



歡迎來到2016年十日禱告會！

前言

教會已連續十年在年初開展十日禱告會。上帝已為這些祈禱的事項行了許多神跡。聖靈幫助復興、悔改、佈道熱情及各種關係得以恢復。我們確信，禱告是復興之源！

我們相信，當你與你的教友一起祈求天父曾應許給那些求祂之人的聖靈沛降時，你的生活以及你為之代禱之人的生活就會發生轉變。請閱讀去年參加十日禱告會之人的回饋：

“聖靈的能力正在我們教會中運行。有一些以前信過上帝卻不再來教會的人回到了教會，另有一些教友決志在2015年完全奉獻自己，與主同行。謝謝你，願上帝賜福我們所有人。”——巴布亞新磯內亞莫爾斯貝港卡努狄基督復臨安息日教會的喬·金

“當我們教會在十日禱告會上一一起祈禱時，上帝大大祝福了我們。有一位弟兄已經很久沒來教會了。他妻子星期五晚上來參赴禱告會，我們便與她一同為她丈夫能夠重返教會而禱告。安息日早晨他竟然就出现在了教會中！我們為上帝在我們中間所行的事而讚美祂！”——美國俄勒岡州的佩吉·凱斯比爾

“十日禱告會復興了索森德基督復臨安息日教會和教會中早已不復存在的星期五的禱告會。這個十日禱告會教導了我們要從祈禱中獲得能力，並帶來了教友間的合一，也激發了大家為主做工的熱忱。”——辛巴威索森德基督復臨安息日教會的塔伐茲瓦·卡特索塔

“我們在1月1至10日舉行了十日禱告會。我們的牧師比爾·麥克倫登為禱告名單上的每個人都獻上了愛的祈禱。就在1月7日那一天，在我驅車上班的途中，一輛行駛在中間車道上的車從積雪的路段上飛了起來，車子翻了好幾圈，最終停在了我所在的車道上，正對著我的車。他的車就停在離我只有30釐米的地方。我說：‘耶穌，感謝你！’他看見了我，然後便設法調頭開走了。我後面的一輛拖車正等著要做拖這輛車的生意，可是生意卻沒做成！我給我教會的牧師打電話並把所發生的事告訴了他。上帝始終都與我們同在；我自己是永遠確信這點的。”——美國馬里蘭州埃利科特市巴爾的摩第一基督復臨安息日教會的夏爾曼·裡奇利

“我感激我們在天上的父。祂行了一件特別的事。我有一個患心臟病的10歲的弟弟，醫生決定在印度給他做心臟手術。當我開始為他禱告時，在短短的幾天內，他恢復得非常快。同時，醫生預計他兩周後就會痊癒了。上帝決定再一次拯救他的生命，明天他就要從印度回來了。我仍在期待，在剩下的日子會發生什麼大事。”——坦桑尼亞的約埃爾·阿薩夫和母萬紫

我們的祈禱主題：住在基督裡，生命更豐盛

在2016年十日禱告會期間，我們要祈求聖靈教導我們如何住在基督裡，並獲得更豐盛的生命。使徒保羅挑戰信徒要“被聖靈充滿”（以弗所書5：18），要“求祂按著祂豐盛的榮耀，借著祂的靈，叫你們心裡的力量剛強起來，使基督因你們的信，住在你們心裡，叫你們的愛心有根有基，能以和眾聖徒一同明白基督的愛是何等長闊高深，並知道這愛是過於人所能測度的，便叫上帝一切所充滿的，充滿了你們。”（以弗所書3：16-19）

“‘你們要常在我裡面，我也常在你們裡面。’常在基督裡面的意思，就是不間斷地接受他的靈，並過一種完全獻身於對他的服務的生活。人與上帝之間的交往，必須經常暢通無阻。枝子怎樣經常從活的葡萄樹裡吸取汁漿，我們也照樣要靠耶穌。因著信，從他那裡領受力量，領受他完美的品德。”（《歷代願望》，第676頁）

“‘你們要常在我裡面，我也常在你們裡面’，乃是一件可能的事，如果你們作不到這事，就絕不至發出這樣的邀請。我們的救主耶穌不住地以他的靈吸引著你，在你的心中運行，使你與基督同住。……他所賜予的福惠都與你自己的行動有連帶關係。是否要拒絕基督呢？他說：‘到我這裡來的，我總不丟棄他。’（約6:37）論到另一等人，他說：‘你們不肯到我這裡來得生命。’（約5:40）”（《一同在天上》，第55頁）

在我們每天的生活中我們都需要聖靈，這樣我們才能住在基督裡，體驗那豐盛的生命，並與上帝失喪的兒女分享。在此十天期間，我們會花時間思考我們為什麼要住在基督裡並如何住在基督裡，以及住在基督裡對我們自己和他人有什麼影響。讓我們一起祈求上帝，求祂教導我們“這奧秘在外邦人中有何等豐盛的榮耀，就是基督在你們心裡成了有榮耀的盼望。”（歌羅西書1：27）

祈禱過程中的建議指南：

- 要儘量縮短你的禱告，一件事只需禱告一兩句話。然後再換其他人禱告。就像你與別人談話時一樣，你禱告幾次都可以；
- 靜默是非常有益的，人們可在此時聆聽聖靈的聲音。
- 當聖靈引領時，大家一起唱詩也是一項很大的祝福。此時無需鋼琴；無伴奏唱詩就可以；
- 與其利用寶貴的祈禱時間談論你的禱告事項，不如直接為之禱告。然後其他人也可以為你的禱告事項禱告，並可就你的需要緊握上帝的應許。

緊握應許

上帝在祂的聖言中已經賜下了許多應許。在祈禱中緊握這些應許乃是我們的特權。祂所有的命令和建議都是應許。祂決不會要求我們去做靠祂力量無法做到的事。

當我們禱告時，我們極易專注於我們的需要、我們的困難和我們的挑戰，並為我們所處的情形而哭天抹淚。這並不是禱告的目的。祈禱乃是為要堅固我們的信心。因

此我們鼓勵你在禱告時緊握上帝的應許。它們會幫助你把目光從你自己及你的軟弱上轉移到耶穌身上。通過仰望祂，我們就會變成祂的形象。

“上帝聖言中的每一應許，都是給我們的。在你的禱告中要提述耶和華的保證，憑著信心要求他所應許的。他的諾言保證你若憑著信心祈求，就必得著各樣屬靈的福惠。要繼續不斷的祈求，就必有豐滿的收穫，遠超過你所求所想的。”（《一同在天上》，第 71 頁）

“當求得聖靈。上帝必為他所作的每一應許負責。要把聖經拿在手裡，說：我已經照你的話行了。現在我提出你的應許：‘你們祈求就給你們；尋找就尋見；叩門就給你們開門。’”（《基督比喻實訓》，第 147 頁）

如何才能緊握住祂的應許呢？例如，當你為祈求平安時，你可以緊握住約翰福音 14：27 並說：“主啊，祢在祢的聖言中已經告訴我們說：‘我留下平安給你們；我將我的平安賜給你們。我所賜的，不像世人所賜的。你們心裡不要憂愁，也不要膽怯。’求祢賜給我祢所應許的平安。”儘管你可能並未立時感受到這種平安，也仍要感謝主賜給你平安。

我們已經建立了一個名為“禱告時可以緊握的應許”的檔，在那裡你可以找到你所需要的應許。當你禱告時，要把這些應許放在身邊。在你私下或當眾的禱告中，可以緊握住這些上帝的應許。

禁食

我們鼓勵你在這十天期間實行但以理式的禁食。以禁食禱告開始新的一年是在即將到來的一年中獻身給上帝的很好的方式。懷愛倫說：“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 188, 189 頁）

我們知道但以理吃了 10 天的水果和蔬菜。我們也同樣鼓勵你在這十天中採用這種非常簡單的飲食。簡單的飲食即是無糖、無精加工的食物，且不喝碳酸飲料，這樣做將在各方面對我們都有益處。首先，飲食簡單意味著只花費很少的時間去預備食物，而花更多的時間與主在一起；其次，飲食越簡單，胃腸就更易於消化，我們的頭腦就會越清醒。我們知道糖份會蒙蔽我們的大腦前額葉，也就是我們思想的中心。如果我們希望我們有更清晰的頭腦來傾聽上帝的聲音，如果我們渴望親近祂，我們就需要確保我們的飲食不會阻礙我們。

我們知道“要切實謹守祈禱，讀經，及自省的時辰。”（《傳道良助》，第100頁）。除了能使我們的頭腦更清醒外，禁食還能幫助我們省察己心。

禁食不僅是放棄食物。我們還建議你不看電視、電影、不玩電腦遊戲，也不用微信，不看視頻。有時一些事物本身並沒有問題，如微信和視頻，但它們卻佔用了我們太多的時間。要把所有這些東西都棄置一旁，以致你能花更多的時間與主同在。

禁食乃是要避免一切妨礙我們在禱告和研經中親近上帝的事物。我們知道“禁食禱告的真精神就是要把所有的思想、感情和意願都降服於上帝”（《基督復臨安息日會聖經注釋》卷四，第1148頁）

禁食並不是從上帝那裡獲得神跡的捷徑。禁食乃是謙卑我們自己，以致上帝可以在我們裡面並借著我們做工。“有時需要禁食禱告。在上帝的手中禁食禱告成為潔淨心靈，產生敏悟心情的工具。我們因在上帝面前謙卑己心而使我們的禱告得到應允。”（《醫藥佈道論》，第283頁）

願我們在上帝面前謙卑自己，盡心、盡意、盡力地尋求祂。願我們借著禁食禱告來親近祂，祂就必親近我們。

聖靈

一定要祈求聖靈指示你，如何為一個人的生活或一種特殊的情形而禱告。聖經說我們不知道應祈求什麼，聖靈會為我們代求。

“我們非但要奉基督的名祈禱，也要出於聖靈的感動。聖經說聖靈‘用說不出來的歎息，替我們禱告，’也就是這個意思。（羅8:26）這種禱告乃是上帝所樂意應允的。當我們以誠懇和熱切的心情奉基督的名祈禱時，這種熱切的心靈本身就是上帝所賜的保證，說明他將要‘充充足足的成就一切超過我們所求所想的。’”（弗3:20）（《基督比喻實訓》，第147頁）

信心

預言之靈告訴我們說：“祈禱和信心能成就地上任何勢力所做不到的事。”（《服務真詮》，第509頁）。上帝鼓勵我們祈禱並相信上帝會垂聽並應允我們的祈求。

“基督說：‘祈求，就能得著。’在這些話中，基督在指示我們應如何禱告。我們要像一個單純的孩子一樣來到我們的天父面前，祈求祂賜給我們聖靈。耶穌又說到：‘凡你們禱告祈求的，無論是什麼，只要信是得著的，就必得著。’我們要來到父

