心一意彼此團結。

1:11 我的弟兄們，革來氏家裏的人曾對我提起你們，說你們中間有紛爭。

1:12 我的意思是，你們各人說：「我是屬保羅的」；「我是屬亞波羅的」；「我是屬磯法的」；「我是屬基督的。」

1:13 基督是分裂的嗎？保羅為你們釘了十字架嗎？你們是奉保羅的名受了洗嗎？

1:14 我感謝上帝\*，除了基利司布和該猶以外，我沒有給你們中的任何一個人施洗，

1:15 免得有人說你們是奉我的名受洗的。

1:16 我曾為司提法那家施過洗；此外我已記不清有沒有給別人施過洗。

1:17 因為基督差遣我不是為施洗，而是為傳福音；並不是用智慧的言論，免得基督的十字架落了空。

1:18 因為十字架的道理，在那滅亡的人是愚拙，在我們得救的人卻是上帝的大能。

\* [1.14]有古卷沒有「上帝」。

### 【默想】

哥林多教會是個恩賜豐富的教會，曾歷經了多位重要的教會領袖的牧養與影響，但是在他們中間仍不免有結黨紛爭的問題。我想這絕不是這些教會領袖們的原意，主要還是會友們的不察，在各自「護主心切」的情況下，造成了教會的分裂。其實十字架的道理並非仰賴滿腹經綸的人或來頭很大的人才能講得清楚的；十字架的道理既深奧也清晰，唯有謙卑的人才能明白，且謙卑而不自滿才能看到真理。此外，對十字架的道理能否深度地體會，還要細察我們是否認真地實踐，走在十字架的道路上。所以哥林多教會的信徒，雖外表看似渴慕真理，但卻結黨分化，顯明並不是真的明白十字架是使人與上主、人與人復和的道理。請思考我們要如何在信仰群體中互相看待彼此，在真道上說合宜且彼此造就的話呢？

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）

1:17 因為基督差遣我不是為施洗，而是為傳福音；並不是用智慧的言論，免得基督的十字架落了空。

1:18 因為十字架的道理，在那滅亡的人是愚拙，在我們得救的人卻是上帝的大能。

## 馬太福音 4 章 12-23 節 基督顯明為先知

### 【經文】

4:12（可 1:14-15 路 4:14-15）耶穌聽見約翰下了監，就退到加利利去；

4:13 後來離開拿撒勒，往迦百農去，住在那裏。那地方靠海，在西布倫和拿弗他利地區。

4:14 這是要應驗以賽亞先知所說的話：

4:15 「西布倫，拿弗他利，沿海的路，約旦河的東邊，外邦人的加利利 -

4:16 那坐在黑暗裏的百姓看見了大光；坐在死蔭之地的人有光照耀他們。」

4:17 從那時候，耶穌開始宣講，說：「你們要悔改！因為天國近了。」

4:18（可 1:16-20 路 5:1-11）耶穌沿着加利利海邊行走，看見兩兄弟，就是那叫彼得的西門和他弟弟安得烈，正往海裏撒網；他們本是打魚的。

4:19 耶穌對他們說：「來跟從我，我要叫你們得人如得魚一樣。」

4:20 他們立刻捨了網，跟從他。

4:21 耶穌從那裏往前走，看見另外兩兄弟，就是西庇太的兒子雅各和他弟弟約翰，同他們的父親西庇太在船上補網，耶穌就呼召他們。

4:22 他們立刻捨了船，辭別父親，跟從了耶穌。

4:23（路 6:17-19）耶穌走遍加利利，在各會堂裏教導人，宣講天國的福音，醫治百姓各樣的疾病。

### 【默想】

「我叫你們得...如得...一樣」，後一個得...是我們認識耶穌前的價值所在，前一個得...，是耶穌應許我們新的價值與目標，請在以上...的部份，填上你的經歷，從前你人生的冀求是什麼？遇到耶穌之後又是什麼？

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）

4:19 耶穌對他們說：「來跟從我，我要叫你們得人如得魚一樣。」

4:20 他們立刻捨了網，跟從他。

### 回應顯現節後第三主日

星期一(1/26)

士師記 6 章 11-24 節 上帝呼召基甸帶領人民

【經文】

- 6:11 耶和華的使者到了俄弗拉，坐在亞比以謝族約阿施的橡樹下。約阿施的兒子基甸正在醉酒池那裏打麥子，為了躲避米甸人。
- 6:12 耶和華的使者向基甸顯現，對他說：「大能的勇士啊，耶和華與你同在！」
- 6:13 基甸對他說：「主啊，請容許我說，耶和華若與我們同在，我們怎麼會遭遇這一切事呢？我們的列祖告訴我們：『耶和華領我們從埃及上來』，他那奇妙的作為在哪裏呢？現在耶和華卻丟棄了我們，把我們交在米甸人的手掌中。」
- 6:14 耶和華轉向基甸，說：「去，靠着你的這能力拯救以色列脫離米甸人的手掌。我豈不是已經差遣了你嗎？」
- 6:15 基甸對他說：「主啊，請容許我說，我怎能拯救以色列呢？看哪，我這一支在瑪拿西支派中是最貧寒的，我在我父家又是最微小的。」
- 6:16 耶和華對他說：「我與你同在，你就必擊敗米甸，如擊打一個人。」
- 6:17 基甸對他說：「我若在你眼前蒙恩，求你給我一個證據，證明是你在跟我說話。」
- 6:18 求你不要離開這裏，等我回來，將供物帶來，供在你面前。」他說：「我必等你回來。」
- 6:19 基甸去預備一隻小山羊，用一伊法細麵做了無酵餅，將肉放在籃子裏，將湯盛在壺中，帶到他那裏，在橡樹下獻上。
- 6:20 上帝的使者對基甸說：「將肉和無酵餅放在這磐石上，把湯倒出來。」他就照樣做了。
- 6:21 耶和華的使者伸出手裏的杖，杖頭一碰到肉和無酵餅，就有火從磐石中出來，吞滅了肉和無酵餅。耶和華的使者就從他眼前消失了。
- 6:22 基甸見他是耶和華的使者，就說：「哎呀！主耶和華啊！因為我真的面對面看見了耶和華的使者。」
- 6:23 耶和華對他說：「安心吧，不要怕，你不會死。」
- 6:24 於是基甸在那裏為耶和華築了一座壇，起名叫「耶和華沙龍」\*。這壇至今還

