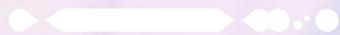


向前进



21天禁食祷告



禁食祷告灵修指引

引言

上帝回应那些寻求祂的人。当我们开始2021年并在接下来的21天禁食和祷告来到上帝的面前时，上帝将更新我们的期望，赐给我们一个新的视角，并使我们迈向祂。

这21天的主题是“向前进”。上帝的目的不会因我们的情况而改变。相反的，祂授权我们朝着祂的计划前进，在我们生命的每个方面开拓新的领域。

每个星期的灵修都有特定的焦点- 站稳脚步，被圣灵带领和扎根。每天都有灵修读物，其中包含一些祷告和反思的建议。你每天还可以阅读一段经文，并在21天结束之前把使徒行传阅读完。当你阅读这灵修读物时，让上帝对你说话！花一些时间反思和祷告你对上帝神话语的回应。让祂改变你的心，并带领你进入祂今年为你所预备的一切！

什么是禁食

禁食是灵里的纪律，有一段时间不吃食物。我们否认自己的自然欲望，谦卑自己，花时间专注于上帝。

禁食时也应当专注祷告和阅读神的话语，并按照上帝的旨意而行。如果你不知道从哪里开始，每天的灵修都包含你可遵循的一段经文和一个简单的祷告。

禁食并不是努力的改变神或获得神的认可，而是改变我们的态度和观点，并提醒我们完全的依靠神。禁食后才会看到上帝的运行，圣经描述了一些例子：

摩西在寻求灵里的突破时，独自与上帝度过了40天，他没有进食或饮水，直到他领受了十诫(出埃及记24:18)。

大卫在禁食时保持谦卑，并寻求个人突破(诗篇35:13)。

但以理在为那些背叛上帝的流亡者寻求突破时，禁食并祷告(但以理书9:3-4)。

耶稣亲自开始为期40天的禁食，然后才开始祂的事工(马太福音4:1-2)。

禁食祷告灵修指引

在开始这灵修之前,请花一些时间准备自己,并决定要禁食什么,以及你相信上帝要为你成就什么。你进入这21天的准备越充分,你就可以期望上帝做更多的事。

决定要禁食什么

全禁:禁止所有固体食物。

部分禁食:每天不吃一两顿饭,或不吃某种食物或饮料。

其他禁食:放弃其他活动(例如娱乐,嗜好,社交媒体)以专注于上帝。

设定一些目标

写下生命中某些特定目标或领域,你相信上帝会在接下来k的21天对你说话。首先要更加亲密地了解上帝,并更加清晰地听到祂的声音。如果你生命中的某些方面需要突破,请把它们交给上帝,并相信祂会在你禁食和祷告时在你的生命动工。最重要的是,在你寻求上帝时,对祂要说的任何话语保持敞开的态度!

与某人分享旅程

我们全教会在接下来的21天一起努力!你当去寻找可以与你同行的人-你的配偶,密友或你的联系组中的某人-一起进行灵修。委身在接下来的三周内,互相分享你感觉上帝对所你说的话和所做的事。

第一周

我们在第一周将我们的心思专注在“**扎稳脚步**”上。让我们开始这21天旅程的时刻，提醒自己：即使遇到困难或充满挑战性的逆境，上帝也会使我们刚强壮胆起来，我们必须坚定不移地承认上帝赋予我们的任何基础和领域，并继续推进祂的计划和目的！



记得上帝的应许

你们脚踏过的每一处地方，我都照着 I 应许摩西的赐给你们了。从旷野和这黎巴嫩，直到大河，就是幼发拉底河，赫人的全地，以至大海日落的地方，就是你们的疆界。你一生的日子必没有一人能在你面前立得住；我怎样与摩西同在，也必照样与你同在；我决不离开你，也不离弃你。

约书亚记 1:3-5

灵修

当上帝赐下应许时，我们可以确信它永远不会改变并且将会实现！即使以色列人不得不等待40年才能看到上帝的应许实现，但约书亚坚定地认为自己会踏入应许之地。上帝帮助他们胜过，而祂今天仍然会这样作。

当我们将自己立足于上帝的应许时，我们就能站稳。上帝应许约书亚，他将永远不会失败或抛弃他。由于上帝的应许，约书亚在遇到比他强大的仇敌时并没有愣住。上帝赐给你什么应许？紧紧抓住它们，不要让障碍使你无法看到应许实现！

我们需要按照上帝的应许行事。通常，上帝的应许带有条件或呼吁采取行动。上帝告诉约书亚，“无论你走到哪里，你都会在我赐给你的土地上”。因此，约书亚必须继续往进，前进并占领土地。如果上帝已经对你说了一些决定，请不要拖延！信心的步伐是接受应许的关键。

在应许实现之前，要知道上帝与你同在！比应许本身更重要的是作出应许的上帝。上帝告诉约书亚，祂不会令他失望或丢弃他，今天上帝与你同在和帮助你。你相信上帝今年会做什么？当我们开始为期21天的旅程时，祈求神给予特定的应许，并让祂对你说话。

反思

1. 确定上帝已赐给你的应许。记住你是如何得到它的，并感谢上帝。
2. 上帝已要求你对这一些应许采取什么信心的步骤？与某人分享，今天就决定采取此步骤！

祷告

亲爱的上帝，我知道祢的计划和应许永不改变。祈求祢教导我如何让自己坚定不移地巩固自己在祢的应许里，即使在艰难的环境中，祢也能帮助我站稳我的脚步。今天我选择相信祢。我奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传1, 2章

抵挡试探

你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的，在受试探的时候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。

哥林多前书 10:13

灵修

当我们屈服于试探时，我们与上帝的旅程如同“前进一步，后退两步”。我们朝着上帝对我们的目的迈出了一步，但是罪会使我们反而后退了两步。我们没有必要有此经历，上帝已经赐给我们所需要的一切去抵挡试探，好让我们迈出的每一步，都会使我们更加接近上帝赐给我们的目的。

