

0801 勿歸咎他人動機 Don't impute motives

人一切所行的，在自己眼中看為清潔；惟有耶和華衡量人心。箴言16:2

反思：在關乎解讀別人動機上，你是否操練合適、正確的克制？想想當你嚴重地/非常誤判某人動機的某個例子。

禱告：主，我需要去論斷/審判別人，這是不得體地來自一顆本身也該被論斷/審判的心。只有你是人心的審判官和王。求賜我非天真幼稚，乃仁慈、慈悲的靈，那將給別人懷疑的好處/雖有懷疑但還是相信某人，姑且相信某人。阿們！

0802 饒恕（一） Forgiveness: Part 1

不可說：人怎樣待我，我也怎樣待他；我必照他所行的報復他。箴言24:29

反思：你在哪裡看見對某人殘留的怨恨影響了你所認識的人的生命？它在哪裡影響了你的生命？

禱告：主，我對某人的怨恨和某些人的怨恨，顯明在易怒和粗魯生硬的評論裡。我承認這個事實，沒有能夠像祢饒恕我那樣饒恕人。赦免我的不饒恕人！求祢讓我看見祢死在十字架上的愛來融化我的怒氣。阿們！

0803 饒恕（二） Forgiveness: Part 2

不可說：人怎樣待我，我也怎樣待他；我必照他所行的報復他。箴言24:29

反思：想想得罪你的某人，你是否付上今天靈修內容所列舉的代價去饒恕了那個人呢？

禱告：主，我對某人的饒恕僅僅是表面的。我忍住明顯要報復他們的努力，但我內心充滿怒氣。要拒絕怒氣和自憐的思想，要記得我是被饒恕的罪人，要從心裡為他們禱告，那代價太大了。但在祢對我昂貴的愛的亮光下，我下決心要付上代價。主啊，請幫助我。阿們！

0804 培養愛（一） Fostering love: Part 1

遮掩人過的，尋求人愛；屢次挑錯的，離間密友。箴言17:9

反思：是否有這麼一個人，曾經是朋友，但現在只是“不是敵人”而已？對此，你能做些什麼嗎？

禱告：父啊，祢從死亡中帶出生命，我有家庭和友情的連結，基本上是已經死了，但我求祢帶新生命給它們。求祢讓我的心對祢的愛有新的感受意識，強烈到融化我仍然有的剛硬，求祢如此開始在我裡面復活我。阿們！

0805 培養愛（二） Fostering love: Part 2

遮掩人過的，尋求人愛；屢次挑錯的，離間密友。箴言17:9

反思：你的哪些關係需要複合？你留意到記號了嗎？你是否有看見任何人試過像今天靈修內容講的複合過程？有用嗎？為什麼有用或沒有用？

禱告：主，我曾和朋友們有過衝突，現在我們彼此冷淡了。請賜我們勇氣和獨創性來漸漸地重建信任，以至於我們能夠再度是朋友。畢竟，你被你的朋友出賣，但祢愛他們到底。請幫助我。阿們！

0806 溫柔地堅持 Gentle persistence

恆常忍耐可以勸動君王；柔和的舌頭能折斷骨頭。箴言25:15

反思：你是傾向於直接和堅持，或溫柔和恭敬順從？你如何能結合它們？

禱告：主耶穌，祢結合謙卑和威嚴，是無人曾經做到的。藉著福音，那使我們謙卑成為塵土，並使我們作王掌權。在祢的形象中，求祢使我們變得溫柔但絕對堅持真理。阿們！

0807 不那麼快 Not so fast

分爭的起頭如水放開，所以，在爭鬧之先必當止息爭競。箴言17:14

反思：關於口角和爭論，你從箴言這卷書學到什麼功課？今日靈修內容所提的四點，請默想操練之。你是否做每件可能的事來避免爭論？或你正（或曾經）被吸引進入到紛爭裡？

禱告：天父，在衝突中，我們有些人是預備好要去爭論，而其他人則是太過寡言。祢的兒子知道何時稱某人是粉飾的墳墓，以及何時拒絕去為祂自己辯護（可11:33）。請教導我智慧去知道何時做什麼，以及自我節制去正確地做它。阿們！

