

宣教 日引

2026年7-9月

认识未得之民 每日灵修代祷



哈萨克、吉尔吉斯、塔吉克 | 克什米尔 | 受忽视的社会群体



萬花橋會館
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

一人独行: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



UMOT
United Missions of Taiwan
联合光傳事工促進會

via

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、UMOT、Via East Asia

目录

contents

编者心语：用文字记录前线的故事

004

差传换日线：不平凡的平凡——从宣教故事重新理解福音使命

006

宣教广角：散聚宣教学的基本认识及宣教意义

008

2025年事工报告/2026年事工计划

010

宣教日引与你的相遇

013

本季宣教日引代祷地区

014

本期参考文献
及推荐阅读



reurl.cc/Mz2NRX

哈萨克、吉尔吉斯、塔吉克

011



克什米尔

049



受忽视的社会群体

091



Photo by Lisanto 李奕良 on Unsplash

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、昭仪

作者

Joan Chang、teeth、昭仪 (依主题顺序)

校对

郑德发

行政统筹

Novia Lu、Sukin、Maritza、潘淑玲

封面/排版

甘例蓓&郑美心@www.imconcept.net

封面照片

Photograph copyright

© Subhadeep Saha on Unsplash



Photo by Edgar Cavazos on Unsplash

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

全球推广和动员/印务统筹

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 www.cross-roads.org

Fax: (886) 2-2321-2917

service@umot.org.tw

https://umot.group

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)

纸本订阅

香港



reurl.cc/V5m5jY

台湾



reurl.cc/R4ZbD

美加、星马
(及其他国家)



reurl.cc/vgKdyj

简体手机版PDF

WhatsApp的用户，
可透过此号码
索取简体中文手机
版PDF。

+60183157707

线上阅读及 聆听官网



reurl.cc/r1KD1E

儿童版 Podcast



linktr.ee/childpray

宣教日引APP



YOUTUBE频道



联系各地发行单位

美国

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

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@cccwecanada.org
www.cccwecanada.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.group

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 | www.hkstm.org.hk

马来西亚/东南亚

万民福音使团东南亚办事处

Crossroads Publications

22A-2-1, Jalan Megan Setapak
Taman Megan Sri Rampai
53300 Kuala Lumpur, Malaysia
Tel: (60)3-4141 7975
Whatsapp: +6 018-315 7707
missionpathwaykl@gmail.com

新加坡

Christian Nationals Evangelism Commission

134/136 Braddell Road Singapore 359919
Tel: 65-6280-0312
Whatsapp: 65-86115604
cnecc@cneccintl.org

用文字记录前线故事

多年事奉，我一再经历一件事，当神呼召人，祂一定会供应完成使命所需的一切装备、能力与道路。也许你也正走在同样的路上，我想鼓励你笃定前进，因为这是一条蒙福的路。

我的文字事奉呼召始于1999年。那年，我第一次参与缅北短宣。当时通讯不发达，不但没有手机，连邮寄也不方便。我在几乎与外界隔绝的地方，遇见一群生活贫困，生命却极其丰盛的年轻人，他们因信耶稣而充满喜乐；我也认识一对夫妇，变卖所有财产，把一生摆上，在山区一间接一间地开办孤儿院和学校，照顾并栽培了无数孤儿。

那次短宣的所见所闻，深深触动我。回国后，我渴望延续那份感动，于是我把那些人、那些故事写下来，希望更多人看见神的作为。就在那段时间，我经历神突然把写作能力赐给我。从那时起，我知道自己在宣教工场上的角色，就是用文字记录前线故事，让后方的人看见、代祷、参与。

后来，神为我预备了一个友善的机构「马来西亚协传」。那10年里，我从零开始学习编书，也尝试写书，一点一滴累积实战经验。那段岁月，为我掌握编写技巧打下根基。

2014年，我加入宣教日引，开始专注编写宣教文章，也跟着范师母操练为宣教祷告。神用另一个10年，塑造与装备我的属灵生命。

2024年，我完成神学装备，回到宣教日引团队。同一年，范师母被主接回家。她离世前交待给我的最后一项工作，就是帮助中国教会整理30年的信仰见证。当年在逼迫中成长的那一代人，如今正一个接一个离世，第一代见证人所剩无几。那个年代，圣灵在中国教会行了许多奇妙的工作，若这些宝贵的见证无人记录，终将随着时间慢慢消逝。



回头看，我当年领受文字事奉呼召时，最清晰的感动就是：宣教工场遥远，不是每个人都能亲身前往，而宣教士也没有时间或习惯写作。我可以做的，就是为他们、为事工留下记录，这些文字不只能广传，更能长存。我从未向范师母提过这想法，但神知道。时候一到，祂预备的事就临到我。

然而，当我投入写作时，心里充满焦虑。我发现自己好像失去了写出有温度的文章的能力。当越写不出来，就越紧张，担心神是否收回了这份恩赐。

即便如此，我仍然一步一步往前走。先联络受访者，再整理现有资料。慢慢地，我发现虽然能力有限，神的供应却从未缺少。

首先，神为我预备了一位当地专业文字工作者，他在前期做了非常仔细的逐字访问稿。那份资料交到我手上，就像有个人在旁边手把手地教导我。过去，我太重视与受访者「聊得愉快」，却忽略了深挖细节与内容，这份资料让我看见提问的技巧，这技巧对整理口述历史至关重要。

另一个困难是许多受访者浓厚的乡音，我往往只听懂一半，要整理成文字几乎是不可能的任务。就在这时，AI语音转文字工具出现，轻松化解了这道难关，也让我学会使用一个新工具。

那段时间，我常向神祷告，希望祂像25年前那样，再次忽然赐下写作能力给我。某一天，我翻阅早年的旧稿，发现那些文字其实没有想像得好，忽然明白过来，神工作的方式不只一种，有时祂会赐人特别能力，有时祂给人丰富的资源。我积累的25年写作经验，本身就是一种资源。另外，当年我踏入文字事奉时，中文输入法刚刚普及，那是神为我预备的工具；如今重新投入写作，AI的出现，同样是神赐给这个时代的资源。



写这篇文章时，我刚完成中国教会的见证辑——《微光不熄》上下两册。透过这次写作，我学习如何整理自传式的历史记录，从大量资料中寻找线索，将口述化为文字，最终写成一本书。整个过程，好像神为我精心安排的一场「在职训练」，为了装备我继续走祂呼召我走的路。

截稿时，有两个人先后询问我十多年前在「马来西亚协传」写的书，其中一人甚至不知道《365宣教灵修日引》出自我手，只因国内某间教会需要，便托我丈夫帮忙寻找。神仿佛兜一个大圈，只为告诉我：「看，文字真的可以留下长远的影响，继续做我呼召你做的事吧！」

不平凡的平凡

从宣教故事重新理解福音使命

孤胆英雄只出现在小说中，重大的成就都是靠团队合作而取得。

在基督里生命的成长需要肢体的帮助，

唯有团队合作才能避免追求个人英雄主义、自满自得，

而单为成就神赐予的伟大和祝福而努力。

贺斯德(宣教心视野 第十五课「胸怀普世」)

在许多人的想像中，「宣教士」往往是一种带着光环的身分。宣教传记里的故事常常充满戏剧性：远赴异地、突破文化隔阂、建立教会、翻译圣经、带领许多人信主。这些故事让人敬佩，也让人感动，但同时也可能不知不觉塑造了一种印象——好像宣教是一条只有「属灵英雄」才能走的道路。

然而，当我们更贴近宣教现场，听见宣教士真实的生命故事时，往往会发现另一种面貌。《国度换日线》Podcast^註的访谈中，「威克理夫翻译会」的克宜师母分享她多年跨文化服事的经历。从表面看，她的人生确实带着许多「不平凡」的元素：在菲律宾南岛山区服事、学习陌生语言、参与圣经翻译、带着孩子在宣教工场成长。然而，她对自己多年宣教历程的总结却非常简单——其实大部分时间，只是「好好活着」。

在教会动员宣教时，我们常听到一句鼓励人的话：「宣教只差一张机票。」这句话的用意，是提醒基督徒宣教并不是遥不可及的事情，而是每一个人都可以思考的呼召。然而，若从宣教士的角度来看，事情往往没有那么简单。

真正的跨文化宣教，需要长时间的预备。神学装备、教会生活、语言学习、文化理解、团队配搭、差会训练。每一个环节都需要时间沉淀。许多宣教士从领受呼召到真正出发，往往经历多年准备，不是一场短暂浪漫的冒险，而是一段经历神的生命旅程。更重要的是，宣教使命的核心从来不是「做了什么」，而是「成为怎样的人」。



语言不通、文化不熟、环境陌生只是表面的挑战，许多时候甚至连最基本的沟通都需要重新学习。在这样的处境中，宣教士最常做的事情，其实不是讲道或建立事工，而是生活——与人一起吃饭、一起工作、一起走路、一起面对日常的喜怒哀乐。福音往往不是先透过讲台被听见，而是先透过生命被看见。

一开始，人总是容易把焦点放在「我们要把福音带给他们」。然而，许多宣教士后来都会发现，宣教其实同时是一个被上帝改变的过程。进入另一种文化时，不得不面对自己的有限与软弱。过去在熟悉环境中习以为常的能力，在新的文化里可能完全派不上用场。语言学不好、文化误解、生活适应困难，甚至常常犯错、闹笑话。

但正是在这些挫折与困难中，人开始学习另一种姿态——谦卑。我们逐渐发现，上帝早已在那些地方工作。人并不是去「帮上帝做事」，而是被邀请参与上帝已经开始的故事。当宣教士学会欣赏当地文化中的智慧、尊重人们的历史与生活方式，福音才真正有机会被理解。这是一种很深的转变：不再只是「改变别人」，而是同时改变自己。

《宣教心视野》(Perspectives)课程第十五课「胸怀普世」，提醒我们一个非常重要的观念：孤胆英雄只存

在于小说中，真正的宣教从来不是个人的成就，而是整个基督身体的合作。宣教士之所以能够站在前线，是因为有无数人在背后支持。教会差派祷告守望，有人奉献金钱，有人提供训练，有人负责行政，有人协助差会运作。甚至在宣教工场上，也往往是一个跨国、跨文化的团队共同服事。从这个角度看，「成功的宣教士」其实是一个很奇怪的说法。因为任何宣教工作的成果，都不是某一个人的功劳。

同样地，「成功的宣教成果」也未必能用我们熟悉的标准衡量。有些地方多年没有看见明显的果效，有些地方可能只有一两个信徒开始跟随基督，但在上帝的眼中，这些故事都在祂更大的救赎计画之中。宣教不是一场竞赛，也不是一个人建立事业的舞台，而是一段群体同行的旅程。

耶稣在福音书中所说的评价标准其实非常简单：「又良善又忠心的仆人。」不是「最成功的仆人」，也不是「最有成就的仆人」，而是「忠心的仆人」。当我们这样理解宣教时，就会慢慢明白：真正不平凡的，不是宣教士，而是上帝。而我们所有人的角色，不过是被邀请参与在祂那宏大的故事之中。

注：国度换日线S4E13：一张机票的距离？别闹，你只是个观光客。feat.金克宜(威克理夫动员主任)

散聚宣教学的基本认识及宣教意义

讲员 温以诺博士 文字整理 以诺(宣教日引特约记者)

今天我们谈「散聚」，不是在谈一个新名词，而是在尝试用信仰的眼光，重新理解这个时代人口流动的现象。所谓散聚群体，就是那些离乡别井、迁徙移居的人，包括移民、难民、留学生、跨境工作者，甚至长期在外漂泊的人。人的迁移，往往带着破碎；然而在神的救恩计画里，破碎之处也可能成为福音进入的通道。

华人的散聚现象尤其突出。过去一百多年，华人因战争、经济、教育、家庭、身分与机会等因素，散居世界各地。我们若只用「离散」、「漂泊」来理解，很容易只看见辛酸；但若回到神的计画中，就会明白：华人的散聚不只是命运推动，也可能是神所容许，甚至神所使用的历史进程。神并没有离开这些离乡的人，反而常常在他们最脆弱、最需要重新扎根的时候，使他们对福音更敞开，也使他们成为福音继续流动的器皿。

因此，我们需要修正一个根本观念：这不是单单「宣教」的问题，更准确地说，是「差传」的问题。「宣教」这个词在中文语境中，容易让人想到一种宗教行动，甚至是某种带着目标、讲求效率及成果的任务；但「差传」更接近圣经本身的图画。差传不是人发起的事工，更不是我们替神办事。差传的源头在三一上帝自己。天父差遣圣子来到世上，圣子为父作见证；父也为子作见证。父与子又差遣圣灵，圣灵继续把神的同在与见证带到人中间。换句话说，神自己就是差传的上帝，差传首先不是「我们做什么」，而是「神正在做什么，而我们被邀请参与其中」。

这一点非常重要。若离开三一真理，差传就会变成一种功能性的宗教行动；若离开父、子、灵彼此差遣、彼此见证、彼此相爱的关系，信仰也很容易被压缩成企业化管理。今天教会常常落入一种危险，就是不知不觉用世界的逻辑来处理神国的事：重方法、重绩效、重可衡量的结果，却轻关系、轻陪伴、轻生命。事工导向的宣教，看起来有效率，却可能只是借用了企业管理的外壳。可是圣经启示我们的神，



不是一位要求绩效的老板，而是一位在关系中启示自己，也把人带入关系中的上帝。

散聚宣教并不是要取代传统宣教，而是补充传统宣教的不足。在人口大规模流动的时代，我们不能再只用「这里是差派地、那里是禾场」的二分法来看世界。今天许多原本遥远的族群，已经来到我们的城市、校园、办公室，甚至就在我们孩子的学校里。我们不一定都要「去很远的地方」，因为许多「远方的人」已经来到了我们身边。这不是传统宣教的结束，而是神把新的契机放在教会眼前。

散聚差传也常常带来令人惊讶的创意。比如在中东，有弟兄因为难以找到合法聚会场地，便利用自己驾驶大巴的资格，租用巴士，把敬拜、主日学、团契都放在巴士上进行。这样的例子提醒我们，神的工作没有被传统框架局限。真正的关键不是「像不像过去」，而是我们有没有顺着圣灵在这时代的带领，看见神已经展开的工作。

但无论形式如何更新，差传最核心的内容始终没有改变，就是关系。关系是冒险的，是需要时间的。真正的福音工作，不能只靠活动堆砌，也不能只靠策略推进。很多时候，一个离乡的人真正需要的，不是先听见一套完整理论，而是被接待。当一个人来到陌生环境，心灵往往是开放的；而教会若能在此时奉主的名递上一杯凉水，用生命承接生命，福音才不会只是资讯，而会成为可经历的恩典。

散聚时代对教会的呼召，不只是更多做事，而是先回到神自己。回到三一上帝的真理，回到差传原本是神主动展开的工作，回到教会本来应当活出的关系，回到那种不是模仿企业、而是回应圣灵的事奉。我们不是为了证明自己有多能干，不是为了完成一个宏大的宗教计画，乃是因着父神美好的旨意，被放在这个时代、这个城市、这些流动的人群当中，成为见证者。神怎样差遣子，子怎样差遣灵，今天也怎样差遣祂的百姓，进入世界，活出福音。

宣教日引 2025年事工报告/2026年事工代祷

未得之民代祷

2025年《宣教日引》马来西亚/新加坡简体版平均每季发行1,675本，全年总发行量共6,700本。官方网站、PDF电子版、华粤语音，读者与听众人数也持续稳定增长。



我们为在雪邦举办的华传国际青宣营参加者，每人一本《宣教日引》，共一千本。同时也摆设摊位介绍《Z守望者》，供自由奉献索取。

英文版《宣教日引》—Mission Pathway于2024年10月正式出版，我们为阅读英文的读者预备了PDF电子版，请登入官网cross-roads.org/eng订阅下载或浏览。

目前《宣教日引》编辑团队共有6位全职同工担任主编、编辑与特约作者。

少年宣教祷告

少年宣教日引《Z守望者》于2024年11月创刊。《Z守望者》第一期日本印刷1,000本全部已分发出去，2025年第二刷1,000本。《Z守望者》第二期也于2025年10月首刷1,000本。第3-6期陆续制作筹备中，主题分别为西伯利亚、不丹、泰国与北非三国，欢迎教会订阅。

《Z守望者》以全彩印刷，透过文字、图片、插画及漫画等，呈现未得之民群体的文化与福音需要，让少年人轻松阅读，深入祷告。

《Z守望者》由郑德发弟兄担任主编。郑弟兄1994年于台湾国立清华大学中国语文系毕业，回马即加入星洲日报儿童周刊部门，负责编写，兼筹划活动与营会，2020-2024年曾任《星星学堂》主编、故事作者。

我们正寻求与基督徒画家、插画家、漫画家，共同参与《Z守望者》的绘图制作。

Z守望者团队已经准备前往各教会青少年团契分享，欢迎教会联系。



Youtube视频

2025年7月，我们开始定期在Youtube上载未得之民群体专题视频与短视频，频道名为宣教日引《世界一角，peek一下》。欢迎大家订阅、点赞、分享。同时也分享至Facebook、Instagram、Tiktok等各社交平台，加强推广，以接触更多年轻信徒。

感谢神预备一位专业影片剪辑与平面设计师加入宣教日引团队。邱薇心姐妹来自砂拉越，毕业于墨尔本Swinburne University多媒体设计系。她也协助难民机构与难民学校制作音视频，盼望以创意专长投入宣教服事，荣神益人。

宣教群体祷告

过去一年，我们应邀到全马与新加坡各地教会主日证道与分享事工。到访不同宗派教会，包括长老会、卫理公会、圣道堂、信义会、浸信会及各独立教会等。若教会有意在主日证道、团契聚会、祷告会推动“以祷告参与宣教”或分享难民事工，欢迎联系。

- 陈晓惠传道 ~难民事工/主日证道
- 郑德发弟兄 ~少年宣教祷告
- 林荣秀弟兄 ~宣教日引事工

宣教日引30分钟线上祷告会，每逢周四晚上8点半，持续进行至今已两年半，目的为陪伴兄弟姐妹委身成为宣教的代祷勇士及装备成为宣教祷告小组的带领人。

目前全球估计有约100个宣教祷告会定期在各教会主日崇拜、小组、团契或家庭使用宣教日引主题祷告幻灯片。欢迎浏览官网下载使用，带领会众齐声祷告。

怜悯关怀事工

在吉隆坡怜悯关怀同工定期探访难民，建立信任和友爱关系。Q是一位东非难民，一天，他被社区的难民发现改变了信仰，结果遭到驱逐，生命甚至面临危险。他逃离后躲藏在另一个无人认识他的社区，跟6名同样面临同族人逼迫的难民住在一个公寓单位。Q弟兄找不到正式的工作，后来感染上肺病，万民福音使团的怜悯关怀基金，固定支持他小额的医疗费，使他在盼望中看到神。

瞎眼寡妇M，每逢谈及10年前在索马里爆炸中丧生的两个儿子，都会忍不住哭泣。寡妇M的右腿严重受伤，双眼因为哭得太厉害导致失明。

索马里单亲妈妈S和女儿来到马来西亚之后，完全没有收入以维持生活，按照他们的宗教文化，女人不可外出工作。



前线宣教士提议让我们支持寡妇M及单亲妈妈S的部分生活费。透过怜悯关怀基金我们支付费用给单亲妈妈S以协助烹煮餐食给寡妇M，这个模式可能让S获得少许收入，也有人可以照顾这位瞎眼寡妇。

过去一年，宣教士也为也门和索马里难民家庭，安排家庭聚餐。难民透过“家庭式餐厅”（Home Restaurant）烹饪道地传统中东美食招待到访的朋友/团体、或食物外卖（Food Catering）以达到获取生活收入的目标，同时也建立难民和到访者双方互动交流彼此认识的关系，进而开展开拓教会可以在难民社区进行的社会工作和计划长远难民福音事工。



我们为主成就以上的宣教事工感恩，当中也有您的祷告和奉献，使事工得以成就。愿主借着所有读者和我们的事奉团队彼此配搭扶持，在2026年蒙主的恩典继续前行。

但愿使人有盼望的神，因信将诸般的喜乐、平安充满我们的心，使我们借着圣灵的能力大有盼望。

2025年财务报告

2025年“万民福音使团”东南亚办事处的奉献实收为马币223,860.21，全年总开支为马币215,189.70，盈余马币8,670.51。

2025年支出分别为《宣教日引》出版费共马币72,180.80；营运与行政/推广同工：马币143,008.90。

2026年财政预算

2026年的财政预算总数为马币203,950。《宣教日引》：马币55,600；《Z守望者》：马币55,200；营运与行政：马币93,150。

我们衷心感谢教会的支持与代祷，财务详细资料可参阅《宣教日引》每一季的收支表。



奉献请注明：
Mission Pathway
或 Z Prayer

代祷事项

1. 为宣教祷告：

求神感动有更多的弟兄姊妹，订阅使用《宣教日引》手册、语音App、儿童Podcast、PDF电子版、网页及主题祷告幻灯片，为未得之民祷告与灵修。请为英文版宣教日引Mission Pathway的推广祷告。

2. 多媒体网络：

感谢神赐给宣教日引一群委身宣教的影片制作团队，求神使用YouTube频道能有效推动基督徒参与为未得之民祷告。

3. 30分钟线上祷告会：

祈求有更多人愿意委身成为宣教代祷勇士，装备自己成为宣教祷告小组的带领人。

4. 儿童宣教日引Podcast：

求神感动更多父母订阅收听“童心来祷告”或“宣教小祈兵”，与孩子一同以祷告参与宣教。

5. 少年宣教日引《Z守望者》：

感谢神赐给团队同工以不同的恩赐配搭，求神供应制作及印刷费，求神预备教会少年团契动员与推广宣教祷告。

6. 营运与制作经费：

求神赐智慧管理并善用每一分一毫的奉献，供应每一期的经费。





宣教日引与你的相遇

读者投稿



我与团契契友固定使用宣教日引，为未得之民祷告。感谢你们的付出，愿神记念你们并赐福你们所作的工！

李琳



二十多年前，无意中在教会的书报架上看见宣教日引，就拿回家看，断断续续使用至今。自己开始服事后，才明白后方祷告的重要，我常常把宣教日引作为灵修材料，推荐给身边的信徒。感谢宣教日引团队的用心，排版越来越精美，内容也越来越有深度，还有APP、语音版和网站！



Ting

感谢宣教日引团队提供为万国代祷的资料。我与伙伴们用了2个月的时间代祷，帮助很大，再次谢谢你们！

妈姐



本季宣教日引代祷地区



7月

哈萨克
吉尔吉斯
塔吉克

● 哈萨克

8月

克什米尔

● 吉尔吉斯
● 塔吉克
● 克什米尔

9月

受忽视的
社会群体

- 身心障碍者
- 成瘾者
- 执法违纪者
- 性工作者
- 无家者
- 被囚者
- 宗教特有角色



A woman wearing a patterned vest and a headscarf is walking away from the camera on a dirt path. The path leads through a lush green valley towards a small settlement with colorful tents and buildings. In the background, there are steep, rocky mountains with patches of snow under a clear blue sky.

中亚五国（上集）

哈萨克、吉尔吉斯、塔吉克

关于沉默、忍耐与不能抗议的生活

作者 Joan

牧民和农民的共生关系

19世纪前，若你问一个住在撒马尔罕的人：「你是什么族？」他可能会回答你：「我是穆斯林」、「我是撒马尔罕人」、「我是牧民」或者「我是农民」。

当时的中亚社会，身分更多是由生活方式、宗教与地域决定，而不是民族。

牧民在夏季赶着牲畜上山，冬季下山到绿洲城镇交易。在布哈拉或撒马尔罕这样的古城，居民往往通晓多种语言，例如波斯语(塔吉克语)或察合台语(古乌兹别克语)。

牧民与农民之间形成了一种长期的共生关系。如果没有对方的存在，两者都难以生存。像哈萨克人、吉尔吉斯人等牧民，会赶着牛羊来到绿洲门口，提供丰富的肉类、马奶酒、制作鞋靴与马具的皮革，还有毛毯与地毯所需的羊毛。而塔吉克人、乌兹别克人等农民则回馈小麦、大米、茶叶，以及精致的丝绸织物和金属器具。

这是一个流动、多语、彼此依赖的社群世界。



Photo by Charlotte Venema on Unsplash



苏联的民族划界

然而，苏俄在20世纪重新塑造了这个世界。

苏联深受欧洲19世纪民族主义影响，他们认为一个「真正的民族」必须具备4项要素：共同的语言、地域、经济生活和民族特质。于是在1920年代，苏联开始在中亚推动大规模的民族划界与民族建构。

苏联使用语言区分原本共生在一起的乌兹别克族和塔吉克族，并利用细微的方言发音差别，分类哈萨克族和吉尔吉斯族，强行将这两个「马背上的亲戚」分开。土库曼则是聚集了经常交战的部落。

接着，苏联推行标准民族语言，使用西里尔字母，设定民族共和国边界，并为各民族设计统一的文化与历史叙事。原本流动、模糊、交错的身分，转变为固定、标准化的国籍。这也切断了中亚原本绵延不断的「方言连续带」²¹，使人们不能再以部族、地区、生活方式来定义自己。

民族身分变成行政分类，而不是文化自我理解。这也是为什么很多学者会说，中亚民族不是被「发现」的，而是被「制造」出来的。

交叉切割的划界

此外，苏联在划定边界时采取了交叉切割的策略。例如，将拥有大量塔吉克人的撒马尔罕划给乌兹别克，或是在乌兹别克境内留下吉尔吉斯的飞地^{注2}，整个地区呈现「你中有我，我中有你」的复杂混居状态。

在苏联时期，这种交叉切割确实降低了地方联合反抗中央的可能，使政治上看似稳定。但这些复杂的边界在苏联解体后，反而成为各国之间冲突的根源。

费尔干纳盆地就是一个典型的案例。苏联将富饶的平原划给了乌兹别克；盆地边缘的山麓和水源地划给了吉尔吉斯；盆地的入口狭长地带则划给了塔吉克。由于交叉切割策略没有绕着山脉或民族聚落划界，导致了这样的局面：耕田得去乌兹别克，灌溉依赖吉尔吉斯，货运得经过塔吉克关口。

在苏联体制下，这些地区被整合进同一个经济系统，因此运作尚能维持。但在1991年各国独立后，边界变成国界，这种高度交错的空间结构，便频繁引发边境冲突。



Photo by Evgeny Matveev on Unsplash



如今的中亚五国

今天的中亚五国，其实仍活在苏联留下的制度框架与世界观之中。换句话说，殖民体制的影响仍未完全消失，中亚人民与学术界至今仍在挣扎与讨论：究竟该如何真正走出这段殖民历史。

中亚各国族群组成相似，同样经历了定居化的过程，游牧不再是他们的生活方式。民族文化也不再主要体现人们的生活制度和社会秩序，而是变成节庆、舞台表演和文化展示的象征。

与此同时，各国在苏联解体后走上了不同的道路。哈萨克建立了高度中央集权的政治体制，人民安静、顺从、稳定，直到2020年才出现反抗的声音。吉尔吉斯虽然保有动员与推翻政权的空间，却缺乏建构新制度的能力，于是在「革命、政权回到精英手中」反复循环。塔吉克则是中亚唯一爆发内战的国家，战争成为了人们不能公开讨论、纪念的历史，如同幽灵似地飘荡在每个人的记忆深处。

因此，本期宣教日引将较多着墨在苏联如何影响哈萨克、吉尔吉斯和塔吉克，以及这些国家当前的社会议题。至于土库曼与乌兹别克，我们将留待下回再与读者分享。

注1：一大片地区的语言逐渐变化，相邻地区的人彼此可以理解，但距离越远，差异越大，最后可能变成互相听不懂的语言。换句话说，语言不是突然分界，而是像颜色渐层一样慢慢变化。

注2：一个国家或地方的领土，在地理上被其他国家完全包围或隔开，形成孤立区域，必须穿越他区才能到达。

中亚五国主要民族 & 名人录

中亚五国的民族组成相似，在吉尔吉斯可以见到乌兹别克人，在哈萨克也找得到吉尔吉斯人；此外，还有各种因素迁徙而来的东干人、高丽人和德国人。

这片民族交会的土地，看似遥远而神秘，却孕育出许多在世界舞台上闪闪发光的人物。



3

塔吉克总统/埃莫马利·拉赫蒙



6

国际知名女高音/玛丽亚·穆德拉克



5

土库曼海外职业足球员/鲁斯兰·明加佐夫



1

世界知名歌手/迪玛希·库达依别列根



2

综合格斗体育界选手/瓦莲京娜·舍甫琴科



4

世界西洋棋冠军/诺迪尔别克·阿卜杜萨托罗夫

1 哈萨克人

苏联民族划界才出现的民族，是现在哈萨克斯坦的主体民族，也是中亚最大的民族。

Photo by tedxgateway on Flickr

2 吉尔吉斯人

多数吉尔吉斯人信仰伊斯兰教逊尼派，但融合了前伊斯兰时期的泛灵信仰色彩，展现出对自然(如山、水、火)的敬畏与灵性连接。

Photo by ElisaQualizza on Wikimedia Commons

3 塔吉克人

塔吉克文化是波斯文化的延续，但1930年苏联强制将塔吉克语改为西里字母，切断了与波斯文化世界的连结。

Photo by Kristina Kornilitsyna on Wikimedia Commons

4 乌兹别克人

乌兹别克人信仰逊尼派伊斯兰，他们主要居住的城市布哈拉是历史上重要的伊斯兰学术中心，出产很多著名伊斯兰学者。

Photo by Husniddin Ato on Wikimedia Commons

5 土库曼人

土库曼人的社会是「部落联盟型社会」，而不是单一民族社会，因此真正重要的是「你属于哪个部落」。

Photo by Isaac Yeung on Wikimedia Commons

6 俄罗斯人

俄罗斯帝国征服中亚后，大量俄罗斯人移民到此。苏联解体后，许多人回到祖国，也有一些人留了下来，定居哈萨克的人数最多。

Photo by Мария Мудряк on Wikimedia Commons

8

科学资源共享网站Sci-Hub创始人/亚历山德拉·埃尔巴金



11

哈萨克女子举重运动员/祖尔菲亚



10

金融科技公司Kaspi.kz的创始人/维亚切斯拉夫·金



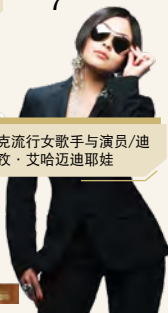
12

好莱坞鞑靼裔导演、制片人/提姆·波克曼毕托夫



7

哈萨克流行女歌手与演员/迪丽娜孜·艾哈迈迪耶娃



9

俄罗斯联邦储蓄银行执行长/赫尔曼·格里夫



13

巴什基尔民族流行乐团「Ay Yola」



7 维吾尔族

1860年代回民起义、国共内战，更大批维吾尔族迁入中亚，主要集中在哈萨克、乌兹别克和吉尔吉斯，人口约30万。

Photo by DilnazFan on Wikimedia Commons

10 高丽人

20世纪初，饥荒、自然灾害、剥削、失去土地所有权，以及后来日本占领朝鲜后的镇压行动，迫使许多韩国人移居到俄罗斯的远东地区。

Photo by Daniyar on Wikimedia Commons

13 巴什基尔人

当俄罗斯帝国征服中亚时，巴什基尔人常被用作骑兵与翻译，因为他们说突厥语、熟悉草原文化、信奉伊斯兰教，因此能与中亚穆斯林社会沟通。

Photo on Правада.Py

8 乌克兰人

随着俄罗斯帝国的殖民^注、苏联的农业与工业政策，以及战争与流放，逐渐出现在中亚各地而形成的社群。

注：乌克兰历史上多次被并入俄罗斯：1654年《佩列亚斯拉夫条约》后东乌克兰逐步并入沙俄、1922年加入苏联。

Photo by Apneet Jolly on Wikimedia Commons

11 东干人

1860年代，同治陕甘回变，东干人因此迁入俄罗斯帝国。他们是讲汉语(接近陕西官话、甘肃方言)、使用西里尔字母的穆斯林。

Photo by Rob Macklem Victoria BC on Wikimedia Commons

14 卡拉卡尔帕克人

卡拉卡尔帕克人生活在咸海地区，文化深受其影响。咸海曾是世界第四大内陆咸水湖，但因苏联引水灌溉种植棉花，湖面面积萎缩逾90%。

Photo by ChatGPT

9 德国人

1941年，纳粹德国入侵苏联后，苏联政府怀疑俄罗斯境内的德国人可能与德国合作。于是苏联把约80万德国人流放到中亚各国及西伯利亚。

Photo by President of Russia on Wikimedia Commons

12 鞑靼人

鞑靼人在10世纪就接受了伊斯兰教，因此鞑靼人常被称为中亚穆斯林现代化的先驱，很多中亚知识分子受到鞑靼思想影响。

Photo by Gage Skidmore from Peoria, AZ on Wikimedia Commons



乌兹别克艺术家/马里尼卡·巴巴纳扎罗娃



从游牧民转为苏联公民

哈萨克人

Kazakh People

广袤无垠的草原上，哈萨克人骑着马，随着牲畜奔驰，逐水草而居，生活自给自足。

然而，缺乏常备军队、战争技术落后，使游牧社会容易遭受外来势力入侵。19世纪，哈萨克逐步被纳入沙俄^{注1}的统治体系，他们在草原上设立行政单位，固定氏族边界，打乱了哈萨克社会原本稳定的迁徙模式。

1920年代，苏联^{注2}推行农业集体化政策^{注3}，大量没收哈萨克人的牲畜，迫使他们进入集体农场。这场剧烈的制度转变引发大饥荒^{注4}，约1/3的人口因此丧生，也彻底切断了哈萨克人与游牧生活、口述传统与民族认同的连接。

尽管内心满是创伤，为了生存，哈萨克人不得不积极融入苏联体制，到工厂、矿区或新兴城市谋生。苏联摧毁哈萨克人的游牧社群结构，将其定义为落后民族，却也提供向上流动的管道——只要学好俄语，并认同自己是苏联公民，就能换取更好的工作与生活条件。

那身为游牧者、至少能背诵7代祖先族谱的哈萨克人消失了，他们成为一群失去历史感，与自我过去断裂的人。

注1：存在于1721~1917年的俄罗斯帝国。

注2：接在俄罗斯帝国之后，是1922~1991年存在于欧亚的联邦制社会主义国家。

注3：一场由国家主导、强制推动的农村改造，把原本分散、家庭经营的小农土地与牲畜合并成国营或集体农场，农民不再是地主或自耕农，而成为集体劳动者，粮食生产与分配交由国家统一管理。

注4：不管实际收成好坏，都必须缴齐「征粮配额」，所以当收成不足时，国家照样征粮，便引发大饥荒。

天父，求祢的大能临到哈萨克民族，医治他们在沙俄与苏联统治之下，所经历的深层创伤。语言是奠定一个人的思想、逻辑和行为的基础，愿祢借着哈萨克语的学习，引导他们重新找回自己的世界观、集体记忆、文化根源与民族认同。求祢赐给政府智慧，制定合宜的政策，妥善保存哈萨克民族的口述传统，使年轻世代认识自身的历史，重新与祖先建立连结，明白自己从何而来。愿哈萨克人有机会认识救主耶稣基督，因为祢能理解哈萨克人的历史境遇。奉主耶稣基督的名求，阿们。



神啊，你丢弃了我们，使我们破败。你向我们发怒，求你使我们复兴。(诗60:1)

令人意外的是，大卫没有使用「耶和華」(YHWH)，而是选择称呼「神」(Elohim)。古代近东的观念，神明有责任在战争中保护自己的百姓，因此，以色列人理所当然地期待神的庇护。

然而，当失败临到时，问题立刻变得尖锐。这不是因为别的神更强，也不是因为领土归属问题，唯一的可能是神自己容许，甚至主动让这事发生。这正是大卫内心最深的困惑。

大卫坦然承认被神丢弃的真实痛苦感受。信仰并不抹去伤痛，反而要求人正视这份疼痛。

我们不过是尘土，作为尘土有时确实会感到疼痛。因此，我们需要一种信仰，既能承载伤痛，也能承载祝福，在破败与复兴之间，容许人向神说出真话。



苏联殖民哈萨克？

殖民议题

中亚政治学家巴夫娜(Bhavna Dave)曾比较中亚和印度的被殖民经验，帮助人们更了解苏联的统治为中亚带来的深刻影响。

印度曾被大英帝国统治，殖民体制下孕育出一批接受英式教育的印度菁英，他们高举自由、民主与普世价值，透过漫长的反殖民运动，在冲突、辩论与抗争中逐步形塑出强烈的民族意识。然而，中亚以哈萨克为例，历史道路却截然不同。

