

# 《生命的改造》



2024 年 1-3 月合輯

# 目錄

	內容	頁數
序言	《生命的改造》	3
	《心的改造》、《保守對神的心》	4
一月 清心	簡介、操練的方法及方向	5
	一 「清心」	6
	二 「你要像小孩才能進天國」	7-8
	三 「你是否蒙神賜福？」	9-10
	四 「你是清心禱告主的人嗎？」	11-12
二月 愛慕	簡介、操練的方法及方向	13
	一 「一顆切慕神的心」	14-15
	二 「你的愛褪了色嗎？」	16-17
	三 「用你的生命去愛神」	18-19
	四 「我心愛慕祢」	20-21
三月 敬畏	簡介、操練的方法及方向	22
	一 「不要再欺騙自己」	23-24
	二 「神是藐視不得的」	25-26
	三 「誰敬畏耶和華」	27
	四 「審判必忽然臨到」	28
	五 「情願照祢的話成就」	29-30

本合輯乃節錄自生命福音事工協會出版之靈修系列《生命的改造》，歡迎弟兄姊妹到圖書閣借閱或自行購買。

# 《生命的改造》

**基**督徒要有生命力，最重要是建立與神的關係。這方面的建立，必須要重視個人靈性的追求。靈修乃是指信徒每日與神的親近，藉着與祂相交，讓神的話進入我們的生命中，作調整、更新、潔淨及提昇的工作。因此，靈修並不是偶然的實踐，乃是要每天的操練，現在撮要幾方面重點，盼望藉此幫助改善你的靈修生活。

## 預備你的心靈

神是個靈，所以我們親近祂，必須要用心靈。怎樣「預備」？

- 一、在心靈最沒有雜念的時候親近神，清晨或許是最好的時間。
- 二、用禱告求聖靈提昇我們親近神的心。

## 默想

在神面前先放下自己，讓聖靈引導我們去思想神的話，思想神今日向你所說的話，如何回應你今日靈裡的光景，然後作內省的功夫。

## 禱告

按着神向你所說的話，作出禱告回應。若心靈中疑惑或掙扎，也要坦白面對神。

最後，提醒你親近神並不是只在靈修的時間，  
應該是學習在任何時間都與神對話。

## 《心的改造》

信仰對一個人來說，是一種生命的更新，這一種更新必須要發乎生命的深處——心。聖經告訴我們：「人心比萬物更詭詐，壞到極處.....」(耶利米書 17:9 上)可見，福音就是要把這個心換變。

神曾對以色列說：「我也要賜給你們一個新心，將新靈放在你們裡面，又從你們的肉體中除掉石心，賜給你們肉心。」(以西結書 36:26)何謂肉心？就是一顆對神有感情與回應的心。相反地，對神無感情、無反應，就是石心。

今日，太多信徒只注視外表及外在儀文，慣於只強調一個信徒該做甚麼或不當作甚麼，致令我們常落在律法式的信仰裡，走回法利賽人的舊路，也因此容易陷於對別人及自己不斷論斷，心慢慢變得剛硬，成為石心。

心的換變比外在的行為更重要，因為神不是看人的外貌，乃是看人的內心。我們對神要有赤誠的心，不管現在是落在怎麼樣的光景，總要向祂呈獻一份「真」，祂定會透過聖靈做改心的工作。弟兄姊妹，在神面前要保守你對神的心！

## 《保守對神的心》

「你要保守你心，勝過保守一切。因為一生的果效，是由心發出。」

「心」在希伯來原文是指道德、情感與理性的總和，是人性情與生命的總樞紐，直接影響我們的靈魂和肉體。「心」可以叫我們壞到極處，也可以叫我們發放一切的美善，問題在於我們的心效忠誰？為誰所管理？

基督教信仰是重視人的內心，福音首要強調的事，是由心開始。「神看人不像人看人，神是看內心的。」所以，保守對神的心是一重要的事情，這足以影響我們一生的果效！

### 要保守你對神的 道德心

單以祂為你一生的主，  
除祂以外別無偶像。

### 要保守你對神的 情感心

在與祂的關係裡，情要  
真、愛要深，堅持與祂  
朝夕相對，互訴情懷。

### 要保守你對神的 意志心

在一切的思想、動念上，  
只要遵祂的意思行。

謹記「心」比一切都重要，這是直接影響一生的生命力！

**清**心是清潔與單純的意思，是進入神國度與得見神面的條件。

操練的取向：

**「謙卑」**

放下自己  
而看重神的心意。  
( 馬太福音 18:4 )

**「專一」**

單以神為念。  
( 馬太福音 6:24 )

**「信靠」**

不為明天憂慮。  
( 馬太福音 6:34 )

**「以神為樂」**

神就是你的產業與福份。  
( 路加福音 1:47 )

操練的方法：

1. 脫離物慾控制，每兩週一次午餐禁食，專心為自己生命成長禱告。
2. 每月一次到郊外地方學習獨處默想，淨化自己的心靈。
3. 列下你心中憂慮的事，並根尋原因。
4. 若發現自己憂慮的原因，是因為未看重神，對世界仍抓著的話，請細讀聖經，看神對你說甚麼。

