

乙年（馬可年）聖三一主日/聖靈降臨期第一主日  
每日經課（2021/5/23-2021/5/30）  
經文版（採用和合修訂版）



每日三讀三禱 運動

龐君華 撰

衛理門徒培育中心 印製

## 星期日 (5/23) 聖靈降臨節

### 徒 2:1-21 被聖靈充滿

#### 【經文】

2:1 五旬節那日到了，他們全都聚集在一起。

2:2 忽然，有響聲從天上下來，好像一陣大風吹過，充滿了他們所坐的整座屋子；

2:3 又有舌頭如火焰向他們顯現，分開落在他們每個人身上。

2:4 他們都被聖靈充滿，就按着聖靈所賜的口才說起別國的話來。

2:5 那時，有從天下各國來的虔誠的猶太人，住在耶路撒冷。

2:6 這聲音一響，許多人都來聚集，各人因為聽見門徒用他們各自的鄉談說話，就甚納悶，

2:7 都詫異驚奇說：「看哪，這些說話的不都是加利利人嗎？」

2:8 我們每個人怎麼聽見他們說我們生來所用的鄉談呢？」

2:9 我們帕提亞人、瑪代人、以攔人，和住在美索不達米亞、猶太、加帕多家、本都、亞細亞、

2:10 弗呂家、旁非利亞、埃及的人，並靠近古利奈的利比亞一帶地方的人，僑居的羅馬人，

2:11 包括猶太人和皈依猶太教的人，克里特人和阿拉伯人，都聽見他們用我們的鄉談講論上帝的大作為。」

2:12 眾人就都驚奇困惑，彼此說：「這是甚麼意思呢？」

2:13 還有人譏誚，說：「他們是灌滿了新酒吧！」

2:14 彼得和十一個使徒站起來，他就高聲向眾人說：「猶太人和所有住在耶路撒冷的人哪，這件事你們要知道，要側耳聽我的話。

2:15 這些人並不像你們所想的喝醉了，因為現在才早晨九點鐘。

2:16 這正是藉着先知約珥所說的：

2:17 『上帝說：在末後的日子，我要將我的靈澆灌凡血肉之軀的。你們的兒女要說預言；你們的少年要見異象；你們的老人要做異夢。

2:18 在那些日子，我要把我的靈澆灌，甚至給我的僕人和婢女，他們要說預言。

2:19 在天上，我要顯出奇事，在地下，我要顯出神蹟，有血，有火，有煙霧。

2:20 太陽要變為黑暗，月亮要變為血，這都在主大而光榮的日子未到以前。

2:21 那時，凡求告主名的都必得救。」

### 【默想】

這是第一個聖靈降臨節，因為是五旬節的大日子，所以許多「猶僑」返鄉，就在這個時機，聖靈強烈的工作在門徒當中，也在群眾當中。當時的情形我們無法親見，但是他們引起極大的注意，並且突破了語言的限制，使大家都能得到信息，彼得說這個情景是應驗了先知約珥的話（約珥書 2:28-32），精義是日子已來到，聖靈的工作像水一樣灑下來，所有人（凡有血氣的）都可以得到信息，這是彼得的開場白。我們可以想像當時的情景，一個煥然一新的時代要開始了，前面的工作（選民、約、獻祭、被擄、彌賽亞、降生、受難、復活）都已經進行了，現在一個新的時代要宣布展開了。你能否感受到我們正置身在這個新的時代中，一起見證、參與、完成上主的計畫？

## 或結 37:1-14 枯骨復甦

### 【經文】

37:1 耶和華的手按在我身上。耶和華藉着他的靈帶我出去，把我放在平原中，平原遍滿骸骨。

37:2 他使我從骸骨的四圍經過，看哪，平原上面的骸骨甚多，看哪，極其枯乾。

37:3 他對我說：「人子啊，這些骸骨能活過來嗎？」我說：「主耶和華啊，你是知道的。」

37:4 他又對我說：「你要向這些骸骨說預言，對它們說：枯乾的骸骨啊，要聽耶和華的話。」

### 【默想】

即使環境看起來有如乾透的白骨，令人絕望且在無任何生命的氣息。然而即便這樣，上帝仍然會復甦過來。復活期中，你可曾真的有這樣的盼望，這不是在言及將來的事，是此刻的事，「時候將到，現在就是了」，上主的靈已將復活的生命力量賜下給你，給我，有給一切願意接受復活生命的人。要感受到這樣的生命力量，惟有在黑暗之中，絕望的困境裏。你曾否感受過復活的生命力量？你可曾經歷失望、甚至絕望呢？