哈萨克并未经历过一场反苏联的民族运动，他们的民族身分不是在反抗中形成，而是在苏联国家的规画下被塑造的。苏联一方面给他们民族名称、国界、文化展示空间，甚至是民族性格；另一方面却剥夺了人民自己定义民族、辩论历史、想像未来的权力。

哈萨克仿佛还来不及慢慢摸索「我们是谁、他们是谁」，就直接被带进民族国家的框架里。这样的历史断裂，深刻伤害了哈萨克人民定义自己身分的能力。正因如此，这个被苏联一手捏塑的国家，即使离开了苏联，仍深受苏联的框架影响。



首都阿斯塔纳的音乐厅



神啊，你丢弃了我们，使我们破败。你向我们发怒，求你使我们复兴。(诗60:1)

「发怒」(‘ap)，这个希伯来词与鼻子、鼻孔有关，描写的是一种带着情感张力的呼吸状态。希伯来语的理解中，气息象征生命，而呼吸的变化，正是情绪最直接、最真实的表现。

急促的呼吸、张开的鼻孔、脸部表情的改变，都是一个人愤怒时自然流露的外在状态。大卫具体描写他感受到的神的情绪反应。他相信的神是一位会感受、回应、被人的处境所触动的神。

大卫相信神不仅听得见人的祷告，也承受着人真实而强烈的情绪。正因如此，他才敢不加修饰地向神直言，把内心的破碎、困惑与痛楚如实说出口。

当你感到愤怒、失望或无法理解神的作为时，是否像大卫一样，把这些真实的情绪带到神面前，而不是先把自己整理成「合宜的样子」才来祷告？

天父，当哈萨克人的民族身分在国家规画中形成，求祢还给他们那段慢慢摸索「我们是谁、他们是谁」的时间，恢复人民定义自己身分的能力。求祢让这片土地用自己的语言讨论过去、想像未来。愿哈萨克人不再只是被管理的民族，而成为彼此倾听、共同承担、为自己发声的人群。愿哈萨克人更多认识祢，知道祢是那位创造的神。奉主耶稣基督的名求，阿们。



民族内的既得利益者

哈萨克民族地方精英

哈萨克人经常含笑感叹道，尽管他们的土地拥有许多矿产，但资源控制权却始终掌握在苏联席手中；生态遭破坏、土地被牺牲，所创造的利益不仅流向俄罗斯人，还有一大部分进了哈萨克民族地方精英的口袋。

哈萨克民族地方精英效忠于莫斯科，协助中央政府压制民间的不满，维持地方的表面稳定。他们既不组织民族动员，也不挑战中央权力，而是善用苏联体制，安插亲戚、同乡或自己人到各个关键职位，逐步经营地方权力网络，为自己人攫取最大好处。

哈萨克民族地方精英既不是被压迫到毫无选择的可怜人，也不是为民族牺牲的英雄，而是一群深度嵌入苏联体制的既得利益者，也是透过苏联体制筛选出来的关键合作者。正是这样的合作关系，使苏联得以维持近70年的稳定统治。而在苏联解体后，他们的上位，也让后苏联国家延续了同一套权力逻辑——以忠诚交换利益、以稳定压倒参与^注。

注：国家将「社会不出事、地方不动荡」视为最高目标，因此刻意压缩人民参与政治、公共辩论与集体动员的空间，把服从与管理置于表达与参与之上。



神啊，你丢弃了我们，使我们破败。你向我们发怒，求你使我们复兴。(诗60:1)

大卫在诗中运用了平行句法，使「丢弃」与「破败」彼此呼应。被神丢弃，具体表现在防线被击破。「破败」原是军事用语，指城墙被攻破、保护失效，一切原本倚靠的安全瞬间崩塌。

神被认为是保护者和赐下胜利者，如今城墙倒塌了，诗人自然理解为神的刑罚正在发生。

当我们的安全感被突破，直觉认为神正惩罚我们。我们期待神的看顾，却遭遇可怕的事，那样的时刻听见「神有祂的美意」，往往无法安慰人心，因为痛楚如此真实。

然而，大卫紧紧抓住一个信念，就是「神在乎」。这也是圣经给予我们的信念：神关心万事，也关心祂儿女所处的争战。因此，当保护没有出现，其中一种可能是神正在回应某种失序，有某件事或某个人触动了祂的愤怒。

天父，求祢医治苏联遗留的政治文化，让权力不在少数既得利益群体间流转，让合适的治理人才走进各个关键职位，替人民谋取福利。主啊，求祢帮助地方精英不只管理民众，也倾听人民心声；重视政权稳定的同时，也开放与民间沟通的管道，让人民能表达诉求、接收回应。愿福音进入这片土地，恢复被剥夺的叙事权，以及被压缩的公民权，让人民不再把沉默当成安全的集体记忆，而是在祢的光中学习合作、彼此倾听。奉主耶稣基督的名求，阿们。



隐而不宣的社会规则1

去政治化

形式上，哈萨克拥有宪法、国会、选举、多族群国家论述与公民权利。然而，无论是政治参与、族群关系、语言政策，还是日常互动，真正支配人们的行动和选择，往往不是明文制度，而是一套「隐而不宣、但大家都懂」的社会规则。

这些「看不见」的规则，深刻影响人们如何升迁、表态、避险、理解适当行为的边界。它们不是偶然形成的文化习惯，而是长期内化于社会的运作机制，其历史根源可追溯至苏联时期的生存经验。

苏联政府一条最核心的规则是：别让事情变成政治问题。不论是族群不平等、语言权利、资源分配、历史正义，往往被政府转化为行政、管理问题^注，因而失去了公开讨论，或成为政治议题的可能性。

像是2006年政府强拆阿拉木图郊区贫困家庭住屋事件，政府给的理由是土地使用违法、文件不齐全、都市规画需要，而不是农村哈萨克移民缺乏制度性安置、城市资源分配不均、国家经济利益未向底层流动，结果住房变成管理问题，贫穷成为个人责任。

权利是「国家给的空间」，而非可被主张、争取或制度化保障的东西。人们早已学会自我审查、调整语言、选择沉默。

注：不讨论权力、责任、制度，单单只在乎「怎么做比较顺」。

天父，那些在阿拉木图郊区失去房子的家庭，当结构性的贫穷，被翻译成文件不齐、用地违规；当城市资源的不均，被说成个人没有跟上规定，求祢把这些被转嫁的责任，重新指回国家制度本身，愿祢动工，使有贤有能者改善体制，让国家的土地、资源与经济利益，更加公平地分配给每一位人民。愿耶稣基督的爱，让哈萨克人得自由，使他们不再只是被管理的对象，而是可以说话、容许表达，重建哈萨克公共政治的时间与空间。当改变尚未临到时，愿人们在祢面前倾心吐意，在忍耐中不失盼望。奉主耶稣基督的名求，阿们。



神啊，你丢弃了我们，使我们破败。你向我们发怒，求你使我们复兴。(诗60:1)

诗篇的可贵之处，在于它不掩饰人的情绪，即使那些情绪听起来仿佛在质疑神的性情。希伯来信仰从未要求人先修正感受，才配来到神面前；相反，它承认一切真实的情绪，都可能成为通向神的道路。

感受不是本性败坏的副产品，也不是属灵失败的证据，而是人受造的一部分。

若神不承接人的情绪，不触及人的痛苦，祂就成了一位无法回应的偶像。大卫深知这一点，因此他以强烈的抱怨开启诗歌。这样的话只能对一位有感受、愿意聆听的神说。

我们与造物主的对话中，不只是陈述正确的信条，也容许真实的情绪发声。你上一次向神呼喊「Elohim，为什么」是什么时候？



隐而不宣的社会规则2

沉默、稳定与顺从

哈萨克人可以在正式场合使用几句哈语，以符合国家语言政策，却在日常生活、工作领域中持续以俄语或英语沟通。这种「形式上的顺从，比真实认同更重要」的文化，使政策在表面上看似成功，同时避免对生活世界造成真正冲击。它降低了冲突风险，也减少了国家必须投入的资源，但代价是制度与现实之间的长期断裂。

若要求公部门全面提供哈语服务、批评俄语太过优势，或是主张语言权利入法，则马上会被政府贴上「激进民族主义」、「破坏族群和谐」、「威胁稳定」等标签，引来的可能是官司缠身，或被迫流亡海外。语言只被允许作为文化象征，不能作为公民权利。

在哈萨克，政府追求的是国家稳定，对所有可能转化为政治动员的社会议题做预防性管控。这样的结构体制下，只有沉默、稳定与顺从的人民才得以存活。



你使地震动，而且崩裂。求你将裂口医好，因为地摇动。(诗60:2)

「医好」(rapha')的意思是「医治、恢复、使痊愈」。这个动词在旧约中多用于身体的医治，并清楚指出医治的主动权在神手中。以赛亚书53:5使用同一个字，描述那位受苦仆人所带来的医治，显明真正的复原，始终源于神的介入。

圣经没有把疾病或灾难简化为邪恶势力的攻击，或单纯归因于人的错误；相反，它提醒我们，若没有神的临到，再深的裂口也无法真正痊愈。健康与患难不只是属灵对抗的结果，也不完全取决于人的操作，而是始终置于神的主权之下。

诗人没有把rapha'局限于个人层面，而是扩展到国家，甚至土地本身。地的崩裂，象征整个群体的破败，不只因制度失效或防线瓦解，更是一种唯有神亲自介入，才能恢复的状态。

因此，真正的医治是出于神的恩典与作为。当我们面对破碎与失序时，不必急于寻找解方，而是谦卑转向那位能修复裂口、使生命重新站立的主。

天父，求祢看顾因为说真话而付出代价的人。求神帮助国家省思，有勇气给予人民表达意见的管道，当人民诚实勇敢地发声时，求祢保守他们，使这些讨论被当权者听见，并带出务实良善的社会政策。愿祢释放人们心中的恐惧，使诚实再次成为可能。愿哈萨克人有一天在祢的爱中找回母语，寻回属于哈萨克人的世界观与生命尊严，并认识祢起初创造他们的美好样式。奉主耶稣基督的名求，阿们。



历史在看着你，你会怎么活

口传史诗歌唱传统

「阿勒帕米斯是一位奇迹般诞生的英雄，他为了守护未婚妻古尔巴辛而远征，却不幸被囚禁7年。最后他骑着神驹回到家乡，惩罚了篡位者，恢复了国家的正义……」

在哈萨克，这类的英雄史诗极其宏大，至少有数千至数万行，一位经验丰富的吟唱诗人(Zhyrau)完成一部史诗，可能要花10~15小时。聆听哈萨克人的史诗吟唱，像是被卷进一个你不熟悉的世界，没有明确的副歌，时间感被拉得很长，像日落前的草原。它不追求高音或低音的技巧，反而是在对着土地、族人说话。有的史诗讲的是战争、失去、英雄或爱情，带给你慷慨激昂，同时也带给你一种克制的悲伤。虽然千疮百孔，但尊严仍在。

史诗还存在着一种奇妙的时间结构，它召唤哈萨克人进入一个时空隧道里——背后有祖先和历史，前方有后代和未来。他们不是孤身一人，而是历史中间的一环。史诗仿佛在问着哈萨克人：「历史在看着你，你会怎么活？」



Photo by www.david.baxendale.co.uk on Flickr

哈萨克口传史诗

天父，求祢向哈萨克人显明，他们不是历史的旁观者，而是被祢使用的荣耀器皿。求祢帮助他们看见，自己的生命和选择是重要的，祢使用他们所做的每一个微小决定和改变，这将影响未来与后代。也求祢带领他们学习与祢同行，在每一个选择中寻求祢的智慧，为下一代留下美好、丰富的生命影响。求祢医治哈萨克被压缩的悲伤，也恢复他们对责任的想像——不只是对国家，还有对祖先、对后代、对彼此。我们为哈萨克诗人祷告，愿他们帮助族人更了解自己的文化与历史。愿史诗在现今道德与公义模糊的空间，帮助哈萨克人认识祢起初创造他们的美好样式，并指引人们活出正直、良善、公正、勇敢等美德，使他们明白祢就是那一切美善的源头。奉主耶稣基督的名求，阿们。



你使地震动，而且崩裂。求你将裂口**医好**，因为地摇动。(诗60:2)

大卫深知若万有都在神手中，那么真正能为人、为国家、为大地带来医治的，唯有神自己。

「医治」(rapha')是神亲自介入，使失序的事物重新恢复原本的秩序。大卫诚实地承认，人连自己的生命都无法掌控，更不可能修复整个世界。

我们常以为制度、改革与努力可以带来医治，但历史一再显明，人试图靠自己解决问题，结果制造更多裂口。许多深层的破败，其实早已超出人类医治的能力范围。

因此，大卫明白出路不在人手中，只在那位能医治一切、使地重新稳固的主那里。



哈萨克语成为国家语言

语言政策

学习俄语，在苏联时代带给哈萨克人前所未有的教育、物质生活与社会流动的机会，然而，他们也逐渐忘记自己的母语，虽然活着，却无法用哈萨克语理解世界、参与政治。

苏联解体、哈萨克独立后，失根的焦虑成为公众关心的话题，并促成母语复兴运动。为了安抚群众、压制民族主义者的抗议声，哈萨克政府推行《语言法》，赋予哈萨克语为国家语言。过去被赶到厨房、没有前途的哈语，成为国家最高荣耀的象征，为哈萨克人带来巨大的心理补偿和集体荣耀。

但哈萨克的语言政策，主要是为了展现国家主权，切割过去与俄罗斯千丝万缕的关系。现实中，在官僚体制、商务、学术和日常生活中，依然大量使用俄语。此外，哈萨克的政治世家、俄化的哈萨克人、中产阶级等精英阶层，更倾向投资子女学习英语，而非哈语。纯哈萨克语者，似乎被赞美为文化正统，但在社会上反而处于弱势，语言并没有帮他们换到实质的经济、文化资本或阶级流动的机会。



Photo by www.david.baxendale.co.uk on Flickr



你使地震动，而且崩裂。求你将裂口医好，因为地摇动。(诗60:2)

当大卫面对个人生命与整个国家同时处于崩裂状态时，他选择向神呼求，因为他知道，掌管万有的耶和华是唯一能带来医治的主。神不是在我们做不到时才出手接管，而是一开始就是掌权的那一位。

人往往倾向相信制度、科技、立法或教育具有医治世界的的能力，其实这是披着理性外衣的人文主义神话。事实是人也许能滥用权力、资源与环境，却无力使世界真正痊愈。

历史充满这样的例证。人为的「治疗」不只没有止住破败，反而带来更深的混乱。正因如此，大卫没有选择自行补救，他转向神，因他明白善与恶的终极权柄并不在人手中。

天父，祢是从灰尘里抬举贫穷人，从粪堆中提拔穷乏人的神，愿祢带领政府看见那些被称赞为文化正统，现实中却是脆弱的纯哈语者，做出实质制度上的改革，使每个人公平地分享国家资源、阶级流动的机会。也求神赐给纯哈语者更多俄语教学资源，使他们有能力适应双语社会。愿语言成为生活的艺术，让不同背景的人彼此理解、共生共荣，并在耶稣基督里找到终极身分。奉主耶稣基督的名求，阿们。



被压迫的「殖民者」

俄罗斯人

Russian People

当哈萨克人抱怨自己在苏联时代被边缘化，要求恢复地位时，俄罗斯人同时也在哀叹自己的处境：「是谁建造了建筑、街道、学校和医院？是谁开发了这座城市(阿拉木图)？当然是我们！那时她还叫维尔尼(Vernyi)——一个纯粹的俄罗斯名字。现在我们俄罗斯人却被称为『殖民者』。你在哪里见过『殖民者』辛勤耕作，把一个荒蛮之地变成宜居之地？你听说过有哪个欧洲人听命于黑人？现在他们来了，什么文件都要改掉、重写所有街道名称。是谁教他们写字的？」

苏联时期，俄罗斯人是帝国的核心民族、国家语言的母语者，以及体制的中枢。但独立后的哈萨克，土地成为哈萨克族的祖居地，哈萨克人成为建国民族。俄罗斯人虽然没有被逐出哈萨克，却被逐出了国家叙事的主角。他们没有政党合法代表，也没有一套明确的制度，让俄罗斯族稳定地参与公共政治。

职涯晋升和权力核心中，越来越多哈萨克人步步高升，俄罗斯人却感受到无形的玻璃天花板，于是他们失落地选择移民，回到自己的祖国。



你叫你的民遇见艰难，你叫我们喝那使人东倒西歪的酒。(诗60:3)

神容许祂的百姓承受一种几乎无法背负的重量。「艰难」(qasha)在原文中指的是「过于沉重的轭」，也常用来描写牛在轭下挣扎、抗拒的状态。这个词不只描述外在的压力，也揭示内在的悖逆。以色列的光景正是如此：即便神曾将他们从埃及拯救出来，他们仍渴望照自己的方式生活，抗拒顺服神的引导。

人若拒绝神的引导，最终只会落入更沉重的捆绑之中。那「使人东倒西歪的酒」，正是人偏行己路后所尝到的结果，是失去方向、站立不稳的状态。

大卫明白，当人偏离神为他们所定的美好旨意时，神不是冷眼旁观，而是心碎不已。父亲有时必须容许孩子承担重量，为的是把生命拉回正确的方向。神容许艰难，并非出于伤害，而是为了引导人走向真正的丰盛。

天父，祢看见俄罗斯人在哈萨克独立后失去中心位置的失落。愿哈萨克人和俄罗斯人，都在基督里找到祢创造他们的本相，在祢的爱中寻回人性的尊严与身分。主啊，我们把哈萨克人与俄罗斯人复杂的民族关系交托在祢的手中，求祢医治把历史简化成二元对立、把结构性创伤变为彼此责怪的恶性循环。求主为哈萨克社会开出倾听彼此、整理过去、共同讨论未来的空间。愿这片土地学会彼此承担，走向真正的修复。奉主耶稣基督的名求，阿们。



被允许存在，却不被允许发声

少数民族

除了俄罗斯族，哈萨克还汇聚了乌兹别克、乌克兰、维吾尔、德国、鞑靼、韩国、库尔德、亚塞拜然、东干等少数民族。他们的处境并非遭公开压迫或排除在国家之外，恰恰相反，他们被高度「制度化」地纳入国家框架中——他们被允许存在，却不被允许发声。

哈萨克最常被拿来展示多元族群和谐，是「哈萨克斯坦人民大会」。它似乎是一个让不同族群共同参与国家事务的平台；但实际上，相去甚远。

人民大会的席位不是由族群选举或授权，而是由总统亲自任命，并被冠以一种「不可拒绝的荣誉」。这意味着，族群代表的合法性不来自族群本身，而来自国家最高权力。同时也代表着「谁被允许说话」，而非反映出「谁有权利表达诉求」。

或许是苏联解体的阴影，始终在执政者的心头盘旋，让政府将少数民族议题等同于国家安全。为了避免族群失控、国家崩溃，防止少数民族的集体动员，比什么都重要。



鞑靼人

Photo by Adam Jones on Flickr

天父，求祢在这个看似多元，实则封闭的「哈萨克斯坦人民大会」，打开真正回应族群需求的公共参与空间，使被排除的声音得以听见，使边缘的经验进入公共讨论。为执政者内心对失控、分裂与崩溃的深层恐惧祷告；求神医治那种用压制预防灾难、用沉默换取安全的集体记忆，愿恐惧不再主导国家的想像，愿诚实、信任与对话重新成为可能。愿哈萨克少数民族的身分不只停留在文化展示层次，而是能进入权利、资源、制度与未来讨论之中，彰显神的公义，也映照祢多元而丰富的创造。奉主耶稣基督的名求，阿们。



你叫你的民遇见**艰难**，你叫我们喝那使人东倒西歪的酒。(诗60:3)

诗人以强烈的语言，描绘一种被迫正视现实的经验。「艰难」(qasha)不只是沉重的负担，也包含人对「轭」的抗拒。人天生厌恶被限制，却常在失去界线之后，生命走向更深的混乱。

耶稣完全理解这层张力。神借着沉重的轭，使人看见自己的有限；耶稣却邀请人背负一个「轻省的轭」。这揭示了希伯来信仰与希腊式自由的根本差异。希腊思想追求不受限制的自主，却忽略了一个事实：宇宙真正的主权始终在神手中。

人一生必然要背负某种「轭」。问题从来不是要不要被轭约束，而是你选择背负哪一种轭。耶稣的轭仍然有重量，却不是压垮人的重量，而是人能承担，也值得承担的重量。

真正的自由，不在于没有任何轭，而在于选择那个带来生命、引向真实自由的轭。



一戳就破的泡泡

2022年哈萨克抗议

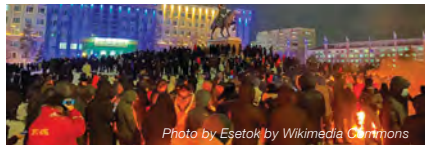


Photo by Esetok by Wikimedia Commons

2022年1月4日，阿克托贝的抗议者

哈萨克拥有丰富的石油和矿产资源，在苏联解体后，一跃成为中亚地区表现最强劲的经济体，但这份经济利益，却是由哈萨克精英阶层独享，哈萨克普通人的最低工资每月不到100美元。

汽油价格上涨、经济不平等、新冠疫情，及对前总统纳扎尔巴耶夫及其家族长期掌握国家资源的不满，让原本顺从、稳定又沉默的哈萨克民众，上街示威，持续一周的暴力动乱和镇压，造成百人被杀，近万人被捕。

这场暴动的起点——西部的扎瑙津，是哈萨克的石油心脏地带，贡献了国家大量的出口收益。然而，当地的基础设施落后，失业率高企。此外，哈萨克政府长期透过昂贵的能源补贴(低价瓦斯与油价)来换取民心的稳定。当政府决定取消能源价格上限、推动市场化时，直接影响了哈萨克人民的生存成本。

究竟新上任的托卡叶夫总统会就此削弱前总统「纳扎尔巴耶夫集团」的影响力？还是仅仅开启新一轮权力的新序幕？

哈萨克这种过度强调「稳定」的威权体制，不允许民众定义自己的需求或参与政治，终在2022年面临了挑战。但这场挑战是否真的改变了体制，仍有待观察。

天父，愿扎瑙津不再只是被抽取的边陲，而是成为一块人人皆可安居乐业的地方。求神改变政府长期使用低价能源，来替代制度改革与政治参与的施政策略，使人民有空间行使公民权利。我们为生活成本瞬间失控的家庭祷告，愿政府愿意开启民主讨论，设立过渡机制，并提供足够的社会保障，使人民不再独自承担政策转向所带来的重担。求神赐下权柄给清廉正直的领袖，带领哈萨克转型成为一个公民可以定义自身需求、允许公共出现抗议的社会，使信实的声音能被听见，使公义得以生根。奉主耶稣基督的名求，阿们。



你把**旌旗**赐给敬畏你的人，可以为真理扬起来。细拉。(诗60:4)

古代战场上，旌旗(nes)不只是一面用来辨识的标志，更象征集结、指挥与安全。士兵知道，只要向旌旗靠拢，就不致迷失方向。大卫借用旌旗，指出凡敬畏耶和华、投靠在他旗帜之下的人，都活在他的遮盖与保护中。

nes也出现在摩西于旷野举起铜蛇的记载中。那被举起的记号，成了医治与存活的所在。到了新约，耶稣刻意引用这个事件，指向自己将被举起，最终连结到十字架。这表明十字架不只是刑具，更是一面旌旗，一个身分的记号，宣告神正在展开祂的救赎行动。十字架呼召人站在神所立的标志之下，与祂的真理与旨意对齐。

大卫深信，只要奔向这面旌旗，就能得着真正的安全。耶稣也在同一条信仰脉络中，邀请人到祂那里，住在那不因环境动摇的保护之中。



在悲伤中疗愈自己

吉尔吉星人

Kyrgyz People

我的喉咙像被什么堵住，明明听不懂吉尔吉斯语，却从中听见了悲伤。

没有乐器，只有人声，拉长的哭腔、不稳定的音高，介于说话与歌唱之间的颤抖，这就是吉尔吉斯的哀歌。

吉尔吉斯哀歌会出现在婚礼中。它象征着新娘与原生家庭的情感断裂、与母亲、姊妹、村落的告别(游牧生活交通不便，久久才能回家一次)、对未知婚姻生活的恐惧与不安，像是一场「为活人办的丧礼」，作为家族成员的身分已经结束。

哀歌也会出现在葬礼上，主要由女性吟唱，唱的是逝者生前的善行、品德、英勇事迹、对家庭与族人的贡献及生活。哀歌拒绝让死亡迅速处理掉，它允许人们可以慢慢地咀嚼悲伤，好好地与逝者告别，集体疗愈失落的心情。

过去，哀歌被视为「游牧文化的百科全书」，内容充满了对游牧生活的描绘。随着吉尔吉星人城市化，这些传统意象和现代人的生活逐渐脱节，但适合现代生活的哀歌词汇尚在中发展中。



吉尔吉斯的婚礼

影片收录了30段吉尔吉斯葬礼哀歌

Photo by Evgeni Zotov on Flickr

天父，祢是天地万物的创造主，祢创造了吉尔吉星人，他们在岁月中发展了独特的哀歌文化，其中蕴含丰富的游牧生命经验，也承载着他们对生死礼俗的深刻体悟。感谢祢赐给吉尔吉星人智慧，使他们懂得在死亡面前诚实地咀嚼悲伤，学习与逝者告别，并在群体中彼此扶持，医治失落的心。愿他们在这个世代，发展出适合现代生活的哀歌词汇，继续保存这份珍贵而独特的文化遗产。也求祢恩待信主的吉尔吉星人，愿他们吟唱出承载福音盼望的哀歌，让更多人认识救主耶稣基督。奉主耶稣基督的名求，阿们。



求你应允我们，用右手拯救我们，好叫**你所亲爱的人**得救。(诗60:5)

「你所亲爱的人」(yedideka)可指以色列群体，也可指个人，强调他们在神眼中被爱的身分。大卫向神呼求拯救，并不是因为以色列配得拯救，而是因为他们属于神，是神所爱的。正是这份不变的爱，使神持续向祂的百姓守约施慈爱，即使他们悖逆、不忠，神仍不放弃。

父亲并不需要孩子先证明自己的价值，才愿意去爱孩子。大卫的祷告预设一个事实：以色列即使失败，仍然是神所爱的。他一方面为百姓代求，一方面仿佛也提醒神，父与子的关系依然存在。

有时我们需要这样的提醒，特别是在最软弱、感到被神遗弃、觉得自己不配神的拯救时，听见那句话：「你是我所亲爱的人。」



日常再也不日常

费尔干纳谷地

费尔干纳谷地是中亚最复杂，也是世界最具族群张力的地区。她横跨乌兹别克、吉尔吉斯、塔吉克三国边界，是个地理上连续，却被国界切碎的盆地。

对乌兹别克而言，费尔干纳是人口和农业中心，拥有国家粮仓的地位，政策倾向强烈中央集权、严格边界控管；对吉尔吉斯来说，这里是城市乌兹别克人和吉尔吉斯农牧民的居住地，充满族群矛盾，2010年奥什冲突^{注1}即源自于此；塔吉克在费尔干纳拥有多个飞地^{注2}(如洛拉佐、沃鲁赫)，村民一出家门，就可能跨越了国界。「这条路到底算谁的？谁可以用这条水？小孩上学要不要过边防？我能跨越边界去市集吗？」协商这些问题，是他们的生活日常。

费尔干纳谷地这项难题，源自苏联的民族划界。当时为了方便管理、统计人口和收税，苏联硬是把族群复杂、文化交融的人们分门别类到不同族群里。没想到苏联解体，让原本一个共同生活的世界被国界切割，人们的日常再也不日常，反复被拉进国家与边界的矛盾中。

注1：见7月14日的内容。

注2：一个国家或地方的领土，在地理上被其他国家完全包围或隔开，形成孤立区域，必须穿越他区才能到达。



费尔干纳谷地的市集



求你应允我们，用右手拯救我们，好叫你所亲爱的人得救。
(诗60:5)

「拯救」(yasha)这个动词，描写的是神把人从狭窄之处带进宽广之地。那狭窄之处，是视野被压缩的空间，人只能反复看见自己的不配、失败与罪恶，如同困在幽暗的隧道里；而「宽广」则象征被释放的自由，能再次站立、行走，重新进入生活。

从困境走向安全，从来不是靠意志撑过去，而是需要外来的介入。旧约一再显示，无论是国家或个人，当面对仇敌、灾难、饥荒或疾病时，真正的拯救从不出于人自己，而是来自那位被称为「拯救者」的神。

因此，大卫所求的不是一点心理安慰，也不是情绪的缓和，而是神亲自出手。「右手」象征神的能力与实际行动。拯救不是心境的转换，而是神把人从无法自救的处境中领出来，使生命重新站立，进入祂所预备的宽广之地。

天父，在国与国充满对立与彼此标签的时代里，求祢帮助我们包容不同意见。求祢教导人们聆听，而不是急着回击；理解，而不是立刻定罪，让人们在冲突中仍保有尊重，在差异中仍看见对方的尊严。愿祢的灵引导人们走向对话、修复与重建，使破裂的关系有重新恢复的可能。我们为乌兹别克、吉尔吉斯与塔吉克三国政府祷告，愿他们制定出真正贴近费尔干纳谷地人民的政策，使百姓得着安定。奉主耶稣基督的名求，阿们。



跨越边界

塔吉克人

Tajik People



卡拉苏的爷爷原出身于乌兹别克苏维埃共和国境内的塔吉克小村庄，年轻时移居到吉尔吉斯苏维埃共和国。临终前，他反复交代：希望葬在祖国，即现在独立的乌兹别克境内。于是卡拉苏一行人，载着遗体，踏上一千公里的旅程。

「我们到了费尔干纳谷地乌兹别克的哨所，用手抬着尸体，在酷热中一路赶来，但卫兵禁止我们入境。你能想像吗？」卡拉苏气愤地道。

「我们向卫兵解释，死者来自乌兹别克的塔吉克村，祖辈都葬在那里，他是某某家族，为社区做过哪些贡献。你知道卫兵怎么说吗？他们是乌兹别克人，他们对着我们这群哀悼的亲属说：『我们要你们塔吉克人的尸体干什么？难道我们自己的尸体还不够多吗？』」

卡拉苏说：「这是赤裸裸地种族歧视。我们甚至准备好行贿的费用。看着装满走私品无需检查就能穿越国家边界的政府车辆，我只觉得很不公平。」

穆斯林强调速葬——死后必须在数小时内安葬，遗体应尽快回归真主。亲友通常会通力合作完成葬礼，以尽孝道，让灵魂安息。因为他们相信，下葬前的每一分钟，死者的灵魂都在遭受折磨。

天父，当塔吉克家庭为着好好埋葬所爱的亲人，努力协商、争取机会时，求祢为他们开路。愿神安慰卡拉苏一家人，即使最终无法照原先期待的方式安葬，他们所流的每一滴眼泪，祢都记存。愿像卡拉苏一家的塔吉克人，把「无法快速安葬亲友」的恐惧与不安交托在祢的手中，愿从圣灵而来的平安与确据亲自降临在他们心中。愿神赐下智慧，帮助塔吉克人发展出另一套合适当地处境的葬仪文化。奉主耶稣基督的名求，阿们。



求你应允我们，用右手拯救我们，好叫你所亲爱的人得救。
(诗60:5)

有时，我们被罪层层包围，甚至感觉自己正被神限制。沉重的轭拦阻我们自由行动，使人感到压力与负重。但正是在这样的时刻，我们需要重新辨认这份重量真正的意义。

这种被限制的经验，反而使人确知自己仍是蒙爱的。若神不爱我，祂就不会纠正我，我也不会有任何感觉，既没有痛苦，也没有挣扎，更没有被催促的力量。正因为神爱我，祂才不容我在罪中安逸。这份不安，本身就是爱的记号。

大卫明白，被限制并不等于被弃绝，反而显明自己仍在父亲的手中。也正因如此，人才能开口呼求拯救，并且深知神必定垂听，因为正是祂先在我里面动工，催促我呼喊。

或许有些时候，我们所能做的，真的只剩下一句呼求。但父亲正等候那一声呼喊，那一声呼喊，足够使祂起来施行拯救。



社会不平等

乌兹别克族

Uzbek People

2010年，正当吉尔吉斯北部人民在漫天烽火中，高喊着推翻暴政的政治革命口号，抗议巴基耶夫政府的腐败和任人唯亲，以及国家糟糕的经济状况时，南部奥什市也深陷水深火热之中。

吉尔吉斯南部资源长期集中在乌兹别克族手中，他们多居城市核心，掌握商业、农产品市场，教育程度与经济资本相对较高。而吉尔吉斯族虽然是国家的主要民族，却是南部的经济失败者。他们多居城市边缘与乡村，近代才大量进入城市，面临失业与向下流动的压力。

吉尔吉斯族不满的情绪逐渐累积，零星的冲突和谣言，很快演变为有组织的纵火、针对乌兹别克族的攻击。军警选择性失职，放任吉尔吉斯民众夺走装甲车上的武器。事后的遭司法起诉者也多为乌兹别克人，有报告证实当局在拘留期间普遍使用酷刑获取口供。

2010年奥什冲突，破坏了原有的族群混居的可能，让吉尔吉斯人和乌兹别克人不愿意再走进彼此的社区，后续不平等的司法处置，在奥什城市内部筑起了一道无形但深刻的族群界线。



在冲突中被焚毁的建筑物



不要自私自利，也不要贪图虚荣，只要谦卑，看别人比自己强。（腓2:3-4，新译本）

「没有一件事出于自私的野心」（meden kat'epithean）。这不是温和的劝勉，而是指出一种属于基督之人的生命样式。

当我们尝试把这句话放进日常生活时，各种细微而熟练的合理化与自我辩护立刻浮现。因为「没有一件」（meden）这样的宣告，对人以自我为中心的的本性而言，几乎是致命的挑战，使人迅速反击，试图为自己保留多一些空间。

于是，我们开始为了自我防卫而重新命名各种行动，把「自私」包装成「必要」；把「内心的空洞」称为「合理的需要」，最后理直气壮地让身边的人与环境，成为满足我们欲望与安全感的工具。

保罗的话之所以令人不安，正因为它毫不妥协地揭露了这种自私的生命状态。保罗呼召我们走向一条不再以自我为中心的路，而是以基督为中心的生命方向。

天父，因着相信耶稣基督是神的儿子，便不再分犹太人或外族人、奴隶或自由人、男人或女人，因为在基督耶稣里，我们都成为一了。愿乌兹别克族和吉尔吉斯族也因着归信祢，在基督里合为一体。求祢赐给吉尔吉斯政府智慧，制定合宜的政策，使乌兹别克族与吉尔吉斯族在经济与政治上公平发展。愿政府在司法处置上持守公义与怜悯，以人道回应伤痕累累的乌兹别克社群。愿圣灵带来的和平再次临到这片土地，使撕裂的关系得着医治，使族群重新学习共居，慢慢重建信任。奉主耶稣基督的名求，阿们。



进城去，为尊严打工

仪式经济

吉尔吉斯南部阿克塔特尔，村民们正在欢庆一场盛大的仪式。萨尔肯奈告诉我，这是她哥哥的两位年幼儿子的割礼宴，「我在莫斯科担任清洁工时，辛苦存下的九千卢布，全都拿来协助哥哥置办宴席了」。

在阿克塔特尔，土地匮乏、跨境贸易受阻^{注1}与在地就业不易，许多人赴俄打黑工。这类工作通常没合约、无保障、高工时，还有随时被遣返的风险。但为了家庭生活开销，及履行社会礼俗——婚礼、割礼与其他生命周期仪式(统称为Toi)^{注2}，吉尔吉斯人别无选择。

不办仪式，或办得过于简陋，会被村里人看不起、觉得羞耻。即便近年来全球经济未见好转，举办仪式的成本仍不断攀升，各家互相比拼谁家的仪式规模比较大。家庭宁可在其他方面节省，甚至举债，也要维持仪式的体面。

