目录

[休息是最好的 2](#_Toc187591932)

[一个泥泞的混乱 5](#_Toc187591933)

[全体一心 9](#_Toc187591934)

[寻宝 12](#_Toc187591935)

[备用的态度 15](#_Toc187591936)

[绕路 19](#_Toc187591937)

[像鹰一样飞翔 23](#_Toc187591938)

[另一只狗 26](#_Toc187591939)

[大胆问难题 29](#_Toc187591940)

[警示灯 32](#_Toc187591941)

[勤劳的蚂蚁 35](#_Toc187591942)

[朋友的礼物 38](#_Toc187591943)

[编队飞行 41](#_Toc187591944)

[保持角色 44](#_Toc187591945)

[我们在哪里？ 47](#_Toc187591946)

[成为一名催化剂 50](#_Toc187591947)

休息是最好的

每日灵修：2024年12月20日

阅读经文：路加福音 10:38-42

故事内容：

杰德紧紧抱着她的新泰迪熊跑进了客厅。她穿过一堆包装纸，找到放在咖啡桌上的家庭圣经。

“妈妈，”她一边说，一边走进厨房，看见妈妈正在台面上擀派皮。“我们差点忘了读圣诞故事！我们总是在拆完礼物后读它。”

“我没有忘记，杰德。只是今年我们没有时间了，”妈妈说。“我得赶紧把带去奶奶家的山核桃派做好，还得铲干净车道，好把车开出车库。我们需要在四十五分钟内出发，否则就会迟到。”妈妈叹了口气，说：“也许我们明天再读吧。”

杰德垂头丧气地走回客厅，瘫坐在一堆揉皱的包装纸中，望着她的泰迪熊。

“我该给你取什么名字呢？”杰德摸着泰迪熊粉红色的蝴蝶结说道。“我知道了，”她说，“马大！”

杰德皱起眉头，想起了她在主日学中学到的马利亚和马大的故事，发现马大听起来很像她的妈妈。

杰德回到厨房。“我觉得你像马大，”她怯生生地对正在台面前坐着的妈妈说。

“马大？”妈妈问，“马大是谁？”

“在圣经里，耶稣去拜访了两姐妹，马利亚和马大。马大忙着打扫和做饭，以至于没有时间陪耶稣。但马利亚决定陪伴耶稣比其他任何事都重要。”杰德低下头，说：“我觉得你让圣诞节的忙碌比和耶稣在一起更重要了。”

妈妈的表情柔和下来。“谢谢你，杰德。你说得很对。我太沉迷于与节日相关的各种事情了。即使是好事，如果让我们没有时间与耶稣同在，也可能变得不好。休息并感受祂的爱，可以让我们的灵魂得到更新。”

妈妈放下擀面杖，微笑着对杰德说：“来吧，小马利亚。我们去圣诞树旁读圣诞故事吧。奶奶不会介意我们晚一点。”

**你呢？**

你是否感到因节日的礼物包装或聚会而感到压力或不知所措？即使是好事，如果让我们忙到没有时间亲近神，也可能变成坏事。今年的节日庆祝不要让你远离与耶稣同在的时间。每天花点时间在祂的同在中休息，记住圣诞节是为了纪念祂为你所做的一切。

**今日金句：**

“凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。

——马太福音 11:28和合本

一个泥泞的混乱

每日灵修：2024年12月24日

阅读经文：以赛亚书9:2-7；马太福音1:18-25

故事内容：

“我真不敢相信快到圣诞节了，竟然还没有下雪！”艾莱娜看着车窗外，皱起眉头。“没有雪，圣诞节就没有感觉，”她抱怨道。几个星期以来，天气一直在零度以上。不是下雪，而是雨夹雪的暴风雨，留下了一片湿漉漉的泥泞。

当他们把车停在教堂停车场时，艾莱娜跳下车，一脚踩进了泥坑。她的教堂鞋和袜裤全被泥弄脏了。

“啊啊啊！”她喊道，“好冷啊，我全身都是泥！”

“来吧，亲爱的，”妈妈说，“我们赶紧跑到洗手间，在礼拜开始前把你弄干净。”

几分钟后，艾莱娜干净又暖和了，但她的腿上仍然留着泥点和污垢。还没等她抱怨，她的朋友哈德莉兴奋地跑了过来。“艾莱娜！你看到外面了吗？刚刚开始下雪了！”

两人跑到窗前，看到几片雪花开始飘落。艾莱娜兴奋地笑了，忘记了自己脏兮兮的衣服。“终于下雪了！我等了好久！”

礼拜结束后，艾莱娜又跑到窗前。地面已经覆盖了一层闪闪发亮的雪毯。

妈妈走到她身后。“确实很漂亮。你为什么觉得新雪这么令人兴奋呢？”

“嗯，因为它终于盖住了所有恶心的泥巴！”艾莱娜回答，看看自己腿上的污点。

妈妈点点头。“我想，这大概就是第一个圣诞节的感觉吧。”

“你是什么意思？”艾莱娜问道。

妈妈微笑着说：“就像今天外面的泥泞弄脏了你的衣服一样，没有耶稣，我们的心就像一团充满罪的泥泞。但就像你盼望雪来覆盖这些污秽一样，世界也在等待神所应许的救主。你能想象，当听到耶稣终于降生的消息时，人们有多么兴奋吗？祂来是为了让我们的心像这洁白的雪一样纯洁。”

