

如何禁食？

请遵守以下规则，以确保进入一个团结并合一的祷告。

- 阅读每日的灵修手册和默想经文。
- 花时间寻求主，安静你的心聆听祂的声音。运用祂的话语来为列出的事项祷告。
- 务要以祷告的心志、态度面对日常在家、在校或在工作岗位的生活。常常多用方言祷告。
- 减少你日常生活的活动，避免进行剧烈的运动。
- 除了禁食以外，也要禁止接触使自己分心的事情，例如：电视节目，电脑游戏等。

你可以随着圣灵的引导而自由地禁食。

全禁食

24小时完全不吃固体食物，只饮用水。如果你想要持续禁食21天以上，必需要在进行禁食以前获得医生的建议。

部分禁食

一日之内某些时段不进食固体食物，只饮用水。禁食的时段是12个小时：从上午7时至下午7时。禁食活动结束后，你可以进食一些简单的食物。

单餐禁食

每天舍弃进食一餐，例如：午餐、晚餐。一餐禁食的操练，须持续进行至下一餐。

但以理禁食

禁止进食有关肉类和自己喜爱的美食。只吃少量的蔬果和果汁。你可安心以10天一循环作为操练。

目录

序言	如何禁食	01
第 1 - 7 日	第 1 日 : 耶稣—创始成终的那一位	02
	第 2 日 : 耶稣—我们的大祭司	03
	第 3 日 : 耶稣—神的羔羊	04
	第 4 日 : 耶稣—世界的拯救者	05
	第 5 日 : 耶稣—复和者	06
	第 6 日 : 耶稣—保惠师	07
	第 7 日 : 耶稣—和平之子	08
第 8 - 14 日	第 8 日 : 耶稣—我们信心的完全者	09
	第 9 日 : 耶稣—死里复活与重生	10
	第 10 日 : 耶稣—丰盛之主	11
	第 11 日 : 耶稣—我们的盼望	12
	第 12 日 : 耶稣—我们的医治者	13
	第 13 日 : 耶稣—教会的头	14
	第 14 日 : 耶稣—上帝军兵的统帅	15
第 15 - 21 日	第 15 日 : 耶稣—那再来的君王	16
	第 16 日 : 耶稣—万主之主	17
	第 17 日 : 耶稣—荣耀君王	18
	第 18 日 : 耶稣—得胜者	19
	第 19 日 : 耶稣—生命之道	20
	第 20 日 : 耶稣—不改变上帝	21
	第 21 日 : 耶稣—超越七大领域	22

第 1 日

耶稣—创始成终的那一位

经文阅读

我一看见，就仆倒在他脚前，像死了一样。他用右手按着我，说：不要惧怕！我是首先的，我是末後的（启1:17）。

耶稣宣告自己是创始成终的那一位。阿拉法和俄梅戛是希腊字母里的第一和最后的字母。一般上，犹太拉比使用希伯来文里的第一和最后的字母来表示任何事情的完整性、有始有终。

耶稣并非常人，而是真神，就是那一切开始和结束的那一位。这永恒的事实只适用于上帝。祂曾是万物的开始，也将是万物的结束。

是永恒的那一位。“...我是耶和華，我是首先的，也是末後的”（赛48:12）这经文清楚地表明了三位一体神的永恒性质。

祷告焦点

在儆醒之前，上帝与人同在。这儆醒呼召的禁食祷告，应有：

- **决心**来完成21天的禁食祷告。
- **纪律**来阅读上帝的话语和使用灵修手册。
- **渴慕**的心与上帝亲近，并热情地寻求祂。
- **拒绝**肉体的情欲、眼目的情欲和今生的骄傲。
- **宣告**这祷告季节是上帝和你自己、家庭及教会的肃穆时间。

第 2 日

耶稣—我们的大祭司

经文阅读

这位既是永远常存的，他祭司的职任就长久不更换。凡靠着 he 进到神面前的人，他都能拯救到底；因为他是长远活着，替他们祈求（来7:24,25）。

约翰·卫斯理说：“给我一百个只畏惧罪，但却单单爱慕上帝的传道人——不管他们是正式的传道人或一般平信徒——他们将震动地狱之门，要在地上建立天国。上帝必定回应人的祷告，祂不会无动于衷。”

那越投入祷告的，是那越圣洁的人；那祷告的人，他将会更清楚地看见：“上帝亲近祷告者。”上帝启示的多寡，取决于那人在祷告里对祂的渴慕。救恩从来不降临在一颗不祷告的心上，圣灵从不住在一个不祷告的人身上（取自：E. M. Bounds 《祷告彰显能力》）。

上帝呼召祂的百姓祷告，那祷告不是随便的祷告，而是充满热情和殷勤的祷告！回应禁食祷告的呼召，就是效仿耶稣为我们代祷的榜样。

祷告焦点

为土地属灵光景的祷告呼召，必须拥有正确的态度。

• 在骄傲之处——谦卑

“主，求彻底除去我里面的骄傲...”

