

宣教 日引

2026年10-12月

认识未得之民 每日灵修代祷



柬埔寨 | 土耳其 | 地极的出产二&三部曲、年终特辑：为世界求平安



真民福音使團
CROSSROADS
PUBLICATIONS

Big Story Training

儿童宣教教育培训

发现孩子在神国度中的潜力和位置!

时间

30-31/10/26 (五&六)
10:00a.m-5:00pm

地点

信义会良牧堂 (GSLC PJ)
No.40, Jalan Othman,
46000 Petaling Jaya.

妙儿老师

大我使命全球动员网络
Big Story儿童宣教教育培训统筹
台北基督徒聚会处儿主老师

费用

一人同行: RM188 / 人
二人结伴: RM160 / 人
五人组队: RM145 / 人
【含: 学员手册、茶点、午餐】

邀请对象

家长、儿主老师、对孩子
生命有影响力的人
(只开放50个名额)

报名截止

10/10/26 (或额满为止)

洽 询

016-365 8855 (Grace)



请扫二维码
了解报名详情



主办单位: 大我使命动员网络、马来西亚信义会良牧堂、动员力量、马来西亚主仆差会
协办单位: 万民福音使团、UMQT、Via East Asia

目录

contents

编者心语：一次探访旅程

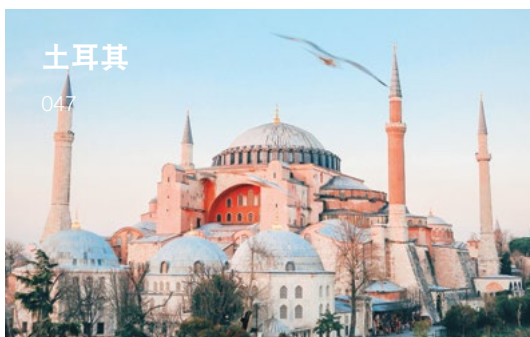
004

差转换日线：两个世界之间：伊斯坦布尔36小时

006

报道写真：生命走出了那个寒冷的冬天

008



顾问

张宝华、范荣香、夏超凡、黄伟恩

创刊人

范张秀明

编辑顾问/发行

魏一恒

主编

黄颖颖

责任编辑

Joan Chang

编辑

Isa

作者

昭仪、绘钧、teeth、Amy、以诺、格格、颖颖

(依主题顺序)

校对

郑德发

行政统筹

潘淑玲、Sukin、Maritza、Novia Lu

封面/排版

甘例蓓&郑美心@www.imconcept.net

封面照片

Photograph copyright © !Koss on Flickr

出版

万民福音使团

Crossroads Publications

P. O. Box 3356

Los Altos, CA 94024-0356 U.S.A.

Tel: (650) 968-1866

info@missionpathway.org

www.cross-roads.org

东南亚发行与推广

万民福音使团东南亚办事处

Crossroads Publications

A-16-2, Saville @ Melawati

No. 2, Jalan Kolam Air, Desa Melawati

53100 Kuala Lumpur, Malaysia

Whatsapp: +6 018-315 7707

missionpathwaykl@gmail.com



Photo by Dana Andreea Gheorghe on Unsplash

致谢

本期内容参考之期刊文献、著作，及推荐阅读文章，可参阅目录页之线上附录QR。

每日读经灵修，采用 TODAY'S WORD
A Devotional based on the Greek and
Hebrew texts Written by A. J. Moen, Ph.
D (TODAY's WORD线上订阅: www.atgodstable.com)



reurl.cc/Mz2NRX

MALAYSIA



Crossroads Publications

SINGAPORE



Christian Nationals'
Evangelism Commission

联系各地发行单位

马来西亚/东南亚

万民福音使团东南亚办事处

Crossroads Publications

A-16-2, Saville @ Melawati

No. 2, Jalan Kolam Air, Desa Melawati

53100 Kuala Lumpur, Malaysia

Whatsapp: +6 018-315 7707

missionpathwaykl@gmail.com

银行账户: **Crossroads Publications**

(Hong Leong Bank: 18700059078)

奉献请注明: 宣教日引 或 Mission Pathway

新加坡

Christian Nationals Evangelism Commission

134/136 Braddell Road Singapore 359919

Tel: 65-6280-0312

Whatsapp: 65-86115604

cnec@cnecintl.org

银行账户: **Christian Nationals' Evangelism Commission**

(DBS Bank Ltd: 047-902034-9)

奉献请注明: 宣教日引 或 Mission Pathway

美国

Crossroads Publications

P. O. Box 3356

Los Altos, CA 94024-0356 U. S. A

Tel: (650) 968-1866

Info@missionpathway.org | <https://cross-roads.org>

加拿大

世界华人福音事工联络中心-加拿大联区

Chinese Coordination Centre of

World Evangelism-Canada

25-145 Royal Crest Court, Markham

ON L3R 9Z4 Canada

Tel: (+1) 416 497 0146

office@cccowecanada.org | <https://cccowecanada.org>

台湾

中华基督教联合差传事工促进会

United Missions of Taiwan

100013 台北市中正区临沂街1号3楼

Tel: (886) 2-2321-2915 | Fax: (886) 2-2321-2917

service@umot.org.tw | <https://umot.tw>

香港

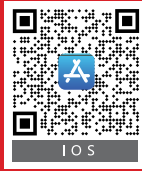
香港基督徒短期宣教训练中心

Hong Kong Christian Short Term Mission Training Centre

香港新界沙田小沥源源顺围28号都会广场7楼

Tel: 852-2751-7744 | Fax: 852-2751-7444

info@hkstm.org.hk | <https://hkstm.org.hk>



一次探访旅程

我在火车上，继续这段探访的旅程。车厢里，有人低头滑着手机，有人靠着窗睡着，也有人拖着行李匆忙上下车，一切看起来和平常没有两样。

今天是复活节，尚在旅途中的我，无法到教会参加复活节崇拜。窗外的天色灰白而安静，火车穿过一座又一座城市，我想起自己只有这一次不能去教会崇拜，但这一路上探访的工人与信徒，他们却很久没有团契和教会生活了。

近年来，这个地方的宗教自由逐渐收紧，聚会、传福音，以及下一代的信仰教育，都面对越来越多限制。有的人只能在线上听讲道，有的夫妻至少还能彼此陪伴，也有单身工人在偏远地区多年，长期独自承受压力与孤单。

前天，我与一位工人见面时，正值受难节。那天晚上，我们坐在昏黄灯光下的小房间里，外面格外安静。我提议一起唱诗、读经，纪念主的受难。她沉默了一下，轻声说：「这么多年了，能参加受难节聚会，是一件很奢侈的事。」她说这句话时，语气很平静，我心里涌起一阵酸楚。最后，我们也没有做成这件事。

其实，这样的「奢侈」在教会历史中并不陌生。过去神在不同的艰难时代，保守了一批又一批愿意持守信仰、坚持聚会，继续传扬福音的人。这次的探访中，我发现许多新一代工人，都是在他们父母辈的陪伴与带领下认识福音的，也有不少是在少年或大学时期接触信仰，并回应神的呼召。

如今，这条路逐渐收紧。

新一代不再容易听见福音，更遑论像上一代那样，愿意为信仰付代价、走十字架的道路。加上今日的年轻人，成



长于物质丰富与资讯爆炸的时代，生活被娱乐与各样声音充斥，他们还会渴慕信仰吗？还会愿意走十字架的路吗？

同时，他们也活在急速变动的社会之中，面对前所未有的压力与挑战。许多人内心脆弱，普遍丧失意义感。在没有校园团契、没有稳定教会生活的处境下，他们将到哪里寻找支持？

然而，这趟旅程中，我也看见另一面。即使没有办法参加聚会，仍有人每天安静读经、祷告；即使缺乏团契，仍有人默默陪伴身边一、两个人。福音依然透过真实的生命，一点一滴地传开。

历史一再提醒我们，教会的生命力从来不取决于环境的宽松还是艰难，而是在于神亲自动工和保守，以及人对神的回应。让我们为各地面对挑战的教会祷告，求神加添他们能力，在各样处境中坚守信仰，忠心站立。



Photo by Marjion Obsioma on Unsplash

两个世界之间：伊斯坦布尔36小时

5月底，波斯湾霍尔木兹海峡的紧张情势还没有和缓，但我还是出发前往中东服事，路上再次选择在伊斯坦布尔转机停留两天。这几年飞往这个区域，甚至欧洲，我总是特别偏爱土耳其航空。除了航线方便，更因为伊斯坦布尔本身，就是一座让人愿意一次次回来的城市。它不像欧洲某些城市那样精致，也不像波湾某些城市那样土豪的现代；它更像是一个巨大的文明交界口——亚洲与欧洲、基督教与伊斯兰、帝国与共和国、荣耀与失落，在这里彼此重迭。

天才刚亮就到，不用调整什么时差，搭地铁拉着行李去市区走走，辗转到了奥斯曼贝站(Osmanbey Station)。正逢土耳其青年与体育节，在解放大道(Halaskargazi Cd)刚好遇到了游行，学生、政治人物与旗帜组



成游行队伍。红色国旗几乎复盖整条大道，凯末尔的肖像高挂在建筑外墙上。这条街曾见证鄂图曼帝国的没落，也见证现代土耳其共和国的诞生。

那天下午，搭上博斯普鲁斯海峡的游船。阳光灿烂得不像我印象中的中东。蓝绿色海水在船边翻滚，海鸥一路跟着渡轮飞翔。欧洲在左，亚



与蓝色清真寺的义工——阿富汗年轻人的合照



洲在右，而渺小如我站在甲板上，端着一杯过甜的茶，航行在两个世界之间。两岸排列着昔日鄂图曼帝国留下的宫殿、清真寺与豪宅。曾经统治三洲的帝国，如今早已消失，但它留下的文化、语言、宗教与历史记忆，仍然深深影响着今天的土耳其与整个中东。文明会衰落，政权会更替，但人类对身分与归属的追寻似乎从未停止。

天黑之前，来到蓝色清真寺。在那里，我遇见一位来自阿富汗的年轻人，在接待来宾的信仰回答小站，担任义工。他的责任就是跟人「分享信仰」，做见证。我们谈论伊斯兰，也谈革命；谈政治，也谈女性在社会中的角色。他的英文不算流利，但眼神里带着一种超越年龄的成熟。对许多穆斯林而言，信仰从来不只是个人的宗教选择，而是一整套社会结构与世界观。家庭、法律、教育、国家认同，甚至男女角色，都与信仰彼此交织。

我再次意识到，很多人在谈论穆斯林世界时，容易停留在神学辩论或宣教策略层面，但真正的跨文化理解，往往始于愿意坐下来(好好凝视着对方)，好好听，认真对话。也许最重要的第一步，不是回答，而是倾听。

一边是清真寺传出的宣礼声，一边是世俗共和国的民族主义象征；一边是伊斯兰传统，一边是现代化与西方化的拉扯。这种张力，几乎成了土耳其社会最真实的缩影。而这样的矛盾与挣扎，其实是许多中东国家的难

题。我们是谁？我们从哪里来？又要往哪里去？

夜色渐黑，我回到老城区最熟悉的那家餐厅(Ortaklar Kebap)，点了一份烤肉串(Adana)。熟悉的香料味，让人暂时忘记自己只是匆匆过客。晚上入住多年来常住的民宿，叫做亚斯蓝(Aslan)的帅老板看到我依然热情，但不难发现他的眼神多了一些沧桑。这几年，这个国家经历剧烈通货膨胀，里拉大幅贬值，物价与油价快速上升。俄乌战争、中东局势与全球能源波动，都深深影响着一般人的生活。他跟我说，古尔邦节(宰牲节)快到了，回家的机票晚买了，已经贵到不想飞回去。观光客看到的是浪漫的海峡与千年古城，但当地人每天面对的，却是房租、油价与生活压力。

那一刻我忽然想到，无论是在香港、南非、菲律宾或土耳其，世界上大部分人的渴望其实很接近：好好生活、照顾家庭、让孩子拥有更好的未来。

离开那天，拖着行李箱穿过石板路，忽然想起出发前，儿子特别交代我：「记得带土耳其软糖(Turkish Delight)回来。」或许旅行的意义，从来不只是看见世界。而是在看见世界之后，更深刻地理解人。伊斯坦布尔没有给我答案。但她提醒我，宣教从来不只是跨越地理疆界，而是学习在不同文明、不同信仰、不同故事之间，看见上帝仍然在工作。而途中经过的旅人，是怎么看他所爱的人。

生命走出了那个寒冷的冬天

受访者 冲田义弘(Okita Yoshihiro)、冲田步美(Okita Ayumi)夫妇

十字架教会(Cross Church)传道人，经营灯架咖啡馆(Lamp Stand Café)，以咖啡馆接触社区、分享福音。

两人育有5名子女，在家庭与事奉中携手同行。

采访/撰文 颖颖



雪静静落下。我和义弘传道坐在厨房餐桌旁，窗外是一片雪白世界。厨房弥漫着咖哩香气，锅中的热气驱散北海道冬日的寒冷。步美师母正准备午餐，偶尔回头看看我们，脸上带着温柔的笑容。

义弘传道说话温和而平静，很难想像他曾是受过伤害、愤怒和迷失的人。「如果说我的故事，可能要从4岁那年开始。」那一年，他醒来发现母亲不见了。当时他不懂什么是离婚，只知道找不到妈妈了。空荡荡的房子里只有自己的哭声。从此，他的生命进入寒冷的冬天。没有人教过他祷告，但小小的他经常躲进被窝，求一位不认识的神把妈妈还给他。他持续祷告将近两年，母亲始终没有回来。

「后来我开始觉得，神大概不存在。」他带着被遗弃的伤痛长大。愤怒、说谎、暴力、偷窃，逐渐成为生活的一部分。父亲后来再婚，但他始终找不到母爱，他无奈地说：「我一直觉得自己是多余的人。」

国中开始，他唯一的目标就是离开家。他努力考上有宿舍的高中，希望获得自由，也在那里遇见改变他一生的人。说到这里，他看向正在厨房忙碌的步美。

16岁那年，他们开始交往。步美是牧师的女儿，在充满爱的教会长大，也是义弘遇见的第一位基督徒。然而，信仰成了两人最大的障碍。「她说如果认真交往，就要带我去教会。」于是他去了。但那时他根本无法理解信仰，内心充满伤痛与愤怒，一直问：「如果神是良善的，为什么我的人生如此破碎？」

最终，他们分手了。两人都很伤心。

在寂静教会中遇见爱

离开步美后，义弘的人生一路往下坠。他辍学、离家出走，搬到札幌。夜店、酒精、香烟、大麻成了日常；身边围绕着吸毒者、自杀的人和帮派分子。那时，他经营二手服饰生意，也担任DJ，表面看似自由成功，内心却越来越空洞。直到23岁那年，一位好友因吸食过量毒品，精神错乱，被强制送医。那件事带给他巨大冲击和不安：「我意识到自己的人生可能走错了路，却找不到回头的方向。」随后，恐慌症、焦虑与忧郁接连吞噬他的生活。

就在他生命最黑暗之时，他听说步美结束海外宣教回到日本，于是鼓起勇气联络她。当时他全身刺青，像个危险人物。为了安全起见，步美约他在教会见面。就在推开教会大门的那一刻，奇妙的事发生了。「我感到前所未有的安稳」他说。

那天，步美坐在钢琴前，他请她唱一首诗歌。「我热爱音乐，却从未听过这样的歌声。我感到一股浓厚的爱倾倒在我的身上，我无法停止哭泣，深深感受到神全然接纳我。」多年来累积的伤痛，渐渐融化。那一天，他第一次真实遇见神。

接着，他轻声补充：「后来我才知道，分手之后她一直为我祷告，求神让我回到她身边。」神记得那位4岁男孩的眼泪，也记得那位少女10年的祷告。

福音改变生命的故事

信主之后，他的惊恐症逐渐消失，内心充满喜乐，但他的烟瘾仍然很大，常常一边抽烟，一边读圣经：「那段时间，我读完整本圣经6次以上，新约超过20次。我试图靠努力读圣经，抵销我的罪。」

直到一天，一位年轻牧师向朋友解释福音。他坐在旁边，一边吃汤咖哩，一边听。那是他第一次明白福音。当他听见耶稣为人的罪死在十字架架上时，震惊地问：「我现在相信耶稣，可以得到赦免吗？」牧师回答：「当然可以。」他这才明白救恩不是靠努力换来，而是神白白赐下的恩典。

步美把食物端上桌，听丈夫说起往事，安静地笑了笑。谈到后来的重逢，她说：「他打电话给我时，我非常惊讶。我从没想过他会成为基督徒。」她坦言自己没有立刻答应他重新开始：「我很难相信他真的改变了。毕竟我知道他过去的生活，也知道他的经历有多混乱。」

因此，她选择祷告。「就在祷告中，神对我说：『你相信福音的能力，你也告诉别人耶稣能改变人，难道你不相信我能改变他的生命吗？』」她望向丈夫，眼神充满感恩：「后来我跟他说：『我不是相信你，我是相信神。』」

当年分手时，步美伤心地向神祷告：「主啊，我知道现在不是与他在一起的时间。我愿意离开他，在你预备的日子再相遇。」

16岁，他们分开；26岁，他们重逢。中间隔着10年的等待、祷告与预备。「神听了她的祷告。10年后，我再次回到她生命中。我们结婚了。」义弘露出欣喜的表情。

看着眼前这对夫妻，我读到的不只是爱情故事，更是福音如何改变生命的故事。

访谈接近尾声，我问义弘传道：「你现在最想做的是什么？」他回答：「我很喜欢分享福音。因为我曾经迷失，认为自己没价值，直到我听见福音，生命从此有了方向，感到无比喜乐。因此我知道，每个人都需要福音。」

窗外的雪依然飘落。但义弘传道的人生，早已走出了那个寒冷的冬天。



日本的基督徒比例极低，因此日本是《宣教日引》长期代祷的地区。很感恩，我在旭川认识冲田传道夫妇，知道神在日本仍保留属他的人。

宣教 日引

30分钟 线上祷告会

每周四 • 晚上8点30分

诚邀您加入为未得之民祷告的行列

30分钟，让生活再忙碌的人，都能找到时间参与。
不再是个人的祷告，我们开始一起祈祷，
两三个人一组使用《宣教日引》为万族代求，
让宣教祷告在各种环境、群体中都能实践。

每个月一次邀请跨族宣教士分享禾场的近况，
让我们更贴切更深入的为未得群体与宣教士祷告。

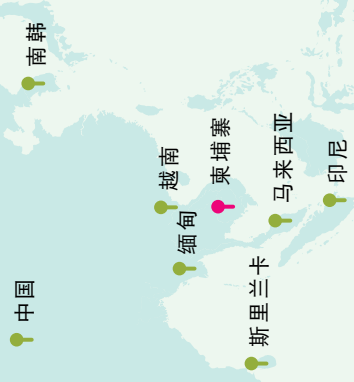


请扫描二维码填写线上报名表格，
每周四中午12点之前截止报名，
祷告会当天将以电邮发送
ZOOM连接与所认新代祷群体资料。



东电里办事处 ■ 018-315 7707 ■ missionaryinfo@crossroads.org ■ missionaryinfo.org ■ cross-roads.org

本季宣教日引代祷地区



土耳其

黎巴嫩

也门

埃塞俄比亚

刚果

哥伦比亚

10月 11月 12月



柬埔寨

Cambodia

从满目疮痍中走向新生

作者 昭仪、绘钧 编辑 Joan

Photo by pen_ash on Unsplash

柬埔寨宣教，「三」思而后行

法国建筑师格莱斯(Maurice Glaize)说柬埔寨的吴哥窟「布局之平衡、比例之协调、线条之优美，威风赫赫，可媲美世界上任何最杰出的建筑成就。」亲眼见过这座世界遗产、读完柬埔寨历史的我们，鼻子翘高高地想着：「我认识柬埔寨人了。」但认识一个地方的古迹，不等于认识那里的人；读完一段历史，也不等于听懂当地人的心。尤其当福音走进一个村落、一间屋子、一场洗澡的讨论、一段关于孩子的闲聊时，我们才会发现：柬埔寨人，真的不是三言两语就能说完。下面的几篇小故事，将带给你连番惊喜——柬埔寨人，你永远认识不完。



「耶稣来了」

W宣教士回应呼召，去到柬埔寨乡下。起初，村民每见到她都会高呼：「耶稣来了！」这个反应让她哭笑不得，不晓得要纠正还是默认。后来她意识到，在从未听闻福音的地方，人们一开始分不清耶稣和宣教士都属正常事。后来她再听到「耶稣来了」，都会笑着回应：「跟耶稣一挂的来了！」

学洗澡

去柬埔寨宣教的第一步是学会洗澡。在炎热的柬埔寨，冲凉是件乐事，但让W宣教士始料未及的是，洗澡竟会成为一道关卡。不是不会洗澡，但如何用「水布(Krama)」^注与大伙一同露天洗澡，还不走光，这可难倒她了。W请益当地女性，人家只当是玩笑话。于是她只得「自学」，「偷看」女生洗澡，再回家反复练习。皇天不负苦心人，她现在也能在柬埔寨优雅洗澡了。

注：长方形格纹棉织品，用途多变，被列为柬埔寨非物质文化遗产。

这就是水布喔~



小孩的话题

W宣教士大概也没想过，没生小孩也能成为宣教的开场白。柬埔寨是农业社会，多一个孩子就多一个帮手，还能防老，所以婆婆妈妈们总是抓着她，想把孩子送给她养。她渐渐明白，这时比起回答一句「与您何干」，更重要的是让对话和关系延续下去。而当孩子的话题聊完了，对方的耳与心也开了，耶稣的话题就能出场了。

Photo by Greg Walters on Flickr



要懂得从日常话题开启关系，让福音有进场的空间。

这些故事看似琐碎，却提醒我们：宣教现场从来不是单纯把一套信息带到另一个地方。人在听福音以前，已经活在自己的语言、家庭观、生活习惯与宗教想像里。因此，宣教士不只要学会和人相处，也要学会把福音说清楚。

传福音给柬埔寨人 3件必做的事



当好人、做好事、说好话都很重要，但切记一定要传福音、讲耶稣，因为「信道是从听道而来」，这才是神差派宣教士的主因。



要传福音，就要用福音对象最熟悉的语言。这不仅是尊重，也很实际，在柬埔寨一句高棉语都不会说，对方听了福音也是一知半解，可惜。



要记得为福音「消毒」！比如：信耶稣不能大笑，信耶稣宣教士就送钱送车……这些对基督信仰的错误认知，必须一次次向人们澄清和解释，让人听见货真价实的福音。



柬埔寨人3种标准 回应福音的版本



我已经有神了，
所有宗教和神都
一样啦～

柬埔寨人不说「高棉人
都是佛教徒」，言下之
意是，慢走不送。

啊～走不下去了～

这些人是少数中的少数，是「刚出炉」的新门徒，却在家人邻舍的责备、孤立、轻看之下潦倒憔悴，但也代表他们的信仰正在被炼净。



可以信教，但
不可以入教/守
教。

听到这话别开心得太早，对柬埔寨人来说，信教说来只是场面话，入教/守教才是玩真的。



所以，柬埔寨宣教为 什么要「三思」？

柬埔寨宣教之所以需要「三思而后行」，是因为宣教士需要花时间与当地人建立关系、学习进入他们的文化，以及处理基督信仰与当地世界观的处境化议题。如何观察、如何生活，还有如何把福音说清楚，都是宣教士在禾场的挑战。因此，多次、反复地思考，再做行动，是宣教士的必修基础课程。



多重挑战的转型关口

柬埔寨政府

近年柬埔寨的政治核心，落在现任总理洪马内(Hun Manet)身上。洪马内具军事与经济背景，也尝试透过与私营部门对话，回应私营领域的投资与发展需求。

在他的领导下，经济维持成长，外资持续流入，城市发展快速。然而，柬埔寨的发展仍高度依赖出口与外来投资，产业集中，使其在全球环境变动下较为敏感。2029年，柬埔寨将脱离联合国最不发达国家身分，关税优惠退场，成衣、大米、自行车等主要出口产业将面临严峻挑战，转型势在必行。

由于柬埔寨政治长期权力集中，近年有记者与公民因发表意见而被指控或拘留。同时，新法规允许在特定情况下撤销公民身分，引发社会议论。国内制度信任与政策沟通频遭困境，经济转型更显复杂。另外，近期的诈骗园区问题，虽已大规模整顿，但其成效仍有待观察。

面对一个正在成长，也正在重建的国家，执政者如何在稳定与开放之间取得平衡，并逐步优化制度与产业韧性，将是能否顺利转型的关键。



2023年，柬埔寨总理洪马内与前日本首相岸田文雄



远离纷争是人的尊荣，但**愚妄人**都爱争闹。(箴20:3)

圣经使用几个不同词语表达「愚妄」，这节经文使用的是‘ewil。除此还有kesil、nabal，有时翻译为let(褻慢人)。

‘ewil不是指无知或愚蠢，而是指明知神的道德治理，却选择忽视，甚至与之对抗的人。他不否认真理的存在，却拒绝顺服，并为自己的选择辩护，认为只要没有立刻的不好后果，就没有问题。

这样的人常以自信的语气表达自己，好像掌握一切答案，实际上他的判断却是脱离了神的标准。他的原则是逃避责任，并为此寻找各样理由。他的言语看似有力，却缺乏真理的根基；他的争辩没有止境，使人陷入无休止的拉扯之中。

箴言提醒我们，真正的尊荣不在于辩赢对方，而在于懂得止息纷争。面对‘ewil，智慧人不是费力证明自己，而是选择不被卷入，因为与拒绝学习的人争辩，只会消耗生命，失去本该有的安稳与尊严。

天父，求祢亲自引导柬埔寨执政者按照祢的托付治国，在多重挑战中走上符合真理的方向，以长远眼光做出合宜的决策，为国家带来更长久的安定与盼望。也愿上位者聆听与自己不同的声音，理解人民的需要，增进更多沟通与信任，使制度逐步建立稳定与公义的基础。愿柬埔寨的发展不只追求速度，也能顾及人民的生活与尊严。主啊，但愿祢引导人们抬头仰望天上永恒、公义的国度，渴慕并寻求祢的同在。奉主耶稣基督的名求，阿们。



瞬息万变的80年

柬埔寨近代简史

提到柬埔寨，1970年代的赤柬政权常被视为苦难根源，该政权在短短数年造成约四分之一的人口死亡，重创社会。然而，若将近代困境全归咎于此，仍显不足。因为除了经历赤柬^注统治，柬埔寨也在各方政权与外力影响下，长期动荡不安。

二战期间，日本扶植西哈努克(Norodom Sihanouk)作为柬埔寨傀儡国王，却意外促成他于1945年宣布独立，并在1953年带领柬埔寨脱离法国。西哈努克在位期间，对外与中、越共产政权维持关系，对内却打压赤柬，迫使他们退入丛林，反而获得越南共产党的支持并壮大。

1970年，首相龙诺政变夺权，亲美反共。1975年，流亡中国的西哈努克与赤柬合作，攻回柬国，有了王室支持的赤柬声势大噪。隔年，赤柬领导人波布上台，展开4年的恐怖统治。

1979年，前赤柬军官洪森在越共支持下结束赤柬统治。1997年政变成功，全面掌权至2023年，如今再将权力移交儿子洪马内。

不到80年内，柬埔寨经历了多次剧烈的改变，至今她仍在修复过去的损伤，寻找自己的道路。

注：又称红色高棉，1970年代统治柬埔寨的共产政权，时任总理为波布。



敬畏耶和华是知识的开端；**愚妄人**藐视智慧和训诲。(箴1:7)

这节经文的「愚妄人」(kesil)，指那些对神的道德要求缺乏认识的人。他的问题不在于刻意反抗，而在于无知与迟钝。他可能在行为上偏离神的道路，但并不是故意为之，因此他仍有被唤醒的可能。

这样的人往往缺乏教导，对劝诫反应迟缓，不容易被提醒。他习惯以自己的判断为准，自以为明白，却不愿接受修正。然而，他不像'ewil那样有意抗拒，也不至于像nabal那样全然败坏，更不同于lets以讥讽、轻蔑态度对待训诲。他只是停留在不愿真正聆听的状态中。

因此，圣经对kesil并未完全关闭。只要他愿意听，愿意让真理进入，生命仍有转向的机会。对于这样的人，耐心与真实的教导仍有价值。

当你被提醒时，不要急于辩解，先学习停下来听，让神的话有机会修正你的方向。

天父，愿柬埔寨认识祢这位主动走近、以慈爱扶持他们的神。祢掌管柬埔寨的过去、现在与未来，也认识这片土地历经的政权频繁更迭、战乱、暴力与深层创伤。求祢医治历史留下的伤口，将世界夺不走的平安赐给每一位柬埔寨人，使他们在恐惧中得着盼望。主啊，祢将管理和守护大地的使命托付给人，愿柬埔寨的执政与决策阶层存谦卑的心转向祢，不倚靠人的权势与才智，乃是跟随圣灵的引导，忠心治理，使国家未来的运作与制度彰显祢的公义、怜悯与真理。奉主耶稣基督的名求，阿们。



创伤后压力症候群

赤柬后遗症1



法尔(Phare)马戏团的9位创办人，皆成长于赤柬下台后的年代，童年在泰柬边界的难民营中度过。1994年，他们回到家乡马德望，创立PPSA艺术学校(柬语全名意为「艺术光辉」)，盼为柬埔寨人创造诉说创伤故事的空间，以艺术回应人们心中难以痊愈的伤痛。

无法抑制的暴力倾向、极端忧郁、严重的睡眠障碍与恐慌等，是赤柬统治后「创伤后压力症候群」(PTSD)的常见并发症，甚至下一代也在无形之中复制了父母的行为模式，影响孩子的自我价值、大脑结构与情绪发展。

当创伤成为集体经验，它影响的不仅是个人的心理状态，也逐渐形塑整个社会的行为方式。例如，柬埔寨的历史多半由外国人代言，本地人却避而不谈。有人将此归咎于赤柬摧毁教育体系，人们不懂得如何表述自己的历史。但更深层的原因在于，人们不再想，也不敢谈论政治，「我不知道」和维持现状才是保命之道。

有些学者以「顺服且懒惰」解释柬埔寨人对改变的抗拒。然而，包括赤柬在内，这片土地上每一次的「改变」，往往伴随着尸横遍野。若改变意味着死亡，又有谁敢轻易尝试呢？

天父，祢看见赤柬留下的创伤仍深植人心，许多人的生活支离破碎，不只经历过那段历史的人承受痛苦，甚至扩及下一代与社会。祈求医治的主亲自动工，医治受创的心思意念，使被恐惧捆绑的心因祢得着安息。愿当地教会成为安全的避风港，陪伴哀伤、接住破碎。愿祢感动并兴起具有艺术、心理、医疗与教育等专业技能的基督徒，以十字架的爱为根基，细心修补人心的裂缝，参与祢在柬埔寨的更新工作。特别求祢看顾法尔马戏团、PPSA艺术学校，供应所需资源，使艺术成为承载盼望与真理的器皿。奉主耶稣基督的名求，阿们。



愚顽人心里说：没有神。他们都是邪恶，行了可憎恶的事；没有一个人行善。(诗14:1)

这节经文的「愚顽人」(nabal)所描绘的是一种道德崩坏的生命状态。他否认神，拒绝承认任何属灵权柄，因此行事失去界线，走向败坏。

圣经常以nabal形容假先知或心硬之人。这样的人不敬畏神，也不尊重人。他轻看恩情，刚愎自用，言语放肆，行为无度。撒母耳记提到的拿八，正是一个具体的例子，他的名字Nabal成为这种性格的象征。他的一生，显出拒绝神的后果，最终走向羞辱与毁灭。

箴言劝我们远离这样的人，因为这种生命态度具感染力，使人逐渐偏离正路。留意长时间受影响的人，选择亲近敬畏神的人，让生命在正确的方向中被塑造。



孤儿

赤柬后遗症2

对多数人而言，失去家人往往是一生之痛；若因国家动荡而被迫离开父母或丧亲，伤痕更是深刻烙印在生命中。

赤柬统治期间，人民被迫进入集体劳动营，家庭结构全面瓦解，无数孩子幼年即与父母分别。一名幸存者回忆道：「妈妈被带走前，哭着要我照顾弟弟。」弟弟和他，与几个孩子躲在沾满血迹的囚犯衣服堆里，半夜再摸黑到厨房吃猪饲料。

当时，许多人死于饥饿与疾病；被视为政治犯、知识分子与资本家者，则被送往「第21号安全监狱」^注，遭审问与处决。这些清洗行动使无数家庭破碎，孩子被迫在孤儿院长大。有些孩子因无人知晓他们的姓名，便以孤儿院之名作为新姓氏。有人长大选择从军，只为阻止暴政重演。

如今，当年的孩子已步入中年，谈及父母与赤柬仍会泪流满面。赤柬的暴力并未随政权终结而消失，它持续影响着一整代在「失去」中长大的孤儿，形塑他们对家庭、身分与国家的理解。



Photo by Camille on Unsplash

注：如今称为吐斯廉屠杀博物馆，或波布罪恶馆。

天父，祢是孤儿的父，也是受伤者的避难所。在赤柬暴力留下的严重创伤中，祢未曾离开这群幸存下来的孩子。愿为孤儿伸冤的主，按祢信实应许扶持柬埔寨一整代孤儿，使他们在恐惧、贫困与记忆的压力之中，真实经历祢同在的保守与医治。求祢兴起教会与基督徒，以教育、心理谘商与实际关怀等方式，服事祢所爱的百姓，使他们的心因着福音得着修复。恳求祢使政府以慈爱和怜悯回应历史造成的伤害，制定合宜的支持与修复措施，使受苦者得着重建生命的机会。奉主耶稣基督的名求，阿们。



指斥**褻慢人**的，必受辱骂；责备恶人的，必被玷污。不要责备褻慢人，恐怕他恨你；要责备智慧人，他必爱你。(箴9:7-8)

褻慢人(lets)的特征不只是拒绝真理，更以嘲弄真理为乐，对一切劝诫抱持敌对态度。对他而言，贬低他人、挑衅权威，是一种自我肯定的方式。

这样的人不肯受教，也对真理没有兴趣。他的心不愿悔改，因此任何责备都难以进入，反而引发敌意与冲突。箴言提醒我们，对褻慢人多言无益，只会使自己受辱。

令人惊讶的是，现代文化却十分推崇这种态度，视讽刺与嘲弄为聪明与优越的表现。然而，恰恰是这种看似锋利的言语，遮蔽了对真理的谦卑，使人越走越远。

当你发现对方以嘲讽取代对话时，智慧的作法是不需证明自己，安静退开，保守内心的正直。



「完美」女人

柬埔寨女性1



古代东方对女性的期待常以「无才便是德」概括，而柬埔寨人对「理想女性」的想像，则藏于古老的训诲诗《女人的规矩》(Chhap Srey)。此诗最初是母女间的婚姻叮嘱，后来发展为影响深远的女性行为守则，并使女性承担维系家庭与社会秩序的责任。

