

禁食祷告日

2018年 第一季 1月6日(安息日)

为家庭代求

手册及资料

目录

祷告及禁食一般信息

- 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 — 「神圣的境界」 10

祷告及应许

- 为家庭代求的大纲 12
- 为亲人祷告和应许经文 14

* 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香港圣经公会《和合本》版本。

设立禁食祷告日的原因？

想象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，会发现几个一再重复的主题：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. 禁食的种类

- 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。他们应当划出时日来禁食祷告。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)的数据，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。

如同我们帮助他人一样，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：诗篇 127:1；申命记 7:9
- 教会证道主题及内容的建议：
首先蒙召作家中的布道士
为家庭争战
上帝对家庭的旨意
神圣的境界

- 建议儿童故事：个人故事及课题分享

上帝在地上设立家庭，为要荣耀祂的团队！破碎的家庭叫人难过，当家中欠缺坚定的信仰基础时，儿女们便经常被放纵偏行己路。有些以暴力和罪行来回应；有些退学；有些心智仍未成熟去承担责任时，已另外组织家庭，这情况由家庭延至教会、小区…甚至整个世界！好消息是：我们纵使是来自破碎家庭，上帝仍能帮助我们为未来新一代敞开一条新的出路。

分享一个儿童的故事，他来自破碎家庭，但长大后仍能为主作大事（例如：班·卡森）。也许这儿童的父母经常为他祷告，倘若这故事也发生在你身上，请分享你个人的故事！使用创世记 50:20 来引证你的观点。

其他选择：结束时，带领儿童唱「有耶稣伴随，快乐，快乐的家」或其他合适的歌曲。

- **给带领者**：建议在午间进行祷告会，时间至少为两小时，很多时会安排在整个下午，让圣灵一路带领。
- **给带领者**：参考「祷告带领者」（第 8 页）
- **给带领者及参与者**：打印「为家庭代求大纲」（第 12-13 页）给参与者
- **给带领者及参与者**：打印「为亲人祷告和应许经文」以引导参与者一同祷告，我们建议你以双面打印（参考附件第 14-17 页）
- **给带领者**：我们已提供了禁食祷告的灵修材料「神圣的境界」（参考附件第 10-11 页），这可按需要于祷告之前分享或在证道时使用。

活动流程

地点：聚集在教会大堂一起祷告

开始：唱几首诗歌以培养虔敬的气氛，领唱员带领会众唱赞美诗「家中若有爱」（英文赞美诗第 652 首），让我们向上帝祈求祂的旨意行在家中。

开会诗及欢迎辞：安排祈祷事工部干事或指定一位领袖致欢迎辞，然后分享「神圣的境界」（参考第 10-11 页），继而分享诗篇 127:1。

指示：清楚说明祷告的时间，参考「祷告带领者」（第 8 页）以取得更多资料，派发禁食祷告日「为家庭代求大纲」（第 12-13 页）。派发「为亲人祷告和应许经文」（第 14-17 页）

实际祷告时间：至少两小时，并安排以家庭分组祈祷，单身者可与其他家庭一同祷告。祷告时间有限，所以很多人会乐于花整个下午在祷告上。请专注整个下午在祷告上，且排除太多的谈话交流，因为这是祷告日！

结束：在结束时，唱一些赞美的诗歌，以感谢上帝将要成就的事，并鼓励参与者继续凭信心抓住上帝话语中的应许，与家人及为家人祷告。

结束禁食祷告日：禁食结束后，安排主内一家共享晚餐。

祷告带领者

我们建议会众多次祷告，同时亦提醒他们内容要简短而扼要的重要性。怀爱伦写道：「在会议中做短暂的祷告，当你在私下里与上帝交谈和交流时，做长篇大论的祈祷。」（怀爱伦著，手抄本，第 10 卷，第 130 页）。所以，虽然祈祷时间可以很长，但单独的祈祷不应该是这样。祈祷短暂的祈祷会使祈祷时间保持活跃和流动。它还将会员的心结合在一起，使成年人和儿童不再变得焦躁不安。

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。参考诗篇 100:4，我们以称谢进入上帝的门。诗篇 66:18，以赛亚书 59:1-2，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。

如果以赞美和认罪开始，你可以这样开始你的祷告：「亲爱的主，今天我们以充满赞美的心来到祢面前。在我们向祢提出我们家庭的要求之前，让我们花几分钟时间来赞美祢的名，感谢祢成为我们伟大的君王和拯救者。」

