

# 禁食禱告日

2018年 第一季 1月6日(安息日)

為家庭代求

手冊及資料

# 目錄

## 禱告及禁食一般資訊

- 設立禁食禱告日的原因？ 2
- 有關禁食的教導 3
- 有關禁食的注意事項 5

## 建議：

- 計畫建議 6
- 活動流程 7
- 禱告帶領者 8

## 靈修/證道文章 — 「神聖的境界」 10

## 禱告及應許

- 為家庭代求的大綱 12
- 為親人禱告和應許經文 14

\* 本手冊為教會團體和個人參閱及使用。

\*\* 除非特別注明，本文所引用的經文都來自於香港聖經公會《和合本》版本。

# 設立禁食禱告日的原因？

想像一下作為父母的你將要離開你的孩子們，而你們只有將來在天國的時候才能再見面。那麼，你最想要對孩子們說什麼？

耶穌在復活後，準備要回到天上時就曾面臨這樣為難的處境。耶穌對門徒的最後勉言中祂所掛心的是什麼？當我們閱讀〈約翰福音〉第15至17章有關耶穌最後的禱告與勸勉時，會發現幾個一再重覆的主題：合一，愛，以及通過禱告來尋求上帝。耶穌迫切地渴望祂那尚在襁褓中的教會能夠在目標、和睦與使命上，彼此步調一致。在當今的世界中，可能會出現前所未有的兩極化，我們不同的國家和教會，我們迫切要去留意耶穌對祈求聖靈，以及為那同一個使命所做的勸勉。對我們而言，要擔當這份責任似乎並不容易。這就是我們需要禱告的原因，只有上帝能夠帶來合一的神蹟。

我們邀請你在「自己的小天地」暗自的禱告。我們邀請你與你當地的教會一起禱告。我們也邀請你加入到全球復興與改革的禁食禱告中來。或許你不會選擇徹底的禁食。或許你選擇拒絕甜食或是暫停使用社交媒體的方式來禁食，又或者在一段時間內盡量少吃植物性食物的方式來禁食

「從今以後直到世界末日，上帝的子民應當更加真誠警醒，不依靠自己的聰明，而是依靠他們領袖的智慧。他們要安排日子禁食禱告。」（懷愛倫著，《評論與通訊》，1904年，2月11日）

當你選擇迫切深入地禱告時，上帝會賜福並堅固你的心為那將要臨到的挑戰作好準備。

# 有關禁食的教導

## A. 《聖經》中的禁食

### a. 禁食的類別

- i. 一般禁食-〈路加福音〉第4章1-2節
- ii. 部分禁食—〈但以理書〉第10章3節
- iii. 全面禁食—〈以斯帖記〉第4章16節，〈使徒行傳〉第9章9節
- iv. 神蹟式的禁食—〈申命記〉第9章9節

### b. 耶穌的教導

- i. 〈馬太福音〉第6章16-18節，第9章14-15節
- ii. 從耶穌的教導中我們可以學到有關禁食的什麼？

## B. 懷愛倫在屬靈禁食方面的教導

- a. 「上帝聖言所吩咐的禁食，不單是一種儀式而已。它不僅包括不進食物，披麻蒙灰而凡真正為罪憂傷而禁食的人，絕不求自身的炫耀。上帝要我們奉行禁食的目的，並不是要因心靈的罪而刻苦己身，乃是要說明我們辨察罪的惡性，而在上帝面前存謙卑的心，並領受祂赦罪的恩典。」（《福山寶訓》第四章，第四篇）。
- b. 「那應當向大家介紹的真正禁食，就是禁戒各種刺激性的食物，並善用上帝所豐富供應的，對健康有益的簡單清淡食物。人應當少思念今生的食物，吃什麼、喝什麼，而要多思想從天上來的糧食，以致使人賦有健康活潑的宗教經驗。」（《論飲食》第四篇，第二章）。
- c. 「從今以後直到末時結束之日，上帝的子民應當更迫切及有更大的醒悟，不再依靠自己的聰明，而是依靠他們大元帥的智慧。他們應當劃出時日來禁食禱告。完全禁戒那不必要的食物，而只吃少量最簡單的食物。」（《論飲食》第十篇）。
- d. 「對於某些事務，禁食與祈禱是應當舉行，而且是很合時的。這在上帝的手中，乃是一種潔淨心靈和使人有領受之心境的方法。我們的祈禱得蒙垂允，是因我們在上帝面前虛心之故。」（《論飲食》第十篇）。
- e. 「真實禁食祈禱的精神，是將身、心和意志都奉獻給上帝。」（《論飲食》第十篇）。
- f. 「全世界的禁食也取代不了對上帝聖言的單純信靠。」（《論飲食》第十篇）。