我们需要在上帝面前谦卑自己。骄傲告诉我们，我们可以不需要上帝，独自抵抗诱惑。事实是，只有当我们转向上帝时，我们才能找到抵御诱惑的属灵力量。

揭露诱惑。保密将会使我们陷于诱惑之中，但敞开却暴露了仇敌的计划。当我们在上帝和其他人的面前，在面面对试探敞开时，上帝会向我们展示一条出路！在诱惑还很小的时候就暴露它-例如任性的想法，对世俗事物的短暂渴望-不要允许它成长。

祷告！当你面对试探时，在上帝面前承认自己的软弱，并祈求祂给你力量抵抗。不要独自去行事。上帝已赐给我们领袖来带领我们，我们可以向他们交账。寻找一个你可以信任，可以与你一起祷告并向你挑战的人，这将使你朝着上帝的计划和目标迈进了一步。

反思

1. 在一天中的某些时候，你是否容易屈服于诱惑？在那段时间采取积极的步骤将注意力转向上帝（例如在你的生命宣告一节经文）。
2. 你的生活中是否有一些地方经常遇到诱惑？委身祷告，跟可以一起祷告和与你同行的领袖分享。

祷告

亲爱的上帝，我在祢面前谦卑我自己。我承认我自己没有足够的力量来克服试探，我需要祢的力量来帮助我真正克服它。主，我承诺不会单靠自己。相反的，我选择完全地依靠祢。我奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传3章

坚定站稳

所以,要拿起上帝所赐的全副军装,好在磨难的日子抵挡仇敌;并且成就了一切,还能站立得住。
所書 6 :13

灵修

古代士兵的盔甲可以在战争打斗中保护士兵身体的重要部位,缺少任何一件盔甲都会暴露士兵的弱点,让仇敌乘虚而入。但圣经告诉我们,我们进行的是属灵的争战 - 争战以抵抗黑暗的势力,邪恶的力量,和黑暗世界的统治者。在这世上,我们也需要装备属灵的盔甲,站稳脚步来应付眼前的争战。

准备争战。我们必须首先认识到我们有个仇敌!他不遵守规则,选择在我们最弱的方面攻击我们。除非我们做好准备,否则我们将自己暴露在仇敌的攻击之下。我们还需要熟悉神的全副武装。每个参战的士兵都必须知道自己具备作战的装备。保罗说要穿上上帝的全副军装。当仇敌用谎言和虚无的真理来攻击我们时,我们可以用救恩的头盔来保护我们的思想,以确保我们在基督里的身份。当我们想犯罪时,我们可以用圣灵的剑和上帝的话语来反击!

不要放弃。你的生命中的某方面是否不断被仇敌攻击?不要保持被动!今天就做出决定,不要因为仇敌的攻击而让步。完全装备好,坚定不移,并相信你会战胜仇敌。

反思

1. 找出你生命中不断地被仇敌攻击的某方面(比如,因内疚和羞耻而变得毫无价值的感觉)。
2. 以上帝话语中的特定真理来装备自己,去面对仇敌的攻击(例如,诗篇139:14)。

祷告

亲爱的上帝,感谢祢赐给我所需要的一切,能够站稳脚步抵抗仇敌的攻击。帮助我意识到我自己生命中软弱的地方,并教导我如何抵抗仇敌的攻击。我承认我对祢的依赖。我奉耶稣的祷告,阿们。

今日经文阅读：使徒行传4章

献上忠于神

只要照着你们到今日所行的，专靠耶和華你们的上帝。因为耶和華已经把又大又强的国民从你们面前赶出。直到今日，没有一人在你们面前站立得住。你们一人必追赶千人，因耶和華你们的神照他所应许的，为你们争战。

约书亚23:8-11

灵修

约书亚是经过旷野进入应许之地的两个人之一。在他死前给以色列人最后的信息中，约书亚两次提醒他们关于上帝的信实——祂为他们而战，祂从来没有令以色列人失望，并为他们带来胜利。祂吩咐他们不可亲近那地的居民，也不可亲近他们的偶像，只要专心事奉祂。

我们对上帝的忠诚使我们有了突破。当我们全心全意地忠于上帝时，我们的思想和行为就会与上帝保持一致。由于不懈的委身于上帝的呼召，我们学会在困难时期中坚持下来。这是突破之前的重要元素，它可以帮助我们突破重围，赶走一千个仇敌！

我们的忠诚将受到考验，但我们必须坚持下去。约书亚告诉以色列人要紧紧抓住上帝-祂知道会有诱惑和考验试图让他们远离上帝。圣经说，在末后的日子里，许多人的爱会变得冷淡。在你开始新的一年时，心中决定今年将是你始终致力于事奉上帝的一年！

从小事情开始。不要忽略自己的个人灵修，祷告并和上帝的子民聚会，选择继续亲近上帝！

反思

1. 有哪些障碍阻止你相信上帝会给你胜利？把这些想法交给上帝，求他给你新的透视。
2. 当你面对困难时，想一个切实可行的方法来继续向上帝表达你的忠诚。

祷告

亲爱的上帝，我知道祢在为我而战，我也知道在祢里面，我将在任何情况中经历胜利。求祢帮助我顺服祢的诫命，并单单敬拜祢，使我永远忠心于祢。我奉主耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传5章

献上忠于神

约书亚吩咐百姓说,你们要自洁,因为明天耶和华必在你们中间行奇事。
约书亚 3:5

灵修

杂质的存在降低了金属的电导率。这就是为什么灯泡中所使用的铜线需要纯的,这样当电流通过时,就会发出明亮的光!同样的,我们需要让自己与众不同,好让上帝的大能在我们的生命中发挥作用。

追求圣洁。罪使我们与上帝分开,使我们的呼召和事奉脱轨。罗马书6:12说,我们不应让罪恶控制我们的生活方式。因此,采取积极的步骤来拒绝罪恶,并委身每天过着圣洁的生活!这意味着在犯罪时悔改,但也刻意选择在我们的思想,言论和行动中尊荣上帝。

作出国度的选择。我们做出了许多选择,这些选择可能并不构成犯罪,但并不能使我们与上帝的国度分别为圣。在这些事情当中,我们如何使用自己的时间,我们所建立的关系,我们的生活方式-我们可以做出选择更多地朝向上帝,或者更多地朝向世界。今天就做出选择,使你更像基督,并在你的生命中建立神的国度。

反思

1. 求圣灵向你显明在上帝面前不正确的思想、态度或行为。选择放弃它们,把它们交托给上帝。
2. 让自己分别为圣是一个刻意的决定。在你的生命里,你可以如何培养积极的顺服来尊荣上帝?

