

8月16日（比拿雅）

第一步：找一處不被打擾的地方，讓自己身體處於最舒服的狀態中..

第二步：深呼吸幾下或聽一首旋律慢的詩歌，然後祈禱，求聖靈光照你..

第三步：打開靈修小冊子，按日期慢慢地閱讀及思想..

直接從聖經中領受.. 聖經中的人物的事與生命，並當中的提醒..

大能勇士（撒下 8:18, 王上 2:34-35, 代上 11:22-25）

18 耶何耶大的兒子比拿雅作大衛的侍衛長；大衛的兒子們都作祭司。34 於是，耶何耶大的兒子比拿雅到安放約櫃的聖幕那裏，殺了約押，把他葬在曠野附近的本家。35 王派比拿雅作全軍的統帥，取代約押，又任命撒督祭司取代亞比亞他的職位。22 甲薛人耶何耶大的兒子比拿雅是另一個著名的勇士。他有很多英勇的事蹟，包括殺死了兩個勇猛的摩押戰士。他曾在下雪天下到坑裏，打死一隻獅子。23 他又殺死一個埃及的巨人；那人高兩百多公分，手裏拿著長矛。比拿雅用棍子擊打他，把他手裏的矛搶過來，用那矛刺死他。24 這些都是比拿雅的英勇事蹟；他是「三十勇士之一」，25 是十分傑出的一個，但還是比不上「三巨頭」的聲望。大衛派他作侍衛長。

第四步：若有不明白，或有時間，可以再閱讀下面簡單解釋及默想.. 並寫下得著

簡單解釋：

聖經記載了比拿雅做過三件大能的事。一是殺了摩押的勁敵；二是殺了凶猛的獅子；三是打敗了高大強壯且有武器的埃及人。因他對大衛忠心耿耿，大衛在臨終前，吩咐所羅門要處死約押，因約押過去心術不正，有背叛他的意圖，在和平時殺害兩個元帥，為此所羅門下令由比拿雅將他處死。比拿雅就作了以色列國的元帥及護衛長。我們可以從他身上學習到許多屬靈功課。我們所面對的有情慾的敵人，黑暗惡魔撒旦及世界，從比拿雅身上學習勇敢不懼怕，作個得勝屬靈的護衛長，守護自己、家庭及教會。

默想：比拿雅在極惡劣環境中仍能得勝三件大事及被大衛立為元帥。

A. 反映他的屬靈情況怎樣？反映他的鬥志心怎樣？反映他信心怎樣？

B. 若你是大衛，為什麼要立他作元帥及護衛長呢？

C. 從比拿雅身上，你學到了什麼屬靈功課及人生的啟示呢？

小故事：愛因斯坦第二兒子愛德華問：「爸爸，你怎樣成為著名的人物？」愛因斯坦聽後，便哈哈大笑，然後語重深長地說：「你看，甲蟲在一個地球面上爬行，可惜它意識不到所行走的路是彎的，而我卻能意識到。」

真智慧：但凡成功的人，都會有意識地選擇一條合適自己的路，而且會時常回頭看看自己走過的路，以便及時調整自己的方向。若比拿雅只是遵命殺掉約押，而沒有認真地替大衛及所羅門除敵，克服在惡劣環境中得勝獅子及埃及人，就沒法在勇士中得尊名。

第五步：最後背讀是次經文及祈禱結束

背經：所以，你們不可丟棄勇敢的心；存這樣的心必得大賞賜。來 10:35

禱告：為你追求成為屬靈的大能勇士祈禱，也為肢體在事奉及信仰成為勇士代禱

8月17日（尼希米）

第一步：找一處不被打擾的地方，讓自己身體處於最舒服的狀態中..

第二步：深呼吸幾下或聽一首旋律慢的詩歌，然後祈禱，求聖靈光照你..

第三步：打開靈修小冊子，按日期慢慢地閱讀及思想..

直接從聖經中領受.. 聖經中的人物的事與生命，並當中的提醒..

