

仰
望
耶
穌

仰望耶穌

每天在主座前的默禱和祈求。

第一天，

早晨。

彼前二章
二十五節

你們從前好像迷路的羊，如今卻歸到你們

靈魂的牧人監督了。

尊貴的救主，叫我永不忘記你的慈愛。我也是一個亡羊，但是在你的愛裏，你已經歡歡喜喜的把

仰望耶穌

一



我放在你的肩上了；有許多的羊，現在還是迷失了路途，光是我這個最小的羊找到了穩當安歇地方，——就是好牧人的懷裏。我怎能不常常懷着謙恭感謝和讚美的心，俯伏在你的台前呢？耶穌啊，饒恕我這忘恩負義的卑賤人。我切切的懇求保護我的靈魂，察看我的脚步。過黑暗路徑的時候，照看我；過深淵流水的時候，扶持我。讓我安穩的歇在你的懷裏，因為靠着你我纔有家。

第一天，

晚上。

詩九十一
篇一節——住在至高者隱密處的，必住在全能者的蔭
下。

逃在耶穌十字架底下和住在我們救主心裏的有福
了。我可憐得很，貧乏得很，我帶着一切的罪和
一切的痛苦，急急忙忙的跑到你這裏來。尊貴的

仰望耶穌

三

主耶穌啊，求你將我隱藏在你裏頭，用你永遠的濃蔭遮蓋我。我安歇在你懷裏的時候，我自以為有福，在你的翅膀下面，我可以快樂着唱歌。就是在試探可怕的黑夜中，我也不懼怕，因為有「全能」護庇我。主耶穌啊，我要坐在你的恩光之下，當黑暗經過我的時候，求你安慰我，使我快樂，讓我永遠的藏在你裏面。

第二天，

早晨。

創一十五
章一節——亞伯蘭你不要懼怕，我是你的盾牌，必大
大的賞賜你。

我可憐戰懼的心啊，安靜罷，你爲什麼在我裏面
跳動呢？主不是你的盾牌麼？罪不能責罰我，仇
敵不能攻打我，試探也不能引誘我！因爲主是我

的盾牌，誰能叫我與他的愛隔絕呢？我爲什麼憂慮，我的心爲什麼時常愁苦呢？主不是要大大的賞賜麼？主耶穌啊，請你饒恕我吧。因爲沒有別的什麼好處可以與你的救恩，慈愛，快樂和安息相比！我將要快快的見你，你必要賜給我生命的冠冕。我一切的困苦不致再使我掛念。

第二天，

晚上。

何十四
章四節

我必醫治他們背道的病，甘心愛你們。

我的主我的救主啊，你是可憐人，願意安慰人
的。必不至丟棄我，也不至忘記，或厭惡我。我
自己覺得心裏有許多的罪惡，我的靈常常遠離
你，信心冷淡，但你必醫治我。我的救主啊，願

頌讚歸於你。因你愛我是出於甘心。我的愛心雖然這樣不完全，我的心又傾向世俗，我的靈也不知救恩的滋味，但你還是依然愛我。我的耶穌啊，我依然是你的小羊，是你的兒女，是屬你自己的，好像你眼中的瞳人一樣。因為你甘心愛我。親愛的救主啊，求你叫我永不再失掉你無量的慈愛。

第三天，

早晨，

來四章
九節——這樣看來，必另有一安息日的安息爲上帝的子民存留。

信徒很軟弱是不錯的。十字架又這麼苦，困難這麼多，試練這麼厲害，叫信徒的靈，差不多失了盼望。但是信徒最大的重担，還是他自己可憐的心。弟兄間的意見，剛硬不信的心腸，千萬的罪惡，和自私自利的惡意，——這是我們最大的苦

楚，和流淚的源頭。所以我們悲聲歎氣說：主必快來阿，不要怕，有個安息的地方！就是我們這世上疲倦的旅客，瞑目歸天見耶穌的時候，必有大安息替我們存留，一切的憂愁要停止，一切的苦惱要忘記，一切的缺要補足。睡熟在上帝裏頭，穩坐在耶穌的懷裏，脫離世俗的纏擾，親見上帝臉上的榮光，這是大有福氣的事。主耶穌啊，你幾時給我安息呢？你不快來麼？

第三天，

晚上。

詩三十四
篇十九節

——義人多有苦難，但耶和華救他脫離這一

切。

苦難是免不了的。沒有苦的十字架，就沒有榮耀的冠冕。耶穌在世上的時候，就是如此。我們現在當然也是如此。若是我們愛他的名，我們必得

仰望耶穌

十一

跟着他吃苦，安知這不是我們的喜樂呢？我爲什麼時常要反抗呢？主不是吃過一切的苦難麼？我却只想從他手裏得好處，而不喜歡的苦一點也不想嘗，怎麼行呢？上帝啊，你是憂愁苦惱的結局，你必救我脫離一切的苦難，等不多的時候，你必帶我到天家，回到你那裏去，就沒有什麼憂慮和煩擾了。

第四天，

早晨。

亞二章
八節

摸你的就是摸他眼中的瞳人。

哦，上帝，在你眼中把我看得這麼寶貴，像你眼中的瞳人一樣。這是我們何等大的福氣呢！但是我
我在你這無限的愛裏，怎樣才找到安息呢？我怎
樣纔能實在爲你如此所愛，並且與天父的心這樣

相近呢？我是何等的卑賤，何等的微小，何等的可憐！我想不到你會收藏我，保護我，如同你的寶貝和快樂；我只恐你會生我的氣，遠遠的丟棄我！但是我的主我的上帝呵，你因耶穌寶血的緣故，竟是讓我依靠你，信從你，並放我在你的心裏保守我不使這惡濁的世界玷污我。