0808 壞的描述/報導 Bad report

先訴情由的，似乎有理；但鄰舍來到，就察出實情。箴言18:17

反思：你最近有否根據單一壞的描述/報導就作出倉促判斷？是否聽了就傳播出

去？你如何能避免之？

禱告：主，祢的計畫和謀略都是無瑕疵，因祢對人心和事情完全知道。但請深鑽我思想/意識，是我沒有深入進去的。求祢拯救我脫離倉促的結論，那是我很容易作得結論。求祢借著提醒我，我不是如此智慧的，來使我更智慧。阿們！

0809 謹慎而行 Go with discretion

寧可有人說：請你上來，強如在你覲見的王子面前叫你退下。不要冒失出去與人爭競，免得至終被他羞辱，你就不知道怎樣行了。你與鄰舍爭訟，要與他一人辯論，不可洩漏人的密事，恐怕聽見的人罵你，你的臭名就難以脫離。箴言 25:7-10

反思：你曾否見過一個情況，或在你自己生命或在某人生命裡，牢騷被倉促地提出，且不公平最後被作出？

禱告：主，使人激憤的形象和煽動性言語現在立即就被分享，且熱情如此快速引到法律行動。但當我感到憤慨、憤憤不平時，請讓我慢下來，提醒我、我自己做的不法行為、不道德行為，並賜我勇氣親自跟人當面談，或把這事放下來。阿們！

0810 告訴教會 Tell it to the church

掣籤能止息爭競，也能解散強勝的人。弟兄結怨，勸他和好，比取堅固城還難；這樣的爭競如同堅寨的門門。箴18:18-19

你有否看見教會領袖幫助解決一個爭競，或復合一段關係的情況？有用嗎？為什麼有用或無效？

禱告：主，在教會衰退的時期，尊敬和服從教會領袖的聖經呼召使人不舒服，不受歡迎。在事工/職事裡有很多瀆職/怠忽職守及濫用職權。但當敬虔的領袖幫助人們找到智慧道路時，那是何等的美善啊！求興起那些領袖，並把他們放在每一個教會裡。阿們！

認識時間和時機，0811-0903：引導、計畫、和作決定、對我們世代的洞察/見識

0811 神的引導 The guidance of God

籤放在懷裡，定事由耶和華。……人心多有計謀；惟有耶和華的籌算才能立定。箴16:33; 19:21

反思：神對你的生命有個美好的計畫，這個真理在你尋求作出智慧決定時，如

何能是個安慰和幫助呢？

禱告：主，祢是完全的公義和公平，儘管我們極為有限的觀點之出現，祢從來不會不公正地對待任何人。請賜給我深入的滿足和平安，那是只能從認識祢對我的設計是無瑕疵而來，儘管我不可能完全徹底瞭解它們。阿們！

0812 同時發生/暫停/協力 Concurrency

心中的謀算在乎人；舌頭的應對由於耶和華。……人心籌算自己的道路；惟耶和華指引他的腳步。……人的腳步為耶和華所定；人豈能明白自己的路呢？箴16:1,9; 20:24

反思：神掌管預定歷史，但人有自由選擇及負的責任，你理解這個歷史觀的獨特聖經平衡的觀點了嗎？或你比你應該是的那樣更加焦慮或更加被動呢？

禱告：主，祢是永恆的，我們是在時間裡面的，那就是為什麼我無法理解歷史的每個細節如何能在祢的計畫掌控之內，然而每個人類行動都是自由和負責任的原因。然而它們就是如此，我以敬畏和戰戰兢兢在這個不可理解但奇妙的智慧之前致敬/順從/屈服/敬拜。阿們！

0813 非如何，乃誰 Not how but whom

正直人的純正必引導自己；奸詐人的乖僻必毀滅自己。……義人的思念是公平；惡人的計謀是詭詐。……謀惡的，豈非走入迷途嗎？謀善的，必得慈愛和誠實。箴11:3; 12:5; 14:22

