

— 詩篇 100 篇 4 節

【講道大綱】

前言

一、盡頭還是起頭：教會的服事生生不息

二、噓！不要作聲：最棒的時刻就是見證神

三、請你給我加倍的感動：一份來自真實見證，一份來自
親愛的師傅

結論

【本週樂活讀經進度】

日期	10/26(一)	10/27 (二)	10/28(三)	10/29(四)	10/30 (五)
進度	詩篇 第 136 篇	詩篇 第 137-138 篇	詩篇 第 139 篇	詩篇 第 140-141 篇	詩篇 第 142-143 篇

【重要事工消息】

教會消息

一. 12/27 洗禮、轉籍-洗禮學道班

預備受洗、轉籍的弟兄姊妹，請預備心，請向辦公室駱美月主任報名。

洗禮學道班：11/7、14、21、28 (六) 19:30-21:00，於 6F01 教室上課

繳交見證稿：11/27 (五) 之前 (需要協助者，請洽辦公室)

小會問道理：12/6 (日) 13:30，6F03 教室

洗禮和聖餐：12/27 (日) 10:00，3F 禮拜堂

二. 頒發 114 學年度第 2 學期獎學金

本次獎學金於本主日禮拜中頒發，恭喜以下得獎者在課業、服事和生活上都有美好的祝福與見證。

研究生 1 名：李冠璇。

大專 3 名：吳宇軒、張君立，陳麗澤(傳愛)。

高中 2 名：陳恩諾、葉祚言。

國中 3 名：李云晞、葉祚妍，吳祈箴(傳愛)。

林盛蕊 1 名：鄒勝帆。

林建良獎學金 2 名：周秀芳、林郁婷。

三. 聖樂部週日樂饗

週日樂饗「永恆·喜樂·祝福」音樂會，11/1(日)14:00，和平教會 3 樓禮拜堂，聖樂部邀請駱惠珠老師及其學生、林純純老師等音樂家共同演出，曲目有歌劇、清唱劇選曲、藝術歌曲及詩歌等，歡迎兄姊廣邀親朋好友踴躍參加聆聽。

四. 宣道部消息

11/2(一)本會主責台大醫院愛心晚會，邀請會友共同參加，有意願者，請當天 18:30 到台大 10D 電梯間集合練唱。

五. 教會近期活動消息

1. 以斯拉查經班，時間：11/8(日) 8:45，地點：6F03 教室，講員：高正吉長老。

歡迎退休兄姊一起來查考聖經！

2. 新朋友歡迎會，11/15(日) 13:30 在一樓大廳將舉行新朋友歡迎會

，歡迎近幾個月來教會的新朋友一起參加，更多地認識彼此與和平教會這個大家庭！報名請至辦公室或掃描 QR code。



3. 感恩節餐會，青壯部今年感恩節餐會將以感恩與祝福的方式，一同數算主這一年來的帶領。即日起開始報名，報名請掃 QR Code。

時間：11/21(六) 17:00

地點：和平教會 B 1

費用：每人\$100 元

對象：和平教會全體會友



六. 會友及辦公室消息

- 1.張溫波兄於 10/6(二)安息主懷，家屬謹訂於 10/29(四) 12:00 在北市懷愛館至真三廳舉行追思禮拜，請兄姊關心，為家屬代禱。參加利未服侍詩班獻詩的兄姊，當天早上 11:30 請於現場集合練詩。
- 2.本會欲申請 AED 安心場所認證，來保障會友的生命安全。為求更多會友擁有這項救人的技能，訂於 11/22(日) 13:00-14:40 在 1F 大廳舉辦 CPR + AED 課程，受訓者將可領到衛生局頒發的受訓證書。除本會牧師、長老、執事、全職同工需參加外，會友也可向辦公室報名一起接受訓練。

七. 裝備部消息

- 1.2026 年秋季成人主日學課程

課程：服事與呼召

講師：林凱倫牧師

課程目標：期待參與的學員都能自我探索各項事工中的可能性，積極地尋找上帝命定的呼召與恩賜，能理解教會事工、短宣或是兒少工作運作原理與未來展望，成為神國的生力軍。

時間：週六 14:00-15:00

11/28 (線上) 連上 2 堂

12/12 (實體 7F06)

