

禁食祷告日

2018年 第二季 4月7日(安息日)

为我们的婚姻代求

(包括为单身人士准备的材料)

手册及资料

目录

祷告及禁食一般资讯

- 设立禁食祷告日的原因？ 2
- 有关禁食的教导 3
- 有关禁食的注意事项 5

建议：

- 计划建议 6
- 活动流程 7
- 祷告带领者 8

灵修/证道文章 —“当离婚是最佳的解决方案” 10

祷告及应许

- 为我们的婚姻代求的大纲 13
- 为你的婚姻祷告和呼求 15
- 单身人士的祷告和认许经文“我唯一的渴望” 19

* 本手册为教会团体和个人参阅及使用。

** 除非特别注明，本文所引用的经文都来自于《和合本》版本。

设立禁食祷告日的原因？

想像一下作为父母的你将要离开你的孩子们，而你们只有将来在天国的时候才能再见面。那么，你最想要对孩子们说什么？

耶稣在复活后，准备要回到天上时就曾面临这样为难的处境。耶稣对门徒的最后勉言中祂所挂心的是什么？当我们阅读〈约翰福音〉第15至17章有关耶稣最后的祷告与劝勉时，会发现几个一再重覆的主题：合一，爱，以及通过祷告来寻求上帝。耶稣迫切地渴望祂那尚在襁褓中的教会能够在目标、和睦与使命上，彼此步调一致。在当今的世界中，可能会出现前所未有的两极化，我们不同的国家和教会，我们迫切需要去留意耶稣对祈求圣灵，以及为那同一个使命所做的劝勉。对我们而言，要担当这份责任似乎并不容易。这就是我们需要祷告的原因，只有上帝能够带来合一的神迹。

我们邀请你在“自己的小天地”暗自的祷告。我们邀请你与你当地的教会一起祷告。我们也邀请你加入到全球复兴与改革的禁食祷告中来。或许你不会选择彻底的禁食。或许你选择拒绝甜食或是暂停使用社交媒体的方式来禁食，又或者在一段时间内尽可能少吃植物性食物的方式来禁食

“从今以后直到世界末日，上帝的子民应当更加真诚警醒，不依靠自己的聪明，而是依靠他们领袖的智慧。他们要安排日子禁食祷告。”（怀爱伦着，《评论与通讯》，1904年，2月11日）

当你选择迫切深入地祷告时，上帝会赐福并坚固你的心为那将要临到的挑战作好准备。

有关禁食的教导

A. 《圣经》中的禁食

a. 禁食的类别

- i. 一般禁食-〈路加福音〉第4章1-2节
- ii. 部分禁食—〈但以理书〉第10章3节
- iii. 全面禁食—〈以斯帖记〉第4章16节，〈使徒行传〉第9章9节
- iv. 神迹式的禁食—〈申命记〉第9章9节

b. 耶稣的教导

- i. 〈马太福音〉第6章16-18节，第9章14-15节
- ii. 从耶稣的教导中我们可以学到有关禁食的什么？

B. 怀爱伦在属灵禁食方面的教导

- a. “上帝圣言所吩咐的禁食，不单是一种仪式而已。它不仅包括不进食物，披麻蒙灰而凡真正为罪忧伤而禁食的人，绝不求自身的炫耀。上帝要我们奉行禁食的目的，并不是要因心灵的罪而刻苦己身，乃是要说明我们辨察罪的恶性，而在上帝面前存谦卑的心，并领受祂赦罪的恩典。”（《福山宝训》第四章，第四篇）。
- b. “那应当向大家介绍的真正禁食，就是禁戒各种刺激性的食物，并善用上帝所丰富供应的，对健康有益的简单清淡食物。人应当少思念今生的食物，吃什么、喝什么，而要多思想从天上来的粮食，以致使人赋有健康活泼的宗教经验。”（《论饮食》第四篇，第二章）。
- c. “从今以后直到末时结束之日，上帝的子民应当更迫切及有更大的醒悟，不再依靠自己的聪明，而是依靠他们大元帅的智慧。他们应当划出时日禁食祷告。完全禁戒那不必要的食物，而只吃少量最简单的食物。”（《论饮食》第十篇）。
- d. “对于某些事务，禁食与祈祷是应当举行，而且是很合时的。这在上帝的手中，乃是一种洁净心灵和使人有领受之心境的方法。我们的祈祷得蒙垂允，是因我们在上帝面前虚心之故。”（《论饮食》第十篇）。
- e. “真实禁食祈祷的精神，是将身、心和意志都奉献给上帝。”（《论饮食》第十篇）。
- f. “全世界的禁食也取代不了对上帝圣言的单纯信靠。”（《论饮食》第十篇）。

C. 属灵禁食的目的

- a. 禁食说明我们将注意力集中到上帝的身上
- b. 禁食呼召我们去祷告
- c. 禁食显露出我们被哪些控制

D. 我们该如何禁食？

- a. 安排一个24小时的部分禁食计划
- b. 只吃少量最简单的食物，或者只喝果汁
- c. 喝大量的水
- d. 在一顿健康的早餐之后，以祷告开始你的禁食。在第二天早上以新鲜的水果作为早餐和向上帝献上感恩和赞美；并以此作为对24小时禁食的结束。记住，不要将你禁食的事情进行“宣传”。因为这样会导致你属灵的骄傲和抢夺了在禁食期间上帝所赐予特别的祝福。
- e. 考虑每周安排一次这样的禁食。

E. 在有重大需求的时候可安排一次一般性 / 全面性禁食

- a. 在危机关头，上帝可能会要求你进行一般性 / 全面性的禁食
- b. 在禁食期间你必须严格限制你的日常活动（如果你觉得这样的禁食可能不利于你的健康，那么你应该先咨询医生）。