## 詩 104:24-34, 35b 你使地面更換為新

### 【經文】

104:24 耶和華啊，你所造的何其多！都是你用智慧造成的；全地遍滿了你所造之物。

104:25 那裏有海，又大又廣，其中有無數的動物，大小活物都有。

104:26 那裏有船行走，有你所造的力威亞探([104.26]「力威亞探」是音譯，一種海獸。)悠游在其中。

104:27 這些都仰望你按時給牠們食物。

104:28 你給牠們，牠們就拾起來；你張手，牠們就飽得美食。

104:29 你轉臉，牠們就驚惶；你收回牠們的氣，牠們就死亡，歸於塵土。

104:30 你差遣你的靈，牠們就受造；你使地面更換為新。

104:31 願耶和華的榮耀存到永遠！願耶和華喜愛自己所造的！

104:32 他看地，地便震動；他摸山，山就冒煙。

104:33 我一生要向耶和華唱詩！我還活的時候，要向我的上帝歌頌！

104:34 願他悅納我的默念！我要因耶和華歡喜！

104:35 願罪人從世上消滅！願惡人歸於無有！

【默想】(請照徒 2:1-21 或 結 37:1-4 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

## 羅 8:22-27 聖靈為我們禱告 (或徒 2:1-21 被聖靈充滿，參前文)

### 【經文】

8:22 我們知道，一切受造之物一同呻吟，一同忍受陣痛，直到如今。

8:23 不但如此，就是我們這有聖靈作初熟果子的，也是自己內心呻吟，等候得着兒子的名分，就是我們的身體得救贖。

8:24 我們得救是在於盼望；可是看得見的盼望就不是盼望。誰還去盼望他所看得見的呢？

8:25 但我們若盼望那看不見的，我們就耐心等候。

8:26 同樣，我們的軟弱有聖靈幫助。我們本不知道當怎樣禱告，但是聖靈親自用無可言喻的嘆息替我們祈求。

8:27 那鑒察人心的知道聖靈所體貼的，因為聖靈照着上帝的旨意替聖徒祈求。

## 【默想】

生命的救贖，就是我們生命中與上主溝通的功能恢復了，猶如子女與父母親的溝通，過去是有阻礙的，如今是可以溝通無礙了，又好像電流因為短路而無法流通，如今可以暢然無阻了。約翰衛斯理的比喻是，好像可以呼吸空氣了，聖靈就如同空氣。你與上主的溝通是否暢通？有什麼阻礙使你無法坦然地面對祂？我們和萬物都在一個尚未完成，仍有缺憾的世界之中，在我們所盼望的「完成」來臨之前，我們惟有在信心中忍耐的等候。若遇到軟弱時，我們可以依靠聖靈（那已經應許要賜給我們的），仍帶著盼望勝過目前所受的苦楚？

## 約 15:26-27; 16:4b-15 耶穌差真理的聖靈來到

### 【經文】

15:26 「但我要從父那裏差保惠師來，就是從父出來的那真理的靈，他來的時候要為我作見證。

15:27 你們也要作見證，因為你們從起初就與我同在。」

16:4 我對你們說了這些事，是要在他們做這些事的時候，你們會想起我對你們說過的話。」「我起先沒有對你們說這些事，因為我一直與你們同在。

16:5 現在我要到差我來的父那裏去，你們中間卻沒有人問我『你去哪裏？』

16:6 只因我對你們說了這些事，你們就滿心憂愁。

16:7 然而，我把真情告訴你們，我去對你們是有益的。我若不去，保惠師就不會到你們這裏來；我若去，就差他到你們這裏來。

16:8 他來的時候，要為罪、為義，為審判，指證世人；

16:9 為罪，是因他們不信我；

16:10 為義，是因我到父那裏去，你們將不再見到我；

16:11 為審判，是因這世界的統治者已受了審判。

16:12 「我還有好些事要告訴你們，但你們現在擔當不了（[ 16.12] 「擔當不了」或譯「不能領會」。）。

16:13 但真理的靈來的時候，他要引導你們進入一切真理。因為他不是憑着自己說的，而是把他所聽見的都說出來，並且要把將要來的事向你們傳達。

16:14 他要榮耀我，因為他要把從我領受的向你們傳達。

16:15 凡父所有的都是我的，所以我說，他要把從我領受的向你們傳達。」

### 【默想】

主並不隱瞞跟隨祂的人會受到不認識上主的人的排斥，你心裏可有準備？真理的聖靈會使我們明白真理並記得上主所說的話。你是否常常倚靠聖靈，越來越認識真理，認識上主的計畫？若你對信仰的認識、體驗一直停留不前，那麼你要檢討你與聖靈的關係？你是藉著聖靈的活在基督裏？

## 回應聖靈降臨節

### 星期一 (5/24)

珥 2:18-29 上主之靈澆灌

### 【經文】

2:18 耶和華為自己的地發熱心，憐憫他的百姓。

2:19 耶和華應允他的百姓說：「看哪，我要賞賜你們五穀、新酒和新的油，使你們飽足，我必不再使你們受列國的羞辱。

2:20 我要使北方來的隊伍遠離你們，將他們趕到乾旱荒蕪之地：前隊趕入東海，後隊趕入西海；臭氣上升，惡臭騰空。耶和華果然行了大事！

2:21 「土地啊，不要懼怕，要歡喜快樂，因為耶和華行了大事。

2:22 田野的走獸啊，不要懼怕，因為曠野的草已生長，樹木結果，無花果樹、葡萄樹也都效力([ 2.22] 「效力」意思是「出產豐盛」)。

2:23 「錫安的民哪，你們要歡喜，要因耶和華 - 你們的上帝快樂；因他賞賜你們合宜的秋雨([ 2.23] 「因他賞賜...秋雨」或譯「因他按公義賜秋雨給你們」或「因他賞賜你們公義的教師」)，為你們降下甘霖，秋雨和春雨，和先前一樣。

