

复兴与改革

季度祷告日

手册和资源

重建祭坛

恳求让自己能当门徒，为耶稣建立门徒

2023 年第四季度

10 月 7 日 (安息日)

参与祷告的邀请

我们邀请你和你的教会参与2023年第四季季度祷告日。今年的主题名为《重建祭坛》。我们首先在第一季为专一的心祷告，在第二季祈求去喜爱、活出并分享上帝的话，并在第三季学习为有需要的人祈祷。在第四季，我们会把祷告的重点集中于如何成为真正的门徒，以及怎样为耶稣建立门徒。

此手册的主意、主题及经文有助于你计划祷告流程。不过，我们鼓励你预备在祷告日中分享回归祭坛原则1及原则2时候，特别下载门徒培训小册子《回归祭坛的方法》（“The Way Back to the Altar”）去理解更多的概念。这些优美的跨代原则提到怎样学习在每天与上帝同行，并被不少教友采用。这些成为门徒的原则是真正让人经历回归祭坛之复兴的关键；这种复兴让能够流传至世世代代，直到耶稣降临。

本季的祷告日强调小组研经，请预留充足的时间来为手册中的每个主题祷告，因为只有圣灵才能把带来生命的话语住在心里，也只有圣灵才能使我更能够持续并有效读经。

预言之灵告诉我们：“我们如果能看到显在上帝面前的人类一切活动，就会明白，只有通过大量的祈祷才能完成工作，是借着基督的功劳而成圣的工作，才能经得起审判的考验。”（《基督徒服务大全》，原文263页）

安息日主题及祷告节目建议

主题：《重建祭坛：恳求让自己能当门徒，为耶稣建立门徒》

耶稣呼召我们成为得人的渔夫。不过，首先，耶稣对他的门徒说：“若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架来跟从我。”（太16:24）

那些寻求成为耶稣门徒的人获得祂的邀请来跟随祂的永恒方式：“只有基督的方法，才能真正成功地感动人。救主与人相处，为他们谋利益。祂对人表同情，服侍他们的需要，博得他们的信任，然后吩咐他们‘来跟从我。’”（《传道良助》，原文 363 页）

目的：我们希望教友会进行“回归圣坛”调查，并重新认识到每天建造敬拜上帝之祭坛的必要性。愿我们都能如实地来到耶稣面前，并完全降服于他。当我们继续门徒之旅，愿我们成为积极的建立门徒者，并把这些原则传递于别人。

安息日早上：我们建议你根据本季的主题来自行设安息日节目，包括唱诗、儿童故事、证道要点、思考问题、个人见证及祷告邀请。以下的参考经文会帮助你！

参考经文：太4:18-20；约8:31, 32；约13:35；约15:7, 8；太16:24；太28:19, 20；徒1:5, 8

归回祭坛门徒调查：我们鼓励你们待大部分教友来到教会后，才开始以不记名的方式去进行此调查。调查可以清晰理解重建敬拜上帝的祭坛所需要的地方。(见《归回祭坛门徒调查》项目)

午间祷告活动：我们建议活动为时4-7小时去进行午间祷告活动及研经，并让你们在圣灵的引领下进行活动。

午间祷告节目安排 (建议)

- **崇拜时刻** 一起歌唱 (15 分钟)
- **午间重点** 分享调查结果，并为此祷告 (10-15 分钟)
- **颂赞时刻** 共同透过联合祷告去敬拜 (15-30 分钟)
- **认罪悔改** 个人 / 小组 / 会众祷告 (15-30 分钟)
- **领受话语*** 共同祷告来打开心门，领受上帝的话 (30 分钟)
- **小组讨论†** 会众分成多个小组，然后阅读〈归回祭坛〉原则一及二 (1-3 小时)
- **领受话语*** 会众依然留在同一小组，再祈求能够成为真门徒 (1 小时)
- **散会感恩** 会众集合后祷告 (5-15 分钟)
- **爱筵** 在安息日结束时共同聚餐 (1-3 小时)