F. 避免极端——马拉松式的禁食没有功劳可言

- a. 怀爱伦说：“祂没有叫你禁食四十天之久。在那试探的旷野，主已为你们禁食了。在这种禁食中没有功劳可言，只有在基督的宝血中才有功劳。”（《论饮食》第十篇）

有关禁食的注意事项

并非每个人都适宜进行禁食，鼓励那些人可以选择在祷告禁食日的早上和下午可以不吃某些食物。

可行性的禁食包括：不喝水，不喝果汁，但以理式的禁食，禁吃甜食 / 全面性的禁食，禁止使用社交媒体等。鼓励参与者求问上帝喜欢他们以哪种方式来进行禁食。

虽然《圣经》有记载“禁食”（参阅〈马太福音〉第6章16节）的资料，但我们必须记得禁食既不是开启你为义或蒙赐福的钥匙，也不是要显得你更为属灵。我们不能以禁食的方式来换得上帝的祝福 / 对我们祷告的回应，更不能以此来赚得我们的救恩。同样的，禁食不能代替顺从，或者个人的降服与基督式的爱。事实上，我们知道“以自称为义的精神为动机的禁食祷告，是上帝所憎恶的”（怀爱伦着，《历代愿望》第28章）

然而，即使有人选择不禁食，我们依然要视他们为这次祷告活动的一员。切记，上帝知道人心，禁食与否乃是个人与上帝之间的关系，而不是由任何人来强迫进行的。

如同我们为他人帮忙一样，禁食祷告的目的乃是要将自我放在一边。当我们以谦卑的心来寻求上帝，将世俗的诱惑放在一边，借着祷告我们会更容易接受上帝想要在我们生命中所要成就的事。

正如一位牧师说：“我们禁止世俗的一切，便可以得享耶稣的宴席。”

计划建议

- 主要经文: 〈哥林多前书〉第 13 章; 〈以弗所书〉第 5 章 21-28 节; 〈传道书〉第 4 章 9 节
- 建议可用于教会证道的主题
 - *一场神圣的婚姻之战*
 - *建立公平透明的婚姻*
 - *将天国建立在你家里*
 - *当离婚是最佳的解决方案*
- 儿童故事参考:
- 首先, 讲述上帝为亚当创造夏娃的故事。其次, 分享耶稣在迦拿的婚礼所行的第一个神迹 (参阅〈约翰福音〉第 2 章 11 节)。耶稣为什么对婚姻持欣赏的态度? 是因为牢固的婚姻关系反应了神性的亲密感?
- 解释上帝创世时所特别设立, 甚至在始祖堕落后依然维护并且保存至今的两个制度 (婚姻和安息日)。分享一个现代 (你个人生活的见证, 或者某个你所认识的人的见证) 有关夫妻同心, 其利断金的见证。
- **对领袖的建议:** 建议在下午发起祷告聚会。我们建议祷告的时间至少 2 小时。很多人建议整个下午都用来祷告。邀请圣灵来参与其中。
- **对领袖的建议:** 详见“祷告带领者” (参阅 8-9 页)
- **对领袖的建议:** 提供禁食祷告日的灵修分享: “当离婚是最佳的解决方案” (参阅第 10-12 页)。如果需要的话, 可以在祷告前或者讲道时作分享。
- **对领袖和参与者的建议:** 为参与者制定一份祷告主题事项表 (参阅 13-14 页)
- **对领袖和参与者的建议:** 列出你教会中所有已婚夫妇的名单。这样, 无论夫妻双方是否到场依然可以根据表格上的名字为他们祷告。在夫妻名字的下方留出空白处, 以便在他们到场的时候做记录。不然, 你只能为你所记得的祷告。
- **对单身参与者的建议:** 将印有“我唯一的渴望”单张发给单身人士 (参阅第 19-23 页)

活动流程

地点: 在教会集合然后以祷告开始

开场祷告时间: 借着唱诗引带出气氛后，让领诗的人带领参与者唱诗《主照祢旨意》，只要我们借着祷告，上帝便会在我们的家中，婚姻里，甚至在我们的单身的生活中显明祂的旨意。

开场祷告与致欢迎词: 请祷告事工的负责人 / 某位被安排的负责人欢迎每一位祷告活动的参加者。如果有单身的参加者，请鼓励并依然视他们为这次活动的一分子，让他们知道这也是为单身人士所特别准备的活动。然后，请负责人分享“当离婚是最佳的解决方案”（参阅第10-12页）。

接着阅读〈哥林多前书〉第13章

教导: 给予祷告时间实际的教导! 参考“祷告带领者”（参阅8-9页）中所强调的祷告小贴士，以及对下午聚会的指导

- 分发禁食祷告日的祷告主题单张（参阅13-14页）。
- 如果可以，列出教会中的已婚夫妇名单
- 分发“为你的婚姻祷告与呼求”的单张（参阅15-18页）
- 告诉单身人士，当分组的时候他们会得到一张特别的纸

实际祷告时间: 最少2小时，不同时段进行小组祷告或已婚 / 单身祷告组等形式。抓紧时间祷告，很多人非常珍惜这整个下午的祷告时间。需将注意力放在祷告事项上，而不是在聊天和说教上。这是祷告的日子。

闭会祷告: 在闭会祷告时，先唱几首赞美诗，感谢上帝将要成就的事。鼓励参加者们继续为他们所爱之人的婚姻祷告。

禁食祷告日的结束工作: 以特别的晚宴作为对禁食祷告日的结束。你可以考虑举办一场“爱的肯定~晚宴”作为对教会中夫妻们的感谢，并且邀请他们分享对配偶 / 所爱之人的肯定与欣赏。他们也可以分享他们的爱情故事，比如：如何认识的。对爱的肯定会带来奇妙的果效。同样，也可以鼓励每个人分享他们对上帝的赞美和肯定。只有上帝可以满足我们内心的需要，此外没有人能够做得到。

祷告带领者

在鼓励人们要多次祷告时，要提醒他们认识到保持个人简短祷告的重要性。怀爱伦曾说：“公众祷告要简短，当你独自与上帝交流时则可以做长时间的祷告。”（英文版~《文稿汇编》，卷10，第130页）。当可以做长时间的祷告时，那么个人祷告就不宜过长。简短祷告的目的是为了保持祷告时间的活跃性与机动性，并且也可以把每个人的心联系在一起，避免大人和孩子们因祷告时间过长而产生的不满情绪。

赞美和认罪时间：

在你进入主题祷告的环节之前，我们鼓励你以赞美和认罪作为开始，它们两者间的关系就如同夫妻关系一样紧密。〈诗篇〉第100篇4节，我们以称谢进入上帝的门。〈诗篇〉第66章18节，〈以赛亚书〉第59章1-2节，如果想让上帝垂听我们的祷告，那么我们必须认罪和弃绝罪。

