



第十屆環球華人釋經培靈大會 講道經文、大綱及思考問題

2026年3月2-6日 (週一至週五 香港時間 普通話聚會)
早堂 (9:30-11:00) 午堂 (11:25-12:40) 晚堂 (19:30-21:00)

❖ 早堂：蔡麗貞博士
講題：尼希米記查經

根據猶太人所使用的希伯來正典，以斯拉－尼希米記原是同一卷書，與歷代志都是舊約歷史的尾聲，都是針對被擄歸回群體做信仰的重建，重申神的信實可靠，神應許以色列餘民的復興並未落空，歸回群體若回轉歸向神，就必得著神的眷顧與保護。

❖ 午堂：周曉輝牧師
講題：誠正者的吶喊
——可拉後裔的歌單

在當今動蕩的世界局勢中，我們感到無力改變大環境，甚至難以掌控身邊的人和事，禱告成為唯一能做的事。可拉後裔的詩篇，是事奉上主的人的詩篇。翻開它們你會發現，這一群詩人是懷着誠正的心，去認准神、切慕神、尊崇神、事奉神和傳揚神。他們愛上主，並持定心志以禱告去征戰、做工、等待。他們的禱告無論在怎樣的境地，都能展現出他們所信的是甚麼。這五天，我們將藉着可拉後裔的詩篇作檢視，思想我們自己如何守護心。讓我們一起學習，用可拉後裔的歌單，對神唱出我們誠正的心。

❖ 晚堂：潘怡蓉博士
講題：體驗連於基督裏的生命與生活

我們生活在一個動盪與不確定的年代，生活中充滿許多壓力與挑戰，很多時候會在環境中有身不由己的無助和無力感，因此常很多人會感到沮喪、擔憂、壓迫、孤單、枯燥乏味、失去方向、沒有動力以及缺乏歡笑。但是基督徒有寶貝放在瓦器裡，藉著《腓立比書》，我們重新發掘在生活與信仰的群體中如何能夠體驗在基督裡的盼望、無懼、自由、光彩、動力、鼓勵、喜樂、並在主內的關懷與扶持。本書記述保羅為信徒感恩與代禱，受苦與受限中的勸勉，鼓勵信徒的以基督的謙卑為榜樣，追求天上的獎賞，靠主常常喜樂。耶穌基督就是福音的中心，我們一起學習如何在有限制與受苦的情況下，因著更加連結於這位又真又活的基督，體驗豐盛的生命與不一樣的人生。

2026年3月2日(週一)

早堂：蔡麗貞博士《尼希米記》查經
(一) 尼希米記的禱告

參考經文 尼希米記一章 1-11 節

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>尼希米記一章 尼希米關心耶路撒冷</p> <p>1 哈迦利亞的兒子尼希米的言語如下： 亞達薛西王二十年基斯流月，我在書珊城的宮中。2 那時，有我一個弟兄哈拿尼，同著幾個人從猶大來。我問他們那些被擄歸回、剩下逃脫的猶大人和耶路撒冷的光景。3 他們對我說：「那些被擄歸回剩下的人在猶大省遭大難，受凌辱；並且耶路撒冷的城牆拆毀，城門被火焚燒。」</p> <p>4 我聽見這話，就坐下哭泣，悲哀幾日，在天上的神面前禁食祈禱，說：5「耶和華－天上的神，大而可畏的神啊，你向愛你、守你誠命的人守約施慈愛。6 願你睜眼看，側耳聽，你僕人晝夜在你面前為你眾僕人以色列民的祈禱，承認我們以色列人向你所犯的罪；我與我父家都有罪了。7 我們向你所行的甚是邪惡，沒有遵守你藉著僕人摩西所吩咐的誠命、律例、典章。8 求你記念所吩咐你僕人摩西的話，說：『你們若犯罪，我就把你們分散在萬民中；9 但你們若歸向我，謹守遵行我的誠命，你們被趕散的人雖在天涯，我也必從那裏將他們招聚回來，帶到我所選擇立為我名的居</p>	<p>尼希米記一章 尼希米關心耶路撒冷</p> <p>1 哈迦利亞的兒子尼希米的言語如下： 亞達薛西王二十年基斯流月，我在書珊城堡中。2 那時，我有一個兄弟哈拿尼，同幾個人從猶大來。我問他們那些被擄歸回、剩下殘存的猶大人和耶路撒冷的情況。3 他們對我說：「那些被擄歸回剩下的餘民在猶大省那裏遭大難，受凌辱；耶路撒冷的城牆被拆毀，城門被火焚燒。」4 我聽見這話，就坐下哭泣，悲哀幾日，在天上的神面前禁食祈禱，5 說：「唉，耶和華－天上大而可畏的神，向愛你、守你誠命的人守約施慈愛的神啊，6 願你睜眼看，側耳聽你僕人今日晝夜在你面前，為你眾僕人以色列人的祈禱，承認我們以色列人向你所犯的罪；我與我父家都犯了罪。7 我們向你所行的非常敗壞，沒有遵守你吩咐你僕人摩西的誠命、律例、典章。8 求你記念所吩咐你僕人摩西的話，說：『你們若犯罪，我就把你們分散在萬民中；9 但你們若歸向我，謹守遵行我的誠命，你們被趕散的人雖在天涯，我也必從那裏將他們召集回來，帶到我所選擇立為我名居所的地</p>	<p>尼希米記一章 耶路撒冷的慘況</p> <p>1 哈迦利亞的兒子尼希米的言行錄：亞達薛西王二十年基斯流月，我在書珊宮中， 2 我的一位兄弟哈拿尼和幾個人一起從猶大來到；我詢問他們關於那些從被擄逃脫的猶大餘民和關於耶路撒冷的景況。 3 他們對我說：“那些從被擄剩下的餘民，在猶大省那裡遭遇大患難，受到凌辱。耶路撒冷的城牆倒塌，城門也被火燒毀。”</p> <p>尼希米為耶路撒冷禁食禱告</p> <p>4 我聽見了這些事，就坐下哭泣，悲傷了好幾天，在天上的神面前禁食禱告， 5 說：“耶和華天上的神，偉大可畏的神啊，你向那些愛你，遵守你誠命的人，守約施慈愛。 6 求你側著耳，睜著眼的，垂聽你僕人的禱告，我今天在你面前晝夜為著你的僕人以色列人禱告，承認以色列人所犯的罪，就是我與我父的家向你所犯的罪。 7 我們故意行極大的惡事得罪你，沒有遵守你吩咐你僕人摩西的誠命、律例和典章。 8 求你記念你吩咐你僕人摩西的話，說：‘你們若是不忠，我就把你們分散在萬民中。</p>

<p>所。』10 這都是你的僕人、你的百姓，就是你用大力和大能的手所救贖的。11 主啊，求你側耳聽你僕人的祈禱，和喜愛敬畏你名眾僕人的祈禱，使你僕人現今亨通，在王面前蒙恩。」我是作王酒政的。</p>	<p>方。』10 他們是你的僕人和你的百姓，是你用大力和大能的手所救贖的。11 唉，主啊，求你側耳聽你僕人的祈禱，聽喜愛敬畏你名眾僕人的祈禱，使你僕人今日亨通，在這入面前蒙恩。」我是王的酒政。</p>	<p>9 但如果你們回心轉意歸向我，謹守遵行我的誠命，即使在你們被趕逐的天邊，我也必從那裡把他們招聚回來，帶他們到我選擇給我的名居住的地方那裡去。」 10 這些都是你的僕人，你的子民，是你用你的大能和你強而有力的手所救贖的。 11 主啊，求你留意聽你僕人的禱告，也聽那些喜愛敬畏你名的僕人的禱告；求你使你的僕人今天順利，使他在這入面前蒙憐憫。”那時我是王的酒政。</p>
---	--	---

查經大綱

一、尼希米記的禱告

經文：尼希米記第一章

認識神的信實可靠；「記念」祂的百姓

思考問題

1. 「天上的神」（the God of Heaven）在被擄歸回書卷中涵蓋神的那些屬性？
2. 「記念」（remember）這個字是聖經核心信念，是尼希米記關鍵的主題字，是神與人立約雙方不止息的互動關係，對您的信仰有何意義？
3. 「酒政」這個頭銜究竟是什麼差事（尼一 11）？地位是尊或卑？

2026年3月2日(週一)

