

2016年12月

**守 望 台**  
宣 扬 耶 和 华 的 王 国

Yuet<sup>6</sup> yat<sup>6</sup>  
2 月 13-19 日

Ba<sup>2</sup> nei<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
把 你 的 忧 虑 卸 给 耶 和 华

Yip<sup>6</sup>  
3 页

Yuet<sup>6</sup> yat<sup>6</sup>  
2 月 20-26 日

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> bit<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
耶 和 华 必 奖 赏  
han<sup>2</sup>-chit<sup>3</sup> cham<sup>4</sup>-kau<sup>4</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup>  
恳 切 寻 求 他 的 人

Yip<sup>6</sup>  
18 页

Yuet<sup>6</sup>-yue<sup>5</sup> Ping<sup>3</sup>-yam<sup>1</sup> Baan<sup>2</sup>  
粤 语 拼 音 版

Ha<sup>6</sup>-chaak<sup>3</sup>  
下 册

Yin<sup>4</sup>-gau<sup>3</sup>-baan<sup>1</sup> foh<sup>3</sup>-man<sup>4</sup>  
研究班 课文

Ba<sup>2</sup> nei<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
■ 把你的忧虑卸给耶和华

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> bit<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> han<sup>2</sup>-chit<sup>3</sup> cham<sup>4</sup>-kau<sup>4</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup>  
■ 耶和华必奖赏恳切寻求他的人

Joi<sup>6</sup> je<sup>2</sup> leung<sup>5</sup> pin<sup>1</sup> foh<sup>3</sup>-man<sup>4</sup> lui<sup>5</sup> dai<sup>6</sup> yat<sup>1</sup> pin<sup>1</sup> wooi<sup>5</sup> taam<sup>3</sup>-to<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yiu<sup>3</sup>  
在这两篇课文里, 第一篇会探讨我们要  
jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> ba<sup>2</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> Dai<sup>6</sup> yi<sup>6</sup> pin<sup>1</sup> wooi<sup>5</sup> suet<sup>3</sup>-ming<sup>4</sup>  
怎样把忧虑卸给上帝。第二篇会说明,  
cham<sup>4</sup>-kau<sup>4</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> bit<sup>1</sup> dak<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> seung<sup>1</sup>-sun<sup>3</sup> je<sup>2</sup>  
寻求上帝的人必得奖赏。我们相信这  
gin<sup>6</sup> si<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> ga<sup>1</sup>-keung<sup>4</sup> dui<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> yi<sup>4</sup> je<sup>2</sup>-goh<sup>3</sup>  
件事, 可以怎样加强对上帝的信心, 而这个  
hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> si<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> wok<sup>6</sup>-yik<sup>1</sup>  
希望可以怎样使我们获益。

本出版物是非卖品,  
发行本出版物是全球  
圣经教育工作的一部分,  
这项工作靠自愿捐款  
提供经费。

想自愿捐款,  
请上[www.jw.org](http://www.jw.org)。

除非另外注明,  
所有经文引自  
《圣经新世界译本》。

*The Watchtower* (ISSN 0043-1087) is published monthly with an additional issue published in January, March, May, July, September, and November by Watchtower Bible and Tract Society of New York, Inc.; L. Weaver, Jr., President; G. F. Simonis, Secretary-Treasurer; 1000 Red Mills Road, Wallkill, NY 12589-3299, and by Watch Tower Bible and Tract Society of Canada, PO Box 4100, Georgetown, ON L7G 4Y4. Periodicals Postage Paid at Brooklyn, NY, and at additional mailing offices. POSTMASTER: Send address changes to Watchtower, 1000 Red Mills Road, Wallkill, NY 12589-3299. © 2016 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania. Printed in Japan.

# Ba<sup>2</sup> nei<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> 把 你 的 忧 虑 卸 给 耶 和 华

Nei<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yiu<sup>3</sup> ba<sup>2</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> gwaan<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup>  
你 们 要 把 一 切 忧 虑 卸 给 耶 和 华 ， 因 为 他 关 心

nei<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> Bei<sup>2</sup>-dak<sup>1</sup>-chin<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>  
你 们 。—— 彼 得 前 书 5:7

---

Cheung<sup>3</sup>-si<sup>1</sup> sau<sup>2</sup>  
唱 诗 60, 23 首

Nei<sup>5</sup> wooi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> wooi<sup>4</sup>-daap<sup>3</sup>  
你 会 怎 样 回 答 ？

Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup>-yue<sup>5</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup>  
上 帝 的 话 语 可 以 怎 样 减 轻 忧 虑 ？

Nei<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> choi<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> soh<sup>2</sup> chi<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> ping<sup>4</sup>-on<sup>1</sup>  
你 怎 样 才 会 得 到 上 帝 所 赐 的 平 安 ？

Wooi<sup>6</sup>-jung<sup>3</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> nei<sup>5</sup> ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup>  
会 众 可 以 怎 样 帮 助 你 应 付 忧 虑 ？

---

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> sang<sup>1</sup>-woot<sup>6</sup>. joi<sup>6</sup> aat<sup>3</sup>-lik<sup>6</sup> chung<sup>4</sup>-chung<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>4</sup>-doi<sup>6</sup>  
我 们 生 活 在 压 力 重 重 的 时 代 。

Moh<sup>1</sup>-gwai<sup>2</sup> Saat<sup>3</sup>-daan<sup>6</sup> fan<sup>5</sup>-no<sup>6</sup>-yeuk<sup>6</sup>-kwong<sup>4</sup> ho<sup>2</sup>-jeung<sup>6</sup> paau<sup>4</sup>-haau<sup>1</sup> dik<sup>1</sup>  
魔 鬼 撒 但 愤 怒 若 狂 ， “ 好 像 咆 哮 的

si<sup>1</sup>-ji<sup>2</sup> jau<sup>2</sup>-loi<sup>4</sup>-jau<sup>2</sup>-hui<sup>3</sup> chit<sup>3</sup>-faat<sup>3</sup> tan<sup>1</sup>-sai<sup>6</sup> yan<sup>4</sup> Bei<sup>2</sup>-dak<sup>1</sup>-chin<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>  
狮 子 ， 走 来 走 去 ， 设 法 吞 噬 人 ”。( 彼 得 前 书 5:8:

Gaap<sup>3</sup> Wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> naan<sup>4</sup>-min<sup>5</sup> wooi<sup>5</sup> gam<sup>2</sup>-do<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Gin<sup>3</sup>  
1,2. ( 甲 ) 为 什 么 我 们 难 免 会 感 到 忧 虑 ？( 见

biu<sup>1</sup>-jun<sup>2</sup>-boon<sup>2</sup> foh<sup>3</sup>-man<sup>4</sup> hoi<sup>1</sup>-tau<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> to<sup>4</sup>-pin<sup>2</sup> Yuet<sup>6</sup> Je<sup>2</sup> pin<sup>1</sup> foh<sup>3</sup>-man<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> taam<sup>3</sup>-to<sup>2</sup>  
标 准 本 课 文 开 头 的 图 片 )( 乙 ) 这 篇 课 文 会 探 讨

sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup>  
什 么 ？

Kai<sup>2</sup>-si<sup>6</sup>-luk<sup>6</sup> Jik<sup>1</sup>-si<sup>2</sup> si<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> buk<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> ya<sup>5</sup> naan<sup>4</sup>-min<sup>5</sup>  
 启示录 12:17) 即使 是 上帝 的 仆人 , 也 难免  
 wooi<sup>5</sup> gam<sup>2</sup>-do<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Joi<sup>6</sup> yi<sup>5</sup>-wong<sup>5</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> jung<sup>1</sup>-buk<sup>6</sup> ya<sup>5</sup>  
 会 感到 忧虑 。 在 以往 , 上帝 的 忠仆 也  
 yau<sup>5</sup> lui<sup>6</sup>-chi<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> gam<sup>2</sup>-gok<sup>3</sup> Lai<sup>6</sup>-yue<sup>4</sup> Daai<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> chang<sup>4</sup>-ging<sup>1</sup> yiu<sup>3</sup> yan<sup>2</sup>-sau<sup>6</sup>  
 有 类似 的 感觉 。 例如 , 大卫 曾经 要 “ 忍受  
 tung<sup>3</sup>-foo<sup>2</sup> Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup> Yin<sup>6</sup>-doi<sup>6</sup> Jung<sup>1</sup>-man<sup>4</sup> Yik<sup>6</sup>-boon<sup>2</sup> Si<sup>3</sup>-to<sup>4</sup> Bo<sup>2</sup>-loh<sup>4</sup> ya<sup>5</sup>  
 痛苦 ”。( 诗篇 13:2,《 现代 中文 译本 》)使徒 保罗 也  
 chang<sup>4</sup>-ging<sup>1</sup> wai<sup>6</sup> gok<sup>3</sup>-dei<sup>6</sup> wooi<sup>6</sup>-jung<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Goh<sup>1</sup>-lam<sup>4</sup>-doh<sup>1</sup>-hau<sup>6</sup>-sue<sup>1</sup>  
 曾经 “ 为 各地 会众 忧虑 ”。( 哥林多后书 11:28)  
 Na<sup>5</sup>-moh<sup>1</sup> yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> chung<sup>1</sup>-moon<sup>5</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> naan<sup>4</sup>-yi<sup>5</sup>  
 那么 , 如果 我们 的 内心 充满 忧虑 , 难以  
 sing<sup>4</sup>-sau<sup>6</sup> goi<sup>1</sup> jam<sup>2</sup>-moh<sup>1</sup> baan<sup>6</sup> ne<sup>1</sup>  
 承受 , 该 怎么 办 呢?

Chi<sup>4</sup>-oi<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> tin<sup>1</sup>-foo<sup>6</sup> joi<sup>6</sup> yi<sup>5</sup>-wong<sup>5</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> gwoh<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> jung<sup>1</sup>-buk<sup>6</sup>  
 2 慈爱的 天父 在 以往 帮助 过 他的 忠仆 ,  
 joi<sup>6</sup> gam<sup>1</sup>-tin<sup>1</sup> ya<sup>5</sup> nang<sup>4</sup> sue<sup>1</sup>-woon<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> suet<sup>3</sup>  
 在 今天 也 能 舒缓 我们 的 忧虑 。 圣经 说 :  
 Nei<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yiu<sup>3</sup> ba<sup>2</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> ta<sup>1</sup>  
 “ 你们 要 把 一切 忧虑 卸给 上帝 , 因为 他  
 gwaan<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> nei<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> Bei<sup>2</sup>-dak<sup>1</sup>-chin<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup> Yiu<sup>3</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> jeung<sup>1</sup>  
 关心 你们 。”( 彼得前书 5:7) 要 怎样 将  
 yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> ne<sup>1</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> taam<sup>3</sup>-to<sup>2</sup> sei<sup>3</sup> goh<sup>3</sup>  
 忧虑 卸给 上帝 呢? 我们 会 探讨 四个  
 gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> fong<sup>1</sup>-faat<sup>3</sup> ya<sup>5</sup> jau<sup>6</sup>-si<sup>6</sup> chung<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup>  
 减轻 忧虑 的 方法 , 也 就是 衷心 祷告 ,  
 yuet<sup>6</sup>-duk<sup>6</sup> woh<sup>4</sup> cham<sup>4</sup>-si<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup>-yue<sup>5</sup> yeung<sup>5</sup>-laai<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
 阅读 和 沉思 上帝 的 话语 , 仰赖 耶和華  
 dik<sup>1</sup> sing<sup>3</sup>-ling<sup>4</sup> yi<sup>5</sup>-kap<sup>6</sup> jeung<sup>1</sup> sam<sup>1</sup>-si<sup>6</sup> go<sup>3</sup>-so<sup>3</sup> sun<sup>3</sup>-yam<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup>  
 的 圣灵 , 以及 将 心事 告诉 信任 的 人 。  
 Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> taam<sup>3</sup>-to<sup>2</sup> je<sup>2</sup> sei<sup>3</sup> goh<sup>3</sup> fong<sup>1</sup>-faat<sup>3</sup> bing<sup>6</sup> seung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
 我们 会 探讨 这 四个 方法 , 并 想想  
 jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> ying<sup>3</sup>-yung<sup>6</sup> chut<sup>1</sup>-loi<sup>4</sup>  
 怎样 应用 出来 。

Ba<sup>2</sup> chung<sup>5</sup>-daam<sup>3</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
“把 重担 卸给 耶和华”

Dai<sup>6</sup> yat<sup>1</sup> goh<sup>3</sup> gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> fong<sup>1</sup>-faat<sup>3</sup> jau<sup>6</sup>-si<sup>6</sup> je<sup>3</sup>-jeuk<sup>6</sup>  
3 第 一 个 减轻 忧虑 的 方法 就是 借着  
chung<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup> chan<sup>1</sup>-gan<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> Mooi<sup>5</sup>-dong<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yue<sup>6</sup>-do<sup>3</sup>  
衷心 祷告, 亲近 耶和华。 每当 我们 遇到  
naan<sup>4</sup>-tai<sup>4</sup> gam<sup>2</sup>-do<sup>3</sup> daam<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> wong<sup>4</sup>-hung<sup>2</sup> woh<sup>4</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> si<sup>4</sup> yiu<sup>3</sup> joi<sup>6</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup>  
难题, 感到 担心、 惶恐 和 忧虑 时, 要在 祷告  
jung<sup>1</sup> heung<sup>3</sup> chan<sup>1</sup>-oi<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> tin<sup>1</sup>-foo<sup>6</sup> king<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup>-to<sup>3</sup>-yi<sup>3</sup> Daai<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> heung<sup>3</sup>  
中 向 亲爱 的 天父 倾心吐意。 大卫 向  
Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> kei<sup>4</sup>-kau<sup>4</sup> suet<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> a<sup>3</sup> kau<sup>4</sup> nei<sup>5</sup> jak<sup>1</sup>-yi<sup>5</sup> ting<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup> dik<sup>1</sup>  
耶和华 祈求 说: “上帝 啊, 求你 侧耳 听我的  
to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup> Ta<sup>1</sup> ya<sup>5</sup> suet<sup>3</sup> Nei<sup>5</sup> yiu<sup>3</sup> ba<sup>2</sup> chung<sup>5</sup>-daam<sup>3</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> ta<sup>1</sup>  
祷告。” 他也 说: “你要 把 重担 卸给 耶和华, 他  
bit<sup>1</sup> foo<sup>4</sup>-chi<sup>4</sup> nei<sup>5</sup> Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup> Yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yi<sup>5</sup>-ging<sup>1</sup> jun<sup>6</sup>-lik<sup>6</sup>  
必 扶持 你。”(诗篇 55:1,22) 如果 我们 已经 尽力  
gaai<sup>2</sup>-kuet<sup>3</sup> man<sup>6</sup>-tai<sup>4</sup> chung<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup> yat<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup> sing<sup>3</sup>-gwoh<sup>3</sup> yat<sup>1</sup>-jik<sup>6</sup>  
解决 问题, 衷心 祷告 一定 胜过 一直  
faan<sup>4</sup>-no<sup>5</sup> ha<sup>6</sup>-hui<sup>3</sup> Na<sup>5</sup>-moh<sup>1</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup> wooi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> ling<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> sam<sup>1</sup>  
烦恼 下去。 那么, 祷告 会 怎样 令 我们 心  
jung<sup>1</sup> ping<sup>4</sup>-jing<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> joi<sup>3</sup> doh<sup>1</sup>-yau<sup>1</sup>-doh<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> tung<sup>3</sup>-foo<sup>2</sup> bat<sup>1</sup>-ham<sup>1</sup>  
中 平静, 不 再 多忧多虑、 痛苦 不堪  
ne<sup>1</sup> Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup>  
呢?(诗篇 94:18,19)

Ching<sup>2</sup> duk<sup>6</sup> Fei<sup>4</sup>-laap<sup>6</sup>-bei<sup>2</sup>-sue<sup>1</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> taai<sup>3</sup>-do<sup>6</sup> sing<sup>4</sup>-han<sup>2</sup>  
4 请 读 腓立比书 4:6,7。 我们 态度 诚恳、  
faat<sup>3</sup>-ji<sup>6</sup> noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> bing<sup>6</sup> chi<sup>4</sup>-ji<sup>1</sup>-yi<sup>5</sup>-hang<sup>4</sup> dei<sup>6</sup> heung<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup>  
发自 内心 并 持之以恒 地 向 耶和华 祷告,  
ta<sup>1</sup> yat<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> wooi<sup>4</sup>-ying<sup>3</sup> Ta<sup>1</sup> jam<sup>2</sup>-moh<sup>1</sup> wooi<sup>4</sup>-ying<sup>3</sup> ne<sup>1</sup> Jau<sup>6</sup>-si<sup>6</sup> ling<sup>6</sup>  
他 一定 会 回应。 他 怎么 回应 呢? 就是 令

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yiu<sup>3</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup> ba<sup>2</sup> chung<sup>5</sup>-daam<sup>3</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
3. 我们 要 怎样 祷告, “把 重担 卸给 耶和华”?

Wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>4</sup>-hau<sup>6</sup> jau<sup>6</sup> bit<sup>1</sup>-sui<sup>1</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup>  
4. 为什么 我们 忧虑 的 时候 就 必须 祷告?

ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> ping<sup>4</sup>-jing<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> joi<sup>3</sup> sau<sup>6</sup> foo<sup>6</sup>-min<sup>6</sup> ching<sup>4</sup>-sui<sup>5</sup>  
 我们 内心 平静 , 不再 受 负面 情绪  
 ying<sup>2</sup>-heung<sup>2</sup> Hui<sup>2</sup>-doh<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> chan<sup>1</sup>-san<sup>1</sup> ging<sup>1</sup>-lik<sup>6</sup> biu<sup>2</sup>-ming<sup>4</sup> dong<sup>1</sup>  
 影响 。 许多 人 的 亲身 经历 表明 , 当  
 sam<sup>1</sup> jung<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> pooi<sup>5</sup> gam<sup>2</sup> aat<sup>3</sup>-lik<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>4</sup>-hau<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup>  
 心 中 忧虑 、 倍 感 压力 的 时候 , 上帝  
 wooi<sup>5</sup> chi<sup>3</sup>-ha<sup>6</sup> chiu<sup>1</sup>-yuet<sup>6</sup> yan<sup>4</sup> nang<sup>4</sup> lei<sup>5</sup>-gaai<sup>2</sup> dik<sup>1</sup> ping<sup>4</sup>-on<sup>1</sup> je<sup>2</sup>  
 会 赐下 超越 人 能 理解 的 平安 , 这  
 jung<sup>2</sup> ping<sup>4</sup>-on<sup>1</sup> wooi<sup>5</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> do<sup>6</sup>-gwoh<sup>3</sup> soh<sup>2</sup>-yau<sup>5</sup> naan<sup>4</sup>-gwaan<sup>1</sup>  
 种 平安 会 帮助 我们 渡过 所有 难关 。  
 Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> yuen<sup>4</sup>-chuen<sup>4</sup> sun<sup>3</sup>-laai<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup> ta<sup>1</sup>  
 我们 可以 完全 信赖 耶和華 的 保证 , 他  
 yit<sup>6</sup>-chit<sup>3</sup> dei<sup>6</sup> suet<sup>3</sup> Nei<sup>5</sup> bat<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup> sei<sup>3</sup>-goo<sup>3</sup> jeung<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup> si<sup>6</sup>  
 热切 地 说 : “ 你 不要 四顾 张望 , 因为 我是  
 nei<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup> yiu<sup>3</sup> si<sup>2</sup> nei<sup>5</sup> gin<sup>1</sup>-keung<sup>4</sup> Ngoh<sup>5</sup> bit<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup>  
 你 的 上帝 , 我 要 使 你 坚强 。 我 必定 帮助  
 nei<sup>5</sup> Yi<sup>5</sup>-choi<sup>3</sup>-a<sup>3</sup>-sue<sup>1</sup>  
 你 。” ( 以赛亚书 41:10)

## Yuet<sup>6</sup>-duk<sup>6</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> on<sup>1</sup>-ning<sup>4</sup> 阅读 圣经 , 内心 安宁

Dai<sup>6</sup> yi<sup>6</sup> goh<sup>3</sup> fong<sup>1</sup>-faat<sup>3</sup> jau<sup>6</sup>-si<sup>6</sup> je<sup>3</sup>-jeuk<sup>6</sup> yuet<sup>6</sup>-duk<sup>6</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> cham<sup>4</sup>-si<sup>1</sup>  
 5 第 二 个 方 法 就 是 借 着 阅 读 圣 经 、 沉 思  
 noi<sup>6</sup>-yung<sup>4</sup> yi<sup>4</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> on<sup>1</sup>-ning<sup>4</sup> Wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> je<sup>2</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup>  
 内 容 , 而 得 到 内 心 安 宁 。 为 什 么 这 非 常  
 jung<sup>6</sup>-yiu<sup>3</sup> ne<sup>1</sup> Yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> baau<sup>1</sup>-ham<sup>4</sup> liu<sup>5</sup> sat<sup>6</sup>-yung<sup>6</sup> dik<sup>1</sup>  
 重 要 呢 ? 因 为 圣 经 包 含 了 实 用 的  
 ji<sup>2</sup>-yan<sup>5</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> bei<sup>6</sup>-min<sup>5</sup> gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup> woh<sup>4</sup> ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup>  
 指 引 , 可 以 帮 助 我 们 避 免 、 减 轻 和 应 付  
 yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> bat<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup> mong<sup>4</sup>-gei<sup>3</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> ham<sup>4</sup>-yau<sup>5</sup> Jo<sup>6</sup>-mat<sup>6</sup>-jue<sup>2</sup>  
 忧 虑 。 我 们 不 要 忘 记 圣 经 含 有 造 物 主

Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> ling<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> gam<sup>2</sup>-do<sup>3</sup> noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> on<sup>1</sup>-ning<sup>4</sup>  
 5. 圣 经 怎 样 令 我 们 感 到 内 心 安 宁 ?

dik<sup>1</sup> ji<sup>3</sup>-wai<sup>3</sup> dui<sup>3</sup> yan<sup>4</sup> yau<sup>5</sup> mok<sup>6</sup>-daai<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ling<sup>6</sup> yan<sup>4</sup> jan<sup>3</sup>-jok<sup>3</sup> Nei<sup>5</sup>  
的 智慧，对 人 有 莫大 帮助，令 人 振作。你  
yat<sup>6</sup>-ye<sup>6</sup> sam<sup>1</sup>-si<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup>-yue<sup>5</sup> teng<sup>1</sup>-chung<sup>4</sup> kei<sup>4</sup>-jung<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> ji<sup>2</sup>-yan<sup>5</sup>  
日 夜 深 思 上 帝 的 话 语，听 从 其 中 的 指 引  
bing<sup>6</sup> ying<sup>3</sup>-yung<sup>6</sup> chut<sup>1</sup>-loi<sup>4</sup> jau<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> lik<sup>6</sup>-leung<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
并 应 用 出 来，就 会 得 到 力 量。耶 和 华  
biu<sup>2</sup>-ming<sup>4</sup> yung<sup>5</sup>-gam<sup>2</sup> gin<sup>1</sup>-keung<sup>4</sup> bat<sup>1</sup> hung<sup>2</sup>-gui<sup>6</sup> ging<sup>1</sup>-fong<sup>1</sup> woh<sup>4</sup>  
表 明，勇 敢 坚 强、不 恐 惧 惊 慌，和  
yuet<sup>6</sup>-duk<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup>-yue<sup>5</sup> si<sup>6</sup> mat<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> hoh<sup>2</sup> fan<sup>1</sup>  
阅 读 他 的 话 语 是 密 不 可 分  
dik<sup>1</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sue<sup>1</sup>-a<sup>3</sup>-gei<sup>3</sup>  
的。( 约 书 亚 记 1:7-9)

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> waan<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> joi<sup>6</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> lui<sup>5</sup> duk<sup>6</sup> do<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup>  
6 我 们 还 可 以 在 圣 经 里，读 到 耶 稣  
foo<sup>2</sup>-wai<sup>3</sup> yan<sup>4</sup>-sam<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup> Ta<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup> woh<sup>4</sup> gaau<sup>3</sup>-do<sup>6</sup> nang<sup>4</sup>  
抚 慰 人 心 的 话。他 说 的 话 和 教 导 能  
yeung<sup>6</sup> yan<sup>4</sup> on<sup>1</sup>-sue<sup>1</sup> Kwan<sup>4</sup>-jung<sup>3</sup> do<sup>1</sup> seung<sup>2</sup> chan<sup>1</sup>-gan<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> ta<sup>1</sup>  
让 人 安 舒。群 众 都 想 亲 近 耶 稣，因 为 他  
si<sup>2</sup> yan<sup>4</sup> sau<sup>6</sup> do<sup>3</sup> on<sup>1</sup>-wai<sup>3</sup> ling<sup>6</sup> yan<sup>4</sup> noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> ping<sup>4</sup>-jing<sup>6</sup>  
使 人 受 到 安 慰，令 人 内 心 平 静、  
yung<sup>5</sup>-gam<sup>2</sup> gin<sup>1</sup>-keung<sup>4</sup> Ching<sup>2</sup> duk<sup>6</sup> Ma<sup>5</sup>-taai<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> Ta<sup>1</sup>  
勇 敢 坚 强。( 请 读 马 太 福 音 11:28-30) 他  
gwaan<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> bit<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> joi<sup>6</sup> suk<sup>6</sup>-ling<sup>4</sup> gam<sup>2</sup>-ching<sup>4</sup> woh<sup>4</sup> san<sup>1</sup>-tai<sup>2</sup> seung<sup>6</sup>  
关 心 别 人 在 属 灵、感 情 和 身 体 上  
dik<sup>1</sup> sui<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup> Ma<sup>5</sup>-hoh<sup>2</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup> wooi<sup>5</sup> yeung<sup>6</sup> yan<sup>4</sup>  
的 需 要。( 马 可 福 音 6:30-32) 耶 稣 保 证 会 让 人  
dak<sup>1</sup>-heung<sup>2</sup> on<sup>1</sup>-sue<sup>1</sup> Ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup> bat<sup>1</sup>-daan<sup>1</sup> si<sup>6</sup> dui<sup>3</sup> si<sup>3</sup>-to<sup>4</sup> suet<sup>3</sup>  
得 享 安 舒。他 的 保 证 不 单 是 对 使 徒 说  
dik<sup>1</sup> ya<sup>5</sup> si<sup>6</sup> dui<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> suet<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> yi<sup>4</sup>-che<sup>2</sup> joi<sup>6</sup> gam<sup>1</sup>-tin<sup>1</sup> bing<sup>6</sup> moot<sup>6</sup>-yau<sup>5</sup>  
的，也 是 对 我 们 说 的，而 且 在 今 天 并 没 有  
sat<sup>1</sup>-haau<sup>6</sup> Ta<sup>1</sup> yi<sup>5</sup> joi<sup>6</sup> tin<sup>1</sup>-seung<sup>6</sup> jok<sup>3</sup>-wong<sup>4</sup> bat<sup>1</sup>-yung<sup>6</sup> chan<sup>1</sup>-ji<sup>6</sup> joi<sup>6</sup>  
失 效。他 已 在 天 上 作 王，不 用 亲 自 在

Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
6. 耶 稣 说 的 话 可 以 怎 样 帮 助 我 们 ？

ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> san<sup>1</sup>-bin<sup>1</sup> choi<sup>4</sup>-nang<sup>4</sup> gwaan<sup>1</sup>-waai<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup>  
 我们 身边 才能 关怀 我们 。 耶稣 非常  
 tai<sup>2</sup>-sut<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> moo<sup>5</sup>-dong<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> bat<sup>1</sup>-on<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> do<sup>1</sup>  
 体恤 我们 ， 每当 我们 忧虑 不安 ， 他都  
 wooi<sup>5</sup> yan<sup>4</sup>-chi<sup>4</sup> dei<sup>6</sup> foo<sup>4</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> jok<sup>3</sup>-wai<sup>4</sup> hap<sup>6</sup>-si<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup>  
 会 仁慈 地 “ 扶助 ” 我们 ， “ 作为 合时 的 帮助 ”。  
 Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> soh<sup>2</sup> suet<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup> bit<sup>1</sup> nang<sup>4</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup>  
 耶稣 所 说 的 话 必 能 帮助 我们 应付  
 yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> si<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> chung<sup>1</sup>-moon<sup>5</sup> hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> woh<sup>4</sup>  
 忧虑 ， 使 我们 内心 充满 希望 和  
 yung<sup>5</sup>-hei<sup>3</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>  
 勇气 。（ 希伯来书 2:17,18; 4:16）

## Pooi<sup>4</sup>-yeung<sup>5</sup> sing<sup>3</sup>-ling<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> gwoh<sup>2</sup>-sat<sup>6</sup> 培养 圣灵 的 果实

Dai<sup>6</sup> saam<sup>1</sup> goh<sup>3</sup> fong<sup>1</sup>-faat<sup>3</sup> si<sup>6</sup> pooi<sup>4</sup>-yeung<sup>5</sup> sing<sup>3</sup>-ling<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> gwoh<sup>2</sup>-sat<sup>6</sup>  
 7 第 三 个 方 法 是 培 养 圣 灵 的 果 实 ，  
 sing<sup>3</sup>-ling<sup>4</sup> si<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> keung<sup>4</sup>-daai<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> lik<sup>6</sup>-leung<sup>6</sup> nang<sup>4</sup> sue<sup>1</sup>-woon<sup>4</sup>  
 圣 灵 是 上 帝 强 大 的 力 量 ， 能 舒 缓  
 ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup> tin<sup>1</sup>-foo<sup>6</sup> yat<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup>  
 我 们 的 忧 虑 。 耶 稣 保 证 ， 天 父 一 定 会  
 jeung<sup>1</sup> sing<sup>3</sup>-ling<sup>4</sup> chi<sup>3</sup> kap<sup>1</sup> han<sup>2</sup>-kau<sup>4</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> Lo<sup>6</sup>-ga<sup>1</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup>  
 将 圣 灵 赐 给 恳 求 他 的 人 。（ 路 加 福 音 11:10-13）  
 Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> pooi<sup>4</sup>-yeung<sup>5</sup> sing<sup>3</sup>-ling<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> gwoh<sup>2</sup>-sat<sup>6</sup> jau<sup>6</sup> nang<sup>4</sup> faan<sup>2</sup>-ying<sup>2</sup>  
 我 们 培 养 圣 灵 的 果 实 ， 就 能 反 映  
 chut<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> mei<sup>5</sup>-ho<sup>2</sup> ban<sup>2</sup>-gaak<sup>3</sup> waan<sup>4</sup> nang<sup>4</sup> goi<sup>2</sup>-sin<sup>6</sup>  
 出 上 帝 的 美 好 品 格 ， 还 能 改 善  
 yan<sup>4</sup>-jai<sup>3</sup>-gwaan<sup>1</sup>-hai<sup>6</sup> gaam<sup>2</sup>-siu<sup>2</sup> jo<sup>6</sup>-sing<sup>4</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> ching<sup>4</sup>-fong<sup>3</sup> Ching<sup>2</sup>  
 人 际 关 系 ， 减 少 造 成 忧 虑 的 情 况 。（ 请  
 duk<sup>6</sup> Ga<sup>1</sup>-laai<sup>1</sup>-taai<sup>3</sup>-sue<sup>1</sup> Goh<sup>1</sup>-loh<sup>4</sup>-sai<sup>1</sup>-sue<sup>1</sup> Yin<sup>6</sup>-joi<sup>6</sup> yeung<sup>6</sup>  
 读 加 拉 太 书 5:22,23; 歌 罗 西 书 3:10) 现 在 让

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> heung<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> han<sup>2</sup>-kau<sup>4</sup> sing<sup>3</sup>-ling<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup>  
 7. 我 们 向 上 帝 恳 求 圣 灵 ， 会 得 到 什 么  
 yik<sup>1</sup>-chue<sup>3</sup>  
 益 处 ？



ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hon<sup>3</sup>-hon<sup>3</sup> pooi<sup>4</sup>-yeung<sup>5</sup> sing<sup>3</sup>-ling<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> gwoh<sup>2</sup>-sat<sup>6</sup> woi<sup>5</sup>  
我们 看看 , 培养 圣灵 的 果实 会

jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
怎样 帮助 我们 。

*Oi<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> hei<sup>2</sup>-lok<sup>6</sup> woh<sup>4</sup>-ping<sup>4</sup>* Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> no<sup>5</sup>-lik<sup>6</sup> yue<sup>5</sup> yan<sup>4</sup>  
8 “ 爱心 、 喜乐 、 和平 ” 我们 努力 与 人

woh<sup>4</sup>-ping<sup>4</sup>-gung<sup>6</sup>-chue<sup>5</sup> nang<sup>4</sup> yau<sup>5</sup>-haau<sup>6</sup> dei<sup>6</sup> sue<sup>1</sup>-woon<sup>4</sup> foo<sup>6</sup>-min<sup>6</sup> ching<sup>4</sup>-sui<sup>5</sup>  
和平共处 , 能 有效 地 舒缓 负面 情绪 ,

wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> ne<sup>1</sup> Yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> biu<sup>2</sup>-yin<sup>6</sup> dai<sup>6</sup>-hing<sup>1</sup> ji<sup>1</sup> oi<sup>3</sup> yi<sup>5</sup>  
为什么 呢? 如果 我们 表现 弟兄 之 爱、以

wan<sup>1</sup>-ching<sup>4</sup> seung<sup>1</sup>-doi<sup>6</sup> woo<sup>6</sup>-seung<sup>1</sup> juen<sup>1</sup>-jung<sup>6</sup> jau<sup>6</sup> nang<sup>4</sup> bei<sup>6</sup>-min<sup>5</sup> yat<sup>1</sup>-se<sup>1</sup>  
温情 相待 、 互相 尊重 , 就 能 避免 一些

ling<sup>6</sup> yan<sup>4</sup> faan<sup>4</sup>-no<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> ching<sup>4</sup>-fong<sup>3</sup> bo<sup>2</sup>-chi<sup>4</sup> ching<sup>4</sup>-sui<sup>5</sup>  
令 人 烦恼 的 情况 , 保持 情绪

wan<sup>2</sup>-ding<sup>6</sup> Loh<sup>4</sup>-ma<sup>5</sup>-sue<sup>1</sup>  
稳定。( 罗马书 12:10)

*Gin<sup>1</sup>-yan<sup>2</sup> yan<sup>4</sup>-chi<sup>4</sup> leung<sup>4</sup>-sin<sup>6</sup>* Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> teng<sup>1</sup>-chung<sup>4</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup>  
9 “ 坚忍 、 仁慈 、 良善 ” 我们 听从 圣经

dik<sup>1</sup> huen<sup>3</sup>-go<sup>3</sup> yi<sup>5</sup> yan<sup>4</sup>-chi<sup>4</sup> seung<sup>1</sup>-doi<sup>6</sup> chuen<sup>4</sup> chi<sup>4</sup>-lin<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> sam<sup>1</sup>  
的 劝告 , “以 仁慈 相待 , 存 慈怜 的 心 ,

bei<sup>2</sup>-chi<sup>2</sup> gam<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> foon<sup>1</sup>-sue<sup>3</sup> jau<sup>6</sup>-si<sup>6</sup> chuk<sup>1</sup>-jun<sup>3</sup> woh<sup>4</sup>-muk<sup>6</sup>  
彼此 甘心 宽恕 ”, 就是 促进 和睦

liu<sup>5</sup> Yi<sup>5</sup>-fat<sup>1</sup>-soh<sup>2</sup>-sue<sup>1</sup> Yan<sup>4</sup> bat<sup>1</sup> yuen<sup>4</sup>-mei<sup>5</sup> naan<sup>4</sup>-min<sup>5</sup> gan<sup>1</sup> yan<sup>4</sup>  
了。( 以弗所书 4:32) 人 不 完美 , 难免 跟 人

gwaan<sup>1</sup>-hai<sup>6</sup> gan<sup>2</sup>-jeung<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> wan<sup>6</sup>-yung<sup>6</sup> je<sup>2</sup>-goh<sup>3</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup>  
关系 紧张 , 我们 运用 这个 圣经

yuen<sup>4</sup>-jak<sup>1</sup> jau<sup>6</sup> gang<sup>3</sup> nang<sup>4</sup> ho<sup>2</sup>-ho<sup>2</sup> dei<sup>6</sup> chue<sup>5</sup>-lei<sup>5</sup> man<sup>6</sup>-tai<sup>4</sup>  
原则 , 就 更 能 好好 地 处理 问题 。

*Sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> Gam<sup>1</sup>-tin<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> daai<sup>6</sup>-do<sup>1</sup> gan<sup>1</sup> gam<sup>1</sup>-chin<sup>4</sup>*  
10 “ 信心 ” 今天 我们 的 忧虑 大都 跟 金钱

Sing<sup>3</sup>-ling<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> gwoh<sup>2</sup>-sat<sup>6</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup>  
8-12. 圣灵 的 果实 怎样 帮助 我们 减轻

yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup>  
忧虑 ?

waak<sup>6</sup> mat<sup>6</sup>-jat<sup>1</sup> yau<sup>5</sup>-gwaan<sup>1</sup> Jam<sup>1</sup>-yin<sup>4</sup> Sam<sup>1</sup>-sun<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup>  
或 物质 有关。(箴言 18:11) 深信 耶和華 會

moon<sup>5</sup>-waai<sup>4</sup> oi<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> dei<sup>6</sup> jiu<sup>3</sup>-goo<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
满怀 爱心 地 照顾 我们, 可以 帮助 我们

ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup> aat<sup>3</sup>-lik<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> joi<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> ne<sup>1</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
应付 压力, 不再 忧虑。 为什么 呢? 我们

teng<sup>1</sup>-chung<sup>4</sup> si<sup>3</sup>-to<sup>4</sup> Bo<sup>2</sup>-loh<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> huen<sup>3</sup>-go<sup>3</sup> jau<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> bei<sup>6</sup>-hoi<sup>1</sup> je<sup>2</sup> lui<sup>6</sup> dik<sup>1</sup>  
听从 使徒 保罗 的 劝告 就 可以 避开 这类的

yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> liu<sup>5</sup> Bo<sup>2</sup>-loh<sup>4</sup> suet<sup>3</sup> Yiu<sup>3</sup> yi<sup>5</sup> yin<sup>6</sup>-joi<sup>6</sup> soh<sup>2</sup>-yau<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> wai<sup>4</sup> juk<sup>1</sup> Yau<sup>6</sup>  
忧虑 了。 保罗 说：“要 以 现在 所有的 为 足。” 又

suet<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> suet<sup>3</sup>-gwoh<sup>3</sup> Ngoh<sup>5</sup> kuet<sup>3</sup>-bat<sup>1</sup> lei<sup>4</sup>-hei<sup>3</sup> nei<sup>5</sup> kuet<sup>3</sup>-bat<sup>1</sup>  
说：“上帝 说过：‘我 决不 离弃 你， 决不

pit<sup>3</sup>-ha<sup>6</sup> nei<sup>5</sup> Soh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> yung<sup>5</sup>-hei<sup>3</sup> sap<sup>6</sup>-juk<sup>1</sup> dei<sup>6</sup> suet<sup>3</sup>  
撇下 你。’ 所以 我们 可以 勇气 十足 地 说：

Yau<sup>5</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup> ngoh<sup>5</sup> kuet<sup>3</sup>-bat<sup>1</sup> hoi<sup>6</sup>-pa<sup>3</sup> Yan<sup>4</sup> nang<sup>4</sup> ba<sup>2</sup>  
‘有 耶和華 帮助 我， 我 决不 害怕。 人 能 把

ngoh<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-moh<sup>1</sup>-yeung<sup>6</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>  
我 怎么样?’”(希伯来书 13:5,6)

<sup>11</sup> Wan<sup>1</sup>-woh<sup>4</sup> ji<sup>6</sup>-jai<sup>3</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> seung<sup>2</sup> yat<sup>1</sup> seung<sup>2</sup>  
“温和、自制” 我们 可以 想 一 想，

wan<sup>1</sup>-woh<sup>4</sup> ji<sup>6</sup>-jai<sup>3</sup> dui<sup>3</sup>-yue<sup>1</sup> gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> si<sup>6</sup> doh<sup>1</sup>-moh<sup>1</sup>  
温和 自制 对于 减轻 忧虑 是 多么

yau<sup>5</sup>-haau<sup>6</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> biu<sup>2</sup>-yin<sup>6</sup> wan<sup>1</sup>-woh<sup>4</sup> ji<sup>6</sup>-jai<sup>3</sup> jau<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> wooi<sup>5</sup> jo<sup>6</sup>-chut<sup>1</sup>  
有效！ 我们 表现 温和 自制， 就 不会 做出

do<sup>6</sup>-ji<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> hang<sup>4</sup>-wai<sup>4</sup> Yi<sup>4</sup>-che<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> waan<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup>  
导致 忧虑 的 行为。 而且 我们 还 可以 因为

bei<sup>6</sup>-min<sup>5</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup> ok<sup>3</sup>-duk<sup>6</sup> no<sup>6</sup>-hei<sup>3</sup> fan<sup>5</sup>-han<sup>6</sup> jim<sup>1</sup>-giu<sup>3</sup> dai<sup>2</sup>-wai<sup>2</sup> yi<sup>4</sup>  
避免“一切 恶毒、 怒气、 愤恨、 尖叫、 诋毁”而

wok<sup>6</sup>-yik<sup>1</sup> Yi<sup>5</sup>-fat<sup>1</sup>-soh<sup>2</sup>-sue<sup>1</sup>  
获益。(以弗所书 4:31)

<sup>12</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> bit<sup>1</sup>-sui<sup>1</sup> joi<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> daai<sup>6</sup>-nang<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> sau<sup>2</sup>-ha<sup>6</sup> him<sup>1</sup>-bei<sup>1</sup>  
我们 必须“在 上帝 大能 的 手下 谦卑

ji<sup>6</sup> yik<sup>1</sup> choi<sup>4</sup>-nang<sup>4</sup> ba<sup>2</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup>  
自抑”， 才能“把 一切 忧虑 卸给 上帝”。

Bei<sup>2</sup>-dak<sup>1</sup>-chin<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup> Ji<sup>2</sup>-yiu<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> pooi<sup>4</sup>-yeung<sup>5</sup> him<sup>1</sup>-bei<sup>1</sup> dik<sup>1</sup>  
 ( 彼得前书 5:6,7) 只要 我们 培养 谦卑 的  
 dak<sup>6</sup>-jat<sup>1</sup> jau<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> bat<sup>1</sup>-duen<sup>6</sup> jun<sup>3</sup>-bo<sup>6</sup> yi<sup>4</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> hei<sup>2</sup>-yuet<sup>6</sup>  
 特质 , 就会 不断 进步 而 得到 上帝 的 喜悦  
 woh<sup>4</sup> ji<sup>1</sup>-chi<sup>4</sup> Mei<sup>4</sup>-ga<sup>1</sup>-sue<sup>1</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> faan<sup>4</sup>-si<sup>6</sup> yi<sup>1</sup>-kaau<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup>  
 和 支持。( 弥迦书 6:8) 我们 凡事 依靠 上帝 ,  
 bing<sup>6</sup>-che<sup>2</sup> ji<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> ji<sup>6</sup>-gei<sup>2</sup> dik<sup>1</sup> tai<sup>2</sup>-lik<sup>6</sup> jing<sup>1</sup>-san<sup>4</sup> woh<sup>4</sup> ching<sup>4</sup>-sui<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> sing<sup>4</sup>-sau<sup>6</sup>  
 并且 知道 自己 的 体力、 精神 和 情绪 的 承受  
 haan<sup>6</sup>-do<sup>6</sup> jau<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> wooi<sup>5</sup> bei<sup>6</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> gam<sup>2</sup>-gok<sup>3</sup> yim<sup>1</sup>-moot<sup>6</sup>  
 限度 , 就 不会 被 忧虑 的 感觉 淹没 。

## Jung<sup>2</sup> bat<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> 总 不要 忧虑

Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> joi<sup>6</sup> Ma<sup>5</sup>-tai<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> ching<sup>2</sup> duk<sup>6</sup> suet<sup>3</sup> jung<sup>2</sup> bat<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup>  
 13 耶稣 在 马太福音 6:34( 请 读 ) 说 , 总 不要  
 yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Je<sup>2</sup> gui<sup>3</sup> wa<sup>6</sup> suet<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup> yung<sup>4</sup>-yi<sup>6</sup> jo<sup>6</sup> si<sup>4</sup> naan<sup>4</sup> Na<sup>5</sup>-moh<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> dik<sup>1</sup>  
 忧虑 。 这 句 话 说 来 容 易 做 时 难 。 那 么 , 耶 稣 的  
 wa<sup>6</sup> do<sup>3</sup>-dai<sup>2</sup> si<sup>6</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> yi<sup>3</sup>-si<sup>1</sup> ne<sup>1</sup> Ta<sup>1</sup> hin<sup>2</sup>-yin<sup>4</sup> bat<sup>1</sup> si<sup>6</sup> suet<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup>  
 话 到 底 是 什 么 意 思 呢 ? 他 显 然 不 是 说 , 上 帝  
 dik<sup>1</sup> buk<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> yat<sup>1</sup> sang<sup>1</sup> do<sup>1</sup> wooi<sup>5</sup> gwoh<sup>3</sup> dak<sup>1</sup> mo<sup>4</sup>-yau<sup>1</sup>-mo<sup>4</sup>-lui<sup>6</sup> Daai<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> woh<sup>4</sup>  
 的 仆 人 一 生 都 会 过 得 无 忧 无 虑 。 大 卫 和  
 Bo<sup>2</sup>-loh<sup>4</sup> gwoh<sup>3</sup>-hui<sup>3</sup> do<sup>1</sup> chang<sup>4</sup> jo<sup>1</sup>-sau<sup>6</sup> waan<sup>6</sup>-naan<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> seung<sup>2</sup> yiu<sup>3</sup> yeung<sup>6</sup>  
 保 罗 过 去 都 曾 遭 受 患 难 。 耶 稣 想 要 让  
 moon<sup>4</sup>-to<sup>4</sup> ming<sup>4</sup>-baak<sup>6</sup> gwoh<sup>3</sup>-do<sup>6</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> si<sup>6</sup> mo<sup>4</sup>-jai<sup>3</sup>-yue<sup>1</sup>-si<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
 门 徒 明 白 , 过 度 忧 虑 是 无 济 于 事 的 。 我 们  
 mooi<sup>5</sup>-tin<sup>1</sup> do<sup>1</sup> yau<sup>5</sup> bit<sup>1</sup>-sui<sup>1</sup> min<sup>6</sup>-dui<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> aat<sup>3</sup>-lik<sup>6</sup> woh<sup>4</sup> man<sup>6</sup>-tai<sup>4</sup> soh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup>  
 每 天 都 有 必 须 面 对 的 压 力 和 问 题 , 所 以  
 bat<sup>1</sup>-bit<sup>1</sup> jeung<sup>1</sup> gwoh<sup>3</sup>-hui<sup>3</sup> waak<sup>6</sup> mei<sup>6</sup>-loi<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> fong<sup>3</sup>-do<sup>3</sup> ngaan<sup>5</sup>-chin<sup>4</sup>  
 不 必 将 过 去 或 未 来 的 忧 虑 , 放 到 眼 前  
 loi<sup>4</sup> faan<sup>4</sup>-no<sup>5</sup> Teng<sup>1</sup>-chung<sup>4</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> huen<sup>3</sup>-go<sup>3</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup>  
 来 烦 恼 。 听 从 耶 稣 的 劝 告 , 可 以 怎 样  
 gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> ne<sup>1</sup>  
 减 轻 忧 虑 呢 ?

Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> jung<sup>2</sup> bat<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> si<sup>6</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> yi<sup>3</sup>-si<sup>1</sup>  
 13. 耶 稣 说 “ 总 不 要 忧 虑 ” 是 什 么 意 思 ?

Yau<sup>5</sup>-se<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> wai<sup>6</sup>-liu<sup>5</sup> chung<sup>4</sup>-chin<sup>4</sup> soh<sup>2</sup> jo<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup> waak<sup>6</sup> gwoh<sup>3</sup>-faan<sup>6</sup>  
 14 有些 人 为了 从前 所 做 的 事 或 过 犯  
 yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> jik<sup>1</sup>-si<sup>2</sup> si<sup>6</sup>-ching<sup>4</sup> faat<sup>3</sup>-sang<sup>1</sup> joi<sup>6</sup> han<sup>2</sup>-doh<sup>1</sup> nin<sup>4</sup> chin<sup>4</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup>  
 忧虑 , 即使 事情 发生 在 很多 年 前 , 他们  
 ying<sup>4</sup>-yin<sup>4</sup> noi<sup>6</sup>-gau<sup>3</sup> bat<sup>1</sup>-on<sup>1</sup> baau<sup>2</sup>-sau<sup>6</sup> jin<sup>1</sup>-ngo<sup>4</sup> Daai<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> yau<sup>5</sup> lui<sup>6</sup>-chi<sup>5</sup> dik<sup>1</sup>  
 仍然 内疚 不安 , 饱受 煎熬 。 大卫 有 类似 的  
 gam<sup>2</sup>-gok<sup>3</sup> suet<sup>3</sup> Jui<sup>6</sup>-gwoh<sup>3</sup> yim<sup>1</sup>-moot<sup>6</sup> liu<sup>5</sup> ngoh<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> tau<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup> sam<sup>1</sup> lui<sup>5</sup>  
 感觉 , 说 : “ 罪过 淹没 了 我 的 头 …… 我 心 里  
 bei<sup>1</sup>-taan<sup>3</sup> bat<sup>1</sup>-gam<sup>3</sup> ngoi<sup>1</sup>-ho<sup>4</sup> Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup> Joi<sup>6</sup> je<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> dik<sup>1</sup>  
 悲叹 , 不禁 哀号 。” ( 诗篇 38:3,4,8,18) 在 这样 的  
 ching<sup>4</sup>-fong<sup>3</sup> ha<sup>6</sup> Daai<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> yau<sup>5</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> jing<sup>3</sup>-kok<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> seung<sup>2</sup>-faat<sup>3</sup> ne<sup>1</sup>  
 情况 下 , 大卫 有 什么 正确 的 想法 呢 ?  
 Daai<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> sun<sup>3</sup>-lai<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> ji<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> lin<sup>4</sup>-man<sup>5</sup> foon<sup>1</sup>-sue<sup>3</sup>  
 大卫 信赖 耶和 华 , 知道 耶和 华 会 怜悯 宽恕  
 ta<sup>1</sup> Ta<sup>1</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup> hang<sup>2</sup>-ding<sup>6</sup> dei<sup>6</sup> suet<sup>3</sup> Boo<sup>6</sup>-yik<sup>6</sup> dak<sup>1</sup>-se<sup>3</sup> jui<sup>6</sup> mung<sup>4</sup>  
 他。他 非常 肯定 地 说 : “ 悖逆 得赦 、 罪 蒙  
 je<sup>1</sup>-koi<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> doh<sup>1</sup>-moh<sup>1</sup> yau<sup>5</sup> fuk<sup>1</sup> Ching<sup>2</sup> duk<sup>6</sup> Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup>  
 遮盖 的 人 多么 有 福 ! ” ( 请 读 诗篇 32:1-3,5)

Yau<sup>5</sup>-si<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-nang<sup>4</sup> wai<sup>6</sup>-liu<sup>5</sup> ngaan<sup>5</sup>-chin<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup> gam<sup>2</sup>-do<sup>3</sup>  
 15 有时 , 我们 可能 为了 眼前 的 事 感到  
 yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Lai<sup>6</sup>-yue<sup>4</sup> Daai<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> se<sup>2</sup> Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup> pin<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>4</sup>-hau<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> jing<sup>3</sup>  
 忧虑 。 例如 , 大卫 写 诗篇 55 篇 的 时候 , 他 正  
 daam<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> ji<sup>6</sup>-gei<sup>2</sup> dik<sup>1</sup> sing<sup>3</sup>-ming<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> yau<sup>5</sup> ngai<sup>4</sup>-him<sup>2</sup> daan<sup>6</sup> ta<sup>1</sup>  
 担心 自己 的 性命 会 有 危险 , 但 他  
 bing<sup>6</sup> moot<sup>6</sup>-yau<sup>5</sup> yeung<sup>6</sup> je<sup>2</sup> jung<sup>2</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> ying<sup>2</sup>-heung<sup>2</sup> ta<sup>1</sup> dui<sup>3</sup>  
 并 没有 让 这 种 忧虑 影响 他 对

Yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> wai<sup>6</sup> yi<sup>5</sup>-wong<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-moh<sup>1</sup> jo<sup>6</sup>  
 14. 如果 我们 为 以往 的 事 忧虑 , 可以 怎么 做 ?

Gaap<sup>3</sup> Wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> bat<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup> wai<sup>6</sup> ngaan<sup>5</sup>-chin<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup>  
 15. ( 甲 ) 为什么 我们 不要 为 眼前 的 事  
 daam<sup>1</sup>-yau<sup>1</sup> Yuet<sup>6</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jo<sup>6</sup> se<sup>1</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> loi<sup>4</sup> gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup>  
 担忧 ? ( 乙 ) 我们 可以 做 些 什么 来 减轻  
 yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Gin<sup>3</sup> foo<sup>6</sup>-laan<sup>4</sup> Gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> ho<sup>2</sup> fong<sup>1</sup>-faat<sup>3</sup>  
 忧虑 ? ( 见 附栏 “ 减轻 忧虑 的 好 方法 ” )

Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup> Min<sup>6</sup>-dui<sup>3</sup> ji<sup>6</sup>-gei<sup>2</sup> dik<sup>1</sup> kwan<sup>3</sup>-naan<sup>4</sup>  
 上帝 的 信心。(诗篇 55:2-5) 面对 自己的 困难，  
 Daai<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> han<sup>2</sup>-chit<sup>3</sup> heung<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup> ya<sup>5</sup> choi<sup>2</sup>-chui<sup>2</sup> hang<sup>4</sup>-dung<sup>6</sup>  
 大卫 恳切 向 上帝 祷告，也 采取 行动  
 chue<sup>5</sup>-lei<sup>5</sup> Saat<sup>3</sup>-mo<sup>5</sup>-yi<sup>5</sup>-gei<sup>3</sup>-ha<sup>6</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> heung<sup>3</sup>  
 处理。(撒母耳记下 15:30-34) 我们 可以 向  
 Daai<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> hok<sup>6</sup>-jaap<sup>6</sup> seung<sup>2</sup> baan<sup>6</sup>-faat<sup>3</sup> gaai<sup>2</sup>-kuet<sup>3</sup> man<sup>6</sup>-tai<sup>4</sup> yi<sup>4</sup> bat<sup>1</sup> si<sup>6</sup>  
 大卫 学习，想 办法 解决 问题，而 不是  
 jing<sup>2</sup>-tin<sup>1</sup> daam<sup>1</sup>-yau<sup>1</sup> goh<sup>3</sup> bat<sup>1</sup>-ting<sup>4</sup> Yiu<sup>3</sup> sun<sup>3</sup>-laai<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> jeung<sup>1</sup>  
 整天 担忧 个 不停。要 信赖 耶和華，将  
 si<sup>6</sup>-ching<sup>4</sup> gaau<sup>1</sup> joi<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> sau<sup>2</sup> jung<sup>1</sup>  
 事情 交 在他 手 中。

