

罪恶蒙遮盖的人有福了

2月22日 · 大斋期第二周 · 礼拜一

诗篇 32

- ¹过犯得赦免，
罪恶蒙遮盖的人有福了！
- ²耶和华不算为有罪，
内心没有诡诈的人有福了！
- ³我闭口不认罪的时候，
因终日呻吟而骨头枯干。
- ⁴黑夜白日，你的手压在我身上沉重；
我的精力耗尽⁽¹⁾，如同夏天的干旱。（细拉）
- ⁵我向你陈明我的罪，
不隐瞒我的恶。
我说：“我要向耶和华承认我的过犯”；
你就赦免我的罪恶。（细拉）
- ⁶为此，凡虔诚人都当趁你可寻找⁽²⁾的时候向你祷告；
大水泛滥的时候，必不临到他。
- ⁷你是我藏身之处，
你必保佑我脱离苦难，
以得救的欢呼⁽³⁾四面环绕我。（细拉）
- ⁸我要教导你，指示你当行的路，
我要定睛在你身上劝戒你。
- ⁹你不可像那无知的骡马，
须用嚼环缰绳勒住，
不然，它就不会靠近你。

⁽¹⁾ 32:4 “我的精力耗尽”：有古卷是“田中的残梗枯干”。

⁽²⁾ 32:6 “趁你可寻找”：原文另译“在患难”。

⁽³⁾ 32:7 “得救的欢呼”：原文另译“得救”。

¹⁰恶人必多受苦楚；

惟独倚靠耶和华的，必有慈爱四面环绕他。

¹¹义人哪，你们应当靠耶和华欢喜快乐，

心里正直的人哪，你们都当欢呼。

反思

这首诗提醒我们，我们都犯了罪，没有一人是例外的。在我们的人生旅途中，我们或许觉得自己的失败和不足，又甚至会持有相反的看法。我们可能会像法利赛人那样去论断人，又从别人那里得到一些有关其他人的不好观点或言论。但事实是在我们的一生中，我们不止一次，而是多次的犯罪，并亏缺了上帝的荣耀。

然而，在我们陷入不义之时，我们唯有寄望于基督。祂不只将我们完全的赎回，还指示我们一条通向天父之家的道路。基督时刻在我们的心门外等候着，等候我们承认自己的软弱，就像那位在远处等待那使他绝望的浪子的父亲一样，直奔到我们面前，给我们披上袍子和送上一个欢迎的拥吻。所有的这一切，只需要一句简单的“对不起”来重新开始。在静默与良知的深处，我们心中诚心悔过。

上帝的邀请正等候着我们。我们必须谨慎和信靠基督那坚定不移的爱。上帝的赦免能恢复我们与祂的关系，让喜乐代替我们的罪行。

最近我被诊断出患有癌症。然而我继续在生命中看到上帝的手和祂的看顾。我知道自己实在是幸福的。此时此刻，祂也提醒我，万事都互相效力，叫爱上帝的得益处，就是按祂旨意被召的人。我确信即使在我生命中极具挑战和危险的时期，上帝美好的旨意仍会成就。上帝永

远是信实的，即使有时我们认为祂将自己隐藏了。我相信，当上帝想要祝福我们时，祂向我们启示祂自己。但当祂想要我们成长时，有时祂会隐藏自己，好让我们学习更加倚靠祂。

我也晓得，跟随基督是要付上代价的；付出了代价之后，最终的结果未必是我们所预料的。这是一场属天的争战。

这首诗为我们提供了相信上帝那坚定不移之爱的确据。上帝是赐生命的主宰，因此，不管我的状况如何，我都会欣然喜乐。

祷告

感谢永生慈爱的上帝，因祢定意与我们同在，即使祢是沉默无语，祢仍然赐给我们盼望，惟愿我们这些居于祢恩翼之下的人，因着祢的爱子，我们得以重建。

实践

让我们安静的来到基督面前，祈求祂的宝血洁净你，也同时除去我们的疑虑、分心、失望、迟迟不蒙垂听的祷告和心中的烦恼。

Mr Michael Perreau
联合圣经公会总干事

(译文)

“来吧，我们彼此辩论”