的面前認罪悔改，清空心中所有的罪惡和污穢。去驗證上帝的應許乃是你的特權…我們要相信上帝的話；因為在至聖的真道上建立自己乃是品格的試驗。你要用上帝的話來驗證上帝。在我們相信上帝已垂聽了我們之前，我們無需等待什麼良好的感覺；感覺不應成為你的標準，因為感覺乃像雲一樣善變…當我們還在地上時，我們就可以獲得從天而來的幫助…因為我已經驗證上帝很多次了。我要憑信而活，我不會因不信而使上帝蒙羞。”（《評論與通訊》，1892年10月11日，第1，3，6段）

“我們的信心太小了。我們常限制了以色列的聖者。我們應該感謝上帝，他竟俯就我們，肯使用我們作他的器皿。我們每次憑著信心誠懇祈禱，不論是求什麼，必能得到答覆。這答覆未必完全依照我們所期望的來到；但它終必來到——也許不像我們所打算的，但是卻正在我們最需要的時候來到。唉，我們的不信是何等的罪惡呀！‘你們若常在我裡面，我的話也常在你們裡面，凡你們所願意的，祈求就給你們成就。’”（教會證言，卷三，第209頁）

我們還知道：“求祂所應許的任何恩賜。然後我們應當相信我們必能得著，並感謝上帝使我們得到了。”（《教育論》，第258頁）。因此要借著相信祂所要做的以及祂如何能應允你的祈求而養成一個事先感謝上帝的習慣。

為7個人禱告

我們鼓勵你在這十天中能以一種特殊的方式為7個你希望看到他們經歷那“更豐盛”之生命的人禱告。他們可以是你的親屬、朋友、同事、鄰居或任何你所認識的人。花些時間祈求上帝指示你，祂願意你為誰禱告。也祈求祂，讓祂使你對這些人有真正的負擔。



第 1 日：我們最大的需要：聖靈

“你們雖然不好，尚且知道拿好東西給兒女，何況天父，豈不更將聖靈給求他的人嗎？”

路加福音 11:13

建議的禱告形式

讚美（約 10 分鐘）

- 要以讚美上帝來開始你的祈禱，要為祂的品格、祂的愛、祂的智慧和聖潔等而讚美祂；
- 要因上帝能教導你如何住在祂裡面而讚美祂；
- 要因上帝極願賜你聖靈作為最好的恩賜而讚美祂。

認罪並確信勝罪（約 5 分鐘）

- 祈求上帝指示你，在你心中你應該承認哪些罪。要確信祂能使你戰勝那些罪；
- 祈求上帝赦免你沒有給予聖靈這一恩賜應有的重視，並求祂賜你一顆渴慕聖靈的心；
- 根據約翰一書 1:9，感謝上帝赦免了你。

祈求和代求（約 35 分鐘）

- 得到更多有關祂品格的啟示，使你能以認識祂；
- 祈求上帝使你樂意被聖靈充滿；
- 祈求你的家人和朋友能感到需要聖靈；
- 有什麼事物阻礙聖靈進入你的心中嗎？與上帝分享那些事；
- 祈求教會的領袖（你教會的牧師，區會、聯合會、分會和總會的領袖）能看到他們的生活中是需要聖靈的；
- 教會在真理和聖靈裡的合一；

- 祈求使教友、區會、聯合會、學校、分會和總會能持續不斷地專注于“復興與改革”。也要重視你自身、你的家人、你的教會和你的社區的“復興與改革”。要祈求使人能參與“在禱告中合一”的活動，為晚雨聖靈的沛降以及約珥書第2章、何西阿書第6章和使徒行傳第2章的應驗而祈禱；
- 祈求每位教友都能感受到救靈的使命感，並意識到上天需要每個人跟從基督的腳蹤，並在上帝的帶領下與人分享他們個人的信仰；
- 祈求在強調研讀聖經和預言之靈的“信託的先知”的倡議下，使信徒更重視個人及教會範圍內的每日讀經並順從聖經；
- 城市佈道：為西中非分會及他們傳福音的城市：拉各斯、杜阿拉、卡拉巴爾、阿克拉、阿布札、洛美而祈禱；也為南亞分會及他們在印度要為基督贏得的城市：孟買、柯欽、比德爾、新德里、哥印拜陀、蘇拉特、恩帕爾、維傑亞瓦達禱告。祈求上帝的聖言能夠結果子；
- 為你名單上的7個人（或更多人）代禱，使他們能夠看到他們的需要，並向聖靈敞開他們的心；
- 為你的個人需要禱告。

感恩（約10分鐘）

- 聖靈的恩賜！
- 聖靈在你心中運行的方式；
- 要感謝上帝，因祂在這十天中要為祂的國度拯救更多的生靈。

建議唱的詩歌

“在我裡面活出你的生命”（基督復臨安息日會讚美詩第316首）；“時刻要主”（基督復臨安息日會讚美詩第483首）“先求上帝的國和上帝的義”；“引我更近”（基督復臨安息日會讚美詩第306首）；“聖靈充滿”（基督復臨安息日會讚美詩第260首）；“甘美的聖靈”（基督復臨安息日會讚美詩第262首）；“更新我們”（基督復臨安息日會讚美詩第258首）。

我們最大的需要：聖靈

“‘我又告訴你們：你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。因為，凡祈求的，就得著；尋找的，就尋見；叩門的，就給他開門。你們中間作父親的，誰有兒子求餅，反給他石頭呢？求魚，反拿蛇當魚給他呢？求雞蛋，反給他

蠍子呢？你們雖然不好，尚且知道拿好東西給兒女，何況天父，豈不更將聖靈給求他的人嗎？”路加福音 11:9-13

我們需要的乃是聖靈。你們以及上帝羊群中自滿的感覺必須被破除。上帝的靈是有說服力的。當教會擁有聖靈時，他們的屬靈效能就必有明顯的改變。主上帝已經準備好要賜予這恩賜，但是許多人並沒有意識到接受聖靈的必要。當他們可能成為剛強時，他們卻是軟弱的；當他們可能因接受聖靈的大能而變得有力時，他們卻是無力的。他們的光昏暗了。他們應從他們的自滿、自以為義的情形中醒過來。（《給南非的證言》，第 69 頁）

然而我將真情告訴你們，我去是與你們有益的。我若不去，保惠師就不到你們這裡來；我若去，就差他來。他既來了，就要叫世人為罪、為義、為審判，自己責備自己。（約翰福音 16:7,8）

我們需要聖靈軟化、馴服、精煉的感化力，來陶冶我們的品格，並使我們的每一思念都歸服於基督。那使我們足能得勝的乃是聖靈，他要引領我們來坐在耶穌的腳前，象馬利亞一樣，學習他心裡的柔和謙卑。我們每日每時都需要受聖靈的聖化，以免陷入仇敵的網羅，而致危害自己的靈命。（《奇妙的神恩》，第 203 頁）

只等真理的聖靈來了，他要引導你們明白（原文作“進入”）一切的真理，因為他不是憑自己說的，乃是把他所聽見的都說出來，並要把將來的事告訴你們。他要榮耀我，因為他要將受於我的告訴你們。凡父所有的，都是我的，所以我說，他要將受於我的告訴你們。（約翰福音 16:13-15）

我們一切需要中最重大而迫切的需要，就是要在我們中間復興真實的敬虔。謀求這種復興應是我們最重要的工作。要獲得主的福氣，必須付出真誠的努力。並非上帝不肯賜福給我們，而是我們沒有準備好領受。地上的父母都願意把好東西給他們的兒女，我們的天父更願意把聖靈賜給尋求祂的人。但我們必須藉著認罪、謙卑、悔改和懇求來滿足主應許賜福的條件。復興必須以應允禱告為前提。人們在很缺乏上帝的聖靈時，無法賞識所傳講的道；但是當聖靈的能力感觸他們的內心時，所講的道就不會沒有效果。那些參赴我們聚會的人，既受上帝之道的教導，又有祂聖靈的顯現，再運用合理的判斷力，就會獲得一種寶貴的經驗，並在回家後發揮一種健康的感化力。（《信息選粹》，卷一，第 121 頁）

聖靈降臨在教會內，被人視為是將來的事；但教會卻有特權，現在就擁有聖靈。應當尋求聖靈、祈求聖靈、相信聖靈。我們現在必須有聖靈，上天正在等著要賜給我們。（《評論與通訊》，1895 年 3 月 19 日）

基督曾應許賜下聖靈的恩賜給他的教會，我們也能承受這應許，如同初期的門徒一樣。但這也像其他的應許一樣，是附帶條件的。許多人相信、並表示願意承受主的

應許；他們談基督，談聖靈，卻未得到什麼益處。因為他們沒有奉獻自己接受神聖能力的引領和管理。不是我們差用聖靈，乃是聖靈差用我們。上帝藉著聖靈在他子民的心裡運行，使他們“立志行事……成就他的美意。”（腓 2:13）但是許多人
不願意服從領導，他們要自作主張，這就是他們得不到天上恩賜的原因。惟有那些謙卑等候上帝，並注意他的領導和恩典的人，才能得到聖靈。上帝的能力在等著他們請求和領受，人若憑著信心領受這應許的福分，這福便會帶來一連串其他恩惠。上帝的能力是照著基督豐盛的恩典賜給人的，而基督也是隨時照各人領受的能力賜福給各人。（《歷代願望》，第 672 頁）

個人思考題

1. 在路加福音 11:13 末尾所使用的祈求 (aiteo) 這個詞，其形式是一種持續不斷的祈求。你認為上帝為什麼要使用這個詞的這種形式呢？
2. 有什麼事能阻擋聖靈每日進入你的心中和你的生活裡呢？你今天願意放棄那些事嗎？



第 2 日：我們獻給上帝最好的禮物：我們自己

“所以弟兄們，我以 神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此事奉，乃是理所當然的。”

羅馬書 12:1

建議的禱告形式

讚美（約 10 分鐘）

- 要以讚美上帝來開始你的祈禱，要為祂的信實，祂的全知、祂的公義等而讚美祂；
- 要因上帝長久等待你獻上全身心而讚美祂；
- 要因祂不只是想要你的一部分，而是要你全部的才幹和所有的缺點而讚美上帝；
- 要因祂教導你如何住在祂裡面而讚美上帝。

認罪並確信勝罪（約 5 分鐘）

- 祈求上帝指示你，哪些罪需要公開承認，哪些罪需要私下承認。要確信祂能使你戰勝那些罪；
- 祈求上帝原諒你並未每日把心交給祂的過犯；
- 祈求上帝赦免你未把你的時間、金錢和才幹獻給祂、為榮耀祂而用的罪；
- 根據約翰一書 1:9 的話，感謝上帝赦免了你。

祈求和代求（約 35 分鐘）

- 祈求上帝除掉妨礙你獻上你的時間、金錢、體力、能力、恐懼、希望和意願的事物。告訴祂你想要完全歸於基督；
- 祈求上帝使你像耶穌那樣禱告：“不要成就我的意思，只要成就祢的意思”（路加福音 22:42）；

