

2020-4-6(星期一)

誦讀經文：約拿書 1:1-3

1:1 耶和華的話臨到亞米太的兒子約拿、說、

1:2 你起來往尼尼微大城去、向其中的居民呼喊、因為他們的惡達到我面前。

1:3 約拿卻起來、逃往他施去躲避耶和華。下到約帕、遇見一隻船、要往他施去。他就給了船價、上了船、要與船上的人同往他施去躲避耶和華。

導引：約拿乃在王下14:25 所記載的那位先知，按照列王記的記載，約在主前第八世紀，以色列王約阿施的兒子耶羅波安之時，他是住在迦特希弗的先知，主前八世紀面對亞述的入侵，以色列國面對亞述的攻擊，亞述的首都就是尼尼微城，在這樣的背景中，「耶和華的話對亞米太的兒子約拿說」，耶和華上帝要約拿接受呼召到

尼尼微大城去宣告信息。上帝吩咐他向尼尼微城的人民呼喊，呼喊什麼？經文沒有說明。「**因為他們的惡事上升到我面前。**」這是主因，他們行惡升到上帝的跟前，用現代話講是惡貫滿盈，是時候審判了，不過，為什麼約拿有跟著的反應呢？

經文說「起來」，讓我們誤認為約拿聽從耶和華的呼召，只是當經文繼續說到「逃離」時，突然意識到約拿並沒有如預期般地順從，約拿拒絕耶和華的呼召而逃往尼尼微大城去。

經文說他有一連串的行動：躲避、下到約帕、遇見一隻船、要往他施去、給了船價、上了船、要與船上的人同往，這樣的行動顯示什麼？給你什麼引像？

快、急速、決心、堅定不移、逃難、走到海上，走到遠方，是這樣的行動，

教人驚訝與前面上帝的吩咐有非常大之落差。

默想

1. 你曾有這樣對待主的聲音嗎？你曾逃避上帝嗎？
2. 有否一些朋友或不喜歡的人出現你的腦海，如果上帝感動你向他們分享信仰，你會如何選擇。

禱告：

求主幫助我，聽到你的吩咐，就照著行，按著你的心意而活。

2020-4-7(星期二)

誦讀經文：約拿書 1:4-10

1:4 然而耶和華使海中起大風、海就狂風大作、甚至船幾乎破壞。

1:5 水手便懼怕、各人哀求自己的神。他們將船上的貨物拋在海中、為要使船輕些。約拿已下到底艙、躺臥沉睡。

1:6 船主到他那裡對他說、你這沉睡的人哪、為何這樣呢。起來、求告你的神、或者神顧念我們、使我們不至滅亡。

1:7 船上的人彼此說、來罷、我們掣籤、看看這災臨到我們是因誰的緣故。於是他們掣籤、掣出約拿來。

1:8 眾人對他說、請你告訴我們、這災臨到我們是因誰的緣故。你以何事為業。你從那裡來。你是哪一國、屬那一族的人。

1:9 他說、我是希伯來人。我敬畏耶和華、那創造滄海旱地之天上的神。

1:10 他們就大大懼怕、對他說、你作的是甚麼事呢。他們已經知道他躲避耶和華、因為他告訴了他們。

導引：耶和華如何反應約拿的逃離？

上主起了一個大風浪，使得約拿所坐的船快沉沒，生命中起的大風浪，目的是叫其兒女成為可用的器皿，若這樣，約拿可以有自己的選擇嗎？若然沒有，我們面對風浪，是否暗示我們必須照上帝的心意而行，才叫風浪止息。又或是，若沒有選擇，不如早早行出上帝心意，以免有這些風浪？我們選擇不遵行神心意的路，影響不是一個人，乃是周圍的人也受到牽連。

水手懼怕哀求自己的神。他們積極要逃離這個死亡的威脅，他們向自己的神禱告，反而，約拿卻往船艙裡面，躺下睡著了。經文是沉沉的睡著，有人不斷在大浪中掙扎求存，有人卻沉

睡於危難中，在突然風浪之制，周圍人可以驚惶失措，也可以呆著不動。留意水手拼命求生，各人求告自己的神，危難中水手求神問卜，後來把貨物拋下海，他們除了要保住性命外，最犧牲是連貨物都不要了。

約拿消極卻寧願選擇死亡，而不願意向耶和華禱告。以致船長要對約拿提出疑問「你怎麼在此沈睡？！」「起來，求告你的神」是很直接的說話，也是船長要叫醒約拿之意。

約拿有回應嗎？約拿並未立即回應船長的要求，為何？他寧願死而不願意向耶和華禱告。這樣突顯兩者之間的對比，水手們努力避免死亡，而約拿選擇死亡。終於，他們選擇用抽籤的方式來找出他們遇到危險的原因，抽出來的結果是約拿，透過抽籤的結果，他們知道也相信這災難是約拿造成