Gei<sup>1</sup>-duk<sup>1</sup>-to<sup>4</sup> wai<sup>6</sup> waan<sup>4</sup> moot<sup>6</sup> faat<sup>3</sup>-sang<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup>  
 16 基督徒 为 还 没 发生 的 事  
 yau<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup>-chung<sup>1</sup>-chung<sup>1</sup> jau<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> chaan<sup>2</sup>-sang<sup>1</sup> bat<sup>1</sup> bit<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup> dik<sup>1</sup>  
 忧心忡忡，就 会 产生 不 必要 的  
 faan<sup>4</sup>-no<sup>5</sup> liu<sup>5</sup> Gei<sup>3</sup>-yin<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> bat<sup>1</sup>-hiu<sup>2</sup>-dak<sup>1</sup> hau<sup>6</sup>-loi<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup>  
 烦恼 了。既然 我们 不晓得 后来 会 怎样，  
 wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> waan<sup>4</sup> yiu<sup>3</sup> daam<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> ne<sup>1</sup> Fong<sup>3</sup>-che<sup>2</sup> si<sup>6</sup>-ching<sup>4</sup> bat<sup>1</sup> yat<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup>  
 为什么 还 要 担心 呢？况且 事情 不 一定  
 jung<sup>2</sup>-si<sup>6</sup> wong<sup>5</sup> waai<sup>6</sup>-chue<sup>3</sup> faat<sup>3</sup>-jin<sup>2</sup> joi<sup>3</sup> ga<sup>1</sup>-seung<sup>5</sup> moot<sup>6</sup>-yau<sup>5</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup>  
 总是 往 坏处 发展，再 加上 没有 什么  
 si<sup>6</sup> si<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> hung<sup>3</sup>-jai<sup>3</sup> bat<sup>1</sup>-liu<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>1</sup>-chi<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jeung<sup>1</sup>  
 事 是 上帝 控制 不了 的，因此 我们 可以 将  
 yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> ming<sup>4</sup>-ji<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> yi<sup>3</sup>-si<sup>1</sup> si<sup>6</sup>  
 忧虑 卸给 他。上帝 名字 的 意思 是  
 sing<sup>4</sup>-si<sup>6</sup>-je<sup>2</sup> Chut<sup>1</sup>-oi<sup>1</sup>-kap<sup>6</sup>-gei<sup>3</sup> Je<sup>2</sup>-goh<sup>3</sup> ming<sup>4</sup>-ji<sup>6</sup> yi<sup>3</sup>-yi<sup>6</sup> sam<sup>1</sup>-yuen<sup>5</sup>  
 “成事者”。(出埃及记 3:14) 这个 名字 意义 深远，  
 bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> wooi<sup>5</sup> sat<sup>6</sup>-yin<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> ji<sup>2</sup>-yi<sup>3</sup> yau<sup>5</sup> nang<sup>4</sup>-lik<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ta<sup>1</sup>  
 保证 上帝 会 实现 他的 旨意，有 能力 帮助 他  
 dik<sup>1</sup> ji<sup>2</sup>-man<sup>4</sup> Soh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> fong<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> wooi<sup>5</sup>  
 的 子民。所以 我们 可以 放心，上帝 会

Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> ming<sup>4</sup>-ji<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> ham<sup>4</sup>-yi<sup>6</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> ga<sup>1</sup>-keung<sup>4</sup> nei<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup>  
 16. 上帝 名字 的 含义 怎样 加强 你的 信心？

jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> jung<sup>1</sup>-buk<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup> bat<sup>1</sup> joi<sup>3</sup> wai<sup>6</sup> yi<sup>5</sup>-chin<sup>4</sup>  
 奖赏 他的 忠仆 , 帮助 他们 不再 为 以前、  
yin<sup>6</sup>-joi<sup>6</sup> waak<sup>6</sup> mei<sup>6</sup>-loi<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup>  
 现在 或 未来 的事 忧虑。

## Biu<sup>2</sup>-daat<sup>6</sup> noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> gam<sup>2</sup>-gok<sup>3</sup> 表达 内心 的 感觉

Dai<sup>6</sup> sei<sup>3</sup> goh<sup>3</sup> fong<sup>1</sup>-faat<sup>3</sup> si<sup>6</sup> gan<sup>1</sup> sun<sup>3</sup>-yam<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> suet<sup>3</sup>-chut<sup>1</sup> ji<sup>6</sup>-gei<sup>2</sup>  
 17 第 四 个 方 法 是 跟 信 任 的 人 说 出 自 己  
dik<sup>1</sup> gam<sup>2</sup>-gok<sup>3</sup> Pooi<sup>3</sup>-ngau<sup>5</sup> mat<sup>6</sup>-yau<sup>5</sup> waak<sup>6</sup> wooi<sup>6</sup>-jung<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-lo<sup>5</sup> nang<sup>4</sup>  
 的 感 觉 。 配 偶 、 密 友 或 会 众 的 长 老 能  
bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yung<sup>6</sup> jing<sup>3</sup>-kok<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> goon<sup>1</sup>-dim<sup>2</sup> hon<sup>3</sup> man<sup>6</sup>-tai<sup>4</sup>  
 帮 助 我 们 用 正 确 的 观 点 看 问 题 。  
Jam<sup>1</sup>-yin<sup>4</sup> suet<sup>3</sup> Yan<sup>4</sup>-sam<sup>1</sup> daam<sup>1</sup>-yau<sup>1</sup> wat<sup>1</sup>-wat<sup>1</sup>-bat<sup>1</sup>-lok<sup>6</sup> ting<sup>3</sup>-gin<sup>3</sup>  
 箴 言 12:25 说 : “ 人 心 担 忧 , 郁 郁 不 乐 ; 听 见  
leung<sup>4</sup>-yin<sup>4</sup> sam<sup>1</sup> lui<sup>5</sup> foon<sup>1</sup>-hei<sup>2</sup> Ling<sup>4</sup>-ting<sup>3</sup> bit<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> taan<sup>2</sup>-sut<sup>1</sup> jan<sup>1</sup>-sing<sup>4</sup>  
 良 言 , 心 里 欢 喜 。 ” 聆 听 别 人 坦 率 真 诚  
dik<sup>1</sup> yi<sup>3</sup>-gin<sup>3</sup> nang<sup>4</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> chung<sup>4</sup> haak<sup>3</sup>-goon<sup>1</sup> dik<sup>1</sup>  
 的 意 见 , 能 帮 助 我 们 从 客 观 的  
gok<sup>3</sup>-do<sup>6</sup> fan<sup>1</sup>-sik<sup>1</sup> si<sup>6</sup>-gin<sup>2</sup> yung<sup>6</sup> jik<sup>1</sup>-gik<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> seung<sup>2</sup>-faat<sup>3</sup> chue<sup>5</sup>-lei<sup>5</sup>  
 角 度 分 析 事 件 , 用 积 极 的 想 法 处 理  
man<sup>6</sup>-tai<sup>4</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> Moot<sup>6</sup>-yau<sup>5</sup> mat<sup>6</sup>-taam<sup>4</sup> gai<sup>3</sup>-waak<sup>6</sup> sat<sup>1</sup>-baai<sup>6</sup>  
 问 题 。 圣 经 说 : “ 没 有 密 谈 , 计 划 失 败 ;  
jaap<sup>6</sup>-si<sup>1</sup>-gwong<sup>2</sup>-yik<sup>1</sup> si<sup>6</sup> bit<sup>1</sup> yau<sup>5</sup>-sing<sup>4</sup> Jam<sup>1</sup>-yin<sup>4</sup>  
 集 思 广 益 , 事 必 有 成 。 ” ( 箴 言 15:22)

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> ya<sup>5</sup> tung<sup>1</sup>-gwoh<sup>3</sup> wooi<sup>6</sup>-jung<sup>3</sup> moo<sup>5</sup> jau<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> jui<sup>6</sup>-wooi<sup>6</sup>  
 18 耶 和 华 也 通 过 会 众 每 周 的 聚 会 ,  
bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> Gei<sup>1</sup>-duk<sup>1</sup>-to<sup>4</sup> ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Nei<sup>5</sup> chaam<sup>1</sup>-ga<sup>1</sup> jui<sup>6</sup>-wooi<sup>6</sup>  
 帮 助 基 督 徒 应 付 忧 虑 。 你 参 加 聚 会  
jau<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> gan<sup>1</sup> dai<sup>6</sup>-hing<sup>1</sup> ji<sup>2</sup>-mooi<sup>6</sup> loi<sup>4</sup>-wong<sup>5</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup> do<sup>1</sup> han<sup>2</sup> gwaan<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup>  
 就 可 以 跟 弟 兄 姊 妹 来 往 , 他 们 都 很 关 心

Suet<sup>3</sup>-chut<sup>1</sup> ji<sup>6</sup>-gei<sup>2</sup> dik<sup>1</sup> gam<sup>2</sup>-gok<sup>3</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
 17,18. 说 出 自 己 的 感 觉 可 以 怎 样 帮 助 我 们  
ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup>  
 应 付 忧 虑 ?

Gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> ho<sup>2</sup> fong<sup>1</sup>-faat<sup>3</sup>  
减轻 忧虑 的 好 方法

Jo<sup>6</sup>-si<sup>6</sup> ding<sup>6</sup>-ha<sup>6</sup> sin<sup>1</sup>-hau<sup>6</sup> chi<sup>3</sup>-jui<sup>6</sup>  
做事 定下 先后 次序  
Fei<sup>4</sup>-laap<sup>6</sup>-bei<sup>2</sup>-sue<sup>1</sup>  
腓立比书 1:10,11

Kei<sup>4</sup>-mong<sup>6</sup> yiu<sup>3</sup> hap<sup>6</sup>-lei<sup>5</sup>  
期望 要 合理  
Chuen<sup>4</sup>-do<sup>6</sup>-sue<sup>1</sup>  
传道书 7:16

Mooi<sup>5</sup>-tin<sup>1</sup> on<sup>1</sup>-paai<sup>4</sup> si<sup>4</sup>-gaan<sup>3</sup> jing<sup>6</sup> yat<sup>1</sup> jing<sup>6</sup>  
每天 安排 时间 静 一 静  
Ma<sup>5</sup>-taai<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup>  
马太福音 14:23

Yan<sup>1</sup>-seung<sup>2</sup> daai<sup>6</sup>-ji<sup>6</sup>-yin<sup>4</sup>  
欣赏 大自然  
Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup>  
诗篇 104:24,25

Bo<sup>2</sup>-chi<sup>4</sup> yau<sup>1</sup>-mak<sup>6</sup>  
保持 幽默  
Jam<sup>1</sup>-yin<sup>4</sup>  
箴言 17:22

Ding<sup>6</sup>-kei<sup>4</sup> wan<sup>6</sup>-dung<sup>6</sup>  
定期 运动  
Tai<sup>4</sup>-moh<sup>1</sup>-taai<sup>3</sup>-chin<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>  
提摩太前书 4:8

Sui<sup>6</sup>-min<sup>4</sup> chung<sup>1</sup>-juk<sup>1</sup>  
睡眠 充足  
Chuen<sup>4</sup>-do<sup>6</sup>-sue<sup>1</sup>  
传道书 4:6

nei<sup>5</sup> ya<sup>5</sup> han<sup>2</sup> seung<sup>2</sup> goo<sup>2</sup>-lai<sup>6</sup> nei<sup>5</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup> Jui<sup>6</sup>-wooi<sup>6</sup>  
 你，也 很 想 鼓励 你。( 希伯来书 10:24,25) 聚会  
 nang<sup>4</sup> yeung<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> woo<sup>6</sup>-seung<sup>1</sup> goo<sup>2</sup>-lai<sup>6</sup> bo<sup>2</sup>-chung<sup>1</sup> suk<sup>6</sup>-ling<sup>4</sup> dik<sup>1</sup>  
 能 让 我们 “ 互相 鼓励 ”， 补充 属灵 的  
 lik<sup>6</sup>-leung<sup>6</sup> si<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> gang<sup>3</sup> nang<sup>4</sup> ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup> gok<sup>3</sup>-jung<sup>2</sup>  
 力量 ， 使 我们 更 能 应付 各种  
 yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Loh<sup>4</sup>-ma<sup>5</sup>-sue<sup>1</sup>  
 忧虑。( 罗马书 1:12)

## Gan<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> gwaan<sup>1</sup>-hai<sup>6</sup> 跟 上帝 的 关系

### si<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> chung<sup>1</sup>-moon<sup>5</sup> lik<sup>6</sup>-leung<sup>6</sup> 使 我们 充满 力量

Yat<sup>1</sup> goh<sup>3</sup> Ga<sup>1</sup>-na<sup>4</sup>-daai<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-lo<sup>5</sup> hon<sup>3</sup> chut<sup>1</sup> jeung<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup>  
 19 一 个 加拿大 的 长老 看 出 ， 将 忧虑 卸 给  
 Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> si<sup>6</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup> jung<sup>6</sup>-yiu<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> Je<sup>2</sup>-goh<sup>3</sup> dai<sup>6</sup>-hing<sup>1</sup> si<sup>6</sup> hok<sup>6</sup>-haau<sup>6</sup>  
 耶和 华 是 非常 重要 的 。 这个 弟兄 是 学校  
 dik<sup>1</sup> lo<sup>5</sup>-si<sup>1</sup> woh<sup>4</sup> foo<sup>6</sup>-do<sup>6</sup>-yuen<sup>4</sup> bat<sup>1</sup>-daan<sup>6</sup> gung<sup>1</sup>-jok<sup>3</sup> aat<sup>3</sup>-lik<sup>6</sup> han<sup>2</sup> daai<sup>6</sup> waan<sup>4</sup>  
 的 老师 和 辅导 员 ， 不 但 工 作 压 力 很 大 ， 还  
 waan<sup>6</sup>-seung<sup>5</sup> liu<sup>5</sup> jiu<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup>-jing<sup>3</sup> Ta<sup>1</sup> jam<sup>2</sup>-moh<sup>1</sup> ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup> kwan<sup>3</sup>-ging<sup>2</sup> ne<sup>1</sup> Ta<sup>1</sup>  
 患 上 了 焦 虑 症 。 他 怎 么 应 付 困 境 呢 ？ 他  
 suet<sup>3</sup> Jui<sup>3</sup> jung<sup>6</sup>-yiu<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> jau<sup>6</sup>-si<sup>6</sup> no<sup>5</sup>-lik<sup>6</sup> ga<sup>1</sup>-keung<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup> gan<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
 说 ： “ 最 重 要 的 就 是 努 力 加 强 我 跟 耶 和 华  
 dik<sup>1</sup> gwaan<sup>1</sup>-hai<sup>6</sup> je<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup> jau<sup>6</sup> nang<sup>4</sup> chung<sup>1</sup>-moon<sup>5</sup> lik<sup>6</sup>-leung<sup>6</sup>  
 的 关 系 ， 这 样 我 就 能 充 满 力 量 ，  
 ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup> ching<sup>4</sup>-sui<sup>5</sup> aat<sup>3</sup>-lik<sup>6</sup> Ling<sup>6</sup>-ngoi<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup> gok<sup>3</sup>-dak<sup>1</sup> sau<sup>6</sup>-bat<sup>1</sup>-liu<sup>5</sup> dik<sup>1</sup>  
 应 付 情 绪 压 力 。 另 外 ， 我 觉 得 受 不 了 的  
 si<sup>4</sup>-hau<sup>6</sup> ji<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> pang<sup>4</sup>-yau<sup>5</sup> woh<sup>4</sup> dai<sup>6</sup>-hing<sup>1</sup> ji<sup>2</sup>-mooi<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> ji<sup>1</sup>-chi<sup>4</sup> kap<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>  
 时 候 ， 知 心 朋 友 和 弟 兄 姊 妹 的 支 持 ， 给 我

Wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> gan<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> yau<sup>5</sup> leung<sup>4</sup>-ho<sup>2</sup> dik<sup>1</sup> gwaan<sup>1</sup>-hai<sup>6</sup> jau<sup>6</sup>  
 19. 为 什 么 我 们 跟 耶 和 华 有 良 好 的 关 系 ， 就  
 woi<sup>5</sup> wok<sup>6</sup>-dak<sup>1</sup> lik<sup>6</sup>-leung<sup>6</sup>  
 会 获 得 力 量 ？



han<sup>2</sup> daai<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> goo<sup>2</sup>-lai<sup>6</sup> Ngho<sup>5</sup> taan<sup>2</sup>-baak<sup>6</sup> dui<sup>3</sup> chai<sup>1</sup>-ji<sup>2</sup> suet<sup>3</sup>-chut<sup>1</sup> ji<sup>6</sup>-gei<sup>2</sup> dik<sup>1</sup>  
 很 大 的 鼓 励 。 我 坦 白 对 妻 子 说 出 自 己 的  
 gam<sup>2</sup>-gok<sup>3</sup> kei<sup>4</sup>-ta<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-lo<sup>5</sup> woh<sup>4</sup> fan<sup>1</sup>-kui<sup>1</sup> gaam<sup>1</sup>-duk<sup>1</sup> ya<sup>5</sup> tai<sup>4</sup>-gung<sup>1</sup> bo<sup>2</sup>-gwai<sup>3</sup>  
 感 觉 ， 其 他 长 老 和 分 区 监 督 也 提 供 宝 贵  
 dik<sup>1</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> si<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup> nang<sup>4</sup> yung<sup>6</sup> jing<sup>3</sup>-kok<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> goon<sup>1</sup>-dim<sup>2</sup> hon<sup>3</sup> si<sup>6</sup>-ching<sup>4</sup>  
 的 帮 助 ， 使 我 能 用 正 确 的 观 点 看 事 情 。  
 Ngho<sup>5</sup> hon<sup>3</sup>-liu<sup>5</sup> yi<sup>1</sup>-sang<sup>1</sup> tiu<sup>4</sup>-jing<sup>2</sup> jok<sup>3</sup>-sik<sup>1</sup> bing<sup>6</sup> boot<sup>6</sup>-chut<sup>1</sup> si<sup>4</sup>-gaan<sup>3</sup> yau<sup>1</sup>-sak<sup>1</sup>  
 我 看 了 医 生 ， 调 整 作 息 并 拨 出 时 间 休 息  
 woh<sup>4</sup> wan<sup>6</sup>-dung<sup>6</sup> hau<sup>6</sup>-loi<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup> jim<sup>6</sup>-jim<sup>6</sup> gok<sup>3</sup>-dak<sup>1</sup> ho<sup>2</sup>-doh<sup>1</sup> liu<sup>5</sup> Yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup>  
 和 运 动 ， 后 来 我 渐 渐 觉 得 好 多 了 。 如 果  
 waan<sup>4</sup>-si<sup>6</sup> yue<sup>6</sup>-do<sup>3</sup> moot<sup>6</sup> baan<sup>6</sup>-faat<sup>3</sup> chue<sup>5</sup>-lei<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> naan<sup>4</sup>-tai<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup> jau<sup>6</sup>  
 还 是 遇 到 没 办 法 处 理 的 难 题 ， 我 就  
 gaau<sup>1</sup>-kap<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
 交 给 耶 和 华 。”

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> chung<sup>4</sup> je<sup>2</sup> pin<sup>1</sup> foh<sup>3</sup>-man<sup>4</sup> hok<sup>6</sup> do<sup>2</sup> jeung<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup>  
 20 我 们 从 这 篇 课 文 学 到 ， 将 忧 虑 卸 给