训诲诗规范女性穿着、说话与走路方式，也谈及如何顺服父母和丈夫、尊重长辈。这套价值观深受南传佛教影响，认为女性在今世尽心照顾家庭，是为来生积累福报。训诲诗原意在于教导德性与和谐，却在实践中逐渐延伸出灰色地带。例如，诗中强调忍耐与顺服，或视「家丑不外扬」为美德，使得家暴容易被隐匿。女性即便选择求助，仍可能被责怪未尽本分、破坏家庭和平，承担额外的道德压力。

2007年前，该诗被纳入学校课纲。直到妇女事务部介入游说，部分内容才被移除。如今，城市中的女性多半视之为过时，但在保守家庭中，女性长辈仍会将这首训诲诗传授给晚辈，使传统与当代价值持续拉扯并存。

天父，祢按着自己的形像造男造女，视每个生命为尊贵与美好。祢看见世代相传的教导如何塑造柬埔寨女性的言行，也明白其中为家庭与社群带来秩序与关怀的初衷。愿基督徒夫妻的婚姻成为见证，男女在家庭中共同承担责任，活出彼此尊重、彼此承担的关系，让人因此回转向祢。主啊，当柬埔寨女性在家庭中面对不公与暴力时，求祢的公义与保护临到，为她们开路，使她们得着扶持与医治。愿柬埔寨教会与宣教士，以谦卑和同理心传讲福音，与柬埔寨女性分享更新生命的好消息。奉主耶稣基督的名求，阿们。



塞特也生了一个儿子，起名叫**以挪士**；那时候人才求告耶和華的名。(创4:26)

为何人类历史的这个时刻，开始有人求告耶和華？线索或许在「以挪士」(enosh)这个名字。以挪士的词根是'anash，指人本质上的脆弱与走向衰败，这个词表示「必死的人」，与表示「人」(adam)不同。

当以挪士出生，人类或许逐渐意识到自己的处境。起初，犯罪的后果似乎没有立刻显现，但随着时间推移，人开始看见死亡没有突然降临，却是一种缓慢侵蚀的过程：关系破裂、承诺瓦解、盼望落空，那些原本稳固的事物逐渐松动。生命不再完整，而是一点一点走向终结。

当人不再以为自己可以掌控一切，当「必死」成为无法忽视的现实，人便开始转向那位至高的主，盼望祂介入，挽回劣势。

当我们面对生命的限制与破碎时，不要急着掩盖或逃避，让这些时刻引我们转向神，学习真实地依靠祂。



为职业妇女加油

柬埔寨女性2

2021年，标榜柬国妇女100%手作的「藺(读音：吝)草夹脚皮革凉鞋」在台湾掀起热潮，来自品牌「萨拉苏苏」(Salasusu)。当初，日本创办人深究柬埔寨人口贩卖的根源，发现「提升妇女经济自主性」是一种解方，便于2016年在柬埔寨郊区成立「萨拉苏苏」。

「萨拉」是柬文的「学校」，而「苏苏」意为「加油」，是在地时尚品牌，也是社会企业，专为16~24岁的弱势女性提供工作与培训，已支持超过600名妇女承担家计。

应征者由当地村长推荐，家访后进行评估。获选者将在两年内接受手工艺训练与软实力培训，包括基础柬文教学；同时享有上下班接送、营养午餐、托育等服务。结训前夕，「萨拉苏苏」提供职涯辅导，并与当地非政府组织和社会企业合作，让已具备识字能力的女性，在餐厅、饭店、服务业找到长期工作。



Photo by Chetani Hichon on Unsplash

延伸阅读



天父，我们为着「萨拉苏苏」的创立初衷向祢献上感谢，愿祢纪念他们有一颗愿意照顾「最小姐妹」的心，并坚固、使用他们手所做的工，真实祝福柬埔寨弱势女性，使这些女性的生活逐渐稳定。愿祢亲自带领在「萨拉苏苏」培训的女性，未来进入尊重女性的职场，不受压迫或剥削。恳求祢兴起忠心、谦卑与良善的基督徒与宣教士，无论是参与「萨拉苏苏」的工作，或是以营商宣教的方式，都能带着祢的爱走向女性群体，效法耶稣基督道成肉身，服事他们。奉主耶稣基督的名求，阿们。



塞特也生了一个儿子，起名叫以挪士；那时候人才**求告**耶和華的名。(创4:26)

「求告」(qara')是向特定对象呼喊，并期待回应。这是一种有意识的行动——人主动来到神面前，向他呼求，为了要恢复与耶和華(YHWH)的关系。

这项行动背后是一段漫长的历程。从亚当夏娃被逐出伊甸园开始，人经历了罪带来的连锁恶性反应：报复与竞争、兄弟相残、自我夸耀、无视神的命令等。人并不是立刻转向神，而是在一连串破坏与后果中，逐渐看清自己的光景，才求告耶和華的名。

「求告耶和華的名」不是一个简单的转折，而是一种觉醒。人开始明白离开神带来的是关系的破裂与生命的失序。于是，他尝试重新回到神面前，寻求恢复。

然而，圣经并未描绘一个立即圆满的结局。人类历史仍走向洪水的审判，显示人的问题并未解决。求告神，并不是结局，而是一个重新开始的开始。



在柬埔寨当记者

新闻自由

新闻媒体经常被称为「第四权」，记者的工作不只是传递资讯，更是监督政府，为社会留下真实的记录。理想中，新闻报道应受保障，不因提问而遭预先审查、干预或惩处。然而，在柬埔寨，这样的空间正逐渐变得狭窄。

梅达拉(Mech Dara)是柬埔寨一名独立记者，长期报道人口贩运与诈骗园区等社会敏感议题，却因报道工作被控「煽动引发严重社会动乱」等刑法罪名，遭到审前羁押逾一个月。即使后来获得保释，这段经历仍迫使梅达拉宣布退出媒体界。类似的处境，也曾发生在其他新闻工作者身上。

无国界记者每年发布的「世界新闻自由指数」显示，柬埔寨的排名长期处于后段，且呈现持续下滑的趋势。自2017年起，新闻环境逐渐收紧，独立媒体相继关闭，包括《柬埔寨日报》与《民主之声》(VOD)，因此许多记者转往社群平台传递资讯。然而，在报道公共议题时，新闻工作者需不断衡量风险与代价；当自我审查成为常态，真实也因此变得更加脆弱。



天父，在发声与提问日益艰难的处境中，感谢祢仍呼召许多柬埔寨新闻工作者与国际组织，努力提供相对平衡的报道。求祢亲自保护他们，也赐下够用的恩典与勇气，使他们在压力与风险中不致灰心；愿这些报道成为社会学习彼此聆听的契机。求祢帮助柬埔寨人民培养媒体识读的能力，透过不同管道更认识国家正在发生的事，柬埔寨教会也能以这些资讯为国家代祷。求祢持续呼召心中有负担的基督徒，成为灵巧像蛇、驯良如鸽的新闻工作者，忠心于祢，在柬埔寨为祢作见证。奉主耶稣基督的名求，阿们。



神听见他们的哀声，就纪念他与亚伯拉罕、以撒、雅各所立的约。(出2:24)

我们常把祷告当作一种辅助工具，是一个自己计画之外，寻求一点额外的帮助。只是我们在需要时，期待神提供资源，使事情更顺利完成。

这样的祷告，其实并未真正转向神。我们仍倚靠自己，只是把神纳入我们的安排中。一旦没有得到预期的回应，我们很快就会另寻方法。

但出埃及记所描绘的呼求，是另一种光景，是人在无助中向神发出的呼喊。当人不再能掌控、不再有退路，祷告才不再是形式，而成为生命的出口。

若我们放下控制，停止维持表面的镇定，祷告的声音会变得不同。那时，我们不再只是请求帮助，而是真正来到神面前，承认自己的有限，寻求他的介入。

今天就试着在祷告中放下「如何解决问题」的想法，只诚实地把自己交给神，让他带领接下来的方向。



医术之外

医护职业道德

你是否担心医护人员「有医术、却缺乏医品」？不少柬埔寨人也有相同感受。

半世纪前，大批医护专才死于赤柬时期的饥荒、疾病或遭处决，医疗体系几乎全面崩解。尽管近年逐步重建制度与设施，医护职业道德仍是社会高度关注的议题。

公立医院普遍面临候诊时间冗长、设备老旧及人力不足等问题。然而，引发民众不满的，是医护人员态度冷漠甚至粗鲁，医病间缺乏专业、平等的沟通，以及倾听患者的耐心。非营利组织亦指出，公立医院普遍存在裙带关系，使有能力者难以发挥专业。加上媒体揭露药局超收药费、无照营业等乱象，进一步削弱民众对公立医疗体系的信任。

为此，柬埔寨政府与非营利组织皆呼吁，医护人员需更加重视职业伦理，医疗服务不应因种族或宗教等因素而有所差别；应公平对待患者、鼓励正确就医与服药，并改善体制内的不公现象，就能培育更多值得信赖的医护人员，提升公立医院的品质。



神听见他们的哀声，就记念他与亚伯拉罕、以撒、雅各所立的约。(出2:24)

「听见」在希伯来文是shama'，不只是接收声音，而是带着留意与回应的倾向。神的「听」，包含他的关注、记念与即将展开的行动。

当以色列人在埃及受压迫时，他们的呼喊未必条理分明。他们或许没办法清楚说出需要什么，只是在极重的劳苦与死亡威胁中发出呻吟。

神所听见的，是破碎的混乱、刺痛的心碎，被摧残的生命所发出的声音。

那些说不出口的哀叹，在他面前不会被忽略。对神而言，每一声呻吟都与生命息息相关。因此，他记念他的约，开始介入历史。神的回应不是因为人祷告得完整，而是因为他们在真实中向他呼喊。

当你无法好好祷告时，不必强迫自己说出完整的话，只需把真实的痛带到神面前，他听得见。

天父，求祢带领柬埔寨的基督徒医护人员，使他们看见工作不只是职责，更是献给祢的馨香之祭。愿十字架的爱激励他们，在忙碌与压力中仍以温柔、耐心与智慧对待每一位患者，忠心提供专业且尊重患者的医疗服务。主啊，愿这些基督徒影响同僚，在医院与社会中作光作盐，成为重建医护职业道德的力量。愿决策者针对现况投入资源，制定合乎当地处境的法律，改善人民对公共医疗体系的信任。愿医院任用合适的专才，为柬埔寨奠定更稳定、公平且有尊严的医疗环境。奉主耶稣基督的名求，阿们。



修补校园裂痕

教育

1956年前，赤柬领袖波布之妻帕娜莉曾言，她梦想着柬埔寨孩子都能上学。七十多年过去，这个简单而深远的愿望，是否实现了？

1953年，柬埔寨脱离法国独立，国王承诺以教育奠基国家未来。然而，1960年代内战爆发，教育建设全面停滞。1975年赤柬掌权，老师与知识分子被杀害或流亡，校舍残破，教育体系几近瓦解，使一整代人的求学路被战乱硬生生中断。

战后重建至今，教育逐渐恢复。调查显示，2020年15岁以上人口识字率约为88%，较2008年提升近1成。然而，仍难掩历史创伤后遗症。师资与基础建设不足，公立小学仅能实施半天制课程；老师为维生需兼任私校，难以稳定教学。偏乡学生每日上学需跋涉5~10公里的泥泞路，途中还可能面临人口贩运风险。贫困家庭的孩子往往小学毕业便被迫工作，而有资源的家庭则转向私立学校，贫富之间的教育差距持续扩大。

这些困境都表明着，柬埔寨的教育，仍在承受战乱留下的重担。



我说：「我的神啊，不要使我中年去世。你的年数世世无穷。」
(诗102:24)

hesi指「年日的中间」，描绘生命尚未走完的阶段。人常试图衡量自己的人生进程，想知道何时算是「过了一半」，但生命的长短与终点，不由人决定，而是掌握在耶和华中。

当人意识到这种不确定，便需要一种勇气，像诗人一样向神祈求：不要在生命历程未完时带我离开。这样的祷告并不容易，因为人在压力与困境中，往往渴望结束。然而诗人并未把未完成的生命视为负担，反而视为仍需承担的托付。他知道自己仍在过程之中，因此愿意继续前行。

这样的眼光使我们对生命有全新视野，生命不是为了逃离，而是为了承接神所交付的工作；结束的时刻不在人的选择之中，而在神的手里。

因此，信仰的核心，不是等待离开，而是在仍然身处其中时学会活着。人不是消极等候拯救，而是在现实中参与神国的工作。

天父，柬埔寨的教育，长久以来与战争历史留下的痛苦与恐惧交织在一起。祢看见这片土地曾失去老师与学校，但慈爱的主，祢也收纳百姓的眼泪。愿祢的医治临到，修复破碎的记忆，赐下力量使教育制度向前迈进。愿祢兴起国内外的基督徒老师，走进柬埔寨的教育现场，效法基督耶稣的谦卑与慈爱，愿意长久陪伴，并活出十字架的盼望，成为孩子生命中的稳定力量。也求祢感动当地教会，看重学生与教育事工，乐意与偏乡的孩子与家庭同行。恳求祢赐下资源与智慧，引导政府与非政府组织，发展合宜且尊重当地处境的教育方式。奉主耶稣基督的名求，阿们。



渴望清泉

饮用水安全

金边的五星级饭店里，清澈的自来水稳定流出，这座城市的供水系统被称为柬埔寨的「水务奇迹」。然而只需1小时车程，景象便截然不同。据世界银行统计，柬埔寨仍有约1,200万人无法取得安全饮用水，城市与农村之间，仿佛被一道无形界线划开。

湄公河沿岸的村落，世代依赖地下水维生，视其为生命之泉。但土壤中的天然「砷」元素悄然渗入井水，长期饮用可能导致皮肤病变，甚至提高罹癌风险；缺乏污水处理系统，也让细菌在雨季随水扩散，孩童反复腹泻、营养不良，影响成长。医疗支出成为家庭的负担，疾病与贫困便交织成恶性循环。

然而，有些改变正悄悄发生。在柏达村(Preah Dak)等地，非营利组织正引入太阳能净水设备，让混浊、带铁锈色的苦涩井水，转为可安心饮用的清水。对外人而言是技术进步，但对当地家庭来说，却是孩子能健康长大的起点。这场关于水的努力，不只是为了生存，更是对未来的守护。



Photo by Ricarda Christina Hollweg (Hiddentraces Blog) on Flickr

天父，城市与乡村的明显落差之中，求祢引导柬埔寨的决策者，深入了解水资源分配的不均与人民真实的需要。愿政策能更贴近民生需求，使资源逐步被公平地分配。在公共建设与发展的选择上，求祢赐下远见与责任感，使政府持续改善供水与卫生系统，减少疾病与贫困的循环。当孩童因水质问题影响健康时，愿有更完善的医疗支持与保护，使他们能安心成长。也求祢祝福每一个投入改善水环境的人，让这些努力被看见并持续扩展。奉主耶稣基督的名求，阿们。



要信仰打那美好的仗，持定永生；你是为这永生而蒙召的，又在许多的证人面前**承认**过美好的信仰。(提前6:12，新译本)

「承认」(homologia)指公开的认同或宣告，常带有群体见证的背景。这不是个人的私下信念，而是在众人面前对真理的认同与归属。因此，信仰不仅关乎心里相信，也包含清楚的立场与可见的生活方向。

提摩太出身于熟悉妥拉的家庭，他的承认很可能不只是接受耶稣为救主，更是承认耶稣是应验妥拉的弥赛亚，并以此重整整个生命的道路。这样的回应，超越了单一时刻的悔改，而是一种持续的转向与跟随。

因此，真正的「承认」，不是一段话语，而是一种活出的生命。当言语与生活一致，信仰才成为可见的见证。在这个时代，我们也被呼召持定这永生，在众人面前活出真实的信仰。你是否愿意，为这个世代写下属于你的「美好见证」？



无止尽的债务人生

微型贷款

1990年代起，柬埔寨引进微型贷款，旨在帮助贫困家庭改善生活，却陆续传出有人因此失去土地、健康，甚至性命。原因何在？

所谓微型贷款，是提供给贫户的小额现金借贷。由于并非慈善性质，加上银行需承担违约风险，利率通常偏高。虽然政府于2017年规定利率不得超过18%，但对许多贫民而言，仍是沉重负担。理想情况下，人们借款作为创业基金，待收入稳定后逐步还款。然而在柬埔寨，多数人借贷来支付医疗、教育等基本开支，无法直接带来收入，因而累积债务，形成恶性循环。

借款人无力偿还时，往往需以土地作为抵押。有银行经理匿名指出，内部甚至存在「定期对客户施压，要求出售土地」的情况。对此，微型贷款协会回应，银行此举，是因为土地等不动产比动产更具稳定性，可降低放贷风险。

针对现况，学者建议，政府应强化公共医疗与教育体系，并提升国家整体收入，使人民不必依赖借贷，也不需承担失去土地的代价。



天父，祢的眼目看顾因着微型贷款而受压迫的柬埔寨人民，祢与他们同哀伤。求祢亲自安慰他们，使受压的心得着释放，在基督里重新得力。愿当地教会成为光与盐，主动关怀这些家庭，在困境中陪伴、扶持他们，活出基督的爱与盼望。愿柬埔寨的银行建立更健康与公义的借贷体系，协助人民面对资金周转、财务规画或突发经济困境。也求祢赐给政府怜悯与智慧，愿意从根本整顿现况，建立更完善的医疗与教育资源，并帮助人民提升收入，使他们不再因基本需要而背负沉重债务。奉主耶稣基督的名求，阿们。



要为信仰打那美好的仗，持定永生；你是为这永生而蒙召的，又在许多的证人面前承认过美好的信仰。（提前6:12，新译本）

「永生」(zōēn aiōnion)指的是在神里面的生命。这生命有方向，有关系，也有同行的深度。提摩太在许多见证人面前承认这信仰，意味着他不只是内心相信，更是在众人中作出一个公开而真实的回应。这样的承认，不是一次性的决定，而是一条需要不断持守的道路。

因此，保罗说要「打那美好的仗」。这场仗，不一定是外在的冲突，更常是内在的坚持，是在动摇、疲惫与压力中，仍选择紧紧抓住那已经得着的生命。信仰从来不是静止的状态，而是一种持续的站立与跟随。

当我们面对生活的拉扯与试探，也许正是在这些时刻，提醒我们已进入永生了。



如何迈向和解

柬泰冲突调停

柬埔寨、泰国因古印度教神庙「柏威夏寺」的归属问题，多次爆发边境冲突。继2008年之后，2025年7月冲突再起，即便12月在美国调停下一度停火，仍迅速破局。至12月，冲突已造成超过11万个家庭流离失所，至少43名士兵与平民丧生，边境医院被迫紧急疏散病患，战火的代价持续累积。这场冲突的根源，来自100年前法国殖民时期对柬泰边界的模糊划设，部分分界至今未获双方承认。

随着局势升温，外部调停成为避免冲突失控的关键。中国外交特使分别赴柬、泰，呼吁克制与对话；柬埔寨则转向美国寻求支持；身为东协轮值主席的马来西亚，也尝试促进双方重返谈判桌。此外，认为自己对边界问题负有历史责任的法国，同样加入调停行列，希望在保持中立的前提下，避免更多伤亡。

期盼调停国的介入不是以自身利益或影响力为导向，而是以长远和解与安定为优先。否则再多的协议，终究只是延后下一次冲突的时间。

国家利益与内部政治

两国政客有时会为了巩固国内支持率或国内出现危机，在边境问题上采取强硬立场，利用民族主义情绪来转移内部政治焦点。因为捍卫国土，是最容易动员人民的议题。

天父，我们为柬泰长久累积的历史伤痕向祢呼求。耶稣基督以自己的身体拆毁中间隔断的墙，废掉冤仇，使犹太人和外邦人归为一体，如今我们愿这份和睦也成就在柬泰边境上。愿神医治因冲突而破碎的家庭，安顿流离失所者，也愿战火下的人心得享安息。我们宣告，真正的平安不是出于人的算计，乃是从祢而来。我们为介入调停的国家守望，愿各国执政者敬畏祢，向祢寻求智慧与怜悯，放下对利益与影响力的追逐，愿意成为促成和解的器皿。奉主耶稣基督的名求，阿们。



耶稣在一个地方祷告；祷告完了，有个门徒对他说：「**求主教导**我们祷告，像约翰教导他的门徒。」(路11:1)

门徒的请求显出一个事实：祷告不是人自然就会的事，而是需要学习的。

耶稣教导门徒祷告，约翰也教导他的门徒，显示祷告是一种可以传递，也需要操练的生命方式。按犹太传统，祷告常与困境相连，使人意识到自己对神的依赖。同时，祷告也包含自我省察，但这并非以自我为中心，而是建立在对神的盼望之上。当人站在神面前，看见自己的有限、破碎与无助时，才真正进入祷告。

因此，祷告不是从言语开始，而是从转向开始。当人走到自身的尽头，才学会向神回转；若不是如此，祷告终究只停留在空洞的话语之中。



恩典不息

基督新教教会

2023年1月，柬埔寨所有基督新教教会齐聚首都金边，举行百年庆典，纪念1923年首批宣教士踏上这片土地。3.5万名柬国各地的信徒共襄盛举，一同见证神在柬埔寨的作为从未停歇。在佛教为主的柬埔寨，能有0.3%的基督徒，大家相信是许多人为柬埔寨祷告的结果。

回顾历史，美国宣教士来到金边宣讲福音、培育牧者与教会领袖。同时，翻译高棉语圣经，该版本至今仍广泛被使用。然而，1965年，因着越战，国内兴起反西方浪潮，宣教士被赶逐，外界一度忧心教会将要衰微。出人意料的是，基督信仰反而在随后10年间迅速增长。

不久后，赤柬政权带来严酷迫害，约8成基督徒丧生。但幸存者重建教会，透过小组秘密连结与扶持，在困境中持守信仰。

时间拉回2023年，百年庆典上，一位年长牧者激动地表示，这正是属灵前辈曾殷切盼望的未来，只是他们多已在赤柬时期殉道，未能见证今日荣景。



耶稣在一个地方祷告；祷告完了，有个门徒对他说：「求主**教导**我们祷告，像约翰教导他的门徒。」(路11:1)

希伯来思想中，「教导」(lāmad)不只是知识的传递，而是塑造学生生命的方向。学习祷告，并非掌握一套方法，而是被引导认识自己的有限，并在神面前学会站立，活出合宜的关系。

人常以为自己知道该求什么，也为人生订立周详的计画。然而，真正知道该求什么、什么才是最好的，乃在于神。问题在于，我们虽然口里承认这一点，心中却仍紧抓自己的安排，期待神配合我们的计画。一旦事情未如所愿，便又回到祷告室，问神问题出在哪里。

主所关注的，不是外在处境，而是人的内心状态。若耶稣要教导门徒祷告，那么在沉默之后的第一件事，便是承认并接受一个事实：我们其实毫无头绪。

人需要放下「我知道」的姿态，才可能真正开始学习。祷告不是运用属灵技巧，使事情照我们的方式发展；祷告乃是将生命交托于神，并预备自己去面对他所带来的一切。

天父，我们向祢献上感谢与赞美，祢透过宣教士与宣教团队在柬埔寨的作为，显明了祢对万民永不改变、永远信实的爱。感谢祢在属灵前辈心中种下福音的种子，坚固他们的信仰，并在不同世代间兴起跟随祢的门徒。愿在南传佛教兴盛的柬埔寨社会与文化中，祢亲自引领祢的儿女，找到福音的切入点，与更多柬埔寨人分享改变生命的福音，使人心回转回到祢的宝座前。祈求祢呼召柬埔寨城市中的教会，差派人前往乡村服事，透过教育和医疗等方式，使福音传遍柬埔寨各处。奉主耶稣基督的名求，阿们。



正在消失的臭鱼酱

中央高棉族

Mainstream Khmer People

中央高棉族是柬埔寨最主要的民族，亦称高棉族。他们的人口占全国超过9成，约1,600万人。依居住区域可再分为北高棉族、下高棉族^注。

中央高棉族的饮食深受自然环境影响，其中最具代表性的，莫过于拥有百年历史的臭鱼酱(Prahok)。臭鱼酱的制作过程费工，须将新鲜的淡水鱼去除鳞片和内脏、清洗与剁碎，放在太阳下曝晒一日，再加入盐巴腌渍成肝酱状，拌炒猪肉、煮汤或拌饭都是极品美味。臭鱼酱气味浓烈，有「柬埔寨起司」之称。能做出这道料理，表示你厨艺精湛。

传统上，上一代以全人工的方式制作臭鱼酱，如今市场上多交由机器代劳，许多人不信任机器的手艺，依旧选择到市场采买新鲜的鱼儿，回家自制臭鱼酱。一名女性在接受采访时表示，中央高棉族离不开臭鱼酱，制作它已是他们生活的一部分，但年轻一代似乎对于传承臭鱼酱兴致缺缺，她很担心自己过世后，臭鱼酱会就此失传。

注：高棉人分布于柬埔寨、泰国及越南等地。住在柬埔寨者称为中央高棉族；住在泰国者因位处北方，被称为北高棉族；住在越南者，被称为下高棉族。



耶稣在一个地方祷告；祷告完了，有个门徒对他说：「求主教导我们祷告，像约翰教导他的门徒。」(路11:1)

祷告，或许是人所能进入最严肃的行动。人来到创造主、掌权者、全然圣洁者面前，不应是轻松自然，而是带着敬畏与颤抖。真正的祷告，使人意识到自己的脆弱与有限。

然而，我们往往将神想像为一位随时回应需求的长者，忽略了他的圣洁与威严。这样的观念，使祷告变得轻忽，也削弱了人对神的真实认识。

进入祷告，就像踏入旷野之地，是一个人无法靠自己存活的地方。人的计画在这里无法立足，原有的掌控逐渐失效。当人面对这样的处境，才开始真正明白，自己并不属于这个世界，更无法凭己力站立在神面前。

学习祷告，不只是学会呼求，更是学会敬畏。若缺少敬畏，人无法在神的同在中持续前行。

从今天起，每次祷告时，提醒自己正站在圣洁的神面前，放慢心思，用敬畏取代习惯性的开口。

天父，感谢你在历史进程中赐给中央高棉族丰富的手艺与智慧，使饮食不仅承载传统，也成为祢供应人每日所需的记号。求祢兴起年轻世代，愿意重视臭鱼酱的传承，在制作过程中连结传统，使文化得以延续并被保存。我们将人数众多的中央高棉族交托给祢，祢认识他们每一个人，并按着名字呼唤他们，愿他们有机会听闻福音，来到祢的宝座前敬拜祢。愿祢兴起宣教士与基督徒，以尊重文化的方式，找到福音与传统饮食文化的连结点，引导人从日常所需，看见祢是创造与供应的主。奉主耶稣基督的名求，阿们。



身处泰国边缘

泰国的北高棉族

Northern Khmer People of Thai

古时，高棉帝国统治今日的泰国地区，留下一批高棉人，他们的后代被称为北高棉族。自那时起他们便在泰国落地生根、逐渐泰化，如今主要居住在泰国东北部的依善与泰东地区。2015年北高棉族人口达150万人，为泰国境内最大的非泰语民族。然而，他们在今日的泰国社会中却仿佛是「隐形人」。

自1930年代起，泰国推行民族主义，当时统治阶层一度称北高棉人为「退化的泰国人」，使其被贴上负面标签。加上柬泰长期关系紧张，例如1962年柏威夏寺争议(详见10月12日)后，泰国激起强烈反柬情绪。当局更要求北高棉人销毁宗教文献、宗教场合禁用高棉语，高棉语逐渐被视作地方方言，而非独立语言。

如此氛围之下，泰国的北高棉人年轻世代多以与柬埔寨的连结为耻，强调自身的泰国人身分；长辈虽保有北高棉人的民族认同，但在公开场合也谨慎发言。现实上，认同泰国身分往往更容易取得工作机会。



耶稣在一个地方祷告；祷告完了，有个门徒对他说：「求主教导我们祷告，像约翰**教导**他的门徒。」(路11:1)

祷告意味着让神成为我们生命最深的知己。这不只是分享需要，更是将隐藏的内心带到他面前，包括那些不愿被看见的软弱与黑暗。

人习惯维持一个外在形象，使他人以为一切安好。即使知道自己并非如此，仍努力掩盖内在的破碎。然而，在神面前，隐藏并不能带来真正的安全，反而使人与他的关系停留在表面。

所谓知己，是能承载秘密而不泄露的对象。人会失信，但神不会。那些我们最不愿说出口的部分，正是神等待我们交托的地方。当人愿意敞开，承认自己的不完全，才开始经历被理解与被接纳。

学习祷告，就是学习在神面前活得真实。不是呈现理想的自己，而是让他进入最深的角落，触及那些未被爱的部分。

在你的祷告中，尝试说出一件你平常不愿提起的内心状态，让神进入那个你最隐藏的地方。

天父，感谢祢世代代看顾北高棉族，保守祢所爱的百姓在泰国土地上生活。祢深知他们在社会中因族群身分被边缘化，也被贴上负面刻板印象的标签。求祢亲自医治北高棉人身上的伤处，并为他们预备合适的福音使者，以谦卑和爱，将十字架的恩典带到他们当中，使北高棉族明白自己是按祢形像所造、被祢无条件接纳，在基督里得着不被否定的身分与盼望。主啊，愿祢为北高棉族开路，使他们逐渐在泰国社会获得接纳与生存的空间。也愿福音成为泰国人与北高棉族和好的桥梁，使人因基督的牺牲彼此和睦。奉主耶稣基督的名求，阿们。



在校外学母语

越南的下高棉族

Khmer Krom People of Vietnam

历史上，高棉帝国的版图曾扩及湄公河三角洲(今越南境内)，当时有许多高棉人在此定居，后来被称作下高棉族，也就是居住在越南的高棉族。2019年，越南政府的人口普查显示，超过130万的下高棉族以湄公河三角洲为家。

下高棉族傍水而居，湄公河长期滋养他们的农作与日常。牛是农耕好帮手，所以下高棉族不宰杀牛只，也不食用牛肉，反映人与牲畜之间紧密而互信的关系。每年政府举办的赛牛节，除了吸引观光，也成为下高棉族展现农耕文化的时刻。对于参与者而言，比起奖金，更重要的是看见自家牛只的价值被肯定。

然而，现代国家体制下，下高棉族的文化遗产面临挑战。一位下高棉僧侣发现，在教授越南文的公立学校就读的孩子，较少机会系统性地学习高棉文，以及认识高棉人的传统信仰南传佛教。为回应这样的落差，他在寺院中开班教授高棉文及英文，让孩子在放假的时间来上课，协助下一代维系与自身文化的连结。



Photo by Sam Sitr on Wikimedia Commons

天父，感谢祢以湄公河滋养土地，也以牛只成为下高棉族劳作中的帮助，使他们世代在越南安居，显明祢对万民细致而长久的看顾。主啊，愿祢引导下高棉族的心，使他们在倚赖河水与牲畜时，心也渴慕认识这一切恩典背后的造物主。求圣灵亲自动工，预备他们的心来聆听福音。也求祢在越南及各地兴起合祢心意的基督徒与教会，带着智慧与谦卑，预备合适下高棉族的事工，透过柬埔寨文的教育、关怀陪伴与营商宣教等方式，走进下高棉族的社群，成为可靠的好邻舍与和平的见证。奉主耶稣基督的名求，阿们。



那倚靠耶和華，不理會狂傲和偏向虛假之輩的，這人便為有福。(詩40:4)

「倚靠」(batach)指因有可靠的对象而产生的安稳与安全感。七十士译本常将其译为「盼望」，强调的是一种在神里得安息的状态，而不仅是理性上的相信或意志上的选择。因此，信靠神不只是承认他的存在，而是因着对他的认识，活在安然之中。

那些单单倚靠神的人，必从仇敌手中得拯救(诗22:4)；他们依赖神，祷告必蒙应允(代上5:20)；他们必行在正直的道路上(箴3:5)；他们必得着喜乐与欢欣(诗16:9、33:21)；他们必经历内在的平安与无惧(诗4:8、赛26:3)。

神的这些应许，并不是基于我们已经做了什么或可以做什么，而是建基在神不改变的慈爱与信实之上。人之所以能安稳，不是因为掌握了局势，而是因为知道神掌权。

当人停止以自己为依靠，转而将信心放在神身上，生命便逐渐进入一种不受环境左右的安息。



湖上人家

越南裔柬埔寨人

Vietnamese Cambodians

越南裔柬埔寨人的处境，与柬埔寨两国长年互动的历史息息相关。17世纪，越南阮氏王朝与柬埔寨王室通婚，越南百姓被鼓励迁往柬埔寨。法国殖民时期，为补足人力需求，政府再度鼓励越南人移居柬埔寨。1960年代末，柬埔寨独立，西哈努克国王开始限制越南移民来柬，当时境内约有45万越南人。1970年起，柬国爆发大规模反越暴力事件，约20万越南人被迫离境。红色高棉掌权后，约17万人遭驱逐，另有3万人死于饥荒、疾病与屠杀。直到红色高棉垮台，越南人才逐渐回流。

早在红色高棉统治之前，不少越南裔柬埔寨人已在洞里萨湖定居，于湖面搭建水上聚落。竹屋之间，逐渐发展出学校、诊所、寺庙和教堂、警察局与商店，构成自给自足的生活网络。

然而，历史遗绪至今仍影响越南裔柬埔寨人的日常。由于他们被视为非法移民，缺乏国籍与证件，无法拥有土地或正式就业，子女也难以登记户籍、就读公立学校。这些结构性限制，使他们长期处于社会边缘。



那**倚靠**耶和华，不理睬狂傲和偏向虚假之辈的，这人便为有福。(诗40:4)

希伯来语中，「信靠」的反义词是「隐藏」(māstar)，意即遮掩与保留。换句话说，不信靠神的核心，不只是怀疑，而是在神面前仍有所隐藏。

从圣经的角度看，隐藏的罪使人失去盼望。首先，收藏秘密本身就是一种错觉，因为没有任何事能瞒过神。当人刻意保留某些不向神敞开的领域，他的生命便建立在分裂之上，也显出他并未单单信靠神。

其次，隐藏也意味着人心知自己与神的旨意不一致。这种不忠削弱了人与神之间的关系，使「hesed」所表达的忠诚与敞开被破坏。当关系不再透明，信靠便失去根基。

真正的信靠，必然伴随敞开。人越隐藏，就越远离神；人越真实，才越可能进入他所赐的安稳。

天父，越南裔柬埔寨人长久活在恐惧与不安中，许多人也因着动荡失去挚爱的亲人。愿祢温柔地医治他们的伤口，亲自缠裹破碎的心。今日，越南裔柬埔寨人仍身处不稳定和被忽视的处境中，愿他们遇见祢，知道祢是永不动摇的避难所。求祢差派教会与宣教士，进入洞里萨湖及柬埔寨各地，透过长久的陪伴、教育与实际倡议等方式，活出福音的怜悯与公义，并带领人们归向祢。求祢赐智慧给柬埔寨政府，以怜悯回应越南裔柬埔寨人的需要，制定保护生命尊严的政策，改善他们边缘的处境。奉主耶稣基督的名求，阿们。