- 2.聖經共讀，生命建造查經 - 共讀門訓 (歷代志)，講師：莊信德牧師，
時間：11/7(六) 10:00-11:30，方式：zoom 線上共讀。

八. 《Love Action - 禱告以外能做的事 2026》

活動日期：11/21 (六) 09:30-18:30 (09:00 開始報到)

活動場地：ASI 阿斯生活空間(新北市三重區三和路四段 111 號 10 樓 - 捷運三和國中站旁)

邀請對象：姊妹 27-42 歲、弟兄 29-44 歲 (單身且無交往對象之基督徒)

名額限制：限定 66 名 (男女各半，只剩個位數名額了!!!)

活動費用：NT\$ 1,200

報名時間：已開放報名，開放至 11/7 或額滿為止

報名方式：一律採 [網路報名]，請掃海報上的專屬 QR Code
(弟兄與姊妹為不同通道)



姊妹報名



弟兄報名

繳費確認：收到繳費通知並如期完成確認才算報名成功喔！

主辦單位：台灣基督精兵協會 | 協辦單位：七星中會婚姻部

活動洽詢：02-28378232 / 王姊妹

代禱事項

1. 為肢體

- (1) 請為需要照顧家中長輩或生病者禱告，讓照顧者也能自我照顧，並在弟兄姊妹的關心協助下，不孤單地經歷主夠用的恩典。
- (2) 請為家中的照顧者能有足夠的休息，並能連結相關社會資源，以減低照顧負擔來代禱。
- (3) 請為教會兄姊都能參加小組禱告。

2. 為世界

歐洲近期因生活成本上升與體制等問題引發示威，反映許多人對未來的憂慮。求主安慰不安的心，成為年輕世代生命中的磐石與盼望；也賜給執政者智慧與憐憫，以公義回應人民需要。

3. 為台灣

- (1) 面對薔琵颱風可能帶來的天候影響，求主眷顧高風險地區的居民，使國人做好預備、相互扶助，在主的恩典中得享平安。
- (2) 我們將臺灣的國家治理交託在主手中，求主賜給執政團隊智慧與遠見，審慎因應經濟轉型與民生福祉等重要課題，以公義為根基、以和睦為方向，帶領國人同心前行。

4. 為教會

成人部將在 10/27(二) 舉行重陽節長輩出遊，求主保守每位長者都快樂出遊、出入平安，更在其中享受與神、與人之間的美好團契。

【為教牧團隊禱告】

本週為蔡維倫牧師禱告，懇求上帝保守維倫牧師的身心靈健壯，與主的關係緊密連結，講道滿有聖靈的力量，成為上帝話語的出口，更有從神而來的異象，帶領和平教會走在合神心意的道路上，成為眾人的幫助。上主也親自看顧牧師的家庭，讓雅莉牧師在馬偕醫院的服侍成為醫、護、病患的美好祝福。也施恩祝福女兒沛琳和夫婿建立的家庭，成為充滿禱告、讚美與親愛的地方。

5. 為小綠宣道師代禱 ~目前在內地會服侍(創啟地區長宣)

- (1) 為小綠能專注於神，定睛在祂的計畫與工作，堅守在祂託付的事情上禱告，不論是陪伴在校學生或是已經畢業上大學的，都求神賜智慧、耐心，讓小綠知道如何繼續關心他們。
- (2) 當地醫院和小綠的機構簽了 3 年的合作協定，目前有一位呼吸治療師 Hui 確定在 10 月開始兩年的服務，請為 Hui 的生活與工作適應，及其他幾位(5S 一家、妮絲、醫生戴比)目前一起在大山同工及未來可能加入的人禱告。
- (3) 大山的 Y 族人很重視傳統及長輩的意志，請為 Y 族的年輕人代禱，在他們求學和婚姻的選擇上，願神幫助他們有智慧及勇氣做正確的決定。