的。

「誰所做的這惡事而臨到我們？(7節)」

水手們接著繼續質問約拿四個問題

「你的工作是什麼？你來自哪裡？你的家鄉是什麼？你是哪一個民族？」。

他們連續問四個關於約拿身份的問題，突顯出他們的驚恐，此時，約拿終於打破原本的沈默，他只有一個簡單的回答「我是希伯來人」。約拿的回答叫人感到與水手們有所區別，強調他們之間的不一樣。

約拿的告訴大家，「我敬畏耶和華，天上的神，祂是創造海和乾地的神。」，約拿真的敬畏上帝嗎？他確認自己是希伯來人的身份；宣稱自己是敬拜耶和華，他相信耶和華是全能的創造神。然而，相比水手們，他們看來更畏懼神靈，他們會起來求告自己的神，反

之，約拿連起來都沒有，只是沉睡其中。

默想：

1. 你如何看約拿逃避問題的方式？
2. 你對約拿說自己是敬畏神有何想法？
3. 水手的大大懼怕對我們有什麼提醒？

禱告：求主幫助我明白什麼是敬畏神，好叫我一生的都敬畏你。

2020-4-8(星期三)

誦讀經文： 約拿書 1:11-16

1:11 他們問他說、我們當向你怎樣行、使海浪平靜呢。這話是因海浪越發翻騰。

1:12 他對他們說、你們將我抬起來、拋在海中、海就平靜了。我知道你們遭這大風、是因我的緣故。

1:13 然而那些人竭力盪槳、要把船攏岸、卻是不能。因為海浪越發向他們翻騰。

1:14 他們便求告耶和華說、耶和華阿、我們懇求你、不要因這人的性命使我們死亡。不要使流無辜血的罪歸與我們。因為你耶和華是隨自己的意旨行事。

1:15 他們遂將約拿抬起、拋在海中、海的狂浪就平息了。

1:16 那些人便大大敬畏耶和華、向耶和華獻祭、並且許願。

導引：水手問了一個問題：我們當向你怎樣行、使海浪平靜呢？要做些什麼，他們要解決洶湧大浪，他們要面對的是生命的絕境，很實際，我該作什麼？

不要少看水手，他們問了很智慧的問題，水手們從約拿口中得知，約拿所敬畏的神因為他的逃離而引發這場災難，他們因此受到衝擊、震驚，最後，他們把約拿拋進大海，果然，海的風浪就平息了。

經文說：「**那些人便大大敬畏耶和華、向耶和華獻祭、並且許願。**」很明顯，他們願意敬畏這位上帝，反而，我們見不到約拿對自己的行為有任何反應，只是被動著接受別人把他拋下大海。

默想：

1. 你怎樣看約拿說「把他拋下海」的解決方式？這是上帝要求嗎？
2. 你覺得最好的解決方式是什麼？

禱告：

主啊，讓我真正敬畏你，每天遵行你的吩咐，願意順服你的帶領。

2020-4-9(星期四)

誦讀經文： 約拿書 1:17-2:10 1:17

耶和華安排一條大魚吞了約拿、他在魚腹中三日三夜。

2:1 約拿在魚腹中禱告耶和華他的神、

2:2 說、我遭遇患難求告耶和華、你就應允我、從陰間的深處呼求、你就俯聽我的聲音。

2:3 你將我投下深淵、就是海的深處、大水環繞我、你的波浪洪濤、都漫過我身。

2:4 我說、我從你眼前雖被驅逐、我仍要仰望你的聖殿。

2:5 諸水環繞我、幾乎淹沒我、深淵圍住我、海草纏繞我的頭、

2:6 我下到山根、地的門將我永遠關住。耶和華我的神阿、你卻將我的性命從坑中救出來。

2:7 我心在我裡面發昏的時候、我就

想念耶和華。我的禱告進入你的聖殿、
達到你的面前。

2:8 那信奉虛無之神的人、離棄憐愛
他們的主。

2:9 但我必用感謝的聲音獻祭與你。
我所許的願、我必償還。救恩出於耶
和華。

2:10 耶和華吩咐魚、魚就把約拿吐在
旱地上。

導引:

上帝安排大魚把約拿吞了，照理在魚肚中三天三夜的約拿會祈求上主的饒恕，經文敘述約拿在魚肚子裡面「三天三夜」，表達約拿在魚肚子有一個長而完整的一段時間，約拿才開始回應，而經文再次強調約拿仍在魚肚子裡。從求死的約拿還沒有死，卻被吞沒在魚肚子裡，使得他走往更接近死亡之路。這對於約拿來說，的確符合他想死的想法，然而，令人感到

