聖經禱告

每日3讀3禱

2026 馬太年 甲年

甲年聖靈降臨節後第十一主日至聖靈降臨節後第十二主日

2026.8.16－8.23

P1502O－P16O21 (Semi.)

（經文採用2010 和修版）

龐君華 原稿

每日三讀三禱工作團隊 編修及印製

封面 王柏欽

甲年常年期經課編排

陳繼賢 / 撰

在聖靈降臨節後的常年期經課編排中，半連續式經課是從救恩歷史的角度來選讀舊約。甲年經課會從創世開始，到士師時期作結；乙年是以大衛王朝與智慧文學為主；丙年則聚焦於先知文學。透過教會年的三年循環，讓讀者能大致掌握整本聖經的面貌。

時間	6-8 月	8-10 月	10-11 月	11 月 22 日
經課範圍	族長時期	出埃及與曠野時期	進入迦南地與士師時期	基督君王主日（甲年結束）

序幕 ─ 摩西被差遣 ─ 出埃及 ─ 西奈之約 ─ 金牛犢事件 ─ 摩西的代求

本週經課在雅各與約瑟生命尾聲中結束一代人的記事，開展以色列家的另一個時代記事。隨著不認識約瑟的埃及法老興起，以色列人陷入被勞役苦待之中，上主藉著不同的用人保護了嬰孩摩西。摩西在八十歲時，上主在何烈山自我啟示，宣告祂的「看見、聽見、知道」子民的境況，並差遣摩西回到埃及救以色列人脫離奴役。

拯救的預備：從壓迫到蒙召（8 月 20 日至 9 月 2 日期間的讀經）

	主題
8 月 20-26 日	埃及的壓迫與摩西的出生
8 月 27 日-9 月 2 日	荊棘火焰與上帝之名

事工奉獻帳號資訊如下：

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！

聖靈降臨節後第十二主日 (8/16) **(合時儀文 15 常年期 20 － 半連續)**

創世記 45 章 1-15 節　約瑟與兄弟和好

【經文】

45:1 約瑟在所有侍立在他旁邊的人面前情不自禁，就喊叫說：「每一個人都離開我，出去吧！」約瑟和兄弟相認的時候沒有一人站在他那裏。

45:2 他放聲大哭，埃及人聽見了，法老家中的人也聽見了。

45:3 約瑟對他兄弟們說：「我就是約瑟。我的父親還在嗎？」他兄弟們不敢回答他，因為他們在他面前都很驚惶。

45:4 約瑟又對他兄弟們說：「靠近我一點。」他們就近前來。他說：「我是被你們賣到埃及的兄弟約瑟。

45:5 現在，不要因為把我賣到這裏而憂傷，對自己生氣，因為上帝差我在你們以先來，為要保全性命。

45:6 現在這地的饑荒已經二年了，還有五年不能耕種，沒有收成。

45:7 上帝差我在你們以先來，為要給你們在世上存留餘種，大施拯救，保全你們的性命。

45:8 這樣看來，差我到這裏來的不是你們，而是上帝。他又使我如同法老之父，作他全家之主，和埃及全地掌權的人。

45:9 你們要趕緊上到我父親那裏，對他說：『你兒子約瑟這樣說：上帝已立我作全埃及之主，請你下到我這裏來，不要躭擱。

45:10 你和你的兒子孫子，羊羣牛羣，以及一切所有的，都可以住在歌珊地，與我相近。

45:11 我要在那裏奉養你，因為還有五年的饑荒，免得你和你的家屬，以及一切所有的，都陷入窮困中。』

45:12 看哪，你們的眼睛和我弟弟便雅憫的眼睛都看見，是我親口對你們說話。

45:13 你們要把我在埃及一切的尊榮和你們所有看見的事情都告訴我父親，也要趕緊請我父親下到這裏來。」

45:14 於是約瑟伏在他弟弟便雅憫的頸項上哭，便雅憫也在他的頸項上哭。

45:15 他又親眾兄弟，伏着他們哭。過後，他的兄弟就和他說話。

【默想】

今天的經文是約瑟故事中的高潮，約瑟與兄弟們相認了。在這個過程中反映了約瑟對人生的態度：「……不要自憂（grieve）自恨（reproach）」，因為這「不是你們……，是上帝差我的……」。換句話說，這一切都是上主所默許，或是由上主的旨意所推動。對行惡的人或加害者，他當然不能有這樣的觀念，因為這會成為作惡的藉口，規避決定行惡時所要負的責任；然而在受苦中的人，卻必須要有這樣的態度，才能堅持探尋受苦的意義；唯有在更高的意義下，我們才能挺得住苦難。聖經沒有詳細描寫約瑟的情緒，然而約瑟的表達，顯示他已經為受苦找到了更高的意義：「……保全（人類的）生命」，這句話猶如「因他的鞭傷，別人得到醫治」一樣。在受苦中你會自憂自恨嗎？你如何堅持尋找受苦的意義呢？

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）

創世記 45 章 7-8 節

上帝差我在你們以先來，為要給你們在世上存留餘種，大施拯救，保全你們的性命。這樣看來，差我到這裏來的不是你們，而是上帝。他又使我如同法老之父，作他全家之主，和埃及全地掌權的人。

詩篇 133 篇　和睦同居是何等的美

【經文】

133:1 看哪，弟兄和睦同住是何等的善，何等的美！

133:2 這好比那貴重的油澆在亞倫的頭上，流到鬍鬚，又流到他的衣襟；

133:3 又好比黑門的甘露降在錫安山；因為在那裏有耶和華所命定的福，就是永遠的生命。

【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)

羅馬書 11 章 1-2a,29-32 節　上帝沒有棄絕以色列

【經文】

11:1 那麼，我要問，上帝棄絕了他的百姓嗎？絕對沒有！因為我也是以色列人，亞伯拉罕的後裔，屬便雅憫支派的。

11:2a 上帝並沒有棄絕他預先所知道的百姓。

11:29 因為上帝的恩賜和選召是不會撤回的。

11:30 你們從前不順服上帝，如今因他們的不順服，你們倒蒙了憐憫。

11:31 同樣，他們現在也是不順服，叫他們因着施給你們的憐憫，現在[a]也就蒙憐憫。

11:32 因為上帝把眾人都圈在不順服中，為的是要憐憫眾人。

【默想】

今天的經文一開始是保羅自問自答的過程。他一直對自己的同胞猶太人不願接受基督感到憂心，「難道上主棄絕了祂的選民了嗎？」然後他自己回答：「上帝並沒有棄絕……」。到了第 29 節之後，他特別強調上主的選召是不會收回的，上帝並不會因為百姓的頑固而放下自己的信實。而且猶太人與外邦人在恩典中有著相互影響的關係：你們（外邦人）過去不順服，他們（猶太人）現在不順服，結果是你們（外邦人）蒙了憐憫。同樣地，他們（猶太人）現在不順服，卻因為你們（外邦人）現在得到憐憫，所以他們（猶太人）也要蒙憐憫。總之，第 32 節的意思是：「大家都屬於不順服，結果是大家都得到憐憫」。因此關鍵還是上帝的憐憫。請回想你如何從「不順服」上主，過渡到蒙受上主的憐憫，其中有哪些關鍵性因素？

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）

羅馬書 11 章 29-31 節

因為上帝的恩賜和選召是不會撤回的。你們從前不順服上帝，如今因他們的不順服，你們倒蒙了憐憫。同樣，他們現在也是不順服，叫他們因着施給你們的憐憫，現在也就蒙憐憫。

[a] [11.31]有古卷沒有「現在」。

馬太福音 15 章 10-28 節　迦南婦人的女兒被醫治

【經文】

15:10 耶穌叫了眾人來，對他們說：「你們要聽，也要明白。

15:11 從口裏進去的不玷污人，從口裏出來的才玷污人。」

15:12 當時，門徒進前來對他說：「法利賽人聽見這話很反感，你知道嗎？」

15:13 耶穌回答：「一切植物，若不是我天父栽植的，都要連根拔出來。

15:14 由他們吧！他們是瞎子作瞎子的嚮導[a]；若是瞎子領瞎子，兩個人都要掉在坑裏。」

15:15 彼得回應他說：「請將這比喻講解給我們聽。」

15:16 耶穌說：「連你們也還不明白嗎？

15:17 難道你們不了解，凡進到口裏的，是經過肚子，又排入廁所嗎？

15:18 然而口裏出來的是出於心裏，這才玷污人。

15:19 因為出於心裏的有種種惡念，如兇殺、姦淫、淫亂、偷盜、偽證、毀謗。

15:20 這些才玷污人。至於不洗手吃飯，那並不玷污人。」

15:21 （可 7:24-30）耶穌離開那裏，退到推羅、西頓境內。

15:22 有一個迦南婦人從那地方出來，喊着說：「主啊，大衛之子，可憐我！我女兒被鬼纏得很苦。」

15:23 耶穌卻一言不答。門徒進前來，求他說：「這婦人在我們後頭喊叫，請打發她走吧。」

15:24 耶穌回答：「我奉差遣只到以色列家迷失的羊那裏去。」

15:25 那婦人來拜他，說：「主啊，幫幫我！」

15:26 他回答：「拿孩子的餅丟給小狗吃是不妥的。」

15:27 婦人說：「主啊，不錯，可是小狗也吃牠主人桌上掉下來的碎屑。」

15:28 於是耶穌回答她說：「婦人，你的信心很大！照你所要的成全你吧。」從那時起，她的女兒就好了。

【默想】

今天引用的馬太福音經文，主要分為兩個段落。第一段是第 10-20 節，延續之前「飯前洗手」爭論所引發的講論。嚴格來說，「飯前洗手」並非律法，而是一則引申出來的「傳統」或「習俗」。爭論的焦點在於法利賽人或猶太人對律法實踐的「說明」或「註解」是否一定要遵行，如同律法的地位。耶穌指出，他們的說

