

大齋節靈修之旅

.....透過智慧書卷來跟隨耶穌的旅程



箴言原本由一位長者寫給一位年輕人，好讓他從神而來的智慧和指引得以傳承。在這六次的講道系列，我們會探討關於智慧和愚拙的課題，邀請你去活得有智慧，並且因著敬畏神而有著美好人生。現今這世代也急切地需要看到並經歷智慧。所以這個講道系列不單是給教會成員的，更加是給我們身邊的鄰舍的。來！讓我們一同學習活出無悔無誤的人生

敬拜禱告聚會

聖灰日崇拜

6 Mar, 7-9pm, 蘇豪佈道中心

敬拜禱告殿

逢星期二, 3月12日 - 4月9日,

蘇豪佈道中心,

晚上七至九時之間隨意抵達和
離開

Lovingly Present; Lovingly

Disruptive | Re:Work

30 Mar, 10am-4pm, London

Institute of Contemporary

Christianity

受難節祈禱和反思空間

4月19日, 蘇豪佈道中心,

10am - 6pm 之間隨意抵達和
.....

個人靈修日誌

在你個人靜默的時候

這份靈修日誌將帶你進入一段敬拜和禱告的旅程，幫助你能進入神的同在；建立和耶穌的關係；並得到聖靈的更新

開始的開始.....

敬拜對我究竟意味著什麼？我的敬拜是以神為中心的敬拜嗎？是討神喜悅的敬拜嗎？我是否在敬拜中遇見經歷了神？神是否真實地聆聽並回應了我的禱告？

當我們開始思索這些疑問時，先讓我們看一看耶穌是如何解釋永生的...

「你要盡心，盡性，盡力愛耶和華你的神。」

事實上，祂呼召我們要「以全人的方式來敬拜我，你就能經歷心靈，意念，和能力的極大改變...」

這就是全人敬拜...

我們在生命的旅程中遇見神的作為。不管我們聚集在教會、家庭、職場、社群，還是僅僅在我們私人靜默的空間，我們都尋求神的同在，我們都需要建立和耶穌的關係，我們都要預備自己被聖靈掌管。事實上，我們每一天與神同行的關係都在鑄造著整個教會敬拜的文化。

因此，在敬拜和禱告的旅程中，我們邀請你與我們同行！這份靈修日誌會幫助你定睛聚焦父神，你亦可在你個人的靜默的空間使用，或和其他弟兄姐妹一起來蘇豪堂進入在大齋節期間每週星期二舉行的敬拜禱告殿。

敬拜禱告殿不是一項活動 — 因此你可在晚上七至九時之間隨意、隨時抵達和離開。當你來到我們中間，你可以按照自己的節奏去禱告、靜默、反思，你能和其他弟兄姐妹們分享並彼此代禱。

我們唯一的目的是為了要遇見神.....

旅程指引

當我們花時間在敬拜和禱告中單獨會主時，祂會迎我們進入與祂日益進深的個人關係中。在這樣的關係中，我們不僅能在日常生活中感受祂的同在、向祂傾訴，我們也能學習操練去聆聽祂的聲音。事實上，我們的滿足和喜樂來自於和神的親密關係，也來自於聽到祂親自對我們的內心說話，並且得知神啟示的奧秘。

這份日誌將帶領你去探索和經歷神存在於我們全人的不同空間中 - 在你心中，在你的靈中，在你的意念中，也在你的能力裡

試著用這份模版來記錄你的旅程

靈的姿態

交出你所有的權柄
進入神的同在去崇拜歌頌祂
等待—傾聽—靜默

心的狀態

敞開心扉讓神鑑察
認罪—赦免—醫治

在意念中思考

思考你的人生現狀

並緊緊抓住神的話語和真理
閱讀—反思—發問

侍奉的能力

致力侍奉神
與聖靈同工
回應—服侍—祈求

敬拜 -
進入神的同在

思想經文 -
思考神的話語

禱告 -
與神對話

第一周概要.....