- 有什麼事物阻止你將身心獻給祂嗎？請與上帝分享那些事物。祈求祂使你願意捨棄那些事物；
- 要為你身邊還未完全獻身于基督的家人和朋友祈求。祈求上帝使他們願意完全降服於祂；
- 為你教會的牧師和處於不同階層的教會領袖祈禱，使他們完全獻身於上帝；
- 祈求我們教會的青年能把他們的生活降服於基督且順從祂，並能從中找到喜樂。要在禱告中提說你教會青年人的名字；
- 祈求全世界的每位教會領袖都能內心誠實，有福音使命感。懇求上帝保守牧師和教友不致失去作為基督復臨安息日會、上帝在末時之餘民教會的預言的身份；
- 城市佈道：為泛歐分會及他們要為基督贏得的城市：倫敦、札格雷布、塔林、都柏林、哥本哈根、赫爾辛基、布達佩斯、貝根市、蘭斯泰德、華沙、貝爾格勒、哥德堡禱告。要祈求上帝使他們更渴慕上帝的聖言；
- 為你名單上的 7 個人（或更多）代禱，使他們能夠看到他們的需要，並向聖靈敞開他們的心；
- 為你的個人需要禱告；

感恩（約 10 分鐘）

- 要因上帝按照祂的旨意並以祂的時間來垂聽你的祈禱而感謝上帝；
- 要因祂願意除去你的罪心而使之清淨、聖潔而感謝上帝；
- 要因耶穌不為祂自己，而為完成那差祂來者的旨意而甘願降世為人並捨命而感謝祂；
- 要為上帝在這十日禱告會中在你的生活裡以一種特殊的方式彰顯祂自己而感謝祂。

建議唱的詩歌

“在我裡面活出祢的生命”（基督復臨安息日會讚美詩第 316 首）；“是的，主啊，我要獻上我自己”；“時刻要主”（基督復臨安息日會讚美詩第 483 首）“先求上帝的國和上帝的義”；“引我更近”（基督復臨安息日會讚美詩第 306 首）；“一切全獻上”（基督復臨安息日會讚美詩第 309 首）；“親主仍親主”（基督復臨安息日會讚美詩第 301 首）；“我今全屬祢”（基督復臨安息日會讚美詩第 308 首）。

我們獻給上帝最好的禮物：我們自己

“所以弟兄們，我以 神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此事奉，乃是理所當然的。”

羅馬書 12:1

基督教訓祂的門徒知道上帝注意某一件事物的程度，原是與這一件事物在上帝創造系統中的重要性相配的。祂指著天空的飛鳥要他們注意。祂說，若是我們的天父不許，就連一隻麻雀也不能掉在地上。若是祂眷顧小小的麻雀，當然基督替死的生靈在祂看來乃為貴重的。上帝對人類所估量的價值，就在髑髏地的十字架上顯明了。

‘上帝愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們，叫一切信祂的，不至滅亡，反得永生。’難道基督不會審判那些使基督為之獻上生命之人痛苦或失望的人嗎？那麼，願人小心謹慎，他們是怎樣借著言語或行為使上帝的兒女傷心或痛苦的。（《時兆》，1898年11月17日）

當基督捨命為罪獻上時，祂為我們的緣故獻上了完全的犧牲；因此祂也希望我們要把自己完全獻給祂。祂要我們的全心；祂並不悅納不完全的愛。“上帝是個靈，所以拜祂的，必須用心靈和誠實拜祂。”（《時兆》，1899年2月1日）

豈不知你們的身子就是聖靈的殿嗎？這聖靈是從 神而來，住在你們裡頭的；並且你們不是自己的人，因為你們是重價買來的，所以要在你們的身子上榮耀 神。（哥林多前書 6:19, 20）

無論我們將自己奉獻給主與否，我們都屬於他的。你們不是自己的人，你們是重價買來的。由於創造，我們是屬於主的；而根據救贖，我們也是屬於他的。故此，我們無權自己認為可以為所欲為。凡我們所接觸所經手的，都是屬於主的；憑著自己，我們毫無享受任何事物的權利，即使是自己的生存也是如此。我們的金錢、時間和才能全都屬乎上帝，而且是他所借給我們，為要成全他所託付我們之事工的。他也囑咐我們：“你們去作生意，直等我回來”路加福音 19:13.（《崇高的恩召》，第 42 頁）

我們需要基督的愛居於我們心中。自我需要被釘在十字架上。當自我消失在基督裡面時，就自然會產生真正的愛。這不是感情的衝動，而是成聖的決心，它不在於感覺，而在於整個心靈和品格的變化，就是向自我死而向上帝活。我們的主和救主要我們獻身給祂。祂所要求的就是將自我降服於上帝，奉獻自己做祂所視為合適的工作。我們只有達到這一點，我們的工作才會快樂，有用，處處取得成功。（《懷氏書簡》，1898年97號）

今天我看到在我面前的人是我知道上帝能使用的人，只要他們肯倚靠祂…跟從救主是一種尊榮。借著順從祂所賜的指示，你們要預備好在祂來的時候迎見祂。你們若是願意求上帝幫助你們克服你們的性情裡面不象基督的東西，祂就會預備你們進入天國，那裡是罪惡不能進入的地方。那些天天把生命獻給耶穌，並且繼續認識祂的人，必要大大蒙福。要說：基督為我捨命，我必須為祂捨命。你們若是把自己完全獻給祂，就必在與罪惡鬥爭中取得勝利。主耶穌必成為你的幫助者、你的支柱、你的力量，只要你願意接受和順從祂。（《青年導報》，1914年6月9日）

比喻中的珠子並不是一種贈品。那買賣人乃是用他一切所有的作代價將它買下來。許多人對這事提出疑問，因為聖經明說基督是給人的恩賜。不錯，他本是給人的恩賜，但只賜給那些將自己身體靈魂毫無保留地獻給他的人。我們當將自己獻給基督，終身樂意順從他的一切要求。我們的全人以及我們所有的一切才智與能力都是主的，應當獻上為他服務。當我們如此將自己全然獻與基督時，他便要將他自己，連同天上的一切財富賜給我們。這樣我們便獲得那重價的珠子了。（《主必快來》，第72頁）

個人思考題

1. 你在上帝的眼中是極為寶貴的，祂甘願付上一切代價使你屬於祂。這使你有何感想？
2. 思想耶穌給了你什麼，以致天庭都屬於你了？這配讓你把你自己每天獻給祂嗎？這豈不是我們所要做的最合理的事嗎？



第 3 日：基督在我們裡面

“我已經與基督同釘十字架，現在活著的不再是我，乃是基督在我裡面活著；並且我如今在肉身活著，是因信 神的兒子而活，他是愛我，為我舍己。”

加拉太書 2:20

建議的禱告形式

讚美（約 10 分鐘）

- 要以讚美上帝的品格來開始你的祈禱。要為祂從不改變、為祂的憐憫和信實等而讚美上帝；
- 要因沒有比在上帝的愛中、完全降服於祂更快樂的地方而讚美祂；
- 要因上帝呼召你住在祂裡面而讚美祂。

認罪並確信勝罪（約 5 分鐘）

- 祈求上帝指示你有哪些罪需要你私下承認。要確信祂能使你戰勝那些罪；
- 祈求上帝因你有時沒有讓祂住在你心中而赦免你。要祈求祂每日住在你心中；
- 根據約翰一書 1:9 的話，感謝上帝赦免了你。

祈求和代求（約 35 分鐘）

- 你身邊的人能看出基督活在你心中嗎？要祈求上帝進到你的生命中並借你發光，使其他人能夠看到祂在你裡面；
- 要為你沒有住在基督裡的家人和朋友祈求。祈求使聖靈的果子能在他們的生活中彰顯出來；
- 要祈求上帝賜你信心，使你擁有基督的義；
- 在你的生活中，你能看到自私的跡象嗎？要把這些交給上帝，並祈求祂使你成為無私的人；
- 要祈求有一顆柔和謙卑的心，好使基督住在你裡面；

- 祈求使教會領袖和教友都能有更多的緊迫感，意識到我們乃生活在末世，並且正如啟示錄 22 章所指出的那樣，基督必快來；
- 祈求使我們能借研究聖經和祈禱而把我們的時間多用於永恆的福利上，並讓上帝按照祂的旨意而非我們的意願來全然引領祂的子民。這將使我們不斷地與上帝親近，並會讓聖靈的能力來擊退那威脅上帝教會與我們日常生活的屬世的潮流；
- 祈求為擁有預言之靈的著作而真誠地感恩，並願意完全接受此著作是適用於今日的。祈求教會的領袖和教友都能夠定期閱讀這些資料；
- 城市佈道：為南亞太分會及他們專心工作的城市：馬尼拉、達卡、宿務、孟加錫、仰光、烏爾達內塔、卡拉奇、卡塔·齊納巴老、瓦奧、棉蘭禱告。祈求上帝的聖靈能充滿那些工人並使他們獲得上帝聖靈的能力；
- 為你名單上的 7 個人（或更多）代禱，使他們能夠看到他們的需要，並向聖靈敞開他們的心；
- 為你的個人需要禱告；

感恩（約 10 分鐘）

- 要因“內心卻一天新似一天”（哥林多後書 4：16）而感謝上帝；
- 要因上帝願意來到你心中並住在你心中而感謝上帝；
- 要因這十天中祂差派天使來回應你的禱告而感謝上帝；

建議唱的詩歌

“在我裡面活出祢的生命”（基督復臨安息日會讚美詩第 316 首）；“是的，主啊，我要獻上我自己”；“時刻要主”（基督復臨安息日會讚美詩第 483 首）；“引我更近”（基督復臨安息日會讚美詩第 306 首）；“一切全獻上”（基督復臨安息日會讚美詩第 309 首）；“在上帝的臂膀下”（基督復臨安息日會讚美詩第 462 首）；“主啊，填滿我的杯子”（基督復臨安息日會讚美詩第 493 首）。

基督在我們裡面

“我已經與基督同釘十字架，現在活著的不再是我，乃是基督在我裡面活著；並且我如今在肉身活著，是因信 神的兒子而活，他是愛我，為我舍己。”

加拉太書 2:20

我們的理解為什麼那麼遲鈍？我們為什麼不依靠耶穌，借著信從祂那裡獲得力量和祂品格的完全，像葡萄樹的枝子從活葡萄樹上汲取汁液呢？我們要仰望耶穌，當試探臨近我們時，要在得勝的工作上逐步攀登。要住在基督裡，我們就必與祂合而為一。然後我們便會安全，徹底地安全，能夠抵擋撒但所有的攻擊。基督住在人心中心中是要在人的品格中彰顯出來的。人離了基督就算不得什麼。然而基督若住在我們裡面，我們就必做成上帝的工。我們必會在生活中代表基督，我們必要因默想基督而願意談論祂。我們必會在基督裡成長，直到我們的靈命長大成人。（《時兆》，1892年10月10日）