[a] [15.14]有古卷是「他們是瞎子作嚮導」。

明往往看似「虔誠」，卻曲解了上主的原意，甚至對人有害。於是耶穌引用了以賽亞書二十九章 13 節：「百姓用嘴唇尊敬我，他們的心卻遠離我……」來反駁法利賽人（十五章 8-9 節）。第一段經文，耶穌用「口中吃進去的食物」與「從口裏（也就是心裏）所說出的話」，進一步說明引用以賽亞書經文的用意。吃進去的食物對人的影響，遠不如從腐敗人心口中說出來的話。所以執著於專家或宗教領袖對律法實踐的「說明」，不如真正內心被上帝的話所改變。第二段經文是第 21-28 節，關於耶穌與迦南婦人的對話。耶穌的回應與當時一般猶太男人的沙文主義雷同，即「以色列優先」，也就是「不拿（以色列）小孩的食物，給（非以色列的）『狗』」。這話聽起來非常冷酷，即便放在現代的語境中，也是帶有「歧視」意味的負面觀感。但是迦南婦人帶著對彌賽亞的信心，不放棄地回應耶穌，而改變了耶穌的作法，她得到了稱讚，女兒也得到了醫治。自己的族譜上有三名外邦女性的耶穌，是否真的會歧視這位迦南婦人？照理說不會，祂的言詞或許是一種信心的考驗。然而，若將迦南婦人與前一段不信的法利賽人或猶太人相比較，就會看到這位婦人的信心何等難得。擁有上主所傳律法的法利賽人不但無助人的信心，有時還往往淪為口裏敬虔，但心卻遠離上主的景況。從今天的兩段經文中，你如何看待「信心」的課題呢？

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）

馬太福音 15 章 26-28 節

他回答：「拿孩子的餅丟給小狗吃是不妥的。」婦人說：「主啊，不錯，可是小狗也吃牠主人桌上掉下來的碎屑。」於是耶穌回答她說：「婦人，你的信心很大！照你所要的成全你吧。」從那時起，她的女兒就好了。

回應聖靈降臨節後第十二主日 (合時儀文 15 常年期 20 － 半連續)

星期一 (8/17)

創世記 43 章 1-34 節　便雅憫到埃及

【經文】

43:1 那地的饑荒非常嚴重。

43:2 他們從埃及帶來的糧食吃完了，父親對他們說：「你們再去給我們買些糧來。」

43:3 猶大對他說：「那人嚴厲地警告我們說：『你們的弟弟若不和你們同來，你們就不要來見我的面。』

43:4 你若派我們的弟弟跟我們同去，我們就下去給你買糧；
43:5 你若不派他去，我們就不下去，因為那人對我們說：『你們的弟弟若不和你們同來，你們就不要來見我的面。』」
43:6 以色列說：「你們為甚麼這樣害我，告訴那人你們還有弟弟呢？」
43:7 他們說：「那人詳細問到我們和我們的家人，說：『你們的父親還在嗎？你們還有兄弟嗎？』我們就按着他的這些話告訴他，我們怎麼知道他會說：『把你們的弟弟帶下來』呢？」
43:8 猶大又對他父親以色列說：「請派這年輕人和我同去，我們就動身前去，好叫我們和你，以及我們的孩子都得存活，不至於死。
43:9 我為他擔保，你可以從我手中要人，我若不帶他回來交在你面前，我就對你永遠擔當這罪。
43:10 我們若沒有躭擱，現在第二趟都回來了。」
43:11 父親以色列對他們說：「如果必須如此，你們要這樣做：把本地土產中最好的乳香、蜂蜜、香料、沒藥、堅果、杏仁各取一點，放在器皿裏，帶下去送給那人作禮物。
43:12 手裏要帶雙倍的銀子，把退還在你們袋口的銀子親手帶回去；或許那是個失誤。
43:13 帶着你們的弟弟，動身再去見那人。
43:14 願全能的上帝使你們在那人面前蒙憐憫，放你們另一個兄弟和便雅憫回來。我若要失喪兒子，就喪了吧！」
43:15 於是，他們拿着那些禮物，手裏也帶雙倍的銀子，並且帶着便雅憫，動身下到埃及，站在約瑟面前。
43:16 約瑟見便雅憫和他們同來，就對管家說：「把這些人領到屋裏。要宰殺牲畜，預備宴席，因為中午這些人要跟我吃飯。」
43:17 那人就照約瑟所說的去做，領他們進約瑟的屋裏。
43:18 這些人因為被領到約瑟的屋裏，就害怕，說：「領我們到這裏來，必是因為當初退還在我們袋裏的銀子，要設計害我們，抓我們去當奴隸，搶奪我們的驢。」
43:19 他們就挨近約瑟的管家，在屋子門口和他說話，
43:20 說：「我主啊，求求你，我們當初下來，真的是要買糧食。
43:21 後來到了住宿的地方，我們打開袋子，看哪，各人的銀子還在自己的袋口上，銀子的分量一點不少。現在我們親手把它帶回來，

43:22 我們手裏又帶了另外的銀子來買糧食。我們不知道是誰把銀子放在我們袋裏的。」

43:23 他說：「你們平安！不要害怕，是你們的上帝和你們父親的上帝把財寶放在你們的袋裏。你們的銀子，我已經收了。」他就把西緬帶出來，交給他們。

43:24 那人領這些人進約瑟的屋裏，給他們水洗腳，又給他們飼料餵驢。

43:25 他們預備好禮物，等候約瑟中午來，因為他們聽說他們要在那裏吃飯。

43:26 約瑟來到家裏，他們就把手中的禮物拿進屋裏給他，俯伏在地，向他下拜。

43:27 約瑟問他們安，又說：「你們的父親，就是你們所說的那位老人家平安嗎？他還在嗎？」

43:28 他們說：「你僕人，我們的父親平安，他還在。」於是他們低頭下拜。

43:29 約瑟舉目看見他同母的弟弟便雅憫，就說：「你們向我所說那最小的弟弟就是這位嗎？」又說：「我兒啊，願上帝賜恩給你！」

43:30 約瑟愛弟之情激動，就急忙找個地方去哭。他進入自己的房間，哭了一場。

43:31 他洗了臉出來，勉強忍住，就說：「開飯吧！」

43:32 他們為約瑟單獨擺了一席，為那些人又擺了一席，也為和約瑟同吃飯的埃及人另擺了一席，因為埃及人不和希伯來人一同吃飯；那是埃及人所厭惡的。

43:33 兄弟們被安排在約瑟面前坐席，都按着長幼的次序，這些人彼此感到詫異。

43:34 約瑟把他面前的食物分給他們，但便雅憫所得的比別人多五倍。他們就喝酒，和約瑟一同暢飲。

【默想】

今天的經文是「約瑟傳奇」的一部分。約瑟被賣到埃及後，接連發生的事件顯露了他的處事才華，讓人看見他是「上主與他同在」的人（參創世記三十九章 1, 21 節、四十一章 38 節）。因此，他能傳奇地成為埃及宰相，不但幫助埃及度過飢荒，也惠及周邊的人民。這段故事的高潮在於約瑟與兄弟們相見的過程。面對這些曾加害自己、讓他經歷人生夢魘的人，約瑟決定進行測試，同時因思念小弟便雅憫，便用計讓他們將小弟帶至埃及。然而，當兄長們返家後，雅各卻不願讓便雅憫冒險。直到飢荒迫使他們必須面對問題——因為西緬仍留在埃及，若不帶便雅憫過去，西緬便無法獲救，再者糧食也即將用盡。於是身為父親的雅各，只好再三叮嚀，備妥各樣禮物讓便雅憫動身。要不是飢荒嚴峻，他還真不知會拖到何時。人生中，外在環境往往逼使我們必須面對不想面對的事，你有過這樣的經驗嗎？你