午堂：周曉暉牧師 誠正者的吶喊——可拉後裔的歌單
(一) 遙遠的祂

參考經文 詩篇四十二-四十三篇

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>詩篇四十二 流亡異鄉者的禱告(一) 可拉後裔的訓誨詩，交與伶長。</p> <p>1 神啊，我的心切慕你， 如鹿切慕溪水。</p> <p>2 我的心渴想神，就是永生神； 我幾時得朝見神呢？</p> <p>3 我晝夜以眼淚當飲食； 人不住地對我說：你的神在哪裏呢？</p> <p>4 我從前與眾人同往， 用歡呼稱讚的聲音 領他們到神的殿裏，大家守節。 我追想這些事， 我的心極其悲傷。</p> <p>5 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？ 應當仰望神，因他笑臉幫助我；我還要稱讚他。</p> <p>6 我的神啊，我的心在我裏面憂悶， 所以我從約旦地，從黑門嶺，從米薩山記念你。</p> <p>7 你的瀑布發聲，深淵就與深淵響應； 你的波浪洪濤漫過我身。</p> <p>8 白晝，耶和華必向我施慈愛； 黑夜，我要歌頌禱告賜我生命的神。</p> <p>9 我要對神——我的磐石說：你為何忘記我呢？ 我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？</p> <p>10 我的敵人辱罵我，好像打碎我的骨頭， 不住地對我說：你的神在哪裏呢？</p>	<p>詩篇四十二 可拉後裔的詩。交給聖詠團長。 流亡異鄉者的禱告(一)</p> <p>1 神啊，我的心切慕你， 如鹿切慕溪水。</p> <p>2 我的心渴想神，就是永生神， 我幾時得朝見神呢？</p> <p>3 我晝夜以眼淚當食物， 人不住地對我說：「你的神在哪裏呢？」</p> <p>4 我從前與眾人同往，領他們到神的殿裏， 大家用歡呼稱頌的聲音守節； 我追想這些事，我的心極其悲傷。</p> <p>5 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？</p> <p>6 我的神。我的心在我裏面憂悶， 所以我從約旦地，從黑門嶺，從米薩山記念你。</p> <p>7 你的瀑布發聲，深淵就與深淵響應， 你的波浪洪濤漫過我身。</p> <p>8 白晝，耶和華必施慈愛； 黑夜，我要歌頌祈禱賜我生命的神。</p> <p>9 我要對神——我的磐石說：「你為何忘記我呢？ 我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？」</p> <p>10 我的敵人辱罵我，好像敲碎我的骨頭， 他們不住地對我說：「你的神在哪裏呢？」</p>	<p>第四十二章 在異地渴慕朝見神 (可拉子孫的訓誨詩，交給詩班長。)</p> <p>1 神啊！我的心渴慕你，好像鹿渴慕溪水。</p> <p>2 我的心渴想神，就是永活的神；我甚麼時候可以來朝見神的面呢？</p> <p>3 人整天對我說：“你的神在哪裏呢？”我就晝夜以眼淚當飯吃。</p> <p>4 我從前常常和群眾同去，與他們進到神的殿裡，在歡呼和稱謝聲中，大家守節。每逢想起這些事，我的心就感到難過。</p> <p>5 我的心哪！你為甚麼沮喪呢？為甚麼在我裡面不安呢？應當等候神；因為我還要稱讚他，他是我面前的救助、我的神。</p> <p>6 我的心在我裡面沮喪；因此我從約旦地，從黑門嶺，從米薩山，記念你。</p> <p>7 你的瀑布一發聲，深淵就和深淵響應；你的洪濤和波浪都掩蓋了我。</p> <p>8 白天耶和華賜下他的慈愛；夜間我要向他歌頌，向賜我生命的神禱告。</p> <p>9 我要對神我的磐石說：“你為甚麼忘記我呢？我為甚麼因仇敵的壓迫徘徊悲哀呢？”</p> <p>10 我的敵人整天對我說：“你的神在哪裏呢？”他們這樣辱罵我的時候，就像在擊碎我的骨頭。</p>

11 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？
應當仰望神，因我還要稱讚他。
他是我臉上的光榮，是我的神。

詩篇四十三

流亡異鄉者的禱告（二）

1 神啊，求你伸我的冤，
向不虔誠的國為我辨屈；
求你救我脫離詭詐不義的人。
2 因為你是賜我力量的神，為何丟棄我呢？
我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？

3 求你發出你的亮光和真實，好引導我，
帶我到你的聖山，到你的居所！

4 我就走到神的祭壇，
到我最喜樂的神那裏。
神啊，我的神，
我要彈琴稱讚你！

5 我的心哪，你為何憂悶？
為何在我裏面煩躁？
應當仰望神，因我還要稱讚他。
他是我臉上的光榮（原文是幫助），是我的神。

11 我的心哪，你為何憂悶？
為何在我裏面煩躁？
應當仰望神，
我還要稱謝他，我當面的拯救，我的神。

詩篇四十三

流亡異鄉者的禱告（二）

1 神啊，求你為我伸冤，
向不虔誠的國為我辯護；
求你救我脫離詭詐不義的人。
2 你是作我保障的神，為何丟棄我呢？
我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？

3 求你發出你的亮光和信實，好引導我，
帶我到你的聖山，到你的居所！

4 我就走到神的祭壇，
到賜我喜樂的神那裏。
神，我的神啊，
我要彈琴稱謝你！

5 我的心哪，你為何憂悶？
為何在我裏面煩躁？
應當仰望神，
我還要稱謝他，我當面的拯救，我的神。

11 我的心哪！你為甚麼沮喪呢？為甚麼在我裡面不安呢？應當等候神；因為我還要稱讚他，他是我面前的救助、我的神。

第四十三章

祈求 神帶領回國

1 神啊！求你為我伸冤，為我的案件向不敬虔的國申辯；求你救我脫離詭詐和不義的人；
2 因為你是賜我力量的神。你為甚麼棄絕我呢？
我為甚麼因仇敵的壓迫徘徊悲哀呢？

3 求你發出你的亮光和真理，好引導我，帶我到你的聖山，到你的居所。

4 我就走到神的祭壇前，到神、我極大的喜樂那裏。神啊！我的神啊！我要彈琴稱讚你。

5 我的心哪！你為甚麼沮喪呢？為甚麼在我裡面不安呢？應當等候神；因為我還要稱讚他，他是我面前的救助、我的神。

思考問題

1. 既然神曾在過往這麼多事情上看顧保守我，為何我的心仍然憂悶呢？你的難處是什麼？
2. 若因著禱告未蒙回應的失落，而感到神與自己距離遙遠，你是否仍然期待神的救助？還是只剩下哀嘆和祈求，較難說出盼望的原由？這和你過去禱告的經歷有何不一樣？

2026年3月2日(週一)

晚堂：潘怡蓉博士 體驗連於基督裏的生命與生活
(一) 受迫與受限的無懼與盼望

參考經文 腓立比書一章 1-26 節

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>腓立比書一章 1-26 節</p> <p>問候</p> <p>1 基督耶穌的僕人保羅和提摩太寫信給凡住腓立比、在基督耶穌裏的眾聖徒，和諸位監督，諸位執事。2 願恩惠、平安從神我們的父並主耶穌基督歸與你們！</p> <p>保羅為腓立比信徒禱告</p> <p>3 我每逢想念你們，就感謝我的神；4 每逢為你們眾人祈求的時候，常是歡歡喜喜地祈求。5 因為從頭一天直到如今，你們是同心合意地興旺福音。6 我深信那在你們心裏動了善工的，必成全這工，直到耶穌基督的日子。7 我為你們眾人有這樣的意念，原是應當的；因你們常在我心裏，無論我是在捆鎖之中，是辯明證實福音的時候，你們都與我一同得恩。8 我體會基督耶穌的心腸，切切地想念你們眾人；這是神可以給我作見證的。9 我所禱告的，就是要你們的愛心在知識和各樣見識上多而又多，10 使你們能分別是非（或譯：喜愛那美好的事），作誠實無過的人，直到基督的日子；11 並靠着耶穌基督結滿了仁義的果子，叫榮耀稱讚歸與神。</p>	<p>腓立比書一章 1-26 節</p> <p>問候</p> <p>1 基督耶穌的僕人保羅和提摩太寫信給住腓立比、在基督耶穌裏的眾聖徒，以及諸位監督和執事。2 願恩惠、平安從我們的父神和主耶穌基督歸給你們！</p> <p>保羅為腓立比信徒禱告</p> <p>3 我每逢想念你們，就感謝我的神，4 每逢為你們眾人祈求的時候，總是歡歡喜喜地祈求，5 因為從第一天直到如今，你們都同心合意興旺福音。6 我深信，那在你們心裏動了美好工作的，到了耶穌基督的日子必完成這工作。7 我為你們眾人有這樣的想法原是應當的，因為你們常在我心裏；無論我是在捆鎖中，在辯明並證實福音的時候，你們都與我一同蒙恩。8 我以基督耶穌的心腸切切想念你們眾人，這是神可以為我作證的。9 我所禱告的就是：要你們的愛心，在知識和各樣見識上，不斷增長，10 使你們能分辨是非，在基督的日子作真誠無可指責的人，11 更靠著耶穌基督結滿仁義的果子，歸榮耀稱讚給神。</p>	<p>腓立比書一章 1-26 節</p> <p>問安</p> <p>1 基督耶穌的僕人保羅和提摩太，寫信給所有住在腓立比，在基督耶穌裡的聖徒、監督和執事。</p> <p>2 願恩惠平安從我們的父神和主耶穌基督臨到你們。</p> <p>為信徒祈禱</p> <p>3 我每逢想到你們，就感謝我的神；</p> <p>4 每次為你們大家祈求的時候，總是歡歡喜喜地祈求。</p> <p>5 為了你們從頭一天直到現在都在福音的事工上有分，我就感謝我的神。</p> <p>6 我深信那在你們中間開始了美好工作的，到了基督耶穌的日子，必成全這工作。</p> <p>7 為你們眾人我有這樣的思想是很恰當的，因為你們常常在我的心裡，無論我是在捆鎖之中，或是在辯護和證實福音的時候，你們都和我一同分享神的恩典。</p> <p>8 我是怎樣以基督耶穌的心腸，切切地想念你們眾人，這是神可以為我作證的。</p> <p>9 我所禱告的，是要你們的愛心，在充足的知識和各樣的見識上，多而又多，</p> <p>10 使你們可以辨別是非，成為真誠無可指摘的人，直到基督的日子，</p> <p>11 靠著耶穌基督結滿了公義的果子，使神得著榮耀和讚美。</p>

我活着就是基督

12 弟兄們，我願意你們知道，我所遭遇的事更是叫福音興旺， 13 以致我受的捆鎖在御營全軍和其餘的人中，已經顯明是為基督的緣故。 14 並且那在主裏的弟兄多半因我受的捆鎖就篤信不疑，越發放膽傳神的道，無所懼怕。

15 有的傳基督是出於嫉妒紛爭，也有的是出於好意。 16 這一等是出於愛心，知道我是為辯明福音設立的； 17 那一等傳基督是出於結黨，並不誠實，意思要加增我捆鎖的苦楚。 18 這有何妨呢？或是假意，或是真心，無論怎樣，基督究竟被傳開了。為此，我就歡喜，並且還要歡喜； 19 因為我知道，這事藉着你們的祈禱和耶穌基督之靈的幫助，終必叫我得救。 20 照着我所切慕、所盼望的，沒有一事叫我羞愧。只要凡事放膽，無論是生是死，總叫基督在我身上照常顯大。 21 因我活着就是基督，我死了就有益處。 22 但我在肉身活着，若成就我工夫的果子，我就不知道該挑選甚麼。 23 我正在兩難之間，情願離世與基督同在，因為這是好得無比的。 24 然而，我在肉身活着，為你們更是要緊的。 25 我既然這樣深信，就知道仍要住在世間，且與你們眾人同住，使你們在所信的道上又長進又喜樂， 26 叫你們在基督耶穌裏的歡樂，因我再到你們那裏去，就越發加增。