让其他人开始祷告，如果你打算分组祷告的话，可以先以合组祷告方式开始，然后分成较小的祷告组别。当进入认罪时，由你再次带领。

我们建议先给予每人个别认罪的时刻，然后才同心认罪，特别是关于对失落生灵漠不关心的罪，可同唱「奇异恩典」作为响应。

为教会各家庭代求：

当你为教会不同的家庭代求时，无论是你自己的或是别人的，请鼓励各人，以你作为示范，祈求上帝的话语，确信祂的应许。祷告内容要清楚并明确，凭信心祈祷，让圣灵一路带领。

在整个祈祷时间中，可随意加入与内容相关常唱的赞美诗和歌曲。「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。有些诗歌，实际上就是祈祷。」（教育论原文第 168 页）

鼓励组员同心合意祷告，互相认同感受，参考马太福音 18:19。

家庭代求：

安排下午的某段时间，邀请父母单独与他们的子女一起祷告，时间大约三十分钟至一小时（用你的智慧来决定多久及如何分组。）家庭小组可以散布在教会礼堂或祈祷室附近，或由他们自行选择私人地方，提醒他们在某个指定时间回来合组。

注意：家人未有来到的：

鼓励那些家人未有来到的留在大堂，为未有来到的家人，或为教会的家庭祷告，因为教会亦是一个大家庭！甚至对于某些人来说，教会的确是他们惟一的家。这些教友亦可参考「为亲人祷告并得着应许」来祷告，（我们鼓励你特定一位带领者带领这组的祷告时刻。）

要记着，以上只是作为开始时的一些建议，最重要的，仍是圣灵一路的带领！

结束时可重合为一组，献上感谢和赞美。

神圣的境界

怀爱伦

家庭境界之神圣性——每个家庭都有应当加以保护的神圣境界。任何其他的人都无权侵入此一神圣境界。丈夫与妻子之间一切都当开诚布公。妻子不该有任何秘密给别人知道，却瞒住自己的丈夫。丈夫也不该有任何秘密能告诉别人，却不让妻子晓得。妻子的心应作丈夫之缺点的坟墓，丈夫的心也应作妻子之短处的坟墓。他们永不可以戏谑的言行伤害对方的感情。无论丈夫或妻子，断不可以嘲弄或其他的态度对第三者诉苦，因为放纵这种愚昧，或看来似乎是无害的笑谈，结果却会使彼此难堪，甚或生出隔阂来。我蒙指示：每一个家庭都当在四周设置神圣的防护物。

家庭的境界应被视为神圣的所在，天国的象征，和自我反省的明镜。我们应该有朋友和相熟的人，但是他们不可干预家庭生活。要让家庭的所有权能被强烈地感受，俾导致一种轻松、安宁，和信任的感受。

舌、耳、眼都当圣化——愿家庭中的每一成员都祈求上帝赐恩，使他们的舌头、耳朵、眼睛，以及全身百体都得以圣化。俾与罪恶接触时，不会为恶所胜。基督已经作好安排，使品格能因善行而发出馨香之气。……

真不知有多少人在家庭范围之内羞辱了基督，误表了祂的圣德啊！更不知有多少人不表现忍耐、宽容、饶恕、和真实的爱啊！许多人各有自己的好恶，宁愿任意表露自己刚愎的癖性，不愿彰显基督的旨意、作为、和圣德。耶稣的生平充满了仁慈和爱。我们是否逐渐成长而与祂神圣的性情有分呢？

团结、亲爱、与和好——但愿作父母的，在他们自称敬爱并顺从的上帝面前立下严肃的誓约，靠着祂的恩典，他们之间永不发生任何纷争，却要在他们自己的生活 and 性情上，表现出他们期望自己的儿女所要培养的精神来。

作父母的务须慎防，勿容纷争不睦的风气侵入家中；因为这是撒但的工具之一，藉以在品格上印刻他的形象。倘若作父母的都竭力追求家庭的团结，以贯彻基督生平的原则谆谆施教，则纷争不睦的风气必被排除，团结相爱的精神必常驻其间。父母和子女便可一同分享圣灵的恩赐了。