如果以赞美和认罪作为开始，以下的祷告词可以作为你祷告的开场白：“亲爱的主，今天我们满怀赞美的心来到祢的面前。在我们为自己的婚姻和家庭向祢献上呼求前，我们想用几分钟时间来赞美祢的圣名。感谢祢成为我们的大君王和拯救者。”然后，让其他人献上祷告。在认罪的环节，再次带领会众。无论是全体会众式的，或是个人式的，我们都鼓励用简短的时间来认罪。在认罪的环节可以唱“奇异恩典”。

为婚姻祷告的环节：

当你为不同的婚姻的主题祷告时，不管为你自己还是其他人，都要鼓励每个人，并且你自己要做表率，祈求上帝的旨意和应许。一定要有具体事项！凭信心祷告！祈求圣灵的带领！

在整个祷告环节，伴随着祷告可以插入一些熟悉的诗歌。“唱诗也是宗教仪式的一部分，与祈祷在敬拜上占有同等的地位。”（《教育论》，第五篇，第17章〈诗歌〉）。鼓励组员们在祷告时要同心合意，齐读〈马太福音〉第18章19节。

为已婚的 / 单身的 / 儿童们祷告：

下午祷告的时候，可以让夫妻们单独祷告30至60分钟。（在这段时间里，单身 / 儿童们 / 青年人应该有它们自己的祷告组，并请人来带领他们祷告。）夫妻们可以在教堂或祷告室里，也可以让他们选择一个隐秘的地方去祷告。然后，要求他们在某个特定的时间回来，再次加入原来的小组。

*特别为单身人士祷告(未婚的，离异的，或者夫妻有一方未到场的)：

安排一位单身人士来带领。以夫妻为单位各自祷告时，把单身的特别划分为一个祷告组（无论他们因什么原因而单身），以“我唯一的渴望”（见到第19-23页）作为祷告的主题。

祷告的中心应该聚焦在恳求上帝成为我们唯一的渴望，我们天国的爱人，以及成为我们的佳偶，无论我们未婚 / 已失去了另一半。

有些單身人士喜歡按照禱告清單上的主題自己禱告。這當然也是可以的。當夫妻們禱告回來後，單身小組應該再次加入他們。單身人士或許對這種「夫唱婦隨」的活動感到不適應，但也可以鼓勵他們為夫妻們禱告，無論是為父母 / 所愛的人。

當然，這些建議只是幫助你有好的開始。最重要的是讓聖靈來帶領禱告！

“当离婚是最佳的解决方案”

“作为你的牧师，我强烈建议离婚。”在不久前的一个安息日我这样告诉我的教友们。我知道我成功引起了教友们的注意。相信在余下的讲道中没有人会打瞌睡了。我可以想像一系列的问题在他们的脑海中快速的飞转着：“他是在宣讲异端吗？”“作为牧师这会不会是他最后一次在讲台上讲道？”

在我解释为什么我建议以离婚来解决婚姻的问题之前，我会解释婚姻的六个阶段作为对这个问题的回应。我们之所以会有这六个阶段是因为罪进入了这个世界。如果人类没有犯罪，并且我们依然生活在伊甸园中，那么我们只需要经历婚姻的第一和第六个阶段。但是因为试探和罪的问题，我们必须经历这婚姻的六个阶段。

第一个阶段：蜜月。在这个阶段一切都是如此的美好，你会感叹生活是如此的完美。我对新婚夫妻的建议是尽情的享受每一秒。你会习惯性的说：“我爱你！”“我错了！”“可以原谅我吗？”“我不生你的气了”

对于处在蜜月阶段的你们，这些事情对你们来说轻而易举。要养成说这些话的好习惯，因为在第二阶段，将很难说出这些话来。米格农·边克劳林（Mignon McLaughlin），美国记者和作家，他对蜜月阶段有着非常精辟的总结：“可怜的新婚燕尔们！妻子为丈夫做了他爱吃的，丈夫送鲜花给妻子，他们彼此亲吻并认为：原来婚姻是如此的简单！”

在我们进入第二个阶段以前，让我们来思考一个重要的问题：为什么上帝不让我们的婚姻永远都处在蜜月阶段呢？我们所爱的上帝为什么要让这幸福的蜜月期不能持续到永远呢？

你有想过这个问题吗？我相信因为上帝更关心我们的圣洁，而不仅仅是关心我们的幸福。但上帝关心我们圣洁的根本原因是因为上帝关心我们的幸福。如果没有圣洁就没有真正的幸福可言。〈马太福音〉第5章8节，耶稣说：“清心的人有福了！”换句话说：“幸福就是圣洁。”

有意思的是，〈马太福音〉第5章4节中，耶稣说：“哀恸的人有福了！因为他们必得安慰。”对那些因婚姻而受到伤害的人来说，这是个安慰的应许。对很多人来说，婚姻成了一种负担和诅咒。

怀爱伦在关于耶稣对哀恸之人的应许上曾说：“救主的言语对于那班遭受苦难或丧亡之痛的人，也含有安慰的资讯。我们所受的愁苦总有一定的缘由。上帝并『不甘心使人受苦，使人忧愁。』（哀3:33）他容许试炼与苦难临到，原『是要我们得益处，使我们在他的圣洁上有份。』（来12:10）。』（《福山宝训》第二章，第二篇）。我对最后一句的解释是：“上帝允许蜜月期结束的原因，『是要我们得益处，使我们在他的圣洁上有份。』”

怀爱伦继续说到：“那看来似乎痛苦难当的试炼，若凭着信心忍受，就必成为一种福惠。那阻碍属世喜乐之残酷的打击，却是使我们的眼目仰望天庭的因素。不知道有多少人，若不是忧伤引他们到耶稣那里去寻求安慰，就可能永远不会认识祂啊！”

我再次对最后一句的解释是：“不知道有多少人，若不是蜜月期的结束引他们到耶稣那里去寻求安慰，就可能永远不会认识祂啊！”我们的上帝，渴望我们在祂的圣洁上有份，允许从蜜月阶段进入到下一个阶段。