我活著就是基督

12 弟兄們，我要你們知道，我所遭遇的事反而使福音更興旺， 13 以致御營全軍和其餘的人都知道我是為基督的緣故受捆鎖的； 14 而且那在主裏的弟兄，多半都因我受的捆鎖而篤信不疑，越發放膽無所懼怕地傳道。 15 有些人傳基督是出於嫉妒紛爭；有些人是出於好意。 16 後者是出於愛心，知道我奉差遣是為福音辯護的。 17 前者傳基督是出於自私，動機不純，企圖要加增我捆鎖的苦楚。 18 這又何妨呢？或是假意或是真心，無論如何，只要基督被傳開了，為此我就歡喜。我還要歡喜， 19 因為我知道，這事藉着你們的祈禱和耶穌基督的靈的幫助，終必使我得到釋放。 20 這就是我所切慕、所盼望的：沒有一事能使我羞愧；反倒凡事坦然無懼，無論是生是死，總要讓基督在我身上照常顯大。 21 因為我活著就是基督，死了就有益處。 22 但是，我在肉身活著，若能有工作的成果，我就不知道該挑選甚麼。 23 我處在兩難之間：我情願離世與基督同在，因為這是好得無比的； 24 然而，我為你們肉身活著更加要緊。 25 既然我這樣深信，就知道仍要留在世間，且與你們眾人一起存留，使你們在所信的道上又長進又喜樂， 26 為了我再到你們那裏時，你們在基督耶穌裏的誇耀越發加增。

活著就是基督

12 弟兄們，我願意你們知道，我所遭遇的反而使福音更加興旺了， 13 以致整個宮裡的衛隊和其餘一切的人，都知道我是為了基督才受捆鎖的； 14 而且大多數主內的弟兄，因我所受的捆鎖，就篤信不疑，毫無畏懼，更勇敢地傳講神的道。 15 有些人傳揚基督是出於嫉妒和紛爭，但也有些人是出於好意。 16 這些人是出於愛心，知道我是派來為福音辯護的。 17 那些人傳講基督卻是出於自私，動機並不純正，只想加重我在捆鎖中的煩惱。 18 那有甚麼關係呢？真心也好，假意也好，無論怎麼樣，基督總被傳開了，為此我就歡喜；並且我還要歡喜， 19 因為我知道，藉着你們的祈求和耶穌基督的靈的幫助，我一定會得到釋放。 20 我所熱切期待和盼望的，就是在凡事上我都不會羞愧，只要滿有膽量，不論生死，總要讓基督在我身上照常被尊為大。 21 因為我活著就是基督，我死了就有益處。 22 但如果我仍在世上活著，能夠使我的工作有成果，我就不知道應該怎樣選擇了！ 23 我處於兩難之間，情願離世與基督同在，因為那是好得無比的。 24 可是為了你們，我更需要活在世上。 25 我既然這樣深信，就知道還要活下去，並且要繼續和你們大家在一起，使你們在信心上有長進，有喜樂， 26 以致你們因為我要再到你們那裡去，就在基督耶穌裡更加以我為榮。

大綱

一、問候 (1:1-2)

二、想念與代禱 (1:3-11)

1. 想念中的喜樂 (1:3-8)
2. 有盼望的禱告 (1:9-11)

三、受迫與受限中的無懼 (1:12-19)

1. 洞察中的勇氣 (1:12-19)
2. 放下的膽識 (1:20-21)

四、活著的使命 (1:22-26)

反思與默想問題

1. 我如何理解自己是「基督耶穌的僕人」？這身份如何塑造我的選擇？
2. 我與教會的關係更像「在基督裡的共同體」還是「社交共同體」？
3. 在我目前的困境中，有什麼可能是神要用來推進福音的？
4. 我是否能在不完美的動機與處境中仍看見神的工作？
5. 面對服事的挑戰，是甚麼給我勇氣和膽量？
6. 我生命中有哪些領域需要重新以「基督被放大」為目標？
7. 在我日常的選擇是按「按自己喜好」，還是「對福音有益」來決定？
8. 目前我的生活目標中，是否充滿為愛他人而活的喜樂？

2026年3月3日(週二)

早堂：蔡麗貞博士《尼希米記》查經
(二) 第三章 耶路撒冷城牆的重建

參考經文 尼希米記二章 18 節

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
尼希米記二章 18 節 18 我告訴他們我神施恩的手怎樣幫助我，並王對我所說的話。他們就說：「我們起來建造吧！」於是他們奮勇做這善工。	尼希米記二章 18 節 18 我告訴他們我神施恩的手怎樣幫助我，以及王向我所說的話。他們就說：「我們起來建造吧！」於是他們使自己的手堅強，做這美好的工作。	尼希米記二章 18 節 18 我告訴他們，我的神施恩的手怎樣幫助我，以及王對我所說的話；他們就說：“我們要起來建造！”於是他們奮勇著手作這善工。

查經大綱

二、耶路撒冷城牆的重建

經文：尼希米記二章 18 節

思考問題

1. 羊門、哈米亞樓、哈楠業樓（尼五 1）、魚門（尼五 3）、爐樓（尼五 11）、糞廠門（尼五 13）功能性的城門名稱顯示耶路撒冷的都市設計是怎樣的理念？
2. 「以祿月二十五日，城牆修完了，共修了五十二天。」（六 14）荒廢一個半世紀的城，不出兩個月就重建完工，代表城牆的品質如何？或者提示讀者：以斯拉、尼希米記重建聖殿、城牆的屬靈意義不在工程本身，而是蘊涵深遠的神學信息？
3. 第三章重建工程從「羊門」起始（尼三 1）結尾又回到東北角的「羊門」（三 32），作者故意將商人列在各行各業的末端，「銀匠與商人在城的角樓和羊門中間修造」，除了暗示耶路撒冷已經漸漸恢復生意買賣，走上日常生活的正軌，也預告未來百姓的哪項弱點？

2026年3月3日(週二)

午堂：周曉暉牧師 誠正者的吶喊——可拉後裔的歌單
(二) 安全地帶

參考經文 詩篇四十八篇

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>詩篇四十八 可拉後裔的詩歌。 1 耶和華本為大！ 在我們神的城中， 在他的聖山上，該受大讚美。 2 錫安山－大君王的城， 在四面居高華美， 為全地所喜悅。 3 神在其宮中， 自顯為避難所。</p> <p>4 看哪，眾王會合， 一同經過。 5 他們見了這城就驚奇喪膽， 急忙逃跑。 6 他們在那裏被戰兢疼痛抓住， 好像產難的婦人一樣。 7 神啊，你用東風打破他施的船隻。 8 我們在萬軍之耶和華的城中 －就是我們神的城中－所看見的， 正如我們所聽見的。 神必堅立這城，直到永遠。 (細拉)</p>	<p>詩篇四十八章 可拉後裔的詩歌。 錫安－神的城 1 耶和華本為大！ 在我們 神的城中， 在他的聖山上， 當受大讚美。 2 錫安山－大君王的城， 在四面居高華美， 為全地所喜悅。 3 神在城的宮殿中， 自顯為避難所。</p> <p>4 看哪，諸王會合， 一同經過。 5 他們見了這城就驚奇喪膽， 急忙逃跑。 6 戰兢在那裏抓住他們， 他們好像臨產的婦人一樣陣痛。 7 神啊，你用東風擊破他施的船隻。 8 我們在萬軍之耶和華的城裏， 就是我們神的城裏， 所看見的正如我們所聽見的。 神必堅立這城，直到永遠。(細拉)</p>	<p>第四十八章 神必堅立聖城 (歌一首，可拉子孫的詩。)</p> <p>1 在我們神的城中，在他的聖山上，耶和華是至大的，應該大受讚美。 2 在北面的錫安山、大君王的城，美麗高聳，是全地所喜歡的。 3 神在城的堡壘中，顯明自己是避難所。 4 看哪！列王會合，一同前進。 5 他們一見這城，就驚惶，慌忙逃跑。 6 他們在那裡戰慄恐懼；他們痛苦好像婦人分娩時一樣。 7 你用東風摧毀他施的船隊。 8 在萬軍之耶和華的城中，就是在我們神的城中，我們所看見的，正如我們所聽見的：神必堅立這城，直到永遠。(細拉) 9 神啊！我們在你的殿中，想念你的慈愛。 10 神啊！你受的讚美，就像你的名一樣，達到地極；你的右手滿了公義。 11 因你的審判，錫安山應當歡喜，猶大的居民(“居民”原文作“女子”)應當快樂。 12 你們要在錫安四處巡行，繞城一周，數點城樓， 13 細察它的外牆，巡視它的堡壘，使你們可以述說給後代的人聽。 14 因為這位神就是我們的神，直到永永遠遠；他必引導我們，直到我們死的時候。</p>

<p>9 神啊，我們在你的殿中想念你的慈愛。 10 神啊，你受的讚美正與你的名相稱，直到地極！ 你的右手滿了公義。 11 因你的判斷，錫安山應當歡喜，猶大的城邑（原文是女子）應當快樂。</p> <p>12 你們當周遊錫安， 四圍旋繞，數點城樓， 13 細看她的外郭， 察看她的宮殿， 為要傳說到後代。 14 因為這神永永遠遠為我們的神； 他必作我們引路的，直到死時。</p>	<p>9 神啊，我們在你的殿中 想念你的慈愛。 10 神啊，你受的讚美正與你的名相稱，直到地極！ 你的右手滿了公義。 11 因你的判斷，錫安山應當歡喜， 猶大的城鎮應當快樂。</p> <p>12 你們當周遊錫安， 四圍環繞，數點城樓， 13 細看它的城郭， 察看它的宮殿， 為要傳揚給後代。 14 因為這神永永遠遠為我們的神， 他必作我們引路的，直到死時。</p>	
--	---	--

思考問題

1. 有否想過你出你入，神其實都在保護你？試回想一件生活中以為理所當然的日常，或經歷了神大能的事蹟。
2. 你認為自己真心認定的安全地帶是哪裡？今天和明天的保障又在何方？在你所經歷的背後，神在作什麼事？你又打算怎樣傳揚神在你身上的作為？

2026年3月3日(週二)