在亞比以謝族的俄弗拉。

\* [6.24] 「耶和華沙龍」意思是「耶和華賜平安」。

### 【默想】

今天經文的背景是在一個平和但又潛藏著恐懼的田園裏，農作物收成原本是件好事，然而基甸卻在醃酒池中打麥，而不是在我們習以為常的農場中，其原因就是「為了躲避米甸人」。原來背景是第六章的開頭：「以色列人又行耶和華眼中看為惡的事，耶和華就把他們交在米甸人手裏七年.....」，所以他們是生活在一種外敵隨時可能入侵的恐懼之中，當時以色列也曾求告上主，上主卻提醒他們：「.....不可敬畏其他神明.....」。然而聽到百姓受苦後，上主仍然施行祂的拯救計畫；祂的行動一如以往，先揀選後差遣人去施行祂的拯救。基甸就是祂要揀選並差遣的人，去執行這巨大的任務，承擔任務的保證是：「我與你同在」。這一句話是我們面對一切可能或正處於困難時的安慰與保證。雖然基甸其中有所猶疑，甚至唯恐自己的出身不高且勢力單薄，「.....我這一支在瑪拿西支派中是最貧寒的，我在我父家又是最微小的。.....」但是上主卻不放過他的遲疑，反而一直給他「同在」的保證，直到他感到平安。這段經文讓我們看到，偏離了上主，心中另有所敬拜，且敬拜的不是與我們立約的上主時，無論是什麼，都會使我們失去平安。主所賜的平安，就是與我們的同在，「耶和華沙龍」。請用你的心靈體會，你是否感到上主的同在？想想你的心裏是否因專一的事奉而感到平安？

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）

6:23 耶和華對他說：「安心吧，不要怕，你不會死。」

6:24 於是基甸在那裏為耶和華築了一座壇，起名叫「耶和華沙龍」。這壇至今還在亞比以謝族的俄弗拉。

## 詩篇 27 篇 7-14 節 靠著上帝壯膽

### 【經文】

27:7 耶和華啊，我呼求的時候，求你垂聽我的聲音；求你憐憫我，應允我。

27:8 你說：「你們當尋求我的面。」那時我的心向你說：「耶和華啊，你的面我正要尋求。」

27:9 求你不要轉臉不顧我，不要發怒趕逐你的僕人，你向來是幫助我的。救我的上帝啊，不要離開我，也不要撇棄我。

**27:10** 即使我的父母撇棄我，耶和華終必收留我。

**27:11** 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。

**27:12** 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都起來攻擊我。

**27:13** 我深信在活人之地必得見耶和華的恩惠。

**27:14** 要等候耶和華，當壯膽，堅固你的心，要等候耶和華！

**【默想】**(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

### 以弗所書 5 章 6-14 節 像光明的子女

#### 【經文】

**5:6** 不要被人虛浮的話欺騙了，因這些事，上帝的憤怒必臨到那些悖逆的人。

**5:7** 所以，不要與他們同夥。

**5:8** 從前你們是暗昧的，但如今在主裏面是光明的，行事為人要像光明的子女 -

**5:9** 光明所結的果子就是一切的良善、公義、誠實。

**5:10** 總要察驗甚麼是主所喜悅的事。

**5:11** 那暗昧無益的事，不可參與，倒要把這種事揭發出來。

**5:12** 因為，他們暗中所做的，就是連提起來都是可恥的。

**5:13** 凡被光所照明的都顯露出來，

**5:14** 因為使一切顯露出來的就是光。所以有話說：「你這睡着的人醒過來吧！要從死人中復活，基督要光照你了。」

#### 【默想】

保羅在以弗所書中提出了我們生活的態度，就是「要效法上帝」（五章 1 節），這位上帝是在光明中，所以我們也要活在光明中，在光明中不必遮掩我們的「本相」而活，所以無須「欺騙」、或是講些「虛浮的話...」，也無須要與「悖逆的人」為伍去行「暗昧的事」。在光明中就是活出上主之所以為上主的本質：「良善、公義、誠實」。良善是指我們的心態，對人不但完全沒有傷害之心，還讓人感到尊重。公義是實踐與他人的關係，以上主的公義為標準。上主的公義或公平的觀念是指我們一切都在恩典中，一切的恩賜都不是理所當然的，所以我們也要盡量地施恩於人，才不會「虧欠」於主，尤其是弱勢的人，他們更是上主的關懷所在。誠實又譯作「真理」，指表裏一致的生活，無須浮誇或欺騙。誠實的面對自

己，才能真實的崇拜，誠實地面對上主，才能以誠待人。這些都是活在光明中的表現。請以你生活的經歷，比較以弗所書經課中所謂「光明的事」和「暗昧可恥的事」分別指的是什麼事情？並省察有什麼是令你無法活在光明中的事？

**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）**

**5:8 從前你們是暗昧的，但如今在主裏面是光明的，行事為人要像光明的子女 -**

**5:9 光明所結的果子就是一切的良善、公義、誠實。**



星期二(1/27)

