



神不會動搖的根基

當我們思考我們所處的世界的狀況時，戰爭和衝突似乎主宰著每個新聞頻道，自然災害影響著全球人民，社區內關係破裂很常見，我們看看詩篇 46 篇，它給了我們信心在任何情況下，神都是不會動搖的根基。

詩篇 46 篇提醒我們神是誰以及我們的盼望在哪裡，我們可以記得神對我們的良善和信實，無論我們的處境如何，我們仍然有讚美的理由。

我們改變了，我們的處境改變了，但我們的神沒有。

詩篇46篇

可拉後裔的詩歌，交於伶長。調用女音。

1 神是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。

2 所以地雖改變，山雖搖動到海心，

3 其中的水雖砰訇翻騰，山雖因海漲而戰抖，我們也不害怕。（細拉）

4 有一道河，這河的分汊使神的城歡喜，這城就是至高者居住的聖所。

5 神在其中，城必不動搖，到天一亮，神必幫助這城。

6 外邦喧嚷，列國動搖，神發聲，地便熔化。

7 萬軍之耶和華與我們同在，雅各的神是我們的避難所。（細拉）

8 你們來看耶和華的作為，看他使地怎樣荒涼。

9 他止息刀兵，直到地極；他折弓斷槍，把戰車焚燒在火中。

10 你們要休息，要知道我是神！我必在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。

11 萬軍之耶和華與我們同在，雅各的神是我們的避難所。



不會動搖的神是我的避難所

經文：詩篇46:1-11 瑪拉基書3:6

詩篇 46這是以色列民族的敬拜宣言，是一首讚美神的力量和隨時幫助祂子民的詩篇。詩篇 46 篇反映了神對祂子民的神奇拯救，以及在最絕望的情況下，祂不變的本性。

這首詩篇是一篇美麗的提醒，當情況變得困難時，神不會拋棄我們。祂就在我們身邊，祂不會改變。永遠與我們同在的神面對這個世界的挑戰時，不會示弱；祂的力量和存在不會因價值觀的轉變、不同的意見或動盪的世界而有虧損。

當生活環境威脅到我們時，我們可以在永恆的、不變的神身上找到庇護和安息。我們可以堅信神與我們同在，並確信神的力量不會在自然災害（詩篇 46:2-3）或戰爭（詩篇 46:8-9）中受到威脅。

天父，

在疑惑之中，我們從你不變的存在中找到了保證。你是我們的避難所和力量，是我們遇到困難時的堡壘。願我們因你的存在和對你永恆的愛的了解而得到安慰。

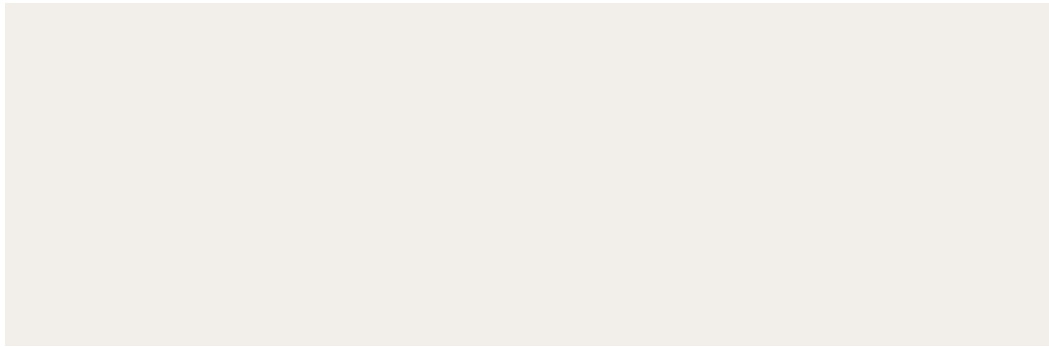
阿們。

神已經證明了祂有能力看顧並照顧我們。當我們向祂敞開心扉時，祂就不難被看見或感知；祂離我們很近，很容易接近。我們可以相信祂是與我們同在的神，祂將保持不變。在混亂和破壞中，祂提供了一個安全、和平和有保障的地方。