奉獻方法

戶名：財團法人臺北市和平基督長老教會

統一編號：88264673

一般奉獻使用帳號如下：

銀行帳號



LINE Pay

台新國際商業銀行(812)和平分行(0458)
2045-01-0000936-2**10/18 主日奉獻**

禮拜奉獻 27,963

月定奉獻

080072	1,500
080243, 110064, 110550, 140077	
150015, 160064	2,000
040011, 090012	4,000
170060	5,000
200014	7,000
080125	10,000
070009	12,000
小計	55,500

感恩獻金

110563	500
090012, 110434, 110533	1,000
070045, 090088	2,000
040119, 090121	4,000
140100	4,800
080212, 140036	6,000
小計	32,300

世界聖餐主日

070167 4,000

宣道基金

120181, 150137	1,000
140004	6,200
小計	8,200

退休傳教師主日

110564, 140031	1,000
984113	2,000
080018	3,000
小計	7,000

愛心基金

100025 500

少年團契

聚會獻金 547

青年團契

聚會獻金 1,513

【10/17~10/23 週間奉獻明細】

日期	代號	金額
月定奉獻		
10/18	070100	5,000
10/20	110082	2,000
10/21	110537	3,000
10/22	110512	1,000
10/22	120090	1,000
10/22	110121	2,800
10/22	160086	5,000
10/22	100110	5,000
10/22	080326	5,000
10/22	160086	7,000
10/22	140062	10,000
10/22	080101	20,000
10/23	110094	1,100
感恩奉獻		
10/18	120199	2,000
10/23	120131	5,000
10/23	040123	7,000
行動支付不記名奉獻		400

以下轉帳奉獻兄弟敬請與財務組同工聯絡

日期	轉出行	金額
10/18	彰銀 **20000	6,000

若您是第一次匯款到台新銀行帳戶，請至以下連結 <https://pse.is/4d2yh7> 或掃描QR Code 填寫您的匯款資料，以便財務同工建檔。

聚會一覽表

禮 拜	類 別		時 間	場 地		上週人數	
	第一堂禮拜		主日 8:30	五樓禮拜堂		49	331
	第二堂禮拜		主日 10:00	三、四樓禮拜堂		239	
	第三堂禮拜		主日 11:30	五樓禮拜堂		43	
禱 告 會	類別		時間	本週		上週/次	下次聚
				場地	內容 / 主理	人數	會日期
	第一堂會前禱告		主日 8:20	五樓禮拜堂	教牧團隊	12	11/01
	第二堂會前禱告		主日 9:50	三樓禮拜堂	教牧團隊	35	
	第三堂會前禱告		主日 11:00	五樓禮拜堂	敬拜團	12	
	禱告會		週四 19:30	1F01	邱淑貞牧師	17	10/29
團 契 聚 會	早禱會		週五 8:30	BM 禱告室	陳群鈺傳道	暫停	10/30
	松年團契		主日 8:40	1F01	健康時間/鄭維新長老	11	11/01
	☉成人團契		主日 9:00 / 11:30	2F02	獻詩練習	30	11/01
	婦女團契		週二 10:00	1F01	重陽節出遊	39	11/03
	方舟團契		主日 13:00	7F03	光復節連假暫停一次	19	11/01
	青年團契		週六 19:00	B1 禮拜堂	信仰活動	27	10/31
小 組 聚 會	少年團契		週六 19:00	B2 禮拜堂	專講	24	10/31
	主 日	腓立比小組	每月第 1、3 主日 11:30	6F02	陳詞章小組長	8	11/01
		腓立比小組	每月第 3 主日 11:30	6F01	謝敏圓長老	11	11/15
		☉喜樂小組	每主日 10:00	6F05	林嘉慧執事	14	11/01
		活水小組	每月第 2 主日 12:00	7F06	吳雅莉牧師	4	11/08
		大數小組	每月第 1、3 主日 11:30	7F06	許素菲小組長	6	11/01
		☉依一小家	每月第 2、4 主日 11:30	B101	蔡雅如執事	10	11/08
		☉畢契小家	每主日 14:00	6F04	洪婕寧姊妹	6	11/01
		☉親子小組(兒童)	每主日 13:30	7F03	范筱婕姊妹	24	11/01
	週 二	新手村小組	每月第 1、3 主日 11:30	B101	查經、專講	17	11/01
		甘泉小組	每月第 2、4 週二 10:00	6F03	與婦女團契聯合聚會	13	11/10
		新苗小組	每週二 19:00	6F01	陳群鈺傳道	6	10/27
		路加小組	每月第 3 週二 19:30	7F06	陳子苓執事	10	11/17
		長輩小組	每週三 9:30	1F01	長輩分享、銀髮健康操	61	10/28
		K.B 小組	每週五 10:00	1F01	陳群鈺傳道	暫停	10/30
		K.Bb 小組	每週五 10:00	約翰館	黃琦娜執事	暫停	10/30
		葡萄樹小組	每月第 4 週六 15:00	6F03	黃瑞榮長老	暫停	11/28
查 經 班	週 五	微光小組	每月第 1、3 週六 15:00	6F04	楊瑞瑟小組長	10	11/07
		以斯拉查經班	每月第二主日 8:45-9:50	6F03	高正吉長老	47	11/08
		生命建造查經班 聖經共讀門訓	每月一次 週六 10:00	線上聚會	莊信德牧師	39	11/07
詩 班 樂 團	☉撒母耳樂團		主日 12:00	B2 禮拜堂	張中興團長	16	11/01
	希幔詩班		週二 20:00	2F02	范恩惠傳道	15	10/27
	青契敬拜團		每月一次 主日 15:30	B1 禮拜堂	陳信興弟兄	8	11/22
	和平敬拜團		每月一次 週六 14:00	五樓禮拜堂	黃琦娜執事	5	11/15
	畢契敬拜團		每月一次 主日 10:00	五樓禮拜堂	楊沐恩執事	5	11/08
社 區	和平關懷站		週二~週五 10:00-16:00	1F01-02	創意/15 桌遊/20 健身/30 樂活 183/停		10/27
	繪畫小組		週三 9:40	6F04-05	張素椿老師	5	10/28
	編織班		週三 10:00-12:00	6F01	張雅琇長老	12	10/28
	兒童福音廚房		主日 13:30-15:00	約翰館	陳信傑弟兄(併親子計算)	34	11/01
	姊妹成長讀書會		週五 9:30-11:30	6F02	沈月蓮長老	暫停	10/30
	插花班		週五 19:00	1F01	李玉華老師	暫停	10/30
	RGB 攝影團契		每月第 2 週二 19:30	1F01	攝影作品分享	45	11/10
	縫紉班		週六 A:10:00 ; B:14:00	約翰館	縫紉作品學習	19	10/31

