

0701 遵守諾言 Keeping promises

人冒失說，這是聖物，許願之後才查問，就是自陷網羅。箴言20:25

遵守諾言。說實話的一個主要部分，乃是遵守自己的誓言或承諾（詩15:4；太5:33-37）。Lewis Smedes寫道：「自從我們結婚以來，我的妻子就和五位不同的男人生活——而每一個男人都一直是我。和舊我連結的那個環節，一直都是我在那裡所取的名字的回憶：『我是必與你同在的那位』。」

我們如何持守我們的諾言呢？看著耶穌，祂為了應驗神拯救我們的應許（來8:6），祂來並且受死。祂真的就是那位說「我是必與你同在的那位」。既然這樣，基督徒整個生命是建立在付上極大代價而遵守了的應許上。「當我做了一個承諾，我就背負見證……我不是命中註定的，我不是意志堅定的。當我對任何人作出承諾時，我就高聳於所有限制我的作用條件之上……家用電腦不曾承諾是我的忠實幫助者。只有人能夠作出承諾，當他承諾時，他是最自由的。」

上一次你沒有持守你所作出的承諾，那是什麼時候？是否有任何承諾是你應該但卻害怕做的？

禱告：主，我領受生命（提後1:1）、聖靈（加3:14），以及與祢聯合，這一切都是透過祢「又寶貴又極大的應許」（彼後1:4）。既然我只靠/因/藉著應許而活，求祢使我成為持守我話語的人，不害怕去作出承諾，也不會太軟弱而無法持守諾言。阿們！

0702 真理的神 The God of truth

公道的天平和秤都屬耶和華；囊中一切法碼都為祂所定。...神的言語句句都是煉淨的；投靠祂的，祂便作他們的盾牌。箴言16:11; 30:5

真理的神。關注誠實不僅僅是很實際，也是很正確的。商學院倫理課程建議誠實是最有益處的商業政策。但神要的是生意上要誠實，就算在這裡，當你用不誠實的天平和秤可以使你賺很多的錢。原因？因為神的本質是真實/真相——祂一切言語都是無瑕疵和真實的。主是真的，對比虛構/捏造的；祂是絕對的，對比相對的；祂是大而堅固的，對比短暫/流行一時的。

我們是要「穿上新我，被造是像神」（弗4:24），且「因此……對鄰舍說真話」（弗4:25）。我們必須是真實/誠實的，若我們是要像神，因為神是決不能說謊的（多1:2；來6:18），祂總是遵守祂的應許（林後1:20）。祂總是當真祂說的，說到做到，並且祂的意思是什麼，祂就說出祂的意思——祂不能與自己不一致。最重要的是，耶穌就是真理本身（約14:6）。祂完全地顯明神，最終極的真理/真實（約1:18；來1:3）。

說我們應該誠實，因為那是最實用的政策，這種倫理推理，有什麼問題？

禱告：父，當我在祢的話語中讀到祢是何等真理的神，我想要在知道什麼是真實之前，非常地小心地說話。我是多麼經常不經意地傳播虛假的話，只因我太不在乎真實/真相，以至於我不去查證/核實。求祢讓我行走在真理中，因此我才不會玷污祢。阿們！

0703 仁慈/良善言語 Kind words

人心憂慮，屈而不伸；一句良言，使心歡樂。箴言12:25

仁慈/良善言語。良好言論的第二個記號乃是仁慈/良善，言語真實還不夠。這個「良言」的意思，乃是「個人和仁慈的，愉快/友善和甘甜，及時和體貼的」。因為我們的言語必須是給予生命（15:4），我們必須不可使用真理作為武器。你必須問你自己，為什麼你說真話？是為了要贏得一場爭論嗎？是藉著令他人尷尬而懲罰或報復對方嗎？是削弱那人所說事情的真實性，但你不想要聽嗎？是防衛你的驕傲嗎？是抱怨嗎？是使你在他人面前看起來不錯嗎？

聖徒保羅說，每句話都必須通過這個考驗：「叫聽見的人得益處……根據他們的需要」（弗4:29）。當你說誠實話的時候，你應該總是有個「服事/職事的動機」，你應該只是幫助另一個人獲得闡明/啟發和理解，或挪走你們之間的距離和障礙，才面質對方。說誠實話，但在愛裡（弗4:15）；若你這麼做，那甚至能把沉入焦慮和懼怕中的人抬起/鼓舞/激勵起來。