2:24 「禾場充滿五穀，池中漫溢新酒和新的油。

2:25 我差遣到你們中間的大軍隊，就是蝗蟲、蝻子、螞蚱、剪蟲，那些年間所吃的，我要補還給你們。

2:26 「你們必吃得飽足，讚美耶和華 - 你們上帝的名，他為你們行了奇妙的事。我的百姓不致羞愧，直到永遠。

2:27 你們必知道我是在以色列中，又知道我是耶和華 - 你們的上帝，沒有別的。

我的百姓不致羞愧，直到永遠。」

2:28 「以後，我要將我的靈澆灌凡有血肉之軀的。你們的兒女要說預言，你們的  
老人要做異夢，你們的少年要見異象。

2:29 在那些日子，我要將我的靈澆灌我的僕人和婢女。

### 【默想】

請注意第一句經文( v.18 )，關鍵在這地是上主的地，祂憐憫自己的百姓。所有在  
災害中損失的，主要「補還」。因為災禍是一時的，為要我們在更好的品質下得  
到祝福。如果你感到自己是在承受逆境與打擊，不要忘記一句話「這一切是為要  
使我們的生命更神聖與被祝福」，因為再也沒有比成為上主的兒女，「知道」( 通  
曉 )上帝的心意( 預言 )，更美好的福份。所以「不要懼怕！」在患難中最怕的是  
因懼怕而失去想像，畢竟災難的收場不是上主的原意，祂期待的是美好的結局。  
在疫情嚴峻的情況下，你可有失去祝福的想像？

## 詩 104:24-34, 35b 大地更新

### 【經文】

104:24 耶和華啊，你所造的何其多！都是你用智慧造成的；全地遍滿了你所造之  
物。

104:25 那裏有海，又大又廣，其中有無數的動物，大小活物都有。

104:26 那裏有船行走，有你所造的力威亞探([104.26]「力威亞探」是音譯，一種  
海獸。)悠游在其中。

104:27 這些都仰望你按時給牠們食物。

104:28 你給牠們，牠們就拾起來；你張手，牠們就飽得美食。

104:29 你轉臉，牠們就驚惶；你收回牠們的氣，牠們就死亡，歸於塵土。

104:30 你差遣你的靈，牠們就受造；你使地面更換為新。

104:31 願耶和華的榮耀存到永遠！願耶和華喜愛自己所造的！

104:32 他看地，地便震動；他摸山，山就冒煙。

104:33 我一生要向耶和華唱詩！我還活的時候，要向我的上帝歌頌！

104:34 願他悅納我的默念！我要因耶和華歡喜！

104:35 願罪人從世上消滅！願惡人歸於無有！

【默想】( 請照 珥 2:18-29 的領悟，用本詩篇作為祈禱 )

## 林前 12:4-11 恩賜各有不同，聖靈卻是一位

### 【經文】

12:4 恩賜有許多種，卻是同一位聖靈所賜。

12:5 事奉有許多種，卻是事奉同一位主。

12:6 工作有許多種，卻是同一位上帝在萬人中運行萬事。

12:7 聖靈彰顯在各人身上，是要使人得益處。

12:8 有人藉着聖靈領受智慧的言語；有人也靠着同一位聖靈領受知識的言語；

12:9 又有人由同一位聖靈領受信心；還有人由同一位聖靈領受醫病的恩賜；

12:10 又有人能行異能，又有人能作先知，又有人能辨別諸靈，又有人能說方言  
([12.10]「方言」或譯「靈語」；本節下同，28、30節同。)；又有人能翻  
方言。

12:11 這一切都是由惟一的、同一位聖靈所運行，隨着自己的旨意分給各人的。

### 【默想】

請數數看這段經文用了幾個「一」，我們雖多，不同的背景，不同的經歷，不同的...，聖靈奇妙的工作就是使這些不同成為「一」，而且不是在消滅人的主體或個別性的情況下，仍能合一，成熟的信徒，成熟的教會，才會有這樣成熟的見證，多元而又能合一，獨特而又能充分合作。你覺得我們所在的教會，或所在的這土地的教會們，達到這種合一嗎？若不能問題在那裏？





星期日 (5/23)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



星期一 (5/24)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 星期二 (5/25)