反思：你認為大家為什麼寧可尋求神跡和感覺（signs and feelings），而非倚靠智慧來作決定？為什麼所是比如何做還重要？

禱告：天父，我的文化使我習慣於渴求快速的答案，那是能夠裝進一張投影片或一個簡短的視頻裡。但祢不是一個答案自動販售機，也非智慧現金交易窗口。這裡，我下定決心要花漫長旅途來成為那種祢引導我成為的人，“我心中想往（錫安）大道”（詩 84:5）。阿們！

0814 現實主義 Realism

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。……有一條路，人以為正，至終成為死亡之路。箴12:15; 16:25

反思：你能回想在你或某人生命裡的某個狀況，你現在來看，其中並無選擇或選項可以帶出可喜的後果？你選擇智慧之道嗎？若你選擇智慧之道，是有可能結局還是不順。你信靠神叫萬事互相效力，結局必有終極的良善和榮耀嗎？

禱告：天父，我不想要相信有時每個選項，甚至隨著正確作為，可能引向困難痛苦的結果。但這就是祢愛子的實例——無可逃避的極大痛苦和死亡。但祢在其中接受了並忠心地順服祢，結果就是新生命。請幫助我也這麼做。阿們！

0815 計畫 Planning

殷勤籌劃的，足致豐裕；行事急躁的，都必缺乏。……你要在外頭預備工料，在田間辦理整齊，然後建造房屋。箴21:5; 24:27

反思：你最後一次在自己生命或別人生命裡，看見糟糕計畫的後果嗎？特別是哪裡出差錯呢？你做決定時，有良好的計畫嗎？評估一切可能的代價了嗎？

禱告：主，祢的知識、愛、和聖潔，是完全/完美的，所以祢的計畫是完美/完全的；我的卻不是，因為我不完全/完美。祢的愛子不能被催促，祢從來不早，也不晚，儘管看起來好像是（可 5:35-36）。請救我脫離我的魯莽。阿們！

0816 信任 Trust

你所做的，要交託耶和華，你所謀的，就必成立。箴16:3

反思：你在生活每個領域裡，都把你自己所有的重量放到基督十字架救恩上面嗎？在做決定上，是變得越來越智慧嗎？為什麼是或不是？

禱告：主，祢是完全至高無上，無人能阻撓祢的旨意。然而祢是無窮地慈愛和良善，所以從祢絕對權能裡，是沒有什麼好懼怕的。就像約瑟那樣，我在順服和景仰中向祢敬拜，我服從祢的良善旨意。那樣做，可以同時榮耀祢，並使我有智慧。阿們！

請回聽二月 18 日《生活中每個領域》、一月 22 日《辨明你的偶像》與二月 12 日《信靠神》的靈修錄音。

0817 好好/妥善地選擇 Choosing well

無智謀，民就敗落；謀士多，人便安居。……計謀都憑籌算立定；打仗要憑智謀。……你去打仗，要凭智谋；谋士众多，人便得胜。箴11:14; 20:18; 24:6

反思：今天靈修內容裡所列做良好決定的這些要素裡，哪一個是你常常漏掉的？

禱告：主，祢警告不要“心懷二意”及猶豫不決（雅 1:8）。當我是心懷二意及猶豫不決時，那是因為我忘記祢是強有力和慈愛；以至於我不能毀壞祢對我的美好計畫。請賜給我透過認識這一點而有的平安，並賜我力量來行出祢的旨意。阿們！

對我們世代的洞察/見識 Insight for Our Age

0818 新聞 The news

奸惡的使者必陷在禍患裡；忠信的使臣乃醫人的良藥。箴13:17

反思：在你一生裡，新聞媒體的可靠，是已經增加、減少，或是維持不變呢？

禱告：主，人心的本質就是欺騙和隱藏真理來服務我們的興趣/為我們的利益效力。求祢以祢的權能和恩典，在我們的社會裡抑制人心罪惡的傾向。身為政治實體/國家/一個整體的民族，請幫助我們辨別真與假，並使祢的子民在一個黑暗的世界裡成為鹽和光。阿們！