• 在宗教仪式之处——建立真正的关系

“主，帮助我在与祢同行之时建立个人关系，而不仅限于宗教活动。”

• 在律法主义之处——享受自由

“主，帮助我在圣灵里面成为真正自由的人...”

• 在怀疑之处——信任

“主，愿我成为缔造信心的人，好让别人可以信靠祢。”

第 3 日

耶稣—神的羔羊

经文阅读

他被欺压，在受苦的时候却不开口；他像羊羔被牵到宰杀之地，又像羊在剪毛的人手下无声，他也是这样不开口（赛53:7）。

旧约里，当以色列人脱离埃及奴役的那一晚，每个家庭被吩咐要去杀死一只无瑕疵的羔羊，并把它的血洒泼在门柱上。那一晚，所有长子的生命被夺去，而门柱上洒泼了羔羊血的则免于死亡。以色列人之所以能逃过死亡，不是出于他们的努力，而是出于羔羊的血（出12:3）。

耶稣是逾越节里我们的代罪羔羊（约1:29）。耶稣是那没有瑕疵的羔羊。祂的生命完全圣洁—祂丝毫无罪。祂是那位赎罪者，但所赎之罪里没有一个是祂所犯的。

在埃及，那羔羊的血保护了犹太家庭免于死亡天使的发怒。耶稣—上帝的羔羊保护我们脱离罪恶及永远的死亡。祂为我们而死，祂的死亡换来了我们的生命。藉着祂的宝血，我们的罪得以赦免。耶稣神羔羊的宝血洁净我们一切的过犯，并为我们每个人开启了为上帝而活的新一页。

祷告焦点

为得着丰盛生命的祷告呼召：

- 对丧失者和垂死的灵魂具有负担。
- 拥有为信徒复兴祷告的殷勤和恩膏。
- 拥有儆醒的心来兴起信徒以建立教会和事工。

第4日

耶稣—世界的拯救者

经文阅读

但如今藉着我们救主基督耶稣的显现才表明出来了。他已经把死废去，藉着福音，将不能坏的生命彰显出来（提后1:10）。

“自1908年，约翰·海德敢于在众人面前公开祷告祈求一个不可能的祈求：在印度，来临的一年里，每天都会有一个灵魂被拯救。一年里，三百六十五个人皈依基督、受洗，并公开承认耶稣是他们的拯救者。他的祷告内容看起来是不可能的事，但它却真的发生了。在下一个祷告大会来临以前，约翰·海德透过他的祷告，已经为上帝的国度赢得了超过400个的灵魂。当祷告大会再次举行时，他倍增了赢取灵魂的目标：一日里两个灵魂被拯救。根据那一年的记录，有800个人皈依基督，但海德对丧失灵魂的热情却丝毫不减。在1910年的祷告大会上，海德身边的人惊叹于他对上帝的信心。他们见证了海德对上帝近乎威胁的祷告：‘上帝啊，给我灵魂！否则我死给你看！’那一次大会结束以前，约翰·海德再次倍增他赢取灵魂的目标：一日里四个灵魂被拯救，一个也不少。接下来的十二个月里，约翰·海德的事工让他走遍整个印度。至今，他以‘祷告的海德’见称。他曾为加尔各答，孟买和其他大城市的复兴代祷。如果某天没有四个人皈依基督，海德说他的心就如有重担，导致他无法进食或入眠。除非他在祷告里赢取灵魂获胜，这种重担的感觉才会消失。通过祷告，皈依基督的人数不断增加。”（取自：*Profiles in Prayer: Praying John Hyde*）

祷告焦点

为政府和市场的祷告呼召：

- 为在**内阁和政府机构**里工作的信徒祷告
- 为担任**国会和州会议员**的信徒祷告
- 为在**学校和高等学府专业教导**的信徒祷告
- 为在**非政府组织、市场和宗教机构**工作的信徒祷告
- 为在**籍学生、学院生和大专生**祷告