第四天，

晚上。

申三十一
章八節——耶和華必在你前面行，他必與你同在，必
不撇下你，也不丟棄你，不要懼怕，也不要驚
惶。

尊貴的救主，我感謝你，因為你與我同在。你甚
至走在我前頭，並用你恩典的光照耀我的脚步，
使我能黑暗中走，可惜我沒看見你，也不覺得

你與我同在，反而常常的害怕，以為我是被你棄絕的，因我本是應當被棄絕的。但是你還是與你自己的子民同行。雖然他們沒看見你，但是你却在他們中間行走！如同你的兩個門徒往以馬忤斯去的時候，你與他們同行一樣。主啊，指導我跟隨你，聽見你的聲音，看見你的脚步，專心察問你是不是與我同在？愿你引我，回到上面有福的天家去住。

第五天，

早晨。

耶三十一
章三節——我以永遠的愛愛你，因此我以慈愛吸引
你。

主呵！你永遠的愛——也包着我這個萬惡的罪魁！
我若看自己，我是不能相信的；但我一看到寶
貴的十字架，一切的不信，都被讚美和感謝吞沒

了。哦，我可以常常看見這個愛，一直到永遠！
在這愛裏頭，我看你的十字架，如同以色列人仰
看銅蛇一般，我就可以活過來了。主呵，在你永
遠的愛裡！我就是心冷，跌倒，成爲將殘的燈
火，你都能愛我。我切切的求你，時常用教恩
充滿我的靈，應許我在死的時候，可以快樂的喊
叫說：「上帝是愛！」

第五天，

晚上。

十三章
十一節——看哪，我必快來；你要持守你所有的，免得奪去你的冠冕。

我寶貴的新郎耶穌呵，你是已竟近了。這叫我們彼此分離不久的時候，必快快的過去了。我就可
以面對面的看見你了。主耶穌啊，叫我的靈魂蘇

醒，使我的燈盞裏面有油，使我時常預備好了見你！你看在地上有許多的東西攔阻我，束縛我，求你解開這些束縛，如同一個貞潔的新婦等候你來一樣。叫我無論什麼時候可以說，主耶穌啊，快來！我必得見你的面，我一看見你爲救贖我所受的傷痕和釘痕，我必永不再離開你。

第六天，

早晨。

約壹一章七節——他兒子耶穌的血也洗淨我們一切的罪，

洗去我一切罪孽和不潔的寶貴泉源啊！我每天帶
着一切的罪孽，在你那裏找着了安息。我一切的
斑點和污穢，在上帝眼前不見了。靈魂被洗，潔
白如雪。我的罪孽，好比海邊的沙，湧起來比我

頭還高；但是羔羊的血好比海中的大浪，把我的
罪孽都掃盡了。我要把我的「盼望」建築在這「血」
上，因為你一看見這血，就必越過我的門，不加
害在我身上。一切被救贖的，都必站在你的寶座
前，因為他們用羔羊的血，已經洗淨了他們的衣
裳。

第六天。

晚上。

啟三十二
章五節

不再有黑夜，他們也不用燈光日光，因為上帝要光照他們，他們作王直到永永遠遠。在那裏却沒有黑夜！但在這裏，靈魂常居於黑暗裏，不能看見上帝的恩光，耶穌彷彿隔得遠，天堂似乎關上了門，心靈時常悲嘆，時常尋求，但找不到答覆。「疑惑」如同黑影，遮蓋在上帝一切

賜福的應許高頭。

若在那裏，我們却彷彿在正當午時的日光中看見他一樣。我們的心不至徒然的尋求他，並永不離開他，因為主上帝要光照他們。求主指教我，把我的眼睛，從地上的黑夜裏轉到天上的清晨，使我的靈渴慕那日子的來到，並要時常殷勤的問：「什麼時候呢？」

第七天，

早晨。

彼前五章七節——你們要將一切的憂慮卸給上帝，因為他顧念你們。

主既然給了我們這麼好的一個有福的應許，我們的心爲什麼仍然如同挑了重担一樣的不能興起呢？我們若穩坐在上帝的懷裏，許多的困苦，許

多的怨訴，許多笨重的歎息，要一同變為上帝恩典裏的安慰和歇息。嬰孩不是把他頂小的憂愁交托他的母親麼？主也說了：我要像慈母安慰自己的孩子一般來安慰你們。在主的十字架下流出的眼淚，可以醫治靈魂極深刻的痛苦。主耶穌啊，幫助我卸下一切的憂慮，把一切憂慮卸給你，讓我把自已全身一概交托在你有福的聖所裡。

第七天，

晚上。

第二十三章——
二十節——壓傷的蘆葦他不折斷，將殘的燈火他不吹滅，等他施行公理，叫公理得勝！

這等對待罪人的心腸，是何等的溫柔！何等的寬恕呵！主忍耐他困苦可憐的兒女，比母親服侍她有病的兒女還要忍耐些忠誠些。他治好我一切

的病患，總不嫌疲煩，他的愛永無窮盡。雖然我
跌倒，我的精力離棄我，罪孽的汹濤沉溺我，主
總不忘記我。他不吹滅將殘的燈火，反用他的恩
光仁愛復燃了我，叫憂傷的靈魂得着安慰；在困
苦之中抬起頭來。耶穌啊，我時常如將殘的燈火
一樣，不要吹滅我，反要讓我帶着一身的窮苦，
成爲你自己的子民。