0819 良善招引敵意 Goodness attracts hostility

好流人血的，恨惡完全人，索取正直人的性命。箴29:10

反思：你曾否為你的信仰或信仰落實而經歷了敵意？人們發現什麼是冒犯或威脅他們的？你的回應有多好呢？

禱告：天父，當人們為我正確作為轉向我/焦點在我身上時，我承認我是很震驚的，然後我害怕了。請將我的眼睛轉去看祢愛子為我受的鞭傷，然後使我“喜樂”，好像“被認為/看作是配為這名受辱”（徒 5:41）。阿們！

0820 你不能是你想要是的人 You can't be whatever you want to me

使地震動的有三樣，連地擔不起的共有四樣：就是僕人作王；愚頑人吃飽；醜惡的女子出嫁；婢女接續主母。箴30:21-23

反思：在你的生命或別人的生命裡，你曾否見過有的志向是脫離現實，並引到悲哀的結果呢？

禱告：主，“祢高舉貧乏人”，但在這個世界裡，不是每一個人都能是一個治理者。求祢賜我對祢的良善和智慧有足夠的信任來喜樂地服事祢，在“無論主祢所指定的情況裡，……正如神所呼召的。”（林前 7:17）阿們！

0821 禮貌/禮儀 Manners

你若與官長坐席，要留意在你面前的是誰。你若是貪食的，就當拿刀放在喉嚨上。不可貪戀他的美食，因為是哄人的食物。箴23:1-3

反思：你曾否忽視禮儀和禮貌是一種智慧與榮耀神的方式呢？若否，你是怎麼做的？

禱告：主，禮儀和禮節被認為是階級特權的恥辱標誌——然而它們不只如此。他們是生活中最小和最平常普通事情裡的愛、體貼和尊敬。請幫助我仁慈足夠到有禮貌。阿們！

0822 性情 Temperament

不要照愚昧人的愚妄話回答他，恐怕你與他一樣。要照愚昧人的愚妄話回答他，免得他自以為有智慧。箴26:4-5

反思：這兩種方式，你性情上傾向哪一種呢？你上一次違抗你的性情，結果證明你做的是智慧之事，是什麼時候？

禱告：主，我感謝祢，因為祢已經引領我接受祢話語的權柄/權威性。我有很多時機是違抗我的性情而行，那不只使我有智慧，而且拯救了我的生命。阿們！

0823 網路/網路文化 Internet culture

褻慢人煽惑通城；智慧人止息眾怒。箴29:8

反思：你是否發現自己被所點閱社交媒體的東西搞得心煩意亂？你被吸引進去了嗎？你如何能避免之？

禱告：主，很多人可能試著要挑起我的憤怒，以得到我的支持：金錢、投票、和購買東西；我下定決心要以祢的幫助來抗拒之。請提醒我，祢是審判官，我是被審判者，然而在基督裡被宣佈無罪。求讓這些奇妙的真理吞噬我自義的憤怒。阿們！

0824 老去 Being old

白髮是榮耀的冠冕，在公義的道上必能得著。……強壯乃少年人的榮耀；白髮為老年人的尊榮。箴16:31; 20:29

反思：你如何能夠更好地享受你現在所處生命的年齡階段，而非懼怕或希望另一個不同的年齡階段呢？

禱告：主，我為祢復活的應許讚美祢，就是我們晚年的長久經驗和之後，將會兼有我們年輕時的創意、恩慈、和毅力/耐力，並加上我們從來不知道的榮耀和美麗。直到那時，請幫助我在耐心、喜樂的盼望中等候。阿們！

0825 真正的藥物 Real medicine

心中安靜是肉體的生命；嫉妒是骨中的朽爛。……喜樂的心乃是良藥；憂傷的靈使骨枯乾。箴 14:30; 17:22

反思：你是否看見在自己或別人生命裡，一個身體上的基本被個人靈性和情緒問題所複雜化？幫助如何臨到呢？

禱告：主，請興起醫生和醫護人員，讓他們不認為我們只是肉體，而是靈魂和身體的複雜全人。並請教導我做祢所賜我身體的智慧管家。不要讓我因疏忽我情緒和靈性的健康而不經意地濫用/虐待/殘害身體。阿們！