***领受话语：**(1) 当你祈求上帝让你成为并建立门徒，便去恳求能够用心领受上帝的话：结 36:26；林后 5:17；申 30:6。(2) 恳求上帝，使祢能为天家的国度成为真正的门徒。要祈求更多，可参考：耶 24:7；太 4:19；腓 4:13；弗 3:20；耶 33:3；太 28:19, 20；诗 2:8。

†领受话语：把会众分为小组，每组 6-8 人，之后每组组长带领组员去阅读：〈归回祭坛的原则〉一及二(见〈归回祭坛〉原则一及二)。要预备充足的时间去进行活动。鼓励组员们互相交流、回答问题、阅读存心经文、为自己所发现的事情进行讨论及祷告，避免变成说教。各组员要跟随指引来善用时间相互交流，并带着祷告的心进行。任何年龄的会众都可以参与此节目。

“应当少说教多教诲。.....我已看出我们既临近末期，在这些聚会中就应少讲道，多查经。要有许多小组在会场各处，各人手中拿着自己的圣经，以一种自由的、谈话的方式，由不同的人带领查

经。这就是基督训练门徒的方法。”(《传道良助》，原文407页)

如果参加者想要进一步祈祷告和读经，领祷者可以提供其二维码，让参加者自行下载。邀请你加入我们，为天家的国度建立门徒！

其他资源之二维码及连结 (只有英文版)



《归回祭坛的方法》(门徒训练手册)

**The Way Back to the Altar
(Full Discipleship Handbook)**

<https://bit.ly/TheWayBackToTheAltar>

《归回祭坛门徒调查》

**Back to the Altar
Discipleship Survey**

<https://bit.ly/BTTA-Survey>



祷告应许卡

**(Praying the Word
Prayer Promise Cards)**

<https://bit.ly/PrayingThePromises>

充满能力的祷告应许

**(Powerful Prayer Promises
For a Day of Prayer)**

<https://bit.ly/PowerfulPrayerPromises>





带领联合祷告速成指南 (领队用)
**(Quick Guidelines for
Leading United Prayer – For Leaders)**
<https://bit.ly/QuickGuide-UnitedPrayer>

祈求灵雨的沛降
**(Praying for Rain: Mini-Handbook
for United Prayer)**
<https://bit.ly/PrayingForRain7>



祷告事工的增长 (领队用)
Growing a Prayer Ministry
(Resource for Prayer Ministry leaders)
<https://www.ministerialassociation.org/prayer/>

“上帝决不留下一样好东西不给那自觉缺乏的人。”
(《历代愿望》· 原文 300 页)

〈归回祭坛〉— 原则一

每天.....

以真正的你来到耶稣面前

你有时会否觉得你需要在某种情况下，才能来到耶稣面前呢？也许，你认为你必须是正面、快乐、负责任，或者把身体和精神都处理干净。也许，你认为在祂接受你之前，你必须有属灵的感动，并把你的生活安排得井井有条。

有一段话为我们带来启发：

“如果你现在带着灵魂的忏悔来到耶稣面前，他会接受你是一个有罪的和受污染的人。他必除掉你的罪、将自己的义赐给你。你要仰望他，相信他是你的个人救主，是带走了世人之罪的上帝羔羊，就凭信带着孩子般的单纯来到耶稣面前。你要完全降服，使你领受到他的话：‘到我这里来的，我总不丢弃他。’(约 6:37)。用真诚的信心接受基督，你就可以用这个宝贵的礼物来得到整个天庭。”(《怀氏书信与手稿》，〈书信〉29 号，1893 年，卷八，第五段)

我们在这一课中将会先探讨何谓以真正的自己来到耶稣面前，并且是一成不变。

祷告：当你开始阅读和学习(或准备教导)第一个归回祭坛的原则时，恳求上帝差遣圣灵以一种新鲜而有意义的方式来教导你学习祂的话语！祈求祂把祂话语中的信息深深进入你的心灵，使你不再是原来的你。

小组组长指引

回顾

1. 每组围成一圈，轮流分享一个最能描述你当天的词语。注意：要庆祝好的事情，并同情不太好的事情。
2. 在本课结束时，我们每日会给你一个挑战。我们再次见面的时候，便会分享上帝如何帮助我们应对这一课的挑战。每节课都会有新的挑战。

