



第21天 专注在别人

因我拯救哀求的困苦人 和无人帮助的孤儿。 将要灭亡的为我祝福； 我也使寡妇心中欢乐。 我以公义为衣服， 以公平为外袍和冠冕。 我为瞎子的眼， 瘸子的脚。 我为穷乏人的父； 素不认识的人，我查明他的案件。 我打破不义之人的牙床， 从他牙齿中夺了所抢的。约伯记 29:12-17

你是否曾经申请过一份工作并请求别人给你提供推荐信?你希望推荐人说的所有关于你的内容都是好的。圣经中有一个人物叫约伯，神对他有非常高的评价，神说约伯是世界上最好的人。

在约伯记二十九章十二至十七节中，约伯讲述了他在灾难降临之前做的所有事情。我们可以看到约伯的生命和蓬勃，其重心都在穷人、孤儿、寡妇、盲人、需要帮助的人和受害者身上。难怪神对他的评价如此之高。

在新约中还有另一个类似的故事——路加福音第十章中好撒玛利亚人的比喻。耶稣说有一个犹太人从耶路撒冷下耶利哥途中遭到强盗的袭击。他被剥光衣服，挨打，然后被丢在路边。有一个祭司和一个利未人路过看见那人，就从旁边走过去了。这两个信徒，一个是教律法的老师，一个是敬拜的领袖，都故意避开那个需要帮助的人。也许他们正赶去参加一个非常重要的宗教会议。又或者是他们太忙于专注在自己身上了。人总有要去的地方、要见的人、要做的事。所以，关注“他人”是不自然的。

后来，一个撒玛利亚人看见他，就“怜悯”他，而这种怜悯促使他开始行动。

今天，神会因为你服侍他人而认为你是一个最好的人吗?慈爱必须先从心里开始。要有一颗怜悯和为他人着想的心。

祷告

天父，请原谅我总是把精力集中在我想做的事情上、在我想去的地方上和在我想一起出去玩的人上，而没有停下来回应身边人的需要。求你帮助我以祝福他人的方式生活。

第22天 爱必须表现出来

如果一个丰衣足食的人看见贫穷的弟兄姊妹，却毫无怜悯之心，怎能说他爱上帝呢?所以，孩子们啊，不要单在口头上说爱人，总要以真诚的行动表现出来。(约翰一书 3:17-18)

这段经文告诉我们，爱必须要表现或展现出来。那么，我们如何向其他人展示爱心?



盖瑞·查普曼 (Gary Chapman) 提出，人基本上有五种爱的语言。每个人都有一种主要的爱的语言，如果我们想让对方感受到爱，我们就必须学会说这种语言。如果不确定你正在尝试接触的人的主要爱的语言是什么，那就结合使用几种爱的语言，看看他/她对每种语言的反应。

肯定的言词：通过短信或 Whatsapp 发送鼓励性的话、给同事打电话或发送电子邮件、告诉他/她所做的工作很棒、在公开场合赞美某人。

礼物：送礼物。礼物不必昂贵或精致。最重要的是这个想法。可能是送花、买咖啡、为他/她订购送上门的餐食或送一份与对方的爱好或兴趣相关的礼物等。

精心的时刻：也许花喝一杯咖啡的时间来听对方讲话，或者出去散个步等等。

身体的接触：虽然有些人喜欢拥抱，但这可能不是在我们练习社交距离时表达爱的最合适方式。

服务的行动：修剪邻居的草坪、为他们做一顿饭、主动为一对夫妇照看孩子以便他们可以约会、为你的室友洗衣服，为身体不适的朋友买食品杂货等。

祷告

主啊，帮助我不仅在言语上，还有在行动和真理上都能去爱。帮助我学习那些我想祝福的人的爱的语言，并帮助我超越我自己的爱的语言来祝福他们。

第 23 天 慈爱的大能

…不知道祂的慈爱是要引导你悔改吗？罗马书 2:4

我们的文化似乎喜欢矛盾。想想 1960 年的摇滚乐队“铁蝴蝶”这个名字。或是某位作曲人那把他抚养长大的阿姨根本不希望他成为一个音乐人。为了证明她的观点，她给了她十四岁的侄子一个吉他形状的陶瓷牌匾，上面的刻字是：“弹这把吉他你永远不会赚到钱”。约翰·列侬 (John Lennon) 一直谨记着那块牌子，以提醒他职业生涯的讽刺。当他去世时，他的收入比本世纪任何的音乐人都要多。可是，摇滚音乐并不是一切矛盾的尽头。