晚堂：潘怡蓉博士 體驗連於基督裏的生命與生活
(二) 展現出從基督而來的光彩

參考經文 腓立比書二章 1-18 節

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>腓立比書二章 1-18 節 以基督的心為心</p> <p>1 所以，在基督裏若有甚麼勸勉，愛心有甚麼安慰，聖靈有甚麼交通，心中有甚麼慈悲憐憫，2 你們就要意念相同，愛心相同，有一樣的心思，有一樣的意念，使我的喜樂可以滿足。3 凡事不可結黨，不可貪圖虛浮的榮耀；只要存心謙卑，各人看別人比自己強。4 各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事。</p> <p>5 你們當以基督耶穌的心為心： 6 他本有神的形像， 不以自己與神同等為強奪的； 7 反倒虛己， 取了奴僕的形像， 成為人的樣式； 8 既有人的樣子，就自己卑微， 存心順服，以至於死， 且死在十字架上。 9 所以，神將他升為至高， 又賜給他那超乎萬名之上的名， 10 叫一切在天上的、地上的，和地底下的， 因耶穌的名無不屈膝， 11 無不口稱「耶穌基督為主」，</p>	<p>腓立比書二章 1-18 節 以基督的心為心</p> <p>1 所以，在基督裏若有任何勸勉，若有任何愛心的安慰，若有任何聖靈的團契，若有任何慈悲憐憫，2 你們就要意志相同，愛心相同，有一樣的心思，一致的想法，使我的喜樂得以滿足。3 凡事不可自私自利，不可貪圖虛榮；只要心存謙卑，各人看別人比自己強。4 各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事。</p> <p>5 你們當以基督耶穌的心為心： 6 他本有神的形像， 卻不堅持自己與神同等； 7 反倒虛己， 取了奴僕的形像， 成為人的樣式； 既有人的樣子， 8 就謙卑自己， 存心順服，以至於死， 且死在十字架上。 9 所以 神把他升為至高， 又賜給他超乎萬名之上的名， 10 使一切在天上的、地上的和地底下的， 因耶穌的名，眾膝都要跪下，</p>	<p>腓立比書二章 1-18 節 效法基督的謙卑</p> <p>1 所以，你們在基督裡若有甚麼鼓勵，有甚麼愛心的安慰，有甚麼靈裡的契通，有甚麼慈悲和憐憫， 2 就應當有同樣的思想，同樣的愛心，要心志相同，思想一致，使我充滿喜樂。 3 不要自私自利，也不要貪圖虛榮，只要謙卑，看別人比自己強； 4 各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事。 5 你們應當有這樣的思想，這也是基督耶穌的思想。（全節或譯：“你們當以基督耶穌的心為心。”） 6 他本來有神的形象，卻不堅持自己與神平等的地位， 7 反而倒空自己，取了奴僕的形象，成為人的樣式； 8 既然有人的樣子，就自甘卑微，順服至死，而且死在十字架上。 9 因此神把他升為至高，並且賜給他超過萬名之上的名。 10 使天上、地上和地底下的一切，因著耶穌的名，都要屈膝，</p>

使榮耀歸與父神。

在這世上像明光照耀

12 這樣看來，我親愛的弟兄，你們既是常順服的，不但我在你們那裏，就是我如今不在你們那裏，更是順服的，就當恐懼戰兢做成你們得救的工夫。13 因為你們立志行事都是神在你們心裏運行，為要成就他的美意。14 凡所行的，都不要發怨言，起爭論，15 使你們無可指摘，誠實無偽，在這彎曲悖謬的世代作神無瑕疵的兒女。你們顯在這世代中，好像明光照耀，16 將生命的道表明出來，叫我在基督的日子好誇我沒有空跑，也沒有徒勞。17 我以你們的信心為供獻的祭物，我若被澆奠在其上，也是喜樂，並且與你們眾人一同喜樂。18 你們也要照樣喜樂，並且與我一同喜樂。

11 眾口都要宣認：耶穌基督是主，歸榮耀給父神。

在這世上像明光照耀

12 我親愛的，這樣看來，你們向來是順服的，不但我在你們那裏，就是我現在不在你們那裏的時候更是順服的，就當恐懼戰兢完成你們自己得救的事；13 因為是神在你們心裏運行，使你們又立志又實行，為要成就他的美意。14 你們無論做甚麼事，都不要發怨言起爭論，15 好使你們無可指責，誠實無偽，在這彎曲悖謬的世代作神無瑕疵的兒女。你們在這世代中要像明光照耀，16 將生命的道顯明出來，使我在基督的日子得以誇耀我沒有白跑，也沒有徒勞。17 我以你們的信心為供獻的祭物，我若被澆獻在其上也是喜樂，並且與你們眾人一同喜樂。18 你們也要照樣喜樂，並且與我一同喜樂。

11 並且口裡承認耶穌基督為主，使榮耀歸給父神。

顯出生命之道

12 這樣看來，我所親愛的，你們素來是順服的，（不但我在你們那裡的時候是這樣，現今我不在，你們更要順服，）就應當恐懼戰兢地作成自己的救恩。13 神為了成全自己的美意，就在你們裡面動工，使你們可以立志和行事。14 無論作甚麼，都不要發怨言、起爭論，15 好使你們無可指摘、純真無邪，在這彎曲乖謬的世代中，作神沒有瑕疵的兒女；你們要在這世代中發光，好像天上的光體一樣，16 把生命的道顯揚出來，使我在基督的日子可以誇耀我沒有空跑，也沒有徒勞。17 即使把我澆奠在你們信心的祭物和供奉上，我也喜樂，並且和你們大家一同喜樂。18 照樣，你們也要喜樂，並且要和我一同喜樂。

大綱

一、在基督裡合一（2:1-11）

1. 在基督裡的同心（2:1-4）
2. 基督的虛己與升高（2:5-11）

二、展現光彩（2:12-18）

1. 「星光」的意象（2:12-16）
2. 在相互喜樂中共享事奉（17-18）

反思與默想問題

1. 在「你們如果有甚麼在基督裡的鼓勵，有甚麼發自愛的安慰，有甚麼聖靈所賜的親密情誼，有甚麼慈悲憐憫」這幾個恩典中，哪一項最讓我有共鳴？
2. 我在教會或事奉團隊中，在哪些事情上最難以「同心、同愛、同意」？
3. 我在教會或群體中最容易堅持的「自我權利、地位或面子」是什麼？
4. 若以「基督耶穌的心」檢視我這一週的具體關係中，何處要調整自己的心態？
5. 在我目前的時間表、資源使用上，可如何調整以更看重/顧念他人的益處？
6. 我這半年在那些地方經歷「神在我裡面動工」而有小小的改變？
7. 我在世界中是否活得像光？在我的朋友圈或工作環境裡，作明光最「小」的具體一步是什麼？

2026年3月4日(週三)

早堂：蔡麗貞博士《尼希米記》查經
(三) 第五章 內憂外患 兄弟鬩牆

參考經文 尼希米記五章 1, 6 節

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
尼希米記五章 1, 6 節 尼希米處理官長們的剝削 1 百姓和他們的妻大大呼號，埋怨他們的弟兄猶大人。 6 我聽見他們呼號說這些話，便甚發怒。	尼希米記五章 1, 6 節 尼希米處理官長們的剝削 1 百姓和他們的妻子大大呼號，埋怨他們的弟兄猶太人。 6 我聽見他們的呼號和這些話，就非常憤怒。	尼希米記五章 1, 6 節 窮人的呼喊 1 那時，民眾和他們的妻子大聲呼冤，控告自己的同胞猶大人。 尼希米怒斥官長與領袖 6 我聽見他們的哀叫和所講的這些事，就十分忿怒。

查經大綱

三、第五章 內憂外患 兄弟鬩牆

經文：尼希米記五章 1, 6 節

「猶大人」欺負自己的「百姓」

思考問題

1. 尼希米記第五章被擄歸回族群的內憂事件中，「百姓和他們的妻大大呼號，埋怨他們的弟兄猶大人。」（尼五 1）百姓與猶大人各指什麼身分地位者？
2. 何謂「禧年精神」？以色列的歷史中實踐過「禧年」的制度嗎？「禧年」對基督教會有何意義？（路四 16-21）
3. 為何說利未記二十五章是聖經最激進的經文？基督徒對窮人與財富的態度當為何？

2026年3月4日(週三)

午堂：周曉暉牧師 誠正者的吶喊——可拉後裔的歌單
(三) 一種絕對

參考經文 詩篇四十九篇

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>詩篇四十九篇 恃財之愚 可拉後裔的詩，交與伶長。 1 萬民哪，你們都當聽這話！ 世上一切的居民， 2 無論上流下流，富足貧窮， 都當留心聽！ 3 我口要說智慧的言語； 我心要想通達的道理。 4 我要側耳聽比喻， 用琴解謎語。 5 在患難的日子，奸惡隨我腳跟，四面環繞我， 我何必懼怕？ 6 那些倚仗財貨自誇錢財多的人， 7 一個也無法贖自己的弟兄， 也不能替他將贖價給神， 8-9 叫他長遠活著，不見朽壞； 因為贖他生命的價值極貴， 只可永遠罷休。 10 他必見智慧人死， 又見愚頑人和畜類人一同滅亡， 將他們的財貨留給別人。 11 他們心裏思想： 他們的家室必永存， 住宅必留到萬代； 他們以自己的名稱自己的地。</p>	<p>詩篇四十九篇 可拉後裔的詩。交給聖詠團長。 恃財之愚 1-2 萬民哪，你們都當聽這話！ 世上所有的居民，無論貴賤貧富，都當側耳而聽！ 3 我口要說智慧的言語，我心思想通達的道理。 4 我要側耳聽比喻，用琴解謎語。 5 在患難的日子，追逼我的人的奸惡環繞我，我何必懼怕？ 6 他們那些倚靠財貨，自誇錢財多的人， 7 沒有一個能贖自己的弟兄，能將贖價給神， 8-9 讓他長遠活著，不見地府； 因為贖生命的價值極貴，只可永遠罷休。 10 他要見智慧人死， 愚昧人和畜牲一般的人一同滅亡， 把他們的財貨留給別人。 11 他們雖以自己的名叫自己的地，墳墓卻作他們永遠的家，作他們世世代代的居所。 12 人居尊貴中不能長久， 如同死亡的畜類一樣。 13 他們所行之道本為自己的愚昧， 後來的人卻還佩服他們的話語。（細拉）</p>	<p>第四十九章 富貴榮華不足倚靠 （可拉子孫的詩，交給詩班長。） 1 萬民哪！你們要聽這話；世上的居民哪！你們要留心聽。 2 不論地位高低，或貧或富，都要一同留心聽。 3 我的口要說出智慧的話；我的心要默想明智的事。 4 我要留心聆聽箴言；我要彈琴解開謎語。 5 在患難的日子，暗中迫害我的惡人圍繞我的時候，我何須懼怕呢？ 6 他們倚靠財富，自誇多財。 7 但他們沒有一個能把他的兄弟贖回，或把他的贖價交給神， 8（因為他生命的贖價非常昂貴，只好永遠放棄，） 9 使他永遠活著，不見朽壞。 10 他看見智慧人死去，愚昧人和愚頑人一同滅亡，把他們的財產留給別人。 11 他們心裡想，他們的家必永存，他們的住處必留到萬代；他們以自己的名，稱自己的地方。 12 但是人不能長享富貴；他們就像要滅亡的牲畜一樣。</p>