祷告

亲爱的上帝,我承认我的力量软弱,没有祢,我就没有权柄治死罪。求祢帮助我脱离常犯的罪,在软弱中坚固我。我祈求祢的恩典和力量,使我的生命分别为圣,过圣洁的生活。我奉主耶稣的名祷告,阿们。

今日经文阅读:使徒行传6,7章

站立在神的话语上

所以凡听见我这话就去行的,好比一个聪明人,把房子盖在磐石上。雨淋,水冲,风吹,撞着那房子,房子总不倒塌。因为根基立在磐石上。

约书亚 3:5

灵修

房屋的结构强度取决于房屋的基础!当基础牢固时,它可以受时间的考验。我们的生命和上帝的话语都是一样的!

以上帝的话为基础。圣经包含我们可以赖以生存的属灵真理和实践智慧。这跟你所阅读的其他内容不同-新闻,书籍或Instagram!- 圣经带来生命。当我们阅读上帝的话语时,圣灵在我们的生命中发挥作用,感动我们不讨他喜悦的地方,带领我们度过生命中的各个季节,使我们能够度过不确定的时期。

按照你所读的来行动!雅各书1:22-24说,那些听了上帝的话却不采取行动的人自欺欺人!根基不仅是通过了解如何构建基础来构建,而且是在应用知识并将其付诸实践时构建的。在我们的生命中,这是通过我们对圣经的顺服来表达的。

以上帝的话语来开始每一天。阅读圣经,为你的一天打下基础。从今天开始记住一节经文,并祈求圣灵从经文中揭示真理和智慧。

反思

1. 认识上帝的话语是每个季节可靠的根基和锚,这将如何影响你对试炼和困难情况的反应?
2. 在你的生命中,是否有某方面占用了你花时间在上帝的话语上?当限制花在这些活动上的时间。

祷告

亲爱的上帝,谢谢祢给我指导,领导和指引。请跟我说话,告诉我怎样在生活中应用祢的话语。求祢使我明白祢的话语,又赐我纪律,使我可以放下一切杂念。我奉主耶稣的名祷告,阿们。

今日经文阅读：使徒行传8章

在神的旨意里坚强

于是叫了他们来，严禁他们再奉耶稣的名讲论教导。彼得和约翰回答：“听从你们过于听从上帝，在上帝面前对不对，你们自己说吧！”

使徒行传4:19-20

灵修

在使徒行传第4章中，宗教委员会的领导和长老威胁彼得和约翰，阻止他们传讲耶稣，当他们目睹门徒治愈了一个残废的乞丐后。在整个委员会面前，彼得和约翰保持镇定。他们大胆地宣告，他们的目的是向所有人介绍他们所见所闻的一切，并且他们不会停止这么做。

我们的目的将受到考验。上帝的呼召是令人振奋和鼓舞的-祂呼召我们成为祂的见证人并分享福音！但是像彼得和约翰一样，我们应该期望会面对敌对的情况和我们的目会受到考验。你可能经历一段考验和敌对的时刻，因为你决定在生命中追求上帝的旨意。振作起来，你并不是单独的！

我们必须坚守上帝的呼召。决定顺服上帝比惧怕人更好。祷告并向上帝祈求胆量和力量-就像彼得和约翰一样-抵挡敌对的人而不是放弃立场。上帝在这样的时刻会与你站在一起，并将给予你勇气坚持下去。人正在注视着，你在这种情况下的反应，将为那些寻找效法上帝榜样的人树立榜样。

凡事互相效力！罗马书8:28说，上帝使一切凡事互相效力叫爱祂的人得益处，就是按祂旨意被召的人。由于彼得和约翰的信念，公会释放了他们，而他们也继续传讲耶稣。上帝站在我们这边，如果祂在你里面开始一项好的工作，祂必会看到它完成的！

反思

- 找出因你决定追求上帝给你的目的而遭到反对的情况。你是否屈服于压力？当你再次面临压力时，你如何站稳脚步？
- 在这个季节，上帝呼召你做什么（例如，担任联系小组组长）？列出一些切实可行的方法，以忠于该呼召。

祷告

亲爱的主，感谢祢在我们生命里的信实。我知道对于爱祢的人，祢会使万事互相效力得益处。尽管我不能完全明白我所经历的挑战，请祢帮助我使我坚强，并对祢的呼召信实。我选择倚靠祢，奉耶稣的圣名祷告。阿们。

今日经文阅读：使徒行传9章

第二周

本周的重点是**被圣灵带领**。耶稣向我们保证，祂会差派圣灵进入我们的生命作为我们的帮助者，安慰者和引导者。在五旬节那天圣灵降临在早期的信徒身上后，使他们有能力传福音，进行神迹般的医治，无论走到那里都带来盼望和自由。今天，降临在早期信徒身上的圣灵是活着的，祂也住在我们里面！

要迈入上帝给我们生命的计划和目的，我们需要越来越依赖圣灵。这如何发生在我们的生命当中？要依赖圣灵，我们首先当认识圣灵，学会辨别祂的声音，愿意降服并顺服祂在我们生命中的引导。随着我们开始越来越依赖圣灵，我们就有能力去实现上帝赋予我们生命的目的。