当我问我的教友们认为婚姻的第二个阶段是怎么样时，有个教友脱口而出：“噩梦的阶段！”我猜这是个恰当的描述。第二个阶段：我到底在想什么？当第二个阶段来临的时候，夫妻们会发现：“我的配偶和我是完全相反的。”对很多夫妻而言，他们曾经被配偶吸引的地方，后来成了被埋怨的因素。举个例子，性格内向的人会被性格外向的人吸引；其中的一方以后可能会埋怨另一方总是花大量的时间与朋友们呆在一起而冷落了家庭。

下一个阶段则是最容易离婚的阶段。第三阶段：如果你可以改变一切都会变得美好。当我们和某个人结婚，就是从地球 70 亿的人口选择一个成为你伴侣的人，然后我们突然说：“你必须改变。”据说结了婚的女人通常会想：“我可以改变他。”但已婚的男人通常会想：“她绝不会改变。”

如果你正处在第三个阶段，那么你的婚姻和家庭正面临着分崩离析的可能，我强烈建议离婚。是的，你没看错。我再次重复：“我强烈建议离婚！”我发自内心的赞同杰瑞·麦坎特（Jerry McCant）在《上帝对于夫妻的劝勉》一书中的观点“除非你和自己离婚，否则你永远不能幸福的与他人结婚。成功的婚姻需要自我牺牲。”

保罗在《哥林多前书》第 15 章 31 节提到：“我是天天冒死。”在《加拉太书》第 2 章 20 节，保罗说：“我已经与基督同钉十字架，现在活着的不再是我，乃是基督在我里面活着；并且我如今在肉身活着，是因信上帝的儿子而活；他是爱我，为我舍己。”

我们也是如此，如果我们想拥有幸福的婚姻，我们必须自我牺牲。不妨思考下诺曼·莱特（H. Norman Wright）和威斯·罗伯茨（Wes Roberts）在一本名为《在你说“我愿意”之前》婚前指导手册第 8 页中的这句话：“婚姻是一个熬炼的过程，上帝希望可以用此过程将我们塑造成祂所希望我们成为的样子。仔细思考下：上帝将要通过你的婚姻来成就祂的旨意。上帝将会塑造和熬炼你是为了你的益处和祂的荣耀。”

婚姻是什么？它是熔炉，是个熬炼的过程。熔炉当中的温度是极高的。我们必须牢记一火焰的目的不是要摧毁你，乃是要除去你身上的杂质。怀爱伦多次提到过有关熔炉的劝勉：“熔炉是为炼净渣滓。当熬炼者在你身上看见祂自己的形象完全反映出来时，祂就会将你挪出熔炉。你决不至被撇下烧灭，或忍受火的试炼超过为洁净你所需要的时间。”（《崇高的恩召》11 月 2 日）。如果我们愿意自我牺牲，并且意识到上帝渴望在我们身上反映出基督的形象，那么我们一定能成功的通过婚姻的第三个阶段。

第四个阶段：我愿意爱你，并接受真实的你。上帝呼召我们为我们的配偶去做上帝曾经所做在我们身上的事。上帝不是因为我们开始悔改和脱胎换骨了，才选择来爱我们。《圣经》说：“惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，上帝的爱就在此向我们显明了。”（《罗马书》第5章8节）。当耶稣被鞭打和辱骂的时候，祂的回应是：“我爱你。”当兵丁将钉子钉入祂手掌时，祂的回应是：“父啊！赦免他们；因为他们所做的，他们不晓得。”（《路加福音》第23章34节）。保罗在《以弗所书》第5章25节说：“你们作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己。”上帝呼召我们以无私的爱来爱我们的配偶，正如祂爱我们一样。

如果我们可以通过自我牺牲，靠着上帝的恩典和力量来学习无私的爱，我们就可以进入第五和第六个阶段。第五个阶段：有你在我的生命中是我的荣幸。第六个阶段：我愿意和你一起老去。

在我们与我们的配偶一同踏上奔往天国的旅途时，让我们时刻记得上帝要使用我们每天在婚姻里的经验来改变我们，使我们能够反映基督的品格。“上帝的炼化洁净工作必须进行，直到祂仆人成为非常谦卑、向自我死去的人，以致在奉命积极服务之时，他们只举目专注于主的荣耀... 上帝使人一再经过这一境遇，并加增压力，直到人完全谦卑及使品格变化，以致与基督及天庭的精神相符合，他们也就成了胜过自己的得胜者了。”（《教会证言卷四》，第八章）

让我们记得上帝会“一而再，再而三的”熬炼我们，直到我们有基督的样式。这或许可以解释为什么你的配偶每天重复以同样的事情来刺激你，让你烦躁和暴怒。如果这就是你的经历，我强烈建议你：今天就和你自己离婚（意为放弃旧我）。我们或许可以像保罗说的“我是天天冒死”。

为我们的婚姻代求的大纲

“两个人总比一个人好，因为二人劳碌同得美好的果效。”〈传道书〉第4章9节

为每个人的婚姻一同祷告：

- 赞美上帝：对上帝的敬拜和赞美作为祷告的开始。真的，上帝可以医治和重建破碎的心。祂也可以给人一份美满的婚姻，甚至比你现有 / 想像中的更好！
- 为你的配偶赞美上帝：不管你们现在的关系如何，花时间为你的配偶，你父母的婚姻，或者未来上帝为你所预备的伴侣而赞美上帝。为那影响你生命的婚姻而赞美上帝，也借着这些关系为上帝在你的生命中所成就的美事而赞美上帝。
- 共同认罪：接下来是共同认罪的环节。祈求上帝赦免我们自私骄傲和让恶者在我们的家中和诸多的关系中有立足之地的罪。（鼓励人们去承认在他们内心接受上帝的同时，却又保留着自己私密的罪。）
- 个人的认罪：花时间默默的为自己认罪。祈求上帝来查验我们的内心，让我们意识到那尚未承认的罪，并说明我们会悔改。
- 为教会领袖们的婚姻而祈求：祈求上帝在教会领袖们的婚姻周围安放那保护人的篱笆，从当地牧师至分会牧师。撒旦总是以家庭和个人生活作为攻击的物件。恳求上帝能够破坏撒旦的计谋。
- 为教友 / 参加者的婚姻祈求：为教会名单上每一对已婚夫妻祷告。名单上的很多夫妻可能也参加了此次活动。如果可以，为每一对参加此次活动的夫妻祷告。
- 为灵性倒退的教友们的婚姻祈求：为那些很久没来教会的教友们的婚姻祷告。他们总是说“双方都有责任”，很多人因为配偶的原因而导致属灵的灰心与软弱。恳求上帝不但要使这些夫妻重新走到一起，更要使他们重新一起回到教会。
- 为邻居和朋友们的婚姻祈求：为那些与你最亲近的人的婚姻祷告。他们可能不是教友，也缺少信心，但上帝要使他们破碎的心复原。为你那些尚未提到的朋友和所爱之人的婚姻而祷告。
- 为那些正经历分离的痛苦 / 离婚的人而祷告：为近期教会中离婚的人祷告，他们将会感受上帝的爱，也会体会到教会大家庭对他们的支援与关爱。为他们下一次的幸福与爱情而祷告，如果这是上帝的旨意。撒旦纵然有各样的诡计，上帝都能使之成为美好！（可以邀请所有离婚人士以祷告的形式在中间围成一圈）
- 为未来的婚姻祈求：为教会中未婚的单身人士祷告，祈求上帝为他们预备一位合适的主内的伴侣。祈求让上帝为他们做选择，不至于因为他们一时的冲动而为爱情做出不明智的选择。（可以邀请所有未婚的单身人士以祷告的形式在中间围成一个圈）