2月23日 · 大斋期第二周 · 礼拜二

以赛亚书 1:16-20

¹⁶你们要洗涤、自洁，
从我眼前除掉恶行；

要停止作恶，

¹⁷学习行善，
寻求公平，
帮助受欺压的⁽¹⁾，

替孤儿伸冤，
为寡妇辩护。”

¹⁸耶和華說：

“来吧，我们彼此辩论。

你们的罪虽像朱红，必变成雪白；
虽红如丹颜，必白如羊毛。

¹⁹你们若甘心听从，
必吃地上的美物；

²⁰若不听从，反倒悖逆，
必被刀剑吞灭；
这是耶和華亲口说的。”

反思

当人犯错或犯罪之后，有的会去找一些藉口来加以掩饰或否认，也有些人会把自己的过错归咎与别人。渐渐的，人会觉得这些方法行得通，于是，对罪的敏感度也日益薄弱，久而久之也都觉得无所谓了。要承认自己有罪不是一件容易的事。我们需要勇气去面对，认罪悔改，以及期盼重新得到接纳。

以色列人是上帝拣选的民族，虽然上帝对他们是疼

⁽¹⁾ 1:17 “帮助受欺压的”或译“导正欺压者”。

爱有加，可是，他们却屡次悖逆，在上帝的眼中成了犯罪的国民，行恶的族类，败坏的儿女，不但离弃上帝，还藐视祂、背向祂。

然而我们的上帝竟是那么的有恩典、有慈爱，即使以色列民屡劝不听，上帝仍然对他们不离不弃，索性给他们一个辩论的机会。在这场辩论中，上帝除了要他们去洗涤、自洁，离开恶行之外，更可贵的是上帝赦罪的恩典：无论百姓的罪深如朱红，只要他们肯离罪，他们的罪可以被洁净得白如羊毛。上帝还应许那些甘心听从的子民必吃地上的美物。与此同时，上帝也发出个警告：要是他们仍然还是硬着颈项不听，最后必被刀剑所吞灭。

主耶稣降世，目的就是要担负我们的重罪。祂在十字架上流出宝血，担当了我们的忧患，背负了我们的痛苦，使我们的罪得以洁净。而且，耶稣来是要赐给我们永远和丰盛的生命！主给世人的爱是何等的伟大、何等的长宽高深！我们的主，是以祂的生命来成就这美好救恩的！愿我们凭着信心继续信靠这位复活的主！

祷告

天父上帝，谢谢祢把祢的爱子耶稣赐给我们，担当了我们的罪，让我们因着耶稣的救赎，重新被接纳为祢的儿女。阿们。

实践

知罪、认罪、离罪，在基督里成为新造的人。

林福田牧师
圣公会新加坡教区

最大的饥荒

2月24日 · 大斋期第二周 · 礼拜三

约翰福音 6:34-40

³⁴于是他们对他说：“主啊，请常常把这粮赐给我们！”
³⁵耶稣对他们说：“我就是生命的粮。到我这里来的，绝不饥饿；信我的，永不干渴。³⁶可是，我告诉过你们，你们已经看见我⁽¹⁾，还是不信。³⁷凡父所赐给我的人，必到我这里来；到我这里来的，我总不丢弃他。³⁸因为我从天上降下来，不是要按自己的意愿行，而是要遵行差我来那位的旨意。³⁹差我来那位的旨意就是：他所赐给我的，要我一个也不失落，并且在末日使他复活。⁴⁰因为我父的旨意是要使每一个见了子而信的人得永生，并且在末日我要使他复活。”

反思

生活在繁华大都会的这一代人，一般上三餐丰富，正餐之外还有不少零食或小食满足食欲。对许多人而言，不要说没有尝过饥荒的苦难，连肚子饿的感觉都难得体会。然而，在肉身饱足的情况下，我们往往忽视了生命最大的饥荒，就是心灵的饥饿。

与此相反的，耶稣面对的群众，在物质相对缺乏的社会处境中，有的人难得三餐温饱，有的人苦于三餐不继。这些人跟随耶稣，深信他能够解决他们的基本需求。耶稣当然可以满足人对食物的需求，正如之前他以五饼二鱼喂饱五千人，而且还有剩余的（约6:1-13）。但是，耶稣更关注的是人最大的需要——心灵的饥荒。