吉尔吉斯人不是因为生性铺张浪费，而是因为国内失业率高，赴俄打黑工，仪式成为唯一让自己活得有尊严、有地位，并维持村里社群关系的象征。

注1：跨境贸易通常会途经哈萨克，常遇贪婪收取贿赂的警察，只有最富裕、具备足够资本的农民，才有能力将作物销往邻近边境市场以外的地方。

注2：一场婚礼仪式的支出包括聘金、新娘嫁妆(衣物、家具)、宰羊、肉、米、油、面粉、礼物与回礼、音乐、歌手、婚礼车队等等。

天父，当尊严只能靠仪式维持，当羞耻成为无法拒绝的压力，求祢亲手托住吉尔吉斯人，并对他们说：「凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。」愿祢的福音转化吉尔吉斯人的社群，使人们在基督的爱里，学会彼此扶持与包容。求祢释放人们心中出于压力和羞耻的责任重担，让他们深知自己已被接纳，不需外用形式证明价值和归属。愿他们重获爱的自由，既能甘心付出，也能温柔地看见、守护彼此的需要和界线。求祢在吉尔吉斯动工，赐政府足够的资源与智慧，发展社会福利、创造就业机会、重建地方经济，使生计、照顾与尊严，不再只靠移工的牺牲来维持。奉主耶稣基督的名求，阿们。



不要自私自利，也不要贪图虚荣，只要谦卑，看别人比自己强。(腓2:3-4，新译本)

「凡事不出于自私」从来不是一条容易走的路。属灵操练的起点，往往不是立刻战胜自私，而是学习看清自己回应的究竟是「需要」，还是「欲望」。

「需要」有一个清楚的特征，就是它可以被满足，也会自然结束。饥饿时进食，饥饿便退去；口渴时饮水，干渴随之消失。一旦需要被满足，他便退出生命的中心，不再持续要求。

「欲望」却完全不同。无论你如何喂养，它都不会主动退场。「欲望」会不断扩张，把一切「想要」都包装成合理与必要，让人不知不觉把权力、财富、名声与享乐纳入「需要」之中，最终成为生命运转的核心。属基督的人千万要谨慎、警醒。



被绑架的新娘

抢婚习俗

19岁的古米拉是一名公务员。某次与同事聚餐时，她被几名男性同事骗上了一辆计程车。绑架她的，是与她在街上擦肩而过、对她一见钟情的男子包尔江。古米拉极力反抗，疯狂尖叫，拒绝戴上象征接受婚姻的头巾。但在男方女性亲属、母亲、阿姨和婶婶的轮番劝说下，古米拉哭着妥协了。

抢婚是吉尔吉斯近代发展出来的习俗，在失业与贫穷蔓延、无力负担婚礼与聘礼、国家法律执行薄弱，以及重建民族主义与男性尊严等多重因素交织下，非自愿抢婚越来越普遍。

古米拉为什么不反抗呢？因为反抗的代价高昂。在吉尔吉斯社会，被绑架的新娘若选择回家，会被视为可耻、被污染的人，整个家族也将因此蒙羞。女孩往往被贴上固执、好斗、麻烦人物的标签，未来甚至可能再也嫁不出去。

古米拉的母亲、阿姨和婶婶，曾经也都是被绑架的新娘。戴上象征接受婚姻的白色头巾，是她们唯一活下来的选择。现在，她们苦口婆心的劝说古米拉接受，仿佛也在反复说服自己：当年那样做，是对的。



Photo by Charles Reid on flickr



抢婚习俗

天父，吉尔吉斯女性害怕社会孤立和污名化，无奈接受抢婚时，求祢靠近古米拉这样的女孩，在她们失去身体与未来的选择权，声音难以被听见时，求祢向她们显现祢的安慰、慈爱和医治。祢保守她们不被痛苦摧毁，并在祢的爱中重建身分与尊严。我们将因抢婚而进入婚姻的女性交托给祢。求祢在她们的家庭动工，愿她们得到丈夫的善待与保护，并有机会认识祢，在福音中探索爱的真谛。愿祢赐下智慧，带领吉尔吉斯政府有效解决失业问题，让抢婚习俗不再成为国内风潮。奉主耶稣基督的名求，阿们。



不要自私自利，也不要贪图虚荣，只要谦卑，看别人比自己强。（腓2:3-4，新译本）

人最擅长把「欲望」伪装成「需要」。因此，我们不能单凭自己的感受作判断，而需要聆听神所赐下的话。

例如，当耶稣吩咐「爱人如己」时，祂并不是要我们先把自已填满，再分一点余裕给他人，而是把原本投注在自己身上的关怀，直接转向邻舍。这不是自我满足之后的慷慨，而是生命重心的转移。

这是一条需要时间的路。有些能立刻察觉，有些可以处理，有些却需要很长的时间才能看清。但神满有耐心。属灵生命的操练，不在于瞬间达标，而在于是否持续朝着「没有一件事出于自私的野心」的方向前行。

重点不在于我们是否已完美，而在于我们是否朝向对的方向，越来越像这国度的人。



革命循环

郁金香革命

「阿卡耶夫，滚蛋！」、「没有阿卡耶夫的吉尔吉斯！」

曾被西方誉为中亚最开明的领袖——阿卡耶夫(Аскар Акаев)，在长期执政中逐渐失去民心。其家族掌控经济命脉、儿女介入政商利益、打压媒体与反对派、操控选举。在贫穷与高失业率下，人民的不满不断累积。2005年，怒火自吉尔吉斯南部城市一路向北蔓延，最终烧进首都比什凯克的总统府。

这场被称为「郁金香革命」的群众运动，短期内确实带来政坛洗牌，却未能触动国家运作的核心逻辑。腐败、家族统治与行政资源的私有化依旧存在，宪政设计、权力制衡与选举制度等关键改革始终缺席。革命结束后，政治权力几乎立刻再次回到一群精英手中。这也解释了为什么吉尔吉斯会陷入2005、2010、2020年等多次革命。

苏联训练人民服从国家，而非参与公共政治。即使在独立后的吉尔吉斯，社会虽然保有动员与推翻政权的空间，却缺乏建构新制度的能力。当革命只停留在推翻领导人，却没有留下让人民持续参与政治的机制，国家便只能回到相同的逻辑中，反复轮回。



前任吉尔吉斯总统阿卡耶夫



不要自私自利，也不要贪图虚荣，只要谦卑，看别人比自己强。
(腓2:3-4，新译本)

「自私自利」在希腊原文中是一个相对罕见的词，最初与「日工」相关，用来形容一种为报酬而工作的心态。这类人专注于自身利益，只关心自己能得到什么，甚至不惜代价达成目的。这个词所描绘的，不只是外在行为，而是一种被个人野心驱动的内在取向。

因此，保罗的提醒直指行动背后真正的动机。问题不在于事情本身是否正确，而在于我是为了什么而去做。

信仰的省察也不只属于敬拜或灵修的时刻，而是延伸到每一次人与人的互动之中。仅仅完成外在要求仍然不足，真正的实践必须来自一颗愿意放下算计的心。这不是对行为的微调，而是对动机的更新。

天父，当革命一次次的爆发，却没有留下稳定、有公义、好怜悯的社会制度时，求祢打破这螺旋式的恶性循环，为吉尔吉斯开创出新的格局。愿祢翻转吉尔吉斯，顺利建立新的政治制度、人民长期参与的公共机制，以及让人民持续发声的管道，使她成为更健康、包容、宜居、人人皆有参与政治的国家。奉主耶稣基督的名求，阿们。



会说俄语的韩国人

高丽人

Koryo Saram

吉尔吉斯高丽人不是南韩人，也不是北韩人，是苏联历史创造出来的第三种韩国人身分。

20世纪初，饥荒、自然灾害、剥削、失去土地所有权，以及后来日本占领朝鲜后的镇压行动，迫使许多韩国人移居到俄罗斯的远东地区。1937年，史达林担心韩国人可能替日本从事间谍活动，于是将他们强制迁移至中亚。当时约有17~18万名韩国人被装上货运列车，数周内送往中亚各地，包括吉尔吉斯。韩国人勤奋务农、快速掌握俄语、作风低调、不搞抗争，因此被苏联赞誉为「模范少数民族」。

由于高丽人使用的是19世纪的朝鲜方言，且混入大量俄语词汇，与现代南韩标准语差异大，因此面对吉尔吉斯独立后的民族主义，他们不像德国人、俄罗斯人大规模移民祖国，而是留了下来，在夹缝中求生存，采取务实的应对策略——放弃进入国营企业、政府部门，转向中小型企业、私营部门就业，远离政治权力核心。当国家逐步界定谁才是「真正的国民」，不参与政治，便成了少数民族群最安全的生存方式。

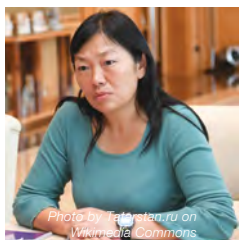


Photo by Jalesteqra on Wikimedia Commons

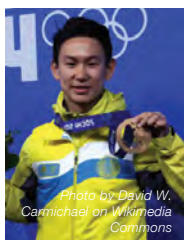


Photo by David W. Carmichael on Wikimedia Commons

左图为在俄高丽裔韩国女商人塔蒂亚娜·金，右图则是哈萨克高丽裔花式滑冰运动员丹尼斯·谭

天父，当高丽人远离政治以求生存时，求祢让他们仍然保有发声、做决定的空间。即使只能在吉尔吉斯的缝隙中生活，求祢保守他们的内心，仍然有探寻自我的渴望，在祢的面前找到完整的身分认同。求祢赐下医治、勇气与盼望，使高丽人敢于自由参与公共事务，相信自己不只是经济的一部分，也是社会中有权利、有责任的公民。愿高丽人的下一代，能在政治参与、公民权利上，拥有更多自由。愿神差派更多俄罗斯宣教士来到吉尔吉斯，与高丽人建立美好的人际关系，并向他们诉说耶稣的奇妙故事。奉主耶稣基督的名求，阿们。



不要自私自利，也不要贪图虚荣，只要谦卑，看别人比自己强。
(腓2:3-4，新译本)

这段经文所指向的，是拥有基督心思的人，不再以人类的成就或社会的评价来衡量自己，而是让生命重新校准神国的价值。

许多看似高尚，甚至认为是为他人付出的行动，往往仍掺杂着对自身得失的计算，或对脆弱自我的保护。

正因内在的纯净如此不易，才显得格外珍贵。拥有主心思的生命，不是靠意志撑出来的表现，而是让思想与情感持续被神塑造，使行事为人自然反映基督的样式。这样的生命，只能在圣灵的引导中，慢慢成形。

当你准备为他人付出时，不妨刻意安静片刻，把动机交托给神，求祂光照你内心真正的渴望，并引导你作出单纯而诚实的选择。



东干人的多重归属

东干人1

Dungan People 1

「我们是吉尔吉斯的『小民族』。」

「祖先离开了中国，我们还算是中国人吗？可以确定的是，我们是穆斯林。」

「在吉尔吉斯，他们都把我们当『客人』。」

「比起陕西方言歌曲，我更想唱苏联老歌。」

东干人是讲汉语(接近陕西官话、甘肃方言)、使用西里尔字母(苏联时期语言政策的结果)的穆斯林。1860年代，同治陕甘回变^注，东干人因此迁入俄罗斯帝国。

东干人的身分认同是多重复杂的。他们对家的感知是复数的——陕西、甘肃代表着文化、血缘的连结，提供他们语言、饮食习惯和最初的历史叙事；苏联则是主导着他们的世界观，因为东干人很大一部分的生活是由俄语、苏联教育和社会体制构成的；中亚则代表着生存、法律和居住的保护，这块土地养育了他们，给他们公民权和居住权。

东干人在这三种认同中，交织出独特的「东干性」。他们的生命经验并不是迷失在三者之间，而是同时丰富地拥有多个世界。

注：陕西省和甘肃省的大规模回民动乱，主要为回、汉和其他族群之间的相互大规模屠杀，波及青海、新疆、内蒙古和内蒙古。

天父，东干人就像第三文化小孩，背负着多重复杂的认同归属。愿祢向东干人敞开福音之门，差派宣教士走进他们中间，向他们讲述主耶稣基督的救恩。或许那句「在吉尔吉斯，他们都把我们当『客人』」所带来的落寞，能帮助东干人更深体会：「我们在世上原是客旅，是寄居者。」愿这样的处境，引领他们转向祢，在基督里找到真正的归属。也愿祢使用这个看似微小的民族，使他们成为圣洁、贵重、荣耀祢的器皿，在多重文化的交会之处，见证主耶稣基督的大能与恩典。奉主耶稣基督的名求，阿们。



不要自私自利，也不要贪图虚荣，只要**谦卑**，看别人比自己强。(腓2:3-4，新译本)

「谦卑」(tapeinos)意思是「软弱、卑微、不重要」。希腊文化高度重视自主、荣耀与尊严，而谦卑所描绘的，却是一种受制于人、仿佛失去主体性的状态。对希腊人而言，这样的生命处境从来不是值得追求的。

然而，圣经对谦卑的理解，根源于希伯来思想。它是一种出于意志的行动，是人在神或他人面前，甘心选择使自己降卑。这并非否定自身价值，而是在关系中主动作出回应，以尊重、俯伏与顺服，让位给对方。

希伯来传统中，谦卑关注的不是我「是」什么样的人，而是我「如何行动」；谦卑不止于理解或认同，而是实际地弯下身体，为他人让出空间。

今天在关系或冲突中，我是否愿意主动放下自我防卫，选择尊重对方、为对方预留空间，活出真正的谦卑？



边境上的暴力

东干人2

Dungan People 2

2020年2月，哈萨克南部的科尔代地区发生一场震惊中亚的族群暴力事件，大量东干人越过边境逃到吉尔吉斯。

事件的导火线，是一场看似普通的个人冲突与交通纠纷。为什么最后会演变成族群冲突？

哈萨克的农村边境地区，长期存在资源竞争、经济不稳定与对国家分配的不满。当这些不满缺乏向上指向国家的管道时，它们往往会横向转移，指向身边最显眼、最容易被标记的「他者」。而哈萨克在独立后，为了建立强大的国家意识，推行了简单、有利于国家治理的二分法——哈萨克族是主人，其余民族是「他者」。东干人，恰恰正好站在「他者」的位置上。

此外，照片、短影音在社交媒体中迅速流传，形成一种情绪优先于事实、事件去脉络化的公共空间。因此，复杂的社会问题被简化成二元的道德对立，暴力被视为合理的回应。

2020年2月，成了东干人记忆深刻的集体创伤。



Photo by Professor Hai Feng on Wikimedia Commons

天父，求祢不要让东干人成为宣泄愤怒的替代品。愿祢成为东干人的岩石、山寨、磐石，东干人所投靠的神。求祢医治东干人的集体记忆——那种随时可能再被指认、再被标记、再被驱离的恐惧。求祢在吉尔吉斯和哈萨克边境动工，让人们有向上问责的管道，让公共空间容得下复杂的讨论，让国家的治理不再靠二元划分，并培养公众的媒体素养，使人们更愿意理解事情背后的整体脉络。愿主带领东干人走向一个安居居住、放心表达自我、被接纳包容的未来。奉主耶稣基督的名求，阿们。



不要自私自利，也不要贪图虚荣，只要谦卑，看别人比自己强。（腓2:3-4，新译本）

「谦卑」(tapeinos)在今日常被视为削弱自我，刻意把自己放在顺服的位置，往往被解读为懦弱或失败；相反地，高举自我、强调主体性，才被认为是实现价值与尊严的方式。

基督徒固然被教导要以谦卑为美德，也在观念上承袭希伯来式的理解，但教导本身并不必然带来生命的转化。当人长期浸润在崇尚自我、贬抑所谓「软弱」的文化中，在他人面前选择降卑，往往令人不安。我们会本能地抗拒这样的姿态，渴望被肯定、被看重。

事实上，环绕着我们的世界文化，常常比信仰语言更具塑形的力量。保罗当年使用「谦卑」这个词，几乎是刻意刺痛每一位希腊读者，挑战他们对尊严与价值的既定想像。今日，这样的刺痛是否也同样临到我们，动摇我们对自我、对尊严，以及对生命方向的理解？



唯一引爆内战的民族

塔吉克族

Tajik People

塔吉克族是一群在中亚、讲波斯语的逊尼派穆斯林。不过20世纪以前，中亚并没有「塔吉克民族意识」，人们更多是以出生的地域、城镇或社群来识别自己的身分。

1924年苏联民族划界^{注1}后，「塔吉克」族名才正式诞生。然而，塔吉克人的传统社会结构并未随着苏联推动现代化^{注2}而崩解。相反地，苏联为了治理方便，直接利用原本就存在的家族与社区关系来设计集体农场制度，并依照地域来分配资源与权力。原本只是生活中的地方认同与家族连结，也因此被拉进国家体制，成为政治运作的一部分，变得更加坚固而难以撼动。

1991年9月，随着苏联迅速解体，塔吉克被迫宣布独立。国家尚未站稳脚步，潜伏于社会中的派系势力迅速浮上台面，转化为彼此对立的政治阵营。重要的是，「你来自哪个地方、属于哪个家族」，而不是「塔吉克人」。当这些地域与家族连结被带入国家权力的争夺之中，各方势力相互竞逐，最终引爆了1992年的塔吉克内战。

注1：1920~1930年代苏联根据族群重组行政区划，将原本模糊、重叠且流动的族群认同标准化、固定化，因此创造了许多族名，例如塔吉克、哈萨克、卡拉卡尔帕克族等。

注2：透过国家的高度集权，将一个落后的农业国家在极短时间内转变为工业强国。这场变革在史达林时期(1920年代末至1930年代)达到顶峰。

天父，求祢仰脸光照塔吉克，这是一片充满伤痕的土地，有内战的历史，有苏联的印记。愿塔吉克人在基督的爱中缠裹伤处，得蒙神医治的恩。愿主亲自为塔吉克人带来和平，祢曾以自己在十字架上的身体，拆除分隔犹太人和外邦人那堵敌对的墙，使他们联合为一个群体。今天，我们也向主呼求，拆除塔吉克人各派系之间的墙，因为他们同属一个国家、同住一片土地上。愿圣灵运行在塔吉克人心中，带领他们到主面前，不仅与彼此、万物和好，也与上帝和好。奉主耶稣基督的名求，阿们。



各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。(腓2:4，新译本)

保罗的语气比中文翻译所呈现的更为直接。原文可直译为「不是顾自己，而是顾别人」，其中没有额外加上「单」。经文指向的重点很清楚：问题不在于顾得够不够平衡，而在于「自我」必须放下。

我们的翻译容易让人以为，只需要处理那些明显与他人产生冲突的个人利益，至于看似合理、中性的自我关注，仍然可以保留。但保罗没有留下这样的模糊空间。凡是以自我为中心的取向，无论包装得多么合理，都需要节制与转向。

经文呼召我们放下自我，同时呼召我们进入神与他人生命中的工作。

神的旨意本就超越关切个人。祂邀请我们一同参与国度的更新，进入那指向永恒的计画。个人利益终究止于自我，而神的工作，却延伸向万有。



飘荡在记忆深处的幽灵

塔吉克内战

「1992年的夏天，在南部库利亚布，」一名妇女回忆道：「他们叫我们上车，说只是检查。车厢没有窗户，我抱着孩子，闻到柴油味。车一开动，就有人开始哭。」

「那不是军车，是农用卡车。沿途有人被拖下车、再也没有回来，没有人敢问为什么是他。」她说：「那时我学会一件事：『不是你做错什么，而是你出生在哪里。』」

塔吉克内战中，地域的身分认同比政治立场更加致命。这场内战造成6万多人丧生，100多万人流离失所。库利亚布派^注得到最终胜利，掌握国家实权，铲除反对派，把自己人安插进官僚体系，压制宗教发展，以防出现政治动员。

「我们经历过艰难岁月，所以必须珍惜稳定。」这句话仿佛成为塔吉克人的紧箍咒。1992年的内战变成了一种不能被讨论、公开纪念的幽灵，以恐惧的形式飘荡在每个人的记忆深处。从此以后，政治不再是公共讨论，而成为家庭里刻意避开的话题。

注：库利亚布派为现在的塔吉克人民民主党，至今仍是塔吉克执政体系的核心力量，也是目前执政32年埃莫马利·拉赫蒙总统的所属政党。



内战期间被摧毁的矿坑装置



各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。(腓2:4，新译本)

当我「顾念别人的事」时，必须把神的观点纳入其中，用永恒的眼光来看待他人。我所关注的，不再只是自己的利益，甚至也不仅停留在对方眼前的需要，而是留意神正在我们生命中成就的工作。

人天生渴望生存，生存的本能使我们自然地优先顾及自己，这正是邪恶倾向(yetzer ha'ra)。保罗的呼召，并不是否定这股力量，而是引导我们，将原本用来保护自己的能量，转化为服事他人的动力。

然而，这样的转化不会自然发生。因此，我们需要刻意善待他人，重塑内在的倾向；对每一个服事人的机会保持敏锐，学习察觉他人生命的脆弱，并以敬虔的关怀来思考、说话与行动。当yetzer ha'ra再次占上风时，我们也要愿意回转，在神面前悔改，重新对齐祂的心意。

天父，我们为那些失眠、受创伤、对政治感到恐惧的塔吉克人祷告，求神抚平他们的心灵，医治他们的伤口。求圣灵在塔吉克人的心中动工，使他们分辨何时要保持沉默，何时要争取应有的权益。若有人不被允许说话，求神先聆听他的故事。主啊，祢知道塔吉克为稳定付出代价，求祢不要让政府利用稳定做借口，遮盖不义，愿祢恢复人们对国家公共政治的信心。愿战后出生的年轻人，虽然继承了战争的恐惧，却也有机会参与政治，让塔吉克成为一个自由、包容的国家。奉主耶稣基督的名求，阿们。



失序的春夏秋冬

气候变迁

「以前雪不是这样下的，它变得不守时了。」「春天来得太急，种子都还没准备好。」「河川会突然暴躁，把桥吃掉。」「我们没有偷懒，但土地不再回应我们了……」帕米尔高原山脚下，居民的言语中透露出一股失序感。

塔吉克超过93%的国土是高原山地，冰川长久以来是重要的天然水库。但自1950年代，约35%冰川已消融。夏季提早融水，秋冬反而缺水，使农民在灌溉时无水可用；而突如其来的洪水，则引发土石流，冲毁农田与道路。

随着气候变迁，水源愈发不稳、农地无法耕作、电力基础设施老旧，许多人被迫到俄罗斯打工讨生活。与此同时，政府却向人民发行债券，建造世界最高的罗贡大坝。

大坝为塔吉克带来发电，其水库可以灌溉农田，却与当地居民的利益相冲突。此外，大坝不仅被用来展示威权治理能力，也承载着塔吉克的国族尊严与社会进步。更重要的是，它是一项在苏联解体与内战动荡中被迫中断的工程——象征着被搁置的未来。正因如此，当计画重启时，这座水坝早已不只是基础建设，而被用来修补国家断裂的历史。

然而，地方社群真正面对的，依旧是气候失序与能源短缺的日常。



Photo by Sosh19632 on Wikimedia Commons

罗贡大坝

天父，求祢让塔吉克政府看见人民真正的需要——让今天不再停电，冬天不必受冻；水源得以稳定，农地恢复耕作。求祢兴起有才华、谦卑、具备决断力、并且体恤民心的塔吉克领导者，带领政府为帕米尔地区修建基础设施，改善当地居民长期困顿的生活条件。为政府有效应对气候变迁祷告，愿祢引导他们作出长远而负责任的规画，预备足够的预算与制度，帮助人们面对日益频繁的气候灾难。愿罗贡大坝工程带来的利益，公平与人民分享，不再让帕米尔地区的土地与人民承担过度的牺牲，也不致使当地环境更加脆弱、敏感。奉主耶稣基督的名求，阿们。



拉结说：「我与我姊姊**大大相争**，并且得胜」，于是给他起名叫拿弗他利（就是相争的意思）」。（创30:8）

「大大相争」的原文是naphthalelohim niphtalti。犹太传统中，elohim被理解为神自己，指出拉结真正的争战对象并非她的姊姊，而是神。表面上看，这是一场人际冲突；实际上，却是一场属灵的摔跤。

希伯来思想中，祷告从来不是单向的陈述，而是深度的参与。「祷告」（tefilla）与「扭转、缠绕、摔跤」（petila）同源，揭示祷告的本质，是与神纠缠、与神摔跤的经验。

因此，祷告不只是说话，而是进入神的同在。而这样的同在，往往伴随挣扎、筋疲力尽。没有挣扎、不愿付代价的祷告，终究难以真正与神相遇。

起重机下不需要管弦乐团

跨国劳动迁移

法霍德是个职业婚礼歌手，优雅的艺术气质在他的身上完美体现。他精通俄语，穿着讲究，喷洒古龙水、涂抹护手霜，穿上西装裤搭配熨烫完美的衬衫，加上太阳眼镜和一双擦得闪亮的皮鞋。他出生于1977年。即便塔吉克历经内战，贫困交加，法霍德仍想维持每个苏联男人该有的形象。

然而，2017年《传统习俗规范法》限制了庆典规模，法霍德收入锐减，经济陷入拮据，对孩子的教育、婚礼、修缮房屋等庞大开支，他不得不去俄罗斯打工。

「老板问我有没有专业资历，我说我曾就读音乐学院。接着他便嘲笑我说，起重机下不需要管弦乐团，我只是个黑人移工。」法霍德说。

「10个人睡在一间房的地板上，厕所永远在排队，还有人的袜子很臭。晚上被虫子叮得睡不着觉，凌晨5点就得起床工作，直到半夜12点。接着躺下睡觉，隔天继续。」

为了让自己保有「人性」，法霍德曾利用假日去附近城镇参观名胜古迹和博物馆。但家人开始质疑他的汇款能力。很快地，他便屈从于折磨人的工作节奏。



拉结说：「我与我姊妹大大相争，并且得胜」，于是给他起名叫拿弗他利（就是相争的意思）」。
(创30:8)

若我们一边祷告，一边拒绝与神摔跤，祷告便会只剩下一套属灵礼仪，与耶稣在父面前流血流汗的痛苦挣扎，相距甚远。

我们一方面迫切渴望神的同在，另一方面却紧紧抓住控制权不放。我们心里明白，在雅博渡口等候我们的那一位，终究会胜过我们，因此选择绕道而行，远离那个必须交出自己的地方，结果却逐渐迷失方向。

如果我们真的走进这场与神的摔跤，会发生什么事？若我们向神敞开心真实的空虚，放弃掌控，一切就会崩溃吗？会比现在这种表面平安、内里假冒的状态更糟吗？

被神一触就瘸腿，至少让人确知自己遇见了神。若我们只是低头合手，不争战、不搏斗、不喘息、不挣扎，也不容许失败，又怎能期待像雅各一样，生命的名字被神更新？

天父，求祢监察我们所生活的制度，揭露那些被称为理性、效率、进步、专业的结构，如何剥夺人说话、被理解的权利，就像法霍德所身处的俄罗斯社会。求主教导我们，让我们不急着管理人，而是先学会与人同在；不急着定义问题的对错，而是先聆听每个人的故事。愿神兴起俄罗斯基督徒，运用自己的专业长才，改善整个俄罗斯的中亚移工体制，使他们也能够像正常人，利用放假时间培养兴趣、与人社交，并在返乡回国后改善经济生活，让他的家庭、他的下一代，甚至是他所居住的社区，都拥有更好的未来。奉主耶稣基督的名求，阿们。

不自由的恋爱

恋爱交友观

「我绝对不跟他结婚！」古巴霍语气坚决地向父亲法霍德说。前些天在市集上，有位男人远远地盯着古巴霍，今天便上门提亲。


「你在开玩笑吗？他受过教育，家里很有钱，不用去俄罗斯打工，你没有拒绝的理由。」法霍德吼道。

古巴霍垂丧着脸，妥协了，她答应见面。

「他承诺让我读完书再结婚，可以不戴头巾、穿现代服饰，而且我也不想待在家里，我要读书、去工作！」古巴霍眼睛发亮地和我分享。

然而，塔吉克社群的每个人都知道，男方婚前的种种承诺，都只是空头支票。在这个父权社会，婚后，新娘和娘家不再有发言权，她将被迫放弃学业以应付繁重的家庭责任。如果没尽快怀孕，众人的口水足以淹新娘整个家族。

古巴霍订婚后，未婚夫开始和她外出约会、每晚熬夜煲电话粥。尽管如此，她早上却越起越早，开始练习如何当一位合格的儿媳。她自愿禁闭，顺从未婚夫的要求，休了学、辞了工作，停止不必要的出门。

 拉结说：「我与我姊姊大大相争，并且得胜」，于是给他起名叫拿弗他利(就是相争的意思)。(创30:8)

祷告往往被视为是信心最大的障碍。我们的想像中，信心应该是清楚、有条理、教义正确、可以被理性表达，并且情绪受到良好控制的状态。然而，这其实不是圣经所描绘的信心。那更像是站在安全距离之外，对神作出合理推论后产生的一种自信。

当我们真正靠近神时，这套想像便开始瓦解。我们逐渐明白，信心不是概念的建构，而是与一位不受规则约束的神相遇。在祂手中，信心会经历崩解、拆毁，也重新塑造。

我们往往让祷告保持在可控的距离，好让生活井然有序。一旦祷告成为「摔跤」，我们就不再能掌控结局。

试一试，在一次祷告中，放下预设的答案与秩序，容许神打乱你原本以为稳固的信心结构。真正的信心，往往正是在这样的失控中，慢慢成形。

天父，愿福音进入这地，松绑塔吉克父权社会结构，让许多女性拥抱梦想，有自由选择婚姻，以及婚后表达自我需求的空间。愿宣教士成为被社会孤立的塔吉克女性的陪伴者，聆听她们说话，不急着纠正她们问题的对错，或教导她们正确的基督教教义，而是与她们一同经历耶稣基督的恢复和医治。求祢记念这些被延期的人生，看见塔吉克女性在有限选项中仍然保留的尊严。在塔吉克的社会结构尚未改变前，愿神的爱，温柔地托住每一位塔吉克女孩。奉主耶稣基督的名求，阿们。

传统会压死我们

法律和习俗的碰撞

嫁女儿，让法霍德接连几个月都陷入焦虑不安的状态中。他极度恐惧自己办不起一场体面的婚礼——长达数日、邀请数百甚至上千名客人的盛大婚礼。他不仅要向社群表现出恪守传统的诚意，还要履行照顾儿女的义务；同时，他必须准备丰厚的嫁妆，努力与亲家建立和谐的关系，以确保女儿未来在婆家不致于被刁难。

举办一场得体的婚礼，是在塔吉克得到社会认可的一项重要手段。（和吉尔吉斯相似，参见7月15日）即使政府祭出《节约令》，人们仍会寻找各种隐蔽的方式，维持自己和家族的名誉。

「你们花钱在出国旅行和孩子的教育上，我们则不惜借钱，欠下大笔债务，也要为孩子办一场体面的婚礼，这就是塔吉克人。」法尔霍德耸了耸肩，接着说：「传统是个沉重的负担，让我不得不去俄罗斯打工，但每一场婚礼却是这么令人期待，大家笑着聚在一起。」

注：法霍德为女儿婚礼的支出约为平均月薪的68倍。

于是神造出野兽，各从其类；牲畜，各从其类；地上一切昆虫，各从其类；神看着是好的。（创1:25）

神在创造过程中，一次又一次宣告「是好的」（ki tov）。然而，当经文记载神照着自己的形象造人时，这句话却暂时缺席。这个刻意留下的空白迫使人思考：为何人不像其他受造物，一开始就被宣告为「好」？

犹太拉比的理解指出，人是否为善，不能在被造之初就下定论，而必须在生命的历程中被显明。人被造时，同时被赋予选择善与恶的能力。因此，「善」并非自动成为人的本质，而是一条需要在时间中不断作出选择的道路。

这样的理解，重新校正了恩典与责任之间的关系。恩典使人得以与神和好，却不取消人回应与选择的责任。人蒙拯救之后如何生活，才是能否再次听见神宣告「是好的」的关键。律法与恩典并非彼此对立，而是共同指引人，走向一种与神心意相符的生命样式。

到了终末的那一天，我们所渴望的，正是那一句再次出自神口中的宣告：ki tov。

天父，拯救我们的上帝！求祢亲自为塔吉克人背负重担。愿塔吉克政府有足够的资源与能力，承接人民的就业、生计安全、社会保障与照顾，使塔吉克的家庭终有一天不必再单靠父亲的海外打工、母亲长久的忍耐，以及孩子的顺从来维持生活。求祢记念那些远赴他乡打工，却始终惦记家乡的人；记念为孩子办婚礼而负债的人；记念在传统与现代之间来回调整的人、努力撑住生活的人。当「体面」、「责任」、「为你好」成为无法拒绝的理由时，求祢在这些话语之间留下一点空隙，让人可以喘息，也让他们能走进祢的怀中，得着真正的安息。奉主耶稣基督的名求，阿们。



离乡与回家的两难

长期照护

「我寄钱回来，骗自己一切都好。现在我回来了，但手上的积蓄也快用完了，我该回俄罗斯吗？我感到羞愧，我还算是个好男人吗？」

房间里弥漫着刺鼻的酒精味，我依稀看见马克苏德努力忍住泪水。他在俄罗斯与塔吉克撕裂了20年，支撑他的是想成为「好男人」的梦想——好儿子、好父亲、好丈夫。

在塔吉克，照护父母是绝对的道德义务。若只是寄钱回家，却没能和父母生病时守在床边，这意味着社会性死亡——邻里会批判你的人格不完整，并排挤你。

对马克苏德来说，出国是被迫的选择，因为塔吉克经济崩溃，为了供养家庭，所以他离乡。而现在，为了尽孝，他必须回乡。马克苏德始终处于「人在异乡，心在愧疚」或「人在家乡，手上没钱」的矛盾中。

社会没有提供任何支援体系，像是养老服务或在地就业，所有的重担都压在马克苏德一个人身上。他就像被两股力量拉扯的橡皮筋，两地移动是他维持平衡的唯一方式，但这种拉扯让他感到自己逐渐瓦解、失去了作为一个人的完整性。



我是在罪孽里生的，在我母亲怀胎的时候就有了罪。(诗51:5)

「看哪，在罪孽里生」(hen-be-awwon)，大卫并不是在讨论自己的受孕或出生状态，而是在描绘当罪恶拆毁他整个世界时，内心最真实的感受。他感到自己被罪全面包围，深陷其中，仿佛一生都活在悖逆的阴影下。

这样的感受，与成瘾者的经验极为相似。每一次失败，都更深地加重了绝望的重量。人不再只是「做错了事」，而是开始觉得自己整个人都被错误定义。

这是大卫的写照，也是我们的写照。之所以说自己「在罪孽里生」，是因为回忆整段人生中，始终身处这场争战，看不到缓解、拯救或翻转的迹象。

生命仿佛身在地狱：一方面渴望成为义人，另一方面却不断发现自己并非如此。如果这正是你的感受，那么回转(teshuvah)是唯一的出路。回转，意味转身面向那位仍愿意拯救的神。

天父，当马克苏德感到羞愧时，求祢对他说话，安慰他的心。愿神动工，为塔吉克男性移工预备亲族、社群来分担肩上的重担，使他们有空间停下来休息片刻。愿祢的恩典不只是鼓励塔吉克人继续前行，也允许他们暂时放下、被接住、被看为一个有价值、有尊严的人。求神为塔吉克预备完整的社会福利体系，让国民在面对生、老、病、死、失业或失能等人生风险时，仍能维持基本生活尊严与品质。奉主耶稣基督的名求，阿们。



红色护照追逐游戏

「非法」移民

「30岁时，我曾以为努力1年就能开始生活，但5年过去了，我做了什么？」

赛义德原本在塔吉克一家棉花工厂当会计，但微薄的薪水无法养家，他听闻俄罗斯即将收紧移民大门，于是毫不犹豫地前往圣彼得堡工作。为了规避高昂成本^注、保障在俄工作权利，他必须尽早拿到「红色护照」（俄罗斯国籍）。

赛义德支付8万卢布给仲介，在没有正规程序申请下，拿到一本真护照。他用这本护照合法工作4年。2012年，当局发现这批护照是违规发放的，虽然不是假护照，但宣布其无效，赛义德瞬间从公民变回非法移民。

失去护照后，赛义德改申请劳动许可，维持「半合法」状态。然而，2013年，他在出境时，被列入「禁止入境」。他侥幸溜回俄罗斯，非法滞留3年。

2017年，俄罗斯总统普丁特赦非法移民，赛义德幸运地拿到卡卢加的入籍配额，但系统显示他在圣彼得堡有一份「有效的居留证」。因为这份「隐形证件」，让他无法在卡卢加办理新证件。