# 清心主題靈修（一）：「清心」

經文：馬太福音 5:8



清心的人有福了！因為他們必得見神。

經文背景：

主耶穌在山上，教導天國子民應有的生活態度。

經文淺釋：

- 「清心」：內心清潔，忠誠而不虛假。

經文默想：

我對神是心靈忠誠  
或只是外表忠誠？

在我追求和事奉神  
上，是否存著不良  
的心態和動機？

「見神」是甚麼意  
思？

## 信息默想

清心是一顆蒙潔淨的心，這心沒有虛偽和詭詐，只有單純與專一。清心的人像亞當墮落之前一樣，心思意念清純得像孩童，既不知善，亦不知惡——他們的心不為自己的良心所管轄，卻享受在神的創造和旨意裡。

今日，我們的心常被俗世種種的問題所困擾，被一套套的道德觀、價值標準或方法論……等所侵佔和操縱，以致內心存留很多的皺摺，不能對神存清純單一的心。試想，我們每遇到困難及問題時，立時現於心念裡的東西，是神自己，抑或是各家各法的意見、理論呢？我們首先與誰坦誠對話呢？

渴望得見神的人啊，快將心單單交給主，向祂全然敞開吧！唯獨我們願意捨棄自我的善、放下自己的心思，立志向祂專一，單單接受祂大能的造化，我們才能對祂有清純的心。見神乃是認識神，享受與祂親密的交通。

人生應用：我渴望見神嗎？

## 清心主題靈修 (二)：「你要像小孩才能進天國」

經文：馬可福音 10:13-16



<sup>13</sup> 有人帶著小孩子來見耶穌，要耶穌摸他們，門徒便責備那些人。<sup>14</sup> 耶穌看見就惱怒，對門徒說：「讓小孩子到我這裡來，不要禁止他們；因為在神國的，正是這樣的人。<sup>15</sup> **我實在告訴你們，凡要承受神國的，若不像小孩子，斷不能進去。**」<sup>16</sup> 於是抱著小孩子，給他們按手，為他們祝福。

### 經文背景：

當主耶穌教訓眾人的時候，有人要求主耶穌摸他們的孩子。

### 經文淺釋：

- 「小孩子」( 13 節 )：在路加福音 18:15 裡，稱小孩子為嬰孩，一個完全需要人照顧的小生命。
- 「要耶穌摸他們」( 13 節 )：父母希望主耶穌為小孩子祈禱與祝福。( 參考馬太福音 19:13 )
- 「承受神國的，若不像小孩子」( 15 節 )：小孩子得到恩典，是白白領受的，信徒承受神的國也是白白領受的。

### 經文默想：

門徒何以禁止人帶小孩子到主跟前？主又何以惱怒？

何以進天國的，必須像小孩子呢？

我有小孩子般的心去承受神國嗎？

## 信息默想

主耶穌惱怒的事，我們要小心！主耶穌看重的事，我們要明白、學習遵行。

主耶穌鄭重地對門徒說：「若不像小孩子，斷不能進神國！」進神國的條件，除了信耶穌，行神旨意之外，還要我們像小孩！有小孩子的單純，有他們的真誠，更要有小孩子的謙卑！

一顆單純、真誠、謙卑的心，是神所重視的。你若不重視，祂必因此惱怒！但你若重視，「祂必擁抱你，給你按手，為你祝福！」有人說：「單純的人，沒有深度！」但我說：「能夠單純，這就是他的深度！因為有很多人不能單純的待人，不能單純的愛神。」

今天操練你的單純吧！單純的禱告！單純的愛神愛人！天真些！真誠些！或許因此你就像小孩子般多一點快樂，多一點蒙神喜愛！

**人生應用：我有小孩子般的謙卑、單純和真誠嗎？**

靈修得著／筆記



## 清心主題靈修 (三)：「你是否蒙神賜福？」

經文：詩篇 24:1-6



<sup>1</sup> (大衛的詩。) 地和其中所充滿的，世界和住在其間的，都屬耶和華。<sup>2</sup> 祂把地建立在海上，安定在大水之上。<sup>3</sup> 誰能登耶和華的山？誰能站在祂的聖所？<sup>4</sup> 就是手潔心清、不向虛妄、起誓不懷詭詐的人。<sup>5</sup> 他必蒙耶和華賜福，又蒙救他的神使他成義。<sup>6</sup> 這是尋求耶和華的族類，是尋求祢面的雅各。(細拉)

### 經文背景：

這篇稱為進殿詩，當以色列民準備進殿敬拜時，與守門的對唱此詩，以預備自己的心去朝見那位榮耀的君王 - 萬君的耶和華。

### 經文淺釋：

- 「手潔心清」(4 節)：行為正直，動機純潔，全心歸向神。
- 「不向虛妄」(4 節)：不敬拜偶像。
- 「成義」(5 節)：得公義的獎賞。
- 「族類」(6 節)：可譯作「獎賞」。
- 「尋求祢面的雅各」(6 節)：亦作「尋求雅各之神的面」。  
第 6 節的意思是：行為正直，全心歸向神的人可得神的獎賞。