问题是，人不知道自己的心灵的需要——对心灵饥饿的无知，正是人性最大的盲点。何以见得？第一，即便

⁽¹⁾ 6:36 有古卷没有“我”。

看见耶稣行了五饼二鱼的神迹，群众仍企望耶稣行另一神迹让他们可以相信他就是神差来的；第二，他们跟随耶稣的目的是为了身体得到饱足，而不是为了事奉上帝；第三，他们以为耶稣像摩西那样，是供应食物的领袖。

耶稣知道唯有指出人的盲点，才可能帮助人看见心灵的需要，于是他明说：我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿。信我的，永远不渴。（约6:35）这句话说明了：第一，耶稣就是生命的粮，是我们要认定的；第二，我们只有依靠耶稣，才可能解决心灵的饥饿；最后，我们只有信靠耶稣，心灵才可能永远饱足。

祷告

主耶稣，感谢祢今日让我认识到自己追求的饱足不是心灵真正的满足。饶恕我尝试以其他的事物来满足自己的心灵。如今，我认定祢是我生命的粮，除了祢以外，我不能寻得永远的满足。

实践

你如何天天喂养心灵？你给所爱的家人最大的满足是什么？你如何让家人也可以分享到耶稣给你的满足？

谢木水牧师（博士）
新加坡神学院华文神学系教务主任

让我们举目观看上帝的伟大

2月25日 · 大斋期第二周 · 礼拜四

约翰福音 3:1-15

¹有一个法利赛人，名叫尼哥德慕，是犹太人的官。²这人夜里来见耶稣，对他说：“拉比，我们知道你是由神那里来作老师的；因为你所行的神迹，若没有神同在，无人能行。”³耶稣回答他说：“我实实在在地告诉你，人若不重生⁽¹⁾，就不能见神的国。”⁴尼哥德慕对他说：“人已经老了，如何能重生呢？岂能再进母腹生出来吗？”⁵耶稣回答：“我实实在在地告诉你，人若不是从水和圣灵生的，就不能进神的国。⁶从肉身生的就是肉身；从灵生的就是灵。⁷我说‘你们必须重生’，你不要惊讶。⁸风⁽²⁾随着意思吹，你听见风的声音，却不知道是从哪里来，往哪里去；凡从圣灵生的也是如此。”⁹尼哥德慕问他：“怎么能有这些事呢？”¹⁰耶稣回答，对他说：“你是以色列人的老师，还不明白这些事吗？¹¹我实实在在地告诉你，我们所说的是我们知道的，我们所见证的是我们见过的，你们却不领受我们的见证。¹²我对你们说地上的事，你们尚且不信，若对你们说天上的事，如何能信呢？¹³除了从天降下⁽³⁾的人子，没有人升过天。¹⁴摩西在旷野怎样举蛇，人子也必须照样被举起来，¹⁵要使一切信他的人都得永生。

反思

现代生活中困扰人类和教会的一个问题就是对反思或（反省）之价值的缺失。当今世界的步伐俨如一条奔腾的大河，随意冲刷凡其所过之处。结果就是造就了一群“随波逐流”的人们。这不仅影响人们的生活方式，也影响人们的思维方式。也许我们可视尼哥德慕为此类人。

⁽¹⁾ 3:3 “重生”或译“从上面而生”。

⁽²⁾ 3:8 原文的“风”与“灵”同字。

⁽³⁾ 3:13 有古卷加“仍旧在天”。

当主耶稣告诉他，人必须“重生”才能见到上帝的国时，他的回应眼光狭隘。狭隘到一个地步，他只能想到重生是一个人要重新回到母腹中再生一次。我们不要对尼哥德慕太过严苛，也要审视一下自己。我们是否也常将上帝限制在我们狭隘的思想当中呢？老实说，多数的教会与尼哥德慕并无多大差别。

