

2025

一月

1

星期三 元旦

掃羅往基比亞回家去，
有神感動的一群人跟隨他。

撒下10:26

神感動的一群人

掃羅沒作王的經驗，也不在意反對他的人；
神卻為他安排一群被祂感動的人跟隨他。

神主動賜恩與揀選，你卻不要因此而放棄
計劃，倒要按神所賜的，盡心盡力事奉祂。
當如何有效按神所賜的恩事奉祂？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

2

星期四

雅比的長老對他說：求你寬容
我們七日，等我們打發人往
以色列的全境去；若沒有人
救我們，我們就出來歸順你。

撒11:3

雅比的長老

雅比的長老本求與亞捫人立約卻遭凌辱，
便存一絲盼望，看以色列人是否幫助他們。

面對困難，不要慌亂，要積極尋求神幫助！
與神聯繫是在逆境中得力的盼望。同意嗎？



2025

一月

3

星期五

掃羅聽見這話，就被神的靈
大大感動，甚是發怒。

撒上11:6

掃羅的憐憫

神激勵掃羅，使他產生對雅比族憐憫的心。

神願意激勵人跟從祂，但持續建立品格，
並持久積極遵從神，是一生的操練。
在建立品格旅程中，有哪些具體步驟
或習慣能幫助你持續遵從神？



2025

一月

4

星期六

掃羅說：今日耶和華在以色列
中施行拯救，所以不可殺人。

撒下11:13

掃羅的慷慨

掃羅勝仗回來，跟隨他的人要清算小看掃羅的人；掃羅卻把榮耀歸神，並饒恕他人。

掃羅在別人讚譽與關注中，能保持
對神的敬畏，表現慷慨寬容，令人信服。
人如何能在別人簇擁下仍保持讓神居首？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

5

星期日 小寒

至於我，斷不停止為你們
禱告，以致得罪耶和華。
我必以善道正路指教你們。
撒 上12:23

撒母耳一生的事奉

撒母耳一生得百姓擁戴，是因他專注神並以善道教導百姓，還答允不斷為他們禱告。

神悅納人的心，高於人所作的成果；因為一切都屬乎神，能夠事奉都是神的恩典。
在新一年裡，你立志在那方面事奉神呢？



2025

一月

6

星期一

掃羅說：因為我見百姓離開
我散去，你也不照所定的
日期來到...所以我...。

撒下13:11-12

掃羅偏歪的心

掃羅沒有承認錯誤，他試圖向撒母耳解釋，
責怪環境，也責怪撒母耳來得晚。

掃羅勉強獻祭，是怕失去百姓的擁戴；他
視神為幫助他得民心的工具，全不認識神。
當你在危機時，你察覺你關注點在那裡呢？



2025

一月

7

星期二

...或者耶和華為我們施展能力；因為耶和華使人得勝，不在乎人多人少。

撒母耳記上14:6

約拿單的信心

約拿單勇敢、有信心、負責任；因當時只有他和父親有劍，他作為王子，責無旁貸。

約拿單當仁不讓，果斷勇敢，處變不驚。
在危難時，你會主動承擔，勇敢果斷嗎？



2025

一月

8

星期三

掃羅叫百姓起誓說：凡不等到晚上向敵人報完了仇吃什麼的，必受咒詛。因此這日百姓沒有吃什麼，就極其困憊。

撒下14:24

掃羅的急躁

掃羅竟要求士兵不許進食；
在宗教禮儀上是必須，在戰場上卻是冒失。

掃羅是過於屬靈，還是不明白戰場的需要？
在壓力下，你能考慮別人並作明智的決策？



2025

一月

9

星期四

我父連累你們了。你看,我嘗
了這一點蜜,眼睛就明亮了。

撒 14:29

約拿單的洞察力

約拿單得知父親的禁令,直接說出對事情的
判斷,並承認錯誤,是不該令百姓受苦。

約拿單的誠懇與掃羅的造作成了強烈對比;
人要誠實才能對事情作出正確的判斷。
你曾否因不誠實的信息而做出錯誤的選擇?



2025

一月

10
星期五

約拿單說：我實在以手裡的杖，用杖頭蘸了一點蜜嘗了一嘗，這樣我就死嗎？

撒上海14:43

約拿單的勇敢

在古代，常用掣籤來尋求神旨意；神藉此讓百姓知道祂的同在與真實，但不等同掃羅是對、約拿單是錯；反倒在此事上，看見人在面對逆境時所彰顯的生命本質。

約拿單面對掣籤結果時展現了勇敢與誠實。你如何面對曾因勇敢表達真相而面臨困難？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