## 士師記 7 章 12-22 節 上帝帶領基甸贏得勝利

### 【經文】

**7:12** 米甸人、亞瑪力人和所有東邊的人都散佈在平原，如同蝗蟲那樣多。他們的駱駝無數，多如海邊的沙。

**7:13** 基甸到了那裏，看哪，有一人把夢告訴同伴說：「看哪，我做了一個夢。看哪，一個大麥餅滾入米甸營中，來到帳幕，把帳幕撞倒，帳幕就翻轉倒塌了。」

**7:14** 同伴回答說：「這不是別的，而是以色列人約阿施的兒子基甸的刀。上帝已把米甸和全軍都交在他手中了。」

**7:15** 基甸聽見這夢的敘述和夢的解釋，就敬拜上帝。他回到以色列營中，說：「起來吧！耶和華已把米甸軍隊交在你們手中了。」

**7:16** 於是基甸將三百人分成三隊，把角和空瓶交在每個人手中，瓶內有火把。

**7:17** 他對他們說：「看着我，你們要照樣做。看哪，我來到營邊，我怎樣做，你們也要照樣做。」

**7:18** 我和所有跟隨我的人吹角的時候，你們也要在營的四圍吹角，喊叫：『為耶和華！為基甸！』」

**7:19** 基甸和跟隨他的一百人，在半夜之初換崗哨的時候來到營旁。他們就吹角，打破手中的瓶；

**7:20** 三隊的人都吹角，打破瓶子。他們左手拿着火把，右手拿着吹的角，喊叫：「耶和華和基甸的刀！」

**7:21** 他們圍着軍營，各人站在自己的地方；全營的人都逃竄，一面喊，一面逃跑。

**7:22** 三百人就吹角，耶和華使全營的人用刀自相擊殺。全營的人逃往西利拉的伯·哈示他，一直逃到靠近他巴的亞伯·米何拉。

### 【默想】

昨天經課讀到上主呼召基甸帶領以色列人，這次輪到米甸人要驚恐了。面對米甸人的挑戰，基甸藉此機會先整頓百姓內部的信仰，他先拆毀了巴力的祭壇，讓族人重尋真正的信仰所在，招聚他們面對危機，同時也揀選了面對挑戰的勇士們。在基甸的戰略下，三百個以色列勇士拿著火把，以簡單的空瓶破碎聲，就使得看似強大的米甸大軍因驚恐而自亂陣腳，終於導致了軍隊的瓦解，原來我們看到的強大或挑戰猶如空瓶般脆弱。以色列人也在這場戰役中學到了許多寶貴的功課，

「與他們立約的上主」才是他們真正的保護者，上主沒有忘記他們，上主與他們同在，所以他們不必再懼怕。也請一同回顧，上主如何在我們生命的戰役中與我們同在，並且直到如今呢？

**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）**

**7:20 三隊的人都吹角，打破瓶子。他們左手拿着火把，右手拿着吹的角，喊叫：「耶和華和基甸的刀！」**

**7:21 他們圍着軍營，各人站在自己的地方；全營的人都逃竄，一面喊，一面逃跑。**

### 詩篇 27 篇 7-14 節 靠著上帝壯膽

**【默想】**(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

### 腓立比書 2 章 12-18 節 被呼召要像明光照耀

#### 【經文】

**2:12** 我親愛的，這樣看來，你們向來是順服的，不但我在你們那裏，就是我現在不在你們那裏的時候更是順服的，就當恐懼戰兢完成你們自己得救的事；

**2:13** 因為是上帝在你們心裏運行，使你們又立志又實行，為要成就他的美意。

**2:14** 你們無論做甚麼事，都不要發怨言起爭論，

**2:15** 好使你們無可指責，誠實無偽，在這彎曲悖謬的世代作上帝無瑕疵的兒女。你們在這世代中要像明光照耀，

**2:16** 將生命的道顯明出來，使我在基督的日子得以誇耀我沒有白跑，也沒有徒勞。

**2:17** 我以你們的信心為供獻的祭物，我若被澆獻在其上也是喜樂，並且與你們眾人一同喜樂。

**2:18** 你們也要照樣喜樂，並且與我一同喜樂。

#### 【默想】

保羅提醒腓立比教會的信徒：「...當恐懼戰兢完成你們自己得救的事...」，保羅言下之意，「得救」是一個進行式，要有毅力與堅持完成上主所發動的工作。得救之所以是進行式，就是因為人是活生生的，或說人是在「生存」中的；我們不可能靜止不變，我們要敬虔地活出每一刻，認真面對每一項生活的挑戰、每一個經歷的成長，同時也完成不同階段的得救計畫。當保羅看到他昔日的會友在靈性

生命上有這樣的長進，他就覺得喜樂，覺得不虛此生。請問你如何看待自己生命的成長？每天是否完成得救之工每一階段的進展呢？你可有珍惜每日生活中的挑戰，在順服中使挑戰成為成長的動力？此刻你的挑戰是什麼？此外，你可有為別人生命的成長而努力，並以他們的成果為樂嗎？