夫妻祷告时间：每对夫妻找到一个私密的地方一起祷告。

- 夫妻一同赞美：握住你配偶的手，为有关你配偶的美事、上帝祝福你的方式，以及通过你配偶的影响从而说明你成长的事来赞美上帝。请具体说出有因为哪些事情而感激上帝。

- 夫妻一同认罪: 祈求上帝能够赦免你可能在言语上, 行为上, 或选择上给你配偶带来伤害的罪。要具体说明! (无论上帝让你回想起在哪些方面对配偶造成的伤害, 都要祈求对方能够原谅你。)
 - 祈求上帝赦免你的骄傲、自私, 以及你对维护自己利益的担忧超过了对配偶和其需求上关心的罪。(无论上帝让你回想起在哪些方面对配偶造成的伤害, 都要祈求配偶能够原谅你。)
 - 祈求上帝能够赦免你对于配偶和家庭没有彰显上帝的爱和仁慈的罪 (参阅〈哥林多前书〉第13章)
- 夫妻一同祈求: 一起为“祷告, 为了你婚姻的应许”的主题而祷告。祈求你的配偶为你没有活出《圣经》的应许和教导而祷告的事上得到原谅。
 - 不要仅仅为你婚姻的幸福而祷告, 也要为因着你美满的婚姻而成为引领别人进入天国的见证而祷告。
 - 为一切撒旦所带来的攻击而祷告, 因为上帝能使坏的变为好的。
 - 如果有时间, 阅读〈哥林多前书〉第13章, 然后一起祷告。祈求上帝让〈哥林多前书〉第13章中的内容在你的生命中成为现实。
- 夫妻一同感恩: 以祂那将要临到你们的事而赞美上帝并以此作为结束, 因着你们夫妻二人对上帝的顺服。承诺会继续一起祷告, 并把上帝放在你们关系中的首位。

重要说明: 在回到原来的小组前, 互相询问对方在未来的一周中, 你该如何以一种有意义的方式向对方展示你的爱和尊重。靠着上帝的力量去尝试和实践什么是沟通。制定一个继续祷告的计划, 不是一时的, 而是每日持之以恒的。

为你的婚姻祷告和呼求

主啊，我赞美祢，祢设计了婚姻的计划。祢让我们二人成为一体。请告诉我们如何才能“二人成为一体”并以此来荣耀祢。

“耶和华上帝说：『那人独居不好，我要为他造一个配偶帮助他……』因此，人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。”
(《创世记》第2章18, 24节)

主啊，我赞美祢，女可以坚固我们的家庭与婚姻。事实上，祢迫切的希望我们共同的生活会比过去的日子更坚固。请指教我们如何以婚姻来荣耀祢。说明我们向我的配偶指明通往天国的道路！

“若不是耶和华建造房屋，建造的人就枉然劳力。”(《诗篇》第127篇1节)

“两个人总比一个人好，因为二人劳碌同得美好的果效。若是跌倒，这人可以扶起他的同伴；若是孤身跌倒，没有别人扶起他来，这人就有祸了。”(《传道书》第4章9, 10节)

主啊，我赞美祢，爱的礼物。求祢使我不要忘记，我们夫妻初次见面时的印象和我爱我配偶的方式。说明我不要因我对待我配偶的方式而使圣灵忧伤，而要让全天庭充满喜乐的歌声。

“不要叫上帝的圣灵担忧；你们原是受了他的印记，等候得赎的日子来到。一切苦毒、恼恨、忿怒、嚷闹、毁谤，并一切的恶毒（或译：阴毒），都当从你们中间除掉；并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如上帝在基督里饶恕了你们一样。”(《以弗所书》第4章30-32节)

主啊，我感谢祢，给了我们无私和无条件之爱的榜样。主啊，虽然我自身并不具备这样的爱。但是我知道女可以给予我这样的爱。请指教我如何以祢的爱来爱我的配偶。

“我天天冒死。”(《哥林多前书》第15章31节)

“爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒；爱是不自夸，不张狂，不做害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶，不喜欢不义，只喜欢真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。爱是永不止息。先知讲道之能终必归于无有；说方言之能终必停止；知识也终必归于无有。”(《哥林多前书》第13章4-8节)

主啊，我赞美祢，祢希望住在我的家中！请指教我如何使我们的家庭成为“地上的小天国”，成为天使喜爱到访的地方。请指教我如何凭爱心说话，用爱回应，以及用无私的爱来服务。

“回答柔和，使怒消退；言语暴戾，触动怒气。”(《箴言》第15章1节)

“……要使你们的家成为地上的小天国。你们只要愿意，就能这么做。你们能使自己的家十分舒适愉快，以致成为地上最吸引儿女的地方。……”(《天国》第18章)

主啊，我赞美祢，祢对我长久以来的忍耐。赦免我曾经得罪祢的时候，赦免我为维护自己的骄傲而浪费的时间，以及对自己造成的伤害。请指教我明白把自己的人生置于爱中的意义，一如祢曾经为我所做的。