那如何改变呢？为什么不看看早期的大卫，从一些简单的事情入手？像他一样走出门，凝望夜空，着迷于上帝奥妙的创造当中。带上你的圣经，去到一个公园或僻静的地方，期望上帝向你说话。你越多反思上帝创造的美丽，你就越能明白大卫的回应，他说：“我观看你手指所造的天，并你所陈设的月亮星宿。人算什么，你竟顾念他！世人算什么，你竟眷顾他！”（诗8:3-4）在这宝贵的大斋期，可以留出一些与上帝独处的时间。勇敢从忙碌的生活中走出来，“迷失”于上帝的伟大中；从有限的自我中走出，允许圣灵将你带到一个个新的高度。花些时间，让上帝向你讲述那早已在十字架上成就的你已“重生”的事实。

祷告

亲爱的上帝，当我们思想祢的伟大和荣耀的时候，我们只能发出惊叹，并谦卑自己，因为祢竟顾念我们此等卑微的人。求祢让我们晓得认真反思所能带给我们的祝福，让我们的信心增长，胸怀开阔。求祢赦免我们，因我们常将祢限制在我们狭隘的思想当中，并“指点”祢应如何回应我们的祷告。我们祈求祢，在这个更新的时期，让我们能思想祢赐给人类的牺牲的爱；安静下来，对祢所作的一切献上感谢。主啊，帮助我们明白以赛亚书55:8-9：

“我的意念非同你们的意念，我的道路非同你们的道路，这是耶和华说的。天怎样高过地，照样，我的道路高过你们的道路，我的意念高过你们的意念。”

实践

每天刻意的留一些时间，静默反思。上帝所赐给人的其中一个最美的礼物，就是让人能思考和反思。不要让快节奏的生活捆绑住你这最宝贵的财富。

杨德云牧师
房角石教会主任牧师

(译文)

归给耶和华

2月26日 · 大斋期第二周 · 礼拜五

诗篇 29

¹神的子民⁽¹⁾哪，你们要将荣耀、能力归给耶和华，
都归给耶和华！

²要将耶和华的名的荣耀归给他，
要敬拜神圣荣耀的耶和华⁽²⁾。

³耶和华的声音在众水上，
荣耀的神打雷；
耶和华打雷在大水之上。

⁴耶和华的声音大有能力，
耶和华的声音满有威严。

⁵耶和华的声音震碎香柏树，
耶和华震碎黎巴嫩的香柏树。

⁶他使黎巴嫩跳跃如牛犊，
使西连跳跃如野牛犊。

⁷耶和华的声音使火焰分岔。

⁸耶和华的声音震动旷野，
耶和华震动加低斯的旷野。

⁹耶和华的声音惊动母鹿落胎，
树林也脱落净光。
凡在他殿中的，都述说他的荣耀。

¹⁰耶和华坐在洪水之上为王；
耶和华坐着为王，直到永远。

¹¹耶和华必赐力量给他的百姓，
耶和华必赐平安的福给他的百姓。

(1) 29:1 “神的子民”或译“强有力的”或“诸神”。

(2) 29:2 “要敬拜...耶和华”或译“以圣洁的妆饰敬拜耶和华”。

反思

诗人三次呼吁神的子民要将荣耀、能力归给耶和华（vv1-2），因为那是应当的，荣耀、能力本来就是他的，也因为他是神圣的，所以如果没有归给，就是亏欠他，如果归给人或其他受造物，就是夺取了神的荣耀。

神赐给我们很多恩典，使我们在世上能达到一些成就。每当我们有成就时，不可有意无意的把荣耀归给自己，或互相归给（我归给你，你归给我，两相得荣），以免亏欠神或夺取神的荣耀。

我在小学六年级有一晚出席学校主办的表演晚会，可是节目结束得很晚，散场后已经搭不到巴士了（60年代），那时下着倾盆大雨，我身上又没有多余的钱，又没有雨伞，时间又这么晚了，只好在暴风雨中跑两公里路回家。那时第一次体验到黑暗、危险、害怕、孤单、寒冷、落魄、无助、和焦虑，边跑边哭，这过程一点也不好受。