想想上次你必須挑戰某人之時，你有職事的動機嗎？你的言語是仁慈/良善的嗎？

禱告：父，「耶穌在慈愛中來到，在憐憫中我的靈魂被恢復/奪回」。若我只憑藉耶穌仁慈而活，我如何能不仁慈呢？求祢以祢的靈來使祢的愛如此真實，以至保守我不會對任何人容易發怒，不耐煩，或完全漠不關心。阿們！

0704 溫柔言語 Gentle words

回答柔和，使怒消退；言語暴戾，觸動怒氣。箴言15:1

溫柔言語。當箴言這卷書談到仁慈良言時，它是談到我們言論的動機。當它談到溫柔言語時，它是談到言語的形式——語氣/口氣/腔調和舉止/風度。溫柔，不代表同意（八月6日），但卻表示尊敬並友善。我們被呼召要說話溫柔，甚至（或特別是）在怒氣的面質中，而非在仁慈中以刺耳苛刻、堅硬冷酷地答覆。在這種時刻溫柔地說話是很困難的，特別是因著懼怕顯出軟弱/害怕看起來是軟弱的；故羅波安因著害怕看起來不像個王，就給了刺耳/粗野/苛刻的答覆，那實際上就摧毀了他的王國（王上12:1-16）。

當你受咒詛時沒有以咒詛回報（羅12:14），那就瓦解/平息爭論，或阻止爭論的惡化。若你溫柔地回答，有這個機會，就是生氣的聆聽者可能會說：“我不想要聽這些。但非常明顯地，這個人關心我。”諷刺的是，溫柔言語終極而言，是比“所以接招吧”的爭論還要更有說服力。刺耳苛刻言語還可以和已經同意你的人玩得不錯，但它們不能說服或幫助真理的傳播。要跟隨這位，當祂被辱罵時，祂並沒有罵回去。（彼前2:23）

最近一次你看見某人以溫柔言語阻止一個怒氣情況的惡化，是什麼時候？

禱告：主耶穌祢是謙恭溫柔（太21:5），然而卻把做生意的趕出聖殿（太21:12）。主，請幫助我順應祢的形象，使我像祢——積極果斷自信，但卻不是極有主見的/武斷。阿們！

0705 適當言語 Apt words

義人的舌乃似高銀；惡人的心所值無幾。……義人的嘴能令人喜悅；惡人的口說乖謬的話。……說話浮躁的，如刀刺人；智慧人的舌頭卻為醫人的良藥。
箴言10:20,32； 12:18

反思自己的言語是否謹慎，還是衝動、有欠考慮呢？

禱告求主為了榮耀祂而非自己，來煉淨你的言語可以造就聽的人。

0706 合時/及時的言語 Timely words

通達人隱藏知識；愚昧人的心彰顯愚昧。……口善應對，自覺喜樂；話合其時，何等美好。……一句話說得合宜，就如金蘋果在銀網子裡。
箴言12:23； 15:23； 25:11

反思自己有這四類不合時的言語嗎？為什麼？

禱告求主賜智慧及信靠的勇氣，不會不耐煩而太早說，或害怕而太晚說。

0707 偏見 Prejudice

愚昧人不喜愛明哲，只喜愛顯露心意。……未曾聽完先回答的，便是他的愚昧和羞辱。箴言18:2,13

反思自己是否不喜歡某種人，因此對人有刻板印象，而非傾聽真相呢？

禱告求主幫助你記得祂對你沒有偏見，給你的白白恩典，讓你不會把某種人或某個人“去人性化”。

0708 心平氣和的言語 Calm Words

寡少言語的，有知識；性情溫良的，有聰明。箴言17:27

反思自己的言語是否心平氣和，若否，結果是什麼？

禱告求神使你的言語像祂的那樣冷靜恩慈，並感謝神並未在震怒中照你的罪回應你。

0709 言語節約 Economy of Words

多言多語難免有過；禁止嘴唇是有智慧。……寡少言語的，有知識；性情溫良的，有聰明。愚昧人若靜默不言也可算為智慧；閉口不說也可算為聰明。箴言10:19; 17:27-28