配得尊崇 的主

我應怎樣活出生命？

誰是我生命的中心？

如何活出無悔無誤的生命？

哪裡找到真智慧？

真正的智慧如何影響我目前的生活境況？

3月6日:週三

思想經文: 箴言1

1以色列王大衛兒子所羅門的箴言。 2要使人曉得智慧和訓誨，分辨通達的言語， 3使人處事領受智慧、仁義、公平、正直的訓誨， 4使愚人靈明，使少年人有知識和謀略， 5使智慧人聽見增長學問，使聰明人得著智謀， 6使人明白箴言和譬喻，懂得智慧人的言辭和謎語。 7敬畏耶和華是知識的開端，愚妄人藐視智慧和訓誨。

8我兒，要聽你父親的訓誨，不可離棄你母親的法則， 9因為這要做你頭上的華冠，你項上的金鍊。 10我兒，惡人若引誘你，你不可隨從。 11他們若說：「你與我們同去，我們要埋伏流人之血，要蹲伏害無罪之人。 12我們好像陰間，把他們活活吞下；他們如同下坑的人，被我們囫圇吞了。 13我們必得各樣寶物，將所擄來的裝滿房屋。 14你與我們大家同分，我們共用一個囊袋」， 15我兒，不要與他們同行一道，禁止你腳走他們的路。 16因為他們的腳奔跑行惡，他們急速流人的血。 17好像飛鳥，網羅設在眼前仍不躲避， 18這些人埋伏是為自流己血，蹲伏是為自害己命。 19凡貪戀財利的，所行之路都是如此，這貪戀之心乃奪去得財者之命。

20智慧在街市上呼喊，在寬闊處發聲， 21在熱鬧街頭喊叫，在城門口、在城中發出言語， 22說：「你們愚昧人喜愛愚昧，褻慢人喜歡褻慢，愚頑人恨惡知識，要到幾時呢？ 23你們當因我的責備回轉，我要將我的靈澆灌你們，將我的話指示你們。 24我呼喚，你們不肯聽從，我伸手，無人理會， 25反輕棄我一切的勸誡，不肯受我的責備。 26你們遭災難，我就發笑；驚恐臨到你們，我必嗤笑。 27驚恐臨到你們好像狂風，災難來到如同暴風，急難痛苦臨到你們身上。 28那時，你們必呼求我，我卻不答應；懇切地尋找我，卻尋不見。 29因為你們恨惡知識，不喜愛敬畏耶和華， 30不聽我的勸誡，藐視我一切的責備， 31所以必吃自結的果子，充滿自設的計謀。 32「愚昧人背道，必殺己身；愚頑人安逸，必害己命。 33唯有聽從我的，必安然居住，得享安靜，不怕災禍。」

禱告

我的神我的主啊，我們活在一個如此需要智慧卻常常將她忽略的世代。此刻我們謙卑地來到你面前，認識與讚美祢就是超有一切的智慧。我們為自己常常忽略智慧並忘記祢而懺悔，我們的驕傲和自以為是正不知不覺把我們引向滅亡。唯有當我們順服聖靈的責備，回轉向祢美善奇妙的道，敬拜道成肉身的耶穌基督，聆聽祢恩惠的聖言，才能夠在這混沌不安的世界中安然居住。願我們在這大齋期中，不斷地藉著認識祢而活出一個真正有智慧的生命。禱告奉主耶穌基督的名求，阿門。

日誌記錄

靈的姿態



進入你的同在
我願意降服、交出 _____

等待和聆聽，神在對我說什麼？

心的狀態



我的心的現狀是什麼？

你現在專注什麼樣的事情？你相信神愛你嗎？

在意念中思考



神透過聖經說什麼？

在祂的話語中得到的勇氣和鼓勵

侍奉的能力



喚起行動

為..... 禱告

3月7日:週四

思想經文: 箴言 2

1我兒，你若領受我的言語，存記我的命令， 2側耳聽智慧，專心求聰明， 3呼求明哲，揚聲求聰明， 4尋找她如尋找銀子，搜求她如搜求隱藏的珍寶， 5你就明白敬畏耶和華，得以認識神。 6因為耶和華賜人智慧，知識和聰明都由他口而出。 7他給正直人存留真智慧，給行為純正的人做盾牌， 8為要保守公平人的路，護庇虔敬人的道。