连系

1. 每个人都转向你小组中的某个人，然后分享有客人或访客来到你家时你会做的两件事。
2. 你们中有几个人能和我们分享一下，你们是如何为陪伴他人作准备呢？(容许公开对话。)
3. 如果耶稣要来你家，你会怎样？你是否觉得在你打开那扇门或与祂共处之前，都需要有某种特定的条件？(要注意，确认能加入谈话。)
4. 有时候，我们认为在遇见耶稣或让祂进入我们的家 / 心之前，我们需要有某种特定的条件或心态。

今天，我们会先探讨何谓以真正的自己来到耶稣面前，并且是一成不变。

发现

让我们祷告，祈求圣灵教导我们学习上帝的话。

每时每刻都要来到耶稣面前！

阅读：〈马太福音〉11:28-30

问题：我们何时来到耶稣面前？(答案仅仅来自经文)

主领人邀请团员回应。容许进行对话。(他说当我们感到疲倦和有负担，我们就是时候来到耶稣的面前。)

阅读：〈路加福音〉5:30-32

问题：据耶稣所说，我们有什么资格来到祂的面前？(我们生病 / 我们是罪人！)

耶稣邀请你每天以真实的自己来到祂的祭坛前。当你生病、想着祂为何不干预事情、觉得筋疲力尽、不想关心任何事或人、犯罪后得罪上帝或人、感到羞耻而不敢接近无瑕疵的上帝儿子——就应来到祂的面前。当你感到沮丧和孤独，就应来到祂的面前。当黑暗笼罩你，而你也感到沮丧不堪，就应来到祂的面前。当你因为祂没有出现或保护你而生气，而你的请求似乎石沉大海，就应来到祂的面前。

每时每刻都来到祂的面前。祂不会离你而去。

作者的见证

我在十几岁的时候和朋友一起赛马时发生严重的事故。我们在泥地上无鞍赛马。我的马向前冲过一段崎岖不平的田野时，我没抓住她，还在她砰砰的马蹄下滑倒：她把我的右腿踩得很用力。我的朋友把我带回家，当时我父母出城在外，我自己便努力照顾我的腿。一天后，我的父母回来了。妈妈看过我严重受伤的腿，便留意到我的腿肿得很厉害，腿上的颜色也很奇怪。

妈妈带我去看医生——他看到的情况就像我当时的一样。医生检查我的腿脚，然后严肃地问我：“孩子，你想留下你的脚吗？”我说：“是的，医生！”“那么，你需要立即去医院，这样他们就可以在截肢之前救回你的脚。你的脚几乎没有血液流通了！”

我感谢我的医生，他看到我本来的样子，但是我感谢他没有那样离开我。现在，我的腿脚还在，几乎每天都愉快地散步或徒步旅行！感谢上帝，医生们接受我们本来的样子！感谢上帝，因为耶稣同样这样做！

耶稣说：“康健的人用不着医生，有病的人才用得着。我来本不是召义人，乃是召罪人。”(可 2:17)

耶稣接受你本来的样子。你不需要先试着医治自己，才来到上帝的面前。祂是唯一的医治者。祂愿意从内到外医治你！祂是陪伴你渡过整个康复过程的医生，直到永远。祂对你说：“.....我总不撇下你，也不丢弃你。”(来 13:5)。这是祂对你的应许。

怀爱伦写道：

“如果你看出了自己的罪，就不要等到自己先去改善。许多人都以为自己不够好，不配到基督面前来。你想靠自己的努力来改良自己吗？‘古实人岂能改变皮肤呢？豹岂能改变斑点呢？若能，你们这习惯行恶的便能行善了’(耶 13:23)。上帝是我们唯一的帮助。我们不必等待更强的劝服、更好的机会和更圣洁的性情。我们自己不能做什么，只须带着现状来到基督面前。”(《喜乐的泉源》，原文 31 页)

你可以从现在起一直信靠耶稣到永远。祂期待着带你一起去到天家。祂说：“我若去为你们预备了地方，就必再来接你们到我那里去，我在哪里，叫你们也在那里。”(约 14:3) 你可能在想：我准备好去见耶稣吗？