艾莱娜看起来很惊讶。“哇，我不知道世界为等耶稣降临等了这么久。”她望着窗外。“现在每次看到雪，我都会想起圣诞节是多么特别。”

——贝瑟尼·登·布尔

**你呢？**

你是否曾因为等待某件自己非常想要的事情而感到不耐烦？

或许你迫不及待地等待圣诞假期或圣诞早晨打开礼物的时刻。当那一天终于到来时，你会有什么感觉？世界曾以同样的方式等待救主的到来。今年圣诞节，想一想那个第一个圣诞节，当小婴孩耶稣终于降临时，那是多么令人兴奋的事情！祂来是为了使我们的心像雪一样洁白。

**今日金句：**

“你们的罪虽像朱红，必变成雪白。”（和合本）

——以赛亚书 1:18

全体一心

每日灵修：2024年12月26日

阅读经文：哥林多前书12:14-22, 27

故事内容：

梅森的叔叔养了一队雪橇犬。他给狗套上了雪橇，准备出发。“梅森，你觉得哪只狗对把这雪橇拉到终点最重要？”叔叔肖恩问。

“前面的那只，”梅森回答。

叔叔肖恩笑了。“那是银星，它是领头狗。那么，你觉得哪一只最不重要呢？”

“嗯，我想是最后面的那只吧。它甚至可能都看不到前面的路。”

叔叔肖恩没说话，解开了最后一只狗的缰绳。“现在，哪只最不重要？”当梅森指向一只小一些的狗时，叔叔肖恩又解开了它的缰绳，并再次问了同样的问题。

“你不会把它们全解开吧？”当梅森又指向另一只狗时，他问道。

叔叔肖恩笑着走过去解开了那只狗的缰绳。“我肯定会留着领头狗。你已经说过银星很重要了。那么，接下来哪只不重要？”

“可是银星需要其他狗的帮助才能拉动雪橇啊！”梅森说道，“它不可能单独完成任务。其他的狗可能没有领头狗那么重要，但它需要它们的帮助。”

“没错，”叔叔肖恩说，“但如果其他狗是必须的，那难道不说明它们和领头狗一样重要吗？”

“我一开始觉得前面的那只狗更重要，但我现在明白它并不是最重要的。”梅森说道。

“它看起来更重要，是因为它的位置更显眼，”叔叔肖恩解释道。“但要记住，团队中最小的、最不被注意到的成员，和那些得到最多关注的成员一样重要。它们一起协作完成任务。”叔叔肖恩开始重新给狗套上缰绳。“人也很像这样。有时候我们会以为领导者是唯一需要的人，但事实并非如此。”

“我们上周的讲道就是关于这个的，”梅森说，“多诺万牧师说神的教会就像一个身体，每个部分都是需要的。”

“没错，”叔叔肖恩说，“在神的眼中，你为祂所做的事和其他任何人做的事一样重要。我们需要团结起来，向这个世界展示认识耶稣是多么美好。”

——黛博拉·S·马雷特

**你呢？**

你是否曾觉得自己做的事情不如别人重要？即使你被要求做的事不是那些人们常常注意到的，神却注意到了。祂赐给你恩赐和才能，让你能在祂想要你去服侍的地方发光发热。相信祂会帮助你完成你的角色，因为你的角色和其他人一样重要。

**今日金句：**

“身上肢体人以为软弱的，更是不可少的。”

——哥林多前书12:22

寻宝

每日灵修：2024年12月29日

阅读经文：马太福音 6:33；13:44-46

故事内容：

“孩子，明天是你和爷爷一起度假的最后一天。你想做什么？”爷爷问埃弗里特，两人一起坐在门廊上。

埃弗里特一边摸着爷爷的狗贝克斯利，一边思考。“我知道了！”他喊道，“我们去吃冰淇淋吧！你知道的，爷爷，就是那种有果冻豆的冰淇淋。”

“那的确特别，”爷爷答道，“我很久没见过那种冰淇淋了。不过我们可以去找找看。”

第二天下午，在结束了一次钓鱼旅行后，埃弗里特和爷爷开始寻找这种特别的冰淇淋。镇上的冰淇淋店没有卖，他们又去了商场的一家店，但那里也不再提供这种甜品。

回到爷爷的卡车旁时，埃弗里特说：“爷爷，我真的不想放弃。我们还能继续找吗？”

爷爷微笑着说：“我们不会放弃的，孩子。这很重要！我们会继续找下去。”

最后，爷爷建议去超市看看。在冷冻食品区，埃弗里特终于找到了他最喜欢的果冻豆冰淇淋。

“我们找到了！”埃弗里特兴奋地喊道。

回到家后，爷爷在门廊上给他们每人盛了一碗甜点，贝克斯利安静地坐在他们中间。

“我们寻找这种冰淇淋的冒险让我想起了一则圣经故事，”爷爷说，“圣经将天国比作隐藏的宝藏和一颗贵重的珍珠。在耶稣的比喻中，寻找这些宝藏的人变卖了一切来获得它们。”

“就像我们愿意去这么多地方找特别的冰淇淋一样，”埃弗里特补充道。

爷爷点点头：“认识耶稣并成为祂国度的一部分，是世上最珍贵的宝藏。既然你已经相信耶稣赦免了你的罪，埃弗里特，那你就找到了这个宝藏。现在你踏上了一个比冰淇淋更重要的旅程——一个越来越认识并爱耶稣的旅程。”