9你也必明白仁義、公平、正直，一切的善道。 10智慧必入你心，你的靈要以知識為美。 11謀略必護衛你，聰明必保守你， 12要救你脫離惡道a，脫離說乖謬話的人。 13那等人捨棄正直的路，行走黑暗的道， 14歡喜作惡，喜愛惡人的乖僻。 15在他們的道中彎曲，在他們的路上偏僻。 16智慧要救你脫離淫婦，就是那油嘴滑舌的外女。 17他離棄幼年的配偶，忘了神的盟約。 18他的家陷入死地，他的路偏向陰間。 19凡到他那裡去的不得轉回，也得不著生命的路。 20智慧必使你行善人的道，守義人的路。 21正直人必在世上居住，完全人必在地上存留。 22唯有惡人必然剪除，奸詐的必然拔出。

禱告

主啊，憐憫我們，因為我們何等的愚拙，常常仰賴和依靠人的詭計，以為它們將我們引向富裕和成功。願祢的聖靈引導我們揚聲求聰明，尋找她，如尋找銀子，搜尋她，如搜尋寶藏；幫助我們真切地敬畏耶和華，因為唯有上帝的智慧才能救我們脫離惡人的道，脫免得我們離棄正直的路，行走黑暗的道，忘了自己神聖的盟約。願我們在這大齋期中，不斷地藉著認識祢而活出一個真正有智慧的生命。禱告奉主耶穌基督的名求，阿門。

日誌記錄

靈的姿態



進入你的同在
我願意降服、交出 _____

等待和聆聽，神在對我說什麼？

心的狀態



我的心的現狀是什麼？

你現在專注什麼樣的事情？你相信神愛你嗎？

在意念中思考



神透過聖經說什麼？

在祂的話語中得到的勇氣和鼓勵

侍奉的能力



喚起行動

為..... 禱告

3月8日:週五

思想經文: 箴言 3

我兒，不要忘記我的法則a，你心要謹守我的誠命，2因為他必將長久的日子、生命的年數與平安加給你。3不可使慈愛、誠實離開你，要繫在你頸項上，刻在你心版上。4這樣，你必在神和世人眼前蒙恩寵，有聰明。5你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明，6在你一切所行的事上都要認定他，他必指引你的路。7不要自以為有智慧，要敬畏耶和華，遠離惡事。8這便醫治你的肚臍，滋潤你的百骨。9你要以財物和一切初熟的土產尊榮耶和華，10這樣，你的倉房必充滿有餘，你的酒榨有新酒盈溢。

11我兒，你不可輕看耶和華的管教b，也不可厭煩他的責備。12因為耶和華所愛的，他必責備，正如父親責備所喜愛的兒子。13得智慧，得聰明的，這人便為有福！14因為得智慧勝過得銀子，其利益強如精金；15比珍珠c寶貴，你一切所喜愛的都不足與比較。16她右手有長壽，左手有富貴。17她的道是安樂，她的路全是平安。18她與持守她的做生命樹，持定她的俱各有福。19耶和華以智慧立地，以聰明定天，20以知識使深淵裂開，使天空滴下甘露。

21我兒，要謹守真智慧和謀略，不可使他離開你的眼目。22這樣，他必做你的生命，頸項的美飾。23你就坦然行路，不致碰腳。24你躺下，必不懼怕；你躺臥，睡得香甜。25忽然來的驚恐，不要害怕；惡人遭毀滅，也不要恐懼。26因為耶和華是你所倚靠的，他必保守你的腳不陷入網羅。27你手若有行善的力量，不可推辭，就當向那應得的人施行。28你那裡若有現成的，不可對鄰舍說：「去吧，明天再來，我必給你。」29你的鄰舍既在你附近安居，你不可設計害他。30人未曾加害於你，不可無故與他相爭。31不可嫉妒強暴的人，也不可選擇他所行的路。32因為乖僻人為耶和華所憎惡，正直人為他所親密。33耶和華咒詛惡人的家庭，賜福於義人的居所。34他譏誚那好譏誚的人，賜恩給謙卑的人。35智慧人必承受尊榮，愚昧人高升也成為羞辱。