### 經文默想：

詩人如何形容神的偉大？

敬拜神的人應具備甚麼條件？

神要如何祝福尋求祂的人？

## 信息默想

現代人最渴想的東西，就是擁有寬敞舒適的房子並物質世界的各樣美物，因為它們實在太美麗、太富吸引力了！鮮有人會想及那位擁有萬有的神，掌管物質世界的主！

作為一國之君的大衛倒能渴想這一位神多於物質世界的一切。每當念及神，他就歎羨誰有資格與這位偉大的創造者親近？站在祂的聖所？資格就是那些手潔心清的人，意思是行為正直，心裡不懷詭詐的人。唯有這樣的人才蒙神賜福，能尋見神的面。

攔阻我們不能手潔心清，很多時候是因為我們的心已被物質世界所佔據、控制，致使我們體貼順從它們多於順服神和體貼祂的意思。漸漸地，不正及詭詐的心就滋生，與神的關係就疏離，使我們失去了親近神的喜樂，並各種屬靈的福氣。現在有甚麼東西充滿你心，致使你未能手潔心清的蒙神賜福呢？

**人生應用：我渴想神多於物質世界的一切嗎？**

靈修得著／筆記

## 清心主題靈修 (四)：「你是清心禱告主的人嗎？」

經文：提摩太後書 2:14-26



<sup>14</sup> 你要使眾人回想這些事，在主面前囑咐他們：不可為言語爭辯；這是沒有益處的，只能敗壞聽見的人。<sup>15</sup> 你當竭力在神面前得蒙喜悅，作無愧的工人，按著正意分解真理的道。<sup>16</sup> 但要遠避世俗的虛談，因為這等人必進到更不敬虔的地步。<sup>17</sup> 他們的話如同毒瘡，越爛越大；其中有許米乃和腓理徒，<sup>18</sup> 他們偏離了真道，說復活的事已過，就敗壞好些人的信心。<sup>19</sup> 然而，神堅固的根基立住了；上面有這印記說：「主認識誰是祂的人」；又說：「凡稱呼主名的人總要離開不義。」<sup>20</sup> 在大戶人家，不但有金器銀器，也有木器瓦器；有作為貴重的，有作為卑賤的。<sup>21</sup> 人若自潔，脫離卑賤的事，就必作貴重的器皿，成為聖潔，合乎主用，預備行各樣的善事。<sup>22</sup> **你要逃避少年的私慾，同那清心禱告主的人追求公義、信德、仁愛、和平。**<sup>23</sup> 惟有那愚拙無學問的辯論，總要棄絕，因為知道這等事是起爭競的。<sup>24</sup> 然而主的僕人不可爭競，只要溫溫和和地待眾人，善於教導，存心忍耐，<sup>25</sup> 用溫柔勸戒那抵擋的人；或者神給他們悔改的心，可以明白真道，<sup>26</sup> 叫他們這已經被魔鬼任意擄去的，可以醒悟，脫離他的網羅。

### 經文背景：

由於異端滲入教會，所以保羅提醒提摩太，首先要作神無愧的僕人，正確宣講神的道，又要潔身自愛，合乎主用，並且勸戒那離棄真道的，盡力將他們挽回過來。

### 經文淺釋：

- 「按著正意分解真理的道」( 15 節 ): 正確解釋宣講神的道。
- 「世俗的虛談」( 16 節 ): 無根據，對敬虔和生命都沒有建設性的言論。
- 「少年的私慾」( 22 節 ): 年輕人血氣方剛的時候，容易陷入的試探。
- 「任意擄去的」( 26 節 ): 被魔鬼擄去，任牠意思而行。

### 經文默想：

怎樣能成為合乎主用的器皿？

要如何處理私慾的問題？

甚麼是我們積極追求的呢？

### 信息默想

在人類的歷史中，無論那個年代落在怎樣敗壞的境況，神都存留一些願意向祂名求告的人，也因為他們的禱告，神就興起一些屬靈領袖去拯救那世代的人。也許我們沒有想過一個單純的禱告，竟是挽救一個世代的力量！

這個世代委實需要有清心禱告主的信徒，就是那心中以神為首，又以神的事為念的人，只有這些人才能摸透神的心，在禱告中與神同工，蒙神喜悅垂聽。也只有這些人才能帶動我們的生命有更高的提昇，並且能在禱告中經歷神。

你是清心禱告主的人嗎？你的生命是否被神使用，讓神藉你的禱告扭轉這個世界呢？務要切記：在這注重知識與方法的世代，當保持清心、恆切禱告。

人生應用：我願意以清心的禱告事奉神嗎？

# 愛慕：除非「看見」神，否則人永不會愛慕神！

操練的取向：

## 「默想祂」

多思想、多觀察、  
多閱讀，就多看見。  
( 詩篇 42:2 )