### 創 11:1-9 變亂言語

#### 【經文】

11:1 那時，全地只有一種語言，都說一樣的話。

11:2 他們向東遷移的時候，在示拿地找到一片平原，就住在那裏。

11:3 他們彼此商量說：「來，讓我們來做磚，把磚燒透了。」他們就拿磚當石頭，又拿柏油當泥漿。

11:4 他們說：「來，讓我們建造一座城和一座塔，塔頂通天。我們要為自己立名，免得我們分散在全地面上。」

11:5 耶和華降臨，要看世人所建造的城和塔。

11:6 耶和華說：「看哪，他們成了同一個民族，都有一樣的語言。這只是他們開始做的事，現在他們想要做的任何事，就沒有甚麼可攔阻他們了。」

11:7 來，我們下去，在那裏變亂他們的語言，使他們彼此語言不通。」

11:8 於是耶和華使他們從那裏分散在全地面上；他們就停止建造那城了。

11:9 因為耶和華在那裏變亂了全地的語言，把人從那裏分散在全地面上，所以那城名叫巴別([11.9]「巴別」意思是「變亂」。)。

#### 【默想】

語言的分殊是人類溝通上的障礙，在人努力與天比高，想依靠自己所建造的安全感時，上主分散了他們的語言，使他們有了區隔，當他們停止建造那座帶來虛假安全感的塔時，上帝也就有空間在其中工作，讓不同的文明各自發展，讓救贖的計畫可以在其中展開，直到有一天人心的仇恨與敵意盡除後，一同享受上主裏的共融。這段過程是極為艱辛的，但是我們卻不能放棄，因為尋求人類共融的過程中，也磨練人的心志，這是必需的因為這是人類得到救贖的記號。不同的語言代表了不同的文明，不同的文明代表著某種不同的世界觀，在這樣差異的情況下若都能合一，這是多麼好的生命素質，這需要多麼大的恩典。請思想，你與相同語言，相同信仰的人們，可以彼此合一嗎？你可有倚靠或建造虛假的安全感嗎？

### 詩 104:24-34, 35b 你 大地更新

【默想】( 請照創 11:1-9 的領悟，用本詩篇作為祈禱 )

## 林前 12:12-27 一個身子許多肢體

### 【經文】

12:12 就如身體是一個，卻有許多肢體，身體的肢體雖多，仍是一個身體；基督也是這樣。

12:13 我們無論是猶太人是希臘人，是為奴的是自主的，都從一位聖靈受洗成了一個身體，並且共享這位聖靈。

12:14 身體原不只是一個肢體，而是許多肢體。

12:15 假如腳說：「我不是手，所以不屬於身體」，它不能因此就不屬於身體。

12:16 假如耳朵說：「我不是眼睛，所以不屬於身體」，它也不能因此就不屬於身體。

12:17 假如全身是眼睛，聽覺在哪裏呢？假如全身是耳朵，嗅覺在哪裏呢？

12:18 但現在上帝隨自己的意思把肢體一一安置在身體上了。

12:19 假如全都是一個肢體，身體在哪裏呢？

12:20 但現在肢體雖多，身體還是一個。

12:21 眼睛不能對手說：「我用不着你。」頭也不能對腳說：「我用不着你。」

12:22 不但如此，身上的肢體，人以為軟弱的，更是不可缺少的；

12:23 身上的肢體，我們認為不體面的，越發給它加上體面；我們不雅觀的，越發裝飾得雅觀。

12:24 我們雅觀的肢體自然用不着裝飾；但上帝配搭這身子，把加倍的體面給那有缺欠的肢體，

12:25 免得身體不協調，總要肢體彼此照顧。

12:26 假如一個肢體受苦，所有的肢體就一同受苦；假如一個肢體得光榮，所有的肢體就一同快樂。

12:27 你們是基督的身體，並且各自都是肢體。

### 【默想】

所以失去安全感是人與上主疏離的後果，你常感到需要宰制或操縱別人才會有安全感嗎？千萬不要對這種心態掉以輕心，要回到問題的本源。合一的原則就是尊重差異，信心群體中的個人之間，一定存在著不同的恩賜，性格；當然也會有不同的角度；這些成為不同的功能，就是為了要成就加在一起的果效。聖靈強烈工作的地方，就是在差異越大卻越能合一的地方。你尊重教會中肢體的差異嗎？你

會聆聽或同理不同的肢體、同工所帶來對相同的事情不同的角度嗎？並且願意為了合一盡最大的努力嗎？

### 星期三 (5/26)

#### 結 37:1-14 白骨復生

##### 【經文】

37:1 耶和華的手按在我身上。耶和華藉着他的靈帶我出去，把我放在平原中，平原遍滿骸骨。

37:2 他使我從骸骨的四圍經過，看哪，平原上面的骸骨甚多，看哪，極其枯乾。

37:3 他對我說：「人子啊，這些骸骨能活過來嗎？」我說：「主耶和華啊，你是知道的。」

37:4 他又對我說：「你要向這些骸骨說預言，對它們說：枯乾的骸骨啊，要聽耶和華的話。」

37:5 主耶和華對這些骸骨如此說：『看哪，我必使氣息([ 37.5] 「氣息」或譯「靈」；下同。)進入你們裏面，你們就要活過來。』

37:6 我要給你們加上筋，長出肉，又給你們包上皮，使氣息進入你們裏面，你們就要活過來；你們就知道我是耶和華。』

37:7 於是，我遵命說預言。正說預言的時候，有響聲，看哪，有地震；骨與骨彼此接連。

37:8 我觀看，看哪，骸骨上面有筋，長了肉，又包上皮，只是裏面還沒有氣息。

37:9 耶和華對我說：「人子啊，你要說預言，向風([ 37.9] 「風」或譯「靈」。)說預言。你要說，耶和華如此說：氣息啊，要從四方([ 37.9] 「方」：原文是「風」。)而來，吹在這些被殺的人身上，使他們活過來。」