第八天，

早晨，

詩六十八
篇十九節

——天天背負我們重担的主，就是拯救我們的上帝，是應當稱頌的。

人曉得稱頌主，是何等的難呀！以色列人在曠野走的時候，我們時常聽見他們唱埋怨歌，而感謝的話反不多聽見！但主不是平平安安的攜帶他

們，像放在大鷹的翅膀上麼？若是遇着甚麼機會，他不是表現有更大的恩賜麼？他做了什麼呢？不是天天用恩典庇護我麼？呵，一切都是恩典，即使他有時彷彿有點發怒了，但其實仍是恩典。我們到了天堂，就要十分懂得，爲一切的恩賜要感謝他。我救恩的上帝啊，在你施行責罰的時候，或安慰的時候，將你的恩典帶來給我罷！

第八天，

晚上。

賽四十九
章十六節——看啊，我將你銘刻在我掌上，你的牆垣常
在我眼前。

害怕的心靈，曉得了他親愛的救主如此的垂念
牠，牠得着的安慰是何等的大呵！我的耶穌，你
常常在我的意念之外，我常覺得離你很遠，墜落

到世界的快樂之中，不能自拔。但你的眼睛看見了我，你平安的思想達到了我。我是常常擺在你的眼前的，雖然我是個不忠信的，你却忠信；我是已竟失迷的，你却多次找回我。我感謝你，因為你想到了我，保護了我的腳踪。這樣求把你的愛，深深澆在我的心中，使我可以時常看見你，和你因救我而受的傷痕血迹。

第九天，

早晨。

林前十五章
四十九節——我們既有屬土的形狀，將來也必有屬天的形狀。

我們現在有屬土的形狀，每天在罪担之下，已十分疲勞，不能不發嘆息勞苦的呻吟說；我是個可

憐的人，誰能救我脫離這必死的身體呢？苦要一個自足的人，全心愛主，認自己是極缺乏的罪人，每天去親近慈悲的寶座，求恩典和憐憫，這是何等難呵！但是我們快有屬天的形狀。並要像他沒有罪惡且是公義無瑕疵的了。他必要為萬有之主。萬靈必要屬他蒙福。

第九天，

晚上。

來三十三
章八節

——耶穌基督昨日今日一直到永遠是一樣的。

只有我這薄弱的心思和腦力，是時常有改變的。

使我們生出些新覺悟，新思想，和新經歷。但在
主總是一樣的。

我們常有這同一的天父，不倦的寬容我們；同一

的大祭司，不絕的替我們代求；同一的兄長，不斷的愛憐我們：至於時冷時熱的，不過光是我的心，上帝啊，你的心却常常要懷抱我，對於我這可憐的罪人，你用永不間斷的愛包着我。昨日今日一直到永遠，永不改變的主啊，讓我永遠在你懷裏休息罷。

第十天，

早晨。

太三十四章
章十三節——惟有忍耐到底的，必然得救。

一想到我的心思這樣奸險，這樣詭詐，就時時害怕戰慄，我的靈就很容易陷在網羅裏面，許多人如同羅得的妻子一樣，在半路上站住腳，以致永遠失落了，我自己時常害怕起來，情不自禁的

說，「我離死亡只有一步了」，哦，已經嘗過了上帝愛的滋味，並睡在他懷裏過的，並得到了天堂冠冕與無價之產業的人，結果還是丟在外面的黑暗裏，是何等的可怕呀！主耶穌啊，求你保守我常常與你同在，監察我；當我迷路的時候，用你的愛指點教導我，使我可以和賽跑一樣，得着這個獎賞！

第十天，

晚上。

詩三十六——
篇七節上帝啊，你的慈愛何其寶貴，世人投靠在
你翅膀的蔭下。

你果然覆庇遮掩了我的靈魂，主啊，與你同在，
我甚安穩。地獄的門沒有權力向我開。你的翅
膀，你永遠的恩典和憐愛圍繞我，保護我的靈魂

不受審判，不受世界的誘惑，脫離撒但兇惡的火
箭。我憂愁困苦的時候，我躲在你的翅膀下等候
清晨的陽光，那時，你必來，我就必快快的跑出
來見你，好與你永遠同在。這樣，求你保守我在
你的翅膀蔭下，一直到我愁苦的日子過去。你必
大張你永生的帳幕，覆蓋一切屬你的子民。

第十一天，

早晨。

詩四十八
篇十四節——因為這上帝永永遠遠為我們的上帝，他必
作我們引路的，直到死時。

我們的上帝，是失散和可憐之人的上帝，是稅吏
和罪人的朋友。但是叫我們的信仰，堅固在我們
這位有福的上帝身上，是何等的難；——特是我們

心靈的軟弱。當罪担重壓在我們心頭的時候，就難於把持。但要曉得基督的來，不是召義人悔改，乃是召罪人悔改；且不僅在一個最短的時候，或他喜悅的時候，為我們的父為我們的上帝，乃是永永遠遠為我們的父為我們的上帝。在黑暗憂愁困苦可憐的日子，他也是我們的上帝，並且他甘願作我們的弟兄，也不以為恥，（來二章十一節）

第十一天，

晚上。

詩篇六十一節——我的心默默無聲，專等候上帝；我的救恩是從他而來。

信徒就像放出方舟的鴿子，飛來飛去找不出安歇的地方；因為這個緣故，又飛回到主的方舟來了。上帝的兒女，在世界是虛幻的，在這紅塵擾

攘的當中，找不到什麼歇腳的地方。只有在耶穌的十字架前和基督的腳下，我們的心方可以等候着上帝，那裏的「平安」和「救贖」深深的落在那饑餓的靈魂裏頭。耶穌啊，求你引我與你接近些，與你的交情再濃些罷！我被許多的俗務纏繞，我的眼睛遠離了各各塔，求你引領我，叫我等候你的愛，