## 「談論祂」

多談論、多交流，  
就多發現。  
( 詩篇 105:2 )

## 「親近祂」

尋求祂，就必尋見。  
( 雅各書 4:8 )

## 「依從祂」

遵行與看見、  
愛慕是互為一體的。  
( 約翰福音 14:21 )

## 「接待人」

愛你所見的人，就會愛所看不見的神，因神就是愛。  
( 馬太福音 10:40 )

操練的方法：

1. 在人生各樣的痛苦中，回想神給予你的恩典，從而體會神對你的愛。
2. 找一位親密的肢體，彼此談論神在你們生命中的作為，這樣的談論就會產生對神的愛。
3. 找一些對象，經過禱告，鼓起勇氣，以行動向他們表達神的愛。當你實踐後，就會發現一種滿足，也感到愛神的滿足。

## 愛慕主題靈修 (一)：「一顆切慕神的心」

經文：詩篇 63:1-3



<sup>1</sup> 神啊，祢是我的神，我要切切地尋求祢，在乾旱疲乏無水之地，我渴想祢；我的心切慕祢。<sup>2</sup> 我在聖所中曾如此瞻仰祢，為要見祢的能力和祢的榮耀。<sup>3</sup> 因祢的慈愛比生命更好，我的嘴唇要頌讚祢。

### 經文背景：

大衛被仇敵追趕至曠野，生命極受威脅，也深感人生的無常，故此他表達對神愛慕之情，認為得到神的愛比生命更好。

### 經文淺釋：

- 「乾旱疲乏無水之地」( 1 節 ): 借旅客在乾旱的曠野渴想水的情況，形容自己的生命也同樣乾旱，極渴想神。
- 「祢的慈愛比生命更好」( 3 節 ): 生命固然好，但若沒有了神的愛，實在生不如死。

### 經文默想：

大衛為何感到生命枯乾乏力？我有同感嗎？

甚麼回憶成為大衛的激勵？

神的愛對我生命有何重要？

## 信息默想

有人懼怕苦難的來臨！其實苦難是祝福！在乾旱疲乏無水之地，人才看見自己的渺小和自己的無能為力！人在那時才會反省生命最大的意義和價值是甚麼？才曉得神的價值比生命更大！

人的盡頭，就是神的開始！在約伯最痛苦和絕望的時候，神就開始發聲！神不解釋苦難，神只以「自己」來代替一切的解釋！祂使約伯看見祂的大能和真實、祂的智慧和榮耀！約伯回應說「我從前風聞有祢，現在親眼看見祢。因此我厭惡自己，在塵土和爐灰中懊悔。」他看見神的慈愛和神比自己的生命更好！因為肉身的生命只不過是塵土！

渴想神和切慕神的心就在苦難中，在看見自己渺小時，在看見神的真實時出現！他會至誠至愛的說：「神啊，祢是我的神！」

**人生應用：苦難來臨時，我能否更認識自己，更渴慕神？**

靈修得著／筆記

## 愛慕主題靈修 (二)：「你的愛褪了色嗎？」

經文：啟示錄 2:1-7



<sup>1</sup>「你要寫信給以弗所教會的使者，說：『那右手拿著七星、在七個金燈臺中間行走的，說：<sup>2</sup>我知道你的行為、勞碌、忍耐，也知道你不能容忍惡人。你也曾試驗那自稱為使徒卻不是使徒的，看出他們是假的來。<sup>3</sup>你也能忍耐，曾為我的名勞苦，並不乏倦。<sup>4</sup>然而有一件事我要責備你，就是你把起初的愛心離棄了。<sup>5</sup>所以，應當回想你是從哪裡墜落的，並要悔改，行起初所行的事。你若不悔改，我就臨到你那裡，把你的燈臺從原處挪去。<sup>6</sup>然而你還有一件可取的事，就是你恨惡尼哥拉一黨人的行為，這也是我所恨惡的。<sup>7</sup>聖靈向眾教會所說的話，凡有耳的，就應當聽！得勝的，我必將神樂園中生命樹的果子賜給他吃。』」

### 經文背景：

以弗所是一熱心又忠心的教會，使徒約翰在神感動下，一方面稱讚她的忠心，另一方面提醒她要重拾失落了的愛心。

### 經文淺釋：

- 「七星」( 1 節 )：教會的使者、領袖。
- 「金燈臺」( 1 節 )：代表教會，有為神發光作見證的作用。
- 「起初的愛心」( 4 節 )：對神最忠誠，純潔的愛。
- 「把燈臺從原處挪去」( 5 節 )：再不配為神作見證。
- 「尼哥拉一黨」( 6 節 )：指那些道德腐敗，卻掛名為基督徒的異端。