我是葡萄樹，你們是枝子；常在我裡面的，我也常在他裡面，這人就多結果子。因為離了我，你們就不能做什麼。（約翰福音 15:5）

當我們的心感受到需要，當我們渴望聖靈復蘇的影響力時，基督就會親近我們。自我必被釘死。基督住在我們裡面，聖靈的能力與我們同工；於是心靈就必精煉並提升。天上聖所中的光要照射在我們身上，我們必能成為活的香氣叫人活。借著與祂聯合，藉著活潑的信心，我們有特權享有祂中保的功勞和效驗。所以我們與基督同釘十字架，與基督同死，同復活，一舉一動同有新生的樣式。（《時兆》，1899年10月11日）

世人需要一種超乎自己，在本身以外的能力，在他身上恢復上帝的形像，使他能作上帝的工；但這並不是說人力是多餘的了。當人性把握住神的能力時，基督就因著信而住在人的心中，於是人力與神力合作，就能在善事上大有功效了。（《文字佈道指南》，第104頁）

耶穌回答說：“凡喝這水的，還要再渴；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 4:13, 14）

耶穌的意思並不是說單喝一口生命水就能使人受用無窮。人若嘗過基督之愛的滋味，必渴望不停地享有，而別無他求。世間的榮華富貴和安樂享受，都不足以動心。心中恒切呼求的就是：“更需我主！”那向人心指出其需要的主，正等著滿足人心靈的饑渴。一切屬世的資源和依靠都必敗落。水庫將要枯竭，池塘也必乾涸；惟我們的救贖主是取之不盡、用之不竭的泉源。我們盡可以喝了再喝，隨時都有新鮮的供應。心中若有基督居住，裡面就必流出幸福的泉源“直到永生”；就能從這泉源取得力量和恩惠，來應付一切的需要。（《歷代願望》，第187頁）

我們只要生存在世一天，總要遭遇到種種不利於己的影響。必有各種激起忿怒的事來試驗性情；但以正當的態度來應付這一切，就得以培養基督化的德行了。基督若住在我們裡面，則我們就必忍耐、和善，雖處於百般的煩惱和刺激之中而仍保持寬容愉快的精神。日復一日，年復一年地我們必制勝自我，漸漸養成一種高尚的英雄

氣概。這是我們分所當盡的職責；但若缺少耶穌的幫助、堅定的決心、不變的宗旨、持久的儆醒和不住的禱告，便不可能有所成就。各人都有自己的仗要打。除非我們與上帝同工，連他也無法使我們的品格高尚，或使我們的人生有為。凡拒絕作此奮鬥的人，就必喪失勝利的能力和喜樂。（《傳道良助》，第 477 頁）

每一位生靈都有權利信賴我們的主耶穌基督。但純全屬靈人生的唯一來源乃在於藉著基督，就是使人與上帝和好的救主，自願歸服上帝的旨意。我們有權利被聖靈運用。由於信心我們得以與基督耶穌相交，因為基督居在心裡柔和謙卑的人裡面。他們有那生髮仁愛以至潔淨心靈的信心，一種使心裡平安的信心，並引導人走在克己犧牲的路途上。（《今日諧主行》，第 359 頁）

個人思考題

1. 耶穌不想遠離你，祂願盡可能地親近你。祂想要住在你的心裡。這使你有何感想？你如何能邀請祂住在你心裡呢？
2. 請認真思考什麼會妨礙基督住在你心裡。



第 4 日：住在基督裡

“你們要常在我裡面，我也常在你們裡面。枝子若不常在葡萄樹上，自己就不能結果子；你們若不常在我裡面，也是這樣。我是葡萄樹，你們是枝子；常在我裡面的，我也常在他裡面，這人就多結果子。因為離了我，你們就不能做什麼。”

約翰福音 15:4, 5

建議的禱告形式

讚美（約 10 分鐘）

- 要以讚美上帝來開始你的祈禱。比如祂是奇妙、策士（以賽亞書 9：6）；
- 要讚美上帝，因我們只需要住在基督裡就可以戰勝罪惡；
- 要讚美上帝，因祂教導我們如何住在祂裡面。

認罪並確信勝罪（約 5 分鐘）

- 祈求上帝指示你，你是否有什麼沒獻給祂。請私下裡向上帝承認出來。要確信祂能使你戰勝那些罪；
- 祈求上帝赦免你，因你有時試圖用自己的力量去做事；
- 根據約翰一書 1：9，感謝上帝赦免了你。

祈求和代求（約 35 分鐘）

- 祈求上帝說明你更好地明白你需要住在祂裡面，並賜你住在祂裡面的渴望。也祈求使你的家人和朋友也能住在祂裡面。祈求上帝教導你如何住在祂裡面（約翰福音 15：4）；
- 祈求教會的領袖（你教會的牧師，區會、聯合會、分會和總會的領袖）能被聖靈充滿並住在基督裡；

- 祈求所有的教友和領袖都能大力支持復臨安息日會的教育並對其更加感興趣，使其在內容和側重點上成為真正的復臨教育。這對教會將來的工人總數和佈道遠景是極為重要的；
- 祈求使人們增加研究《但以理書》和《啟示錄書》的興趣；
- 祈求人能理解並宣揚聖所崇祀乃是對救恩過程之美妙的解釋；
- 城市佈道：為南非——印度洋分會及他們要為基督贏得的城市：魯安達、安塔那那利佛、里郎威、馬布多、紹裡莫、布隆方丹、盧班戈、基特韋、哈拉雷禱告，使人們能夠看到他們需要住在基督裡並求告祂；
- 祈求人們能明顯地專注於基督與祂為我們而做的：祂在地上的生活、祂被釘死在十字架上、祂的復活、祂在天上至聖所中現今為我們所做的服侍和祂的即將復臨；
- 祈求使我們能借研究聖經和祈禱而把我們的時間多用於永恆的福利上，並讓上帝按照祂的旨意而非我們的意願來全然引領祂的子民。這將使我們不斷地與上帝親近，並會讓聖靈的能力來擊退那威脅上帝教會與我們日常生活的屬世的潮流；
- 為你名單上的 7 個人（或更多）代禱，使他們能夠看到他們的需要，並向聖靈敞開他們的心扉；
- 為你的個人需要禱告。

感恩（約 10 分鐘）

- 要因耶穌在不同方面為我們所設立的如何住在上帝裡面的榜樣而感謝上帝；
- 要因上帝將要做的工作並垂聽你的祈禱而提前感謝上帝；
- 要因上帝教導你如果住在祂裡面而感謝上帝。
- 要因上帝差派聖靈為我們所有祈禱的事項做工而感謝上帝。

建議唱的詩歌

“主照你旨意”（基督復臨安息日會讚美詩第 567 首）；“我靈鎮定”（基督復臨安息日會讚美詩第 461 首）；“深享平安”（基督復臨安息日會讚美詩第 466 首）；“在上帝的臂膀下”（基督復臨安息日會讚美詩第 469 首）；“當轉眼仰望耶穌”（基督復臨安息日會讚美詩第 290 首）；“賜我救主”（基督復臨安息日會讚美詩第 329 首）；“非我乃主”（基督復臨安息日會讚美詩第 570 首）。

住在基督裡

你們要常在我裡面，我也常在你們裡面。枝子若不常在葡萄樹上，自己就不能結果子；你們若不常在我裡面，也是這樣。我是葡萄樹，你們是枝子；常在我裡面的，我也常在他裡面，這人就多結果子。因為離了我，你們就不能做什麼。

約翰福音 15:4, 5

凡度著一種成功的基督徒生活的人，都必將萬事當作有損的，而以認識基督為至寶。惟有住在基督裡的人，才能領悟人生的真諦。他們覺察到真宗教的價值。他們將自己所稟有的一切感化力，財產和才幹都奉獻在祭壇上，只求明白並成全那位曾為救贖他們而捨命之主的旨意。（《崇高的恩召》，第 8 頁）

所需要的並不是偶爾與基督接觸，而是要常與他同住。他召你與他同住。他所提供給你的，並不是一種持續不久的福分，發自偶爾誠懇的尋求主，而當你從事通常人生義務時就消失了。你的與基督同住，會使你所必須擔負的每一義務輕省，因為有主在負擔每一個重擔。他已經為你預備妥當與他同住。這意思乃是叫你要體悟到有一位與你同住的基督，你也時常和他同在，藉使你的心意得受鼓勵而加強。（《一同在天上》，第 55 頁）

不可象今日許多自命為基督徒一般，站在基督外面。“你們要常在我裡面，我也常在你們裡面”，乃是一件可能的事，如果你們作不到這事，就絕不至發出這樣的邀請。我們的救主耶穌不住地以他的靈吸引著你，在你的心中運行，使你與基督同住。……他所賜予的福惠都與你自己的行動有連帶關係。是否要拒絕基督呢？他說：“到我這裡來的，我總不丟棄他。”（約翰福音 6:37）論到另一等人，他說：“你們不肯到我這裡來得生命。”（約翰福音 5:40）。（《一同在天上》，第 55 頁）

凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息。（馬太福音 11:28）

試問：你我有沒有完全領會這親切的呼召，“到我這裡來”！他說：“你們要常在我裡面”，不是和我同居。“但願你們要瞭解我的邀請。到我這裡，常遠與我同在。”他必白白地將以前和他自己聯絡的福惠賜予凡到他這裡來的生命的人。他有那較比你們在懇禱時所感到的短暫福惠更美好的事物要賜給你們。和基督共話一句，只象桶水中的一滴。你有享受他長遠與你同在的權利，代替那短暫而當你從事人生義務時便消失的權利。……憂慮、困惑和種種操心的事是否會驅使你遠離基督呢？我們置身于工廠、田野或市場之時，是否會少倚靠上帝？……無論何處，主耶穌都必與你同在，你也必與他同在。（《一同在天上》，第 55 頁）

凡因信而接受基督的人，都得以與他合一。枝子既非綁在葡萄樹上，也不是用什麼機械的方法或人為的手段使之與樹聯在一起。它們是與葡萄樹聯合，成為它的一部分。它們從樹根那裡吸收養料。照樣，凡因信接受基督的人，就在原理與行動上與

他合一了。他們與他有了聯合，而且他們所度的生活也是上帝兒子的生活。他們從那位本身為生命的主那裡領受生命。（《一同在天上》，第 56 頁）

若有人在基督裡，他就是新造的人。舊事已過，都變成新的了。（哥林多後書 5:17）

浸禮可能一再舉行，然而浸禮本身卻無力改變人心。人心必須與基督的心聯合，意志必須降服於他的旨意，心思必須與他的心思合一，意念必須歸順於他。……改造複新的人與基督有活潑的聯繫。枝子因在樹根那裡吸收養料，因而多結果子，照樣，真實的信徒既與基督有了聯合，也就在他的人生上顯出聖靈的果子來。枝子與葡萄樹成為一體，暴風無法將它吹掉，寒霜也不能摧毀其維持生命的原質。無論什麼都不能使它與葡萄樹分離。它是一個有生命的枝子，並且結出葡萄樹所當結的果實。信徒也是這樣。憑著善言善行，他將基督的聖德表達出來。……（《一同在天上》，第 56 頁）

