

一.明白優先次序，什麼是最重要？

每日有許多事情要處理，我們必須思想什麼事情才是最重要，什麼事情是較次要，在忙碌中仍能每日靈修的秘訣是：認定每日親近神是最重要及最必要的事情。

馬可福音第二章記載主耶穌在安息日面對很忙碌的事奉，早上在會堂講道；其間有人被邪靈所附，他趕逐污鬼，使人得釋放；接著有人告訴耶穌，彼得的岳母患熱病，近中午時份耶穌前往彼得家中探訪，並醫治他的岳母；安息日過後，太陽下山(約傍晚六時)合城的人，有些人被邪靈所轄制，有些患病的人，都來尋求幫助.....，主耶穌面對這麼多的需要，要花許多時間和心力幫助他們，雖然很忙碌，身體很疲乏，但經文記載：「次日早晨，天未亮的時候，耶穌起來，到曠野地方去，在那裏禱告」(可 1:35)，祈禱後，耶穌又再次忙碌的服事，祂走遍加利利會堂傳道、趕鬼。主耶穌面忙碌的生活、事奉，他仍然持守每日禱告靈修，他的秘訣是：認定親近神是最重要最必要的事！

二.改變靈修心態，什麼是最寶貴？

信徒要持續每日靈修，每月靈修、每年靈修、一生靈修，最重要的秘訣是明白靈修親近神一種享受，不是壓力；是福氣，不是責任；相反，不能每日靈修，反為是一種損失，一種遺憾。

路加福音記載兩姊妹，他們都是愛主的信徒，馬大接待耶穌，但她很忙碌的預備食物款待主，而沒有享受主同在的喜悅，甚至埋怨主沒有吩咐妹妹馬利亞來幫助她。馬大雖有接待主，有主耶穌在她家中，然她卻沒有享受親近主的甘甜；相反馬利亞選擇「在耶穌腳前坐著聽他的道」(路 10:39b)，馬利亞很享受與耶穌很近，在耶穌的腳前，可以聽祂的教導，耶穌說「馬利亞已經選擇那上好的福份，是不能奪去的」(路 10:42)

親愛的弟兄姊妹，改變你對每日靈修的心態：靈修讓我得安息、得福份；靈修是甜美的，是享受的，有著這種心態，慢慢地你就能進入這種甘甜的靈修生活。

三.重整價值觀念，什麼是永恆的？

信徒要有恆常的靈修生活，才能勝過物質世界的吸引，就如世上財富和享樂的誘惑。他要重整他的價值觀念，什麼是永恆的？使徒約翰提醒信徒：「不要愛世界、和世界上的事。人若愛世界、愛父的心就不在他裏面了。因為凡世界上的事、就像肉體

的情慾、眼目的情慾、並今生的驕傲、都不是從父來的、乃是從世界來的。這世界、和其上的情慾、都要過去，惟獨遵行 神旨意的、是永遠常存。」

(約壹 2:15-17)