憂國憂民 (尼 2:1-12)

1 四個月後，有一天，亞達薛西皇帝正在進晚餐，我倒酒給他。他從來沒見過我愁眉苦臉，2 所以問我：「為甚麼你看起來那麼難過？你又沒生病，一定有甚麼事使你不开心！」我吃了一驚，3 回答：「願陛下萬歲！我祖先埋葬的城遭破壞，城門被燒毀，我怎麼能不難受呢？」4 皇帝問我：「你有甚麼請求？」我向天上的上帝禱告，5 然後告訴皇上：「如果陛下開恩，願意答應我的請求，請讓我回猶大地，到我祖先埋葬的那城去，讓我可以重建那城。」6 皇上答應了我的請求；那時，皇后正坐在他旁邊。皇上問我要去多久？甚麼時候回來？我告訴他，他就准我走。7 我又求皇上開恩賜給我詔書，通知河西省的省長們准許我經過，到猶大去。8 我也要求一份詔書給管理皇家森林的亞薩，要他供應我木材，為修造聖殿堡壘的營門、城牆，和我的住宅之用。因為上帝與我同在，我所要求的，皇上都賜给了我。9 皇上派了一些軍官和一隊騎兵護送我，我就起程到河西省。在那裏，我把皇上的詔書交給省長。10 和倫城的參巴拉和亞捫省的官長多比雅聽到有人為爭取以色列人的利益而來，就很惱怒。11 我到了耶路撒冷；在那裏三天，12 我沒有把上帝要我為耶路撒冷做的事告訴任何人。第三天半夜，我起來，帶著幾個同伴出去。我們所帶惟一的牲口就是我騎的驢。

第四步：若有不明白，或有時間，可以再閱讀下面簡單解釋及默想.. 並寫下得著

簡單解釋：

尼希米忠心效忠巴比倫，得到波斯王信任，君主對他持開明態度，但他仍憂心自己國家及民族荒涼，憂國憂民。幸獲亞達薛西王批准回國，並頒下詔書，吩咐河西省省長配合，啟動重建耶路撒冷城牆，但面對反對者敵人參巴拉，尼希米到了耶路撒冷，他體認到情勢險峻，但他對神的事工胸有成竹，他不和屬血氣的人商量，也沒有告訴人他心中要作甚麼事，只有向神祈禱。

默想：1. 尼希米獲波斯國君王信任，批准回國，並頒下詔書吩咐省長配合。
可反映尼希米平日有工作表現如何？對你工作上有何啟迪？

2. 尼希米回國後，發現有敵對者，但他重建城牆又表現出胸有成竹。
從尼希米身上，你學到了什麼功課？對你人生或事奉有何啟迪？

小故事：新兵接受跳傘訓練時，都心驚膽跳，不敢往下跳，教官便拿住一個新兵，從飛機上扔下去，當到第二個士兵時，那士兵掙扎，教官不容他說話，也把他扔下去，這時，其餘的新兵都笑起來，教官訓斥道：「笑什麼？膽小的傢伙！」其中一新兵說：「教官，你把飛機扔下了。」

真智慧：在沒有弄清事實問題下，切忌衝動地做出決定，否則會像上述教官那樣荒唐的行為，後悔已晚了。尼希米知道要重建自己國家的荒涼，非得到亞達薛西王批准及協助，絕不能輕舉妄動。

第五步：最後背讀是次經文及祈禱結束

背經：人心憂慮，屈而不伸；一句良言，使心歡樂。箴 12:25

禱告：為你有尼希米的情懷，為神國，為民，為教會和肢體常常掛念祈禱

8月18日（尼希米）

第一步：找一處不被打擾的地方，讓自己身體處於最舒服的狀態中..

第二步：深呼吸幾下或聽一首旋律慢的詩歌，然後祈禱，求聖靈光照你..

第三步：打開靈修小冊子，按日期慢慢地閱讀及思想..

直接從聖經中領受.. 聖經中的人物的事與生命，並當中的提醒..