現在所處的環境，是否也促使你完成了某件事？兄弟們終於把小弟帶來，兄弟團聚的過程裏，我們看見了上帝的智慧。當弟兄們向約瑟下拜時，應驗了約瑟少年時的夢，也正是因為這場夢，約瑟離開了安穩的家鄉，來到埃及，進而救了家人免於飢荒之災。約瑟似乎沒有懷恨的報復行動，重點都在確認家人的安全。面對猜疑與不安的兄弟們，約瑟親切地與他們相聚，安慰他們：「你們平安！不要害怕，是你們的上帝和你們父親的上帝.....」。從這段話中，你認為約瑟是如何看待自己的遭遇與信仰？你也能這樣看待自己所處環境中的種種際遇嗎？不要忘了，萬事都互相效力。

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）

創世記 43 章 14-15 節

願全能的上帝使你們在那人面前蒙憐憫，放你們另一個兄弟和便雅憫回來。我若要失喪兒子，就喪了吧！」於是，他們拿着那些禮物，手裏也帶雙倍的銀子，並且帶着便雅憫，動身下到埃及，站在約瑟面前。

詩篇 130 在你有赦免之恩

【經文】

130:1 耶和華啊，我從深處求告你！
130:2 主啊，求你聽我的聲音！求你側耳聽我懇求的聲音！
130:3 耶和華啊，你若究察罪孽，主啊，誰能站得住呢？
130:4 但在你有赦免之恩，要叫人敬畏你。
130:5 我等候耶和華，我的心等候；我也仰望他的話。
130:6 我的心等候主，勝於守夜的等候天亮，勝於守夜的等候天亮。
130:7 以色列啊，你當仰望耶和華，因耶和華有慈愛，有豐盛的救恩。
130:8 他必救贖以色列脫離一切的罪孽。

【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)

使徒行傳 15 章 1-21 節　耶路撒冷會議

【經文】

15:1 有幾個人從猶太下來，教導弟兄們說：「你們若不按照摩西的規矩受割禮，不能得救。」

15:2 保羅和巴拿巴跟他們發生了激烈的爭執和辯論；大家就決定指派保羅、巴拿巴和本會的幾個人，為所辯論的事上耶路撒冷去見使徒和長老。

15:3 於是教會為他們送行。他們經過腓尼基、撒瑪利亞，沿途敘說外邦人歸主的事，使眾弟兄都非常歡喜。

15:4 他們到了耶路撒冷，教會、使徒和長老都接待他們，他們就述說上帝同他們所做的一切事。

15:5 惟有幾個法利賽派的信徒起來，說：「必須給外邦人行割禮，吩咐他們遵守摩西的律法。」

15:6 使徒和長老聚集商議這事。

15:7 辯論了許久後，彼得站起來，對他們說：「諸位弟兄，你們知道上帝早已在你們中間揀選了我，讓外邦人從我口中得聽福音之道，而且相信。

15:8 知道人心的上帝也為他們作了見證，賜聖靈給他們，正如給我們一樣；

15:9 又藉着信潔淨了他們的心，他們和我們之間並沒有甚麼分別。

15:10 現在你們為甚麼試探上帝，要把我們祖宗和我們所不能負的軛放在門徒的頸項上呢？

15:11 相反地，我們相信，我們得救是因主耶穌的恩典，和他們一樣。」

15:12 眾人都默默無聲，聽巴拿巴和保羅述說上帝藉着他們在外邦人中所行的神蹟和奇事。

15:13 他們講完了，雅各回答說：「諸位弟兄，請聽我說。

15:14 剛才西門述說上帝當初怎樣眷顧外邦人，從他們中間選取人民歸於自己的名下；

15:15 眾先知的話也與這意思相符合。

15:16 正如經上所寫的：『此後，我要回來，重新修造大衛倒塌了的帳幕，從廢墟中重新修造，把它建立起來，

15:17-18 使剩餘的人，就是凡稱我名的外邦人，都尋求主。這話是自古以來顯明這些事的主說的。』

15:19 所以，我的意見是不可難為那歸向上帝的外邦人；

15:20 但是要寫信吩咐他們禁戒偶像所玷污的東西、血和勒死的牲畜[a]，禁戒淫亂。
15:21 因為歷代以來，摩西的書在各城都有人宣講，每逢安息日，也在會堂裏誦讀。」

【默想】

今天的經文是有名的「耶路撒冷大會」。隨著非猶太人的信徒增加，新興教會產生了一個問題：非猶太人是否必須先成為猶太人，才能成為基督徒？彼得說得好，不要把自己不能負的軛，加在他們的頸項上。過去，割禮等習俗已成了猶太人與外邦人文化區別的標誌，然而上主既然已經開啟了新約時代，新信徒自然不需要再背負舊的包袱。其實，我們現在也面臨相同的問題，例如祭祖、掃墓、祖先牌位等。過去傳教士在中國大陸宣教時，當時的社會菁英曾認為「多一個基督徒，就會少了一個中國人」。因此，我們需要仔細思索：哪些是相對的文化問題？哪些又是不能隨意取捨的救贖核心？你是否曾遇到類似的衝突？你是如何處理的？這一次重要的使徒會議，奠定了日後福音傳給外邦的方向。那些生長於猶太地、受排外傳統影響的使徒們，唯有放下成見，才有日後的宣教成果。我們是否也有某些偏見，正攔阻著福音的發展？會議中雅各提出的「禁令」，顯然是為了族群往來的方便。猶太傳統不吃勒死的動物和血，這曾是他們的禁忌；雖然現在信徒已得自由，但在教會生活中仍需彼此包容。試想，若與一位從小不吃血的人一同用餐，在他面前大吃豬血，會使對方感到難受，甚至妨礙進一步的團契。因此，雅各的禁令旨在體恤人的軟弱，促進新舊信徒間的連結。你曾留意到教會或團契的新成員，在生活上有何禁忌或習慣與你不同嗎？你如何用愛心化解彼此交通分享的障礙？

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）

使徒行傳 15 章 8-10 節

知道人心的上帝也為他們作了見證，賜聖靈給他們，正如給我們一樣；又藉着信潔淨了他們的心，他們和我們之間並沒有甚麼分別。現在你們為甚麼試探上帝，要把我們祖宗和我們所不能負的軛放在門徒的頸項上呢？

[a] [15.20]有古卷沒有「勒死的牲畜」；29 節，21:25 同。

☼ 星期日 (8/16)

☼ 星期一 (8/17)

星期二 (8/18)

創世記 44 章:1-34 節　約瑟計留便雅憫

【經文】

44:1 約瑟吩咐管家說：「按照他們的驢子所能馱的，把這些人的袋子裝滿糧食，再把各人的銀子放在各人的袋口上，

44:2我的杯，就是那個銀杯，要和買糧的銀子一同放在最年輕的那個人的袋口上。」管家就照約瑟所說的話去做了。

44:3 天一亮，這些人和他們的驢子就被送走了。

44:4 他們出城走了不遠，約瑟對管家說：「起來，去追那些人，追上了就對他們說：『你們為甚麼以惡報善呢？

44:5 這不是我主人用來飲酒，確實用它來占卜的嗎？你們這麼做是不對的！』」

44:6 管家追上他們，把這些話對他們說了。

44:7 他們對他說：「我主為甚麼說這樣的話呢？你僕人們絕不會做這樣的事。

44:8 看哪，我們從前在袋口上發現的銀子，尚且從迦南地帶來還你，我們又怎麼會從你主人家裏偷竊金銀呢？

44:9 你僕人中無論在誰那裏找到杯子，就叫他死，我們也要作我主的奴隸。」

44:10 管家說：「現在就照你們的話做吧！在誰那裏找到杯子，誰就作我的奴隸，其餘的人都沒有罪。」

44:11 於是他們各人急忙把袋子卸在地上，各人打開自己的袋子。

44:12 管家就搜查，從年長的開始到年幼的為止，那杯竟在便雅憫的袋子裏找到了。

44:13 他們就撕裂衣服，各人把馱子抬在驢上，回城去了。

44:14 猶大和他兄弟們來到約瑟的屋裏，約瑟還在那裏，他們就在他面前俯伏於地。

44:15 約瑟對他們說：「你們做的是甚麼事呢？你們豈不知像我這樣的人必懂得占卜嗎？」

44:16 猶大說：「我們對我主能說甚麼呢？還有甚麼話可說呢？我們還能為自己表白嗎？上帝已經查出你僕人的罪孽了。看哪，我們與那在他手中找到杯子的人都是我主的奴隸。」

