

第 23 週 靈修資料 (2021 年 7 月 20 日-7 月 26 日) by Pastor Paddy Wong

第一天 Exodus 出 14:21-29 得釋放

經文記載以色列人出埃及，離開這為奴之地並脫離埃及人的欺壓。試想像自己是當時的以色列人，最終能從多年的捆鎖中被釋放，我的心情會是如何？在我現時的生命中，我被甚麼控制著？例如：一個使我不能自拔的行為習慣、一個使我感覺被困並正在慢慢地摧毀我的處境、或一種消耗我身心靈的關係？誰能把我從這些壓制中釋放出來？當然神能夠，而且非常願意這樣做。我盼望神如何幫助我，好讓我能夠被釋放並得著真正的自由？

第二天 Matt. 太 13:1-9 我的心靈土壤

撒種的比喻是我們大家都耳熟能詳的比喻之一。當一個農夫想從收成中獲得最大產量的時候，他只會使用最肥沃的土壤。上帝的種子是給所有人的，但卻視乎我們給予了什麼光景的土壤來滋養它。倘若我是一個花園，上帝的種子在這院子中種植，我的土壤質素如何？這土壤中有什麼障礙物需要清除，好使神的道可以長得更茂盛？上帝的話在我的心中又能扎根多深？我的園子正在結什麼果子？又或者我渴慕結出什麼果子？再讀經文一次，將我的掙扎及渴求向神傾訴。

第三天 Ps. 詩 62:1-4 我的心默默等候神

在靜默中等候神也是敬虔禱告的一種方式。禱告不單只是舌頭和言語上，而是全人進入上帝的臨在。在我今天的處境中，我如何察覺到上帝的同在？屬靈偉人聖依納爵(St Ignatius)建議當我們準備祈禱時，我們需要停頓下來，意識到上帝慈愛的眼光正凝望着我們。這一刻就靜下來經歷上帝愛的凝望及臨在。看到這幅圖畫——「主是我的磐石，我的拯救……我的高臺……」（第 2 節），我內心有什麼牽動？我感受到在神裏面經歷真正的安全感嗎？大衛經歷仇敵對他「口雖祝福，心卻咒咀」的攻擊，他在危難裏信靠上帝，經歷祂的保護。我在什麼情況下也經歷這種謊言的陷害？我如何在我的處境裏信靠神，倚靠我的磐石，拯救和高臺？讓我默默的等候天父，聆聽祂的聲音！

第四天 John 約 15:1-8 常在主裏面

「枝子若不常在葡萄樹上，自己就不能結果子」（4 節）；耶穌接著告訴我們：「你們若不常在我裏面，也是這樣。」回想在我生命的哪個時刻，我感到與神疏離、與人疏離、甚至與自己疏離？當時的情況是怎樣？這疏離感使我有甚麼其他的感受？或許今天我仍感到傷痛，但主耶穌熱切地盼望我能夠與祂、與人、與自己和好，並再次建立親密的關係。再讀經文一遍，注視耶穌對祂自己的形容——「我是真葡萄樹」（1 節），以及祂對我們的邀請和應許——「你們要常在我裏面，我也常在你們裏面」（4 節），並感受祂對我的愛和期盼。在 7-8 節，耶穌告訴我們神如何能得著榮耀。我如何在日常生活中榮耀神？我如何評價自己的門徒生活？將我的回應坦誠地與主分享。

第五天 Eph. 弗 4:1-6 上帝給我的呼召

曾幾何時，我曾經思考過上帝給我人生的召命，去做一些特別的事情？當我想到上帝給我的呼召時，保羅用的形容詞：謙虛、溫柔、忍耐、用愛心互相寬容，有哪些字句令我感到特別扎心？為什麼？還是別的形容詞？再讀經文一遍，細心咀嚼有什麼字句打動我？抓緊這個字句，並重複思想！現在就向這位眾人之父，超越並貫通萬有，並住在眾人之內的天父上帝敞開我的心扉，聆聽上主在我生命裡給我的呼召……