被圣灵充满

不要醉酒，醉酒会使人放荡，要被圣灵充满。

以弗所书 5:18

灵修

我们所充满的事物会改变我们。一个充满酒精的人最终会屈服于酒精的影响。如果你曾经感到“食物昏迷”，那你就会知道，在午餐时吃太多食物，就是意味着在下午课和开会时挣扎着保持清醒！

圣灵使我们变得更像基督。圣灵不是个人的“力量”或“能力”，他是一个位格。圣灵赐给我们智慧，帮助我们认识真理（约翰福音15:26）。祂帮助我们克服自己的软弱，并教导我们如何祷告（罗马书8:26-27）。当我们允许圣灵进入我们的生命时，我们就受到祂的影响和控制，这意味着圣灵开始影响我们生命的各个方面-我们的思想，观点，言语和行动。

被圣灵充满!保罗在以弗所书5:18中告诉信徒们要被圣灵充满。这意味着我们要不断的被圣灵“充实，充满”。如果我们同时允许错误的欲望，思想和态度进入我们的生命，我们就不会被充满圣灵。每天以屈服于圣灵的态度开始，并让祂进入你生命的每个领域!如果你已经受了圣灵的洗，就要以方言祷告作为定期的纪律。如果还没有，请祷告并要求圣灵的洗!

反思

1. 今天我们让什么事物填满我们?比如负面的思想、忧虑等等。当你意识到这些方面，就将它们降服在上帝的面前。
2. 在你的生命里是否有什么事物，是你想要靠着你个人的力量去掌控的?让上帝向你显示这些方面，并邀请圣灵与你同在。

祷告

亲爱的上帝，请祢帮助我，使我抛开世上所有的事物，让祢的圣灵来充满我。我选择把我生命中的每一方面都降服于祢，并顺服圣灵的指引。奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传10章

按照圣灵而活

随从罪恶本性的人顾念罪恶本性的事，但随从圣灵的人顾念圣灵的事。顾念罪恶本性的人结局是死亡，但顾念圣灵的人却有生命和平安。

罗马书 8:5-6

灵修

精英运动员的常见做法是可视化。可视化是运动员用来准备和调节自己以达到最佳状态的一种技术。他们会在脑海中排练自己的表现，并设想自己会成为竞赛或比赛的获胜者。实际上，科学研究表明，在可视化过程中，运动员会像实行真实身体动作那样刺激大脑的相同区域。那就是我们思想的力量！

圣灵赐我们正确的焦点。当我们的生命中没有圣灵时，我们的注意力很快就会集中在世界可能有价值的事物上，但在上帝眼中却毫无价值。我们的眼光也会固定在短暂的事物上。圣灵是我们智慧的泉源，祂会帮助我们看到生活中具有永恒价值并取悦上帝的事物。把这些事情成为焦点，投入我们的时间，精力和资源。不久，我们的观点会开始会像上帝的观点-对上帝重要的事，对我们也重要了！

今天就下定决心让圣灵来掌控你的心思意念。当我们如此行的时候，我们会发现我们所追求的是对上帝重要的事，也就是有永恒价值的事。

反思

1. 祈求圣灵向你揭示你如何允许短暂的事成为你的焦点。
2. 今年有哪些具有永恒价值并令上帝喜悦的事物是你要去专注的？(比如，栽培和帮助一个初信徒在与主同行中成长)

祷告

亲爱的上帝，我选择将目光投向永恒的事物，弃绝一切毫无价值的事物。圣灵，我把我的心思意念降服于祢。请祢来掌控一切，并帮助我专注于讨祢喜悦的事情。我奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传11,12章

聆听圣灵的声音

只等真理的圣灵来了、祂要引导你们明白〔原文作进入〕一切的真理。因为祂不是凭自己说的、乃是把祂所听见的都说出来，并要把将来的事告诉你们。

约翰福音16:13

灵修

“停！别碰水壶，它很烫！”在我们小的时候，每当我们差点受伤的时候，我们的父母就会对我们呼喊以提醒我们。这些警告是大声、直接、明确地告诉我们。就像我们的父母一样，神希望通过圣灵以一种清晰而直接的方式与我们说话。然而，我们有时会发现自己被其他声音所环绕，而让这些声音开始淹没圣灵的声音。

我们需要认识圣灵的声音。圣灵现在在我们里面，并渴望参与我们生活的每一个方面。但是就像一个孩子需要认出他父母的声音一样，我们也需要认出圣灵的声音。

我们必须辨别圣灵的声音。辨别圣灵声音的一个关键，就是祂的声音必须与上帝的话语相吻合！圣灵对我们说的话永远不会偏离上帝的话语。

我们必须决定在听到圣灵后采取行动。当我们开始认识到圣灵的声音时，我们还必须按照祂的话行事。当我们顺服圣灵的回应时，祂的声音变得更加清晰和可识别。当圣灵告诉你做某件事时，就会变得更加容易顺服！

圣灵是真理的灵。在一个很难辨别真假的时代，认识圣灵的声音是我们抵御仇敌谎言的保护。不要听取他人在我们的生活中所发出忧虑和焦虑的声音！相反的，选择保守我们所听到的，并学会认识圣灵的声音。

反思

1. 在你的生命中，有哪些声音取代了圣灵的声音？如何减少关注这些噪音？
2. 邀请圣灵来与你说话来开始新的一天。在祷告的时候，不要急于不停地说话，要静下心来，邀请圣灵来和你说话，并聆听祂的声音。

祷告

亲爱的上帝，感谢祢差来真理的灵。帮助我认识圣灵在我生命中的声音，并给我勇气顺服祂的引导。请帮助我分辨，让我知道应该让什么声音进入我的生活，并把不是来自祢的声音放在一边。奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传13章

在圣灵里祷告

况且我们的软弱有圣灵帮助、我们本不晓得当怎样祷告、只是圣灵亲自用说不出的叹息、替我们祷告。

罗马书 8:26

灵修

“言语无法表达我的感受”-当我们遇到困难或不可能的情况时,该短语有时描述我们的情绪。由于我们在某个处境不知所措,我们很难知道该为什么祷告或如何祷告。当我们不知道该为什么祷告或如何祷告时,圣灵可以帮助我们!