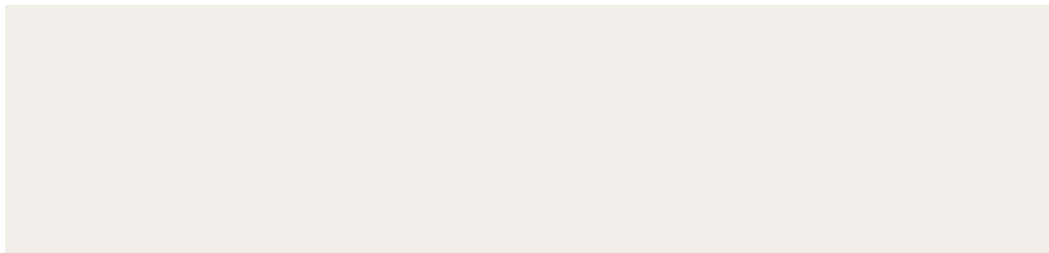
我們可以在全能的主那裡找到庇護，我們的避難所和力量，我們在困難時隨時的幫助。

讀詩篇 46 篇的經文數遍。這些經文你可能非常熟悉，慢慢地、用心地閱讀它們。

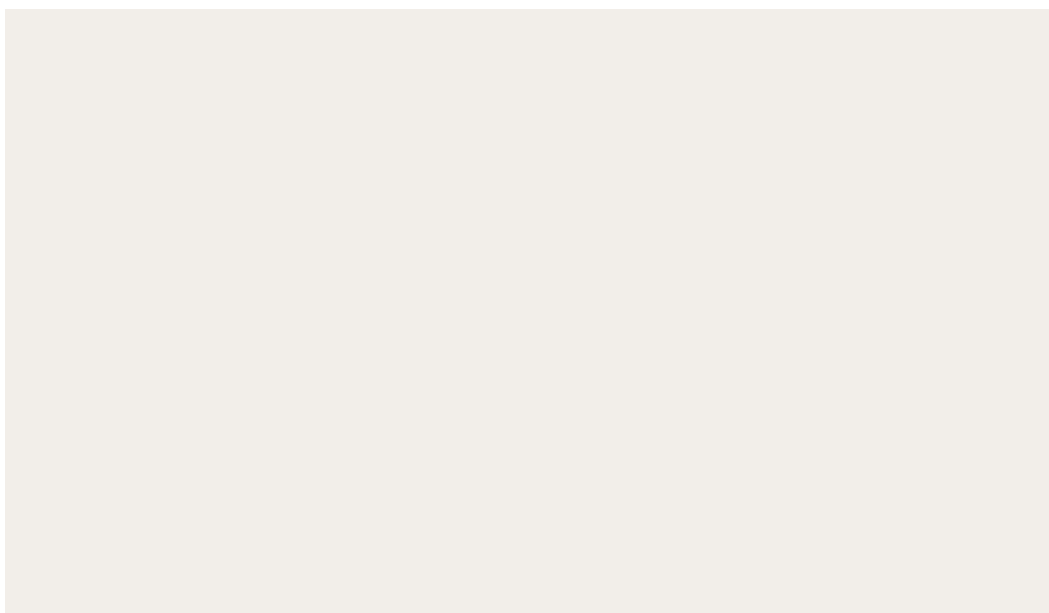
想一下你的生命和你所生活的世界，確認神是你的避難所、你的力量、與你同在並在你遇到困難時幫助你，這对你意味著什麼？



這讓你感覺如何？



從今天詩篇 46 篇的反思中，你需要記住什麼？花一些時間寫下或用視覺記錄你的想法。





不會搖動的神給我勇氣

經文： 詩篇：46:1-11

「所以地雖改變，山雖搖動到海心……我們也不害怕。」

我們也不害怕。

這是一個大膽的宣告，在我們的生活中並不總是那麼容易實現，尤其是當我們看到我們的世界、我們的家庭或我們的鄰居中存在混亂、不明確、危險和痛苦時。

恐懼是人類的一種自然反應，這種反應可能會促使我們採取輕率的行動或完全阻止我們前進；對我們的安全的恐懼，對後果的恐懼，對未知的恐懼，恐懼可能會讓人癱瘓。

有時，我們周圍發生的事情、我們自己生活中的境況或我們在新聞中看到的事件，會讓我們感到難以應付。我們可能會問：

在这一切之中，神在哪裡？

為什麼神不阻止這種事發生呢？

我和我愛的人會發生什麼事？

親愛的主，

當我對周圍的一切都感到困惑和恐懼時，感謝你是不可動搖的神，你了解我並理解我的感受。你給了我勇氣去面對恐懼，並幫助我繼續前進，即使生活看起來很艱難，我知道你和我在一起。