<p>12 但人居尊貴中不能長久，如同死亡的畜類一樣。</p> <p>13 他們行的這道本為自己的愚昧；但他們以後的人還佩服他們的話語。（細拉）</p> <p>14 他們如同羊群派定下陰間；死亡必作他們的牧者。</p> <p>到了早晨，正直人必管轄他們；他們的美容必被陰間所滅，以致無處可存。</p> <p>15 只是神必救贖我的靈魂脫離陰間的權柄，因他必收納我。（細拉）</p> <p>16 見人發財、家室增榮的時候，你不要懼怕；</p> <p>17 因為，他死的時候甚麼也不能帶去；他的榮耀不能隨他下去。</p> <p>18 他活著的時候，雖然自誇為有福（你若利己，人必誇獎你）；</p> <p>19 他仍必歸到他歷代的祖宗那裏，永不見光。</p> <p>20 人在尊貴中而不醒悟，就如死亡的畜類一樣。</p>	<p>14 他們如同羊群註定要下陰間，死亡必作他們的牧者；到了早晨，正直人必管轄他們。他們的形像必被陰間所滅，無處可容身。</p> <p>15 然而神必救贖我的命脫離陰間的掌控，因他必收納我。（細拉）</p> <p>16 見人發財、家室日益顯赫的時候，你不要懼怕；</p> <p>17 因為他死的時候甚麼也不能帶去，他的榮耀不能隨他下去。</p> <p>18 他活著的時候，雖然自誇為有福——你若自己行得好，人必誇獎你——</p> <p>19 他仍必與歷代的祖宗一樣同歸死亡，永不見光。</p> <p>20 人在尊貴中而不醒悟，就如死亡的畜類一樣。</p>	<p>13 這就是愚昧人的道路；但在他們以後的人，還欣賞他們的話。（細拉）</p> <p>14 他們好像羊群被派定下陰間；死亡必作他們的牧人。到了早晨，正直人要管轄他們；他們的形體必被陰間消滅，他們再沒有住處。</p> <p>15 但 神必救贖我的靈魂脫離陰間的權勢，因為他必把我接去。（細拉）</p> <p>16 別人發財，家室增榮的時候，你不要懼怕。</p> <p>17 因為他死的時候，甚麼也不能帶走；他的榮華也不能隨他下去。</p> <p>18 他在世的時候，雖然自稱是有福的，並且說：“只要你豐足，人就稱讚你。”</p> <p>19 他還要歸到他歷代的祖宗那裡去，永不再見光明。</p> <p>20 人享富貴而不聰明，就像要滅亡的牲畜一樣。</p>
---	--	---

思考問題

1. 詩篇對於人生堆積和經營，描劃為有如住宿一宵的短暫，因為一切都可以變化，包括人人都會面對死亡。這對於你來說有何提醒？
2. 此刻你正在經營甚麼、為了甚麼而拼搏、你又想建立哪些「長遠」的事？
3. 你作為信靠神、事奉神的人，同時經歷世情和人生的高低逆變，你要抓緊的「一種絕對」是何事？

2026年3月4日(週三)

晚堂：潘怡蓉博士 體驗連於基督裏的生命與生活
(三) 得著基督召我來得的獎賞

參考經文 腓立比書三章 1-21 節

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>腓立比書三章 1-21 節 真正的義</p> <p>1 弟兄們，我還有話說，你們要靠主喜樂。我把這話再寫給你們，於我並不為難，於你們卻是妥當。2 應當防備犬類，防備作惡的，防備妄自行割的。3 因為真受割禮的，乃是我們這以神的靈敬拜、在基督耶穌裏誇口、不靠著肉體的。4 其實，我也可以靠肉體；若是別人想他可以靠肉體，我更可以靠著了。5 我第八天受割禮；我是以色列族、便雅憫支派的人，是希伯來人所生的希伯來人。就律法說，我是法利賽人；6 就熱心說，我是逼迫教會的；就律法上的義說，我是無可指摘的。7 只是我先前以為與我有益的，我現在因基督都當作有損的。8 不但如此，我也將萬事當作有損的，因我以認識我主基督耶穌為至寶。我為他已經丟棄萬事，看作糞土，為要得著基督；9 並且得以在他裏面，不是有自己因律法而得的義，乃是有信基督的義，就是因信神而來的義，10 使我認識基督，曉得他復活的大能，並且曉得和他一同受苦，效法他的死，11 或者我也得以從死裏復活。</p>	<p>腓立比書三章 1-21 節 真正的義</p> <p>1 末了，我的弟兄們，你們要靠主喜樂。我把這些話再寫給你們，對我並不困難，對你們卻是妥當的。</p> <p>2 應當防備犬類，防備作惡的，防備妄自行割的。3 因為真受割禮的，就是我們這藉著神的靈敬拜、以基督耶穌為誇耀、不依靠肉體的。4 其實，我也可以靠肉體；若是別人以為他可以依靠肉體，我更可以。5 我出生後第八天受割禮；我是以色列族、便雅憫支派的人，是希伯來人所生的希伯來人。就律法說，我是法利賽人；6 就熱心說，我是迫害教會的；就律法上的義說，我是無可指責的。7 只是我先前以為對我是有益的，我現在因基督的緣故而當作是有損的。8 不但如此，我已把萬事當作是有損的，因我以認識我主基督耶穌為至寶。我為他已經丟棄萬事，看作糞土，為要贏得基督，9 並且得以在他裏面，不是有自己因律法而得的義，而是有信基督的義，就是基於信，從神而來的義，10 使我認識基督，知道他復活的大能，並且知道和他一同受苦，效法他的死，11 或許我也得以從死人中復活。</p> <p>向著標竿直跑</p>	<p>腓立比書三章 1-21 節 以認識基督為至寶</p> <p>1 最後，我的弟兄們，你們要靠著主喜樂。我寫這些話給你們，在我並不困難，對你們卻是妥當的。</p> <p>2 你們要提防那些“狗”，提防作惡的，提防行割禮的。</p> <p>3 其實我們這些靠 神的靈來敬拜，在基督耶穌裡誇口而不倚靠肉體的人，才是受割禮的，4 雖然我有理由可以倚靠肉體。如果別人認為可以倚靠肉體，我就更加可以了；</p> <p>5 我第八天受割禮，屬於以色列民族便雅憫支派，是希伯來人所生的希伯來人。按著律法來說，我是個法利賽人；</p> <p>6 按著熱誠來說，我是迫害教會的；按著律法上的義來說，我是無可指摘的。</p> <p>7 然而以前對我有益的，現在因著基督的緣故，我都當作是有損的。</p> <p>8 不但這樣，我也把萬事當作是有損的，因為我以認識我主基督耶穌為至寶。為了他，我把萬事都拋棄了，看作廢物，為了要得著基督。</p> <p>9 並且得以在他裡面，不是有自己因律法而得的義，而是有因信基督而得的義，就是基於信心，從神而來的義，</p>

向著標竿直跑

12 這不是說我已經得著了，已經完全了；我乃是竭力追求，或者可以得著基督耶穌所以得著我的。13 弟兄們，我不是以為自己已經得著了；我只有一件事，就是忘記背後，努力面前的，14 向著標竿直跑，要得神在基督耶穌裏從上面召我來得的獎賞。15 所以我們中間，凡是完全人總要存這樣的心；若在甚麼事上存別樣的心，神也必以此指示你們。16 然而，我們到了甚麼地步，就當照著甚麼地步行。

17 弟兄們，你們要一同效法我，也當留意看那些照我們榜樣行的人。18 因為有許多人行事是基督十字架的仇敵。我屢次告訴你們，現在又流淚地告訴你們：19 他們的結局就是沉淪；他們的神就是自己的肚腹。他們以自己的羞辱為榮耀，專以地上的事為念。20 我們卻是天上的國民，並且等候救主，就是主耶穌基督從天上降臨。21 他要按著那能叫萬有歸服自己的大能，將我們這卑賤的身體改變形狀，和他自己榮耀的身體相似。

12 這不是說我已經得著了，已經完全了；而是竭力追求，或許可以得著基督耶穌所要我得著的。13 弟兄們，我不是以為自己已經得著了；我只有一件事，就是忘記背後，努力面前的，14 向著標竿直跑，要得神在基督耶穌裏從上面召我來得的獎賞。15 所以，我們中間凡是成熟的人，總要存這樣的心；若在甚麼事上存別樣的心，神也會把這些事指示你們。16 然而，我們達到甚麼地步，就當照這個地步行。

17 弟兄們，你們要一同效法我，也當留意看那些效法我們榜樣的人。18 因為，我屢次告訴你們，現在又流淚告訴你們：許多人行事是基督十字架的仇敵。19 他們的結局就是滅亡。他們的神明是自己的肚腹；他們以自己的羞辱為光榮，專以地上的事為念。20 我們卻是天上的國民，並且等候救主，就是主耶穌基督從天上降臨。21 他要按著那能使萬有歸服自己的大能，把我們這卑賤的身體改變形狀，和他自己榮耀的身體相似。