圣灵帮助我们当我们不知如何祷告。在罗马书8章中,保罗描述圣灵是帮助我们克服软弱的协助者。当我们不知道该说什么的时候,圣灵就会来为我们祷告祈求,发出“言语所不能表达的叹息”。这些祷告是神能理解的,因为圣灵能与神完美地沟通。

圣灵会帮助我们按照上帝的旨意祷告。有时,我们以错误的动机或出于错误的原因祷告,因为圣灵完全理解神的旨意,所以祂帮助我们按照神的旨意祷告。

让我们养成每天抽出时间在灵里祷告的习惯。每个祷告对上帝都很重要。不管是什么事项,住在我们里面的圣灵都知道我们的要求,以及如何来到天父的面前。

反思

1. 在你祈求上帝在你的困境或不可能的情况下行动之前,首先请圣灵启示神的旨意和目的,这样你就可以按照上帝的旨意祷告。
2. 列出为什么有时在灵里祷告会感到困难的一些原因(例如,似乎上帝不明白)。求圣灵赐给你力量和坚持不懈的祷告。

祷告

亲爱的上帝,我为圣灵感谢祢。求祢赐给我意愿,让我不依靠自己有限的理解,而依靠圣灵,祂会引导我按着祢的旨意祷告。奉耶稣的名祷告,阿们。

今日经文阅读：使徒行传14,15章

领受新的启示

约书亚靠近耶利哥的时候举目观看、不料、有一个人手里有拔出来的刀、对面站立。约书亚到他那里、问他说、你是帮助我们呢、是帮助我们敌人呢。他回答说、不是的、我是要作耶和華军队的元帅。约书亚就俯伏在地下拜、说、我主有甚么话吩咐仆人。耶和華军队的元帅对约书亚说、把你脚上的鞋脱下来、因为你所站的地方是圣的。约书亚就照着行了。

罗马书 8:26

灵修

在《约书亚书》第5章中，约书亚正要攻打坚固的耶利哥城，这时他遇到了上帝的使者，祂手里拿着剑。在那一刻，约书亚不知道上帝的使者是站在他这边，还是他的仇敌。当这位使者宣布他是上帝军队的元帅时，约书亚立刻意识到祂是上帝派来的，他就俯伏在地敬拜和崇拜上帝。

取得突破的关键始于一个新的启示。在困境中，上帝渴望彰显祂自己强的一面。如果你相信自己有足够的财力，那么上帝便希望启示祂自己是你的提供者。如果你相信自己会得到医治，那么上帝想表明祂自己是你的医治者。当我们得到上帝对我们的启示时，我们领受确据圣灵知道和了解我们的经历。保罗在以弗所书1:17中形容圣灵为智慧之灵，可帮助我们增进对上帝的认识。当我们问圣灵时，祂给我们关于上帝在我们生命中的新启示。

不要只在你需要神的时候才寻求上帝。在你做任何事的时候，首先要求圣灵给你一个启示，让你知道上帝是谁。先听祂告诉你祂想让你做什么。

反思

1. 上帝的话语显示了祂是谁。培养每天阅读和默想上帝话语的习惯，让上帝向你显明祂的品格和属性。
2. 你现在面临的什么情况或挑战？向上帝祈求一个新的启示来鼓励和坚固你对上帝的信心。

祷告

亲爱的上帝，我知道祢活在我的生命中，祢愿意向我彰显祢自己。请给我新的启示，让我知道祢在我生命中是谁，请赐给我勇气，让我凭信顺服祢对我说的每句话。奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传16章

受膏的目的

主耶和华的灵在我身上。因为耶和華用膏膏我、叫我传好信息给谦卑的人、〔或作传福音给贫穷的人〕差遣我医好伤心的人、报告被掳的得释放、被囚的出监牢。

以赛亚书 61:1

灵修

你出国旅行时是否曾经到过当地的新加坡大使馆？使馆和大使被派往外国，作为其国家的代表。大使的权威并非植根于他或她的个人的地位，而是由派遣他或她到那里的国家所赋予的。作为信徒，我们也得到了上帝的授权，可以在世上作祂的代表！

圣灵是差遣和赋予我们能力的人。耶稣在传道期间，表现出上帝赋予祂的权力，可以在地上实现祂的目的-宣讲救恩的福音，安慰伤心的人，向受捆绑的人宣告自由，这正是上帝要我们做的事。

好消息是我们并不依赖自己的力量或能力。圣灵会给我们正确的话语，向我们展示正确的事情，并帮助我们符合上帝的旨意和目的祷告。圣灵也通过属灵的恩赐使我们充满能力。哥林多前书12:7-11还告诉我们，圣灵赐给我们属灵的恩赐，不是为了我们自己的利益，而是让我们可以互相帮助。

上帝恩膏我们，目的是触及我们周围的人。对我们周围的人来说，我们是祂的代表，但是我们需要与圣灵结成伙伴才能很好地代表祂。我们可以确定周围人生活中的需要，并开始要求圣灵带领我们如何满足这些需要！

反思

1. 为什么有时候我们在分享福音时会感到恐惧？
2. 花点时间确定你所认识的人的需要，然后求圣灵显示你当如何帮助对方的需要。

祷告

亲爱的上帝，我知道我已经受膏去传扬祢的好消息以及帮助那些有需要的人。帮助我不靠自己的力量，但靠圣灵的能力，求祢来使用我。奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传17,18章