但愿夫妇二人都记着：他们的担子已经够沉重了，不要再让纷争侵入他们之间，而使他们的人生显得更为痛苦。凡是给细微的歧见留地步的人，就等于邀请撒但到他们的家里来。儿女们也都染上了为些许小事争执的习气。邪恶的媒介便从而尽力使父母和儿女不忠于上帝。

婚姻生活中有时虽不免遭遇困难，但丈夫和妻子仍当在上帝的爱里保守自己的心懷意念。作父亲的应该视他儿女的母亲为配享一切仁慈、温柔、与同情的人。

家庭和睦的秘诀

家庭与教会中的隔阂与不睦，全都是由于与基督分离而造成的。与基督亲近，彼此就必亲近。教会与家庭中真正和睦的秘诀，并不是争权、不是操纵，也不是超人的克服困难的努力——虽然必有不少这一类的行动——而是与基督联合。

试想像一个大圆圈，自边沿有许多条线通向圆心。这些线越接近圆心，彼此也就越加接近。基督徒的人生也是如此，我们越接近基督，彼此也就越加接近。当上帝的子民在行动上团结一时，祂就得着荣耀了。

彼此相助——家庭的组织乃是一种神圣的社会单位，每一成员各有当作之事，彼此都须相助。家中的事务要和顺地进行，犹如各个不同的单位都调节妥善的机械一般。

家中的每一成员，都当自觉有增进合家的舒适、规律、和整洁的义务，不可互相敌对。大家应当一心一德，彼此在善行上互相鼓励；他们须以温和、宽容、忍耐相待；发言要温柔、稳重、力避一切混乱的表现；各人都当尽其所能，减轻母亲的负担。……

家中的每一成员，都当了解自己须在某些方面与别人合作同工。每一个人，从六岁的孩童起，都当明白自己必须肩负生活重担的那一部分。

合适的决心——我无论居家或在外，都须在恩典中有长进，俾使我的一切行为，都显出道德能力来。居家之时，我必须谨慎自己的意气、行为、和言语。我必须在正当的原则上用功培养、操练、并教育自己。我必须能作别人的榜样。对于上帝的圣言，我必须昼夜沉思默想，将它导注入自己的实际生活中。圣灵的宝剑，就是上帝的道，乃是我唯一能安全使用的武器。

*复临信徒家庭，原文第 177-180 页

为家庭代求的大纲

「若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力。」詩篇 127:1

合組禱告時間：

- **讚美上帝：**開始禱告的時候，要讚美及敬拜上帝，因為祂是配受稱頌，誠然，祂醫治並恢復破碎的心和家庭，祂還可令堅強的家庭更加堅強！
- **為你的家庭讚美上帝：**不管你現在面對甚麼掙扎，花點時間讚美上帝，因祂賜給你家人，並為那些使你生命改變的堅固家庭感恩，因祂在這些美好關係上行了美事。
- **同心認罪：**接下來進入同心認罪的時候，懇求上帝饒恕我們的自私和驕傲，以至給敵人侵進我們家中影響了家人的關係。（鼓勵他們承認內心的一切罪過，然而要留意保持隱私。）
- **個人認罪：**花時間進行個人安靜的認罪時刻，懇求上帝引導心靈認清內心有知無知的罪，繼而藉着認罪得到糾正。
- **為教會領袖的親人祈求：**禱告上帝在教會領袖親人周圍給予保護，由當地牧師開始、長老、執事、繼而是區會及聯會領袖。敵人總是從親人的圈子開始攻擊，懇求上帝擊敗他們。
- **為教友及出席者的親人祈求：**若是可行，為每個出席的家庭祈求，亦為你自己的家庭祈求。
- **為失落教友的親人祈求：**為那些沒有回到教會的教友親人祈求，求上帝呼召他們一家返回教會。
- **為擔任公職領袖的親人祈求：**禱告上帝會在那些擔任公職的人的家中工作。現在家庭和婚姻的神聖性比以往任何時候都受到更大的攻擊，我們需要堅強的領袖為這些家庭抗爭，但必須先由上帝在他自己的家中工作開始。
- **為教友的親人祈求：**對某些人來說，教會是他們信仰中唯一的家庭，禱告上帝讓你的教會堅強，幫助你消除一切紛爭和衝突。撒但要打斷教會家庭愛的連繫，但上帝令他們再堅強起來！

