

9.15

FRIDAY

提摩太前書
第4章6~10節

至於那些不值一談的荒唐傳說都應該避免；要為著敬虔的生活鍛鍊自己。身體的鍛鍊固然有些益處，靈性的鍛鍊在各方面對你都有益處，因為後者帶來今生和來生的盼望。這話是可靠、值得完全接受的。（提摩太前書4:7-9）

避免荒唐傳說

保羅認為，要為敬虔的生活鍛鍊自己。現代越來越多人重視養生之道，想提升生活品質，就應該重視平常所吃的食物，少油少鹽少糖、避免過度加工，也要有規律運動的習慣。若照此而行，不僅整個人神清氣爽，也有助於遠離各種疾病。

然而對基督徒來說，靈性鍛鍊的重要性，不亞於身體的鍛鍊。在日常飲食中，我們知道油炸的薯條、炸雞雖然很好吃，卻隱藏致癌因子，造成身體很大的負擔，應該少吃。同樣的道理，在靈性鍛鍊上，保羅也說「那些不值一談的荒唐傳說都應該避免」。

社會中常有危言聳聽，例如台灣民間曾謠傳「斷掌的女生會剋夫」，對某些婦女造成歧視與排擠。而幾年前曾有教會傳講「信耶穌得鑽石」的消息，意外變成熱門新聞，引起大眾檢視與嘲諷。回到我們自身來反思，在這信息紛雜的世代，你能分辨出什麼是荒唐傳說，什麼是真理嗎？懇求上主讓我們不盲目起舞，專心走在祂的真道上。

台南大專歡送 青年莫忘初衷



2017年台南基督教學生大專中心舉辦主題為「莫忘」的畢業禮拜。牧師吳明漢以潘霍華寫的〈所有美善力量〉勉勵畢業生，就算眼前困境讓人失去盼望，依然能在溫柔、良善力量的圍繞下，找到勇氣繼續與主同行。(TCNN)

親愛的上主，求祢鍛鍊我的靈性，使我不被荒唐傳說影響，幫助我的身心靈過著健康、敬虔的生活。奉主耶穌基督的名祈禱，阿們。