## 經文默想：

為何沒有了愛，我們的勞苦、忍耐就不值得記念？

我和我的教會能為神作見證，作神的燈臺嗎？

甚麼使我失掉了起初的愛心，而要悔改？

## 信息默想

我們的主耶穌基督，有一對銳利的眼睛，祂看到了隱藏在美麗外表下面的一個致命缺點——「把起初的愛心離棄了」。

喪失愛主的心絕非尋常小事，若我們的信仰只剩下工作、勞碌和苦忍，而失去了那令人鼓舞的動機，則我們的事奉會變成事工化和形式化，我們的信仰也變得死板、沒有生氣。

唯獨對基督恆久的熱愛，才能使得一切的善工與勞苦有恆久的屬靈價值。謹記一切的苦幹、奮戰甚至自我犧牲，都無法代替一顆貞潔赤誠的愛心。

丟棄對主的愛，是一項重大的罪！

你現今對基督的愛，是否比以前減退呢？是否你太熱衷於事工本身，以致冷淡了與祂的關係呢？快快回想、檢視，及早悔改吧！基督所渴望於我們的，是我們對祂的愛永不褪色！

**人生應用：我如何讓神的愛不斷激勵我的事奉和追求？**

靈修得著／筆記

## 愛慕主題靈修 (三)：「用你的生命去愛神」

經文：申命記 6:4-5



<sup>4</sup> 以色列啊，你要聽！耶和華——我們神是獨一的主。

<sup>5</sup> 你要盡心、盡性、盡力愛耶和華——你的神。

### 經文背景：

摩西在約旦河東的曠野，向以色列重新宣讀神的律法，教導百姓。到新約的時候，主耶穌稱盡心愛神和愛人如己，就是律法的總綱。

### 經文淺釋：

- 「盡心、盡性、盡力」( 6 節 )：指全人投入、委身的意思。

### 經文默想：

神是獨一的神，甚麼東西佔據了神在我心中應有的位置？

怎樣才能做到「盡心、盡性、盡力」去愛神？

我對神的愛有保留嗎？為甚麼？

## 信息默想

你未真正愛過神，除非你能用你的生命去愛神。一個真正愛神的人，先要以神為獨一的神，在他的生命中沒有別的神。今日你發現自己沒有一個很強烈愛神的心，可能就是在你的心中有太多的神，每一個心中的神，都給予愛，以致你愛不到這一位獨一的真神。

若你的愛只能停留在知識的層面，而沒有愛的感情，那麼可能是因為你尚未見到神就是你生命的主宰，祂的主權未能駕入你生命的每一部份。然而，當你容讓祂駕馭你的生命，成為你獨一的神時，雖然起初你感到很痛苦，甚至無法愛祂，但若放下自己，慢慢接受祂的管教，認識祂，就會發現祂的偉大與奇妙。唯獨當你看見這一位偉大獨一的神後，你才會傾盡你的生命去愛你的神。

看不見神的人，不會愛神！看見神的人，必會傾盡生命去愛神！

**人生應用：我願傾盡生命愛神嗎？**

靈修得著／筆記

## 愛慕主題靈修 (四)：「我心愛慕祢」

經文：詩篇 84:1-4



<sup>1</sup> 萬軍之耶和華啊，祢的居所何等可愛！<sup>2</sup> 我羨慕渴想耶和華的院宇；我的心腸，我的肉體向永生神呼籲（或譯：歡呼）。<sup>3</sup> 萬軍之耶和華—我的王，我的神啊，在祢祭壇那裡，麻雀為自己找著房屋，燕子為自己找著菴雛之窩。<sup>4</sup> 如此住在祢殿中的便為有福！他們仍要讚美祢。（細拉）

### 經文背景：

詩人可能因戰亂或被逐而不能回聖殿敬拜事奉神，因而對神產生渴慕之情。全篇充份表達朝聖者的心聲。

### 經文淺釋：

- 「院宇」( 2 節 )：聖殿。

### 經文默想：

詩人為何用「居所」、「院宇」的字眼形容聖殿？詩人覺得聖殿是一個怎樣的地方？

祭壇的作用在哪裡？詩人何以特別懷念這個地方？

詩人為何羨慕麻雀和燕子呢？表達了詩人內心渴望甚麼？

## 信息默想

以色列民非常重視聖殿，因為聖殿就是他們信仰的中心，象徵神的臨在。新約時代聖殿就是我們的心，我們是否會像詩人一樣，羨慕渴想這心有神住在其中？當神住進這個心的時候，這個心立時就成為一喜樂滿足之地，更成為榮光充滿之處，這個人的生命，能迸發出力量與光采。

神是否喜歡以你的心為院宇和住進去呢？有時候，我們實在太懶惰，不願清潔打掃，使這個院宇堆塞了無數的渣滓、廢物。被罪惡破壞了的地方，我們也沒有修補，心裡的院宇已慢慢潰爛及發臭，叫神住不進去，自己也想放棄。

不要灰心！聖靈有足夠的能力去潔淨，只要你把心交出，再一次向神發出愛情的邀請，祂必住進去，你就會再次羨慕渴想這個院宇了！

**人生應用：我渴慕神進入我生命中居住嗎？**

靈修得著／筆記

**敬**畏的基本意思是懼怕。人在聖潔無瑕的神面前感到自己有罪與不配所產生的一種反應。

操練的取向：

「逃避」

遠離犯罪誘惑的  
途徑 / 方法。  
( 提摩太後書 2:22 )