0826 健康生活 Healthy living

不要自以為有智慧；要敬畏耶和華，遠離惡事。這便醫治你的肚臍，滋潤你的百骨。箴3:7-8

反思：靈命成長和敬虔、智慧的優先次序，如何能有助於你生理健康呢？

禱告：天父，首先我請求當我身體軟弱時，我靈命會更加成長。讓我的身體不適和不舒服像是嗅鹽【一種甦醒劑】，向我顯示我更加明顯地倚靠和需要祢。其次，我恭敬地哀求/懇求/乞求祢賜良好健康，以便於我能全神貫注來服事祢。阿們！

0827 在祢裡面下功夫 Work on your inside

他用甜言蜜語，你不可信他，因為他心中有七樣可憎惡的。他雖用詭詐遮掩自己的怨恨，他的邪惡必在會中顯露。箴26:25-26

反思：哪些被廣泛地隱藏起來壞的態度或習慣，是你應該交給神，並以祂的幫助去下功夫對付的？

禱告：天父，求賜我洞察力看見我自己的惡習，我心裡超出合理限度的特定態度，那引致壞事。請指示我那些我應該愛慕但卻愛得太少的事，和那些我應該以感恩領受但我太喜歡的事。阿們！

0828 兩大考驗 The two great tests

我兒，你不可輕看耶和華的管教（或作：懲治），也不可厭煩祂的責備；因為耶和華所愛的，祂必責備，正如父親責備所喜愛的兒子。……義人的勤勞致

生；惡人的進項致死（死：原文作罪）。箴3:11-12; 10:16

你曾否在你自己或其他人生命中看見興盛及事情也都順利，實際上卻帶出我們裡面最糟的東西呢？

禱告：主，成功和困難兩者都帶出我心裡非常壞的東西。祢一直都看見它們在那裡，然而祢愛我。祢看見我看到底，但祢愛我到進入天堂/極樂情況/極好的情況。祢的慈愛是何等的大啊！

0829 興盛和逆境 Prosperity and adversity

我兒，你不可輕看耶和華的管教（或作：懲治），也不可厭煩祂的責備；因為耶和華所愛的，祂必責備，正如父親責備所喜愛的兒子。……義人的勤勞致生；惡人的進項致死（死：原文作罪）。……你在患難之日若膽怯，你的力量就微小。箴3:11-12; 10:16; 24:10

反思：回顧你的生命，你會說興盛或逆境一直是你靈性更大的試煉和試探嗎？

禱告：當我看我自己的心和我所認識的人，儘管我們害怕受苦，“逆境已經殘殺她千千，但興盛殘殺她萬萬” [Thomas Brook, *Precious Remedies Against Satan Devices*]。美好時光太有可能使祢對我們來說是不真實的，求祢拯救我們靈命脫離興盛。阿們！

0830 你的頭腦/思維/智力很重要 Your mind matters

心無知識的，乃為不善；腳步急快的，難免犯罪。箴19:2

反思：你看見反智主義是以哪些具體方式傷害了教會？你自己也抱持這個態度嗎？

禱告：主，我的頭腦/思維/智力是我這個人的很大一部分，正如其他部分一樣，我整個的自我都是祢的。求祢給我熱心和知識這兩者，而非只是其中的一種。阿們！

0831 界限 Boundaries

耶和華必拆毀驕傲人的家，卻要立定寡婦的地界。箴15:25

反思：在你自己生命，你在哪裡看見界限被侵犯了？對此你能做些什麼？

禱告：父啊，當我看見耶穌對所有的人是如此謹慎、尊敬和仁慈，我的言語、幽默、和行動並未尊重/信守界限，故被證明是有罪。請以“我的鄰舍”是“我意識到

最神聖之物”這個真理來充滿我的心志。阿們!