11
星期六

百姓對掃羅說：約拿單在以色列人中這樣大行拯救，豈可使他死呢？斷乎不可！

撒14:45

百姓的勇氣

百姓不因掣出了約拿單而認同掃羅，反勇敢說出實況，是他救了以色列人，怎能殺他？

基督徒不要「強迫症」，必須全面看事情作判斷，切勿仿效掃羅過著糊裡糊塗的生活！
你曾否在群體中堅持真理，作明智的判斷？



2025

一月

12

星期日

我實在聽從了耶和華的命令...百姓卻在所當滅的物中，取了最好的牛羊，要在吉甲獻與耶和華你的神。

撒15:21

掃羅的敷衍

掃羅敷衍撒母耳，也是敷衍神。

掃羅敷衍的態度更明確看見他不認識神，他也不敢承認錯誤，塘塞是百姓的問題。你是一個勇於承認過錯，還是有如掃羅呢？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

13

星期一

掃羅說：我有罪了，雖然如此，
求你在我百姓的長老和以色列人面前抬舉我，同我回去，
我好敬拜耶和華你的神。

撒母耳上15:30

掃羅的交易

掃羅最重視的不是神，而是長老和百姓，
他與撒母耳交易，他敬拜的是撒母耳的神。

掃羅忘了神是膏他的，是他的神，
他錯看了撒母耳，也錯待了自己的職份。
你當如何在順境與逆境中，堅定地倚靠神？



2025

一月

14

星期二

撒母耳對耶西說：你的兒子
都在這裡嗎？他回答說：
還有個小的，現在放羊。

撒 上16:11

大衛被忽略

耶西對大衛的忽略，反映當時家庭與社會的
偏見，最小的、牧羊的都不被看重，認為
外貌出眾的、成熟的才更重要。

大衛沒因被忽略而輕忽責任，仍盡力去牧羊。
回想你成長過程也有被忽略嗎，你如何面對？



2025

一月

15

星期三

我曾見伯利恆人耶西的一個兒子善於彈琴，是大有勇敢的戰士，說話合宜，容貌俊美，耶和華也與他同在。

撒上海16:18

大衛被推薦

掃羅竟接受一名少年人推薦琴手大衛，當時的大衛已被膏立五年，轉眼二十歲，但他沒有「躺平」去等待，見證亮於人前。

神不重外貌卻重視人的品格與順服的態度。
這對你的生活有何啟示？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

16

星期四

大衛的長兄以利押聽見大衛...就向他發怒...我知道你的驕傲和你心裡的惡意，你下來特為要看爭戰！

撒上海17:28

大衛被誤會

大衛不因兄長誤解而生氣，倒冷靜和堅定，做當做的事，向目標進發。

面對別人誤解或批評，只要堅定說出你的目的與態度便可，切勿因生氣而迷失自己！你容易被激怒嗎？從大衛身上你有何學習？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

17

星期五

大衛又說：耶和華救我脫離
獅子和熊的爪，也必救我
脫離這非利士人的手。

撒上海17:37

大衛的信心

大衛向掃羅見證神拯救他，不是空談，
乃基於對神的認識與經驗產生的信心。

信心的堅定必須經過試煉的「洗禮」！
面對試煉時，別急於「加油」，乃要安靜
聚焦於神的應許，尋求祂指引。同意嗎？



2025

一月

18

星期六

今日耶和華必將你交在我手
裡...使普天下的人都知道
以色列中有神。

撒上海17:46

大衛的勇敢

大衛的勇敢全因他的信念，神怎能被人輕視；
他殺巨人也在於向普天下人認識神的威名。

大衛的純正動機化作力量，全然為神而作，
這也是最吸引人認識神的魅力所在。
你如何在每事上確保動機純淨呢？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

19

星期日

約拿單愛大衛如同愛自己的
性命，就與他結盟。

撒18:3

約拿單愛大衛

聖經沒說明約拿單為何如此愛大衛，但可從他更改兒子米非波設名意「終結偶像」看出端倪，因被大衛對神的堅信感動，決心與偶像割離回歸神，其新生命無可替代。

純潔的友情基於對神的愛，使人並肩事奉。
你認為如何能建立如此令人羨慕的友誼呢？



2025

一月

20

星期一 大寒

掃羅甚發怒，不喜悅這話，
就說：將萬萬歸大衛，千千
歸我，只剩下王位沒有給他了。

撒 上18:8

掃羅的嫉妒

掃羅在平穩的日子，廣納人才，慷慨待人；
卻因人對大衛的稱讚，暴露了他的本相。

人在受稱讚時所顯的謙卑並非真謙卑，在
聽見別人稱讚別人時內裡的态度才是本相。
當別人稱讚另一人時，你內心有何反應？



2025

一月

21
星期二

...耶和華為以色列眾人大行拯救；那時你看見，甚是歡喜，現在為何無故要殺大衛，流無辜人的血，自己取罪呢？

撒下19:5

約拿單的正直

約拿單為了父王及整個以色列人的好處，說當說的話，他的正直，感動了掃羅回轉。

人不為己的正直，能引領人行正確的路。
你曾因正直的行為影響他人的抉擇嗎？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