「治死」

禁止自己繼續  
發展行惡的慾望。  
( 羅馬書 8:13 )

「奉獻」

把握機會，盡情行義。  
( 羅馬書 6:13 )

「同活」

與神合而為一。

操練的方法：

1. 反省自己在甚麼事上藐視神？  
請誠實列出： \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. 為這些事誠實地向神認罪。
3. 以具體行動，顯示你的認罪，請列出行動並實踐日期。  
行 動： \_\_\_\_\_  
實 踐 日 期： \_\_\_\_\_
4. 背誦一些可提醒自己的金句。把金句抄下。
5. 每天為自己定十五分鐘安靜省察禱告的時間。

## 敬畏主題靈修 (一)：「不要再欺騙自己」

經文：傳道書 12:9-14



<sup>9</sup>再者，傳道者因有智慧，仍將知識教訓眾人；又默想，又考查，又陳說許多箴言。<sup>10</sup>傳道者專心尋求可喜悅的言語，是憑正直寫的誠實話。<sup>11</sup>智慧人的言語好像刺棍；會中之師的言語又像釘穩的釘子，都是一個牧者所賜的。<sup>12</sup>我兒，還有一層，你當受勸戒：著書多，沒有窮盡；讀書多，身體疲倦。<sup>13</sup>這些事都已聽見了，總意就是：敬畏神，謹守祂的誠命，這是人所當盡的本分（或譯：這是眾人的本分）。<sup>14</sup>因為人所做的事，連一切隱藏的事，無論是善是惡，神都必審問。

### 經文背景：

傳道者總結全書的目的：就是勸人當盡本份去敬畏神，謹守祂的誠命。

### 經文淺釋：

- 「刺棍」( 11 節 )：趕牛用的棍子，比喻傳道者要用言語鼓勵人前進。
- 「會中之師」( 11 節 )：智慧的語錄。
- 「釘穩的釘子」( 11 節 )：比喻智慧的言語要牢記在心裡，使人抓穩生命的基礎和方向。
- 「一個牧者」( 11 節 )：指神。

## 經文默想：

雖然傳道者已擁有神賜的智慧，但他還要如何運用這智慧去探求生命的意義？

甚麼是人生的智慧？  
叫人得著甚麼幫助？

傳道者最後勸勉人，對生活應有怎樣的態度？

## 信息默想

一切隱藏的事，神都看見。你在暗中的施捨，祂看見；但你在暗中犯罪，祂也看見。你伸出扶助的手，祂看見！你收藏你的偶像，祂也看見！祂今天暗中地察看我們，然而到審判的那日，祂不再緘默，祂要公開審問一切隱藏的事！那時，千千萬萬的天使天軍和聖徒，將會拍掌，也將會歎息！人為何自己欺騙自己！神要我們按所行的，或善或惡受報應！

不看見神會審判的人會繼續欺騙自己！

不信神要施行審判的人會繼續行惡！

惟有那些真正看見神是審判之主的人，才會敬畏神，警醒度日，遠離罪行。

亦惟有那些認信神是賞賜人，赦免人罪孽之主的人，才會不怕失敗，再站起來，努力在暗中行善，不求今生的報答，只求將來在神面前昂首站立，接受那從天上而來的冠冕！

**人生應用：**我今天所做的一切，能否面對在暗中察看我的神？

靈修得著／筆記



## 敬畏主題靈修 (二)：「神是藐視不得的」

經文：民數記 16:20-30



<sup>20</sup> 耶和華曉諭摩西、亞倫說：<sup>21</sup>「你們離開這會眾，我好在轉眼之間把他們滅絕。」<sup>22</sup> 摩西、亞倫就俯伏在地，說：「神，萬人之靈的神啊，一人犯罪，祢就要向全會眾發怒嗎？」<sup>23</sup> 耶和華曉諭摩西說：<sup>24</sup>「你吩咐會眾說：『你們離開可拉、大坍、亞比蘭帳棚的四圍。』」<sup>25</sup> 摩西起來，往大坍、亞比蘭那裡去；以色列的長老也隨著他去。<sup>26</sup> 他吩咐會眾說：「你們離開這惡人的帳棚吧，他們的物件，甚麼都不可摸，恐怕你們陷在他們的罪中，與他們一同消滅。」<sup>27</sup> 於是眾人離開可拉、大坍、亞比蘭帳棚的四圍。大坍、亞比蘭帶著妻子、兒女、小孩子，都出來，站在自己的帳棚門口。<sup>28</sup> 摩西說：「我行的這一切事本不是憑我自己心意行的，乃是耶和華打發我行的，必有證據使你們知道。<sup>29</sup> 這些人死若與世人無異，或是他們所遭的與世人相同，就不是耶和華打發我來的。<sup>30</sup> 倘若耶和華創作一件新事，使地開口，把他們和一切屬他們的都吞下去，叫他們活活地墜落陰間，你們就明白這些人是藐視耶和華了。」