將危轉為機 (尼 4:7-9,15-21)

7 參巴拉和多比雅，以及阿拉伯、亞捫、亞實突的居民聽到我們重建耶路撒冷城牆的工作進行得很快，並且城牆的缺口都修補好了，就非常氣憤。8 他們一同陰謀，要來攻擊耶路撒冷，製造混亂。9 但是我們向我們的上帝禱告，並且派人日夜守衛，防備他們。15 我們的敵人聽見我們已經知道他們的陰謀，就明白上帝已經挫敗了他們的計謀。於是我們大家又回到原來的崗位，繼續重建城牆。16 從那時候起，我手下有一半的人工作；一半的人站著看守，拿著刀矛、盾牌、弓箭，穿著盔甲。首領們全力支持在建造城牆的人。17 甚至搬運建築材料的人也是一隻手工作，一隻手拿著武器。18 每一個工作的人腰間也都佩著刀。吹緊急軍號的人站在我身旁。19 我對民眾和他們的官長和首領們說：「這工程浩大，分散很廣，我們每個人在城牆上也相隔很遠。20 你們一聽到軍號響，要馬上集合到我這裏來。我們的上帝一定會為我們爭戰。」21 因此，每天從黎明到晚上星星出現，我們有一半的人在城牆上工作，一半的人拿著武器負責守衛。

第四步：若有不明白，或有時間，可以再閱讀下面簡單解釋及默想.. 並寫下得著

簡單解釋：

尼希米面對來自四方八面的反對者，不但內憂外患，連參與重建城牆的猶大人，也受到敵人的心理戰術，不斷散播城邊有入侵消息，使他們惶恐不安，日漸洩氣。尼希米就站出來，勸勉參與重建的猶大人，為了自己國家民族，不要氣餒，神必定保守他們，破壞敵人的計謀。另一方，為安撫參與重建的猶大人，尼希米採用了輪班方法，一半做工，一半拿槍保護，做工者也有武器攜身。

默想：1.尼希米用什麼方法，將危機化為轉機呢？你又學到什麼處事功課？

2.尼希米一方面禱告宣告神為爭戰，但一方面輪班拿兵器，是否沒信心呢？有否屬靈上的矛盾呢？這又對你屬靈上有什麼啟迪呢？

小故事：在一次宴會上，一位火箭專家，熱情地向朋友宣告：「最近，我們將會把幾隻老鼠送上一個遙遠的星球去。」聲音未落，一位女仕插嘴說：「喲，這樣去消滅老鼠，不是太花錢嗎？」

真智慧：當我們面對與慣常情況不同的處境時，唯一該做的，就是思考，觀察與總結，不要任由自己的慣常思考脫口而出。

尼希米面對敵人散播疑幻疑真的消息一敵人入侵，他不肯輕信，也絕對不肯鬆懈，故一面工作，一面防備。

第五步：最後背讀是次經文及祈禱結束

背經：你所做的，要交託耶和華，你所謀的，就必成立。箴 16:3

禱告：為你將自己的計劃一事用信心交託主祈禱，並為肢體困難的一事代禱

8月19日（尼希米）

第一步：找一處不被打擾的地方，讓自己身體處於最舒服的狀態中..

第二步：深呼吸幾下或聽一首旋律慢的詩歌，然後祈禱，求聖靈光照你..

第三步：打開靈修小冊子，按日期慢慢地閱讀及思想..

直接從聖經中領受.. 聖經中的人物的事與生命，並當中的提醒..

堅持到底 (尼 6:1-9,15-18)