意外的是約拿終於向耶和華禱告，在危難時約拿選擇沈默，此時，在他接近死亡如同在陰間的深處時，他尋求耶和華的幫助。

留意他的禱告，「諸水環繞我，蓋過我的生命，深處圍繞我，雜草正纏繞我。」（2:5）約拿訴說自己被丟入海中真實的遭遇，甚至繼續向下沈淪直到山的底部，約拿感受到地獄之門似乎永遠不讓他離開，「我下去山的根部，那地的門永遠把我留在原地」（2:6a）。約拿此時不斷地向下沈淪，約拿從一開始躲避耶和華的呼召，到了2:6a完全地離開耶和華而向下沈淪，他下到約帕（1:3），下到船底部（1:5），被丟到海裡（1:15），最後被大魚「吞沒」（1:17），他不斷地往下沈淪，一步一步走向死亡。然而，在約拿的禱告出現了一個戲劇性的轉變「但祢從坑中帶領我的性命，

耶和華，我的神。」(2:6)，為何在面對死亡之際，他仍然相信上帝會「領」他的性命？這豈不是作為一位先知對神的確信，縱使他多麼糊塗，但神的恩典並沒有離開他。

默想：

約拿知道他的禱告已經到耶和華的面前，進入祂的聖殿。你會否在這刻有這樣的確信？為什麼不會？

禱告：

主啊，感謝你賜給我們約拿這樣一位先知，他的軟弱亦是我們的軟弱，曾幾何時，我們亦逃避你的呼召，拒絕你的聲音，求主幫助我們能醒覺並及早回轉，遵行你的心意而活。

2020-4-10(星期五)

誦讀經文： 約拿書 3:1-10

(3:1) 耶和華的話、二次臨到約說、

(3:2) 你起來、往尼尼微大城去、向其中的居民宣告我所吩咐你的話。(3:3)

約拿便照耶和華的話起來、往尼尼微去。這尼尼微是極大的城、有三日的路程。(3:4) 約拿進城走了一日、宣告說、再等四十日、尼尼微必滅亡了。

(3:5) 尼尼微人信服神、便宣告禁食、從最大的到至小的都穿麻衣。〔或作披上麻布〕

(3:6) 這信息傳到尼尼微王的耳中、他就下了寶座、脫下朝服、披上麻布、坐在灰中。(3:7) 他又使人遍

告尼尼微通城說、王和大臣有令、人不可嘗什麼、牲畜、牛羊、不可吃草、也不可喝水。(3:8) 人與牲畜都當披上

麻布、人要切切求告神。各人回頭離開所行的惡道、丟棄手中的強暴。(3:9)

或者神轉意後悔、不發烈怒、使我們

不至滅亡、也未可知。(3:10) 於是神察看他們的行為、見他們離開惡道、他就後悔、不把所說的災禍降與他們了。

導引:

當耶和華第二次的話語臨到約拿，再次要求約拿前往尼尼微大城去，這是給予約拿一個新的機會去順服耶和華的呼召。這一次約拿不再拒絕也不再逃離，而是按照耶和華的話「你起來，往尼尼微大城去...」。形容尼尼微大城的確是個大城，需要花費三天的時間才走完，然而，約拿花了一天的行程便完結，傳講耶和華的信息只花了三分之一的時間，即他不一定走全城。整個宣告相當短，裡面傳達判決，宣告即將要來的懲罰，約拿是否按照耶和華的話去宣告？無論約拿的信息有否忠於耶和華的話，尼尼微人的反應並沒有質疑約拿的信息，也沒有質疑約拿的神，他們的回應

是令人驚奇，尼尼微王聽到所傳來的話語，他的反應與一般民眾一樣迅速。尼尼微王從座位起來，脫下身上的衣服，穿上麻衣，坐在灰上。（3:6）這樣表現出面對災難而盼望悔改帶來神的幫助。

如此戲劇化的轉變，所有的人包括動物，都要禁食與穿上麻衣（3:7），顯示尼尼微人迅速及全面的悔改行動，而人更要「離開所行的惡道，丟棄手中的強暴。」最後經文說「或者神轉意」。這是盼望耶和華神「可能」從祂的怒氣中回轉（3:9）。

默想：

1. 約拿有忠於上帝的吩咐向尼尼微人宣講神的信息嗎？
2. 尼尼微城的人由上至下急速悔改對你有什麼提醒？

禱告:

