

2009年度 靈修計劃

「在至聖的真道上造就自己」(猶1:20)



2月2日 ○ 靈修---耶利米書 第2章 第13節 □速讀---耶 第2章

13 “因為我的百姓做了兩件惡事，就是離棄我這活水的泉源，為自己鑿出池子，是破裂不能存水的池子。

思考問題：誰會捨活水而鑿空池？然而，屬神的人常有此愚行……

2月3日 ○ 靈修---耶利米書 第3章 第11-13節 □速讀---耶 第3章

11 耶和華對我說：“背道的以色列比奸詐的猶大還顯為義。

12 你去向北方宣告說，耶和華說：‘背道的以色列啊，回來吧！我必不怒目看你們，因為我是慈愛的，我必不永遠存怒。’這是耶和華說的。

13 ‘只要承認你的罪孽，就是你違背耶和華你的 神，在各青翠樹下，向別神東奔西跑，沒有聽從我的話。’”這是耶和華說的。

思考問題：當我看到別人陷於罪中時，有否想想自己的光景是否如出一轍？

2月4日 ○ 靈修---耶利米書 第4章 第3節 □速讀---耶 第4章

3 耶和華對猶大和耶路撒冷人如此說：“要開墾你們的荒地，不要撒種在荊棘中！

思考問題：我的心靈是荊棘叢生的荒田，還是容讓神的道種成長的好土？

2月5日 ○ 靈修---耶利米書 第5章 第22節 □速讀---耶 第5章

22 耶和華說：“我的百姓愚頑，不認識我，他們是愚昧無知的兒女，有智慧行惡，沒有知識行善。”

思考問題：我的聰明才幹，學識智慧，是放在對甚麼的追求之上？

2月6日 ○ 靈修---耶利米書 第6章 第3節 □速讀---耶 第6章

3 耶和華啊，你的眼目，不是看顧誠實嗎？你擊打他們，他們卻不傷慟；你毀滅他們，他們仍不受懲治。他們使臉剛硬過於磐石，不肯回頭。

思考問題：在爾虞我詐的商業社會中，作一個表裡一致的人太難了，我是否也受到影響？

敬畏耶和華是智慧的開端，認識至聖者便是聰明！

2009年度 靈修計劃

「在至聖的真道上造就自己」(猶1:20)



2月9日 ○ 靈修---耶利米書 第7章 第14節

□速讀---耶 第7章

14 他們輕輕忽忽地醫治我百姓的損傷說：‘平安了！平安了！’其實沒有平安！

思考問題：百姓對靈性上的墮落不再重視，多少像是今天物質社會中的屬靈景象……

2月10日 ○ 靈修---耶利米書 第8章 第21-23節

□速讀---耶 第8章

21 萬軍之耶和華以色列的神如此說：你們將燔祭加在平安祭上，吃肉吧！

22 因為我將你們列祖從埃及地領出來的那日，燔祭平安祭的事我並沒有提說，也沒有吩咐他們。

23 我只吩咐他們這一件說：你們當聽從我的話，我就作你們的神，你們也作我的子民；你們行我所吩咐的一切道，就可以得福！

思考問題：宗教上的禮儀，需要內心的真誠相配。我的教會生活，有多少只是徒具外表？

2月11日 ○ 靈修---耶利米書 第9章 第22節

□速讀---耶 第9章

22 在基列豈沒有乳香呢？在那裡豈沒有醫生呢？我百姓為何不得痊愈呢？”

思考問題：我那些因罪而來的創傷，神仍願意醫治，為何我不去尋求祂？

2月12日 ○ 靈修---耶利米書 第10章 第23-24節

□速讀---耶 第10章

23 耶和華如此說：“智慧人不要因他的智慧誇口，勇士不要因他的勇力誇口，財主不要因他的財物誇口。

24 誇口的卻因他有聰明，認識我是耶和華，又知道我喜悅在世上施行慈愛、公平和公義，以此誇口。”這是耶和華說的。

思考問題：你最希望別人讚賞你甚麼呢？

2月13日 ○ 靈修---耶利米書 第11章 第23-24節

□速讀---耶 第11章

23 耶和華啊，我曉得人的道路不由自己；行路的人也不能定自己的腳步。

24 耶和華啊，求你從寬懲治我，不要在你的怒中懲治我，恐怕使我歸於無有。

思考問題：惟有當我體會人生於世，不由自己，我才會知道依靠神的重要……

敬畏耶和華是智慧的開端，認識至聖者便是聰明！

箴言 9章 10節

靈修——敬拜禱告，細嚼靈糧，行真理！

速讀——快速鳥瞰，上文下理，覽全貌！

2009年度 靈修計劃

「在至聖的真道上造就自己」(猶1:20)