## C. 屬靈禁食的目的

- a. 禁食說明我們將注意力集中到上帝的身上
- b. 禁食呼召我們去禱告
- c. 禁食顯露出我們被哪些控制

D. 我們該如何禁食？

- a. 安排一個24小時的部分禁食計畫
- b. 只吃少量最簡單的食物，或者只喝果汁
- c. 喝大量的水
- d. 在一頓健康的早餐之後，以禱告開始你的禁食。在第二天早上以新鮮的水果作為早餐和向上帝獻上感恩和讚美；並以此作為對24小時禁食的結束。記住，不要將你禁食的事情進行「宣傳」。因為這樣會導致你屬靈的驕傲和搶奪了上帝所賜予特別的祝福。
- e. 考慮每週安排一次這樣的禁食。

E. 在有重大需求的時候可安排一次一般性 / 全面性禁食

- a. 在危機關頭，上帝可能會要求你進行一般性 / 全面性的禁食
- b. 在禁食期間你必須嚴格限制你的日常活動（如果你覺得這樣的禁食可能不利於你的健康，那麼你應該先諮詢醫生）。

F. 避免極端——馬拉松式的禁食沒有功勞可言

- a. 懷愛倫說：「祂沒有叫你禁食四十天之久。在那試探的曠野，主已為你們禁食了。在這種禁食中沒有功勞可言，只有在基督的寶血中才有功勞。」（《論飲食》第十篇）

## 有關禁食的注意事項

並非每個人都適宜進行禁食，鼓勵那些人可以選擇在禱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，禁止使用社交媒體等。鼓勵參與者求問上帝喜歡他們以哪種方式來進行禁食。

雖然《聖經》有記載「禁食」（參閱〈馬太福音〉第6章16節）的資料，但我們必須記得禁食既不是開啟你為義或蒙賜福的鑰匙，也不是要顯得你更為屬靈。我們不能以禁食的方式來換得上帝的祝福 / 對我們禱告的回應，更不能以此來賺得我們的救恩。同樣的，禁食不能代替順從，或者個人的降服與基督式的愛。事實上，我們知道「以自稱為義的精神為動機的禁食禱告，是上帝所憎惡的」（懷愛倫著，《歷代願望》第28章）

然而，即使有人選擇不禁食，我們依然要視他們為這次禱告活動的一員。切記，上帝知道人心，禁食與否乃是個人與上帝之間的關係，而不是由任何人來強迫進行的。

如同我們幫助他人一樣，禁食禱告的目的乃是要將自我放在一邊。當我們以謙卑的心來尋求上帝，將世俗的誘惑放在一邊，藉著禱告我們會更容易接受上帝想要在我們生命中所要成就的事。

正如一位牧師說：「我們禁止世俗的一切，便可以得享耶穌的宴席。」

# 計畫建議

- 主要經文：詩篇 127:1；申命記 7:9
- 教會證道主題及內容的建議：  
    *首先蒙召作家中的佈道士*  
    *為家庭爭戰*  
    *上帝對家庭的旨意*  
    *神聖的境界*

- 建議兒童故事：個人故事及課題分享

上帝在地上設立家庭，為要榮耀祂的團隊！破碎的家庭叫人難過，當家中欠缺堅定的信仰基礎時，兒女們便經常被放縱偏行己路。有些以暴力和罪行來回應；有些退學；有些心智仍未成熟去承擔責任時，已另外組織家庭，這情況由家庭延至教會、社區…甚至整個世界！好消息是：我們縱使是來自破碎家庭，上帝仍能幫助我們為未來新一代敞開一條新的出路。