“一个旅程？爷爷，我觉得你是说寻宝之旅！现在，我可以再来点冰淇淋宝藏吗？”埃弗里特笑着问。

——艾莉森·威尔逊·李

**你呢？**

你是否曾经为找到某样你真正想要的东西而努力寻找？神希望我们也能这样热切地寻求祂。当我们把心放在寻求祂的国和祂的义上，通过祷告、阅读圣经以及与其他基督徒团契来认识祂时，我们可以相信祂会供应我们所需的一切。认识耶稣是世上最珍贵的宝藏，而当我们努力在与祂的关系中成长时，祂会用祂的丰富充满我们的生命。

**今日金句：**

“你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。”

——马太福音 6:33

备用的态度

每日灵修：2024年12月30日

阅读经文：利未记 19:18；马太福音 5:43-48

故事内容：

“爸爸，我们去‘爱斯基摩宫’吃冰淇淋吧！”金斯莉说。

“我们可以在妈妈开完会回家之前回来。”

“好主意！”爸爸说，于是他们上了车。

开车途中，他们经过了公园，看见金斯莉的两个同学在玩。

“哎呀！我讨厌那个扎长辫子的女孩！”金斯莉说道。

爸爸惊讶地看着金斯莉：“为什么呢？”

“她抢了我排球队的名额，”金斯莉说。

就在爸爸准备回答时，突然传来一声巨响，车子往右一偏。

“糟了！”爸爸叹道，“轮胎爆了！”

他把车停在路边，从后备箱拿出工具和备胎。很快，他把车子升起来，边修边和金斯莉聊天。

“金斯莉，”爸爸说，“我想听听你为什么不喜欢那个女孩。因为她得到了你想要的排球队名额，就讨厌她，这可不是理由。你去年秋天加入足球队时，不是也取代了别人的位置吗？”

金斯莉踢了一下石子，“好像是吧。”

爸爸卸下破损的轮胎，换上了备胎。“我很高兴我们有备用轮胎可以用。”他停顿了一下，接着问：“你不觉得你的态度也需要改变，就像这个破胎需要换掉一样吗？也许你需要一个‘备用的态度’，来代替你对那个女孩的怨恨。”

“她不是我的朋友，”金斯莉说，“她……她是我的敌人！”

“我明白了，”爸爸一边把破胎放进后备箱一边说，“不过，你记得耶稣是怎么说我们应该对待敌人的吗？”

“祂说我们应该爱他们，”金斯莉低声说。

爸爸点点头：“我们都得罪了耶稣，但祂仍然爱我们，甚至为我们死，好让我们可以得到赦免和永生。祂也赐给我们力量，用同样的爱和宽恕去对待别人。”爸爸关上了后备箱，“我们去看看那些女孩还在公园吗？邀请她们一起去吃冰淇淋吧？”

金斯莉犹豫了一下，然后慢慢点了点头。

**你呢？**

你是否对某人怀有怨恨？停下来，好好审视整个情况。想想你的态度。记住，上帝爱每一个人——即使是你的敌人——祂也会帮助你去爱他们。感谢上帝对你的爱，然后相信祂会帮助你表现出对他人同样的爱和态度。

**今日金句：**

**“**但愿赐忍耐和安慰的上帝，使你们彼此同心，效法基督耶稣。”

——罗马书 15:5

**圣经阅读：**

“不可报仇，也不可埋怨你本国的子民，却要爱人如己。我是耶和华。”

——利未记 19:18

“你们听见有话说：‘当爱你的邻舍，恨你的仇敌。’只是我告诉你们，要爱你们的仇敌，为那逼迫你们的祷告。这样，就可以作你们天父的儿子；因为他叫日头照好人，也照歹人，降雨给义人，也给不义的人。你们若单爱那爱你们的人，有什么赏赐呢？就是税吏不也是这样行吗？你们若单请你弟兄的安，比人有什么长处呢？就是外邦人不也是这样行吗？所以你们要完全，像你们的天父完全一样。”

——马太福音 5:43-48

绕路

每日灵修：2025年1月2日

阅读经文：箴言3:1-6；约翰福音18:36

故事内容：

“哎呀！”妈妈说，“那个标志上写着‘前方绕路’，上高速的匝道关闭了。”她继续开车沿街前行。

“但是我们离高速公路越来越远了，”玛吉看着窗外说道。

“我们只需要跟着橙色的绕路标志走，”妈妈说，“看看你能不能找到下一个标志。”

开了几条街后，玛吉指着前方说：“在那里！标志写着要右转——但我们得左转才能朝高速公路的方向走。肯定有人把标志换了！”

“我们就按标志指示的方向走吧，”妈妈说着右转了。下一个标志也写着要右转，再下一个也是。

“我们在绕圈子，”玛吉说道，“这不可能是对的！”

“往前看，”妈妈说，“那是高速公路。虽然标志看起来不对，但它们确实是对的。”她驶上匝道。“你知道吗？有人也为我们的生命指引了方向，我们必须相信他的指引是正确的——即使有时看起来很奇怪。你知道我指的是谁吗？”

玛吉想了想：“爸爸？”

妈妈笑了：“他听到这个答案一定会很高兴，但我指的是上帝。圣经说：‘施比受更为有福。’相比我们想要的或别人可能说的，这些话可能看起来很反常。”

“比如‘爱你的仇敌’？”玛吉说，“那是我上周的记忆经文。”

妈妈笑了：“今天有一句经文很适合我们：‘应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉上帝。’”