第十二天，

早晨。

賽三十五
章十節

並且耶和華救贖的民必歸回，歌唱來到錫安，永樂必歸到他們的頭上，他們必得着歡喜快樂，憂愁嘆息盡都逃避。

「美好的盼望」「光榮的釋放」從惡濁世界的爭鬧場中，和憂愁哭泣裏又得回了。此時我的心，必在

仰望耶穌

四十五

十字架下因罪的緣故，嗟嘆呻吟。但在那裏，這一切的痛苦，都像已經過去的事了，憂愁和嘆息盡都消散了，因為看見我們靈魂所愛的那個人，與我們同在。我們聽見他的聲音，我們還缺少什麼呢？主啊，指點我忍耐等候你的救恩罷！教導我同你如何忍受苦難！耶穌啊，若世間一切的苦難，與天堂的福氣相比，又算什麼呢？

第十二天，

晚上。

詩二百一十一篇五節——他必永遠記念他的約。

失約和不信實，世人多半是如此。但主總是常常一樣的。就是罪人背主的時候，他的「約」依然信實可靠。上帝啊，你總是記念你兒子的死和他的苦楚，他的救贖！所以你對於萬物滿有愛憐。

他在十字架上臨死垂頭的時候，你應許凡到你面前來的罪人，必得豐盛的恩典，和永遠的生命。你永遠記念着你的約。到你那裏去的沒有徒然的。你記念流了的「血」，你寬恕一切的「罪惡」。所以求記念我。我在你平安的「約」中，是個可憐的罪人。因為那流出「血」者的緣故，求你讓我一同進入你的永生宮裏。

第十三天，

早晨。

詩六十三
篇七節——因為你曾幫助我，我就在你翅膀的蔭下歡
呼。

我覺得你真是我的幫助。我每逢走迷路的時候，
你總引導我歸回你有福的路上去；我墜落到深淵
裏了，你總把我救起來；我有時很憂愁，極其苦

惱，你安慰了我，叫我快樂。我的救主啊，若不是你，現在我的靈不知離你有好遠了。直到今日我仍然沒有到家，路上到處埋伏的有危險，我的心也非常詭詐，所以求你把我藏在你的翅膀蔭下，叫我如同一個缺乏的罪人，坐在那裏，因你的憐愛而得快樂。

第十三天，

晚上。

詩二十三
篇一節——耶和華是我的牧者，我必不至缺乏。

做耶穌的一個小羊，是一件很有福的事。他把我
放在他的懷裏，同他在美麗的草場旁邊，和風平
浪息的水邊安歇。

好牧人啊，我感謝你。因為你尋找了我。並在曠

野裏找到了我，且歡歡喜喜的將我放在你的肩頭
上，背回家去。從那個時候起，你每天賜給我恩
典，使我因你的血得平安，因你的傷得醫治。在
這個飄流的世界中，我的靈魂所缺少的東西，現
在從你手裏都豐豐足足的得着了。我再不缺乏什
麼了！

第十四天，

早晨。

中三十三章
二十五節

——你的日子如何，你的力量也必如何。

這是一個有福氣的應許。當靈魂受試煉和痛苦，

自覺軟弱將要被棄的時候，你就給我力量，又為

我們在受試探的時候，開一條出路，叫我們忍受

得住。因爲死亡的結局也都屬你。

主啊，指教我多多放心。每天把我所有的憂愁都卸給父，專心依靠你永遠的愛，在你的十字架下，經歷一切的風暴，一切的試煉，和一切的試探。這樣在我經過一切的深淵而歸回天家的時候，你必保護，救助並賜福給我。

第十四天，

晚上。

詩二百一十一
六篇七節——我的心哪，你要仍歸安樂，因為耶和華
用厚恩待你。

我們跟隨着主走，很難找到屬世的安平。在我們
一切的經歷中，很難明白嚴肅之主的慈愛。主的

行動神妙莫測，因此我們很容易怨恨他的督責。
我們的心時常怨天怪人。但心哪，你要仍歸安
樂，因主安排的無不美善。他待我，純出於慈父
的愛憐，卽凡我覺他離我很遠的時候，他仍然愛
我甚切。他看我真是如掌上的明珠一般。

第十五天，

早晨。

約壹三
章二節

親愛的弟兄啊，我們現在是上帝的兒女，

將來如何還未顯明；但我們知道主若顯現，我們
必要像他，因為必得見他的真體。

主耶穌呵，求你叫我不忘記你這無邊無限的大愛

仰望耶穌

五十七

憐，就是——我無論怎樣卑賤，還是可以稱為你的
兒女。天父啊，求你叫我多多像你。我自覺罪這
麼樣多，實在與你兒女的身分不相合。但我知道
時候一到，這罪孽的身體必要脫去，那時就可以
像你，然後也就可以完全的服事你。你的愛是我
無上的珍寶。

第十五天，

晚上。

來十二
章六節——因為主所愛的，他必管教。

沒有一個孩子會自然順從父母，不必管教的。上帝
的兒女也是如此，他時常反抗父的聖靈，因
此緣故，上帝覺得必要負起管教的責任。但他施
行的教誨是出於愛心，他看我們很寶貴，斷不至

忘記我們，棄絕我們，這是天父的心。他看見我們的錯了，若我們不聽他告誡，他就鞭責我們，因為他愛我們。但我們却容易去反抗他的責罰；只是一到了懂得他愛的目的時，就不能不感謝他，這樣免去了將來歸天的時候，特別受主的責罰。所以我們不得不感謝主的管教。

第十六天，

早晨，

章亞三節——那日必給大衛家和耶路撒冷的居民開一個

泉源，洗除罪惡與污穢。

一個長流的泉源，爲一切的罪人和一切失落的人
開了。救世主啊，我們感謝你，因爲你讓你的傷

痕湧出來永生的泉源，如同摩西打盤石流出活水
一樣。你為我們的罪被責打。你的心裂開的時
候，在你寶貴的血裏頭，就湧出永生有福的泉
水，讓我常常休息在你的傷痕裏，用你救贖的血
安慰了我自己。恍如窮苦的罪人一般說：「洗淨
我，使我白過於雪！」