分享一個兒童的故事，他來自破碎家庭，但長大後仍能為主作大事（例如：班·卡森）。也許這兒童的父母經常為他禱告，倘若這故事也發生在你身上，請分享你個人的故事！使用創世記 50:20 來引證你的觀點。

其他選擇：結束時，帶領兒童唱「有耶穌伴隨，快樂，快樂的家」或其他合適的歌曲。

- **給帶領者：**建議在午間進行禱告會，時間至少為兩小時，很多時會安排在整個下午，讓聖靈一路帶領。
- **給帶領者：**參考「禱告帶領者」（第 8 頁）
- **給帶領者及參與者：**打印「為家庭代求大綱」（第 12-13 頁）給參與者
- **給帶領者及參與者：**打印「為親人禱告和應許經文」以引導參與者一同禱告，我們建議你以雙面打印（參考附件第 14-17 頁）
- **給帶領者：**我們已提供了禁食禱告的靈修材料「神聖的境界」（參考附件第 10-11 頁），這可按需要於禱告之前分享或在證道時使用。

# 活動流程

**地點：**聚集在教會大堂一起禱告

**開始：**唱幾首詩歌以培養虔敬的氣氛，領唱員帶領會眾唱讚美詩「家中若有愛」（英文讚美詩第 652 首），讓我們向上帝祈求祂的旨意行在家中。

**開會詩及歡迎辭：**安排祈禱事工部幹事或指定一位領袖致歡迎辭，然後分享「神聖的境界」（參考第 10-11 頁），繼而分享詩篇 127:1。

**指示：**清楚說明禱告的時間，參考「禱告帶領者」（第 8 頁）以取得更多資料，派發禁食禱告日「為家庭代求大綱」（第 12-13 頁）。派發「為親人禱告和應許經文」（第 14-17 頁）

**實際禱告時間：**至少兩小時，並安排以家庭分組祈禱，單身者可與其他家庭一同禱告。禱告時間有限，所以很多人會樂於花整個下午在禱告上。請專注整個下午在禱告上，且排除太多的談話交流，因為這是禱告日！

**結束：**在結束時，唱一些讚美的詩歌，以感謝上帝將要成就的事，並鼓勵參與者繼續憑信心抓住上帝話語中的應許，與家人及為家人禱告。

**結束禁食禱告日：**禁食結束後，安排主內一家共享晚餐。



# 禱告帶領者

我們建議會眾多次禱告，同時亦提醒他們內容要簡短而扼要的重要性。懷愛倫寫道：「在會議中做短暫的禱告，當你在私下與上帝交談和交流時，做長篇大論的祈禱。」（懷愛倫著，手抄本，第 10 卷，第 130 頁）。所以，雖然祈禱時間可以很長，但單獨的祈禱不應該是這樣。祈禱短暫的祈禱會使祈禱時間保持活躍和流動。它還將會員的心結合在一起，使成年人和兒童不再變得焦躁不安。

在你進入主題禱告的環節之前，我們鼓勵你以讚美和認罪作為開始。參考詩篇 100:4，我們以稱謝進入上帝的門。詩篇 66:18，以賽亞書 59:1-2，如果想讓上帝垂聽我們的禱告，那麼我們必須認罪和棄絕罪。

如果以讚美和認罪開始，你可以這樣開始你的禱告：「親愛的主，今天我們以充滿讚美的心來到祢面前。在我們向祢提出我們家庭的要求之前，讓我們花幾分鐘時間來讚美祢的名，感謝祢成為我們偉大的君王和拯救者。」