禱告

耶和華我們的神，祢的法則是美善的，在祢的誠命裡有生命。

慈愛、誠實與公義從祢而來，但我們作為祢的子民，卻常常以仇恨替代慈愛，以偽善替代誠實，以詭詐替代公義，以自己的聰明為自己的名建構王國。

主啊，幫助我們在祢無盡的愛裡，不斷發現對公義的渴望和得以行善的力量。

願我們在這大齋期中，不斷地藉著認識祢而活一個真正有智慧的生命。

禱告奉主耶穌基督的名求，阿門。

日誌記錄

靈的姿態



進入你的同在
我願意降服、交出 _____

等待和聆聽，神在對我說什麼？

心的狀態



我的心的現狀是什麼？

你現在專注什麼樣的事情？你相信神愛你嗎？

在意念中思考



神透過聖經說什麼？

在祂的話語中得到的勇氣和鼓勵

侍奉的能力



喚起行動

為..... 禱告

3月9日:週六

思想經文: 箴言 4

1 眾子啊，要聽父親的教訓，留心得知聰明。 2 因我所給你們的是好教訓，不可離棄我的法則a。 3 我在父親面前為孝子，在母親眼中為獨一的嬌兒。 4 父親教訓我說：「你心要存記我的言語，遵守我的命令，便得存活。 5 要得智慧，要得聰明，不可忘記，也不可偏離我口中的言語。 6 不可離棄智慧，智慧就護衛你；要愛她，她就保守你。 7 智慧為首，所以要得智慧，在你一切所得之內必得聰明b。 8 高舉智慧，她就使你高升；懷抱智慧，她就使你尊榮。 9 她必將華冠加在你頭上，把榮冕交給你。」

10 我兒，你要聽受我的言語，就必延年益壽。 11 我已指教你走智慧的道，引導你行正直的路。 12 你行走，腳步必不致狹窄；你奔跑，也不致跌倒。 13 要持定訓誨，不可放鬆；必當謹守，因為它是你的生命。 14 不可行惡人的路，不要走壞人的道。 15 要躲避，不可經過，要轉身而去。 16 這等人若不行惡，不得睡覺；不使人跌倒，睡臥不安。 17 因為他們以奸惡吃餅，以強暴喝酒。 18 但義人的路好像黎明的光，越照越明，直到日午。 19 惡人的道好像幽暗，自己不知因什麼跌倒。

20 我兒，要留心聽我的言辭，側耳聽我的話語， 21 都不可離你的眼目，要存記在你心中。 22 因為得著它的就得了生命，又得了醫全體的良藥。 23 你要保守你心，勝過保守一切c，因為一生的果效是由心發出。 24 你要除掉邪僻的口，棄絕乖謬的嘴。 25 你的眼目要向前正看，你的眼睛d當向前直觀。 26 要修平你腳下的路，堅定你一切的道， 27 不可偏向左右，要使你的腳離開邪惡。

禱告

我們的神啊，祢何等奇妙可畏，因為祢就是智慧，光明與生命。祢不斷呼召我們親近祢、尋求祢、緊緊跟隨祢，以至於我們不會墮入黑暗、喪失生命、被詭詐與邪惡吞噬。以智慧托住萬有的主，當強暴、奸惡、自私、貪婪和黑暗圍繞我們，幫助我們愛慕祢的智慧，因為從這樣的智慧而來是純潔、公義、憐憫與捨己。願我們在這大齋期中，不斷地藉著認識祢而活出一個真正有智慧的生命。禱告奉主耶穌基督的名求，
阿門。

日誌記錄

靈的姿態



進入你的同在
我願意降服、交出 _____

等待和聆聽，神在對我說什麼？

心的狀態



我的心的現狀是什麼？

你現在專注什麼樣的事情？你相信神愛你嗎？

在意念中思考



神透過聖經說什麼？

在祂的話語中得到的勇氣和鼓勵

侍奉的能力



喚起行動

為..... 禱告