这篇教导我们（vv3-11）在日常生活中所遇到的各样事，即使是非常危险、使人害怕和焦虑，我们都要把眼目转向神，深刻去体会在暴风雨中执掌王权的神，这样，我们看暴风雨就成了伟大壮观的景象，甚至是颂扬赞美神的完美处境和机会！雨声变成交响乐，雷轰变成神悦耳的响声，这响声震动万物生灵，甚至震出火焰，穿越大雨，成为美丽的景色，天地万物都在神面前震惊畏惧。最后一幕，是“耶和华坐在洪水之上...，坐着为王！”（v10）哈利路亚！这暴风雨变成一点也不可怕，而是安详、安全、和完美，因为耶和华在其中掌权！神应许“必赐力量给他的百姓，...必赐平安的福给他的百姓。”（v11）我们只要确立，我是神的百姓。

祷告

主啊，感谢祢永远立定，坐着为王，我将我的重担和忧虑带到祢面前，深信祢能帮助我，使一切重担卸下。我要称颂、赞美、荣耀祢，直到永远。

实践

我要在每天的生活中，在各样事务里，把眼目转向神，深刻经历他的大作为。

林杰华牧师
圣公会圣三一堂牧正

祂苏醒我的灵

2月27日 · 大斋期第二周 · 礼拜六

诗篇 23

- ¹耶和华是我的牧者，
我必不致缺乏。
- ²他使我躺卧在青草地上，
领我在可安歇的水边。
- ³他使我的灵魂苏醒⁽¹⁾，
为自己的名引导我走义路。
- ⁴我虽然行过死荫的幽谷，
也不怕遭害，
因为你与我同在；
你的杖、你的竿，都安慰我。
- ⁵在我敌人面前，你为我摆设筵席；
你用油膏了我的头，使我的福杯满溢。
- ⁶我一生一世必有恩惠慈爱随着我；
我且要住在⁽²⁾耶和华的殿中，直到永远。

反思

在人生的道路上，诗23篇宣告上帝如牧人，我们的需要“不至缺乏”。诗人一项一项的叙述——肉体基本食物的“青草”，“溪水”，到心灵的安宁“可安息”之地；甚至在全然无助的黄泉路“死荫的幽谷”有耶和华上帝的同在，“安慰”；在无力胜过的敌人面前，有耶和华上帝保护。是的，我的生命如杯完完全全，满溢着福。因此，我时时刻刻敬拜主，直到永远。

⁽¹⁾ 23:3 “他使我的灵魂苏醒”或译“他使我的心灵苏醒”或“他使我回转”。

⁽²⁾ 23:6 “住在”：原文是“回到”。

在享受这富足的牧养，国泰民安的环境，我当存感谢，称颂上帝的慈爱与作为！

还有呢？当我想着诗23:3，“祂苏醒我的灵，引导我走义路”。我想起路18:22耶稣听见了，就说：“你还缺少一件：要变卖你一切所有的，分给穷人，就必有财宝在天上；你还要来跟从我。”

这是一个行动的回答。我们得到从上帝生的永生（约1:13），有如孩子生出了，接受父母、家人、全村人的呵护、喂养、教导——以至成人。长大了是孩子学习、是“走”上义路的时候了。换句话说，我那“死”的灵，在主里已“苏醒”，活了，让我们走在新生的义路，跟随耶稣的脚步，效法先贤，效法基督，求上帝的义。

祷告

感谢耶稣十字架的救赎，上帝全然的眷顾，牧养。赐我新永生的生命，没有让我做孤儿。求主引导我紧紧跟随主耶稣的脚踪行，成为主喜悦的儿女。愿交托在我手上的资源成为多人的祝福。阿们。