「一场永无止境的怪圈，一切都荒谬，对吧！」赛义德微微苦笑。

注：移工必须办理「劳工执照」。在圣彼得堡，移工每月需缴纳3,800卢布(约66美金)，这笔钱大幅吃掉了移工的收入。

天父，当塔吉克移工无止尽地陷入俄罗斯行政怪圈，求祢安慰、鼓励他们——因为他们已经为了生活竭尽所能。主啊，当人生被切成等待、再等待，当5年、10年被说成「尚未完成程序」，求祢记念这些被延宕的日子，不让它们在祢眼中失去意义。我们求祢为塔吉克移工预备真正回应他们需求的俄罗斯行政体系，让程序变得简单而透明，使他们顺利取得合法身分，也让俄罗斯得以补足所需的劳动力。愿俄罗斯基督徒打破种族的藩篱，走进塔吉克移工中间，向他们传递福音；也在他们有需要之时，运用自己的专业、资源与人脉，伸出温暖的援手。奉主耶稣基督的名求，阿们。



我就必把你的道指教有过犯的人，罪人必回转归向你。(诗51:13)

大卫的感受极其强烈。他真实地经历远离主的痛苦，承受与神分离而活的沮丧，也在回望自己一生与所有过去选择时，深切感受到那些一步步把他带到今日处境的懊悔与煎熬。

此刻，大卫关注的不只是拔示巴或乌利亚这两个事件，而是整个生命的全貌；那些看似微小，却长年累积，最终把他推向崩溃边缘的方向。正因为看清这一切，他才说出那句话：「我得罪了你，惟独得罪了你。」

大卫最深层的需要是回转(teshuvah)，不是为某一特定的罪行悔改，而是回到神起初创造他时所设计的生命状态，也就是与神相交的生活。

因此，认罪悔改不是自责或惩罚自己，而是内心空虚唯一的出路。那是一条回家的路，带人回到很久以前曾经尝过、遥远却真实的平安记忆。



与自我断裂

阿富汗难民

Afghan refugees

「塔利班掌权后，我带着一家大小逃到塔吉克。」查希尔缓缓地说：「在阿富汗，我是受人尊敬的理学院教授，但在这里，因为塔吉克不承认我的学历，我只能当裁缝师，我还是个有用的人吗？我常这么问自己。」

「离开家乡、祖先的墓地、我从小到大熟悉的街道……这些承载我记忆和归属的地方。我们随时都感到胆战心惊，塔吉克总统总叫我们兄弟，但随时有警察在抓阿富汗难民，强制遣送回国^{注1}。法律规定我们只能待在瓦赫达特，不准进入首都杜尚别。」

「我们有未来可以期待吗？我不知道。什么时候才能拿到加拿大入境许可？5年了，无止尽的空等，消磨了我对生活的热情和意义感。」

「身为难民，我们不能再像以前那样过生活。我没有客厅可以接待客人^{注2}，与整个家族断开了连结^{注3}，也无法为孩子举办体面的婚礼或节日庆典^{注4}。这种与文化断裂的感觉，我还是我吗？」

注1：政府的公开修辞与实际政策之间存在巨大鸿沟，阿富汗人被塔吉克政府视为「安全隐患」。

注2：待客之道是最重要的阿富汗文化。无论贫富，接待客人被视为一种神圣的职责与荣誉，所以阿富汗家庭通常会有一个专门接待客人的房间，铺满地毯与靠垫。

注3：一个人的行为代表整个家族。如果一个阿富汗人在流亡中因贫困而被迫从事被视为低贱的职业，这种对家族荣誉的打击是毁灭性的。

注4：阿富汗婚礼通常是数百人参与的盛大活动。还有开斋节与宰牲节，也是阿富汗人的重要时刻，涉及大规模的亲友互访、换新衣与分享肉食。

天父，当「兄弟」与「强制遣返」同时出现，当等待看不见尽头，求祢在最不可能的地方创造可能，因为祢必在旷野开道路，在沙漠开江河。求祢纪念那些失去房子、客厅、家族连结，与阿富汗文化断裂的人们，让他们在流亡中，依然保有诠释「我是谁」的权利。祢是那位神——「医好伤心的人，裹好他们的伤处。」求祢让阿富汗难民明白：在一个不承认他们的世界中，祢仍然完整地看见他们，知道他们每个人的名字，并与他们同在，为他们背负重担。奉主耶稣基督的名求，阿们。



我回^转以后，就真正懊悔，受教以后就拍腿叹息，我因担当幼年的凌辱，就抱愧蒙羞。(耶31:19)

我们的祷告之所以常停留在表层，或许是因为心中早已认定自己毫无良善。于是，我们学会把那些被视为可憎或不体面的内在欲望收起来，让祷告维持在安全，却不痛不痒的层次。

其实，我们比自己想像得更需要祷告，但每当话语来到嘴边，却往往被削弱成得体而礼貌的寒暄。我们读大卫的祷告，感受到其中的强度与真实，心中既向往又退缩，因为那样的敞开令人不安。于是，我们学会避开这种赤裸的相遇，选择保持距离。

结果，有些人甚至不再祷告。不是因为不需要神，而是因为害怕真正遇见他。也许，回^转的第一步，不是学会把话说得更好，而是重新学会在神面前哭泣。这样的哭泣，不是失控，而是终于不再隐藏；不是软弱，而是开始真实地回到神面前。



不被承认的一群人

帕米尔人

Pamiri People

帕米尔人又称为山地塔吉克人，讲东伊朗语支语言，信仰什叶派伊斯玛仪派，住在海拔超过3,500公尺的帕米尔高原上。1936年，苏联将波斯语更名为塔吉克语，边缘化讲东伊朗语支的帕米尔人。

塔吉克内战期间，住在边缘地带、长期被忽略的帕米尔人加入反对派阵营，这强化了帕米尔人的族群意识，也成为了帕米尔人的政治创伤(权力斗争失败)。

如今，塔吉克政权仍旧不承认「帕米尔」这个族名，他们依然被划入塔吉克族。老一辈的帕米尔人经历过苏联的族群划界和塔吉克内战，他们倾向强调自己与塔吉克人的差异，建立封闭社群，寻求庇护和团结。而年轻一代的帕米尔人则在网路上运用大量的象征符号(04^{注1}、GBAO地图^{注2}、伊斯玛仪派旗帜)来标示族群边界，并连结世界各地的族人。他们不再过度强调与他人的对立，而是寻求与外部的对话和合作，展现自己是塔吉克社会的一分子，同时也以帕米尔人的身分骄傲。

注1：这是山地巴达赫尚自治州(GBAO，帕米尔人居住的行政区)的车牌代码。社群媒体上，「04」已成为帕米尔人身分的一个强大且独特的标志。

注2：帕米尔人常使用山地巴达赫尚自治州的地图轮廓作为图像符号，有时会与其他符号(如伊斯玛仪派旗帜)结合使用。

天父，祢纪念帕米尔人每一滴眼泪，也看见他们过往每一刻所承受的政治伤痕。当一个民族无法说出自己的族名，身分被划入他人的分类时，求祢恢复他们的主体性，使他们能思考、作选择、活出自己的样子。愿祢医治老一辈帕米尔人的集体创伤，为他们预备空间梳理过去、慢慢疗愈自己，并赐给他们力量走向未来。为年轻一代的帕米尔人祷告；愿他们每一分努力都不被忽视，让世人看见帕米尔人的存在，也理解他们同时是塔吉克社会的一分子。愿帕米尔人有一天认识充满爱与饶恕的主。奉主耶稣基督的名求，阿们。



他对我说：「人子啊，这些骸骨能复活吗？」我说：「主耶和華啊，你是知道的。」(结37:3)

从某个角度看，我们其实都是骸骨。我们真正需要的是生命，是实实在在的公义、真正的平安，以及与神、与人真实的相交；但在求生的挣扎中，却反复用那些立刻带来缓解的事物，暂时填补内里的空缺。

长久的争战使人疲惫，一次又一次的失败令人灰心，而前方似乎也看不见走出沮丧的实际道路。于是，我们只能继续活在破碎而不完整的状态中。

正因如此，以西结的异象不只是指向遥远末世的最终复活。坦白说，我们等不了那么久。若生命要临到我们，就必须在此时此刻开始；就在我们仍行走于枯骨之中的时候，圣灵的气息便要进入，使我们重新站立。

克什米尔

Kashmir

一张寄不出去的明信片

作者 teeth 编辑 Isa、昭仪

最美的雪山、湖泊；最压抑的士兵、铁丝网；
人间天堂与战场——都在同一幅风景里。
这是世界最美又最不安的角落。

Photo by Freepix

POSTCARD FROM KASHMIR



阿噶·沙合德·阿里，〈来自克什米尔的明信片〉
《半英寸的喜马拉雅山》诗集(1987年)

克什米尔缩进了我的邮箱，
我的家，整整齐齐的4 X 6英寸。

我一向喜欢整齐。现在我握著
半英寸喜马拉雅山在手中。

这是家。

这是最接近我家的一次。
当我回到时，颜色不会那麽鲜艳，
杰赫勒姆河(Jhelum River)的水如此清澈，
非常群青(ultramarine)。
我的爱过度曝光了。

我的记忆会有点
失焦，
在一个巨大的负片，
黑与白，未冲洗的底片里。

阿噶·沙合德·阿里(Agha Shahid Ali)是克什米尔印度裔美国诗人，二十多岁到美国求学后，因1989年克什米尔局势恶化，被迫滞留美国，从此成了异乡人。期间，他写了很多自我流放、思念家乡和叹息无家可归的诗歌，描绘当时克什米尔的恐怖与紧张、社会动荡等等(例如人们无故失踪、被囚、丧命等)。从〈来自克什米尔的明信片〉，我们看到诗人离乡漂泊的无奈、克什米尔的恐怖局势。沙合德的心声，在今天依然叫人共鸣。

三方拔河，没有赢家

克什米尔是印度、巴基斯坦和中国三方控制的争议地区。不时发生武装冲突、边境摩擦。

争了70年的幽灵界线

当年英国管辖的克什米尔，跟西藏、新疆没有划上正式边界线。这段不确定的边界，让印巴中三国吵了70年。

我们不是印度或巴基斯坦人

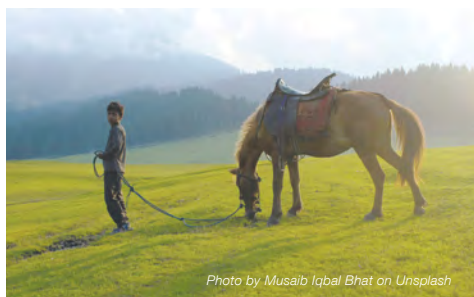
克什米尔人不称自己为印度人或是巴基斯坦人，只认自己是克什米尔人。

吓不跑的冒险型旅人

紧张气氛下，克什米尔的异国风光继续吸引爱冒险的游客。

人类发展指数，比你想得高

印度各邦中，克什米尔的人类发展指标相当高，人均收入则中等。





克什米尔

KASHMIR



- 印控克什米尔 (占48%)
- 巴控克什米尔 (占35%)
- 中控克什米尔 (占17%)

印控区

克什米尔印控区的行政旧名，称为「查谟和克什米尔邦」(Jammu and Kashmir)，包含查谟-克什米尔、拉达克。自1954年以来，按印度宪法第370条，该邦是自治区，有高度自治权，直到2019年被剥夺自治权，分为下列两个中央直辖区。

查谟和克什米尔中央直辖区

UNION TERRITORY OF JAMMU AND KASHMIR

2019年8月，「查谟和克什米尔邦」被印度剥夺自治特殊地位，成为中央直辖区。

拉达克中央直辖区

UNION TERRITORY OF LADAKH

过去藏族的传统居住区，被喻为「印度的小西藏」，地势崎岖险峻，平均海拔超过3千公尺。中国宣称拥有拉达克，印度把它设为直辖区，更是激怒中国。

巴控区

自由查谟及克什米尔

AZAD JAMMU AND KASHMIR

「Azad」的意思是自由，该区是个自治邦，有自己的总统、总理、立法议会、克什米尔委员会、最高法院及官方旗帜。该区的尼鲁姆山谷长约200公里，有白雪覆盖的山峰，海拔超过4,000公尺。

吉尔吉特-巴尔蒂斯坦区

GILGIT-BALTISTAN

有自己的议会、内阁、政府委员会、行政部门，是独立于巴基斯坦的自治区，但没有人民代表在巴基斯坦议会。当地的资源是大自然，壮丽的山谷、平原、山峰等吸引游客前往。该地区的首府是吉尔吉特(Gilgit)，最大城市为斯卡都(Skardu)。

中控区

阿克塞钦

AKSAI CHIN

被喻为「更像是月球」的不毛之地，荒无人烟，环境恶劣，极度寒冷，空气稀薄，人类生存困难。1962年中印战争期间，印度尼赫鲁总理就发表说：阿克塞钦「连寸草都长不出来」，但是印度和中国都声称拥有它，但该区目前由中国控制，而印度则声称该地区是喜马拉雅山拉达克地区的一部分。

沙克思干

SHAKSGAM TRACT

沙克思干谷地是喀喇昆仑走廊(the Trans-Karakoram Tract)的主要部分，紧邻巴控的克什米尔和锡亚琴冰川，巴基斯坦通过1960年代边界协议，把它让给北京，中国通过此区，穿越巴控克什米尔的中巴经济走廊。由于地处偏远、荒凉，而且是中印巴争议的军事边境地区，外人不准进入。

PICTURESQUE

克什米尔好风光

12处心动场景，你最想去哪？



印度的高山湖泊

达尔湖 DAL LAKE

以喜马拉雅山为背景的湖泊，被誉为「克什米尔珠宝」。

Photo by Suhail Skindar Sofi on flickr

皇帝散步路线，现在轮到



莫卧儿花园 MUGHAL GARDENS

莫卧儿王朝皇帝在达尔湖畔建造的花园，布局象征古兰经中的天堂花园。喷泉、水道和花圃，展现波斯、中亚园林艺术。

Photo by Muneeb Najar on Pexels

春天一来，整座山坡开满花



郁金香花园

INDIRA GANDHI MEMORIAL TULIP GARDEN

亚洲最大的郁金香种植园，建在斜坡梯田上。

Photo by Muneeb Najar on Pexels



睡在湖上，睁眼就是雪山倒影

船屋

英国殖民印度时期，克什米尔土邦领主不准英国人购置房产，于是英人在达尔湖上搭建船屋，如今船屋成了旅人最爱的特色住宿。

Photo by Amaan Abid on Unsplash

高山湖泊、雪峰、花海，一路陪你走



克什米尔大湖健行 KASHMIR GREAT LAKES TREK

Photo by Shantanu Nayak on Unsplash

喜马拉雅山下的小瑞士



帕哈尔加姆 PAHALGAM

又名巴哈甘、「印度的瑞士」，有白雪皑皑的山峰、松树林、河流和明信片般的风景。然而，2025年4月，武装分子袭击印度教男子，造成26人死亡，提醒了人们此地不平静。

Photo by ARTQU on Getty Images
Photo by AAGGraphics on Getty Images



冬滑雪，
春夏花海



吉尔马尔格 GULMARG

Photo by Tanujdogra wikimedia
Photo by AAGGraphics on Getty Images Pro

《三个傻瓜》电影场景



班公错 PANGONG TSO

又叫班公湖，藏语意思是「长脖子天鹅」，湖水比天空湛蓝！

Photo by Vijit Dutta on Unsplash





在高原小城，体验藏人宁静日常

列城 LEH

拉达克的首府，位于高海拔山区，有浓厚的藏族色彩、拉达克王国历史感，以及寺庙、宫殿等文化遗址。

Photo by Sankalp Sharma on Unsplash

吉尔吉特 GILGIT

森林、雪峰、冰川以及古老佛教遗址交会处。现为巴控的吉尔吉特-巴尔蒂斯坦首府。

Photo by Umbreen Ibrahim Photography's Images



世界最高的跨境公路，充满冒险的路程

喀喇昆仑公路

又称中巴友谊公路，沿途有各种惊险的悬崖、狭窄公路、高海拔冷沙漠、雪山和原始风光。

Photo by Oleh_Slobodeniuk on Getty Images



充满旅人回忆，古丝绸之路重要的补给站，

世界山岳冰川之王

喀喇昆仑山脉的冰川

世界最长的3座「非极地」冰川，都在喀喇昆仑山脉：比亚福冰川(Biafo)、巴尔托罗冰川(Baltoro)和巴图拉冰川(Batura)。

Photo by Canva Pro



虽然克什米尔很美 但请不要随意拜访她！

这不是旅游建议，是多数国家的正式警告。



大多数的国家，如美国、加拿大、澳洲、英国、新加坡等等，建议国人不要到克什米尔，因为恐怖主义、战争、绑架、内乱的风险很高，特别是印巴边境(控制线)一带，以及主要旅游景点。

ARTS & CRAFTS

克什米尔好东西

职人手工、生活杂货、织物



d



c



b

e

a



a 番红花 Kashmir Saffron

番红花是世界最名贵的香料，大约16,000朵番红花，才采集到100公克的雌蕊柱头。克什米尔番红花多在高海拔的潘波尔(Pampore)种植，品质优良且稀有，香气浓郁、颜色深红，富含番红花素。



f



Photo by Eshram No on flickr



b 地毯 Carpet

摸上去柔软、触感奢华，特色是不规则的编织花纹。由熟练的工匠使用代代相传的技法，精心打结。

c 纸浆艺术 Papier-Mâché

14世纪，苏菲圣人米尔从波斯引入克什米尔的手工艺，由纸浆混合胶水等物质，最后涂上漆，绘上各种花纹，制成盒子、挂饰、相框等等。

d 双线刺绣 Zalakdozi

用于布帘、枕头套、地毯、衣服等的刺绣，是粗羊毛纱线的连环钩针刺绣法，创造出复杂丰富的纹路设计，如花卉和爬行图案。

e 香料茶
Kashmir Kahwa Tea

混合克什米尔山谷出产的香料，如小豆蔻、藏红花、肉桂、丁香等，释出黄色茶汤，可以混入糖或蜂蜜，配上烤香的杏仁、核桃等坚果，喝起来有印度皇室精品风味。

f 皮兰 Pheran

传统外衣，男款简单朴素；女款精致，装饰着复杂的刺绣。

g 羊绒披肩
Pashmina Shawls

游客最爱的豪华织品，由羊绒纺成，柔软、轻盈、温暖，颜色缤纷，绣有精美图案。



大国争夺，互不相让

三国控制下的克什米尔

过去，克什米尔(Kashmir)是喜马拉雅山区的一个土邦^注，英国结束殖民印度，克什米尔便陷入政治角力大比拼，受到印度、巴基斯坦、中国控制。

克什米尔的争端，涉及印度、巴基斯坦和中国三方互不相让的领土主张：



① 印控区：查谟和克什米尔地区（现在已是两个中央直辖区）。印度认为1947年克什米尔的土邦君主签署同意加入印度，因此克什米尔是印度领土不可分割的一部分。

② 巴控区：西部的吉尔吉特-巴尔蒂斯坦地区和自由查谟及克什米尔地区。巴基斯坦主张，1947年印巴分治是以宗教人口为依据，因此穆斯林占多数的克什米尔，理应归属巴基斯坦，或是举行公投，由人民自决。

③ 中控区：东部一小片荒无人烟的阿克塞钦和沙克思干地区。中国称阿克塞钦和沙克思干是清朝的历史领土，也是新疆和西藏不可分割的一部分。

结果，克什米尔陷入大国你争我夺的纠纷之中，冲突不断。

注：英国殖民统治时期的封建邦国，由当地或区域的统治者管制。

天父，祢所造的万国都要来认识祢、归向祢，他们要因祢施公义、好怜悯，得蒙祝福。愿祢医治克什米尔这块破碎的土地：当国与国彼此争斗，克什米尔归属不明时，愿执政者秉持公义，和平处理领土的纠纷；当分离分子趁机扰乱，我们求祢保护克什米尔人，使他们躲过各种攻击；我们求当地的人民转眼仰望祢，从祢找到真正的平安，知道祢才是他们真正的归属。奉主耶稣基督的名求，阿们。



他对我说：「人子啊，这些骸骨能复活吗？」我说：「主耶和華啊，你是知道的。」(结37:3)

「骸骨」(‘atsemot)源自动词「‘atsom」，意思是「强壮、有力、伟大」。因此，骸骨本身不只是象征失败、干枯或弃绝。只要骸骨仍在，就意味着潜能的能力，意味着那曾经强壮，仍有可能再次恢复的生命样式。枯骨不是故事的终点，而是盼望的起点；骷髅只需要圣灵的气息，就能再次活过来。

神所做的，并不是丢弃旧的，另起炉灶，而是恢复那些已经干枯、失去气息的事物。你以为生命中那些枯干、失败的过去，只是羞耻与负担；在神眼中，它们却可能成为更新的根基、重建的材料。神既然创造了你，就不会弃你不用，转去另造一个人。

也许，使骸骨活过来的第一步，就是承认那些骸骨是我的。即使它与神原本的心意相去甚远，仍然是我可以交给神手中，让祂修复生命的部分。

或许，今天可以向神诚实承认一段你最想隐藏的过去，把它交给圣灵，让更新从那里开始。



军事冲突，纷纷扰扰

克什米尔不平静



克什米尔夹在印、巴、中3个军事强国之中，频频受军事冲突影响。据估计，「印巴控制线」的印度边界，驻扎了75万名印度军事人员，另一边的巴基斯坦，则驻扎了约15万名士兵及各种武装组织。居住在「印巴控制线」一带的居民有两百多万，他们常常面对印巴突如其来的冲突。

1989年以来，印控克什米尔不时发生骚乱，如克什米尔抵抗阵线(简称TRF)攻击克什米尔的印度政府人员、军人、警察等。2025年，印控克什米尔地区的帕哈尔加姆镇发生枪击事件，造成26人死亡、至少17人受伤。

2019年，印度取消查谟和克什米尔邦的自治地位，扩大对查谟和克什米尔的控制；至今，该地区还是没有平静，民兵组织「乡村防卫队」(Village Defence Guards)常常受军事训练，以打击据说是巴基斯坦渗透的穆斯林武装分子；印度政府也在穆斯林居多的克什米尔谷地镇压及实行宵禁。

中控区由于渺无人烟，所以较少冲突。

天父，祢是至高者，超乎全地；祢被尊崇，远超万神之上，我们赞美祢。愿祢的荣耀临到克什米尔遍山遍谷，因为在祢里面，有生命的源头；在祢的光中，克什米尔人必得见光。多年来，克什米尔居民夹在印巴冲突和分离分子的叛乱之中，承受痛苦。但愿不同的政权在异中求同，平息克什米尔的冲突；愿掌权者爱护人民，施政清廉公正，以人民福祉为念；愿克什米尔人有主的保守，平安度日。奉主耶稣基督的名求，阿们。



他对我说：「人子啊，这些骸骨能复活吗？」我说：「主耶和華啊，你是知道的。」(结37:3)

「你是知道的」(yadaetta)不是推诿责任，而是诚实承认对自身的无知。以西结没有猜测、没有预测，也没有试图用神学理论填补未知，而是把「是否能得生」这个问题，完全交回造物主。

这样的回答，既可能带来安慰，也可能引发恐惧。当人与神关系亲近时，知道自己结局在慈爱的神手中，那是极大的安稳；然而，当关系疏离时，这份未知却令人不安，因为一切似乎悬而未决。

面对这样的恐惧，人最自然的反应往往是逃避。于是我们筑起更多防卫，用藉口、忙碌，甚至成瘾来麻痹自己，把自己藏在层层保护下。然而，这些防护并未带来生命，只是延后面对，使我们停留在防卫之中，既未被医治，也未被更新。



当经幡遇上星月

拉达克的宗教融合



拉达克是印控克什米尔的一部分，由卡吉尔(Kargil)和列城(Leh)两个地区组成。列城的居民主要是藏传佛教教徒，卡吉尔居民则大多数是什叶派的十二伊玛目派^注穆斯林。

以前，拉达克的佛教徒和穆斯林紧密地一起生活，比如列城老城区，穆斯林住宅包围着佛塔，房子洋溢着克什米尔风格；当地佛教徒做生意，实际上交由穆斯林打理，形成「共生关系」。

卡吉尔区的奇克坦(Chiktan)镇、库克肖(Kuksho)村曾经有佛教徒和穆斯林混居。老一辈回忆，过去大家互相拜访，西藏新年(Losar)、开斋节时聚集喝酒。他们也共用一个锅子，仅区分清真肉类和非清真肉类。当地人名字也充满融合感，例如「Rahim Tsering、Ali Tashi」，便是穆斯林与佛教藏族的名字混合。人们生病时，会寻求当地的阿姆奇(民间疗法医师)，或请阿訇(穆斯林宗教领袖)、僧侣举行仪式。

然而，近四十年来，拉达克局势日益复杂，宗教与族群认同逐渐被强化，原本交融的生活方式慢慢退场，取而代之的是更清楚分明的界线。

注：伊斯兰教什叶派最大的派系，尊崇穆罕默德的堂弟及女婿阿里，及其后裔等12代伊玛目(精神领袖)。

天父，我们宣告，拉达克层层叠叠的山峦，不能阻挡祢福音的到来。当拉达克人开始因宗教不同而彼此分化，愿祢使工人满有智慧，跨越信仰和文化的隔阂，用生活、故事、见证、分享，将拉达克人领到耶稣的羊圈。愿拉达克人进入羊门，认识耶稣，就安息在祂怀中，与万族万民一同敬拜主。奉主耶稣基督的名求，阿们。



他对我说：「人子啊，这些骸骨能复活吗？」我说：「主耶和華啊，你是知道的。」(结37:3)

面对枯干的骸骨，以西结没有急着给答案，而是把问题交回神手中。他知道，是否能复苏，从来不在人掌控的范围内。这种认知迫使人赤裸地站在神面前，放下所有自以为的把握。

未知之所以令人害怕，是因为它夺走了掌控感。当看不见结局、等不到回应时，心中的距离感便悄然拉开，恐惧也随之加深。于是，我们很自然地选择后退，用理性分析、以防卫姿态、忙碌节奏或冷漠态度，为自己筑起一道道保护墙。

然而，只要逃避神炼净的光，就永远无法知道祂是否愿意，是否正在使我们复苏；但若愿意停下来，不再逃跑，让自己被光照、被烧炼，我们终究会知道答案。生命是否临到，不在于我们的判断，而在于我们是否仍站在祂面前。

凡渴望得着生命的人，都必须先放下对自我的保护，把自己如同祭物般交出来。带着你此刻真实的样子来到神面前，即使只是枯骨也无妨，好让祂向你吹气，使你再一次活过来。



首位穆斯林统治者

克什米尔的伊斯兰教化1

历史上，蒙古人入侵克什米尔，造成当时的印度教王国崩溃。1320年，拉达克地区的佛教王子林查那(Rinchana)逃到克什米尔，趁机夺取政权，他原本想改信印度教，以巩固势力，但婆罗门祭司不知该把他放入哪一个种姓阶级，而拒绝了他。

林查那转去找苏菲派圣人布尔沙(Bulbul Shah)，改信伊斯兰教，取名萨德鲁丁(Sadrudin Shah)，因此产生克什米尔第一位穆斯林统治者。自此，克什米尔的穆斯林人数迅速增加，波斯、中亚来的苏菲派圣人也四处传播信仰，当时，许多佛教徒与希望摆脱种姓制度的低种姓印度教徒皆改信伊斯兰教。

今天，印控查谟和克什米尔中央直辖区的穆斯林人口占67%，是印度唯一穆斯林人口占多数的地区，当地有印度数一数二古老的穆斯林社区。



Photo by Firdous Parray on Unsplash



他们二人的眼睛就明亮了，才知道自己是赤身露体，便拿无花果树的叶子为自己编做裙子。(创3:7)

创世记关于堕落的叙述，不只是远古的故事，也是不断催促我们看见自己的提醒。亚当犯罪后，他察觉自己身上有某些不愿被看见的部分，生出一种想要隐藏的冲动。这种反应与那条诡诈的蛇彼此呼应：不是立刻悔改，而是先学会遮掩。

「无花果树的叶子」(aleh te'edah)是个不寻常的表达，因为「aleh」的词根「alah」，意思是「上升、攀登、升起」，常用来描述燔祭的烟气向上升起(利1:9)，「te'edah」虽可译为「无花果」，但从语感与结构来看，很难想像亚当只是随着等一片果子「升上来」遮盖自己。

犹太拉比指出，这用语可能指向一种象征性的遮盖，与「腰带、荣耀、地位」相关，甚至带有军事或身分的隐喻。若如此理解，亚当并不只是想遮羞，而是尝试用骄傲掩饰破碎，用某种「看起来还站得住」的姿态，来对抗内心的羞愧。

这样的洞见令人警醒。多少时候，我们不想面对罪，就用成就、属灵语言、正确立场，甚至忙碌服事，来遮盖内心的羞愧？

天父，列邦述说祢的荣耀，万民述说祢的奇事，愿祢的恩典临到克什米尔，兴起基督徒领袖，叫穆民惊讶祢的奇妙作为，便欢欢喜喜的打开心门，接受耶稣为救主。愿祢的话语在克什米尔的穆民中广泛传播，每个人都有机会听到、读到；愿圣灵像风，吹入克什米尔的高山低谷，吹醒穆民认识耶稣是永生神的儿子，人心回转向独一真神。奉主耶稣基督的名求，阿们。



部落转信伊斯兰教

克什米尔的伊斯兰教化2

克什米尔的印度教学者萨蒂什教授(Prof. Satish Ganjoo)认为，印度90%的部落民族^注信奉印度教，一般不接受伊斯兰教。但是，克什米尔与众不同，尽管位于内陆，被巍峨的喜马拉雅山脉环绕，但历史上有8条重要的山口与外界相连。这些通道不仅是贸易路线和外来者涌入的通道，也是文化传播和传教的管道。

随着时间的推移，一波又一波的外来者入侵、苏菲派传教士的到来，以及统治者转信伊斯兰教，树立伊斯兰教的权威，都为克什米尔带来巨大的改变。克什米尔的部落民族接受了伊斯兰教，仍然保持过去传统的部落制度、风俗习惯、社会结构、民族意识等，这显示了伊斯兰教适应了当地的部落文化。

举个例子，克什米尔部落穆斯林仍然保留祖先的印度教姓氏，例如过去是婆罗门的巴塔(Bhat/Butt)、刹帝利的达尔(Dar/Dhara)、代表统治者/行政官员的莱纳(Raina)等。

注：印度人称部落民族为原住民(Adivasis)。根据印度宪法，他们被认定为表部落群体。



Photo by Steve Evans from Citizen of the World



他对我说：「人子啊，这些骸骨能复活吗？」我说：「主耶和華啊，你是知道的。」(结37:3)

当我们针对枯骨延伸思考时，枯骨就不只是战场的尸体；当我们外在仍活着，内里却与生命源头分离、转离造物主时，或许就成为一具会呼吸的枯骨。

我们破碎、自我防卫、想躲避神、把不好的都藏起来。我们熟悉这种光景：知道自己破碎，也知道自己倾向隐藏。

但是，「主啊，祢是知道的。」人不能使自己复原，也不能使枯骨恢复生气。复活始终在神手中。当我们停止躲藏，把败坏交托给那位全然知道的主，气息才会再次进入，使人重新站立。

天父，认识祢是独一的真神，并且认识祢所差来的耶稣基督，那就是永生，我们赞美祢。愿克什米尔的各个部落民族追求信仰时，都能思想到永生的美好，而这个福分只有祢可以赐给他们，他们便回转过来，欢喜地接受祢；愿克什米尔部落民族从自然万物的创造，追溯出最奇妙的创造源头，就是耶和華神，他们便因此获得最大的福分。奉主耶稣基督的名求，阿们。



追求灵性的穆斯林圣贤运动

克什米尔的伊斯兰教化3

克什米尔笼罩着浓郁的伊斯兰教灵性氛围。14世纪，中亚、波斯的苏菲派圣人^注，如布尔布尔沙(Bulbul Shah)、米尔(Mir Sayyid Ali Hamadani)来到克什米尔山谷，影响很多人归信伊斯兰教。

当时，克什米尔的本土湿婆教圣人「拉拉之母」(Mother Lalla)——拉勒什瓦里(Lalleshwari)，提倡将伊斯兰教融合湿婆教，教导人们宽容、博爱、和平。本土苏菲派圣人努拉尼(Sheikh Nooruddin Noorani)受她影响，产生克什米尔的伊斯兰神秘主义，把苏菲派追求灵性修养的精神，结合印度古老的吠陀(Vedism)传统，透过冥想、自我探索、简朴的生活，摒弃世俗欲望，寻求与神合一，这种灵性修行，形成克什米尔的「穆斯林圣贤」(The Muslim Rishis)运动。

穆斯林圣贤的苦行和超脱俗世，赢得克什米尔人的崇敬，人们在圣贤的引导下归信伊斯兰教。许多部落归信伊斯兰教后，仍然保留其民族特色和文化传统，形成一种克什米尔独有的伊斯兰信仰。

注：伊斯兰教苏菲派传统中，受穆斯林尊敬、具备非凡灵性修养、与真主有密切联系的神秘主义人物。



耶和華在他面前宣告說：「耶和華，耶和華，是有**怜悯**有恩典的神，不輕易發怒，並有豐盛的慈愛和誠實……」(出34:6)

神向摩西启示自己时，首先宣告的性情是「有怜悯」(rahum)。神并非先以权能、圣洁或审判介绍自己，而是先让人认识祂的怜悯。

试想，若你知道生命只剩下最后24小时，你会如何安排这段时间？当一切被迫重新排序，真正重要的，往往不再是完成多少计画，而是把仅存的时间，交给那些需要你的人。神以「怜悯」作为自我启示的起点，或许正是提醒我们，怜悯是一条跨越今世与永恒的桥梁，是最终仍然站立得住的生命取向。

这样的启示，逼使我们回头省察当下。若今天只是向神借来的一天，我是否在这一天里活出了祂的性情？我是否以怜悯来使用这段被托付的时间？

神如何介绍自己，也邀请我们思考：我们正用什么来定义自己的一生。

天父，人按祂的样式造出来，有祂尊贵的形象，因此有追求圣洁的心，渴望被神接纳，得到神的祝福。当克什米尔人透过灵性修行，寻找神时，求祂赐给他们一个感动，那就是要认识耶稣。愿祂在他们当中，施行奇能异事；求圣灵擦亮人们的心眼，看见耶稣大牧羊人，便头也不回地朝祂奔去。奉主耶稣基督的名求，阿们。



昔日的和谐

克什米尔精神

过去，克什米尔是丝绸之路和中亚区域的贸易纽带，多元种族与宗教交汇，孕育出强调超越宗教、共融和谐的「克什米尔精神」(Kashmiriyat)。此精神也体现在15~17世纪的「苏菲-圣贤主义」：穆斯林结合伊斯兰神秘主义与古老湿婆教圣人修行，追求内在和谐与灵性修练，展现跨宗教融合的实践。

然而，近年持续的冲突，使「克什米尔精神」变得充满争议。对怀旧者，它代表逝去的和谐时代；对暴力受难者，如流离的潘迪特人(见8月8日)，却是空洞、虚伪的口号；激进分子藉它主张政治自主；印度官方叙事者，则用它包装民族主义也具有「包容性」。

但当暴力冲突一再撕裂族群关系，「克什米尔精神」已经难以包扎一再淌血的伤口。



Photo by Adam Jones from Kelowna, BC, Canada



不从恶人的计谋，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位，惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，**这人便为有福。**(诗1:1)

诗篇第一篇不是从命令开始，而是从一个宣告开始：「有福的人。」这句话先指出一种生命状态，而不是一套行为规范。

「有福」(ashrei)在希伯来原文中，并不是指情绪的快乐，也无关生活顺利，而是指站在正确生命道路上的状态。这是一个关于「位置」的词。诗人描述的「不从、不站、不坐」，并非逐条检核的道德要求，而是辨识自己是否卷入某种节奏、价值或生命方向。你站在哪里，往往决定了你会成为什么样的人。

因此，大卫先把人带到一个不被恶者的思维牵引、不被错误价值塑形的位罝。人之所以渐渐「从、站、坐」，不是因为突然作出重大决定，而是不知不觉中，让某种声音、某种文化、某种价值成为日常的背景。「有福」的人会刻意选择远离错误节奏，转向另一条道路。

天父，祢的宝座是永永远远的；祢的国权是正直的。诸山还没有生出，地与世界还没有造成，从亘古到永远，祢就是神。愿克什米尔人从失望中，知道耶和華神还在等待他们，他们便知道神不永远丢弃人。愿他们从疲惫的冲突、伤痛中回转过來，得着从神而来的安慰，便卸下过往背负的民族、宗教重担，彼此饶恕和接纳，恢复和谐的族群关系。奉主耶稣基督的名求，阿们。