☉ 代表本主日有聚會

10/25 主 日	主 日 各 項 聖 工 輪 值			
	聖 工 項 目	第一堂	第二堂	第三堂
	禮 拜 招 待	許信燦 林璞真	邱寶瑩 趙盈智 黃潔熙 陳信興	李婕妤 邱寶瑩
	新朋友招待	張世安	曹木針	何英德
	影 音 組 長	周聰傑	周聰傑	吳炯德/周聰傑
	音控影像燈光	墜添成	墜添成	墜添成
	投 影	陳思祈	陳恩祈	
	愛 餐	方舟團契		
禱 告 侍 奉	陳秀英			
11/1 主 日	下 次 各 項 聖 工 輪 值			
	聖 工 項 目	第一堂	第二堂	第三堂
	講 道	邱淑貞		
	司 會	林尚平	邱煌森	林垠庭
	司 琴	陳美晴	嚴裕揚	
	領 詩		潘致偉	黃琦娜
	獻 詩	吳雅真	成契詩班	和平 1 敬拜團
	禮 拜 招 待	藍慧芬 卓絢玲	林芷伊 陳月冠 蕭凱文 張靖霖	楊嘉林 蔡宜真
	新朋友招待	張世安	蕭博文	程儀庭 蔡宗翰
	影 音 組 長	周聰傑	周聰傑	吳炯德/周聰傑
	音控影像燈光	墜添成	墜添成	墜添成
	投 影	王示恩	孫家藹	
	愛 餐	喜樂小組		
	禱 告 侍 奉	曹木針		