最好的矛盾词就出现在圣经中，例如“爱你的敌人”、“在前的将要在后”、“有人强迫你走一里路，你就同他走二里”。



强大的慈爱听起来也像是个矛盾词。慈爱通常与温柔和友善联系在一起。然而，上帝激发的慈爱不仅仅是友善，它还是一种属灵武器，可以释放人的心灵，改变社区的气氛和气候。在这里的经文说，神的慈爱会引导人悔改。没有其他的特质曾被提及可以改变一个人的生活轨迹。

祷告

天父，我感谢你的慈爱使我悔改。让你那超自然的慈爱充满我，使我这周能成为让某人与你更亲近的渠道。

第 24 天 就开始做事吧

撒迦利亚 4:10 “不要轻视这些小的开始，因为耶和华因看到工作开始而欢喜”

在另一个翻译说道：“谁藐视这日的事为小呢？”。你可能认为你所做的事很小。当一个小男孩带上他的五个饼和两条鱼时，我们可以想象门徒安德烈嗤之以鼻，居高临下拍拍男孩的头，转向耶稣说：“但是，这么大的人群这有什么用呢？”。然而，那顿小小的午餐却是奇迹的种子，祝福了 5000 人。

记得在 2018 年，10 岁的小男孩杰克帮尼，在电视上看见新闻报道旱灾如何的影响到偏僻社区里，像他一样的小男孩们。他就想了一个主意，穿着像农夫一样带着 5 块钱到学校为农夫们募款。这“一个五块一个农夫”的项目后来被媒体知道了，从原本两万块的目标最后募款达到 150 万！在今年的 2 月，他获得杰出社区事工 澳大利亚青年奖。不是每一件好事都能得奖，但是一个小主意能够滚雪球的成为一件重大的事。

今天的经文说“耶和华因看到工作开始而欢喜”。开始，就开始吧！把你的意念变成行动。把你的承诺变成事实。

祷告

天父感谢祢把我拥有的一点变成神迹。我知道如果我尽力了祢就会完成，这使我得安慰。祢以祢的大能，装备我去爱。让我以从祢而来的纯爱来爱我的邻舍。帮助我开始把祢赐给我的主意变成行动，不再只是好的意念。



第 25 天 圣灵受权行善事

使徒行传 4:9-10 倘若今日因为在残疾人身上所行的善事查问我们他是怎麼得了痊愈，你们众人 and 以色列百姓都当知道，站在你们面前的这人得痊愈是因你们所钉十字架、神叫他从死里复活、拿撒勒的耶稣 基督之名。”

刚刚过了五旬节，彼得和约翰 都充满了圣灵的能力，做了后来所形容的 “行了善事”。他们在去祷告会的途中 遇见了一个生出来就 瘸腿的人求他们赈济。他们没有钱 但彼得说，“只把我所有的给你：我奉拿撒勒的耶稣 基督之名，叫你起来行走。” 那个人就立刻痊愈。

那件善事就开始了一连串的奇妙事件。百姓都 “因他所遇着的事满心希奇、惊讶。。。众百姓一齐跑到他们那里，很觉希奇。”（使徒行传 3:10-11）

彼得继续的讲述耶稣基督的死和复活。他要人们知道那件善事是因为耶稣的名的而成就的。

你知道吗，你也可以为病人带来医治，为受压迫者带来自由，奉耶稣的名为破碎者带来完全！也许你的同事感觉不适，除了给他/她一张卡片以外，你也可以主动为他/她祈祷。一个受权行善事的灵有极大的力量，可以改变某人的生命和社区。

祷告

主啊，像使徒保罗一样，我祈祷我的内心可以开悟，以便我知道那无与伦比的强大力量赐给信主的人。圣灵利用我为病人带来医治，为被压迫的带来自由，并在这样做的时候，把你的慈爱带给那被敌人力量压制的人。

第 26 天 耶稣记得你的善事

“因为我饿了，你们给我吃；渴了，你们给我喝；我作客旅，你们留我住；我赤身露体，你们给我穿；我病了，你们看顾我；我在监里，你们来看我。”（马太福音 25:35-36）

帮助有需要的人有很多原因。

“仁慈对世界有利。”

“使某人摆脱贫困就是释放该人成为研究者，教育者或医生的潜力。”