10 使我認識基督和他復活的大能，並且在他所受的苦上有分，受他所受的死；

11 這樣，我也許可以從死人中復活。

朝向目標竭力追求

12 這並不是說我已經得著了，已經完全了，而是竭力追求，好使我可以得著基督耶穌所以得著我的（“所以得著我的”或譯：“要我得著的”）。

13 弟兄們，我不以為自己已經得著了，我只有一件事，就是忘記背後，努力前面的事，

14 向著目標竭力追求，為要得著 神在基督耶穌裡召我往上去得的獎賞。

15 所以，我們中間凡是成熟的人，都應當這樣思想。即使你們不是這樣思想， 神也會把這事指示你們。

16 不過，我們到了甚麼程度，就要照著甚麼程度去行。

切望救主再臨

17 弟兄們，你們要一同效法我，也要留意那些照著我們給你們的榜樣而行的人。

18 我常常告訴你們，現在又流著淚說，有許多人行事為人，是基督十字架的仇敵，

19 他們的結局是滅亡，他們的神是自己的肚腹，他們以自己的羞辱為榮耀，所思想的都是地上的事。

20 但我們是天上的公民，切望救主，就是主耶穌基督，從天上降臨；

21 他要運用那使萬有歸服自己的大能，改變我們這卑賤的身體，和他榮耀的身體相似。

大綱

- 一、以認識基督為至寶 (3:1-11)
 1. 前言與警告 (3:1-3)
 2. 保羅翻轉「損與得」 (3:4-11)
- 二、向著目標竭力追求 (3:12-16)
- 三、熱切等候救主降臨 (3:17-21)

反思與默想問題

1. 今天我靠什麼來建立自我價值？是出身、學歷、成就、道德修養？
2. 有什麼東西是我引以為傲的至寶或重要安全感的倚靠，他們對我的價值與意義是甚麼？
3. 我追求想認識的是什麼樣的基督？如何更深認識祂？
4. 我需要忘記什麼「背後」？如何不要讓內疚和羞愧與失敗成為我跑不動的包袱？
5. 我的人生的標竿是什麼？它是否真正指向基督？
6. 我所追求最重要的「一件事」是甚麼？
7. 對我而言，在地上活得像「天上的國民」具體意味著什麼？
8. 當我面對身體的軟弱、疾病、衰老或限制時，這個榮耀的盼望（將來要改變成基督榮耀的身體）如何帶給我力量和安慰？

2026年3月5日(週四)

早堂：蔡麗貞博士《尼希米記》查經
(四) 第七、九章 內部建造

參考經文 尼希米記九章 32-37 節

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>尼希米記九章 32-37 節</p> <p>32 「我們的神啊，你是至大、至能、至可畏、守約施慈愛的神。我們的君王、首領、祭司、先知、列祖，和你的眾民，從亞述列王的時候直到今日所遭遇的苦難，現在求你不要以為小。33 在一切臨到我們的事上，你卻是公義的；因你所行的是誠實，我們所做的是邪惡。34 我們的君王、首領、祭司、列祖都不遵守你的律法，不聽從你的誠命和你警戒他們的話。35 他們在本國裏沾你大恩的時候，在你所賜給他們這廣大肥美之地上不事奉你，也不轉離他們的惡行。36 我們現今作了奴僕；至於你所賜給我們列祖享受其上的土產，並美物之地，看哪，我們在這地上作了奴僕！37 這地許多出產歸了列王，就是你因我們的罪所派轄制我們的。他們任意轄制我們的身體和牲畜，我們遭了大難。」</p>	<p>尼希米記九章 32-37 節</p> <p>32 「『現在，我們的神啊，你是至大、至能、至可畏、守約施慈愛的神；我們的君王、官長、祭司、先知、祖先和你的眾百姓，從亞述諸王的時候直到今日所遭遇的一切苦難，求你不要看為小事。33 在一切臨到我們的事上，你是公義的，因為你所行的是信實，我們所做的是邪惡。34 我們的君王、官長、祭司、祖先都不遵守你的律法，不聽從你的誠命和你警戒他們的話。35 他們在本國領受你大恩的時候，在你所賜給他們這廣大肥沃之地不事奉你，也不轉離他們的惡行。36 看哪，我們今日成了奴僕！你賜給我們祖先享受土產和美物的地，看哪，我們在這地上竟作了奴僕！37 這地許多的出產都歸了諸王，就是你因我們的罪派來轄制我們的。他們任意轄制我們的身體和牲畜，我們遭了大難。』」</p>	<p>尼希米記九章 32-37 節</p> <p>立約蓋印</p> <p>32 “我們的神啊，你是至大、全能、至可畏、守約施慈愛的神，現在求你不要把我們、我們的君王和領袖、我們的祭司和先知、我們的列祖和你的眾民，從亞述列王的日子直到今日所遭遇的一切苦難，看為小事。</p> <p>33 在一切臨到我們身上的事上，你都是公義的；因為你所行的是信實的，我們所行的是邪惡的。</p> <p>34 我們的君王和領袖，我們的祭司和列祖，都沒有遵行你的律法，也沒有留心聽從你的誠命和你向他們鄭重的警告。</p> <p>35 他們在本國中，享受你賜給他們的大福，在你擺在他們面前這廣大肥沃的地上，卻不事奉你，不轉離他們的惡行。</p> <p>36 我們今天竟成了奴僕！就是在你賜給我們列祖享用其上果實和美物之地，我們竟在這地上作了奴僕！</p> <p>37 這地豐富的出產都歸給列王，就是你因我們的罪派來管轄我們的；他們也隨意管轄我們的身體和我們的牲畜；我們遭遇大患難。</p>

查經大綱

四、第七、九章 內部建造

經文：尼希米記九章 32-37 節

第七章數點人口 被擄歸回的人口結構

第九章乃尼希米記全書的核心，利未人帶領以色列會眾認罪禱告，蘊含深邃的福音信息，能滋養信徒的靈命。

思考問題

1. 尼希米記第七章數點聖民的名單代表什麼意義？
2. 祭司名單（七 39-42）與以斯拉記第二章的名單數字完全相同，顯示祭司的名單保存得完整而準確。祭司名單的數字是四千二百八十九人，占歸回總人數的十分之一，幾乎是幾個家族人數的總和。亦即，**回來重建家園的宗教動機很強**，這些神職人員的職份只有回到聖地才顯出其存在的價值，耶路撒冷與聖殿是他們事奉的禾場。反觀利未人，回來的人數很少（七十四人），加上守門的與歌唱的，只有三百六十人（尼七 43-45）。利未人與祭司都是在聖殿服事的聖職人員，**為何落差如此大？**
3. 第九章是尼希米記全書的核心，利未人帶領以色列會眾誠摯的認罪禱告，所蘊含深邃的福音信息最能滋養信徒的靈命。禱告文的主軸聚焦於神的寬容恩惠，鼓勵歸回群體重新恢復與神的立約關係，是選民得以居住在應許之地的根本依據。這段歷史回顧的認罪禱告，就神與人的表現有何鮮明對比？試從對比歸納出福音信息。

2026年3月5日(週四)

午堂：周曉暉牧師 誠正者的吶喊——可拉後裔的歌單
(四) 用力活着

參考經文 詩篇八十五章

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>詩篇八十五章 為國求福 可拉後裔的詩，交與伶長。</p> <p>1 耶和華啊，你已經向你的地施恩， 救回被擄的雅各。</p> <p>2 你赦免了你百姓的罪孽， 遮蓋了他們一切的過犯。 (細拉)</p> <p>3 你收轉了所發的忿怒 和你猛烈的怒氣。</p> <p>4 拯救我們的神啊，求你使我們回轉， 叫你的惱恨向我們止息。</p> <p>5 你要向我們發怒到永遠嗎？ 你要將你的怒氣延留到萬代嗎？</p> <p>6 你不再將我們救活， 使你的百姓靠你歡喜嗎？</p> <p>7 耶和華啊，求你使我們得見你的慈愛， 又將你的救恩賜給我們。</p> <p>8 我要聽神—耶和華所說的話； 因為他必應許將平安賜給他的百姓—他的聖民； 他們卻不可再轉去妄行。</p> <p>9 他的救恩誠然與敬畏他的人相近， 叫榮耀住在我們的地上。</p>	<p>詩篇八十五章 可拉後裔的詩。交給聖詠團長。 為國求福</p> <p>1 耶和華啊，你已經向你的地施恩， 救回被擄的雅各。</p> <p>2 你赦免了你百姓的罪孽， 遮蓋了他們一切的過犯。(細拉)</p> <p>3 你收回所發的憤怒， 撤銷你猛烈的怒氣。</p> <p>4 拯救我們的神啊，求你使我們回轉， 使你向我們所發的憤怒止息。</p> <p>5 你要向我們發怒到永遠嗎？ 要將你的怒氣延留到萬代嗎？</p> <p>6 你不再將我們救活， 使你的百姓因你歡喜嗎？</p> <p>7 耶和華啊，求你使我們得見你的慈愛， 又將你的救恩賜給我們。</p> <p>8 我要聽神—耶和華所說的話， 因為他必應許賜平安給他的百姓，就是他的聖民； 他們卻不可再轉向愚昧。</p> <p>9 他的救恩誠然與敬畏他的人相近， 使榮耀住在我們的地上。</p>	<p>第八十五章 祈求 神重新恩待他的子民 (可拉子孫的詩，交給詩班長。)</p> <p>1 耶和華啊！你恩待了你的地，恢復了雅各的產業 （“恢復了雅各的產業”或譯：“領回了雅各被擄的”）。</p> <p>2 你赦免了你子民的罪孽，遮蓋了他們的一切罪惡。(細拉)</p> <p>3 你收回了你的一切忿怒，使你猛烈的怒氣轉消。</p> <p>4 拯救我們的神啊！求你復興我們，求你止住你 向我們所發的忿怒。</p> <p>5 你要永遠向我們發怒嗎？你要延長你的怒氣到萬 代嗎？</p> <p>6 你不使我們再活過來，以致你的子民可以因你歡 喜嗎？</p> <p>7 耶和華啊！求你使我們得見你的慈愛，又把你的 救恩賜給我們。</p> <p>8 我要聽神耶和華所要說的話；因為他應許賜平 安給他的子民，給他的聖民；但願他們不要轉向 愚妄。</p> <p>9 他的救恩的確臨近敬畏他的人，使他的榮耀住在 我們的地上。</p> <p>10 慈愛和信實彼此相遇，公義和平安互相親吻。</p> <p>11 信實從地上生出，公義從天上俯視。</p> <p>12 耶和華也必賜下好處，我們的地要多出土產。</p> <p>13 公義必行在他面前，為他的腳步預備道路。</p>