家庭祷告时间：每个家庭应各自找一个地方祷告。

- **家庭赞美：**围成小圆圈，为每一成员的好作为赞美上帝，祂祝福及帮助你过去一年的成长，要清楚并明确地表达你的感谢。
- **家庭认罪：**恳求上帝饶恕你，或因言语，行为或作了错误选择，伤害了配偶、子女及家人，要明确地表达你的认罪。（求上帝启示你知道所犯的错，并请求家人宽恕你。）
 - 恳求上帝饶恕你的骄傲和自私，以及你捍卫自己的权益，过于顾及家人的需要。
 - 恳求上帝饶恕你未有在家中好好地彰显祂的爱和怜悯（参考约翰一书 4:16）。（求上帝启示你知道所犯的错，并请求家人宽恕你。）
- **家庭祈求：**参考「为亲人祷告并得着应许」一起祷告，求家人饶恕你未有按照圣经的教导去活出主的应许。
 - 祈求你不单是拥有一个快乐的家庭，且是一个热衷于向别人见证主的国度的家庭。
 - 祈求纵使在敌人眼中视为恶的事，上帝也能把它变成美事(创世记 50:20)。
- **家庭感恩：**以感谢上帝作为完结，因祂为奉献的家行出奇事，再次感谢上帝给予这个家庭互相成长的机会，为天家作好准备。让大家承诺尽可能每天继续同心祈祷，并以上帝为首。
- 祈求圣灵沛降在教会中，完成主的工作，预备迎见天家。

为亲人祷告和应许经文

主啊，我赞美祢，祢设立了家庭在地上，并说「多结果子，极其茂盛…」求祢赐予这家在属灵上加倍的祝福，坚固我们能荣耀祢。

「若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力。」诗篇 127:1

「上帝叫孤独的有家、使被囚的出来享福，惟有悖逆的住在干燥之地。」诗篇 68:6

「愿全能的上帝赐福给你，使你生养众多，成为多族。」创世记 28:3

「我必叫你成为大国，我必赐福给你，叫你的名为大，你也要叫别人得福。」创世记 12:2

主啊，我赞美祢，祢赐给我家庭。帮助我懂得如何爱护及关心我挚爱的人。帮助我能忠心，帮助我在家中竭尽所能做到最好，并延续这关爱给别人。

「人在最小的事上忠心，在大事上也忠心，在最小的事上不义，在大事上也不义。」路加福音 16:10

「应当使你的家庭中充满温柔体贴的馨香之气。你们彼此若已疏远，以致有失《圣经》标准的基督徒体统，就当悔改…。你们若想在天国作圣徒，就必须先在地上作圣徒。」复临信徒家庭原文第 16 页

「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，都当从你们中间除掉，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 4:30-32

「你们各人的重担要互相担当，如此，就完全了基督的律法。」加拉太书 6:2

主啊，我赞美祢，祢愿意住在我家中。教导我如何令这家成为「地上的小天国」，天使乐于往返探访。教导我学习以爱谈话，以爱响应，及以无私的爱服侍家人每一成员。

「一句话说得合宜，就如金苹果在银网子里。」箴言 25:11

「亲爱的弟兄阿，我们应当彼此相爱，因为爱是从上帝来的，凡有爱心的，都是由上帝而生，并且认识上帝。」约翰一书 4:7

「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。」证道与演讲卷二，原文第 200 页

主啊，我赞美祢，祢对我们是何等无比的忍耐。求祢饶恕我，因我多次偏行己路，没有舍己精神，教导我放下自己，学习爱来回报祢为我所作的！

「你们要彼此相爱，像我爱你们一样，这就是我的命令。」约翰福音 15:12

「愿主帮助你们有前所未有的感受。愿主帮助你们向自我死去，在你们的家中得到改革的精神，以便上帝的天使来到你们中间，为你们效力，使你们可以为变化升天作好预备。」教会证言卷二，原文第 376 页

「基督的宗教要使我们仁慈有礼，不固执己见，刚愎自用。我们应该向自我死，看别人比自己强。」教会证言卷三，原文第 528 页

主啊，我赞美祢，祢已向我们显示何为爱。完美的爱是牺牲自己，而不是要别人为自己牺牲。我还有很多事情要学习啊！求祢改变我，叫我成长，就算是在家里，没有其他人，只有祢和我的挚爱看见的地方，我都能成为祢呼召我要作的基督徒。