第十六天，

晚上。

詩二十三
篇四節

我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害；因
爲你與我同在，你的杖你的竿都安慰我。

死亡時常像黑暗。因爲我們看牠的時候，不見有
耶穌的杖和竿。但睡穩在耶穌懷裏的，就是從憂

愁罪孽中，轉到光明快樂中了，這是什麼呢？豈不是大的福氣麼？死在十架底下的，就是永遠活；死在耶穌懷裏的，比跟着他脚步走的福氣更大！他既與我同在，我還怕什麼呢？罪孽與地獄，和滅亡都趕散了。我的耶穌，把我藏在他的永生恩典之下。

第十七天，

早晨。

詩二十五章十節——凡遵他的約和他法度的人，耶和華都以慈愛誠實待他。

一切都像極苦難走的道路！就是那些難懂的事，和那些好像與主的應許相反的事，但這一切都是他的慈愛和誠實，因他在慈愛裏，舉起我們來；

他在慈愛裏，引我們經過黑暗的境地。他安慰我們，是他的恩典；他鞭責我們，也是他的恩典，他的慈顏光照我們是恩典；隱匿不見我們，也是恩典！主一切的道路無不是慈愛；主耶穌呵！指教信從你的言語，叫我的思想和性情都皈依你，無論道路怎樣艱難，也要抱着快樂和愛慕跟從你，因為那是引我歸家的路。

第十七天，

晚上。

啟二十一
章四節

上帝要擦去他們一切的眼淚，不再有死亡，也不再有任何悲哀，哭號，疼痛，因為以前的事都過去了！

人在這塵世以上，靈魂時常哭泣：有時或者是因蒙福樂而哭，但為痛苦憂愁而哭的總多些。可是

在天堂上的主要擦掉他一切痛苦的眼淚。那時沒有憂愁，叫我們的靈魂再到黑暗中去，而我們的快樂，完全不缺什麼了。以前的事都過去了。現在一切壓迫我們擾害我們的東西和一切的負擔，一切的雲霧，都要永遠撇開了。天堂再沒有黑暗，因為羔羊是他的光。巴不得我在那裏！巴不得這路程早完！

第十八天，

早晨。

詩一百零三
篇十三節——父親怎樣憐恤他的兒女，耶和華怎樣憐恤敬畏他的人。

有什麼可以與父親的忍耐相比呢？兒子雖然深深的傷了父親的心，叫他只有憂愁的眼淚，但父親不認他的兒子麼？這樣，你想上主會忘記他自己

的兒女麼？不能，他待他的女兒更有憐恤！雖然他們時常頑皮，時常不聽話，犯許多的罪，有許多的缺欠，甚至入於下流，在上帝面前，很覺得羞愧，但上帝還是不丟棄他們。他真是一個父親，他必饒恕並且忘記他兒女的過犯，滿口都是安慰和慈愛的話，爲的叫他兒女的心不失望，去時常記念他的慈恩。

第十八天，

晚上。

羅八章
十八節——我想現在的苦楚，若比起將來要顯於我們的榮耀，就不足介意了！

生命的道路就是受苦的道路，有許多的荆棘札我們的脚。從心裏發出極大的嘆息，有許多痛苦的
眼淚流出來。這些事任誰都不會留心，只有「上帝」和「靈魂」知道。但我們若將眼睛注定在永生

的冠冕上頭；並想到我站在羔羊面前的情景！世間最痛苦的事算得什麼呢？凡是覺得十字架似乎很重的，那是因為眼睛沒有看在天上的耶路撒冷，心裏也沒有記着新郎所應許「說不多的時候」我必「快」來的話。耶穌啊，求你教我每天仰望天堂，叫我的心忘記憂愁，在萬般困苦之中，有大大歡樂。

第十九天，

早晨。

賽五十四
章七節

——我離棄你不過片時，卻要施大恩將你收

回。

上帝啊，在這幾句美好的話裏頭，你爲父的慈愛，如同光輝，照耀的何其明亮。你有時似乎離棄我，有時似乎遠離我，但你的慈愛，有時似乎遠離我，但你的慈愛，有時似乎遠離我，但你的慈愛，有時似乎遠離我。

我，也不過是片時；你的心充滿憐恤，你的慈愛
不久你必再顯現，來安慰那些憂傷的靈魂。你發
怒不過片時，你的憐恤却垂之永久！你要用憐恤
團集一切憂傷的，叫一切迷失的都歸到你慈愛的
心裏。這樣，讓我安歇在你的懷裏，使我安然把
一切使你我分離的難阻除去，拯救我直到永遠。

第十九天，

晚上。

羅八章三十一節——上帝既不愛惜自己的兒子，爲我們衆人捨了，豈不也把萬物和他一同白白賜給我們麼？

若主把天上地下頂大的給我了，難道他不把那些小的給我麼？他爲救贖我，不愛惜重大的犧牲，將一切的都給了我，難道他不將我身體靈魂生活

所必需的給我麼？自然他必將一切東西隨着他的愛子一路賜給我！不拘定我所欲的都給了，但凡我所必需的他也總是捨得的！我自己蒙昧！常求些陷害靈魂於死地的東西；但主所給我的，總超過我一切所求所想的。主啊，賜給我你的恩典和平安；這樣，我一切的都有了。

