



15-16 年度 Sun Pilot 運動
大會指定材料
《伴你高飛》輔讀版聖經

《伴你高飛》輔讀版聖經

Sun Pilot 運動大會指定材料

香港讀經會與香港聖經公會聯合出版

建立青少年系統讀經生活，每日親近神。

- 每本備有 30 日或 60 日聖經經文及輔讀材料(按經卷長度而定)。
- 每日輔讀材料均包含「經文聚焦」及「我的回應」——適合青少年程度的經文解釋及現代生活應用。
- 「飛行指南」帶領青少年以有效步驟實踐讀經靈修生活。
- 「日程表」幫助讀者掌握進度。
- 「中途站」及「終站」文章，幫助讀者重溫經文主要思想。

	15-16 Sun Pilot 運動 閱讀經卷	每冊 零售	運動參加者 優惠每冊
60 日 讀經材料	《馬太福音》及《箴言》	HK\$56	HK\$34
30 日 讀經材料	《出埃及記》、《傳道書·雅歌》、 《哥林多前書》、《哥林多後書》、 《約書亞記》、《詩篇(選讀)》、 《士師記·路得記》及《腓立比 書·歌羅西書·腓利門書》	HK\$42	HK\$26

注意：本年度部分《伴你高飛》的經文會改用和合本修訂版。



祈禱
親愛的天父，求祢給我安靜的心靈，在忙亂的日子仍不忘安靜、安息在祢面前。奉主名求，阿們。

馬太福音 十二 1-21

在安息日摘麥穗

1 那時，耶穌在安息日從麥田經過。他的門徒餓了，就摘麥穗來吃。2 法和利未人看見，對耶穌說：

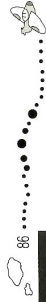
「看哪，你的門徒在安息日做不合法的事了。」3 耶穌對他們說：「大衛和跟從他的人餓時所做的事，你們沒有念過嗎？4 他怎麼進了神的居所，吃了供餅呢？這餅是他和跟從他的人不可以吃的，惟獨祭司所記的，在安息日，祭司在聖殿犯了安息日也不算有罪，你們沒有念過嗎？5 但我告訴你們，比聖殿更大的在這裏。7 我喜愛憐憫，不喜歡祭祀。」你們

若明白這話的意思，就不將無罪的當作有罪了。8 因為人子是安息日的主。」

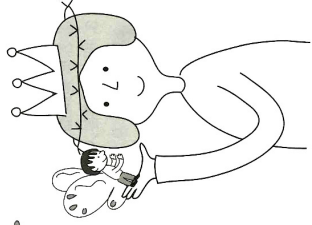
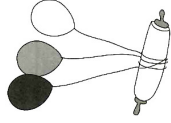
治好萎縮了的手

9 耶穌離開那地方，進了猶太人的會堂；10 那裏有個一隻手萎縮了的人。有人為了要控告耶穌，就問他：「安息日治病合不合法？」11 耶穌對他們說：「你們中間誰有一隻羊在安息日掉在坑裏，不抓住牠，把他拉上來呢？12 人比羊貴重得多了！所以，在安息日做善事是合法的。」13 於是對那人說：「伸出手來！」14 他就把手一伸，手就復原了，和另一隻一樣。15 法利賽人出去，商

86



87



誰怎樣除掉耶穌。

神所揀選的僕人

15 耶穌知道了，就離開那裏，有一大羣人跟著他。他把所有的病人都治好了，16 又囑咐他們不要把他宣揚出去。17 這是要應驗以賽亞先知所說的話：

18 「看哪，我所揀選的僕人，我所親愛，心所喜悅的：我要將我的靈賜給他，他必將公理傳給外邦。19 他不爭吵，不喧嘩，街上也沒有人聽見他的聲音。20 壓傷的蘆葦，他不折斷，

將殘的燈火，他不吹滅，直到他使公理得勝。21 外邦人都要仰望他的名。」

* 停下來
* 細心想

經 文 聚 焦



檢閱

1. 為甚麼門徒摘麥穗來吃？
2. 大衛和跟從他的人餓時做了甚麼事？
3. 耶穌治好各人的病是應驗哪一位先知的話？



講你知

1. 「安息日」(1)：神六日創造天地，第七日「休息」，定為聖日(安息日)。故此猶太人十分看重這日，甚麼工都不作，以記念敬拜神(參出埃及記二十 8~11)，也讓人有親近神的時間。然而人們卻誤解神以規條去限制人的生活，結果法利賽人為避免百姓觸犯安息日條例，訂下了許多條則，使人失去安息的祝福。

2. 「供獻」(4)：用磨碎的麵粉做成的餅，放在會幕裏面桌子上，作為奉獻(利未記二十四 5-9)。



中心點

法利賽人將他們對安息日的看法硬套在耶穌身上，指責耶穌違背他們所定的條例。主耶穌指出安息日的精義並非律法式的死守(正如法利賽人所做)，乃是為人的需要而設立，因此在安息日摘麥穗滿足生活需要、醫治病人都不是問題。祂更宣告自己便是安息日的主。

88



我 的 回 應



反省

1. 你在空閒的時間會做甚麼？唱卡拉OK？打網上遊戲？看電影？這些娛樂給你甚麼感覺？能充實你心靈的真正需要，令你有真正休息之感嗎？
2. 基督教所說的「安息」，並非單單「休息」，而是記念神、尋求神，讓自己的生命重回主耶穌的懷抱，透過讀經、祈禱、默想等方法，聆聽神的心意。與神親近方能填補人內心真正的需要，除了每日靈修時間外，你可以如何制定一個定時在主裏安息的生活習慣？



行動：安息時間表

1. 你滿意自己的靈修時間嗎？你認為何時是每日靈修的最好時間？試編定每日靈修的時間及長度，並堅持遵行。
2. 建立一個定時退修的時間表，按自己的需要，每週一次或每月一次長時間的透過禱告、讀經和默想與神溝通(最少約 30 分鐘)，享受主裏的安息。

主啊，我願在祢裏面享安息……

祈禱

金句(太十二 8)

因為人子是安息日的主。