找寻信仰

占族

Cham People

以南传佛教为主的柬埔寨，身为穆斯林的占族人格外显眼。但其实，占族人并非一开始就信奉伊斯兰教，而是经历多次信仰转变。

早期，占族人崇拜大地之母，相信其掌管土地与农作生产，反映人与土地密不可分的生活方式。到了3~4世纪，当时占族社会受到印度教影响，但多数人的日常仍以祖先崇拜为主。之后，北传佛教逐渐流行，部分族人转而信奉北传佛教。直到15世纪，随着与阿拉伯商人往来，占族当中信奉逊尼派的人数慢慢增加。

今天，绝大多数的占族人是穆斯林，主要分为三个群体：一是使用占语的逊尼派穆斯林，人数最多，较受马来西亚与中东的影响；二是贾赫德(Jahed)穆斯林，仅在礼拜五祈祷，且自认为是伊斯兰信仰中的正统派，对外来影响的回应保守；三是切维亚(Chvea)穆斯林，属于逊尼派，使用柬埔寨语和马来语，与马来西亚和爪哇地区来往密切。

2019年的统计指出，柬埔寨约有60万占族人，其余分布在越南、马来西亚等地。



Photo by Jerémy Gauthier on Unsplash Commons

天父，感谢祢赐给占族人一颗愿意寻找神、柔软敞开的心。祢看见他们在不同信仰与文化中寻找生命的意义，耶稣基督道成肉身，正是为寻找失丧的人而来。愿圣灵亲自动工，引导占族人认识祢，得着从祢而来的盼望。求祢使用受装备、愿意长久陪伴的宣教士，赐他们智慧学习占族的语言、文化与信仰，使他们以谦卑、耐心与爱走进占族人的日常生活，在尊重中展开真诚的信仰对话。求祢保守占族人生活在佛教为主的社会中，仍能被尊重，并在家庭与社群中经历和睦。奉主耶稣基督的名求，阿们。



那**倚靠**耶和華，不理會狂傲和偏向虛假之輩的，這人便為有福。(詩40:4)

神最主要的特质，是他的信实与可靠(申33:28、诗27:3)。这一点，往往是那些承认自己毫无资源的人最深切体会到的。当人不再倚靠自己，转而投靠神时，才真正看见他的稳固与可信。

「倚靠」(batach)是一个严肃的词。我们或许口里宣告信靠神，生活却常与所说的相违背。恢复的起点，在于诚实检视自己的生命。当人勇敢面对内心与行为时，常会发现自己仍试图掌控一切，不愿完全交托给神。这正显明，我们尚未全然相信他在万事上都是可靠的。

信靠不是一种感觉，而是持续选择在无法掌控的处境中，仍然把自己交给神。从今天开始，将一件你无法改变的事交托给他，停止用自己的方式抓住，学习单纯地信靠他。



舍身流血

柬埔寨的华人

Chinese in Cambodia

华人遍布世界各地，各自以不同方式迎接农历新年，但多半是在连日庆贺后，随着「开工开市」画下句点。而在柬埔寨，部分华人社群则以一连三日的「神灵遊行」(Hei Neak Ta)^{注1}作为新年的压轴。此习俗约于19~20世纪间，随中国南方移民传入东南亚；时至今日，后代子孙仍透过参与遊行纪念祖先，并继承传统。

仪式中，数十位乃至近百位的乩童(灵媒)被齐天大圣、哪吒等传统中国佛道教神祇附体。他们以刀具刮舌至出血，再舔舐黄色符纸^{注2}分送信众。有人原本抗拒成为乩童，畏惧仪式过程中的疼痛与流血，最后因着敬畏神明的责罚，仍选择承担此角色。

遊行期间，人群簇拥着乩童前行，身旁有多名随行者协助照料、维持秩序、撒米或洒米酒为神明「开路」。有人敬重乩童为众人祈福的牺牲，也有人在随行团队中感受到手足般的情谊。于是，在人们心中，这场遊行不仅是宗教仪式，更成为凝聚社群与连结情感的重要时刻。

注1：近似于台湾的神灵「遶境」。

注2：被认为能驱吉避凶。



那能保守你们不左脚、叫你们**无瑕无疵**、欢欢喜喜站在他荣耀之前的我们的救主——独一的神。(犹1:24)

「无瑕无疵」(amōmos)意指没有斑点和缺陷。圣经中，这词常用来描述献祭的羔羊，也出现在法律语境中，表示在神面前被判为无罪。令人惊讶的是，这样的描述，竟也被用来形容跟随弥赛亚的人。

然而，「无瑕无疵」并不是人靠努力达成的结果，而是神主动赐下的地位。经文清楚指出，能力与主动权完全在于神。他保守我们，使我们能站立在他面前；他称我们为义，如同昔日称亚伯拉罕为义一样。「无瑕无疵」不是我们信心的功劳，而是神亲自维持的状态。

若人以为信主之后，可以凭着更强的意志力胜过罪，很快便会再次跌倒。因为人并非靠自己站立，而是持续倚靠那位为我们预备一切的主。信耶稣不只是救恩的起点，更是每一刻不断的经历神的供应。

当你再次看见自己的软弱时，不必急于修补自己，而是转向神，领受他此刻的保守与恩典。

天父，祢差遣耶稣为世人流血舍命，在十字架上完成救赎，显明祢主动寻回万民的心意。求祢使柬埔寨华人得听福音，在圣灵光照下明白，唯有基督的宝血能真正洁净，使人得着平安，他们就甘心回转向祢。愿宣教士以尊重、理解和处境化的角度，陪伴他们思索敬祖的意义，引导他们看见，基督信仰并非否定传统，而是将感恩与荣耀归于赐生命的神。愿每一位乩童遇见复活的主，心被更新，转而成为基督信仰作见证。愿柬埔寨华人在日常生活中，有机会看见教会肢体的彼此相爱，心被吸引，认出祢国度的美好，乐意走进教会。奉主耶稣基督的名求，阿们。



淘金梦碎

柬埔寨的印尼人

Indonesians in Cambodia

柬埔寨与印尼渊源甚深。历史上，古代印尼曾统治现今柬埔寨的领土，两地旅人往来频繁，建筑工艺也相互影响，如著名的吴哥窟与印尼佛寺婆罗浮屠可见诸多相似处。

进入近代，柬埔寨与印尼于1957年建立外交关系，2010年又签署免签证协议，促进两国人民来往与贸易交流。2025年，柬埔寨境内的印尼人已达16万。

然而，近年媒体呈现的在柬印尼人处境，常与诈骗案件相连。2026年1月，逾两千名印尼人前往印尼驻柬大使馆求助，表示自己遭遇诈骗，目前正等待遣返回国接受调查。许多人因经济压力与国内求职不顺，抱着寻找工作机期的期待来柬，不料却成为诈骗集团的一员。

对此，社会出现不同声音。有人认为涉案者应依法受罚；也有人指出，招募过程尚待厘清，不宜一概而论；还有人借此反思印尼国内的经济困境与就业结构问题。



那能**保守**你们不左脚、叫你们无瑕无疵、欢欢喜喜站在他荣耀之前的我们的救主——独一的神。(犹1:24)

「保守」(phyllassō) 意为守卫、看守，是一个动词，强调神持续且主动的作为。信徒能在祂面前无瑕站立，不是因为自身稳定，而是因祂不间断的看顾。

因此，信仰的根基不在于人的坚强，而在于神的保守。我们若试图以自我控制来对付罪，很快便会发现这条路通向挫败。人常以为多一次祷告、多一分决心，就能带来改变，但这样的努力，往往只是另一种形式的自我依靠。对改变有热心，并不等同于对主的倚靠。

真正的出路在于完全降服。当人不再试图指导神该如何修复人，而是让祂按自己的心意工作，生命才开始迈向稳固。洁净与站立从来不是人努力的结果，而是神在顺服之人身上持续完成的工作。

因此，信徒的责任不是维持某种属灵状态，而是不断回到神面前，让祂保守我们的每一步。当你再次想靠自己「变得更好」时，停下来，转而向神说：「我需要祢保守我。」

天父，愿柬埔寨教会接待与陪伴在柬埔寨生活的印尼人，使人得听福音，也使初信者在真理中得喂养，生命散发馨香之气，在所到之处成为祝福。恳求祢保护寻找工作的印尼人，使他们不因受骗、受压迫而进入诈骗行业工作。也为有意参与诈骗行业的人守望，愿他们渴慕圣洁的生命，愿意伏法并改过自新。求祢赐给执法单位智慧与公义，在审理日前的诈骗案件时能厘清真相，使无辜、受压迫的人得着保护与公义的对待。求主赐给印尼政府智慧，改善国家的经济与就业问题。奉主耶稣基督的名求，阿们。



半世纪的福音接力

墨依族

Mnong People



托特·聂年近百岁，仍清楚记得信主历程。越战期间，美军轰炸不断，他与家人被迫从柬埔寨逃往越南。颠沛流离在他心中烙下创伤；身为信奉泛灵信仰的墨依族，他也忧惧未祭祀亡灵会招致不幸。即便后来在越南重建生活，一家人仍长年活在悲痛与恐惧里。

直到几位越南基督徒前来探访，与逃到越南的墨依族分享上帝的爱，见证耶稣基督使人脱离一切辖制。托特回忆，那一刻恐惧尽散，心中涌现前所未有的平安与自由，于是决志信主。

越战后，托特为福音大发热心，回到柬埔寨向族人传福音、建立教会，但当时仍缺乏母语圣经。

其实，1960年代已开展越南墨依文新约翻译，但由于两国墨依族的语言相同，文字却不同，柬埔寨墨依族无法读懂。直到2025年，越战结束后约半世纪，柬埔寨墨依族终于迎来第一本属于他们的圣经，托特脸上绽放出无比喜悦。

编注：墨依族为跨境民族，分布于柬埔寨与越南。

天父，托特·聂的生命故事，使我们看见祢长久忍耐、不愿一人沉沦的爱。恳求天父医治墨依族因战争与逃难留下的创伤，愿祢的爱抚平他们心中的伤口、恐惧与失落，并兴起教会成为安慰与陪伴的器皿。愿高棉语圣经译本被祢大大使用，引导柬埔寨各民族渴慕真理，在圣灵的光照下认识基督，甘心将生命主权交托于祢。奉主耶稣基督的名求，阿们。



我们**日用的**饮食，今日赐给我们。（太6:11）

「日用的」(epiousion)只出现在主祷文中，在其他古代文献中几乎没有对应词。这个不寻常的用语，对耶稣当时的门徒却是清楚的。若将其还原为希伯来语，最接近的表达是 tamid，意指持续的、每天所需的供应。

圣经中，「饼」(lehem)不仅指身体所需的食物，也象征属灵的供应。人需要的不只是维持肉身的资源，也需要神的话语作为生命的根基。两者同样来自神，都是人得以存活的来源。

耶稣用这个词提醒门徒，领受神的供应不是一次性的，而是持续不断的过程。正如人每日进食一样，神的话语也需要被不断领受与消化。

让我们每天预留一段时间亲近神，如同进食一样，让他的话成为我们持续的供应。



抚慰人心的曲调

坦普安族

Tampuan People

一位坦普安族人低吟着：「纵使天各一方，我们仍彼此相爱，互相扶持，在困境中守望相助。」这首安慰人心的歌谣，诞生于红色高棉时期，流传至今。坦普安族在高压与动荡之中，以坦普安语秘密创作、悄悄传唱，成为当时族人的定心丸。

事实上，音乐本就深植于坦普安族的生活。孩子自小耳濡目染，学习各式乐器。众多音乐种类之中，锣鼓乐最受族人喜爱。传统上，无论婚丧喜庆、丰收祭典、青年求爱或宗教仪式，音乐始终是他们文化的核心元素，它承载民族价值观、生活智慧，也是日常娱乐。

如今，坦普安族更使传统歌谣转化重生。青年与非营利组织合作，着手整理坦普安传统曲目，撰写研究书籍，拍摄乐器、歌谣与祭典影像，为文化存留纪录。同时，他们持续以坦普安语谱写新曲，内容实用，涵盖文化认同、族语传承，以及卫生教育等议题，将传统与新时代紧密衔接。



我们日用的饮食，今日**赐**给我们。(太6:11)

「赐」(nātan)常用来描述神主动的供应与给予，指出一切的源头在于神，而非人。这个看似简单的动词，却揭示一个根本事实：生命的一切所需，不是人本来就拥有的，而是从神领受的供应与恩典。

主祷文中的这个祈求，打破了对「权利」的想像。我们习惯以为，基本需要理应被满足，是自然且应得的。然而，耶稣的教导提醒我们，即使是最基本的饮食，也是一份来自神的恩赐。

当人忽略这点，更容易将供应视为自身努力的成果，逐渐失去感恩。但当人重新看见一切都是领受，生命的姿态也随之转变，不再紧抓不放，而是学习信任与感谢。

每一次用餐前，让我们真诚向神献上感谢，提醒自己今日拥有的一切，都是从他而来。

天父，感谢祢在红色高棉时期保守坦普安族，赐下坚韧的心志。当恐惧笼罩大地，祢仍使他们以歌曲彼此扶持，让音乐成为安慰的记号。愿祢亲自医治历史伤口，并将从祢而来的真平安浇灌他们。主啊，祢是创意与美善的源头。求祢祝福坦普安青年，在整理曲目、保存文化的过程中，成为振兴族群的祝福。祈求天父差派有音乐恩赐、生命成熟的工人，以谦卑与尊重进入坦普安族中间，透过音乐交流的方式见证福音，使坦普安族在旋律中听见祢慈爱的呼唤，快跑归向祢这位乐意亲近万民的主。奉主耶稣基督的名求，阿们。



森林守护者

库伊族

Kuy People

库伊族主要居住在柬埔寨北部与东北部，也分布于泰国与寮国边境，是历史悠久的原住民族。长久以来，库伊族的生活与森林密不可分，族人多靠采集树脂、蜂蜜、药材与木材，以及小规模农耕为生。

库伊族文化深受泛灵信仰影响。他们相信森林与土地不只是自然环境，更是祖灵与不同神灵的居所，例如森林之灵(Ah'ret)，以及土地与村庄守护灵(Neak Ta)。人们在砍树、耕作或婚礼前，常透过祭祀与供品向神灵祈求祝福。这也使库伊人长期以永续的方式利用森林资源，例如：采集树脂而不伤害树木。

然而，守护森林并不意味着富足，许多库伊族家庭仍然贫困。近年来，政府未与库伊族协商之下，把森林划为经济特许区，发展橡胶与腰果种植园，加上非法伐木，使库伊族的生计受到冲击。当世代守护的森林逐渐消失时，库伊人失去的不只是土地，更是文化的延续与信仰的根基。



库伊族的生活样貌

天父，愿祢记念库伊族与森林的关系，他们虽然还不认识祢，却忠心地管理自然环境。当森林逐渐消失、生活变得艰难时，愿祢安慰每一个家庭的不安与伤心，让他们在困境中仍能彼此扶持，并为库伊族在变动中兴起基督徒陪伴者。愿柬埔寨政府被祢的怜悯充满，看见库伊族所失去的不只是资源，更是与土地深深连结的根，而以合宜的政策支持他们的生计与族群发展。也求祢感动柬埔寨社会，尊重及理解库伊族，并向他们学习如何管理自然环境、守护生态。奉主耶稣基督的名求，阿们。



我们日用的饮食，**今日**赐给我们。(太6:11)

「今日」(yom)强调当下的供应与依靠。信仰不是一次性的决定，而是在每日生活中持续实践的历程。人不是一次决志信主，而是在每一天中不断学习信靠神。

对蒙救赎的人而言，更能体会这样的节奏。生命的需要不是一次就领足，而是每日都领受：今天得帮助、得医治、得力量。神所赐的恩典，总是与「今日」紧密相连。

人常试图为明天建立安全，或从过去寻找依据，但属灵的生命无法储存，也不能转移。我们不能为明天累积恩典，也无法从昨天提取力量。神所供应的，总是恰好足够今日。

因此，「今日」不只是时间的标记，更是一种生活的方式：在每一天中，单单依靠神而活。当你面对未来的不确定时，试把注意力带回今天，专心领受神此刻为你预备的供应，然后一步一步向前走。



沿着长屋生长的家族

嘉莱族

Jarai People



嘉莱族是生活在柬埔寨东北部与越南中部高原的原住民族。嘉莱文化最鲜明的特色是母系制度与长屋生活。

家族血统由女性延续，孩子随母姓，婚后丈夫搬入妻子的原生家庭生活。财产多由女儿继承，其中，小女儿——主要照顾父母的人往往分得最多。

传统村落里，长屋以竹木建造、离地架高。屋子会随家族的扩增而在尾端再添一节，有些长屋可长达50公尺，一条延伸的长廊，将新诞生的家庭一户户连在一起。长辈在夜里讲述祖先故事，教孩子歌唱、织布与辨认森林中的植物与水源，传统知识就在同个屋檐下代代相传。

然而近年来，柬埔寨东北部森林因大量伐木与种植园开发而减少，一些族人的农地也被企业强占，生计面临考验。森林的消失使建造长屋的木材与竹子越发难寻，小型住宅逐渐取代长屋，核心家庭的兴起冲击了嘉莱人与家庭观念，大部分年轻人开始追求主流文化，形成世代隔阂。当长屋不再，祖先留下的文化记忆似乎也慢慢淡去。

天父，感谢祢使嘉莱族家庭中有美好的情感连结，与愿意承担彼此、成为对方的依靠和后盾，让家成为温暖与安息之地。当生活型态改变、家庭结构转变，甚至出现距离与隔阂时，求祢亲自修补人心，使爱仍能流动。也为他们的土地向祢呼求，当农地因开发而缩减、传统生活受到挤压时，愿嘉莱人在变迁中寻求祢，知道在祢里面有世界夺不走的身分与盼望。也求祢的怜悯临到政府，使上位者愿意重视嘉莱族面临的处境，帮助他们另谋生计出路。愿他们的文化与记忆不被遗忘，在新世代中仍旧延续。奉主耶稣基督的名求，阿们。



天起了凉风，耶和華神在園中行走。那人和他妻子聽見神的声音，就藏在園里的樹木中，躲避耶和華神的面。(创3:8)

我们一般会把「行走」(mithalech)理解为具体的动作，进而想像神以某种人形在园中出现。但希伯来文的表达并不支持这样的画面。这里所用的动词形式，带有反复、来回的意味，更接近一种持续出现的声音，而非有方向、有目的的移动。

所以，经文所描述的，可能是神的声音在园中回响，从各处传来。这是一种可感知却非具体形体的临在。

这提醒我们，阅读圣经时，不可轻易以现代语言或习惯性的理解取代原文的表达。希伯来语常以动态与经验性的方式描写现实，而非具体的物理描述。



夹缝中发芽的福音

布劳族

Brao People

全球的布劳族共6万人，其中约1.4万人生活在柬埔寨东北部山区，传统上以刀耕火种的方式耕作为生；信仰方面，几乎全体奉行泛灵信仰，并宰杀牲畜祭祀，求取神灵祝福。

1990年代，柬埔寨颁布新宪法，开放宗教自由，外国基督教会与宣教士随即涌入。布劳族聚居的东北部地区起初对基督信仰极为反弹，但仍有少数布劳族人选择成为基督徒。

对此，在地非营利组织工作者表达忧虑：同一社群中出现不同信仰群体时，生活中的摩擦与冲突往往随之增加，若要和谐共处，需要双方另下功夫。学者也指出，包括布劳族在内的高地族群，长期在经济与文化上处于弱势，基督信仰的传入可能动摇原有的民族凝聚力，使其处境更为复杂。

政府则对基督信仰存有戒心，虽未明令禁止，但根据宣教士的经验，宣教工作时常遭遇刁难。因此，布劳族当中逐渐出现台面下的家庭教会，宣教士也大多不愿公开工场地点、信徒人数。



天父，感谢祢对万民的怜悯，使福音借着国外教会和宣教士传到布劳族当中。愿祢赐下谦卑与智慧，使当地宣教士不只传讲福音，也以理解与尊重融入、深入布劳族文化，在关系中见证基督的爱。愿祢坚固当地初信的弟兄姊妹，使他们在真理中扎根，在圣灵的带领下生命渐渐成长，活出爱邻舍的生命，以灵巧像蛇、驯良如鸽的态度，与未信主的亲族相处与对话，成为凝聚布劳群体的和平之子。祈求祢差派经济方面的专家，改善布劳族的生计。奉主耶稣基督的名求，阿们。



众弟子阿，你们当来听我的话。我要将敬畏耶和華的道**教训**你们。
(诗34:11)

「教导」(lamad)，不只是传递知识，而是包含训练与实践，强调生命的塑造。若没有行动的跟随，再多的教导也是无用的。

这与许多现代教育形成对比。当教育只停留在资讯层面，人可以学会概念，却不必承担其后果。当理论与生活分离时，看似正确的观念，在现实中可能显出偏差。

这种落差使人难以按照神的心意生活。当世界被视为「研究对象」，而非神所托付的创造时，人容易忽略行动所带来的影响。学习变成理解，而不再是活出。

然而，圣经中的教导是在生活中进行的。它不是抽离现实的知识，而是引导日常所行的。敬畏神，不是单靠理解，而是在实际生活中不断学习与回应。因此，真正的教导，是带领人进入一种生活方式，使所学的成为所活的。



不会说母语

斯丁族

Stieng People



柬埔寨的斯丁族人主要生活在东部的磅湛省、桔井省、蒙多基里省，人数6~7千名，另有约十万人分布于邻国越南东南部。

柬埔寨小学教育目前所教授的原住民语言，并未包含斯丁族所使用的斯丁语。原因相当复杂：缺乏斯丁语教材、师资严重不足，以及斯丁族多居住在偏远地区，师生往返学校不易。再加上多数学生家境贫困，难以负担制服等费用，且常需协助家中农务，导致辍学率居高不下。此外，政府推动相关政策的力度有限，也使斯丁语教育难以落实。多重因素交织之下，斯丁语正面临传承危机。

目前长辈在家中多使用斯丁语为主。然而，长期接受主流文化影响的年轻一代，在与高棉人互动时易产生自卑感，因此倾向使用高棉语而非母语，造成跨世代语言传承出现断层。学者因此呼吁，应加速推动斯丁语双语教育、培训师资并结合扶贫措施，以降低斯丁语消亡的风险。

天父，我们将斯丁族面对母语逐渐凋零的忧虑交在祢手中，求祢亲自安慰他们的心。恳求祢兴起具语言恩赐的宣教士和基督徒，参与斯丁语圣经翻译、母语教育与文化保存等工作，使这珍贵的语言得以传承，也让斯丁族能以熟悉的语言听闻福音。也求祢感动政府愿意制定政策，保存斯丁语、推动斯丁语教育。愿祢兴起非政府组织深入偏远村庄，提供斯丁族教育支持、改善交通与生计的方法，使孩子不因贫困而失去学习的机会，家庭生计也能因此改善。奉主耶稣基督的名求，阿们。



于是埃及人派督工的辖制他们，加重担苦害他们。他们为法老建造两座积货城，就是比东和兰塞。（出1:11）

一般理解中，这是一幅奴役与劳苦的画面。然而，原文所用的词语，指向的不只是劳动管理者，更与征收与制度性的负担有关。压迫并非一开始就以强制劳役出现，而是透过逐步加重的负担，使人无法脱身。

这提醒人，压迫往往不是突然出现，而是在制度与权力运作中逐渐形成。当权力被用来控制资源与劳动时，人容易被卷入其中，失去自由。

从圣经的角度来看，神的作为并不建立在强制之上。他呼召人，是以关系与吸引为基础，而不是以压迫为手段。因此，出埃及的故事，不只是关于离开一个地理空间，更是关于脱离一种控制与压迫的体系。

这段经文提醒人，要留意那些看似合理，却可能逐渐夺去自由的结构，并重新思想什么是真正出于神的生命方式。



在边界中逐渐淡去

柬埔寨的寮族

Lao People in Cambodia

清晨的湄公河雾气未散，一个用香蕉叶细细包裹的小包被放在祖先坟前。趁着黎明前的微光，叶子被轻轻打开，里面装着热腾腾的糯米饭、甜糕与时令水果。祭拜结束后，一家人围坐在墓旁，依循传统分食供品。这是柬埔寨寮族在亡人节(Pchum Ben)的独特祭礼。不同于主流高棉族多在寺庙供养僧侣，寮族保留了更古老的祖灵信仰与佛教交织的痕迹。

寮族在柬埔寨东北部已生活数百年。1904年，法国殖民政府将原属寮国的上丁省划入柬埔寨，使这群人的身分一夜翻转。随时间推移，年轻一代多接受高棉语教育，传统寮语逐渐淡出公共领域。也因生活方式日益趋同，寮族在法律上难以被认定为「原住民族」，无法申请保护土地的「集体产权」。

面对森林开发与水坝建设，缺乏法律保障的寮族人只能持续艰辛地与政府协商，或转向非正式的跨境小额贸易维生。对这群边界上的子民而言，身分与土地的流失，正如晨雾般在静默中改变着他们的未来。



photo by Coastal on Flickr



寮国人在柬埔寨

天父，寮族是祢所爱的百姓，祢体会寮族在边界上的处境，也明白他们身分难被承认的无奈。当他们努力寻找被看见与理解的位置时，求祢陪伴他们，使他们不失去盼望与尊严。在法律保障不足下，他们的生计时常不稳定，求祢记念他们辛苦的劳动，供应他们每日所需。也求祢感动政府回应他们的需要，制定合宜政策，保障寮族群体的权益。愿宣教士与基督徒，走进寮族中间，效法基督道成肉身，成为陪伴与帮助，使更多人归向祢、认识祢的爱。奉主耶稣基督的名求，阿们。



照样，你们作丈夫的，也要合情合理地与妻子同住。(彼前3:7a)

基督教常被误解为将妻子置于被压制的位置，这种看法多半源于对「顺服」的错误理解。事实上，顺服并非仅限于婚姻中的角色安排，而是整个基督徒生命的核心。它不是社会性别角色分工的要求，而是每一位跟随基督之人的记号，因为这正是基督自己所活出的样式。

彼得在这段劝勉中使用「照样」(homoios)一词，将丈夫的责任直接连结到前文的教导。这个词如同一座桥，把读者带回第二章所描绘的主题：效法基督在受苦中的顺服。耶稣在逼迫中不报复、不威吓、不抱怨，而是将自己交托给神，因为他确信父的旨意正在其中成就。

这样的生命模式，正是彼得所指的「照样」。妻子的顺服，是为使人得救；同样地，基督徒的顺服，是参与基督的工作，使人回转。顺服不是软弱，而是出于对神主权的信任，是一种甘心将自己交在他手中的选择。



走进爱的小屋

克伦族

Kreung People



Photo by Linda De Volder on Flickr

当今影视流行恋爱综艺节目，让一群俊男美女在同一空间自由发展恋情。其实，柬埔寨的克伦族也有类似的恋爱安排喔！

当家中女孩年满15岁，父母会在住家旁为她搭建一座以竹子建成的「爱的小屋」，除了表达父母的关爱，也表示女孩可以开始选择未来配偶。小屋让女孩与家人保持适度距离，能自在地认识来访的男性。男孩必须征求女孩同意，才可以留下聊天、加深认识。只有在女孩决定与某位男性结为伴侣时，他才可以留宿，否则都必须在天亮前离开。

这座小屋并非全然密闭，而是留有门缝，象征节制与界线。克伦族的传统严禁婚前怀孕，若违反规矩，女孩的家人须向全村支付罚金，否则人们相信将招来不幸。

然而到了现代，受到现代化生活的影响，长辈不再教授相关习俗，「爱的小屋」逐渐走入历史。年轻人大多透过手机交友、相约见面，摩托车也让出遊往返更加方便。

天父，我们将柬埔寨的克伦族交托在祢手中，愿他们渴慕走进属灵的「爱的小屋」，如同来到至圣所一般，与祢面对面，更深刻认识祢在基督里为人预备永恒的爱。愿宣教士和教会所建立的小组、团契与聚会之处，也能成为克伦人安心对话、彼此认识与陪伴的地方，使他们在真诚的关系中经历基督的爱。愿祢保守身在网路时代的克伦族青少年，兴起基督徒陪伴他们走过年轻、迷惘的岁月，使他们在基督里认识自我价值与亲密关系。奉主耶稣基督的名求，阿们。



照样，你们作丈夫的，也要合情合理地与妻子同住。(彼前3:7a)

彼得对丈夫的劝勉，以「照样」开始，表明这不只是伦理要求，而是建立在基督生命样式之上的呼召。丈夫同样被召进入顺服，不是被动屈从，而是为着神的旨意，主动将自己置于他的权柄之下。

这样的顺服，与妻子的顺服有相同的根基：神掌权。耶稣以顺服父神为榜样，显明真正的权柄不在于掌控他人，而在于对神的全然交托。因此，若忽略这节经文，就容易误以为顺服只是妻子的责任；然而彼得清楚指出，丈夫同样需要顺服。

婚姻的本质，不在于权力的分配，而在于彼此顺服的实践。真正的问题，不是对方是否顺服，而是自己是否按神的心意而行。丈夫被托付的责任，是让妻子活出神所赐的位置，使她成为合宜的帮助(ezer)，而非压制的对象。

因此，「照样」不是一个形式上的连接词，而是一个具体的呼召：在婚姻中活出基督的样式。



「医」起变健康

卡维特人

Kavet People



Photo by Linda De Volder on Flickr

想像你罹患疟疾、急需就医，最近的医疗站却远在35公里外——这曾经是卡维特人的日常。

过去，卡维特村落长期缺乏医疗资源。当有人生病，多半先求助传统巫医，但费用高昂且治疗成效有限。若要前往正式医疗机构，必须到距离村落35公里的医护站。然而因道路毁损失修，到了雨季又泥泞难行，人们需乘船通行。有些孕妇甚至选择自行开车前往，不仅路途危险且耗时；即使平安抵达，人满为患的医疗站往往也无法立刻为她们看诊。

情况直到2023年才出现转变。国际培幼会与当地卫生所合作，在卡维特村落内开设了一间医护站，提供初级医疗服务，期盼降低孕妇及其子女的死亡率，减少儿童营养不良的情况。

卡维特人是布劳族的分支(见10月25日)，分布在柬埔寨东北部的上丁省和腊塔纳基里省。根据2019年的人口普查，柬埔寨约有7千多名卡维特人。

天父，感谢祢对卡维特人的看顾，他们是按祢形象所造、心中所爱的族群。求祢使用国际培幼会与新设立的医护站，以此祝福卡维特群体，使人们获得及时合宜的医疗服务。恳求祢差遣具备医疗专业的宣教士与基督徒，愿他们带着基督的怜悯走进卡维特人的村落，在诊疗与陪伴中与他们同行。同时，求祢打开福音的门，使卡维特人认识主耶稣是医治与拯救的主，不只身体得着医治，破碎的心灵也被更新。愿卡维特人得着福音的盼望，回到祢的家中。奉主耶稣基督的名求，阿们。



照样，你们作丈夫的，也要合情合理的与妻子同住。要体谅她比**你软弱**，要尊敬她……(彼前3:7)

这节经文常被误解为支持男性优越，仿佛女人因为「软弱」而需要被支配。然而，彼得所用的「软弱」(asthenesterō)，并不能简单理解为能力或价值上的低下。在七十士译本中，这个词曾用来翻译多个不同的希伯来字，涵盖温柔、微弱、受压或处境脆弱等不同含义。因此，「软弱」更可能指向需要被顾念与体察的处境，而非本质上的优劣之分。

彼得的重点，不在于比较谁强谁弱，而在于提醒丈夫要以敏锐与理解回应妻子的需要，在关系中给予尊重与保护。因为妻子与丈夫同样承受生命的恩典，在神面前具有同等的地位。

当这一点被忽略，婚姻关系便会失去平衡，甚至影响人与神之间的关系。祷告之所以受拦阻，不是因为形式上的问题，而是生命没有活在神的心意之中。



曾经茂密的森林

部弄族

Bunong People

2025年，柬埔寨导演潘礼德执导电影《我们是森林的果实》(We Are the Fruits of the Forest)，呈现居于柬埔寨东北方的部弄族过去到今日生活的鲜明对比。

过去，部弄族依靠森林为生：采集橡胶树脂和蜂蜜、种植稻米与打猎觅食。他们信奉的泛灵信仰教导人尊重自然、节制开垦，因此世代居住的森林始终郁郁葱葱。

然而，近年企业大规模砍伐森林、开发土地，大幅改变部弄族的处境。他们被迫面对祖先未曾遭遇的难题：是否改用机械开垦？应向企业租回曾属于自己的土地，或领取微薄薪资为他人工作？同时，气候变迁使稻作更难；森林的消失也使打猎收获锐减，原先稳定的生计逐渐动摇。部弄族认为，越发频繁出现的狂风豪雨，是神灵因人类破坏自然而降下的愤怒。

透过这些生活转变，电影呈现部弄族如何被迫卷入工业化与现代化的浪潮。在生存压力下，原本丰富的文化传统逐渐褪色，甚至被外来人士视为落后、不文明的象征。



照样，你们作丈夫的，也要合情合理的与妻子同住。要体谅她比你软弱，要**尊敬**她……(彼前3:7)

「尊敬」(time)与旧约中敬畏神、孝敬父母的诫命密切相关。这种尊敬，不是表面的礼貌，而是一种带着分量的道德承担。这个字也可连结到希伯来语kaved，意指「给予分量、看为重要」。它所呈现的图像，好像一双张开的手，邀请人进入屋内。尊敬，不只是肯定对方，更是邀请她进入自己的生命。

因此，若内心仍保留界线，不让妻子参与自己的世界，这仍未达到圣经所说的尊敬。真正的尊敬，是承认她在你生命中的地位，并让她进入你生活的各个层面。

当人仍保留某些不愿分享、不愿交托的领域，无论是权力、地位，或内心的界线，就已在削弱这份尊敬。尊敬，意味着拆除这些隔阂，使两人的关系在神面前可以合一。

彼得提醒，这样的态度会直接影响与神的关系。若丈夫不尊敬妻子，他的祷告也会受到拦阻。

天父，祢看见部弄族的生活因着土地开发所承受的改变和不安，愿祢亲自安慰并坚固他们的心，适应新生活时仍有盼望与力量，也愿柬埔寨社会学习尊重他们的文化。愿柬埔寨政府制定合乎公义的政策，平衡经济发展与少数民族的权益，同时协助部弄族寻找其他生计出路，逐步稳定生活。愿祢兴起有专业能力的基督徒与宣教团队，与部弄族一同面对气候变迁、土地被开发等等的挑战，并向他们分享赐下平安的福音真理，使人因着认识救主基督而得安慰。奉主耶稣基督的名求，阿们。



这一天，请按着圣灵感动，写下
你为柬埔寨的祷告。



这样，就使你们的祷告不受拦
阻。(彼前3:7c)

彼得在这里提出一个极为严肃的属灵原则：若丈夫没有向妻子履行当尽的责任，他与神之间的祷告关系就会受到拦阻。问题往往不在外在的环境，而在于人如何对待身边最亲近的人。

当婚姻出现张力时，人很容易向外寻求解答，却忽略了更根本的问题。也许我们需要先停下来问自己：我的祷告生命如何？我是否真实经历神的同在？我是否按他的性情塑造自己的心？我是否能坦然无惧地来到他面前？