第 5 日

耶稣—复和者

经文阅读

一切都是出於神；他藉着基督使我们与他和好，又将劝人与他和好的职分赐给我们。这就是神在基督里，叫世人与自己和好，不将他们的过犯归到他们身上，并且将这和好的道理托付了我们（林後5:18,19）。

“复和的意思是人与上帝的关系得以修复，人与上帝的关系恢复到祂起初设计的原意。这就是耶稣基督完成救赎的目的——恢复人与上帝的关系。当教会只为自己的发展而自我寻求时，教会将失去其属灵的生命。人能与上帝恢复关系乃出于祂的心意，这意味着祂不只是我们个人生命的上帝，而是教会众信徒的上帝。耶稣基督差遣使徒和教师，为的是要让：基督身体和教会的联合得以彰显和传扬，而这教会是由众信徒组成的。我们在这里不是为了扩展自己的属灵生命，或享受一个安静的属灵退修会；我们乃是要完全意识领会耶稣基督，建立祂身体。

我是否在建立基督的身体，或只是关心自身的发展？其实，重要的是我与耶稣基督的关系——‘…使我认识基督…’（腓3:10）。为了实现上帝对我完美的设计，这需要我完全的降服——向上帝完全拒绝自我。每当我只要追求自我需要时，这关系便被破坏。当我发觉并认知到自己并没关心彰显耶稣基督，反之，只看重耶稣为我作何事时，那么我将承受巨大的羞辱。我的目标是上帝本身，不是喜乐或平安，也不是祝福，而单单是上帝。”

（取自：My Utmost for His Highest Oswald Chambers）

祷告焦点

我将建立我的教会，是阴间的门无法战胜的：这是一个复和的祷告呼召，叫教会回到上帝那。

- 祷告，教会与基督相爱。
- 祷告，教会顺服基督的话语。
- 祷告，教会投入基督的身体。
- 祷告，教会在世界为基督发光。
- 祷告，教会准备好迎接基督的再来。

第 6 日

耶稣—复和者

经文阅读

我小子们哪，我将这些话写给你们，是要叫你们不犯罪。若有人犯罪，在父那里我们有一位中保，就是那义者耶稣基督。他为我们的罪做了挽回祭，不是单为我们的罪，也是为普天下人的罪（约壹2:1,2）。

使徒约翰要求信徒过圣洁的生活（彼前1:16）。耶稣为取悦父神而活，其门徒也该如此行。但是当我们失败并引发父神的愤怒时，耶稣将为我们向父神祷告。

在某些时候，基督徒也会跌倒和倒下，那时我们回到罪中。当我们犯罪时，我们不需要透过祭司以使我们的罪孽得赦免。我们有那公义的耶稣基督作为神与人之间的中保。

耶稣我们的中保，就如一位辩护律师，在天父面前为我们辩护——如果有人控告我们，耶稣便是一个永远的提醒，宣告我们的罪孽已被祂在十字架上成就的牺牲而遮盖了。在基督里的人是不再被咒诅的（罗8:1）。

撒旦会控告我们，但是耶稣会为我们辩护。因着耶稣赦免我们的罪孽，我们不需要隐藏我们的过犯。我们只需承认过犯，因我们有那完全的中保耶稣（约壹1:9），“我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。”

耶稣不但拯救人，祂也继续成为那有效的中保，是我们可以信靠的那一位。

祷告焦点

那叫人效法耶稣榜样的呼召，就是成为祷告的男女。

- 祈求上帝释放**祷告的恩膏**给予其教会，得以日夜不停地祷告和代求。
- 为牧师、长执、领袖和会友**花时间祷告**——祷告是首要的次序。
- 祈求圣灵以**信念和能力**充满其教会，得以祷告、代求和殷勤工作。
- 为**唤醒守望者、代祷者、守城者、祷告勇士、使徒和先知性呼声**来祷告。

第 7 日

耶稣—和平之子

经文阅读

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）。

世界充满苦难、憎恨和战争。战争越来越血腥，而人们也越来越暴力。战争发生在国与国之间，也发生在家庭之间。冲突不断地发生，和平是这世界极需的东西。

我们的罪孽使我们与上帝为敌（罗5:10），耶稣的死亡却带来平安。“我们既因信称义，就借着我们的主耶稣基督得与上帝相和（罗5:1）。

耶稣来不是只是谈谈和平。祂本身就是和平。祂给我们与上帝和好的平安，因为祂赦免我们的罪孽。祂赐我们上帝的平安，因为祂平静了我们内心的焦虑，祂给我们内里的平安。

我们信靠那听祷告和关心我们的上帝。我们可以卸下忧虑，在内心找到上帝的平安。我们信靠那要我们最好的上帝，相同的，祂也为我们预备那最好的。我们可以轻松地在祂的看顾里安息。