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> si<sup>6</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup> jung<sup>6</sup>-yiu<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> Ngho<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> tung<sup>1</sup>-gwoh<sup>3</sup>  
 耶 和 华 是 非 常 重 要 的 。 我 们 通 过  
 chung<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup> yuet<sup>6</sup>-duk<sup>6</sup> kap<sup>6</sup> cham<sup>4</sup>-si<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup>-yue<sup>5</sup>  
 衷 心 祷 告 ， 阅 读 及 沉 思 上 帝 的 话 语 ，  
 pooi<sup>4</sup>-yeung<sup>5</sup> sing<sup>3</sup>-ling<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> gwoh<sup>2</sup>-sat<sup>6</sup> jeung<sup>1</sup> sam<sup>1</sup>-si<sup>6</sup> go<sup>3</sup>-so<sup>3</sup> sun<sup>3</sup>-yam<sup>6</sup>  
 培 养 圣 灵 的 果 实 ， 将 心 事 告 诉 信 任  
 dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> bing<sup>6</sup> gan<sup>1</sup> Gei<sup>1</sup>-duk<sup>1</sup>-to<sup>4</sup> woo<sup>6</sup>-seung<sup>1</sup> goo<sup>2</sup>-lai<sup>6</sup> jau<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup>  
 的 人 ， 并 跟 基 督 徒 互 相 鼓 励 ， 就 可 以 得 到  
 lik<sup>6</sup>-leung<sup>6</sup> gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Ha<sup>6</sup> yat<sup>1</sup> pin<sup>1</sup> foh<sup>3</sup>-man<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> to<sup>2</sup>-lun<sup>6</sup>  
 力 量 ， 减 轻 忧 虑 。 下 一 篇 课 文 会 讨 论 ，  
 Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> bing<sup>6</sup> jun<sup>3</sup>-yat<sup>1</sup>-bo<sup>6</sup> foo<sup>4</sup>-chi<sup>4</sup>  
 耶 和 华 怎 样 奖 赏 ， 并 进 一 步 扶 持  
 ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>  
 我 们 。 ( 希 伯 来 书 11:6)

Gaap<sup>3</sup> Ngho<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> jam<sup>2</sup>-moh<sup>1</sup> jo<sup>6</sup> jau<sup>6</sup>-si<sup>6</sup> jeung<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup>  
 20. ( 甲 ) 我 们 怎 么 做 ， 就 是 将 忧 虑 卸 给

Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> Yuet<sup>6</sup> Ha<sup>6</sup> yat<sup>1</sup> pin<sup>1</sup> foh<sup>3</sup>-man<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> to<sup>2</sup>-lun<sup>6</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup>  
 上 帝 ？ ( 乙 ) 下 一 篇 课 文 会 讨 论 什 么 ？

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> bit<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
耶和華 必 獎賞  
han<sup>2</sup>-chit<sup>3</sup> cham<sup>4</sup>-kau<sup>4</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup>  
懇切 尋求 他的 人

Do<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> min<sup>6</sup>-chin<sup>4</sup> loi<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> bit<sup>1</sup>-sui<sup>1</sup> sun<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> chuen<sup>4</sup>-joi<sup>6</sup> yau<sup>6</sup> sun<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> bit<sup>1</sup>  
到 上帝 面前 來 的 人 必須 信 他 存在 , 又 信 他 必  
jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>han<sup>2</sup>-chit<sup>3</sup> cham<sup>4</sup>-kau<sup>4</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>  
獎賞 懇切 尋求 他的 人。—— 希伯來書 11:6

---

Cheung<sup>3</sup>-si<sup>1</sup> sau<sup>2</sup>  
唱詩 85, 134 首

Nei<sup>5</sup> nang<sup>4</sup> woi<sup>4</sup>-daap<sup>3</sup> ma<sup>1</sup>  
你 能 回答 嗎 ?

Wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> hang<sup>2</sup>-ding<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> bit<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ta<sup>1</sup>  
為什麼 我們 可以 肯定 , 耶和華 必 獎賞 他  
dik<sup>1</sup> buk<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup>  
的 仆人 ?

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> joi<sup>6</sup> yi<sup>5</sup>-wong<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> buk<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup>  
耶和華 在 以往 怎樣 獎賞 他的 仆人 ?

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> chi<sup>3</sup> kap<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
耶和華 賜 給 我們 什麼 獎賞 ?

---

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> oi<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> sin<sup>1</sup> oi<sup>3</sup>  
我們 愛 上帝 , “ 因為 上帝 先 愛  
ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> Yeuk<sup>3</sup>-hon<sup>6</sup>-yat<sup>1</sup>-sue<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> si<sup>6</sup> chi<sup>4</sup>-oi<sup>3</sup> dik<sup>1</sup>  
我們 ”。( 約翰一書 4:19) 耶和華 是 慈愛 的

Gaap<sup>3</sup> Oi<sup>3</sup> woh<sup>4</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> yau<sup>5</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> gwaan<sup>1</sup>-hai<sup>6</sup> Yuet<sup>6</sup> Boon<sup>2</sup> pin<sup>1</sup>  
1,2. ( 甲 ) 愛 和 信心 有 什麼 關係 ? ( 乙 ) 本 篇  
foh<sup>3</sup>-man<sup>4</sup> woi<sup>5</sup> taam<sup>3</sup>-to<sup>2</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> man<sup>6</sup>-tai<sup>4</sup>  
課文 會 探討 什麼 問題 ?

Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> jue<sup>2</sup>-dung<sup>6</sup> chi<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup> kap<sup>1</sup> jung<sup>1</sup>-jing<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> buk<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup>  
上帝，他主动赐福给忠贞的仆人。  
Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yuet<sup>6</sup> oi<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> jau<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> yuet<sup>6</sup> gin<sup>1</sup>-keung<sup>4</sup>  
我们越爱上帝，信心就会越坚强。  
Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> bat<sup>1</sup>-ji<sup>2</sup> yiu<sup>3</sup> seung<sup>1</sup>-sun<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> chuen<sup>4</sup>-joi<sup>6</sup> waan<sup>4</sup> yiu<sup>3</sup>  
我们不仅要相信上帝存在，还要  
seung<sup>1</sup>-sun<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> yat<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ta<sup>1</sup> soh<sup>2</sup> oi<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> Ching<sup>2</sup> duk<sup>6</sup>  
相信他一定会奖赏他所爱的人。(请读

Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>

### 希伯来书 11:6)

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> bat<sup>1</sup>-daan<sup>6</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup> lok<sup>6</sup>-yi<sup>3</sup> ya<sup>5</sup> jung<sup>2</sup>-si<sup>6</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
2 耶和華不但非常乐意，也总是奖赏  
han<sup>2</sup>-chit<sup>3</sup> cham<sup>4</sup>-kau<sup>4</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> si<sup>6</sup> kok<sup>3</sup>-ji<sup>1</sup>  
恳切寻求他的人。圣经说，“信心是确知  
hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> bit<sup>1</sup>-yin<sup>4</sup> sat<sup>6</sup>-yin<sup>6</sup> Yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> bat<sup>1</sup> hang<sup>2</sup>-ding<sup>6</sup>  
希望必然实现”。如果我们不肯定  
Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> yan<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> jau<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> yuen<sup>4</sup>-jing<sup>2</sup>  
耶和華会奖赏人的话，信心就不完整  
liu<sup>5</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dui<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> yau<sup>5</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup>  
了。(希伯来书 11:1) 我们对上帝有信心，  
jau<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> kei<sup>4</sup>-mong<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> Na<sup>5</sup>-moh<sup>1</sup> je<sup>2</sup>-goh<sup>3</sup>  
就会期望他奖赏我们。那么，这个  
kei<sup>4</sup>-mong<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> si<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> wok<sup>6</sup>-yik<sup>1</sup> ne<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
期望会怎样使我们获益呢？耶和華  
joi<sup>6</sup> yi<sup>5</sup>-wong<sup>5</sup> woh<sup>4</sup> yin<sup>6</sup>-joi<sup>6</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> jung<sup>1</sup>-buk<sup>6</sup> ne<sup>1</sup>  
在以往和现在怎样奖赏他的忠仆呢？  
Yeung<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> gai<sup>3</sup>-juk<sup>6</sup> hon<sup>3</sup> ha<sup>6</sup>-hui<sup>3</sup>  
让我们继续看下去。

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> ying<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> chi<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup> kap<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> buk<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup>  
耶和華 应许 赐福 给他的 仆人

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> chung<sup>4</sup>-bat<sup>1</sup> lun<sup>6</sup> yue<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> buk<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup>  
3 耶和華 从不 吝于 奖赏 他的 仆人，

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> joi<sup>6</sup> Ma<sup>5</sup>-lai<sup>1</sup>-gei<sup>1</sup>-sue<sup>1</sup> heung<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> tai<sup>4</sup>-chut<sup>1</sup> liu<sup>5</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup>  
3. 耶和華 在 玛拉基书 3:10 向 我们 提出了 什么  
bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup>  
保证？

soh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> ta<sup>1</sup> yiu<sup>1</sup>-ching<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> jui<sup>1</sup>-kau<sup>4</sup> fuk<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup> Ta<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> Ching<sup>2</sup>  
 所以 他 邀请 我们 追求 福分。他说：“请  
 nei<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> je<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> si<sup>3</sup>-si<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup> hon<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup> si<sup>6</sup>-fau<sup>2</sup> wai<sup>6</sup> nei<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
 你们 这样 试试 我， 看 我 是否 为 你们  
 da<sup>2</sup>-hoi<sup>1</sup> tin<sup>1</sup>-seung<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> sui<sup>2</sup>-jaap<sup>6</sup> ba<sup>2</sup> fuk<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup> king<sup>1</sup>-jue<sup>3</sup> kap<sup>1</sup>  
 打开 天上 的 水闸， 把 福分 倾注 给  
 nei<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> jik<sup>6</sup>-do<sup>3</sup> nei<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yat<sup>1</sup>-mo<sup>4</sup>-soh<sup>2</sup>-kuet<sup>3</sup> Je<sup>2</sup> si<sup>6</sup> maan<sup>6</sup>-gwan<sup>1</sup>-ji<sup>1</sup>-jue<sup>2</sup>  
 你们， 直到 你们 一无所缺。’ 这是 万军之主  
 Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> suet<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> Ma<sup>5</sup>-laai<sup>1</sup>-gei<sup>1</sup>-sue<sup>1</sup> Yiu<sup>3</sup>-si<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> jan<sup>1</sup>  
 耶和華 说的。”( 玛拉基书 3:10) 要是 我们 真  
 dik<sup>1</sup> si<sup>3</sup>-si<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> jau<sup>6</sup> biu<sup>2</sup>-si<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> gam<sup>2</sup>-gik<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> woh<sup>4</sup> jip<sup>3</sup>-sau<sup>6</sup>  
 的“试试” 耶和華， 就 表示 我们 感激 他和 接受  
 je<sup>2</sup>-goh<sup>3</sup> yiu<sup>1</sup>-ching<sup>2</sup> liu<sup>5</sup>  
 这个 邀请 了。

Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> heung<sup>3</sup> moon<sup>4</sup>-to<sup>4</sup> bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup> yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup> sin<sup>1</sup> jui<sup>1</sup>-kau<sup>4</sup>  
 4 耶稣 向 门徒 保证， 如果 他们 先 追求  
 Wong<sup>4</sup>-gwok<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> jau<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> jiu<sup>3</sup>-goo<sup>3</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup> Ching<sup>2</sup> duk<sup>6</sup>  
 王国， 上帝 就会 照顾 他们。( 请 读  
 Ma<sup>5</sup>-taai<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> Yau<sup>4</sup>-yue<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> yat<sup>1</sup>-heung<sup>3</sup> sun<sup>3</sup>-sat<sup>6</sup>  
 马太福音 6:33) 由于 耶和華 一向 信实  
 hoh<sup>2</sup>-kaau<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> ying<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> chung<sup>4</sup>-bat<sup>1</sup> lok<sup>6</sup>-hung<sup>1</sup> soh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup>  
 可靠， 他的 应许 从不 落空， 所以 耶稣  
 hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> je<sup>2</sup>-moh<sup>1</sup> hang<sup>2</sup>-ding<sup>6</sup> dei<sup>6</sup> jok<sup>3</sup>-chut<sup>1</sup> bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup> Yi<sup>5</sup>-choi<sup>3</sup>-a<sup>3</sup>-sue<sup>1</sup>  
 可以 这么 肯定 地 作出 保证。( 以赛亚书 55:11)  
 Tung<sup>4</sup>-yeung<sup>6</sup> dei<sup>6</sup> yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> chuen<sup>4</sup>-sam<sup>1</sup> sun<sup>3</sup>-lai<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
 同样 地， 如果 我们 全心 信赖 耶和華，  
 Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> ya<sup>5</sup> wooi<sup>5</sup> sat<sup>6</sup>-yin<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> sing<sup>4</sup>-nok<sup>6</sup> Ta<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> Ngoh<sup>5</sup>  
 耶和華 也 会 实现 他的 承诺。他说：“我  
 kuet<sup>3</sup>-bat<sup>1</sup> lei<sup>4</sup>-hei<sup>3</sup> nei<sup>5</sup> kuet<sup>3</sup>-bat<sup>1</sup> pit<sup>3</sup>-ha<sup>6</sup> nei<sup>5</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>  
 决不 离弃 你， 决不 撇下 你。”( 希伯来书 13:5)

Wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dui<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> joi<sup>6</sup> Ma<sup>5</sup>-taai<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup>  
 4. 为什么 我们 对 耶稣 在 马太福音 6:33 的 保证  
 yau<sup>5</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup>  
 有 信心？

Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup> tai<sup>4</sup> do<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> ying<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> gan<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> joi<sup>6</sup> Ma<sup>5</sup>-taai<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup>  
希伯来书 提到的 应许 , 跟 耶稣 在 马太福音

tai<sup>4</sup>-chut<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup> yau<sup>5</sup> mat<sup>6</sup>-chit<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> gwaan<sup>1</sup>-hai<sup>6</sup>  
提出 的 保证 , 有 密切 的 关系 。

Yau<sup>5</sup> yat<sup>1</sup> chi<sup>3</sup> si<sup>3</sup>-to<sup>4</sup> Bei<sup>2</sup>-dak<sup>1</sup> man<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yi<sup>5</sup>-ging<sup>1</sup>  
5 有 一 次 使徒 彼得 问 耶稣 : “ 我们 已经  
pit<sup>3</sup>-ha<sup>6</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup> gan<sup>1</sup>-chui<sup>4</sup> nei<sup>5</sup> liu<sup>5</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> do<sup>3</sup>-dai<sup>2</sup> wooi<sup>5</sup> dak<sup>1</sup>-jeuk<sup>6</sup>  
撇下 一切 跟随 你 了。 我们 到底 会 得着

sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> ne<sup>1</sup> Ma<sup>5</sup>-taai<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> bing<sup>6</sup> moot<sup>6</sup>-yau<sup>5</sup> gok<sup>3</sup>-dak<sup>1</sup>  
什么 呢 ? ” ( 马太福音 19:27) 耶稣 并 没有 觉得

Bei<sup>2</sup>-dak<sup>1</sup> bat<sup>1</sup> goi<sup>1</sup> man<sup>6</sup> je<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> man<sup>6</sup>-tai<sup>4</sup> seung<sup>1</sup>-faan<sup>2</sup> ta<sup>1</sup>  
彼得 不 该 问 这样 的 问题 , 相反 , 他

suet<sup>3</sup> jung<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> moon<sup>4</sup>-to<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> gan<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> yat<sup>1</sup>-hei<sup>2</sup> joi<sup>6</sup> tin<sup>1</sup>-seung<sup>6</sup>  
说 忠心 的 门徒 会 跟 他 一起 在 天上

jok<sup>3</sup>-wong<sup>4</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> yan<sup>1</sup> ji<sup>6</sup>-ngoh<sup>5</sup>-hei<sup>1</sup>-sang<sup>1</sup> yi<sup>4</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
作王 , 他们 会 因 自我牺牲 而 得到 奖赏 。

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> joi<sup>6</sup> lok<sup>6</sup>-yuen<sup>4</sup> loi<sup>4</sup> do<sup>3</sup> yi<sup>5</sup>-chin<sup>4</sup> ya<sup>5</sup> wooi<sup>5</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
我们 在 乐园 来到 以前 , 也 会 得到 奖赏 。

Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> Faan<sup>4</sup> wai<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> ming<sup>4</sup> pit<sup>3</sup>-ha<sup>6</sup> liu<sup>5</sup>  
耶稣 说 : “ 凡 为 我 的 名 撇下 了

fong<sup>4</sup>-uk<sup>1</sup> hing<sup>1</sup>-dai<sup>6</sup> ji<sup>2</sup>-mooi<sup>6</sup> foo<sup>6</sup>-chan<sup>1</sup> mo<sup>5</sup>-chan<sup>1</sup> haai<sup>4</sup>-ji<sup>2</sup>  
房屋 、 兄弟 、 姊妹 、 父亲 、 母亲 、 孩子

waak<sup>6</sup> to<sup>2</sup>-dei<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> do<sup>1</sup> wooi<sup>5</sup> dak<sup>1</sup>-jeuk<sup>6</sup> hui<sup>2</sup>-doh<sup>1</sup> pooi<sup>5</sup> yau<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> dak<sup>1</sup>-jeuk<sup>6</sup>  
或 土地 的 , 都 会 得着 许多 倍 , 又 会 得着

wing<sup>5</sup>-sang<sup>1</sup> Ma<sup>5</sup>-taai<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> moon<sup>4</sup>-to<sup>4</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> dik<sup>1</sup>  
永生 。” ( 马太福音 19:29) 耶稣 的 门徒 得到 的

fuk<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup> yuen<sup>5</sup>-bei<sup>2</sup> hei<sup>1</sup>-sang<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> dung<sup>1</sup>-sai<sup>1</sup> waan<sup>4</sup> yiu<sup>3</sup> doh<sup>1</sup> Suk<sup>6</sup>-ling<sup>4</sup> dik<sup>1</sup>  
福分 , 远 比 牺牲 的 东西 还 要 多。 属灵 的

foo<sup>6</sup>-chan<sup>1</sup> mo<sup>5</sup>-chan<sup>1</sup> hing<sup>1</sup>-dai<sup>6</sup> ji<sup>2</sup>-mooi<sup>6</sup> haai<sup>4</sup>-ji<sup>2</sup> bat<sup>1</sup> si<sup>6</sup> bei<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
父亲 、 母亲 、 兄弟 、 姊妹 、 孩子 , 不 是 比 我们

wai<sup>6</sup> Wong<sup>4</sup>-gwok<sup>3</sup> fong<sup>3</sup>-hei<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup>-mat<sup>6</sup> gang<sup>3</sup> yau<sup>5</sup> ga<sup>3</sup>-jik<sup>6</sup> ma<sup>1</sup>  
为 王国 放弃 的 事物 更 有 价值 吗 ?

Wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> dui<sup>3</sup> Bei<sup>2</sup>-dak<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> wooi<sup>4</sup>-daap<sup>3</sup> ling<sup>6</sup> yan<sup>4</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> daai<sup>6</sup>-jang<sup>1</sup>  
5. 为什么 耶稣 对 彼得 的 回答 令 人 信心 大增 ?

