

# 每週默想、分享、行動——七週效法基督「捨」己

## 第二週：明明白白我主心

### ● 第三十六天：當上模特兒（2/3）

經文：約十三 3~15

文章概要：

- 耶穌身體力行，在「在逾越節晚餐」時，做出「一項厭惡性工作」，為門徒洗腳。在門徒面前成了「模範人物」，甘心立下服侍的榜樣。

反思、行動：

- 洗腳，是當時眾門徒也不願做的厭惡性工作。耶穌卻願以祂尊貴身份，身體力行立下卑微榜樣，對你有甚麼提醒？
- 在現實生活中，有哪些事情是作為基督徒的你，也同樣不屑去做的服侍？你可會願意為基督而去？

---

### ● 第三十五天：快遞促銷員（3/3）

經文：約十三 21~30

文章概要：

- 老師為學生洗腳後，門徒若無其事入席進餐。這時，耶穌正準備要道出他將要走各各他之路的真相，作為入室弟子的眾門徒卻仍懵懂不知，竟未能明白耶穌的想法！反倒是正要出賣耶穌的猶大，最清楚將要發生的事！
- 然而，卻是耶穌甘願主動為世人走進這「黑房」。

反思、行動：

- 面對每天生活的營營役役，你能否明白耶穌在你生命的心意？
- 若父神的心意與你有異，你會有何決定、作何抉擇？

---

### ● 第三十四天：茹毛飲血餐（4/3）

經文：可十四 22~26

文章概要：

- 逾越節晚餐，耶穌藉它借古喻今，從單一民族的古舊傳統習俗，轉化成今天基督教會的「聖餐」，表徵祂捨身為世人成了代罪的羔羊，救贖世人。這場筵席，是祂經歷死來成就救恩的預演。

反思、行動：

- 你能體會耶穌當天為門徒施「聖餐」的感受嗎？基督擘開的身體、流出的寶血在你生命有何意義？
- 重新默想「聖餐」的意義，能否深化、強化、優化你與救主的生命聯合？
- 這轉化將帶來甚麼行動？

● **第三十三天：甘願人之下（5/3）**

經文：路二十二 24~30

文章概要：

- 耶穌為門徒洗腳後，逾越節晚餐當耶穌擘餅傳杯，說著「我的身體、我的血」之時，門徒卻仍為個人權慾互相爭競！耶穌卻仍在此時加以耐心開導，解釋「誰願為首的」，「就必做眾人的僕人」，這將是一條謙卑服侍的道路（與世界不同）。

反思、行動：

- 你認為何謂「謙卑服侍」？在基督裡，為首的會如何與人同工？
- 你認為自己是以自我為中心，還是以基督為中心？你有與人合作的困難嗎？

---

● **第三十二天：預設保護網（6/3）**

經文：路二十二 31~34

文章概要：

- 耶穌知道門徒在祂走進「黑房」後，將面對非常大的衝擊。
- 祂盼望跟隨祂的人長進，即使身陷險境，祂也毫不自憐，仍專心守望信徒。因為祂心在救恩、祂心繫信徒，即使信徒有信心不足之時，祂仍選擇守護。

反思、行動：

- 你能體會耶穌的心腸嗎？
- 當面對自己／別人信心不足、生命軟弱時，你會如何回應？

---

● **第三十一天：面授自衛術（7/3）**

經文：路二十二 35~38

文章概要：

- 耶穌招聚門徒，訓練三年，為要承接祂的天國使命，過程中，祂既焦點於教導心態，也不會忽略技能的實踐。到了臨別訓言之時，祂不只交托任務，同時吩咐使命，更關心門徒的安危。彰顯祂不單著緊救恩事工，更愛護見證救恩的人，即使那時他們仍不明白、不曉得。

反思、行動：

- 你認為事工，還是人較為重要？
- 耶穌的看法會否為你帶來更新轉化？