祷告焦点

为马来西亚教会祷告的呼召：

- 教会成为万国**祷告的殿**。
- 教会以圣洁和公义来成为**追求上帝者**。
- 教会透过实践大使命来成为**国度建造者**。
- 教会成为那建基于耶稣基督之爱的**基督门徒**。
- 教会成为世界的**光和盐**，以荣耀天上的父。

第 8 日

耶稣—我们信心的完全者

经文阅读

仰望为我们信心创始成终的耶稣。他因那摆在前面的喜乐，就轻看羞辱，忍受了十字架的苦难，便坐在神宝座的右边（来 12:2）。

基督徒有一个竞跑之道—服侍和受苦、积极和顺服的路程。许多信心伟人已经完成这路程，他们既成为我们的榜样，他们也为我们欢呼打气。

这竞跑之道必须以耐心和坚持来完成。遇到困难时，我们需要忍耐。同时需要毅力来面对所有的试探。我们需要持续地建立和操练信心，以成功地完成我们的路程。

主耶稣基督已经完成其路程，祂就是我们最好的榜样。

那透过圣灵来启动我们信心的耶稣将继续在我们里面，直到与祂面对面。我们的眼目必须离开这世界和其他竞跑者。我们必须单单地把眼目定睛在耶稣身上。

耶稣定意要看见我们完成这路程。<腓 1:6>说道：“我深信那在你们心里动了善工的必成全这工，直到耶稣基督的日子。”

祷告焦点

为教会和这地恢复神迹、记号和奇事的祷告呼召：

- 为恢复使徒性与先知性的呼声祷告。
- 为恢复记号、奇事和所有类型的神迹祷告，以坚定这世界。
- 为重启圣灵浸祷告，说方言的恩赐得以浇灌下来。
- 为信徒透过权能相遇来赎回这地而祷告。

第9日

耶稣—死里复活与重生

经文阅读

耶稣对他说：复活在我，生命也在我。信我的人虽然死了，也必复活，凡活信我的人必永远不死。你信这话吗？

(约11:25,26)

Joseph Fort Newton博士曾忆述他小时候第一次听到耶稣所说的话语。他父亲过世了，他站在父亲棺木旁，手牵着母亲。当天下着雪，他紧靠母亲的身边，这是他第一次看着还未封土的坟墓。对他而言，似乎失去了所有的东西—好像内心已失去生命力一样。

那古旧城市的牧师开始进行下葬的仪式，他阅读了一段经文：“复活在我，生命也在我。信我的人，虽然死了，也必复活”。Newton博士说：“我永不要忘记那些话语所带来的震撼！这些话语如同一只伟大又温柔的手...那看不见的神向我伸出，要帮助、医治我。从那一天开始，我深深爱上了耶稣！”

四十年后，Newton博士再次站在同样的地方，他母亲的遗体也埋葬在那得享安息。上帝以同样的话语，再次地向他说话。夕阳沉落，象征一趟寄旅人世的结束，但心中，竟有朝阳般的盼望冉冉而起。

耶稣说：“复活在我，生命也在我...”未来将是如何，我们并没有所有的答案，但我们去认识那掌管未来的那一位，那就足矣！（取自：*Reverend Donal K. Funderburk*）

祷告焦点

兴起代祷的祷告呼召：

- 祷告信徒能如同家庭的祭司那样，建立家庭祭坛来。
- 祷告信徒能兴起成为属上帝的守望者。
- 祷告信徒能积极地投入代祷和先知性的祷告中。
- 祷告信徒在祷告中将穿戴满有圣灵能力的属灵军装，正如摩西、以利亚和但以理那样。

第 10 日

耶稣—丰盛之主

经文阅读

就对他们说：要收的庄稼多，做工的人少。所以，你们当求庄稼的主打发工人出去收他的庄稼（路10:2）。

耶稣爱这世界，祂给予世人无限的怜悯与无条件的爱。耶稣还没再来，为的是要让那福音得以传得更远、更广，好叫许多人能认识。

祂国度的福音必须被传扬出去。“这天国的福音，要传遍天下，对万民作见证，然后末期才来到（太24:14）”。 “主所应许的尚未成就，有人以为他是耽延，其实不是耽延，乃是宽容你们，不愿有一人沉沦，乃愿人人都悔改”（彼后3:9）。