讓其他人開始禱告，如果你打算分組禱告的話，可以先以合組禱告方式開始，然後分成較小的禱告組別。當進入認罪時，由你再次帶領。

我們建議先給予每人個別認罪的時刻，然後才同心認罪，特別是關於對失落生靈漠不關心的罪，可同唱「奇異恩典」作為回應。

## 為教會各家庭代求：

當你為教會不同的家庭代求時，無論是你自己的或是別人的，請鼓勵各人，以你作為示範，祈求上帝的話語，確信祂的應許。禱告內容要清楚並明確，憑信心祈禱，讓聖靈一路帶領。

在整個祈禱時間中，可隨意加入與內容相關常唱的讚美詩和歌曲。「唱詩也是宗教儀式的一部分，與祈禱在敬拜上佔有同等的地位。有些詩歌，實際上就是祈禱。」（教育論原文第 168 頁）

鼓勵組員同心合意禱告，互相認同感受，參考馬太福音 18:19。

## 家庭代求：

安排下午的某段時間，邀請父母單獨與他們的子女一起禱告，時間大約三十分鐘至一小時（用你的智慧來決定多久及如何分組。）家庭小組可以散佈在教會禮堂或祈禱室附近，或由他們自行選擇私人地方，提醒他們在某個指定時間回來合組。

**注意：家人未有來到的：**

鼓勵那些家人未有來到的留在大堂，為未有來到的家人，或為教會的家庭禱告，因為教會亦是一個大家庭！甚至對於某些人來說，教會的確是他們惟一的家。這些教友亦可參考「為親人禱告並得著應許」來禱告，（我們鼓勵你特定一位帶領者帶領這組的禱告時刻。）

要記着，以上只是作為開始時的一些建議，最重要的，仍是聖靈一路的帶領！

結束時可重合為一組，獻上感謝和讚美。

# 神聖的境界

## 懷愛倫

家庭境界之神聖性——每個家庭都有應當加以保護的神聖境界。任何其他的人都無權侵入此一神聖境界。丈夫與妻子之間一切都當開誠布公。妻子不該有任何秘密給別人知道，卻瞞住自己的丈夫。丈夫也不該有任何秘密能告訴別人，卻不讓妻子曉得。妻子的心應作丈夫之缺點的墳墓，丈夫的心也應作妻子之短處的墳墓。他們永不可以戲謔的言行傷害對方的感情。無論丈夫或妻子，斷不可以嘲弄或其他的態度對第三者訴苦，因為放縱這種愚昧，或看來似乎是無害的笑談，結果卻會使彼此難堪，甚或生出隔閡來。我蒙指示：每一個家庭都當在四周設置神聖的防護物。

家庭的境界應被視為神聖的所在，天國的象徵，和自我反省的明鏡。我們應該有朋友和相熟的人，但是他們不可干預家庭生活。要讓家庭的所有權能被強烈地感受，俾導致一種輕鬆、安寧，和信任的感受。

舌、耳、眼都當聖化——願家庭中的每一成員都祈求上帝賜恩，使他們的舌頭、耳朵、眼睛，以及全身百體都得以聖化。俾與罪惡接觸時，不會為惡所勝。基督已經作好安排，使品格能因善行而發出馨香之氣。……

真不知有多少人在家庭範圍之內羞辱了基督，誤表了祂的聖德啊！更不知有多少人不表現忍耐、寬容、饒恕、和真實的愛啊！許多人各有自己的好惡，寧願任意表露自己剛愎的癖性，不願彰顯基督的旨意、作為、和聖德。耶穌的生平充滿了仁慈和愛。我們是否逐漸成長而與祂神聖的性情有分呢？

團結、親愛、與和好——但願作父母的，在他們自稱敬愛並順從的上帝面前立下嚴肅的誓約，靠著祂的恩典，他們之間永不發生任何紛爭，卻要在他們自己的生活 and 性情上，表現出他們期望自己的兒女所要培養的精神來。

作父母的務須慎防，勿容紛爭不睦的風氣侵入家中；因為這是撒但的工具之一，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團結，以貫徹基督生平的原則諄諄施教，則紛爭不睦的風氣必被排除，團結相愛的精神必常駐其間。父母和子女便可一同分享聖靈的恩賜了。

但願夫婦二人都記著：他們的擔子已經够沉重了，不要再讓紛爭侵入他們之間，而使他們的人生顯得更為痛苦。凡是給細微的歧見留地步的人，就等於邀請撒但到他們的家裏來。兒女們也都染上了為些許小事爭執的習氣。邪惡的媒介便從而盡力使父母和兒女不忠於上帝。

