

2021

五月

1

星期六 國際勞動節

神賜人資財豐富，使他能以
喫用，能取自己的分，在他勞
碌中喜樂；這乃是神的恩賜。

傳5:19

勞碌中喜樂

傳道者在尋找人生意義的過程中，找到神
給人在地上的恩賜，就是享受勞碌所得的。

在每天營營役役中，請不要忘記留給自己
安靜時間，數算並感激上帝的恩典與眷顧。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

2

星期日

他母親對用人說：祂告訴
你們甚麼，你們就作甚麼。

約2:5

照著作

馬利亞沒有因為耶穌不回應她訴求而憤怒，
反倒安靜等候，也請用人等候耶穌的吩咐。

馬利亞一生順服神，不以自己的事為念，
即或只為別人所求，也不僭越神的位置，
只安靜等候。等候神是鍛練信心的必修課。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

3

星期一

馬利亞說：我是主的使女，
情願照祢的話成就在我身上。

路1:38

情願

馬利亞當時可能只有十五歲，準備出嫁，
如此回應神，難道她不知道所要付的代價？
當然知道。

我們不可能完全知道要付何種代價，才衡
量是否順服神；這倒是一項意志的決定，
當決定了無論如何也跟從神，便有力量應
付那些層出不窮的困難。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

4

星期二

馬利亞卻把這一切的事
存在心裡，反覆思想。

路2:19

反覆思想

馬利亞蒙神使用，可以從她對待神話語的
態度看見，都放在心裡，反覆思想。

馬利亞不以自己標準來評估神話語是否合
理，乃「反覆思想」，直到明白神旨意。
你對神話語的態度也是如此嗎？



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

5

星期三 立夏

耶穌說：為甚麼找我呢？豈不知我應當以我父的事念麼？
路2:49

以父的事為念

耶穌十二歲時與母親馬利亞所說的話，
縱然難以明白，卻令馬利亞早作心理預備。

有那個母親不期望兒女聽她？馬利亞卻早已學曉，兒女是屬於天父的，要引領他們，
也要按他們所領受的尊重他們。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

6

星期四

這不是那木匠麼？不是
馬利亞的兒子，雅各、約西、
猶大、西門的長兄麼？...
可6:3

馬利亞的兒子

耶穌成長於拿撒勒，
眾鄉親都知道祂是馬利亞未婚所得的兒子；
可見馬利亞是一輩子承受別人的異樣目光。

信心幫助馬利亞跨過人生的困境；
因此，願為主而活，必能靠主得勝。
你願意嗎？



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

7

星期五

耶穌回答說：聽了神之道而遵行的人，就是我的母親，我的弟兄了。

路8:21

聽從主道

相信馬利亞也一如既往，把所發生的事存放在心裡，反覆思想。

馬利亞蒙神祝福，不因為她是耶穌肉身母親而有額外優惠，同樣必需順服聽從主道。你呢？



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

8

星期六

又對那門徒說：看你的母親！
從此那門徒就接她到
自己家裡去了。

約19:27

接待馬利亞

耶穌在十架上留下七言的第三句，
是吩咐使徒約翰照顧祂的肉身母親。

馬利亞一生沒有為自己求甚麼，耶穌卻
顧念她，吩咐祂所信任的門徒照顧她。
你的需要耶穌必定知道，別憂慮，
相信祂，祂必顧念！



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

9

星期日 母親節

馬利亞說：我心尊主為大，
我靈以神我的救主為樂。

路1:46-47

尊主為大

本節直譯「我的心靈尊崇(或高舉)主，且
我的靈歡喜快樂，因上帝——我的救主」。

馬利亞是位有美好見證的母親，
她以一生來見證她的心志，全然以神為首。
你的生命也以神為首麼？



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

10

星期一

惟有聽從我的，必安然居住，
得享安靜，不怕災禍。

箴1:33

得享安靜

「安然」意平安；「不怕」意不恐懼。
上帝指出惟一得享平安之路，是聽從祂。

惟獨聽從神的，再不用聽末世令人恐懼
的消息，或恐嚇人的謊言與謠言，
在神的愛裡沒有恐懼，只有愛。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

