

四十

日生命更新之旅

祈禱手冊及靈修指引



醫治

רפא

...祂代替我們的軟弱, 擔當我們的疾病。

馬太福音八17

..... He took up our infirmities and bore our diseases.

(Matthew 8:17-NIV)

行事曆 - 40 日生命更新之旅

JAN 2022	SUN	MON	TUE
<p><u>查經組長預查</u> 1.23</p>			
<p>祈禱預備 1.10 - 2.11</p>	2	3	4
<p><u>截止報名日</u> 1.23</p>			
	9	10 祈禱預備	11
<p><u>40 日生命更新之旅開始</u> 2.12 - 3.23</p>	16	17	18
	23 截止報名日	24	25
	查經組長預查 第 1-6 課		
	30	31	

WED	THU	FRI	SAT
			1
5	6	7	8
12	13	14	15
19	20	21	22
26	27	28	29

行事曆 - 40 日生命更新之旅

FEB 2022	SUN	MON	TUE
<u>查經組長預查</u> 1.23 祈禱預備 1.10 - 2.11			1 祈禱預備
	6	7	8
<u>截止報名日</u> 1.23 <u>40 日生命更新之旅開始</u> 2.12 - 3.23	13	14	15
	崇拜信息：1 查經：1		
	20	21	22
	崇拜信息：2 查經：2		
	27	28	
	崇拜信息：3 查經：3		

WED	THU	FRI	SAT
2	3	4	5
9	10	11	12 靈修 崇拜信息：1 查經：1
16	17	18	19 崇拜信息：2 查經：2
23	24	25	26 崇拜信息：3 查經：3

行事曆 - 40 日生命更新之旅

MAR 2022	SUN	MON	TUE
<u>查經組長預查</u> 1.23			1 靈修
<u>祈禱預備</u> 1.10 - 2.11	6	7	8
<u>截止報名日</u> 1.23	崇拜信息：4 查經：4		
	13	14	15
	崇拜信息：5 查經：5		
<u>40 日生命更新之旅開始</u> 2.12 - 3.23	20	21	22
	崇拜信息：6 查經：6		
	27	28	29

WED	THU	FRI	SAT
2	3	4	5 崇拜信息：4 查經：4
9	10	11	12 崇拜信息：5 查經：5
16	17	18	19 崇拜信息：6 查經：6
23	24	25	26
30	31		