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）

2:14 你們無論做甚麼事，都不要發怨言起爭論，

2:15 好使你們無可指責，誠實無偽，在這彎曲悖謬的世代作上帝無瑕疵的兒女。你們在這世代中要像明光照耀，

2:16 將生命的道顯明出來，使我在基督的日子得以誇耀我沒有白跑，也沒有徒勞。

### 星期三(1/28)

創世記 49 章 1-2,8-13,21-26 節 猶大、西布倫、拿弗他利、約瑟被祝福

#### 【經文】

49:1 雅各叫了他的兒子來，說：「你們都來聚集，讓我把你們日後要遇到的事告訴你們。」

49:2 雅各的兒子們，你們要聚集，要聆聽，聽你們父親以色列的話。

49:8 猶大啊，你的兄弟必讚美你，你的手必掐住仇敵的頸項，你父親的兒子要向你下拜。

49:9 猶大是隻小獅子；我兒啊，你捕獲了獵物就上去。他蹲伏，他躺臥，如公獅，又如母獅，誰敢惹他呢？

49:10 權杖必不離猶大，統治者的杖必不離他兩腳之間，直等細羅\*來到，萬民都要歸順他。

49:11 猶大把小驢拴在葡萄樹上，把驢駒拴在佳美的葡萄樹上。他在葡萄酒中洗衣服，在葡萄汁\*中洗長袍。

49:12 他的眼睛比\*酒紅潤，他的牙齒比奶潔白。

49:13 西布倫必住在海邊，必成為停船的港口；他的疆界必延到西頓。

49:21 拿弗他利是被釋放的母鹿，他要生出可愛的小鹿\*。

49:22 約瑟是多結果子的樹枝，是泉旁多結果的枝子；他的枝條伸出牆外。

49:23 弓箭手惡意攻擊他，敵對他，向他射箭。

49:24 但他的弓仍舊堅硬，他的手臂靈活敏捷，這是因雅各的大能者的手，從那裏，

他是以色列的牧者，以色列的磐石\*。

**49:25** 你父親的上帝必幫助你；全能者必賜福給你：天上的福，深淵下面蘊藏的福，以及生育哺養的福。

**49:26** 你父親的福勝過我祖先的福，直到永世山嶺的極限。這些福必降在約瑟的頭上，臨到那與兄弟有分別之人的頭頂上。

\* [49.10] 「細羅」意思不清楚，可指「貢物」或「那應得權杖者」。

\* [49.11] 「汁」：原文是「血」。

\* [49.12] 「比」或譯「因」；下同。

\* [49.21] 「可愛的小鹿」或譯「佳美的言語」。

\* [49.24] 「從那裏...磐石」：原文另譯「因為以色列的牧者，以色列的磐石的名」；七十士譯本是「從那裏他降服了以色列」。

### 【默想】

今天的經文選自雅各臨終前與孩子們的會面，既預示他們各自家族的前途，同時也給予祝福。今天我們不必細究各支派的消長，但可以看到他們日後的發展，也符合了後來聖經的記載，猶大與約瑟家（日後的以法蓮）日漸脫穎而出，成為兩個強大的勢力。值得我們注意的是此時的雅各，他成為一個與上主心意契合的人。他與他的父祖們不同，他與全部的孩子們在一起，不偏待任何一家。此時孩子們的年紀也不小了，孰強孰弱，個性如何，功過如何，他已了然於心。他不必扮演上帝的角色，只需要平靜地將他們交託給主，相信上主必有祂自己的旨意，各自引領他們。在雅各自己的一生中，無論過去如何顛頓流離，四處追尋自以為的福份，但此刻的他仍在異鄉，外邊的世界仍在飢荒，而他卻能在寧靜的一角，滿足地祝福著他的孩子，同時也意味著接納了自己，以及一直與主糾結摔角的人生。其實人生到頭來的，或許真正需要的只是最後須臾的寧靜與平安....，正所謂「與上主同在，所賜與的恰恰好」，這是帶著福份的記憶而離開。請默想今天經文，試著用同理心想像雅各回顧一生時的心情，若是當年沒有欺哄父親的祝福，沒有逃離家鄉，沒有....，這一切都值得嗎？

**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）**

**49:26 你父親的福勝過我祖先的福，直到永世山嶺的極限。這些福必降在約瑟的頭上，臨到那與兄弟有分別之人的頭頂上。**

## 詩篇 27 篇 7-14 節 靠著上帝壯膽

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

## 路加福音 1 章 67-79 節 基督如破曉日光臨到

### 【經文】

1:67 他父親撒迦利亞被聖靈充滿，就預言說：

1:68 「主 - 以色列的上帝是應當稱頌的！因他眷顧他的百姓，為他們施行救贖，

1:69 在他僕人大衛家中，為我們興起了拯救的角，

1:70 正如主藉着古時候聖先知的口所說的，

1:71 『他拯救我們脫離仇敵，脫離一切恨我們之人的手。

1:72 他向我們列祖施憐憫，記得他的聖約，

1:73 就是他對我們祖宗亞伯拉罕所起的誓，

1:74 叫我們既從仇敵手中被救出來，就可以終身在他面前，無所懼怕地用聖潔和公義事奉他。( 1:75【併於上節】)

1:76 孩子啊，你要稱為至高者的先知；因為你要走在主的前面，為他預備道路，

1:77 叫他的百姓因罪得赦，認識救恩；

1:78 因我們上帝憐憫的心腸，叫清晨的日光從高天臨到我們，

1:79 要照亮坐在黑暗中死蔭裏的人，把我們的腳引到和平的路上。』

### 【默想】

這段經文被稱為〈撒迦利亞頌〉，由於經文的拉丁文版第一個字是「祝福」(*Benedictus*)，所以也被稱作〈祝福頌〉。這首頌歌是施洗約翰的父親撒迦利亞在失聲恢復後，在聖靈的充滿下所作的頌讚詩，第一部份，第 68-75 節感謝上主記得祂的聖約，從大衛家中興起拯救者，要將祂的百姓從仇敵手中救出，這是聖誕節的意義。第二段第 16-79 節是提到了自己家裏剛出生的嬰孩，他的角色就是為這位拯救者做開路先鋒，預備百姓的心情，迎接上主對他們的回應。這孩子的出現，開始初試啼聲，宣揚上主的國近了的訊息，猶如光照在我們這些身處於黑暗死蔭之中的人。這光終會越來越亮，彰顯上主憐憫的心腸。這顯示了我們的盼望之所在，上主的憐憫，這是顯現節的意義。某種程度而言，我們也是這光的先鋒，我們的生命先被點亮了，然後將這光帶到我們的四周，讓人們不至於被一下子而來的大光所目眩，而能如同清晨慢慢地迎向正午，請從這個角度檢視我們的生命，