我们必须遵行祂吩咐的大使命：“所以你们要去，使万民作我的门徒，奉父子圣灵的名，给他们施洗（太28:19）”。

祷告焦点

信徒对灵魂有负担的祷告呼召

- **悔改：属灵失败。**

祷告这地的信徒将成为上帝心目中的门徒。

- **恢复：好榜样。**

祷告上帝将兴起大能的勇士，正如以赛亚、耶利米、但以理、十二门徒、保罗、当代的殉道者等等。

- **更新：圣灵充满的信徒。**

祷告五旬节的灵火再次浇灌这地和所有的生命。

- **复兴：末世大丰收。**

祷告拥有为基督赢取生命的热诚，以及盼望全国复兴的渴慕。

第 11 日

耶稣—我们的盼望

经文阅读

奉我们救主神和我们的盼望基督耶稣之命，作基督耶稣使徒的保罗（提前1:1）。

耶和華的眼目看顧敬畏他和仰望他慈愛的人（詩33:18）。

今天，無論我們感覺如何，無論我們的情況有多糟，都要持守着上帝。我們無法常常依賴人，即使是家庭成員。但上帝從來都不會讓我們失望。

聖經說“從古以來人未曾聽見，未曾耳聞，未曾眼見，在你以外有什麼神為等候他的人行事（賽64:4）”。上帝信實的真理已經深深烙印在大衛的心里，並常常提醒着他：“我的心哪，你當默默無聲，專等候神。因為我的盼望是從他而來（詩62:5）”。大衛與后来的以賽亞一樣，深受感動，因為上帝已經應許“等候我的必不至羞愧。（賽49:23c）”。沒有任何一個人會因信靠上帝而感到失望的。

祷告焦点

为马来西亚救赎的祷告呼召

- **悔改**：离开邪恶，并回转归向上帝。
- **复合**：马来西亚子民的种族和宗教的和谐与合一。
- **更新**：来自不同背景的人能相信一个更好的马来西亚。
- **恢复**：优良管理、注重教育、卓越运动、具伦理性的生意原则的国家身份。

第 12 日

耶稣—我们的医治者

经文阅读

我的心哪，你要称颂耶和华！不可忘记他的一切恩惠！他赦免你的一切罪孽，医治你的一切疾病（诗103:2,3）。

上帝在<出埃及记15:25,26>显示其为医治者。祂告诉以色列人：“你若留意听耶和华你神的话，又行我眼中看为正的事，留心听我的诫命，守我一切的律例，我就不将所加与埃及人的疾病加在你身上，因为我耶和华是医治你的。”

上帝是耶和华拉法，医治你的主。“拉法”意思是“修补、医治、修理、使完全”。福音书不断地告诉我们，耶稣到处传福音和医治所有的疾病。

耶稣在地上的服事里，其“医生”和“医治者”的角色是显见的。他的时间都用来与人相处，那些人包括了：患病的、瞎眼的、瘸腿的、耳聋的、麻风病患者，甚至患精神疾病者。群众都期待看见和经历耶稣的医治服事。

今天，患病的人仍可经历神迹式的医治。耶稣医治的能力至今仍然活跃，这是我们可以亲身经历的。我们必须信靠我们的医治者——耶稣。

祷告焦点

当我们的身、心、灵得到医治时，“改变”即会发生。祷告的呼召：

- 属灵人的医治
- 肉体疾病和残疾的医治、除去癌症的咒诅。
- 灵魂的医治，包括：情绪、精神和意志方面。
- 关系得医治；包括：与他人、家人和基督肢体的关系。
- 捆绑贫穷的灵。

第 13 日

耶稣—教会的头

经文阅读

他在万有之先；万有也靠他而立。他也是教会全体之首。他是元始，是从死里首先复生的，使他可以在凡事上居首位（西 1:17,18）。

在世界，教会是基督的身体。教会是一个身体，而耶稣则是身体的头。耶稣“存心顺服，以至于死，且死在十字架上”，以买赎其教会。天父“将祂升为至高，又赐给祂那超乎万名之上的名（腓2:8-9）”。

耶稣即是教会的头，上帝也把祂置于所有的属灵权势和能力之上。耶稣爱教会，教会就是祂的新娘。祂是教会的根基、建造者、拥有者及保护者。

教会领袖需要降服在主耶稣基督的领导。祂是那独一的，必带领其教会战胜一切。“我还告诉你，你是彼得，我要把我的教会建造在这磐石上，阴间的权柄，不能胜过他（太16:18）”。