实践

耶稣的生活习惯给我们留下深刻的印象。试列出5项。以此为榜样，每项照做一个月。愿耶稣的习惯也成了我的习惯。

邱仁发牧师
卫理公会华人年议会退休牧师
乐龄学院院长

请来到水边

2月28日 · 大斋期第三主日

以赛亚书 55:1-9

- ¹来！你们所有干渴的，都当来到水边；
没有银钱的也可以来。
你们都来，买了吃；
不用银钱，不付代价，
就可买酒和奶。
- ²你们为何花钱买那不是食物的东西，
用劳碌得来的买那无法使人饱足的呢？
你们要留意听从我的话，就能吃那美物，
得享肥甘，心中喜乐。
- ³当侧耳而听，来到我这里；
要听，就必存活。
我要与你们立永约，
就是应许给大卫那可靠的慈爱。
- ⁴看哪，我已立他作万民的见证，
立他作万民的君王和发令者。
- ⁵看哪，你要召集素不认识的国民，
素不认识的国民要奔向你；
这都因耶和華——你的神，
因以色列的圣者已经荣耀了你。
- ⁶当趁耶和華可寻找的时候寻找他，
在他接近的时候求告他。
- ⁷恶人当离弃自己的道路，
不义的人应除掉自己的意念。
归向耶和華，耶和華就必怜悯他；
当归向我们的神，因为他必广行赦免。
- ⁸我的意念非同你们的意念，
我的道路非同你们的道路。
这是耶和華说的。
- ⁹天怎样高过地，

照样，我的道路高过你们的道路，
我的意念高过你们的意念。

反思

凡干渴和缺少银钱的，在这首诗中都是受到邀请的人。我们是否意识到，在我们最基本的需要，就是在与上帝的亲近上，我们是何等的缺乏？我们是否意识到金钱并非万能？金钱可以购买物品，却不能让人满足，而我们对上帝那些好的教导已感到疲累了。祂知道我们所需，因祂造我们乃是按照祂的形象而造的。我们要朝着上帝所指定的方向成长，而非按照自己所想。

这首诗篇是在以色列人被掳的时候所作，然而上帝对祂所造的从不失去希望。当我们身处境遇极度糟糕，深感无望时，上帝向我们伸出援助之手。在当今我们这饥渴和金钱至上的文化中，我们仅需的就是要对上帝的作为敏感。我们的灵魂应该活在上帝的爱中，而非金钱或世界的任何事物能使我们满足。

上帝是如此对待大卫的：虽然大卫犯罪，上帝还是让他成为一个见证，一位领袖和指挥官。因此，上帝会同样超过我们所思所想地使用我们，因为祂已赐给我们荣耀。让我们在上帝能被寻见时寻求祂，在祂就近我们的时候呼求祂。让我们向祂悔改，转向祂，祂就会赦免我们，并像对待大卫那样给我们造一颗新心（参看诗51，大卫在于拔示巴犯奸淫后所作）。上帝的意念，不像我们那绝望和败坏的意念。当我们注目天上时，就会晓得上帝的意念是在祂面前的生命。当我们不注目在天上时，就不能认识到上帝的道路远高过我们的道路，祂的意念高过我们的意念。然而，我们的意念常常是属地

的：我们向下看，而不仰望祂。我们需要注目内在，而非外在。其实，上帝比我们想像的更接近我们，甚至比我们的心跳更为接近。让我们赞美上帝，因为祂不论何时，都如此接近我们，爱我们！

祷告

感谢上帝，让我们得着完全的满足。让我们在这个干渴和崇尚金钱的世界中，能够享受祢的同在和从祢而来的喜乐。打开我们的眼睛，让我们能看到祢是何等的伟大，却如此的就近我们。让我们用祢的眼光来看我们自己，用祢的爱跨越我们之间所有的障碍，这些障碍是因着我们的骄傲或他人的骄傲与自私而产生的。用祢饶恕的爱吸引我们，因为祢的爱超越我们所有对祢有意或无意的过犯。祢实在是满有怜悯的上帝，在我们一生的旅程中，祢都愿意以祢的同在和怜悯来满足我们。在这大斋期间，当我们纪念主耶稣是如何顺服祢的旨意，祢是如何的保守祢的爱子走上十字架的征程时，我们感谢祢。求祢按着曾经在大卫和主耶稣身上所行的那样来待我们。感谢上帝！

实践

将我们所有的思想和行动交托给上帝，让祂挪去我们自满的错误想法。不要以他人或自己的眼光看自己，而要以上帝的眼光看待自己。让我们认识到自己是完全缺乏的、又饥又渴的。祈求上帝赐给你活水和粮食，就是主耶稣祂自己。愿我们靠着上帝每天静静的赐予而活。

李赐安博士
新加坡圣经公会会长

(译文)