是否在為主發光的狀態中？

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）

1:78 因我們上帝憐憫的心腸，叫清晨的日光從高天臨到我們，

1:79 要照亮坐在黑暗中死蔭裏的人，把我們的腳引到和平的路上。



**星期四(1/29)**

**申命記 16 章 18-20 節 追求至公至義**

**【經文】**

**16:18** 「你要在耶和華 - 你上帝所賜的各城中，為各支派設立審判官和官長。他們要按公義的判斷審判百姓，

**16:19** 不可屈枉正直，不可看人的情面，也不可接受賄賂，因為賄賂能使智慧人的眼睛變瞎，又能曲解義人的證詞。

**16:20** 公正！你要追求公正，好使你存活，承受耶和華 - 你上帝所賜你的地。」

**【默想】**

任何管治者的最大任務是要建構一個公義的社會，在其所在的群體中建立公義的社會體系；公義的制度中需要有正義的司法，如果司法不公義，那麼社會必然紊亂，於是社會中人只能靠權勢保護自己。不義的司法也是罪惡的溫床，使得社會中罪惡滋生，如果人類的社會惡化成「即使想做好人都不可能成為好人」，這就是所謂「罪惡滿盈」的寫照。申命記中王者的規範很嚴，那不是一種合理化掌權者可以無限制地滿足個人私慾的意識形態，反而是要求掌權者擔任一個能維護社會公義制度的角色，我們的社會是否有公義？那裏需要改進呢？你能夠作些什麼呢？在你的組織中你可有參與管理，你可有使你的組織更為公義嗎？

**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）**

**16:19** 不可屈枉正直，不可看人的情面，也不可接受賄賂，因為賄賂能使智慧人的眼睛變瞎，又能曲解義人的證詞。

**16:20** 公正！你要追求公正，好使你存活，承受耶和華 - 你上帝所賜你的地。

**詩篇 15 篇 在上帝的聖山永不動搖**

**【經文】**

**15:1** 耶和華啊，誰能寄居你的帳幕？誰能居住你的聖山？

**15:2** 就是行為正直、做事公義、心裏說實話的人。

**15:3** 他不以舌頭讒害人，不惡待朋友，也不隨夥毀謗鄰舍。

**15:4** 他眼中藐視匪類，卻尊重那敬畏耶和華的人。他發了誓，雖然自己吃虧也不

更改。

**15:5** 他不放債取利，不受賄賂以害無辜。做這些事的人必永不動搖。

**【默想】**(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

### 彼得前書 3 章 8-12 節 不以惡報惡倒要祝福

**【經文】**

**3:8** 總而言之，你們都要同心，彼此體恤，相愛如弟兄，存憐憫和謙卑的心。

**3:9** 不要以惡報惡，以辱罵還辱罵，倒要祝福，因為你們正是為此蒙召的，好使你們承受福氣。

**3:10** 因為經上說：「凡要愛惜生命、享受好日子的人，要禁止舌頭不出惡言，嘴唇不說詭詐的話。

**3:11** 也要棄惡行善，尋求和睦，一心追求。

**3:12** 因為主的眼看顧義人，他的耳聽他們的祈禱；但主向行惡的人變臉。」

**【默想】**

彼得在這段經文中提出基督徒的重要標誌，首先，基督的信仰群體，要能活出「團契」的生活特質。團契的生活表現就是彼此同心、體恤、相愛、心懷憐憫與謙卑。以上的形容都是基督徒合一的體現。而團契生活的方式是合一最好的表現，這不是一項對基督徒可有可無的要求，這是上主的孩子們屬靈生命的必要品質。在合一的前提下，還要愛惜生命，口不出惡言，或說謊言；只要祝福，心中滿了祝福，口中也要帶著祝福。一切行事要堅持善行，也要尋求和睦。這是很不容易的功課，但這往往是考驗著我們靈性是否成熟。因為成熟的靈性是要能在堅持善之下，也要尋求最大的和睦。請反省你的信仰群體生活，每次受到考驗時，是否多數都能堅持為善，也體現和睦呢？