反思你自己是否為多話的人？

禱告求神賜你自我節制和智慧，讓你的每句話都算數/被接受。

0710 直率的言語 Forthright Words

智慧人的勸戒，在順從的人耳中，好像金耳環和精金的妝飾。……責備人的，後來蒙人喜悅，多於那用舌頭諂媚人的。箴言25:12; 28:23

反思在缺一不可的兩大類言語中，你自己比較偏哪一類？

禱告求神與你同在，使你能夠勇敢直率告訴人們真話。

0711 以言語來醫治 Healing with words

良言如同蜂房，使心覺甘甜，使骨得醫治。箴16:24

反思智慧言語的十個記號，哪一個是你最需要去努力的？

禱告求神清楚你的視力，恩膏你的嘴唇，讓你的言語對別人的靈魂具有醫治作用。

0712 醫治言語 The healing of words

智慧人的心教訓他的口，又使他的嘴增長學問。……喜愛清心的人因他嘴上的恩言，王必與他為友。箴16:23; 22:11

反思你自己信主以來，是否清心故醫治了你的言語，因而你能說智慧的言語？

禱告求神以基督十字架救贖的愛來充滿你的內心，以至於好樹結好果，你的言語會像主那樣說話。

0713 傳舌 Gossip

往來傳舌的，洩漏密事；心中誠實的，遮隱事情。箴11:13

反思你能夠區分傳舌與非譏諷性評論嗎？你有論人是非嗎？

禱告求神赦免你論人是非的罪，並求神幫助你在自己身上，也在別人身上敏銳儆醒此罪。

0714 傳舌的效應 Gossip's effects

往來傳舌的，洩漏密事；大張嘴的，不可與他結交。……乖僻人播散分爭；傳舌的，離間密友。……火缺了柴就必熄滅；無人傳舌，爭競便止息。箴20:19; 16:28; 26:20

反思你所看見信心群體因傳舌而衰弱的案例，思考你如何也發揮傳舌的效應？

禱告求神幫助你儆醒於自己或別人的傳舌，以至於你能轉離，不被傳舌所欺哄。

0715 傳舌的微妙之處/巧妙 Gossip's subtlety

北風生雨，讒謗人的舌頭也生怒容。箴25:23

反思你聽見在你面前傳舌時，你有能力分辨嗎？你應如何反應呢？

禱告求神保守你的口舌，以及肢體語言，不做傷害別人名聲各種傳舌的偽裝。

認識他人：傾聽 Knowing others: Listening

0716 接受糾正 Open to correction

喜愛管教的，就是喜愛知識；恨惡責備的，卻是畜類。……愚妄人所行的，在自己眼中看為正直；惟智慧人肯聽人的勸教。箴12:1,15

反思從前你從文化或族群裡接受的一個信念/belief，但你學習神的聖言後，就拒絕的。請列舉一個。

禱告求神讓你把祂的話豐富豐富存記在心，以至於你能分辨和抵擋那些錯誤的信念。

0717 要受教 Be teachable

聽從生命責備的，必常在智慧人中。棄絕管教的，輕看自己的生命；聽從責備的，卻得智慧。敬畏耶和華是智慧的訓誨；尊榮以前，必有謙卑。箴15:31-33

反思你是受教的人嗎？

禱告讓神的偉大使你能夠謙卑受教。

0718 受教的程度 Degree of teachability

一句責備話深入聰明人的心，強如責打愚昧人一百下。……鞭打褻慢人，愚蒙人必長見識；責備明哲人，他就明白知識。……褻慢的人受刑罰，愚蒙的人就得智慧；智慧人受訓誨，便得知識。箴17:10; 19:25; 21:11