基督已做好妥善的安排，藉以使我們終其一生都可享受與他自己不間斷的交通，但唯有憑著活潑的信心，我們才能感悟到他長久的臨格。……（《一同在天上》，第 56 頁）

個人思考題

1. 有任何事物（憂慮、對生活的掛慮、壓力、財富）會阻礙你住在基督裡嗎？
2. 為確保你能住在基督裡，你的責任是什麼？



第 5 日：得勝有餘

“然而，靠著愛我們的主，在這一切的事上已經得勝有餘了。”
羅馬書 8:37

建議的禱告形式

讚美（約 10 分鐘）

- 要以讚美上帝的品格來開始你的祈禱。要因祂的信實和祂是避難所而讚美上帝；
- 要讚美上帝，因我們只需要住在基督裡就可以戰勝罪惡；
- 要因耶穌在十字架上獲得的勝利而讚美上帝。

認罪並確信勝罪（約 5 分鐘）

- 祈求上帝指示你，哪些罪需要公開承認，哪些罪需要私下承認。要確信祂能使你戰勝那些罪；
- 你可曾有過不想戰勝罪惡的時候？要祈求上帝的赦免；
- 要祈求上帝赦免我們，因為作為教會，我們仍未戰勝罪；
- 根據約翰一書 1:9 的話，感謝上帝赦免了你。

祈求和代求（約 35 分鐘）

- 祈求上帝賜給我們戰勝罪惡的渴望；
- 也要為你需要戰勝罪的家人和朋友祈求；
- 要為你生活中還需要戰勝罪的方面祈求。祈求祂賜你完全的得勝；
- 祈求上帝幫助你相信，祂能使你完全得勝罪惡；
- 你生活中有什麼偶像讓你戀戀不捨嗎？把他們帶到上帝面前，並祈求祂賜你恨這些罪的心；
- 祈求教會的領袖（你教會的牧師，區會、聯合會、分會和總會的領袖）能允許上帝讓他們戰勝罪；

- 祈求上帝使你謙卑，好使你看清你的軟弱，並祈求得勝罪惡的能力；
- 要為所有 13 個分會及其所屬的聯合會（中東和北非聯合會）能夠有全面的佈道計畫和宣教活動而祈求。要為“城市佈道”和鄉村佈道的成功而祈求；
- 城市佈道：為南美分會及他們專心傳道的 74 座城市而祈求。也請為南太平洋分會和他們選擇要為基督贏得的城市：悉尼、克萊斯特徹奇、萊城、亞庇禱告。祈求上帝能差派工人並賜福於他們的工作；
- 祈求上帝繼續帶領祂的教會，並使其教友得勝罪惡；
- 為你名單上的 7 個人（或更多）代禱，使他們能夠看到他們的需要，並向聖靈敞開他們的心；
- 為你的個人需要禱告（箴言書 3：5，6）。

感恩（約 10 分鐘）

- 要因上帝願意賜你祂的義而感謝上帝；
- 要因上帝是“在你們心裡運行，為要成就祂的美意”（腓利比書 2：13）的那位而感謝上帝；
- 要為耶穌無罪的人生和祂向我們顯明如何能得勝而感謝上帝；
- 要因上帝能按照祂的旨意來應允你的祈禱而感謝上帝。

建議唱的詩歌

“非我乃主”（基督復臨安息日會讚美詩第 570 首）；“求莫棄我”（基督復臨安息日會讚美詩第 569 首）；“寶血大權能”（基督復臨安息日會讚美詩第 294 首）；“當轉眼仰望耶穌”（基督復臨安息日會讚美詩第 290 首）；“我來就主耶穌”（基督復臨安息日會讚美詩第 292 首）；“萬古磐石”（基督復臨安息日會讚美詩第 300 首）；“重擔脫在各各他”（基督復臨安息日會讚美詩第 476 首）。

得勝有餘

“然而，靠著愛我們的主，在這一切的事上已經得勝有餘了。”
羅馬書 8:37

世人與撒但鬥爭時，必得基督所得到的一切幫助。他們不必被打敗，他們可以借著那位愛他們，又為他們犧牲生命的救主，得勝而有餘。……上帝聖子本著祂的人性

所面對的試探，與攻擊我們的那些顯然可怕和壓倒性的試探——放縱食欲的試探、擅自踏入上帝禁止我們進入的地方，以及敬拜這世界的神、犧牲永生的福樂以換取今生迷人的歡樂——完全一模一樣。每一個人都要受試探，但上帝的話告訴我們，我們所受的試煉，絕不會超過我們所能忍受的。我們可以抗拒和擊敗那鬼計多端的仇敵。（《得勝的基督》，第 195 頁）

你們所遇見的試探，無非是人所能受的。神是信實的，必不叫你們受試探過於所能受的。在受試探的時候，總要給你們開一條出路，叫你們能忍受得住。（哥林前書 10:13）

我們今生所擔負的工作是為永生作好準備。我們若按照上帝的旨意進行這個工作，每一試探都會促使我們進步。因為當我們抵擋其誘惑的時候，我們就能在屬靈生命上進步了。在戰鬥白熱化，在認真從事屬靈戰爭的時候，看不見的使者必站在我們身邊，奉上天之命，在戰鬥中援助我們，在危難中賜給我們力量，決心和堅定和活力。我們必得到超人的能力。然而人若不使自己的心意與上帝的旨意相符，若不丟棄每一偶像，戰勝每一錯行，就決不會在戰鬥中取勝，而必終被制勝。凡希望得勝的人必須在戰鬥中與看不見的勢力鬥爭；必須制勝內在的敗壞，必須使每一思想都符合並順服基督。聖靈常在工作，設法潔淨、提煉、培育人的心靈，為使他們配加入天使和聖徒的行列，並且作為得勝者能唱救贖之歌，在天庭將榮耀尊貴歸於上帝和羔羊。（《基督教育原理》，第 122, 123 頁）

我們身外沒有足以畏懼的仇敵。我們鬥爭的物件卻是頑梗的自我。當我們靠賴那愛我們的上帝征服自我，乃遠勝於一般征服者。弟兄們啊！有永遠的生命等待我們去贏取，讓我們打那信心的美好的仗，不是在將來，現在就是試驗的時期了。（《給管家的勉言》，第 21, 22 頁）

只是不可忘記行善和捐輸的事，因為這樣的祭是神所喜悅的。（希伯來書 13:16）

度著救主樣式的人生，勝過每一種自私自利的願望，毅然決然的履行我們對上帝和我四周各人的義務，如此行就使我們得勝而有餘。這樣就預備我們無玷污無皺紋地，站在那白色的大寶座前，品格的禮服在羔羊的血裡洗得清淨潔白。（《彰顯主基督》，第 37 頁）

口腹之欲掌權，成千成萬的人因而滅亡，倘若他們在這件事上得勝，他們就可能獲得道德上的能力而勝過撒但的各種其它試探了。但那些作食欲奴隸的人就不能使基督徒弟的品格全備。六千年來，由於人類繼續犯罪，結出了疾病、痛苦和死亡的果子。我們現在到了末日之時，撒但叫人放縱食欲的這種試探也變得更強而更難制勝了。（《論飲食》，第 59 頁）

我的弟兄啊，把這些完全丟開吧。我們無權一味地專顧自己，遂自己的偏嗜，求自己的愛好。更不該因墨守自己的特點，個性，而獨樹一幟，不與同工融洽。我們只有一種品格要保守，那就是基督的品格。我們既同有基督的品格，就能一同進行上帝的工作。那在我們心中的基督，就與我們弟兄心中的基督相遇，於是聖靈就能使我們的心思和行動一致，足以向世人證明我們都是上帝的兒女。但願主幫助我們，使我們向自我死去而得重生，使基督可以在我們裡面活著，切實生動地做我們的南針，也成為保持我們聖潔的能力。（《教會證言》，卷九，第 187, 188 頁）

個人思考題

1. 你生活中最大的鬥爭是什麼？你想在哪些事上得勝？
2. 什麼能阻止你“得勝有餘”？要把這些事交給上帝。



第 6 日：順服的喜樂

“我要在你的命令中自樂，這命令素來是我所愛的。”
詩篇 119:47

建議的禱告形式

讚美（約 10 分鐘）

- 要以讚美上帝的品格來開始你的祈禱。祂是給予各種安慰的主，祂是恢復者等等；
- 要因耶穌向我們顯明因順命而喜樂的意義而讚美上帝；
- 要因在順服基督裡有喜樂、平安和幸福而讚美上帝。

認罪並確信勝罪（約 5 分鐘）

- 祈求上帝指示你哪些罪需要私下承認。要確信祂能使你戰勝那些罪；
- 要祈求上帝赦免你在基督徒的路上所偶爾表現出的憂傷和沮喪；
- 根據約翰一書 1：9，感謝上帝赦免了你。

祈求和代求（約 35 分鐘）

- 你高興去做上帝讓你做的事情嗎？祈求上帝使你甘心順服祂，並且情願去做任何祂所要求的事；
- 祈求你教會中的青年人能找到順服的喜樂；
- 祈求教會的領袖（你教會的牧師，區會、聯合會、分會和總會的領袖）能欣然去做任何上帝要求他們去做的事；
- 祈求上帝的愛在祂教會中得以完全；
- 祈求不斷強調聖經中創造的美妙要道。我們的地球乃是在實實在在的，連續六天中借主的話而造成的；

- 祈求不斷地在屬靈方面大力支持那些在公立學校裡學習的基督復臨安息日會的青年人。要祈求他們能在世界各地的公立大學和大專院校裡做服侍他人的充滿活力的布道士；
- 祈求上帝使教會組織和我們教會對外佈道的輔助事工強力合作併合一；
- 祈求主在其教會完成主所賜的使命，即向世界宣揚以基督的義為中心的三天使資訊之時，培養並預備敬虔、謙卑受教、以基督為中心的未來教會領袖；
- 城市佈道：為北美分會的紐約、卡爾加里、印第安納波里斯、聖路易斯、西雅圖、三藩市、奧克蘭、坦帕、奧克拉荷馬市而祈求。也請為北亞太分會和他們所要接觸的：東京、大邱、大田、無錫、烏蘭巴托、臺北禱告。祈求上帝的靈在這些城市中大有能力地做工；
- 祈求教友和民眾都能瞭解健康改良的重要性，它乃是大呼聲的一部分，為要使人借著基督的義恢復上帝的形象。祈願所有人都能接受健康的生活方式和節制，使我們把身體當作聖靈的殿，讓我們更完全地接受從上帝那裡而來的重要的啟示；
- 為你名單上的 7 個人（或更多）代禱，使他們能夠看到他們的需要，並向聖靈敞開他們的心；
- 為你的個人需要禱告（箴言書 3：5，6）。