10

耶和華又要給受欺壓的人作高臺，在患難的時候作高臺。

神是我們的高臺：

主呀，當我們面對極大困境，極大患難、飽受欺壓的時候，我們仍要堅定的仰望祢，因你是我們的拯救，是我們的高臺，我們要一心仰望祢。

MON

詩篇 九 9

11

你們和我當稱耶和華為大，一同高舉他的名。我曾尋求耶和華，他就應允我，救我脫離了一切的恐懼。

上主祢是我們的拯救：

上主，祢的名是至聖至尊，我們一生要尋求祢的名，有祢的亮光光照我們，我們即使遭遇患難也不至蒙羞，當我們發出哀求的時候，主祢必定會垂聽，並救我們脫離兇惡。

TUE

詩篇 三十四 3-4

12

神啊，你的慈愛何其寶貴！世人投靠在你翅膀的蔭下。

上主祢的慈愛何等寶貴：

主啊，祢的慈愛何等寶貴，我們在地上無所倚靠，但有祢翅膀的護蔭，我們還有誰可懼怕呢？

WED

詩篇 三十六 7

13

神啊，我心堅定，我心堅定；我要唱詩，我要歌頌！

神啊，願我心堅定：

萬王之王萬主之主的耶和華，讓我們在祢面前發出極大的讚美，願我們堅定的心，蒙祢悅納。

THU

詩篇 五十七 7

14

倚靠耶和華的人好像錫安山，永不動搖。

神啊，我們仰望祢，像仰望聖山一樣：

上主，我們深知祢的大能大力必定覆庇著我們，就好像昔日祢蔭庇著祢的選民一樣，祢對我們的愛永不動搖。

FRI

詩篇 一二五 1

15

你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明。

耶和華啊！我要專心仰賴祢：

我們的主，我們的神，我們往往在奔行天路的時候，靠著自己的聰明，以致我們經常跌倒，求主憐憫，教我們學習主的謙卑，專注聖言的教導。

SAT

箴言 三 5

16

神的言語句句都是煉淨的；投靠他的，他便作他們的盾牌。

神啊！讓我們常常牢記祢的話語：

因為上主祢的話，句句堅定，句句都是煉淨，可以照明我們心裡的念，求主幫助我們，煉淨我們的信心。

SUN

箴言 三十 5

1 月

2022

17

堅心倚賴你的，你必保守他十分平安，因為他倚靠祢。

倚靠主的人必定平安：

上主我們倚靠祢，我們堅心地倚靠祢，因為有祢的倚靠，我們心中充滿平安。

MON

以賽亞書 二十六 3

18

倚靠耶和華、以耶和華為可靠的，那人有福了！

耶和華祢的名最可靠：

主耶和華啊，我們一生要仰望祢、倚靠祢，因為有祢的倚靠，我們成為有福的人。

TUE

耶利米書 十七 7

19

耶和華本為善，在患難的日子為人的保障，並且認得那些投靠他的人。

上主求祢記念投靠祢的眾子民：

因上主祢本為善，當我們遇到患難、感到無助時，祢最終會施行救贖，因為祢是我們最堅定的保障。

WED

拿鴻書 一 7

20

你們禱告，無論求甚麼，只要信，就必得著。

主啊！我們信：

我們向主耶穌祈求，祈求公義的國降臨，我們亦堅信祢公義的國度一定再臨。

THU

馬太福音 二十一 22

21

只要祢們在所信的道上恆心，根基穩固，堅定不移，不至被引動失去福音的盼望。

主祢是堅固的磐石：

讓我們堅定不移地，把信心、盼望，建築在萬古的基督磐石上，使我們在所信的道，剛強堅穩。

FRI

歌羅西書 一 23 (節錄)

22

但我們既然屬乎白晝，就應當謹守，把信和愛當作護心鏡遮胸，把得救的盼望當作頭盔戴上。

求主賜我們信和愛的兵器：

主耶穌我們願意為祢爭戰，面對世界挑戰，我們必定得勝，因有祢所賜堅固的信心，抵擋惡者的利箭。

SAT

帖撒羅尼迦前書 五 8

23

但命令的總歸就是愛；這愛是從清潔的心和無虧的良心，無偽的信心生出來的。

願主賜我們一日顆無偽的信心：

主我們承認，信心之路絕不容易，甚至有時只是表面的信，求主鑒察，使我們有一顆堅定無偽的信心。

SUN

提摩太前書一 5

24

所以，你們不可丟棄勇敢的心；存這樣的心必得大賞賜。

不可丟棄勇敢的心：

主耶穌，我們堅定地向祢求，求祢賜給我們剛強、仁愛、謹守並勇敢的心。

MON

希伯來書十 35

25

所以我們可以放膽說：主是幫助我的，我必不懼怕；人能把我怎麼樣呢？

主若幫助我們，誰能敵擋我們呢：

願主堅定我們的信念，面對不公義的對待時，我們必不懼怕。

TUE

希伯來書 十三 6

26

只要憑著信心求，一點不疑惑；因為那疑惑的人，就像海中的波浪，被風吹動翻騰。

求主幫助我們除去心中的疑惑：

當我們遇到社會不公義、惡人欺凌義人的時候，求主幫助我們依然不疑惑，堅信主會公義地審判惡人。

WED

雅各書 一 6

27

叫你們的信心既被試驗，就比那被火試驗仍然能壞的金子更顯寶貴，可以在耶穌基督顯現的時候得著稱讚、榮耀、尊貴。

尊貴的主耶穌，願祢試煉我們：

當我們信心軟弱時，求聖靈光照，在我們被熬煉的時候加能賜力，使我們到末後見主面的時候，可以得著主的稱讚。

THU

彼得前書一 7

28

所以弟兄們，應當更加殷勤，使你們所蒙的恩召和揀選堅定不移。你們若行這幾樣，就永不失腳。

主啊，幫助我們不致失腳：

感謝恩主賜下寶貴的恩言，教導我們殷勤事主，堅定我們所向祢所立的恩召。

FRI

彼得後書 — 10

29

因為凡從神生的，就勝過世界；使我們勝了世界的，就是我們的信心。

主耶穌，願祢賜我們堅定的信心：

當我們面對世界的困難時，唯一倚靠的，就是主祢所賜下的信心，因著這個信，我們能夠勝過世界。

SAT

約翰壹書 五 4

30

我是真葡萄樹，我父是栽培的人。凡屬我不結果子的枝子，他就剪去；凡結果子的，他就修理乾淨，使枝子結果子更多。現在你們因我講給你們的道，已經乾淨了。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。