伟大的学者

克什米尔的印度教徒



克什米尔的印度教徒属于萨拉斯瓦婆罗门人(Saraswat Brahmins)，一个婆罗门的分支。他们自称巴塔(Bhatta)，梵文「伟大的学者」的意思，象征知识分子、祭司和文化守护者。如今，他们被称为克什米尔的潘迪特人(Kashmiri Pandits)，崇拜湿婆(Shiva)和沙克蒂(Shakti)，认为传统印度教万神中的所有男神和女神，都是湿婆和沙克蒂的不同化身。他们每日拜神、练瑜伽、念咒和冥想，在世俗享乐(Bhukti)和解脱(Mukti)两者对立的欲望追求中，寻找灵性平衡。

1989年，查谟和克什米尔邦的局势失控，反抗印度的分离主义和恐怖暴力活动愈演愈烈，大量克什米尔潘迪特人逃亡到印度其他地区，滞留在查谟的潘迪特人，就住在临时营地。2011年，许多克什米尔潘迪特家庭被政府迁往「贾格蒂移民定居点」(Jagti Migrant Colony)，看起来解决了居住问题，但那里的劣质房屋结构、渗水、基础设施不足等，加上经济和社会动荡不安，克什米尔潘迪特人仍旧备受煎熬。



观赏影片：流亡32年，克什米尔潘迪特人的处境

天父，祢从天上观看，看见一切的世人，包括受苦的潘迪特人，当他们没有安稳的居所，渴望有一个安全的家时，愿祢在克什米尔的儿女，向他们伸出援手，给予安慰和帮助。愿潘迪特人中少数的基督徒，有合宜的机会与勇气分享耶稣的大好消息；愿主为他们开路，有智慧将福音带给他们的邻舍、亲友，并且以好见证为主发光。奉主耶稣基督的名求，阿们。



不从恶人的计谋，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位，惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福。(诗1:1)

「有福」(ashrei)不是终点，而是起点。它指的不是一种完成后的奖赏，而是一个人站在对的位置上。当生命被重新对齐，自然会浮现：既然站在这样的位置上，接下来，我该如何生活？

「有福」的人不只刻意避开恶者的道路，也开始留意需要修复的地方。不是因为他比较有爱心、有责任感，而是因为他看世界的方式已经不同。当人站在正确的位置上，那些关系的裂缝、环境的失序、人心的疲惫，都不再被忽略。

因此，修复关系、修补裂缝、缝合破碎，是被对齐的生命自然做出的回应。不是为了证明自己是「有福」的人，而是因为站在这样的位置上，你无法对破碎无动于衷。

我今日投入的时间、心力与关注，是否正在修补什么吗？



看似消失的印度佛教

克什米尔的佛教徒

西元前3世纪，印度原始佛教曾在克什米尔统治者支持下，大大盛行。7世纪，唐朝佛教学者玄奘游历克什米尔，发现超过一百座佛院道场，僧徒五千余人。当时，克什米尔孕育出很多佛教学者，佛学经由克什米尔，传播到拉达克地区和西藏。

然而，随着改朝换代、穆斯林统治者入侵、印度教的复兴，克什米尔的印度原始佛教开始衰落，但仍然残留痕迹，例如克什米尔佛塔风格的清真寺、苏菲派习俗中的念珠、法纳(Fana)^{注1}、玛卡玛特(Maqamat)^{注2}信念等，都有佛教元素。相传，释迦牟尼的生母摩耶夫人(Mahamaya Devi)佩戴的「德卓尔」(Dejhoor)耳饰，至今克什米尔已婚印度教妇女仍会佩戴。

今天，克什米尔地区的佛教徒主要是信奉藏传佛教的藏民，他们生活在拉达克地区的列城(Leh)，当地有浓厚的西藏民族色彩。

注1：苏菲主义中，指一个人的自我湮灭、消失，与真主合一的境界。

注2：苏菲派神秘主义者修行的阶段。



天父，天地都要灭没，祢却要长存；天地都要像外衣旧去，祢却要將天地像里衣般更换，天地就改变了。主啊，唯有祢永不改变；祢的年数没有穷尽。愿克什米尔佛教徒在过去改朝换代的变迁中，思想永恒的意义，知晓只有耶和華神能賜下直到永恒的生命。愿他们受圣灵感动，欢喜接受耶稣基督为救主。奉主耶稣基督的名求，阿们。



他要像一棵树栽在溪水旁，按时候结果子，叶子也不枯干。凡他所做的尽都顺利。(诗1:3)

站在正确的位置，参与修复，并不意味着立刻看见结果。诗人描绘的，是一棵「按时候结果子」的树，树的成长多半发生在看不见的地方，向下扎根的过程，往往比结果子的时刻漫长得多。

因此，我们活在应许与成全之间，活在爱已经启动，却尚未完全的时刻。这样的等候，常伴随空缺、不安与渴望。我们急着想看见改变，却迟迟等不到；我们愿意付出，但不确定是否有用。这些感受不是信心不足，而是仍在等候中，是生命尚未停止成长的证明。

真正的等候不是什么都不做。当我们在看似微小的地方修补裂缝、关心一段紧绷的关系、回应一个被忽略的需要时，神正是在这些不显眼的行动中显明。根正在伸展，生命正在被滋养，只是尚未浮出地面。

因此，今天你每一个修复的选择，都是在等候中活出「有福」的状态。问题不在于何时结果，而在于看不见成果时，我仍踏出那一步。



风雨生信心

克什米尔的基督徒



克什米尔大约有5座英国殖民时期建立的古老教堂^注。今天，克什米尔的基督徒是少数中的少数，他们多是改信基督教的前穆斯林。根据2011年的人口普查，印控的查谟和克什米尔邦只有0.3%基督徒，他们处事谨慎，保持低调，主要以关怀和社会福利事工接触大众。

由于局势紧张，加上军事和行动管制，偶尔又发生「印度教民族主义」(Hindutva)者煽动群众暴力攻击，克什米尔的基督教活动受到限制。外来宣教士使当地穆斯林改信基督教，当地基督徒也会担心被炒作为「外来者介入」。

虽有拦阻，但克什米尔基督徒乐观面对。比如2019年查谟-克什米尔邦归属中央政府管辖后，教堂得以重修和开放，基督徒也与印度其他地区的少数宗教信仰者享有同等权益。其次，基督教机构也被允许拥有土地。

注：斯利那加(Srinagar)的圣家天主教堂、诸圣新教教堂、圣路加教堂、巴拉穆拉(Baramulla)的圣若瑟天主教堂、古尔马尔格(Gulmarg)的圣玛丽教堂。

天父，谨守训言的，必得好处；倚靠耶和华的，便为有福。求主使克什米尔的基督徒不看自己为弱小；愿基督因他们的信靠，住在他们心里，叫他们的爱心有根有基，能够跟众圣徒一同明白，基督的爱是何等长阔高深，他们便刚强壮胆，在夹缝般的生活和环境中，站立得稳，做好见证，为主做盐发光，吸引人归向耶稣。奉主耶稣基督的名求，阿们。



他说：「主啊，你是谁？」主说：「我就是你所逼迫的耶稣。」(徒9:5)

扫罗称呼主为「kyrios」，这是第一世纪对权柄与尊荣的称号。他知道，向他显现的，是一位带着神圣权威的主。

当「你是谁」的答案揭晓，扫罗也不得不承认，自己过去所坚信、捍卫与投入的一切，竟与神的心意相背。他看见的，是整个生命方向的错置。

对主的认识被更新，带来的不只是情绪震撼，更是方向的重整。扫罗承认耶稣是弥赛亚，是他真正的主；经过漫长而深刻的反思，他改变了前行的方向。然而，他没有否定自己的过去——他原有的背景、训练与热忱，没有被抹去，只是重新指向了正确的目标。这场相遇不是把他变成另一个人，而是使他成为神起初所要他成为的人。

我们的处境也是如此。当我们遇见弥赛亚，承认祂是主，就意味着承认祂的权柄，也意味着将生命交付给祂。问题从来不只「祂是谁」，而是「在祂的呼召中，我将成为谁？」



愿亲眼见祢

克什米尔的耶稣传说

1899年，艾哈迈德运动^{注1}创始人米尔扎，在著作《耶稣在印度》(Masih Hindustan-mein)中声称耶稣没有死在十字架上，而是化名「尤兹·阿萨夫」(Yuz Asaf)^{注2}来到印度，死后安葬在克什米尔的罗札巴尔圣陵(Roza Bal Shrine)。另有人声称，耶稣选择到克什米尔，是因为克什米尔人被认为是北国以色列失散的十个支派之一^{注3}。

这些说法，吸引了很多朝圣者、好奇人士涌入查谟-克什米尔中央直辖区的首都斯利那加，在罗札巴尔圣陵徘徊寻找「耶稣墓」，当地穆斯林居民不堪其扰，圣陵负责人便禁止外国人参访该圣陵。

事实上，有些穆斯林表示，关于耶稣的种种传说仅是旅游业者刻意炒作，误导游客。基督教学者也驳斥了耶稣安葬于罗札巴尔圣陵的猜测。而关于耶稣踏足印度的传说，也足可见人们对基督的生平并不了解。

注1：1889年创立于英属印度的伊斯兰教派，但被穆斯林视为异端。

注2：「尤兹」指的是耶稣，「阿萨夫」意为收集者、采集者或收割者。

注3：指北国以色列的10个支派，被亚述征服流放后，散入列国，因而失落。



天父，我们求主打开克什米尔人的眼目，不再从传说中认识耶稣，乃是认识主的真实身分——永生神的儿子，祂降世为人钉死在十字架上，成就了救恩，渴望与人恢复关系。愿祢差遣工人，帮助克什米尔人亲眼看见耶稣基督、被祂摸着，渴慕昔在、今在、永在，真真实实的救主。奉主耶稣基督的名求，阿们。



我若升到天上，你在那里；我若在阴间下榻，你也在那里。(诗139:8)

诗人谈论的，并不是「神无所不在」的抽象理论，而是他与神极其亲密的关系。无论升到天上，或在阴间下榻，神都在那里。不论我们把人生带到哪一个境地，神都认识我们，关心我们，察验我们，也看顾我们。

大卫提到阴间，他所关心的不是神的疆界，而是一个贴近生命的问题：当我们把人生变成地狱时，神在哪里？

当人生出现无力承担的困境、陷在无助的阴间时，我们会感觉神似乎不在；当人生仿佛失控，好像找不到神时，我们经历的是「缺席」的感受。这不一定是坏事，因为神其实没有离开，只是我们的感受如此。正是这样的时刻，恐慌尚未吞没我们之前，我们受邀作出选择：是否仍然信靠？

缺席的感受，往往是信心最真实的老师。



名额之争

查谟和克什米尔的表列部落

印度人口中，约8.6%的人是「表列部落」，他们过去大多受人歧视，住得偏远，过着游牧生活，识字率低，有早婚、孩子失学、经济落后、缺乏现代技能等等的问题。现在在宪法保护下，享有特殊优惠和援助，比如高等教育和政府工作的配额等。

在查谟和克什米尔邦(现已分成「查谟-克什米尔中央直辖区」和「拉达克中央直辖区」)，估计部落人口的比例相当高。2001年的人口普查，他们占该邦总人口的10.9%。

「表列部落」的设立、分类及优惠，原意为改善落后族群的生活水平，却加深了印度族群的矛盾，制造更复杂的问题。例如，其他次种姓的人冒充加达婆罗门人，向地方行政长官申请优惠配额。印度东北地区更为此爆发种族冲突。

查谟和克什米尔邦的16个表列部落

拉达克的8个部落

巴尔蒂人(Balti)、贝达人(Beda)、博托人(Boto/Bodh)、布罗克帕人(Brokpa)、羌巴人(Changpa)、加拉人(Garra)、孟人(Mon)、普里格人(Purigpa)

查谟和克什米尔的4个部落

古贾尔人(Gujjar)、巴卡瓦尔人(Bakarwal)、加迪人(Gaddi)、西皮人(Sippi)

2024年纳入的4个部落

加达婆罗门人(Gadda Brahmin)、科里人(Koli)、帕达里部落(Paddari Tribe)、帕哈里族群(Pahari Ethnic Group)。

天父，愿克什米尔的各个部落，都有祢的儿女在当中，以好见证成为和平之子，吸引人归向祢。时候将到，祢必将万民万族聚来，看见祢的荣耀，愿这个时候快快来到，克什米尔的所有「表列部落」族群，无论人数多寡，那时都已经被圣灵引领、相信祢，跟世上万族万民，走在认识祢的正道上。奉主耶稣基督的名求，阿们。



我若升到天上，你在那里；我若在阴间下榻，你也在那里。(诗139:8)

有时，我们会在阴间为自己铺床。我们明知道神应当在场，却因为那片黑暗暂时有好处，而选择忽视神。起初似乎无妨，甚至带着一种被允许的自由；不久后，那份甘美便成为恶梦。

那时，我们才发现，其实神一直都在，只是我们假装祂不在。这不是经历神的缺席，而是拒绝承认祂的同在。

诗人先提到升到天上，那是显而易见神居住的所在。那里一切合乎秩序，创造主掌权，人也承认祂的主权。接着，大卫刻意转向另一个方向——阴间下榻。这不是意外坠落，而是主动选择在幽暗之处扎营，停留在一个不承认神同在的地方，一个以为神不会造访，因为太破碎、太污秽的地方。我们不陌生，因为我们也曾在其中停留。

结果是什么？诗人惊呼，原来神也在那里！没有任何地方能让人逃离神，就连我们亲手铺设的恶梦之地，也无法把祂拒于门外。这不是威胁，而是盼望，因为在最不愿被看见的角落，神仍然临在，等候人转身回到光中。



追求心灵纯净

巴尔蒂人

Balti People

约51,918人 | 伊斯兰教96.91%、基督教0-0.1%

巴尔蒂人是达尔德人^{注1}和西藏人的混血后裔。14世纪，在伊朗的苏菲圣人米尔(Mir)影响下，巴尔蒂人从苯教和藏传佛教，转向信奉伊斯兰教苏菲派的诺巴克西(Noorbakshia)学派^{注2}，但他们仍然保留很多苯教和藏传佛教的仪式特征。如今，巴尔蒂人主要信奉什叶派、诺巴克西派和逊尼派。

巴尔蒂人认为每天诵读《古兰经》非常吉祥，喜欢在苏菲派的道场(Khanka)集体礼拜，寻求灵性突破。苏菲派的学生在灵性导师指导下，透过冥想和沉思等修行，获得心灵精神的纯净(Tazkiah)。

巴尔蒂文化受到藏传佛教、伊斯兰教的影响，在历史悠久的清真寺和苏菲派的道场，可以看到代表吉祥的苯教符号卍(读音为雍仲，象征永恒)字刻在木板上。

注1：分布在印度西北部至阿富汗东部的达尔德语民族，集中在巴基斯坦的吉尔吉特-巴尔蒂斯坦地区，少数分布于查谟-克什米尔地区。

注2：非常重视穆斯林合一的苏菲教派分支，主要活跃在巴基斯坦的巴尔蒂斯坦地区。



观赏影片：巴尔蒂人的村庄——图尔图克(Turtuk)

Photo by mariachily on flickr

天父，圣灵结出果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制，这些美好的灵性，都是相信耶和華神的人能够追求获得的。愿巴尔蒂人寻找灵性突破中，能够听到福音，知道主要赐给他们一个新心，将新灵放在他们里面，复兴他们。愿他们接受福音，借着圣灵与主联合。奉主耶稣基督的名求，阿们。



我若升到天上，你在那里；我若在阴间下榻，你也在那里。
(诗139:8)

这节经文，指出一个贴近生命的事实：神临在于我选择前往的每一个地方。没有任何角落是神缺席的。即使我刻意忽视祂，也无法真正建构一个神不出现的空间。这意味着，神知道我所有的恶梦、逃避与自我欺骗，也知道我是在什么时刻，主动走向那些地方。

既然如此，为何人停留在其中时仍感到孤单？原因其实很清楚。感觉神的缺席，往往发生在人无助、慌乱、失去掌控时，那是一种情绪经验。而拒绝承认祂的同在，却是一种刻意的选择，是人在明知神在，却选择不理会、不回应的状态。外在的孤单感或许相似，内在的根源却完全不同。

当我们意识到这一点，问题便不再只是环境或处境，而是我们内心作出的选择。下一次，当你准备再次踏入那些熟悉却幽暗的角落时，不妨停下来问问自己：此刻，引导我前行的，是无助的呼求，还是刻意的逃避？



游走演唱的卖艺人

贝达人

Beda People

约420人 | 藏传佛教68%、伊斯兰教19%



贝达人是拉达克地区最底阶层的族群。他们四处游走，在公共场所或住宅的附近卖唱，男性演奏笛子、鼓或铃鼓等乐器，女性随音乐跳舞，藉此向人乞讨；他们也在农耕播种、妇女分娩或婚礼等场合表演。近年来，由于报酬微薄，他们在不表演的时候，也当计程车司机、导游、建筑工人等过生活。

由于四处卖艺乞讨，贝达人遭人鄙视。在社交或宗教聚会中，贝达人常常被安排在不受重视的位置上，并须自备餐具，因为别人不愿用他们使用过的餐具。在缺乏尊严之下，许多贝达人放弃传统的游走卖唱工作。但即使改变职业，也无法摆脱根深蒂固的社会污名和禁忌。

贝达人大多数信奉藏传佛教，但近几十年来不少人转信伊斯兰教，因为人们相信改变信仰，就有机会改变命运，而且相较藏传佛教徒贝达人，穆斯林贝达人的生活相对安定。

天父，祢所作的大事无法测度，所行的奇事不可胜数。祢把低微的安置在高位，把哀恸的高举于安稳之处。愿贝达人小不看自己的身分低下，也不因根深蒂固的社会污名和禁忌，失去了盼望。我们祷告，耶稣基督的福音临到贝达人，使他们离开过去的辖制，脱去旧我，能够活出有基督内住的新生命，成为新造的人。奉主耶稣基督的名求，阿们。



你们若留意听从我今日所吩咐的诫命，爱耶和華你们的神，**尽心尽性事奉祂**。(申11:13)

「尽心尽性事奉祂」(le'ovdo bekol levavkem)不只包含一层意义。「'ovdo」与「avoda」指「工作、服事、劳动」。因此，这个词组固然可理解为「事奉祂」，同时也可以理解为「与祂一同工作」。

这个理解，帮助我们重新看待祷告。祷告不只是向神说话，而是与神合作的行动。祷告中，人献上自己的忠心与努力，神则赐下能力，使祂的旨意得以推进。换句话说，祷告并非逃离现实的事，而是在让世界一步一步被修复。

因此，祷告不限于表达关切、赞美或请求。当人回应破碎、介入痛苦、修补裂缝时，所采取的实际行动，本身就可以成为祷告。

事奉神，不只是为祂做事，而是与祂同行，用具体的行动回应祂的心意，让生命成为祂工作的所在。



西藏人的亲戚

博托人

Boto / Bodh People

约91,495人 | 藏传佛教98.67%、基督教0.1-2%



Photo by sandeepachetan.com travel photography on flickr

博托人是拉达克地区的小型佛教徒族群，他们跟西藏人有血统和语言的亲缘关系，信奉藏传佛教的竹巴噶举派^注，主要节庆是西藏新年(Losar)、佛陀誕生日、成道日、涅盘日等。

博托人主要务农和畜牧，擅长编织毛衣、手套、帽子和袜子、销售天然香料、木雕等，他们的地区有丰富的自然资源，例如举世闻名的蓝宝石、药用植物、矿物等。

拉达克蓬勃发展的旅游业，为博托人带来了新的经济机遇。他们的妇女有相当高的地位，享有继承权，参与经济活动，掌控家庭财务，能够自行经营生意，担任白领工作。接近一半的博托人接受教育，识字率日渐提高，受过高等教育的，在政府部门工作，或者用政府提供的补助金，转向现代化的收入。

注：藏传佛教噶举派(白教)的分支，于12世纪创立，注重清静苦修、强调苦行，为不丹国教。

天父，愿祢在拉达克的旷野沙漠开道路，将一切山洼填满，大小山冈削平，使高高低低改为平坦，崎崎岖岖成为平原。愿祢的话语速速进入，遍满山岭低谷，充满力量，挪去博托人心里一切阻挡祢的事物。当祢的荣耀显现，博托人必一同看见，也必被祢光照、吸引，回转相信祢。奉主耶稣基督的名求，阿们。



你们若留意听从我今日所吩咐的诫命，爱耶和华你们的神，**尽心尽性事奉祂。**(申11:13)

祷告，反映出我们终于承认自己的有限，不再掩饰内心的挣扎，包括疲惫、无力、撑不下去的感觉。我们承认，不只外在环境艰难，内心也像活在冷漠之中，感到孤单，盼望渐失。

在如此处境中，祷告不再只是宗教责任，而成为生命最真实的呼吸。当内心反复涌现焦虑时，祷告便自然化为向神的呼求。

若把祷告视为与神同行、与神合作的行动，那么在挣扎中仍选择信靠，就是再次迎向祂的同在。即使感觉神沉默，仍倚靠应许，在力所能及之处修补破碎，这本身就是回应：「主啊，我愿意回应你的呼召；请与我同行，使我在行动中重新发现，你并没有离开。」

若你的祷告仿佛撞上天花板，也许不是你祷告得不够好，而是应该让生命本身成为祷告，用双脚继续走在与神同行的路上。



把大自然戴在头上

布罗克帕人

Brokpa People

约48,439人 | 以泛灵崇拜和藏传佛教为主

布罗克帕人颧骨高耸、身材高大、眼睛呈深棕色或淡褐色，皮肤白皙，偶尔有金发。传说他们是亚历山大大帝留下的军队后裔，因此被认为是当今仅存的纯种雅利安人。由于多年与世隔绝，布罗克帕人仍保有祖先的外貌特征。

他们视山川、树木、流水、花朵等为纯净，每个家庭种花，男女喜欢把鲜花、浆果、叶子等佩戴在头饰「特皮」(Tepi)上。他们的妇女喜欢将头发编成辫子，配上珍珠和珠子，并编织绣着精美图案的羊毛衣物，斗篷外套上装饰着勋章、纽扣、硬币、骨头和奖牌等，皆是地位和文化自豪的象征。

「米纳罗」是布罗克帕人的传统宗教，崇拜太阳、星星等天体，认为万物有灵。今天，多数布罗克帕人则信奉藏传佛教，他们在拉达克山区的村落有很多小寺庙，人们经过便转动经筒，山峦和桥梁上，色彩鲜艳的经幡随风飘扬。



Photo by Roberto Radovic on flickr



观赏影片：拉达克地区的布罗克帕人

天父，布罗克帕人喜欢花，求祢使他们听见圣经的话：野地的百合花不劳苦，也不纺线，就长了起来；愿他们惊叹大自然的创造，追溯到一切的创造源自于祢。圣经也说，野地的草今天还在，明天就被丢在炉里，神仍为它披上这样的妆饰；愿布罗克帕人因此感谢神所厚赐的一切，并知道神为他们预备了耶稣基督。愿他们接受耶稣，与万民一共赞美神。奉主耶稣基督的名求，阿们。



那税吏远远的站着，连举目望天也不敢，只捶着胸说：「神阿，开恩可怜我这个罪人。」(路18:13)

路加描写这位税吏时，刻意聚焦在他的动作。他不敢抬头，只是捶着胸，向神呼求怜悯。这不是戏剧化的姿态，而是他内在状态的自然流露。那一刻，祷告甚至还未成为完整的语句，却已经先成为身体的回应。

这个动作并非偶然。它显示一个人正在离开安全的距离，放下自我保护，停止为自己辩解，直接站在神面前。税吏没有修饰自己的样子，也没有试图建立任何属灵形象；他所能做的，只是承认自己需要怜悯。

正是这样的时刻，祷告不是从言语开始，而是从位置开始。人选择站在哪里，决定了祷告是否真实。当人不再站在自我防卫或自我证明的位置，而是站在需要恩典的地方，祷告便已经开始被神听见。



披在肩上的软黄金

羌巴人

Changpa People

约2,661人 | 藏传佛教88.99%，基督教0.1-2%

原本，羌巴人生活在西藏北部的羌塘高原，过去在印度和西藏之间自由迁徙，但是现在边界封锁后，羌巴人被迫迁徙到拉达克地区东部的高海拔寒冷沙漠，过着半游牧的生活。高海拔地带阳光强烈，紫外线使大多数羌巴人患上翼状胬肉(Pterygium)的眼疾。

羌巴人饲养的犁牛和羌塘山羊，与他们的生活紧密连结。高原上，羌巴人带着牦牛皮的圆锥形帐篷(Reboo)，跟着戈巴(村长)四处游牧。羌塘山羊生产出世界上最柔软、细滑、保暖、轻盈的「克什米尔羊绒」(Pashmina)，品质优良，价格昂贵，是羌巴人最珍贵的财产，也是他们跟当地村庄物物交换时最重要的商品。

羌巴人是藏传佛教徒，他们的帐篷供奉着家族神祇多纳克(Donaq)，也挂着精神领袖达赖喇嘛的画像。他们也深信神灵「拉」(Iha)和称为「鲁」的蛇(Ihu)的苯教传说。



Photo by Prabhu B Dass on flickr



观赏影片：
羌巴人的生活

天父，羌巴人生活在高海拔的崇山峻岭上，愿祢的工人突破种种障碍，把福音带给他们，叫他们在荒凉之处，从祢的话语认识祢、接受祢。天父，祢从天上的居所向地下观看，必看见羌巴人，留意他们一切的作为，也愿祢赐福保护他们，供应他们所需；当羌巴人仰望天空，也求圣灵赐给他们悟性，看出天父的创造，叫他们归荣耀于祢。奉主耶稣基督的名求，阿们。



那税吏远远的站着，连举目望天也不敢，只捶着胸说：「神阿，开恩可怜我这个罪人。」(路18:13)

拉比对祷告的理解，展现出浓厚的希伯来视角。用来描述祷告的动词「hitpallel」，并非单向地向神说话，而是一个反身动作，意思是「对自己作出判断」。人在祷告中，暂时退出日常的主动、掌控与自我防卫，把自己放在神的光中，诚实看见自己的真实状态。

因此，祷告是一段刻意的停顿，使人重新辨认自己与神、与世界之间的位置。这样的省察不是为了自责或定罪，而是让心思被校正，使人带着新的方向回到生活。

从这个角度看，税吏的捶胸不是情绪化的表现，而是内在状态的自然流露。他没有为自己辩解，也不塑造任何属灵形象，只是在神面前承认本相。正是在这样的姿态里，祷告真正开始，神的怜悯也找到了可以停留的地方。



不再当铁匠

加拉人

Garra People

约504人 | 藏传佛教59%、伊斯兰教28%、基督教0%



Photo by Robertino Radovix on flickr

加拉人是拉达克地区的少数民族，传统职业是铁匠，他们为拉达克人打铁、打金器、修补金属物品，获取食物和谷物作为报酬。传统上，工匠群体因为阶级低，被人鄙视，并遭到社会上的高阶主导族群排挤。

时代的进步，改变了加拉人的生活，老铁匠传统的打铁速度，追不上新时代的机械；年轻一代接受了教育，不愿意再跟随老一代的传统，他们想摆脱世袭职业的捆绑，因此加拉人打铁的工艺面临失传。

大多数加拉人信奉藏传佛教，他们庆祝所有佛教节日，宗教仪式和庆典还保留苯教的影响，比如戴着神秘威严的面具，或是喇嘛进入灵体附身的恍惚状态，向信众预言未来。今天，加拉人没有已知的基督徒。高低阶级和族群之间的社会隔阂，阻碍了福音的传播。

天父，祢从一本造出万族的人，住在全地，预先定准他们的年限和所住的疆界，要叫他们寻求神。愿祢的工人寻见加拉人，向他们传福音，他们便来寻求祢。虽然加拉人很稀少，常常被人排挤，地位低下，但神看人不像人看人，神看的是人的心，愿加拉人单纯相信神离他们不远，他们可以安息在耶稣这位大牧人的怀里，得享永生。奉主耶稣基督的名求，阿们。



那税吏远远的站着，连举目望天也不敢，只捶着胸说：「神阿，开恩可怜我这个罪人。」(路18:13)

有些时刻，生命需要从日常节奏中抽离。属灵语境或许会把这种时刻称为「退修」，但「离开」不是退修的目的，而是严肃的自我省察，是暂时与生活中不易察觉，却持续牵引我们的力量保持距离。

这些牵引往往看似无害：做饭、上班、与孩子争执、打扫家里。它们过于寻常、过于必要，以致人很少意识到，正是这些重复而熟悉的活动中，容易把人拉进无意识的惯性之中。久而久之，人仍在生活，却逐渐失去对神的觉察。

因此，所谓的把自己拆毁，并不是贬低自我，而是暂时离开这些惯性，使人再次站在真实之中。税吏选择的方式极其直接，他没有藉口，也没有遮掩，而是用身体表达一个事实：在他与审判之间，唯一的遮盖，不是功德，不是身分地位，而是主的怜悯。



受歧视的吹笛手

孟人

Mon People

约829人 | 藏传佛教58.25%、基督教0.1-2%

孟人是拉达克地区人口最少的族群之一。根据孟人自述的口传历史，他们跟早期的雅利安族群有渊源，曾受到压迫，因而迁徙到喜马拉雅山区，最终定居于拉达克地区。

过去，孟人的传统职业是吹笛子，主要为高官达人及修道院的大喇嘛唱歌和演奏音乐。冬季，田间农务较少时，他们向大众吟唱神话传说、传统史诗，配上民歌和音乐表演，讲述民族迁徙的历程、农村生活、精神与信仰。

早期的孟人信奉苯教，后来接受藏传佛教，但是他们以卖艺为生，因此地位低，不能成为喇嘛。几年前，孟人致力于改变拉达克佛教徒对他们的态度。第十四世达赖喇嘛到访，孟人等团体的代表向他提出社会歧视的问题，达赖喇嘛劝诫人们停止歧视。但是到目前为止，一般拉达克佛教徒并没有改变对孟人的负面态度。



那税吏远远的站着，连举目望天也不敢，只捶着胸说：「神阿，开恩可怜我这个罪人。」(路18:13)

「捶着胸」(τυπῶ)的意思是「击打」。这不是一个温和的词，而是用来描述重击敌人，甚至致命打击的动词。它表达的是以身体的击打，承载深层而剧烈的情感痛苦。这个词同样用于描述弥赛亚所承受的鞭打。

税吏的捶胸不是象征性的姿态，而是一种迫使自己离开舒适状态的行动。他放弃了在神面前的匿名与距离，正视自己真实的属灵光景。那样的看见令人恐惧，而他的反应，是毫不修饰的自我揭露。

若没有真实的自我省察，祷告便容易停留在语言层面。只有当人愿意离开使人麻木的惯性，这样的觉醒才可能发生。

天父，孟人在拉达克是少数中的少数，因卖艺为生，身分卑微，常常遭人鄙视，但耶和華神有丰富的怜悯，眼目遍察全地，视人为至宝。愿孟人被圣灵触摸，看到神在基督耶稣里向世人所施的恩慈，就欢喜接受。奉主耶稣基督的名求，阿们。



春天里的祭典

普里格人

Purigpa People

约39,101人 | 伊斯兰教87%、藏传佛教10%、
基督教0-0.1%

普里格人住在拉达克地区的卡吉尔县(Kargil)，以及巴基斯坦控制的吉尔吉特-巴提斯坦省。历史上，卡吉尔被称为「普里格」(Purig，词源自藏语)，「普里格人」意思便是「住在普里格的人」。他们被认为是藏族与达尔德人^注长期融合形成的混血族群。绝大多数普里格人信奉十二伊玛目派(伊斯兰教什叶派的^{最大派别})，这个信仰由15~16世纪巴尔蒂斯坦和克什米尔的传教士传入。

12月21日至1月21日冬季最寒冷的时候，普里格人会参与社区的民族美食节「马马尼」(Mamani)。人们准备传统菜肴，如谷物汤、酵母面包、荞麦饼、酸奶和肉汤等，摆设宴席，举办美食大赛。起初，马马尼节是为祭拜苯教神灵「拉」(Lha)、祖先而设，如今已经演变为社区的传统庆典，传承文化、推广种族和谐，并包装成「文化观光」节目，吸引游客参与。

注：分布在印度西北部至阿富汗东部的达尔德语民族，集中在巴基斯坦的吉尔吉特-巴尔蒂斯坦地区，少数分布于查谟-克什米尔地区。



观赏影片：「马马尼」民族美食节

Photo by sandeepachetan.com travel photography on flickr

天父，祢的名为至圣，愿世上万族都全数归入祢的名下，单单尊崇祢为神。愿祢差派工人快快到拉达克的卡吉尔，向普里格人撒下福音的种子。当普里格人听到福音，都奉为至宝，人人就如好土，使福音种子茁壮长大，结出果实。愿普里格人听懂天国的奥秘，成为平安之子，在族群里广传耶稣的好消息，引人归主。奉主耶稣基督的名求，阿们。



求你叫我转眼不看**虚假**，又叫我在你的道中生活。(诗119:37)

诗人向神发出一个极为具体的祈求：求你使我的眼目转离「虚假」(shaw)，使我在你的道路中得以存活。这并非抽象的属灵语言，而是直指日常生活的实际问题：「我把注意力放在哪里？」

理解这个祈求之前，必须先明白何谓「虚假」。「shaw」的主要意思是「空虚、虚无、无实质、无价值」，用来形容一切看似有吸引力、实际，却不能承载生命的事物，包含物质与道德层面。这个词也常用来指偶像，与「虚空」(hebel)一样，指向那些无法给人生命的存在。

换言之，「虚假」未必是显而易见的邪恶，而是那些不能使人真正活着的事物。它们可能合法、流行，甚至被文化高度肯定，却在神的眼中毫无分量。因此，什么是虚假，并不由文化、传统或个人感受决定，而是由妥拉(神的法则)界定。只要妥拉宣告某件事没有价值，它就不该成为人投注目光与生命的对象。否则，长久注视那些不能使人活着的东西，我们的生命就会渐渐枯竭。



活在传统中

古贾尔人

Gujjar People

约980,654人 | 伊斯兰教100%、基督教0-0.1%

古贾尔人是查谟和克什米尔邦的第三大族群，也是克什米尔「表列部落」注中，人口最多的部落。他们和巴卡瓦尔人(Bakarwal)有共同的祖先、语言、宗教和文化习俗，常常被视为一个族群。

古贾尔人分为两个次族：定居务农的贾明达尔人(Jamindars)，以及游牧的多迪人(Dodhi)。古贾尔人主要信奉伊斯兰逊尼派，男性喜欢戴小帽子、缠头巾。他们信仰虔诚，遵循传统的伊斯兰教习俗、严格的氏族制度、重视集体生活的传统文化。

由于古贾尔人生活高海拔地区，交通不便，每当天气恶劣，他们便与外界隔绝，面临物资短缺的困境。他们也因为人口老化、不识字、对政府的福利津贴一无所知，生活难以改善。

注：印度官方划定社会经济地位最弱势的群体之一，享有宪法特别保护、教育及公职席位保留政策。



Photo by sandeepchhetan.com travel photography on flickr

天父，求祢兴起福音工人，充满智慧和能力，突破重重困难，向古贾尔人传讲耶稣基督的大好消息；愿圣灵如风吹向古贾尔人，如烈焰般点燃他们渴望认识耶和華神的心，使他们听懂天国的奥秘，欣然接受。愿天父将生命之路指示给古贾尔人，使他们在祢面前有满足的喜乐，口舌欢呼，就安居在被祢充满的盼望之中。奉主耶稣基督的名求，阿们。



求你叫我转眼不看虚假，又叫我在你的道中生活。(诗119:37)

「看」(ra'a)的意义，远不只用眼睛观看。它包含注视、理解、感受、学习、享受，甚至是认同与显露，指向整个人对事物的投入。

换言之，我所「看」的，正塑造我成为怎样的人。诗人求的，不只是视线被约束，而是注意力、渴望与认同的方向被神调整；求神使他与一切被神定为「虚假」的事物隔绝。这不只是避免某些错误行为，而是生命全面的对焦。