37:10 於是我遵命說預言，氣息就進入骸骨，骸骨就活過來，並且用腳站起來，成為極大的軍隊。

37:11 他對我說：「人子啊，這些骸骨就是以色列全家。他們說：『看哪，我們的骨頭枯乾了，我們的指望失去了，我們滅絕淨盡了！』」

37:12 所以你要說預言，對他們說，主耶和華如此說：我的子民，看哪，我要打開你們的墳墓，把你們帶出墳墓，領你們進入以色列地。

37:13 我的子民哪，我打開你們的墳墓，把你們帶出墳墓時，你們就知道我是耶和華。

37:14 我必將我的靈放在你們裏面，你們就要活過來。我把你們安置在本地，你們就知道我 - 耶和華說了這話，就必成就。這是耶和華說的。」

### 【默想】

即使環境看起來如絕望的白骨，但是經過上主的氣息，他們仍然會復甦過來。復活期中，你可曾真的有這樣的盼望，這不是將來的事，是上主的靈已將復活的生命力量賜下給你，使一切絕望都有出路，一切不可能都會有可能，對人心死了，不再抱著希望，在上主的氣息（靈）吹過之處，都能再燃起希望、熱誠，你願意相信嗎？你願意期待上主之靈（聖靈）的工作嗎？

### 詩 104:24-34, 35b 大地更新

【默想】（請照結 37:1-14 的領悟，用本詩篇作為祈禱）

### 約 20:19-23 耶穌向門徒吹一口氣

#### 【經文】

20:19（太 28·16-20 可 16·14-18 路 24·36-49）那日（就是七日的第一日）晚上，門徒因怕猶太人，所在的地方門都關了。耶穌來，站在當中，對他們說：「願你們平安！」

20:20 說了這話，他把手和肋旁給他們看。門徒一看見主就喜樂了。

20:21 於是耶穌又對他們說：「願你們平安！父怎樣差遣了我，我也照樣差遣你們。」

20:22 說了這話，他向他們吹一口氣，說：「領受聖靈吧！」

20:23 你們赦免誰的罪，誰的罪就得赦免；你們不赦免誰的罪，誰的罪就不得赦免。」

#### 【默想】

這是一段含意豐富的經文，基督門徒的群體聚集，在一種強烈的恐懼與不知所措的氛圍下，復活的主耶穌基督作了以下的事：祝福（願他們平安），展現勝利的記號（致死的傷痕），差遣（生命存活的意義），吹了一口氣（又作風、聖靈），是創造時運行在淵面上的上主之靈，是使白骨復甦的風.....，於是這個群體成了不一樣的群體，成了有靈的活群體，成了基督的身體，成了在世而不屬世的一群...，你是否深深感到自己是這群體的一份子？帶著受差遣的任務在這世上？也帶著

屬靈的恩賜、祝福與權柄與這在罪中的世界周旋，並且最終要分享基督的勝利？



星期二 (5/25)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



星期三 (5/26)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

星期四 (5/27)

賽 1:1-4, 16-20 上帝的百姓的異象

【經文】

1:1 當烏西雅、約坦、亞哈斯、希西家作猶大王的時候，亞摩斯的兒子以賽亞見異象，論到猶大和耶路撒冷。

1:2 天哪，要聽！地啊，側耳而聽！因為耶和華說：「我養育兒女，將他們養大，他們竟悖逆我。」

1:3 牛認識主人，驢認識主人的槽；以色列卻不認識，我的民卻不明白。」

1:4 禍哉！犯罪的國民，擔着罪孽的百姓，行惡的族類，敗壞的兒女！他們離棄耶和華，藐視以色列的聖者，背向他，與他疏遠。

1:16 你們要洗滌、自潔，從我眼前除掉惡行；要停止作惡，

1:17 學習行善，尋求公平，幫助受欺壓的([1.17]「幫助受欺壓的」或譯「導正欺壓者」)，替孤兒伸冤，為寡婦辯護。」

1:18 耶和華說：「來吧，我們彼此辯論。你們的罪雖像硃紅，必變成雪白；雖紅如丹顏，必白如羊毛。」

1:19 你們若甘心聽從，必吃地上的美物；

1:20 若不聽從，反倒悖逆，必被刀劍吞滅；這是耶和華親口說的。」

【默想】

先知的文學中，常用一種上帝在法庭的控訴子民的方式，來表達上主對祂的百姓的不滿，他們被揀選經歷上帝的恩典，承擔上帝的妥拉（律法），原本期待萬國要因他們而得福，然而他們卻沾染了列國的習性，非但沒有活出律法精神下，公義的社會生活，反而在社會中，無法活出上帝的公義與憐憫，處處充滿冤屈者的受苦的聲音。所以上帝要與他們「疏遠」，成為他們的對頭（控方），與他們辯論，但仍留給他們在抉擇的機會...「你們若甘心聽從...」，你能體會上主的心情嗎？你願再決志「甘心聽從」上主對我們生活的要求嗎？願意透過「內尋靈性的深度，外展事奉服務」，活出上主的公義與憐憫？