“如果他们肯摆脱骄傲和自私，多半的困难就会在五分钟内解决了。人们用来为自己辩护而耗费的许多宝贵的钟点，使天使担忧，使上帝不悦。”(英文版《早期著作》119页)。

“你们作妻子的，当顺服自己的丈夫，如同顺服主……你们作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己。”(《以弗所书》第5章22, 25节)

主啊，我赞美祢，为了我的配偶！说明我来荣耀他们，尊重他们，爱他们，培养他们，和以天国的精神在他们的人生和事奉中给予鼓励。说明我成为他们最大的说明者和鼓励者。说明他们每天可以在我身上看到耶稣的样式。主啊，教导我来爱祢。

“才德的妇人谁能得着呢？她的价值远胜过珍珠。她丈夫心里倚靠她，必不缺少利益……她丈夫在城门口与本地的长老同坐，为众人所认识。”(《箴言》第31章10-12, 23节)

主啊，我赞美祢，给了我们一个完美之爱的榜样。完美的爱是对自我的牺牲，而不是牺牲他人。主啊，我依然还有很多不足的地方！改变我，提拔我。说明我成为合乎祢要求的配偶。

“把自己钉在十字架上，而不是设法把配偶钉在十字架上。基督说：『若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架，来跟从我。』”(《马太福音》第16章24节”(《心理、品格与个性》第11篇)

“爱你律法的人有大平安，什么都不能使他们绊脚。”(《诗篇》第119篇165节)

主啊，我赞美祢，祢为我们设立了服务的榜样。不是去寻求别人的服务，我愿意先来服事我的配偶！请让我们的家庭充满天国的气息。

“谁愿为首，就必作你们的仆人。”(《马太福音》第20章27节)

“一个由主的灵所主持的家庭，是天国最美妙的象征。上帝的旨意若得以成全，夫妻之间就必相敬如宾，养成互爱互信的习惯。”(《复临信徒家庭》第一章)

主啊，我赞美祢，祢把男、女造的不一样只为一个原因。妻子：作为家里的家庭主妇，说明我荣耀和尊重我的丈夫。丈夫：说明我珍惜和爱我的妻子。

“新郎和新娘要在全宇宙之前立下誓约，彼此相爱，因为上帝已命定他们应当如此行。……妻子当敬重她的丈夫，丈夫也当爱护他的妻子。丈夫的祷告：说明我作仁慈，怜悯，柔和，宽恕的人。说明我在自己家中作真正的家庭维护者，在他人面前表彰基督的品德。”(《复临信徒家庭》第十五和三十四章)

主啊，我赞美祢，祢可以教导我如何以祷告来真诚的支援我的配偶。为了祢所赐给我的配偶，愿我的祷告可以成为爱的语言和鼓励的泉源。教导我如何每天为我的配偶祷告。

“祂渴望你期待祂为你成就大事。”(《上帝的儿女》第二十二章)

“你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；叩门，就给你们开门。”(《马太福音》第7章7节)主啊，我赞美祢，祢给了我一张嘴和两只耳朵，意味着我要多听。说明我不要吹毛求疵，批评和唠叨，也不要因着我的话让我的配偶难过流泪。帮助我，使我的语言可以启发和塑造我的配偶并以此来荣耀祢。

“一句话说得合宜，就如金苹果在银网子里。”(《箴言》第25章11节)

“生气却不要犯罪；不可含怒到日落，也不可给魔鬼留地步……污秽的言语一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。”(《以弗所书》第4章26-27, 29节)

主啊，我赞美祢，祢是我的磐石和根基。说明我可以成为我配偶的垫脚石（而不是绊脚石），鼓励我的配偶与祢有更深的联络。因着夫妻间的联合，使我们可以在教会里成为祢荣耀的力量。

“房屋因智慧建造，又因聪明立稳；其中因知识充满各样美好宝贵的财物。”(《箴言》第24章3, 4节)

“妻子，以敬畏上帝的心与丈夫联合，将会是教会的力量。”(《文稿汇编》卷10)

主啊，我赞美祢，祢会给我配偶鼓励和权柄，使其可以为祢而刚强的站立，不管在未来我们会面对怎样的危难 / 暴风雨。说明我们不会玷污祢的名。

“耶稣对门徒说：『若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架来跟从我。』”(《马太福音》第16章24节)

“凡在人面前认我的，我在我天上的父面前也必认他。”(《马太福音》第10章32节)

主啊，我赞美祢，祢可以使我的配偶避开仇敌的谎言。给予他们有属灵的力量可以逃离试探，并寻求祢大能的膀臂。无论悲伤或者患难，愿祢成为他们的堡垒和救赎者。

“耶和華的名是堅固台；義人奔入便得安穩。”(《箴言》第18章10节)

“感谢上帝，使我们借着我们的主耶稣基督得胜！”(《哥林多前书》第15章57节)

主啊，我赞美祢，无论他们因何软弱，祢都可以让我的妻子 / 丈夫变得刚强。祢可以救他们脱离撒旦的捆绑。当他们谦卑屈膝的降服在祢宝座前的时候，请祢让他们成为强大的胜利者。

“我必在你前面行，修平崎岖之地。我必打破铜门，砍断铁门，我要将暗中的宝物和隐秘的财宝赐给你，使你知道提名召你的，就是我耶和华以色列的上帝。”(《以赛亚书》第45章2, 3节)

主啊，我赞美祢，只有祢可以为我们解渴。愿我们在属灵上永不满足，带着饥渴和更深渴望的心与祢同行。作为夫妻，我们愿意寻求在祢里面有更深的长进，更有理解力，更有爱心、耐心，和喜乐的心。

“人若喝我所赐的水就永远不渴。我所赐的水要在他里头成为泉源，直涌到永生。”(《约翰福音》第4章14节)

主啊，我赞美祢，虽然我们可以用各样的方法让我们彼此快乐，但只有祢是我们爱的泉源，并让我们得以满足。说明我们的目光聚焦在祢身上，并靠着祢得以满足，这样我们就可以彼此给予。

“亲爱的弟兄啊，上帝既是这样爱我们，我们也当彼此相爱。从来没有人见过上帝，我们若彼此相爱，上帝就住在我们里面，爱他的心在我们里面得以完全了。上帝将他的灵赐给我们，从此就知道我们是住在他里面，他也住在我们里面...我们爱，因为上帝先爱我们。”(《约翰一书》第4章11-13,19节)