在各地方教会有其领袖的同时，那最大的领袖就是主耶稣基督。

祷告焦点

教会的牧养工作的祷告呼召。

- 上帝的手在其仆人身上一**牧师、执事和事工领袖**。
- 以**正直、技巧和怜悯**来牧养教会。
- 有**智慧和知识**来恢复上帝话语的教导。
- 完成**大使命**的吩咐。
- 有**圣灵**赋予仆**人领袖**的精神和**恩膏**。
- 与上帝的亲密关系、爱**弟兄姐妹**及为**耶稣而活—爱神、爱人及活像耶稣**。

第 14 日

耶稣—上帝军兵的统帅

经文阅读

他回答说：不是的，我来是要作耶和華军队的元帅。约书亚就俯伏在地下拜，说：我主有甚麽话吩咐仆人（书5:14）。

约书亚和以色列人必须跟随上帝的指示以赢取他们的战争。我们是上帝的军队，我们也需要跟随祂的指示，顺服 的权柄，以及让祂来领导我们。我们必须认知到胜利属于耶和華。当保罗认知到是上帝在向他说活话时，他便立即回应说：“主啊，我该做什么？”（徒28:10）

要知道，我们不必独自担当自己的重担，或独自面对我们的敌人，耶稣是我们的元帅，祂必定带我们战胜仇敌。我们若有上帝同在，便能往前行。上帝赐我们祂的力量与同在，带领我们战胜生命里的挑战。

“当Scofield博士担任达拉斯First Congregational Church的牧师时，曾有一段时间里，事奉上的重担似乎超过他所能承担的。他被沮丧的压力和工作的问题大大地挤压，有一天，他在办公室跪下祷告，他的心灵极度忧伤，便翻开圣经，期望能从经文中找到安慰和力量。圣灵引领他注意<约书亚记>第五章结束之处，他随即发现自己在尝试独自承担所有的责任。那一天，他把事奉交还给上帝，并确认那是上帝的工作，也只有上帝才能完成它。当Scofield博士接受了上帝的带领之后，他便领取了上帝的能力。”（Donald K Campbell）

祷告焦点

为我们国家发动属灵战争的祷告呼召：

- 我们得以靠耶稣的宝血从所有的咒诅中得赎。
- 我们弃绝祖宗行巫术、骄傲、偶像敬拜、上癮、贫穷……的咒诅。
- 我们打破由上一代遗传下来的恐惧的灵、失败、淫乱、疾病、软弱……
- 我们驱走死亡和绝望的灵，及任何的咒诅……
- 我们捆绑敌人在家庭、商业、政治、媒体、娱乐、教会、教育……的工作。

第 15 日

耶稣—那再来的君王

经文阅读

在天上的众军骑着白马，穿着细麻衣，又白又洁，跟随他。有利剑从他口中出来，可以击杀列国。他必用铁杖辖管他们，并要踹全能神烈怒的酒。在他衣服和大腿有名写着说：万王之王，万主之主（启 19:14-16）。

第一代基督徒开始了一个习惯，即在彼此见面时以“Maranatha”互相问安。此字亚兰文原来的意思是指“主必再来！”这句“耶稣基督，我们那再来的王”的表达，能够清楚地反映使徒们以及那些许许多多委身跟随耶稣的信徒们的激情。

耶稣已升天。当门徒站着仰望天上时，两位天使显现并说道：“这离开你们被接升天的耶稣，你们见祂怎样往天上去，祂还要怎样来”（徒1:11b）。

耶稣自己也曾宣告他将出其不意地（可13:32-37）、突然地（太24:26-28）、瞬间地（来10:37）以及在祂父的荣耀中与祂的众天使一起（太16:27）亲自回来（约14:3）。

是的，耶稣必定会为了祂的新娘而回来。祂将如同万王之王、万主之主的身份回来。这是我们蒙福的盼望。让我们准备好自己来迎接我们的新郎。耶稣，那快来君王！

祷告焦点

透过热切祷告来转化马来西亚的祷告呼召：

- 祷告上帝的百姓站在“众城门”。
- 祷告上帝恩宠教会于权力中心。
- 祷告上帝的手掌管全国，包括西马半岛、沙巴和砂拉越。

第 16 日

耶稣—万主之主

经文阅读

所以，神将他升为至高，又赐给他那超乎万名之上的名，叫一切在天上的、地上的，和地底下的，因耶稣的名无不屈膝，无不口称耶稣基督为主，使荣耀归与父神（腓2:9-11）。