依靠圣灵

他对我说、这是耶和華指示所羅巴伯的。萬軍之耶和華說、不是倚靠勢力、不是倚靠才能、乃是倚靠我的靈、方能成事。

撒迦利亞書 4:6

灵修

对于幼儿来说，迈出第一步并不容易。他们不仅仅依靠自己的力量来学习和成长 - 他们的父母在他们学习走路时会握住他们的手。同样的，我们不是依靠自己的力量在灵里成长和迈向成熟，在我们的属灵成长当中，祂是我们的指引和辅导！

当我们有需要时圣灵会帮助我们理解。我们对情况的理解和反应方式，取决于我们的信念，知识和过去的经验。有时这可能会限制我们理解上帝如何在我们内心和透过我们动工。例如，当我们遇到具有挑战性的情况（例如，失业）时，我们很容易失去盼望，并担心我们如何供应自己和家人的需要。在这些情况下，圣灵赐给我们智慧和理解。哥林多前书2:11-12告诉我们，我们已经领受了圣灵，好让我们可以了解和理解上帝的思想。当我们开始依靠圣灵时，即使在我们所处的处境，祂也会开始向我们揭示上帝对我们的旨意。

圣灵使我们有能力胜过困境。今天，做出决定减少依赖自己，而选择依靠圣灵。无论你做出什么大小的决定，都应寻求圣灵的指引。当我们选择依靠圣灵时，祂给了我们勇气和信心，在我们的处境信靠上帝。祂使我们不再焦虑和忧虑，让我们对上帝有绝对的信任和信赖。

今天，决定减少依赖自己。相反的，选择依靠圣灵。无论你做出什么决定，无论大小，都应寻求圣灵的指引。

反思

1. 为什么很难依靠圣灵？
2. 你生命中是否有个领域你相信会突破的？求圣灵向你显示上帝在你处境中的所作所为。

祷告

亲爱的上帝，感谢祢的圣灵的应许。我知道当我选择依靠圣灵时，我会进入祢在我生命中的计划和旨意。帮助我减少依赖自己的力量和知识，而更多依靠圣灵。奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传19章

第三周

我们为期21天旅程最后一周的重点是“**占领领域**”，我们采取大胆的步骤，并在生命的各领域体验胜利。

即使我们周围的一切似乎停滞不前，上帝的旨意不是要我们退缩或保持被动。相反的，上帝渴慕我们继续前进并向前迈进，去开拓新的领域，并踏入祂在这个季节为我们所预备的计划和目的。上帝持续的在我们的生命做新的事。我们需要认清祂在做什么，并全心全意地顺服祂的带领。

这个星期，允许上帝来向你启示，改变你的观点和预备你前进的步伐！



改变我们的观点

于是领他走到外边、说，”你向天观看、数算众星、能数得过来么。又对他说、你的后裔将要如此。亚伯兰信耶和華、耶和華就以此为他的义。

创世纪 15:5-6

灵修

你是否曾经透过一副墨镜看事物？你所看到的似乎都是灰暗的，实际上，事情并非如此。摘下墨镜后，你将意识到周围环境的真实色彩。事实是，有些事情会阻碍或限制我们的观点。

不要让你的观点淡化上帝的应许。在创世纪12章中，上帝应许要给亚伯兰迦南地，他的后裔将遍布全地。但只有一个问题 - 亚伯兰和他的妻子撒莱膝下无子！尽管亚伯兰感到绝望，但上帝的应许并没有改变！就像亚伯兰一样，我们的观点可能受到我们目前的局限所影响，这使我们怀疑上帝的应许。当我们专注于自己的局限时，我们在自然界所看到的事物就开始取代了我们的信心，关于上帝说祂是谁。我们不相信上帝会履行祂所作的所有应许，而是开始关注上帝的应许无法实现的所有原因。但事实是，上帝是应许者，祂永远不会令我们失望！

上帝可以给我们一个新的视角！在我们灰心之中，上帝希望给我们一个新的观点 - 这对祂所说祂自己是谁以及祂赐给我们的应许是完全吻合的。我们需要走出帐篷，远离当前的局势。当上帝给我们一个新的视角时，我们会获得新的信心，相信上帝的应许将会实现。评估那些阻止我们提升信心的领域。遵守上帝的应许，仰望上帝的目的。当我们这样做时，信心就会开始在我们的心中产生，那看起来不可能的事情在我们的生命中就会变成事实。

反思

1. 审查你生命的领域（例如，工作，人际关系或事工）是否需要新的观点。准备好当他说话时做出回应。
2. 当我们敬拜上帝时，我们会开始看到上帝的伟大。花一些时间敬拜上帝，让祂改变你的观点！

祷告

亲爱的上帝，我选择转离我的局限和情况，并转向祢。我承认祢是创造者，凡事都能做。祢是永不挫败的应许者，在我的生命当中，赐给我关于祢是谁的新观点。奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传20章

增加你的能力

大卫却固执。“我一直在照顾我父亲的绵羊和山羊，”他说。狮子或熊来，若从群中偷一只羊羔，我拿着棍子追赶它，把羊羔从它的口中救出来。如果它向我扑来，我就抓住它的下巴，用棍子打死它。我曾这样对待狮子和熊，现在也要这样对待这个非利士人，因为他向永生神的军队挑衅。

撒母耳记上17:34-36

灵修

若不下雨，水坝不可能在几天内建成。更确切地说，大坝的建造是为了在雷雨到来时，预计会有大量的水。只有在有雨的迹象才建水坝，那是徒然的！

具有挑战性的环境是提高我们能力的机会。在上帝带领我们进入新事物之前，祂首先需要增加我们的能力。在战场上与巨人见面之前，大卫已经知道在面对比自己强得多，更大的仇敌意味着什么。大卫牧养羊群时，他捍卫牠们免受野生动物的袭击。

即使在充满挑战的环境中，上帝也在不断地在我们的生命动工。当我们认识到上帝正在我们的生命中动工时，我们的回应不仅是荣耀上帝，而且是增强我们的能力和品格。像大卫一样，我们需要让上帝来磨练和塑造我们，让我们做好准备，让祂透过我们做更大的事。