Sang<sup>1</sup>-ming<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> naau<sup>4</sup>  
“ 生命 的 锚 ”

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> ying<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> wooi<sup>5</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> sung<sup>4</sup>-baai<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup>  
6 耶和華 應許 會 獎賞 崇拜 他 的 人 ,  
je<sup>2</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> do<sup>6</sup>-gwoh<sup>3</sup> haau<sup>2</sup>-yim<sup>6</sup> bo<sup>2</sup>-chi<sup>4</sup> jung<sup>1</sup>-jing<sup>1</sup>  
這 可以 幫助 我們 渡過 考驗 , 保持 忠貞 。  
Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> jung<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> buk<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> chui<sup>4</sup>-liu<sup>5</sup> yin<sup>6</sup>-joi<sup>6</sup> jau<sup>6</sup> nang<sup>4</sup> heung<sup>2</sup>-yau<sup>5</sup>  
上帝 忠心 的 僕人 除了 現在 就 能 享有  
fung<sup>1</sup>-foo<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> fuk<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup> yi<sup>5</sup>-ngoi<sup>6</sup> waan<sup>4</sup> yit<sup>6</sup>-chit<sup>3</sup> paan<sup>3</sup>-mong<sup>6</sup> joi<sup>6</sup> mei<sup>6</sup>-loi<sup>4</sup>  
豐富 的 福分 以外 , 還 熱切 盼望 在 未來  
dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> gang<sup>3</sup> doh<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> fuk<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup> Tai<sup>4</sup>-moh<sup>1</sup>-taai<sup>3</sup>-chin<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup> Yan<sup>1</sup>-chi<sup>2</sup>  
得到 更 多 的 福分 。 ( 提摩太前書 4:8) 因此 ,  
ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> sam<sup>1</sup>-sun<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> bit<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> han<sup>2</sup>-chit<sup>3</sup> cham<sup>4</sup>-kau<sup>4</sup> ta<sup>1</sup>  
我們 深信 耶和華 必 “ 獎賞 懇切 尋求 他  
dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup> Je<sup>2</sup>-goh<sup>3</sup> sun<sup>3</sup>-nim<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> gung<sup>2</sup>-goo<sup>3</sup>  
的 人 ” 。 ( 希伯來書 11:6) 這個 信念 可以 巩固  
ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> si<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> gin<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> yi<sup>4</sup>  
我們 的 信心 , 使 我們 堅定 不 移。

Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> joi<sup>6</sup> Dang<sup>1</sup>-saan<sup>1</sup>-bo<sup>2</sup>-fan<sup>3</sup> jung<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> Yiu<sup>3</sup> foon<sup>1</sup>-hei<sup>2</sup>-jeuk<sup>3</sup>-yeuk<sup>3</sup>  
7 耶穌 在 “ 登山寶訓 ” 中 說 : “ 要 歡喜雀躍 ,  
yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> nei<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> joi<sup>6</sup> tin<sup>1</sup>-seung<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> si<sup>6</sup> daai<sup>6</sup> dik<sup>1</sup>  
因為 你們 在 天上 的 獎賞 是 大 的 。  
Joi<sup>6</sup> nei<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yi<sup>5</sup>-chin<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> sin<sup>1</sup>-ji<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> ya<sup>5</sup> si<sup>6</sup> je<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup>  
在 你們 以前 的 先知 , 人 也 是 這 樣  
bik<sup>1</sup>-hoi<sup>6</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup> Ma<sup>5</sup>-taai<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> Bat<sup>1</sup> si<sup>6</sup> ji<sup>2</sup>-yau<sup>5</sup> do<sup>3</sup>  
迫害 他們 。” ( 馬太福音 5:12) 不 是 只 有 到

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> ging<sup>1</sup>-lik<sup>6</sup> haau<sup>2</sup>-yim<sup>6</sup> si<sup>4</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> ying<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup>  
6. 我們 經歷 考驗 時 , 耶和華 的 應許 可以

jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
怎樣 幫助 我們 ?

Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> kap<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> ho<sup>2</sup>-jeung<sup>6</sup> naau<sup>4</sup>  
7. 聖經 給 我們 的 希望 怎樣 好像 錨  
yat<sup>1</sup>-yeung<sup>6</sup>  
一 樣 ?

tin<sup>1</sup>-seung<sup>6</sup> wok<sup>6</sup>-dak<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> choi<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> hei<sup>2</sup>-lok<sup>6</sup> yau<sup>5</sup>  
 天上 获得 奖赏 的 人 才 会 喜 乐 ， 有  
 hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> joi<sup>6</sup> dei<sup>6</sup>-seung<sup>6</sup> lok<sup>6</sup>-yuen<sup>4</sup> lui<sup>5</sup> heung<sup>2</sup> wing<sup>5</sup>-sang<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> ya<sup>5</sup>  
 希 望 在 地 上 乐 园 里 享 永 生 的 人 也  
 wooi<sup>5</sup> foon<sup>1</sup>-hei<sup>2</sup>-jeuk<sup>3</sup>-yeuk<sup>3</sup> Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup> Lo<sup>6</sup>-ga<sup>1</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup>  
 会 “ 欢 喜 雀 跃 ”。( 诗 篇 37:11; 路 加 福 音 18:30)  
 Bat<sup>1</sup>-lun<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> si<sup>6</sup> joi<sup>6</sup> tin<sup>1</sup>-seung<sup>6</sup> waan<sup>4</sup>-si<sup>6</sup> dei<sup>6</sup>-seung<sup>6</sup>  
 不 论 我 们 的 希 望 是 在 天 上 还 是 地 上 ，  
 je<sup>2</sup>-goh<sup>3</sup> hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> jeung<sup>6</sup> sang<sup>1</sup>-ming<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> naau<sup>4</sup> yat<sup>1</sup>-yeung<sup>6</sup> yau<sup>6</sup> kok<sup>3</sup>-ding<sup>6</sup>  
 这 个 希 望 “ 像 生 命 的 锚 一 样 ” ， 又 确 定  
 yau<sup>6</sup> lo<sup>4</sup>-kaau<sup>3</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup> Jing<sup>3</sup>-yue<sup>4</sup> sien<sup>4</sup>-naau<sup>4</sup> nang<sup>4</sup>  
 又 牢 靠 ”。( 希 伯 来 书 6:17-20) 正 如 船 锚 能  
 joi<sup>6</sup> bo<sup>6</sup>-fung<sup>1</sup> jung<sup>1</sup> wan<sup>2</sup>-ding<sup>6</sup> sien<sup>4</sup>-jek<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yit<sup>6</sup>-chit<sup>3</sup> hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup>  
 在 暴 风 中 稳 定 船 只 ， 我 们 热 切 希 望  
 dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ya<sup>5</sup> nang<sup>4</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> joi<sup>6</sup> ching<sup>4</sup>-sui<sup>5</sup>  
 得 到 奖 赏 ， 也 能 帮 助 我 们 在 情 绪 、  
 jing<sup>1</sup>-san<sup>4</sup> woh<sup>4</sup> suk<sup>6</sup>-ling<sup>4</sup> fong<sup>1</sup>-min<sup>6</sup> bo<sup>2</sup>-chi<sup>4</sup> wan<sup>2</sup>-ding<sup>6</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yue<sup>6</sup>-do<sup>3</sup>  
 精 神 和 属 灵 方 面 保 持 稳 定 。 我 们 遇 到  
 kwan<sup>3</sup>-naan<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>4</sup>-hau<sup>6</sup> je<sup>2</sup>-goh<sup>3</sup> hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> kap<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
 困 难 的 时 候 ， 这 个 希 望 会 给 我 们  
 lik<sup>6</sup>-leung<sup>6</sup> yan<sup>2</sup>-noi<sup>6</sup> ha<sup>6</sup>-hui<sup>3</sup>  
 力 量 忍 耐 下 去 。

Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> kap<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup>  
 8 圣 经 给 我 们 的 希 望 ， 可 以 减 轻  
 sang<sup>1</sup>-woot<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> ying<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> jau<sup>6</sup> jeung<sup>6</sup> suk<sup>6</sup>-ling<sup>4</sup> dik<sup>1</sup>  
 生 活 的 忧 虑 。 上 帝 的 应 许 就 像 属 灵 的  
 go<sup>1</sup>-yau<sup>4</sup> yat<sup>1</sup>-yeung<sup>6</sup> nang<sup>4</sup> foo<sup>2</sup>-wai<sup>3</sup> yan<sup>4</sup>-sam<sup>1</sup> sue<sup>1</sup>-woon<sup>4</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup>  
 膏 油 一 样 能 抚 慰 人 心 ， 舒 缓 忧 虑 。  
 Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> nang<sup>4</sup>-gau<sup>3</sup> ba<sup>2</sup> chung<sup>5</sup>-daam<sup>3</sup> se<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> ji<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> ta<sup>1</sup>  
 我 们 能 够 把 重 担 卸 给 耶 和 华 ， 知 道 他

Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> kap<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> gaam<sup>2</sup>-heng<sup>1</sup>  
 8. 圣 经 给 我 们 的 希 望 可 以 怎 样 减 轻  
 sang<sup>1</sup>-woot<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup>  
 生 活 的 忧 虑 ？

wooi<sup>5</sup> foo<sup>4</sup>-chi<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> sat<sup>6</sup>-joi<sup>6</sup> ling<sup>6</sup> yan<sup>4</sup> gam<sup>2</sup>-do<sup>3</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup> on<sup>1</sup>-wai<sup>3</sup>  
会 扶持 我们 , 实在 令人 感到 非常 安慰 !

Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> yuen<sup>4</sup>-chuen<sup>4</sup> seung<sup>1</sup>-sun<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup>  
( 诗篇 55:22) 我们 可以 完全 相信 , 上帝

joi<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> san<sup>1</sup>-seung<sup>6</sup> soh<sup>2</sup> sing<sup>4</sup>-jau<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> woi<sup>5</sup> yuen<sup>5</sup>-yuen<sup>5</sup> chiu<sup>1</sup>-gwoh<sup>3</sup>  
在 我们 身上 所 成就 的 , 会 “ 远远 超过

ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup> soh<sup>2</sup> kau<sup>4</sup> soh<sup>2</sup> seung<sup>2</sup> dik<sup>1</sup> Yi<sup>5</sup>-fat<sup>1</sup>-soh<sup>2</sup>-sue<sup>1</sup>  
我们 一切 所 求 所 想 的 ”。( 以弗所书 3:20)

Nei<sup>5</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> seung<sup>2</sup>-jeung<sup>6</sup> yat<sup>1</sup>-ha<sup>5</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> joi<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> san<sup>1</sup>-seung<sup>6</sup>  
你 可以 想象 一下 , 上帝 在 我们 身上

soh<sup>2</sup> sing<sup>4</sup>-jau<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> bing<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> si<sup>6</sup> gong<sup>1</sup>-gong<sup>1</sup> ho<sup>2</sup> ya<sup>5</sup> bat<sup>1</sup> si<sup>6</sup> chiu<sup>1</sup>-gwoh<sup>3</sup>  
所 成就 的 , 并 不是 刚刚 好 , 也 不是 超过

yat<sup>1</sup>-dim<sup>2</sup>-dim<sup>2</sup> yi<sup>4</sup>-si<sup>6</sup> yuen<sup>5</sup>-yuen<sup>5</sup> chiu<sup>1</sup>-gwoh<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> soh<sup>2</sup> kau<sup>4</sup> soh<sup>2</sup>  
一点点 , 而是 “ 远远 超过 ” 我们 所 求 所

seung<sup>2</sup> dik<sup>1</sup>  
想 的 !

Bat<sup>1</sup>-gwoh<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup> seung<sup>2</sup> yiu<sup>3</sup> wok<sup>6</sup>-dak<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
9 不过 , 我们 如果 想 要 获得 奖赏 ,

jau<sup>6</sup>-yiu<sup>3</sup> dui<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> waai<sup>4</sup>-yau<sup>5</sup> sap<sup>6</sup>-juk<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> fuk<sup>6</sup>-chung<sup>4</sup> ta<sup>1</sup>  
就要 对 耶和華 怀有 十足 的 信心 , 服从 他

dik<sup>1</sup> ji<sup>2</sup>-yan<sup>5</sup> Moh<sup>1</sup>-sai<sup>1</sup> go<sup>3</sup>-so<sup>3</sup> Yi<sup>5</sup>-sik<sup>1</sup>-lit<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> suet<sup>3</sup> Joi<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
的 指引 。 摩西 告诉 以色列人 说 : “ 在 耶和華

nei<sup>5</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> chi<sup>3</sup> kap<sup>1</sup> nei<sup>5</sup> jo<sup>6</sup> chaan<sup>2</sup>-yip<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> dei<sup>6</sup>-seung<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup>  
你 上帝 赐 给 你 做 产业 的 地上 , 耶和華

bit<sup>1</sup> chi<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup> kap<sup>1</sup> nei<sup>5</sup> Ji<sup>2</sup>-yiu<sup>3</sup> nei<sup>5</sup> teng<sup>1</sup>-chung<sup>4</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> nei<sup>5</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup>  
必 赐福 给 你 。 只要 你 听从 耶和華 你 上帝

dik<sup>1</sup> wa<sup>6</sup> gan<sup>2</sup>-san<sup>6</sup> jun<sup>1</sup>-hang<sup>4</sup> gam<sup>1</sup>-tin<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup> fan<sup>1</sup>-foo<sup>3</sup> nei<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> je<sup>2</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup>  
的 话 , 谨慎 遵行 今天 我 吩咐 你 的 这 一切

gaai<sup>3</sup>-ming<sup>6</sup> nei<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> jau<sup>6</sup> bit<sup>1</sup> chi<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup> kap<sup>1</sup>  
诫命 , 你 的 上帝 耶和華 就 必 赐福 给

Dui<sup>3</sup>-yue<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> woi<sup>5</sup> chi<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup> kap<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup>  
9. 对于 上帝 会 赐福 给 我们 , 我们 可以

waai<sup>4</sup>-yau<sup>5</sup> doh<sup>1</sup> daai<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup>  
怀有 多 大 的 信心 ?



nei<sup>5</sup> jing<sup>3</sup>-yue<sup>4</sup> ta<sup>1</sup> soh<sup>2</sup> ying<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> nei<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> San<sup>1</sup>-ming<sup>6</sup>-gei<sup>3</sup> Nei<sup>5</sup>  
 你，正如他所应许你的。”(申命记 15:4-6) 你  
 yau<sup>5</sup> moot<sup>6</sup> yau<sup>5</sup> sap<sup>6</sup>-juk<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> seung<sup>1</sup>-sun<sup>3</sup> ji<sup>2</sup>-yiu<sup>3</sup> yat<sup>1</sup>-jik<sup>6</sup> jung<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup>  
 有没有十足的信心，相信只要一直忠心  
 si<sup>6</sup>-fung<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> jau<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> chi<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup> kap<sup>1</sup> nei<sup>5</sup> ne<sup>1</sup> Nei<sup>5</sup> kok<sup>3</sup>-sat<sup>6</sup> yau<sup>5</sup>  
 事奉上帝，他就会赐福给你呢？你确实有  
 chung<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup> lei<sup>5</sup>-yau<sup>4</sup> waai<sup>4</sup>-yau<sup>5</sup> gin<sup>1</sup>-keung<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup>  
 充分理由怀有坚强的信心。

## Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> si<sup>6</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> yan<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> 耶和華是獎賞人的上帝

Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> kai<sup>2</sup>-si<sup>6</sup> yan<sup>4</sup> se<sup>2</sup> ha<sup>6</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> chung<sup>4</sup>-jung<sup>1</sup>  
 10 上帝启示人写下圣经，我们从中  
 wok<sup>6</sup>-yik<sup>1</sup>-leung<sup>4</sup>-doh<sup>1</sup> Loh<sup>4</sup>-ma<sup>5</sup>-sue<sup>1</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> gei<sup>3</sup>-joi<sup>3</sup> liu<sup>5</sup>  
 获益良多。(罗马书 15:4) 圣经记载了  
 Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> jung<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> buk<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup>  
 耶和華怎样獎賞忠心的人，约瑟  
 dik<sup>1</sup> ging<sup>1</sup>-lik<sup>6</sup> jau<sup>6</sup>-si<sup>6</sup> goh<sup>3</sup> ho<sup>2</sup> lai<sup>6</sup>-ji<sup>2</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup> bei<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> goh<sup>4</sup>-goh<sup>1</sup>  
 的经历就是个好例子。约瑟被他的哥哥  
 chut<sup>1</sup>-maai<sup>6</sup> yau<sup>6</sup> bei<sup>6</sup> jue<sup>2</sup>-yan<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> chai<sup>1</sup>-ji<sup>2</sup> mo<sup>4</sup>-go<sup>3</sup> jui<sup>3</sup>-hau<sup>6</sup> san<sup>1</sup>-ham<sup>6</sup>  
 出卖，又被主人的妻子诬告，最后身陷  
 lo<sup>4</sup>-lung<sup>4</sup> Hoh<sup>2</sup>-si<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> yau<sup>5</sup> moot<sup>6</sup> yau<sup>5</sup> lei<sup>4</sup>-hei<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> ne<sup>1</sup> Juet<sup>6</sup>  
 牢笼。可是，耶和華有没有离弃他呢？绝  
 moot<sup>6</sup>-yau<sup>5</sup> Ging<sup>1</sup>-man<sup>4</sup> suet<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> gai<sup>3</sup>-juk<sup>6</sup> yue<sup>5</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup>  
 没有！经文说：“耶和華继续与约瑟  
 tung<sup>4</sup>-joi<sup>6</sup> heung<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> daai<sup>6</sup> hin<sup>2</sup> jung<sup>1</sup>-jing<sup>1</sup> ji<sup>1</sup> oi<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> yue<sup>5</sup>  
 同在，向他大显忠贞之爱……耶和華与  
 Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup> tung<sup>4</sup>-joi<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> si<sup>2</sup> ta<sup>1</sup> soh<sup>2</sup> baan<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup> jun<sup>6</sup> do<sup>1</sup>  
 约瑟同在，耶和華使他所办的事，尽都  
 hang<sup>1</sup>-tung<sup>1</sup> Chong<sup>3</sup>-sai<sup>3</sup>-gei<sup>3</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup> sui<sup>1</sup>-yin<sup>4</sup> sau<sup>6</sup>-jun<sup>6</sup> si<sup>3</sup>-lin<sup>6</sup>  
 亨通。”(创世记 39:21-23) 约瑟虽然受尽试炼，  
 daan<sup>6</sup> ying<sup>4</sup> noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> dang<sup>2</sup>-hau<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup>  
 但仍耐心等候上帝。