耶稣已被升为至高，并宣告为万有之主。上帝已赐耶稣权势以统管一切天上、地下及底地下的万物。这是指耶稣拥有信仰和生命各个层面的绝对的主权。因此没有任何事是耶稣无法胜过的，即使是罪孽、疾病、上瘾、苦难。无论你遇到怎样的困难或困境，耶稣都是驾驭它们的主。在<太28:18>，耶稣曾说：“天上地下所有的权柄，都赐给我了”。耶稣确实是“万有之主”。万物都属于祂的，而祂将为你成就一切。

无论你的需要是什么，带到那拥有天上地下一切权柄的耶稣面前。让祂成为你生命里各个层面的主。“所以我们只管坦然无惧地，来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠作随时的帮助”（来4:16）。

祷告焦点

为所有马来西亚人的祷告呼召：

- 在那苦毒之处 - 温柔。
- 在那惧怕/恐吓之处 - 爱。
- 在那情欲之处 - 清洁。
- 在那暴力之处 - 和平。

第 17 日

耶稣—荣耀君王

经文阅读

荣耀的王是谁呢？万军之耶和华，他是荣耀的王！（诗24:9,10）

在旧约里，清楚地显示上帝拥有荣耀，且其本身就是荣耀。大卫称祂是“荣耀的上帝”。称呼上帝是“荣耀的君王”，其意思是指是最伟大、最有能力的君王，因此我们应该敬畏。

在<诗29:3>，荣耀的君王主要是有关祂的能力、大能、权能和威严。而我们身为祂的儿女，应该把荣耀归给祂名。在<诗96:3>，诗人呼吁我们“在列邦中述说祂的荣耀”。

基督的降生有天使歌唱“荣耀归于上帝”；耶稣在群众的欢呼声中进入耶路撒冷的情况（太21:6-11），二者都可被视作应验了<诗24篇>。

耶稣就是那上帝荣耀的降临，即是那“不可见的上帝之可见的形象”。耶稣之所以是上帝荣耀的降临，是因为耶稣代表了上帝的同在。在耶稣里，我们看见上帝的威严完全彰显。诚然，耶稣即被称为“荣耀的主”（林前2:8）。

当基督再来时，祂并不以谦卑仆人的身份回来，而是以荣耀君王的身份降临！今天我们必须欢迎荣耀的君王进入我们生命每一个的环节，并让祂的荣耀充满我们。

祷告焦点

全心爱神及热情地爱人的祷告呼召：

- 尽心、尽性、尽意、尽力地**爱上帝**。
- 如同上帝爱他们般去**爱人**。
- 以彼此忍耐、宽恕和相爱的精神，**活像耶稣**。
- **住在圣灵的能力中**，以行善、传福音、医治患病者、赶走邪灵、使世界与上帝和好。

第 18 日

耶稣—得胜者

经文阅读

死阿！你得胜的权势在那里？死阿！你的毒钩在那里？死的毒钩就是罪，罪的权势就是律法。感谢神，使我们藉着我们的主耶稣基督得胜（林前15:55-57）。

耶稣死了但祂没有永远死亡。最重要的，祂复活了。基督是得胜的。祂一次并永远地战胜了死亡。祂是那绝对的胜利者，众胜利者中的冠军。祂摧毁死亡的权势，祂摧毁敌人的势力，以及祂一次并永远地使我们的罪孽得以完全地得到赦免。

这就是那必须为我们死、为我们受苦和为我们复活的耶稣。唯有透过耶稣的死和复活，我们便拥有胜利。我们活在基督复活的能力和其得胜之中。我们已被赦免，因为耶稣的复活。我们得以活着是由于耶稣是活着的！有耶稣，我们便处在胜利的那方。

祷告焦点

神召会领袖的祷告呼召：

- 为我们的总会长、执委会成员及他们的家人祷告。
- 为主任牧师们和他们的家人祷告。
- 为教会的同工祷告：助理牧师、圣职同工、全职同工等。
- 为自由传道祷告：先知、布道家、教师等，以及他们的家人。
- 为神学院的教职同工、社会关怀中心的同工、总会的同工以及他们的家人祷告。

第 19 日

耶稣—生命之道

经文阅读

太初有道，道与神同在，道就是神（约1:1）。

神既在古时藉着众先知多次多方的晓谕列祖，就在这末世藉着他儿子晓谕我们；又早已立他为承受万有的，也曾藉着他创造诸世界（来1:1,2）。

上帝最大的启示，乃是透过祂的儿子耶稣那弥赛亚。耶稣是永活的道。是上帝最丰富和最珍贵的表达。没有耶稣把上帝表明出来，我们便无法认识上帝。祂使那不可及的上帝展现出来。祂也向我们展示上帝的生命和爱。