44:17 約瑟說：「我絕不能做這樣的事！誰的手中找到杯子，誰就作我的奴隸。至於你們，可以平平安安上到你們父親那裏去。」

44:18 猶大挨近他，說：「我主啊，求求你，讓僕人說一句話給我主聽，不要向僕人發烈怒，因為你如同法老一樣。
44:19 我主曾問僕人們說：『你們有父親、兄弟沒有？』
44:20 我們對我主說：『我們有父親，他已經年老，還有他老年所生的一個小兒子。他哥哥死了，他的母親只剩下他一個孩子，父親也疼愛他。』
44:21 你對僕人說：『把他帶下到我這裏來，讓我親眼看看他。』
44:22 我們對我主說：『這年輕人不能離開他父親，若是離開，父親就會死。』
44:23 你對僕人說：『你們最小的弟弟若不和你們一同下來，你們就不要來見我的面。』
44:24 我們上到你僕人，我們父親那裏，就把我主的話告訴了他。
44:25 後來，我們的父親說：『你們再去給我買些糧來。』
44:26 我們說：『我們不能下去。最小的弟弟若和我們同去，我們就可以下去。因為，最小的弟弟若不和我們同去，我們必不能見那人的面。』
44:27 你僕人，我父親對我們說：『你們知道我的妻子給我生了兩個兒子。
44:28 一個離開我走了，我說他必是被野獸撕碎了，直到如今我再沒有見過他；
44:29 現在你們又要把這個從我面前帶走。倘若他遭難，那麼你們就害我白髮蒼蒼、悲悲慘慘下陰間去了。』
44:30 如今我回到你僕人，我父親那裏，若沒有這年輕人和我們同去，我父親的命是與這年輕人的命相連的，
44:31 當我們的父親看見沒有了這年輕人，他就會死。這樣，我們就害你僕人，我們的父親白髮蒼蒼、悲悲慘慘下陰間去了。
44:32 僕人曾向我父親為這年輕人擔保，說：『我若不帶他回來交給父親，我就在父親面前永遠擔當這罪。』
44:33 現在，求你把僕人留下，代替這年輕人作我主的奴隸，讓這年輕人和他哥哥們一同上去。
44:34 若這年輕人不和我一起，我怎能上到我父親那裏呢？恐怕我要看到災禍臨到我父親了。」

【默想】

今天的經文中，約瑟出了一道難題給兄弟們。他故意製造理由，試圖留下便雅憫作奴隸，但兄弟們並沒有棄小弟於不顧，反而留下來一起陳情。猶大的陳述中，既有真實的情感，如對父親感受的體恤，也有隱晦的舊事，例如便雅憫的哥哥們曾犯下的錯。但猶大願意代替小弟留下來當奴僕的表現，反映出他們不願再犯下同樣錯誤的決心。我們生命中也會有難以啟齒的往事，其實上主都知道。重要的是，我們的表現是否反映出真實的悔改？對於過去的某些失誤，你是否真誠地在行動上表示過改正呢？

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）

創世記 44 章 32-33 節

僕人曾向我父親為這年輕人擔保，說：『我若不帶他回來交給父親，我就在父親面前永遠擔當這罪。』現在，求你把僕人留下，代替這年輕人作我主的奴隸，讓這年輕人和他哥哥們一同上去。

詩篇 130 篇　在你有赦免之恩

【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)

羅馬書 11 章 13-29 節　上帝拯救猶太人與外邦人

【經文】

11:13 我對你們外邦人說，正因為我是外邦人的使徒，我敬重我的職分，

11:14 希望可以激起我骨肉之親的嫉妒，好救他們一些人。

11:15 如果他們被丟棄，世界因而得以與上帝和好；他們被收納，豈不就是從死人中復生嗎？

11:16 所獻的新麵若聖潔，整個麵團都聖潔了；樹根若聖潔，樹枝也聖潔了。

11:17 若有幾根枝子被折下來，你這野橄欖枝接上去，同享橄欖根的肥汁，

11:18 你就不可向舊枝子誇口；若是誇口，該知道不是你托着根，而是根托着你。

11:19 你會說，那些枝子被折下來是為了使我接上去。

11:20 不錯。他們因為不信，所以被折下來；你因為信，所以立得住。你不可自高，反要戰戰兢兢。

11:21 上帝既然不顧惜原來的枝子，豈會顧惜你？[a]

11:22 可見，上帝又恩慈又嚴厲：對那跌倒的人是嚴厲的；對你是恩慈的，只要你長久在他的恩慈裏，不然，你也要被砍下來。

11:23 而且，他們若不是長久不信，仍要被接上，因為上帝能夠重新把他們接上去。

11:24 你是從那天生的野橄欖上砍下來的，尚且違反自然地接在好橄欖上，何況這些原來的枝子豈不更要接在原樹上嗎？

11:25 弟兄們，我不願意你們不知道這奧祕，恐怕你們自以為聰明。這奧祕就是有一部分以色列人是硬心的，等到外邦人的數目添滿了，

11:26 以色列全家都要得救。如經上所記：「必有一位救主從錫安出來，要消除雅各家一切不虔不敬。」

11:27 「這就是我與他們所立的約，那時我要除去他們的罪。」

11:28 就福音來說，他們為你們的緣故是仇敵；就揀選來說，他們因列祖的緣故是蒙愛的。

11:29 因為上帝的恩賜和選召是不會撤回的。

【默想】

今天的經文中，保羅提醒我們應感謝上主揀選了不配的我們，而不應將焦點放在別人的失落上。事實上，已經得到恩典的人更要戰戰兢兢，因為上主是公義的；原來的枝子若敗壞，上主尚能運用接枝的方法延續祂的計畫，若新接的枝子同樣敗壞，上主豈會遷就？此外，被稱為「外邦使徒」的保羅，雖忠心執行宣教使命，卻始終念念不忘自己的同胞，這種對骨肉至親的關愛與堅持，正是他工作的動力。我們不能只關心未來的天國，而忽略了身邊的「骨肉至親」。今天的經文提醒我們：不要忘記我們所在的社會及其中的人們，使他們得平安是我們重要的使命與關懷。

[a] [11.21]「豈會顧惜你？」有古卷是「也不會顧惜你。」

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）

羅馬書 11 章 20-22 節

不錯。他們因為不信，所以被折下來；你因為信，所以立得住。你不可自高，反要戰戰兢兢。上帝既然不顧惜原來的枝子，豈會顧惜你？可見，上帝又恩慈又嚴厲：對那跌倒的人是嚴厲的；對你是恩慈的，只要你長久在他的恩慈裏，不然，你也要被砍下來。

星期三 (8/19)

創世記 45 章 16-28 節　約瑟兄弟相認

【經文】

45:16 這消息傳到法老的宮裏，說：「約瑟的兄弟們來了。」法老和他的臣僕眼中都看為好。

45:17 法老對約瑟說：「你要吩咐你的兄弟們說：『你們要這樣做：把馱子抬在牲口上，動身到迦南地去，

45:18 請你們的父親和你們的家屬都到我這裏來，我要把埃及地的美物賜給你們，你們也要吃這地肥美的出產。』

45:19 你要吩咐他們：『要這樣做：從埃及地帶着車輛去，把你們的孩子和妻子，以及你們的父親都接來。

45:20 你們的眼不要顧惜你們的家具，因為埃及全地的美物都是你們的。』」

45:21 以色列的兒子們就照樣做了。約瑟遵照法老的吩咐，給他們車輛和路上需用的食物。

45:22 他又給所有哥哥每人一套衣服，卻給便雅憫三百銀子，五套衣服。

45:23 他也送給父親十匹公驢，馱着埃及的美物，以及十匹母驢，馱着給他父親在路上需用的穀物、餅和糧食。

45:24 於是約瑟送他的兄弟們回去，對他們說：「你們不要在路上爭吵。」

45:25 他們從埃及上去，來到迦南地他們的父親雅各那裏，

45:26 告訴他說：「約瑟還活着，並且作了埃及全地掌權的人。」雅各心裏冰涼，因為不信他們。

45:27 他們就把約瑟對他們所說一切的話都告訴了他。他看見約瑟派來接他的車輛，他們父親雅各的靈就甦醒了。

45:28 以色列說：「夠了！我的兒子約瑟還活着，我要趁我未死之前去見他。」

【默想】

今天的經文讓我們看見，若非飢荒嚴重，雅各絕不會讓兒子們把便雅憫帶到埃及。然而如今他非但沒有失去便雅憫，還尋回了約瑟。這與他過去專寵某個孩子、最終卻導致失去他的結果，截然不同。你可以想像此時雅各的心情嗎？你是否也有過因「放下」而得著，或因「不肯放下」而失去的經歷呢？