1 參巴拉、多比雅、基善，和其他仇敵聽說我們已經修完城牆，連一個缺口也不剩。
2 參巴拉和基善給我一封公文，建議我在阿挪平原的一個村莊跟他們會面。這是他們的計謀，想要害我。3 我派人告訴他們：「我正在進行很重要的工作，不能到那裏去。我不願意因去看你們而使工作停頓。」4 他們四次給我同樣的公文，每一次我都以同樣的話回答他們。5 後來，參巴拉派他的僕人帶給我第五封公文；這是一封沒有封口的信。6 信上說：「基善告訴我，附近居民謠傳著這樣的風聲，說你和猶太人想要造反，所以你們在重建城牆。他還說，你想自己作王，7 並且已經安排了一些先知在耶路撒冷宣告你是猶大的王。皇上一定會聽到這事。因此我建議你來跟我會面，大家商量商量。」8 我回覆他：「你所說的都不是事實，是你自己捏造出來的。」9 他們想要恐嚇我們，使工作停頓。我祈禱說：「上帝啊，求你使我堅強！」15 經過五十二天的工作，整個城牆在以祿月二十五日完工了。16 我們周圍鄰國那些敵人聽到了，覺得很丟臉；因為每個人都知道，這工程的完成是由於上帝的幫助。17 在那些日子，猶太人的領袖們常跟多比雅通信。18 許多猶大居民也站在他那一邊，因為他的岳父是亞拉的兒子示迦尼，而且他的兒子約哈難娶了比利迦的兒子米書蘭的女兒。

第四步：若有不明白，或有時間，可以再閱讀下面簡單解釋及默想.. 並寫下得著

簡單解釋：

當時城牆工程仍未完工，敵人仍沒有放棄破壞的企圖，故意將毀謗尼希米的信函公開，內容涉及指控尼希米作反，要脅尼希米前往談判，以達到他們的陰謀；另一方面，他們透過姻親關係，敵人對重建城牆的進度，都瞭如指掌，並藉猶大的貴族來散播謠言和威嚇，使參與重建的人受驚怕。

默想：1.尼希米在重建的事情上，困難重重，但他堅決任何事情都不能使工程停下來（3節）。對你的事奉有何提醒及啟示？

2.尼希米受參巴拉的公開毀謗指控，他怎樣應付，他表現如何？這又讓你學到什麼屬靈功課及人生的啟迪呢？

小故事：電影院的燈剛熄，一個小偷把手伸到雷加的衣袋，當場被雷加發現。小偷說：「我取手拍，取錯了，請原諒！」雷加平靜地回答：「沒關係！」過了一會，啪一聲，小偷臉上挨了一記重重耳光。雷加說：「對不起，打錯了，我臉上有一隻蚊子。」

真智慧：對於惡人，絕不能過於遷就和退讓，你越退讓，他們越得寸進尺。參巴拉得寸進尺地破壞尼希米的重建工程，甚至毀謗指控尼希米叛變，幸而尼希米沒有中計，靠著神的恩典，終於用了五十二天便完工了。

第五步：最後背讀是次經文及祈禱結束

背經：我們若將起初確實的信心堅持到底，就在基督裏有分了。來 3:14

禱告：為你事奉或做事堅決不要半途而廢祈禱，也為肢體做事由始至終代禱

8月20日（基大利）

第一步：找一處不被打擾的地方，讓自己身體處於最舒服的狀態中..

第二步：深呼吸幾下或聽一首旋律慢的詩歌，然後祈禱，求聖靈光照你..

第三步：打開靈修小冊子，按日期慢慢地閱讀及思想..

直接從聖經中領受.. 聖經中的人物的事與生命，並當中的提醒..

鐵漢柔情 (耶 40:7,9-12)

7 有些猶大官員和沒有投降的部隊，聽見巴比倫王指派基大利作猶大的總督，讓他管理沒有被擄到巴比倫去的那些最貧窮的人。9 基大利向他們保證說：「你們別怕向巴比倫人投降；你們只管留在這裏，服事巴比倫王，一切都會順利。」10 我要親自留在米斯巴；巴比倫人來的時候，我會作你們的代表。你們可收存酒、果子、橄欖油，留在你們所佔有的城鎮。」11 這時，逃亡到摩押、亞捫、以東，和其他各地的以色列人聽說巴比倫王准許殘存的以色列人住在猶大，並委派基大利作他們的總督，12 大家就都離開流亡的地方，回到猶大。他們到米斯巴見基大利，在那裏收存許多酒和果子。