感恩（約 10 分鐘）

- 要因借著基督你可以說“我樂意照你的旨意行”（詩篇 40：8）而感謝上帝；
- 要因上帝在各城中都有渴望仰望天國的子民而感謝上帝；
- 要因上帝能在將來興起敬虔、謙卑受教的領袖而感謝上帝。

建議唱的詩歌

“信而從主”（基督復臨安息日會讚美詩第 590 首）；“終日讚美主”（基督復臨安息日會讚美詩第 462 首）；“我心靈得安寧”（基督復臨安息日會讚美詩第 530 首）；“深享平安”（基督復臨安息日會讚美詩第 466 首）；“日光照在心”（基督復臨安息日會讚美詩第 470 首）。

順服的喜樂

“我要在你的命令中自樂，這命令素來是我所愛的。”
詩篇 119:47

主定意使每一遵順他聖言的生靈都享有他的喜樂，他的平安和他那持久保守之能。凡如此行的男女都是時時靠近他，不但當他們跪倒在他面前禱告之時，就連他們肩負日常生活義務之時也是如此。他已為他們預備了與自己同居的住處，在那裡，人生的一切粗鄙，一切令人憎厭之處，全都清除了。藉著這樣與他不間斷的交往，他們便得以在終身事業上與他同工了。（《一同在天上》，第 53 頁）

當基督居住在心內，心靈裡必為他的愛所充滿，因與他交往而生的喜樂，將更附從於他；且因瞻仰他而忘卻了自我。對於基督的愛遂變成行為的導源。凡自覺為上帝之愛所激勵的人必不問獻上多少方能合乎上帝的要求，他們不求那低落的標準，只力求完全遵循其救贖主的旨意去行。他們存誠懇之心獻上一切所有的並表現出與他們所尋求之目標的價值相等的關切。

上帝所求於我們的，乃是謙遜的，受教的精神。那使禱告有優美之點的，乃是發自一顆親切的、順服的心。（《今日的生活》，第 7 頁）

你們若愛我，就必遵守我的命令。（約翰福音 14:15）

人僅以盡義務的態度去遵守上帝的誠命——因為他奉命要如此行——絕不能得享那因順服而來的喜樂。他並不是順服。如果上帝的要求因與人的心願相抵觸而被視為一種重擔，我們就可知道這樣的人生決不是基督化的人生。真正的順服乃是由內在原動力而產生的。它是發自愛公義和愛上帝律法的心。公義的真諦就是效忠於我們的救贖主。這就導使我們去為義而行義——因為行義乃是上帝所喜悅的。（《基督比喻實訓》，第 97, 98 頁）

“我們在上就是要幫助並造福於他人，要在人心中恢復上帝形象的工作上與基督合一。為要做成此工，我們必須效法耶穌。祂說：‘我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們心裡就必得享安息。’在此應許中沒有“如果”。那些經歷過背負基督約束與順服之軛的人知道，這乃意味著在祂裡面有安息和平安。在順服中有喜樂和安慰。聖天使在順服之人上空盤旋，為要在平安的路上保守他們。”（《大西洋聯合會資料集》，1903 年 9 月 9 日）

“在基督裡的信心若不借著順服表現出來，就不能使人得救。人今世與永恆的幸福都有賴於願意順服上帝的要求。人的意願和愛好要完全降服於上帝。人若這樣行，人就會與上帝合作，以其所言所行表明他選擇在他所行的一切路上，都在祂創造主的掌管之下。當上帝的孩子摩西寧願選擇侍奉祂而不要這世界的享樂時，祂非常喜樂。慢子若能被卷起，人若能看到天使天軍以歡樂和喜悅的歌聲來榮耀上帝的話，他們就一定意識到順服會帶來喜樂，而不順服則會帶來悲傷。上帝和天使會因基

督徒所得到的每一次勝利而喜樂；然而當試探得勝時，天庭就會悲傷。”（《評論與通訊》，1897年12月14日）

“我們若因認為在基督徒生活中所求於我們的比我們所能做的更多，便行在憂傷和沮喪中時，我們就在使真理變為謊言，就是在榮耀撒但。你的救贖主愛你，祂要賜予順服的人生永恆的喜樂。從未有人品嚐過完全、甘心降服於上帝的喜樂，從未有人感受到過在祂愛中的平安、喜樂和確信。（《評論與通訊》，1891年1月13日）

個人思考題

1. 你在經歷順服基督的喜樂嗎？
2. 有什麼事能阻礙你得到順服你所愛之救主的喜樂嗎？



第 7 日：造福他人的人生

“耶穌這話是指著信他之人要受聖靈說的。那時還沒有賜下聖靈來，因為耶穌尚未得著榮耀。”

約翰福音 7:38

建議的禱告形式

讚美（約 10 分鐘）

- 要以讚美上帝的品格來開始你的祈禱。祂是永生的上帝，忍耐、慈愛的上帝。祂是我們的力量（詩篇 27：1），祂是我們的安歇之處（耶利米書 50：6）；
- 要因儘管我們有許多缺點和錯誤，但上帝仍願意使用我們造福他人而讚美上帝；
- 要因不是我們自己，而是基督活在我們裡面去接觸並造福於人而讚美上帝。

認罪並確信勝罪（約 5 分鐘）

- 祈求上帝指示你，哪些罪需要公開承認，哪些罪需要私下承認。要確信祂能使你戰勝那些罪；
- 祈求上帝饒恕你，因你有時在生活中沒有造福於他人；
- 祈求上帝饒恕你，因你有時關注成功超過侍奉祂；
- 根據約翰一書 1：9，感謝上帝赦免了你。

祈求和代求（約 35 分鐘）

- 當魔鬼試圖勸阻你不去服侍他人時，要祈求上帝賜你信心；
- 祈求上帝賜你對生命的責任和對祂失喪兒女的愛；
- 為擁有吸引力的，行事為人像基督的人代求，求其會吸引人們跟隨耶穌。
- 祈求每位教友都能有救靈的責任感，並能意識到上天要求每個人都能跟隨基督的腳蹤，在上帝的帶領下分享他們的信仰；
- 祈求能使用各種適當的社會媒體形式向今日忙碌的人們以創新、新鮮的方式

來分享三天使的資訊；

- 當所有教友和機構在支持教會正在進行的使命時，祈求他們都能參與到對外佈道中；
- 城市佈道：為中美分會及他們要為基督贏得的城市：墨西哥、卡拉卡斯、博加特、拿索、伯利茲市、喬治城、卡利、卡宴、瓜地馬拉市、克薩爾特南戈、太子港、德古西加巴、梅里達、波多黎各（整個島嶼）、聖地牙哥-德洛斯卡瓦耶羅斯和馬拉凱博而祈求。祈求上帝能使教友想出將福音傳到這些大城市的方式；
- 為建立數千所“影響力中心”（教會、健康中心、托兒所、文字佈道中心、社區服務中心、青年中心、素食餐廳、診所及更多），特別是世界各大城市的影響力中心而禱告，並祈求這些中心能使那些通過基督徒的服務而體驗到上帝真理之人的人生發生巨大的改變；
- 為你名單上的 7 個人（或更多）代禱，使他們能夠看到他們的需要，並向聖靈敞開他們的心扉；
- 為你的個人需要禱告。

感恩（約 10 分鐘）

- 要因上帝願意使用我們與祂同工來造福他人，而並非使用天使而感謝上帝；
- 要因耶穌為我們樹立榜樣，教我們如何成為別人的祝福而感謝上帝；
- 要因上帝差派聖靈在你為之禱告的人心中做工而感謝上帝。

建議唱的詩歌

“上帝真好”；“將最好的獻主”（基督復臨安息日會讚美詩第 572 首）；“樂遵主命”（基督復臨安息日會讚美詩第 573 首）；“我差遣你”（基督復臨安息日會讚美詩第 578 首）；“願你的心破碎”（基督復臨安息日會讚美詩第 575 首）；“我愛祢”（基督復臨安息日會讚美詩第 236 首）；“莊稼已熟”（基督復臨安息日會讚美詩第 358 首）。

造福他人的人生

“耶穌這話是指著信他之人要受聖靈說的。那時還沒有賜下聖靈來，因為耶穌尚未得著榮耀。”

約翰福音 7:38

凡有基督住在心中的人，凡願將他的愛向世人顯揚的，就是為造福人群而與上帝同工的人。因為他既從救主領受恩典分給他人，他的整個人生就有靈命之潮湧流出來。（《使徒行述》，第 13 頁）

耶穌最卑微最貧苦的門徒，也能造福他人。他們或者不知道自己對於人有什麼特別的益處，但在不知不覺之中，他們的感化力能掀起福音的波濤，日益推廣加增；那最後的效果，要等到上帝賞善罰惡之時才會知道。他們並不覺得自己在作什麼偉大的工作，其實不必自己去顧慮工作有無成效，只要安靜的向前邁進，忠心作上帝所指定的工作就行了。如此，就不致虛度此生。他們必日日增長而成為基督的樣式。他們在今生是與上帝同工的，準備著來生作更高尚的工作，享無盡的福樂。（《喜樂的泉源》，第 83 頁）

主號召我們醒來，認識到自己的責任。上帝已賜給每個人要做的工作。每個人都可以度一種有用的人生。但願我們學習所能學到的一切知識，然後分授真理的知識造福他人。但願每個人按照自己的才能做工，甘心幫助承擔重擔。（《健康勉言》，第 218 頁）

你當竭力在 神面前得蒙喜悅，作無愧的工人，按著正意分解真理的道。（提摩太后書 2:15）

倘若你能在服侍主的事上毫無保留地獻上自己，你就會成為別人極大的祝福。倘若你站在主的一方，你就必得到從天而來的能力。藉著基督，你就能逃避這世界之私欲的敗壞，成為一個顯明祂能為那些與祂合作之人成就何事的實例。（《教育勉言》，第 489 頁）

上帝希望男女們度更高尚的人生。祂必賜福他們的人生，不是只讓他們獲得財富，而是要藉他們做祂託付人來去做之工，尋找並滿足同胞的需要，來提升其高尚的能力。人不應尋求自己的利益，而應為他身邊的人謀福，借他的影響和友好的舉動去造福他人。上帝的旨意在基督的人生中已彰顯無遺。（《心思，品格與個性》，卷二，第 645 頁）

但他賜更多的恩典，所以經上說：“ 神阻擋驕傲的人，賜恩給謙卑的人。”（雅各書 4:6）

我們站在謙心悔罪的地位，上帝就能以向我們彰顯自己的身手。我們根據以前的恩典和福惠為理由，求他賜更大的福氣，這是他很喜歡的。凡全心信靠他的人，他必實現他們的希望而有餘。主耶穌深知他子民的需要；深知我們要為人類謀幸福，應需多少神力；他就盡我們所要用的，加恩降惠，使我們一方面利及別人，一方面提高自己的心靈。（《今日諧主行》，第 61 頁）