新朋友請麻煩掃描
填寫資料，謝謝！

主 日 學	班級別	時間	本 週		上週 人數	下次 聚會時間
			場地	內容/主理		
	幼幼班	主日 10:00	BM04	駱美月主任、毛惜老師 李敏萱老師、黃翠芹老師	大 9 小 3	11/01
	幼兒班	主日 10:00	B202-3	艾城之戰	13	11/01
	兒童班	主日 9:50	B2 禮拜堂	支派分地及約書亞的誓言	22	
	國高中少年主日學	主日 10:00	7F03	專書分享/國玉長老	8	11/01

兒主老師輪值表

服侍 項目	司琴	教唱	合班	B204 初小 B208		B205	圖書區高小 B201		幼主 B202-3	
				小一班	小二班	中小班	小五班	小六班	故事	助教
10/25	黃琦娜	楊雅淳	張宏哲	徐仁美	楊琴朱	楊雅淳	張博誌	張宏哲	陳錦慧	李穗玲
11/01	林沐恩	陳群鈺	張宏哲	黃丹力	張善甯	楊雅淳		張宏哲	李穗玲	陳怡宜

第一堂華語禮拜上午 8:30 第二堂台語禮拜上午 10:00 第三堂華語禮拜上午 11:30

主任牧師：蔡維倫牧師 0921-246-055 weilun992014@gmail.com

成人牧養：楊博文牧師 0938-011-589 iuphokbun@gmail.com

青壯牧養：邱淑貞牧師 0909-293-787 chiusc90@gmail.com

兒青牧養：林凱倫牧師 0936-393-877 rave304@gmail.com

教會電話：2351-0087 傳真：2351-0118 直播網址右上 <https://pse.is/x83n9>

地 址：106011 台北市大安區和平東路一段 183 巷 9 號

網 址：www.taipeihoping.org

Email: admin@hoping.org.tw





畫布上的破裂與光芒——在「永恆的現在」安歇

蔡維倫牧師

講道日期：2026/10/18

經文：詩篇 90:1-2,10,12,14,17

【講道大綱】

台灣於 2025 年正式進入「超高齡社會」--65 歲以上人口佔總人口的 20%，日本是全球第一個進入超高齡的社會(2006 年開始)，目前日本 65 歲以上人口已經突破 30%。當我們檢視和平教會內的人口結構，估算 65 歲以上的會友大約佔 30%。

一、前言：兩幅畫的對照——真實的年老是什麼模樣？

假如今日有位畫家為大家畫一幅題為「年老」的作品，你我腦海中浮現的會是怎樣的畫面呢？真實的年老，更像二十世紀藝術史上一種特別的風格——「表現主義」的畫作。

二、畫布的破裂——面對「時間之痛」與內在焦慮

唯有當外在那個自以為堅固、自以為自足的形式被打破時，人才會真正看見自己存在的脆弱，也才會看見靈魂對救贖最真實的渴求。

1. 我們常被「過去」捆綁。
2. 我們常被「未來」威脅。

三、顛覆的居所——從「倒數的直線」轉向「永恆的根基」

四、破曉的光芒——活在「永恆的現在」(*The Eternal Now*)

五、結論與回應：手所做的工，上帝親自堅立

【默想與行動】

1. 試問，我對年老有怎樣的焦慮嗎？而基督信仰如何幫助我面對這處境？
2. 每個「當下」都是經歷上帝恩典的寶貴時刻，最近我在哪裡曾有過這樣的體會呢？

【金句】

「要常常喜樂，不住地禱告，凡事謝恩；因為這是神在基督耶穌裡向你們所定的旨意。」(帖前 5:16-18)

弟兄姊妹平安，今天是教會今年度的成人主日，在成人主日除了鼓勵弟兄姊妹們參與和關心教會的成人團契、松年團契、婦女團契，以及社區長者關懷站的事工。大家多少知道，台灣已於 2025 年正式進入「超高齡社會」--65 歲以上人口佔總人口的 20%，而日本是全球第一個進入超高齡的社會(2006 年開始)，目前日本 65 歲以上的人口已突破 30%。當我們檢視和平教會內的人口結構，估算 65 歲以上的會友，也占了 30%。

當然，教會在硬體空間的改善、社區長者活動的舉辦，為的是讓來教會的兄姊和社區的長輩們，有一處身心靈能舒緩和提升的環境，這也是我們過去十年來，面對外在高齡化社會的積極回應。