主啊，我赞美祢，祢曾应许当我们荣耀祢的时候，我们将得以富足。愿我的配偶成为那栽种在河边结果子的树。愿我们的婚姻美满和丰盛。愿我们的婚姻成为奇妙的见证，因为祢是如此的美善！

“不从恶人的计谋，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位，惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福！他要像一棵树栽在溪水旁，按时候结果子，叶子也不枯干。凡他所做的尽都顺利。”(《诗篇》第1章1-3节)

单身人士的祷告和认许经文“我唯一的渴望”

(为单身的，离异的，独居的祷告)

作为单身，活在这个成双成对的世界里并不容易。我知道，也曾经历过。在这40年的单身生涯中，耶稣一再的告诉我祂是如此的爱我，祂希望我可以在祂里面找到完全的满足：喜乐、爱，身份。任何人的爱都无法代替在我单身的岁月里耶稣所给予我的一切，哪怕人的爱看起来是多么美好。事实上，祂成了我最好的朋友，我的全部，我天国的爱人，我会精心的守护祂神圣的爱。

〈诗篇〉第27篇4章“有一件事，我曾求耶和华，我仍要寻求：就是一生一世住在耶和华的殿中，瞻仰他的荣美，在他的殿里求问。”

这会成为我的祷告，我也希望它能成为你的祷告。如果你想要找到真正的平安与幸福，这就必须成为你的祷告，无论你是单身还是正处在一段关系中。

不管你的环境，年龄，还是你曾经所经历的伤痛，无论你是男的还是女的，或是你前方的景色如何，你唯一应该专注的是：让耶稣成为你唯一真正的爱人。如果你愿意，你会发现祂远远超过你的想像。

我鼓励你以下的面的祷告文来祷告，祂的应许对我意义非凡。邀请祂来到你的心中，并充满你的内心。

对单身人士的祷告和应许

主啊，我承认我并不总是希望祢在我身边。我感到孤单，并长久以来渴望有人陪伴，至少对有些人来说是这样。帮助我认识到祢是我心中的渴望！祢是我的伴侣，是我的全部。在我寻求地上的爱人或者伴侣之前，帮助我成为符合祢心意的人。愿〈诗篇〉第27章4节成为我真实的祷告。

“有一件事，我曾求耶和华，我仍要寻求：就是一生一世住在耶和华的殿中，瞻仰他的荣美，在他的殿里求问。”(〈诗篇〉第27篇4节)

“我要赐他们认识我的心，知道我是耶和华。他们要作我的子民，我要作他们的上帝，因为他们要一心归向我。”(〈耶利米书〉第24章7节)

“你们寻求我，若专心寻求我，就必寻见。”(〈耶利米书〉第29章13节)

“因为造你的是你的丈夫；万军之耶和华是他的名。救赎你的是以色列的圣者；他必称为全地之上帝。耶和华召你，如召被离弃心中忧伤的妻，就是幼年所娶被弃的妻。这是你上帝所说的。我离弃你不过片时，却要施大恩将你收回。”(〈以赛亚书〉第54章5-7节)

“人的爱应当从上帝的爱中获得最紧密的关系。只有基督在人心中作主，人才会有深切、真诚和无私的爱。”(《复临信徒家庭》第九章)

“他医好伤心的人，裹好他们的伤处。”(《诗篇》第147篇3节)

耶稣是天国完美之爱的象征！

主啊，我想要一位真正委身于上帝的伴侣/朋友，并且能够帮助我与天父更加的亲近。帮助我认识到祢就是那位伴侣，因为你与父原为一体。只有祢能够让我与天父更亲近。

耶稣说：“我与我父原为一。”(《约翰福音》第10章30节)

“耶稣说：『我就是道路、真理、生命；若不借着我，没有人能到父那里去。』”(《约翰福音》第14章6节)

在这个世界上，朋友可能会背叛你，你所在乎却总是让你失望。我多么渴望能够拥有一位值得我永远信任的朋友。祢就是那位朋友！没有人比祢更具备如此高的标准和完全的正直。虽然有人抛弃我，但祢永远不会抛弃你的孩子。当我呼叫祢的时候，祢总在那里。

其他人见证说：“他并没有犯罪，口里也没有诡诈。”(《彼得前书》第2章22节)

“审判要转向公义；心里正直的，必都随从。”(《诗篇》第94章14节)

“我要引瞎子行不认识的道，领他们走不知道的路；在他们面前使黑暗变为光明，使弯曲变为平直。这些事我都要行，并不离弃他们。”(《以赛亚书》第42章16节)

“凡父所赐给我的人必到我这里来；到我这里来的，我总不丢弃他。”(《约翰福音》第6章37节)

天父，在这个世界上，有着太多的困惑。有时候，我不知道在想什么，可以相信什么，我该站在哪里。我渴望身边有个值得我信任的人，他了解你的道，活出你的道，并且为的圣言而祷告。为了属灵的陪伴你把这些渴望放在我心中。说明我知道你就是那个人，你是活的道，你正为我而祷告。

耶稣张开祂爱的膀臂说：“我就是那活的道，我来要与你们同住。”(《约翰福音》第1章14节，意译)

耶稣整夜祷告……不但为这些人祈求，也为我的祈求。(参阅《路加福音》第6章12节；《约翰福音》第17章20节)

“我口所出的话也必如此，决不徒然返回，却要成就我所喜悦的，在我发他去成就的事上必然亨通。”(《以赛亚书》第55章11节)

“上帝的应许，不论有多少，在基督都是是的。所以借着他也都是实在的，叫上帝因我们得荣耀。”(《哥林多后书》第1章20节)

主啊，感谢祢的话语！帮助我知道如何去理解它。

“如果我们渴望去了解上帝的心意，并按着祂的心意做，祂对我们的应许是：『你们必晓得真理，真理必叫你们得以自由。』”（英文版《从天而来的爱》，166页）

“所以务要握住祂的应许，作为生命树的叶子：『到我这里来的，我总不丢弃他。』（约6:37）。你们到祂面前时，要相信祂必接受你们，因为祂已应许过。你们能这样行，就决不致灭亡了。”（《服务真诠》第四章）。