阿們。

有時我們無法理解周遭發生的事，我們可以提出這些問題，但可能永遠不會有答案。有時，無所畏懼和勇敢並不容易。但神的良善並不取決於我們的感覺。

在這個時候，我們必須依靠那些支持我們、與我們站在一起的人。當我們聽到值得信賴的聲音，我們認識和愛的人的聲音，宣告神的良善和信實時，我們可以在他們的信心和愛中找到希望和力量。當我們周圍不斷提醒我們神是誰以及祂對我們的應許時，我們就能找到繼續相信的勇氣。

我們不必害怕，為什麼？因為神是我們的避難所、我們的力量、我們在患難時的幫助。他和我們在一起。

那些在你生命中宣告
神良善和應許的值得
信賴的聲音是誰？



你能成為別人值得信
賴的代言人嗎？現在
誰需要你成為他們值
得信賴的代言人？



我能信靠我那不會動搖的神

經文：詩篇 46:1-11 詩篇 107 詩篇 116 申命記 26:5-11 馬太福音 28:20

詩篇 46 篇的作者鼓勵我們記住神所做的一切，並在我們記得的同時，學會相信神會看顧我們的未來。

以色列人一生重視紀念、回想起神為了他們的福祉而介入歷史的方式（申命記 26:5-11）。這是他們崇拜的中心點，也塑造了他們的身份。

相信神會供應人們的需要，伸出援手並賜予救恩，這種信念貫穿舊約聖經，並透過耶穌的拯救工作在新約聖經中結出果實。

我們要記住耶穌是以人的形式出現的神，他知道我們面對和克服困難時的感覺。祂與我們同在（馬太福音 28:20）以及祂對人類狀況的了解給我們帶來保證，耶穌知道什麼是喜樂、心痛、歡笑和悲傷。他知道什麼是疲倦、飢餓，也會一起共慶歡樂時刻。

當我們來到神面前時，我們不需要帶著經過淨化、完美的言詞來表達我們內心的想法。耶穌知道生而為人意味著什麼。我們盡量向他坦誠，知道祂會聽到並理解我們。

親愛的主，

當我回想起你過去對我的信實時，我在你的供應和救恩中找到了保證。謝謝你，我現在的情況你並不陌生。你是不可動搖的神，我信賴你。

阿們。

「你們來看耶和 華的作為，」

花一些時間反思你的生命，可以用年數或重要時期來劃分。

回想一下當你意識到神存在的時候，

記住神在你身上為你所做的一切，

你可以從中學到什麼來使你的現在和未來得到保證？

過去的

現在

未來



我的信心是在我不會動搖的神裡

經文： 詩篇46:1-11 路加福音 24:13-35

詩篇 46 篇的結尾提醒我們，當我們專注於神時，我們會在我們生命的每個階段和每個情況下看到祂的力量。它提醒我們神是神，神與我們同在。即使當個人情況或世界事件消耗了我們大量的生命和精力，以至於我們發現很難認識到神與我們同在時，我們也確信神的同在。

就像去以馬忤斯路上的門徒（路加福音24:13-35），有時我們可能不認識到神與我們同在，或神的同在、能力和力量足以滿足我們的需要。

但神在那裡，即使我們的實際境況沒有改變，祂的存在、能力和力量仍然足夠。

我們的生活和世界與詩篇作者的非常不同。然而，我們可以選擇宣稱我們的信心來自於知道神現在是、將來也是神。

儘管我們有恐懼，但當我們回想起神曾在歷史裡，與及在我們生活中的作工時，我們可以確信神是任何情況下不可動搖的根基。

親愛的主，

我對你和你的一切事物的絕對主權充滿信心。在生活的挑戰和不確定性中，請幫助我定睛注視你，那不可動搖的神。在你面前，我找到了安息，今天我就享受這安息。

謝謝你，耶穌。

阿們。

「...當我獨自走在路上，
被我的重擔壓得喘不過氣
時，耶穌親自走近我，與
我同行」。

Arch R. Wiggins

對你來說，「同行」是什麼樣的？

A large grid of dots, intended for writing a response to the question above. The grid consists of 20 columns and 30 rows of small, light brown dots.

