

【經文】

約 10:3 看門的就給他開門，羊也聽他的聲音。他按著名叫自己的羊，把羊領出來。

約 10:4 既放出自己的羊來，就在前頭走，羊也跟著他，因為認得他的聲音。

約 10:5 羊不跟著生人，因為不認得他的聲音，必要逃跑。」

約 10: 14 我是好牧人，我認識我的羊，我的羊也認識我

【默想】

耶穌是我們的好牧人，他按著名叫自己的羊，把羊領出來。我們的神認識我們的名字。名字代表身分，也代表著我最核心的所是。創造我們的神，認識那最真實的我。他認識我到一個程度，他比我還要更認識我自己。

我們常常覺得沒有人真的了解我們，明白我們。成長的背景裡面，或許連我們的父母都不一定真的明白我們的心。一次又一次的被拒絕，一次又一次的被誤解，我們可能已經習慣了自我防護，習慣了自己找出人生的出路。因此外表雖然是堅強的，但是我們裡面確是空虛寂寞。

可是神真知道我們內心的光景，他知道每一個人都需要一位好牧人，因此他用他慈愛的聲音來呼喚著我們。他的聲音就是生命。

當他按著我的名叫我的時候，他的一句話就可以把我從最深的孤單裡面，拉回到他愛的懷抱當中。當他按著我的名叫我的時候，他的一句話就可以把我從最深的自卑裡面，拉回到我受造的奇妙可畏當中。

當他按著我的名叫我的時候，他的一句話就可以把我從最深的絕望裡面，拉回到豐盛盼望的實際當中。

這位好牧人會引領著我們走人生的道路。我遇上危險，他會保護我。我看不清楚路，他會牽引我。我受傷跌倒了，他會把我扛起來。

我們需要這位好牧人，我們需要這位認識我們的主！

【禱告回應】

親愛的耶穌，求你讓我更多認識你。

你就是我們的好牧人，我們需要你。我們需要從你的聲音裡面聽到你是多麼的愛我們，我們的受造是何等的奇妙可畏，你給我們的恩召有何等的指望。謝謝你認識我，謝謝你引領我的人生。

【禱告事項】

1. 我們是否常常覺得孤單？把你最真實的感覺傾訴在這位好牧人的面前，並且讓他的聲音來對我們說話。
2. 如果我們曾經對神封閉了自己的心，讓我們重新悔改在他面前，請他讓我再次看到我是多麼需要這位好牧人。
3. 獻上感恩，為了他在我們人生中的帶領，保護，來宣告他是愛我們，認識我們的神！

【經文】

約 10: 4 既放出自己的羊來，就在前頭走，羊也跟著他，因為認得他的聲音。5 羊不跟著生人；因為不認得他的聲音。必要逃跑。

約 10:14 我的羊也認識我

約 10:16 他們也要聽我的聲音

【默想】

這個世界有許多的聲音，使人迷惘，稍不注意就淹沒在名嘴，youtuber，網路資訊給我們的建議中！你認得神的聲音嗎？認識是一個過程，如果沒有花時間，我們對神的認識容易停留在知識層面，要分辨神的聲音是有困難的，我需要與神建立親密的關係，否則很難在眾多的雜音中認出祂的聲音，因此遇到重大事件的時候我們就會很焦慮。耶穌說，祂既放出自己的羊來，就在前頭走，羊也跟著他，因為認得他的聲音。我要在他的前頭行，因為耶穌說，我是大牧者，神對你講話的時候，你會有確信，透過經文、透過一個意念、透過你的權柄、透過環境對你講話的時候，你就會有力量去面對你的難處。

你願意花時間安靜在神面前聆聽祂嗎？

【禱告回應】

親愛的耶穌，求你讓我更多聽見你。

你是我的好牧人，我需要你。你樂意對我的生命說話，求你開通我的耳朵，讓我能分辨你獨特的聲音，讓我花時間聆聽你，讓我對你的聲音有回應，引導我跟隨你，即便我聽錯了，你必引導我回到正路，謝謝你引領我的人生。