试着列出你的「虚假清单」：哪些事物落在圣经的界线之外，却仍占据你的关注、情感、享受与学习？不必急着分类或评价，只要把脑海浮现的事诚实地写下来。

把清单交给神，求祂使你的眼目转离这一切，用祂的心意取代那些欲望、倾向与享受。



步履蹒跚的牧羊人

巴卡瓦尔人

Bakarwal People

约113,198人 | 伊斯兰教98.66%、基督教0-0.1%

巴卡瓦尔人是古贾尔人的一个分支，戈吉里语(Gojri)中「巴卡瓦尔」意为「牧羊人」。巴卡瓦尔人夏季在克什米尔放羊，到了10月，便回到查谟平原过冬，过着逐水草而居的生活，因此他们没有固定的居所。多年来，巴卡瓦尔人坚守传统，穿民族服装、缠头巾、蓄留胡须，不太关注新事物和新时代的改变。虽然气候恶劣、放牧困难、收入有限、缺乏其他技能，带来不少生活压力，但许多巴卡瓦尔人仍坚持以往的游牧生活，住在简便的帐篷。

近年，印度政府的政策改革大大影响巴卡瓦尔人，例如：2019年，中央政府将查谟-克什米尔邦改为中央直辖区，不少法令跟着改变，使巴卡瓦尔人不能在森林里搭棚屋(Kothas)；2023年，政府把帕哈里族群(Pahari Ethnic Group)等列为「表列部落」，巴卡瓦尔人不满，担心新加入的部落族群，会使政府给他们的补助减少。种种时代挑战，迫使巴卡瓦尔人开始反思自己族群为何陷入边缘化的困境。



求你叫我转眼不看虚假，又叫我在你的道中生活。(诗119:37)

属灵成长，往往不是从增加什么开始，而是从辨识与放下开始。当人停下脚步，诚实面对那些占据目光与心思的事物，操练才真正展开。

当你完成昨天那份关于「虚假」的清单，并在神面前寻求光照，就会明白，「警醒」就是一项属灵操练。目的不是要使人紧绷，而是学会拒绝一切阻碍生命成长的事；这种操练从来都不轻松。

清单上的，往往不是无关痛痒的小事，而是深深吸引你的事。否定欲望是一场真实的拉扯，甚至伴随挫败。然而，正是这些事灼伤了我们的眼，使我们看不清方向。

因此，我们需要在主里学会转眼不看，对神所定为「虚假」的事物说：「退去。」当心思被占据的位置得释放，真正使人活着的生命，才有空间进入并充满原本的空缺。

天父，巴卡瓦尔人常常逐水草放羊，愿他们按季节放羊的过程中，看到大自然的创造和供应，便被祢擦亮眼睛，知道创造宇宙万物的神，有慈爱、有恩典，便将荣耀归于祢。愿巴卡瓦尔人被神激动，遇见福音工人，便愿意认识耶稣这位大牧羊人，被他吸引，进入羊圈，成为安歇在主怀里的好羊。奉主耶稣基督的名求，阿们。



全年逐水草而居

加迪人

Gaddi People

约46,489人 | 印度教99.85%、基督教0-0.1%



Photo by Harvinder Chahal/dam on flickr

加迪人的起源是一个谜。根据查谟-克什米尔部落民族志的神话传说，湿婆神赐予加迪人统治权(音译为加迪)，允许他们居住并统管一个地区，加迪人便选择定居在喜马拉雅尔邦的巴穆尔(Bharmour)山区，后来搬迁到查谟-克什米尔，并使用「加迪」作族名。

今天，加迪人是一个游牧部落，全年带着羊群逐水草而居，夏季迁移到海拔较高的地方，搭建临时房屋；冬季迁移到海拔较低的地方时，他们便放弃这些房屋。迁移期间他们出售羊毛、羊皮、羊肉；也用羊毛纺纱，制成毯子，增加收入。

加迪人大多信奉印度教，分出许多不同的支派。这些支派根据其血统(拉杰普特人或婆罗门人)再分出不同阶级。不过，整体上加迪人在克什米尔社会的地位还是不高，女性地位更是低落。加迪人生活贫穷、识字率低，传统放牧生活使他们难以稳定接受教育。政府为了提升他们的地位，把他们列为「表列部落」注。

注：印度官方划定社会经济地位最弱势的群体之一，享有宪法特别保护、教育及公职席位保留政策。

天父，祢是不偏待人的神，各国中凡是敬畏主、行义的人，都为上所悦纳。愿加迪人知道神监察人心，看重的不是人的社会地位高低、知识多寡，或是贫穷富裕，血统、阶级的优劣，而是喜悦人行公义、好怜恤，爱神爱人才是最大的诫命。愿加迪人知道后便抛下一切，欢欢喜喜的奔向耶稣大牧人的怀里，得享永生的福乐。奉主耶稣基督的名求，阿们。



容这两样一齐长，等着收割。当收割的时候，我要对收割的人说：先将稗子薅出来，捆成捆，留着烧，唯有麦子要收在仓里。(太13:30)

成长过程中，人往往无法确定哪一株是麦子，哪一株是稗子。两者外观相似，只有等到完全成熟，才会看清楚差异。因此，清除稗子时，必须格外谨慎，免得连麦子也一同拔掉。

这说来容易，做起来却不然。罪恶既细腻且具诱惑力的影响，让人很可能生活在稗子之中，却以为自己正培育一片麦田。更糟的是，人可能明知某些东西是稗子，却因为担心影响自己而选择不处理。于是合理化妥协与容让，甚至用属灵的外衣掩饰。

耶稣并不是鼓励视而不见，而是呼召人学会警醒。研读神的话，能在人里面建立警醒的习惯，不只知道律法条文，还包括诫命、故事、诗歌、叙事、历史与反思。忽略圣经，会削弱我们分辨麦子与稗子的能力。若要在成长季节作出正确选择，我们必须学会警醒。



加迪人的好帮手

西皮人

Sippi People

约5,966人 | 印度教99.67%、基督教0-0.1%

「西皮」族名可能来自梵文，意思是工匠或是缝纫工人，属于低种姓。许多西皮人表示「西皮」跟湿婆有关，意指他们是神明的帮助者，但这种说法被认为是西皮人自抬身分。

西皮人和加迪人两个群体互相帮忙，关系密切。加迪部落放牧羊群，西皮人则收集加迪人提供的羊毛、清洗干净、纺纱和染纱，然后在木织机上编织出毯子、绳子、衣服等，他们世代做着同样的工作。西皮人手工精巧，织出的多拉(Dora)是加迪男人参加仪式缠在腰间的粗羊毛巾，加杜(Gardu)则是手工编织的大毯子。

除了手巧，西皮人也是湿婆崇拜仪式的洁净专家，当加迪人要去传说中的湿婆居所^注朝圣，西皮人就为他举行仪式和做法，因此西皮人在加迪人社会占有重要的地位。

注：昌巴地区海拔4,080公尺的马尼马赫什湖(Manimahesh Lake)。



天父，祢创造宇宙万物，即是天地的主，就不住在人手造的殿宇，也不受人手的服事，像是缺少什么，倒是把生命、气息赐予万人。我们感谢祢，求祢打开西皮人的心门，让他们遇见福音工人，听到好消息，认识了神的圣洁公义，便知道恩典是从神而来。愿他们回转相信祢，仰望祢的供应和怜悯。奉主耶稣基督的名求，阿们。



容这两样一齐长，等着收割。当收割的时候，我要对收割的人说：先将稗子薅出来，捆成捆，留着烧，唯有麦子要收在仓里。(太13:30)

每一次实践爱，都是一次警醒的考验。警醒不是人天生的能力，而是主赐给立约之人的的一种「看见」。若非神开启人的眼目，让圣灵在人心中动工，人往往随着传统、文化、潮流与个人偏好而浮沉，对生命方向缺乏辨识力。但圣灵动工，人便有可能警醒，沉睡的心会被唤醒，看见过去未曾看见的事。

然而，神赐下警醒，不是让人停留在感动或理解，而是为了实践。就像驾驶一辆车，基本技巧不难，但真正的驾驶需要投入与判断。读神的话也是如此。研经、语言与文化背景，是必要基础，却不足以塑造成熟的生命。人必须亲身投入、活出真理，使真理从文字进入生活。

一本只放在书架上的圣经，无法完成它的使命。这份礼物是要持续、完全地使用，好使人在爱与警醒中，逐渐分辨麦子与稗子，直到收割的日子。



担心假冒，福利分薄

加达婆罗门人

Gadda Brahmin People

传统上，加达婆罗门人是加迪人、西皮人和科里人的祭司，主持各类的印度教仪式。这个社群在查谟-克什米尔中央直辖区总人口不足10万，生活贫困，尤其是在山区，跟加迪人和西皮人一起生活的社群，急需政府提供帮助。

加达婆罗门人一直渴望被列入「表列部落」，若缺乏此认证，他们就无法享有补助、公职与教育的保留名额。过去，因为查谟-克什米尔地区的税收记录没有他们的种姓名称，造成地方行政长官不愿颁发「表列部落」的身分认证给他们。可是当2024年2月取得「表列部落」的认证后，他们又担心被别的族群假冒，分薄他们得到的福利。



Photo by Kalligautam on wikimedia



容这两样一齐长，等着收割。当收割的时候，我要对收割的人说：先将稗子薅出来，捆成捆，留着烧，唯有麦子要收在仓里。（太13:30）

警醒是种操练。人常说某人「很有恩赐」，仿佛是天赋使然，但事实并非如此。恩赐必须受训，否则无法成熟。

警醒源自对神的敬畏，害怕在大君王面前失败。这不是表面敬重，而是持续意识到：祂正在观看，祂的名正受牵连，没有任何藉口。接受恩赐，意味着承担操练的责任。

属灵生命的目标是回到伊甸园中最初的关系。罪恶的倾向却不断引诱人向神隐藏，向他人隐藏，也向自己隐藏，尤其躲进宗教语言的庇护之下。它会说服我们，当我们行事如稗子时，仍然以为自己是麦子。

正因如此，我们必须不断要求自己透明，把「看见」的恩赐，转化为生活的艺术，经由操练向他人敞开，并让他人来判断，我们的生命是否见证了那位施予恩赐的主。

天父，愿加达婆罗门人听到福音，便被主开导了心，留心神的话，在主道上受教训，并知道在基督耶稣里，不被定罪，脱离了死的律；愿加达婆罗门人终有一天与众圣徒同感一灵，呼叫「阿爸！父！」。祈求天父差遣福音工人，补上加达婆罗门人的各样需要，在经济、教育、医疗等方面带来实际帮助，更将生命的灵粮——耶稣基督的福音带给他们，使人得享真正的平安。奉主耶稣基督的名求，阿们。



山谷里的慢生活

科里人

Koli People

科里人是印度的刹帝利种姓，主要分布在印度的古吉拉特邦和马哈拉施特拉邦，以及巴基斯坦的信德省。不同邦的科里人，有不同的归类，比如在喜马拉雅邦和北阿坎德邦，被归类为高种姓，但在查谟-克什米尔地区的科里人，由于经济条件落后，则被列入「表列部落」注。

克什米尔的科里人住在群山环绕的小村落，以农耕、捕鱼、纺织为生，过着简单、与大自然为伍、集体决策的生活，人与人的关系亲密、互相帮助，长者在社区享有崇高的地位，以智慧和经验指引年轻一代。

科里人庆祝多个节日，他们喜欢聚在一起，载歌载舞，向神明祈祷。科里人的民俗音乐和舞蹈非常著名，尤其是马哈拉施特拉邦和果阿邦的科里人渔民舞。

科里人主要信奉印度教(包括查谟-克什米尔地区)。然而，马哈拉施特拉邦的一些科里人是基督徒；旁遮普省和巴基斯坦信德省的少数科里人，是锡克教徒，也有一些科里人转信伊斯兰教。

注：印度官方划定社会经济地位最弱势的群体之一，享有宪法特别保护、教育及公职席位保留政策。



不要爱世界和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。(约壹2:15)

我们未必细致区分「爱」与「情欲」，但身为犹太人的约翰，他的文化与历史背景使他理解两者的不同。

若要明白「不要爱世界」的意思，首先要了解希伯来思想中，「爱」是一种自发的情感，驱使人走向付出，抓住引发这份爱的对象，或投入带来愉悦的行动。神的爱与祂的位格相呼应，因此爱神首先是爱祂的所是，其次才是祂的话语或律法。

希伯来思想中，爱带着深切渴望。也因此，情欲极容易伪装成爱。情欲同样拥有渴望，却渴望占有与控制爱的对象，要世界按我的方式运作。

爱 and 情欲，都蕴含强烈能量。在恶倾向与善倾向之间，往往只有刀锋般的距离，有时唯有被割伤，才知道差别所在。

天父，我们感谢祢在万世以前，预定使我们得荣耀，借着圣灵向我们显明祢的奥秘，那就是基督。愿科里人也同得这一个来自天上的福分，知道神在肉身显现、死而复活，成为神丰富的彰显与救赎。愿科里人当中的基督徒，被主感动，内心火热，便大发热心向同族人传福音，佳美的脚踪走遍克什米尔科里人的每家每户。奉主耶稣基督的名求，阿们。



迟来五十年的认证

帕达里部落

Paddari Tribe

21,548人 | 印度教83.6%、佛教9.5%、伊斯兰教6.8%

1975年，喜马拉雅邦的班吉人(Pangi)成为「表列部落」^注，点燃了查谟-克什米尔邦的帕达里部落争取同样认证的希望。帕达里部落住在偏远崎岖的帕达尔(Paddar)地区，他们相信自己是从小班吉人那里搬迁过来的，有共同历史和文化，理应有资格成为「表列部落」，便积极争取，这份努力终于在2024年达成。

当帕达里部落被列为「表列部落」，便遭到了帕哈里族群、古贾尔人、巴克瓦尔人等反对。反对者声称，帕达里部落由不同种姓和信仰的人组成，这些人仅是因为地理位置相近，采用共同的语言，并非独立民族。也有人认为，把帕达里部落列为表列部落，是政党赚取选票的手段。

注：印度官方划定社会经济地位最弱势的群体之一，享有宪法特别保护、教育及公职席位保留政策。



不要爱世界和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。(约壹2:15)

约翰劝勉我们不要爱「世界」。原则上，我们都会拒绝那些不讨神喜悦的价值观，例如权力崇拜、贪婪逐利、性放纵、欺压弱者、不公义与骄傲。然而，更令人不安的是，我们对尊重、尊严、公平与节制被侵蚀，渐渐变得无感。

我们或许能意识到这些价值正受到威胁，但上述认同的原则，往往与生活的实际应用脱节。多少时候，我们明知某些行为正在侵蚀我们该坚持的价值，却因其中夹带利益，而选择退让。

我们必须清楚对焦，神的法则、祂的话语，才是生命真正的指引。

天父，祢吩咐光从黑暗里照出来，已经照在众圣徒的心里，叫我们得知神荣耀的光，显在耶稣基督的面上，这是何等大的恩典。我们求祢的光，同样照耀在克什米尔的每一处、每个部落族群，愿他们相谐相处，放下嫌隙。但愿帕达里部落蒙祢光照，心眼就打开、擦亮，被祢吸引，知道主恩待各民各族，乐意赐下永生给他们。愿祢向帕达里部落仰脸，叫他们知道祢是他们最大的倚靠。奉主耶稣基督的名求，阿们。



讲帕哈里语／波托瓦里语的族群

帕哈里族群

Pahari Ethnic Group

帕哈里族群由五十多个族群组成，包括高种姓的穆斯林、印度教徒和锡克教徒、从巴基斯坦控制克什米尔地区搬迁过境的人民等等。他们大多数住在「印巴控制线」边界，长期受到跨境交火、战争和恐怖袭击的打击。帕哈里族群之间有相异又互相认同的特质，2024年，他们以「讲帕哈里语/波托瓦里语」的语言族群身分，成为「表列部落」^{注1}。

古贾尔人、巴克瓦尔人对帕哈里族群列为「表列部落」感到不满，他们认为帕哈里族群是上层种姓、生活富裕，没有处于劣势，也不是一个部落族群，而且帕哈里族群早于2020年已获得「其他落后阶层」^{注2}(简称OBC/OSC)的福利。古贾尔人、巴克瓦尔人担心帕哈里族群的加入，会稀释他们从政府获得的原有「表列部落」福利，而且改变克什米尔的地方政治格局。

注1：印度官方划定社会经济地位最弱势的群体之一，享有宪法特别保护、教育及公职席位保留政策。

注2：印度政府用于界定除表列种姓和表列部落之外，在社会和教育上处于弱势地位的群体。



Photo by Jarjan Fisher on flickr

天父，表列部落的定义让印度产生许多纠纷，愿印度执政者有智慧的处理族群间的冲突、矛盾；愿帕哈里族人知道，在基督里的人是新造的人，旧事已过，一切都变成新的了，而且新的身分——那尊贵的神儿女身分，是高于世上一切身分的。愿他们与神连结，有新的开始、新的盼望，遇到困难时，可以依靠天父的供应和保护。奉主耶稣基督的名求，阿们。



不要爱世界和**世界上的事**。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。(约壹2:15)

经文除了说不要爱世界(kosmos)，还加上一句「世界上的事」(ta en tō kosmō)，不仅指价值体系，也包括日常生活中的具体事物，从宏观的价值观，延伸到微观的选择与欲望。

不爱世界，不只是拒绝错误理念，更是在日常生活中拒绝被情欲塑造，选择遵行神的旨意。

世界上的事不断从我们手中与心中经过。今天你打开手机，将会看到多少鼓励你为满足欲望而消费的广告？接下来24小时，你会听到多少个鼓励你要自我增益、向上爬升的声音？踏入职场，你会面对多少违背信仰价值观的抉择？

我们或许能轻易接受「不要爱世界」的教导，却不容易拒绝这些看似无伤大雅的细节，那看来没有人真的会注意的琐碎、可原谅的、小小的偏差。



唱一首牧羊曲

乔潘人

Chopan People

约3,300人 | 伊斯兰教100%、基督教0-0.1%



克什米尔的乔潘人人数很少，居住的地方非常偏远，要向他们传福音很困难，因此他们如今仍是未得之民。

乔潘人主要为当地的农民放牧羊，放牧期约5~6个月，每只羊300至350卢比(约3.31~3.87美金)。他们没有自己的牲畜和土地，因此经济落后。地方议会曾经通过决议，将乔潘人纳入「表列部落」群体，但未获政府批准，因此他们不能享有官方的补贴。

乔潘人的生活也受到种种法令限制，例如他们被列为「其他传统森林居民」(简称OTFD)^{注1}，在高海拔的牧场放羊，但由于政府执行偏差，使乔潘人不能获得2006年《森林权利法案》(简称FRA)^{注2}的正式承认。如此，乔潘人便不能随便捡拾木材，棚屋(Kotha)破损了也不能修缮，只能栖身在树下，或者用油布搭简单的棚子。

注1：指至少三代居住在森林，并依靠森林及其土地维持生计的人。

注2：该法案承认居住在森林的部落族群、其他传统森林居民使用森林资源的权利。

天父，乔潘人生活拮据，困苦流离，如同羊没有牧人，求神供应他们生活所需，也兴起印度的基督徒寻找乔潘人，叫他们充满智慧和毅力，不惧地势、散居等阻碍，将福音带给乔潘人。我们祷告，乔潘人格外被耶稣牧羊人、羊门、羊圈的形象和比喻触动；愿福音吸引他们快快信主，使他们在耶稣的怀里安息。奉主耶稣基督的名求，阿们。



因为耶和华你们的神祂是万神之神，万主之主，至大的神，大有能力，大而可畏，不以貌取人，也**不受贿赂**。(申10:17)

「贿赂」(shohad)常出现在法律与审判语境中，指的是扭曲公义的私下交换。你上一次对神说：主啊，只要你替我成就这件事，我就去做你要我做的事，是什么时候呢？

雅各就曾这样说：「神若与我同在，在我所行的路上保佑我，又给我食物吃、衣服穿，使我平平安安回到我父亲的家，我就必以耶和華為我的神。」这话揭示了一个尚未成熟的信仰状态。

难道雅各不知道那位圣者是不接受谈判的吗？事实上，也许他真的不知道，因为古近东的世界观，宇宙是众神明争斗的战场，它们对人漠不关心，并且充满敌意，一不高兴，便肆意毁坏，人必须以祭物安抚和贿赂这些看似不可控制的巨大力量。

创世记是一卷逐步揭示耶和華不同于古代诸神的经典。我们对神的认识不是瞬间完成的，而是在历史与生命中慢慢形成。雅各正走在这条认识耶和華的信心之路。或许，我们也是。



从客旅到定居

英国的克什米尔人

19世纪末，克什米尔的小农村米尔普尔^{注1}(Mirpur)有很多造船工人到英国填补当地劳工的短缺，他们原本只是打工赚钱，计划数年后回国，但后来第二次世界大战、1960年代曼格拉大坝(Mangla Dam)事件^{注2}，加上英国修改移民法规，致使米尔普尔人定居下来，也把亲人接到英国。据统计，今天英国的100万巴基斯坦人中，估计有70万是克什米尔人，当中几乎全是米尔普尔人。

过去，英国克什米尔人甚少了解本身的语言、文化遗产。后来，英国有了第一本帕哈里语/波托瓦里语杂志《奇特卡》(Chitka)、英国克什米尔人的卫星电视频道「自由查谟和克什米尔电视台」(AAP TV)，以及克什米尔广播公司(KBC)频道，英国克什米尔人开始探索自己的根源。

近年，英国发生大量的性剥削儿童「诱骗团伙」(Grooming Gang)案件，当中犯案者涉及英国巴基斯坦裔男性，也使人注意克什米尔人的存在。

注1：位于今天巴基斯坦的自由克什米尔(Azad Kashmir)地区。

注2：1950年代末，巴基斯坦修建的曼格拉大坝淹没了米尔普尔的大部分地区。



Photo by Alexander Hickson on flickr

天父，照祢安排的，在日期满足的时候，天上、地上、一切所有的，都在基督里同归于一，这是极大的福气。愿圣灵感动英国的克什米尔人，激动他们寻找神，从圣经读到神的话语，认识到这个神预定的奥秘；愿英国的教会接触克什米尔人，向他们报这个大好的消息，叫他们知道基督为他们预备了永生之道。奉主耶稣基督的名求，阿们。



因为耶和華你們的神祇是萬神之神，萬主之主，至大的神，大有能力，大而可畏，不以貌取人，**也不受賄賂**。(申10:17)

「不受賄賂」(lo yiqqah shohad)是邁向一神信仰的重要宣告。它表明耶和華不會被人的禮物或承諾左右；天地的主不需要人的安撫，也不靠交換來行事。因此，我們不必獻上食物、才干或奉獻，來平息祂的怒氣。我們若這樣做，反而是羞辱祂，等於把祂降格為眾多神明中的一位。耶和華神不是等待人討好的對象，祂是主動來尋找人的神。

當摩西將這宣告傳達給百姓時，徹底翻轉了神人關係的理解。神並不需要被禮物平息憤怒，祂乃是渴望與人相交。因此，人與神之間的談判既不必要，也不合宜。

你今天完全不需要為了安撫或討好神，帶著十一奉獻或任何承諾來祂面前。神接納的你，就是你現在的樣子，不多不少。



这一天，请按着圣灵的感动，写下你为克什米尔的祷告

Blank lined area for writing a prayer.



角声越来越大，大到极点的时候，摩西就说话，神用雷声回答摩西。(出19:19)

摩西开口说话，神以qol回应他，这个词翻译为「雷声」，这样的翻译很容易让人以为，神说话是伴随威严与恐惧。

拉比们曾极力调整经文的结构，避免摩西的地位看似高过耶和華。或许这样的顾虑没有必要，也许耶和華的qol从来不是在人声与喧闹之中被听见，而是在人停止说话时才浮现。或许，我们之所以听不见神的声音，不是因为祂没有说话，而是因为我们不懂得安静。

沉默总是令人不安，因此我们的生活就会被各种噪音填满。我们用声音包围自己，用「雷声」掩盖内心的空洞与不安。

不妨试一试，关掉一切声音，好让耶和華那近乎无声的静默状态(demama)浮现。这个词在以利亚的故事被译为「微声」或「低语」，它的词根其实就是「静默」。

也许，神的「说话」本就不依赖声音。





受忽视的社会群体

MARGINALIZED GROUPS

作者 昭仪 编辑 Isa





谁在倾听他们？

从《雷霆特攻队*》看未被听见的声音

电影《雷霆特攻队*》注上映时，我被它的概念深深吸引。过去以「特攻队」为主题的电影，主角往往是带着光环的人生胜利组；但这部电影中的角色，既不是传统的超级英雄，也谈不上是彻底的反派，而是一群在人生中跌跌撞撞、常被忽视或误解的人。

看着这些角色，我不禁想起圣经中的许多人物。例如曾以讹诈闻名的税吏撒该、险些被众人丢石头的妇人、毕士大池旁的瘫子，以及渴望重见光明的瞎子。他们多半不在社会中心，也很少被人认真聆听。主耶稣如何与他们相遇，甚至为他们的生命带来新的可能？

这也让我开始思考：在今日世界的未得之民中，是否也有一些人长久处于被忽略的位置？他们或许因身心障碍而被排除在公共生活之外；或因职业背景、过往的人生选择，而难以被理解，也较少走进教会。那么，他们如今身在何处？过着怎样的生活？又是谁在倾听他们的心事与需要？

带着这些问题，本季的主题逐渐成形。我们将聚焦于未得之民中的社会边缘群体，认识他们的需要，也思考哪些专业与恩赐能让我们成为同行者。文章中同时整理了世界各地创新的关怀方式，期盼启发基督徒、教会与宣教团队，为福音预工祈祷。

性工作者
09.16~09.20



无家者
09.21~09.23



身心障碍者
09.01~09.11



宗教特有角色
09.28~09.29



这些群体就像《雷霆特攻队*》中的角色，也像你我：同样承载着神的形象，也同样需要神的怜悯。愿上帝赐我们清澈的眼睛、清洁的心，看见祂所要我们看见的，并以祷告記念这些社会群体。

盼望有一天，在新天新地里，我们能与他们一同站在主面前，同声敬拜这位不曾忘记任何一个人的神。

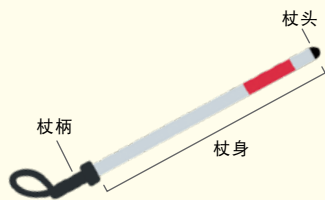
注：2025年上映的漫威电影，主角群皆曾为反派或身处社会边缘。

定向行动训练师

协助视障者安全外出的专业人员。如教导白手杖使用技巧、陪伴练习、评估外出能力等。



视障者探测路况的重要工具。杖身反光功能佳，提醒来往行人与车辆注意。



引路人

过马路或路况陌生时，视障者有时需要他人协助，以搭肩或握手肘的方式引导他。

安心出门的伙伴 EVERYDAY CARRY

导盲犬



爱狗、有能力控制大型犬的视障者，也会选择导盲犬。

手机、钥匙、钱包是多数人的出门标配；对一些身障朋友来说，还需要更多装备，才能安心出门。

辅听器

非医疗器材，为听障朋友放大整体环境声音。

医疗器材，可放大特定声音并降噪、对焦音源等。接收声音刺激，能有效减缓听障朋友的听觉持续退化。



助听器

行动辅具



依个人需求选择，如手杖、助行器、轮椅等。轮椅也有手动、电动与客製化设计，满足不同身体机能的需求。

无障碍设施

如缓坡、厕所、电梯或升降平台、停车位、扶手、标志等设施，确保肢障朋友通行权益，并促进社会包容和尊重。

助人小提醒

遇到身障朋友时，不妨先确认他们是否需要协助，以及具体需求。尊重对方的节奏与选择，提供合适的协助，就是最好的帮忙唷！

提醒小工具

聋人朋友以巧思解决生活问题：门铃警示灯、手机讯息提示灯、警报指示灯，震动式闹铃等。



手语

部分聋人主要以手语沟通，搭配唇语和表情，不使用其他辅具。目前世界通行的手语约有300种。





由于种族与政治等复杂因素，缅甸自1948年以来内乱不止。2021年爆发军事政变，军政府随后对反对派展开暴力镇压，截至2026年内战仍未停歇，百姓流离失所、建物毁损，部分人被迫逃往国外。

01

星期二

身心障碍者

在战火天灾中找不到路

缅甸视障者

缅甸视障倡议家布莱恩·佐(Brian Zaw)忧心内战中的身障群体，为他们争取权益，也因此与军政府发生冲突，最终与家人辗转逃至澳洲。即使成为难民，他仍心系家乡的视障同胞，深知白手杖对他们意义重大，于是开始募集二手白手杖，捐赠给泰缅边境的视障机构。

2025年3月，强震重创缅甸，政局动荡使救灾迟缓，一个月后仍有逾350万人无家可归，酷暑中只能栖身于临时避难所与帐篷，环境恶劣。

过去，缅甸视障者长期面临教育与就业困境，资源极度匮乏。如今在战乱中更为脆弱，他们无法及时避开袭击或地雷，频传伤亡，成为人权组织关注焦点。

世界上仍是战事、天灾四起，愿我们不要忘记其中的视障朋友，一同守望他们。



那时，耶和華從那里經過。在他面前有烈風大作，崩山碎石，耶和華卻不在風中；風後地震，耶和華卻不在其中；地震後有火，耶和華也不在火中；火後有微小的聲音……(王上19:11-13)

主的臨在如此柔和、細微、安靜，以致若不留心，便完全聽不見。我們往往被外在景象吸引，反而錯過父的聲音。我們期待雷聲，却聽不見低語，沒有預備好迎接至高者那幾乎不可察覺的臨近。也許，神不是不說話，而是我們太吵了。

天父，求祢看顧緬甸及全球身處戰爭、災難的視障群體，在動蕩與貧乏之地，成為他們的避難所，使他們在臨時居所中遇見耶穌的門徒，領受屬天的平安與盼望。我們為各國掌權者、人道團體禱告，願祢賜下憐憫與智慧，使他們在政策與行動上照顧視障群體的權益。願澳洲捐贈的白手杖，成為泰緬邊境視障者的生活助力。願祢興起眾教會，看見戰火、天災中弱勢群體的需要，以物資、醫療、關懷等方式回應需求。願基督徒視障者帶領教會認識視障群體，並發起更深入與實際的關懷行動。奉主耶穌基督的名求，阿們。





印度一家健康中心里，妮哈的指尖缓慢而精准地在患者胸部移动，辨别乳房细微的肿块。她是「发现之手」(Discovering Hands)计画培训的视障医学触检员。这项计画由德国霍夫曼医生创立，已在印度、墨西哥、尼泊尔等地培训逾80位女性视障触检员。

02

星期三

身心障碍者

探寻微光的手指

印度视障女性

视障者的触觉比常人敏锐，配合医学专业训练，女性视障者能比仪器更早察觉乳房早期肿块。

印度有6成乳癌患者确诊时，已届晚期，乳癌是女性癌症死亡首因。偏乡缺乏医疗设备，加上避讳乳房检测，使许多女性错过黄金治疗期。「发现之手」计画训练女性视障触检员，期盼提升女性的检测意愿、填补医疗空缺。然而，培训一位触诊员约需2,500美元，经费多仰赖私人捐助；并非所有医生接纳这项计画，多数医院也难有空间提供单独触诊。

印度约有1,500万视障女性，仅有5%有机会自食其力。妮哈的双手证明了视障者的专业与价值，但要让更多视障者获得机会，社会还需打开更多的门。



地震后有火，耶和华也不在火中；火后有微小的声音。(王上19:12)

耶和华在哪里？或许更贴近生命的提问是：当一切崩解时，祂在哪里？

事情顺利时，我们相信祂坐在天上为王；然而当孩子街头被杀、政府不公义、家人病逝、房屋被查封、社区遭恐怖分子轰炸时，祂在哪里？

以利亚明白，耶和华不在暴风、地震与烈火中。我们多么盼望祂在那里，用强大的能力击退我们的敌人，使他们在地震、在火中倒下，为我们伸冤。但我们必须像以利亚一样，先学会知道神「不在」何处，才能辨认祂「在」哪里。

我们偏爱彰显大能的神，胜过沉默同在的神；然而，耶和华未必按我们所想地显现。



天父，愿祢借着「发现之手」计画，让更多女性视障者的能力被挖掘，成为医疗专业与患者的祝福。盼望更多人慷慨奉献，支持各国推展「发现之手」，为女性视障者开创工作机会，减缓她们面对身障与性别的双重困境。愿各国政府满有祢的怜悯，积极为视障群体提供就业机会与辅导，使他们自食其力；我们相信，若有更多机会，视障者必能成为社会不可或缺的力量。求祢祝福全球的基督徒视障者，善用祢所赐的独特恩赐，在社会中发挥影响力，彰显祢创造的美好。奉主耶稣基督的名求，阿们。





在以普罗大众为服务对象的世界里，越来越多企业开始关注「无障碍设计」，使用科技工艺，帮助视障者自在地与世界互动。我们来看3个例子。

03

星期四

身心障碍者

看见彼此

企业行动参与

苹果手机被誉为「盲人手机」：苹果公司设立「无障碍政策及倡议」部门，开发多项贴近身障者需求的功能。例如「人物侦测」，疫情期间帮助盲人维持社交距离；「门侦测」，提供门的距离、种类、开启方式等语音提示，让视障者独立出行更安心。

「成为我的眼」(Be My Eyes)：2015年由盲人创办的应用程式，透过手机后镜头与语音通话，连结全球志工，协助视障者完成日常任务，例如：辨识食物保存期限、寻找物品等。截至2025年，已支援180种语言，服务超过75万名视障者，并有逾850万名志工投入。

宣教日引语音版：2021年8月推出语音版应用程式，提供华语和粤语朗读，让视障群体与年长者用「聆听」，参与对万民的关怀与代祷。

- 今天，邀请您思想并记录：我与我的教会如何以行动服事视障群体？
- 或是上网搜寻服事视障者的例子，如：教会、服事团队、宣教士、企业等。

 地震后有火，耶和华也不在火中；火后有微小的声音。(王上19:12)

「不在火中」(lo ba'esh)用的是绝对否定词「lo」——无论以利亚如何寻找，都不可能火中找到耶和华。神不在那里！「耶和华也不在」常被译为「微小的声音」(qol demama daqqah)之中——「qol」指雷声、人声或非语言的声响；「demama」则为寂静、止息。经文要表达这不是一种清楚的语言，而是近乎无声的临在。神在声响退去后的间隙，人若要听见祂，必须学会在静默中聆听。

天父，我们感谢赞美祢，感动这些企业与团队，关切视障者的需要，为他们设计出贴近生活的功能与服务，让视障者的生活更自在便利——这正是祢爱的具体展现。求祢記念并使用这些美好的行动，亲自引领他们、赐下足够的智慧与资源，使他们在创新与实践中的持续成为世界的祝福，也激励更多人，用行动一起打造视障友善的环境。愿祢感动众教会与基督徒，看见身旁视障群体被忽视的需要，学习主动倾听和陪伴，让人感受被珍惜、被看见。也求祢看顾每个视障者团契，在他们读经、敬拜中厚赐心灵的亮光和启示。奉主耶稣基督的名求，阿们。



仅三千人的峇里岛小村落本卡拉，由于世代相传的隐性基因，当地聋人比例特别高。村民长久以来无条件的接纳聋人邻舍，这份包容逐渐感染了周边地区、学校、政府、企业，让峇里岛发展出独特的聋人友善环境。

04

星期五

身心障碍者

无声乐园

印尼聋人友善环境

「我觉得自己和其他听人一样，是平等的。」本卡拉村被誉为「聋人的乌托邦」，在这里，听不见并非缺陷，聋人与旁人同样为社群贡献己力。为了日常沟通，村民发展出仅限当地理解的克洛克手语，人人会比手语；村中有传承40余年的聋人舞，聋人舞步一致，以记忆与视觉暗号掌握节奏。

当地小学考量聋人孩子口语学习的困难，老师会教授克洛克和印尼手语，培养聋童未来与印尼各地聋人交流的能力。

企业也投入支持——印尼水泥公司协助成立聋人妇女纺织中心，改善其收入。一位在美国接触聋人友善环境的餐饮业者，回国后在旗下4间餐厅聘用逾半数的聋人员工，打造聋听共融的工作空间。

随着聋人意识抬头，「聋人」指拥有手语文化的群体，而非障碍者，故本刊采用此称呼。

「听人」(Hearing Person)则为聋人对听力正常者的称呼。

 地震后有火，耶和华也不在火中；火后有微小的声音。(王上19:12)

我们常问：「神对我的旨意是什么？」期待清楚答案，盼望神用我们惯常理解的语言回应；但以利亚的经历提醒人，神未必在我们的预想中，或壮观景象中。若倚靠神的灵意味着要等候与留白，我们是否愿意聆听？