神是栽培的人：

主，祢是真葡萄樹，天父是栽培的人。求神培植我們、修剪我們！讓我們結出好的果子來！

SUN

約翰福音 十五 1-4

31

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，你們就不能做甚麼。

主是葡萄樹：

主啊！祢是葡萄樹，我們是枝子。求祢讓我們常在祢裡面，祢也常在我們裡面，好叫我們多結果子，生命連結於祢。

MON

約翰福音 十五 5

1

凡勞苦擔重擔的人可以到我這裡來，我就使你們得安息。

主使人得安息：

感謝主！祢不但邀請我們到祢這裡來，並且要我們住在祢裡面，使我們得安息。

TUE

馬太福音 十一 28

2

照著我所切慕、所盼望的，沒有一事叫我羞愧。只要凡事放膽，無論是生是死，總叫基督在我身上照常顯大。

尊主為大：

求主讓我們在一切事上尊主為大，時刻享受與祢毫無隔閡、不間斷的交通。

WED

腓立比書 一 20

3

論到你們，務要將那從起初所聽見的，常存在心裡。若將從起初所聽見的存在心裡，你們就必住在子裡面，也必住在父裡面。

將聽見的常存心裡：

主，求祢讓我們將祢的話常存於心裡，讓我們得以住在祢裡面，生命得以跟祢結連。

THU

約翰壹書 二 24

4

你們從主所受的恩膏常存在你們心裡，並不用人教訓你們，自有主的恩膏在凡事上教訓你們。這恩膏是真的，不是假的；你們要按這恩膏的教訓住在主裡面。

FRI

約翰壹書 二 27

將主的恩膏常存心裡：

主，求祢讓我們從祢所領受的恩膏常存於心裡，讓我們按著恩膏的教導住在祢裡面。

5

我要求父，父就另外賜給你們一位保惠師，叫他永遠與你們同在，就是真理的聖靈，乃世人不能接受的；因為不見他，也不認識他。你們卻認識他，因他常與你們同在，也要在你們裡面。