我們為衝突和戰爭情況禱告

這裡有一些禱告的點子，可以用在你個人或團體的禱告時間裡。

歡迎取用，也請按你實際情況改動。

所有這些點子都是要幫助我們為衝突和戰爭的情況禱告 – 為當地情況和受影響的人 – 並幫助我們記住我們不會動搖的神是誰。

你們要休息，要知道我是神

安排一個安靜舒適的地方，在安靜中與神同坐。

你可以用墊子或毯子做一個舒適的休息區，或者用一些床單或帳篷來搭建一個不受干擾的帳棚。

在這個安靜的空間裡舒適地坐著、躺著或站著，花時間在神面前休息。

保持安靜。

保持安靜並知道神是神。

你要停止哪些要努力的事情，轉而依靠神的力量？



新聞標題



我們身處的社區和世界各地，有很多人正在經歷衝突。

花一些時間瀏覽你面前的報紙、雜誌和文章。

剪下吸引你注意力的標題或文章並將其貼到海報上。在它們旁邊寫下你的想法。

為特定的新聞標題及其所涉及的人祈禱。

你將需要：

- ． 本地、全國和國際報紙、雜誌或列印出來的新聞。
- ． 剪刀。
- ． 膠水。
- ． 筆。
- ． 海報紙。

當你閱讀時，你可能想問自己以下問題：

發生了什麼事？

在哪裡？

誰受到影響？

誰是主要領導人以及誰將做出回應？

現在有什麼需求？

住在全能者的蔭下

詩篇91:1－2

看看你面前的地圖。主引導你關注地圖上的哪個地方？

將燈高舉在地圖上。將手移到燈光前，在地圖上你想要祈禱的區域上形成影子。

為那些住在全能者蔭下的人祈禱。



看看你面前神的名字和祂品格的各個面向，你可能想要加上自己想到的。

今天對你來說神是誰？

你被哪些名字或特徵所吸引？

為什麼？

God 神	Ruler 統治者	Jehovah 耶和華	Trinity 三位一體
Abba 阿爸	Deliverer 拯救者	King of Kings 萬王之王	True Vine 真葡萄樹
Holy 聖潔的	Shepherd 牧人	Lamb of God 神的羔羊	The way, the truth and the
Love 愛	Protector 保護者	Lion of Judah 猶大的獅子	life 道路、真理與生命
Yahweh 雅威	Refuge 避難所	Omnipotent 無所不能	Wonderful Counsellor
Lord 主	Ever-Present 永在	My Strength 我的力量	奇妙策士
Father 父	Cornerstone 房角石	Mighty 大能者	The Word 道
Creator 創造主	Elohim	Light 光	Wonderful 奇妙
Jesus 耶穌	以羅欣（神）	Life 生命	Advocate 中保
Saviour 救世主	Everlasting God	Guide 指引者	Consuming fire 烈火
Advocate 中保	永在的神	Hope 希望	Ancient of Days 亙古之時
Almighty 萬軍之神	All-powerful 全能者	The Great Physician 醫生	Truth 真理
The Alpha and Omega	Faithful 信實	Pioneer 先鋒	Adonai 我的主
阿拉法與俄梅戛	Foundation 根基	Prince of Peace	Divine 天上的
Bread of Life 生命之糧	Provider 供應者	和平之君	Sovereign 統治
Christ 基督	Rock 盤石	Everlasting Father	Unchanging 永不改變
Comforter 保惠師	Immanuel 以馬內利	永在之父	Unshakeable不會動搖
Redeemer 救贖者	Above all 萬名之上	Resurrection and the Life	Gracious 滿有恩典
	Helper 幫助者	復活與生命	Merciful 憐恤
	I am 自有永有	Righteous 公義	Infinite 無限



在十字架下

坐在十字架之下，

傷害、痛苦、背叛、憤怒、怨恨
——你想在這裡留下什麼？

你想留下甚麼在這裡都可以，你或
想把它寫下來，揉成一團，然後把
它放在十字架的之下。

你需要懺悔什麼？請求神的寬恕。

你需要原諒誰？

你需要採取哪些後續步驟來修復破
裂的關係？

改變從 我們開始。

改變從我們開始。

寫下你將採取為和平作出貢獻的具體行動（在我與人關係中，教導自己，教導他人，致力於祈禱）並將其放在承諾板上。

致力於透過對話和憐憫和平地解決家庭、工作甚至教會中的分歧和衝突。

致力於尊重他人、表現出同理心並與他人和諧相處。

致力於定期為世界和衝突地區祈禱。

我承諾...



「光照在黑暗裡，黑暗卻不接受光」——約翰福音 1:5

耶穌是世界之光。耶穌的光即使在最黑暗的情況下也會閃耀，帶來希望和指引。

默默點燃蠟燭，為特定的衝突或地區祈禱。祈禱當權者能夠看到「光明」並努力結束衝突。



**SPIRITUAL
LIFE DEVELOPMENT**
INTERNATIONAL HEADQUARTERS