“我真希望当我担心找不到高速路的时候能想起这句经文！”玛吉说道。

妈妈点点头：“上帝的指引与我们在世上常听到的信息是相反的，这些信息让我们只考虑自己、随心所欲。因为作为基督徒，我们被召唤要像耶稣一样生活。他来到我们的世界是为了救我们脱离罪恶，并带领我们进入上帝的国度。当我们遵循上帝的指引时，他会引领我们活出表明我们属于耶稣并是他国度一部分的生活。”

——保琳·尤德

**你呢？**

上帝的指引——他在圣经中教导我们如何生活的方式——是否有时看起来毫无道理？这是因为耶稣降临世间时带来的天国与这个世界的方式完全不同。耶稣教导我们不要把自己放在首位，而是要像他爱我们一样去爱他人——甚至爱我们的仇敌。相信上帝，他会帮助你走在他的爱之路上，遵循他的指引。

**今日金句：**

“在你一切所行的事上都要认定他，他必修直你的路。”

——箴言3:6（和合本）

“耶稣说：‘我的国不属这世界。我的国若属这世界，我的臣仆必要争战，使我不至被交给犹太人。只是我的国不属这世界。’”

——约翰福音18:36（和合本）

像鹰一样飞翔

每日灵修：2025年1月3日

阅读经文：以赛亚书 40:28-31

故事内容：

凯莉一边拉上行李箱的拉链，一边轻声唱着：“但那等候耶和华的必从新得力，他们必如鹰展翅上腾……”

“该走了，”爸爸喊道。

凯莉不情愿地跟着父母走向汽车。平时她很喜欢去教会的退修会，但这次却不一样——她最好的朋友莱拉不会来了。几周前，莱拉去世了。一滴眼泪从凯莉的脸颊滑落，她迅速擦掉，爬上车，系好安全带。

“都准备好了吗？”爸爸问。凯莉点了点头。

“我喜欢你刚才唱的那首歌，”妈妈说。

“那是莱拉最喜欢的歌之一，”凯莉的声音有些颤抖。

“我记得听她唱过，”爸爸说着，倒车驶出车道，开始唱起这首歌。妈妈和凯莉也跟着一起唱了起来。

“‘如鹰展翅上腾’到底是什么意思？”凯莉问道，“我们又不能真的飞。”

爸爸微笑着说：“鹰是一种特别的鸟。其他鸟会避开风暴，但鹰会直面风暴。他们利用强劲的风将自己升到风暴云的上方。”

“这对它们飞行更有帮助吗？能更安全吗？”凯莉问。

“是的，”爸爸回答，“靠着神的力量，你也可以像鹰一样。你可以直面生命中的风暴，而不是逃避它们。即使是像失去莱拉这样的困难时刻，你也不必害怕，因为耶稣与你同在。他拯救了你，赐给你永生，并且会借着这些困难帮助你更信靠祂、在信心中成长。祂是强大的，并且应许赐下祂的力量来帮助你度过人生的风暴。”

凯莉擦去眼泪，点点头：“虽然我知道莱拉在天堂，但还是很难过。不过，我想要信靠神赐给我的力量。我想像鹰一样飞翔。”

妈妈握住她的手，说：“我们再唱一遍这首歌吧。”于是他们一起再次唱了起来。

**你呢？**

今天你在面对什么问题？你是否因朋友去世或搬离而感到悲伤？你是否因父母失业或生活中的困难而感到无助？

请记住，耶稣爱你，祂愿意帮助你面对这些挑战。祂为救赎你而舍命，并应许永远与你同在。信靠祂，祂会更新你的力量，帮助你超越人生的风暴。

**今日金句：**

“但那等候耶和华的，必从新得力。他们必如鹰展翅上腾；他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。”

——以赛亚书 40:31 和合本

另一只狗

每日灵修：2025年1月4日

阅读经文：路加福音 12:16-21

故事内容：

马拉基放下用于生火的木头，急忙跑去看看为什么他的狗狗布默在叫。小狗站在小溪边，盯着清澈的水面汪汪直叫。

“怎么了，布默？”马拉基问。他低头看看水里有什么，随即大笑起来。

“布默在叫什么呢，马拉基？”爸爸问。

“他在对着自己的倒影叫！”马拉基摇了摇头，“真是只傻狗！来吧，布默，我给你拿个零食。”

“零食”这个魔法词让布默立刻离开了水边，跑到帐篷那边。很快，他就得到了零食，躺在小溪旁享受着。

爸爸微笑着看着布默开心地啃零食，说：“这让我想起了一个关于狗和骨头的寓言。当那只狗叼着骨头走过桥时，他以为在水下看到了另一只狗，还生气了呢。”

“这听起来真像布默会干的事！”马拉基笑着说。

“是啊，这只狗可不想让‘另一只狗’抢走他的骨头，”爸爸继续说，“于是他开始汪汪大叫，想吓走水里的‘狗’。你应该能猜到，当他张嘴叫的时候发生了什么。”

马拉基笑了起来：“他的骨头掉进水里了，对吧？”

“对，他因为贪婪，最后什么都没了。”爸爸往营火里又添了一根木头。“贪婪会让我们拼命想得到和紧抓住一些东西，但最终我们失去的会更多。真正的财富和满足感来自于耶稣，而不是我们所拥有的东西。金钱和财物无法长久，但耶稣给了我们一个永恒的礼物——赦免我们的罪和永生。为了摆脱贪婪的束缚，我们需要转向耶稣，相信祂会提供我们所需的一切，包括喜乐和满足。”

这时，布默跑过来，想再要一份零食。马拉基笑着拿出一份：“给你，布默。”他说，把零食递到布默嘴边。“不过这零食吃不了多久，别贪心哦！”