彼得已经指出关键所在：在人与人的关系上。若丈夫忽略彼此顺服的原则，不愿体谅妻子的处境，看不见她软弱中的需要，也未以尊重对待她作为同承恩典的人，那么他与神的关系自然会受影响。祷告之所以受阻，不是技巧的问题，而是生命没有活在神的心意中。

因此，作丈夫的责任，不在于掌控，而在于承担。「一家之主」并非权力的象征，而是责任的托付。神所交托的第一个对象，就是你的妻子。这不是负担，而是一项极深的托付与恩典。



Photo on Canva

土耳其

Turkey

如果约翰还在写信

作者 teeth 、Amy、以诺、格格、颖颖（名字按笔画顺序排列）

编辑 Joan

Photo by Mykhaylo Kopyt on Unsplash

埋进地里，是为了再次发芽

土耳其从来不只是「另一个」九成人口是穆斯林的伊斯兰国家。土耳其不属于阿拉伯，却曾以鄂图曼帝国的名义，统治欧、亚、非大陆的穆斯林世界六百多年。如今的土耳其不再是穆斯林世界的共主，却还是经常以老大哥的姿态，为巴勒斯坦发声，介入中东、巴尔干、高加索与非洲的穆斯林议题。

这个国家像一扇门，推开博斯普鲁斯海峡，往右是亚洲，往左是欧洲。小小一道海峡，硬是把伊斯坦布尔切成欧洲区及亚洲区，让这个城市变成世界上唯一横跨亚欧两洲的大都会。特殊的地理环境也在提醒我们：不要用单一视角来看待这片土地。

在今日伊斯兰色彩浓厚的地底下，还埋着另一层更古老、更幽深的记忆。这里曾有传喜信的佳美脚踪、有使徒为真道辩护的急切、有基督徒躲避逼迫的惊慌、有八十多岁的老人家殉道前回荡至今的宣告。

信仰传承最古老的地方

如果把土耳其纯粹当成需要福音的地方，可能会闹笑话。举个例子，当我们到伊兹密尔(İzmir)旅行的时候，或许会遇见当地基督徒。我们可能忍不住会问：「在土耳其这么伊斯兰的国家竟然还有基督徒，太难得了。请问你们的教会建立了多久？是哪位宣教士带领你们信主的呢？」

这位或这群主内肢体可能会相视一笑，说：「不是约翰就是保罗，我们的老前辈坡旅甲是使徒约翰的门徒；保罗的推喇奴学堂离我们就大约50公里。哦对了，伊兹密尔的古称叫『士每拿』，就是启示录里面主耶稣劝勉我们要『至死忠心』的士每拿教会。我们确实受了很多苦，我们也还在受苦，但我们没有辜负『忠心』这两个字。不知道你们的教会建立了多久呢？」



Photo by Amo Journey on Unsplash

土耳其与基督教的深刻关联

土耳其也是形塑基督教信仰的地方，早期教会最重要的7次大公会议，全部发生在今日土耳其境内。追随主耶稣的人聚集在这里，想要说清楚我们信的基督不只是伟大的先知，不只是道德榜样，而是「出于真神而为真神」。那些后来被一代代信徒背诵的「我信」，不是冷冰冰的神学公式，是教会在辩论、逼迫、混乱与敬拜中，慢慢淬炼而出的同声宣告。

看到这里，如果你还是和我一样，很难想像「土耳其」和「基督教」的关联。别担心，很正常。如果说土耳其的教会可以分为「地下时期」和「地上时期」，那我们只是正好碰到「地下时期」，像过去一样。

在「地下」敬拜的那段时期

「躲藏」曾经是土耳其教会的主旋律，基督徒真的曾经躲在地底下敬拜神。那时的教会没有宏伟的建筑、没有放声的敬拜，只有减到最低的音量在石壁间轻轻回荡。像今天一样。

后来，教会走到地上。

君士坦丁堡建造起至今仍然让人惊艳的圆顶大教堂，基督教进入城市中心、帝国礼仪与公共生活。曾经在地下安静守候的信仰，忽然被放在世界的中央，十字架高悬在圆顶之下。那是一段无法复刻的辉煌，也是权力与信仰的界限开始模糊的时刻。

再后来，历史转身。

帝国更迭，城市改名，圆顶之下响起了另一种敬拜声调。基督徒群体慢慢缩小，许多古老城市只剩残垣断瓦，还有新近立起的导览牌。教会似



Photo by Musa Ortac on Unsplash

乎消失了，只留下历史供人参观，留下废墟让人拍照。

但也许，废墟不是终点。

也许土耳其教会的故事，只是又一次转入地底。不是同样的洞穴，不是同样的岩壁，却有着同样微小、隐密、不易被看见的忠心。

福音可以从耶路撒冷走向安提阿、从安提阿走向小亚细亚、从大数走向罗马；福音也可以在地底下安静保存，彷彿埋进地里，只为了在我们以为消失的地方重新发芽。

也许，土耳其仅存的教会不是历史的残影，而是复兴再临之前，很轻很轻地一声哈利路亚。

我们第一次有了名字

安提阿

亲爱的小子们，我坐在以弗所的暮色中，想起多年前耶路撒冷的那场乱石。司提反倒下了，这场殉道像风一样把我们吹离了家园。我们跑向腓尼基，跑向塞浦路斯，跑向那座被称为「东方皇后」的安提阿。那时，我们的脚虽然走出了城门，心却仍被「洁净与不洁」的篱笆囚禁。直到没有留名的人从各处来到安提阿传扬主的名，我们才惊觉：原来神赐下的生命，从不分希腊或犹太人。

你们可曾见安提阿？那里的市集喧闹，香料的气味扑鼻，脚下踩着的是红赭与橄榄绿拼成的精美马赛克。但在我眼中，最美的拼图不是马赛克地砖，而是圣彼得洞穴教堂里那些面孔。曾经我们是被人嘲笑的「拿撒勒教党」、「基督那伙人」，但在那洞穴中，不管是犹太人还是希腊人，我们得了个共同的身分：基督徒。

转瞬千年，2023年的大地震让这座城满目疮痍，古老的会堂化为瓦砾，族群四散。曾经的「东方皇后」如今在挖掘机的轰鸣声中挣扎重建。当最后一批守候在那里的犹太老人因地震撤离，安提阿持续了两千载的希伯来祈祷声也随之沉寂。

天父，感谢祢曾在安提阿赐予我们「基督徒」的尊贵身分，开启了外邦宣教的大门。求祢今日再次施恩，让这片土地在重建的尘土中，重新听见祢的呼唤，得着属天的生命。愿安塔基亚人^注不仅在遗迹中看到历史，更能真切遇见那位道成肉身、走近人群的主。求祢保守地震后四散的人们，求祢的圣灵跨越边界，保守他们在基督里合一的心，在各片土地上继续作光作盐。奉主耶稣基督的名求，阿们。

注：古城安提阿现名为安塔基亚。



你要尽心、尽性、尽力爱耶和华你的神。(申6:5)

「尽力」(me'od)表达「极其地、全然地」去爱，强调一种毫无保留的投入。因此，爱神不是完成外在的行为，而是进入一份完全敞开的关系。人不再隐藏自己，而是带着真实的情感与状态来到神面前。这样的爱是全人的投入，在各个层面都不退缩的回应神。

这也重新定义了属灵争战。真正的关键，不在于对抗某个外在的敌人，而在于人是否在与神的关系中真实地站立。当人愿意在神面前敞开、回应，并持守这段关系，其他的影响就失去主导地位。

同时，这样的爱也影响祷告的样式。祷告不再形式化或只有言语，而是带着生命全然投入的回应。当人真正看重与神的关系，祷告就不再空洞。

「尽力」爱神是一种毫无保留的投入，是一种真实面对神的生命状态。

来自使徒约翰的信

以弗所与七教会

亲爱的小子们，我站在拔摩岛的礁石上，隔海望向小亚细亚。那些曾闪烁在异象中的七个金灯台，如今正映射在现代版图上。

以弗所，你曾是繁华的港口，如今泥沙淤积成了内陆平原；别迦摩的卫城依旧高耸，俯瞰穿梭的游人；优雅推喇的断柱，早已被闹市的烟火层层包裹。这3座城，你们可还记得主对你们的提醒：即便劳苦，也别忘了起初的爱；即便自由，也别向世俗妥协。

我望向撒狄，昔日金币叮当的繁华已归于尘土；我也看着棉花堡的热泉流向老底嘉，水温变得那般不冷不热。面对这两座城灵性生命停搏的教会，望着「不冷不热」的信徒们，耶稣依旧站在门外叩门。

士每拿，在如今繁华的现代港口之下，我仍记得你们在患难贫穷中被炼净的尊贵，主说要赐你们「生命冠冕」；还有非拉铁非，主曾说为忠心的宣教士打开的无人能关的门，如今是否只剩下几根巨大的石柱残骸，在阿拉谢希尔的烈日孤独守望？

这里不是一片与圣经无关的土地，而是一片曾被提醒、安慰、责备、鼓励的土地。两千年前，七封信曾漂洋过海而来。两千年后，当叩门声再次响起，谁会推开那扇尘封已久的门？

天父，祢是那在金灯台中间行走、察看人心肠肺腑的神。求祢赐下圣灵，唤醒今日地上的教会。愿我们找回起初的爱，在患难中至死忠心。求祢的话语如两刃利剑，除去教会中的世俗与妥协。救我们脱离「按名是活、其实是死」的沉睡，医治「不冷不热」的自足。求祢开我们的眼，使我们买火炼的金子，看清祢的心意。祢也坚固地上正受试炼的教会，在忍耐中持守真道，成为同坐宝座的得胜者。奉主耶稣基督的名求，阿们。



因为我所做的，我自己不明白；我所愿意的，我并不做；我所恨恶的，我倒去做。（罗7:15）

保罗描述的是人内在恶与善倾向的张力。人一方面渴望掌控、成就与主导，另一方面又知道应当顺服神，承认自己的有限。

于是，人不禁困惑地问：为什么我总做那些让自己痛苦的事？为什么不去行我明知是对的？此时，人的内心成为一个无法逃离的战场。

信心反而带来争战。人需要对抗长久以来自我为中心的习惯，也要面对受世界塑造的价值观。信靠神、遵行他的指示，不意味着立刻进入平安，而是走上一条真实又挣扎的路，在过程中不断被塑造。

当你再次陷入挣扎时，不要急着否定自己，反而要记得，这正是信心正在运作的记号。

回荡在岩壁里的赞美歌声

隐藏的信徒

烛火在石壁上摇曳，光影落在粗糙的岩面，勾勒出一个模糊的十字架轮廓。没有诗班，没有管风琴，只有压低的声音在洞穴深处轻轻流动。这里不是教堂，是他们唯一能敬拜的地方。这样的画面，发生在一千多年前的加帕多家。也可能正发生在今日某个我们不知道的角落。

加帕多家位于今日土耳其中部，遍地是火山凝灰岩——初挖时松软，暴露空气后逐渐硬化。西元4世纪前后，拜占庭帝国与阿拉伯军队在此反复拉锯，基督徒选择走向地下，用铁锹凿出一座座隐藏的空间。他们为了躲避逼迫，在地下敬拜，也在地下生活，一直持续到1923年。断断续续近1,500年。1963年，当地农民无意间敲开一面墙，才发现地下城的存在：深达85公尺，超过1,200个房间，墙上留着壁画与早期基督徒的符号。一个埋藏千年的秘密才得以重见天日。

今日的土耳其，基督徒不足人口的千分之二。许多人低调信主，在没有聚会场所的城市里悄悄传递一本圣经。那份隐密，与千年前石壁里的烛光，竟有几分相似。

天父，求祢纪念今日在土耳其隐密中寻求祢的弟兄姐妹。他们或许没有聚会的场所；或许不能公开自己的信仰；或许面临来自社会、家庭、同辈的压力，主祢就来作他们的避难所和高台，祢就亲自预备那「无人能关的门」，让他们在隐密中得见祢的荣光。求主也来坚固信徒的信心和勇气，让曾经在岩穴里回荡的赞美，不断在这片土地上响起。奉主耶稣基督的名求，阿们。



因为我所做的，我自己不明白；我所愿意的，我并不做；我所恨恶的，我倒去做。(罗7:15)

祷告，不只是安静的时刻，更是一场真实的争战。祷告中，人被邀请与神相遇，也被迫面对自己最真实的状态。

然而，内在的冲突并不会因此消失。当这些拉扯持续存在时，保罗说：「我不明白」(ou ginōskō)。他并没有试图合理化自己的处境，也不否认这种矛盾，他承认：我不知道为何如此，但我确实在其中。

这样的承认，本身就是祷告的一部分。否认挣扎，只会使人远离真实；承认挣扎，才使人留在与神的关系中。祷告是争战，爱是争战，活着本身也是一场争战。

人作为受造者，本质上带着一种深层的渴求。这种渴求，最终只会引向两条道路：转向神，或转向自我。无论哪一条，都是一场争战，而选择权在我们手中。

祷告中，不必掩饰混乱与挣扎，把真实的状态带到神面前，让他与你相遇。

Photo by Karsten Dörre (Inzurgb) on Wikimedia Commons

加帕多家地区的石窟教堂

皇城圆顶应犹在

君士坦丁堡



昔日圣索菲亚大教堂一隅

推开沉重的「帝王之门」，进入圣索菲亚大教堂主厅，55公尺高的圆顶底部密密麻麻地开了40扇窗户。建筑内阳光射入时，光线模糊掉支撑圆顶的结构，仿佛「金链从天上垂下」。

西元537年，圣索菲亚大教堂是君士坦丁堡帝国教会的荣耀象征，每一缕穿过穹顶窗扉的光线，都在宣告基督在人间的王权。宏大的唱诵、丝绸祭袍、缭绕的乳香，这座城将世俗权利、先进科技、神圣信仰完美缝合。然而，历史的潮汐从未停歇。1453年，君士坦丁堡陷落，拜占庭帝国灭亡；1930年，土耳其政府颁布法令，君士坦丁堡正式更名为伊斯坦布尔。

如今，圣索菲亚的宣礼声取代了古老的赞美诗，金色的马赛克圣像在涂料下沉默了数百年。这座城市承载了三代帝国的辉煌与失落，你能感受到那种名为「呼愁」(Hüzün，土耳其作家帕慕克提出，意为一种深刻的、集体的忧伤)的情绪。神不会被困在斑驳的石块与断代史里。喧嚣的市井与礼拜声中，这座城今日仍需听见祂的声音。

天父，我们见证了一代代帝国的兴衰，但唯有祢神国的应许永不落空，永不改变。求主怜悯那些每天从索菲亚大教堂旁走过的人，让他们不只看见一座博物馆，而是被祢的灵触动，开始寻找那道光背后的主。愿这座承载厚重历史的城市，在今日的喧闹、观光、宗教与政治层层交迭中，仍有人真实寻见基督。求主祢也坚固和保守今日在这里聚集的地下微小教会，求祢赐给他们智慧和胆量，在多元的喧闹中活出真实的生命，带着永恒的盼望。奉主耶稣基督的名求，阿们。



那人说：「你的名不要再叫雅各，要叫以色列；因为你与神与人较力，都得了胜。」(创32:28)

「以色列」(yǐsǎ'èl) 这个名字，出现在雅各与一位神秘者整夜摔跤之后。创世记的叙事极为简洁，只描述他与一个人摔跤，没有更多明确的说明。

然而，有一点十分清楚：这个名字与「争战」紧密相连。这不只是那人的宣告，也是整个故事所揭示的核心。以色列的身分，是与神、与人较力的记号。

这引出一个更深的问题：凡承接这名字的人，是否也承接了这样的生命？是否意味着，我们也要在生命中学习与神、与人，甚至与自己挣扎？

信仰并非避免冲突，而是在张力中与神相遇。雅各不是在平静中被改名，而是在挣扎与破碎中，带着伤痕领受新的身分。

当你正经历内心或关系的拉扯时，不急著逃避，思想神是否正在这场争战中塑造你。

当爱从争辩汇聚成同声说我信

尼西亚信经

公元325年，尼西亚的烈日下，君士坦丁大帝召集了来自世界各地、呈不同政见的教父。他们聚集在此，激烈又严肃的讨论信仰中奥秘的核心主题——耶稣是谁，我们到底信的是什么。

尼西亚派相信耶稣出于真神同为神，与父一体；亚流派相信耶稣是伟大的受造物，地位低于父。作为深受古希腊哲学影响，对辩论极度狂热的东罗马帝国，即便在当时的公共澡堂，搓澡工也会严肃地问：

「你认为子是受造的吗？」现代人大概认为这是一场出于政治生存的站队，但会议召开的10~20年前，许多主教因不敬拜罗马神灵而受到迫害。他们守护的信仰，即便在死亡面前，也不接受一丁点模糊和妥协。

最终，全体主教在《尼西亚信经》上签字。这场持续了半世纪的辩论里，信徒们把自己对基督的爱、敬畏与依靠，浓缩成可传颂的告白，锁进信经的字句。

一句句重如千钧的「我信」，超越理性，超越生命，超越时间，在永恒里汇聚成共同爱主、共同承认主的敬拜方式。



描绘第一次尼西亚会议，众教会父老和簇拥中间的君士坦丁大帝手持信经的圣像作品。

天父，求祢使今日的教会，不把真理与爱分开。愿我们不是只会为立场辩护，却失去对基督的深情；也不是只有热情，却没有清楚认识祢。求主使我们像早期教会一样，在分辨中更深认识祢，在认识祢之后，更勇敢同声说「我信」。也求主眷顾土耳其这片曾见证信仰告白被打磨成形的土地。愿今日住在这片土地上的人，不只看见古代会议留下的记忆，也能重新遇见那位曾让教会甘愿花上岁月去认识、去承认、去爱的主。愿土耳其今日微小的信徒群体，在压力与孤单中，仍能带着爱与信心说：我们信。奉主耶稣基督的名求，阿们。



亚伯兰信耶和華，耶和華就以此為他的義。(創15:6)

「信」(‘aman)不只是理性的同意，而是帶有「站穩、依附、把自己交托」的意思。這是一種把整個生命重量交在神身上的信任，而不是建立在可見證據上的把握。

亞伯拉罕信靠耶和華時，沒有經文文本，沒有先前歷史，沒有古老礼仪，也沒有信仰群体可以倚靠。他只有一个呼召，以及与耶和華間歇性的相遇；其中有多年的沉默，有被要求交出自己最深渴望的时刻，也有许多跌倒的时候。

我能有这样的信心吗？若没有正确答案、完整教义、群体支持和外在形式，我与主的关系还能存活，甚至成长吗？亚伯拉罕的经历提醒我们，信仰的根基，不在于外在条件是否完备，而在于人是否愿意在不确定中，仍然把自己交给神。信心不是建立在清楚与掌握之上，而是在缺乏与等待中，选择依附那位呼召我们的主。

呼召是把人推向列国的 底蕴

大数，走出去吧



Photo by Arild Vågen on Wikimedia Commons

大数不是最常被提起的地方。它没有耶路撒冷的圣洁，也没有安提阿的宣教火焰，更没有君士坦丁堡的历史地位。但神在土耳其南部预备了一个人，一个后来走向列国、改变教会历史的人——保罗。

保罗出生在大数，是会说希腊语的犹太人，脚踏两种文化，也背负两种身分。他原本以为自己知道自己的名字、知道自己的位置，直到神在大马士革的路上呼召他，把他从熟悉的世界推向外邦人的禾场。从那一刻起，大数不再只是他的故乡，也是福音向外展开的起点。

今天的土耳其仍然保存着基督教的遗产，但我们的视线不能只停在「这片土地曾经有什么」，更要问：这片土地今天还会把谁差出去？土耳其教会如今虽然微小，但我们的期盼是：这里不是只有历史，更要再次成为差派之地。土耳其教会不只要说「请记得保罗来自土耳其」，更能参与神今日仍在展开的宣教故事。

天父，祢的灵曾经在这里大大运行，我们求祢继续运行。愿祢再次吹起呼召的风，求祢在这里兴起新一代愿意回应呼召的人，无论他们来自大城或小镇、来自古老教会的遗址，或来自从来没听过祢福音的地方，当他们听见祢的声音之后，他们要被祢差遣。他们要像保罗一样，不被出身限制，不被环境捆住，而是因着祢的恩典，走向祢所预备的列国。也求祢坚固土耳其今日的教会，使他们不只守住信仰，更能成为差派者、扶持者、代祷者，与祢同工。奉主耶稣基督的名求，阿们。



那人说：「你的名不要再叫雅各，要叫以色列；因为你与神与人较力，都得了胜。」（创32:28）

犹太会堂的祷告语言，常带着坚定而主动的态度。人向神求辨识力、悟性与知识；求他持续赦免，而不只是略微宽容；求狂傲被除去、被降卑，而不只是稍为受挫；求耶路撒冷被建立直到永远，而不只是被重建。这样的祷告，不是柔弱的低语，而是宣告、坚持、催促神成就他应许的事。

这样的祷告，也许不是许多人熟悉的祷告方式。它不是空洞的形式，也不是无力的重复，而是从生命深处发出的呼喊。人来到神面前，不只是安静接受，也是在信心中抓住神的话，向他呼求，直到他成就所说的。正如雅各在黑夜中与神较力，不肯放手，直到领受祝福。

若你正处在一场使你跌倒的争战中，不要急着逃避。那里或许正是你与神相遇之处。你可能会受伤，甚至留下长久的痕迹，但也可能正是在那里，你领受了祝福与新的名字。

伊斯坦布尔的街猫： 比人更熟悉这些巷子

街猫穿行的8个城市日常



土耳其最大的城市里，1,600万人想尽办法，在拥挤的空间生存下来。然而，这里也住了另一批为数庞大的「居民」。不同于挣扎求存的人，它们悠闲自在，平时横行穿梭于大街小巷。这些「居民」——街猫，有人说有12.5万只，有人说25万只，如果加上养在家的宠物，甚至100万只，它们散居在城市各处，完全被接纳、被呵护、被宠爱，被视为这座城市——伊斯坦布尔的一部分。因此，有人说伊斯坦布尔是「猫斯坦布尔」。

这次，我们找来伊斯坦布尔著名的流浪猫「胖胖」，带领我们踏入伊斯坦布尔的现在和过去，在穿梭大街小巷中，从历史、古迹、宗教、市集、澡堂，到人们家里的餐桌，深入了解伊斯坦布尔人的需要。愿我们的走祷，祝福这个城市的人。



我是胖胖~
我想睡覺了~



猫比人更熟悉这些巷子

街猫穿行的伊斯坦布尔

我是伊斯坦布尔的一只街猫，早上走在托普卡匹宫(Topkapi Palace)，中午去到圣索菲亚大清真寺(Hagia Sophia)，下午溜进大巴扎(Grand Bazaar)，又偷偷跑过对面，钻入那间近500年历史的哲姆柏里塔什澡堂(Çemberlita Hamami)。傍晚，我蹲坐在苏丹艾哈迈德广场(Sultanahmet Meydani)，想想脚下过去是拜占庭帝国的君士坦丁堡竞技场(Hippodrome)。旁边，有苏丹艾哈迈德一世陵墓(Mausoleum of Ahmed I)、苏丹艾哈迈德清真寺(Sultanahmet Camii，又叫蓝色清真寺)。再过去一些，那座地下水宫殿(Yerebatan Sarnici)有柱子压着的蛇发女妖梅杜莎头像，我不喜欢她们。

我一条猫命，跟伊斯坦布尔近2,700年的历史相比，当然不算什么。过去的罗马帝国、拜占庭帝国、鄂图曼帝国，随风而去，我很难理解，但晚上到处都关了门，我却不想跟伊斯坦布尔的12.5万只街猫一起抢老鼠，因为白天人们都喂饱我了。他们受先知穆罕默德的影响，视我为神圣而洁净的动物，因此善待我。鄂图曼帝国时期，有一种动物饲养员(Mancaci)的职业，他们定期喂养流浪的动物，那时马、猫、狗、鸽子等动物都受到法律保护。伊斯坦布尔流传一个说法：「如果你弄死了一只猫，就必须建造一座清真寺，才能得到真主的宽恕。」我觉得，猫才是伊斯坦布尔最历久不衰的遗产。

天父，愿土耳其人从伊斯坦布尔的朝代更迭中，看见原本牢固的帝国，最后走向瓦解；原本辉煌的时代，最终走向衰弱，他们便理解到世间没有永恒，回转过来说寻找自有永有的主。愿主浇透土耳其的犁沟，润平犁脊，降甘霖，使地软和；其中发长的，蒙祢赐福，使旷野和干旱之地欢喜，沙漠也快乐，又像玫瑰开花。奉主耶稣基督的名求，阿们。



神啊，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。我的心渴想神，就是永生神；我几时得朝见神呢？我昼夜以眼泪当饮食。(诗42:1-3)

感受主的喜乐，沐浴在他的良善中，当然是美好的。然而，许多时候，人最靠近神的时刻，却是在痛苦、心碎和患难之中。我们需要的是——一位在阴间般低沉之处仍能环抱我们的神；一位能把眼泪的饼一点一点喂给我们，使我们不至被痛苦淹没的神。

人常说要数算恩典，但我们未必会把眼泪也看作恩典。人也许盼望天上的赏赐，盼望宏伟的住处与黄金街道；但神似乎更看重我们是否愿意在旷野中行走。





11月08日 🌙 日 ★ 伊斯坦布尔的光影、气味与脚步声

两塔之间亮起了字

伊斯坦布尔的玛哈雅灯饰

斋戒月，夜幕低垂，本猫又溜出去闲逛了。清真寺亮起了玛哈雅灯饰(Mahya)^{注1}，好有气氛！玛哈雅灯饰起源于16世纪的鄂图曼帝国，只在斋戒月挂于宣礼塔之间，灯光拼出各种以斋戒、祈祷、慈善、团结、怜悯等主题的词语，如「欢迎，11个月的苏丹」（意指斋戒月是伊斯兰历最重要的一个月）、「斋戒月就是分享」。老猫们告诉我，过去的日子，譬如土耳其共和国成立初期，玛哈雅灯饰甚至展示「阿塔图克」^{注2}、「节省用钱」、「赌博摧毁人」、「购买国货」、「照顾孤儿」、「道德是宗教的基础」等。过去，玛哈雅灯饰是油灯组成，现在则转用电灯泡、LED灯，制造出更亮、更显眼的视觉效果，它于日落开斋饭时点亮，一直到黎明破晓熄灯，温馨地告诉大家：斋戒月是神圣的。

斋戒月的最后一夜，玛哈雅灯饰亮起了「告别斋戒月」(Elveda ya Şehr-i Ramazan)的讯息，人们看了涌起复杂的感受，如点灯的工匠觉得自己完成一件神圣的任务，路人回顾过去一个月的斋戒领受，虔诚的信徒进入清真寺，感觉从真主那里获得更大的力量，这些感觉让他们怀着平安感恩的心，迎接开斋节(Eid al-Fitr)的到来。

注1：玛哈雅(Mahya)，意思是「天空的字」。

注2：土耳其国父穆斯塔法·凯末尔·阿塔图克(Mustafa Kemal Atatürk)，1923年建立土耳其共和国。



天父，祢是世上的光，万国都要来归向祢。当黑暗遮盖大地，幽暗遮盖万民，求祢显现照耀，让土耳其人不只看见节期中的灯，也遇见照进黑暗的真光，也就是耶稣基督。愿神的话语不受拦阻，自由的在土耳其人中流传；愿圣灵开启土耳其人的心眼，使他们得着在基督耶稣里的救恩和永远的荣耀。奉主耶稣基督的名求，阿们。



神啊，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。我的心渴想神，就是永生神；我几时得朝见神呢？我昼夜以眼泪当饮食。(诗42:1-3)

「水」(mayim)，常以复数形式出现，带有流动、持续供应生命的意象；而「溪水」所指的是水道、溪旁或水边之处。鹿所切慕的不只是水本身，而是能靠近水、得以存活的那个位置。这种渴望是带着生存压力的急切追寻。

诗人的生命停留在边界之上，与他最渴望的对象之间，仍有一段距离。

信仰，有时正是活在这样的边缘。那里，人几乎放弃，也几乎触摸神。当信心只剩下眼泪，当人再无其他依靠，或许正是在这样的边界上，我们预备好遇见那位在旷野中与人相遇的神。



把人留下来的一杯茶

土耳其的待客之道与温度

这天好冷，本猫蜷缩在一家店门口。这时，老板拉了一个人进去，然后拿出一套茶具，泡起茶来，跟他聊个天南地北。土耳其人喝茶不分早晚，无论是早餐或饭后、忙碌中停下来，或是突然见到人，想要攀谈，茶(çay)总把土耳其人拉在一起。

我喜欢看土耳其人喝茶。在家，他们用土耳其双层茶壶(çaydanlık)泡红茶，这种壶下半部供煮热水，上半部茶壶(Demlik)盛装浓缩的茶水，喝时可以泡出不同浓度。土耳其人喜欢现煮现热，盛茶在郁金香^注形状的玻璃杯、珐琅彩陶杯、瓷杯或银杯中，搭配糖、柠檬片、果酱、果干等。

伊斯坦布尔也有「茶」的风景，在大巴扎(Grand Bazaar)，不时有小伙子提着有支架的圆托盘，把茶送到不同的店铺；大街上的茶店，卖着苹果茶、佛手柑茶、肉桂茶、石榴茶等等。土耳其的茶园(Çay bahçesi)，人们在绿树成荫下，远离喧嚣，放松畅谈，真的好享受。

土耳其人一倒茶，气氛马上转成温馨、放松、亲密，那种「来，喝杯茶，再说吧」，展现热情、好客、款待。土耳其人谈生意时，喜欢用茶润泽关系，促成交易。记得，拒绝端来的茶是不礼貌的喔！难怪很多人说，土耳其的茶形成一种文化，赋予土耳其人强烈的文化认同感。

注：土耳其的国花是郁金香(Lale，念作「喇咧」)。



Photo by Ankara'dan on Flickr



天父，祢要我们「互相款待，不发怨言」(彼前4:9)，因为这是爱的功课，接待客人便是展现上帝的爱，甚至「有接待客旅的，不知不觉就接待了天使」(来13:2)。愿我们在款待中，学习跟土耳其人建立关系，也从喝茶中，体会到土耳其人的热情。愿我们突破种族、语言和文化的障碍，把上帝的爱分享给土耳其人。奉主耶稣基督的名求，阿们。



……神如此说：「我听见了你的祷告，看见了你的眼泪，我必医治你……」(王下20:5)

「祷告」(tefilla)不只是向神提出请求，也包含辨识、判断、代求与自我省察的意义。

拉比魏斯(Avraham Weiss)进一步的诠释，将tefilla与希伯来文nafal(跌倒、俯伏)连结，指出祷告同时也是人在神面前俯伏的经历。祷告不只是恳求神为我们成就什么，更是放下掌控，俯伏在他面前，感受他的同在与慈爱，确知自己并不孤单，因为神是亲近并眷顾人的神。

直到生命走到「跌倒」之处，来到无法掌控的时刻，我们才开始贴近他的同在。人不再只是谈论神，而是经历他的亲近。



11月10日 🌙 二 ✨ 伊斯坦布尔的光影、气味与脚步声

洁净、灵性、社交的三重功能

土耳其浴

Turkish Hammams

我们的土耳其浴的澡堂，不是只有蒸汽浴、全身搓澡、淋浴和按摩等服务的澡堂，而是更多了一层宗教的洁净和灵性功能。伊斯兰教重视卫生和灵性，规定分娩、月经或性行为后，必须全身上下完全洗净——大净(Ghusl)，才可以去礼拜。



伊斯兰教早期，澡堂就成为穆斯林城市不可或缺的一部分，它们跟清真寺、商队旅馆、伊斯兰学校毗邻而建。许多情况下，建一座澡堂跟开办一所学校同等重要。16世纪鄂图曼帝国鼎盛时期，伊斯坦布尔有大约230家土耳其澡堂，现在剩下约60家。

本猫偷溜进澡堂时，最常对着圆穹顶的天花板发呆，天花板有控制蒸汽的功能，上面的星星状小孔，既通风又采光，也防止天花板上的冷凝水滴到沐浴者身上。最重要的，在澡堂里，那潮湿的水气、冷热的循环、水滴的声音、蒸气让人毛孔放大，都让净身的人放松身心，安静在沐浴中沉思，进入一种灵性修炼的状况。

土耳其澡堂规定性别隔离，男女分开使用的时间或空间。平时，女性喜欢到土耳其澡堂聚集，这是她们在家以外自由社交的地方。星期四晚上，很多父亲会带儿子来到澡堂沐浴，共度亲子时光，这也是他们跟别人联谊社交的机会。



Photo by smkays2 on Flickr

天父，祢是圣洁的神，祢的律法、诫命，也是圣洁、公义、良善的。愿祢的子民，全都是圣洁蒙爱的人，完全归于祢、忠心顺服祢、爱祢到底，以圣灵结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制，向土耳其人做出见证，证明祢是他们追求的圣洁的源头。愿祢为土耳其人开道路，使他们走入耶稣的羊圈，得享安息。奉主耶稣基督的名求，阿们。



你回去告诉我民的君希西家说，耶和華你祖大卫的神如此说：「我听见了你的祷告，看见了你的眼泪，我必医治你……」（王下20:5）

希西家的祷告发生在他生命濒临终点之际，是从生命边缘发出的真实呼求。耶和華对他说：「我听见了你的祷告」（tefillatekha），显明神垂听的不是「祷告的话」，更是人在他面前的真实与破碎。

当人来到一个地步，不再依靠自己的能力，言语也显得不足，却在那里认出他是神，祷告便不再只是请求，而成为与父真实相遇之处。



朋友，你要这块地毯吗？

大巴扎的古味商贩



「朋友，你要这块地毯吗？」「我不要。」「我有小一点的。」「我不用地毯。」「你喜欢哪一块？」「我说了，不买的。」「告诉我，你喜欢什么？」大巴扎的土耳其店员总是不厌其烦地揽客，当你眼睛一望向他，就逃不了他的连环追击，不一会儿就提着一包两包东西离开。

苏丹穆罕默德二世于1453年征服君士坦丁堡后，需要财源维护圣索菲亚大教堂，便建了大巴扎。现在，大巴扎复盖了61条街，有4千家店铺、24个出入口，是个充满古味的商贩世界。一般上，外国人不懂土耳其话，又不像本地人知道行情、讨价还价，容易成为「猎物」。或许，你被说话直接的土耳其男店员吓到，他们看到路过的人就大叫：「朋友！你好！你从哪里来？」；或许，你一进店，店员就一直在你身边徘徊，他认为这是待客服务，却让你有压力；或许，他们对你眉开眼笑，但当你买下东西，他即刻露出「走吧！再见！」的冷漠；或许，你东看西看得太久，最后不买，他们马上对你不客气，但不要因此觉得被冒犯，那是土耳其男人的个性——热情奔放、情感丰富、爱面子、讲求关系，他们的脸总是藏不住情绪，说话和动作激烈。本猫啊，已经见怪不怪，习惯就好。

天父，祢的福音要叫被掳的得释放，瞎眼的得看见，受压制的得自由。求祢让土耳其人听懂福音，除去遮蔽他们蒙脸的帕子，开启他们的心眼，看到祢的荣耀，便与万民同声赞美祢：「阿爸，天父！」即使在这个无法公开传讲福音的国家，愿神为福音开大门，好叫工人有机会撒下福音种子。愿主和他们同工，并用许多神迹来证实他们所传的道。奉主耶稣基督的名求，阿们。