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup>  
 10,11. 耶和華怎样獎賞约瑟？

Doh<sup>1</sup> nin<sup>4</sup> yi<sup>5</sup>-hau<sup>6</sup> Oi<sup>1</sup>-kap<sup>6</sup> Faat<sup>3</sup>-lo<sup>5</sup> yeung<sup>6</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup> chung<sup>4</sup>-wok<sup>6</sup>  
 11 多 年 以 后 ， 埃 及 法 老 让 约 瑟 重 获  
 ji<sup>6</sup>-yau<sup>4</sup> bing<sup>6</sup> yam<sup>6</sup>-ming<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> ji<sup>6</sup>-lei<sup>5</sup> Oi<sup>1</sup>-kap<sup>6</sup> dei<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> gan<sup>2</sup> chi<sup>3</sup>-yue<sup>1</sup> Faat<sup>3</sup>-lo<sup>5</sup>  
 自 由 ， 并 任 命 他 治 理 埃 及 ， 地 位 仅 次 于 法 老 。  
 Chong<sup>3</sup>-sai<sup>3</sup>-gei<sup>3</sup> Hau<sup>6</sup>-loi<sup>4</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> chai<sup>1</sup>-ji<sup>2</sup> sang<sup>1</sup>-liu<sup>5</sup>  
 ( 创 世 记 41:1,37-43) 后 来 ， 约 瑟 的 妻 子 生 了  
 leung<sup>5</sup> goh<sup>3</sup> yi<sup>4</sup>-ji<sup>2</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup> kap<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-ji<sup>2</sup> hei<sup>2</sup>-ming<sup>4</sup> giu<sup>3</sup>  
 两 个 儿 子 。 圣 经 说 ： “ 约 瑟 给 长 子 起 名 叫  
 Ma<sup>5</sup>-na<sup>4</sup>-sai<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> si<sup>6</sup> yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> si<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup> mong<sup>4</sup>-gei<sup>3</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup>  
 玛 拿 西 ， 他 说 是 因 为 ‘ 上 帝 使 我 忘 记 一 切  
 foo<sup>2</sup>-fong<sup>3</sup> woh<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup> foo<sup>6</sup>-chan<sup>1</sup> chuen<sup>4</sup>-ga<sup>1</sup> yau<sup>6</sup> kap<sup>1</sup> chi<sup>3</sup>-ji<sup>2</sup> hei<sup>2</sup>-ming<sup>4</sup> giu<sup>3</sup>  
 苦 况 和 我 父 亲 全 家 ’ ； 又 给 次 子 起 名 叫  
 Yi<sup>5</sup>-faat<sup>3</sup>-lin<sup>4</sup> ta<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> si<sup>6</sup> yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> si<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup> joi<sup>6</sup> sau<sup>6</sup>-foo<sup>2</sup>  
 以 法 莲 ， 他 说 是 因 为 ‘ 上 帝 使 我 在 受 苦  
 ji<sup>1</sup> dei<sup>6</sup> faan<sup>4</sup>-hin<sup>2</sup> cheung<sup>1</sup>-sing<sup>6</sup> Chong<sup>3</sup>-sai<sup>3</sup>-gei<sup>3</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup> dui<sup>3</sup>  
 之 地 繁 衍 昌 盛 ’ 。” ( 创 世 记 41:51,52) 约 瑟 对  
 Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> jung<sup>1</sup>-jing<sup>1</sup> git<sup>3</sup>-gwoh<sup>2</sup> wok<sup>6</sup>-dak<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> gau<sup>3</sup>-liu<sup>5</sup>  
 上 帝 忠 贞 ， 结 果 获 得 奖 赏 ， 救 了  
 Yi<sup>5</sup>-sik<sup>1</sup>-lit<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> woh<sup>4</sup> Oi<sup>1</sup>-kap<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> Jik<sup>6</sup>-dak<sup>1</sup> lau<sup>4</sup>-yi<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup> Yeuk<sup>3</sup>-sat<sup>1</sup>  
 以 色 列 人 和 埃 及 人 。 值 得 留 意 的 是 ， 约 瑟  
 ching<sup>1</sup>-choh<sup>2</sup> ji<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> si<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> chi<sup>3</sup> kap<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> je<sup>2</sup>-se<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> woh<sup>4</sup>  
 清 楚 知 道 ， 是 耶 和 华 赐 给 他 这 些 奖 赏 和  
 fuk<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> Chong<sup>3</sup>-sai<sup>3</sup>-gei<sup>3</sup>  
 福 分 的 。 ( 创 世 记 45:5-9)

Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> Gei<sup>1</sup>-duk<sup>1</sup> ya<sup>5</sup> yat<sup>1</sup>-yeung<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> joi<sup>6</sup> jung<sup>2</sup>-jung<sup>2</sup> haau<sup>2</sup>-yim<sup>6</sup> ha<sup>6</sup>  
 12 耶 稣 基 督 也 一 样 ， 他 在 种 种 考 验 下  
 ying<sup>4</sup>-yin<sup>4</sup> sun<sup>6</sup>-fuk<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> git<sup>3</sup>-gwoh<sup>2</sup> wok<sup>6</sup>-dak<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
 仍 然 顺 服 上 帝 ， 结 果 获 得 奖 赏 。  
 Sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup> haau<sup>2</sup>-yim<sup>6</sup> ne<sup>1</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> Ta<sup>1</sup>  
 什 么 帮 助 耶 稣 应 付 考 验 呢 ？ 圣 经 说 ： “ 他  
 yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> baai<sup>2</sup> joi<sup>6</sup> chin<sup>4</sup>-tau<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> hei<sup>2</sup>-lok<sup>6</sup> jau<sup>6</sup> hing<sup>1</sup>-hon<sup>3</sup> sau<sup>1</sup>-yuk<sup>6</sup>  
 因 为 摆 在 前 头 的 喜 乐 ， 就 轻 看 羞 辱 ，

Wai<sup>6</sup>-sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> nang<sup>4</sup> joi<sup>6</sup> haau<sup>2</sup>-yim<sup>6</sup> ha<sup>6</sup> bo<sup>2</sup>-chi<sup>4</sup> jung<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup>  
 12. 为 什 么 耶 稣 能 在 考 验 下 保 持 忠 心 ？

joi<sup>6</sup> foo<sup>2</sup>-ying<sup>4</sup>-chue<sup>5</sup> seung<sup>6</sup> yan<sup>2</sup>-noi<sup>6</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup> nang<sup>4</sup>  
 在 苦刑柱 上 忍耐 。”( 希伯来书 12:2) 耶稣 能  
 si<sup>2</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> ming<sup>4</sup> jeung<sup>1</sup>-hin<sup>2</sup> wai<sup>4</sup> sing<sup>3</sup> yat<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup> sap<sup>6</sup>-fan<sup>1</sup>  
 使 上帝 的 名 彰显 为 圣 , 一定 十分  
 hei<sup>2</sup>-lok<sup>6</sup> Ling<sup>6</sup>-ngoi<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> ya<sup>5</sup> wok<sup>6</sup>-dak<sup>1</sup> tin<sup>1</sup>-foo<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> ga<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> kap<sup>6</sup> wing<sup>4</sup>-yiu<sup>6</sup>  
 喜乐 。 另外 , 他 也 获得 天父 的 嘉许 及 荣耀  
 jok<sup>3</sup>-wai<sup>4</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> joh<sup>6</sup> joi<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> bo<sup>2</sup>-joh<sup>6</sup> dik<sup>1</sup>  
 作为 奖赏 , 圣经 说 他 “ 坐 在 上帝 宝座 的  
 yau<sup>6</sup>-bin<sup>1</sup> Kei<sup>4</sup>-ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> ging<sup>1</sup>-man<sup>4</sup> ya<sup>5</sup> suet<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> ba<sup>2</sup> ta<sup>1</sup> tai<sup>4</sup>-sing<sup>1</sup>  
 右边 ”。 其他 的 经文 也 说 , “ 上帝 把 他 提升  
 do<sup>3</sup> gang<sup>3</sup> go<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> dei<sup>6</sup>-wai<sup>6</sup> wai<sup>6</sup>-yin<sup>4</sup> chi<sup>3</sup> kap<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> ling<sup>4</sup>-ga<sup>3</sup> kei<sup>4</sup>-ta<sup>1</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup>  
 到 更 高 的 地位 , 惠然 赐 给 他 凌驾 其他 一切  
 ming<sup>4</sup>-ji<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> ming<sup>4</sup>-ji<sup>6</sup> Fei<sup>4</sup>-laap<sup>6</sup>-bei<sup>2</sup>-sue<sup>1</sup>  
 名字 的 名字 ”。( 腓立比书 2:9)

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> bit<sup>1</sup> bat<sup>1</sup> mong<sup>4</sup>-gei<sup>3</sup>

耶 和 华 必 不 忘 记

ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> sin<sup>6</sup>-gung<sup>1</sup>

我 们 的 善 工

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> hang<sup>2</sup>-ding<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> wai<sup>6</sup>-liu<sup>5</sup> si<sup>6</sup>-fung<sup>6</sup>  
 13 我 们 可 以 肯 定 , 我 们 为 了 事 奉

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> soh<sup>2</sup> foo<sup>6</sup>-chut<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> mui<sup>5</sup> yat<sup>1</sup> fan<sup>1</sup> no<sup>5</sup>-lik<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> do<sup>1</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup>  
 耶 和 华 所 付 出 的 每 一 分 努 力 , 他 都 非 常

jung<sup>6</sup>-si<sup>6</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> gam<sup>2</sup>-do<sup>3</sup> wong<sup>4</sup>-hung<sup>2</sup> ku<sup>2</sup>-fat<sup>6</sup> ji<sup>6</sup>-sun<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup>  
 重 视 。 我 们 感 到 惶 恐 、 缺 乏 自 信 , 上 帝

ching<sup>1</sup>-choh<sup>2</sup> liu<sup>5</sup>-gaai<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yan<sup>1</sup> ging<sup>1</sup>-jai<sup>3</sup> chung<sup>5</sup>-daam<sup>3</sup> pooi<sup>5</sup> gam<sup>2</sup>  
 清 楚 了 解 ; 我 们 因 经 济 重 担 , 倍 感

aat<sup>3</sup>-lik<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup> gwaan<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yan<sup>1</sup> gin<sup>6</sup>-hong<sup>1</sup> bat<sup>1</sup>  
 压 力 , 上 帝 非 常 关 心 ; 我 们 因 健 康 不

gaai<sup>1</sup> ching<sup>4</sup>-sui<sup>5</sup> dai<sup>1</sup>-lok<sup>6</sup> yi<sup>4</sup> mo<sup>4</sup>-faat<sup>3</sup> jok<sup>3</sup> gang<sup>3</sup> doh<sup>1</sup> fuk<sup>6</sup>-mo<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup>  
 佳 、 情 绪 低 落 而 无 法 作 更 多 服 务 , 上 帝

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> dui<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> wai<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> soh<sup>2</sup> jo<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup> yau<sup>5</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> gam<sup>2</sup>-gok<sup>3</sup>  
 13,14. 耶 和 华 对 我 们 为 他 所 做 的 事 有 什 么 感 觉 ?

sap<sup>6</sup>-fan<sup>1</sup> tai<sup>2</sup>-sut<sup>1</sup> Ngho<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> seung<sup>1</sup>-sun<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> han<sup>2</sup>  
十分 体恤。 我们 可以 相信， 上帝 很  
jan<sup>1</sup>-sik<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> no<sup>5</sup>-lik<sup>6</sup> ji<sup>2</sup>-yiu<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> chuen<sup>4</sup>-lik<sup>6</sup>-yi<sup>5</sup>-foo<sup>6</sup>  
珍惜 我们 的 努力， 只要 我们 全力以赴、  
jung<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> do<sup>3</sup>-dai<sup>2</sup> ta<sup>1</sup> juet<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> wooi<sup>5</sup> mong<sup>4</sup>-gei<sup>3</sup> Ching<sup>2</sup> duk<sup>6</sup>  
忠心 到底， 他 绝 不 会 忘记。(请 读

Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>

### 希伯来书 6:10,11)

14 Ngho<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yiu<sup>3</sup> gei<sup>3</sup>-dak<sup>1</sup> chan<sup>1</sup>-gan<sup>6</sup> ting<sup>3</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> jue<sup>2</sup> jeung<sup>1</sup>  
我们 要 记得， 亲近 “听 祷告 的主”， 将  
soh<sup>2</sup> daam<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup> go<sup>3</sup>-so<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> yat<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> sui<sup>4</sup>-ting<sup>3</sup>  
所 担心 的 事 告诉 上帝， 他 一定 会 垂听。

Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> si<sup>6</sup> chi<sup>4</sup>-bei<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> foo<sup>6</sup>-chan<sup>1</sup> ya<sup>5</sup> si<sup>6</sup> chi<sup>3</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup>  
(诗篇 65:2) 耶和華 是 “慈悲 的 父亲， 也是 赐 一切

on<sup>1</sup>-wai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> wooi<sup>5</sup> hong<sup>2</sup>-koi<sup>3</sup> dei<sup>6</sup> moon<sup>5</sup>-juk<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
安慰 的 上帝”， 他 会 慷慨 地 满足 我们

gam<sup>2</sup>-ching<sup>4</sup> seung<sup>6</sup> woh<sup>4</sup> suk<sup>6</sup>-ling<sup>4</sup> seung<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> sui<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup>  
感情 上 和 属灵 上 的 需要。

Goh<sup>1</sup>-lam<sup>4</sup>-doh<sup>1</sup>-hau<sup>6</sup>-sue<sup>1</sup> Yau<sup>5</sup>-si<sup>4</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> tung<sup>1</sup>-gwoh<sup>3</sup>  
(哥林多后书 1:3) 有时， 耶和華 会 通过

dai<sup>6</sup>-hing<sup>1</sup> ji<sup>2</sup>-mooi<sup>6</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> gwaan<sup>1</sup>-waa<sup>1</sup>  
弟兄 姊妹 帮助 我们。 我们 关怀

bit<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>4</sup>-hau<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> jau<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> gok<sup>3</sup>-dak<sup>1</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup> yan<sup>1</sup>-wai<sup>3</sup>  
别人 的 时候， 耶和華 就会 觉得 非常 欣慰。

Sing<sup>3</sup>-ging<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> Sui<sup>4</sup> yan<sup>1</sup>-doi<sup>6</sup> hon<sup>4</sup>-mei<sup>4</sup>-yan<sup>4</sup> jau<sup>6</sup> dang<sup>2</sup>-yue<sup>1</sup> je<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup>  
圣经 说：“谁 恩待 寒微人， 就 等于 借给

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> ta<sup>1</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> hau<sup>5</sup>-doi<sup>6</sup> yan<sup>4</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> jau<sup>6</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup>  
耶和華； 他 怎样 厚待 人， 上帝 就 怎样

wooi<sup>4</sup>-bo<sup>3</sup> ta<sup>1</sup> Jam<sup>1</sup>-yin<sup>4</sup> Ma<sup>5</sup>-taai<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> Yiu<sup>3</sup>-si<sup>6</sup>  
回报 他。”(箴言 19:17; 马太福音 6:3,4) 要是

ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> hong<sup>2</sup>-koi<sup>3</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> kei<sup>4</sup>-ta<sup>1</sup> yue<sup>6</sup>-do<sup>3</sup> kwan<sup>3</sup>-naan<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup>  
我们 慷慨 帮助 其他 遇到 困难 的 人，

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> jau<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> dong<sup>3</sup> sing<sup>4</sup> si<sup>6</sup> je<sup>3</sup>-kap<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> Ta<sup>1</sup> bo<sup>2</sup>-jing<sup>3</sup> wooi<sup>5</sup>  
耶和華 就会 当 成 是 借给 他的。 他 保证 会

chan<sup>1</sup>-ji<sup>6</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
亲自 奖赏 我们。

Yin<sup>6</sup>-joi<sup>6</sup> woh<sup>4</sup> wing<sup>5</sup>-yuen<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
现在 和 永远 的 奖赏

15 Sau<sup>6</sup>-go<sup>1</sup> Gei<sup>1</sup>-duk<sup>1</sup>-to<sup>4</sup> yau<sup>5</sup> hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> jing<sup>3</sup>-yi<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> goon<sup>1</sup>-min<sup>5</sup>  
受膏 基督徒 有 希望 得到 “正义 的 冠冕”。

Tai<sup>4</sup>-moh<sup>1</sup>-taai<sup>3</sup>-hau<sup>6</sup>-sue<sup>1</sup> Do<sup>3</sup>-liu<sup>5</sup> ji<sup>2</sup>-ding<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>4</sup>-hau<sup>6</sup> on<sup>3</sup> jing<sup>3</sup>-yi<sup>6</sup>  
( 提摩太后书 4:7,8) 到了 指定的 时候 , 按 正义  
sam<sup>2</sup>-poon<sup>3</sup> yan<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> jue<sup>2</sup> bit<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup> wooi<sup>5</sup> chi<sup>3</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
审判 人 的 主 必定 会 赐 他们 奖赏 。

Yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup> nei<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> hei<sup>1</sup>-mong<sup>6</sup> bing<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> si<sup>6</sup> do<sup>3</sup> tin<sup>1</sup>-seung<sup>6</sup> hui<sup>3</sup> bat<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup>  
如果 你 的 希望 并 不是 到 天上 去 , 不要

gok<sup>3</sup>-dak<sup>1</sup> sau<sup>6</sup> do<sup>3</sup> kwai<sup>1</sup>-doi<sup>6</sup> So<sup>3</sup> baak<sup>3</sup>-maan<sup>6</sup> ling<sup>6</sup>-ngoi<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> min<sup>4</sup>-yeung<sup>4</sup> ya<sup>5</sup>  
觉得 受到 亏待 。 数 百万 “ 另外 的 绵羊 ” 也

yit<sup>6</sup>-chit<sup>3</sup> kei<sup>4</sup>-paan<sup>3</sup> mei<sup>6</sup>-loi<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> joi<sup>6</sup> dei<sup>6</sup>-seung<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> lok<sup>6</sup>-yuen<sup>4</sup>  
热切 期盼 未来 的 奖赏 , 在 地上 的 乐园

lui<sup>5</sup> heung<sup>2</sup> wing<sup>5</sup>-sang<sup>1</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> daai<sup>6</sup> heung<sup>2</sup> ping<sup>4</sup>-on<sup>1</sup> moon<sup>5</sup>-sam<sup>1</sup>  
里 享 永生 , 他们 会 “ 大 享 平安 , 满心

hei<sup>2</sup>-lok<sup>6</sup> Yeuk<sup>3</sup>-hon<sup>6</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> Si<sup>1</sup>-pin<sup>1</sup>  
喜乐 ”。( 约翰福音 10:16; 诗篇 37:11)