“天怎样高过地，照样，我的道路高过你们的道路；我的意念高过你们的意念。”（《以赛亚书》第55章9节）

主阿，我尝试去服务他人，但有时候我也希望别人能够以爱心来服务我。然而，祢为了服务我而离开天庭，这让我无言以对！这不只发生在十字架上，今天祢依然在服务我，因为祢正在天上的圣所中为我代求。帮助我能够紧紧的抓住祢强有力的膀臂，让我带着希望与鼓励去往应许之地，我知道祢供给我一切的所需。正如祢为了我的益处而放弃了一切，愿我不再为自己积存福气，作为感恩，我愿我的人生为他人而活。说明我能够以无私的爱来分享我的爱、我的时间，我的思想，我的祷告。

“反倒虚己，取了奴仆的形像，成为人的样式。”（《腓利比书》第2章7节）

祂不仅仅在很久以前使5千人吃饱，今天祂也同样要使我饱足。（《马可福音》第6章41节）

“所以，不要忧虑说，吃什么？喝什么？穿什么？这都是外邦人所求的。你们需用的这一切东西，你们的天父是知道的。你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。”（《马太福音》第6章31-33节）

“我的上帝必照他荣耀的丰富，在基督耶稣里，使你们一切所需用的都充足。”（《腓利比书》第4章19节）

“你要大大张口，我就给你充满。”（《诗篇》第81章10节）

“你们要给人，就必有给你们的，并且用十足的升斗，连摇带按，上尖下流地倒在你们怀里；因为你们用什么量器量给人，也必用什么量器量给你们。”（《路加福音》第6章38节）

“你们要尝尝主恩的滋味，便知道他是美善；投靠他的人有福了。”（《诗篇》第34章8节）

天父，祢是如此的善待我！我总是为自己的孤单而抱怨、埋怨。请赦免我。祢离开祢荣耀的天国来找我，并赢得我的爱，但我总是对祢的礼物不存感恩的心。祢却继续以爱来回应我。教导我可以像祢爱我一样来爱其他人。

当兵丁把钉子钉入耶稣手掌的时候我记得耶稣说：“父啊！赦免他们；因为他们所做的，他们不晓得。”(《路加福音》第23章34节)

我也同样记得即使有一只小麻雀掉落，祂都关心，那么今天祂又是多么的爱我们“所以，不要惧怕，你们比许多麻雀还贵重！”(《马太福音》第10章31节)

上帝告诉我们说：“上帝爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。”(《约翰福音》第3章16节)

上帝—最伟大的存在
奇妙的爱—最伟大的原则
世界—最需要的人(就是我)
祂所给予的—最伟大的作为
祂唯一的儿子—最伟大的礼物
叫一切信祂的—最伟大的邀请
不至灭亡—从最大的患难中给予最大的拯救
得永生—最伟大的特权和永恒的喜乐

“人为朋友舍命，人的爱心没有比这个大的。”(《约翰福音》第15章13节)

天父，我总是祷告可以同他人分享我最深切思想和梦想，无论喜乐还是忧伤都有人可以与我同行；那个人不但会握着我的手，也会握着我的心；我可以站在那个人的身边，并以整个身心去爱他。我知道，你就是那个人，我天国的爱人！不要让我想当然的认为，祢为我所作的一切都是我应得的！

“我要将暗中的宝物和隐密的财宝赐给你，使你知道提名召你的，就是我耶和華以色列的上帝。”(《以赛亚书》第45章3节)

耶稣毫无怨言的放弃了祂在天国的一切，为了来寻找我、赢得我的心。虽然我一开始怀疑祂的爱，并拒绝祂的好意。但是祂慢慢的，用祂的温柔和慈爱赢得了我的爱和心。祂带我入筵宴所，以爱为旗在我以上。”(《雅歌》第2章4节，意译)

“要尝尝主恩的滋味，便知道他是美善。”祂轻声的说(《诗篇》第34篇8节)。祂深深的看着我的内心，我知道没有什么可以使我与基督分离(《罗马书》第8章35-39节)，祂已赢得我的心直到永远！

我意识到就是耶稣，祂最终成了的爱的祭物，不单为所有人，也为我“惟独见那成为比天使小一点的耶稣；因为受死的苦，就得了尊贵荣耀为冠冕，叫他因着上帝的恩，为人人尝了死味。”(《希伯来书》第2章9节)

泪水順著我的臉頰流下來，我的心都融化了。「我剛離開他們就遇見我心所愛的。」(《雅歌》第3章4節)

主啊，祢为所做的太多了！谢谢祢！但我必须坦率的告诉祢，虽然祢告诉我们会
有艰难的时刻临到我们身上，但我不愿意在患难中孤军奋战。

祂应许说：“我总不撇下你，也不丢弃你。”(《希伯来书》第13章5节)

“你从水中经过，我必与你同在；你趟过江河，水必不漫过你；你从火中行过，必
不被烧，火焰也不着在你身上。”(《以赛亚书》第43章2节)

耶稣并不只是个人，祂也被称为：我的审判者，我的上帝，我的救主，我创造
者，我的救赎者，我的君王(参阅《以赛亚书》第33章22节)。祂是我的全部，让我
真正懂得和知道什么是真正的爱！

天父啊，《诗篇》第37篇4节写道：“又要以耶和华为乐，他就将你心里所求的赐
给你。”我总是以此诗篇作为祷告，希望能有个配偶、朋友，陪伴的人，帮助我意
识到祢就是我内心的渴望！我总是能够在祢里面找到我一切所需的。愿我的心以
真诚的诗歌来赞美祢，不管我人生的处境如何，只要祢在我身边，又有谁可以拦
阻我呢？

“上帝若说明我们，谁能敌挡我们呢？”(《罗马书》第8章31节)

“你们和我当称耶和华为大，一同高举他的名。我曾寻求耶和华，他就应允我，救
我脱离了一切的恐惧。凡仰望他的，便有光荣；他们的脸，必不蒙羞……耶和华的
圣民哪，你们当敬畏他，因敬畏他的一无所缺。少壮狮子还缺食忍饿，但寻求耶
和华的，什么好处都不缺。”(《诗篇》第34章3-5, 9-10节)

“有一件事，我曾求耶和华，我仍要寻求：就是一生一世住在耶和华的殿中，瞻仰
他的荣美，在他的殿里求问。”(《诗篇》第27章4节)

无论生活如何的待我，耶稣总是我唯一的渴望！