——玛丽莲·J·森特菲特

**你呢？**

你是否认为拥有某些东西会让你快乐？你是否过于专注于得到并保有那些东西，而忽略了其他重要的人和事？持久的喜乐不是来自金钱或物质，而是来自认识耶稣。与祂建立关系能带来永恒的财富。

**今日金句：**

“人就是赚得全世界，赔上自己的生命，有什么益处呢？”

——马可福音 8:36（和合本）

大胆问难题

每日灵修：2025年1月5日

阅读经文：诗篇 73:13-28；箴言 2:1-9

故事内容：

卡利勒合上手中的书，叹了口气。

“你看起来不太高兴，”他的姐姐阿妮萨说，“你在想什么？”

卡利勒犹豫了一下：“关于神的事情，”他坦白道。

“我在想，神真的会听我们祷告吗？”

“当然会！”阿妮萨说。

“教会的老师说神无处不在，”卡利勒接着说，“这怎么可能呢？而且祂怎么会没有开始呢？”

“我真不敢相信你会质疑神！”阿妮萨说，“最好别让爸爸妈妈听到你这么说。”

“说什么？”爸爸一边问，一边走进来坐下。

卡利勒紧张地用手抠着书角：“嗯，有时候我不明白关于神的事情，也不明白圣经里说的。我的问题很多，而阿妮萨觉得这样是不对的。”

“不是的，这没有错，”爸爸说，“你有这样的疑问完全可以。”

“真的可以吗？”阿妮萨问。她和卡利勒都感到很惊讶。

爸爸点点头：“你通过提问来学习。比如，你昨天做了奶酪通心粉，对吧？你是怎么学会做的？”

阿妮萨插嘴说：“我听见他问妈妈一大堆问题。他问要用多少水，炉子的火要开多大，还问要煮多久。”她转向弟弟说：“你看过妈妈做了无数次，但你自己试着做的时候，还是一无所知。”

卡利勒冲姐姐做了个鬼脸：“现在我可会做了！”

爸爸笑了：“我相信你会。提问帮助你学会了怎么做。这也是为什么神欢迎我们诚实的提问——祂知道提问能帮助我们学习。”

“你的意思是神不会生气？”阿妮萨问。

爸爸摇摇头：“诗篇里充满了作者向神提出的难题。他们的提问帮助他们更多地了解神，并明白为什么可以信靠祂。所以，不要害怕问难题。提问可以在你更多地了解神是谁，以及耶稣如何来拯救我们并承诺陪伴我们度过生命的困难时，增强你的信心。”爸爸站起来说：“我饿了。为什么我们不边吃卡利勒的奶酪通心粉，边向神提几个问题呢？”

——谢丽·肖

**你呢？**

关于神，你有哪些不明白的地方？没关系，大胆问难题吧！这些问题可以帮助你学习和成长，与耶稣建立更亲密的关系。可以向你的父母、教会老师，或者你信任的基督徒成年人寻求答案。也可以查考圣经，并祈求神帮助你更多地了解祂是谁，以及祂为你做了什么。

**今日金句：**

“你求告我，我就应允你，并将你所不知道、又大又难的事指示你。”

——耶利米书 33:3

警示灯

每日灵修：2025年1月6日

阅读经文：诗篇101:1-8

故事内容：

凯莉坐在床上，全神贯注于她从图书馆借的新书，甚至没有注意到妈妈走进了房间。当妈妈坐到她旁边时，凯莉吓了一跳，赶紧把书藏在身后，希望妈妈没有看到书名。

妈妈皱了皱眉：“你还好吗？我只是觉得你在房间里太安静了。”她看向凯莉试图藏起来的书，“你在看什么书？”

凯莉勉强笑了笑：“哦，没什么，只是从图书馆借的一本书。”

妈妈双臂交叉，认真地看着她的女儿：“你知道吗，你爸爸还在检查汽车的问题，‘检查引擎’的警示灯一直在闪。”

凯莉点点头，试图转移话题：“哦，希望车没什么大问题！”

妈妈温和地笑了笑：“应该没事。你爸爸总是很重视汽车上的警示灯，所以他会在问题变得严重之前解决它。”她顿了顿，接着说：“凯莉，你已经十二岁了，正在进入一个需要自己做出重要决定的年龄。”

凯莉低下头，心里沉了下去。

妈妈继续说：“我不会强迫你给我看你藏起来的书，但我想让你想一想，为什么你觉得需要藏起来？你想要隐藏的感觉本身就是一个警示灯——你的良心在告诉你，这件事可能不太对。”

凯莉咬着嘴唇，盯着自己的指甲。

妈妈轻轻拍了拍她的肩膀：“你现在感到的不安是上帝赐给你的礼物，就像汽车上的警示灯一样。圣灵通过你的良心提醒你，当某件事与作为基督徒的身份不符时，你需要注意。如果你听从这种提醒，它可以帮助你避免将来出现更大的问题。”

凯莉犹豫了一下，然后把书拿了出来：“我想我需要去图书馆还掉这本书。”当她的良心得到释放时，她感到如释重负，笑着对妈妈说：“谢谢你，妈妈。我们去看看爸爸的车修得怎么样了吧！”

你呢？

你是否曾经因为某件事情感到尴尬或不安？这种感觉通常是来自你良心的信号，是上帝给你的警示灯。当它告诉你某件事情不对时，立即停下来！听从上帝的提醒，并信靠祂帮助你抵挡诱惑。