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）

創世記 45 章 27-28 節

他們就把約瑟對他們所說一切的話都告訴了他。他看見約瑟派來接他的車輛，他們父親雅各的靈就甦醒了。以色列說：「夠了！我的兒子約瑟還活着，我要趁我未死之前去見他。」

詩篇 130 篇　在你有赦免之恩

【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)

馬太福音 8 章 1-13 節　耶穌醫治許多人

【經文】

8:1 （可 1:40-45 路 5:12-16）耶穌下了山，有一大羣人跟着他。

8:2 這時，一個痲瘋病人前來拜他，說：「主啊，你若肯，你能使我潔淨。」

8:3 耶穌伸手摸他，說：「我肯，你潔淨了吧！」他的痲瘋病立刻就潔淨了。

8:4 耶穌對他說：「你要注意，不可告訴任何人，只要去，讓祭司為你檢查，並獻上摩西所吩咐的祭物，作為證據給眾人看。」

8:5 （路 7:1-10）耶穌進了迦百農，有一個百夫長進前來，求他，

8:6 說：「主啊，我的僮僕癱瘓了，躺在家裏，非常痛苦。」

8:7 耶穌說：「我去醫治他。」

8:8 百夫長回答：「主啊，你到舍下來，我不敢當；只要你說一句話，我的僮僕就會痊癒。

8:9 因為我在人的權下，也有兵在我以下。我對這個說：『去！』他就去；對那個說：『來！』他就來；對我的僕人說：『做這事！』他就去做。」

8:10 耶穌聽了就很驚訝，對跟從的人說：「我實在告訴你們，這麼大的信心，就是在以色列，我也沒有見過。

8:11 我又告訴你們，從東從西，將有許多人來，在天國裏與亞伯拉罕、以撒、雅各一同坐席；
8:12 本國的子民反而被趕到外邊黑暗裏去，在那裏要哀哭切齒了。」
8:13 耶穌對百夫長說：「你回去吧！照你的信心成全你了。」就在那時，他的僮僕好了。

【默想】

今天的經文顯示，越來越多的人聽聞了耶穌的事蹟後，紛紛帶著各樣的難題，特別是疾病，前來尋求醫治。馬太特別記載了兩起神蹟作為代表。首先是痲瘋病人，這在當時是非常棘手的皮膚病，患者因疑似傳染而必須離群索居。但他們鼓起勇氣，帶著一絲希望來找耶穌；他們對耶穌的能力似乎沒有疑慮，卻不確定耶穌是否「肯」醫治。因此，耶穌明確地回應：「我肯，你潔淨了吧！」並伸手觸摸，這是極大的接納；相信此舉不僅使他們身體得潔淨，心靈也獲得了治癒。另一個例子是百夫長，他為癱瘓的僕人求助於耶穌。特別的是，他請耶穌不必親自到家，只需說一句話，僮僕就能痊癒，耶穌最終應允了他的祈求。這些人都是帶著極大的信心來到耶穌面前，並得到回應。相較之下，猶太宗教領袖卻缺乏這樣的信心，不但防範耶穌，甚至立意要害他。請試想：我們有時會以為將困境帶到耶穌面前是一件複雜的事，但從這些例子可以看到，他們只是單純地帶著信心祈求，主就成全了他們。請問，還有什麼事是你不能或不敢帶到主面前的呢？

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）

馬太福音 8 章 11-12 節

我又告訴你們，從東從西，將有許多人來，在天國裏與亞伯拉罕、以撒、雅各一同坐席；本國的子民反而被趕到外邊黑暗裏去，在那裏要哀哭切齒了。

☼ 星期二 (8/18)

☼ 星期三 (8/19)

星期四 (8/20)

創世記 49 章 1-33 節　雅各的遺言

【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。

49:3 呂便啊，你是我的長子，我的力量，我壯年頭生之子，極有尊榮，權力超羣。

49:4 你卻放縱如水，必不得居首位；因為你上了你父親的床，你[a]上了我的榻，污辱了它！

49:5 西緬和利未是兄弟；他們的刀劍是殘暴的兵器。

49:6 願我的心不與他們同謀，願我的靈[b]不與他們合夥；因為他們在烈怒中殺人，任意割斷牛腿的筋。

49:7 他們火爆的烈怒可詛，他們兇殘的憤恨可咒！我要把他們分散在雅各中，使他們散居在以色列。

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[c]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[d]中洗長袍。

49:12 他的眼睛比[e]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。

49:14 以薩迦是匹強壯的驢，臥在羊圈之中。

49:15 他看見居所安舒，土地肥美，就屈肩負重，成為服勞役的僕人。

---

[a] [49.4]「你」是根據七十士譯本和其他古譯本；原文是「他」。

[b] [49.6]「靈」: 原文是「榮耀」。

[c] [49.10]「細羅」意思不清楚，可指「貢物」或「那應得權杖者」。

[d] [49.11]「汁」: 原文是「血」。

[e] [49.12]「比」或譯「因」; 下同。

49:16 但必為他的百姓伸冤[a]，作為以色列支派之一。
49:17 但必作道旁的蛇，路邊的毒蛇，咬傷馬蹄，使騎馬的人墜向後墜落。
49:18 耶和華啊，我等候你的救恩。
49:19 迦得必被襲擊者襲擊[b]，他卻要襲擊他們的腳跟。
49:20 亞設必出豐盛的糧食，要供應君王的佳肴。
49:21 拿弗他利是被釋放的母鹿，他要生出可愛的小鹿[c]。
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[d]。
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。
49:27 便雅憫是隻抓撕掠物的狼，早晨要吃他的獵物，晚上要分他的擄物。」
49:28 這一切是以色列的十二個支派。這是他們的父親對他們所說的話，他按照各人的福分為他們祝福。
49:29 他又吩咐他們說：「我快要歸到我祖先[e]那裏。你們要將我葬在赫人以弗崙田間的洞裏，與我的祖先在一處，
49:30 就是在迦南地幔利對面的麥比拉田間的洞裏，那田是亞伯拉罕向赫人以弗崙買來作墳地的產業。
49:31 亞伯拉罕和他的妻子撒拉葬在那裏；以撒和他的妻子利百加也葬在那裏。我也在那裏葬了利亞。
49:32 那塊田和田間的洞是向赫人買的。」
49:33 雅各囑咐眾子完畢後，就把腳收在床上斷了氣，歸到他祖先[f]那裏去了。

---

[a] [49.16]「伸冤」與「但」的希伯來話發音相近。
[b] [49.19]「襲擊」與「迦得」的希伯來話發音相近。
[c] [49.21]「可愛的小鹿」或譯「佳美的言語」。
[d] [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」。
[e] [49.29]「我祖先」: 原文是「我百姓」。
[f] [49.33]「他祖先」: 原文是「他百姓」。

【默想】

今天的經文將早期有關各支派的傳說與歷史作了總結與整理。這如同我們過去所用的《三字經》，將各朝代的更替、軼事編成可背誦的短句，方便後人透過朗朗上口的記載，認識自己所傳承的歷史。因此，創世記的編者將這一段的諺語接在雅各的祝福後，讓我們看到人生的起伏、家族與個人的命運；這些其實都是一種祝福，即使是過失的後果，或是命運中背負的責任，也都是生命的歷程。盡力走過，便成為我們認識上主的基礎。你看待自己的生命是一種祝福嗎？你感到別人的人生也是一種祝福嗎？請留意第十節，論到猶大時提到，直等到「細羅」（平安者）來到.....。個人的命運雖有不同，但上主的平安才是人類命運的關鍵，這也為基督的降世預先留下了伏筆。在經文的最後，也交代了雅各生命的結束，總結了他一生的故事。請回想他一生所追求的，你認為他是否已經得著了呢？