反思你在用人或與人共事之前，評估他們的受教性嗎？你觀察人們生命而學得教學嗎？你的受教度？

禱告求神在你心中動工，直到你第一次聽見祂的資訊就順服。

0719 盡可能得所有的建議 Get all advice you can

無智謀，民就敗落；謀士多，人便安居。……智慧人大有能力；有知識的人力上加力。你去打仗，要憑智謀；謀士眾多，人便得勝。箴11:14; 24:5-6

反思你有不同觀點和背景的朋友，是可以去請教嗎？

禱告求神賜你不同的朋友可以是你的謀士，也賜你謙卑去聽從他們。

0720 讓經驗糾正你 Let experience correct you

你雖用杵將愚妄人與打碎的麥子一同搗在白中，他的愚妄還是離不了他。箴27:22

反思你生命中大試煉或困難之時，你學到什麼功課？

禱告求神在你困難時吸引你進入真實的禱告中，知道祂的同在和愛在你心中到達一個新的境界。

0721 太遲 Too late

人屢次受責罰，仍然硬著頸項；他必頃刻敗壞，無法可治。箴29:1

反思 你曾否不理靈命成長敞開的機會之窗？那機會之窗現在似乎關閉了嗎？你感到有罪嗎？這難道不是改變的新機會嗎？

禱告 求神讓你第一個就承認你的錯，並立即悔改，沒有勉強，沒有藉口，沒有苦毒，以至於你能踏上經由悲痛而通往更大喜樂的悔改途徑。

0722 勿聽什麼 What NOT to listen to

行惡的，留心聽奸詐之言；說謊的，側耳聽邪惡之語。……作假見證的必滅亡；惟有聽真情而言的，其言長存。箴17:4; 21:28

反思 你是否太容易受騙上當，太願相信加強你的偏見之事？或你太過懷疑，太不願相信人？

禱告 求神幫助你每一天活在耶穌的義使你稱義的平臺上，好讓你成為對真理有更好的判斷力的人。

0723 勿作驢馬 Don't be a mule

鞭子是為打馬，轡頭是為勒驢；刑杖是為打愚昧人的背。箴26:3

反思 你能想出你從困難處境中學到的，那卻是可以也應從神的話學習的事嗎？

禱告 求神再度向你顯明神的兒子受苦的愛，直到你出於感恩的喜樂而順服，而非像驢馬被刑杖才順服。

0724 醫治人的鞭傷 Stripes that heal

鞭傷除淨人的罪惡；責打能入人的心腹。箴20:30

反思 某個把你推向耶穌的逆境，詳述之，並為祂在你生命中做工而感謝祂。

禱告 求神讓你常常看見主耶穌為你所受的鞭傷，使你能夠以耐心忍受逆境帶給你的創傷。

0725 抗拒優越感 Resist superiority

藐視鄰舍的，這人有罪；憐憫貧窮的，這人有福。箴14:21

反思你心中藐視他人的時候，要操練達到你自己那麼做，並當場悔改之。

禱告求神讓你不再本能地認為自己比別人好，知道那罪嚴重地違背神的誠命，求神改變你像基督的形象。

0726 要自我批判 Be self-critical

人一切所行的，在自己眼中看為清潔；惟有耶和華衡量人心。箴16:2

反思在你做很多的好事上，你如何看出你自己的動機是不清潔的？那如何使你在人際關係裡更仁慈？

禱告在你每次與人互動時，你能體察自己那顆傾向於罪的心，除非神超自然的介入，因知你無力改變它，求神讓你記得神對你奇妙的愛。

0727 選擇你的爭戰 Choose your battles

智慧人與愚妄人相爭，或怒或笑，總不能使他止息。箴29:9

反思你在衝突中是否怒氣衝衝？你享受讀怒氣者或聽怒氣者嗎？你藐視？

禱告求神賜你想要像主耶穌的心，有耐心也有智慧回應人。求神賜你以尊敬且不藐視之心態面對怒氣者。

0728 勿是多管閒事者 Don't be a busybody

過路被事激動，管理不干己的爭競，好像人揪住狗耳。箴29:9

反思你曾否看見兩個人的衝突造成一個較大群體的分裂？你有捲入如此的分裂中？

禱告求神賜你謙卑和專一的心志，不選邊站或不惡化舌頭野火。

0729 對幽默要小心 Be careful about humor

人欺凌鄰舍，卻說：我豈不是戲耍嗎？他就像瘋狂的人拋擲火把、利箭，與殺人的兵器（原文作死亡）。箴26:18-19

反思你曾否看見自己或別人講的笑話卻出了問題？為何這個笑話傷害了別人？

禱告求神幫助你記得當你說話時，每個人的靈魂的無限價值，以至於你不以玩

笑傷人。

0730 勿喜愛爭辯 Don't love an argument

喜愛爭競的，是喜愛過犯；高立家門的，乃自取敗壞。……火缺了柴就必熄滅；無人傳舌，爭競便止息。好爭競的人煽惑爭端，就如餘火加炭，火上加柴一樣。箴17:19; 26:20-21

反思你是好爭辯的人嗎？這些爭辯的原因，哪一個對你為真？你如何能改變呢？

禱告求神幫助你為真理而勇敢，而非因你能贏而爭辯。求神複製親善和溫柔的靈，以至於你不會喜愛爭辯。

0731 勿享受羞辱/勿以羞辱人為樂 Don't enjoy insults

趕出褻慢人，爭端就消除；分爭和羞辱也必止息。箴22:10

反思你是否過於享受說話風趣地貶損別人嗎？你的社群或朋友圈裡是否有人這麼做，他們是應該被說/面質的？

禱告求主耶穌讓你記得你應得羞辱和咒詛已經落在祂身上了，因此求主燒走你的驕傲，使你不以言語和作為來羞辱人，並使你像主耶穌那樣謙卑有愛。