“随着我们减少贫困和疾病，我们减少了战争和暴行。健康，快乐的人们不会互相伤害。”

同情心有十几位拥护者。

但是对于基督徒来说，没有比这更高的了：当我们爱那些需要帮助的人时，我们就是在爱耶稣。

绵羊和山羊的比喻是耶稣最后布道的一部分。耶稣描述了末日的审判，当万民都在祂面前，然后祂“要把他们分别出来，好像牧羊的分别绵羊山羊一般”。令人发人深省的是，那些会继承神国度的绵羊将是那些在耶稣饥饿的时候给祂吃，渴了给祂喝，在寂寞的时候给祂住宿，赤裸给祂穿衣服，以及在生病或被监禁的时候给祂安慰的人。义人会做出反应，问：“真的，什么时候？我们什么时候进食，穿衣服或安慰你？”

耶稣会一一叙述他们所做的一切善举。每一件小事。实际上，它们似乎都很小。给水喝（或咖啡或饮料），提供食物等。这些善举可能很简单，但是耶稣记住了每一个，并宣布我们通过服事需要的人来服事祂。信息版的圣经说：“每当你对于一个被忽视或忽略的人做这些事情之时，那就是我，你就是对我做的。”

有些需要帮助的人可能在你的邻居，你的大学，你的工作场所中；其他人可能在遥远的国家。我们谁也不能帮助所有的人，但我们所有人都可以帮助一些人。你不能做每件事，但是可以做一些事。要记住，即使只是给某人一杯水对耶稣来说也是重要的。

祷告

主，在每个我服事的人里让我能看到耶稣。提醒我不是只服事他人而是在服事你。

第 27 天 你的善行将被他人纪念

【徒 9:36】 在约帕有一个女徒，名叫大比大，翻希腊话就是多加。她广行善事，多施周济。

在约帕市有一个信徒，名字叫多加。她被形容为总是为他人做事的人。在这个故事中，多加不幸去世。她的死震惊了这座城镇。当他们得知门徒彼得在附近的一个小镇时，便去找他。彼得到达时，他面对许多寡妇，他们哭泣并向他展示多加为他们制作的外套和其他衣服。然后彼得就为多加祷告，使她从死里复活。我们可以从多加身上学到一些东西。



首先，她是一个信徒。我们的善行永远不会成为我们得救的基础或原因，但它们应该是我们得救后的结果。

其次，我们注意到，她“一直”在为他人做善事。偶尔做些善事很容易，但是过一个始终如一的善良生活却是另外一回事。在这40天的活动结束后，我们不要停止对人友好或不再做善事，反而要让爱成为我们一成不变的生活方式。

第三，她用自己的才华和恩赐为他人服务。她有“一根针”，但她并不轻视自己所拥有的一点点。上帝赐了给你哪些才能可以去服侍帮助别人呢？

最后，良善需要努力。这些衣服不会自己缝制起来。多加要花费很多时间来制作这些衣服，而她也可以用这些时间去做其他的事情。良善是一种牺牲。

多加留下了良善恩慈的遗产。你会留下什么使人纪念你呢？这是一个有趣的问题。也是一个让人想起会感到害怕的问题。

祷告

主啊，帮助我不要只是随机的实践善行，而是让良善恩慈成为我的生活方式。帮助我不论在那里——公司，学校或社区，都能留下良善恩慈的遗产。

第28天 跟随圣灵的提示

【徒 8:26】 有主的一个使者对腓利说：“起来，向南走，往那从耶路撒冷下迦萨的路上去。” 那路是旷野。

【徒 8:27】 腓利就起身去了。不料，有一个埃塞俄比亚人，是个有大权的太监，在埃塞俄比亚女王干大基的手下总管银库

腓利听见了主的声音并顺从了。他的顺服导致了埃塞俄比亚司库的救赎。上帝要与我们沟通。当我们的善行是顺服圣灵感动的结果时，它们就会导致救赎和复兴。

上帝想每天和我们说话。耶稣在约翰福音10章中三次在不同的时间告诉我们说，祂的儿女们可以听到并认得祂的声音。你知道上帝的声音吗？您是否有花时间等候和聆听祂的声音，以至于你可以从其他想要向你说话的声音中去分辨出神的声音呢？耶稣应许你会认得祂的声音，他希望你花些时间学会听他的指示和引导。