<p>10 慈愛和誠實彼此相遇； 公義和平安彼此相親。</p> <p>11 誠實從地而生； 公義從天而現。</p> <p>12 耶和華必將好處賜給我們； 我們的地也要多出土產。</p> <p>13 公義要行在他面前， 叫他的腳蹤成為可走的路。</p>	<p>10 慈愛和誠實彼此相遇， 公義與和平彼此相親。</p> <p>11 誠實從地而生， 公義從天而現。</p> <p>12 耶和華必賜福氣給我們； 我們的地也要出土產。</p> <p>13 公義要行在他面前， 使他的腳蹤有可走之路。</p>	
---	--	--

思考問題

1. 眼見現時的困境，我們還有選擇嗎？
2. 一切都因自己以往的過錯？

2026年3月5日(週四)

晚堂：潘怡蓉博士 體驗連於基督裏的生命與生活
(四) 經歷在基督裡豐盛的喜樂

參考經文 腓立比書四章 1-14 節

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>腓立比書四章 1-14 節</p> <p>1 我所親愛、所想念的弟兄們，你們就是我的喜樂，我的冠冕。我親愛的弟兄，你們應當靠主站立得穩。</p> <p>保羅的勸導</p> <p>2 我勸友阿蝶和循都基，要在主裏同心。3 我也求你這真實同負一軛的，幫助這兩個女人，因為她們在福音上曾與我一同勞苦；還有革利免，並其餘和我一同做工的，他們的名字都在生命冊上。4 你們要靠主常常喜樂。我再說，你們要喜樂。5 當叫眾人知道你們謙讓的心。主已經近了。6 應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。7 神所賜、出人意外的平安必在基督耶穌裏保守你們的心懷意念。</p> <p>8 弟兄們，我還有未盡的話：凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的，若有甚麼德行，若有甚麼稱讚，這些事你們都要思念。9 你們在我身上所學習的，所領受的，所聽見的，所看見的，這些事你們都要去行，賜平安的神就必與你們同在。</p> <p>為餽送而致謝</p>	<p>腓立比書四章 1-14 節</p> <p>1 我所親愛、所想念的弟兄們，你們就是我的喜樂，我的冠冕。我親愛的，你們應當靠主站立得穩。</p> <p>保羅的勸導</p> <p>2 我勸友阿蝶和循都基要在主裏同心。3 我也求你這真實同負一軛的，要幫助這兩個女人，因為她們在福音上曾與我、革利免和我其餘的同工一同勞苦，他們的名字都在生命冊上。4 你們要靠主常常喜樂。我再說，你們要喜樂。5 要讓眾人知道你們謙讓的心。主已經近了。6 應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神。7 神所賜那超越人所能了解的平安，必在基督耶穌裏，保守你們的心懷意念。</p> <p>8 末了，弟兄們，凡是真實的、凡是可敬的、凡是公義的、凡是清潔的、凡是可愛的、凡是有美名的，若有甚麼德行，若有甚麼稱讚，你們都要留意。9 你們從我所學習的，所領受的，所聽見的，所看見的事，你們都要繼續去做，賜平安的神就必與你們同在。</p> <p>為饋贈致謝</p> <p>10 我靠主大大喜樂，因為你們關懷我的心如今又表現了出來；其實你們一直都關懷我，只是沒有機會罷了。11 我並不是因缺乏而說這話，因為我已經學會無論在甚麼景況都可以知足。12 我知道怎</p>	<p>腓立比書四章 1-14 節</p> <p>1 我所想念親愛的弟兄們，你們就是我的喜樂、我的冠冕。所以，親愛的，你們應當靠著主站立得穩。</p> <p>勸勉</p> <p>2 我勸友阿嫡，也勸循都基，要在主裡有同樣的思想。</p> <p>3 我真誠的同道啊，我也求你幫助她們。這兩個女人，還有革利免和其餘的同工，都跟我在福音的事工上一同勞苦，他們的名字都在生命冊上。</p> <p>4 你們要靠著主常常喜樂，我再說，你們要喜樂。</p> <p>5 要使大家看出你們謙和的心。主已經近了。</p> <p>6 應當毫無憂慮，只要凡事藉著禱告祈求，帶著感恩的心，把你們所要的告訴神。</p> <p>7 這樣，神所賜超過人能了解的平安，必在基督耶穌裡，保守你們的心思意念。</p> <p>8 最後，弟兄們，凡是真實的、莊重的、公正的、純潔的、可愛的、聲譽好的，無論是甚麼美德，甚麼稱讚，這些事你們都應當思念。</p> <p>9 你們在我身上所學習、所領受、所聽見、所看見的，這些事你們都應當實行；那麼，賜平安的神就必與你們同在。</p> <p>凡事知足的祕訣</p> <p>10 我在主裡大大地喜樂，因為你們現在又再想起我來；其實你們一向都在想念我，只是沒有機會表示。</p> <p>11 我並不是因為缺乏才這樣說：我已經學會了，無論在甚麼情況之下都可以知足。</p>

<p>10 我靠主大大地喜樂，因為你們思念我的心如今又發生；你們向來就思念我，只是沒得機會。</p> <p>11 我並不是因缺乏說這話；我無論在甚麼景況都可以知足，這是我已經學會了。</p> <p>12 我知道怎樣處卑賤，也知道怎樣處豐富；或飽足，或飢餓；或有餘，或缺乏，隨事隨在，我都得了祕訣。</p> <p>13 我靠著那加給我力量的，凡事都能做。</p> <p>14 然而，你們和我同受患難原是美事。</p>	<p>樣處卑賤，也知道怎樣處豐富；或飽足或飢餓，或有餘或缺乏，任何事情，任何景況，我都得了祕訣。</p> <p>13 我靠著那加給我力量的，凡事都能做。</p> <p>14 然而，你們能和我分擔憂患是一件好事。</p>	<p>12 我知道怎樣處卑賤，也知道怎樣處富裕；我已經得了祕訣，無論在任何情況之下，或是飽足，或是飢餓，或是富裕，或是缺乏，都可以知足。</p> <p>13 我靠著那加給我能力的，凡事都能作。</p> <p>14 然而，你們一同分擔了我的患難，實在是好的。</p>
---	---	--

大綱

一、在主裡的喜樂與平安 (4:1-9)

1. 要在主裡同心 (4:1-3)
2. 靠主常常喜樂 (4:4-5)
3. 克服憂慮的祕訣 (4:6-7)
4. 操練正向的心思 (4:8-9)

二、凡事知足的祕訣 (4:10-14)

反思與默想問題

1. 關係：在我的生活中，是否有像猶蝶雅與辛圖姬那樣的關係張力？我可以做什麼，來實踐「在主裡同心」？
2. 憂慮：我目前最大的憂慮是什麼？如何將這個憂慮化為「禱告、祈求、感謝」？試著具體寫下來。
3. 思想：檢視我每天所思想的，有多少是符合腓立比書 4:8 所列舉的六種美德？
4. 知足：我比較容易在「卑賤、飢餓、缺乏」時感到不安，還是在「豐富、飽足、有餘」時感到空虛？保羅的「知足祕訣」對我有何啟發？
5. 實踐：在教會中，我有沒有可以效法的榜樣？他們是在哪方面成為我的榜樣？
6. 力量：對我個人而言，目前最需要「靠主加給力量」去面對的事是什麼？

2026年3月6日(週五)

早堂：蔡麗貞博士《尼希米記》查經
(五) 第二度宗教改革 出巡十二年的成績評鑑

參考經文 尼希米記十三章 1-3 節

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>尼希米記十三章 1-3 節 與外邦人隔離</p> <p>1 當日，人念摩西的律法書給百姓聽，遇見書上寫著說，亞捫人和摩押人永不可入神的會； 2 因為他們沒有拿食物和水來迎接以色列人，且雇了巴蘭咒詛他們，但我們的神使那咒詛變為祝福。3 以色列民聽見這律法，就與一切閒雜人絕交。</p>	<p>尼希米記十三章 1-3 節 與外邦人隔離</p> <p>1 在那日，百姓聽到人朗讀摩西的律法書，發現書上寫著，亞捫人和摩押人永不可入神的會； 2 因為他們沒有拿食物和水來迎接以色列人，卻雇了巴蘭詛咒他們，但我們的神使那詛咒變為祝福。3 以色列人聽見這律法，就與所有不同族群的人分別出來。</p>	<p>尼希米記十三章 1-3 節 亞捫人與摩押人不可進殿</p> <p>1 那時，他們宣讀摩西的書給眾民聽，見書上寫著說：亞捫人和摩押人永遠不可進入神的會， 2 因為他們沒有拿食物和水來迎接以色列人，反而雇用了巴蘭來與他們作對，咒詛他們；但是我的神使咒詛變為祝福。 3 眾民聽見了這律法，就跟一切閒雜人分離。</p>

查經大綱

五、第二度宗教改革 出巡十二年的成績評鑑

經文：尼希米記十三章 1-3 節

神學研經 經文衝突協調

1. 舊約 vs. 舊約； 尼希米 vs. 以賽亞
2. 舊約 vs. 新約； 尼希米 vs. 保羅

思考問題

1. 尼希米記十三章顯示尼大人出巡猶大省的宗教改革是成功或失敗？
2. 禁止與外邦人來往的規定，尼希米記的規定與以賽亞書的信息有何衝突？賽五十六章 3-5，6 節對當時被擄歸回信仰群體有何震撼？今天我們是以哪卷書的教導為依據？如何解決或協調衝突的經文？
3. 以斯拉記與「第三以賽亞」都出現「因神的言語而戰兢的人」（拉九 4，十 3；賽六十六 2，5），意義是否相同？反映當時被擄歸回群體的社會情況如何？

2026年3月6日(週五)