第四步：若有不明白，或有時間，可以再閱讀下面簡單解釋及默想.. 並寫下得著

簡單解釋：

基大利外剛內柔，成功地安撫了猶大餘民，接納了鄉間的殘餘游擊隊成員，當初逃避巴比倫攻擊的猶大人難民，也由各地歸來。他外敵迦勒底人，則勇猛過人，許下承諾，保證餘民能出入平安，生活條件良好。基大利善待困苦之民如同兒子，故此省內之餘民願意歸順他，給他管理，使省內一片昇平。基大利在巴比倫人中間，作了猶大人的代表。

默想：1. 省長基大利得了位，他對極窮的難民及作戰的難民，如何看待？
反映基大利的胸襟如何？這給你面對有需要的人有何啟示？

2. 基大利面對不利的消息，他的表現如何？這給你人生有何提醒？

小故事：官長發出命令：「誰人喜歡音樂，請向前行三步！」。六名士兵出列，行前三步。官長說道：「很好，現在請你們把這座鋼琴抬上三樓會議室去。」

真智慧：用一個恰當的理由，來讓別人自願做事情，這是領袖的智慧。基大利利用柔情的愛心，安撫及接納遭不同困苦的餘民，並承諾不被迦勒底人欺負，這舉動感動了餘民，自願給他管理。

第五步：最後背讀是次經文及祈禱結束

背經：樂意接待遠人，好善，莊重，公平，聖潔自持；多 1:8

禱告：為你有鐵漢柔情，樂意接納別人的胸襟祈禱，也為肢體有廣闊胸襟代禱

8月21日（基大利）

第一步：找一處不被打擾的地方，讓自己身體處於最舒服的狀態中..

第二步：深呼吸幾下或聽一首旋律慢的詩歌，然後祈禱，求聖靈光照你..

第三步：打開靈修小冊子，按日期慢慢地閱讀及思想..

直接從聖經中領受.. 聖經中的人物的事與生命，並當中的提醒..

不聽勸告 (耶 40:13-16; 41:1-4)

13 這事以後，約哈難和沒有投降的部隊的指揮官到米斯巴見基大利，14 對他說：「你曉得亞捫王巴利斯打發以實瑪利來刺殺你嗎？」基大利不相信這話。15 後來，約哈難私下跟基大利說：「請准我去把以實瑪利殺了，沒有人會知道是誰幹的。何必讓他殺你呢？如果你被殺，在你周圍的人將被驅散；殘存的猶大人都要滅亡。」16 但是基大利回答：「我不准你這樣做。你冤枉了以實瑪利！」

1 那一年七月，王族的一員，也是王的一位主要官員，以利沙瑪的孫子，尼探雅的兒子以實瑪利帶了十個人到米斯巴見基大利總督。他們在一起進餐的時候，2 以實瑪利和跟他同來的那十個人拔出劍來，把基大利殺了。3 以實瑪利也殺了跟基大利留在米斯巴的以色列人，和剛好在場的巴比倫軍人。4 第二天，在未發現基大利被刺殺以前。

第四步：若有不明白，或有時間，可以再閱讀下面簡單解釋及默想.. 並寫下得著

簡單解釋：

一個游擊隊領袖以實瑪利，受亞捫王的挑唆，密謀殺害基大利，而基大利卻不相信這消息，反而斥責揭發者約哈難軍長。游擊隊領袖以實瑪利，帶領十個成員，約見基大利省長。基大利無視約哈難軍長的警告，防範以實瑪利，結果在筵席上，遭遇暗殺。

默想：基大利不聽信約哈難的警告防範以實瑪利，因而遭以實瑪利暗殺。

基大利是否過分自信抑或過分好人呢？嚴重後果他應否負上責任？

A.若你是領袖，從基大利身上，吸取了什麼教訓？

B.別人對你的良言警戒，你又得到什麼啟迪？

C.從基大利遭暗殺，對你防範身邊的人有何準則呢？

小故事：理髮店添了一部由我發明的自動刮面機，顧客只要把頭伸進去，一秒鐘後，他的臉就會被刮得干干淨淨。顧客說：「這根本不可能，要知道每個人的面部大小，長短都不一樣。」我說：「你說得不錯，這也就是頭一次會出點麻煩，之後就好了。」