**今日金句：**

“凡不出于信心的都是罪。”

——罗马书14:23

勤劳的蚂蚁

每日灵修：2025年1月7日

阅读经文：约翰一书 4:7-11

故事内容：

“休息一下吧？”爸爸说。他停下脚踏车，把车子靠在小径旁的一棵树上，然后在公园的长椅上坐下。

“好主意！”詹姆斯说，“我又累又渴！”他和爸爸从自行车上取下水瓶。爸爸还从车包里拿出两根燕麦棒，递给詹姆斯。

詹姆斯拆开包装时，一块燕麦掉在地上。一只小蚂蚁出现，试图搬走它。詹姆斯看着蚂蚁一次次尝试，但那块对它来说太大了。片刻后，一群蚂蚁出现了。它们一起努力，多次抬起又放下那块碎片，直到它碎成小块。然后，每只蚂蚁抓起一小块，朝同一个方向跑去。

“你看到了吗？”詹姆斯问，“那只蚂蚁需要帮助——它得到了！”

“是啊，”爸爸说，“这正是我们作为基督徒应有的行为。”

詹姆斯看着爸爸：“你的意思是我们应该互相帮助，对吧？就像去年夏天那场大风暴把我们车库屋顶的瓦片掀掉了，教会的一群人来帮忙修理。有了他们的帮助，没多久就修好了。一个大工程变成了小事情——就像蚂蚁一样。”

爸爸点点头：“我相信教会的朋友们当时并没有多想，但他们向我们的邻居展示了基督徒应有的彼此相爱。”

“但我们不是也应该通过帮助不认识耶稣的人来展示神的爱吗？”詹姆斯问。

“是的，”爸爸说，“帮助那些不认识耶稣的人，可以有力地向他们展示祂是谁，祂的样式，帮助其他基督徒也同样如此。”爸爸和詹姆斯站起来，戴上头盔。“隔壁的洛克先生对我们教会朋友帮忙修理屋顶印象深刻，想了解更多关于我们的教会，”爸爸补充道，“我解释说，我们彼此相爱，因为耶稣爱我们——祂如此爱我们，为我们的罪而死，并复活。我祈祷洛克先生也能早日认识耶稣。”

**你呢？**

人们能在你乐于助人的态度中看到神的爱吗？通过保持善良、乐于助人的态度，你可以向他人展示你属于耶稣。当人们看到你帮助邻居清理院子，或带领新同学熟悉学校或教会时，他们会看到耶稣放在你心中的爱——其中一些人可能会因此决定也想要耶稣在他们的生命中。

**今日金句：**

“所以，有了机会就当向众人行善，向信徒一家的人更当这样。”

——加拉太书 6:10

朋友的礼物

每日灵修：2025年1月8日

阅读经文：马可福音 12:41-44

故事内容：

玛丽亚把口袋里的硬币摇了摇。

她喜欢硬币发出的声音，她称之为她的“星期天之歌”，因为每周主日学开始之前，她经常摇响硬币。玛丽亚为奉献挣了些钱，但最近她找不到什么工作，所以她能奉献的金额变得越来越少了。

坐在她旁边的安东尼奥看到她把硬币放进奉献盘时，嘲笑道：“就这么点儿？你为什么还要奉献呢？”他大声说道。玛丽亚感到脸颊发烫，低下了头，没有回答。

回到家后，玛丽亚把安东尼奥的话告诉了妈妈。“我想他是对的，”她叹了口气说。“我想今天的奉献中，我的可能是最少的。”

妈妈扬了扬眉毛。“我觉得你的第一个错误就是拿自己的奉献和其他孩子的相比。我们不应该为了取悦别人而奉献。告诉我——耶稣怎么看待你的奉献？”

玛丽亚耸了耸肩。

妈妈沉默了一会儿，说：“玛丽亚，在你上个月的生日派对上，你的朋友们给了你礼物。这些礼物都一样吗？有些是不是比其他的要小？”

“礼物当然不一样了，”玛丽亚说。“为什么问这个？”

“那么，现在你是不是更喜欢那些给你最好礼物的孩子？”妈妈问。

玛丽亚摇了摇头。“他们带什么礼物根本不重要。伊兹的爸爸病了很久，所以她没法花很多钱买礼物，但谁会在乎呢？就算她什么都没带也没关系。她是我最好的朋友！”

“我明白，”妈妈说。“而你是耶稣的朋友——祂爱你，甚至为你的罪死在十字架上，并从死里复活来拯救你！祂会喜悦你任何出于感恩而献上的礼物。”

“就像我喜欢伊兹的礼物一样，”玛丽亚笑着说。“派对之前，伊兹说她不确定自己是否应该来。她担心其他孩子会怎么看她的礼物。但我告诉她，不管她带什么，我都会喜欢，因为她是我的朋友。”

——布伦达·K·古德

**你呢？**

你是否害怕自己献给主的礼物不够好？是否觉得相比其他人，你的奉献显得微不足道？记住，耶稣看重的是你的心。无论是通过金钱奉献还是服务，祂都看重你出于爱和感恩而献上的礼物。上帝了解你的处境，祂珍视你所能给予的一切，因为你是祂的朋友。

**今日金句：**

“他们按自己的力量捐助。”（和合本修订版）

——以斯拉记 2:69

编队飞行

每日灵修：2025年1月9日

阅读经文：以弗所书 4:1-6

故事内容：

“好吧，如果你们就这样，那我就去找别人一起做科学项目！”威尔转身离开了托林和卡洛斯，没等他们回应。

晚餐时，威尔仍然很生气。他对爸爸说：“托林和卡洛斯不听我的，他们想改整个科学项目。我才不管他们怎么说，我喜欢我的计划。”