22

星期三

從耶和華那裡來的惡魔，又降在掃羅身上(掃羅手裡拿槍坐在屋裡)，大衛就用手彈琴。

撒19:9

掃羅任由魔鬼試探

聖經一貫說明一切都屬於神，魔鬼墮落了，若神不容許，牠也不可隨意行動；而掃羅卻任由魔鬼攪擾情緒，並主動襲擊大衛。

神的主權與人的自由意志並不矛盾，倒體驗神對人的尊重及人的謙卑與神協調共存。因神給你的尊重，讓你更有力量遵從祂嗎？



2025

一月

23

星期四

約拿單因愛大衛如同愛自己
的性命，就使他再起誓。

撒 上20:17

約拿單無私的愛

約拿單是王子，有機會繼承王位，
但他卻尊重上帝的揀選，他也真的愛大衛，
以致一而再向大衛起誓要保護他。

約拿單的愛是無私與忠誠的，
他信靠神以致不看為是大衛奪去他的王位。
因信靠神能助你保持平和解決衝突嗎？



2025

一月

24

星期五 年廿五

大衛回答祭司亞希米勒說：
王吩咐我一件事，說...。

撒 上21:2

大衛的謊言

大衛在徬徨中逃難，以謊言取得食物與刀，
卻因此連累祭司一家命喪於掃羅。

神明白並容許人的軟弱與失敗，
卻負責大衛及祭司一家的生命。

有哪些過去的經歷讓你感到困擾？你當
如何積極倚靠神，放下並迎接新的挑戰？



2025

一月

25

星期六 年廿六

大衛將這話放在心裡,甚懼怕
迦特王亞吉,就...假裝瘋癲...
撒 上21:12-13

大衛的恐懼

當大衛在困境中，他難以判斷亞吉王對他的
欣賞是助力還是阻力，便決定裝瘋離開。

信心和智慧的運用在困境中常受到挑戰，但
別怕抉擇，按著當前你所思所想決定便是了。
你當如何學會根據當下，勇敢地作出決定？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

26

星期日 年廿七

王的臣僕中有誰比大衛忠心呢？他是王的女婿，又是王的參謀，並且在王家中是尊貴的。

撒下22:14

亞比米勒的勇敢

祭司亞比米勒知道掃羅要殺他，仍勇敢說出對大衛的認識，只是掃羅心硬沒有接受。

聖經很多人物對生死處之泰然，並非不怕死，乃是有更重要的要持守，便輕看死亡。
你是否也能將持守信念視為更重要呢？



2025

一月

27

星期一 年廿八

你可以住在我這裡，不要懼怕；因為尋索你命的，就是尋索我的命；你在我這裡，可得保全。

撒上海22:23

大衛保護亞比亞他

大衛不因害了亞比亞他而停留在自憐裡，倒為亞比亞他出頭，給他安慰。

大衛不沉溺於自憐，因他知道真正的錯誤不是他，乃是多益及掃羅。你能像大衛般，把焦點放在幫助他人上嗎？



2025

一月

28

星期二 除夕

願你平安，願你家平安，
願你一切所有的都平安。

撒上海25:6

大衛的祝福

以色列文化中，祝福是一種建立和維持社會關係的方式，能增進人與人之間的聯繫。

在新年日子要彼此祝福，增進正能量。
在新年裡你會給人什麼祝福語，能體現信仰的核心價值，又能表達對他人的關心呢？



2025

一月

29

星期三 年初一

當尊耶和華為大，
耶和華喜悅祂的僕人平安。
詩35:27

祝平安

大衛在困境時向神信心的禱告；他相信無論任何境況，神的心意使屬祂的人得平安。

願新一年裡，神的平安常與你同在！
省思在不安中，如何更深地依靠神的引導？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

30

星期四 年初二

至於我，就像神殿中的青橄欖樹；我永永遠遠倚靠神的慈愛。

詩52:8

祝青春常駐

儘管大衛正處於逆境，卻仍對神充滿信心，相信神保守他如青橄欖樹，青春常駐。

大衛有如此強大的信心不是一蹴即就，是過去經驗及對神認知所產生的屬靈視野；同樣，你也必須讓信心得到磨練。

在逆境時你會如何調整心態來保持信心？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫

2025

一月

31

星期五 年初三

神是我的盾牌，
祂拯救心裡正直的人。

詩7:10

祝公義護佑

大衛因對神的敬畏並對掃羅的寬容，
他祈求上帝按他的正直護佑他。

神樂意把祂的恩慈向敬畏祂愛祂的人彰顯。
在你面對不公的經歷時，你當如何面對？



《以諾與神同行》1月靈修 從歷史書看人的選擇 許淑芬牧師編寫