SAT

約翰福音 十四 16-17

求主賜真理的靈：

主，求祢賜給我們聖靈保惠師永遠與我們同在，並住在我們裡面。

6

但保惠師，就是父因我的名所要差來的聖靈，他要將一切的事指教你們，並且要叫你們想起我對你們所說的一切話。

SUN

約翰福音 十四 26

求聖靈教導我們：

主啊，求祢讓真理的聖靈教導我們，讓我們想起祢對我們所說的一切話。

7

只等真理的聖靈來了，他要引導你們明白一切的真理；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。

求聖靈讓我們明白真理：

願真理的聖靈讓我們進入一切的真理之中，並將祂從主所領受的傳告我們，使主得榮耀。

MON

約翰福音 十六 13

8

我將這些事告訴你們，是要叫你們在我裡面有平安。在世上，你們有苦難；但你們可以放心，我已經勝了世界。

主已經勝過世界：

主啊，感謝祢叫我們在祢裡面得平安！因為祢已經勝過了世界，所以我們能夠勇敢面對苦難。

TUE

約翰福音 十六 33

9

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。

神就是愛：

主耶穌愛神，順服神的一切旨意；我們作祂門徒的，也要學習祂一樣完全順服神，遵守神的命令去愛人，住在神的愛裡。

WED

約翰壹書 三 16

10

我賜給你們一條新命令，乃是叫你們彼此相愛；我怎樣愛你們，你們也要怎樣相愛。

彼此相愛：

主啊！求祢讓我們學效祢如何去愛人，使我們能夠遵行彼此相愛之命。

THU

約翰福音 十三 34

11

凡有世上財物的，看見弟兄窮乏，卻塞住憐恤的心，愛神的心怎能存在他裡面呢？小子們哪，我們相愛，不要只在言語和舌頭上，總要在行為和誠實上。

捨己的愛：

我們當以捨己的愛來愛弟兄姊妹。
求主讓我們滿有幫助弟兄姊妹的心，
以捨己的愛心相待。

FRI

約翰壹書 三 17-18

12

SAT

13

SUN

2 月

2022

7

MON

8

TUE

9

WED

10

THU

11

FRI

12

《渴想醫治》「自願獻祭」、「知罪認罪」22-25 頁

SAT

13

《渴想醫治》「食得智慧」、「潔淨世界」26-29 頁

SUN

安靜在神面前，回顧一整天，有甚麼可以反省 / 感恩 / 代禱

FEB

2022

14

《渴想醫治》「生命神聖」、「人倫有序」30-33 頁

MON

15

《渴想醫治》「節制情慾」、「愛人如己」34-37 頁

TUE

16

《渴想醫治》「休養生息」、「安然居住」38-41 頁

WED

17

《渴想醫治》「聖靈的主權」、「聖靈的引導」46-49 頁

THU

18

《渴想醫治》「聖靈的供應」、「聖靈的醫治」50-53 頁

FRI

19

《渴想醫治》「聖靈的保守」、「聖靈的爭戰」54-57 頁

SAT

20

《渴想醫治》「聖靈的禱告」、「聖靈的更新」58-61 頁

SUN

安靜在神面前，回顧一整天，有甚麼可以反省 / 感恩 / 代禱

2 月

2022

21

《渴想醫治》「聖靈的聲音」、「當敬畏遇上苦難」62-63、68-69 頁

MON

22

《渴想醫治》「在失去中稱頌神」、「苦難沒有終審權」70-73 頁

TUE

23

《渴想醫治》「沒有簡單的答案」、「笑看邪惡與苦難」74-77 頁

WED

24

《渴想醫治》「面對疑惑的信心」、「回到生命的起點」78-81 頁

THU

25

《渴想醫治》「妄作神的代言人」、「跨越天水淵的大愛」82-85 頁

FRI

26

《渴想醫治》「當受傷人遇上神」、「生活可以很美好」86-89 頁

SAT

27

《渴想醫治》「預防第一」、「醫治失眠」94-97 頁

SUN

安靜在神面前，回顧一整天，有甚麼可以反省 / 感恩 / 代禱

FEB/MAR

2022

28

《渴想醫治》「長期病痛」、「見焦拆焦」98-101 頁

MON

1

《渴想醫治》「思路換軌」、「準備好嗎？」102-105 頁

TUE

2

《渴想醫治》「脫離虛謊」、「落草為寇」106-107、112-113 頁

WED

3

《渴想醫治》「色心慾起」、「借刀殺人」114-117 頁

THU

4

《渴想醫治》「知罪悔過」、「數點百姓」118-121 頁

FRI

5

《渴想醫治》「打破專業的牢籠」、「勝過善忘的通病」122-125 頁

SAT

6

《渴想醫治》「捨棄地上的王國」、「認清內心的軟弱」126-129 頁

SUN

安靜在神面前，回顧一整天，有甚麼可以反省 / 感恩 / 代禱

7

《渴想醫治》 「回應主愛的呼召」、「耳聾舌結的人」 130-131、136-137 頁

MON

8

《渴想醫治》 「褥子上的癱子」、「被啞巴鬼附著的孩子」 138-141 頁

TUE

9

《渴想醫治》 「患血漏的婦人」、「畢士大池子旁的病人」 142-145 頁

WED

10

《渴想醫治》 「西門彼得的岳母」、「百夫長的僕人」 146-149 頁

THU

11

《渴想醫治》 「十個長大痲瘋的人」、「生來瞎眼的人」 150-153 頁

FRI

12

《渴想醫治》 「美門口瘸腿的人」、「勝過紛爭」 154-155、160-161 頁

SAT

13

《渴想醫治》 「生命工程」、「貪戀垃圾？」 162-165 頁

SUN

MAR

2022

14

《渴想醫治》「始終是愛」、「燃點希望」166-169 頁

MON

15

《渴想醫治》「無懼死亡」、「安慰無間」170-173 頁

TUE

16

《渴想醫治》「生命色彩」、「不再煩擾」174-177 頁

WED

17

《渴想醫治》「霧中共舞」、「人有價值」178-179、184-185 頁

THU

18

《渴想醫治》「我的渴求」、「我的思想」186-189 頁

FRI

19

《渴想醫治》「我的情感」、「我的空間」190-193 頁

SAT

20

《渴想醫治》「我的過去」、「我的幽暗」194-197 頁

SUN

安靜在神面前，回顧一整天，有甚麼可以反省 / 感恩 / 代禱

21

《渴想醫治》「我的心靈」、「我的行為」198-201 頁

MON

22

《渴想醫治》「創世使命」、「義之所在」206-209 頁

TUE

23

《渴想醫治》「恩待弱鄰」、「伸冤之責」210-213 頁

WED

24

THU

25

FRI

26

SAT

27

SUN

安靜在神面前，回顧一整天，有甚麼可以反省 / 感恩 / 代禱

宣愛堂 Transformation Journey in 40 Days 2022