### 經文背景：

摩西能成為以色列民的領袖，其實是神的揀選，並非摩西的意思。但以色列民在可拉一黨唆擺下，卻希望攻擊摩西的權柄。其實他們不是藐視摩西，而是藐視神，所以神要在他們中間施行刑罰。

### 經文淺釋：

- 「大坍、亞比蘭」( 24 節 )：今次向摩西僭奪權力的事件中，與可拉同作領袖的。
- 「我行的這一切事」( 28 節 )：摩西表明，由他領以色列民出埃及，到在曠野中領導他們一切事，都是照神的心意做，而非憑自己意思。

## 經文默想：

神為何向可拉一黨施行嚴重的刑罰？我們可有想到犯罪的嚴重後果？

藉著摩西的禱告，如何顯出神的公義？

怎樣才是藐視神呢？

## 信息默想

可拉叛黨所遭到的報應是極可怕的。這次恐怖的報應方式是前所未有的，是神和應摩西的禱告而創的一件新事，以證明可拉黨眾人所表現的埋怨、攻擊、不信和爭權，全屬藐視神的態度。神為免這種不敬與藐視的態度繼續蔓延，毒害全百姓，祂就毫不留情地將這次叛亂的禍根拔除盡淨；正如癌細胞在危害生命之前，應該加以割除一樣。

聖經記下這些人的遭遇，都要作為鑑戒，以警戒我們這末世的人。我們實在須要謹慎對神的態度，當心很多出於對人的論斷、怨氣、爭端、嫉妒和攻擊，其實背後是針對神而發的，這可能正顯明你對神不信服、不尊重、不接受祂主權的心態。

敬畏神的人，神必尊重他們的生命。

藐視神的人，神必滅絕他們的生命。

**人生應用：我是否對人對神存有藐視的態度和思想？**

靈修得著／筆記

## 敬畏主題靈修 (三)：「誰敬畏耶和華」

經文：詩篇 25:11-14



<sup>11</sup> 耶和華啊，求祢因祢的名赦免我的罪，因為我的罪重大。<sup>12</sup> 誰敬畏耶和華，耶和華必指示他當選擇的道路。<sup>13</sup> 他必安然居住；他的後裔必承受地土。<sup>14</sup> 耶和華與敬畏祂的人親密；祂必將自己的約指示他們。

經文背景：詩人在禱告中述說神的本性。

經文淺釋：

- 「親密」( 14 節 )：成為密友，彼此信任。
- 「約」( 14 節 )：有神心意的意思。

經文默想：

詩人如何描述神的本性？

神要如何引導謙卑的罪人？

神要如何與敬畏祂的人相處？

信息默想

很多信徒都大叫不明白神的旨意，又說神的旨意很難尋求，他們不斷在尋索，希望找到一定的公式，以後就按公式換取答案。若你是這樣想的話，你必定失望！

世上沒有一條方程式，代入即可明白神的旨意。但卻有一法則，叫我們摸得到竅門，這法則就是尊重神，當你將生命及關乎生命的事都讓神處在最高的位置時，神就必指示你當選擇的路。在追求神的過程中，起初，我們是注目於神在引導的感覺，並深切關注甚麼是神的旨意。但後來，我們就會發現所關切的地方不同了，我們關注與神的情誼、對話，比知曉祂的旨意更重要，因為知曉祂的旨意已成為了自然的事。在神也是如此，祂重視我們對祂的尊重、珍貴與我們的情誼，所以祂樂於與我們說心事呢！神有與你親密嗎？

人生應用：我們是否樂於與神對話和親密呢？

## 敬畏主題靈修 (四)：「審判必忽然臨到」

經文：啟示錄 14:6-7



<sup>6</sup>我又看見另有一位天使飛在空中，有永遠的福音要傳給住在地上的人，就是各國、各族、各方、各民。<sup>7</sup>他大聲說：「**應當敬畏神，將榮耀歸給祂！因祂施行審判的時候已經到了。應當敬拜那創造天地海和眾水泉源的。**」

經文背景：

約翰看見異象，在末日大災難的日子裡面，福音要傳遍世界。

經文默想：

對身處患難中的人而言，甚麼是永遠的福音？

天使為何特別提醒人要敬畏神？

誰是我們該敬畏的對象？

信息默想

天使飛在空中，大聲疾呼！竟然今天無人聽見！無人領會！無人重視！無人戰兢！

他說甚麼？他說：「施行審判的時候已經到了！恩典時代結束，神的審判來臨了！」你以為神的審判不這麼快來到嗎？所以你仍吃喝嫁娶，在宴樂中度日！你仍愛你的世界！

然而，有一天，你必定後悔，那日子如賊一樣忽然來臨！在你睡夢中的時候，審判就來到了。看見審判快要來到的人，必儆醒謹守，敬畏神，遠離惡行！因為他們不只看見審判，更看見審判之主、公義的神！祂是輕慢不得的！