午堂：周曉暉牧師 誠正者的吶喊——可拉後裔的歌單
(五) 未來回憶

參考經文 詩篇八十七章

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>詩篇八十七章 錫安頌 可拉後裔的詩歌。</p> <p>1 耶和華所立的根基在聖山上。 2 他愛錫安的門， 勝於愛雅各一切的住處。 3 神的城啊， 有榮耀的事乃指着你說的。 (細拉) 4 我要提起拉哈伯和巴比倫人， 是在認識我之中的； 看哪，非利士和泰爾並古實人， 個個生在那裏。 5 論到錫安，必說： 這一個、那一個都生在其中， 而且至高者必親自堅立這城。 6 當耶和華記錄萬民的時候， 他要點出這一個生在那裏。 (細拉) 7 歌唱的，跳舞的，都要說： 我的泉源都在你裏面。</p>	<p>詩篇八十七章 可拉後裔的詩歌。 錫安頌</p> <p>1 耶和華所立的根基在聖山上。 2 耶和華愛錫安的門， 勝於愛雅各一切的住處。 3 神的城啊， 有榮耀的事是指著你說的。(細拉) 4 我要提起拉哈伯和巴比倫人， 是在認識我之中的； 看哪，非利士、推羅和古實人， 個個生在那裏。 5 論到錫安，必有話說： 「這一個、那一個都生在其中」； 而且至高者必親自堅立這城。 6 當耶和華記錄萬民的時候， 他要寫出人的出生地。(細拉) 7 歌唱的、跳舞的，都要說： 「我的泉源都在你裏面。」 本節七十士譯本是「他們都以住在你裏面為樂。」</p>	<p>第八十七章 神必堅立聖城 (歌一首，可拉子孫的詩。)</p> <p>1 耶和華所立的根基在聖山上。(本節在《馬索拉抄本》包括細字標題) 2 耶和華愛錫安的城門，勝過雅各的一切居所。 3 神的城啊！有很多榮耀的事，都是指著你說的。(細拉) 4“在認識我的人中，我提到拉哈伯和巴比倫，看哪！還有非利士、推羅和古實，我說：‘這一個是生在那裡的。’” 5 論到錫安，必有話說：“這一個、那一個都是生在錫安的。”至高者必親自堅立這城。 6 耶和華登記萬民的時候，必記著：“這一個是生在那裡的。”(細拉) 7 他們跳舞歌唱的時候，要說：“我的泉源都在你裡面。”</p>

思考問題

1. 現在所堅守的，將如何被未來的我們所銘記？
2. 誰是奴役你的拉哈伯？
3. 誰是打敗你的巴比倫？
4. 你願意跨越新仇舊恨向對方傳福音嗎？

2026年3月6日(週五)

晚堂：潘怡蓉博士 體驗連於基督裏的生命與生活
(五) 體驗主裡互相關懷與扶持

參考經文 腓立比書二章 19-30 節；四章 15-23 節

《和合本》	《和修本》	環球聖經公會《新譯本》
<p>腓立比書二章 19-30 節 提摩太和以巴弗提</p> <p>19 我靠主耶穌指望快打發提摩太去見你們，叫我知道你們的事，心裏就得著安慰。20 因為我沒有別人與我同心，實在掛念你們的事。21 別人都求自己的事，並不求耶穌基督的事。22 但你們知道提摩太的明證；他興旺福音，與我同勞，待我像兒子待父親一樣。23 所以，我一看出我的事要怎樣了結，就盼望立刻打發他去；24 但我靠著主自信我也必快去。</p> <p>25 然而，我想必須打發以巴弗提到你們那裏去。他是我的兄弟，與我一同做工，一同當兵，是你們所差遣的，也是供給我需用的。26 他很想念你們眾人，並且極其難過，因為你們聽見他病了。27 他實在是病了，幾乎要死；然而神憐恤他，不但憐恤他，也憐恤我，免得我憂上加憂。28 所以我越發急速打發他去，叫你們再見他，就可以喜樂，我也可以少些憂愁。29 故此，你們要在主裏歡歡樂樂地接待他，而且要尊重這樣的人；30 因他為做基督的工夫，幾乎至死，不顧性命，要補足你們供給我的不及之處。</p>	<p>腓立比書二章 19-30 節 提摩太和以巴弗提</p> <p>19 我靠主耶穌希望很快能差提摩太去見你們，好讓我知道你們的事而心裏得著安慰。20 因為我沒有別人與我同心，真正關懷你們的事。21 其他的人都求自己的事，並不求耶穌基督的事。22 但你們知道提摩太是經得起考驗的，他與我為了福音一同服侍，待我像兒子待父親一樣。23 所以，我一看出我的事怎樣了結，我希望立刻差他去，24 但我靠著主自信我不久也會去。</p> <p>25 然而，我想必須差以巴弗提到你們那裏去。他是我的弟兄、同工和戰友，是你們差遣來供應我需要的。26 他很想念你們眾人，並且極其難過，因為你們聽見他病了。27 他真的生病了，幾乎要死。然而神憐憫他，不但憐憫他，也憐憫我，免得我憂上加憂。28 所以，我更應盡快送他回去，好讓你們再見到他而喜樂，我也可以減少憂愁。29 故此，你們要在主裏歡歡喜喜地接待他，而且要尊重這樣的人，30 因他為做基督的工作不顧性命，幾乎至死，為要補足你們供應我不夠的地方。</p>	<p>腓立比書二章 19-30 節 提摩太的為人</p> <p>19 我靠著主耶穌希望很快就可以派提摩太到你們那裡去，使我們知道你們的情況，可以得到鼓舞。20 因為，我這裡沒有人像他那樣與我同心，真正關心你們的事；21 事實上，所有人只尋求自己的事，不尋求耶穌基督的事。22 但是，你們知道提摩太的優秀品德，他和我一同為了福音服侍主，就像兒子跟父親一樣。23 所以，我希望一知道事情有甚麼結果，就立刻派他去；24 而我在主裡深信自己不久也會去。</p> <p>忠心侍候的以巴弗提</p> <p>25 以巴弗提是我的弟兄、同工、戰友，也是你們為我的需要派來服侍我的，但我認為必須派到你們那裡去，26 因為他一直切切想念你們大家，並且因為你們聽見他病了就非常難過。27 事實上，他病得幾乎死去，然而神憐憫了他；不但憐憫他，也憐憫我，免得我悲上加悲。28 所以，我越發急切地派他去，好讓你們再見到他就可以喜樂，我也可以少些掛慮。29 因此，你們要在主裡滿有喜樂地接待他，也要尊重這樣的人，30 因他冒生命危險為基督工作，差一點就死去，為要彌補你們未能服侍我的地方。</p>

四章 15-23 節

15 腓立比人哪，你們也知道我初傳福音離了馬其頓的時候，論到授受的事，除了你們以外，並沒有別的教會供給我。16 就是我在帖撒羅尼迦，你們也一次兩次地打發人供給我的需用。17 我並不求甚麼餽送，所求的就是你們的果子漸漸增多，歸在你們的帳上。18 但我樣樣都有，並且有餘。我已經充足，因我從以巴弗提受了你們的餽送，當作極美的香氣，為神所收納、所喜悅的祭物。19 我的神必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裏，使你們一切所需用的都充足。20 願榮耀歸給我們的父神，直到永永遠遠。阿們！

祝福

21 請問在基督耶穌裏的各位聖徒安。在我這裏的眾弟兄都問你們安。22 眾聖徒都問你們安。在凱撒家裏的人特特地問你們安。23 願主耶穌基督的恩常在你們心裏！

四章 15-23 節

15 腓立比人哪，你們也知道我開始傳福音、離開馬其頓的時候，在收支的事上，除了你們以外，並沒有別的教會和我分擔。16 就是我在帖撒羅尼迦，你們也一再差人來供給我的需用。17 我並不求甚麼饋贈，只求你們的果子不斷增多，歸在你們的賬上。18 但我已經如數收到，並且有餘；我已經充足，因我從以巴弗提受了你們的饋贈，當作極美的香氣，為神所接納、所喜悅的祭物。19 我的神必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裏，使你們一切所需用的都充足。20 願榮耀歸給我們的父神，直到永永遠遠。阿們！

祝福

21 請問候在基督耶穌裏的各位聖徒。跟我一起的眾弟兄都問候你們。22 眾聖徒都問候你們，特別在凱撒家裏的人問候你們。23 願主耶穌基督的恩與你們的靈同在！

四章 15-23 節

腓立比信徒的餽送

15 腓立比的弟兄們，你們也知道，在我傳福音的初期，離開馬其頓的時候，除了你們以外，我沒有收過任何教會的供給。

16 我在帖撒羅尼迦的時候，你們還是一而再把我所需用的送來。

17 我並不求禮物，只求你們的果子不斷增加，歸在你們的帳上。

18 你們所送的我都全數收到了，而且綽綽有餘；我已經足夠了，因我從以巴弗提收到你們所送的，好像馨香之氣，是神所接納所喜悅的祭物。

19 我的神必照他在基督耶穌裡榮耀的豐富，滿足你們的一切需要。

20 願榮耀歸給我們的父神，直到永遠。阿們。

問候與祝福

21 問候在基督耶穌裡的各位聖徒。同我在一起的弟兄們問候你們。

22 眾聖徒，特別是凱撒家裡的人，都問候你們。

23 願主耶穌基督的恩惠與你們同在（“與你們同在”原文作“與你們的心靈同在”）。

大綱

一、為福音同志、同心與同苦、同戰（1:27-30）

二、以提摩太與以巴弗提為例的服事團契（2:19-30）

1. 提摩太（2:19-24）

2. 以巴弗提（2:25-30）

三、在供應與支持上的分享（4:15-20）

四、問候與祝福（4:21-23）

反思與默想問題（一）

1. 我在事奉中是否像提摩太一樣與我的屬靈前輩「同心」？
2. 我對人的關心更多出於責任、習慣，還是出於基督的心腸？
3. 我是否願意像以巴弗提一樣主動為基督與為他人付出？
4. 我在哪些領域一直停留在「安全」地帶而不願冒險去付出？
5. 我是否像保羅一樣在教會建立「尊榮主的僕人」的文化？
6. 我如何在教會中深化「弟兄、同工、同當兵的、同使者、供給需用的」的關係？

反思與默想問題（二）

1. 我是否像腓立比教會一樣，持續長期參與福音的夥伴關係？
2. 我對奉獻的第一反應是什麼？義務？壓力？喜樂？敬拜？
3. 我是否把支持事工視為「參與福音」，還是「捐款」？
4. 我的奉獻是否帶著敬拜的心，是「馨香之氣」？
5. 我目前的資源（時間、金錢、恩賜）中，有哪些是神呼召我去分享的？
6. 我是否相信神會按祂榮耀的豐富供應我？
7. 我的奉獻是否最終指向「榮耀歸於神」？