背著相机和镜头，踩著轻快的脚步迈向江华岛。难得与熟悉的友人外出摄影，走在大自然里，透过镜头观看大自然的每一个细节，不禁沉迷各种解析中。这一天，我不必畏惧夏日午后炙热的阳光，也不需在意时间的流逝。

人需要暂时放下日常工作去休息，因为那是重新得力的机会。重新观察熟悉的事物、人和工作，明白其重要性，并以认真的态度面对。如果没有一段“暂时停止”的时间，因心里疲乏而活得无力，以致不能珍惜贵重的人事物，这才是浪费人生。

不久前，我遇到一位正积极筹划人生下半场的五十岁友人，从他身上我感觉到他已经跃跃欲试，正计划开启人生的另一个新视野。我建议他，在他已计划好未来的此刻，先暂停一下，仔细地检视一切。因为在看似充满希望的未来计划中，需要查看是否暗藏著如伏兵般的危险和鲁莽，并找出不完善之处修补它。

我的建议对他而言，刚开始像是一把锁，拦阻了他的计划，但经由一段深刻的谈话后，他认同“暂停”对未来的重要性。如果说，热情是造成年轻时期莽撞的理由，那么急躁和惧怕则是筑起五十岁的栏栅的理由。中年的再出发和青年时期不同，需要更加慎重。如同开车上路，在每个危险之处都会看到设有“暂停”的标志，但是开到儿童保护区或斑马线前，就算没有“暂停”标志，也要自动减速慢行。

如果过去只是盲目的向前看，今天则要对自己说“暂停”，观察四周，预备再次向前奔跑。若能拥有从容之心，“暂停”则是安全走向前方最快的方法。不要只顾著跑，要懂得“暂停”，观察前后左右之后，再重新努力奔跑。

“你们要休息，要知道我是神……。”

诗篇46篇10节

取自：《每日活水》灵修月刊8月号，李义寿牧师。

8月13日（星期日）圣灵降临节后第十主日

每日读经灵修 默想 2017
8月13日 -8月19日

勇敢面对

每日读经:

诗篇Psalms 85:8-13

列王纪上I Kings 19:9-18

罗马书Romans 10:5-15

马太福音Matthew14:22-33

耶和华——万军之神，感谢你将平安赐给我们，使我们因你所赐的平安，在患难中不再恐惧。感谢你将救恩赐给我们，使我们因着生命的确据而喜乐。
阿们！

心灵省思:

在服事上，我是否也有“以利亚情结”：觉得自己很孤单、很委屈，没有人帮助我，只剩下我一人呢？

当彼得因为害怕，就喊着说：“主啊，救我！”耶稣立刻伸手拉住他。我在软弱中是否会求告主名，并相信他要伸手拉住我？

Quiet Time 灵修笔记

8月14日（星期一）

领我到宽阔之处

每日读经：

诗篇Psalms 18:6-19

创世记Genesis 7:11-8:5

彼得后书2 Peter 2:4-10

满有怜悯的神，凡相信你的人，你就搭救他，领他到宽阔之地。感谢你丰盛的恩典，使我们在患难中不致滑跌，有喜乐与盼望，因为深知你喜悦我们。
阿们！

心灵省思：

大卫用诗歌颂词来记念神的爱与带领，神也喜悦他的祷告。我是否也常记念神对我的爱与带领，在祷告中颂赞他？

在患难的日子，我是否仍深信，神是搭救我脱离仇敌的救赎主，也是在压迫中领我到宽阔之地的神呢？

Quiet Time 灵修笔记

8月19日（星期六）

绝望中的盼望

每日读经:

诗篇Psalms 67:1-7

以赛亚书 Isaiah 56:1-5

马太福音Matthew 14:34-36

亲爱的天父，你是我们在绝望中的盼望，我知道你不撇下我们为孤儿，也不置我们于死地，没有任何事物可以使我们与你的爱隔绝。
阿们！

心灵省思：

在顺境中赞美很容易，在逆境中仍寻求却可能是不容易的。我是否在失望和沮丧之际，能更加专心地倚靠神呢？

对于陷于苦难和绝望之中的人们，我是否能成为神福音的使者，为他祷告，为之带来从主而来的安慰？

Quiet Time 灵修笔记

8月18日（星期五）

万民之父

每日读经：

诗篇Psalms 67：1-7

以赛亚书 Isaiah 63：15-19

使徒行传Acts 14：19-28

亲爱的天父，孩子感谢你，因为你不但是我的神，也是我天上的父亲。感谢你如此爱我，甚至差派耶稣为我受死、救赎我。
阿们！

心灵省思：

我父亲的形象是否影响我对天父的认识？我能明白完全的天父和不完全的父亲之间的差别吗？

我对于圣父与圣子之间的爱与顺服的关系，有多少理解和认识呢？我是否能因体会天父的慈爱，而带出顺服的行动呢？

Quiet Time 灵修笔记

8月15日（星期二）

怜悯人的神

每日读经:

诗篇Psalms 18：6-19

创世记Genesis 19：15-22、29

罗马书Romans 9：19-29

创造万物的神，在你有绝对的权柄，更有丰盛的怜悯。感谢你让软弱又容易犯错的人有重新开始的机会，使我们在你的烈怒之下仍得宽容。
阿们！

心灵省思：

神在审判中犹有怜悯。然而，我是否曾因为心存侥幸，而错失了悔改的时机呢？罗得妻子的例子给了我什么样的警醒？

人没有与神讨价还价的资格，但神因为怜悯而应允了罗得的要求。我也常想要神怜悯我的软弱、改变对我的期待吗？还是我有其他的态度、想法？

Quiet Time 灵修笔记

8月16日（星期三）

不要惧怕

每日读经：

诗篇Psalms 18:1-19

约伯记Job 36:24-33，37:14-24

马太福音Matthew 8:23-27

神啊，你是大卫倚靠的神，也是救赎我们的神。惟有你是患难中最大的倚靠，愿人都颂扬你奇妙的作为，记念你在急难中拯救的恩典。
阿们！

心灵省思：

我曾因为惧怕而开始怀疑神的爱吗？我曾因惧怕导致的愤怒伤害自己也伤害别人吗？我要如何能在第一时间转向神？

当患难临到，如同“海里忽然起了猛烈的风暴”，我是用自己以为是的态度武装自己、怪责人或环境，还是一心寻求神？

Quiet Time 灵修笔记

8月17日（星期四）

万民之神

每日读经:

诗篇Psalms 67:1-7

以赛亚书 Isaiah 45:20-25

启示录Revelation 15:1-4

亲爱的天父，你不只是我们的主，也是万国列邦的主！甚愿我们的敬拜不只限于教会中，而是来使世上的万国万民都认识你，同心敬拜你！
阿们！

心灵省思：

对于执著偶像崇拜的同胞亲友们，我是否失去了传福音的热情？我是否能坚持地为着他们有朝一日可以认识神而守望祷告？

有哪些事物取代了我对神的专注？我是否仍经常从神的话语、耶稣的工作、圣灵的启示去更深地认识神呢？

Quiet Time 灵修笔记