特別是 65 歲左右的兄姊，在和平教會當中您還是屬於年輕的一代，邀請您們一起關心和參與。我們同心來禱告。

一、前言：兩幅畫的對照—真實的年老是什麼模樣？

以往這幾年的成人主日，都是由博文牧師來負責講道，今天博文牧師正好安排家族旅遊，就換由我來主理。

對於去年剛跨進六字頭的我來說，在這成人主日中要跟大家來思想，關於我們都會漸漸變老的這件事。

如果今天有一位畫家要為大家畫一幅題為「年老」的作品，你我腦海中浮現的會是怎樣的畫面呢？很多時候，最常會把年老描繪成一幅「古典風景畫」：柔和的光線、平靜的夕陽、坐在搖椅上含飴弄孫，一頭雪白的頭髮，慈祥的面容，彷彿變老是一件毫無波折、輕鬆浪漫的事。

但對於走過大半輩子歲月的長輩與兄姊們，其實我們心裡都很清楚，面對真實的年老，從來就不是那樣一幅平靜甜美的古典油畫。

真實的年老，更像二十世紀藝術史上一種特別的風格——「表現主義」的畫作。表現主義畫家的筆觸：顏料不再均勻平整，而是厚重、堆疊、甚至帶著刮擦的痕跡；線條不再筆直勻稱，而是彎曲、帶有顫抖與重量的筆觸。

而這就像今天早晨走進禮拜堂時的光景：帶著痠痛的關節、跨著緩慢的步伐、眼角皺紋的線條，以及不時體會到體力與記憶力的逐漸衰退，心底浮現那份「腳軟手軟」、說不出口的沉重。

表現主義畫家不畫虛假粉飾的美麗，他們畫的是「面對現實的處境和挑戰，呈現無比真實的生命」。

今天所讀的詩篇 90 篇，正是神僕摩西在曠野看盡一代人凋零之後，在上帝面前用文字畫下的一幅表現主義傑作。摩西沒有粉飾太平，他極其誠實地寫出「我們一生的年日是七十歲，若是強壯可到八十歲；但其中所矜誇的不過是勞苦愁煩，轉眼成空，我們便如飛而去。」

聖經從不對眾人說謊，上帝深知歲月在每個人身上留下的每一道刮痕，祂也聽得見大家面對衰老時，心底最深沉的嘆息。

二、畫布的破裂—面對「時間之痛」與內在焦慮

在表現主義的畫作上，畫家常常刻意要去「打破完美

的形式」—把原本光滑的花瓶畫出裂痕，把挺拔的人形畫得彎腰和破碎。

著名的神學家保羅·田立克（Paul Tillich）在觀看這些畫作時曾說：唯有當外在那個自以為堅固、自以為自足的形式被打破時，人才會真正看見自己存在的脆弱，也才會看見靈魂對救贖最真實的渴求。

各位，當年紀增長，最讓人難受的往往不單是身體的痛，而是「失去掌控感的時間之痛」。大家常被兩種時間夾在中間，甚至會感到一種動彈不得，那會是：

1.我們常被「過去」捆綁：

安靜下來的時候，腦海常不由自主地回放過去的遺憾—某年某月的某一天，就像一張破碎的臉，某個做錯的決定、沒能照顧好的家人、來不及修補的關係；或者，深陷在「想當年多能幹、多風光」的回憶裡，對比今天連開個罐頭瓶蓋都覺得吃力的光景，心裡升起深深的無力與失落。

2.我們常被「未來」威脅：

看著日曆一張一張撕去，感嘆日子過得這麼快—元宵、端午、中秋、重陽、轉眼來到聖誕節，這一年又要過了，心中難免升起隱微的擔憂與恐懼—擔心自己的身體、擔心成為兒女的負擔、擔心記憶慢慢消失，更看著死亡這終極的句點一步步逼近。