在<约6:51>，耶稣说道：“我是从天上降下来生命的粮。人若吃这粮，就必永远活着。我所要赐的粮，就是我的肉，为世人之生命所赐的”。耶稣是上帝永活的道。在<约6:63>祂继续说道：“叫人活着的乃是灵，肉体是无益的。我对你们所说的话，就是灵，就是生命”。

祷告焦点

爱慕上帝话语的祷告呼召：

- 信徒将**委身**于每日阅读圣经的时间。
- 信徒将以上帝的话语为他们真理的标准。
- 信徒将**默想**上帝的话语。
- 信徒将**坚定地扎根**于上帝的话语。
- 信徒将以**经文为祷告**，以建立他们的信心。
- 信徒将能得到**知识和启示**。

第 20 日

耶稣—不改变的上帝

经文阅读

耶稣基督，昨日、今日、一直到永远、是一样的（来13:8）。

有一项估计说道，那些出现在超级市场的物品，有90%是十年前不曾存在的。“改变”，是生命的事实，它每一天都在发生着，而且越来越快地出现。今天，改变的速度十分快速，以至我们开始怀疑：这世上，是否还有任何事物是永恒的？

“改变“不断发生，但上帝却是永远不改变的。在这变化万千的世界里，耶稣是我们生命的船锚。祂说：“我耶和华是不改变的”（玛3:6）。上帝没有改变，祂也不能改变。耶稣的职事、位格和本性仍然保持不变。祂对我们的爱，祂对罪人的救恩，祂对我们的信实仍然不变。上帝是信实的，祂的应许是真的和“阿门”的。“神非人，必不致说谎，也非人子，必不致后悔（民23:19）”。

祂永远是有智慧的、永远是公义的、永远是良善的、永远是怜悯的、永远是圣洁的...无论上帝是如何，祂永远都不改变。

祷告焦点

- 为合神心意的新一代祷告。
- 祷告我们的年轻人将为上帝火热，并在他们的生命拥有敬畏上帝的心。
- 祷告能兴起一群不妥协真理、敬虔的年青人和青年牧师。
- 祷告圣灵的浇灌，以建立不惧怕、公义和忠心的一代。
- 祷告这一代拥有一群火热的年轻人，愿意为耶稣而活，为基督而死。

第 21 日

耶稣—超越七大领域

经文阅读

太初有道，道与神同在，道就是神（约1:1）。

我在他们中间寻找一人重修墙垣，在我面前为这国站在破口防堵，使我不灭绝这国，却找不着一个。31所以我将恼恨倒在他们身上，用烈怒的火灭了他们，照他们所行的报应在他们头上。这是主耶和華说的（结 22:30,31）。

1975年，学员传道会创办人 Bill Bright 和国际青年使命团创办人 Loren Cunningham 一起在科罗拉多州用午餐。上帝同时给他们一个信息以传达给他人。在同一段时期，Francis Schaeffer也得到相似的信息。这个信息即是：“如果我们要为耶稣基督影响国家，那么我们必须影响社会里的‘七个领域’或称‘社会的高山’，它们在任何社会的柱子。”

这七个领域是商业、政府、媒体、艺术和娱乐、教育、家庭与宗教。在这七个领域的底下还有许多的次领域。一个月后，上帝向Francis Schaeffer展示相同的事情。重要的是，上帝让这三位“改变者”知道哪里是战场。就在这些领域里去赢取或失去文化。他们的任务就是要兴起“改变者”去攀越这些领域，并协助新一代的“改变者”去明白那更宏大的故事。（取自：The 7 Cultural Mountains）

祷告焦点

七个文化领域的祷告呼召：

- **宗教**：祷告能透过基督而恢复那对永活上帝真实的敬拜。
- **政府**：祷告那敬畏上帝的虔诚公仆能得到建立。
- **家庭**：祷告圣经所设立的家庭观（神、男人及女人）得到重视。
- **教育**：祷告教育得以救赎，就是透过最好的策略-专业、非政治及原则。
- **商业**：祷告有谦卑，并知道敬畏耶和華便是财富、尊荣和生命。
- **媒体**：祷告品格超越资讯-正直、尊重及真理超越新闻。
- **艺术和娱乐**：祷告圣洁的创意取代堕落的心灵。