凡真誠愛上帝的人必切望運用上帝所賦予他們的才能，以便為他人謀福。而且過不久天國的門戶要大大開放，歡迎他們進入，他們也要從榮耀之王的口中聽見那有如最妙音樂的聲音向他們說：“你們這蒙我父賜福的，可來承受那創世以來為你們所預備的國。”（太 25:34）（《一同在天上》，第 367 頁）

個人思考題

1. 你能做哪些小事去造福你身邊的人？
2. 很多時候，造福於離我們遠的人比造福於你自己的家人更容易。你如何能造福那些與你最親近的人呢？



第 8 日：在家中表現基督

“親愛的弟兄啊，我們應當彼此相愛，因為愛是從 神來的。凡有愛心的，都是由神而生，並且認識 神。”

約翰一書 4:7

建議的禱告形式

讚美（約 10 分鐘）

- 要以讚美上帝的品格來開始你的祈禱。祂是恩慈的等等；
- 要因上帝是地上人類大家庭的父而讚美上帝；
- 要因上帝希望人類家庭能表現祂的榮美與品格而讚美上帝。

認罪並確信勝罪（約 5 分鐘）

- 祈求上帝指示你哪些罪需要私下承認。要確信祂能使你戰勝那些罪；
- 祈求上帝饒恕你，因你有時在家中並未彰顯上帝；
- 要祈求上帝饒恕你，因你有時沒有孝敬和尊重你的父母和弟兄姐妹；
- 根據約翰一書 1：9，感謝上帝赦免了你。

祈求和代求（約 35 分鐘）

- 祈求上帝以聖靈充滿你的心，並使你在家中做活的榜樣；
- 祈求上帝使你家中的每個成員都能親近基督；
- 祈求上帝保守復臨信徒家庭及你地方教會的家庭不受魔鬼的攻擊。祈求上帝在需要之地給予醫治；
- 祈求教會的領袖（你教會的牧師，區會、聯合會、分會和總會的領袖）和他們的家人都能向世界彰顯基督；
- 祈求以各種形式散發《善惡之爭》的撒種活動能收穫更多的生靈；
- 祈求父母們都能在其子女面前彰顯基督，並為祂的國而教養他們；

- 祈求上帝使你完全明白基督的方法（全面的健康佈道），讓全體教友都能滿足別人的需要，並效法基督的樣式，為人服務；
- 祈求全世界基督復臨安息日會的男女、孩童都能聯合起來做佈道見證之工。當我們在生活中降服在上帝的帶領之下時，祈求上帝賜給我們聖靈的能力；
- 懇求主為了復臨信徒家庭的緣故，使他們能成為模範，來表明基督是如何把平安和愛帶進家中的。要借著基督公義的聖潔力量除掉所有暴力和壓迫，指明基督必快復臨，並最終在天國中上帝永遠的家中相聚；
- 城市佈道：為歐亞分會及他們正在工作的城市：莫斯科、基輔、基什尼奧夫、頓涅茨克、哈爾科夫、明斯克、聖彼德堡、新西伯利亞、克拉斯諾雅茨克、哈巴羅夫斯克、羅斯托夫、第比利斯、耶烈萬和阿拉木圖而祈求。為上千個佈道活動和目前正在進行的收割活動而禱告；
- 為你名單上的 7 個人（或更多）代禱，使他們能夠看到他們的需要，並向聖靈敞開他們的心扉；
- 為你的個人需要禱告。

感恩（約 10 分鐘）

- 要因上帝在你家庭成員的心中做工而感謝上帝；
- 要因上帝願意潔淨你、使你潔白，並住在你和你家中而感謝上帝；
- 要因耶穌給我們如何孝敬父母和愛弟兄姐妹樹立了榜樣而感謝上帝。

建議唱的詩歌

“幸福之家”（基督復臨安息日會讚美詩第 655 首）；“求主賜福我們的家”（基督復臨安息日會讚美詩第 654 首）；“主愛在我家”（基督復臨安息日會讚美詩第 652 首）；“愛能使人快樂”（基督復臨安息日會讚美詩第 579 首）。

在家中表現基督

“親愛的弟兄啊，我們應當彼此相愛，因為愛是從 神來的。凡有愛心的，都是由神而生，並且認識 神。”

約翰一書 4:7

基督的宗教要引導我們對高低貴賤、富足的、貧窮的、快樂的、受壓制的人盡力行善。尤其要在自己家裡表現出仁慈。信仰要通過對父母、對丈夫、對妻子和兒女禮貌和愛心的行為表現出來。我們要仰望耶穌，接受祂的靈，住在祂良善和慈愛的亮光中，將祂的榮耀反照在別人身上。（《今日的生活》，第 200 頁）

故此，你們要順服 神。務要抵擋魔鬼，魔鬼就必離開你們逃跑了。（雅各書 4:7）

“倘若你把自己完全交給耶穌，祂必在你心中創造與上帝相交的強烈願望，你必會在內心深處渴望在你的生活中彰顯耶穌的良善和慈愛，在你家中那些還不認識上帝之愛的人面前彰顯祂的品格。借著培養忍耐、溫柔、自製，借著在主裡表示尊重並順服你的父母，你就必在每日的生活中見證出真理有使品格成聖的力量。”

（《發行的手稿》卷 4，第 194 頁）。

假若夫妻倆都沒有將自己的心皈依上帝，即使雙方都力求平靜而公平地調處各人的職責，以適應家庭的困難，也還是一件不太容易的事。（《復臨信徒家庭》，第 119 頁）

信我的人，就如經上所說：“從他腹中要流出活水的江河來。”（約翰福音 7:38）

若上帝的旨意得以成全，夫妻之間就必彼此尊重，並培養愛情與信任之心。凡足以危害家庭的平安與和睦之事，應斷然予以遏制，卻要培養仁慈與愛心，凡表現溫慈、忍耐與仁愛的精神之人，必發覺別人也以同樣的精神對待他。何處有上帝的靈作主，何處就沒有任何婚姻關係不融洽的論調。基督若真的在你們心裡成了有榮耀的盼望，家中就必充滿和睦而恩愛的氣氛。住在妻子心中的基督，必和住在丈夫心中的基督諧合一致。他們必一心一德地為基督去給一切愛他之人所預備的住處而努力。（《復臨信徒家庭》，第 118 頁）

“倘若你有崇高的目標並旨在達到一個高尚的標準，則家庭生活乃是你所能有的最好的訓練。倘若你在家中行錯，你就會在每一目標和努力上行錯。要在家中開始養成上帝所能滿意的完美品格，這會使你在家中成為祝福；而當你離開家時，你在與你交往的人身上也會成為祝福。在家中所實行的宗教必要在家庭範圍以外顯明出來。”（《青年導報》，1886 年 4 月 21 日，第 7 段）

個人思考題

1. 你如何能借著在基督裡更豐盛的生命來引領你的家人？
2. 你一直以來都是一名合格的家庭成員嗎？你有需要改正的地方嗎？你需要更優先考慮你的家庭而非其他事嗎？



第 9 日：在教會中表現基督

“我在他們裡面，你在我裡面，使他們完完全全地合而為一，叫世人知道你差了我來，也知道你愛他們如同愛我一樣。”

約翰福音 17:23

建議的禱告形式

讚美（約 10 分鐘）

- 要以讚美上帝來開始你的祈禱。祂是喜樂、平安和忍耐等等；
- 要因上帝呼召余民教會成為世上的光而讚美上帝；
- 要因上帝必完成祂在教會中所開始之工作而讚美上帝。

認罪並確信勝罪（約 5 分鐘）

- 祈求上帝指示你哪些罪需要私下承認。要確信祂能使你戰勝那些罪；
- 祈求上帝饒恕你有時容許嫉妒、猜疑或在心裡對弟兄吹毛求疵。要祈求擁有一顆被愛與同情所充滿的新心；
- 根據約翰一書 1:9 的話，感謝上帝赦免了你。

祈求和代求（約 35 分鐘）

- 祈求上帝預備你的心來接受聖靈；
- 祈求上帝使你的家合一，並讓平安與愛來管理我們的教會；
- 祈求上帝潔淨教會，使來到教會的人能感受到聖靈的同在；
- 祈求教會的領袖（你教會的牧師，區會、聯合會、分會和總會的領袖）能用愛、同情與合一來完成上帝交托給我們的工作；
- 祈求上帝使全世界所有會眾和教會團體都能借著尊重上帝的聖言、謙卑的祈禱、聖靈的能力、尊重教會已有的政策或規程、完全投身到教會的使命感中而達到合一；

- 祈求上帝使我們在生活中謙卑，使我們願意在降服上帝的帶領和教會規程中合一，使我們能達成共識，並願意接納全球總會大會的任何表決；
- 祈求使我們能借研究聖經和祈禱而把我們的時間多用於永恆的福利上，並讓上帝按照祂的旨意而非我們的意願來全然引領祂的子民。這將使我們不斷地與上帝親近，並會讓聖靈的能力來擊退那威脅上帝教會與我們日常生活的屬世的潮流；
- 城市佈道：為東中非分會及他們所選擇作工的城市：金夏沙、沙蘭港、阿迪斯阿貝巴、坎帕拉、卡南加、洛德瓦爾、吉佳利、魯本巴希、戈馬、馬加拉、朱巴而祈求。祈求上帝攻破撒但的堡壘，並使人與基督建立關係；
- 祈求上帝保守我們和所有的青年人能脫離日益上升的屬世影響。祈求使我們專注在上帝的聖言與服務他人上。祈求地方教會在對外佈道的使命上支援青年人，並提供服務的機會；
- 為你名單上的 7 個人（或更多）代禱，使他們能夠看到他們的需要，並向聖靈敞開他們的心扉；
- 為你的個人需要禱告。

感恩（約 10 分鐘）

- 要因上帝已為祂教會所成就的以及將要借教會成就的而感謝上帝；
- 要因上帝願意潔淨、聖化並帶領教會而感謝上帝；
- 要因耶穌為教會合一所獻上的祈禱而感謝上帝；
- 要因上帝在你為之代求的人心中作工而感謝上帝。

建議唱的詩歌

“建造在磐石上”（基督復臨安息日會讚美詩第 347 首）；“教會基礎”（基督復臨安息日會讚美詩第 348 首）；“一切全獻上”（基督復臨安息日會讚美詩第 309 首）；“我願像耶穌”（基督復臨安息日會讚美詩第 311 首）；“我願耶穌與我同行”（基督復臨安息日會讚美詩第 624 首）。

在教會中表現基督

“我在他們裡面，你在我裡面，使他們完完全全地合而為一，叫世人知道你差了我來，也知道你愛他們如同愛我一樣。”

約翰福音 17:23

任何事物都不能像缺乏愛心那樣有效地削弱教會的感化力。……世人現今正注視著我們，要看看我們的信仰在自己的品格和行為上生髮怎樣的效果。他們正在注意要知道這信仰在我們心中有無聖化的作用，我們是否在逐漸變成基督的樣式。他們在隨時等待要發現我們生活方面的缺點，和行為上的每一矛盾之處。惟願我們不給他們留下玷辱我們信仰的把柄。