11

星期二

你既聽從妻子的話，喫了我所吩咐你不可喫的那樹上的果子，地必為你的緣故受咒詛；你必終身勞苦，才能從地裡得喫的。

既聽從了

創3:17

這節重點不在「妻子」，因當時只有兩人，不能把責任全推給妻子；是亞當違背神，地受咒詛，出產不易，他要承擔後果。

人違背神連累地，惡性循環，人也不好受。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

12

星期三

掃羅對撒母耳說：我有罪了，
我因懼怕百姓，聽從他們的話，
就違背了耶和華的命令
和你的言語。

撒 上 15:24

懼怕

掃羅不虔不誠，把責任推給百姓，貌似委屈，隱藏自己惡行，難道能瞞得過撒母耳？

撒母耳沒有周旋在掃羅的自圓其說上，
因為能否欺騙別人已不重要，重要的是
神難以與違背祂的人同行。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

13

星期四

清早起來上山頂去，說：我們在這裡，我們有罪了，情願上耶和華所應許的地方去。

民14:40

情願

領袖得知要死在曠野便後悔，沒有求問神，也沒有隨摩西及約櫃同行，結果大敗。

「聽從神」不是自選合適時間，「後悔」也要承受後果；要聽從神，由此刻開始。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

14

星期五

棄絕管教的，輕看自己的生命；聽從責備的，卻得智慧。

箴15:32

智慧

「棄絕」可譯「忽略」；換句話說：重視管教的是愛自己愛生命，且是智慧的表現。

一個崇尚自由的時代，若忽略管教，其自由只是放縱，沉溺毒品與醉，輕賤身體，怎能享受自由帶給自己生命的豐盛呢？



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

15

星期六

甚願你素來聽從我的命令，
你的平安就如河水，
你的公義就如海浪。

賽48:18

平安

「海浪」原文「堆積」，作誓約用。
由40章至本段，是給猶太人的最後警告；
嘆息他們若聽從神的話，必享平安，
並以神的公義建立大有能力的國度。

別錯過與神建立關係的機會，
神願以祂的慈愛與公義等待你。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

16

星期日

以色列阿！你要聽，
耶和華我們神是獨一的主。

申6:4

聽

本節是舊約精義，也是基督教信仰的核心。
聽，希伯來文「Shema」，在猶太人公禱書
「恭聽篇」中包括本段4至9節；聽，
不單指留心，也指順服、依從。

為何要聽？因祂是獨一真神；祂旨意純全，
全然為你的好處，關乎你的生命，
既如此重要，你願意立志聽從嗎？



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

17
星期一

你要盡心、盡性、
盡力愛耶和華你的神。

申6:5

愛

愛，是本書也是全本聖經主題，先述說神對子民的愛，然後論到神子民當愛上帝。如何愛神？「盡心」指全心；「盡性」指全意情志；「盡力」即全部力量，包括財富。

生命若沒有神，會是如何？
有多少人仍活在沒有神，沒有盼望之中，
上帝的心會是如何？你當如何回應神？



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

18

星期二

我今日所吩咐你的話，
都要記在心上...

申6:6

記在心上

「都要」原文意思是「成為」；「心」指人的意情志，即全人。意思是要全心把神的話語成為屬於你的。

沒有把神的話語成為你全人的價值信念，
這就是基督徒不像基督的因由。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

19

星期三 公假

...也要殷勤教訓你的兒女；
無論你坐在家裡，行在路上，
躺下，起來，都要談論。

申6:7

殷勤

原文沒有「殷勤」這字，但從下文吩咐無論「躺下」即晚上或「起來」即早上，都要教導並談論神的話語。

家庭是建立人生命品格重要之地，作父母的，當勇敢且盡心教育兒女敬畏神尊重人之道；不然，社會惡人當道，後果堪虞。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