第二十天，

早晨。

賽五十四
章十節——大山可以挪開，小山可以遷移，但我的慈
愛必不離開你，我平安的約也不遷移：這是憐恤
你的耶和華說的。

我們說到山，總是不可遷移的，但上帝所立平安
的「約」，比起牠來分外穩固。世間上的事有改

變，在各各塔地方却有一個永不搬動的海灣，在那裏我可以籠船，不怕暴風，不怕斗雨。耶穌的血不至失了他的效力，天父也不至倦怠不把我們抱在他的懷裏。耶穌的愛心必不停止；聖靈的感化必不生厭；平安的約，將永不改變，這樣；我胆小戰慄的心啊，藏在耶穌救恩之下罷！那憐恤你的決不讓他的愛心離開你呢！

第二十天，

晚上。

詩四十六
篇一節——上帝是我們的避難所，
是我們的避難所，是我們的避
難所，是我們的避難所，是我們的
避難所，是我們的避難所，是
我們在患難中隨時的幫助。

我們不被審判，全出於上主的憐愛。
我沒有謹守着，禱告着，細聽着
聖靈的聲音，這都是我不應
當的，假若主的憐愛是小點的，
恐怕我已經隔他

的慈愛很遠了。但上帝是我的力量。所以多時有許多的危險遇着我，一想起我那一顆欺詐的心，將要引我所到的地方去，我就戰競起來。但主已幫助了我，已經引我勝過了這一切。主呵！此時你還是緊緊牢牢的抱我在你慈愛的懷裏，求你更要近我些，爲你自己受苦的緣故救濟我。

第二十天，

早晨。

詩三十二
篇八節

我要教導你，指示你當行的路。

尊貴的救主，我感謝你，因為你指教我每步當行的路，我的心充滿欺詐，我的眼不能看遠，我的脚常時走錯，但你在我要去的路上，指教我一些新事。自然你的路不是我的路，引到上頭得着冠

冕的路總是窄的；但路是你的，若有你與我們同走。我們就有福了。主耶穌啊，常與我同在，給我光亮，猶如你在曠野給了以色列人的光亮一樣，那麼，我可以平安得到迦南的樂地。我快要站在河邊。看那邊的河岸；末後，你必抱我在你懷中，帶我歸回天家。

第二十天，

晚上。

約三十四章三節——我若去爲你們預備了地方，就必再來接你們到我那裏去。我在那裏，叫你們也在那裏。

你無限的愛！常只想到我們，雖然有時你形迹上不與我們同在，但你的心總是與我們在一起。你預備了一切等我們來，你因收回我們歸於你，顯

揚了你永生的榮耀。你就很快樂，我們爲這不應得的憐憫，讚美你，因爲像我這麼貧窮的罪人，你也替我預備了一個好地方，並叫我也到你所在的地方，我的靈還有什麼別的願望呢？我同你在一處的時候，我必說：「主啊，我們在這裏很好。」

現在是打仗的時候，求你加添我的力量，叫我得勝利，增加我的信德，完成我在你裏面的工夫。

第二十二天，

早晨。

賽四十六
章十五節

婦人焉能忘記他喫乳的嬰孩，不憐恤他所生的兒子；卽或有忘記的，我却不忘記你。

沒有東西可以與你的慈愛相比。上帝啊！你已經給了我極有福的保證。但我還是時常疑惑，你是

發我的怒，丟棄了我。我多次忘記了你，思想遠
離了你，但你總是記念我這窮乏的罪人。憐愛
我，好像我是衆子中最親愛的。主阿，我雖然是
窮乏可憐污穢的罪人，求你總不忘記我，你要用
你的血爲我保證。你必繼續的俯聽我，叫我可以
同你一同在天上，永遠得着你的慈愛。

第二十二天。

晚上。

詩一百零六篇一節

要稱謝耶和華，因他本爲善；他的慈愛永

遠長存。

主呵！我給你的感謝是何等的少！主耶穌呵！你替我死了，擔當了我的刑罰，埋葬了我的罪孽，賜給了我永生的生命；但我爲你這麼些大的恩

典！僅有氣無力的稱謝你幾句而已，有時我還嘆息，我還埋怨，彷彿你待我一切的大愛還有不足；但你還饒恕我，叫我的眼睛大大的睜開，把你的好處看得清楚。叫我的心也學着愛你，因為你先愛了我。多謝你因你沒有爲我忘恩負義的緣故丟棄我，反倒時常恩上加恩的賜給我，你的慈愛真是永遠長存的。

第二十三天，

早晨。

羅十三章十一節——因為我們得救，現今比初信的時候更近了。

多謝上帝，一切的事都正在往前進行，要與天上的耶路撒冷漸漸接近。每天我在曠野裏，如今與羔羊的寶座也一天比一天更近了，已經跑過多日

了，憂愁和苦楚也過去了；但現在纔曉得還有許多路程未走完，不過總是快了。我必快來了！我快快樂樂的向前瞻望盼望主來，只用再走幾步，就看見你了。主呵！在你天堂的國裏，求你叫我警醒着，因為我正在等候盼望那日來到的時候，就容易打盹，離開正路。求你賜我恩典，叫我注目前途，使我的心不為這世界所捆。

第二十三天，

晚上。

卷六十章
三十節——耶和華必作你永遠的光；你悲哀的日子也
完畢了！

我的心可以說現在是自由了，何等快活呵！悲哀
的日子完畢，回到你那裏的時候，我的主，我的
上帝，我是何等有福！我多謝上帝，因為這世界
不是我長住之所；分離的時候快到，就是我要與

世長辭的時候，我的靈魂必鼓動他的雙翅，飛到羔羊的座前。我一想起過去了的罪憂愁嘆息和眼淚，而今則有永生的光照在快樂的路上，我是何等有福呵！主耶穌阿，讓我在世界經過一切試煉和苦難的時候，有這活潑的盼望光照我。我只覺得日子太長，覺得疲乏的時候，讓那永生的冠冕向我閃爍着，激勵我！