**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）**

**3:10** 因為經上說：凡要愛惜生命、享受好日子的人，要禁止舌頭不出惡言，嘴唇不說詭詐的話。

**3:11** 也要棄惡行善，尋求和睦，一心追求。

## 星期五(1/30)

### 申命記 24 章 17 節至 25 章 4 節 不要讓其他人的公平被剝奪

#### 【經文】

**24:17** 「不可對寄居的和孤兒屈枉正直，也不可拿寡婦的衣服作抵押。

**24:18** 要記得你曾在埃及作過奴僕，耶和華 - 你的上帝從那裏救贖了你，所以我吩咐你遵行這事。

**24:19** 「你在田間收割莊稼，若忘了一捆在田間，就不要再回去拿，要留給寄居的、孤兒和寡婦；好讓耶和華 - 你的上帝在你手裏所做的一切，賜福給你。

**24:20** 你打了橄欖樹，枝上剩下的不可再打，要留給寄居的、孤兒和寡婦。

**24:21** 你摘葡萄園的葡萄，掉落的不可拾取，要留給寄居的、孤兒和寡婦。

**24:22** 你要記得你曾在埃及地作過奴僕，所以我吩咐你遵行這事。

**25:1** 「人與人若有爭訟，要求審判，當宣判義人為義，惡人有罪的時候，

**25:2** 惡人若該受責打，審判官就要叫他當着面，伏在地上，按他的罪照數責打。

**25:3** 只能打四十下，不可加多；多過這數目就是在你眼中作賤你的弟兄了。

**25:4** 「牛在踹穀的時候，不可籠住牠的嘴。」

#### 【默想】

今天的經文是在申命記中對於待人之道的要求，或者是對待弱者的人道精神的條例。離鄉背井的異鄉人，也就是所謂的「寄居者」，以及社會中的孤兒寡婦，在社會中是最沒有保障的弱勢，作為社會中相對強勢或有保障的人，一定不能欺負這些人，因為上主關心他們，經文提醒我們沒有誰天生比誰更高貴，以色列的先祖過去也是奴隸，上主也是因為聽見他們的冤聲，而搭救他們。除了不消極地欺負他們，更要積極地協助他們，在田間不可極盡收割，要主動留下部分給需要的人自取，這是顧及求助者尊嚴的作法，而且「土地」、「收成」都是上主的賞賜，不全是我們的功勞，要執行上主的旨意，留下部分用來助人，這是人道精神的表現。不但如此，即便犯錯的人，在刑罰時也要顧到他們的尊嚴，不能「作賤」我們犯了錯的弟兄姊妹。最後甚至牲畜也要以人道的對待，牠們也是生命，不能當作工具來對待，不顧牠們生存必要的需求。請想想，以上「律法」的要求，與「律法主義」的人所重視的有何不同呢？現今教會對於社會中的外來人士、移工、經濟上的弱勢者、政治上的失勢者的態度如何呢？可有長久的援助策略嗎？若教會收入有結餘時，通常最先想到的是什麼？

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）

24:19 你在田間收割莊稼，若忘了一捆在田間，就不要再回去拿，要留給寄居的、孤兒和寡婦；好讓耶和華 - 你的上帝在你手裏所做的一切，賜福給你。

### 詩篇 15 篇 在上帝的聖山永不動搖

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

### 提摩太前書 5 章 17-24 節 善行是明顯的

#### 【經文】

5:17 善於督導教會的長老，尤其是勤勞講道教導人的，應該得到加倍的敬奉。

5:18 因為經上說：「牛在踹穀的時候，不可籠住牠的嘴」；又說：「工人得工資是應當的。」

5:19 有控告長老的案件，非有兩三個證人就不要受理。

5:20 繼續犯罪的人，要在眾人面前責備他，使其餘的人也有所懼怕。

5:21 我在上帝、基督耶穌和蒙揀選的天使面前囑咐你要遵守這些話，不可存成見，做事也不可偏心。

5:22 不可急於給人行按手禮；也不可在別人的罪上有份，要保守自己純潔。

5:23 為了你的胃，又常患病，不要只喝水，要稍微喝點酒。

5:24 有些人的罪是明顯的，已先受審判了；有些人的罪是隨後跟着來。

#### 【默想】

保羅對後進同工的教導殷切，又充滿真誠的關懷。成為領袖是極其不易的，教會中有影響力的領袖為了不使自己的職務令人受損，就要更加小心。若有人控告教會的領袖，如長老時，就不能馬虎行事，反倒要格外慎重，多方求證，也多方勸解，千萬不能草莽行事，因為這樣的案件，往往帶來群體很大的損傷，所以寧可按部就班處理，認真祈禱而不要衝動行事。此外施行各樣聖禮，特別是按立牧者或教會的領袖，更是要格外慎重，不能降低標準。除了工作外也要關心自己與同工的身體。至於會友也不可虧待專心從事牧職的同工，因為教會會友對牧者的尊重，與牧者對信眾所表現出真誠的關懷，正正反映了這個教會的品質。另一方面也要善待教會中的領袖或牧者。你的教會對待牧者是否中肯？

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）

5:22 不可急於給人行按手禮；也不可在此人的罪上有份，要保守自己純潔。



## 星期六(1/31)

### 彌迦書 3 章 1-4 節 你們豈不知公平嗎？

#### 【經文】

**3:1** 於是我說：雅各的領袖，以色列家的官長啊，你們要聽！你們豈不知道公平嗎？

**3:2** 你們惡善好惡，剝我百姓\*身上的皮，從他們的骨頭上剔肉，

**3:3** 你們吃我百姓的肉，剝他們的皮，打斷他們的骨頭，如切塊\*下鍋，如釜中的肉。

**3:4** 到了遭災的時候，這些人要哀求耶和華，他卻不應允他們。那時，因他們所行的惡，他必轉臉離開他們。

\* [3.2] 「我百姓」：原文是「他們」。

\* [3.3] 「如切塊」：七十士譯本是「如切肉塊」。

#### 【默想】

治理的人以及審判的人在過去都屬於同一類的人，結構上他們無法帶給社會真正的公平。當一個社會中，人們沒有最後公平裁判的機制，所引發的混亂將有多嚴重，這會引發人們必須靠自己的暴力來維護自己的權益；弱勢者若無公正的對待就會看不到希望。請用你的想像力，盡量揣摩那些無權無勢的人，他們的生活與心情到底是怎樣？想想如何可以有一個令人安心的公義社會呢？

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）

**3:1** 於是我說：雅各的領袖，以色列家的官長啊，你們要聽！你們豈不知道公平嗎？

**3:2** 你們惡善好惡，剝我百姓身上的皮，從他們的骨頭上剔肉。

### 詩篇 15 篇 在上帝的聖山永不動搖

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

### 約翰福音 13 章 31-35 節 新的命令

#### 【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\*，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。」

\* [13.32]有古卷沒有「如果...得了榮耀」。

### 【默想】

就在主耶穌將要受難的時刻前夕，猶大離開筵席後，逮捕的人很快就要來到了。在這僅有的短短時刻中，主耶穌給了我們一條新的命令，就是我們要彼此相愛，我們在群體中愛的標準是：「主怎樣愛我們，我們也要怎樣彼此相愛。」唯有活出這樣程度的彼此相愛，眾人才能認出我們是主的門徒。所以現在人無法認出我們是基督的門徒，意味著我們還不夠彼此相愛。你覺得不能彼此相愛的原因在哪裏？試想想，以基督的愛來愛他人，是否陳義過高？基督的愛是為人捨命的愛，我們真能作到嗎？