主啊，幫助我們對未信主的人多點憐憫，就是那些經常得罪你的人，我們都願意與他們分享主道。求主施恩我們，能忠於你的託付，無論怎樣的境況，都與人分享主你的愛。

2020-4-11(星期六)

誦讀經文：約拿書 3:10-4:5

3:10 於是 神察看他們的行為、見他們離開惡道、他就後悔、不把所說的災禍降與他們了。

4:1 這事約拿大大不悅、且甚發怒。

4:2 就禱告耶和華說、耶和華阿、我在本國的時候、豈不是這樣說麼。我知道你是有恩典、有憐憫的 神、不輕易發怒、有豐盛的慈愛、並且後悔不降所說的災。所以我急速逃往他施去。

4:3 耶和華阿、現在求你取我的命罷。因為我死了比活著還好。

4:4 耶和華說、你這樣發怒合乎理麼。

4:5 於是約拿出城、坐在城的東邊、在那裡為自己搭了一座棚、坐在棚的蔭下、要看看那城究竟如何。

導引：

神察看尼尼微城人的行為、見他們離開惡道、就後悔不把所說的災禍降與他們了。這可說是非常成功的宣講，帶來如此大的果效，一方面神聽了這些異邦人的呼求，另一方面也悅納了約拿的服侍。

然而，約拿卻大大不悅、且甚發怒。先知宣講的目的是叫人悔改並歸向上帝，目的達到了，約拿卻發怒，甚至乎去到求死，約拿一方面說神是大有慈愛，然後他解釋為何要逃去他施，這是很矛盾的，既然知道神的慈愛就更應早早勸尼尼微城的人悔改，約拿卻是相反，他不欲他們悔改，以致神會憐憫他們，赦免他們。所以，他寧死也不要尼尼微城的人悔改，這是內心世界一直對尼尼微城人的憎恨，經文對公元前八世紀的以色列人很有意思，因為他們的國家——北國以色列正是被亞述人滅去，他們被擄走，那份

國仇家恨叫他們不能饒恕得罪他們的亞述人(即尼尼微城人)，然而，上帝卻是這樣告訴他們，神憐憫每一個人，恩典亦臨到每一個人，只要他們願意悔改歸向神。

默想：

- 1.你如何面對得罪你的人？你能夠與他們分享神的救恩嗎？
- 2.約拿盼望尼尼微城的結果如何？你對約拿這先知有何想法？你會像他嗎？

禱告：

主啊，在充滿仇恨的城市，求你教導我們，用主你的眼光看事物，以致我們願與那些得罪我們的人分享你的愛。

2020-4-12(星期日)

誦讀經文：約拿書 4:6-11

4:6 耶和華 神安排一棵蓖麻、使其發生高過約拿、影兒遮蓋他的頭、救他脫離苦楚。約拿因這棵蓖麻大大喜樂。

4:7 次日黎明、神卻安排一條蟲子、咬這蓖麻、以致枯槁。

4:8 日頭出來的時候、神安排炎熱的東風。日頭曝曬約拿的頭、使他發昏、他就為自己求死、說、我死了比活著還好。

4:9 神對約拿說、你因這棵蓖麻發怒合乎理麼。他說、我發怒以至於死、都合乎理。

4:10 耶和華說、這蓖麻不是你栽種的、也不是你培養的。一夜發生、一夜乾死你尚且愛惜。

4:11 何況這尼尼微大城、其中不能分辨左手右手的有十二萬多人、並有許

多牲畜、我豈能不愛惜呢。

導引:

耶和華 神安排蓖麻樹生長高過約拿、影兒遮蓋他的頭、救他脫離苦楚。約拿因這棵蓖麻大大喜樂。但當這顆蓖麻枯死，日頭曝曬約拿的頭他又再求死，上帝卻藉約拿重視這顆朝生夕死的蓖麻來比對神對尼尼微城人的愛與憐憫，這個落差叫人反省什麼是重要，什麼是不重要。上帝看重人的性命遠比約拿愛惜一顆植物，人的生命在上帝的眼中何等寶貴。在整個約拿的故事中，神藉著大魚、蓖麻樹、蟲、及東風等自然界中奇蹟般介入，告訴讀約拿書的人，神何等憐憫約拿，更憐憫那些得罪神百姓子民的尼尼微人，也憐憫普世的人。

默想:

你如何看約拿內心的忿怒？你會對人

有這些忿怒嗎？此刻可以靜下來，告訴主你內心的忿怒。

禱告：

主啊，我們很多時都察覺不到對人內心的忿怒，求主幫助我早日察覺，又需要你的憐憫與醫治，求主幫助我們有力量走出來，去服侍那些得罪我們的人。