20

星期四

也要繫在手上為記號，
戴在額上為經文。

申6:8

記號

無論繫在手上或戴在額上，又要掛在房屋的門框等，目的是把神的話語放在首位，提醒各家庭成員在生活上實踐。

人必須從實踐聖經的過程中，更深明白神話語的真實及對自己的好處。靈修要「日日新鮮」，你今日有何體驗？



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

21

星期五

我們是屬神的，認識神的就聽從我們；不屬神的就不聽從我們；從此我們可以認出真理的靈，和謬妄的靈來。

約壹4:6

認出

約翰言明聽從他們使徒的，便認出誰有真理的靈。難道約翰在高舉人麼？當然不是。

約翰是耶穌的見證人，將所看見所聽見的信息——愛，傳給眾信；換言之，活出愛的就是來自神的，心裡仇恨的不屬於神。



2021

五月

22

星期六

神就是光，在祂毫無黑暗；
這是我們從主所聽見，
又報給你們的信息。

約壹1:5

神就是光

約翰從神接收的信息：「神就是光」。

活在神光中的，會承認己罪，並按著神的公義與信實，得蒙赦免；相反，活在黑暗的人，自吹無罪，看自己比別人高一等。因此，你要當心這類的人！



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

23

星期日

沒有愛心的，就不認識神；
因為神就是愛。

約壹4:8

神就是愛

約翰從神接收的另一信息：「神就是愛」。

活在神愛裡的，是承認自己本無力愛神，
乃是經歷神先愛他，得蒙拯救後按主吩咐，
實踐彼此相愛的命令。因此，宣揚愛的是
來自神；宣揚仇恨的，不認識也不屬於神。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

24

星期一

人若說自己在光明中，
卻恨他的弟兄，他到如今還
是在黑暗裡。

約壹2:9

恨與愛

恨與愛會表現在態度與行為上，不能隱藏。

據心理學家艾克曼(Paul Ekman)於1975年發現，從人的臉部表情辨認出的情緒包括喜、怒、哀、樂、厭惡與驚恐；情緒無分好壞，恨與愛卻是一種選擇。神命令我們去愛，指引我們面對現實時的重要選擇。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

25
星期二

我們相愛，不要只在言語和舌
頭上，總要在行為和誠實上。

約壹3:18

相愛

相愛，若沒有實際的行動，顯得虛偽。

愛既是一種選擇，
即或面對仇恨者，仍要在神面前選擇愛，
把心裡的情緒與感受交托神，由祂處理。
這樣，愛，不會成為操控別人的工具；
恨，也不會成為綑綁自己的罪魁。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

26

星期三

神的命令就是叫我們信祂兒子耶穌基督的名，且照祂所賜給我們的命令彼此相愛。

約壹3:23

相愛命令

相愛難，不能按我們的喜好；
相愛易，因順服接受神的命令。

人世間容易離離合合，因沒約束自己的心。
愛，從來都不容易，越認識神偉大的愛，
越明白何謂愛，懂得愛。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

27

星期四

從來沒有人見過神；我們若彼此相愛，神就住在我們裡面，愛祂的心在我們裡面得以完全了。

約壹4:12

神住在我們裡面

神就是愛，住在神裡面才明白何謂愛。

愛，改變人的生命；凡懂得愛的，因在愛裡遇見過神，嘗過愛的滋味，那管世間冷酷，在神裡面享受愛，實踐愛。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

28

星期四

神愛我們的心，我們也知道也信。神就是愛；住在愛裡面的，就是住在神裡面，神也住在祂裡面。

約壹4:16

住在祂裡面

愛，是普世真理。因為神就是愛。

基督徒容易把人分兩類：信徒與非信徒；但從本段經文看，兩類人該是：有愛心的與沒有愛心的。沒有愛心不是屬神的；有愛心的才是屬神的；因神就是愛。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

29

星期六

愛裡沒有懼怕，愛既完全，
就把懼怕除去；因為懼怕裡
含著刑罰；懼怕的人在愛裡
未得完全。

約壹4:18

完全的愛

作者以本節作為愛的生活的總結，
愛神與愛人是不能分割的。

愛既是生命的本質，不可能「一時一樣」；
完全的愛是平安的、自由的、有力量的。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

30

星期日

我們若愛神，又遵守祂的誠命，從此就知道我們愛神的兒女。

約壹5:2

愛神遵神誠命

「從此就知道」，其意思是從我們在愛神兒女行動上，顯出我們愛神並遵守神誠命。

基督徒不遵從神愛的命令，
信仰便欠說服力，全沒生命影響力！



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫

2021

五月

31

星期一

因為凡從神生的，就勝過世界；
使我們勝了世界的，
就是我們的信心。

約壹5:4

信心

「因為」指神誠命並不難守之因；意思說基督徒難以愛，是因為這個世界的影響。

我們有能力去愛，
不是基於你的力量，乃基於你的信心；
你對神信心如何，力量也必如何。



《以諾與神同行》「承使命、再出發」5月靈修:聽從主話 許淑芬牧師編寫