“听起来你在编队飞行上遇到了麻烦，”爸爸说。

“啊？”威尔皱眉问，“你在说什么？”

“记得我们上周去看航空表演时，海军飞行队的表演吗？那六架飞机之间的距离有多近？”

“它们靠得非常近！”威尔回答道，“我记得解说员说它们有时候相距只有三英尺。”他想起那些闪亮的蓝黄相间的飞机时，依然感到激动。“当领队往某个方向飞时，其他飞机都一起跟随。如果不跟随，就会撞上。”

“没错，”爸爸说，“编队飞行需要真正的团队合作。任何小组项目都是一样的，包括你的科学项目。你们需要作为一个团队一起努力。”

“可是他们不听我的！”威尔说。

“也许他们应该听听你的想法，”爸爸回答，“但你有没有听听他们的？你有没有认真考虑过谁的想法更好、更可行？”

威尔叹了口气：“大概没有。我会去找卡洛斯和托林，看看他们还愿不愿意让我一起参与。”

“很好，”爸爸说，“这让我想起基督徒也需要像这样‘编队飞行’。既然你认识耶稣，你就是祂团队的一员——教会。作为基督徒，我们需要一起努力，让更多人认识耶稣。但如果我们只想着自己和自己的需求，是无法做到这一点的。”

“我们需要像耶稣一样，对吧？”威尔问。

“对，”爸爸说，“我们需要像耶稣爱我们那样彼此相爱。这意味着要倾听、耐心和理解。当我们这样做时，别人会在我们身上看到神的爱，并渴望更多地了解耶稣。”

**你呢？**

你是否在团队合作中感到困难？当别人不同意你的想法时，你会感到沮丧吗？记住，神呼召基督徒彼此合一。以弗所书 4:2 告诉我们要谦卑、温柔、耐心，用爱心互相包容。分享你的想法，同时也倾听别人的建议，这样你们才能在爱与合一中一起努力。

**今日金句：**

“看哪，弟兄和睦同居是何等地善，何等地美！”

——诗篇 133:1 (和合本)

### 保持角色

每日灵修：2025年1月10日

阅读经文：罗马书 5:3-5；加拉太书 5:22-25

故事内容：

“你拿剑，Leo，当我冲进城堡时你要准备好，”Javier指挥道，同时戴上了他的龙面具。

他的弟弟点点头，戴上骑士头盔，在帐篷前来回踱步。

Javier跑开了，消失在Leo的视线中，蹲在一丛灌木后面。然后他悄悄爬回帐篷，从后面进入，没有被骑士Leo发现。

“吼——！”Javier大吼一声。

“这是我的城堡了！喷火！骑士，快逃命吧！”他边跑向弟弟边尽可能大声地叫喊。

Leo扔下头盔，丢下剑，大喊：“这不公平！你从后面偷袭我，我根本没准备好！”

Javier摘下面具：“哦，拜托，Leo！骑士不会扔下头盔然后发牢骚。我讨厌和你玩，你总是毁了一切！”

“哇哦，你真是个火爆的龙，”妈妈听到吵闹声后走过来说道。

“冷静点，Javier。别那样对待Leo。”

“可是他每次都这样！我们玩宇航员和外星人时，他发脾气；玩超级英雄时，坏人抓住他，他又哭了。超级英雄不会哭，妈妈！”

“我知道，Javier，”妈妈说。“Leo确实有些难以保持角色。”她转向Leo：“Javier说得有道理，Leo。在玩假装游戏时，如果大家都能保持角色，游戏会更有趣。”然后她又看向Javier：“但是，当你生气地对待Leo时，你也没有保持自己的角色。”

“可是他让我好生气！”Javier喊道。

“这更是保持角色的理由，”妈妈说。“当一切顺利时，要保持仁慈很容易。可是在事情不如意时，我们更需要记住自己作为耶稣跟随者的身份。祂定义了我们的真正品格。祂使我们脱离罪，并赐下圣灵住在我们里面，帮助我们更像耶稣。下次当你想要发脾气，比如像刚才对Leo生气时，要记得耶稣希望我们像祂爱我们一样去爱别人。”

Javier看着弟弟，说：“对不起，Leo。我不是故意要像个恶龙那样。”

——凯莉·巴克希

**你呢？**

你是否曾表现出与你身份不符的行为？是否有时候对别人态度不好，或做出一些你明知是错的事情？如果你是基督徒，圣灵住在你里面，帮助你向别人彰显耶稣的良善、温柔和恩典的品格。这就是你的身份——一个被赦免的神的孩子，正每天变得更像耶稣。信靠神，祂会帮助你保持角色，用祂的爱去对待他人。

**今日金句：**

“我们若是靠圣灵得生，就当靠圣灵行事。”

——加拉太书 5:25

**延伸经文：**

“不但如此，就是在患难中也是欢欢喜喜的；因为知道患难生忍耐，忍耐生老练，老练生盼望；盼望不至于羞耻，因为所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。”

——罗马书 5:3-5

“圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制；这样的事没有律法禁止。”

——加拉太书 5:22-23

### 我们在哪里？

每日灵修：2025年1月11日

阅读经文：申命记 7:9；诗篇 105:42-45；罗马书 8:32

故事内容：

“我要点薄荷巧克力片味的！”佩顿爬进车里说，“两个球！”