2月16日 ○ 靈修---耶利米書 第12章 第14節 □速讀---耶 第12章

14 所以你不要為這百姓祈禱，不要為他們呼求禱告。因為他們遭難向我哀求的時候，我必不應允。

思考問題：禱告難道也有受阻攔的時刻？有的，就在……

2月17日 ○ 靈修---耶利米書 第13章 第5-6節 □速讀---耶 第13章

5 耶和華說：“你若與步行的人同跑，尚且覺累，怎能與馬賽跑呢？你在平安之地，雖然安穩，在約旦河邊的叢林要怎樣行呢？

6 因為連你弟兄和你父家都用奸詐待你。他們也在你後邊大聲喊叫。雖向你說好話，你也不要信他們。

思考問題：先知選擇的是一條孤寂的路，沒有掌聲，沒有歡呼，堅持下去可能是太累了……但仍堅持……

2月18日 ○ 靈修---耶利米書 第14章 第15-16節 □速讀---耶 第14章

15 你們當聽，當側耳而聽，不要驕傲！因為耶和華已經說了。

16 耶和華你們的神未使黑暗來到，你們的腳未在昏暗山上絆跌之先，當將榮耀歸給他，免得你們盼望光明，他使光明變為死蔭，成為幽暗。

思考問題：驕傲的心究竟會將一個人變成怎樣？這些變化了的素質會否也在我的身上出現？

2月19日 ○ 靈修---耶利米書 第15章 第19-22節 □速讀---耶 第15章

19 你全然棄掉猶大嗎？你心厭惡錫安嗎？為何擊打我們，以致無法醫治呢？我們指望平安，卻得不著好處；指望痊愈，不料，受了驚惶。

20 耶和華啊，我們承認自己的罪惡，和我們列祖的罪孽，因我們得罪了你。

21 求你為你名的緣故，不厭惡我們，不辱沒你榮耀的寶座；求你追念，不要背了與我們所立的約。

22 外邦人虛無的神中，有能降雨的嗎？天能自降甘霖嗎？耶和華我們的神啊，能如此的不是你嗎？所以我們仍要等候你，因為這一切都是你所造的。

思考問題：先知為百姓祈求雨水，神會允諾先知的代禱嗎？為甚麼？

2月20日 ○ 靈修---耶利米書 第16章 第17-21節 □速讀---耶 第16章

17 我沒有坐在宴樂人的會中，也沒有歡樂，我因你的感動（註：原文作“手”）獨自靜坐，因你使我滿心憤恨。

18 我的痛苦為何長久不止呢？我的傷痕為何無法醫治，不能痊愈呢？難道你待我有詭詐，像流乾的河道嗎？

19 耶和華如此說：“你若歸回，我就將你再帶來，使你站在我面前；你若將寶貴的和下賤的分別出來，你就可以當作我的口。他們必歸向你，你卻不可歸向他們。

20 我必使你向這百姓成為堅固的銅牆。他們必攻擊你，卻不能勝你，因我與你同在，要拯救你、搭救你。”這是耶和華說的。

21 “我必搭救你脫離惡人的手，救贖你脫離強暴人的手。”

思考問題：我能坦然向神剖白，將心靈深處的意念與感受吐露嗎？

2009年度 靈修計劃

「在至聖的真道上造就自己」(猶1:20)



2月21日 ○ 靈修---耶利米書 第17章 第5-8節 □速讀---耶 第17章

- 5 耶和華如此說：“倚靠人血肉的膀臂，心中離棄耶和華的，那人有禍了！
- 6 因他必像沙漠的杜松，不見福樂來到，卻要住曠野乾旱之處，無人居住的鹼地。
- 7 倚靠耶和華、以耶和華為可靠的，那人有福了！
- 8 他必像樹栽於水旁，在河邊扎根，炎熱來到，並不懼怕，葉子仍必青翠，在乾旱之年毫無掛慮，而且結果不止。”

思考問題：對比倚靠神的人與倚靠血肉之軀的人，我會選擇作哪一種人？

2月22日 ○ 靈修---耶利米書 第17章 第11節 □速讀---耶 第18章

- 11 那不按正道得財的，好像鸕鶿拖不是自己下的蛋；到了中年，那財都必離開他，他終久成爲愚頑人。

思考問題：古人認爲人應有所爲，有所不爲；然而在爲與不爲之間，應按甚麼原則抉擇？

2月23日 ○ 靈修---耶利米書 第19章 第12節 □速讀---耶 第19章

- 12 他們卻說：‘這是枉然！我們要照自己的計謀去行，各人隨自己頑梗的惡心做事。’”

思考問題：想做便去做——倘若人人都如此，那麼世界會變成甚麼樣？

2月24日 ○ 靈修---耶利米書 第20章 第7-9節 □速讀---耶 第20章

- 7 耶和華啊，你曾勸導我，我也聽了你的勸導，你比我有力量，且勝了我；我終日成爲笑話，人人都戲弄我。
- 8 我每逢講論的時候，就發出哀聲，我喊叫說，有強暴和毀滅！因爲耶和華的話終日成了我的凌辱、譏刺。
- 9 我若說：“我不再提耶和華，也不再奉他的名講論”，我便心裡覺得似乎有燒著的火閉塞在我骨中，我就含忍不住，不能自禁。

思考問題：耶利米將長期承受的壓力在神面前宣洩。我是否活在重重壓力下，我可以怎麼辦？

2月25日 ○ 靈修---耶利米書 第21章 第1-2節 □速讀---耶 第21章

- 1 耶和華的話臨到耶利米。那時，西底家王打發瑪基雅的儿子巴施戶珥和瑪西雅的儿子祭司西番雅去見耶利米說：
- 2 “請你爲我們求問耶和華，因爲巴比倫王尼布甲尼撒來攻擊我們，或者耶和華照他一切奇妙的作爲待我們，使巴比倫王離開我們上去。”

思考問題：你是否覺得自己無甚價值？請想想有人需要你，不是嗎？