【禱告事項】

1. 我是否常覺得上帝沉默不語？求神除去我心中的恐懼，讓我對他有信任，學習在每件事上詢問祂，聆聽祂。
2. 如果我們過去習慣尋求人的意見過於神，讓我們重新悔改在他面前，讓我們的人生不隨從生人，而是聽從這位愛我們的大牧者。
3. 回想過去上帝曾經在生命中特別時刻對我們所說的話，獻上感恩，相信祂會繼續的帶領我們，讓我們更多認識他的話語，更深的認識祂，做個聽道並行道的蒙福兒女。

【經文】

約 10:11-13 「我是好牧人；好牧人為羊捨命。若是雇工，不是牧人，羊也不是他自己的，他看見狼來，就撇下羊逃走；狼抓住羊，趕散了羊群。雇工逃走，因他是雇工，並不顧念羊。」

【默想】

你知道在這個世界上有個人愛你愛到死嗎？

我們的人生都在尋找一份愛，無條件地被赦免，被饒恕，被接納，被認同，這個心中的黑洞只有耶穌可以填滿。神讓祂自己的兒子為我們的罪而死，成為祭物，成為那逾越節的羊羔，所以我們的罪全然被赦免，能夠與神的性情有分，因為祂為我們成就了十字架上的恩典，讓我們能被神的震怒和審判越過。這份捨命的愛激勵我們快跑跟隨祂，同時也願意為他人捨己。

「被愛卻不被瞭解，使人感覺舒服卻流於膚淺；被瞭解卻不被愛，那是我們最害怕的事；但是，被充分瞭解並且真愛，這才是神的愛，這才是我們最需要的東西。這種愛釋放我們，讓我們脫掉偽裝這種愛讓我們謙卑，遠離自義；這種愛堅固我們，可以承受生活中一切艱難困苦。」 提摩太凱勒，婚姻解密

【禱告回應】

親愛的耶穌，求你讓我寶貴你的愛，在你的愛中我可以不再將情感依附於世上人事物。

你是我的好牧人，你為我捨命，求你讓我明白我對你而言是何等的寶貴，何等的有價值，過去我在不同的人身上尋求認同，一次又一次的被傷害，同時也傷害他人，我最需要的是接受你的愛，唯有這份愛能夠帶給我生命深處最需要的安全感，價值感，認同感。

【禱告事項】

1. 我是否常覺得上帝的愛很抽象難以碰觸？可能與過去的親密關係中受傷有關，使我的心封閉，求聖靈開啟有甚麼攔阻我經歷祂的愛，並得著更新突破。
2. 在我的生命中，我的情感是否依附在不同的人事物上，如權力地位，特定的人，韓劇，色情網站…… 求神讓我在你的愛中得著自由，明白我在基督裡的身分與價值，不是這些「美好的事物」可以滿足我心中的黑洞，讓我轉向你，回到你的面前領受你的愛。
3. 回想過去上帝曾經在生命中透過不同的親人牧者向我們顯明祂的愛，為此感恩，我是否也願意將這份愛傳遞出去呢？

【經文】

約 10:16 我另外有羊，不是這圈裡的；我必須領他們來，他們也要聽我的聲音，並且要合成一群，歸一個牧人了。

【默想】

你有迷路的經驗嗎？當下的心情應是面對未知的恐懼，徬徨與無助，此時，如果有熟識的人來拯救我們，應該會感激涕零。

在人生的路上，面對未知的前路，一般人只能依靠自己，我們都渴望有識途老馬，有經驗的前輩來帶領我們，但誰又是全知與全能呢？聖經說：我們都如羊走迷，但大牧人耶穌主動來尋找我：在徬徨的十字路口，在關係破裂的痛苦時，在病痛纏磨失去盼望時，在功成名就，心中備感空虛之時，耶穌走進我們的生命，聽見祂的呼喚：孩子，回家吧！此時，心中的緊張焦慮，恐懼驚惶頓時有了去處，神的家有許多同路人正在等待歡迎我們！在此處沒有種族性別階級之分，在基督裡，我們都歸於同一位牧人，領受在耶穌裡豐盛的恩典。