发现你如何确信自己得救！

如果耶稣今晚来到，你会去他家吗？为什么会？为什么不会？

来到圣坛前——以你真实的自己来到耶稣面前——要知道你可以确信你得救。当你来到耶稣面前，要记住你也是来到在耶稣里赐你救恩的父上帝面前。

对主领者的提示

- 你熟悉这些步骤后，就可以使用自己的话，不用读脚本。你在说明步骤之前，和小组一起读经文及提出问题，是不错的做法。这样，你便能够带领小组先聆听上帝的话，思考其中的意义，然后才给出答案，陈述总结这一步骤。
- 加上对你作为主领者有意义的应许经文。

现在我们要学习七个简单的步骤，告诉我们如何得到救赎的确据。

七个步骤——确信你得蒙救赎！

阅读：〈罗马书〉5:8

问题：你怎么知道上帝爱你？

阅读：〈罗马书〉8:38, 39

问题：有什么能使你与上帝的爱隔绝呢？

第一步：你可以确信没有什么能使你与上帝的爱隔绝。

阅读：〈罗马书〉3:23

问题：我们都有什么问题？

阅读：〈罗马书〉6:23 (第一部分)

问题：我们犯罪后的结果是什么？

第二步：作为一个罪人，你可以确信自己需要救主。

阅读：〈罗马书〉6:23 (最后部分)、〈以弗所书〉2:8, 9

问题：上帝白白地赐给你什么的礼物？

第三步：你可以确信救恩是上帝白白地赐予你的礼物。

阅读：〈约翰福音〉3:16

问题：这份永生的礼物是如何是属于你？

第四步：你可以确信当你相信耶稣，祂就成为你的救主。

阅读：〈启示录〉3:20

问题：你怎么回答耶稣对你的要求？

第五步：你可以确定凭着信心，耶稣想在你心里安家。

阅读：〈约翰一书〉1:9

分享：当我们承认自己的罪，并邀请耶稣成为我们个人的救主，祂就会立即凭信透过圣灵进入我们心里。祂带着祂的公义、纯洁和完美而来。我们从没有像现在这样，去意识到自己是多么需要耶稣来洁净我们的心。

问题：当你承认自己的罪，耶稣会为你做什么？

第六步：你可以确信耶稣耶稣完全洗净你的心。

阅读：〈约翰一书〉5:13

问题：这节经文告诉你什么，让你可以确信呢？

第七步：你可以确信耶稣会赐你永生。

在〈启示录〉7:9，上帝告诉我们那里将会有无数的群众得救。上帝计划让你成为他们中的一员！

当我们来到耶稣面前时，我们就能活在他的平安中。耶稣说：“我留下平安给你们；我将我的平安赐给你们。我所赐的，不像世人所赐的。你们心里不要忧愁，也不要胆怯。”(约 14:27)

我们来到救主耶稣面前，祂带领我们活在祂的喜乐中！“你们虽然没有见过祂，却是爱祂；如今虽不得看见，却因信祂就有说不出来、满有荣光的大喜乐；并且得着你们信心的果效，就是灵魂的救恩。”(彼前 1:8, 9)

我们的天父赐予你们一切很好的礼物 (见雅 1:17)。这些无尽的礼物包括救恩、永生、新心、平安和喜乐。

实践

1. 自行阅读〈启示录〉3:20，邀请耶稣进入你的心里来作为你的救主。
2. 你准备好以你自己本来的样子来到耶稣面前，并一生相信耶稣是你的救主吗？
3. 阅读祷文如下：

“亲爱的天父，你是救恩的赐予者。我们是罪人，需要耶稣作我们的救主。我们感谢你差派耶稣来受死，好让我们有永生，被他完全的公义遮盖。我们选择相信现在这救恩和公义的礼物是属于我们。我们恳求祢的儿子耶稣凭信进入我们心里，并成为我们的朋友、救主和主。我们承认自己的罪，求祢赦免我们，洗净我们一切的不义。感谢祢，我们可以确信自己与救主耶稣同得永生。奉耶稣的名祈求，阿门。”