那最危害我們的並不是世人的敵對：造成我們最嚴重禍害的乃是我們中間所懷存的罪惡。那攔阻真理聖工並使黑暗籠罩上帝教會的，乃是那班半信半疑自稱為信徒的未曾獻身成聖的生活。

那在屬靈的事上最有效削弱自己能力的方法，莫過於存心嫉妒，彼此猜疑，多方批評，心懷惡念。……

當你們彼此交接之時，要慎防自己的話語。……倘若你們存心愛慕真理，就必多談論真理。你們必談及你們在耶穌裡所懷的洪福之望。假使你們心裡懷著仁愛，你們就必力圖建立自己的弟兄，使他在至聖的信仰上站立得住。倘若偶爾聽見損及你們朋友或弟兄品格的話語，萬不可支援這樣的惡言。這乃是仇敵的工作。當善意的提醒發言者：上帝的聖言禁止這類的話語。我們要從心中摒除一切足以污穢心靈之殿的事物，好使基督居住其間。我們的救贖主曾經告訴我們，怎樣可以向世人表揚他。倘若我們都懷存他的精神，倘若我們都向別人顯示他的愛，倘若我們都互相顧及彼此間的利益，倘若我們都是仁慈，忍耐，寬容的，則我們所結的果子就必向世人證明我們是上帝的兒女。那使教會在不信之人和屬世之輩的身上能發揮有意的感化力的，乃是教會中合而為一的實情。（《使我認識他》，第 153 頁）

基督的宗教不單意味著赦罪；更意味著罪已被移走，其真空為聖靈所取代。這意味心意已受聖靈的光照，並虛己，接受基督的同在。當教友都這麼做時，這教會就是一個活的，工作的教會。（《你必得能力》，第 318 頁）

“當我們的心與基督合一時，我們的生活就必與祂的工作相和諧，五旬節所降下的聖靈也必會將在我們身上。我們必要靠著基督的力量成為剛強，必被上帝的豐盛所充滿…我們必要把自己獻給基督，毫無保留地把我們所有的財產與我們所有的才幹都獻在祂的服務中。我們必實踐我們的信仰；我們必通過滿足人的需要來侍奉上帝。然後我們必會讓我們的榮光借著好行為照射出來。”（《評論與通訊》，1884 年 12 月 16 日）

“門徒們既被聖靈的能力充滿，便出去四處宣講福音，上帝今日的僕人們也當如此前去。每一位反照現代真理之光的人，都要被激起惻隱之心，憐憫那些在黑暗中的人。所有信徒所反映的光，必須清晰明亮。主借著祂所委派為代表的使者們，在五旬節後完成的工作，祂正期待今日的信徒，同樣地去完成。如今，萬物的結局近了，

教會的熱誠難道不該勝過早期的教會嗎？門徒迫切榮耀上帝的心，使他們大有能力地為真理作見證。難道這種熱誠，不該激發我們的心，去宣講基督並祂被釘十字架之救贖大愛的故事嗎？”（《評論與通訊》，1905年1月26日）

個人思考題

1. 作為上帝永活之教會中的一員，你應如何激發與你弟兄的團結和愛呢？
2. 認真思考：無論在教會內還是教會外，你有沒有需要饒恕、道歉或與之和好的人。



第 10 日：在鄰舍中彰顯基督

“但聖靈降臨在你們身上，你們就必得著能力；並要在耶路撒冷、猶太全地和撒馬利亞，直到地極，作我的見證。”

使徒行傳 1:8

建議的禱告形式

讚美（約 10 分鐘）

- 要以讚美上帝來開始你的祈禱，要讚美上帝的仁愛，良善，溫柔；
- 讚美上帝，祂揀選你幫助那些饑渴慕義的人。

認罪並確信勝罪（約 5 分鐘）

- 祈求上帝指示你，哪些罪需要公開承認，哪些罪需要私下承認。要確信祂能使你戰勝那些罪；
- 向上帝祈禱，求主饒恕你不敢在眾人面前承認你的信仰的過犯。求主賜給你夠用的信心和勇氣，讓住在你裡面的聖靈幫助你；
- 根據約翰一書 1:9，感謝上帝赦免了你。

祈求和代求（約 35 分鐘）

- 祈求上帝給你靈魂的負擔，為上帝迷失的群羊獻上愛心的代禱；
- 祈求上帝將饑渴慕義的靈放在你鄰舍的心裡；
- 祈求上帝讓你被聖靈充滿，教導你該如何行出愛心來感動你的鄰舍：可以供給他們的需求，贏得他們的信任並邀請他們跟隨耶穌；
- 祈求經歷與人分享耶穌的喜悅；
- 為擁有吸引力的，行事為人像基督的人代求，求其會吸引人們跟隨耶穌；
- 祈禱上帝會告訴你如何把人帶到耶穌面前，而不是你自己面前；

- 為所有信徒能通過硬碟複製和電子文檔更多地使用基督教書籍和更加重視文字佈道而禱告；
- 祈求重新強調參加安息日學的巨大重要性，集中體現在團契、佈道、研經和當地傳道方面；
- 祈求提高對小組傳道的重視，以便所有教友在這末後的時代，能親自見證並宣揚上帝偉大奇妙的真理；
- 祈禱教會領袖(你教會的牧師，區會、聯合會、分會和總會的領袖)可以為他們鄰舍做美好的見證；
- 城市佈道：為歐洲分會和他們選擇作工的城市：日內瓦、布拉格、維也納禱告。也祈求上帝興起中東、北非聯合會和未來四五年內他們計畫進入的 43 個城市。為在這些城市作工的教友代求；
- 向上帝祈求膽量和魄力，在任何情況下都能為上帝作見證；
- 祈禱高度關注基督復臨安息日會的媒體佈道，從而形成全球範圍內規模巨大而完整的福音見證體系；
- 祈禱你列表中的七個（或更多）人會看到他們的需要並且向聖靈敞開他們的心扉；
- 為你的個人需求祈禱。

感恩（約 10 分鐘）

- 感謝上帝，祂看顧你的家人，朋友，和鄰居的生活；
- 感謝上帝，在每個城市都有渴慕尋求祂的人！
- 感謝上帝，祂在所有你為之代求的人心裡作工。

建議唱的詩歌

“在我裡面活出祢的生命”（基督復臨安息日會讚美詩第 316 首）；“將最好的獻主”（基督復臨安息日會讚美詩第 572 首）；“讓你心碎”（基督復臨安息日會讚美詩第 575 首）；“先求祂的國和祂的義”，“這是我身上小小光亮”（基督復臨安息日會讚美詩第 580 首）；“盡力救人”（基督復臨安息日會讚美詩第 367 首）；“尋找失迷人”（基督復臨安息日會讚美詩第 373 首）。

第 10 日：在鄰舍中彰顯基督

“但聖靈降臨在你們身上，你們就必得著能力；並要在耶路撒冷、猶太全地和撒馬利亞，直到地極，作我的見證。”

使徒行傳 1:8

上帝的子女，是蒙召作基督代表的，要向世人顯明主的慈愛和良善。基督怎樣對我們顯明天父的真品德，我們也當向世上那些還不知道他慈愛的人顯明基督。耶穌對天父說，“祢怎樣差我到世上，我也照樣差他們到世上。” “我在他們裡面，祢在我裡面，叫世人知道祢差了我來。”（約 17:18, 23）使徒保羅曾向耶穌的門徒說：“你們明顯是基督的信，” “被眾人所知道，所念誦的。”（林後 3:3, 2）每位基督徒，都是耶穌寫給世上眾人的書信。你若是基督的門徒，祂就以你為一封信，給你家裡的人、你的鄉里、你的鄰舍、及四周的居民念誦。耶穌住在你裡面，為要對那些不認識他的人說話。也許他們沒有讀過聖經，聽不見聖經中的真理對他們說話，不能從上帝的作為中看出祂的慈愛；但你若是基督的真代表，他們或可從你身上約略見到上帝的美德，受感而敬愛並事奉主。（《喜樂的泉源》，第 115 頁）

要去拜訪你的鄰舍，關心他們靈性得救的問題。調動你所有的精力，使我們所拜訪的人知道萬事的結局臨近了。主耶穌基督必開啟他們的心門，使我們的話在他們的心中留下深刻的印象。上帝的百姓，甚至在從事每天勞動時，也能引人歸向基督。他們這樣行時，必能確知救主照著祂寶貴的應許，是與他們同在的。他們不可認為必須靠自己微弱的力量。基督要賜給他們該說的話，使一般在黑暗中掙扎的可憐生靈受到激勵、安慰和奮興。他們自己的信心，也會堅固起來，因為知道救主的應許正在實現。他們為基督做的工，非但惠及別人，也惠及自身。（《教會證言》，第 62 頁）

你的感化力深達人心，你所觸及的沒有一根心弦的震動不是歸於上帝的。……要作一個“象基督”——根據崇高的意義而行的基督徒，乃是你的本分。你若與上帝常有接觸，藉著看不見的因素吸引你同情別人，留下深刻的印象，使你成為活的香氣叫人活。反之，倘若你自私自利，倘若你自高自大，倘若你存著世俗的觀念，那麼不論你的地位如何，無論你已往的經驗如何，或者你精通了多少學問，假使你唇間沒有仁慈的法則，和藹芬芳之氣未能從你心裡湧出，就沒有一件事，能夠照所該成就的作成了。（《今日的生活》，第 178 頁）

人若說“我愛上帝”，卻恨他的弟兄，就是說謊話的；不愛他所看見的弟兄，就不能愛沒有看見的上帝（有古卷作“怎能愛沒有看見的上帝呢？”）。愛上帝的，也當愛弟兄，這是我們從上帝所受的命令。（約翰一書 4：20, 21）

一位姊妹，一位弟兄或是一位朋友，以真實誠摯的態度，提供純正質樸的意見，有力量啟開那需要象基督聖言之芬芳，和樸質的基督之愛的精神去撫慰的心門。
(《今日的生活》，第 178 頁)

在我們的四圍都可以聽到這世界悲哀的歎息。苦難和缺乏的人比比皆是。我們有幫助減輕他們生活上的苦難和不幸的義務。惟有基督的愛能滿足人靈性上的需要。若是有基督住在我們的心裡，那麼我們的心必充滿著神聖的同情。久已堵塞住像基督般的愛心的泉源就可暢流無間了。(《上帝的兒女》，第 151 頁)

祂的臨格散溢著何等馨香的氣息！這同樣的精神也必顯示於祂兒女的身上。凡有基督與之同住的人必為神聖的氣氛所環繞。他們潔白的衣袍必帶有來自主的園圃中的清芬。他們的容顏必反射出祂聖面上的榮光，照亮那疲憊而蹣跚的腳步所行的道途。
(《復臨信徒家庭》，第 424 頁)

個人思考題：

1. 你是否渴望被基督的愛充滿，且充滿對這個末後世代的同情和憐憫？
2. 你有哪些可行的方法可以使你在鄰舍中為上帝作見證？