

## 得力的操练—姚谦牧师

前阵子，到一间教会讲道，他们的年题是“灵修得力、布道得人”，我就跟他们谈谈“得力的操练”。初信主时，我特别喜爱马可福音，因为既简单却是详尽，多年以来，我多思想主耶稣一天的生活，就从第一章谈谈他生活得力的操练吧。

### 忙碌的耶稣（可 1：21—34）

主的一天真忙碌：讲道、赶鬼、家访、医病，多人围绕他要得医治……但他都能完成一天繁重的工作。见他忙而不乱，既有效率，亦收果效，我们就当向他有所学习。这是他出来传道一整天记载的缩影，何等宝贵！

### 晨更的祈祷（可 1：35—36）

天未亮他就起来祷告，主耶稣不累吗？早一天时间表满满的，但次一天别人还未起来时，他已在旷野祷告。我们不必争辩，晨更是否最精神祷告的时间，但也得佩服主祷告的生命吧！得力在祷告，主耶稣展示的清晰标记。

### 众人都找你（可 1：37）

啊！多甜美之言！“群众多么欢迎夫子呀！”主耶稣应当留下来，满足众人的需要吧！群众的喜悦何等美好！难求之至！但他竟说“往别处去！”真笨，竟不领情！他没有因群众压力，及赚得的名声而“中计”。多少时候，我们弄得“忙上忙”，是否就是因为“放不下”群众的喜爱，在群压下低头。原来，能力是从逃出人群的压力下释放出来的。

### 可往别处去（可 1：38）

耶稣不只懂得拒绝诱惑，且他同时作出“另类建议”他指引门徒再上征途。这年头，需要有更多“自我的领导”能看见目标且不迷失！“我是为这事出来的”，多么响亮的目标！但愿我们在事奉中，不至失了天父所给予的使命和方向。主耶稣真棒！天父喜悦的爱子！我们的主！我们的目标榜样。目标是力量源头。

### 加利利全地（可 1：39）

耶稣一生活活动范围似很窄，不像我们今天那么广阔。但他不只停留在迦百农的居所，他也四处传道，在加利利全地，至少穿梭于十多个城市。他赐下大使命予门徒，自己的足迹也遍及加利利全地。今天教会努力作差传，既因着主的吩咐，也因着他美丽的榜样。我们的主，他勤奋作工且心怀全地，异象有力。

欢迎浏览良友圣经学院网站 <http://new.ltshk.net/>，或 <https://lts33.net>，电邮至 [school@liangyou.net](mailto:school@liangyou.net) 联络。