《喜乐的泉源》(原文 54 页) 带出一段鼓舞人心的话：

“圣经如此丰盛的应许既摆在你面前，你还会疑惑吗？你想，当一个可怜的罪人渴望回家，希望得宽恕的时候，主会拒绝他伏在自己脚前痛悔吗？绝不要这样想！对我们的天父存这样的看法，是对自己心灵的最大伤害。上帝憎恶罪恶，却怜爱罪人。祂在基督身上舍掉了自己，为使一切愿意的人都能得救，并在祂荣耀的国度中得享永远的福乐。还有什么话比主表达祂对我们之爱的言语更有力，更亲切呢？祂宣称：‘妇人焉能忘记吃奶的婴孩，不怜恤她所生的儿子？即或有忘记的，我却不忘记你’ (赛 49:15)。”

回到祭坛挑战——原则 1

每时每刻都练习以真正的自己来到耶稣面前：快乐、悲伤、忧虑、平静、失败或胜利。我们有在耶稣里得救的确据，就有永远奔向祂的自由。当你回家的时候，就去重温得救确据的七个步骤，然后与别人分享。

〈归回祭坛〉— 原则二

每天.....

荣耀耶稣为主

要承认耶稣是我们的救主很容易！毕竟，祂在我们因罪而破碎、被击打、伤痕累累的时候接纳我们，再用的血拯救并洁净我们，让我们得自由。正因如此，我们才欢欢喜喜地唱道：“奇妙的救赎主是耶稣我主，祂是我奇妙的救主！”然而，承认耶稣是主和以同样的热情歌唱“我一切全献上”是完全不同的事情。那是因为如果耶稣真的是主，我们的生活和生活方式就会改变，有时我们不喜欢这样，因为我们觉得自己失控了。

反思以下的节录：

“一个人在特殊境况之下所表现的属灵感奋，并不足以作为他是基督徒的确证。成圣并不是一时的狂喜，而是心意的完全归顺上帝；是靠上帝口中所出的每一句话而活；是遵行我们天父的旨意；是无论置身于磨难、黑暗、或光明之中始终信上帝；是凭着信心而不是凭眼见行事为人；是本着毫无疑问的信念倚靠上帝，信赖祂的大爱。”(《使徒行述》，原文 51 页)

祷告：当你开始学习 (或准备教导)“归回祭坛”的原则，就先祈求上帝差遣圣灵以一种新颖而有意义的方式教导上帝的话，使你会喜欢唱《一切全献上》，因为救主的爱已经真正获得你的心。

小组组长指引

关怀

1. 向小组成员提问：今天在你身上发生哪些最好的事情？(善用时间倾听，庆祝美好的事物，同情处于困境的人。)
2. 回顾一下到目前为止所学习的“归回祭坛”原则：
 - **原则一 —— 以真正的自己来到耶稣面前！**每时每刻练习着以真实的自己来到耶稣面前：快乐、悲伤、忧虑、平静、失败或胜利。要记住，你可以确信自己会得蒙救赎。问题：有没有人与别人分享得蒙救赎的七个步骤呢？
3. 指导：与别人搭档，并问对方：“上帝如何帮助你度过上周的挑战？”每对组员有 2-3 分钟的分享时间。然后，再问更多的人去理解他们接受挑战，以真正的自己来到耶稣面

前的时候，是否有人愿意分享上帝在他们生命中的作为。

连系

1. 两人一组。问题：“你最尊重的人是谁？为什么？”分享 2-3 分钟后，就去询问是否有人愿意与更多人分享。
2. 问题：一个人有什么品质是最值得我们尊重？(容许公开谈话。) 这些品质如何跟我们与耶稣的关系有关联？(要注意，确认能加入谈话。)

今天我们要探讨荣耀耶稣为主是什么意思。

发现

祷告：“天父，愿祢赐下圣灵教导我们去认识祢的道。奉耶稣的名祈求，阿门。”