「于是耶稣对门徒说：『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 16:24

「钉死自己，而不是要别人为自己被钉。『若有人要跟从我』，耶稣说：『就当舍己，背起他的十字架来跟从我。』」马太福音 16:24。」信函 11 (1905)

「坚心倚赖你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。」以赛亚书 26:3

主啊，我赞美祢，祢是我们的榜样，叫我们知道何为服务。让我在家中也能实践出「非以役人，乃役于人」的真理。求令这家成为地上的小天国。

「谁愿为首，就必作你们的仆人。」马太福音 20:27

「应当使家庭完全名实相符。它应当是地上的小天国，是培养而不故意抑制爱情的地方。我们的幸福端赖乎如此培养仁爱，同情，以及彼此之间的真实礼貌。一个由主的灵统辖一切的家庭，乃是天国最美妙的象征。若上帝的旨意得以成全，则夫妻之间必相敬如宾，并培养互爱互信之心了。」复临信徒家庭原文第 15 页

主啊，我赞美祢，教导我借着祷告，能真正维护我所挚爱的人。愿我的祈祷成为爱的语言，我家人得到鼓励的源泉，纵使他们不一定是信徒，教导我如何每天和我的家人一起祷告。

「我们若照他的旨意求甚么，他就听我们。这是我们向他所存坦然无惧的心。既然知道他听我们一切所求的，就知道我们所求于他的无不得着。」约翰一书 5:14, 15

「你们若有彼此相爱的心，众人因此就认出你们是我的门徒了。」约翰福音 13:35

「早晨和晚上都要在你自己的家里为你自己获得胜利。不要让你日常的工作拦阻你不能做这事。要花时间祷告，当你祷告时，要相信上帝听你的祷告。要在你的祷告中结合信心。你不一定每次都觉得立即得了应允；信心是要经受考验的。」给教会的勉言原文第 259 页

主啊，我赞美祢，祢是我的盘石和根基。帮助我成为踏脚石（而不是绊脚石），鼓励我的家人与祢建立更深厚爱的关系。团结一致，成为教会中荣耀祢的力量！

「房屋因智慧建造，又因聪明立稳。」箴言 24:3

「在地上团结如一家的人，才能承受将来上帝所赐的天国。天地的一切力量都与他们紧密合作，为生灵悔改的工作效力。」信函 150 (1907)

「宗教界所存在最大试炼与不和的根基，素来就是爱自己的心和骄傲自满。天使一再地对我说：『应当团结在一起，应当团结在一起，要心志相同，意见相同。』基督乃是领袖，你们都是弟兄；要跟从祂。」基督化的领导原文第 11 页

主啊，我赞美祢，祢赐给我和我家人勇气和力量，去面对未来的危机或风暴，为祢坚定站稳住脚。帮助我们不会因你的名感到羞耻！

「于是耶稣对门徒说：『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 16:24

「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 10:32

主啊，我赞美祢，祢坚定我们软弱之处，从撒但的捆绑中释放我们。使我们成为你强大胜利者。

「我必在你前面行，修平崎岖之地，我必打破铜门，砍断铁闩。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，就是我耶和华以色列的上帝。」以赛亚书 45:2, 3

「舌、耳、眼都当圣化——愿家庭中的每一成员都祈求上帝赐恩，使他们的舌头、耳朵、眼睛，以及全身百体都得以圣化。俾与罪恶接触时，不会为恶所胜。基督已经作好安排，使品格能因善行而发出馨香之气。」复临信徒家庭原文第 177, 178 页

主啊，我赞美祢，只有祢能满足我们内心的需要。愿我们不会在灵性上自满，反而要不断地渴慕与你同行的经验。让我们成为一个涌向永生的泉源。

「我是耶和华你的上帝，曾把你从埃及地领上来，你要大大张口，我就给你充满。」诗篇 81:10

「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 4:14

主啊，我赞美祢，祢来要给我们更丰盛的生命。帮助我们向祢学习，凡事能彼此付出额外的努力，就如祢为我们作的，叫我们能彰显祢！

「盗贼来，无非要偷窃、杀害、毁坏，我来了，是要叫羊得生命，并且得的更丰盛。」
约翰福音 10:10

「亲爱的弟兄阿，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 4:11-13, 19

「主为我们舍命，我们从此就知道何为爱，我们也当为弟兄舍命。」约翰一书 3:16