它始于忠心！大卫能处理上帝通过他所做的更大的事，因为他首先忠于托付给他的小事。为了让上帝使用我们完成祂的计划和目的，我们必须对上帝所托付给我们的一切保持忠心。上帝是否呼召你成为联系小组组长？对那些托付给你的人要忠心。当我们不断提高自己的能力并保持忠心时，我们让自己随时被上帝使用，以开拓新的领域！

反思

1. 求上帝向你显明在你生命中祂想要你成长的地方。
2. 上帝在这季节里呼召你的角色和责任是什么？把它们列下来，并委身忠诚于它们。

祷告

亲爱的上帝，求祢帮助我忠心于祢在这季节呼召我做的事。我知道并且相信祢正在我生命的每个领域动工来提高我的能力。谢谢祢在我的生命并透过我的生命动工。我奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传21,22章

宣告我们是谁

有一个人名叫雅比斯，比众弟兄更尊贵。他母亲给他起名叫雅比斯，因为生他甚是痛苦。他祷告以色列的神说：“但愿你赐福给我，扩张我的境界。请在我所做的一切中与我同在，让我远离所有的烦恼和痛苦！神就允准他所求的。

历代志上4:9-10

灵修

在旧约，父母给孩子起的名字通常会决定他们的未来。在历代志上，我们读到了犹太子孙雅比斯的记载。圣经告诉我们，他母亲给他起名叫雅比斯（“生在痛苦中”），因为她在痛苦中生他。然而，由于雅比斯对上帝的信心，他不顾一切困难，大胆地祈求上帝赐福和保佑他。

我们当知道上帝赋予我们的身份。在雅比斯要求上帝赐福他之前，他必须首先知道他在上帝里面的身份。要声明我们在上帝里面的人，我们首先需要知道上帝对我们的评价。上帝说我们是蒙福的，被爱和被恩宠的！深入了解上帝的话语，以了解祂对你说的话，并相信没有任何事情会改变上帝对你的心意。

选择拒绝仇敌的谎言。仇敌来歪曲关于上帝说我们是谁的身份（例如，我们一文不值，不配得到任何爱）。当我们选择相信仇敌对我们的评价时，我们就看不见上帝对我们的心意。上帝的话是抵御仇敌人谎言的有效盾牌。当仇敌告诉我们，我们不配得到上帝的爱时，请你为自己宣告罗马书8:38-39！

今天，要做出决定，拒绝仇敌说你是谁，就像雅比斯一样，允许上帝所说的来确定你的身份。你是否屈服于他人给予你的身份？不要灰心！今天，要知道上帝对你的心意是美好的，祂渴望把你从目前的情况，带领你到祂希望你到之处。相信上帝对你的心意是美好的，并在你的一生中大胆地宣告这一点！

反思

1. 你允许哪些标签成为你的身份？把它们交给上帝，让祂显明你在祂里面是谁。
2. 上帝对你说了什么？列出上帝在圣经中描述你的一些方式（例如你受造奇妙可畏）。

祷告

亲爱的上帝，我感谢祢对我的想法都是好的，我感谢祢希望我所做的一切都亨通。今天，我选择接受祢赋予我的身份，在祢的眼中，我是被爱的、被祝福的、被高度眷顾的。我奉耶稣的名祷告，阿们。

互相激励

约押对他兄弟说：“亚兰人若强过我，你就过来帮助我。”亚扪人若强过你，我就去帮助你。是勇敢的！让我们勇敢地为我们的人民和上帝的城市战斗吧。愿主的旨意成就。

撒母耳记下10:11-12

灵修

在撒母耳记下第2章中，以色列人遇到了敌人，他们从前后攻击他们。大卫王的元帅约押将军兵一分为二，一半由他率领，一半由他兄弟亚比筛率领。约押坚定亚比筛的决心，激动他的心，对他说，虽然他们是在两条战线上作战，但如果他们溃不成军，任何一方都可以互相帮助。他们不是在打两场独立的仗，而是团结在一起。

我们蒙召与他人站在一起。如果约押和亚比筛在这两方面都取得了胜利，以色列人民就会赢得战斗。战斗不是靠单打独斗战胜的！通常，只有在别人与我们并肩作战，相信我们，鼓励并为我们争取突破而给予我们力量时，我们才可能有个人的胜利。在我们的生命中，我们可能认识其他在战斗中的人。上帝呼召我们支持他们，并尽一切努力使他们取得胜利！

我们必须愿意牺牲。选择彼此站在一起可能意味着牺牲我们的便利，我们的时间，甚至舒适。实际上，我们甚至可能自己在打仗！即使我们发现自己不足够，事实是上帝能够供应我们所需的一切！当我们选择彼此站在一起时，我们就找到站起来的力量和勇气，因为我们知道自己不是一个人在战斗，并且上帝的目的将会实现。

你是否知道谁在独自争战？与他并肩，和他站在一起，要知道你可能是他突破的关键！

反思

1. 在你遇到困难的时候，别人如何支持你？这让你有什么感受？
2. 找一个你可以投入时间和精力的人（比如一个初信徒）。委身看到那个人在与神同行的过程中成长。

祷告

亲爱的上帝，求祢使我看见祢安置在我生命的人。对那些正在经历困境的人，求祢赐给我一颗怜悯他们的心。我知道，祢将使我能够与他们站在一起，相信祢会带来突破。我奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传25章

认识即将到来的突破

耶和華如此說：「你們不要記念從前的事，也不要思想古時的事。」看哪，我要做一件新事，如今要發現，你們豈不知道嗎？我必在曠野開道路，在沙漠開江河。

以賽亞書 43:18-19

靈修

世界上最高的樹可以長到110米，並可以生存到1800年以上。但是，我們很容易忘記，即使是最高大的樹也是從最小的種子中生長出來的。看上去壯麗而雄偉的樹，實際上是一顆可以塞入孩子手中的小種子開始的。