年輕時，總以為靠著意志與力氣，可以把人生的畫布塗得滿滿的、漂漂亮亮的，但到了年老的時候，那些原本緊緊抓住的健康、舞台與角色，就像畫布上的顏料一樣，一塊一塊剝落。

各位，這是畫布破裂的時刻，這是面對未來未知的威脅。但摩西提醒眾人：不要害怕看見這個缺口，因為正是在人被破碎的地方，上帝永恆的恩典才正要闖進來。

三、顛覆的居所—從「倒數的直線」轉向「永恆的根基」

當大家覺得生命像沙漏一樣越漏越少時，摩西在詩篇 90 篇的開頭，扭轉了觀看時間的眼光。他沒有向上帝哀求「時間

的上帝，請再給我多一點時間」，他開口的第一句話是：「主啊，你世世代代作我們的居所。諸山未曾生出，地與世界你未曾造成，從亙古到永遠，你是上帝！」請注意，這是一句徹底顛覆生命視角的宣告！怎麼說呢？

世界的觀點告訴大眾，人生是一條越走越短的直線（Countdown），走到最後是死亡的終了。但摩西說：人生不是一條越走越荒涼的道路，人生是一個「居所（Home）」。

請問這個「居所」是什麼意思？居所意味著遮蓋、保護、接納與安歇。大家想想看，就像外頭颳著狂風暴雨、寒氣逼人，但只要走進一間地基穩固的老房子裡，關上門窗，坐在溫暖的火爐旁，外面的風雨就再也傷害不到。

各位親愛的長輩、弟兄姊妹們，歲月的衰老與無常，就是外面的風雨；而那位「從亙古到永遠」的上帝，就是我們永遠的居所。

因此，就如詩人在第 12 節所說的「求你指教我們怎樣數算自己的日子，好叫我們得著智慧的心」，這意思絕不是每天提心吊膽地計算還剩下幾年、

幾個月。真正的「數算日子」是看清肉體與歲月的有限，因而不再把終極的安全感寄託在這正在衰殘的肉體上，轉身住進那位永不改變的上帝裡面！

你我生命不是在時間的洪流中慢慢凋零，而是一天比一天更深地，住進上帝永恆的懷抱裡，主阿，你世世代代做我們的居所！

四、破曉的光芒—活在「永恆的現在」(*The Eternal Now*)

現在，讓我們把目光重新轉回那幅表現主義的畫作上。這類畫作最震撼人心、最讓人屏息凝神的地方，往往不是畫面上沉重的暗色調，而是在那層層重彩與粗獷線條之中，畫家常重抹上一道極為純粹、極為明亮的光芒！

那道光不是微弱的人造燭光，而像是從高處劈開黑夜、直直照進廢墟裡的神聖之光。田立克將這道光稱為「永恆的現在」(*The Eternal Now*)。

永恆是什麼？永恆不是冷冰冰的幾千萬年，更不是等停

止呼吸之後才開始的遙遠世界。永恆，就是上帝臨在的當下；而這個永恆，就在此時此刻，縱向切入我們的「今天」！

第 14 節說：「求你使我們早早飽得你的慈愛，好叫我們一生一世歡呼喜樂。」在原文中，「早早」就是「在清晨」、「在每個當下」。當上帝永恆的光芒照進生活時，正是要去解開夾擊我們的兩種時間枷鎖：

- 這道光照亮了「過去」：在十字架上，耶穌已經承擔了一切的破碎與失敗。過去的所有遺憾、懊悔與自責，都已經被上帝無條件的愛所接納與赦免。不要再拿昨天的錯誤來審判今天的自己—在基督裡，每個人都已經被深刻接納。
- 這道光安撫了「未來」：明天身體會如何？孩子的生活會怎樣？每個人都確實無法完全預料。但請記住那位掌管永恆的主，明天祂將依然掌權同在。既然終點有上帝托住，就不需要把明天的憂慮，提領到今天來折磨自己，不是嗎？一天的難處一天當就好。

•同時，這道光也充滿了「當下」：當過去不再控告、當未來不再恐嚇，我們終於可以像孩子一樣，安然活在眼前這個「當下」。

各位兄姊，這個當下是何等的寶貴和美好，你有多久沒有好好活在這的當下，在清晨起床看見窗外灑進來的晨光，喝一口溫熱順口的開水，深深吸一口清新的空氣，在安靜中向主吐露一句簡單的感謝，或是在電話中聽見兒孫一聲親切的問候，以及每個主日來到教會一起參與敬拜上帝—這些看似微小平凡的片刻，因為有永恆上帝的同在，每一個瞬間都具有了無比神聖的份量，那是每個當下的美好，享受每次當下的寶貴。