下面的经文怎样向我们提起耶稣？

阅读：〈马可福音〉1:35

耶稣在清早天还黑的时候就起来，祂到外面一个僻静的地方去祷告。

阅读：〈以赛亚书〉50:4

问题：谁在这节经文中作见证：先知以赛亚还是别人？

阅读：翻开〈以赛亚书〉50:6 来寻找答案。

这是由弥赛亚说的预言，是指向耶稣在这个世界上每天早晨将要经历的事情。

每天早晨，上帝都会叫醒耶稣来教导祂。上帝会赐给祂有教导门徒/当老师的口才，这样祂就可以说话来支撑那些疲乏的人。这段清晨的时间对基督在地上的生活至关重要。

我们的天父爱我们，并以此唤醒我们，就像祂唤醒弥赛亚一样！祂每天早晨都会带我们来到祭坛前。

天父的爱感动祂的心，以此使我们每天早晨醒来，与祂、祂的儿子和圣灵有一段不慌不忙的时间。

第一部分——荣耀耶稣为主

每天晚上祈求上帝在第二天早上叫醒你，让你在祂的话语和祷告中有一段不慌张、不分心的独处时间，以荣耀耶稣为主。

问题：上帝的话语怎样教导我们去明白耶稣是主？

阅读：〈马太福音〉28:18

耶稣宣告天上地下**所有**的权柄都已经赐给祂。

阅读：〈腓立比书〉2:5-11

耶稣以谦卑的心顺服父神，顺服到死在十字架上的程度。祂死后又从坟墓里复活。上帝把耶稣高举在自己的右边，又赐给祂那超乎万名之上的名。因着耶稣的名，人人都要屈膝跪拜，人人的口中都要承认祂为上帝。

我们知道宇宙中的每一个人都会很快跪拜耶稣基督的主权。那么，为什么我们现在不荣耀耶稣为主呢？我们有否把耶稣看作朋友和救主，却不是作为我们的上帝去爱祂吗？

驾驶员座位活动 / 说明

- 将四把椅子摆放在假想汽车的座位上 (驾驶员一把、前座一把、后座两把)。
- 以有趣的方式来描述一辆漂亮而全新的汽车，并请一位参与者尝试驾驶这辆新车。
- 当那位参与者走上前来，下面的对话便开始。

舞台设定场景：你掌握自己的人生方向盘。你决定你想去的地方、到达目的地的方法，以及你到前往目的地的速度快慢。你之后决定让耶稣成为你的生命之主。如果耶稣是你生命的主，祂应该在车上坐哪个位置？(让小组有时间去回应；他们会让耶稣坐在驾驶座上。遵循故事大纲。)

问题 1：如果耶稣现在坐在驾驶座上，你会坐在哪里？(让组员有时间去回应。他们通常会坐在耶稣旁边的前座上。跟着他们的回应去演绎。)

问题 2：那么，现在耶稣在开车。当祂前往一个你不想走的方向的时候，将会发生什么事情？(让参与者回应，然后从耶稣手里拿过方向盘来作出示范。)

问题 3：如果耶稣驾驶的车速不够快，将会发生什么事情？(先让组员有时间去回应，然后展示你如何从乘客前座伸脚去踩上油门来加速。)

问题 4：让我们再问一遍：如果耶稣是你的生命之主，你应该坐在哪里？(让组员有时间去回应。如果他们建议你坐后座，你就照着去坐。如果他们建议用后部行李箱，就直接跳到最后的想法。)

问题 5：如果你坐在后座，而耶稣开始朝不同的方向行驶，你会怎么办？(让组员有时间去回应。你知道我有时会做什么吗？我开始抱怨，试图在后座向祂说明祂所做错的事情。)

问题 6：如果耶稣是你的生命之主，你应该坐在哪里？(让组员有时间去回应。现在，参与者应该把自己放进后部行李箱。)

最后的想法：没错！你知道耶稣坐在驾驶座，并作我们的生命之主时，我们的最佳状态是怎样呢？我们应该在后部行李箱里。我们看不见自己要去的地点，也不能告诉祂要做什么。不过，我们躺下的时候纯粹地凭信，相信我们的主上帝会带我们前往祂知道的地方，而那里也是我们该去之处。