## 詩 29 以聖潔敬拜上帝

### 【經文】

29:1 上帝的子民([29.1]「上帝的子民」或譯「強有力的」或「諸神」。)哪，你們要將榮耀、能力歸給耶和華，都歸給耶和華！

29:2 要將耶和華的名的榮耀歸給他，要敬拜神聖榮耀的耶和華([29.2]「要敬拜...耶和華」或譯「以聖潔的妝飾敬拜耶和華」。)。

29:3 耶和華的聲音在眾水上，榮耀的上帝打雷；耶和華打雷在大水之上。

29:4 耶和華的聲音大有能力，耶和華的聲音滿有威嚴。

29:5 耶和華的聲音震碎香柏樹，耶和華震碎黎巴嫩的香柏樹。

29:6 他使黎巴嫩跳躍如牛犢，使西連跳躍如野牛犢。

29:7 耶和華的聲音使火焰分岔。

29:8 耶和華的聲音震動曠野，耶和華震動加低斯的曠野。

29:9 耶和華的聲音驚動母鹿落胎，樹林也脫落淨光。凡在他殿中的，都述說他的榮耀。

29:10 耶和華坐在洪水之上為王；耶和華坐着為王，直到永遠。

29:11 耶和華必賜力量給他的百姓，耶和華必賜平安的福給他的百姓。

**【默想】**(請照賽 1:1-4, 16-20 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

## 羅 8:1-8 聖靈帶來生命與平安

### 【經文】

8:1 如今，那些在基督耶穌裏的人就不被定罪了。

8:2 因為賜生命的聖靈的律，在基督耶穌裏從罪和死的律中把你釋放出來。

8:3 律法既因肉體軟弱而無能為力，上帝就差遣自己的兒子成為罪身的樣子，為了對付罪([8.3]「為了對付罪」或譯「作了贖罪祭」。)，在肉體中定了罪，

8:4 為要使律法要求的義，實現在我們這不隨從肉體、只隨從聖靈去行的人身上。

8:5 因為，隨從肉體的人體貼肉體的事；隨從聖靈的人體貼聖靈的事。

8:6 體貼肉體就是死；體貼聖靈就是生命和平安([8.6]「平安」或譯「和平」。)。

8:7 因為體貼肉體就是與上帝為敵，對上帝的律法不順服，事實上也無法順服。



8:8 屬肉體的人無法使上帝喜悅。

**【默想】**

「賜生命聖靈的律」就是指上主所賜下的聖靈，祂會在我們內心如輔導(保惠師)的提供方向與力量給我們；「屬肉體的」意思是指一般的人性，一般的人性喜歡迴避上主，喜歡隨從自己、為自己。你可曾感受到在你心中這兩種不同的力量嗎？當他們彼此拉扯的時候，你要如何體貼聖靈呢？

**星期五 (5/28)**

**賽 2:1-5 上帝百姓的異象**

**【經文】**

2:1 (彌 4·1-3) 亞摩斯的兒子以賽亞所見，有關猶大和耶路撒冷的事。

2:2 末後的日子，耶和華殿的山必堅立，超乎諸山，高舉過於萬嶺；萬國都要流歸這山。

2:3 必有許多民族前往，說：「來吧，我們登耶和華的山，到雅各上帝的殿。他必將他的道教導我們，我們也要行他的路。」因為教誨必出於錫安，耶和華的言語必出於耶路撒冷。

2:4 他必在萬國中施行審判，為許多民族斷定是非。他們要將刀打成犁頭，把槍打成鐮刀；這國不舉刀攻擊那國，他們也不再學習戰事。

2:5 雅各家啊，來吧！讓我們在耶和華的光明中行走。

**【默想】**

不正確的信仰，會使得整個社群的公義消失；上主的道能使人行在光明中，能使人類的社群不再有戰事，戰爭中奪人命的工具，要轉變成為有助人生命飽足的工具，人類的社會也不必再學習仇恨，破壞。可見上主的道是和平之道，使人類社群最終達致終極的和解。你的行為是否以上主之道為準則？你現在的生活方式，對於終極的人與人、人與上帝、人與自然的和睦有何貢獻？

**詩 29 以聖潔敬拜上帝**

**【默想】**(請照賽 2:1-5 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

## 羅 8:9-11 聖靈住在你們心裏

### 【經文】

8:9 如果上帝的靈住在你們裏面，你們就不屬肉體，而是屬聖靈了。人若沒有基督的靈，就不是屬基督的。

8:10 基督若在你們裏面，身體就因罪而死，靈卻因義而活。

8:11 然而，使耶穌從死人中復活的上帝的靈若住在你們裏面，那使基督從死人中復活的，也必藉着住在你們裏面的聖靈使你們必死的身體又活過來。

### 【默想】

上帝的靈內住在我們裏面，是上帝的禮物、恩賜，是復活生命的記號，是我們與上帝和好的結果，又是能夠實踐上帝命令的力量，所謂屬靈的人意即如此。你有把握你是「屬基督的人」麼？你能感受到聖靈的輔導嗎？在你欲任性，縱容自己的血氣，按「肉體的律」行事時，有感受到聖靈的提醒麼？有時你會覺得被聖靈責備，特別是當你仍對你的弟兄姊妹懷有敵意的時候？若你都有這種感覺表示聖靈內在你的心裏，仍在工作中。若你內心完全沒有這些感受，很可能你已完全得勝，沒有爭戰。不過也有可能你已完全戰敗，已被俘虜，聖靈不再你心裏了。你是那一種？