婚姻生活中有時雖不免遭遇困難，但丈夫和妻子仍當在上帝的愛裏保守自己的心懷意念。作父親的應該視他兒女的母親為配享一切仁慈、溫柔、與同情的人。

## 家庭和睦的秘訣

家庭與教會中的隔閡與不睦，全都是由於與基督分離而造成的。與基督親近，彼此就必親近。教會與家庭中真正和睦的秘訣，並不是爭權、不是操縱，也不是超人的克服困難的努力——雖然必有不少這一類的行動——而是與基督聯合。

試想像一個大圓圈，自邊沿有許多條線通向圓心。這些線越接近圓心，彼此也就越加接近。基督徒的人生也是如此，我們越接近基督，彼此也就越加接近。當上帝的子民在行動上團結一時，祂就得著榮耀了。

彼此相助——家庭的組織乃是一種神聖的社會單位，每一成員各有當作之事，彼此都須相助。家中的事務要和順地進行，猶如各個不同的單位都調節妥善的機械一般。

家中的每一成員，都當自覺有增進合家的舒適、規律、和整潔的義務，不可互相敵對。大家應當一心一德，彼此在善行上互相鼓勵；他們須以溫和、寬容、忍耐相待；發言要溫柔、穩重、力避一切混亂的表現；各人都當盡其所能，減輕母親的負擔。……

家中的每一成員，都當瞭解自己須在某些方面與別人合作同工。每一個人，從六歲的孩童起，都當明白自己必須肩負生活重擔的那一部分。

合適的決心——我無論居家或在外，都須在恩典中有長進，俾使我的一切行為，都顯出道德能力來。居家之時，我必須謹慎自己的意氣、行為、和言語。我必須在正當的原則上用功培養、操練、並教育自己。我必須能作別人的榜樣。對於上帝的聖言，我必須晝夜沉思默想，將它導注入自己的實際生活中。聖靈的寶劍，就是上帝的道，乃是我唯一能安全使用的武器。

\*復臨信徒家庭，原文第 177-180 頁

# 為家庭代求的大綱

「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，以至給敵入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！

**家庭禱告時間：**每個家庭應各自找一個地方禱告。

- **家庭讚美：**圍成小圓圈，為每一成員的好作為讚美上帝，祂祝福及幫助你過去一年的成長，要清楚並明確地表達你的感謝。
- **家庭認罪：**懇求上帝饒恕你，或因言語，行為或作了錯誤選擇，傷害了配偶、子女及家人，要明確地表達你的認罪。（求上帝啟示你知道所犯的錯，並請求家人寬恕你。）
  - 懇求上帝饒恕你的驕傲和自私，以及你捍衛自己的權益，過於顧及家人的需要。
  - 懇求上帝饒恕你未有在家中好好地彰顯祂的愛和憐憫（參考約翰一書 4:16）。（求上帝啟示你知道所犯的錯，並請求家人寬恕你。）
- **家庭祈求：**參考「為親人禱告並得著應許」一起禱告，求家人饒恕你未有按照聖經的教導去活出主的應許。
  - 祈求你不單是擁有一個快樂的家庭，且是一個熱衷於向別人見證主的國度的家庭。
  - 祈求縱使在敵人眼中視為惡的事，上帝也能把它變成美事（創世記 50:20）。
- **家庭感恩：**以感謝上帝作為完結，因祂為奉獻的家行出奇事，再次感謝上帝給予這個家庭互相成長的機會，為天家作好準備。讓大家承諾盡可能每天繼續同心祈禱，並以上帝為首。
- 祈求聖靈沛降在教會中，完成主的工作，預備迎見天家。