所以我告诉你，她许多的罪都赦免了，因为她的爱多；但那赦免少的，他的爱就少。于是对那女人说：「你的罪赦免了！」
(路7:47-48)

明知故犯的罪并非单靠献祭能解决。这样的罪唯一合理的回应就是悔改(teshuva)——包括懊悔、认罪、决心不再犯同样的罪，其结果是神会赦免并宽恕人。换言之，单单献祭是不够的，因为故意犯罪触及的是人的品格与诚信。

罪破坏了信任、诚实、合一与公义。我们悔改，是因为罪已经伤害了我们自己。我们需要被医治，需要重新成为完整，也需要被洁净。

当你意识到自己的错，不要只停留在懊悔，要求神帮助你作出一个具体的、真正的回转。





伊斯坦布尔的拜占庭光辉

踏过早期基督教的足迹

很多基督徒来土耳其，喜欢看基督教遗迹(对！已经是过去的历史)。当本猫蹲坐在圣索菲亚清真寺，就常听到有人说：「唉！怎么教堂成了清真寺，门票25欧元，又不能参观大部分底层区域，只能参观上层的回廊，实在太那个了！」

其实，伊斯坦布尔还有其他基督教遗址，如库姆卡普街区的「小圣索菲亚」清真寺，也有旧日拜占庭的影子，它前身为圣塞尔吉乌斯和圣巴克斯教堂，于16世纪初鄂图曼帝国时期，改为清真寺。今天，你还可以在清真寺的门口墙上，看到洋灰盖上的圣像残迹。大约10公里外，德尔维什阿里街区的卡里耶清真寺，曾是科拉教堂，收藏了精致的圣经图像马赛克。16世纪初，它被改建为清真寺。

靠近瓦伦斯水道桥，萨拉查内(Saraçhane)街区有个圣波利厄克特斯拜占庭教堂遗址，当初由贵族妇女茱莉安娜，于西元524~527年兴建，曾是君士坦丁堡最奢华的教堂，如今只是废墟。

讽刺的是，1204年第四次十字军东征，基督教骑士洗劫君士坦丁堡，才是这个城市最受破坏的一次。

天父，耶稣说他的国不属这世界；他的到来，是为真理作见证，凡属真理的人就听他的话。愿君士坦丁堡的沦陷，成为一面镜子，提醒我们，长存的是耶和华的慈爱，不是世上的东西，因为最大、最奢华的教堂，有一天也会成为废墟，而恨恶耶和華的人必在祂面前屈膝投降，永远沉沦，但爱神的人必永久长存。奉主耶稣基督的名求，阿们。



所以我告诉你，她许多的罪都赦免了，因为她的爱多；但那赦免少的，他的爱就少。于是对那女人说：「你的罪赦免了！」
(路7:47-48)

人或许会感到懊悔，也可能会鼓起勇气认罪；但真正困难的，是决心不再回到同样的罪中。人很容易为自己的再次跌倒预留空间，正因如此，悔改(teshuva)常常没有完成，因为我们容许自己复发，没有真正作出「不再如此」的决心。

真正的问题是，我们是否愿意在自己和神面前被完全认识，是否愿意站在光中，让自己真正被看见。

安静面对神，问自己：是否有一个我仍不愿让光照进的地方，并把它诚实带到他面前。





11月13日 🌙 ★ 五 ★ 伊斯坦布尔的光影、气味与脚步声

伊斯兰之城，一个帝国的崛起

伊斯坦布尔

伊斯兰教先知穆罕默德在圣训，强调征服君士坦丁堡^{注1}的重要：「君士坦丁堡一定要被征服，征服者将是一位多么受祝福的领袖，他的军队也将受祝福的！」^{注2}

过去曾有一千年，这里是基督教世界的中心；近500年来，它又是历史上最辉煌的伊斯兰帝国的首都。老猫总是不厌其烦地告诉我这只胖猫，伊斯坦布尔多辉煌伟大。早期圣训和伊斯兰文献都鼓动穆斯林攻占拜占庭，成功者将获得巨大的物质和灵性好处。看来，拜占庭帝国是当时伊斯兰教向西传播的顽梗障碍。结果，从先知穆罕默德在世，到四大哈里发时期，穆斯林一心要攻下拜占庭帝国。

多年来，君士坦丁堡遭四面围攻、拜占庭帝国的内部腐败与政治斗争，还有无能的皇帝，最后带来沉重的打击——1453年5月29日，21岁的苏丹穆罕默德二世，率领鄂图曼军队，攻占君士坦丁堡，一千多年历史的拜占庭帝国走向终结。

君士坦丁堡落入鄂图曼帝国之手后，人们按旧名称她为康斯坦丁尼耶(Kostantiniyye)，但对许多鄂图曼人来说，这个大城是「Islambol」——充满伊斯兰教的城市，是真主赐予鄂图曼帝国的礼物。后来，这个名称就逐渐演变为土耳其语的「伊斯坦布尔」(Istanbul)，直到今天。

注1：伊斯坦布尔的前身是拜占庭帝国的君士坦丁堡。

注2：这句著名的「征服圣训」，受到伊本·阿卜杜勒巴尔·纳马里、穆罕默德·扎哈比、努拉丁·海赛米、贾拉鲁丁·苏尤提和穆罕默德·穆纳维等权威的伊斯兰学者证实。



天父，我们在世上是客旅，是寄居的；我们在世的日子如影儿，不能长存。祢是世上的光，万国都要来归向祢，愿土耳其人祢光照，看到耶稣基督才是他们最大的礼物，因为在主里有公义、有怜悯、有恩典、有供应，凡劳苦担重担的人，都可以到耶稣的怀里，得享安息。奉主耶稣基督的名求，阿们。



所以我告诉你，她许多的罪都赦免了，因为她的爱多……」（路7:47-48）

「爱多」(egapēsen poly)，从耶稣的希伯来语境来看，「爱」可从'ahav理解。这种爱不停留在思想或观念，而是从内心涌出的渴望，推动人采取行动抓住所爱的对象，并在这份关系中寻求喜乐。

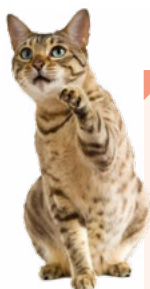
这女人的爱不是抽象的，而是有具体的行动回应的。她因为经历了主的赦免，便整个人回应那位赦免她的主。

思想你曾被主赦免的一件事，让感恩转化为行动，具体地回应神的爱。

征服君士坦丁堡的象征

圣索菲亚大清真寺

2020年7月24日，本猫和猫猫同伴议论纷纷，因为这天圣索菲亚从博物馆变为清真寺。当教士们诵读古兰经时，耶稣、马利亚等基督教的马赛克镶嵌画和壁画，被帷幔遮盖着。



圣索菲亚的意思为「神圣的智慧」。532年，查士丁尼一世决定重建两次毁于暴动的圣索菲亚。6年后建成时，他惊叹道：「荣耀归于上帝。哦，所罗门，我超越了你！」所罗门，指的是建造第一圣殿的所罗门王。我想，查士丁尼如此自豪，应该就是他请了数学家和物理学家，利用球面三角形(拱肩)的原理，撑起巨大的圆穹，把重量平均分配到四边的巨柱上。圣索菲亚按照复杂的几何、光学和结构工程，使圆穹「飘浮」空中，美得令人屏息。

1453年，鄂图曼征服君士坦丁堡之后，每位苏丹都努力使圣索菲亚大教堂更美丽、「伊斯兰化」和完整，如增加壁龛、讲坛、宣礼塔、净身池、伊斯兰学校、图书馆、厨房等等。而且，苏丹们也装上土耳其艺术最优雅的代表作品，如书法、艺术瓷砖，精致程度让人着迷。

2020年，圣索菲亚成为清真寺时，国内外都有人反对，但支持者认为这是土耳其巨大的民族和宗教荣耀。

天父，当年查士丁尼一世皇帝自夸超越所罗门王，最后圣索菲亚落入鄂图曼帝国手中，改为清真寺，成了被征服的象征。主啊，求祢保守我们谦卑，因为我们在世，只不过是劳苦愁烦，转眼成空。愿土耳其人的视野超越种族和宗教，从更宽广的历史脉络，认识到耶和華是生命的主宰，回转来相信祢。奉主耶稣基督的名求，阿们。



所以我告诉你，她许多的罪都赦免了，因为她的爱多……」（路7:47-48）

「爱多」需要从希伯来语'ahav来理解，这是整个人被触动，产生深切的渴望，并推动人为爱的对象行动。这女人的爱，是内心深处对主的真实回应。

也许，人要经历主赦免的爱，最大的障碍就是害怕！我们想维持镜中那个看似完整的自己，不愿承认里面其实是破碎的。我们害怕真正去爱，因为爱需要完全脆弱；而脆弱就意味着可能被拒绝、被忽略、被定罪。

然而，赦免临到的地方，正是人愿意脆弱、愿意被看见之处。



餐桌上的面包比帐单轻

萎靡不振的土耳其里拉

一张面值100元的土耳其里拉掉在地上，钞票上面，慄悍的阿塔图克露出自信的微笑。1923年，阿塔图克带领人民走出崩解的鄂图曼帝国，建立新的国家——土耳其共和国。1946~1960年间，2.8里拉等于1美元，但到了2004年，135万土耳其里拉才能兑换到1美元，里拉贬值到必须重新面值。

2005年，政府推出新土耳其里拉，去掉了6个零，也就是百万归为1，但是土耳其里拉继续贬值，还屡创新低。到了2026年，大约45土耳其里拉才兑换得1美元(相等于2005年的4,500万里拉)。可见20年来，土耳其里拉兑换美元的汇率，已下跌接近100%，成了世界上极其廉价的货币之一。

多年的通货膨胀，掏空了土耳其的经济。伊斯坦布尔的物价跟伦敦差不多，甚至更高！今年4月，在廉价餐厅一人用餐至少要500土耳其里拉(近11美金)，市中心三房公寓的月租是88,133土耳其里拉(近1,965美金)。伊斯坦布尔街头贩售的土耳其传统面包圈(Simit)，是物价上涨的指标，不到5年，这种面包圈从3里拉，涨到20里拉(0.45美金)。难怪很多市民感叹：「领最低工资，每个月都入不敷出。」

什么是重新面值？

指在不改变货币购买力的情况下，按特定比例缩小旧钞面额，并发行新货币来替换原有货币。

为什么国家货币需要重新面值？

解决恶性通货膨胀。长期的物价上涨会导致钞票面额变得极小。当买一颗苹果需要几百万元时，会造成民众携带大量现金的不便，同时也会超出一般计算机或收银机的位数限制。

天父，土耳其里拉多年严重贬值，引起高度通膨，物价上涨。求主怜悯土耳其百姓，他们必须勒紧腰带过日子，常常入不敷出。当他们为经济担心时，愿祢为他们开路；当他们终日忧愁时，愿祢赐下亮光，叫他们找到耶稣基督，得到平安、喜乐、丰盛的恩典。奉主耶稣基督的名求，阿们。



他夜间起来，带着两个妻子，两个使女，并十一个儿子，都过了雅博渡口。(创32:22)

雅博不只是地名，它也是一个转折之地。这字的古老字形含有「家」与「背后」的图象，像一个介于过去与未来之间的地方。此时，雅各要离开从前的生命，却还看不见将来的自己。雅博成为被倒空之地：人在那里失去原本依靠的东西，好让另一种生命可以开始。

雅各在夜间起来，把妻子、使女、孩子和所有财物都带过渡口。可是，他自己又回来了。这看起来不像军事策略，因为雅博不是宽阔的大河，即使家人和财物在另一边，也仍然可能受威胁。经文似乎刻意让我们看见：雅各不是在作战略安排，而是被带到一个必须独自面对自己的地方。

当你被带到一个无法依靠过去、也看不见未来的位置时，不要急着逃离，这很可能正是神要开始新工作的地方。

广场的呼喊仍盘旋塔尖

2025年街头抗议

2025年3月19日，伊斯坦布尔非常不宁静，警方突然以贪腐和资助恐怖主义等罪名，拘捕了市长伊玛莫鲁。人们不满，上街示威游行，呼吁释放伊玛莫鲁，因为他即将被提名为总统候选人，拘捕他等同于政治打压。

55岁的伊玛莫鲁，是总统埃尔多安(Recep Tayyip Erdogan)最强劲的政治对手。2019年，他担任伊斯坦布尔市长后，以务实的执政，跨越种族、教派和政治界限，赢得了土耳其人的赞誉。2024年，当他再次当选市长时，总统埃尔多安及其政党非常震惊。伊玛莫鲁坐牢之后，面对超过140项指控，检方要求判处最高2,430年的监禁。今年3月19日，伊玛莫鲁被捕一周年，数千人涌上伊斯坦布尔的街头，呐喊要求司法公正。不过，政治分析人员表示，伊玛莫鲁应该无法参加2028年总统大选。

土耳其政治学者切维克(Salim Çevik)认为，近年来土耳其越来越专权，伊玛莫鲁不是首个被捕下狱的反对派人物。过去，库德族的政治人物就一直遭到拘捕下监。土耳其政府操控司法和媒体，拘留异议人士，没有言论自由，这些都是土耳其政治根深蒂固的特征。但是，土耳其仍然有一个制度，使国家保持某种程度的民主——选举。



Photo by Macmul on Wikimedia Commons

天父，愿祢引导土耳其每一位执政掌权者，从执政党到反对党、国家最高领导人到地方议会议员，使他们敬畏祢，行祢眼中看为正的事。愿当权者，不受腐败、自私与野心的侵害。愿无辜遭受打压下狱的人，得到公正的审讯，获得释放。求主使土耳其走在公正和慈悲的道路上，使国家稳定、百姓得享平安。奉主耶稣基督的名求，阿们。



只剩下雅各一人。有一个人来和他摔跤，直到黎明。(创32:24)

「剩下」(yatar)这字也可衍生出「丰富、优势、卓越、利益」等观念。雅各一生善于计算、操作、累积，把危机变成优势，现在一切都过去了。他的妻子、孩子、财物都在另一边，黑夜中只剩他一个人。他成了自己一生劳碌之后，最后留下的那一个。

「独自一人」(lebaddo)不只是安静独处，也有「分开、隔离、遗弃」的意味。雅各独自回到这一边，似乎是仍有未完成之事。他必须回到过去与未来分界之处(雅博)，面对自己生命的空洞。那里没有家人、财物、计策、可依靠的群体，从前那个雅各已被剥剩一个赤裸的自己。就在那里，他与神相遇。结果他过去所依靠的必须被击败，才能离开这个地方。

当你在「雅博」被迫面对没有遮掩的自己时，不要急着掩盖，让神在那里触及你最真实的生命吧！

无法缝合的裂缝

震后重建



2023年2月，土耳其南部的大地在寒夜中剧烈震动，城市倾倒，家园化为瓦砾，无数家庭一夜之间，失去了可以回去的家。

对外界而言，地震似乎早已过去；但对灾民来说，灾难并没有翻页，他们仍走在一条漫长而艰难的重建之路上。灾后初期，政府迅速设立帐篷城与货柜城，作为紧急安置空间。那些原本只是暂时遮风避雨的地方，却渐渐成了许多人长期生活的住所。

地震发生两年后，仍有超过60万人住在货柜安置区，等待真正安稳的居所。重建工程虽持续推进，但回家的路依然遥远。到了2026年，官方表示已有数十万套住宅与商铺完成分配，然而仍有超过36万人生活在货柜城中。

灾民不只需要房屋，也需要安全的环境、道路、学校、医院等基础设施。更深的，许多人活在失去亲人的哀痛、深夜惊醒的恐惧，以及对未来的不确定感。他们等待房子，也等待内心慢慢重新站起来，重新找回盼望。

天父，恳求祢怜悯那些仍在等待安稳居所的人，为他们预备安全、稳定的家，使他们早日离开临时安置区，重新开始正常的生活。求父亲自安慰失去亲人和家园的人。祢知道他们的悲伤、恐惧与疲惫，求祢修复破碎的城市，医治受伤的心灵。求父差派教会成为光与盐，关心、陪伴并照顾有需要的人，使人在苦难中感受到基督的爱，经历神的恩典与信实。奉主耶稣基督的名求，阿们。



他夜间起来，带着两个妻子，两个使女，并十一个儿子，都过了雅博渡口……只剩下雅各一人。有一个人来和他摔跤，直到黎明。(创32:22、24)

雅博渡口不是大家可以一起去的地方。那是每个人只能独自去的倒空之地。当我们一切所建造的生命都不再有用，当关系、财物、身分、能力都不能替我们承担时，我们就来到自己的雅博。在那里，我们与神作最后的争战，也与那个被留下来(yatar)的自己争战。

结果其实无法避免。若要离开雅博，我们必须蒙福；但这祝福不会没有伤痕。雅各离开时是瘸腿的。你和我若真正经过雅博，也不可能毫发无伤。神的祝福常在破碎之后临到，而那破碎也成为我们生命中永远的记号。

不要害怕生命中的伤痕，让它提醒你曾在何处被神触摸，也让它成为你持续依靠他的记号。

城里的月光照不亮故乡

当接待开始成为负担



土耳其多年来承接大量难民与迁徙人口，「接待」早已不只是短期的善意，而成了一段漫长而复杂的共同生活。起初，人们因怜悯而敞开家门；但随着时间过去，压力、疲惫与资源竞争的张力也逐渐浮现。

然而，福音仍不断提醒人：即使疲惫，也不要忘记彼此仍是邻舍，是神所记念的人。

在这样的环境中，土耳其的基督徒群体虽然人数不多、资源有限，却多年来持续陪伴受苦的人。他们服事穆斯林、基督徒、雅兹迪人^注等不同背景的难民，不因宗教或族群而区分。有些教会开放聚会空间接待叙利亚难民；有些协助来自伊朗、伊拉克与阿富汗的家庭重新安顿；也有人在寒冬里送衣物、奶粉、尿布与食物。

多年来，许多土耳其基督徒逐渐取得难民、营地管理者，甚至地方官员的信任。因为人们看见，他们所活出的，不只是短期援助，而是长久真实的陪伴。

注：库德族的分支。2010年代中期，伊斯兰国在伊拉克北部辛贾尔地区对雅兹迪人进行种族灭绝，使许多雅兹迪人逃离家园，成为难民。

天父，求祢安慰所有活在不安与漂泊中的难民，为他们预备接待与照顾的人。也求祢加添力量给那些多年接待，如今感到疲惫与压力的本地居民，赐下超越恐惧与怨怒的怜悯，使人在张力之中，仍愿意接纳与扶持弱势的人。愿祢坚固当地教会，在漫长的服事中不灰心、不孤单，并赐下足够的人力、资源与智慧，继续陪伴许多难民家庭，成为祢恩典与福音流通的管道。奉主耶稣基督的名求，阿们。



只剩下雅各一人。有一个人来和他摔跤，直到黎明。(创32:24)

夜里，有人迎面遇见雅各。「人」(‘ish)按一般词典和语法，自然可译为「一个人」或「一个男人」；然而，这个词也可以从关系与身分的角度来理解。人不只是由外在条件构成，他的身分同样由他与他人、与自己、与神的关系所形塑。

若从这个角度来看，雅各那一夜所面对的，不只是一个神秘的对手，也象征他与自身身分的争战。这不是一场普通的相遇，而是他与过去那个习于掌控、计算、抓取祝福的自己正面对峙，是一场发生在旧身分与新身分交界处的争战。这场摔跤最终带来的，不是单纯的胜负，而是一个新的名字。

当你感到内在拉扯时，不必急着压抑或逃避，思想神是否正透过这场争战，重新塑造你的身分。

约翰的信没有停在第一世纪

从亚细亚七教会到今日土耳其

当年约翰写给亚细亚7间教会的劝勉、安慰、责备与应许，不只是对几座古城发出的信息，也仍在对每一个世代的教会说话。

七教会位于今日土耳其西部，多数早已成为考古遗址，或隐没在现代城市的角落之中。唯有士每拿(伊兹密尔, Izmir)，仍保留着一条细而坚韧的信仰脉络。

伊兹密尔天主教总主教马丁·克梅特克(Martin Kmetec)曾提到，伊兹密尔教会是启示录七教会中，唯一延续至今，仍持续存在的教会群体。今天，在这座城市，天主教、圣公会、东正教与福音派群体仍然聚集敬拜；会众中有长居者、本地居民，也有学生、旅人与外来移民。

近年来，伊兹密尔的教会接待许多来自非洲、中东及其他地区的基督徒难民与移民。对许多人而言，教会不只是聚会场所，更是在异乡维系信仰、身分与彼此扶持的家。

当年，主称许士每拿教会患难中仍忠心到底。今天，这份见证仍未熄灭。虽然教会人数不多、资源有限，但依然在接待、聚集、陪伴与守望中，安静地持守着信仰的灯火。



天父，祈求土耳其不只保存七教会的遗迹，也重新成为听见主声音的土地。愿当年写给众教会的话，今天仍临到土耳其微小的信徒群体、寻找真理的人、疲惫的城市与动荡的社会。求主记念那些仍在少数与压力中持守信仰的教会，愿祢亲自坚固他们，在有限的资源中，活出基督的爱与真理。求主提醒我们，今日祢仍然行走在众灯台间，祢没有忘记土耳其，也没有忘记这片土地上的百姓。愿福音再次传遍土耳其的城市与乡村，使更多人在黑暗与动荡中，看见基督的光。奉主耶稣基督的名求，阿们。



只剩下雅各一人。有一个人来和他摔跤，直到黎明。(创32:24)

「直到黎明」('ad alot hashshahar)，其中'ad alot有「直到上升」之意，指时间不断推进；shahar指破晓、日出前的时刻。这不只是时间的描述，也带出一种张力：黑夜尚未结束，光却即将临到。

古代近东的语境中，「黎明」有时也与神祇的意象相关，使这句话带有一层隐约的象征。雅各的争战，不仅持续到天亮，也可能暗示他正在与旧有的生命模式对峙：过去的影响、异教世界的残余，以及那种习惯掌控一切的方式。

那一夜，是一个转换的过程：从掌控走向顺服，从自我主导转向倚靠神，从可见的策略转向不可见的信靠。黎明不只是时间的结束，更是生命方向的转变。

每个人在生命的深夜中，都可能被带到这样的地方，与旧我、恐惧、掌控，以及神本身摔跤，直到黎明来临。

被忽略的民族

拉兹人

Laz People

提起土耳其，人们往往想到总统埃尔多安——一位在国际舞台上备受关注的强势领导人。然而，相较于他鲜明的政治形象，他所出身的族群——拉兹人，却鲜少被提及。这种「被略过」，正反映出这个民族长期处于边缘与隐形的处境。

拉兹人主要分布在土耳其东北部黑海沿岸与格鲁吉亚边境，属南高加索民族，与格鲁吉亚人有亲缘关系。他们原有自己的语言——拉兹语，但在现代化进程中，年轻一代多转用土耳其语，语言与文化逐渐式微。历史上他们曾住在科尔基斯地区(今格鲁吉亚西部黑海沿岸)，后历经拜占庭帝国与鄂图曼帝国的统治，拉兹人逐渐伊斯兰化并土耳其化。

信仰上，拉兹人几乎全属伊斯兰教逊尼派。对他们而言，信仰不仅是宗教选择，更深深嵌入家庭与群体身分之中。他们并非完全未曾听闻福音，而是在熟悉中产生抗拒，在文化中形成封闭——因此，成为一个仍有待被深入理解与接触的未得之民。



天父，求祢亲自开启拉兹人的心，拆毁他们对基督信仰的偏见，使他们不再以宗教标签来认识祢，而是亲身经历祢的真实。也求祢保守那些正在寻求祢的拉兹人，在压力与挣扎中有勇气与坚定进入在基督里的新生命。感谢主，祢也爱与顾念祢所造的拉兹人。奉主耶稣基督的名求，阿们。



只剩下雅各一人。有一个人来和他摔跤，直到黎明。(创32:24)

「摔跤」(‘abag)在雅歌3:6有一个拼法相同的词，意思是「香粉」或「尘末」。若‘abag让人联想到尘土，也许雅各是在与自己争战，与自己从尘土而来的本源争战。换言之，他面对的，是自己多年来塑造出的性格：计算、操控、自我倚靠，以及把一切处境转化为自身利益的能力。

如果这样理解，雅各回到河的空旷一边，就不只是地理上的返回，而是回到内在深处。他必须面对那个由过去经历、家庭伤痕、欲望与策略塑造出来的自己。

这也可能是我们每个人的雅博之夜。当我们来到生命的边界，准备进入神的应许之地时，会发现有些东西不能带过去。那些我们亲手养成的恐惧、控制，和隐藏的敌人，都必须被留下。

雅各不能带着旧雅各过河，我们也不能带着旧我进入新的生命。有时，最难面对的敌人不是外面的人，而是自己。

在同化中消失

波马克人

Pomak People



土耳其社会中，有一群人几乎不再以自己的族名被提起。他们与周围人看似没有差异，却拥有不同的历史背景。这群人，就是波马克人。

波马克人原本生活在欧洲的巴尔干地区，因19~20世纪的动荡，他们迁入土耳其，如今人数估计约在60万左右，是全球规模最大的波马克群体。

他们普遍信奉逊尼派伊斯兰教，长期在制度、教育与文化的影响下逐渐融入主流社会，归入「土耳其人」，仅少数仍保留「波马克」的身分认同。语言的转变尤为明显：老一辈仍掌握波马克语，但中青年多只被动理解，日常生活几乎完全转用土耳其语。

部分巴尔干传统(如手工织布)仍在个别地区延续，但已逐渐转为地方性技艺。一些节日如埃德雷齐(Ederlez)仍被纪念，传统习俗以更隐性的方式延续，呈现出一种「去公共化」的存续状态。

他们没有鲜明的群体标志，也不被单独辨识，因此成为「看不见民族」。他们真实地存在于社会之中，却在同化中逐渐淡化。

天父，我们要为波马克人祷告。他们在历史的洪流中慢慢被主流社会所同化，他们的语言和文化，还有民族身分在逐渐消退中，成了低可见度的少数族群。但我们感谢祢，因为祢从高天之上看见了他们，祢没有遗忘他们。求祢透过他们家庭中的节日和习俗提醒他们的民族身分，帮助他们在寻找自身历史背景的过程中能够接触福音，在基督的光中找到真正的身分和归属。奉主耶稣基督的名求，阿们。



你晓谕以色列人说：若有人在耶和華所吩咐不可行的什么事上误犯了一件。(利4:2)

我们常以为，只有故意做错的事才需要赦免；但圣经提醒我们，即使不是出于故意，仍然可能构成罪。

即使当下并不知情，错误仍然已经发生；即使人说「我不是故意的」，也无法将自己与行为的后果切割。非故意之罪仍需赎罪，正因为人的行动会在世界上留下真实的痕迹，带来实际的破坏。

若神的妥拉是标准，无知是否足以使人免于面对神的审视？

这段经文提醒我们，罪不只是有意的悖逆，也包括未按神的吩咐而行。人需要的不只是良好的动机，更需要让神的话光照生命，使人认出自己的偏差，并在察觉之后回到神面前，寻求洁净与恢复。

山风记得他们的名字

库尔德人

Kurd People

库尔德人是中东地区现存最古老的民族，人口约3,500万。他们生活在土耳其、伊拉克、伊朗、叙利亚四国交界的褶皱地带。

为了成为独立国家，库尔德人在过去一世纪做过无数次尝试。1920年，一战结束后签订的《色佛尔条约》曾明确提出库尔德自治区的构想。3年后，《洛桑条约》取而代之，该条款被彻底删除。此后，库尔德人被划入各国版图。在土耳其，他们历经了语言被立法禁止的失语岁月，民族身分也在官方中长期被否认。

他们的回应方式不一。有人选择反抗——成立库尔德工人党并开始武装斗争；有人走进会议——土耳其库尔德政党长期在法律边缘寻求合法空间；也有人离开山地，迁入城市，在伊斯坦布尔、巴格达、科隆做生意、打工、读书，在异乡维持自己的语言和社群。

叙利亚内战期间，库尔德武装作为抗击伊斯兰国(ISIS)的地面主力，人员伤亡惨重。战后，他们控制的地区再度面临土耳其军事压力。而这对历史上长期游离的库尔德人来说，似乎已是家常便饭。在民间，他们流传着这样一句话：「除了大山，我们没朋友」。

天父，求祢記念这群坚韧的库尔德人民，让他们看见祢为他们摆设的丰盛宴席。不管外界环境如何震荡，神已预备了永不震动的国度！求主安慰那些疲惫孤独的心，让他们认识祢是那位有怜悯、有慈爱、不离不弃的天父。祢也来继续带领他们，在寻求归属的旅程中不失去盼望。求主软化那些因权力刚硬的心，赐给政府智慧和爱心，带着尊重、同理和谦卑接纳库尔德人。奉主耶稣基督的名求，阿们。



耶和華如此說：脫離刀劍的，就是以色列人，我使他享安息的時候，他曾在曠野蒙恩。(耶31:2)

「安息」(raga)是一个难以简化的词。在旧约中出现15次，却呈现出两种看似相反的意思：一方面指安息、静止、安稳；另一方面也可指被激动、被唤起、突然行动。它的意义，必须由上下文来决定。

这节经文中，多数理解为「安息」。以色列人在刀剑之后幸存，在旷野中蒙恩，寻找安歇之处。这样的画面带来安慰。但若同时保留「被激动起来」的含义，那么这段经文不只是在描述神安抚受创的百姓，也是在指出：神在旷野中重新唤醒他们，使他们承接新的生命。

我们常以为自己最需要的是休息。走了太长的路，承受太多的重担，似乎只想停下来。然而，也许我们同时需要的是被更新、被点燃，被重新唤起内里的生命力。神所赐的安息，不只是停止，更可能是一种重新开始。

近代史上最悲剧的民族

扎扎人

Zaza People

扎扎人生活在土耳其东部山区，人口估计在200~400万之间。他们说扎扎语，一种属于伊朗语族的独立语言，至今没有被国家法律承认，也没有统一的书写系统。长期以来，土耳其将境内少数民族群统一纳入「土耳其」的框架，扎扎人的独立身分在官方叙事中几乎不存在。

扎扎人传统上以山地农耕和畜牧为生，石砌村庄散布在险峻地形之间。他们的信仰多数属于伊斯兰阿列维派，带有浓厚的泛神论色彩。他们的生活以阿列维派的聚会仪式(Cem)为核心，男女围坐在一起，在长颈弹拨乐器萨兹琴(Saz)的伴奏下，通过吟唱神秘主义诗歌和跳精神舞蹈(Sema)来亲近上主。

土耳其建国初期，为了保证国家安全，制定了激进的「同质化」国策，任何不讲土耳其语，不信奉正统伊斯兰教的族群都变成了威胁。1937~1938年，土耳其政府对尔西姆地区的阿列维派的扎扎人实施大规模屠杀，导致约1.3~4万名贫民死亡，数万人流离失所。这段历史在土耳其沉默了数十年。直到2011年，土耳其总统埃尔多安才公开道歉，称其为「近代史上最悲剧的事件」。

天父，愿祢借着祢所造的自然山川，向扎扎人启示祢自己，引领他们认识祢是唯一真神，是创造万物的主，万物皆属于祢。主啊，尽管扎扎人在土耳其的官方叙事中是不被承认的民族，但祢不仅认识他们，在祢的国度里，祢也早已给他们预备位置。祢就差派祢的工人到他们中间传讲福音，愿他们欢喜领受耶稣基督已为他们流的血，使他们得着新生命。也愿这个经历重大创伤的族群，能因主耶稣所受的鞭伤得着医治，被重建在基督稳固的房角石上。奉主耶稣基督的名求，阿们。



但耶和華因你们的缘故向我发怒，不应允我，对我说：「罢了！你不要向我再提这事。」（申3:26）

圣经中的领导，从来不是英雄崇拜，而是代价与承担。摩西因以色列人的缘故，无法进入应许之地。这看似令人困惑：若神强调各人为自己的罪负责，为何领袖仍要承担群体的后果？

犹太思想中，一个人若有能力阻止罪，却没有阻止，就要为此负责。这让责任不只停留在行动本身，也延伸到「可以介入却选择沉默」的时刻。

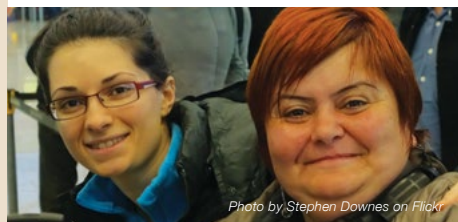
这样的观念并不容易接受。领袖之所以承担，不是因为所有的错都出于他，而是因为他被放在一个能影响、提醒、拦阻与带领的位置上。当他未能在关键时刻发声或行动，这份缺席本身就成为责任的一部分。

因此，领导从来不只是被看见与被肯定，更是被托付去背负与守望。圣经领袖不是被高举来受崇拜的人，而是被呼召在前面承担重量的人。

没有消失的人

土耳其亚美尼亚人

Armenians in Turkey



行走在伊斯坦布尔的街头，你能看到洛可可风格的多玛巴切皇宫，轻盈优雅的奥塔科伊清真寺，这些建筑将东西方审美完美结合，定义了土耳其这座城的感官记忆。不过很少有人知道，这些建筑均出自于亚美尼亚建筑师之手。

亚美尼亚人作为土耳其的原住民族群之一，已经在这片土地生活了四千多年。古代亚美尼亚是世界上第一个将基督教定位国教的国家，就连亚美尼亚字母最初也是为了翻译圣经而创造的。今天，他们依然在学校教亚美尼亚语，用亚美尼亚语出版杂志、在教堂唱亚美尼亚圣歌。

1915年，始于伊斯坦布尔的亚美尼亚大屠杀将两百万名亚美尼亚人压缩成数万人，原本遍布小亚细亚的亚美尼亚社区几乎悉数毁灭，伊斯坦布尔成为他们留在土耳其的最后一座「孤岛」。如今，不少亚美尼亚人在公共场合倾向于保持低调，甚至会使用土耳其化的名字以避免歧视。但另一方面，在土耳其东部，越来越多原本伪装成穆斯林的亚美尼亚后裔，也开始重新公开自己的族裔身分。

天父，我们看到亚美尼亚人在过去历史中受到的伤害，求主医治那些因着历史遗留问题而忧伤恐惧的心，祢的爱就来光照他们，并因着祢所赐的新身分，不论在任何地方都能站立得稳。主啊，祢也看到世世代代亚美尼亚人生命的韧性，求主继续保守他们的身分、文化、语言，赐福于他们的社区和学校，让每一天的生活与工作都与祢有真实的相遇。求祢也赐给他们智慧和力量，将古老的身分化作前行的动力，在这片土地上作祢不灭的见证！奉主耶稣基督的名求，阿们。



耶和華如此說：脱离刀剑的，就是以色列人，我使他享安息的时候，他曾在旷野蒙恩。(耶31:2)

当人走了太长的路，做了太多的事，承受太多的重担，也累积了许多困惑时，我们究竟需要什么？

真正的安息，可能不是麻木地停止，而是在神面前被重新整理、重新激动、重新预备。安息日(shabbat)正是这样的节奏：它既是停止，也是更新；既是安歇，也是重新得力。