星期四 (5/27)

---

---

---

---



星期五 (5/28)

---

---

---

---

## 星期六 (5/29)

### 賽 5:15-24 上帝百姓的異象

#### 【經文】

5:15 人為之屈膝，人就降為卑；高傲的眼目也降為卑。

5:16 惟有萬軍之耶和華因公平顯為崇高，神聖的上帝因公義顯為聖。

5:17 羔羊必來吃草，如同在自己的草場；在富有人的廢墟，流浪的牲畜也來吃  
([5.17]「在富有人...來吃」或譯「豐肥人的荒場被流浪的人吃盡」)。

5:18 禍哉！那些以虛假的繩子牽引罪孽，以套車的繩索緊拉罪惡的人。

5:19 他們說：「任以色列的聖者急速前行，快快成就他的作為，好讓我們看看；任他的籌算臨近成就，好使我們知道。」

5:20 禍哉！那些稱惡為善，稱善為惡，以暗為光，以光為暗，以苦為甜，以甜為苦的人。

5:21 禍哉！那些在自己眼中有智慧，在自己面前有通達的人。

5:22 禍哉！那些以飲酒稱雄，以調烈酒稱霸的人。

5:23 他們因受賄賂，就稱惡人為義，將義人的義奪去。

5:24 火苗怎樣吞滅碎秸，乾草怎樣落在火焰之中，照樣，他們的根必然腐朽，他們的花像灰塵揚起；因為他們厭棄萬軍之耶和華的教誨，藐視以色列聖者的言語。

#### 【默想】

別忘了以色列的上主，就是聽見他們在埃及受苦的聲音，而領他們出埃及的主。如今祂怎會聽不到那些弱勢者的聲音呢？所以時候要到，上主要將一切不公的反轉過來。尊卑易位，光暗倒置，苦甜翻轉；上主的正義決不允許使弱勢者永遠無法翻身的不公義的人類社群。不公的制度不是上主的旨意，祂將要糾正這一切。那些「禍哉！」所指涉的人中可有你麼？

### 詩 29 以聖潔敬拜上帝

【默想】(請照賽 5:15-24 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

## 約 15:18-20, 26-27 面對逼迫時的見證

### 【經文】

15:18 「世人若恨你們，你們要知道，他們在恨你們以前已經恨我了。」

15:19 你們若屬世界，世界會愛屬自己的；只因你們不屬世界，而是我從世界中揀選了你們，所以世界就恨你們。

15:20 你們要記得我對你們說過的話：『僕人不大於主人。』他們若迫害了我，也會迫害你們，他們若遵守了我的話，也會遵守你們的話。

15:26 「但我要從父那裏差保惠師來，就是從父出來的那真理的靈，他來的時候要為我作見證。

15:27 你們也要作見證，因為你們從起初就與我同在。」

### 【默想】

這是基督對門徒預先的提醒，也是對我們的提醒，世人因為抗拒上帝，所以仇「恨」基督，也因此恨惡（或不歡迎）基督的跟隨者（門徒）。所以我們的行事或價值不為世人所接受，也就不足為奇了。好在我們呈現在世人面前的見證，不是單單靠我們自己，而是真理的聖靈要與我們同在，要輔導我們，給我們出主意（保惠師的原意）。你對基督的提醒有所感受嗎？你是否也感受到與世界的價值格格不入？當你遵行基督的教導時，感到並不受到世界的肯定，這時，請記得你是被基督「在這世界中所揀選的」，這是一種莫大福份。你可想過祂為何揀選你？

## 星期日 (5/30) 聖三一主日/聖靈降臨節後第一主日

### 賽 6:1-8 以賽亞受呼召的異象

#### 【經文】

6:1 當烏西雅王崩的那年，我看見主坐在高高的寶座上。他的衣裳下襬遮滿聖殿。

6:2 上有撒拉弗侍立，各有六個翅膀：兩個翅膀遮臉，兩個翅膀遮腳，兩個翅膀飛翔，

6:3 彼此呼喊說：「聖哉！聖哉！聖哉！萬軍之耶和華；他的榮光遍滿全地！」

6:4 因呼喊者的聲音，門檻的根基震動，殿裏充滿了煙雲。

6:5 那時我說：「禍哉！我滅亡了！因為我是嘴唇不潔的人，住在嘴唇不潔的民中，又因我親眼看見大君王 - 萬軍之耶和華。」

6:6 有一撒拉弗向我飛來，手裏拿着燒紅的炭，是用火鉗從壇上取下來的，  
6:7 用炭沾我的口，說：「看哪，這炭沾了你的嘴唇，你的罪孽便除掉，你的罪惡就赦免了。」