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）

**13:34** 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。

## 星期日(2/1)顯現節後第四主日

彌迦書 6 章 1-8 節 行公義，好憐憫，存謙卑的心

### 【經文】

**6:1** 當聽耶和華說的話：起來，向山嶺爭辯，使岡陵聽見你的聲音。

**6:2** 山嶺啊，要聽耶和華的指控！大地永久的根基啊，要聽！因耶和華控告他的百姓，與以色列爭辯。

**6:3** 「我的百姓啊，我向你做了甚麼呢？我在甚麼事上使你厭煩？你回答我吧！」

**6:4** 我曾將你從埃及地領出來，從為奴之家救贖你，我差遣摩西、亞倫和米利暗在你前面帶領。

**6:5** 我的百姓啊，當記念從前摩押王巴勒如何籌算，比珥的兒子巴蘭如何回應他，當記念從什亭到吉甲所發生的事，好使你們明白耶和華公義的作為。」

**6:6** 「我朝見耶和華，在至高上帝面前跪拜，當獻上甚麼呢？難道獻一歲的牛犢為燔祭來朝見他嗎？」

**6:7** 耶和華豈喜悅千千的公羊，或是萬萬的油河嗎？我豈可為自己的過犯獻我的長子，為自己的罪惡獻我所親生的嗎？」

**6:8** 世人哪，耶和華已指示你何為善。他向你所要的是甚麼呢？只要你行公義，好憐憫，存謙卑的心與你的上帝同行。

### 【默想】

這是彌迦先知最著名的信息，身處在主前第八世紀社會底層的彌迦，深深感受到當上主的百姓遠離當初救贖他們的上主後，接著就是離棄了祂所指示的生活，也就是說上主子民的社會，離棄了上主所指示的「律法」精神的生活。於是徒然剩下律法的形式，表現出許多鋪張的祭祀行為。這些都不能討上主的喜悅，更是社會崩解的先兆。所以彌迦書六章 8 節是這卷書的核心、是舊約的重中之重，也是真正信仰生活的指引：「行公義，好憐憫，存謙卑的心與上主同行」。首先，「公義與憐憫」是主前第八世紀先知們常常提到的上帝的屬性。所以這位上帝不同於一般神明重視獻祭的排場或是接受獻祭的「賄賂」。祂是擁有一切的上主，是有要求且知道人心的上主。祂也將祂的要求揭示給人，透過在以色列族群中立下「律法」的規範，同時向人展現何為「善」。上主所要的是受造的人能活出祂的屬性，公義與憐憫。其中憐憫是愛的表現，公義是公平的分配，在分配時不以自己為絕對的擁有者，上主才是一切的創造者，正義是擁有的人或主持分配的人要替上主照顧弱勢的人，這是人之所以為人的素質，不能秉持這樣的公義精神，是當今世界不能和平相處的原因。此外，人們要能活出與上主正確的關係，就是經文後段所述的「謙卑與同行」。這世界不是以我們為中心，而是以上主為中心，我們在上主面前是因得到祂的恩典而被召。我們可以持續與祂同行，使生命因此有了意義，這一切都是出自於祂的恩典，活在恩典中才是真正的信仰與生活。請認真想想，你內心是否與上主有正確的關係（謙卑、同行）？是否對人充滿愛（公義、憐憫）？

