

一、詩歌：《安靜》 曲、詞：Mark Tedder 約書亞樂團

藏我在翅膀蔭下，
遮蓋我在你大能手中。

當大海翻騰，波濤洶湧，
我與你展翅，暴風上空，
父你仍作王，在洪水中，
我要安靜，知你是神。

我靈安息，在基督裡，
你大能使我安然信靠。

二、默想材料「為什麼懷疑呢？」

畫作：Sieger Köder, Petrus schrie: Herr, rette mich

©Sieger Köder-Stiftung Kunst und Bibel, Ellwangen

(www.verlagsgruppe-patmos.de/rights/abdrucke)

經文：太十四 22-33

三、經文：太十四 22-33

²² 耶穌立刻催門徒上船，叫他們先到對岸去，他卻留下來叫群眾散開。²³ 他解散了群眾，就獨自上山去禱告。到了晚上，他還是獨自一人在那裡。²⁴ 那時門徒的船已經離岸數公里，因為逆風，被波浪沖擊。²⁵ 天快亮的時候，耶穌在海面上向他們走過去。²⁶ 門徒見他在海面上行走，就很驚慌，說：「有鬼啊！」並且恐懼得大叫起來。²⁷ 耶穌立刻對他們說：「放心吧！是我，不要怕。」²⁸ 彼得對他說：「主啊，如果是你，讓我在水面上到你那裡去。」²⁹ 他說：「來吧！」彼得就從船上下來，行在水面上，走向耶穌那裡去。³⁰ 但他一見風浪就害怕，快要沉下去的時候，就呼叫：「主啊！救我！」³¹ 耶穌馬上伸手拉住他，對他說：「小信的人哪，為甚麼疑惑？」³² 他們上了船，風就平靜了。³³ 船上的人都拜他，說：「你真是 神的兒子。」

四、默想和禱告：

1. 請思想最近讓你心裡煩擾、擔憂、甚至波濤洶湧的事情，是你的健康、家庭、前路、或是社會所發生的事嗎？是你未曾經歷過的事嗎？你是怎樣回應的呢？
2. 你的心情是否彷彿身處翻騰大海中的小船一樣，無處安放？主耶穌願意細聽你各種感受，祂願意與你同在，進入你的情緒之中。試着在禱告中向神傾訴。
3. 神的手！請觀看神的手，那是神溫柔且滿有能力的手。請默想主耶穌的大能，你想到祂哪些大能的作為？在聖經中、在你或其他人身上的、在這片土地上的……將你掛心的事情交託大能的主。

五、分享和互相代求

六、詩歌：《平安》 曲、詞：馬啟邦 編曲：潘盈慧 2018 One Circle Limited

就算世界刮著狂風暴雨，我心仍是穩妥安舒，
無論前路灰暗，憂傷困倦，你讓我站穩，磐石之處。

就算捆鎖劫難縈繞著我，我心藏著不死盼望，
耶穌是我牧者，永在我旁，你杖你竿都安慰我。

主，你賜下平安，不像世人所賜，
我的心，不必再憂愁，也不用膽怯。

主，你賜下這平安，是用重價換來的恩典，
受鞭傷使我得醫治，受刑罰讓我得到赦免。

信靠，不在乎外在的環境，只在乎大能的上帝！