老年的智慧，不是追求轟轟烈烈的成就，而是學會全心全意地在當下與主同行，享受那份不被奪走的深層平安。

就如保羅在帖撒羅尼迦前書所寫的「要常常喜樂、不住禱告、凡是謝恩」，當我們存著這樣的心來過每天的生活，就是在「上帝居所」中居住的實踐。

五、結論與回應：手所做的工，神親自堅立

詩篇 90 篇的最後一節，摩西獻上了整首詩最動人的祈求：「願主我們上帝的榮美歸於我們身上。願你堅立我們手所做的工；我們手所做的工，願你堅立。」

請大家低頭看一看自己的這雙手。這雙手走過了幾十年的風雨歲月，現在滿佈了深刻的青筋，或是皮膚有些暗黑的老人斑，甚至拿碗筷時會微微顫抖。

是的，我們這雙手不再像年輕時那樣強壯有力，似乎也不再能為這個世界創造什麼驚人的價值。

但在上帝這位至高的大畫家眼中，這一雙雙的手是何等美麗！就像一幅偉大的表現主義傑作，當我們用這雙顫抖的手在暗室中為家庭、為兒孫、為教會默默合手代禱時；

- 當用慈祥溫和的眼神，去接納包容身邊年輕一輩的不成熟時；
- 當在病痛與軟弱中，依然選擇向神獻上一個微弱卻堅定的微笑與感謝時；

- 當我們每主日來到教會一同敬拜上帝，彼此問安交談，一起吃愛餐時；在關懷和被關懷之間，感受在這信仰團體中的寶貴。

各位弟兄姊妹，我們的手所過去所做，直到今日所做的這些工，就正帶著上帝的榮美，深深銘刻在永恆的畫布之中，永遠不會「如飛而去」，因為上帝親自用祂永恆的雙手堅立了這一切。

親愛的兄姊，讓我們放下昨天的重擔，卸下明天的憂慮；今天，就讓大家安安穩穩地住在上帝這座永恆的居所裡，在祂豐盛的慈愛中，歡歡喜喜地迎抱每一個充滿恩典的當下。阿們嗎？讓我們同心來禱告。

禱告

親愛的天父，我們來到祢面前，向祢獻上深深地感恩。祢應許我們要世代代作我們的居所，當我們在歲月的流轉、身體的衰殘與現實的重壓中，求祢讓我們看見那破曉的真光，親自照進我們的生命裡。

主啊，求祢除去我們心中的遺憾與憂慮，教導我們數算自己的日子，學會住在祢永恆的慈愛中，安心享受每一個清晨與當下。

也求祢親自堅立長輩與弟兄姊妹的手，堅立我們手所做的工，我們手裡所做的工求祢堅固。

願祢的榮美顯在我們身上，我們如此禱告，是奉靠主耶穌基督的聖名求，阿們。

全新樂活讀經計劃

2026 年 10 月 26 日至 2026 年 10 月 30 日

日期	經文	默想題目
10/26 (一)	詩篇 第 136 篇	1. 神的慈愛是多方面的，我體會到哪些？ 2. 上帝愛的深度都有一種無限的驚奇。你體會到了嗎？
10/27 (二)	詩篇 第 137-138 篇	1. 近來你是否有遇到傷心難過的事件，你如何處理？ 2. 今天你是否有深刻感受到神的慈愛和信實，而獻上感恩的禱告呢？
10/28 (三)	詩篇 第 139 篇	1. 神知道我的一切，包括我的隱私，你是否會害怕與祂親近呢？ 2. 我有沒有想逃避神的靈？
10/29 (四)	詩篇 第 140-141 篇	1. 你若面對他人的攻擊，對神能否保持信心呢？ 2. 詩人求神保守他的口和心；你是否願意作同樣的禱告呢？
10/30 (五)	詩篇 第 142-143 篇	1. 你以誰為你傾訴的對象？你有否忽略向天父傾心吐意的時刻呢？ 2. 神的意思？人的意思？在禱告時你是如何區分呢？