为什么以色列人在旷野寻找安息？旷野看起来并不像安息之地。它充满危险，需要人时刻警醒、劳作，才能存活。但正是在旷野，人最清楚知道生命不在自己手中。在那里，人不能再按自己的方式掌控，只能学习信靠神的供应。

旷野不是居所，却是学习信靠的地方。人或许必须进入这样的境地，才能真正经历从神而来的安息与更新。神所赐的安息，不只是让疲惫的人躺下，更是使疲惫的人被唤醒，重新有力量前行。

洛桑条约底下的世仇

土耳其的希腊人

Greeks in Turkey

1923年，土耳其和希腊政府签署《洛桑条约》，决定用宗教来定义人：土耳其境内的东正教徒是「希腊人」，希腊境内的穆斯林是「土耳其人」。约150万东正教徒被送去希腊，约50万穆斯林被送去土耳其。许多人抵达「祖国」时，听不懂当地人说话。有人带着能带的一切上了船，故乡被迫成为永远的回忆。

这是人类历史上第一次由两国政府共同主导，以强制移民解决两国数世纪领土恩怨的实验。

这场交换有其来由。希腊从鄂图曼帝国独立后，怀揣收复君士坦丁堡等故土的大理想(Megali Idea)不断扩张。1919年，鄂图曼帝国崩溃，希腊乘机登陆伊兹密尔，却反遭土耳其军队痛击。战场上双方都对平民进行了残酷的屠杀和驱逐。为了避免更惨烈的「种族清洗」，再加上土耳其建立「同质化」国家的执念，《洛桑条约》成为两国「一劳永逸」激进的解决方案。

如今，在针对非穆斯林的财富税与政治暴动的连番洗劫后，伊斯坦布尔的希腊人只剩约1,800人，平均年龄约六七十岁。

天父，这些高龄的土耳其希腊人迫切需要祢的安慰，在这些孤独的岁月中，祢就成为他们最坚固的避难所和随时的帮助，祢就向他们显明祢不离不弃的爱！愿基督为人舍命流血的爱，临到土耳其，使各族打破嫌隙，超越民族意识，在基督里合而为一。求主医治土耳其人和希腊人，因为世仇而留下的深重创伤，愿福音真理生发爱与盼望的力量，让他们愿意彼此饶恕，并将生命献给耶稣基督，成为和平之子。奉主耶稣基督的名求，阿们。



我们坚固的人应该担代不坚固人的软弱，不求自己的喜悦。
(罗15:1)

我们决定帮助他人之前，是否常先衡量成本与效益？我们会问：「他会善用我的帮助吗？」「这样做值得吗？」「这个人有改变的可能吗？」我们倾向把资源投入在看起来有希望的对象上，避开那些似乎注定失败的情况。

然而，保罗的教导却带来一个完全不同的方向。他说，坚固的人应该担代不坚固人的软弱(anthenimata ton adynaton)，这片语指向那些看起来毫无希望的人。这意味着，我们不只是帮助那些正在努力、看得见改变的人，也被呼召去承担那些看似无助、无法回报，甚至难以改变的人。

这些人，可能是长期受病痛折磨的人、反复陷在捆绑中的人、情绪受困的人、深陷绝望的人，或那些带着怒气、拒绝面对破碎的人。

问题不再只是「他们值不值得帮助」，而是：我们是否愿意承担真正有需要之人的重担？

分手以后别再联络

赫姆辛人

Hemshin People

赫姆辛人主要分为住在霍帕(Hopa)的东赫姆辛人和住在里泽(Rize)的西赫姆辛人。他们仿佛住在山的两侧，在某个历史时刻，选择分道扬镳。

东赫姆辛人使用一种亚美尼亚方言；西赫姆辛人则使用一种带有亚美尼亚词汇的土耳其方言。双方语言不通，无法沟通。西赫姆辛妇女头戴一种称为「蒲薇」(Puvi)的头巾，但东赫姆辛妇女的生活里没有这种东西。西赫姆辛人的高原节叫「瓦特欧」(Vartevor)，东赫姆辛人连这个名字都没听过。

赫姆辛人来自亚美尼亚，原本与多数亚美尼亚人一样，是亚美尼亚使徒教会的基督徒。15世纪下半叶，鄂图曼帝国征服该地区后，赫姆辛人改信伊斯兰教，从此与亚美尼亚老死不相往来。东西赫姆辛人也发展出彼此截然不同的文化与语言。

隔断的墙原本已经被拆毁，却又在许多地方长起来，甚至比原本的墙更高、更坚固，赫姆辛人之间彼此隔绝，也仿佛一起与基督隔绝。



天父，赫姆辛人原本同属一个源头，却在历史的风口被迫分散，以至于他们如今语言不通、节庆不同，再也无法分享彼此的历史和文化。求祢怜悯这群在文化与信仰之间被撕裂的子民，因为祢就是他们的和睦，将两下合而为一的主。求祢拆毁他们之间的隔阂，也拆毁他们与祢之间的隔断。愿祢使分开的人重新看见彼此，使被历史驱散的人在祢里面找到连结。主啊，愿祢在这片山谷与海岸之间重新建立通往祢十字架的和睦。奉主耶稣基督的名求，阿们。



我们坚固的人应该担代不坚固人的软弱，不求自己的喜悦。
(罗15:1)

我们习惯把自己看作正常的人，但事实上，我们也曾是「软弱」到几乎无法被扶起的人。耶稣呼召我们，不是因为我们配得，他来，是为那些被排除在外的人：麻疯病人、贫穷者、失败者、背叛者。

当我们不可能被扶起时，他扶起了我们。因此，如今我们也被呼召去扶起别人。

重点不在于评估对方是否会成功，而在于他正处于需要之中。这是一种不以回报为前提的付出。神曾这样对待我们，我们也被呼召如此对待他人。

弥赛亚正是为不义的人而来。因着他，我们被承担、被扶起。当我们无能为力时，神仍然能；并且他也赐下力量，使我们能去扶起那些像从前的我们一样无助的人。

回想神曾扶起你的时刻，让那份记忆成为你去扶起他人的动力。

距离隔不断思念

土耳其的阿布哈兹人

Abkhazians in Turkey



阿布哈兹人有个超狂的传统运动，叫阿布哈兹棍球(Aimtskachara)，像橄榄球加上空中棒球的结合体。比赛一开始，两名队员会被同伴高高抬起，接着球往上一抛，两人就要用棍子把羊皮球打向队友。接到球的人要抱着球往球门线狂奔，羊皮球不能掉，也不能踢，直到他被对方扑倒，然后一切重来。

谁都可以加入游戏，所以每队可以有十人，也可以扩张到上千人。球场大小视参与人数而定，因此可以从几十公尺一路延伸到两三公里。想像好几百人在山谷间飞扑、厮杀，完全是一场小型战争，但回荡的却是欢呼 and 尖叫。

这种长距离的奔跑，也说出了阿布哈兹人的历史。他们原本是西北高加索民族，19世纪俄国征服高加索地区后，信奉伊斯兰教的阿布哈兹人因反抗沙俄统治而流亡，大举迁往鄂图曼帝国。

土耳其的阿布哈兹人对故乡阿布哈兹仍怀有浓厚情感，许多人把格鲁吉亚境内的阿布哈兹当度假首选，也积极呼吁土耳其政府承认阿布哈兹为主权独立的国家。

天父，我们为这群在历史中被迫迁徙，却仍保有热烈生命力的阿布哈兹人向祢呼求。他们的祖先在山谷间奔跑，在黑海两岸流亡。求祢亲自成为他们的力量，正如祢「医好伤心的人，包扎他们的伤处。」愿祢医治他们因战争与流离留下的伤痕，也愿祢使他们在一片土地上找到平安，愿祢坚固他们的力量，使奔跑的不至疲乏。主啊，愿他们在奔跑的时候是快跑向祢，愿祢的十字架成为他们唯一的目标。奉主耶稣基督的名求，阿们。



生气却不要犯罪；不可含怒到日落，也不可给魔鬼留地步。
(弗4:26-27)

希腊文的「生气」(orgizō)容易让人联想到爆发、报复与自我防卫；但希伯来文的「生气」(ragaz)更深一层，它可指发怒，也可指颤抖、震动。因此，怒气不只是情绪的外显，也常与内在的恐惧相连。

为什么人会突然发怒？往往是某个人事物触动了内心的威胁感。我们害怕失去掌控，害怕权利受损，害怕不被尊重，或害怕自我形象被削弱。怒气成为自我保护的方式，也成为把威胁转向他人的工具。

当人开始辨认这些深层情绪，就不再只责怪对方，而是转向内心：我真正害怕的是什么？这样的省察，最终会把人带到神面前。人在他面前才发现，真正的问题是自己尚未把安全感交托给他。

你感到怒气升起时，先停下来问自己：我现在真正害怕的是什么，并把这份恐惧带到神面前。

游牧是因为我想你了

约鲁克人

Yoruk People



「约鲁克」这个名字本身就带着动态，土耳其语里的意思是「走」、「移动」。如今的「约鲁克」不再只是一种生活方式，而是一种深入血脉里的身分记忆。就算你不再游牧，你仍然是约鲁克人。

路透社曾深入采访一个约鲁克家族，让我们一窥现代游牧民族的生活。他们一年中6个月都在路上：羊群在前面吃草、孩子在皮卡车上打瞌睡，帐篷、锅碗、奶桶全绑在车后。他们白天赶路，晚上扎营，天亮再出发。车子的作用是帮忙搬重物，真正决定方向的，是草场及水源的方位。

有些约鲁克人选择半定居，他们有固定的住所，夏天带着牲畜上高原，住在帐篷或临时住处。男人看羊，女人挤奶、做优酪乳、黄油，孩子也要帮忙。

更多约鲁克人已经住进城市，开店、上班、用智慧型手机，孩子在学校学英语、写作业。但只要一到婚礼或节庆，音乐一响，奶酪一端，帐篷的影子、山风的声音、祖先流传下来的故事立时充满整个空间。

天父，求主用祢的仗和祢的竿安慰约鲁克人，因为他们不是被时代淘汰的人，他们是祢在寻找的羊。约鲁克人不断在行走和移动，他们的生活也在定居和迁徙之间拉扯。每一个约鲁克人都需要做出选择，求祢保守这群在时代变迁中寻找位置的子民，让他们认定祢，因祢必指引他们祢的路。主啊，愿祢成为他们真正的方向，使他们的每一步都走向祢慈爱的引导。奉主耶稣基督的名求，阿们。



生气却不要犯罪；不可含怒到日落，也不可给魔鬼留地步。
(弗4:26-27)

「生气却不要犯罪」，在犹太伦理中与控制伤人的言语(lashon ha'ra)密切相关。恶言不只是虚假或夸张的毁谤，即使内容属实，只要带着贬低与伤害的意图，就已经成为破坏他人的话语。

保罗引用诗篇4:4：「你们应当畏惧，不可犯罪；在床上的时候，要心里思想，并要肃静。」这提醒我们，在怒气中最需要的，而是停下来，思想并安静。有些话，若带着伤害人的动机，不如不说。

因此，正确的次序不是先对人说，而是先来到神面前。当内心的恐惧与不安被处理，怒气就不再主导我们的言语。

我们仍然会生气，但怒气可以成为一个提醒：在言语出口之前停住，辨认内在真正的源头。也许点燃怒气的，不只是对方，而是我们尚未交给神的那份恐惧。

为你跳一支舞

土耳其的切尔克斯人

Circassians in Turkey

每年5月，土耳其的切尔克斯人会捧着鲜红色的康乃馨，庄严地走向黑海。他们把花轻轻放入海里，盼望潮水把花带回海的另一端，带回祖先离开时最后遥望过的那片海岸。

切尔克斯人原居北高加索。18世纪末，鄂图曼帝国的力量开始衰退，北方的俄罗斯趁势向高加索扩张。切尔克斯人与其他北高加索穆斯林部族以山为盾，顽强抵抗。这场战持续了一个世纪，战胜的俄罗斯大开杀戒，幸存者被迫离开世代居住的山谷，踏上流亡之路。

大多数切尔克斯人被集中赶往黑海东北岸，被塞上船，运往安纳托利亚。那是另一场灾难。饥饿与干渴夺走无数生命，更多人遭遇船难，沉入海底，以黑海为墓碑。

如今，土耳其住着世界上最大的切尔克斯社群。他们依然跳舞，像过去一样。男人的步伐像刀，女人的身姿像云。每一次旋转、每一次脚尖落地，都像在跳给一百多年前倒下，再也无法一起跳舞的亲人看，也像是一种宣言：我们是被连根拔起的人，但我们在这里长成一棵树。



切尔克斯人在伊斯坦布尔纪念切尔克斯人被驱逐出俄罗斯

天父，求祢亲自安慰这群被连根拔起的子民，因为祢靠近伤心的人，拯救心灵痛悔的人。愿祢医治切尔克斯人流传至今，仍无法遗忘的伤痕，也愿祢使他们在这片土地上找到平安，让每一朵流入黑海的康乃馨，都成为祢纪念他们的记号。主啊，愿漂泊的人在祢里面找到归属，愿哭泣的人在祢里面重新得力，愿祢为切尔克斯人伸冤。奉主耶稣基督的名求，阿们。

待降节开始罗~

DAY 1 他们唱新歌，说：你配拿书卷，配揭开七印；因为你曾被杀，用自己的血买了人来，叫他们归于神，是从各族、各方、各民、各国中买来的。(启5:9)

天上的敬拜不是一种热闹的气氛，而是因为羔羊真的配得。耶稣不是靠权势赢得尊崇，而是以自己的血赎回万民。他的权柄不是建立在外表，而是建立在他以生命交换生命的真实价值上。当天上的众人唱起新歌时，他们不是被气氛带动，而是被救恩深深震动。

我们常以为信仰的重点是「我做了多少」、「我是否够热心」；但启示录提醒我们，信心不是先从人的行动开始，而是从「看见羔羊的价值」开始。

当你软弱、迷失，或觉得自己不配时，让我们先仰望耶稣的价值，而非先定睛在自己的状态上。信心的起点，不是「我能不能」，而是「他配不配」。

今日操练：向主献上一句真心的敬拜：「主啊，你配得。」



哪里是我的家

德国客

Almanci

土耳其有一群人，被戏称为「德国客」，字面意思是「跟德国有关的人」，语气里却带着揶揄：太德国、不够土耳其。在德国的他们被称为「外国人」（Ausländer）；回流土耳其的他们，则是德国客。

这一切都要从1960年代开始说起。那时成千上万的土耳其人被招募到德国工厂，说好只去几年，赚点钱就回家。后来工签变居留证，居留证变护照，回家的路越拉越长。

近40年来，有些德国客带着德国口音回到土耳其。他们以为回家会比较容易，却在踏上祖国的那一刻，赫然发现自己还是客。说话太德国会被笑，做事太规矩会被嫌。德国客的身分模糊，两国都无法进行官方统计，只有研究显示回流人数大约为50万。

很多德国客选择维持一种游离状态：房子一边一间，亲戚分两国，既不放弃德国的身分，也不想失去土耳其的亲人。他们的故事没有壮烈，只有满满的疏离，不断在两个「家」之间来回摆荡，忍受着两边隐隐散发的嫌弃。

天父，求祢成为德国客真正的避难所，使他们知道：「你们不再作外人和客旅，是与圣徒同国，是神家里的人。」愿祢医治他们心中的疏离，安慰他们在语言、文化与家园之间摆荡的疲惫。求祢让他们在祢里面重新得着名字、得着归属，也使祢的教会成为接纳他们、让他们得享安息的地方。奉主耶稣基督的名求，阿们。

DAY
2

他们要杀害他，第三日他要复活。门徒就大大的忧愁。
(太17:23)

门徒听见耶稣将要受苦时，只听进了「要被杀害」，却没有真正听见「第三日要复活」。我们也常如此，当困难临到，心很快就被压垮，只看见眼前的痛苦，却看不见神正在预备的新生命。

信心不是否认痛苦的存在，而是记得在痛苦之后，还有复活在等着我们。好像种子被埋进土里，看起来更黑暗、更无望。然而，正是在那看似沉没的地方，新生命开始悄悄萌芽。

耶稣先降下，然后升高；他的复活提醒我们，下沉是为更大的跃起作预备。若没有死亡，人无法真正明白复活；若没有破碎，我们也很难经历重建。

复活告诉我们：神从不把他的儿女停留在坟墓里。黑夜是真实的，但清晨也是真实的。

今日操练：把心中最担心的一件事交给主，对他说：「主啊，带我穿越，而不是绕过。」



地极的出产 | 二部曲

世界瘾品

COFFEE & TEA

编写 Isa



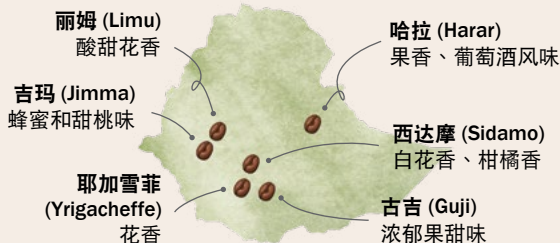
我们再度出航，载满了咖啡与茶叶，
以及让人戒不掉的香气。

2026年11月29日至12月25日是待降节(Advent)，我们一同默想主的降生带给我们的盼望、平安、喜乐与仁爱。借着每天的「今日操练」，预备自己的心，纪念耶稣基督降生，并怀着信心盼望他第二次再来。

灵修资料撰写：夏超凡牧师

Photo by Mancy Baksheva on Unsplash

咖啡原乡 埃塞俄比亚



埃塞俄比亚咖啡有奔放花果香，是非洲最大咖啡产国，25%人倚赖咖啡产业。



小虾米挑战美人鱼

埃塞俄比亚咖啡农

耶加雪菲、西达莫、哈拉，是咖啡迷琅琅上口的名字。埃塞俄比亚为此向星巴克宣战，要求归还这3个产地名称的商标权。咖啡原乡对上的，是年营收逼近自身GDP八成的国际连锁巨擘，揭开香气背后的现实数字。

NGO深入西达莫的费洛村 (Fero)。农民在晒场上翻豆，每十几分钟翻整一次，深怕发霉或干燥不均，心血白费。6磅果子仅产出1磅日晒豆，每磅1.45美元的收购价，扣掉油钱、贷款、运费，入袋不到1美元。豆子跨洋走进都会门市，每磅标价26美元。小农仅得售价的5~10%，远低于中南美洲的45%。

历时两年缠讼，埃塞俄比亚赢了。耶加雪菲不再只是咖啡包装上的风味标签，而是需要被授权认证的产地保证：产国有权要求品质、参与定价。

这周，你可以享用一杯埃塞俄比亚咖啡，品尝这块土地产出的风味，祝福它背后的无名劳动者。

PRAYER POINTS.....

1./ 祝福培育精品咖啡的农人，明白自己也是造物主精心创造、呵护的杰作；2./ 愿1,500万咖啡农，面对气候变迁、市场波动与中间剥削时，仍经历主超然的恩惠和保守；3./ 愿咖啡产业建立诚实透明的利润分配和议价机制，保障劳动者。



DAY
3

一钱银子买一升麦子，一钱银子买三升大麦；油和酒不可糟蹋。(启6:6)；因为他们忿怒的大日到了，谁能站得住呢？(启6:17)

启示录描绘末世的混乱：经济崩溃、资源短缺、人心动荡。但经文要强调的不是「世界多可怕」，而是「谁能站立得住」。真正危险的，常不是外在灾难，而是人心先失去倚靠。许多人忙着追逐末日消息，猜测预兆，但神在乎的，是你是否在他里面站立得稳。他呼召我们忠心、警醒、坚定。启示录也提醒：动荡中，神仍掌权；环境充满未知，但他看顾属他的人。

今日操练：求主坚固你的心，使你不会被环境摇动，依然信靠他。

阿拉比卡 发源地 卡法森林



卡法生态保护区

埃塞俄比亚西南部森林，是蕴藏两千多种野生咖啡的基因库。其中84%居民为卡法族，过往会采集野生咖啡果食用。外资为提高产能，引入了半森林咖啡农场。

Photo by Rod Waddington on wikimedia

卡法皇冠



卡法族相传：「只要皇冠留在境内，卡法就不会被奴役。」埃塞俄比亚皇帝攻陷卡法后，立即将皇冠密送瑞士银行保存，以防卡法人借此号召复国。



卡法森林的
美丽容颜



坠落凡尘的帝神

卡法族 (Kaffa People)

卡法王国在欧洲探险家眼中，如同「非洲西藏」，神秘且封闭。19世纪末，埃塞俄比亚帝国带着从意大利军队缴获的枪炮，来敲这座「帝神之乡」的大门。

卡法国王是臣民崇拜的帝神。他深居简出，容貌隐藏于面纱之下，隔绝尘俗一切目光。当丛林敲响古老战鼓，国王向太阳神祈祷后，下令所有男子拿起长矛参战。卡法勇猛的战斗戴上荣耀的头饰冲锋，却在看见敌人之前，就被远方子弹精准射杀。面对陌生的诡谲之力，国王仍率臣民顽强抵抗了整整8个月。

1897年9月11日，悲剧降临。敌军在桥上包围国王。当敌人撕去那层神圣的面纱，在场的臣民目睹了国王「凡人化」的瞬间，惊恐地伏在地上不敢直视。他们的神祇竟坠落凡尘，暴露在敌人的目光中。这位末代帝神，被埃塞俄比亚皇帝孟尼利克二世，用锁链囚于异乡二十多年，终身未能再见卡法之森的子民。

PRAYER POINTS.....

1./ 卡法人崇拜天神叶罗(Yero)、借助灵媒求问灵体(Eqqo)，部分人信仰埃塞俄比亚东正教或伊斯兰教，愿福音为这古老民族带来启示和新生命；2./ 卡法人正面临森林与文化流失。1986~2019年间，林地复盖减少三成，聚落与农地扩张；卡法传统与森林共生的价值观也逐渐淡化。求神赐智慧给社群领袖、政府与农场主，在生态、文化与发展间寻得平衡。



DAY
4

我们若信耶稣死而复活了……
(帖前4:14)

很多时候，我们最深的伤不只是失去，而是怕没有新的开始。然而，因他复活，死亡不再是终点，一切破碎能被更新。所以我们即使面对未知，也必不陷入绝望。

耶稣从坟墓走出来，就宣告了：黑暗不是结局，死亡也不能拦阻神的作为。耶稣复活的盼望，使眼泪不再成为最后的答案。

今日操练：若你心里仍有未愈的伤，向主说：因你复活，我仍有盼望。

非洲之角的 最大族群



长跑王者

长期称霸马拉松界的东非跑者里，有许多奥罗莫人。他们久处高海拔，心肺功能和换氧能力优异。2016年里约奥运马拉松银牌得主利勒萨，即为奥罗莫人，他跑到终点时高举「X」手势，抗议政府对奥罗莫人的不公与镇压。



咖啡能量丸

6世纪时，奥罗莫人就将咖啡果与动物脂肪混合制成「大力丸」，作为战士与猎人的能量补给。

Photo by ILRI on flickr - Photo by Rod Waddington on Wikimedia



一把愤怒的回力镖

奥罗莫人 (Oromo People)

奥罗莫人的反抗，并非突然爆发，而是反复压抑后的迟来回声。

他们是埃塞俄比亚最大民族，故乡奥罗米亚州盛产咖啡、矿产和粮食，多条河流灌溉这片非洲之角的粮仓，也为人们供电。历代执政的少数民族阿姆哈拉人、提格雷人主导资源，并压制庞大的奥罗莫人，反抗者遭镇压、酷刑。前国防部长塞耶·阿布拉哈(Seye Abraha)直言：「监狱的人都说着奥罗莫语。」

这深远的心结，可远溯至19世纪，埃塞俄比亚帝国南侵时，半数奥罗莫人丧命，土地被夺、母语被禁，族人成为奴隶或佃农。当现代政府将数百万公顷土地租给外资，驱逐奥罗莫农民时，这股「内部殖民」的受害感和长期未被疏导的愤怒，让奥罗莫解放军和民族运动，犹如破闸洪水，冲向体制，也冲向国家脆弱的和平。

有些埃国人既同理又恐惧他们，害怕这压抑的怒火，终将烧到自己。

PRAYER POINTS.....

1./ 埃国67%人口为基督徒，奥罗莫的基督徒与穆斯林人数各半，求主打开福音的门，使人们有机会认识主的爱；2./ 政府与奥罗莫民族运动组织多次协商破局，求主保守埃国和平，帮助各方化解矛盾，走向和好，建立公平的社会。(弗2:16)



DAY 5 要常常喜乐，不住地祷告……
(帖前5:16-18)

喜乐不是短暂情绪，而是信靠神同在而有的回应。保罗并不是要我们「凡事都感到开心」，而是提醒我们：无论顺境或逆境，耶稣都与我们同在，他从未停止动工。环境使人忧愁，却夺不走神的陪伴。因此，我们能在艰难时继续祷告；看不明白时仍然相信；尚未得到答案时依然感谢。这不是勉强自己坚强，而是在混乱中仍旧知道：神正在掌权。

今日操练：把最烦心的事交托给主，对他说：「主，我相信你一直都在。」



基督教国度的 伊斯兰古都



哈拉尔城

位于埃塞俄比亚东部山顶，俯瞰繁忙的红海与也门摩卡港。哈拉尔人沿崎岖山路，将咖啡豆运到港口，渡海到摩卡港集货，销往欧洲。

Photo by Rod Waddington



城市潮人

哈拉尔统治者修筑这座古城，防止奥罗莫族侵略。此地发展出生活较为精致的城市文化、制度与契约精神。

Photo by Rod Waddington on wikimedia



失守的围城，危城

哈拉尔人 (Harari People)

哈拉尔城被誉为「伊斯兰第四圣城」，曾是非洲穆斯林前往麦加的歇脚地。这座曾被联合国表扬的和平之都，如今变为民族运动的狩猎场。

古都街头上，奥罗莫青年组织(Qeerroo)高喊「再见哈拉尔人」、「这里是我们的」，敲门叫哈拉尔人「收拾行李」。一些奥罗莫佃农停止缴纳收成，甚至打算赶走老人，接手农场。

奥罗莫人认为哈拉尔州是旧政权为削弱他们而设。这个全国最小的州(仅奥罗米亚州的八分之一)，由人口仅占9%的哈拉尔人主导，原意是保障少数民族的立法参与权。新总理阿比协商让奥罗莫人平分权力，松动了哈拉尔人的自治权。四周的索马里人、阿姆哈拉人也对古都虎视眈眈。

新法规正改写哈拉尔人的生活，这波「历史校正」为他们的新一代，带来一种被剥夺的情绪。这座城没有赢家，只有持续加深的伤口，酝酿下一个冲突爆发。

PRAYER POINTS.....

1./ 祈祷有特殊制度，例如文化保护区或特别自治市，能同时满足奥罗莫人的平等权与哈拉尔的生存保障；2./ 哈拉尔穆斯林是国内的宗教少数，愿基督徒能展现接纳与爱心，活出和平之子的见证；3./ 愿哈拉尔城民以主作为心灵的坚固城，即便环境失序仍有不动摇的平安。(诗46:5)



DAY
6

耶稣对他们说：来跟从我，我要叫你们得人如得鱼一样。
(太4:19)

人常企图倚仗高度，渴望用成就证明自我，脱离倚靠神，例如盖巴别塔。甚至人会以「为神做大事」就等于「往高处爬」。但耶稣从不用权势与声望建立国度，他走的是顺服天父的窄路。耶稣没有要门徒「努力爬高」，只说「来跟从我」。

有时我们服事神，心里仍在意成果与他人肯定，追求自己的高度。但比起追求舞台，问「能做多大的事」，我们更该自问：「我能否听神的话」。

今日操练：安静思想，你最近追求的是神的呼召，还是自己的高度？

摩卡古都 也门



也门摩卡港

16世纪起，全球仰赖也门供应咖啡。但荷兰在爪哇种咖啡后，摩卡港没落了。如今的摩卡咖啡已经不是指产地，而是用可可粉模仿也门咖啡那种巧克力香的怀旧风味。

全日晒处理法

也门年雨量400~750毫米，远低于阿拉比卡最佳降雨标准：1,500~2,000毫米。多采日晒法，风味浓郁。少数小农正创新发酵手法，稳定品质。

Photo by Nur kayat



不修边幅的野小孩

也门咖啡的野与真

也门咖啡，每次都有不同的味道？有人说惊喜，有人觉得踩雷。但爱好味蕾冒险的咖啡老饕，则看为「惊喜豆」，像拆封盲盒般乐此不疲。

究竟是红酒的酸香？可可的苦甜？还是干果或皮革味？它总是风味复杂，无从预期。你说它品质「不稳定」，其实，那正是也门的国家处境。

缺水，让水洗法难以实行，果实只能以最原始的日晒方式处理。山路，遥远崎岖，咖啡豆得等上数月，甚至一年，才能走出高地。战火，破坏了基础建设、断了出口的路。时间、气候、运输，无数未知环节，都悄悄改写它的风味，让这杯咖啡注定没有标准答案。

也门咖啡市占比不到1%，是稀缺品。它无法被精品体系精准控制，也因此保留了古老咖啡的野生气息。若你喝到它，先别急着评分；那些「不稳定的风味」，正是也门小农在动荡世界里，仍努力生活的味道。

PRAYER POINTS.....

1./ 也门长年内战，人道危机深重，求主使荒凉之地经历他荣耀的重建。(赛54:12-13)；2./ 愿和平早日降临，领袖专注治国；3./ 求神赐给咖啡农恩典、智慧、韧性，在灌溉、气候变迁、技术与运输的限制中突破困境。



DAY
7

耶稣对他们说：无知的人哪！先知所说的一切话，你们的心，信得太迟钝了！（路24:25）

门徒并非完全不信，而是「信得太慢」。他们习惯用自己的理解衡量神的作为，而非用神的话重新看世界。即使耶稣多次预告复活，他们仍认不出身旁的主。

我们也常如此。环境变黑暗时，恐惧与自己的判断比神的应许更快进入内心。属灵成长最大的阻碍，不是神没有说话，而是人总想等到完全明白才愿意相信。

今日操练：今天至少做一件事，不是照自己的习惯，而是照神的话去行。

也门摇钱树 咖啡与卡特叶



咖啡产量被印尼超车

提及摩卡港没落，也门人会说：「都是爪哇！」1721年，阿姆斯特丹九成咖啡来自也门。但荷兰人在印尼大规模种植后，短短5年，爪哇便供应全球九成咖啡。

Photo by CharlesFred on flickr



乱世宠儿

14世纪初卡特叶传入也门，比咖啡早一个世纪，两者都来自埃塞俄比亚。初期卡特叶仅供贵族享用。一战后，鄂图曼帝国撤离也门，动荡年代中，获利快的卡特叶，比需要费心照顾的咖啡受农夫欢迎。



一场节节败退的战争

咖啡VS卡特叶

谁都知道卡特叶让人上瘾，但午后两点，也门安静下来，男人们寻个地方坐，嘴里嚼着叶子，那是他们最快乐时光。七成也门人靠它提神、放松心情，让人撑过眼前漫长又不安的日子。

它长得快，一年好几收，拿到市集就能换钱入袋。2014年内战爆发，咖啡出不了国门，每年三分之二的咖啡农都在赔钱，更多人转身改种卡特叶——它以12%的年增速度攻城掠地，如今耕地是咖啡的5倍。

卡特叶养活无数人的今天，也偷走很多人的明天。也门每年花120亿美元在卡特叶上，许多家庭一半的收入嚼掉了；卡特叶的灌溉用水比咖啡多一倍，让本就缺水的国土更为干渴；越来越多人种粮食，战火一起，更多人买不起粮。

政府和民间发放咖啡苗、开拓对沙特的咖啡贸易，鼓励大家重拾咖啡文化。但残酷的是，战火不停，再好的咖啡，都很难走出也门。

PRAYER POINTS.....

1./ 愿神的爱和话语，赐给也门人喝了不再渴的活水，使人心得到真正的饱足。(约4:14)；2./ 各地区找到合适的咖啡及农产复耕策略、资源到位；3./ 战争止息，社会康复，外销管道无阻；4./ 求神差遣国际资源、技术辅导、宣教士，祝福人民开展新路。



DAY
8

因此，你们是大有喜乐，但如今，在百般的试炼中暂时忧愁；叫你们的信心既被试验，就比那被火试验仍然能坏的金子更显宝贵……(彼前1:6-7)

彼得提醒：试炼不是神离弃人，而是他正在塑造人。信心像金子，需经火炼才显出纯净。环境不稳定时，人便会发现自己究竟是依靠环境，还是依靠主。我们常希望神立刻挪去痛苦，但神更在意炼净我们的生命。我们以为熬不过去的日子，像生命的雕刻刀，使我们更像基督。真正的盼望，并非事情顺利才喜乐，而是即便经历忧愁，也知道神正在炼净我。

今日操练：把你面对的一个压力交给主，求他使你在试炼中更加坚定。

也门武装分子 与红海危机



胡塞组织

正确名称为「真主辅士」(Ansar Allah)，由也门什叶派的宰德派教士胡塞创立。旗帜标语是「真主至大、美国去死、以色列去死、犹太人受诅咒、伊斯兰必胜」，反美反以是核心意识形态，并获伊朗支持。

Photo by Felton Davis on flickr

红海危机

2023年10月底起，胡塞为声援加沙，频繁攻击红海商船，目标从以色列相关船只扩大到美英相关船只。美英发动空袭，试图恢复航运安全。

Photo by transnational matters



绝望的掌声

阿拉伯视角下的胡塞组织

胡塞曾是边缘武装组织，如今掌控北也门。他们把持部分人道物资、压制质疑的声音、让稚嫩的娃娃兵踏上战争焦土。认同胡塞组织的也门人仅3~8%，更直言：「我从没喜欢过他们。」

出人意外的是，当胡塞袭击红海的以色列船只、叫板英美强权时，却赢得国内和阿拉伯百姓的掌声。巴勒斯坦学生萨婷说：「生平第一次，感受到有人以行动支持我们。」当巴勒斯坦处境日益孤立，有许多无助者期待有人打破沉默，哪怕方法极端。

胡塞这名字，牵动阿拉伯人无数情绪。有时胡塞是压迫者，但又带给受够沙特干预的也门人，重组秩序的幻觉。有时胡塞像无法无天的海盗，但加沙废墟的深处，有人视他们为仗义出手的英雄。

或许让胡塞有立足之地的，不全是伊朗和多么先进的武器，而是这破碎的世道，使别无选择的人们，只好妥协，把他们当作一块浮木。

PRAYER POINTS.....

