

聖迦谷羅省基督教會

2020年四旬期 (LENT) 40天禁食祈禱指引

2020.2.26 (蒙灰日) – 2020.4.12 (復活節主日)

【四旬期之聖所】 The Sanctuary for Lent 2020

by Sam McGlothlin, 2019 by Abingdon Press

承蒙出版社特准本教會將此書翻譯成中文供會眾使用，謹此致謝！

第六週：起來

<p>第33天 3月29日 (星期日) 四旬期的第 5個主日 「上帝賜予 我們的新生 命」</p>	<p><u>經文</u>：「於是，我遵命說預言。正說預言的時候，不料，有響聲，有地震；骨與骨互相聯絡。我觀看，見骸骨上有筋，也長了肉，又有皮遮蔽其上，只是還沒有氣息。」(結37:7-8)</p> <p><u>反思</u>： 以西結看見異像，主的靈將他帶到一個遍滿枯骨的平原。主問他：「這些骸骨能復活嗎？」以西結說，「主啊，祢是知道的！」主告訴他向這些骸骨發預言。他遵命說預言，突然骨與骨互相聯絡，也長了肉，只是還沒有氣息。以西結再遵命發預言，氣息就進入骸骨，骸骨便活了，並且站起來，成為極大的軍隊。(以西結書37：1-10)。</p> <p>此圖像是上帝賦予我們的枯骨，無論是個人和群體，新生命的有力比喻。我被主告訴以西結向枯骨發預言，骸骨便活了，並且站起來這事深深吸引。當我們感覺自己的生命像枯骨一樣沒有生命的時候，我們必須求神將新鮮氣息吹進我們。</p> <p><u>實踐信仰</u>： 您生命中有什麼地方感到枯乾？求神的靈將新鮮的氣息吹進您的生命。</p>
<p>第34天 3月30日 (星期一)： 「永生的應 許和救主的 眼淚」</p>	<p><u>經文</u>：「馬大對耶穌說：「主啊，你若早在這裏，我兄弟必不死。就是現在，我也知道，你無論向上帝求甚麼，上帝也必賜給你。」耶穌說：「你兄弟必然復活。」馬大說：「我知道在末日復活的時候，他必復活。」耶穌對她說：「復活在我，生命也在我。信我的人雖然死了，也必復活；凡活著信我的人必永遠不死。你信這話嗎？」(約11:21-26)</p> <p><u>反思</u>： 拉撒路病死時，馬大和馬利亞呼求耶穌。如果您完整地閱讀約翰福音11章，您會聽到耶穌用復活的應許安慰著兩個姐妹。您還見到兩姐妹和拉撒路的眾朋友之悲哀如何使耶穌心裏悲歎，又甚憂愁。祂要求被帶到墓前。當耶穌到達時，祂哭了。</p> <p>永生的應許和救主的眼淚必須一起來看。如果神子耶穌看到，聽到並感受到我們的痛苦，那麼我們並不孤單。馬大對耶穌的最初聲明聽起來像是上帝拋棄了她。但事實是，耶穌來了並體會了她的悲傷。當我們在</p>

	<p>痛苦中感到孤單時，耶穌來到我們身邊，在悲傷中與我們同在，並提醒我們：“你兄弟必然復活。”</p> <p>實踐信仰： 給最近失去親人的人寫慰問咭。讓他們知道，他們沒有被遺忘。</p>
<p>第35天 3月31日 (星期二)： 「上帝呼喚 我們醒來， 保持警覺， 大聲宣告」</p>	<p>經文：「你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們正當人前，把天國的門關了，自己不進去，正要進去的人，你們也不容他們進去。」(太23:13)</p> <p>反思： 高中時，有一天當下課的鐘聲敲響，我走下樓梯，注意到約書亞 (Josh)，這是一個大個子，人們常常戲弄他。有一個小男孩在推撞及嘲笑他。約書亞 (Josh) 繼續走著，臉上帶著悲傷的表情。我感到憤怒在體內上升，在不知不覺中，我已經抓著小男孩的背包，向後拉，然後大喊：“別騷擾他！”</p> <p>我當然不寬容以身體接觸來處理某人，但我一生都在想著這一刻。我們被教導要控制自己的情緒，要換另一個角度看，不要被牽涉在內，不要讓人激動我們發怒。但這不是天國的模式。</p> <p>耶穌時代的宗教份子常把天國的門關了，不容要進去的人進去，使耶穌發怒。這使我想起今天我們向誰把天國的門關了。上帝呼喚我們醒來，保持警惕，勇敢發聲。如果我們發現自己處在冷漠和漠不關心的狀況，是時候讓上帝使我們被激動了。</p> <p>實踐信仰： 什麼不公義的事使你發怒？捐贈給教會或非牟利機構去幫助經歷痛苦的人得以減輕痛苦。</p>
<p>第36天 4月1日 (星期三)： 「當我早上 起來，給我 耶穌」</p>	<p>經文：「求你使我清晨得聽你慈愛之言，因我倚靠你；求你使我知道當行的路，因我的心仰望你。」(詩143:8)</p> <p>反思： 我從我的朋友朱莉 (Julie) 那裡學到了很多關於屬靈操練的知識，我曾與她在Mountain T.O.P.一起工作差不多五年了。朱莉 (Julie) 分享關於信仰的書，與我有深入的神學對話，並以身作則來帶領。每清晨，朱莉 (Julie) 起床後會坐在同一把椅子上。當喝第一口熱咖啡時，她讀書，寫靈修日記或祈禱。這習慣成為她生活的一部分。</p> <p>當媽媽去世後，朱莉 (Julie) 早上不想起床。她不想讀書或寫靈修日記。但是她還是起床了。無論如何，她每天早晨都坐在椅子上。她還是赴約了。幾個月後，朱莉對我說：“除了上帝，沒有什麼能讓我滿足。”</p> <p>當我們生命中經歷重要的人或事不在，在每日做例行公事時可能感到很痛苦，又或感到做這些例行公事可以拯救我們。即使我們不喜歡，我們也可以選擇赴約。我們可以選擇將自己擺在上帝面前，祈求寬恕，安</p>