我们无法凭想像学会骑车、只靠读食谱烤好蛋糕；同样地，我们必须操练，学习在沉默中等候与聆听，这是属灵成熟的重要操练。

天父，愿本卡拉村接纳聋人的美事，扩及世界各地。愿祢感动全球教会积极行动，建立聋人友善的敬拜与团契，见证祢的爱。求祢在聋人求学的每个阶段，为他们预备合适的师长与支持系统，帮助他们无论透过口语或手语，都能自信表达、与人连结，发挥所长。愿各国政府在政策与资源分配上，更重视聋人权益；也求祢使用非政府组织、企业与慈善团体，补足公共资源的不足，扶持被边缘化的聋人群体，使他们得以自立，发挥祢所赐的才干。奉主耶稣基督的名求，阿们。





为何聋人需要手语圣经，而不是文字圣经呢？关键在于一个常被忽略的事实——阅读其实很倚赖听觉经验。

05

星期六

身心障碍者

眉飞色舞的语言

手语圣经

一般人默读时，脑中会自然「读出」声音，透过声音连结熟悉的词语意义。对听人而言，文字就像「声音的纪录」。

然而，从小失听的聋人缺乏声音作为理解字词的线索，相对影响阅读的直觉与流畅度。对许多聋人而言，结合丰富表情、动作、画面感的手语，才是他们最自然、最完整的手语，文字反而像一种外语。

手语圣经影片，必须透过手语翻译员诠释经文，在一些对福音敏感的地区，手语翻译员可能因此遭逮捕，甚至翻译计画被迫终止。直到近年，AI技术能精准辨识手语手势，并以虚拟人物替代手语翻译员，为事工带来了突破。

目前全球约有7千万名聋人，使用约三百种手语，却仅有一部完整的手语圣经——2020年完成的美国手语ASL版。这意味着，多数聋人仍无法以最熟悉的母语，认识圣经真理。

 人若在**场上比武**，非按规矩，就不能得冠冕。(提后2:5)

「场上比武」(athleō)的名词是「athletes」，英文运动员(athlete)也源于此字，新约仅出现一次。保罗指出，比赛中想得冠冕者必须按「规矩」(nomimōs)行事，合乎法定准则；运动员再出色，犯规也会失去资格。

同样，跟随主是在界线与秩序中前行，不能越轨，否则要承担后果。保罗并非主张靠守律法得救；正如守规则未必得奖，但得奖者必不靠犯规取胜。跟随神的人竭力遵行神的规范，这是生命与身分的自然流露。

天父，手语圣经关乎聋人认识信仰、灵命成长的迫切需要，我们祈求圣灵预备普世教会，不仅纪念文字译经工作，也为各地的**手语圣经迫切代求**，乐意奉献。求祢带领**泰国、罗马尼亚、赖比瑞亚**等地正开展的手语翻译事工。愿祢在**各国教会**兴起聋人领袖，看见聋人**群体的福音需要**，也差派熟悉手语的**宣教士**进入聋人群体，宣扬好消息。我们为**每一位翻译员**祷告，愿他们成为**恩典流通的器皿**，使聋人**真实遇见基督**。愿科技的进步成为福音的助力，不仅**加快翻译进程**，也**保护同工的安全**。奉主耶稣基督的名求，阿们。



一位非裔美国人，如何在二十世纪初种族隔离盛行的美国，成为影响深远的宣教士与教育家，并且誉为「非洲聋人教育之父」？这是安德鲁·福斯特的故事。

06

星期日

身心障碍者

非洲福音契机


聋人宣教士

福斯特11岁因病失聪，非裔与聋人的双重身分，使他求学屡受阻碍，近30岁才取得教育学位，并成为美国聋哑大学首位非裔毕业生，之后又取得教育、宣教硕士学位。

上帝在他心中放下对非洲聋人教育与福音的负担。1956年，他创立基督徒聋人差会(CMD)，前往非洲服事。后来，他与同为聋人的贝尔塔·祖特结婚，在尼日利亚养育5名子女，一同深耕非洲。

福斯特奔走各地募款，在非洲培训师资、建立培训中心，编写教材。融合美国手语与当地元素，创建和推广手语教学。他安排学生赴美进修，造就一批非洲聋人领袖，并协助政府制定教育政策，改善聋人处境。

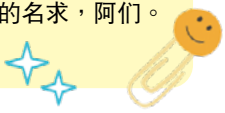
1987年，福斯特因空难去世。30年间，他开办的30多所学校，遍及13国，并建立多间教会。妻子与儿子提姆先后接管事工，持续祝福着非洲的聋人群体。

 人若在地上比武，非按**规矩**，就不能得冠冕。(提后2:5)

「按规矩」不只限于地上比赛的一刻，也包括赛前操练。所以纪律与规矩息息相关。运动员在地上有出色表现绝非偶然，背后肯定付出了许多辛劳、努力和血汗。同样地，基督徒若不重视属灵纪律，不断操练心志，又怎能跑完人生的道路呢？

提前4:8说：「操练身体，益处还少；惟独敬虔，凡事都有益处……」敬虔意指「灵性的操练」，我们需要操练自己的灵性，这会影响到我们到永远，远比操练身体来得重要。

天父，我们赞美祢的慈爱长阔高深，装备并差遣福斯特，将福音与聋人教育带到非洲大陆。愿他的见证激励众肢体，以各自的专业成为世界的光和盐，关怀常被社会忽略的族群。恳求祢安慰、支持聋人家庭，在聋人教育仍匮乏的地区为聋人开路，兴起基督徒投身聋人教育和推广。愿执政者满有智慧，制定合宜的聋人教育及就业政策。我们祷告，众教会看见聋人是基督肢体中尊贵的一分子，乐意成全聋人同工和宣教士，如同福斯特，在未得之民中宣扬祢的名。奉主耶稣基督的名求，阿们。





朝鲜社会以劳动力与生产力为核心，身障者被视为「不事生产」，而遭歧视与孤立。2003年，政府虽批准多项保障身障者公共服务的法律，但外媒提及：身障儿童常被排除在教育与医疗体系之外；官方统计多集中于平壤，低估全国身障人口。

07

星期 一

身心障碍者


背上的人生路

朝鲜身障者

「以顺玉的身体状况，她先生怎么还愿意照顾她……」顺玉结婚以来，邻居的闲言闲语从未间断。她因先天脑性麻痹无法行走，朝鲜国内买不到轮椅注，她所住的农村也缺乏身障援助，顺玉平时出门都需要家人背负，更遑论去工作。若非先生永柱不离不弃，她恐怕与多数身心障碍者一样，终身仰赖父母照料，一旦父母离世便难以生存。

多年来，国际人道组织持续关切朝鲜身障权益。有基督教组织长期为身障者等弱势群体提供食物、药品与衣物。「人道与包容」(H&I)则专注推动身障儿童受教权、改善复健服务，并协助身障者逐步融入社会。

注：2018年国际制裁后，轮椅与拐杖等辅具需特别许可才能输入朝鲜，程序冗长且难以通过，进而影响身障群体基本权益。

 你当竭力在神面前得蒙喜悦，作无愧的工人，按着正意分解真理的道。(提后2:15)

「竭力」(spoudazō)是简短过去的命令式，表达的并非一次性的要求，而是一个已经开始，并且需要持续进行的行动。保罗期待他的跟随者早已活在这样的状态中，并且不断坚持下去。

这个动词涵盖「赶紧去做、热心、急切投入、认真对待、尽责行事」等意思，显然与拖延无关。这节经文并不是呼召信徒等到一切都预备妥当才行动，而是命令信徒立刻投入，并在日常生活中持续活出忠心。

圣经的目的，不是让人只停留在理解抽象的原则，而是让救恩的事件不断延续。信仰也不是获得一次性的结论，而是必须在每个当下重新活出来。属灵的成熟，并非来自旁听与理解，而是源于真实且持续的投入。

天父，我们为支援朝鲜的人道组织守望，求祢赐下智慧，使他们为当地带来善待身障者的新方法。愿崇尚个人能力的朝鲜社会，看重每位身障者的生命价值与潜能，透过培育和支持，使他们习得专长，贡献所能。恳求祢使用朝鲜菁英家庭中的身障子女，使他们成为改善国内身障权益的力量。我们记念全球因环境与制度受困的身障群体，愿祢在他们缺乏政府与国际单位协助的地方，亲自赐下帮助，兴起基督徒与宣教士，走进这些家庭，以祢的爱关心、陪伴与代祷，回应他们的需要，成为祢怜悯人的器皿。奉主耶稣基督的名求，阿们。





帕拉林匹克运动会(帕运)，是全球视觉、智能与肢体障碍运动员的最高殿堂。希腊文「帕拉」(Para)意为「并行」，象征帕运是与奥运并行的另一条荣耀赛道。自1998年起，帕运于奥运后在同一场馆接续登场，邀请世人欢庆运动员的成就。

08

星期二

身心障碍者

与主奔跑

身障基督徒运动员

「7岁时，我坐着轮椅在校园里飞驰，老师总要我慢点。当我得知『轮椅竞速』后，我心想：这个运动太适合我了！在跑道上，我再也不会被嫌速度太快。」

凯尔·艾德根是帕运的亮眼选手。15岁首度参加2016年里约帕运，夺下一银三铜；之后在东京与巴黎帕运各获两银。每次赛后，她总将荣耀归还上帝。

凯尔来自基督教家庭，出生即因脑性麻痹需以轮椅代步，她因此长期对神满腹疑问。直到2012年伦敦帕运，她看见轮椅竞速选手冲刺的画面，不禁两眼放光——原来坐着轮椅也能奔跑、追求速度。那一刻，她立志成为运动员。如今，每次踏上跑道，她都确信：神一路引领，让她用速度见证神的恩典。



你当竭力在神面前得蒙喜悦，作无愧的工人，按着正意分解真理的道。(提后2:15)

保罗希望他的读者更全面地参与：进入信徒群体中生活，包括学习、祷告、歌唱、跳舞、赞美、行走与交谈等等，一切具体而真实的互动。

生活往往是在我们计画其他事情时悄然发生，而忠心正是在这样的生活流动中被塑造。起初，人被安置在园中，不是作为旁观者，而是被托付去耕作与看守。园丁每日面对土地的限制、季节的节奏，以及成长的不可控。他不能催促结果，也无法保证收成，只能按时耕耘、耐心等待，并依靠生命的主权不在自己手中。正是在这样反复、具体、充满不确定的劳动里，人学会依靠神。

因此，「竭力」是在每日被托付的土地上忠心劳动，使真理在行走、等待与持续投入中，实际地活出来。

天父，愿祢启示全球参与帕运的运动员，生命的价值和力量皆源自于祢，并在祢所赐的平安中，自由发挥恩赐、活出精彩。求祢让每一次训练、每一次前进，都成为他们经历祢的时刻。我们也为着凯尔向祢献上感谢与赞美，祢对她生命的带领超乎所求所想，愿她的见证使身障朋友看见，祢对每个人都有美好计画，并将祢的形象放在他们里面。愿祢祝福全世界的身障朋友，在家庭、校园、职场与社会中，都能在祢爱中找到自己的赛道和节奏，并在生命终点欢呼：荣耀全归于主。奉主耶稣基督的名求，阿们。





世界卫生组织估计，乌俄战争使近三分之一的乌克兰人，面临心理疾病风险，其中儿童就有170万人。心理学家发现，越来越多儿童陷入焦虑、忧郁和创伤后压力症候群，症状随战火延续越发恶化。

09

星期三

身心障碍者

被轰炸的童年

乌克兰儿童的心理健康


维拉15岁时，乌俄战争爆发，她和母亲长时间躲在桌下，日子只剩下轰炸声与恐惧，她逐渐关上心门。她的遭遇只是成千上万受创孩子的缩影。随着战火延续，许多儿童被迫藏身地铁、地下室、防空洞，没有水、食物和暖气，地下生活成了新常态。

儿童比成年人更缺乏应对长期压力的能力，需要量身打造的心理照护资源。然而，乌克兰卫生体系早已因战争不堪重负，专业资源极度有限。「儿童救助会」(Save the Children)建置线上平台，为儿童提供安全互动的空间。「希望计画」(Project HOPE)机构则呼吁加强投资心理健康服务。

战争留下的创伤不会随炮火停歇而消失。如何修复孩子的心灵，将是乌克兰最迫切的议题。

暖心举动：哈丽娜心理师在闲暇时缝补娃娃、打造袖珍模型屋，仿佛让乌克兰孩童破碎的世界完整了一些。



 你当竭力在神面前得蒙喜悦，作无愧的工人，按着正意**分解**真理的道。(提后2:15)

分解(orthotomeō)的意思是「直直地切割、笔直地开路」。这个词来自工匠与筑路的语境，指把路修直，把材料切正，不偏不歪、不偷工。

保罗关心的不是信徒是否懂得真理，而是有否把真理用在正确的方向。分解真理不是把经文拆得更细，而是让真理不被扭曲、不被利用、不被绕弯。这是一种对准的工作，把神的话语准确地引向神的心意。

天父，恳求祢保守乌克兰，与世上一切在战火与动乱中成长的儿童。求祢兴起更多专业谘商师与合宜的心理资源，医治孩子受创的心灵，使他们有力量走过破碎的童年。求祢兴起众教会与基督徒，供应物资和给予陪伴，把在基督里无法夺去的平安与盼望带给孩子。我们为因战争而出现语言障碍、无法阅读或书写的孩子祈求，愿政府制定合适的政策，修补战争对教育的伤害。也愿祢兴起各界力量，为孩子打造安全的实体或线上空间，使他们能学习、相聚、重建信任，重拾正常生活。奉主耶稣基督的名求，阿们。





非洲大陆是全球自杀率最高的地区，《2023年世界幸福报告》中，24个最不快乐的国家中，有17个在非洲。然而，这里也是心理健康资源缺乏之处。全球每10万人中平均有60位身心科医师，而非洲各国则是每10万人中仅有10位，甚至更少。

10

星期四

身心障碍者

医疗信仰拉锯战

坦尚尼亚的心理健康困境

坦尚尼亚是非洲心理健康困境的缩影。这个人口逾6,800万的国家，每十万人中仅有1名身心科医疗人员，全国唯一的身心科医院——米伦贝医院——也仅设于首都多多马。然而，超过七成的坦尚尼亚人生活在农村，医疗基础设施不足，使多数患者难以获得专业治疗。

更大的阻碍则来自社会观念。心理疾病在当地常被视为「被鬼附」或「神灵惩罚」，因此许多人习惯先寻求传统巫医的协助。与延续千年的巫医传统相比，西方医疗既陌生又难以信任。再加上治疗费用高昂、医院距离遥远，患者往往无法得到及时、合适的照顾。即使部分患者得到医院妥善治疗而康复，也可能因心理疾病的社会污名，遭到家人遗弃或排斥。

奶奶谘商室：邻国辛巴威推动「友谊长椅」计画，培训六百多位奶奶成为谘商志工，为焦虑与忧郁患者提供6次、每次45分钟的基础对谈。2006年起，她们已免费服务逾3万人。



你当竭力在神面前得蒙喜悦，作无愧的工人，按着正意**分解**真理的道。(提后2:15)

无愧的工人是指在检验下不必退缩、遮掩的人。他站在主前，所做的经得起察验，因此不致羞愧。无愧并非来自完美，而是出于真实。工人羞愧多半不是能力有限，而是偷工取巧，或讨好人而扭曲真理。今天信徒也面临张力，渴望被肯定、害怕落后，用外在敬虔掩饰内在空洞；知道该怎样说，却未必愿意那样活。无愧工人在神面前诚实生活，他承认有限，不假装，在重复、平凡的日常里忠心。也许不耀眼，却能坦然站立，因他的工是为主而做。

天父，我们为坦尚尼亚及其他心理健康资源匮乏的地区仰望祢，愿各国政府有能力与资源改善心理医疗体系，培训更多身心科人员。愿祢使用全球医疗团队，为低收入、开发中国家设计合宜的心理健康计画，减缓患者的重担。愿基督徒以同理心倾听人们的挣扎，成为巫医以外可靠的陪伴者，并愿圣灵动工，引导人转向赐下医治与生命的主。愿祢兴起医疗短宣队，到各地推广基础心理卫生教育，带来实际帮助。愿祢托住承受庞大压力的医疗人员，使他们得着基督的安息，也用祷告将患者托付给祢。奉主耶稣基督的名求，阿们。





马来西亚的校园里，心理健康资源长期不足，许多年轻人只能在黑夜中独自承受焦虑与绝望。路加读大学期间，开始留意到朋友出现自伤倾向，或罹患忧郁、焦虑症，甚至在深夜向他倾诉自杀念头……

11

星期五

身心障碍者

心灵迷雾中的引路人


马来西亚心理健康服事

路加是年轻的马来西亚作家与演说家，在大学期间钻研并编制了心理健康指南，两年内陪伴近80位同学，在心理支持中一同思考信仰。

后来，心理疾病也造访了这位关怀者。他因焦虑症、忧郁症与强迫症，陷入身心低谷。母亲再次提醒他耶稣的爱。这段旅程让他体悟，因着耶稣的救赎，心理疾病患者不必独自挣扎；而专业治疗，也是神彰显荣耀与良善的方式之一。

如今，路加经营播客「恩典随身包」(A Pocketful of Grace)，融合信仰与心理学，分享见证、心理卫教，与基督徒心理师对谈，并在大学与教会举办讲座。盼望帮助教会与社会打造心理疾病友善环境，与受苦者同行。

今日行动：看完文章，你想起谁面对心理健康问题吗？请你搜寻资料，更认识他正在面对的疾病，并为他祷告。

 然而我们的神在天上，都**随自己的旨意行事**。(诗115:3)

原文语序是：「凡祂所喜悦的，祂都行。」行动本身就是神旨意的展现。希伯来思想不急于为神的作为辩护；神不是先被定义，而是在行动中被认识。因此，诗人不试图回答「为何如此」。当环境混乱难测，他宣告神仍在行动，且是按着自己的旨意，不取决于人的理解或同意。

信仰并非保证事情合乎我们期待，而是确信神始终没有停止行动。真正的安息，是在不明白时，仍承认祂的主权，并在信任中调整步伐。

天父，愿圣灵与心理疾病患者同在，使他们感受到祢的接纳与爱。求祢将陪伴、安慰的智慧和力量赐给患者的家人和朋友，使他们有信心，知道祢在疾病中仍掌权。求祢使用路加弟兄及众教会预备的心理资源，也兴起受装备的基督徒心理师与牧者，结合专业与信仰，将人领到耶稣面前。愿教会成为分享软弱、彼此背负重担的安全空间，也促进社会消除对心理疾病的偏见与误解。天父，愿祢的爱触及人心最深处的破碎，为心理疾病患者预备福音的契机，为人带来平安、盼望、救恩之道。奉主耶稣基督的名求，阿们。



汉诺威公园(Hanover Park)位于南非开普敦郊区，因种族隔离政策的历史遗绪，成为帮派的温床，毒品泛滥、暴力频仍，青少年首当其冲。许多孩子被帮派吸收，高达7成因创伤而吸食毒品，陷入成瘾循环。

12

星期六

成瘾者

走进毒品与帮派的生死战线

南非成瘾服事

克雷文牧师信主前曾加入帮派，深知毒品与暴力冲突相伴而生。多年来，他陪伴许多青年戒除毒瘾、离开帮派、重返职场，重建生活秩序。截至2025年，已有168人获得新生。

他明白，若不止住街头枪声与报复，青年的生命随时会被摧毁，于是推动「停火计画」(Ceasefire)^注，训练悔改的前帮派成员成为协商员，走进冲突现场，调停纠纷、促成停火。

团队虽赢得部分人士尊重，却仍面临死亡威胁、谈判破局的压力，以及市府缩减资金，协商员在改善社会与养家之间挣扎。即便如此，他们仍奔向第一线——只为阻断暴力，为更多青年守住重生的可能。

注：2000年美国芝加哥发起的计画，以公共卫生模式中中断冲突、降低社区暴力。



耶和華我的力量啊，我愛你！
(詩18:1)

大卫表达对耶和華的爱时，没有使用强调意志与行动的「爱」(‘ahav)，而选了少见的「raham」，且为Qal形态，表明主动流露的情感。显示大卫对神的爱不是出于命令、责任或理性抉择，而是由内而生、自然涌流、难以切割的情感连结。

「raham」是一种深层的爱，多指上位者对下位者的怜爱，如父母对孩子、母亲对腹中胎儿的爱。然而，大卫与神的关系中，他显然不是上位者。那么，他为何仍选择这样的动词？

他并非颠倒身分，而是强调生命的亲密——「raham」描绘的是如母亲与胎儿之间的生命连结。神不只是他倚靠的对象，更是内住的主；他与神彼此相属，无法分离。



天父，为南非的「停火计画」守望，愿祢赐下智慧的话语，使协商员善用过去的经历与影响力，在冲突中成为和平之子；恳求祢供应所需经费与资源，并保护团队的人身安全，使这计画持续发挥好的影响。我们纪念全球陷入毒品、酒精、性、暴力等困境的成瘾者，愿各国政府、医疗体系、教育机构与社区彼此合作，实际回应成瘾者的需要。也愿祢感动各地教会，以祢的怜悯与理解，陪伴成瘾者重建生活。唯有祢能医治破碎的心灵，愿成瘾者一次次被十字架吸引，在耶稣里得着满足与平安。奉主耶稣基督的名求，阿们。





缅甸、寮国与泰国交界的「金三角」，长年是全球主要毒品产区。因地理与历史等复杂因素，当地许多人深陷毒瘾，难以自拔。多年来，神呼召各地工人进入此地，推动「福音戒毒」事工。他们不依靠替代药物(如美沙酮^{注1})，而是藉由基督信仰带来生命改变，使人彻底戒除毒瘾。



戒毒者化身牧羊人

金三角福音戒毒事工

泰北福音戒毒村 | 全家的重建

张雨、卓映雪牧师夫妇于1997年前往泰北清莱山区，成立新生命福音戒毒中心。张牧师曾染毒瘾，因阅读《宇宙光》开始寻求信仰，并在泰北晨曦会戒毒村^{注2}的帮助下脱瘾。

张雨牧师夫妇回应呼召，服事吸毒者，随后意识到毒品对家庭和社会的影响，于是推动「家庭式戒毒」——丈夫戒毒、妻子打工、孩子学习华文，重建整个家庭。他们也发展农场、牧场与学生中心，让学员习得技能，也服事儿童与青年。

注1：属于类鸦片药物，定期服用可减轻戒断症状，帮助吸毒者回归正常生活，目前美、港、台等地皆采用此替代疗法。

注2：晨曦会是金三角最早展开福音戒毒的华人机构，许多受助的吸毒者后来成为牧者，投身福音戒毒事工。

果敢福音戒毒所 | 不计次数的接纳

2019年成立的果敢生命重建福音戒毒所，由当地的钟传道带领。他年轻时在晨曦会戒毒，从此立志服事同胞，并于2007年返乡展开事工。虽然戒毒者超过7成反复进出，钟传道仍倚靠神的恩典与怜悯接纳他们，并提供建筑、工程等技能训练，也带领学员投入救灾与内乱善后工作。

他计划在缅甸中部建立全国第一间女子戒毒中心，盼为被社会忽视与排斥的女性吸毒者预备出路。

天父，颂赞归于祢！感谢祢透过圣灵触摸，预备金三角戒毒者的生命，使他们因福音大能得着更新，许多人勇敢回应祢的呼召，祝福毒瘾群体。谢谢祢从过去到如今使用福音戒毒团队，求祢持续加添人力、经费和资源。特别恳求祢兴起关顾者，为住进戒毒村服事的牧者及其家庭守望，成为他们的亚伦与户珥。愿更多对戒毒有负担的牧者与工人，跨越文化与国界，在全球毒品泛滥之地推动福音戒毒；也求祢引领具备医疗、心理、教育、职训等专业的基督徒参与服事，使戒毒者获得全面关怀。奉主耶稣基督的名求，阿们。





耶和華我的力量啊，我爱你！
(诗18:1)

大卫的用词常有出人意料的选择。他在此使用的「力量」(hēzeq)，是整本圣经中唯一以阳性形式出现的例子。虽然语法上，这样的用法与他所指向的耶和華相符，但对熟悉希伯来文的读者而言，这无疑是一个刻意制造的张力，因为这个名词在其他经文中一律以阴性形式出现。换言之，「力量」在圣经的语言世界里，本质上是阴性的，唯有在归属于耶和華时，才例外地呈现为阳性。

这样的用词迫使我们重新思考「力量」究竟是什么。为何这个名词惯常是阴性？是否在希伯来的理解中，力量本来就不是以支配、权威或命令为核心？是否真正的力量，更接近「配偶」(‘ezer kenegdo)所指向的那种彼此相对、彼此扶持的关系？是否耶和華向摩西启示自己时，首先宣告的怜悯与慈爱，才是力量最真实的样貌？

若果如此，我们是否长久以来，将权力误等同于力量，并且不自觉地吧力量过度男性化，从而偏离了圣经原初、细腻而关系导向的理解？



1. 戒断期

由戒毒成功的学员和辅导员陪伴，以过来人的身分照顾生活起居，帮助新进学员度过断瘾痛苦，并与同伴建立关系。



2. 适应期

参加圣经课程与辅导，在信仰中重建人格，并分担务农、下厨等工作，学习责任感。



3. 成熟期

操练以信仰面对困难，思维逐渐转变，生命开始更新。



4. 考验期

状态渐趋稳定，可协助新进学员，并规画未来，预备回归社会。这个阶段极具考验。



新水河村是越南莱州省的苗族村落，过去村民以种植罂粟为生，也深受鸦片成瘾所苦。

14

星期 一

成瘾者


瘾君子告别罂粟花 毒品村的新经济之道

1980年代，政府为罂粟小村送来收音机，以便村长了解政策，但身为苗人的村长不懂越南语，反复转台时，意外听见远东广播的苗语福音信息，从此成为忠实听众。

4年后，村长一家信主，向邻舍传福音，信仰逐渐在村落扎根，使成瘾者萌生戒毒的心志。2005年，全村成功戒除鸦片。

挥别鸦片与罂粟后，人们转为栽种兰花、桃树、苹果、玫瑰与山楂花等，藉由高经济作物重建生活。新水河村群山环绕、风景宜人，加上苗族建筑、服饰与庆典，自然与文化交织成独特的旅游魅力。村民经营民宿和苗族特色餐厅、担任向导，以及制作与贩售传统服饰等，使村落走向多元而稳健的发展。

如今新水河村已焕然一新。2023年获东协评为「东南亚顶级旅游胜地」；2025年再获越南旅游奖「最佳社区旅游点」；首都河内亦承诺与莱州省合作推广旅游产业，吸引国内外游客。

 耶和華我的力量啊，我爱你！
(诗18:1)

「爱」(raham)这个动词，表达一种无条件、不可分割的结合，如同怀孕妇人无法与腹中胎儿分离，精准描绘了大卫与耶和華之间最深层的情感连结。他无法想像自己可以离开耶和華。这个动词也与怜悯和赦免紧密相连。大卫是在耶和華救他脱离仇敌和扫罗之后，唱出这首诗歌，因此他完全有理由使用「raham」——他不只脱险，更像重新得生命，从属于他的神那里再次被生出来。我们与神的关系，是否也以「raham」为特征？

天父，感谢祢使福音临到新水河村，人们渴慕生命至宝耶稣基督，愿意戒除毒瘾、重建家庭与生活。求祢持续坚固成瘾者的心志，赐福农业、文化与生态旅游，使这些产业成为稳定收入与社区复兴的管道。求祢纪念全球受毒品严重影响的地区，预备忠心且有影响力的当地信徒，为成瘾者代求，使人有力量踏出戒毒与改变的步伐。求祢差遣基督徒与宣教士，以医疗、教育、谘商、生计规画与职业训练等资源，陪伴那地脱离毒品的束缚，迈向经济转型与社会风气的转化。奉主耶稣基督的名求，阿们。





南苏丹脱离苏丹独立后，初期依靠国际援助与石油收入，经济蓬勃发展，但缺乏监督体系，贪腐迅速滋生。政治、经济与军权长期交织下，统治阶层贪污也几乎不受惩处。2018~2023年间，反贪腐委员会未接获任何挪用公款的调查指令，也未主动展开调查。

15

星期二

执法违纪者

官肥民瘦又一年

南苏丹执政者

2024年，国际透明组织的「清廉印象指数」(CPI)将南苏丹列为全球最腐败的国家，其排名长年几乎未见改善。

据国际观察，执政者牢牢掌控石油收入，藉此巩固权力。总统个人预算缺乏监督；国家采购案直接由官员名下公司承包，省略公开招标程序。军事开支同样不透明，将领能左右资金流向，虚报「幽灵兵」人数或夸大军购价格，累积自己的财富。

这些问题冲击平民生活：基础建设停滞；粮食短缺加剧贫穷问题；法院、医院和学校年久失修，公务员常领不到薪水，公共机关普遍瘫痪。南苏丹百姓每日承受腐败重担，迫切盼望政府建立问责制度，并让公民能真正参与国家重建。



耶和華神說：「那人獨居不好，我要為他造一個**配偶**幫助他。」(創2:18)

多數譯本將「配偶」(‘ezer kenegdo)翻譯為「幫助者」，容易讓人誤以為女人只是附屬或次要的角色。然而，希伯來文中，‘ezer 多次用來指稱耶和華自己，描述關鍵時刻他施予拯救與扶持幫助；「kenegdo」則帶有「相對、相稱、面對面而立」的意思。不是上下的排列，而是關係中的對等與回應。

因此，神所說的「不好」，並非能力不足，而是關係的缺失。人被造不是為了獨自承擔生命，而是需要一位能回應祂、與祂同行、在祂面前站立的人。「配偶」提醒我們，真正的幫助不是取代，而是承認我們的有限，在彼此回應與扶持中，進入神所說的「甚好」。

天父，願那些不受百姓歡迎的貪腐者，成為遇見耶穌的現代撒該，勇敢承認過錯，並以實際行動彌補過失。願聖靈觸摸南蘇丹的執政階層，恢復他們對聖潔的渴慕，在金錢與權力的試探中站得穩。願政府推動有效的監察制度，整頓國家財政，在醫療、教育與糧食方面祝福百姓。願祢興起當地的基督徒，恒切為國家代禱，起身服事受苦的百姓，見證祢的公義與憐憫。我們也為全球國家與領袖守望，願他們在祢面前存謙卑與敬畏的心，成為彰顯祢和平、公義、聖潔的器皿。奉主耶穌基督的名求，阿們。





依据孟加拉法律，成年人可从事性工作，但在伊斯兰社会中仍是不道德。事实上，许多人自幼遭贩卖进入性产业，因赤贫且缺乏技能，一生难以脱离性工作，甚至染上药瘾、牺牲健康。

16

星期三

性工作者

被喂肿的身躯

孟加拉的性工作者

英国慈善机构「行动援助」(ActionAid)统计，绝大多数孟加拉性工作者对类固醇「欧乐得爽」(Oradexon)上瘾。妓院老板娘强迫她们服用，使身形更显丰满、未成年者看起来更成熟，而规避警方取缔。

然而，欧乐得爽极易上瘾，一旦停药便出现头痛、胃痛、食欲不振、皮疹等症状，使她们无法工作，因而不敢停用。

此药原用于牛只增重或治疗重症患者，女性若长期服用，恐导致心脏病、肾衰竭、骨质疏松与全身浮肿，甚至死亡。部分妓院老板娘则声称药物无害，当地药师和医生亦乐于推广，再加上药价低廉，使滥用情况未见消停。

虽然「行动援助」努力宣导「欧乐得爽」的危害，但缺少政府积极介入，性工作者在这场健康危机中依旧人单势孤。

 耶和华我的力量啊，我爱你！
(诗18:1)

大卫以多作阴性形式的「hezeq」表达「力量」，引人深思：圣经说的「能力」是什么？希伯来叙事中，力量不孤立存在，而与关系相连；正如「配偶」(‘ezer kenegdo)这个字，描绘的不是谁掌权，而是力量如何于关系中被唤醒。当大卫称耶和華為「我的力量」，他指的不是支配，而是亲近、扶持、承载生命的能力。真正的力量不是单向施行，而是在立约关系中，透过同行与彼此回应而显明。信仰的能力，也立基于关系，而非掌控。

天父，为全球受剥削的性工作者仰望祢，祢心疼她们在社会边缘忍受贫穷、病痛与创伤。愿满有慈爱的主，亲自安慰她们，使她们知道耶稣基督以重价买赎她们，并经历主释放她们的恩典。愿教会与基督徒效法耶稣基督，带着爱与包容走近她们，倾听并理解她们的故事，服事她们的需要——透过医疗、心理、教育、经济等专业，陪伴性工作者走上更健康、更有尊严的生活道路。祈求圣灵敦促各国执政者，透过有力的政策法规、药品监管，杜绝妓院滥用有害健康、容易成瘾的药物。奉主耶稣基督的名求，阿们。



陈姬兰姐妹于2020年创立「微光事工」，推动香港教会关怀性工作者与边缘群体，并提供怜悯事工的开展培训。她说：「我们不是裁判官、救世主，而是桥梁，让教会和社会看见她们的需要。」

17

星期四

性工作者

照进凤楼的微光

香港性工作者事工

2024年，服事性工作者的「微光事工」，自费举办艺术展《轻拍门上灰尘》。展名源自策展同工的探访经验：性工作者房门上挂着「请按铃」和「请稍候」的牌子，却鲜少有人敲门关心她们，门板因而复满灰尘。


11位基督徒艺术家，跟随微光同工探访性工作者后再创作，带领大众认识香港凤姐^注的处境。例如艺术系学生萧可婷姐妹，将一位凤姐身影画在一颗中型石头上，邀请观展者抱起石头，亲身感受她们生命的重量。

陈姬兰创办「微光事工」前，已是不少凤姐的老友，陪伴她们过生日、看诊、申请住房，并等待合适时机分享福音。她服事的深水埗(发音：步)一带，性工作者超过500位。

注：香港性工作者的俗称。



《轻拍门上灰尘》
艺术家创作

 耶和華是我的**岩石**，我的山寨，
我的救主，我的神……(诗18:2a)

大卫没有选用形容「庞大岩石、坚固之物」的「tsur」，而刻意使用「sela'」——岩石的裂缝与隙口，是人在山体可藏身、保全性命的地方。这个选词，让人联想到摩西经历耶和華荣耀时，被安置于磐石裂缝，得以存活。同样地，大卫没有把耶和華描绘成一座巨大、冷硬、不可亲近的石山，而是将神理解为一个可以进入的安全之处，是在岩石般冷漠、充满威胁的世界中，为人开出的避难空间。

天父，感谢祢在香港兴起陈姬兰姐妹与志工，透过微光事工服事性工作者。愿祢亲自供应资源和经费，并呼召更多基督徒与教会，以各样创意与专业投入服事，更全面地关怀性工作者，使祢的怜悯与信实临到社会角落。特别求祢预备合适、成熟和有负担的弟兄，关怀当中易受忽视的男性性工作者。主啊，每一位身处性产业的人，都是祢爱子耶稣所看重、愿意付上代价的生命。求祢感动普世教会，以行动回应祢的呼召，成为性工作者的同行者、代祷者与支持者，直到他们回到祢家中。奉主耶稣基督的名求，阿们。





6~13世纪，印度皇室挑选善舞女子奉献于寺庙，称为「德瓦达西」(Devadasi，意为「神的侍女」)。她们照管寺庙、主责祭仪舞蹈，地位仅次于祭司。由于被视为「嫁给神灵」而终身不婚，德瓦达西受人尊崇，后来却随着历史变迁而沦为庙妓。

18

星期五

性工作者

献给神灵的幼女


印度庙妓1

德瓦达西高度倚赖寺庙经济与传统贵族资助，然而，伊斯兰统治时期北印度神庙受损；英国殖民时期，神庙失去经济自主权与传统贵族的资助，德瓦达西失去经济来源，部分被迫为祭司或信徒提供性服务。昔日象征神圣的奉献，成了剥削温床。

后来，德瓦达西多来自低种姓，由于自幼与社会隔绝、害怕神灵咒诅而不敢脱身，承受性病、赤贫，直到「不再受欢迎」，而以乞讨、性交易在社会边缘求存。

1901年，来自北爱尔兰的宣教士贾艾梅，创立杜尼法团契，庇护逃离寺庙的德瓦达西，即便遭祭司控告仍坚持事奉。许多德瓦达西因此获得教育和医疗资源，也在信仰中重拾尊严。