1./ 也门和加沙迫切需要神的怜悯、公义与和平。求神差遣和平之子，使绝境中的人看见暴力以外的出路，走上医治、恩典、真理的救赎之路。(路1:78-79)；2./ 世上没有长存的城，愿人仰望那座有根有基的城，就是神所经营所建造的，心得安慰。(来11:10)；3./ 祈祷胡塞用心治理管辖地，为百姓谋福。



DAY
9

你不要害怕，因为我与你同在；不要惊惶，因为我是你的神。我必坚固你，我必帮助你，我必用我公义的右手扶持你。(赛41:10)

以赛亚向惧怕的百姓宣告：你不需要独自撑住，真正托住你的是神。盼望不是建立在人的自信，而是建立在「神与你同在」。人生有时陷入低谷、前方道路充满不确定。当你不知该怎么办时，这节经文告诉你：你要抓住那位与你同在的神，他比你的环境大，比你的无力和担忧都更大。问题即便仍存在，但我们最大的平安是，神的手依然托住我们。

今日操练：大声对自己说：「神正在扶持我。」

也门穆斯林 同中有异



99%穆斯林

也门南部多为逊尼派，北部多为什叶派的宰德派。异教徒被称为卡菲尔(Kafir，不信道的人)。

Photo by Pexels



基督徒罕有

本日故事与祷告文来自「殉道者之声」。哈立德家庭近况代祷请扫描QR。

Photo by Pexels · Photo by Nacho Benvenuty on flickr



屋顶上的哈立德

也门的卡菲尔(异教徒)

每晚10点，哈立德总会爬上屋顶。学生告诉他，有个广播竟然说耶稣是上帝的儿子。

哈立德拥抱过马克思主义，也曾经用虔诚的伊斯兰信仰安慰丧母之恸，但每次跪拜后，仍然空虚。直到屋顶的老旧收音机传来福音广播节目，他忍不住发简讯提问、打电话争辩，最后，在电话里跟着主持人祷告，把自己的破碎交了出去。

隔天醒来，世界像换了颜色，「我也像变了一个人。」他对妻子萨米拉更温柔。察觉异样的妻子，追问他是否有了别的女人。哈立德哭了，说：「我爱妳，但我成了基督徒。」

萨米拉信主后，受洗照不幸被穆斯林兄弟会曝光于网络。有一天，她煮菜的油被人倒入汽油。萨米拉全身起火，离世时33岁。如今，哈立德带着孩子到异国寻求庇护。他用圣经经文教难民儿童识字，赚取微薄收入。他仍仰望着在屋顶上找到的彩色国度。

PRAYER POINTS.....

1./ 为秘密的小型教会祷告，求神帮助他们找到资源继续聚会，并赐给教会领袖力量和毅力，继续服事神的子民网络；2./ 也门信徒虽少，却在增长；他们面临暴力和死亡的威胁，祈求神赐给他们勇气和盼望。(启2:8-11)



DAY
10

……他的恩典乃是一生之久。
一宿虽有哭泣，早晨便必欢呼。
(诗30:5)

神没有保证人生不流泪，但他保证哭泣不是最后的结果。黑夜不会永远持续，一生的恩典远胜过暂时的痛苦。人生有晚上，也有早晨；有失落，也有恢复；有眼泪，也有欢呼。人总是害怕痛苦永不会结束，但诗篇提醒：神的恩典是一生之久，忧伤只是暂时停留。神的恩典比黑夜更长久。他不轻看任何一滴眼泪。你无需勉强自己立刻振作，但可以在痛里确信：早晨终将来到。

今日操练：把一个伤口向主敞开，对他说：「主，我愿意等候你的早晨。」



三道裂痕

亚齐与政府闹矛盾，不只卡在钱与信仰。邻近的廖内也有油气资源，独立意识远低亚齐，关键在于亚齐曾是独立王国，主权意识强烈。

倒着喝的咖啡

亚齐农人在田间发明了倒立咖啡喝法(Kopi Khop)。把盘子盖在咖啡杯上，翻过来慢慢啜饮渗入盘中的咖啡，既保温又不会喝到咖啡渣，从此成为庶民喝咖啡的起手式。

Photo by Si Gam on wikimedia · Photo by FOTOKITA



没有掌声的和平

亚齐人 (Acehnese) 1

亚齐苏丹国雄踞北苏门答腊，19世纪与荷兰人对峙30年，以不屈闻名。印尼独立后，亚齐不仅没盼来自治，还担心中央的世俗国家路线，会侵蚀自己伊斯兰的根。雪上加霜的是，1970年代亚齐发现天然气，GDP冲上全国第二，收益却流向中央政府。

眼看别人高楼起，自家基础设施建设却停摆不前。自由亚齐运动(GAM)发起人的论述，打动了许多人：「我们的财富被爪哇人偷走了。独立的话，亚齐会跟汶莱一样富有。」

1976~2004年中央政府镇压不断，但亚齐独立运动总以更大规模卷土重来。直到2004年圣诞节隔天，一个残酷的转折，把中央和GAM推上和平谈判桌——一场12万人丧生、150万人流离失所的海啸，让亚齐创伤难计。最终，政府同意撤军，给予高度自治和70%天然气收益，许可亚齐实施伊斯兰教法。武装分子终于卸甲归田，但也异常安静，「海啸给了我们想要的，但也带走了我的妻子。」

PRAYER POINTS.....

1./ 求神医治亚齐内战与海啸遗留的伤痕，重建民生与投资环境，恢复社会的安定，也修复与中央政府的关系，保持良好的对话；2./ 愿人们在主里得着丰盛的生命和满足，知道一切的好处不在主以外。(诗16:2)



DAY
11

因为这默示有一定的日期，快要应验，并不虚谎；虽然迟延，还要等候，因为必然临到，不再迟延。(哈2:3)

哈巴谷活在混乱与不公的时代，他问神：「你为何还不行动？」神的回答温柔又直接：「我的时间没有延误，你要等。」等待是很难的功课，人常希望神立刻改变环境，但神有时更在意先塑造人的生命。我们以为「太慢了」，神却知道何时才是成熟的时机。神的应许从不落空，只是不一定按我们的时间表。那些看似没有进展的日子，神正在一点一点完成他的计画。种子静静埋在土里，悄悄生长。属灵的等待，也是如此。

今日操练：为一件等了很久的事祷告，相信神仍在成就。

印尼末段班的烦恼



经济垫底

印尼最西端的亚齐，长年蝉联苏岛「最穷省分」的称号。

大难未愈

天然气设施所在地的北亚齐，内战时期冲突和损伤最严重，贫困人口最多。

Photo by WorldFish、Photo by Henri Ismail on flickr



巨浪退去之后

亚齐人 (Acehnese) 2

拿回70%天然气收益，亚齐该富了吧？没有。贫困率戳破了「汶莱梦」。2024年亚齐贫困率12.6%，高于全国平均(9%)，依旧是苏门达腊最穷的省分。

为何亚齐有了钱，人民却还是穷？原来，贡献亚齐六成GDP的油气产业，只创造0.3%的就业机会。加上战争和长期贫困造成教育断层，使当地人缺乏进入高薪产业的能力。而且多数人务农为生，但内战摧毁灌溉系统与基础建设，修复进度严重滞后。

亚齐的天然气收入究竟去哪里了？2004年起，亚齐预算从2.5兆暴增到8.7兆印尼盾，但世界银行指出，其中60%被行政体系与公务员薪资消耗。地方政府没有管理大额预算经验，监督或执行力还未跟上，资源难以转化为人民有感的建设。

海啸前，亚齐的战场是「夺回资源」，而现在要打的仗，则是「学习运用资源」。

PRAYER POINTS.....

1./ 求神赐领袖智慧与诚信，成为好管家，善用资源建设亚齐，并找到改善结构性贫穷的长远方针；2./ 求神供应百姓的生活所需，使贫困者得到适切帮助；3./ 求神差派基督徒，在亚齐最缺乏的基建、教育、医疗以及灵性上，使万民得福。



DAY
12

原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。(林后4:18)

保罗看见的不是监牢，而是永恒；不是痛苦，而是荣耀。盼望是在可见之外看见神的手。世界叫我们注视眼前的环境、成功与问题，但信心使人明白：神正用永恒塑造我们，而非单用现在的处境定义我们。

你现在或许还看不见答案，也不觉得有改变，但那不代表神没有动工。他可能正在你看不见的地方，成就更深的工作。

今日操练：闭上眼30秒，安静默祷：「主，教我看见你正在做的事。」

火山湖咖啡 曼特宁

亚齐曼特宁产地：
塔瓦湖畔。



老曼与新曼

传统曼特宁(老曼)来自印尼苏北省多峇湖，以林东和黄金曼特宁闻名。1924年亚齐从多巴湖引进曼特宁(新曼)，栽种于塔瓦湖畔。近年亚齐咖啡、迦佑、塔坎农曼特宁已超越老曼产量。

咖啡版图恐改变

学者预测，暖化冲击下，苏北省恐丧失80%咖啡田，未来亚齐、苏拉威西、东爪哇的高海拔冷凉山林，更适宜种咖啡。



被咖啡耽误的饶舌高手

迦佑族 (Gayo People)

亚齐省的迦佑族不只很会种咖啡，还是即兴rap高手。邻居闹纠纷？直接用说唱对决battle。两组人马围坐凉亭，用讽刺、隐喻、幽默的即兴诗歌轮番交火，围观群众随节奏拍掌，越唱越嗨，甚至笑闹收场。这种即兴歌唱叫做「Didong」。

迦佑人还讲究说话艺术，含蓄、话中有话、点到为止。长老处理纷争，常会引用某句古老箴言(Peri Mestike, 简称PM)，让双方哑火自省。PM是迦佑族待人接物、教育孩子的准则。小至走路不发巨响、说话有分寸、施舍不犹豫，大至生死哲理与社会责任。合乎PM，才算文明有教养。它也融入诗歌，例如用4种鸟比喻4种人性特质，引导孩子反思品格。

如今，PM穿插在公民教育和宗教课本里、张贴于校园；学校讲座邀请长老分享；人们也透过即兴诗歌赛(Didong)，活化迦佑魂。不知道，大卫的歌和所罗门的智慧，能否触动这群爱歌唱、爱思考的迦佑人？

PRAYER POINTS.....

- 1./ 敬畏耶和華是智慧的开端，愿神的圣言触动迦佑人的心灵(箴9:10)；
- 2./ 求神兴起学者研究PM内涵与世界观，为将来宣教士铺路，也帮助接触迦佑族的基督徒，懂得如何交流。



DAY
13

最要紧的是彼此切实相爱，因为爱能遮掩许多的罪。(彼前4:8)

最让我们受伤的，往往是最亲近的人，因为越靠近越容易看见彼此的软弱。彼得提醒我们，当关系出现伤害时，让爱成为保护彼此的遮掩。这里的「遮掩」不是假装问题不存在，而是选择不用伤害回应伤害。

这种爱不是人能办到的。当我们受伤时，本能往往是防卫、冷淡，甚至远离。然而，基督先用爱遮盖了我们，接纳、忍耐并挽回我们。

若你正因某段关系感到疲惫，别忘了：主先用爱遮掩了我们，使我们也能学习用祂的爱遮掩他人。

今日操练：为你想起的那个人，献上一句祝福祷告。

滋滋作响的 木炭咖啡



日惹人玩转新意

亚齐倒立咖啡来到日惹，又玩出了木炭咖啡新花样，在海拔微凉潮湿的天气中，为日惹生活带来暖热和刺激。

文化缝合大师

日惹王宫不只爪哇风，还将截然不同的文明完美缝合——清真寺、中式钟塔、欧风马车、水晶吊灯，与本土甘美朗乐器、皮影戏混搭在一起。

Photo by Tubagus Andri Maulana on unsplash · Bernard Gagnon



框不住的花样灵魂

日惹的爪哇人 (Javanese)

想看懂爪哇式包容，就得去日惹。这座城最迷人之处，是她总能让各种「不可能」并肩而坐。作为印尼仅存的王室自治区，她守着传统和封建，却也是前卫思想的摇篮。印尼顶尖的加查马达大学，就诞生在王宫回廊里。近百所大专院校，让日惹成为一座「学生城」。

这里的知识分子深具烟火气，扎根在街角随处可见的行动小摊车。大学生、艺术家盘腿而坐，端着基层百姓最爱，也最不讲科学的木炭咖啡 (Kopi Joss)，激辩未来世界。

人类学家将爪哇社群分为3类：重仪式和泛灵的农民、守律法的穆斯林、重礼法的贵族，但日惹人总是翻出学术围栏。有人清晨进清真寺，午后沉醉于古老神话皮影戏，夜晚用斯拉美坦仪式抚慰万灵。旁人争论这是文化侵蚀、融合，还是共存？有些日惹人却慵懒一笑，劝你：不必分类，分类太窄，而日惹太宽。

PRAYER POINTS.....

1./ 求神为不同特质的日惹爪哇人，预备合适的宣教士和牧者；2./ 愿基督徒用诸般智慧，找到传福音、建立信仰群体的创意途径。(太10:16)



DAY
14

人为朋友舍命，人的爱心没有比这个大的。(约15:13)

耶稣把最深的爱形容为「舍己」。真正的爱不只是强烈的感受或口头关心，而是愿意为别人付上代价。耶稣的爱是在最痛苦、孤单的时刻，仍然选择为人舍己。

舍己不一定是轰轰烈烈的大事，很多是藏在没人注意的小行动中：多听一句话、多一次耐心、少一句伤人的回应、多给人一点恩典与理解。这些看似微小的选择，正是基督生命在我们里面慢慢成形的记号。爱不是一直问「我能得到什么」，而是问「我能如何祝福人」。越靠近耶稣，越明白爱带着代价。

今日操练：今天做一件不为自己，而是为别人益处的事。

不来不行的 爪哇办桌



Photo by Polina Kuzovkova on unsplash

叩叩叩～
请来我家吃饭



社群维护术

村民一接到通知就要马上放下手边事务，赶去邻居家参加「斯拉美坦」宴席。这文化默默养成了邻舍即时帮忙、彼此承担的羁绊。

Photo by Koeh Bhahari



食物的语言

尖尖的姜黄饭塔象征爪哇火山；红白粥则象征父母亲，两者相合，成为一个新生命。



庆祝什么都没发生

斯拉美坦仪式 (Slametan)

仪式开始前10分钟，孩子挨家敲门，通知邻居立刻前来。屋内早已燃好香，众人围着食物盘坐，主人以最正式的爪哇语致谢，说明请客原因、为众人祝祷，也为任何招待不周致歉，全程宾客庄重地回应「是的」。

无论婴儿出生、结婚，或火山爆发后，邻居都会聚在一起共享食物。这顿饭不看交情；住附近，就有义务到场。有人相信「看不见的存在」也会同坐，享用食物的香气。

斯拉美坦追求的不是快乐，而是「什么都没发生」的平静。对常与灾难共存的爪哇人来说，安然无事，就是最大的福。

斯拉美坦的临时邀请、即时回应，以及信仰观各异的人同席而坐，仍相安无事，也展现了爪哇观念：和谐并非浑然天成，而是需要精心维护的日常技艺。斯拉美坦就像隐形的针线，静静把邻舍缝合在一起，参与彼此的生活。

PRAYER POINTS.....

- 1./ 愿渴慕平安的爪哇人，体验更美的斯拉美坦，一起借由祷告、祈求和感谢，将所要的告诉主；对基督所赐出人意外的平安，有深刻体会(腓4:6-7)；
- 2./ 愿每个村庄都有彼此相爱的基督群体，成为爪哇人的好邻舍，展现包容、和谐的手足情谊。(约15:12)



DAY
15

不但如此，就是在患难中也是欢欢喜喜的……因为所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。(罗5:3-5)

盼望是被神的爱支撑的确据。当神的爱浇灌人心，人即使身处患难也不致失去盼望。患难使人看见自身有限，忍耐使人学会等候神，老练使人经历神的真实，盼望是看见神的爱从未离开。那份盼望不会令人羞愧，因为它连结的是神永不改变的信实，以及祂不可能止息的爱。

今日操练：回想一次神没有让你失望的经历，献上感谢。

火山居民的 自然之约



祭典强化提醒

默拉皮火山腰的村落，每逢爪哇历新年举行祭仪，表达对自然的感谢，也潜移默化地维护生态平衡的观念。



祭品传递的信息

烧焦糯米糕象征村民承诺不焚烧土地；山形饭锥提醒不大量滥伐，维持森林永续；一对代表默巴布山和默拉皮山的祭品，如一双男女快乐地一起生活。



火山口里的平行世界

爪哇人的火山哲学

爪哇拥有129座火山，其中默拉皮最不安分。然而，1994年大喷发后，愿意搬迁的危险区家庭不到1%，即便政府已盖好新聚落。

其实，火山居民早已驯化了对灾难的不安，用另一种奇幻滤镜凝视火山。村民说，火山口里住着另一群「人」，过着相似的生活：种田、养猪和养马，山顶最肥的草场属于他们，人类止步。火山喷发？那是里头的灵魂宫殿在打扫、盖房子。

火山每烧一次，草就长得更好，牛奶更丰沛。定期的灰降，是免费的顶级肥料。1994年喷发后，图尔戈村成为全县最大乳源地，收入超过全国平均，砖造屋比例翻倍。幸存者称呼，那是个平静无忧的年代。

爪哇人深信，世界本就不平静，平安只是宇宙秩序里的短暂状态，必然会被打破。不断从震动中站起来，才是正常生活；破坏和毁灭也并非终点，因为灵魂宫殿大扫除后，就是新的开始。

PRAYER POINTS.....

1./ 爪哇人有着一次次从灾难中站起来的韧性、乐观，愿祢引导他们与基督的苦难和新生共鸣，认识耶稣的复活大能，深深探索「毁坏不是终点」的永恒盼望、属灵意义；2./ 愿珍惜土地、与自然共存的爪哇人，在创世记中看见神创造天地、掌管万有的奇妙与心意。



DAY
16

我要向山举目；我的帮助从何而来？我的帮助从造天地的耶和华而来。(诗121:1-2)

诗人面对未知的旅程时，第一反应不是看环境，而是抬头仰望神。真正的盼望，不是从高山而来，也不是从人的能力、资源或关系而来，而是从创造天地的耶和华而来。

祂不只在过去帮助你，此刻仍持续地帮助你。祂并不遥远，而且一路与你同行。祂不只引导你，更在暗中保护、看顾、扶持你。

今日操练：花1分钟安静，默念：「我的帮助从耶和华而来。」



马来西亚 怡保白咖啡



茶室主角

怡保白咖啡，小名「Kopi雪」，跟三花、鹰牌炼乳是绝配。南香、新源隆、长江是老字号茶室，各有拥戴者。

Photo by Wan San Yip on flickr



南洋华工潮

第二次鸦片战争后，《北京条约》允许外国商人可招募汉人出洋工作，开启「下南洋」浪潮。1805~1916年，逾500万华人抵达马来西亚，繁荣了吉隆坡、怡保、芙蓉等城镇。



从重金属到文青之城

怡保的华人社群

早上6点不到，旧街场老茶室拉开铁闸。白发老板娘高举长嘴铜壶，热水直冲而下，白瓷杯瞬间翻起细致泡沫。这杯怡保人最爱的「Kopi雪」，从1950年代卖到今天，三代人守着同个配方。焦苦的罗布斯塔豆与甜腻炼乳在杯中拉扯，像极了先辈日子的苦与甜。

1890年代，怡保发现锡矿，跃为世界锡都，吸引大批广东与客家华工。不到10年，华人由千人暴增至4.5万，在近打河畔挥汗淘矿。1970年代锡价走跌、矿业倒闭，重挫的怡保掀起「跳飞机」风潮，青壮年远走海外打黑工。怡保多年的停滞落寞，却暗藏另一份礼物——由于躲过怪手开发，她像时空胶囊，保存了旧时光的老屋、骑楼、茶室与慢步调，深获《孤独星球》杂志与文青的喜爱。

如今，离乡青年多往新加坡与吉隆坡求学、工作。每逢假期，怡保旧街场茶室排起长龙，返乡的孩子，总想先找回那杯白咖啡，一解乡愁。

PRAYER POINTS.....

1./ 求神看顾在异乡求学与工作的怡保青年，丰富学经历的同时，也有许多认识神、结识基督徒好友的机会；2./ 祝福怡保近年的转型、返乡青年的创意，带动地方特色，注入新活力。



DAY
17

不是我们爱神，乃是神爱我们，差他的儿子为我们的罪作了挽回祭，这就是爱了。(约一4:10)

圣经把爱的起点说得很清楚：不是人先爱神，而是神先爱我们。基督的爱不是建立在条件上，祂在我们软弱、迷失，甚至抗拒时，就已主动爱到底。这份爱是生命更新的源头。因祂先爱，我们才有能力去爱；因祂先接纳，我们才能慢慢恢复；因祂先赦免，使我们能再次开始。

我们无法靠意志力爱神、爱人，而是需要先被神爱。你越认识神的爱，就越能温柔待人、拥抱受伤的人；越明白神如何赦免你，也越能学习放过自己。

今日操练：安静30秒，向主说：「谢祢先爱了我。」

霹雳州的 宣教小故事

霍利宣教士(William Horley)

自称「马来西亚最大的乞讨者」，走进商铺总微笑为新学校募款。37年间共创立和参与筹备27所学校。怡保有一条霍利路，以他名为。

卢林博士(Heinrich Luering)

能说将近20种语言，向客家矿工讲客家话、对福州农民说福州话，甚至是第一位学会原住民色佬语的欧洲人，深得怡保各群体的认可。



西马小福州

实兆远的华人社群

霹雳州曾闹粮荒。华人矿工涌入怡保挖锡矿，面粮紧缺，英殖政府想引进中国农民种稻。他们挑中了实兆远，离矿区够远，以防农民流失，并委托卫理公会宣教士招募中国移民。

卢林和凌清美到福州招募华工时，义和团的逼迫，意外成为中国基督徒逃往海外的推力。1903年，福州人视为吉祥的「双九日」，363位福州基督徒登陆实兆远码头。眼前是沼泽与丛林，而英国人说好的每户6英亩地，缩为3英亩；稻苗和蔬菜也都活不下来。承受众怒的宣教士立刻投入建设，半年内建起教堂、学校、法院和孤儿院，全以福州话运作。牧师楼成为实兆远的核心，四代垦民的大小事，都找牧师说。

开垦者们从挫败中重整步伐，转攻橡胶种植。百余年后，实兆远成为大马重要的华人聚落，并孕育出众多卫理公会的牧者，散布马来西亚各地。当初那片土地稻谷难生，却偏偏开出了信仰的花。

PRAYER POINTS.....

1./ 求主使福音的火继续在实兆远燃烧，深深扎根于新一代的生命中，有美好的属灵承传；2./ 求主兴起更多愿意回应呼召的年轻人，使实兆远持续成为福音工人、宣教士与牧者的摇篮。



DAY
18

有人带着一个瘫子来见耶稣，是用四个人抬来的。因为人多，不得进前，就把耶稣所在的房子拆了房顶……(可2:3-5)

那4个朋友没有医治的能力，但他们把需要的人带到耶稣面前。这就是爱。真正的爱，不一定是解决问题，而是愿意陪伴、抬着对方一起走向耶稣。耶稣看见的，是他们里面那份信心的爱。

你不能立刻改变一个人的处境，却可以陪伴、倾听和代祷，在对方走不动时扶持他。真正能医治、更新生命的是耶稣。有些人没有放弃，是因为低谷时有人默默把他带到主面前。

今日操练：花一分钟安静，默念：「我的帮助从耶和華而來。」

乌龙茶之王 武夷大红袍



岩骨茶香

武夷茶园为缓和土表和雨水流失，沿山砌出石阶梯种茶。大红袍母树则扎根峭壁岩缝，曾创下拍卖天价：20克茶20.8万人民币。



古代泡茶比赛：武夷斗茶

宋朝人将茶叶调成膏状静置，先出水痕的就是输家。武夷茶被残酷擂台反复锤炼，步步晋升为皇家贡茶，元朝更在武夷山设立御茶园。

Photo by 廖长兴茶叶



千山茶客

武夷山的客家人

武夷山的酸土与砾石，让人难以立足。但当战火与饥贫逼近时，客家先民只能走进山里，像悬在绝壁的大红袍，把根一寸寸扎进岩缝里求生。

荒山难以养人，却养茶。然而茶叶一出山，送往京门高户的途中就走了味。山里的人偏偏不轻易低头，反复摸索，用发酵、揉晒、焙火等繁复工序，让茶叶固香、降低湿度，催生了「武夷岩茶」与红茶始祖「正山小种」。这类发酵茶耐陈放、可远渡，成为晋商与英商收购的首选，日后更搅动了历史风暴——嗜茶的英国，为了扭转贸易逆差，把鸦片送进了中国。

如今，客家老茶人仍以敏锐的「看青」眼力，判断发酵时间。「炒菁」也不靠手套和器具，直接伸手入锅，以掌辨温。

许多武夷人，习惯用双手与命运周旋。愿他们看见托住自己的，不只是人的意志，还有造物主那双温柔有力的恩手。

PRAYER POINTS.....

1./ 武夷山道教氛围浓厚；定光古佛在客家地区也极有影响力。愿人们有遇见基督的机会；2./ 愿茶香和旅游吸引人群访山的同时，基督徒也有祝福当地的机会。



DAY 19 爱是恒久忍耐，又有恩慈……
(林前13:4-7)

爱是被神塑造的生命，是基督的性情。「恒久忍耐」不是压抑情绪、勉强容忍，而是耐心等待神在他人身上的工作；「有恩慈」不是没原则退让，是带着力量的温柔；「不求益处」不是否定自己，是相信神必供应，所以不需要凡事紧抓在手上；「凡事盼望」不是盲目乐观，而是相信神会工作。

我们总以为爱是「感觉对了才做得到」，但圣经的爱是愿意顺服神的选择。当人让圣灵掌管，急躁会变柔和，冷漠会生出怜悯。

今日操练：选一件事，用温柔的方式处理，而不是本能反应。

福建土楼 与客家人



土楼天光

日光从天井洒落，奶奶们摘菜话家常，3楼依稀可闻。媳妇一声开饭，孩童奔跑声沿木梯嘎吱而下。土楼对外是御敌堡垒，对内是敞开相依的家。

堂号：文字家徽

先祖姓氏的发源地，或官衔、品德的印记。

Photo by 國新廣、Photo by Man Fong Wang



谁会记得

客家人的慎终追远

你心里，可有不想忘的人、不想丢的习惯？客家人也有他们的小执着。

过往他们频繁迁徙，金银可丢，田产可弃，却一定要把祖先遗骨从土里请出，洗净，装入「金斗罍」，背在肩上带走。无数次动乱与流离的记忆，仿佛都写在这陶瓮上，沉沉的。

而土楼门楣上斑驳的「堂号」，彭城堂、江夏堂、清河堂……许多活化石般古老陌生的地名，是他们与遥远祖辈的连结，就刻在抬头可见的地方。

他们不想忘，觉得祖先吃了很多苦，才换来后辈的安乐乡。当这份深情与基督教相遇，常掉进「祭与不祭」的争论。如今，客家基督徒寻求更温柔的出口：用倒水、献花、点烛礼追思先人；注重生孝也重视死孝，依旧挂纸(扫墓)、邀父老主礼思亲礼拜。他们尝试活出新的见证：不轻看传统或祖先，并用另种方式，延续感恩和纪念。

PRAYER POINTS.....

1./ 愿客家人认识生命的起源和归处，知道神永远记念他们；2./ 祝福客家牧者与基督徒有智慧，将敬祖导回关系连结的初衷，让慎终追远不再是文化信仰的冲突，而是团聚、回，顾祖先承传与上帝恩典的温暖时刻；3./ 基督徒在客家人当中活出温暖、有责任感，爱邻舍和家庭的生命。



DAY
20

有人强迫你走一里路，你就同他走二里。(太5:41)

耶稣时代，罗马兵丁可以强迫犹太人替他们背负物品走一里路，是种压迫与勉强。耶稣却说：走第二里路。第一里是被迫与制度要求，第二里却是甘愿的选择，这力量不是来自人的忍耐，而是来自基督的爱。当人不再只是被动承受，而是主动把心交给神，就不再被仇恨控制。爱真正的力量，不只是改变环境，而是保守人的心不被黑暗改变。

今日操练：为一件你觉得不公平的事向主祷告，求祂保守你的心，使你在爱里得着自由。

午茶幸福推手 阿萨姆茶工



英伦茶产地

19世纪，热爱喝茶的英国人，急于解决对中国茶的依赖，最后终于在阿萨姆找到合适种茶的环境。茶包之王立顿(Lipton)也应运而起。

Photo by Alejandro Rugama on unsplash



茶农的传统
珠姆舞
(Jhumur
Dance)



谁采了我的茶？

阿瓦迪西人 (Adivisis)

要泡出这杯琥珀色的迷人茶汤，需要许多人顶着阿萨姆的烈日，用手指精准掐下「一心二叶」。这优美的动作，每天持续8~10小时。

茶女腰间清一色系的面粉袋，是最耐用的创意围裙。正午她们在柠檬水车前排队，傍晚又像小学生列队，等待工头用电子秤验收成果。

这群人被称为阿瓦迪西人，或茶部落。英殖时期，阿萨姆农民不愿做这苦工，茶园便从外省引进劳工。茶工的珠姆舞，唱着祖先被骗来此的故事。两百年了，许多人的后代仍困于园中，薪资低于法定标准，依赖微薄配给，难有其他技能和新的出路。他们的宿舍年久失修，法律虽敦促园主改善环境，反被用来压低工人薪资。

BBC的调查曾掀起各大茶叶品牌的地震与改革。然而，现今茶园似乎更为封闭，多数老板不愿记者、NGO组织靠近茶工。想关心阿瓦迪西人，似乎比以往更难了。

PRAYER POINTS.....

1./ 2025年阿萨姆邦修法通过，将有33万名茶工首次获得地契，虽然改革仍有争议，改变却已开始。求神引领社会持续改革，使茶工的尊严和权益得到保障，社会彰显祢公平公义的心意；2./ 愿阿瓦迪西人认识慈爱、诚实、公平与公义的神。(诗89:14)



DAY
21

我的羊听我的声音，我也认识他们，他们也跟着我。(约10:27)

耶稣说祂的羊会听祂的声音，因为真正的关系使人熟悉对方的声音。羊跟随牧人，是信任与认识不是出于规条或害怕，而是信任与认识。我们跟随主，也不是因为义务，而是因为我们被祂爱、被祂认识。耶稣认识你的名字，也知道你的软弱与挣扎。

爱的核心是关系，要活出爱，需要先听见祂的爱。听见祂轻声说：「不要怕，我与你同在，你是属我的。」

今日操练：花两分钟安静，问主一句：「今天祢要我听见什么？」

阿萨姆茶工人口

700万

占阿萨姆州人口17%



隐藏的童工

调查发现，14岁女孩在知名茶园已全职工作两个月。联合国规定15岁以下不得全职工作。

来源：BBC/ Radio 4联合调查(2015)

女性茶工比例

50%

身兼劳动者与照顾者

厕所溢出来了

茶园住宅破败不堪，屋顶漏雨。许多厕所也堵塞或损坏，茶工只能野外如厕。他们多年来不断向管理层提出申请，但始终未见修缮。全球最大茶叶生产商旗下庄园管理人坦言，有大量积压维修，许多厕所处于失修状态。

来源：BBC/ Radio 4联合调查(2015)

孕产妇死亡率

全印2倍

阿萨姆妇女难产死亡，
77%发生在茶园内

不敢喝水的劳动者

茶园厕所严重不足，茶工整天采茶都刻意少喝水，担心去厕所时间太久会被扣薪。

来源：Oxfam (2019)

儿童营养不良率

60%

ICMR调查数据

农药喷洒无防护

防护装备每年只发一次，两个月即损耗，不再补充。工人喷药后常出现呼吸困难、手和脸麻木、皮肤灼热，严重丧失食欲。

来源：来源：BBC/ Radio 4联合调查(2015)

道德认证失灵

BBC调查约50座茶园，均持有雨林联盟认证，供货PG Tips、立顿(Lipton)、泰特莱(Tetley)、唐宁(Twinings)等知名品牌。雨林联盟坦承年度稽核显然不够完美。往往管理层与茶工已备好说词。

来源：BBC/ 雨林联盟声明(2015)



不能再见的牛郎织女

马库姆社群(Makum Community)

19世纪，何汉在中国市集遇见能言善道的人力仲介，签下契约，远渡南洋。英国人雄心勃勃地在阿萨姆扩张茶园，不只招揽印度人，也从星马、澳门招来华人契约工。何汉的苦力船，最终驶向加尔各答。

于是，阿萨姆渐渐有了马库姆村，当地人叫它中国城。华工娶了阿萨姆女子，孩子容貌早已分不出籍贯。他们的日常饭菜飘着阿萨姆厚重的香料味，但仍不忘每年在比胡节(Bihu)放鞭炮、互赠红纸。这种暖洋洋的生活，直到1962年戛然而止。中印边境燃起战火，人们开始低声议论：「这些人，到底算哪国人？有没有间谍、卖国贼？很难讲。」

某天晚上8点，村里来了武装部队。哭声从一个个屋里漫出来，他们是来驱逐华人的。有些人被押往拉贾斯坦沙漠里的拘留营，战后遣送到一个既无家、也素昧平生的「故乡」。

当初上级的命令很简单：「带走中国人。」一名警察事后回忆，站在那些跨族通婚三四代的家门口，他不禁问长官：哪些算是中国人？哪些算是阿萨姆人？

PRAYER POINTS.....

1./ 求神眷顾马库姆的华工后裔，无论是被遣返中国的下一代，还是留在阿萨姆、背负社会压力的家庭；2./ 马库姆社群已与过去和解，但仍偶尔担心自己被当作外人，不被国家重视。盼望有基督徒能关心马库姆社群，使他们在神的爱中，得到疗愈和接纳。

回家的那天

中印战后，少数人得以返还马库姆。一位70岁老人被卡车带回他思念的家乡，一下车，迎接他的是爱国年轻人丢来的石头，砸伤了他的额头。这些被孤立的战争受害者常常挨饿，乞讨时被驱赶，但仍有人愿意帮助他们重新安顿。

DAY
22

并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。(弗4:32)

饶恕不是假装没有受伤，也不是否认痛苦曾经发生。真正的饶恕，是愿意把审判的主权交回神手中。

基督的饶恕从来不是廉价的，他在十字架上极重的代价，使我们从罪咎里得释放，从苦毒里得自由。我们之所以能饶恕，不是因为对方配得，而是因为我们也曾被神饶恕。

当人越明白自己如何被恩典接纳，就越能慢慢学会用恩典对待别人。不是靠意志力硬撑，而是因为十字架已经医治我们里面的伤。

爱，使人愿意放下；恩典，使人逐渐痊愈；基督的十字架，让人开始新的生命。

饶恕不是失败，而是一种自由。饶恕也不是忘记，而是选择交托。有些伤口也许不会立刻消失，但当人愿意把痛苦交给主时，神能一步一步把人从捆绑里带出来。

今日操练：想到一个你仍难以放下的人，安静地把他交给主，并求神释放你的心。

地极的出产 | 三部曲

世界宝石与贵金属

GEMSTONE

编写 Isa



贵妇颈间耀眼的一抹红，被唤作鸽血红；
温润高洁的灵玉，是交换枪枝的货币；
全球干净能源，正用谁的家乡污染来换？
本月我们一同凝视矿石伴生的美学与暴力。

2026年11月29日至12月25日是待降节(Advent)，我们一同默想主的降生带给我们的盼望、平安、喜乐与仁爱。借着每天的「今日操练」，预备自己的心，纪念耶稣基督降生，并怀着信心盼望他第二次再来。

灵修资料撰写：夏超凡牧师

印加眼泪 哥伦比亚 祖母绿



宝石传说

札比(Zarbi)来到穆佐(Muzo)寻找青春之泉，爱上了芙拉(Fura)。芙拉的丈夫愤而杀害两人，他们死后化作两座山峰，芙拉的泪水则凝为祖母绿与蝴蝶。

地底45°C的极限

祖母绿矿工在深达数百公尺、潮湿且闷热的地洞中工作，空气中充满岩壁爆破后的尘埃。



经典款是方形？

祖母绿原石常呈现六角柱状，为了减少原石损耗，常采经典的长方形切割法。



仰望一道午后泥流

穆佐的瓜克罗 (Guaqueros)

穆佐矿区的瓜克罗们(宝石矿工)，一生都在赌一颗能翻身的祖母绿。这片矿山曾由「祖母绿大帝」卡兰萨掌控，他8岁在矿区扒土，11岁下矿坑，他的脱贫神话，点亮了每天匍匐于黑暗矿道的瓜克罗。

1980~1990年代，各方宝石大亨与毒枭在穆佐抢地盘，掀起血腥的「绿色战争」。卡兰萨在暴力中笑到最后，游走黑白的能力不言而喻。但瓜克罗们认为，在无法无天的矿谷里，没有他，杀戮会更多。人们还记得大帝的别墅有张「叹息石椅」，他常坐在那里聆听人们的恳求。

卡兰萨去世后，美国公司接手矿业，带进现代化机械设备，月薪是全国最低工资两倍，另有保险与福利。但人们还是怀念大帝，特别是每天下午他会放出一道泥流，山谷下总有数千人仰头等待，冲向泥泞，希望没被大帝挑走的残缺祖母绿，会落进自己的铲子里。

PRAYER POINTS.....