祷告：以祷告结束本部分，祈求我们能顺服耶稣，视祂为作我们生活各方面的司机和主宰。

归回上帝的话！

问题 6：我们怎样做才能停止犯下明知是错的事情？

阅读：〈以西结书〉36:26, 27

耶稣已经准备要把我们那些在心中拒绝祂主权的刚硬之处割裂出来。耶稣是我们的大医师，使祂能够给我们动手术，所以我们必须降服于祂。

阅读：〈歌罗西书〉1:27, 28

基督徒得胜的秘诀包含在这段经文的两句短词中。这究竟是什么？(「基督在你们心里」及「在基督里完完全全」)

耶稣借着祂的圣灵去住在我们里面，让我们有能力去降服于祂。虽然我们的义不过是像污秽的衣服(见赛 64:6)，但是我们在基督里是完全的。

耶稣每天每刻都过着顺服天父的生活。耶稣说：“我的食物就是遵行差我来者的旨意，做成他的工。”(约 4:34)。耶稣的热情乃是遵行父神的旨意。

在客西马尼园，耶稣背负着每一个曾经活着的孩子、青年和成年人所犯的罪。祂想要离开天父，

但请注意祂俯伏时所说的祷告：“.....我父啊，倘若可行，求你叫这杯离开我。然而，**不要照我的意思，只要照你的意思。**”(太 26:39)。祂曾经三度为自己想要的挣扎，并选择将自己的旨意交托于天父。

这天天将自己的旨意交托于天父的耶稣，如今借着圣灵住在你们里面。这位想要活着而不想死耶把自己的旨意交托于天父，伸出双手，甘愿为你死在十字架上！这个满有荣耀的真理使我们愿意每天把一切都交托于祂！

我们每天早晨可以做些什么来排除干扰，尊耶稣的主权为荣呢？

“看哪，上帝的羔羊，除去世人罪孽的！”(约 1:29)。

第二部分——荣耀耶稣为主

你每天早上要做的首要任务是关注耶稣是谁，专心理解祂为你所做的事情。然后，把你的一切、你所有的，甚至你的态度和电子产品都降服于主耶稣。

这位拥有一切能力和权柄的耶稣，住在你们**里面**；祂赐予你得着力量和能力，使你顺服祂。耶稣会帮助你！祂不会让你失望！

上帝的话怎样教导我们去理解为基督而活的动力源头？

阅读：〈以弗所书〉2:22 和〈腓立比书〉2:13

圣父与圣子通过圣灵与我们同住 (住在我们里面)。上帝的恩典使我们有降服的能力。祂赐给我们提起**意志**以及**遵行**祂旨意的能力。

阅读：〈约翰福音〉14:17-18, 23 和〈以弗所书〉3:14-19

我们不需要凭自身的挣扎、忧虑和努力去荣耀耶稣。我们**不是**属灵的孤儿！耶稣应许说：“我不撇下你们为孤儿，我必到你们这里来。”当祂来到我们的面前，我们会经历到祂的丰盛。

海洋 / 杯子福音说明

- 所需道具：一锅水、一支滴管、一个杯子
- 把一锅水放在桌子上。
- 解释这锅水是海洋，它代表耶稣和他的丰盛。

- 解释杯子代表你自己。
- 使用滴管，在杯子里滴几滴水。
- 提问：“杯子里有海洋吗？”只有一小滴而已！
- 你想要耶稣借着祂的灵来完全住在你里面的话，你会怎么办？你跳入大海，留在海里。
- 将一杯水浸入盛水的锅中。这是指住在耶稣里。你**越在耶稣里面**，祂就越在你里面，而你就会变得越来越像祂。
- 为了强调福音，请再问一次：“是海洋在杯子里，还是杯子在海洋里？”
- 正确答案：虽然杯子里可能有一点海洋，但杯子仍然在海洋里！