16 Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yau<sup>5</sup>-si<sup>4</sup> hoh<sup>2</sup>-nang<sup>4</sup> gok<sup>3</sup>-dak<sup>1</sup> ji<sup>6</sup>-gei<sup>2</sup> wai<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> jo<sup>6</sup>  
我们 有时 可能 觉得 自己 为 耶和華 做

dik<sup>1</sup> bat<sup>1</sup> doh<sup>1</sup> waak<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> kok<sup>3</sup>-ding<sup>6</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> si<sup>6</sup>-fau<sup>2</sup> yuet<sup>6</sup>-naap<sup>6</sup>  
的 不 多 , 或 不 确定 上帝 是否 悦纳

ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> foo<sup>6</sup>-chut<sup>1</sup> sam<sup>6</sup>-ji<sup>3</sup> ying<sup>6</sup>-wai<sup>4</sup> ji<sup>6</sup>-gei<sup>2</sup> bat<sup>1</sup>-pooi<sup>3</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup>  
我们 的 付出 , 甚至 认为 自己 不配 得到

jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> Yue<sup>4</sup>-gwoh<sup>2</sup> si<sup>6</sup> je<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> bat<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup> mong<sup>4</sup>-gei<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> bei<sup>2</sup>  
奖赏 。 如果 是 这样 , 不要 忘记 “ 上帝 比

ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> sam<sup>1</sup> daai<sup>6</sup> ji<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> yat<sup>1</sup>-chai<sup>3</sup> Ching<sup>2</sup> duk<sup>6</sup>  
我们 的 心 大 , 知道 一切 ”。( 请 读

Yeuk<sup>3</sup>-hon<sup>6</sup>-yat<sup>1</sup>-sue<sup>1</sup> Jik<sup>1</sup>-si<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> gok<sup>3</sup>-dak<sup>1</sup> ji<sup>6</sup>-gei<sup>2</sup> soh<sup>2</sup>  
约翰一书 3:19,20) 即使 我们 觉得 自己 所

15. Nei<sup>5</sup> paan<sup>3</sup>-mong<sup>6</sup> dak<sup>1</sup>-do<sup>3</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> Gin<sup>3</sup> biu<sup>1</sup>-jun<sup>2</sup>-boon<sup>2</sup> foh<sup>3</sup>-man<sup>4</sup>  
你 盼望 得到 什么 奖赏 ?( 见 标准本 课文

hoi<sup>1</sup>-tau<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> to<sup>4</sup>-pin<sup>2</sup>  
开头 的 图片 )

16. Yeuk<sup>3</sup>-hon<sup>6</sup>-yat<sup>1</sup>-sue<sup>1</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> kap<sup>1</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> on<sup>1</sup>-wai<sup>3</sup>  
约翰一书 3:19,20 怎样 给 我们 安慰 ?

jo<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> mei<sup>4</sup>-bat<sup>1</sup>-juk<sup>1</sup>-do<sup>6</sup> ji<sup>2</sup>-yiu<sup>3</sup> wai<sup>4</sup>-jeuk<sup>6</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> woh<sup>4</sup> oi<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup> si<sup>6</sup>-fung<sup>6</sup>  
做 的 微不足道 , 只要 怀着 信心 和 爱心 事奉  
Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> yat<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup> han<sup>2</sup> lok<sup>6</sup>-yi<sup>3</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
上帝 , 上帝 一定 很 乐意 奖赏 我们 。

Ma<sup>5</sup>-hoh<sup>2</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup>  
( 马可福音 12:41-44)

Jun<sup>2</sup>-goon<sup>2</sup> Saat<sup>3</sup>-daan<sup>6</sup> jai<sup>3</sup>-do<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> moot<sup>6</sup>-kei<sup>4</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup> che<sup>4</sup>-ok<sup>3</sup> daan<sup>6</sup>  
17 尽管 撒但 制度 的 末期 非常 邪恶 , 但  
Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> ying<sup>4</sup>-yin<sup>4</sup> daai<sup>6</sup>-daai<sup>6</sup> chi<sup>3</sup>-fuk<sup>1</sup> kap<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> ji<sup>2</sup>-man<sup>4</sup>  
耶和華 仍然 大大 赐福 给 他 的 子民 ,  
yeung<sup>6</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup> joi<sup>6</sup> suk<sup>6</sup>-ling<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> lok<sup>6</sup>-yuen<sup>4</sup> lui<sup>5</sup> heung<sup>2</sup>-yau<sup>5</sup>  
让 他们 在 属灵 的 乐园 里 享有  
chin<sup>4</sup>-soh<sup>2</sup>-mei<sup>6</sup>-yau<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> fuk<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup> Yi<sup>5</sup>-choi<sup>3</sup>-a<sup>3</sup>-sue<sup>1</sup> Jing<sup>3</sup>-yue<sup>4</sup> Ye<sup>4</sup>-so<sup>1</sup>  
前所未有 的 福分 。 ( 以赛亚书 54:13) 正如 耶稣  
ying<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> yin<sup>6</sup>-joi<sup>6</sup> yi<sup>5</sup>-ging<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> liu<sup>5</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
应许 , 耶和華 现在 已经 奖赏 了 我们 ,  
yeung<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> sing<sup>4</sup>-wai<sup>4</sup> je<sup>2</sup>-goh<sup>3</sup> suk<sup>6</sup>-ling<sup>4</sup> daai<sup>6</sup>-ga<sup>1</sup>-ting<sup>4</sup> dik<sup>1</sup>  
让 我们 成为 这个 属灵 大家庭 的  
yat<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup>-ji<sup>2</sup> dong<sup>1</sup>-jung<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> dai<sup>6</sup>-hing<sup>1</sup> ji<sup>2</sup>-mooi<sup>6</sup> pin<sup>3</sup>-bo<sup>3</sup> sai<sup>3</sup>-gaai<sup>3</sup> gok<sup>3</sup> dei<sup>6</sup>  
一分子 , 当中 的 弟兄 姊妹 遍布 世界 各地 。  
Ma<sup>5</sup>-hoh<sup>2</sup>-fuk<sup>1</sup>-yam<sup>1</sup> Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> cham<sup>4</sup>-kau<sup>4</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup>  
( 马可福音 10:29,30) 我们 寻求 上帝 ,  
noi<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> waan<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> yeung<sup>4</sup>-yat<sup>6</sup> jeuk<sup>6</sup> ping<sup>4</sup>-on<sup>1</sup> moon<sup>5</sup>-juk<sup>1</sup> woh<sup>4</sup> hei<sup>2</sup>-lok<sup>6</sup>  
内心 还 会 洋溢 着 平安 、 满足 和 喜乐 。

Fei<sup>4</sup>-laap<sup>6</sup>-bei<sup>2</sup>-sue<sup>1</sup>  
( 腓立比书 4:4-7)

Sai<sup>3</sup>-gaai<sup>3</sup> gok<sup>3</sup> dei<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> Gei<sup>1</sup>-duk<sup>1</sup>-to<sup>4</sup> do<sup>1</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> jing<sup>3</sup>-ming<sup>4</sup>  
18 世界 各 地 的 基督徒 都 可以 证明 ,

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yin<sup>6</sup>-joi<sup>6</sup> jau<sup>6</sup> heung<sup>2</sup>-yau<sup>5</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup>  
17. 我们 现在 就 享有 什么 奖赏 ?

Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> buk<sup>6</sup>-yan<sup>4</sup> sau<sup>6</sup> do<sup>3</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ta<sup>1</sup>-moon<sup>4</sup> yau<sup>5</sup> sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup>  
18,19. 上帝 的 仆人 受到 奖赏 , 他们 有 什么  
gam<sup>2</sup>-gok<sup>3</sup> woh<sup>4</sup> seung<sup>2</sup>-faat<sup>3</sup>  
感觉 和 想法 ?

Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> wooi<sup>5</sup> chi<sup>3</sup> yan<sup>4</sup> fung<sup>1</sup>-foo<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> Dak<sup>1</sup>-gwok<sup>3</sup> dik<sup>1</sup>  
 耶和華 會 賜 人 豐富 的 獎賞 。 德國 的  
 Bik<sup>1</sup>-on<sup>1</sup>-ka<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup> ying<sup>3</sup>-foo<sup>6</sup> yau<sup>1</sup>-lui<sup>6</sup>  
 碧安卡 說： “ 耶和華 幫助 我 应付 忧虑 ，  
 mooi<sup>5</sup>-tin<sup>1</sup> do<sup>1</sup> foo<sup>4</sup>-chi<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup> ngoh<sup>5</sup> jan<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> fei<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup> gam<sup>2</sup>-je<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> Sui<sup>1</sup>-yin<sup>4</sup>  
 每 天 都 扶 持 我 ， 我 真 的 非 常 感 謝 他 。 雖 然  
 sai<sup>3</sup>-gaai<sup>3</sup> wan<sup>6</sup>-luen<sup>6</sup> chin<sup>4</sup>-ging<sup>2</sup> chaam<sup>2</sup>-daam<sup>6</sup> daan<sup>6</sup> ji<sup>2</sup>-yiu<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup> gan<sup>1</sup>  
 世 界 混 亂 ， 前 景 慘 淡 ， 但 只 要 我 跟  
 Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> gwaan<sup>1</sup>-hai<sup>6</sup> leung<sup>4</sup>-ho<sup>2</sup> jau<sup>6</sup> gam<sup>2</sup>-do<sup>3</sup> on<sup>1</sup>-chuen<sup>4</sup> Ngoh<sup>5</sup> wai<sup>6</sup> ta<sup>1</sup>  
 耶和華 關 系 良 好 ， 就 感 到 安 全 。 我 為 他  
 jok<sup>3</sup>-chut<sup>1</sup> yat<sup>1</sup> fan<sup>1</sup> hei<sup>1</sup>-sang<sup>1</sup> ta<sup>1</sup> jau<sup>6</sup> chi<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup> baak<sup>3</sup>-pooi<sup>5</sup> fuk<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup>  
 作 出 一 分 犧 牲 ， 他 就 賜 我 百 倍 福 分 。”

Ga<sup>1</sup>-na<sup>4</sup>-daai<sup>6</sup> dik<sup>1</sup> Bo<sup>2</sup>-laai<sup>1</sup> yi<sup>5</sup>-ging<sup>1</sup> sui<sup>3</sup> liu<sup>5</sup> ta<sup>1</sup> waan<sup>6</sup> yau<sup>5</sup>  
 19 加 拿 大 的 葆 拉 已 經 70 歲 了 ， 她 患 有  
 Jek<sup>3</sup>-chue<sup>5</sup>-lit<sup>6</sup> sang<sup>1</sup>-woot<sup>6</sup> sau<sup>6</sup> yim<sup>4</sup>-jung<sup>6</sup> ying<sup>2</sup>-heung<sup>2</sup> Ta<sup>1</sup> suet<sup>3</sup> Ngoh<sup>5</sup>  
 脊 柱 裂 ， 生 活 受 嚴 重 影 響 。 她 說： “ 我  
 ji<sup>2</sup>-si<sup>6</sup> hang<sup>4</sup>-dung<sup>6</sup> bat<sup>1</sup>-bin<sup>6</sup> daan<sup>6</sup> waan<sup>4</sup>-si<sup>6</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> yit<sup>6</sup>-sam<sup>1</sup> chuen<sup>4</sup>-do<sup>6</sup>  
 只 是 行 動 不 便 ， 但 還 是 可 以 熱 心 傳 道 。  
 Ngoh<sup>5</sup> sin<sup>6</sup>-yung<sup>6</sup> bat<sup>1</sup> tung<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> fong<sup>1</sup>-sik<sup>1</sup> chuen<sup>4</sup>-do<sup>6</sup> lai<sup>6</sup>-yue<sup>4</sup> din<sup>6</sup>-wa<sup>6</sup>  
 我 善 用 不 同 的 方 式 傳 道 ， 例 如 電 話  
 gin<sup>3</sup>-jing<sup>3</sup> Ling<sup>6</sup>-ngoi<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup> joi<sup>6</sup> bat<sup>1</sup>-gei<sup>3</sup>-boon<sup>2</sup> jung<sup>1</sup> se<sup>2</sup> ha<sup>6</sup> yat<sup>1</sup>-se<sup>1</sup> loi<sup>4</sup>-ji<sup>6</sup>  
 見 證 。 另 外 ， 我 在 筆 記 本 中 ， 寫 下 一 些 來 自  
 ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> sue<sup>1</sup>-hon<sup>2</sup> dik<sup>1</sup> ging<sup>1</sup>-man<sup>4</sup> woh<sup>4</sup> si<sup>1</sup>-seung<sup>2</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> chui<sup>4</sup>-si<sup>4</sup> na<sup>4</sup>-loi<sup>4</sup>  
 我 們 書 刊 的 經 文 和 思 想 ， 可 以 隨 時 拿 來  
 goo<sup>2</sup>-lai<sup>6</sup> ji<sup>6</sup>-gei<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup> ba<sup>2</sup> ta<sup>1</sup> giu<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> sang<sup>1</sup>-chuen<sup>4</sup> bat<sup>1</sup>-gei<sup>3</sup> Ji<sup>2</sup>-yiu<sup>3</sup>  
 鼓 勵 自 己 ， 我 把 它 叫 ‘ 我 的 生 存 筆 記 ’。 只 要  
 ngoh<sup>5</sup> dik<sup>1</sup> no<sup>5</sup>-hoi<sup>2</sup> chung<sup>1</sup>-moon<sup>5</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> ying<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> ling<sup>6</sup> yan<sup>4</sup>  
 我 的 腦 海 充 滿 耶 和 華 的 應 許 ， 令 人  
 fooi<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> si<sup>6</sup> yat<sup>1</sup>-ha<sup>5</sup>-ji<sup>2</sup> jau<sup>6</sup> gwoh<sup>3</sup>-hui<sup>3</sup> liu<sup>5</sup> Bat<sup>1</sup>-goon<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
 灰 心 的 事 一 下 子 就 過 去 了 。 不 管 我 們  
 dik<sup>1</sup> waan<sup>4</sup>-ging<sup>2</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> do<sup>1</sup> wooi<sup>5</sup> bong<sup>1</sup>-joh<sup>6</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup>  
 的 環 境 怎 樣 ， 耶 和 華 都 會 幫 助 我 們 。”  
 Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> ching<sup>4</sup>-fong<sup>3</sup> waak<sup>6</sup>-hui<sup>2</sup> gan<sup>1</sup> Bik<sup>1</sup>-on<sup>1</sup>-ka<sup>1</sup> waak<sup>6</sup> Bo<sup>2</sup>-laai<sup>1</sup> bat<sup>1</sup>  
 我 們 的 情 況 或 許 跟 碧 安 卡 或 葆 拉 不

tung<sup>4</sup> daan<sup>6</sup> do<sup>1</sup> hoh<sup>2</sup>-yi<sup>5</sup> ging<sup>1</sup>-seung<sup>4</sup> seung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> jam<sup>2</sup>-yeung<sup>6</sup>  
同，但都可以经常想想，耶和華怎樣  
joi<sup>6</sup> gwoh<sup>3</sup>-hui<sup>3</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> woh<sup>4</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> san<sup>1</sup>-bin<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup>  
在過去獎賞我們和我們身邊的人，  
ya<sup>5</sup> yiu<sup>3</sup> seung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> yin<sup>6</sup>-joi<sup>6</sup> woh<sup>4</sup> mei<sup>6</sup>-loi<sup>4</sup> dik<sup>1</sup> fuk<sup>1</sup>-fan<sup>6</sup> je<sup>2</sup> wooi<sup>5</sup> doh<sup>1</sup>-moh<sup>1</sup>  
也要想想現在和未來的福分，這會多么  
jan<sup>3</sup>-fan<sup>5</sup> yan<sup>4</sup>-sam<sup>1</sup>  
振奮人心！

Chin<sup>1</sup>-maan<sup>6</sup> bat<sup>1</sup>-yiu<sup>3</sup> mong<sup>4</sup>-gei<sup>3</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> han<sup>2</sup>-chit<sup>3</sup> to<sup>2</sup>-go<sup>3</sup> heung<sup>3</sup>  
20 千萬不要忘記，我們懇切禱告，向  
Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> king<sup>1</sup>-sam<sup>1</sup>-to<sup>3</sup>-yi<sup>3</sup> si<sup>6</sup> daai<sup>6</sup>-yau<sup>5</sup> jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> dik<sup>1</sup>  
上帝傾心吐意，是大有獎賞的。  
Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> yuen<sup>4</sup>-chuen<sup>4</sup> jun<sup>1</sup>-hang<sup>4</sup> liu<sup>5</sup> Seung<sup>6</sup>-dai<sup>3</sup> dik<sup>1</sup> ji<sup>2</sup>-yi<sup>3</sup> hang<sup>2</sup>-ding<sup>6</sup>  
我們“完全遵行了上帝的旨意”，肯定  
wooi<sup>5</sup> dak<sup>1</sup>-jeuk<sup>6</sup> ta<sup>1</sup> soh<sup>2</sup> ying<sup>1</sup>-hui<sup>2</sup> dik<sup>1</sup> Hei<sup>1</sup>-baak<sup>3</sup>-loi<sup>4</sup>-sue<sup>1</sup>  
會“得着他所應許的”。(希伯來書 10:35,36)  
Gei<sup>3</sup>-yin<sup>4</sup>-yue<sup>4</sup>-chi<sup>2</sup> ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> jau<sup>6</sup>-yiu<sup>3</sup> bat<sup>1</sup>-duen<sup>6</sup> jang<sup>1</sup>-keung<sup>4</sup> sun<sup>3</sup>-sam<sup>1</sup>  
既然如此，我們就要不斷增強信心，  
chuen<sup>4</sup>-sam<sup>1</sup> wai<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> fuk<sup>6</sup>-mo<sup>6</sup> yan<sup>1</sup>-wai<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> bit<sup>1</sup>-ding<sup>6</sup>  
全心為耶和華服務，因為耶和華必定  
jeung<sup>2</sup>-seung<sup>2</sup> han<sup>2</sup>-chit<sup>3</sup> cham<sup>4</sup>-kau<sup>4</sup> ta<sup>1</sup> dik<sup>1</sup> yan<sup>4</sup> Ching<sup>2</sup> duk<sup>6</sup>  
獎賞懇切尋求他的人。(請讀  
Goh<sup>1</sup>-loh<sup>4</sup>-sai<sup>1</sup>-sue<sup>1</sup>  
歌羅西書 3:23,24)

Ngoh<sup>5</sup>-moon<sup>4</sup> chuen<sup>4</sup>-sam<sup>1</sup> wai<sup>6</sup> Ye<sup>4</sup>-woh<sup>4</sup>-wa<sup>4</sup> fuk<sup>6</sup>-mo<sup>6</sup> jau<sup>6</sup> nang<sup>4</sup> kei<sup>4</sup>-mong<sup>6</sup>  
20. 我們全心為耶和華服務，就能期望  
sam<sup>6</sup>-moh<sup>1</sup>  
什麼？

請上 [www.jw.org/yue-hans](http://www.jw.org/yue-hans)  
或掃描右圖 