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）

創世記 49 章 10 節

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。

詩篇 124 篇　上主保護祂的子民

【經文】

124:1 說吧，以色列：「若不是耶和華幫助我們，

124:2 若不是耶和華幫助我們，當人起來攻擊我們，

124:3 那時，人向我們發怒，就把我們活活吞了；

124:4 那時，波濤必漫過我們，河水必淹沒我們；

124:5 那時，狂傲的水必淹沒我們。」

124:6 耶和華是應當稱頌的！他沒有把我們交給他們，作牙齒的獵物。

124:7 我們好像雀鳥，從捕鳥人的羅網裏逃脫，羅網破裂，我們就逃脫了。

124:8 我們得幫助，是因造天地之耶和華的名。

【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 6 章 1-11 節　信徒中彼此相爭

【經文】

6:1 你們中間有彼此爭吵的事，怎敢告到不義的人面前，而不告到聖徒面前呢？

6:2 你們豈不知聖徒要審判世界嗎？若世界要受你們的審判，難道你們不配審判這最小的事嗎？

6:3 你們豈不知我們要審判天使嗎？何況今生的事呢！

6:4 既是這樣，你們若有今生當審判的事，會讓教會所輕看的人來審判嗎？

6:5 我說這話是要使你們慚愧。難道你們中間沒有一個有智慧的人能審斷弟兄中的事嗎？

6:6 你們竟然有弟兄去告弟兄，而且告到不信主的人面前。

6:7 你們彼此告狀，這已經是你們的大錯了。為甚麼不情願受冤屈呢？為甚麼不情願吃虧呢？

6:8 你們反倒去冤枉人，虧負人況且所冤枉所虧負的就是弟兄。

6:9 你們豈不知不義的人不能承受上帝的國嗎？不要自欺！無論是淫亂的、拜偶像的、姦淫的、作娼妓[a]的，親男色的、

6:10 偷竊的、貪婪的、醉酒的、辱罵的、勒索的，都不能承受上帝的國。

6:11 從前你們中間也有人是這樣；但現在你們奉主耶穌基督[b]的名，並藉着我們上帝的靈，已經洗淨，已經成聖，已經稱義了。

【默想】

今天的經文主要是保羅譴責哥林多教會信徒間發生紛爭，甚至告到官府引發訴訟的情況。保羅譴責的核心問題是：「為何信徒間的紛爭嚴重到教會無法排解，非得尋求社會司法來裁決？」按理說，我們都是追求成聖的門徒，彼此之間有什麼好爭的呢？即便吃點虧又算得了什麼？更何況這些應由聖徒處理的事，竟落得由非信徒來審判，這難道不令聖徒蒙羞嗎？我們若都是一心嚮往上帝國度、生命聖潔的子民，並致力於避開保羅在第 9-11 節所列的種種行為，理論上不應該有無法排解的紛爭。然而在現代生活中，法律往往是維護社會秩序的必要機制。現代社會結構複雜，當權利義務、關係界定，甚至名譽維護等問題產生爭議時，確實需要專業人士協助解釋、仲裁，而司法的公正更是社會健全的必要條件。因此，適度運用法律保障自身權益，或藉由法律程序達成和解、公證，有時是不得已而為

---

[a] [6.9]「作娼妓」: 原文意思是「嬌媚」，可能指神廟裏的男妓。

[b] [6.11]「主耶穌基督」: 有古卷是「主耶穌」; 另有古卷是「我們主耶穌基督」。

之的「管家」職責。然而，保羅的核心提醒在於「信徒的生命品質」與「對世事的態度」。我們的靈性越成熟，就越能減低因私欲或信仰偏差所造成的摩擦。身為「藉著主耶穌基督的名，並藉著我們上帝的靈，已經洗淨、成聖、稱義」的信徒，在生活中理應更加成熟，進而帶來和睦的見證。請思想：如何能以「智慧」生活，避開不必要的紛爭，不刺激他人不正當的慾望，並使會友更專注於「上頭的事」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）

哥林多前書 6 章 10-11 節

偷竊的、貪婪的、醉酒的、辱罵的、勒索的，都不能承受上帝的國。從前你們中間也有人是這樣；但現在你們奉主耶穌基督的名，並藉着我們上帝的靈，已經洗淨，已經成聖，已經稱義了。

星期五 (8/21)

創世記 49 章 29 節至 50 章 14 節　雅各的死與安葬

【經文】

49:29 他又吩咐他們說：「我快要歸到我祖先[a]那裏。你們要將我葬在赫人以弗崙田間的洞裏，與我的祖先在一處，

49:30 就是在迦南地幔利對面的麥比拉田間的洞裏，那田是亞伯拉罕向赫人以弗崙買來作墳地的產業。

49:31 亞伯拉罕和他的妻子撒拉葬在那裏；以撒和他的妻子利百加也葬在那裏。我也在那裏葬了利亞。

49:32 那塊田和田間的洞是向赫人買的。」

49:33 雅各囑咐眾子完畢後，就把腳收在床上斷了氣，歸到他祖先[b]那裏去了。

50:1 約瑟伏在他父親的臉上，在他臉上哭，又親他。

50:2 約瑟吩咐伺候他的醫生們用香料塗他父親，醫生就用香料塗了以色列。

50:3 四十天滿了，就是塗香料所規定的日子滿了。埃及人為他哀哭了七十天。

50:4 過了哀悼的日子，約瑟對法老家中的人說：「我若在你們眼前蒙恩，請你們對法老說：

---

[a] [49.29]「我祖先」：原文是「我百姓」。

[b] [49.33]「他祖先」：原文是「他百姓」。

50:5 『我父親曾叫我起誓說：看哪，我快要死了，你要將我葬在迦南地，在我為自己所掘的墳墓裏。』現在求你准我上去葬我父親，然後我必回來。」

50:6 法老說：「你可以上去，照你父親叫你起的誓，將他安葬。」

50:7於是約瑟上去葬他父親。與他一同上去的有法老的眾臣僕和法老家中的長老，以及埃及地所有的長老，

50:8 還有約瑟的全家和他的兄弟們，以及他父親的家屬；只留下他們的孩子和羊羣牛羣在歌珊地。

50:9 又有車輛和駕駛兵和他一同上去，隊伍非常龐大。

50:10 他們到了約旦河東亞達的禾場，就在那裏大大地號咷痛哭。約瑟為他父親哀哭了七天。

50:11 迦南的居民看見亞達禾場上的哀哭，就說：「這是埃及人一場極大的哀哭。」因此那地方名叫亞伯·麥西[a]，是在約旦河東。

50:12 雅各的兒子們遵照父親的吩咐去辦了，

50:13 他們把他送到迦南地，葬在幔利對面的麥比拉田間的洞裏；那田是亞伯拉罕向赫人以弗崙買來作墳地的產業。

50:14 約瑟葬了他父親以後，就和他的兄弟，以及所有同他上去葬他父親的人，都回埃及去了。

【默想】

今天的經文讓我們看到一生都在「抓取」的雅各，最後迎來的竟是與眾人相同的歸宿——死亡，並葬在祖先的墓地。他的一生起伏極大，但這些生命的經歷，成為後代認識上主的參照；因此，其後代所建立的國家，便是以上主所賜的名字「以色列」來命名。其實，當我們認真尋求上主，我們一生的故事也能成為他人生命的見證。請想想到目前為止，你的生命歷程中有哪些經歷，能成為他人認識上主的見證呢？

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）

創世記 50 章 12-13 節

雅各的兒子們遵照父親的吩咐去辦了，他們把他送到迦南地，葬在幔利對面的麥比拉田間的洞裏；那田是亞伯拉罕向赫人以弗崙買來作墳地的產業。

[a] [50.11]「亞伯·麥西」意思是「埃及人的哀哭」。

詩篇 124 篇　上主保護祂的子民

【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)

哥林多後書 10 章 12-18 節　要誇耀的，該誇耀主

【經文】

10:12 因為我們不敢將自己和某些自我推薦的人並列相比;他們用自己度量自己，用自己比較自己，是不明智的。

10:13 我們不願意過分誇口，但是我們只在上帝劃定的界限內誇口。這界限甚至擴展到你們那裏。

10:14 我們擴展到你們那裏時並沒有越過了自己的界限，其實我們是首先到你們那裏傳基督福音的。

10:15 我們不靠別人所勞碌的過分誇口；我們只希望你們信心增長的時候，所劃定給我們的範圍也能夠因着你們更加擴展，

10:16 使福音得以傳到你們以外的地方，而不在別人的範圍之內，以別人所成就的事誇口。

10:17 但「要誇耀的，該誇耀主」。

10:18 因為蒙悅納的，不是自我稱許的，而是主所稱許的。

【默想】

今天經文的重點在於保羅所提的：「要誇耀的，該誇耀主。」意即我們不應誇耀自己，而要將一切榮耀歸給主。今日在基督徒群體中，往往受到世俗影響，在介紹主的僕人、牧者或講員時，習慣大肆誇耀其背景，美其名是為了榮耀主在他們身上的工作。但在介紹或舉薦時，語氣與態度往往卻是在榮耀自己或個人，甚至在不自覺中摻雜了世俗價值，使被介紹者也得意洋洋，失去了謙卑。這是我們必須時常提防的試探。另一方面，保羅因為謙虛、不願誇口自己的作為，反而遭人質疑其使徒的地位，甚至被輕看。然而，保羅令人感動的是他的行事風格：即便擁有可誇的背景或使徒權柄，他卻不衝動行事，而是靠「上主的能力」來證明自己，並將榮耀歸給呼召他的主。請思想第 18 節：「因為蒙悅納的，不是自我稱許的，而是主所稱許的。」你覺得上主如何看待你的生活與服事？你如何知道祂已經悅納你？你認為祂會如何舉薦你呢？