1988年印度立法禁止德瓦达西习俗，但至2023年，南印度仍有人被迫「奉献」，在隐匿与歧视中挣扎求生。

 耶和华是我的岩石，我的山寨，我的救主，我的神……(诗18:2a)

「sela'」指向山石内的遮蔽空间。大卫想表达神并非遥不可及的石山，而是人在危险中可以进入、隐藏、保全生命的所在。有多少时候，我们渴望的是一位拥有压倒性能力的 神，好让我们藉祂雷霆般的能力解决一切，而不是安息在如母腹般的保护之中？神的能力不只表现在威严的力量上，也在危机中提供我们遮蔽与拯救。我们的信仰不是要学会操控神的能力，而是学习进入神所预备的安全之所，在其中安息。

天父，祢看见德瓦达西被许多重担压伤，愿祢亲自收纳她们的眼泪，以十字架的爱缠裹身心灵的伤口，释放她们得自由且重新得力。愿她们知道自己是被祢珍爱的女儿，祢不缺席她们的生命。感谢祢在百年前使用贾艾梅宣教士，以基督的爱拥抱德瓦达西，与她们一同见证福音的盼望。愿祢今日再次动工，兴起印度的众教会与福音工人，为德瓦达西兴起事工或团契，关怀、陪伴并服事这群被遗忘的生命，使她们重新恢复祢起初创造的尊贵形象，成为赞美与见证的器皿。奉主耶稣基督的名求，阿们。





曼荼拉出生于南印度，她家乡60户人家，家家都有女性被「奉献」为德瓦达西，她母亲也不例外。曼荼拉16岁时，以死相逼拒绝继承母亲衣钵，一路半工半读念完大学，在非营利组织支持下攻读社工硕博士，如今成为帮助德瓦达西的社工与倡议者。

19

星期六

性工作者

渴望舞出新未来

印度庙妓2

印度有一些非政府组织，试图为更多德瓦达西(庙妓)撬开枷锁，推动教育、职训、就业支持、谘商与医疗服务，并透过街头教育和社区会议，让大众理解德瓦达西制度的弊病。

连政府也起身行动。最近卡纳塔卡邦提出《2025年德瓦达西法案》草案，由印度国家法学院起草，并广纳1.5万名德瓦达西家庭的意见，不只严惩、取缔加害者，也关顾受害家庭的住房环境、退休金等基本保障；子女可依法「认祖归宗」，拥有父系继承权与要求抚养费；公家机关落实反歧视措施；确保地方治理团体有德瓦达西群体的代表，能参与决策与监督。

这一次，愿她们终能为自己的人生自由一舞。



耶和華是我的岩石，我的山寨，我的救主，我的神，我的磐石，我所投靠的。(诗18:2a)

为何大卫首先以岩石中的裂缝(sela')描绘神，指出他是可以进入、躲藏、得着保护的安全所在。接着，才使用「磐石」(tsur)，强调神的可靠与稳固。这次序揭示了人心深层的偏好。我们往往渴望一位立刻彰显大能、为我们出手的神，却忽略怜悯与忍耐才是神行动的起点。神若先以压倒性的力量临到，人反而无法承受；因此，祂先以慈爱、宽容与保护靠近人。

这节经文的排列次序提醒我们，神先成为可以藏身的裂缝，然后显明祂是永不动摇的磐石。我们的信仰，不是试图操控神的能力，而是学习在祂的怜悯中得着安全，并在这份安全里，信赖祂始终不变的可靠。

天父，感谢祢在印度兴起政府与非政府组织，一同保障德瓦达西的权益。愿相关法案真正落实，让就业、教育、医疗、住房、津贴与谘商等资源，成为德瓦达西实际的支持；也求祢转化社会氛围，除去偏见与歧视，加添接纳与同理心。愿印度的基督徒以专业与爱心服事德瓦达西，成为社会中的光和盐，彰显祢的公义和怜悯。虽然德瓦达西制度深刻影响女性与孩子的生活，许多处境复杂难解，但求主在人无法顾及的角落，按着祢丰富的应许，时刻看顾并供应她们，使人心得着坚固与安息。奉主耶稣基督的名求，阿们。





2005年，唐恩与布莉姬特牧师夫妇看到一部柬埔寨儿童贩运的纪录片，拍摄地邻近他们曾造访之地。他们心中激起负担，开始研究东南亚人口贩运现况，组建团队重返柬国，创立「爱加倍国际宣教事工」(AIM)，致力从源头阻断剥削链。

20

星期日

性工作者

身心重建与源头阻断

柬埔寨雏妓援救事工

为陪伴获救雏妓走向新生，爱加倍事工设立过渡之家与康复之家，提供她们安全庇护和心理支持，重建自我价值，并开设就业中心，培训服装制作，成品透过零售店贩卖，使她们拥有稳定收入与自立能力。

在预防与打击方面，爱加倍成立调查小组搜集情报，与柬国警方合作缉捕加害者。他们也在贩运重镇斯维帕克(Svay Pak)设立社区中心，提供教育、援助及替代职业途径，提升社区防护力。同时，建立教会，以基督教信仰更新社区价值观。

2025年7~9月，爱加倍与柬国合作，援救8名遭性剥削的偏乡少女，也瓦解一处以商业为掩护的贩运网络，使37名女性重获自由。



耶和華是我的岩石，我的山寨，我的救主，我的神，我的磐石，我所投靠的。(诗18:2a)

投靠(hasa)意指躲避风雨与危险，常用来描写人面对威胁时寻求避难，并依靠某个对象。战乱或逃亡的人，往往奔向邻近的山丘，寻找高处或坚固的岩石避难，便是投靠的具象经验。

与之相关的名词，如避难处、保障、稳妥高处，常在经文中互用。圣经反复描绘神是避难所、遮蔽、坚固的山寨。人一旦投靠祂，便在祂的遮盖下得着保护与安稳。

这使人不得不反省：我是否真的投靠耶和華、信任祂、把安全交托给祂？还是仍紧抓眼前可见的保障、暗自预备自救的方案、倚赖自己搭建的安全网？投靠耶和華，是否真的在我的生活中真实可见？



天父，柬埔寨雏妓的哀声已经达到祢耳中，在无人察觉的角落里，祢顾念她们承受的创伤与痛苦。求祢以公义、怜悯和智慧引导爱加倍的援救事工，使受压迫者得着盼望，脱离剥削循环，在祢的爱里重建生命与自身价值。恳求祢的灵更新柬埔寨与全球人口贩运猖獗地区，使人心被真理转化，转离剥削行为，手洁心清地跟随祢。愿祢兴起基督徒与普世教会，如唐恩牧师夫妇般回应呼召，看见社会边缘的群体也是祢所爱的爱子，并愿意带着祢的爱，以不同专业与恩赐服事他们。奉耶稣基督的名求，阿们。





在「不麻烦他人」的日本社会中，无家者往往被视为「不负责任」，遭到排斥，甚或攻击。为避免歧视，许多人刻意保持整洁，不愿接受救济，多靠临时工维生，却仍难以存钱租屋。政府虽设立生活保护制度与庇护中心，但申请繁琐、限制严格，受惠者极少。

21

星期 一

无家者

整洁地流浪

日本无家者

整洁的街景背后，日本无家者比想象中更为隐匿，处境也更复杂。

远离都市繁华的日本公园里，偶尔能见到以纸箱或蓝色帆布搭建的落脚处。厚生劳动省2025年统计，全国仅2,591名无家者。看似极低的数字源自严格的定义：仅计长期居住公园、车站、河岸或马路等露天场所者。若算入栖身网咖、廉价旅馆或朋友家的群体，实际人数恐怕远不止于此。

造成无家可归的原因复杂，无家者以男性居多。1990年代经济泡沫瓦解了终身雇用制度，中年失业男性难返职场，年老缺乏存款、失去家庭依靠，最终流落街头；女性则多因丈夫失业、丧偶、家暴而离家出走，经济无法独立而陷入贫困。



耶和華是我的岩石，我的山寨，我的救主，我的神，我的磐石，我所投靠的。(诗18:2a)

大卫一步步引导人进入他与耶和華真实的生命关系。他先用「岩石」(rahām)表达一种如母亲与胎儿之间无法分离的生命连结。接着，他称耶和華為「sela'」(岩石中的裂缝、藏身之处)，表达神不是一座冷硬石山，而是人在威胁临近时可以进入得庇护的安全所在。最后，大卫说神是他所投靠(hasa)的；危险来临时他奔向神，把自己的安稳完全交在他手中。

「rahām」指向关系的根源，「sela'」描绘神的样貌，「hasa」则揭示人真实的回应。

诗篇18篇不是一首单纯颂赞力量的诗歌，而是一条生命的路径：从爱的牵引，进入可以藏身的安全之所，并学会真正的信靠。

天父，祢是寄居与贫穷之人的神，祢从未离弃露宿街头的灵魂。愿祢呼召众教会为日本与世界各地的无家者祷告，看见他们的属灵需要，也愿意协助他们改善生活。愿教会成为无家者的属灵家园，使他们经历在基督里的扶持、医治与归属。愿神赐下智慧与公义，使各国政府制定合宜的法律，善待因经济、家庭或其他因素失去安身之所的人们，并特别顾念女性无家者的安全与处境。愿圣灵转化人心，使列国存怜悯的心，以基督的爱与接纳回应无家者的困境。奉主耶稣基督的名求，阿们。





无家者是东亚高度都市化的底层生存者，各地有许多在地组织以创意行动回应需要，不仅重建无家者的尊严，让更多人重新找到立足之地，也拓展城市的包容性，让社会重新看见无家者的价值与人性。

22

星期二

无家者

温暖的接待者

东亚无家者社福机构

台湾

芒草心
慈善协会



许多无家者希望每天洗澡，但官方据点关闭时间早，他们也难以负担到旅馆盥洗的费用，女性无家者更急需安全且有隐蔽性的盥洗空间。2022年，芒草心在台北万华区成立「香香澡堂」，营业至晚间7点。因着企业与民众的捐助，澡堂免费提供盥洗、充电、取水、物资与生理用品，以及就业、租屋与医疗的谘询与转介，每天约有80~90人使用。



川口加奈14岁起积极参与无家者服务，19岁成立「回家之门」(Homedoor)。她走访街头，发现7成无家者擅长修理单车。当时大阪正面临单车停放问题，于是她在2011年引入「共享单车据点」(HUBchari)，雇用无家者，并将收入全数投入改善无家者处境。她在日本社会「不擅长开口求助」的文化氛围中，创造有尊严的工作机会，让无家者自食其力。

日本


Homedoor
非营利机构





香港 同路舍 非营利机构

同路舍(ImpactHK)特别关注女性无家者的身心灵健康。2023年，他们与大学合作推行为期两年半的「女性无家者精神健康特别护理及共居计画」，提供安全住宿、护理服务与医疗评估。47名参与者的心理健康和自我价值大幅改善，例如：压力与创伤数值下降逾5成、忧郁程度下降4成以上。团队同时呼吁政府正视女性无家者的特殊需求，并在政策中兼顾心理支持。

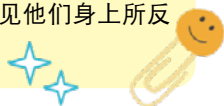
 我们坚固的人，**应该**担代不坚固人的软弱，不求自己的喜悦。(罗15:1)

应该(*opheilō*)，并不是温和劝勉，而是带着「欠债」的语气。日常用法指的是你欠下一笔债，必须偿还。换言之，担代软弱者不是一项可选的美德，而是一份无法推卸的责任。

为何是「欠」？因为我们被称为「坚固的人」，正是因为我们多得了能力、资源、空间与机会。更深来看，我们所欠的，不只是某人的人情，而是欠神的恩典。是神向我们施恩。恩典本身带着推力，会把人推向别人，催促人去偿还债务。

当我只在意自己的愉快、方便、不想被打扰时，其实是在拒绝偿还恩典的债。经历过恩典的人都明白，生命从来不是私有财产，而是一份被托付的礼物。既是托付，就伴随责任。

天父，我们向祢献上感谢，在东亚3个组织的行动中，看见祢赐下的美善与怜悯。他们尊重无家者，以长远眼光提供重建生活的协助，也激发社会参与——愿这些经验成为世界的养分，引导世人思索如何与无家者同行。天父，求祢纪念并使用各地的无家者事工，也持续更新众教会，使我们更能同理无家者的处境，以及他们对于归属感的需要，将他们领进神的大家庭。愿他们深刻经历主的爱，是透过我们不带目的地走近他们的生活，倾听他们的故事，单单看见他们身上所反映祢尊贵的形象。奉主耶稣基督的名求，阿们。





2011年，奥莉因叙利亚内战流离失所，来到北方城市暂时安身，没想到2023年，强震又夺去她的丈夫与房子，26岁的她独自抚养襁褓中的女儿，在废墟旁支起帐篷。一年来，她们熬过酷暑寒冬，始终未等到政府援助。

23

星期三

无家者


被粉碎的家

叙利亚无家者

叙利亚长年内战，近700万人流离失所。2023年的土叙强震再夺4000多条生命，数百万人无家可归。由于国际制裁，救灾资源难以进入，援助推行困难，多数灾民仅能仰赖民间组织支撑。过半数灾民表示难以求职和申请住房，也容易遭受骚扰或暴力。

虽有民间组织协助修缮受损房屋，但无力帮到房屋全毁者，例如奥莉与女儿仍住在帐篷里。她说：「只剩真主怜悯我们。」这不是一个人的悲剧，而是无数叙利亚人的缩影。

如此黑暗时刻，叙利亚教会虽仅有微薄资源，仍敞开教会与家门，分发食物、捐款与陪伴，以神的爱搀扶灾民。或许世界的目光已渐渐转离叙利亚，但这群无家者的需要，依然迫切且真实。

 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）

保罗不是在对属灵菁英说话，也不是只呼召已经「完全」的人。他说的「坚固的人」(dynatoi)，是「有能力、足以胜任的」，但未必是指地位或影响力。可能只是你在某些层面比较稳、比较能撑、能多走一步。也许只是为对方留一点空间：不嘲笑、不定罪、不丢下他；在他崩溃的时刻，陪他多站一会儿。

这些看似微小的行动，正是「有能力的人」能做、也该做的事。你不必显赫，不必被看见，也不必是领袖；只要你「能做一点事」，你就属于那群被称为「坚固的人」。

我们常想把「担代」留给更成熟、有资源、更属灵的人；但经文提醒我们，神要的不是英雄式的奉献，而是日常、持续的承担。

天父，我们将叙利亚及全球因天灾与战争而流离失所的百姓交在祢手中，恳求祢亲自安慰、医治他们的身心灵，使他们在动荡中寻见祢这永不动摇的避难所，并为他们预备安身之处。愿祢使用国际慈善与医疗组织，使救灾资源得以突破制裁与动乱的阻隔，及时帮助流离失所者，也让每一分善款和资源都被妥善运用，协助人们重建住房、工作和生活，并特别关注脆弱的妇女与孩童。祈求祢呼召并坚固普世教会，投入灾区陪伴，或筹款奉献、守望代祷，使基督福音的盼望充满万民的心。奉主耶稣基督的名求，阿们。



柬埔寨政府推行扫毒行动后，部分未成年人仅因出现在嫌犯附近，或与其有联系便遭逮捕入狱。这些孩子面对的，是2023年被评为全球第二拥挤的监狱体系，收容人数超出容量4倍，许多人尚未定罪便被关押。

24

星期四

被囚者


高墙内的大小事

柬埔寨受刑人

2024年数据显示，柬埔寨监狱中高达75%的人仍在等候判决，其中包含逾两千名未成年人。他们往往与成人一同关押，生活条件恶劣，也承受高度霸凌风险。一名被霸凌的孩子形容：「监狱里只有痛苦。」

柬埔寨人权促进及维护联盟(LICADHO)长期呼吁政府停止过度拘留未成年人，对于轻罪者改采替代处分，并确保每个孩子都能获得法律援助，避免因资源不足而被长期羁押。

非营利组织「此生此刻」(This Life)则透过「监狱之外」计画，提供生涯规画、职业训练、心理谘商与法律谘询，协助青少年出狱后重返家庭与社会。参与者再犯率由60%降至2%，显示制度以外的支持，能为未成年人带来不同的未来。

 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)

担代(bastazō)不是象征性地支持、给予善意的理解，而是实际地把重量背起来。该动词常形容扛着重物前行，或把原本压在一个人身上的负担，移到自己身上。

因此，保罗所说的「担代软弱」，是在对方无力承受时，让他承担的重量暂时落在你身上，陪他走一段撑不住的路。这样的担代，会让生活变慢、变重、打断你的计画、消耗情绪，甚至被拖累。正因如此，「担代」从不是令人向往的动作，却是爱最真实的样貌。这个字也用来描述耶稣背负十字架，与人同行。

你不可能在不被影响的情况下，担代别人的软弱；若你毫发无伤，很可能还没有真正背起重量。

天父，「在我们还作罪人的时候，基督就为我们死了。」恳求祢帮助全球受刑人承担刑责时，看见这份爱与盼望，而不至在绝望中沉沦。愿各界团体的爱与关注，引导受刑人走上悔改与新生。我们祝福柬埔寨有公义的司法与监狱制度，使无辜者与等待判决的人得到公平且及时的审理。求主保护狱中青少年，免受成年受刑人的暴力伤害与不良影响。祈求祢扩张监狱事工的影响力，降低再犯率，让更多人重返社会后有新的未来。我们祝福一线服事者每天有充足的爱心、勇气与智慧，面对服事挑战。奉主耶稣基督的名求，阿们。



台湾桃园龟山监狱与龙潭女子监狱中，约有370名外籍受刑人，多数来自越南。这道高墙内，有人说着受刑人的家乡话，端出家乡的菜肴——他们是莫善海牧师与阮玉蝶师母，用温暖的爱打开铁窗里紧闭的心。



穿透铁窗的温暖


在台外籍受刑人事工

莫善海早年随已故的夏义正牧师关怀外籍受刑人，后承接此事工；玉蝶师母则曾与阮中秋牧师夫妇同工，服事越南受刑人、移工与外籍配偶。婚后，夫妻二人专注监狱事工，提供福音书刊、会客关怀、协助受刑人联系海外家人、负担就医费用，更亲手煮越南菜，抚慰思乡情。许多人因此信主，目前有5位在狱中进修神学。

莫牧师夫妇与团队成立「龟山群组」，陪伴更生人重建生活，有人返乡重新就业，使受刑人得到激励。他们也往返越南带回越语圣经，联结当地教会，使返乡者持续得着牧养。

目前每周三下午监狱内有小组聚会，20余位外籍宣教士负责不同国籍的受刑人，但人手仍不足，且需经费支援刊物印刷与车辆汰换。

本日行动：搜寻「中华华人福音普世差传会」，了解台湾的外籍受刑人事工。若您有负担关怀外籍受刑人，可与前述事工团队联系。后续安排，仍以该单位回应为主。

 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）

不求自己的喜悦(mē heautois areskein)，其中「areskō」是「讨好、取悦、让人满意」，常描述刻意迎合期待、避免冲突的行为。加上否定语气之后，是表达拒绝用「自己是否舒服满意」作为行事动机。保罗不是要我们翻转次序：不先问我喜不喜欢，而先问这是否使人得益处、符合基督的样式。下一节他也立刻指向基督，主没有以取悦自己为目标，而是选择进入不舒服、不被理解，甚至被拒绝的道路，好使他人得着生命。

天父，谢谢祢呼召外国宣教士走进台湾监狱，陪伴外籍受刑人，并带着祢的智慧和怜悯，设身处地回应受刑人的需要。祈求祢将足够的人力、经费与资源赏赐给祢的仆人，坚立莫牧师夫妇团队的工作，使更多受刑人经历神的爱。愿狱中信主的弟兄姊妹，生命扎根于祢的话语，一生跟随祢。我们为在全球在异地服刑的人祷告，求祢打发更多工人，在各国监狱中做祢的器皿，挽回跌倒的人，并装备他们，未来成为多人的祝福。愿更生人在教会找到好牧者与团契，生命被造就坚固。奉主耶稣基督的名求，阿们。



「茧居状态者」指长达半年以上几乎足不出户、停止上学或工作的群体，极少与家人以外的人互动。日本2023年调查显示，15~64岁的茧居状态者至少约146万人，相当于每50人就有1人。


紧闭的那扇房门

茧居状态者

研究指出，茧居不是单一因素造成，而是多重压力累积的结果：亲子张力、霸凌、升学与就业竞争、经济低迷、疫情冲击或社会期待，都可能让人不堪负荷，脱离社会暂时保全身心。然而，退回家中虽相对安全，心中苦楚却未消减。有人因难以融入社会，感到无力与煎熬；有人无法如他人般「正常生活」，或认为辜负父母，而深感羞愧与懊恼。

茧居状态者较少主动寻求外援，而同住家人往往因羞于启齿或不知如何求助而选择沉默。有些父母甚至怪罪自己教子无方，也陷入茧居状态。

茧居现象并非日本独有，韩国、意大利、西班牙、法国和美国也出现类似案例，显示这是全球共同面对的隐性孤立危机。

 但燔祭的脏腑与腿，要用水洗。祭司就要把一切全烧在坛上，当做燔祭，献于耶和華為馨香的火祭。(利1:9)

我们常说「献上—个祭」或「带来—个祭」，仿佛献祭只是对一个对象完成某个宗教行动。但在希伯来文中，这个理解过于表面。把祭物带到会幕的动词(makriv)，与「祭物」(korban)出自同个词根，这个词根的核心意思不是「给予」，而是「靠近」。

也就是说，祭物之所以成为祭，不是因为它有价值，而是因为它被「带近」耶和華的面前。献祭的真正动作是，当人把祭物带近祭坛，其实也是把自己一同带向神的过程。

因此，献祭的核心不是交换，而是亲近。不是我给神什么，好换取什么，而是我愿意走近祂，把自己放在祂的同在中。最终，所有的祭都指向同一件事，就是人走向天父。

天父，愿茧居者知道祢深爱他们，祢是温柔的医治者，能理解他们的挫折与破碎，也引领他们走出孤独。求祢在他们心中燃起「我还能再试一次」的勇气，为他们预备陪伴者，从完成一件日常小事开始，找回自信、盼望和安全感。愿教会更认识茧居者的处境，以爱与耐心守望同行。求祢扶持同住家人，在疲惫、自责或无助中，来到祢这里得着安息与力量；祢也为茧居者家人兴起支持网络，分担重担。愿祢更新这世代，使社会学会同理与尊重，共筑更安全包容的环境。奉主耶稣基督的名求，阿们。



随着照顾者逐渐老去，「谁来照顾茧居者」成为迫切议题。各国也积极寻找解方，有人从艺术敲门，有人从改善茧居者经济着手，还有人把自己关进房间——只为了更懂茧居孩子的痛。

27

星期日


被囚者

打开孤寂的心门

茧居者关怀

日本政府与世界福音动员会(OM)合作，由艺术团队举办沟通技巧工作坊。透过艺术、戏剧与游戏，引导茧居者在安全空间中认识自我、练习互动并探索才能。由于需求增长，活动由原本每月举办一次，改为两次，每梯仅收5人。有人找到工作后离开，也有新人加入。日本「KHJ全国茧居族家族联合会」，则与政府合作培训关顾支持者。

南韩政府则从贫穷成因着手，提供符合资格者每月约1.5万台币津贴，鼓励购买生活用品、参与艺文活动，以减轻面对社会的压力。民间也推出13周家庭教育计画，其中包含3天「监禁体验」：家长被安排在无手机与网路的房间，只能阅读茧居者的日记，藉此培养同理心，重新审视亲子关系。

 但燔祭的脏腑与腿要用水洗……
(利1:9)

燔祭必须毫无残疾，并且整只焚烧，不保留任何部分，表达全然的奉献、委身与降服。

为何牲畜切成块后，献祭者必须洗净它的脏腑与腿？「脏腑」(kerev)，在圣经常指人的「心、内在深处」。献祭的语言在此很清楚：被带近神的不只是外在行为，而是人的内心。脏腑被洗净，象征内在生命被带到神面前，接受洁净与对付。

耐人寻味的是，争战(krav)也出自同个词根。提醒我们靠近神的临在，不是一条没有张力的路。把心带近神必然会引发冲突、争战。我们的内在会被光照，隐藏的动机会被揭露，自我会被挑战。燔祭不是浪漫的敬拜画面，而是深刻的邀请：你是否愿意把心带近神，即使必须被火烧、更新、重塑？

天父，我们为世界各地关怀茧居状态者的团队向祢献上感谢，愿祢以智慧引领政府及民间组织，使政策、教育与艺术等行动，洞察和回应茧居者的需要与难处，带来修复与新生的盼望。愿和好的恩典临到每一个茧居家庭，使家属在支持群体与培训资源的帮助下，更能理解茧居子女的处境，借着耐心、对话与接纳重新建立连结。愿祢激励基督徒，走进这群被忽视的群体，为茧居群体兴起关怀事工，以探访、倾听与陪伴，成为抬瘫子的四个好友，愿为茧居者与其家庭多走一哩路。奉主耶稣基督的名求，阿们。



行走南亚国家，常见到女性装扮的男性——「海吉拉」。他们在印度文化中带有宗教祝福力量，常受邀出席庆典、新生儿与婚礼仪式。莫卧儿王朝时期，也有海吉拉以去势者身分在宫廷任职。由于他们被视为第三性别者，英国殖民统治后，被标签为有罪，遭受排挤。

28

星期 一

宗教特有角色

融不进世界的灵魂

南亚的海吉拉社群

「我们在火车上乞讨时，受到警察骚扰，甚至恶语相向。我一直问警察：为什么你们尊重男人和女人，却不尊重我们。」这句话反映了海吉拉在公共空间的日常处境。

随着社会世俗化，礼仪祝福的需求减少，海吉拉多以歌舞表演、乞讨、性交易为生。加上海吉拉的性别议题，他们普遍受到家庭、学校和社会的排斥，教育与工作选择极为受限，时常露宿街头或住在贫民窟，长期面临性骚扰及言语羞辱，缺乏安全感与基本尊严。

他们相依为命，形成自己独特的社群，并拜年长的海吉拉为师，学习谋生之道，彼此照应。这些社群各自有严格规范与传统，提供生活与情感的支持网络，但也不容外人走近。



耶和華降罰的日子臨近萬國，你怎樣行，祂也必照樣向你行……（俄1:15）

臨近(qarob)指「靠近、就在眼前、即將發生」。俄巴底亞宣告的不是遙遠的末世場景，而是已經逼近的現實。神是全人類的審判者，沒有一個「國」能逃避祂的審視。

「萬國」(goyim)不单指地圖上的國家。「goy」更深的意義是一群人所形成的共同體，擁有同樣文化、價值、行為模式與生命取向。神看「國」不是看疆界，而是看人如何生活、彼此對待、在歷史中活出集體的樣貌。

跟隨耶穌的人被稱為「聖潔的國度」。在神眼中，我們是一個身體、一種文化、一個目的。若神的心意是合一，是在萬民中塑造一個屬祂的國，那麼我們對分裂的偏好、對排他的習慣，如何能逃避祂的審視？

天父，我們為每一個孤單、迷惘、渴望被接納的海吉拉群體禱告，愿他們在社会夹缝中求生存时，能认识祢的爱。求祢为海吉拉群體兴起最合适工人与服事方式，效法耶穌基督走向被社会忽视的群體。也求祢賜給執政者、民間團體與教會智慧，使海吉拉有教育、職訓機會，發展新技能，有更多出路，与社会接轨，不再只能困于自身群體。也愿他們有機會在神的愛中，认识祢創造他們的心意，找到永恒的归属与新的家。奉耶穌基督的名求，阿們。





印尼的南苏拉威西岛是布吉人(Bugis)的家乡。传统布吉社会的性别观多元而细致，共分为5类：男性、女性、跨性别男性、跨性别女性，以及生理性别为男性的「比苏」(Bissu)——他们扮演人与神之间的媒介，视自己为无性别者。

29

星期二

宗教特有角色

徘徊天地的身影

印尼的比苏群体

布吉文化中，比苏被视为社群精神核心。1957年布吉王室瓦解以前，比苏承担多重角色：肩负传承传统的重责、主持王室加冕与婚丧喜庆；管理农业，被认为能与动植物沟通；是人们精神与生活层面的支柱。

布吉人的创世史诗《加利哥》(La Galigo)，是世界最长的史诗，其中有四分之一的内容与比苏相关，并充分显示其神圣地位。

伊斯兰教在印尼扎根后，布吉人的性别多元观受到挑战，比苏地位逐渐式微，成为脆弱的少数群体。面对宗教规范与外界认同的压力，他们依旧保有自己的性别认同，但许多人选择以「男性」身分完成伊斯兰圣地朝觐，在信仰与社会期待之间，艰难地寻找安身之处。



耶和華降罰的日子臨近萬國，你怎樣行，祂也必照樣向你行……(俄1:15)

原文「降罰」出自「耶和華的日子」(yom YHWH)的表述。这个日子不是情绪性的报复时刻，而是神亲自临近、使一切显露并被对付的时刻；不是神突然变得严厉，而是神的公义不再延迟。

「你怎样行，祂也必照样向你行」，这不是任意处罚，而是让人看见自己活出的生命样式。所谓的「报应」(gemul)，是指行为自然带来的结果，如同回旋镖，最终落回自己头上。

我们常听见神的爱与饶恕，以致常忽略神对罪毫无容忍。祂不纵容任何形式的罪，即使是我们口中的小错。神呼召人追求圣洁，不是偶尔的理想，而是每一个当下的生命方向。今天，我是否愿意让神的圣洁，检视那些我早已习惯，却不再敏锐的选择？

天父，祢是创造万族万民的上帝，每个生命在祢眼中都是如此独特且尊贵。当比苏在伊斯兰信仰与社会期待中承受排斥、感到彷徨时，求祢亲自向他们显现，安慰他们，引领比苏在祢的爱与智慧中，探索身分认同。愿比苏人知道自己的生命气息源于祢，并借着神人之间的桥梁——耶稣基督，成为祢所拣选的族类，是有君尊的祭司、圣洁的国度、属神的子民。愿印尼教会与基督徒以温柔、智慧与谦卑的心，成为比苏的好邻舍，用基督的心肠陪伴与祝福他们，接待他们回到祢家中。奉主耶稣基督的名求，阿们。






本月介绍的群体中，哪一个是你印象最深的？这一天，请按着圣灵感动，写下为他们的祷告。

30

星期三

受忽视的社会群体

✧ ✧

 耶和華降罰的日子臨近萬國，你怎樣行，祂也必照樣向你行……（俄1:15）

罪往往不是明目張膽地出現，而是披著合理的外衣。我們以「保護真理」為名，容許自己對人冷漠；以「堅守原則」為由，對他人的軟弱失去耐心；以「避免麻煩」為藉口，選擇沉默與旁觀。這些選擇在人看來可以理解，卻正是在耶和華的日子中，無法被忽略的。

耶和華降罰的日子臨近，並不是要人活在恐懼中，而是呼喚人停止自我合理化，讓生命重新對齊神的光。因為在那日，一切都將如實顯明。

我們都需要拯救，因為我們死在罪惡過犯中，靠自己永遠不夠好。俄巴底亞的信息逼我們面對的省察：當神的日子臨近，我們是否仍然活在神所看為「一個國度」的生命里？是否對不該忽略的事選擇視而不見？

讀者線上回函



歡迎留下
想法和
建議

2026年1月1日至2026年3月31日

征信录

| 教会奉献 | RM | 个人奉献 | RM |
|------------------|----------|----------------------|--------|
| 蒲种救恩堂 | 50.00 | 主知名 (海外PDF) | 510.00 |
| 大山脚圣安德烈堂 | 800.00 | 秀英 (海外PDF) | 113.00 |
| 文良港信义会基督堂 | 500.00 | 和平使者 (海外PDF) | 342.00 |
| 卫理公会巴生牧区 | 5,000.00 | 李姊妹 (海外PDF) | 566.00 |
| 宣爱会主恩堂 | 500.00 | 葛姊妹 (海外PDF) | 113.00 |
| 马来西亚信义会双威堂 | 300.00 | 苗苗 (海外PDF) | 684.00 |
| 士古来基督教卫理公会 | 3,000.00 | my goal feng (海外PDF) | 566.00 |
| 长老会永平堂 | 500.00 | 水滴 (海外PDF) | 227.00 |
| 丹杯圣道堂 | 1,000.00 | 可乐喵 (海外PDF) | 228.00 |
| 马来西亚基督教巴色会中文会古纳堂 | 400.00 | 豆豆鱼 (海外PDF) | 855.00 |
| 基督教长老会大马堂会 | 1,000.00 | 路德 (海外PDF) | 228.00 |
| 磐石浸信教会 | 500.00 | 陈丽娟 (Z守望者) | 250.00 |
| 长老会福音教会 | 500.00 | 主知名 (Z守望者) | 163.00 |
| | | 符慧珍 | 150.00 |
| | | 凌秀清 (PDF) | 200.00 |
| | | 李树平 | 400.00 |
| | | 陈喜祝 | 110.00 |
| | | 黄玲惠 | 150.00 |
| | | 刘国雄 (Z守望者) | 500.00 |
| | | 林慕菁 | 240.00 |
| | | 黎陞珠 (PDF) | 100.00 |
| | | 陈苑匀 | 500.00 |
| | | 刘国雄 | 500.00 |
| | | 新加坡读者 | 890.75 |
| 个人奉献 | RM | | |
| 詹保兰 | 1,000.00 | | |
| Kong (PDF) | 150.00 | | |
| 主知名 | 4,890.00 | | |
| 沈沁媛 (Z守望者) | 100.00 | | |
| 陈惠萍 | 100.00 | | |
| 许慧明 | 600.00 | | |
| 主知名 (PDF) | 150.00 | | |
| 陈恬恬 | 300.00 | | |
| 58983 (海外PDF) | 1,593.00 | | |
| 高弟兄 (海外PDF) | 342.00 | | |
| 多多 (海外PDF) | 2,269.00 | | |

收支表

| 收入 | RM | 支出 | RM |
|------|------------------|-------------------|------------------|
| 教会奉献 | 14,050.00 | 邮费 & 运输 | 849.80 |
| 个人奉献 | 20,079.75 | 邮费、运输 & 行政费 (新加坡) | 146.00 |
| 上季不敷 | 12,127.34 | 出版: I. 宣教日引 | 11,700.00 |
| | | II. Z守望者 | - |
| | | 行政费 | 17,192.81 |
| | | 租金、水费 & 通讯费 | 5,220.90 |
| | | 培训 | - |
| | <u>22,002.41</u> | | <u>35,109.51</u> |
| | | 不敷 | <u>13,107.10</u> |

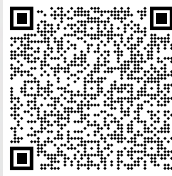


宣教日引

认识未得之民 每日灵修代祷

语音版APP

每日介绍未得群体与代祷文，
每日一节圣经原文解经灵修。
提供最新宣教文章
“怜悯关怀事工”简报与代祷。
中文繁体，华粤语朗读。



萬民福音使團
CROSSROADS
PUBLICATIONS

奉献支持**宣教日引**网络事工

CROSSROADS PUBLICATIONS

Hong Leong Bank 18700059078

☎ 018-315 7707

✉ missionpathwaykl@gmail.com

📌 missionpathway



我们无法去到世界每个角落，athar.....可以。

也门陷入战火，人们离弃家园，寄居他国成难民，等候安置。Z守望者齐聚也门难民的家，沉浸在香醇的阿拉伯咖啡香中，聆听难民述说战争之苦，送上关怀祝福。



Z守望者

宣教日引

少年宣教日引

赶紧加快脚步!

athar, yadah, ta-a-rog与ayin

将带我们前往日本、也门、西伯利亚和不丹。

《Z守望者》以简洁文字、精美插图、生动有趣的漫画及游戏活动，帮助你探索大和民族的深厚文化，看见未得之民的属灵需要。

邀请青少年

加入Z守望者团队

成为Z世代的祷告勇士!



自由奉献 订阅索取

| | |
|-----|---------------|
| 语文 | 中文简体 |
| 尺寸 | 19.5cm X 27cm |
| 页数 | 32 |
| 印刷色 | 全彩 |



扫描订阅

cross-roads.org/z-youth-prayer.php

Z守望者踏雪寻光，带你飞往俄罗斯，探访40个“北方、西伯利亚和远东的土著少数民族”，关心他们的属灵需要。



萬民福音使團
CROSSROADS
PUBLICATIONS

☎ 018-315 7707 ✉ missionpathwaykl@gmail.com 🌐 [missionpathway](http://missionpathway.com) 🌐 cross-roads.org