## 為親人禱告和應許經文

主啊，我讚美祢，祢設立了家庭在地上，並說「多結果子，極其茂盛…」求祢賜予這家在屬靈上加倍的祝福，堅固我們能榮耀祢。

「若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力。」詩篇 127:1

「上帝叫孤獨的有家、使被囚的出來享福，惟有悖逆的住在乾燥之地。」詩篇 68:6

「願全能的上帝賜福給你，使你生養眾多，成為多族。」創世記 28:3

「我必叫你成為大國，我必賜福給你，叫你的名為大，你也要叫別人得福。」創世記 12:2

主啊，我讚美祢，祢賜給我家庭。幫助我懂得如何愛護及關心我摯愛的人。幫助我能忠心，幫助我在家中竭盡所能做到最好，並延續這關愛給別人。

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

「應當使你的家庭中充滿溫柔體貼的馨香之氣。你們彼此若已疏遠，以致有失《聖經》標準的基督徒體統，就當悔改…。你們若想在天國作聖徒，就必須先在地上作聖徒。」復臨信徒家庭原文第 16 頁

「不要叫上帝的聖靈擔憂，你們原是受了他的印記，等候得贖的日子來到。一切苦毒，惱恨、忿怒、嚷鬧、毀謗、並一切的惡毒，都當從你們中間除掉，要以恩慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕，正如上帝在基督裡饒恕了你們一樣。」以弗所書 4:30-32

「你們各人的重擔要互相擔當，如此，就完全了基督的律法。」加拉太書 6:2

主啊，我讚美祢，祢願意住在我家中。教導我如何令這家成為「地上的小天國」，天使樂於往返探訪。教導我學習以愛談話，以愛回應，及以無私的愛服侍家人每一成員。

「一句話說得合宜，就如金蘋果在銀網子裡。」箴言 25:11

「親愛的弟兄阿，我們應當彼此相愛，因為愛是從上帝來的，凡有愛心的，都是由上帝而生，並且認識上帝。」約翰一書 4:7

「要使你們的家成為地上的小天國。你們只要願意，就能這麼做。你們能使自己的家十分舒適愉快，以致成為地上最吸引兒女的地方。」証道與演講卷二，原文第 200 頁

主啊，我讚美祢，祢對我們是何等無比的忍耐。求祢饒恕我，因我多次偏行己路，沒有捨己精神，教導我放下自己，學習愛來回報祢為我所作的！

「你們要彼此相愛，像我愛你們一樣，這就是我的命令。」約翰福音 15:12

「願主幫助你們有前所未有的感受。願主幫助你們向自我死去，在你們的家中得到改革的精神，以便上帝的天使來到你們中間，為你們效力，使你們可以為變化升天作好預備。」教會証言卷二，原文第 376 頁

「基督的宗教要使我們仁慈有禮，不固執己見，剛愎自用。我們應該向自我死，看別人比自己強。」教會証言卷三，原文第 528 頁

主啊，我讚美祢，祢已向我們顯示何為愛。完美的愛是犧牲自己，而不是要別人為自己犧牲。我還有很多事情要學習啊！求祢改變我，叫我成長，就算是在家裏，沒有其他人，只有祢和我的摯愛看見的地方，我都能成為祢呼召我要作的基督徒。

「於是耶穌對門徒說：『若有人要跟從我，就當捨己，背起他的十字架，來跟從我。』」馬太福音 16:24

「釘死自己，而不是要別人為自己被釘。『若有人要跟從我』，耶穌說：『就當捨己，背起他的十字架來跟從我。』馬太福音 16:24。」信函 11 (1905)

「堅心倚賴你的，你必保守他十分平安，因為他倚靠你。」以賽亞書 26:3

主啊，我讚美祢，祢是我們的榜樣，叫我們知道何為服務。讓我在家中也能實踐出「非以役人，乃役於人」的真理。求令這家成為地上的小天國。

「誰願為首，就必作你們的僕人。」馬太福音 20:27

「應當使家庭完全名實相符。它應當是地上的小天國，是培養而不故意抑制愛情的地方。我們的幸福端賴乎如此培養仁愛，同情，以及彼此之間的真實禮貌。一個由主的靈統轄一切的家庭，乃是天國最美妙的象徵。若上帝的旨意得以成全，則夫妻之間必相敬如賓，並培養互愛互信之心了。」復臨信徒家庭原文第 15 頁