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）

哥林多後書 10 章 17-18 節

但「要誇耀的，該誇耀主」。因為蒙悅納的，不是自我稱許的，而是主所稱許的。

☼ 星期四 (8/20)

☼ 星期五 (8/21)

星期六 (8/22)

創世記 50 章 15-26 節　約瑟最後的遺言

【經文】

50:15 約瑟的哥哥們見父親死了，就說：「也許約瑟仍然懷恨我們，會照我們從前待他一切的惡，重重報復我們。」

50:16 他們就傳口信給約瑟說：「你父親未死之前曾吩咐說：

50:17 『你們要對約瑟這樣說：從前你哥哥們惡待你，你要饒恕他們的過犯和罪惡。』現在求你饒恕你父親的上帝之僕人們的過犯。」他們對約瑟說了這話，約瑟就哭了。

50:18 他的哥哥們又來俯伏在他面前，說：「看哪，我們是你的奴隸。」

50:19 約瑟對他們說：「不要怕，我豈能代替上帝呢？

50:20 從前你們的意思是要害我，但上帝的意思原是好的，要使許多百姓得以存活，成就今日的光景。

50:21 現在你們不要害怕，我必養活你們和你們的孩子。」於是約瑟安慰他們，講了使他們安心的話。

50:22 約瑟和他父親的家屬都住在埃及。約瑟活了一百一十年。

50:23 約瑟看到以法蓮第三代的子孫。瑪拿西的孫子，瑪吉的兒子，出生時都放在約瑟的膝上。

50:24 約瑟對他的兄弟說：「我快要死了，但上帝必定看顧你們，領你們從這地上去，到他起誓應許給亞伯拉罕、以撒、雅各之地。」

50:25 約瑟叫以色列的子孫起誓：「上帝必定眷顧你們，你們要把我的骸骨從這裏帶上去。」

50:26 約瑟死了，那時他一百一十歲。人用香料塗了他，把他收殮在棺材裏，停放在埃及。

【默想】

今天的經文中，約瑟的幾句話每次讀到，都會讓人對信仰產生更深入的反省：「你們的意思是要……，但上帝的意思是……」、「我豈能代替上帝呢？」、「從前你們的意思是要害我，但上帝的意思原是好的，要使許多百姓得以存活，成就今日的光景」。這幾句話可說是約瑟一生的信仰核心，也是他認識上帝後展現的生活態度。請問你可以分辨出「人的意思」與「上帝的意思」嗎？你覺得這兩者的差別在哪裏？在你的人生際遇中，你如何看待他人的動機與行動，又如何看待上

主的意思？這勢必會影響你對人的態度，特別是那些對你有惡意的人。其實，他們的「惡意」也能被上主所用，推動我們人生的走向，成全祂更高的旨意。

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）

創世記 50 章 19-20 節

約瑟對他們說：「不要怕，我豈能代替上帝呢？從前你們的意思是要害我，但上帝的意思原是好的，要使許多百姓得以存活，成就今日的光景。

詩篇 124 篇　上主保護祂的子民

【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)

馬太福音 16 章 5-12 節　防備餅酵的比喻

【經文】

16:5 （可 8:14-21）門徒渡到對岸，忘了帶餅。

16:6 耶穌對他們說：「你們要謹慎，要防備法利賽人和撒都該人的酵。」

16:7 門徒彼此議論說：「這是因為我們沒有帶餅吧。」

16:8 耶穌知道了，就說：「你們這小信的人，為甚麼因為沒有餅就彼此議論呢？

16:9 你們還不明白嗎？不記得那五個餅分給五千人，你們收拾了多少籃子的碎屑嗎？

16:10 也不記得那七個餅分給四千人，你們又收拾了多少筐子的碎屑嗎？

16:11 我對你們說『要防備法利賽人和撒都該人的酵』，這話不是指着餅說的，你們怎麼不明白呢？」

16:12 門徒這才明白他所說的不是要他們防備餅的酵[a]，而是要防備法利賽人和撒都該人的教訓。

【默想】

今天的經文接續了法利賽人與撒都該人試探耶穌、要求顯神蹟的事件（十六章 1-4 節）。耶穌並未滿足他們，反而離開了。接著，耶穌提醒門徒要提防「法利賽人和撒都該人的酵」。門徒起先以為是指忘了帶餅，耶穌則說明，「酵」指的是他們的教訓。法利賽人重視律法的嚴格解釋，以為守住外在規條即滿足了上帝的要求；撒都該人則是祭司階級，常將宗教與政治掛鉤，將信仰工具化。他們彼此雖

[a] [16.12]「防備餅的酵」：有古卷是「防備法利賽人和撒都該人的酵」。

然針鋒相對，但在「試探耶穌」這一點上卻聯合起來。他們的問題在於將信仰簡化為一連串的規條或政治認同，忽略了人對上帝的委身以及上帝對人的恩慈。當這些教導混入信仰群體時，就像麵團中的酵，會產生不可逆的影響，使人追求瑣碎的規條或世俗成就，久而久之便會扼殺信仰的活力。你如何防備信仰的「教條化」與「世俗化」？你如何與上主保持活潑的關係，並走在正確的信仰道路上？

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）

馬太福音 16 章 11-12 節

我對你們說『要防備法利賽人和撒都該人的酵』，這話不是指着餅說的，你們怎麼不明白呢？」門徒這才明白他所說的不是要他們防備餅的酵，而是要防備法利賽人和撒都該人的教訓。

聖靈降臨節後第十三主日 (8/23) **(合時儀文 16 常年期 21 － 半連續)**

出埃及記 1 章 8 節至 2 章 10 節　上主保全摩西

【經文】

1:8 有一位不認識約瑟的新王興起，統治埃及。

1:9 他對自己的百姓說：「看哪，以色列人的百姓比我們還多，又比我們強盛。

1:10 來吧，讓我們機巧地待他們，恐怕他們增多起來，將來若有戰爭，他們就聯合我們的仇敵來攻擊我們，然後離開這地去了。」

1:11 於是埃及人派監工管轄他們，用勞役苦待他們。他們為法老建造儲貨城，就是比東和蘭塞。

1:12 可是越苦待他們，他們就越發增多，更加繁衍，埃及人就因以色列人愁煩。

1:13 埃及人嚴厲地強迫以色列人做工，

1:14 使他們因苦工而生活痛苦；無論是和泥，是做磚，是做田間各樣的工，一切的工埃及人都嚴厲地對待他們。

1:15 埃及王又對希伯來的接生婆，一個名叫施弗拉，另一個名叫普阿的說：

1:16 「你們為希伯來婦人接生，臨盆的時候要注意[a]，若是男的，就把他殺了，若是女的，就讓她活。」

1:17 但是接生婆敬畏上帝，不照埃及王的吩咐去做，卻讓男孩活着。

1:18 埃及王召了接生婆來，對她們說：「你們為甚麼做這事，讓男孩活着呢？」

[a] [1.16]「臨盆的時候要注意」：原文直譯「要注意那石凳」或「要注意那兩顆石頭」。

1:19 接生婆對法老說：「因為希伯來婦人與埃及婦人不同；希伯來婦人健壯，接生婆還沒有到，她們已經生產了。」
1:20 上帝恩待接生婆；以色列人增多起來，極其強盛。
1:21 接生婆因為敬畏上帝，上帝就叫她們成立家室。
1:22 法老吩咐他的眾百姓說：「把所生的[a]每一個男孩都丟到尼羅河裏去，讓所有的女孩存活。」
2:1 有一個利未家的人娶了一個利未女子為妻。
2:2 那女人懷孕，生了一個兒子，見他俊美，就把他藏了三個月，
2:3 後來不能再藏，就取了一個蒲草箱，抹上柏油和樹脂，將孩子放在裏面，把箱子擱在尼羅河邊的蘆葦中。
2:4 孩子的姊姊遠遠站着，要知道他究竟會怎樣。
2:5 法老的女兒來到尼羅河邊洗澡，她的女僕們在河邊行走。她看見在蘆葦中的箱子，就派一個使女把它拿來。
2:6 她打開箱子，看見那孩子。看哪，男孩在哭，她就可憐他，說：「這是希伯來人的一個孩子。」
2:7 孩子的姊姊對法老的女兒說：「我去叫一個希伯來婦人來作奶媽，替你乳養這孩子，好嗎？」
2:8 法老的女兒對她說：「去吧！」那女孩就去叫了孩子的母親來。
2:9 法老的女兒對她說：「你把這孩子抱去，替我乳養這孩子，我必給你工錢。」那婦人就把孩子接過來，乳養他。
2:10 孩子長大了，婦人把他帶到法老的女兒那裏，就作了她的兒子。她給孩子起名叫摩西，說：「因我把他從水裏拉出來。」