	<p>慰和最微小的滿足。當其他一切都使我們失望時，我們可以祈禱：“當我早晨起來，給我耶穌。”</p> <p>實踐信仰： 聽或唱“我要耶穌”（教會聖詩#318）這首詩歌。</p>
<p>第37天 4月2日 (星期四)： 「我們靈裏 與基督一同 復活」</p>	<p>經文：「然而，上帝既有豐富的憐憫，因他愛我們的大愛，當我們死在過犯中的時候，便叫我們與基督一同活過來。你們得救是本乎恩。他又叫我們與基督耶穌一同復活，一同坐在天上，要將他極豐富的恩典，就是他在基督耶穌裏向我們所施的恩慈，顯明給後來的世代看。」（弗2:4-7）</p> <p>反思： 聖經談論罪的致命性。罪會使我們感到沮喪，身體不適和筋疲力盡。罪惡的罪疚感會壓垮我們的骨頭。罪會使我們質疑我們作為上帝兒女的最深切身份。這就是為什麼認罪是至關重要的原因 – 不是讓自己對自己感到更不滿，或在說出自己的罪惡時感到羞恥，而是要尋求解脫，奉耶穌基督的名來尋求自由，重獲我們在上帝眼中身份。</p> <p>新約書信的作者們不斷談論上帝的大憐憫，以及給予我們與耶穌重建關係的機會。靠著恩典，我們得救了，不是因為我們是誰抑或不是。由於這種恩典，我們在靈裏與基督一同復活。因為主的靈在哪裡，那裡就有自由。</p> <p>實踐信仰： 在紀念主被釘十字架前的最後一周，哪些東西仍然重壓在您的心頭上？有甚麼事您需要放下？您需要接納什麼？</p>
<p>第38天 4月3日 (星期五)： 「憂傷痛悔 的心，上帝 必不輕看」</p>	<p>經文：「撒母耳對耶西說：「你的兒子都在這裏嗎？」他回答說：「還有個小的，現在放羊。」撒母耳對耶西說：「你打發人去叫他來；他若不來，我們必不坐席。」耶西就打發人去叫了他來。他面色光紅，雙目清秀，容貌俊美。耶和華說：「這就是他，你起來膏他。」撒母耳就用角裏的膏油，在他諸兄中膏了他。從這日起，耶和華的靈就大大感動大衛。撒母耳起身回拉瑪去了。」（撒16:11-13）</p> <p>反思： 撒母耳被上帝差派去膏立下一任國王。當他到達時，撒母耳和耶西都認為上帝正在尋找最堅強，最英俊的兒子。但是在耶西介紹了七個兒子之後，撒母耳說：“這都不是耶和華所揀選的”（撒母耳記16:10）。上帝提醒撒母耳：人是看外貌，上帝是看內心（第7節）。</p> <p>當我們痴迷外貌時，我們必須記住上帝真正看重什麼。上帝是看重一顆憂傷痛悔的心，是一顆願意去寬恕，憐憫和行動的心。當我們接近四旬期旅程的結束時，我希望您能感覺到上帝在伸展，修剪和擴展您的心，以便能更深地愛上帝，鄰舍和自己。在這個季節，你被呼召和被膏立，在主的靈裏起來，致力擴展神國。</p>

	<p>實踐信仰： 在額頭上做一個十字架的標誌，然後說：“我被耶穌的靈膏了”。請與一位朋友分享同樣的祝福。</p>
<p>第39天 4月4日 (星期六)： 「我會再次 站起來」</p>	<p>經文：「他們行路上耶路撒冷去。耶穌在前頭走，門徒就希奇，跟從的人也害怕。耶穌又叫過十二個門徒來，把自己將要遭遇的事告訴他們說：「看哪，我們上耶路撒冷去，人子將要被交給祭司長和文士，他們要定他死罪，交給外邦人。他們要戲弄他，吐唾沫在他臉上，鞭打他，殺害他。過了三天，他要復活。」（可10:32-34）</p> <p>反思： 我們稱我祖父為波普“Pop”。小時候，波普(Pop)帶著我和我的兄弟姐妹去河邊露營。他為晚年能駕駛校巴而感到非常自豪。他一直支持我在Mountain T.O.P的暑期事奉，他仔細閱讀了我寄給他的所有信件。當我搬到樹林裡住時，他來找我。由於他曾經是J.B. Hunt的卡車司機，因此他知道田納西州的每條道路。他教我勇敢地面對未來。</p> <p>當他被診斷出患有癌症時，他知道這將奪走他的生命。他仍然為家人活得充滿歡樂和熱愛。我清楚記得坐在他躺椅旁邊的沙發上，他望著我的眼睛說：“薩曼莎(Samantha)，我不怕死。”他這宣告，在他死後極大地安慰了我。</p> <p>這裡，耶穌在幫助他的朋友們，為祂的死作準備。當我們準備進入聖週時，我們將面對人群對耶穌的嘲笑，吐唾沫，鞭打和最終將祂釘死在十架上。但是我們可以安息在祂的話中：“我必復活。”</p> <p>實踐信仰： 您如何幫助他人為您的死亡做準備？</p>