在那天，哀哭的要變為喜樂，貧窮的要變為富足！但那些在世上喜樂的要哀哭切齒，富足的要變為一無所有！

要忍耐等候，不要因惡人心懷不平！

人生應用：倘若神的審判今天就臨到，我經得起祂的審問嗎？

## 敬畏主題靈修 (五)：「情願照你的話成就」

經文：路加福音 1:26-38



<sup>26</sup> 到了第六個月，天使加百列奉神的差遣往加利利的一座城去（這城名叫拿撒勒），<sup>27</sup> 到一個童女那裡，是已經許配大衛家的一個人，名叫約瑟。童女的名字叫馬利亞；<sup>28</sup> 天使進去，對她說：「蒙大恩的女子，我問妳安，主和妳同在了！」<sup>29</sup> 馬利亞因這話就很驚慌，又反覆思想這樣問安是甚麼意思。<sup>30</sup> 天使對她說：「馬利亞，不要怕！妳在神面前已經蒙恩了。<sup>31</sup> 妳要懷孕生子，可以給祂起名叫耶穌。<sup>32</sup> 祂要為大，稱為至高者的兒子；主神要把祂祖大衛的位給祂。<sup>33</sup> 祂要作雅各家的王，直到永遠；祂的國也沒有窮盡。」<sup>34</sup> 馬利亞對天使說：「我沒有出嫁，怎麼有這事呢？」<sup>35</sup> 天使回答說：「聖靈要臨到妳身上，至高者的能力要蔭庇妳，因此所要生的聖者必稱為神的兒子（或譯：所要生的，必稱為聖，稱為神的兒子）。<sup>36</sup> 況且妳的親戚伊利沙伯，在年老的時候也懷了男胎，就是那素來稱為不生育的，現在有孕六個月了。<sup>37</sup> 因為，出於神的話，沒有一句不帶能力的。」<sup>38</sup> 馬利亞說：「我是主的使女，情願照你的話成就在我身上。」天使就離開她去了。

經文背景：

天使奉神的旨意向馬利亞宣告，耶穌基督降生的信息。

經文淺釋：

- 「耶穌」( 31 節 )：神施行拯救的意思。
- 「大衛的位」( 32 節 )：指統治者的王位，即猶太人所等候的救世君王彌賽亞。

## 經文默想：

馬利亞如何表現出一個「主的使女」應有的樣式？

當有難於明白的事發生在她身上時，她如何面對？

她說：「情願照你的話成就在我身上」時，她需要付出怎樣的信心和勇氣？

## 信息默想

「你要懷孕生子」——這事對馬利亞來說，真的為難——「我沒有出嫁，怎麼有這事呢？」若你是馬利亞，也許你還會有這樣的回應：「天父，我怕約瑟會不信我！我懷疑社會是否會接納我？未信的人會否因我絆倒？信徒會相信這是出於祢的作為嗎？況且，未婚懷孕這事似違反道德常理.....天父，還是不用這方法吧！」

神的意念非同人的意念，有時祂為要達成一項真理，祂確實會作一些超越了人的智慧所能想像和分析的事情。馬利亞的出路並非靠理性邏輯，而在於她對神話語的單純信靠，認信神的應許與大能。因此她順服地接受這蒙福的揀選：「.....情願照你的話成就.....」。

今日信徒在遇到某些超理性或經驗的問題時，很容易就否定、抗拒。其實我們當認真與神對話，若認清是出於神，就當存敬畏順服的心，讓神的旨意行在我們裡面。

人生應用：我是否有一顆像馬利亞對神順服的心？

靈修得著／筆記

## 靈修系列《生命的改造》書目簡介

本系列是針對心、靈、思想與行為四方面，透過經文的默想幫助信徒漸進地學習脫離舊人，穿上新人。這系列較重視具體的實踐操練，使弟兄姊妹可以具體感受自己的改變。

### 【心的改造（1-3 冊）】

心是人性情與生命的總樞紐，她可以叫我們壞到極處，也可以叫我們發放一切的美善，因此心的轉變比外在的行為更重要。

心的改造  
清心、愛慕、敬畏

心的改造  
誠實、忍耐、虛心

心的改造  
寬恕、憐憫、尊重

### 【靈的改造（4-6 冊）】

靈的改造就是學習提昇及更新我們的靈，使我們的靈可以更貼近神，進到祂裡面，享受與祂的靈交通。

靈的改造  
敬拜、禱告、聖潔

靈的改造  
公平、正直、公義

靈的改造  
甦醒、良善、智慧

### 【思想的改造（7-9 冊）】

思想的改造乃在於以神的啟示作我們的思想內容，藉聖靈的引導和管理，使思想得適切的約束與奔馳，達至成熟的更新。

思想的改造 天國

思想的改造 真理

思想的改造 人生

### 【行為的改造（10-12 冊）】

基督徒生命的改變是內化而外顯的，聖經多次強調人在行為上的改變是會榮耀神及引人歸主。

行為的改造 奉獻

行為的改造 享受

行為的改造 分享