【默想】

今天的經文從約瑟的故事發展到了摩西。摩西身處於約瑟之後的數百年，以色列人在埃及不再受到禮遇，反而被視為「異族」並淪為奴隸。埃及人的統治是極權主義的典型，透過壓榨異族的勞力來確保自身的優勢，這全出於一種自私的「不安全感」。人往往為了這種不安全感，而將殘忍的行動合理化。在摩西出生時，社會結構已經扭曲；然而，透過上主超自然的保守，他不僅逃過死劫，還住進了埃及皇宮，獲得最好的教育，為日後成為民族救星奠定了基礎。請回想，你是否曾因缺乏安全感而產生負面思想？你是如何調適，而不讓這些思想停留在心中？

[a] [1.22]「所生的」：有些古卷、七十士譯本和其他古譯本是「希伯來人所生的」。

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）

出埃及記 2 章 10 節

孩子長大了，婦人把他帶到法老的女兒那裏，就作了她的兒子。她給孩子起名叫摩西，說：「因我把他從水裏拉出來。」

詩篇 124 篇　上主保護祂的子民

【經文】

124:1 說吧，以色列：「若不是耶和華幫助我們，

124:2 若不是耶和華幫助我們，當人起來攻擊我們，

124:3 那時，人向我們發怒，就把我們活活吞了；

124:4 那時，波濤必漫過我們，河水必淹沒我們；

124:5 那時，狂傲的水必淹沒我們。」

124:6 耶和華是應當稱頌的！他沒有把我們交給他們，作牙齒的獵物。

124:7 我們好像雀鳥，從捕鳥人的羅網裏逃脫，羅網破裂，我們就逃脫了。

124:8 我們得幫助，是因造天地之耶和華的名。

【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)

羅馬書 12 章 1-8 節　基督裏的新生活

【經文】

12:1 所以，弟兄們，我以上帝的慈悲勸你們，將身體獻上當作活祭，是聖潔的，是上帝所喜悅的，你們如此事奉乃是理所當然的[a]。

12:2 不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為上帝的善良、純全、可喜悅的旨意。

12:3 我憑着所賜我的恩對你們每一位說：不要把自己看得太高，要照着上帝所分給各人的信心來衡量，看得合乎中道。

12:4 正如我們一個身子上有好些肢體，肢體也不都有一樣的用處。

12:5 這樣，我們許多人在基督裏是一個身體，互相聯絡作肢體。

12:6 按着所得的恩典，我們各有不同的恩賜：或說預言，要按着信心的程度說預言；

[a] [12.1]「你們如此…當然的」或譯「你們如此敬拜乃是屬靈的」。

12:7 或服事的，要專一服事；或教導的，要專一教導；
12:8 或勸勉的，要專一勸勉；施捨的，要誠實；治理的，要殷勤；憐憫人的，要樂意。

【默想】

今天的經文是羅馬書的轉折，保羅在闡明救恩的道理後，要求聽眾做出實質的回應。我們常需要在「順從聖靈」與「順從情慾」之間抉擇，保羅勸我們將身體獻上當作「活祭」。過去祭物需宰殺，而「活祭」則意味著我們活生生地將自己獻上，安靜篤定地交付給萬有的主。在祭壇上，我們的一生便是一場隆重、莊嚴的獻祭禮儀。當我們將自己獻上的同時，心也活了過來，能在聖靈的引導下「心意更新而變化」。你是否願意接受這勸勉，將自己獻在祭壇上呢？

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）

羅馬書 12 章 1-2 節

所以，弟兄們，我以上帝的慈悲勸你們，將身體獻上當作活祭，是聖潔的，是上帝所喜悅的，你們如此事奉乃是理所當然的。不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為上帝的善良、純全、可喜悅的旨意。

馬太福音 16 章 13-20 節　彼得認耶穌為基督

【經文】

16:13 （可 8:27-30 路 9:18-21）耶穌到了凱撒利亞·腓立比的境內，就問門徒：「人們說人子是誰？」
16:14 他們說：「有人說是施洗的約翰；有人說是以利亞；又有人說是耶利米或是先知中的一位。」
16:15 耶穌問他們：「你們說我是誰？」
16:16 西門·彼得回答說：「你是基督，是永生上帝的兒子。」
16:17 耶穌回答他說：「約拿的兒子西門，你是有福的！因為這不是屬血肉的啟示你的，而是我在天上的父啟示的。
16:18 我還告訴你，你是彼得[a]，我要把我的教會建造在這磐石上，陰間的權柄不能勝過它。
16:19 我要把天國的鑰匙給你，凡你在地上所捆綁的，在天上也要捆綁；凡你在地上所釋放的，在天上也要釋放。」

[a] [16.18]「彼得」：原文的意思是「磐石」。

16:20 當時，耶穌囑咐門徒不可對任何人說他是基督。

【默想】

「你說我是誰？」耶穌對門徒的提問，也是對每一位跟隨者不斷的詰問。這問題需要聖靈的指引，唯有透過聖靈的感動，我們才能認出耶穌是基督、是永生上帝的兒子，並以此為根基建立信仰。歷代教會亦是在不斷的試煉中，持續回應這個問題：我們不僅要認出耶穌是誰，更要活出祂是誰的見證。如果僅僅是表面認識基督的能力，卻無法認同祂的受苦，教會便無法對抗邪惡。教會不是休閒場所，而是基督奧祕的彰顯，是開啟天國的鑰匙。請不要匆忙回答，請花點時間，在聖靈中安靜思考：此刻的你，會說耶穌是誰？你會以何種心情參與教會的事奉呢？你的教會教導了你如何向世人表現出耶穌是誰嗎？請讓自己安靜下來，仔細想一想，再來回答這些問題。

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）

馬太福音 16 章 15-17 節

耶穌問他們：「你們說我是誰？」西門·彼得回答說：「你是基督，是永生上帝的兒子。」耶穌回答他說：「約拿的兒子西門，你是有福的！因為這不是屬血肉的啟示你的，而是我在天上的父啟示的。

☼ 星期六 (8/22)

☼ 星期日 (8/23)

本週小組討論

鄭沂珊 / 撰

一、苦難煉心彰主恩，寬恕親和顯情真

約瑟回顧自己被兄長出賣的遭遇，不再停留於人的惡意，而是在上帝的旨意中看見受苦的價值，並選擇饒恕與和好（創 45:1-28；50:15-26）。保羅也提醒，上帝的恩賜和選召決不後悔，祂藉著人的軟弱彰顯祂普世的憐憫（羅 11:1-2a,13-32）。

- 當你受到傷害或遭遇不公平時，是停留在人的虧欠，還是願意從上帝更大的計畫中重新理解苦難？你是否願意像約瑟一樣，以饒恕取代報復，使破碎的關係成為見證上帝恩典的器皿？

二、潔淨心田存信望，堅持信靠得盼望

耶穌指出，真正污穢人的不是外在禮儀，而是內心所發出的惡念（太 15:10-20）；迦南婦人以謙卑而堅定的信心領受主的醫治（太 15:21-28）；百夫長也因完全信靠基督而蒙稱許（太 8:1-13）；耶穌更提醒門徒防備法利賽人的酵，就是虛假的信仰（太 16:5-12）。

- 你的信仰是否停留於外在形式與知識，還是真正讓基督更新你的內心？當信心受到考驗時，你是否仍願意持續尋求主，直到經歷祂的恩典與作為？

三、忠誠守義興家國，謙卑事主耀天國

猶大甘願代替便雅憫承擔責任（創 44:1-34），雅各臨終以信心祝福眾子，將眼光放在上帝未來的應許（創 49:1-33；49:29-50:14）。初代教會也在真理與合一之間尋求平衡（徒 15:1-21）；保羅勉勵信徒不彼此論斷，並以主所誇讚的為榮（林前 6:1-11；林後 10:12-18）。

- 你在家庭、教會與事奉中，是堅持自己的權益，還是願意承擔責任、成全群體？你所追求的是人的稱讚，還是上帝所喜悅的忠心與謙卑？

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

影音平台連結

我們的團隊

內容原稿：龐君華

文字工作：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