加 3:26-28 所以，你們因信基督耶穌都是神的兒子。你們受洗歸入基督的都是披戴基督了。並不分猶太人、希利尼人，自主的、為奴的，或男或女，因為你們在基督耶穌裡都成為一了。

【禱告回應】

親愛的耶穌，雖然我過去偏行己路，但你不計代價，三番四次的呼喚我名，感謝你主動來找我，將我尋回，帶入你的家中。我曾走偏了、受傷了、跌倒了，你裸抱我，管教我，不放棄我，靠近我讓我熟悉你的聲音，學習聆聽跟隨，有時候我仍會走錯，但你必會把我帶回來，因為你是我的大牧人。

【禱告事項】

1. 我在何種景況中遇見大牧人耶穌？為著上帝主動的尋找我獻上感恩。
2. 我是否在人生的某個階段曾經偏行己路，回想當時的情況，上帝如何向我顯明他自己，我如何遇見這位大牧人耶穌？
3. 迷途羔羊的生活和回到牧人的羊圈有何不同？我是否願意成為尋羊的小牧人，帶領迷羊回家？

【經文】

約 10:10 盜賊來，無非要偷竊，殺害，毀壞；我來了，是要叫羊（或作：人）得生命，並且得的更豐盛。

約 10:17 我父愛我；因我將命捨去，好再取回來。18 沒有人奪我的命去，是我自己捨的。我有權柄捨了，也有權柄取回來。這是我從我父所受的命令。

【默想】

如果人生有重來的機會，我們都渴望從不堪的過去重新來過。

好消息是在基督裡，我們成為新造的人，舊事已過都變成新的了！主耶穌從死裡復活的生命使我們的人生有重置的機會(Reset, renew, reborn) 過去的失敗，受傷，破敗的人生與大牧人一同經歷復活，在神裡面領受更新的生命，並且這是個進行式，每一天，每一隻屬神的羊都可以經歷的事實，經歷祂的同在、更新、經歷在聖靈中的改變，然後我們可以被祂呼召，與祂同工，一起去尋羊，將迷失的羊找尋回來。

一個真正的『負傷』牧者，是一個真實面對自己的牧者，是一個真正體會『自謙』的牧者，而『負傷』的牧者正是一個在自己的內心中找到拋錨之處的人，自身被上帝療傷，正在包紮傷口。正是這個包紮傷口的同時，牧者營造了一個『空間』讓他人自由來往，不是一個定罪的空間，而是一同需要上帝憐憫的一群。因此，牧者在包紮傷口的同時，與會友一起看苦難，一起用對的生命態度來面對生命當中不同的境遇。

盧雲，負傷的醫治者

【禱告回應】

親愛的耶穌，福音不是我努力改變，掙扎成為更好的人，而是你為我做成一切，並賜給我復活更新的生命。因此我可以敞開並承認過去生命中的軟弱，罪行，接受新的生命，是耶穌在十字架上為我受死並且第三天復活的新生命，有勝過罪惡死亡權勢的大能，我在耶穌基督裡領受並相信我已經得著，同時我也帶著過去生命中所經歷的傷痕，成為有憐憫心腸的牧人。

【禱告事項】

1. 約 10:10 盜賊來，無非要偷竊，殺害，毀壞；我來了，是要叫羊（或作：人）得生命，並且得的更豐盛。這段經文對我的意義是甚麼？
2. 如果人生重來，我想要改變的部分是甚麼？
3. 思想我過去生命中所經歷的傷處，對我的意義，也或許能夠安慰鼓勵有相同經歷的人