**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）**

**6:8 世人哪，耶和華已指示你何為善。他向你所要的是甚麼呢？只要你行公義，好憐憫，存謙卑的心與你的上帝同行。**

## 詩篇 15 篇 在上帝的聖山永不動搖

### 【經文】

15:1 耶和華啊，誰能寄居你的帳幕？誰能居住你的聖山？

15:2 就是行為正直、做事公義、心裏說實話的人。

15:3 他不以舌頭讒害人，不惡待朋友，也不隨夥毀謗鄰舍。

15:4 他眼中藐視匪類，卻尊重那敬畏耶和華的人。他發了誓，雖然自己吃虧也不更改。

15:5 他不放債取利，不受賄賂以害無辜。做這些事的人必永不動搖。

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

## 哥林多前書 1 章 18-31 節 基督被釘十字是上帝的大能

### 【經文】

1:18 因為十字架的道理，在那滅亡的人是愚拙，在我們得救的人卻是上帝的大能。

1:19 就如經上所記：「我要摧毀智慧人的智慧，廢棄聰明人的聰明。」

1:20 智慧人在哪裏？文士在哪裏？這世上的辯士在哪裏？上帝豈不是已使這世上的智慧變成愚拙了嗎？

1:21 既然世人憑自己的智慧不認識上帝，上帝就本着自己的智慧樂意藉着人所傳愚拙的話拯救那些信的人。

1:22 猶太人要的是神蹟，希臘人求的是智慧，

1:23 我們卻是傳被釘十字架的基督，這對猶太人是絆腳石，對外邦人是愚拙；

1:24 但對那蒙召的，無論是猶太人、希臘人，基督總是上帝的大能，上帝的智慧。

1:25 因為，上帝的愚拙總比人智慧；上帝的軟弱總比人強壯。

1:26 弟兄們哪，想一想你們的蒙召，按着人的觀點，有智慧的不多，有能力的不多，有尊貴地位的也不多。

1:27 但是，上帝揀選了世上愚拙的，為了使有智慧的羞愧；又揀選了世上軟弱的，為了使強壯的羞愧。

1:28 上帝也揀選了世上卑賤的，被人厭惡的，以及那一無所有的，為要廢掉那樣樣都有的，

1:29 使凡血肉之軀的，在上帝面前，一個也不能自誇。

1:30 但你們得以在基督耶穌裏是本乎上帝，他使基督成為我們的智慧，成為公義、

聖潔、救贖。

**1:31** 如經上所記：「要誇耀的，該誇耀主。」

### 【默想】

在今天的經文裏，保羅精闢地講解了十字架的道理。這是一篇說理的敘述，但是保羅竟能以詩意般的文字來表達，實在非常不容易。由於猶太人相信「大能的上主」，所以他們認為上主的大能一定會用來懲罰惡待上主子民的仇敵，因此他們無法接受上主是被釘十字架的耶穌。試想想，大能的上主怎能反被仇敵釘在十字架上呢？希臘人則是重視「智慧」，但這智慧是以人的邏輯來思考，上主會來到世上救人，被釘在十字架上又如何能救人呢？然而他們萬萬不會想到：上主就是以他們以為的軟弱、愚拙的方式來改變人類的命運，也就是施行祂的拯救。這個世界就是想依靠人自以為的強大與智慧，反而造成了對立、衝突、破壞更加嚴重。上主所展示的溫柔的力量，天國的邏輯才是困難重重的人類社會的解方，人類的救贖盡在耶穌基督的十字架中，所以「該誇耀的是主！」請認真默想十字架（若有十字架在你的身邊，就緊緊地握住它），思想上主如何透過這種我們無法想到的方式來展現祂的智慧、大能與救恩？

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）

**1:30** 但你們得以在基督耶穌裏是本乎上帝，他使基督成為我們的智慧，成為公義、聖潔、救贖。

## 馬太福音 5 章 1-12 節 基督的教導：八福

### 【經文】

**5:1** 耶穌看見這一羣人，就上了山，坐下後，門徒到他跟前來，

**5:2** 他開口教導他們說：

**5:3** (路 6:20-23) 「心靈貧窮的人有福了！因為天國是他們的。

**5:4** 哀慟的人有福了！因為他們必得安慰。

**5:5** 謙和的人有福了！因為他們必承受土地。

**5:6** 飢渴慕義的人有福了！因為他們必得飽足。

**5:7** 憐憫人的人有福了！因為他們必蒙憐憫。

**5:8** 清心的人有福了！因為他們必得見上帝。

**5:9** 締造和平的人有福了！因為他們必稱為上帝的兒子。

**5:10** 為義受迫害的人有福了！因為天國是他們的。

**5:11** 「人若因我辱罵你們，迫害你們，捏造各樣壞話毀謗你們\*，你們就有福了！」

**5:12** 要歡喜快樂，因為你們在天上的賞賜是很多的。在你們以前的先知，人也是這樣迫害他們。」

\* [5.11] 「捏造...你們」：有古卷是「說各樣壞話毀謗你們」。

### 【默想】

耶穌在山上講述八福，如同當日摩西在山上宣佈律法，都是上主對人的要求，也是上主期待人之所以為人的標準。「登山寶訓」，原文用的是 The Beatitudes，意思是「快樂」或「幸福」。所以擁有這些素質的人，才能擁有真正的快樂。過去也有人用「階梯」來形容登山寶訓，形容這是靈性攀登的階梯，默想每一個素質，並且實踐這些素質，如踏上階梯般往前行，邁向靈性成熟。其間隨著歷史的進程，基督徒讓詮釋進一步豐富起來，我們越來越認識上主對人的旨意，或上主造人時保有對人的素質的期待。請試著從八福中所看到的每項素質，有哪些是共通的地方？你看到其中哪些是與上主有關的屬性？哪些是我們的待人之道？

**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 人若因我辱罵你們，迫害你們，捏造各樣壞話毀謗你們，你們就有福了！**

**5:12 要歡喜快樂，因為你們在天上的賞賜是很多的。在你們以前的先知，人也是這樣迫害他們。**



## 本週小組討論

鄭沂珊

### 一、光破暗夜，道啟新途

從以賽亞宣告照進黑暗的大光 ( 賽 9:1-4 )，到耶穌在加利利開始宣講並呼召人跟隨 ( 太 4:12-23 )，再到基甸在恐懼中被上帝呼召並應許同在 ( 士 6:11-24 )，以及保羅提醒信徒既已成為光明之子就當活在光中 ( 弗 5:6-14 )，這些經文共同描繪了上帝之光臨到人生命時所帶來的轉向與行動。💡 在你目前的生命處境中，上帝的光正照亮哪一個黑暗或停滯之處，而這光是否正在邀請你離開原有的位置，踏上一條更新的道路？

### 二、弱顯主權，破中見榮

基甸在極少數人與看似脆弱的策略中經歷上帝的得勝 ( 士 7:12-22 )，保羅宣告十字架在世人看來是愚拙卻是上帝的大能 ( 林前 1:17-18 )，並指出信徒的生命成長是上帝在其中運行、一步步完成的 ( 腓 2:12-18 )，而雅各對約瑟的祝福也見證了一個在攻擊與創傷中仍被上帝堅固的生命 ( 創 49:21-26 )。💡 當你對照這些經文反思自己的人生經驗時，是否願意重新看待自身的軟弱與破碎，並在其中尋找上帝顯明祂主權與榮耀的可能？

### 三、愛成記號，行作見證

耶穌指出彼此相愛是人認出門徒身分的記號 ( 約 13:31-35 )，申命記要求在制度與生活中實踐公義、保護弱勢 ( 申 16:18-20；24:17-25:4 )，彌迦先知嚴厲質問失去公平的領袖 ( 彌 3:1-4 )，而使徒書信則呼籲信徒在群體中以祝福代替惡行，並以公義與謹慎對待領袖與彼此 ( 彼前 3:8-12；提前 5:17-24 )。💡 在這些經文的光照下，你如何省察自己與所屬信仰群體的生活方式，是否真實地讓人從公義、和睦與彼此相愛中，看見我們是屬基督的人？

讀者可以透過每日三讀三禱網頁：[www.1day3read3pray.com](http://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



Youtube 影音頻道



#### 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：蕭曉玲、呂華光、褚秀玲

後勤協作：蕭毓蓉

封面設計：王柏欽

整合執行：陳繼賢、張芝嘉

每日三讀三禱

[1day3read3pray.com](http://1day3read3pray.com)