真智慧：有的事情失敗了還能重來，有的卻不能重頭再來，若能了解清楚這點，才能避免不必要的冒險。基大利就是因不肯相信約哈難軍長之消息，不加防範以實瑪利計謀，而遭到暗殺。

第五步：最後背讀是次經文及祈禱結束

背經：務要謹守，警醒。因為你們的仇敵魔鬼，如同吼叫的獅子，遍地遊行，尋找可吞吃的人。 彼前 5:8

禱告：為你屬靈上，時常警醒撒但的作為祈禱，也為肢體靈命上警醒代禱

8月22日（施洗約翰）

第一步：找一處不被打擾的地方，讓自己身體處於最舒服的狀態中..

第二步：深呼吸幾下或聽一首旋律慢的詩歌，然後祈禱，求聖靈光照你..

第三步：打開靈修小冊子，按日期慢慢地閱讀及思想..

直接從聖經中領受.. 聖經中的人物的事與生命，並當中的提醒..

榮幸不配（約 1:19-29）

19 以下是約翰的見證。當時，耶路撒冷的猶太人派遣祭司和利未人去見約翰，問他：「你是誰？」20 約翰沒有拒絕回答，卻坦白承認說：「我並不是基督。」21 他們問：「那麼，你是誰？是以利亞嗎？」約翰回答：「我不是。」他們又問：「是那位先知嗎？」他再答：「不是。」22 他們接著說：「請告訴我們，你到底是誰，好讓我們回覆派遣我們來的人。你自己說，你是甚麼人？」23 約翰引先知以賽亞的話回答，說：「我就是在曠野呼喊的聲音：為主修直他要走的道路！」24 法利賽人所派來的那些人，25 質問約翰：「既然你不是基督，不是以利亞，也不是那位先知，那麼，你為甚麼施洗？」26 約翰回答：「我用水施洗；但有一位站在你們當中，是你們所不認識的，27 他在我以後來，我就是替他脫鞋子也不配。」28 這些事發生在約旦河對岸的伯大尼，就是約翰正在施洗的地方。29 第二天，約翰看見耶穌向他走過來，就說：「看哪，上帝的羔羊，除掉世人的罪的！」

第四步：若有不明白，或有時間，可以再閱讀下面簡單解釋及默想.. 並寫下得著

簡單解釋：

當施洗約翰傳悔改的信息，就有大批猶太人群眾，外邦人，羅馬兵，接受施洗約翰的洗禮，跟隨他。當下祭司及法利賽人看見，就去質詢施洗約翰的身份及施洗的工作，施洗約翰表明自己不是基督，不是先知，只是先知以賽亞所言的那位彌賽亞的先鋒領袖，為要預備人心回轉，迎接那位替他解鞋帶都不配的耶穌基督，「祂必興旺，我必衰微」。這就是作為先鋒偉大之處。

默想：1.施洗約翰為主作見證時，他言談及態度上，給了你什麼學效？

2.施洗約翰縱有很多群眾跟隨他，回答質詢者時，為何否定自己是先知的職份身份呢？這又給了你什麼學效的地方及啟迪？

小故事：他說：「有一天遇見了三個大漢要打我，於是便與他們大漢打起來。」他回來之後便吹牛起來說：「我讓他們打了兩個小時，硬沒把我打倒。」別人問怎樣打？他說：「將我綁在樹上打。」

真智慧：我們自以為驕傲的事件，再追究下去，可能令我們陷入窘境。凡事適可而止，驕傲的事情的背後，真正的辛酸只有自己知道。施洗約翰的生活行為，令人眼前一亮，有別於凡人，故有查問他是否基督，是否以利亞，或先知，這些提問，好容易使凡人陷入驕傲或吹牛中。然而，施洗約翰不折不扣地宣告，什麼都不是，只是預備人心，迎接連替他解鞋帶都不配的彌賽亞耶穌的僕人。

第五步：最後背讀是次經文及祈禱結束

背經：各人蒙召的時候是甚麼身分，仍要守住這身分。林前 7:20

禱告：為堅守神給你，又尊重又榮耀事奉的職份身份感恩祈禱