第二十四天，

早晨。

彌七章
七節——至於我，我要仰望耶和華，要等候那救我的上帝；我的上帝必應允我。

主耶穌，我們若不跟從你，還跟從誰呢？因為你有永生的道，誰會有你這樣的心腸眷愛罪人呢？沒有人肯饒恕安慰並扶持又舉起我來，像你一

樣！只有在你裏頭，我的靈魂可以找到平安，我要把我軟弱的眼睛注視在你的十字架上；專靠着十字架，我的靈魂纔找到醫治。我要服侍你，因為沒有別的人能向我可憐的心說平安甜蜜的話。設若你耽延或隱藏你自己，我必尋找你，等候你！你必不至讓那些在你裏頭有盼望的蒙羞愧。

第二十四天，

晚上。

約六章三十五節

我就是生命的糧，到我這裏來的，必定不餓；信我的，永遠不渴！

我的主耶穌，你是從天上來的真糧，給與世界生命的真餅；那住在你恩典裏頭的，雖曠野空無所有，也必不至餓死。你每天降嗎哪如同春雨在自

仰望耶穌

九十五

己的人身上，用生命的泉水蘇醒他們的靈魂。求
你時常給我這樣的糧食，保守我每天在你腳前，
如同馬利亞一樣；那麼，我可以在你的道上得着
新能力，從你的犧牲上得着新生命，從你的慈愛
得拯救，從你的血得安慰。你要受我一切的付
托，使我心靈上的窮乏，如飢如渴的羨慕你，不
至失望。這樣，我可以得着充滿的飽足。

第二十五天，

早晨，

賽四十三章
二十五節

——惟有我爲自己的緣故塗抹你的過犯，我

也不記念你的過犯。

我的罪每天壓在身上的很重，我站在你面前總是含羞帶愧！我只能效法稅吏一樣搥胸嘆息說：

「上帝憐憫我這罪人，」你能時常赦免我的罪嗎？
我要在你裏面尋求能力，脫離我的罪孽，我依然
覺得在你面前很是羞愧；但你充滿憐恤，你必不
至記念我的罪，斥責我不忠信，你必爲你自己的
緣故塗抹我每天的過犯。

第二十五天，

晚上。

路十三章
三十二節——你們這小羣，不要懼怕，因為你們的父樂
意把國賜給你們。

上帝的羊羣又小又弱，週圍並且有許多兇惡的仇
敵想要害牠。牠經過這世界的時候，常受人的輕
視和譏笑。但耶穌說了「不要懼怕，」那末我還

有什麼可怕的呢？上帝阿，你不是保守以色列的嗎？你不是世界的最強者嗎？你不是又在前又在後保護你的小羣嗎？因你的名，我們必大獲勝利。你總不丟棄我，因為你給與我們天國乃是你的快樂。我們必甘心樂意的受苦，為你的國爭戰。天堂的冠冕比人世所受的一切痛苦還貴重得多些！

第二十六天，

早晨。

賽六十三
章九節

他們在一切苦難中，他也同受苦難；並且他面前的使者拯救他們，他以慈愛和憐憫救贖他

們。在古時的日子，常保抱他們，懷護他們。

我們一切的苦難終必變為不苦難的，因為你必變

苦難爲幸福和憐憫，你的恩賜必使十字架的刺發出極美麗的玫瑰花。我們在世界流淚撒的種，必在天上用快樂收穫。因爲有你引領，在我一生每天的道路就滿有快樂和憐憫。我的眼睛昏暗，我的信德軟弱；但你的愛比起我的卑賤和困苦來還超過萬萬倍。

第二十六天。

晚上。

來四章
十五節

——因我們的大祭司並非不能體貼我們的軟

弱，他也曾凡事受過試探，與我們一樣，只是他
沒有犯罪。

古時在大祭司的胸上，佩着十二支派的名字，為

的每天好記念他們。主耶穌也把他的子民佩帶在
自己的胸上，永遠記念他們。他爲我們作中保，
爲罪人禱告，爲他們的苦難傷心，他記念他們是
塵土，每天給他們赦罪。主啊，惟願我對於你掃
除罪孽的救贖，更加上充足的信仰！

第二十七天，

早晨。

詩二百三十一篇三節——他必不叫你的脚搖動；保護你的必不打

盹。

當我們爭戰和行在路程上的時候，有了這樣的保護，實在是個有福的：當我似乎要跌倒的時候，若不是有主同在，用手扶助我，我這樣一個窮苦

軟弱的罪人，怎麼會有得到天國的盼望呢？我常常如同當日的使徒，看見這掀天揭地的大波浪，必要喊叫說；「夫子，我們喪命，你不顧麼？」但你總不打盹，你曉得這危險，要與我的靈魂相近說：「住了罷！靜了罷！」當我力量衰弱的時候，請你不要離棄我，引我平平安安的經過這波浪掀天的世界，進入永生的安息。

第二十七天，

晚上。

詩二百三十一
六篇三節 耶和華果然爲我們行了大事，我們就歡
喜。

我的快樂爲什麼這樣小，我的靈魂似乎枯乾了，
不甚覺得神的祝福。這種福氣，在我信仰幼稚的
時候，似乎還充滿些。雖然，信仰是看不見的；

但信仰給與我安歇和聖潔的快樂，乃是可覺得的，但我却把你爲我成就的大事，看爲不算什麼。主呵，我常藐視，並不願住在你的十架下，和寶座前；反阻止了你的愛，不讓牠用平安快樂來充滿我的心。主耶穌阿，不要讓我的心焦乾，不要讓我作一個枯了的枝子；要每天從你聖愛的心中，給我新生命的能力，