1./ 穆佐矿谷正经历转型，外资公司进入，加深部分矿工的不信任，各方也虎视眈眈。祈求穆佐远离暴力冲突，矿工薪资、工作安全与生活环境有保障；2./ 穆佐75%人从事采矿，求神为矿工子女开拓教育机会和多元出路；3./ 愿神差派好牧人；神的恩典之流滋润人们的灵性与生活。



DAY
23

只是我告诉你们这听道的人：要爱你们的仇敌……(路6:27-28)

耶稣不只教人停止报复，也教人为伤害自己的人祝福。这不是要我们成为圣人，而是人不再被仇恨牵引时，心才能自由。世界的方式是「你怎样对我，我就怎样回应」，耶稣却带人走向爱与释放。

祝福伤害你的人，不是认同对方的行为，也不是让对方得胜。祝福，是对神的信任，相信神看见一切，把审判交给祂，承认主仍掌权。

今日操练：为一件你觉得不公平的事向主祷告，求祂保守你的心，使你在爱里得着自由。

宝石王国 缅甸



曼德勒玉市 全球最大翡翠交易地

十玉九缠

中国人喜爱玉，翡翠是最稀有的玉种，质地坚韧。市场九成翡翠来自缅甸帕敢。中国中产阶级兴起后，翡翠需求急增。

Photo by Binder.donedat



夜间出没的淘玉人

帕敢约有30万无照矿工冒险淘玉，趁公司休班的夜晚、雨季停工偷挖矿坑。矿区常超过废土堆高限制，下雨便容易引发土石流。

Photo by Yin_Min_Tun



谦谦君子温润如玉

帕敢的翡翠矿工

翡翠，最高洁的玉。凿开它的，是破碎至极的生命。

去帕敢的路上，李还在学电脑和英文，「我以为会靠翡翠致富，成为大老板，让大学生为我赚钱。」但这些梦想，迅速坍在摇摇欲坠的矿洞里。所有矿工手臂都插着「四号」（海洛因），前辈说，注射后工时能撑更久、感官麻痹就不怕矿井的危险了。没多久，李也用了四号，没日没夜地挖，永远都需要钱来换更多毒品。李说：「我成了奴隶，逃不掉了。」

帕敢地上到处是针头，矿区商店就买得到四号，「比买烟还容易。」由于共用针头，半数用毒者染上爱滋。附近几座戒毒所，成功率不到5%。当地的克钦族多为基督徒，兴起不少戒治事工，但牧师说：「如果他们回家后还是失业，就很容易复吸。」

象征高洁的翡翠，可以换到毒品和枪枝，是缅甸军头的硬货币，但它也是克钦族好不了的痛。

PRAYER POINTS.....

1./ 求神保守矿工的生命安全与健康，医治尘肺病、毒瘾带来的伤害，安慰事故中的受害家庭，并提升矿区安全管理；2./ 求神医治失业、贫穷与毒品泛滥的根源；3./ 愿戒治事工帮助更多人脱离毒瘾捆绑；神的大能帮助向矿工布道的一线工人。



DAY 24 爱里没有惧怕；爱既完全，就把惧怕除去……（约一4:18）

我们心中藏着许多惧怕：失败、被拒绝、未知的事。能驱散惧怕的不是自我安慰，而是神完全的爱。

当我们越深活在神的爱里，惧怕就越失去立足之地。真正的安全感不再建立在表现上，而是建立在神永不改变的爱。

若你仍常被恐惧牵动，不必责备自己，只需回到主的爱中。你不需要变得更值得被爱，而是领受「即使如此，他仍然爱我」。

今日操练：献上简单的祷告：「主啊，愿你的爱超越我心中的惧怕。」

缅甸的暴力美学 鸽血红



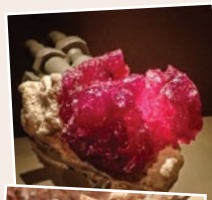
尾矿女

通常矿场淘选完的废料，会开放给独立矿工拾拣。但缅甸抹谷独特的习俗，仅限女性捡拾废矿，用意宛如矿场版的拾穗。

皇室与富人的至高渴望

鸽血红是红宝石中最顶级的色泽，每开采500吨矿石仅得1克拉红宝石，而鸽血红更难得一见，矿工说：见它跟见上帝的脸一样难。

Photo by Mary Harrsch · Ian Watkinson



勒索是一门新生意

抹谷与孟苏的红宝石矿工

缅甸是宝石王国，能让军政府生财，也能化为权力筹码。军方用采矿执照换取边境武装组织停火；佤邦联合军、掸邦军、德昂民族解放军进场后，可以控地、收保护费、帮忙边境走私。

采矿执照到期后，恰好又遇军方政变，各方趁乱向矿工与矿商收保护费、捐款，没人敢拒绝。每组工人月缴15~30万缅币，才能继续挖。

人们数百年不停挖掘，山被凿成蜂巢，留下月球般的累累坑疤。抹谷和孟苏产出顶级红宝石，仍只有土路。孟苏镇3%住户有电、1%家庭有抽水马桶。从缅甸王朝、英国殖民者，到军政府和民族武装，谁来都忙于掏山，无暇顾及建设。

缅甸百姓究竟被拿走什么？官方数据的宝石年产值约3.46~4.15亿美元，实际却高达17.3~20.7亿。六到八成宝石走私出境，收益进到政要与合谋者的口袋。若钱能用于民生，百姓或许该富得多吧。

PRAYER POINTS.....

1./ 求神掌权缅甸的局势，止息暴力与冲突；2./ 愿中央与地方掌权者不困于金钱和权力，成为爱护人民、忠心治理国家的好领袖；3./ 求神促成境内各民族的和解；4./ 缅甸教会和基督徒在动荡中为主发光。



DAY 25 住在爱里面的，就住在神里面；神也住在他里面。(约一4:16b)

生命的核心不是忙碌，而是与神保持亲密的关系。「住在爱里」是一种持续的生活方式：用祂的眼光看人，用祂的心肠回应世界。

焦虑时、疲惫时、不被接纳时，回到祂的爱里吧。唯有在祂的爱中，人才得着真正的安息。

「住」这个字代表安稳与确信，长久地安居其中。神不是今天靠近、明天离开；祂愿意一直与你同住。当人越深住在神的爱中，惧怕与不安也会渐渐被祂的平安取代。

今日操练：早、午、晚各用一句祷告提醒自己：「我住在上主的爱里。」

你的口袋里也有刚果矿



手机变薄的秘密

手机与电动车普及后，钴需求暴增。它是锂电池重要材料，能大幅提升能量密度，让电池储存更多电力，手机也得以越做越轻薄。

延长电池寿命

钴能稳定电池正极的晶体结构，降低充放电时过热风险，同时延长循环寿命，让手机可频繁充电而不易衰退。

Photo by United Nations



失了名字的小土拨鼠

刚果(金)的钴矿区

11岁的佩蒂说，矿场里没有名字，只有编号。刚果(金)的钴矿区，3岁孩子就会辨认矿石，6岁陪妈妈敲碎石头。妈妈泡在乳白色的河里清洗矿石，不许孩子下来，因为水有毒。男孩体型瘦小，会被派进最窄的矿道探路，用指头抠挖出全球科技产业渴望的珍宝。福斯丁说，每天回家全身都痛，一家人总是咳嗽、发痒、起疹子。

如果可以，没有父母想和孩子一起在矿场工作。吉兰每天下矿坑，家里连100刚果法郎也凑不齐，没有面粉，也没有蔬菜，但他仍梦想：「希望将来孩子可以读书，成为受人尊敬的人。这样，当有人说『这是吉兰的儿子或女儿』，我可以感到骄傲。」

每到发薪日，他会用那双裂开的手，买一小包糖给孩子。这里的大人小孩，都知道自己正受剥削，但为了心里那簇小小的光，为了听到家人偶尔的笑声，这群赤手空拳的人走向地底，通常不是为了自己。

PRAYER POINTS.....

1./ 刚果(金)东部冲突加剧，大量学校遭武装团体占据和破坏，许多家庭流向矿区求生；求神恢复东部和平，帮助人民重建家园、孩童复学；2./ 矿区妇女容易遭到性勒索或骚扰，求神保护她们；3./ 已有国际组织成立矿区教室，求神保守孩子有很好的学习、实现梦想的机会。



DAY
26

我赐给你们一条新命令，乃是叫你们彼此相爱……(约13:34-35)

待降节走到最后，我们再次回到耶稣所定下的核心命令：爱。

基督徒真正的标记，不是有多少知识或服事活动，而是彼此相爱的生命。耶稣先说「我怎样爱你们」，才说「你们也要怎样相爱」。祂先用自己的生命作示范：接纳软弱、饶恕伤害，也邀请我们这样去爱。当教会和家庭彼此相爱，祂的光会在每个角落被看见。

今日操练：为这28天的旅程献上感恩，并向神轻声说：「主啊，愿祢的爱在我里面得以成全。」

红宝石新秀 越南陆安



Photo by Robert M. Lavinsky



轰动的山谷

1987年，农夫从田里挖出红宝石，引发陆安宝石热潮。1997年，重达2.58公斤的红宝石出土，被越南列为国宝。

Photo by Bùi Thụy Đào Nguyễn

家庭采矿

冲积宝石藏于山洞或狭窄山谷，无法大型开采。陆安的手工采矿，多由农民以家庭式小型作业进行。



废料有光

陆安宝石画

矿场的规则冷峻且绝对：完美的被带走，破碎的叫废料。但在一块纯白画板上，另一套法则悄然运行：那些被淘汰的石头，跃为主角。

陆安的女子手执小勺，轻点石粉，一粒一粒，如印象派大师秀拉，屏息在画布上点描。红宝石碎成枫红，石榴石铺作土壤，萤石晕开远山的雾。远看是风景，近看则是破碎共生的小世界。那些被市场拒绝的小石头，在这里彼此紧靠、被需要。

次级石料有了出路，不仅带动分拣、碾碎、制作、销售等工作，适合女性参与，也撑起了岱依族与山泽族挖不到宝贝的日常。他们每日踩在崎岖山坡，背负50~80公斤的石块下山，每公斤换不到0.15美元。若无这些废料，许多矿工家庭将难以为继。

这些宝石画挂进饭店与客厅，色泽不褪，可传数代。它们没有成为耀眼的首饰，却以微光，陪人过日子。

PRAYER POINTS.....

1./ 愿陆安矿工家庭有稳定生计，神引领他们到可安歇的青草地、溪水边。(诗23)；2./ 愿福音使陆安人在生命的软弱、破碎与不完美中，看见神的光，并信靠他美善的旨意；3./ 求神祝福宝石画产业，使妇女与更多人得以参与，发掘自身价值与恩赐。愿艺术、画作的交流与研讨，为陆安打开福音的机会之门。



DAY
27

使基督因你们的信，住在你们心里，叫你们的爱心有根有基，能以和众圣徒一同明白基督的爱是何等长阔高深。(弗3:17-18)

保罗没有单单要求信徒更努力去爱，是为他们祷告爱心「有根有基」。因为真正持久的爱，而是扎根在基督的爱里。当人越认识基督的爱，耐心与恩慈就一点一点被塑造出来。这爱远超过人的理解，即使在最软弱失败的地方，祂的爱仍然足够托住人。

今日操练：向主祷告：「主啊，求祢让我的爱心真正扎根于祢。」



年终特辑

为世界求平安

WORLD PEACE

编写 Isa



两头大象打架，受苦的是小草。——东非谚语
远方的战争，究竟如何改写许多人的日常？
看不见的隐形炮弹，其实就落在你我身旁。

Photo by Nicholas Barros on Unsplash



没了稻浪的湄公河

战争改变了谁的餐桌

经历美越战争与粮荒，越南总是油门全开地种稻产粮，年产800万吨白米。往常，农民抢着与时间赛跑，把一袋袋米装车出货。但2026年春天，湄公河三角洲却异常宁静。

货船熄火、碾米机停转、男人坐在红色塑胶椅上打盹，身后是休耕的田地。这看似一夕之间的变化，其实是多方经济压力迭加的后果。

2022年俄乌开战，切断了全球钾肥供应链，肥料两年涨三倍；2026年，美伊战争再起，中东石油与化肥出不了霍尔木兹海峡，柴油价格一周翻倍、灌溉发电成本暴涨七成、肥料上涨三成。农民武明谭在家门前算了帐：「再种下去就是往地里白砸钱，我宁愿让地荒着。」

在此之前，气候变迁、海水入侵已让越南农民伤神，战争又为他们添了不少疲惫。

越南身为全球第二大稻米出口国，当湄公河少了稻浪，远方国家的餐桌，是否也会受影响呢？



1./ 多地战争让耕种成本暴涨，求神赐给各国政府应变的智慧，给予农民及时的帮助和补贴；2./ 为粮食减产而缺粮的家庭祷告，求神供应所需，也特别怜悯饥荒加剧的非洲，让援助突破重重阻碍，送到每个需要的人手中；3./ 为各地粮食援助工作者祷告，面对日益艰难的挑战，看见神超然的调度和预备。



曾有死亡的绳索缠绕我，匪类的急流使我惊惧。(诗18:4)

我们或许都渴望有一处空旷之地，可以暂时逃离压力，甚至盼望找到一个能远离试探的地方。然而，大卫提醒我们，即使在旷野，即使在神主权似乎最清楚的地方，危险仍然存在。

人可能为了躲避炎热的日光，走进干河谷的阴影，却不知那正是急流汇聚之处。那看似舒适的阴影，反而成为最危险的地方。

同样地，当我们想逃避神的光照，寻找一点放松与缓解时，即使身处属灵的环境，也可能被突如其来的情绪、试探或内在的冲动卷走。虚假的安全，往往隐藏在阴影之中。

与其躲在阴影里，不如停留在神的光中。祂的光会暴露、洁净，也会保护与扶持，使人不被隐藏的危机吞没。

当你想逃避或隐藏时，选择回到神面前，让祂的光照进你最想躲避的地方。



价格翻倍的作业簿

孟加拉的食物和教育拉锯战

坦克压向乌克兰边境、飞弹划过中东天际时，最初只是电视闪过的一则新闻。但这千里外的硝烟，却悄悄扑熄了南亚教室的灯火。

孟加拉的老师发现作业收不齐了，因为一本练习簿从10塔卡涨到20塔卡。自俄乌战争爆发，纸浆、化学品与海运成本齐涨，短短3个半月，孟加拉纸价飙涨31%，重创了教育和印刷业。家长无力负担学习用品开支。

2026年美伊冲突，再度拦下了孩子的求学路。随着油价推升，许多学校负担不起燃油，校车停驶，政府甚至关闭公私立大学及补习班。为了保证工厂用电，半数课程转为线上。然而，限电高峰期，部分村庄每天断电8至10小时，上网求学难如登天。

中东战火也波及了在海湾国家的500万孟加拉移工。由于雇主停工或延付薪资，中断了寄回老家的救命外汇。当生活成本加重，最先被割舍的往往是教育和女孩。偏乡的童工与童婚率悄然上升，村民说：「活下去，比上学更重要。」

战争的牺牲者，不只在前线。无数脆弱群体的生活质量，随着全球局势的震荡，正节节倒退。



曾有死亡的绳索缠绕我，匪类的急流使我惊惧。(诗18:4)

我们常以为，在人无法依靠自己的旷野中，会更容易看见神的良善。那里似乎是祂遮盖人的地方，充满安静与亲近。然而，旷野不只有平静，也潜藏着一种真实而突发的危险，就是「急流」(nahal)。

「nahal」可以指干涸的河谷，平时看似安全，甚至成为人暂时停留的地方；但当雨季来临，暴雨会在瞬间汇集，形成猛烈的洪流，把没有预备的人卷走。这个词提醒我们，即使离开喧嚣污浊的世界，进入看似属灵的「旷野」，也不等于进入安全之地。

地上没有任何地方，能在主的同在之外提供真正的平安。保护我们的，不是我们所选择的位置，也不是我们所建立的安全感，而是神自己。离开祂的同在，再安静的地方，也可能隐藏危机。不要把安全感建立在环境或状态上，学习在任何处境中，持续倚靠神的同在。

1./ 战争使许多孩子失学、流离失所，求神保守他们的身心，仍有受教育和平安成长的机会；2./ 有专业组织深入受战争影响的地区，提供师资与教育资源；3./ 为战争国家祈求和平，求神帮助各国重建，并修复被战火破坏的学校与教育系统；4./ 为老师、志工与教育工作者祷告，求神赐下爱心与力量，帮助他们在艰难环境中仍能陪伴下一代。



屋顶上的能源阶级学

黎巴嫩的电力之殇

贝鲁特的长夜，很难真的静下来。无数发电机同时轰鸣，有时听起来像一种持续不断的哀鸣。

过去长达15年的内战，让黎巴嫩国家电力公司(简称EDL)设备老旧、电网残破。1990年代的重建资金，约有四分之一落入政客口袋。政府长达15年购入劣质燃料，拖垮设备效能。加上政治精英冻涨电价30年、民间偷接电盛行，都让EDL的亏损无法愈合。

自1990年代以来，黎巴嫩未曾有过全天候供电。电力缺口由「发电机电黑手党」接管，这些私人卖电业者多与政治圈勾连。2020年，黎巴嫩家庭平均月收入的44%都用于支付发电费用；底层家庭早已放弃用电，转而购买罐头等耐放食品，不必冷藏保鲜。

然而，近年全球战争接连而来，每一场波动都精准反映于电费帐单。2022年乌俄战争导致电费暴涨595%；2023年，以黎冲突炸毁南部变电站；2026年美伊战争，又让私人发电费用单月上涨34%。

如今，有些屋顶架起了太阳能板，成为黎巴嫩新的阶级分类：有板子的，有经济能力；屋顶空着的，是穷人。



1./ 祈祷黎巴嫩政治局势稳定，政府团队良好运作，有能力建立更公平、稳定的电力与基础设施。也愿神的真光，照亮坐在黑暗里的人；2./ 为全球能源危机中的弱势群体祷告，特别是严冬中不敢开暖气的退休长者、仰赖电力设备的身心障碍者、病患，愿他们经历神的恩典够用；3./ 求神赐给各国智慧，稳定能源供应，减轻人民生活压力。



阴间的绳索缠绕我；死亡的网罗临到我。(诗18:5)

若不明白「阴间的绳索」是什么，人就很难知道如何避开它。绳索(hebel)原本只是日常生活中的普通工具；但在诗篇的隐喻里，它象征被捆绑、制服、死亡的力量抓住。阴间的绳索把人绑在死亡的同在中，使人越挣扎，越难脱离。

这不只是外在仇敌的围困，也是一种更深的内在经历：人虽然活着，却感到生命正在一点一滴被吞噬。这很像成瘾的捆绑。人明知道自己正在被毁坏，每一次试图挣脱，却仍被那股死亡力量拉回去。好像解开了一个结，才发现另一个结还在；绳索一圈又一圈收紧，使生命逐渐窒息。

有些捆绑不只是环境压力，而是深入生命的控制力量。人需要的，不只是更努力地挣扎，而是神真正的拯救与释放。当人承认自己无法靠意志解开那些结时，正是转向神的开始。

在神面前诚实思想，你生命中是否有一些反复缠绕你的「绳索」，并求祂带来真正的释放。



石化工业的米断炊了

南韓的塑膠之亂

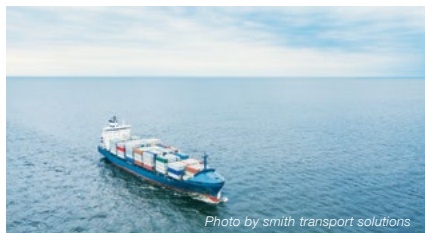


Photo by smith transport solutions

远离美伊战火的东亚，看似安穩无虞，一场民生用品的抢购战却悄悄逼近。

战争开打不到两个月，走进超市的韩国民众突然惊觉，垃圾袋与厨余袋这些平凡不过的生活必需品，正从货架上消失。背后原因，源于生产塑胶的关键原料「石油脑」。

韩国的石油脑约45%倚赖进口，其中77%来自中东。战争爆发后，霍尔木兹海峡运输受阻，石油价格从战前每吨600美元，两个月内翻倍到近1,140美元。

石油脑被称为「石化工业的稻米」，当丽川NCC、乐天化学、LG化学等石化产业巨头相继发出无法如期供货的预警时，迅速波及部分塑胶袋工厂停工。泡面龙头农心和三养，都面临「有面无袋」的危机，包装膜库存只能撑1到3个月。医护人员更笼罩阴影，担心手套、针筒、点滴袋等医疗用品将出现缺口。

一场遥远的战火、一条看不见的供应链、一包我们从未想过会消失的塑胶袋，向全球各地的人们揭示，我们一直在同一艘船上，无人能完全置身事外。

1./ 战争与供应链中断，正冲击许多小农、商家与基层家庭；求神保守航道与物流稳定，使民生物资顺利流通；2./ 求神唤醒全球人们守护和平的渴望；3./ 求神保守各地的和平协商与停火协议顺利落地，中止冲突与暴力；4./ 为关系紧张的国家祈祷，愿他们化解敌对与仇恨。各国领袖竭力以和平为念，以外交和对话代替报复和战争；5./ 求神帮助各地教会、社工，有能力和爱心关顾有需要的人。



阴间的绳索缠绕我；死亡的网罗临到我。(诗18:5)

「缠绕」(sabab)不只表示被困住、被压迫，也可用来描述神的慈爱与保护四面环绕祂的百姓。同一个「围绕」的意象，在圣经中既能指向死亡的压迫，也能指向神的安慰与拯救。

人可能被仇敌、忧伤、恐惧与试炼包围，但信徒相信，即使在最黑暗的处境中，神仍然掌权。祂能使原本令人窒息的围困，转变为慈爱的环抱。

弥赛亚借着死亡胜过死亡。同样地，人也无法单靠自己的力量解开生命里所有的结。有时越拼命挣扎，绳索反而收得越紧。阴间的绳索，往往是在旧我死去时才开始松开。当人不再抓住自己的掌控，不再紧抱那个被罪与恐惧缠绕的自我，而是在神面前降服，真正的释放才开始发生。

人的生命可能被恐惧、成瘾、罪与死亡感围绕；但同样地，人也可以被神的慈爱与拯救重新围绕。

为世界求平安

局势与统计截至2026年5月，请以最新新闻为准。



01 海地 🏳️ 帮派治国

2021年总统遇刺后政治真空，帮派势力迅速扩张，控制太子港逾八成地区。2026年仍缺乏稳定的政府，百姓生活频繁上演枪击、绑架、帮派交火。

02 委内瑞拉 🏳️ 富石油与穷百姓

拥有全球最大石油储量，长期因经济失衡、贪腐、通胀与物资短缺，约有500至800万人流亡海外，是拉美近代最大规模难民潮。2026年美军突袭终结马杜罗政权，国家处于脆弱重塑期。紧接着6月强震重创，超过5万人失踪。

03 哥伦比亚 🏳️ 古柯硷战争

长达50年内战，逾700万人流离失所。2016年政府与FARC签署和平协议后，部分派系仍拒绝解除武装，于边境和山区活动。各方在卡塔通博地区争夺古柯硷贸易控制权。

04 乌克兰 🏳️ 二战后最大欧陆烽火

2022年2月俄罗斯全面入侵。截至2026年春，俄军约占领19.4%国土。乌克兰失去70%发电能力，基辅每日停电8~16小时。约1,060万人流离失所。和谈前景不明。

05 利比亚 🏳️ 碎片化崩解

2011年强人格达费被推翻后，分裂为东西政府，军阀割据。昔日首都的黎波里时常有激烈交火。

06 苏丹 🏳️ 军头厮杀

2023年4月，共同执政的苏丹武装部队(SAF)与快速支援部队(RSF)决裂内战。2026年约3,400万苏丹人需援助(占人口三分之二)，达佛与科尔多凡地区饥荒扩大，医疗、公卫与供水系统严重崩溃。屠村与性暴力事件频传。



07 埃塞俄比亚 / 多种族矛盾

2020~2022年提格雷战争酿数十万死与饥荒，重建进度缓慢。2026年，奥罗米亚、阿姆哈拉州皆有民兵与政府军的冲突，大量平民无家可归。

08 索马里 / 政府失能

1991年，军事强人政府垮台后，政府长期失能，接近无政府状态。2006年起，极端组织「青年党」崛起，控制大片农村地区，与政府交战。近年红海危机也使海盗活动死灰复燃。干旱与饥荒加剧，索马里超过350万人陷入粮食危机。

09 刚果民主共和国(刚果金) / 逃兵的新战场

1990年代卢安达种族灭绝落幕，被新政府追缉的武装势力，转到邻国刚果金东部，引发两次刚果战争。至今，武装团体围绕矿产持续冲突。M23等组织屡次起兵，境内流离失所者超过700万。

10 莫三比克 / 资源魔咒

2010年北部发现巨量天然气。2017年起，极端组织「青年党」频繁攻击北部省分，造成逾100万人流离失所。长年贫穷、失业、基础设施建设不足、青年缺乏机会，让极端势力以「对抗腐败菁英政治」为由，快速扩张。

11 加沙走廊 / 封锁之地

2007年哈马斯控制加萨后，遭以色列长期封锁。2023年10月7日哈马斯奇袭，引发以军回击。截至2025年10月停火，逾6.9万巴勒斯坦人死亡，180万人流离失所；逾1,200名以色列人死亡。停火协议后逾2,073起违规事件，伤亡持续。联合国援助组织UNRWA遭以军禁入或高强度管制。

13 也门 / 红海危机

2014年胡塞武装夺取首都，隔年沙特联军介入，内战演变为长期代理人战争。2025年联军撤军。目前北部由胡塞控制，南部则由政府军与南方势力分治。胡塞为声援加沙，袭击红海商船，引发美英空袭，动荡再起。2026年约2,210万也门人需人道援助，逾180万5岁以下儿童急性营养不良。



12 叙利亚 / 百废待兴

2011年阿拉伯之春后爆发内战，战事持续近14年，超过600万人流亡海外。2024年底阿萨德政权垮台后，国家进入脆弱过渡期。沙姆解放组织主导过渡政府，但尚未整合东北部库尔德地区。大量基础设施等待重建。

14 缅甸 / 政变阻断发展

2021年军方政变，引发各地武装抵抗。军政府仅控制约21%领土，反抗军控制42%。外资逃离、通胀攀升、失业率飙高，大量平民因空袭与战事流离失所。



全能的上帝，你是和平的源头，
也是仁爱的创始者。
祈求你引领世界各国的领袖，
将你的智慧放在他们心中，
使他们舍弃强权与报复，
转向公义与真理。
愿地上的百姓能脱离战火与恐惧，
让全人类在你的慈爱中联络为一，
共享太平。
奉靠我们的主耶稣基督之名，阿们。

——圣公会《公祷书》
(Book of Common Prayer)



2026年尾声，我们一起为世界求平安。请挑选祷告地图上的两个国家，为它祝福，并写下你的祷告。



我在**急难**中求告耶和华，向我的神呼求；他从殿中听了我的声音，我在他面前的呼求入了他的耳中。(诗18:6)

「在我的急难中」(batstsarli)有狭窄、受压、被困住的意思。这不只是外在的艰难，也是一种内在状态：人发现自己被困在亲手建造的牢房里。

我们以为可以建造牢笼，把心中害怕的东西关起来。我们努力整理外在生活，小心控制情绪、欲望与恐惧，以为这样就能安全，最终却发现，自己与那些不愿面对的东西一起锁在里面，无法脱身。

就在这样的心灵牢笼中，大卫向耶和华呼喊。

圣经若只是神学知识，或许能帮助人理解神的属性与世界的秩序，却未必真正触碰人的内心。圣经更像一扇门，引导我们进入那些被神触摸之人的生命。大卫的故事也应成为我们的故事。神容许人带着真实的情绪来到祂面前，包括恐惧、忧伤、愤怒与破碎。

若人没有哭喊的空间，就很难真正寻见神。不要只向神呈现整理好的自己，今天试着把你最真实的压力与情绪带到祂面前。



他们要将刀打成犁头，
把枪打成镰刀。
这国不举刀攻击那国，
他们也不再学习战事。

——以赛亚书2:4



2026年尾声，我们一起为世界求平安。请挑选祷告地图上的两个国家，为它祝福，并写下你的祷告。



祝大家2027年快乐，
我们明年见



我在**急难**中求告耶和华，向我的神呼求；他从殿中听了我的声音，我在他面前的呼求入了他的耳中。(诗18:6)

这节经文描写大卫在极度受压、无路可走时向耶和华呼求。希伯来思想中的「急难」(batstsarli)带有狭窄、被挤压的意思；与之相对的平安，则像进入一片开阔之地。

在神的开阔之地里，没有一种情绪是不能被带到祂面前的。人可以像保罗所说，「生气却不要犯罪」；可以经历以赛亚的平安，也能经历大卫的忧伤；可以感受雅歌中的喜乐，也能承受耶利米的哀痛。情绪不是必须被否认的东西，它也可能成为人进入神同在的入口。

急难真正的医治，不是逃避，而是谦卑。当人被逼到狭窄之地时，才开始明白：生命并不真正属于自己。人越想靠自己逃出亲手建造的牢笼，往往越陷越深。真正的出路，是在神面前降服，承认自己的有限。

当你感到被压得喘不过气时，不要急着靠自己挣脱，先安静来到神面前，把你的重担交给祂。

读者线上回函



欢迎留
下想法
和建议





宣教日引与你的相遇

读者投稿



大学三年级，我参加大专灵修班，接触到宣教日引。每天起床第一件事情，就是拿起圣经跟宣教日引阅读，并在受难周禁食祷告。现在我27岁了，四分之一一个世纪，我参与了7年之久。期待宣教日引迈向三十而立。



曾睿祺

2019年一堂写作课的最后，一位同学给每人发了一本宣教日引，邀请大家为万国祷告。透过阅读刊物里的文本素材及参加线上祷告会，让我看见生活圈以外的人与事，并且参与在上帝的心意里。谢谢宣教日引！



Grace



征信录

宣教日引 2026 • 第四季

2026年4月1日至2026年6月30日

教会奉献	RM	个人奉献	RM
马新基督教信义会无拉港合一堂	800.00	Alan Foo	400.00
马来西亚基督教亚依淡堂会	400.00	符慧珍	150.00
乌鲁音卫理公会	300.00	主知名 (PDF)	50.00
基督教长老会原道堂	1,500.00	李树平	400.00
昔加末长老教会	500.00	颜以宣 (Z守望者)	50.00
马来西亚基督教巴色会斗湖堂	1,000.00	主之爱	300.00
峨仑信义会	200.00	路德 (海外PDF)	235.00
汶莱归正教会	930.00	盈盈 (海外PDF)	59.00
基督教长老会新山圣光堂	2,000.00	秀英 (海外PDF)	240.00
实达阿南卫理公会	1,000.00	Wendy (海外PDF)	294.00
卫理公会信心堂	2,000.00	Sarah Zhou (海外PDF)	294.00
国际良善使命团	200.00	主知名 (PDF)	50.00
基督教长老会麻坡活水堂	1,000.00	感恩者	1,000.00
新山异象基督教会	1,000.00	林燕华	200.00
婆罗洲基督教会林梦福音堂	200.00	骆秀萍	200.00
老越基督教会	200.00	Kong (PDF)	80.00
马来西亚基督教巴色会拿笃堂	500.00	高弟兄 (海外PDF)	123.00
		黄国匡	1,000.00
		卞怡心 (PDF)	50.00
		新加坡读者	1,449.25
个人奉献	RM		
主知名 (PDF)	20.00		
水滴 (海外PDF)	487.00		
58983 (海外PDF)	1,605.00		
多多 (海外PDF)	2,564.00		
苗苗 (海外PDF)	716.00		
豆豆鱼 (海外PDF)	896.00		
主知名 (海外PDF)	588.00		
和平使者126 (海外PDF)	358.00		
可乐喵 (海外PDF)	180.00		
陈恬恬	450.00		
主知名	6,375.00		

收支表

收入	RM	支出	RM
教会奉献	13,730.00	邮费 & 运输	1,933.95
个人奉献	20,863.75	邮费、运输 & 行政费 (新加坡)	886.20
上季不敷	-13,107.10	出版: I. 宣教日引	12,260.00
		II. Z守望者	-
		行政费	14,731.65
		租金、水费 & 通讯费	3,480.60
	<u>21,486.15</u>		<u>33,292.40</u>
		不敷	<u>-11,806.25</u>

我们无法去到世界每个角落，athar...可以。

Z守望者

少年冒险团队

赶快加入！
athar, yadesh, tsarrog与ayin
将带领你前往日本、也门和撒哈拉。
《Z守望者》以其真文学、独特插画、
生动有趣的插画及游戏活动，
帮助你了解大和民族的神秘文化，
普及本族之历史与价值观。

邀请少年人
加入Z守望者团队
成为Z世代的特务勇士！



01 02 03 西伯利亚



+8 018-818 7767 | wanma@wanma.com | www.wanma.com



Wanma Books Publishing

MISSION PATHWAY

PRAY FOR THE UNREACHED

Mission Pathway prayer guide
English edition for desktop,
laptop, tablet, PC, mobile and
eBook readers of every type!

*Subscribe now
to receive the quarterly prayer guide.*



Mission Pathway Prayer Guide

English edition eBook requires
no special apps to read,
just the regular Web browsers or
eBook readers that are included
with your computers and
mobile devices.



MP
Official Website

*Join us
read online and become a mission intercessor!*

cross-roads.org/eng