6:8 我聽見主的聲音說：「我可以差遣誰呢？誰肯為我們去呢？」我說：「我在這裏，請差遣我！」

### 【默想】

撒拉弗與基路伯是不同等級的天使，撒拉弗原意是「燒」的意思。烏西雅王又名亞撒利雅，(參王下 15; 代下 26)，在位約 52 年，早期國勢強盛，後因驕傲強行獻香，踰越祭司的職權，而惹上主發怒。這位強勢的國王去世，一個時代行將結束，以賽亞與百姓一樣，需要清楚上主的指示，尋找未來的方向。這時他在聖殿見到了異象，天使撒拉弗在讚美至聖者，用最崇高的三重讚美：聖哉！聖哉！聖哉！（這也是我們聖餐禮文中三聖文的出處，表示對「至聖」者的讚嘆），面對如此榮耀以賽亞自然地感到自己的渺小與不潔，上主給了他異象，告訴他上主立意要懲罰不公義的社群，但是懲罰中亦預留恩典。我們雖有失敗，上主一定管教，但是也會預留恩典，給我們出路。如今你找到你自己或你的社群的出路嗎？

## 詩 29 以聖潔敬拜上帝

【默想】(請照賽 6:1-8 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

## 羅 8:12-17 靠聖靈而活

### 【經文】

8:12 弟兄們，這樣看來，我們不是欠肉體的債去順從肉體而活。

8:13 你們若順從肉體活着，必定會死；若靠着聖靈把身體的惡行處死，就必存活。

8:14 因為凡被上帝的靈引導的都是上帝的兒子。

8:15 你們所領受的不是奴僕的靈，仍舊害怕；所領受的是兒子名分的靈，因此我們呼叫：「阿爸，父！」

8:16 聖靈自己與我們的靈一同見證我們是上帝的兒女。

8:17 若是兒女，就是後嗣，是上帝的後嗣，和基督同作後嗣。如果我們和他一同受苦，是要我們和他一同得榮耀。

## 【默想】

如何分辨「僕人的心態」以及「兒子的心態」？我們是靠什麼得以成為上主的兒子？若你在信仰中「仍舊害怕」，那你仍就是僕人的心態。若你不擔心與上帝的關係，覺得再怎樣都不會改變祂對你的愛，那麼你就上帝兒女的心態。你是那一種？再者，你可以在軟弱時，靠著聖靈（那已經應許要賜給我們的）來勝過目前所受的苦楚，你可曾經歷這樣的「勝過」？

## 約 3:1-17 進入上帝的國

### 【經文】

3:1 有一個法利賽人，名叫尼哥德慕，是猶太人的官。

3:2 這人夜裏來見耶穌，對他說：「拉比，我們知道你是由上帝那裏來作老師的；因為你所行的神蹟，若沒有上帝同在，無人能行。」

3:3 耶穌回答他說：「我實實在在地告訴你，人若不重生（[ 3.3] 「重生」或譯「從上面而生」），就不能見上帝的國。」

3:4 尼哥德慕對他說：「人已經老了，如何能重生呢？豈能再進母腹生出來嗎？」

3:5 耶穌回答：「我實實在在地告訴你，人若不是從水和聖靈生的，就不能進上帝的國。」

3:6 從肉身生的就是肉身；從靈生的就是靈。

3:7 我說『你們必須重生』，你不要驚訝。

3:8 風（[ 3.8] 原文的「風」與「靈」同字。）隨着意思吹，你聽見風的聲音，卻不知道是從哪裏來，往哪裏去；凡從聖靈生的也是如此。」

3:9 尼哥德慕問他：「怎麼能有這些事呢？」

3:10 耶穌回答，對他說：「你是以色列人的老師，還不明白這些事嗎？」

3:11 我實實在在地告訴你，我們所說的是我們知道的，我們所見證的是我們見過的，你們卻不領受我們的見證。

3:12 我對你們說地上的事，你們尚且不信，若對你們說天上的事，如何能信呢？」

3:13 除了從天降下（[ 3.13] 有古卷加「仍舊在天」。）的人子，沒有人升過天。

3:14 摩西在曠野怎樣舉蛇，人子也必須照樣被舉起來，

3:15 要使一切信他的人都得永生。

3:16 「上帝愛世人，甚至將他獨一的兒子([ 3.16] 「他獨一的兒子」或譯「他的獨生子」；18 節同。)賜給他們，叫一切信他的人不致滅亡，反得永生。

3:17 因為上帝差他的兒子到世上來，不是要定世人的罪([ 3.17] 「定世人的罪」或譯「審判世人」；18、19 節同。)，而是要使世人因他得救。

**【默想】**

耶穌再三重申「重生」的重要，因為要藉著「水和聖靈」生的才行，受水禮這是有形的動作，尼哥德慕可以理解，但是從聖靈生的他就無法掌握，耶穌用風 *pneuma* 來形容，這 *pneuma* 就是指靈(聖靈)，我們的生命要如風拂過，然後與之前的生命不一樣了，所以這個經歷就是重生，如同創世時，上帝的靈運行過的水面，一切就發生了變化。這種生命是與風(聖靈)有分生命，一定是與原來的不同。所以約翰衛斯理更以此強調，不可能領受了這樣的恩典，生命卻毫無改變的。你的生命何時有明顯的改變？如何改變？你可有為這樣的改變感謝？



星期六 (5/29)

---

---

---

---

---

---

---

---



星期日 (5/30)

---

---

---

---

---

---

---

---

主日講道筆記：



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](mailto:disciple@methodist.org.tw) 或以 Line 傳送給衛理門徒培育中心，蕭湘逸姊妹