第二十八天，

早晨。

腓三章
二十節——我們却是天上的國民，並且等候救主，就是主耶穌基督，從天上降臨。

我們不屬這世界，我們在世界就如一個旅客，常常望着前途的盡頭，並等候你來。但我的心太屬世界，我的眼太容易看重世界的塵土，我也太容

易忘記我的家在天上了。我的救主阿，求你舉起我的靈魂，使我解開一切的束縛，多注重天上的事業，輕看世界的事業；那末，我就可以學着盼望你來。這樣才是有福的，因為你替我預備的有地方，那裏靈魂永遠可以找着休息。我只盼望世界的路程快快完畢！

第二十八天，

晚上。

羅四章
五節——惟有不作工的，只信稱罪人爲義的上帝，
他的信就算爲義。

自己是個窮乏罪人，但靠着耶穌却是聖潔公義的，這是信德的「窄路」。不過我常常自求善功，想在主裏長進多少，但我的心却總是自責自怨。

既然這樣，耶穌阿，我必須自認是罪人，跑到你的十架腳前，在那裏我要首先看見你的傷痕疤點。我是一無所有，只有罪孽，你却用你的義遮庇我許多的罪惡。我真能因此得救麼？光流你的血可以救我麼？哦，能！我總相信你能！並且不單爲我，也是爲的救贖全世界！

第二十九天，

早晨。

詩一百零三
篇三至四節

他救免你一切的罪孽，醫治你的一切疾

病，他救贖你的命脫離死亡，以仁愛和慈悲爲你
的冠冕。

是的，我有疾病，我又像一個貧苦幼弱的小孩，

看來難得長成，難得健壯，必得時時乳養，善加看護，或可生存。我正需要看護，需要撫養，但你治好了我一切的病。因你的傷得醫治，你的愛是靈魂的油膏。主阿，我急需你的看顧。你時常提攜我不嫌疲乏。你時常看守我不肯閉眼，因為你愛我比慈母更柔和。

第二十九天，

晚上。

腓三章七
至八節

——只是我先前以為與我有益的，我現在因基督都當作有損的；不但如此，我也將萬事當作有損的，因我以認識我主基督耶穌為至寶。

靈魂以耶穌為財產，天國為寶貝的時候，這是何等大利呢！這世界為窮苦罪人留下了什麼呢？她虛浮的榮華可以支持幾時呢？對於死亡有何安

慰，對於永生有何盼望？一切世界的快樂不過像一個水泡，若人一覺到有罪，這泡就化爲烏有！人在死亡黑暗的影裏，人世的一切娛樂盡都消滅衰殘。惟有耶穌是我大價的珠寶，在天的財產；我就是死了，也不至喪失，依然永久保存着。我的救主，我感謝你，因爲你引我出世界歸向你和你的十字架。

第三十天，

早晨。

耶三十二
章四十節——又要與他們立永遠的約，必隨着他們施

恩，並不離開他們，且使他們有敬畏我的心，不
離開我。

頂慈愛的一位上帝，就是叫我這等充滿罪惡的

人，沒有不得到迦南的。主阿，我常怕你不與我同在，因我的信，已經離棄了我。但你却應許我，仍要不斷的善待我。我常想到我這虛假可憐的心，很怕我被你丟棄；但是你用聖靈，叫我不敢離開你。你要開頭，你也要完工，所以我要完全獻與你，你必不忘記永遠的約。

第三十天，

晚上。

約十四章
二十七節

我留下平安給你們，我將我的平安賜給你們，我所賜的不像世人所賜的，你們心裏不要憂愁，也不要胆怯。

耶穌的平安！豈不是世上最大的財寶麼？罪人用什麼東西來安慰自己的心呢？設若他沒有平安，沒有上帝與他同在，在這世上，信徒必多受痛

苦。及到了天堂，耶穌的平安，在他靈魂的裏頭，這不是爽快的休息是什麼呢？耶穌把他的傷痕用手指給我們看，並說：「願你們平安，」我們一切的憂愁都停止了。耶穌一放回了我們的靈魂，叫他們在十架前安歇，並用愛安慰他們，這樣我們的負擔就頓時輕了。他的恩賜和平安，真比世間一切珠寶還貴重。

第三十一天，

早晨。

羅十四
章八節——我們若活着，是為主而活；若死了，是爲

主而死，所以我們或活或死，總是主的人。

我的主耶穌，設若我是屬你的，萬事都好了。無

論你把我引上引下，若有你的恩典，與我同在並

承認我是屬於你的，無論何事給我的，都是好的。
求你叫我與你有更親密的情誼，不要讓世俗引誘
我脫離的懷抱；求你永遠為我的產業，除了你，
在地上我就一無所欲。我的肉體和心靈跌倒了，
但上帝是永遠的產業，讓我在你裏面活，也讓我
在你裏面死。耶穌阿，你是我惟一的避難所！

第三十一天，

晚上。

林前十五章五十四
五十五五十七等節

這必朽壞的，既變成不死的，那時經

上所記，死被得勝吞滅的話就應驗了。死阿，你
得勝的權勢在那裏？死阿，你的毒鈎在那裏？感
謝上帝，使我們藉着我們的主耶穌基督得勝。

死是最後的仇敵，最後的爭鬥，最後的黑暗，最後的離別。死在主裏的有福了！這樣死因為天是我的家。對於我又是有益的了。但往日一想起死來，就戰兢害怕，但現在知道救主與我同在，他必不在這最後的苦惱中間離棄我，必把他疲倦的小羊抱在懷裏，經過那蔭暗的冷河，歸回樂園。

主 歷
華 一
民 九
國 三
十 九
年 十
再 年
版 再
版

版 權 所 有

譯 述 者 益 陽 程 光

發 行 者 中 華 信 義 會 書 報 部

發 售 處 漢 口 信 義 書 局

代 印 處 漢 口 聖 教 印 書 局

24
269190



24
269190