主啊，我讚美祢，教導我藉著禱告，能真正維護我所摯愛的人。願我的祈禱成為愛的語言，我家人得到鼓勵的源泉，縱使他們不一定是信徒，教導我如何每天和我的家人一起禱告。

「我們若照他的旨意求甚麼，他就聽我們。這是我們向他所存坦然無懼的心。既然知道他聽我們一切所求的，就知道我們所求於他的無不得著。」約翰一書 5:14, 15

「你們若有彼此相愛的心，眾人因此就認出你們是我的門徒了。」約翰福音 13:35



「早晨和晚上都要在你自己的家裏爲你自己獲得勝利。不要讓你日常的工作攔阻你不能做這事。要花時間禱告，當你禱告時，要相信上帝聽你的禱告。要在你的禱告中結合信心。你不一定每次都覺得立即得了應允；信心是要經受考驗的。」給教會的勉言原文第 259 頁

**主啊，我讚美祢，祢是我的磐石和根基。幫助我成為踏腳石（而不是絆腳石），鼓勵我的家人與祢建立更深厚愛的關係。團結一致，成為教會中榮耀祢的力量！**

「房屋因智慧建造，又因聰明立穩。」箴言 24:3

「在地上團結如一家的人，才能承受將來上帝所賜的天國。天地的一切力量都與他們緊密合作，為生靈悔改的工作效力。」信函 150 (1907)

「宗教界所存在最大試煉與不和的根基，素來就是愛自己的心和驕傲自滿。天使一再地對我說：『應當團結在一起，應當團結在一起，要心志相同，意見相同。』基督乃是領袖，你們都是弟兄；要跟從祂。」基督化的領導原文第 11 頁

**主啊，我讚美祢，祢賜給我和我家人勇氣和力量，去面對未來的危機或風暴，為祢堅定站穩住腳。幫助我們不會因你的名感到羞恥！**

「於是耶穌對門徒說：『若有人要跟從我，就當捨己，背起他的十字架，來跟從我。』」馬太福音 16:24

「凡在人面前認我的，在我天上的父面前，也必認他。」馬太福音 10:32

**主啊，我讚美祢，祢堅定我們軟弱之處，從撒但的網綁中釋放我們。使我們成為你強大勝利者。**

「我必在你前面行，修平崎嶇之地，我必打破銅門，砍斷鐵門。我要將暗中的寶物，和隱密的財寶賜給你，使你知道提名召你的，就是我耶和華以色列的上帝。」以賽亞書 45:2, 3

「舌、耳、眼都當聖化——願家庭中的每一成員都祈求上帝賜恩，使他們的舌頭、耳朵、眼睛，以及全身百體都得以聖化。俾與罪惡接觸時，不會為惡所勝。基督已經作好安排，使品格能因善行而發出馨香之氣。」復臨信徒家庭原文第 177, 178 頁

**主啊，我讚美祢，只有祢能滿足我們內心的需要。願我們不會在靈性上自滿，反而要不斷地渴慕與你同行的經驗。讓我們成為一個湧向永生的泉源。**

「我是耶和華你的上帝，曾把你從埃及地領上來，你要大大張口，我就給你充滿。」詩篇 81:10

「人若喝我所賜的水就永遠不渴，我所賜的水，要在他裡頭成為泉源，直湧到永生。」  
約翰福音 4:14

**主啊，我讚美祢，祢來要給我們更豐盛的生命。幫助我們向祢學習，凡事能彼此付出額外的努力，就如祢為我們作的，叫我們能彰顯祢！**

「盜賊來，無非要偷竊、殺害、毀壞，我來了，是要叫羊得生命，並且得的更豐盛。」  
約翰福音 10:10

「親愛的弟兄阿，上帝既是這樣愛我們，我們也當彼此相愛。從來沒有人見過上帝，我們若彼此相愛，上帝就住在我們裡面，愛他的心在我們裡面得以完全了。上帝將他的靈賜給我們，從此就知道我們是住在他裡面，他也住在我們裡面。我們愛，因為上帝先愛我們。」約翰一書 4:11-13, 19

「主為我們捨命，我們從此就知道何為愛，我們也當為弟兄捨命。」約翰一書 3:16