世界的声音是很大的。我们的社会已经成为一个不能够停下来安静一会儿的社会。智能手机的平均用户每天划动手机的次数超过 2617 次，最重的用户则超过了 5,000 次。社交媒体，电话信息，新闻等不断轰炸着我们。今天，你可以尝试花一些时间安静下来，静静地聆听祂的声音。

也许神会提醒你去打电话给某人或邀请某人去喝咖啡。不要忽略这些提示。让神引导你。您的“随机”善行可以成为神特制的机会让某人可以被吸引靠近祂呢。在圣经何西阿书，神说，“我用慈绳爱索牵引他们”。

祷告

天父，我感谢你应许我们可以听到你的声音。我现在比任何时候更加渴慕能够听到你向我说话的声音。今天我求你向我说话，告诉我你要我去祝福谁，要跟谁传福音。

第 29 天 区分负载与负担的智慧

你们各人的重担要互相担当，如此，就完全了基督的律法。
(加拉太书 6:2)

因为各人必担当自己的担子。(加拉太书 6:5)

在这两节经文中，我们被嘱咐要担当彼此的重担以及承担自己的担子。这里使用了两个不同的希腊词。

希腊语中的“负担”一词是 bare(裸露的)，意思是过多的负担或沉重的负担使我们无法承受压力。这些重担就像巨石。它们可以压垮我们。有时人们会经历危机时期，例如疾病，关系破裂，突然或暂时的财务困扰，置身其中的人因为负担太重，无法独自承担。我们被呼召介入其中或兴起，帮助承担这些重担。

希腊语中的“负载”一词是 phortion。这个词通常将与士兵的包裹-公司中每人承担的标准货物)一起使用。用现代的话语来说，这就像我们必须每天随身携带的背包或钱包一样。我们需要为自己负责的事情-我们的感觉，态度或其它我们必须为自己做的事情。

当我们做出善意的举动时，我们不应期望任何回报。但是，如果一个人或一群人持续依赖我们的善意，则明智的做法是评估我们帮助他人承担这些重担，是在他人缺乏能



力，知识或资源去为他们做这些事情；还是事实上他人能够在鼓励下自己有能力去做这些事情。

对于那些有能力的人，请记住您负载的可能是某人的负担。仅仅因为您可以举起 100 公斤的重量，并不意味着别人可以做到。让我们起到具备善良，纯洁以及仁慈的智慧。

祷告

父亲，请帮助我对身边可能承受着无法承受的重荷，在精神上、情绪上、属灵上承受沉重负担的人保持敏感。帮助我在属灵上和实践上伸出援助之手。如果我背负某人的重担而造成剥夺他们成长和成熟的机会，请给我智慧。

第 30 天 为您爱与善的油箱加油

我们行善，不可丧志；若不灰心，到了时候就要收成。（加拉太书 6:9）

你有没有曾经用尽燃料？造成汽车燃油用尽的常见原因包括：没有装满油箱就开始；太忙以至于无法停车和加油；没有意识到隐藏的漏油；注意力被分散，甚至指针指向 E 或警示灯已经亮了一阵子了，仍未留意仪表或高估了剩余燃油的量。

我们可以在属灵的旅途中看到相似之处。做善事可能很累。如果我们努力依靠自己的力量过着充满爱和友善的生活，那么我们能够走的路有限，直到我们在身体，情感和精神上都枯竭为止。

我们需要每天停下来加油。以弗所书中的保罗祈祷信徒们“在爱中扎根，根基稳固”。如果树根不经常从地面汲水和养分，树就会枯萎死。只有不断汲取养分，我们才能自然地产生爱与仁慈的果实。

我们需要留意自己，以免我们过度运作而干涸。保罗在这里说，有时候我们拜托了诱惑，却会因为沮丧或疲倦而放弃。身体上的疲劳与属灵上的疲劳是有区别的。我们并不总是需要从工作中休息，但我们需要在休息中工作。耶稣说：我的轭是容易的，我的担子是轻省的。您以自己的力量去努力的一个指标则是您变得对您正在服侍的人感到不满。上帝保证，如果我们不放弃，我们将收获丰收。

A PRAYER,
CARE, SHARE
Devotional 



1st June – 10th July
2020



祷告

主啊，帮助我住在你里面，在你的爱中扎根，根基稳固，这样我才能结出仁爱与良善的果实。您承诺那些滋润人的，必得滋润。今天请您来滋润我，以便我可以继续做善事，到了时候，我就能够收成。