上帝在你的生命中一直在動工。在以賽亞書第43章，上帝啟示自己是一個有創造力的上帝，即使我們可能看不見，但祂總是在幕後。上帝不希望我們停滯不前。相反的，祂一直在我們裡面動工，帶領我們進入祂在我們生命中的計劃和目的。在你的生命中缺乏進步或改變而感到沮喪的時候，請不要懷疑！相反的，即使你可能看不到上帝，也要相信祂正在積極地在你的生命動工。

不要限制上帝可做的事！以色列國經歷了三年的乾旱之後，以利亞在列王記上18章中懇切祈求降雨。即使下雨的跡象像小巧的雲朵，形狀像人的拳頭一樣大，但以利亞毫無疑問地知道上帝已經回答了祂的禱告，並且將會下大雨。上帝渴望在我們裡面做的大事，往往看起來很小和不重要。不要輕視微小的開始！相反的，抓住時機，相信你所看見的，這只是上帝要在你的生命中完成的一部分而已。

當你感覺到生命沒什麼改變時，請通過承認自己是個“進行中的工作”來鼓勵自己！當我們允許上帝在我們裡面動工時，祂使我們從榮耀到榮耀成長，直到我們體驗祂在我們生命中美好的計劃和目的。

反思

1. 你的生命是否有想要突破的領域？列出你在該領域取得的小勝利，並提醒自己正在取得突破。
2. 有哪些原因使你無法取得突破？（例如，害怕承擔更大的責任，擔心帶來不便）

禱告

親愛的上帝，我相信祢是突破的神，並且祢正在積極帶領我進入祢為我的生命所安排的計劃。幫助我向祢的帶領敞開心門，知道祢正在與我同行，以完成祢為我所準備的一切。我奉耶穌的名禱告，阿們！

坚持到底

弟兄们，我不是以为自己已经得着了。我只有件事，就是忘记背后努力面前的，向着标竿直跑，要得神在基督耶稣里从上面召我来得的奖赏。

腓立比书 3:13-14

灵修

完成全程42.195公里的马拉松绝非易事。即使是一个经验丰富的运动员，要完成比赛，他也需要选择继续前进，尽管途中可能会出现疼痛和疲惫。

使徒保罗认识到基督徒的旅程就像一场赛跑。在腓立比书第3章，他教导我们如何完成赛跑

- **忘记背后** - 我们过去的错误、失败和缺点会拦阻我们进入上帝的计划和人生的目的。如果你背负着过去的重担，你将跑不了多远。
- **向前看** - 上帝为你的生命有一个计划和目的。让你定睛上帝对你生命的呼召，并采取刻意的步骤时，这使你更接近上帝对你的计划和目的。
- **坚持到底** - 不要被你的过去所拦阻，努力面前的，选择忍受和坚持，即使事情变得艰难，坚持下去，直到你达到目标。

与其让内疚、羞愧或无价值的感觉让我们气馁，不如让我们选择转移注意力，期待在比赛结束时等待我们的永恒回报。只要我们坚持到底，上帝就会在我们前进的每一步中教导、指导和装备我们 - 但愿我们唯一回首的时候是为了看看我们走了多远！

反思

1. 花点时间列出你生命中阻碍你前进的地方(例如过去的内疚，不良的习惯)。你可以采取哪些实际的步骤来摆脱这些地方？
2. 当事情变得艰难时，一个简单的坚持的方法就是回顾过去，提醒自己已经走了多远。庆祝小的胜利，要知道上帝一直在你生命中动工。

祷告

亲爱的上帝，我感谢祢为我的生命制定了目标和计划。今天，我承诺把过去抛在脑后，放眼未来，向祢呼召我的标竿直跑。求祢帮助我，使我定睛仰望祢。相信祢会帮助我完成祢对我所计划的一切。我奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传27章

追求胜利

当耶和华将亚摩利人交付以色列人的日子，约书亚就祷告耶和华，在以色列人眼前说，日头阿，你要停在基遍。月亮阿，你要止在亚雅仑谷。于是日头停留，月亮止住，直等国民向敌人报仇。这事岂不是写在雅煞珥书上吗？日头在天当中停住，不急速下落，约有一日之久。

约书亚记 10:12-13

灵修

在约书亚记第10章，约书亚坚持上帝的应许，要战胜以色列的敌人，直到以色列人取得完全的胜利，他才满足。他的信心导致他请求上帝让日头停止转动。在那个重要的历史时刻，上帝让日头停在中午，直到以色列人彻底打败他们的敌人！

对胜利的追求始于我们心中的信心。在追求胜利的过程中，是没有怀疑的。在激烈的争战中，约书亚大胆的宣告感动了上帝的心。赢得争战的关键首先要相信上帝会完成祂所说的一切。

我们内心的信念决定了我们的回应。当我们知道上帝站在我们这一边时，我们就有勇气提出充满信心要求，并且充满信心地知道上帝会为我们工作。在处境之中，我们开始接受属灵的权威，对我们作为上帝儿女的身份充满信心。继续努力，争夺上帝对你的所有应许，直到你看到它们实现为止！

你在新的一年里之初相信上帝什么？可以与和你祷告和相信的人分享。当你等待上帝为你带来胜利时，请继续祷告，坚持宣告和保持信心的生活！

反思

1. 有哪些大胆的、充满信心的宣告可以让你改变自己的生命呢？今天就在你的生命中宣告它们。
2. 在你的生命中，有没有哪个领域是你没有经历过得胜的？当你继续追求得胜的应许时，把你的疑惑交给上帝，求圣灵更新你的信心。

祷告

亲爱的上帝，我知道祢为我计划美好的事。祢的话是信实的。求祢帮助我，不管我的处境如何，仍持守祢的应许，使我的信心坚固，直到我经历得胜。我奉耶稣的名祷告，阿们。

今日经文阅读：使徒行传28章