伊恩紧随其后：“我要点橙子雪葩，上面加糖屑！”

“而我，”爸爸说，“要点你们见过的最大的巧克力圣代！”

“嘿！”佩顿说，“你又没拿到好成绩。”

“是啊，但我答应了大家，只要学期过得不错，就带你们去吃冰淇淋。”爸爸笑着说，“既然是我开车，那也包括我。现在系好安全带，我们先去几个地方。”

他们眼巴巴地看着爸爸开车经过冰淇淋店。可是，去了超市、加油站和图书馆之后，佩顿和伊恩开始担心了。当爸爸开车经过镇上唯一的另一家冰淇淋店时，伊恩皱起眉头，抱起胳膊。“他违背承诺了。”他低声对佩顿说。

佩顿咽了口唾沫：“嗯，爸爸？你生我们的气了吗？”

爸爸从后视镜中看着他的眼睛：“你为什么会这么想？”

“因为你改变主意了，不带我们去吃冰淇淋了。再没有别的冰淇淋店了。”佩顿看向窗外，“我们到底在哪儿？”

爸爸正要回答，伊恩突然叫起来：“看，有个牌子上画着一头奶牛！冰淇淋！”

爸爸转进去，把车停好。

“这是这附近最好的冰淇淋店，路远了一点，但我觉得你们值得吃点特别的。”

“你没有骗我们！”伊恩说。

“当然没有。”爸爸回答。

“只是花了很长时间。”佩顿说，“而且我们从没走过这条路。”

爸爸微笑着说：“我明白。你们知道吗？上帝也会带我们走我们从未走过的路。当路途看起来很漫长时，我们也容易忘记祂的应许。”

“我确实想知道你要带我们去哪儿。”伊恩看着柜台后面一大罐糖屑说道。

“我们对上帝也会有同样的疑问。”爸爸说，“但上帝从不撒谎。祂通过差派自己的儿子来拯救我们，履行了祂的应许。祂也总是兑现祂对我们爱的承诺，哪怕我们有时难以信任祂。”

爸爸领着两个孩子走向柜台：“现在，挑你们想要的。我保证，这会是你们吃过的最好吃的冰淇淋！”

**你呢？**

你是否曾感觉上帝没有履行祂对你的承诺，或者没有按照你认为的最好方式来照顾你？圣经证明，上帝是信实的，祂通过差派耶稣来拯救我们，履行了祂的救赎之约。今天，上帝对你的承诺是：祂永远与你同在。无论你正在经历什么，你都可以信靠祂，因为祂永远不会让你失望。

**今日金句：**

“祂记念祂的约，直到永远；祂所吩咐的话，直到千代。”

——诗篇 105:8

**经文解释：**

诗篇 105:8提醒我们，上帝的应许是永恒的，祂从未忘记祂与祂子民所立的约。无论是对亚伯拉罕、以色列人，还是对我们的救恩之约，上帝始终信守诺言。祂差派耶稣基督来完成救赎，证明了祂对祂百姓不变的爱和信实。对我们而言，这节经文鼓励我们信靠上帝，因为祂永远不会违背祂的承诺，无论我们正经历什么，祂都在掌管并看顾我们。

### 

### 成为一名催化剂

每日灵修：2025年1月12日

阅读经文：马太福音 5:13-16；路加福音 8:16；约翰福音 5:24

故事内容：

“救命！不行了！特洛伊！”

特洛伊走进厨房，看到他的小妹妹艾玛双手沾满了紫色的粘液。

“又失败了，艾米？”

艾玛叹了口气，把额头上的一缕卷发吹开。“我在做史莱姆！我有胶水、水和小苏打，但它只是黏糊糊的一团，完全不滑溜！”

“你忘了加催化剂。”特洛伊指着配方的第四步说。“你需要隐形眼镜护理液。我去拿点给你。”

当特洛伊拿回来时，艾玛问：“催化剂是干什么用的？”

“催化剂会和其他成分发生反应，把它们转化成新的东西——史莱姆！它通过交联胶水中的分子，把它变成你想要的那种有弹性的东西。”

特洛伊加了催化剂，艾玛兴奋地搅拌起来。“太滑溜了！”她一边大笑着举起史莱姆，一边说：“谢谢你帮我！”

“不客气，小妹。嘿，其实你也帮了我。”

“我？怎么帮的？”

“我最近一直在想我的一些朋友。他们还不认识耶稣，而且开始做一些不好的事情。我没有跟他们说什么，而是选择远离他们。但上帝用你的史莱姆实验提醒我，我应该做些不同的事。”

“是什么呢？”

“既然我里面有神的灵，我就可以成为周围那些在黑暗中的人的催化剂。我有祂的光，我需要把这光照给别人。我不需要参与朋友们做的不对的事情，但我可以向他们展示更好的道路。我可以告诉他们关于一种特别的‘交联’：耶稣为我们死在十字架上，并从死里复活，使我们可以从死转向生，得到改变！”

艾玛举起她的史莱姆说：“催化剂让一切变得更好！”

**你呢？**

你是否让上帝使用你成为祂放在你生命中的人的催化剂？耶稣说，那些信靠祂的人是地上的盐和世上的光。如果我们把耶稣的光藏起来，那些迷失的人又怎能认识祂呢？相信上帝会赐你勇气，成为祂的催化剂，将祂的光带给周围的人。

**今日金句：**

“你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。”

——马太福音 5:16 (和合本)