耶稣凭信住在我们里面 (盛满水的杯子)，使我们有能力结出好果子。同样地，我们也住在祂里面，而祂的生命都在我们里面流动。

“上帝要藉门徒显示自己品德的圣洁、仁爱 and 慈怜。然而，救主并没有嘱咐门徒靠自己的努力来结果子。他只吩咐他们常在他里面。他又说：‘你们若常在我里面，我的话也常在你们里面；凡你们所愿意的，祈求，就给你们成就。’基督是借着他的话常在他门徒里面。这与‘吃他肉、喝他血’所说明的联合是同样的。基督的话就是灵，就是生命。人领受了他的话，就是领受了葡萄树的生命。人活着‘是靠上帝口里所出的一切话’。(太 4:4) 基督的生命在门徒里面所结的果子，必像在他里面所结的一样。我们若在基督里面活着，与基督连在一起，靠基督站立，并从基督吸收营养，我们就必照基督的样式结果子了。”(《历代愿望》，原文 677 页)

我们最伟大的工作不只是结果子，还遵从于上帝！

阅读：〈腓立比书〉4:13

“我靠着那加给我力量的，凡事都能做。”

基督是我们每刻荣耀祂的力量。当我们在祂里面，而祂也在我们里面，我们就会想要为荣耀祂而活。(见林前 10:31)

阅读：〈腓立比书〉4:8

“弟兄们，我还有未尽的话：凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事你们都要思念。”

第三部分——荣耀耶稣为主

每时每刻都亲自以你的选择来荣耀耶稣。

是的，你今天就可以开始！

实践

我们常常知道耶稣是救主和朋友，但是我们知道祂是主吗？

1. 在一张纸的中间画一条线。
2. 在线的一边，在顶端画一个皇冠。在冠冕下面，写上“有哪些事情让你降服于耶稣？”。你在那一栏里列出你知道为耶稣的主权所给予的事物 (就是已经向祂降服的事情)。
3. 在线的另一边，写上“有哪些事情让你不降服于耶稣？”。你在那一栏里写下那些使你为降服耶稣而有所挣扎的事情。在你写下一些事情之后，就去祷告，并求问圣灵，让你理解自己是否忘记某些事情。



有哪些事情让你降服于耶稣？

有哪些事情让你不降服于耶稣？

凡不降服于耶稣主权的人，都让我们成为俘虏。把这张图放在你的床边，在下周的每一天把还没有降服于耶稣的事情都降服于祂。如果你正为降服耶稣而挣扎，就祷告说：“主啊，愿祢使我愿意降服于祢！”你可以在自己的祷告中尽可能加更多“意愿”。

领导者的呼吁

谁需要耶稣去成就祂在〈以西结书〉36:26, 27 中的应许：赐你一个新心，除去你的铁石心肠呢？

如果上帝呼召你做这次心脏手术，请和我一起跪在上帝面前。我邀请你私下祷告，求耶稣除掉你心中不应该有的东西：苦毒、仇恨、欲望或喜爱取代耶稣为主的一切人或事情。

祷告：“亲爱的天父，感谢你如此爱我们！感谢主耶稣，我们的大医师。我们祈求耶稣降临，借着圣灵的大能去除掉我们刚硬的心。请把我们的苦毒、伤害，以及任何喜爱代替主耶稣的人或事都去掉。赐予我们有新的心！阿门。”

归回祭坛挑战——原则 2

当你在接下来的一周寻求方法去荣耀主耶稣，就要努力做到以下要点：

第一部分：祈求上帝每天早上唤醒你，让你有不慌不忙地与祂独处。

第二部分：你每天早上要做的第一件事就是关注耶稣是谁，以及祂为你所做的事情。然后把你的一切、你所有的，甚至你的态度和电子产品都降服于主耶稣。

第三部分：耶稣凭着信住在你里面，而祂也得着祂的大能，并在你的一切选择上跟随祂。

一直要记住.....

“耶稣说：‘离了我，你们就不能做什么。’我们在恩典中成长，我们的喜乐，我们的成就，都是靠与基督的联合。我们只有每日每时与祂联合，常在祂里面，才能在恩典中成长。祂不仅是我们信心的创始者，也是我们信心的成终者。祂是始，祂是终，是贯于一切的主。祂不仅在我们道路的起点和终点与我们同在，而且一路上步步与我们同在。大卫说：‘我将耶和华常摆在我面前。因祂在我右边，我便不至摇动。’”(《喜乐的泉源》，原文 69 页)