

3月6日

预苦期 第一个主日



默想经文 3月7-12日



读经

当人子在他荣耀里、同著众天使降临的时候，要坐在他荣耀的宝座上。万民都要聚集在他面前。他要把他们分别出来，好像牧羊的分别绵羊山羊一般，把绵羊安置在右边，山羊在左边。于是王要向那右边的说：「你们这蒙我父赐福的，可来承受那创世以来为你们所预备的国；因为我饿了，你们给我吃，渴了，你们给我喝；我作客旅，你们留我住；我赤身露体，你们给我穿；我病了，你们看顾我；我在监里，你们来看我。」义人就回答说：「主啊，我们甚么时候见你饿了，给你吃，渴了，给你喝？甚么时候见你作客旅，留你住，或是赤身露体，给你穿？又甚么时候见你病了，或是在监里，来看你呢？」王要回答说：「我实在告诉你们，这些事你们既做在我这弟兄中一个最小的身上，就是做在我身上了。」王又要向那左边的说：「你们这被咒诅的人，离开我！进入那为魔鬼和他的使者所预备的永火里去！因为我饿了，你们不给我吃，渴了，你们不给我喝；我作客旅，你们不留我住；我赤身露体，你们不给我穿；我病了，我在监里，你们不来看顾我。」他们也要回答说：「主啊，我们甚么时候见你饿了，或渴了，或作客旅，或赤身露体，或病了，或在监里，不伺候你呢？」王要回答说：「我实在告诉你们，这些事你们既不做在我这弟兄中一个最小的身上，就是不做在我身上了。」这些人要往永刑里去；那些义人要往永生里去。（马太福音 25:31-46）

默想

原来在我们身边，不难发现主所说的小弟兄存在着。你认为主耶稣希望引领我们有甚么属灵生命的操练？

祈祷

全能永恒的神啊！求祢仁慈地给我们加添祢的恩赐，在施予、祷告和禁食这些圣洁操练上，指引我们的生命去遵行祢至仁至慈的旨意；因我们主耶稣基督、圣灵和祢，是永活的主、独一的神、直到永永远远，阿们！



读经

你们祷告，不可像外邦人，用许多重复话，他们以为话多了必蒙垂听。你们不可效法他们；因为你们没有祈求以先，你们所需用的，你们的父早已知道了。所以，你们祷告要这样说：我们在天上的父：愿人都尊你的名为圣。愿你的国降临；愿你的旨意行在地上，如同行在天上。我们日用的饮食，今日赐给我们。免我们的债，如同我们免了人的债。不叫我们遇见试探；救我们脱离凶恶。因为国度、权柄、荣耀，全是你的，直到永远。阿们！「你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯；你们不饶恕人的过犯，你们的天父也必不饶恕你们的过犯。」(马太福音 6:7-15)

默想

向神祈祷，是神的儿女每天的灵性操练。主祷文，因为是主耶稣祷告的完美示范，深信已经重生得救的基督徒，靠主恩典可以说得出，也定能做得到，让我们不单背诵，也从心底愿意跟随主耶稣指导。

祈祷

神啊！求祢赐祢的子民恩典，让人能抵受世上、肉身和魔鬼的诱惑，使人有纯洁的心怀意念去跟随祢，独一的真神；因祢的儿子，我们主耶稣基督、圣灵和祢，是永活的主、独一的神、直到永永远远，阿们！



读经

耶和華的話二次臨到約拿說：「你起來！往尼尼微大城去，向其中的居民宣告我所吩咐你的話。」約拿便照耶和華的話起來，往尼尼微去。這尼尼微是極大的城，有三日的路程。約拿進城走了一日，宣告說：「再等四十日，尼尼微必傾覆了！」尼尼微人信服神，便宣告禁食，從最大的到至小的都穿麻衣。這信息傳到尼尼微王的耳中，他就下了寶座，脫下朝服，披上麻布，坐在灰中。他又使人遍告尼尼微通城，說：「王和大臣有令，人不可嘗甚么，牲畜、牛羊不可吃草，也不可喝水。人与牲畜都當披上麻布；人要切切求告神。各人回頭離開所行的惡道，丟棄手中的強暴。或者神轉意後悔，不发烈怒，使我们不致灭亡，也未可知。」于是神察看他们的行为，见他们离开恶道，他就后悔，不把所说的灾祸降与他们了。（约拿书 3:1-10）

默想

弟兄姊妹，你知道上主赐恩祝福我们的目的是要藉著我们祝福其他仍未认识主的人吗？约拿是个不自愿的宣教士，假若上帝的呼召临到你，你又愿意吗？你看到教会及社会中有恶行没有？假若有的话，你会为他们举起祷告的手吗？为国家及社会的领导人祈祷吗？

祈祷

神啊！在这神圣的节期，我们的心寻求祢的帮助和医治，求祢赐福我们。以祢的教导洁净我们，使我们能在我们主—救主耶稣基督的恩典和知识上有长进；因主耶稣基督、圣灵和祢，是永活的主、独一的神、直到永永远远，阿们！



读经

「你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；叩门，就给你们开门。因为凡祈求的，就得著；寻找的，就寻见；叩门的，就给他开门。你们中间谁有儿子求饼，反给他石头呢？求鱼，反给他蛇呢？你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女，何况你们在天上的父，岂不更把好东西给求他的人吗？所以，无论何事，你们愿意人怎样待你们，你们也要怎样待人，因为这就是律法和先知的道理。」(马太福音 7:7-12)

默想

我们需要承认，特别是在现代非常撕裂的社会，会有哪些与我们持不同意见的人。我们需要求神保守，以致可以对这些持不同意见的人互相尊重，将上帝的恩典活出来。

祈祷

神啊！求祢施恩加力给我们，使我们能靠着祢的权能胜过一切属灵上的敌人，并以纯洁的心服侍祢；因我们主耶稣基督、圣灵和祢，是永活的主、独一的神、直到永永远远，阿们！



读经

我告诉你们，你们的义若不胜于文士和法利赛人的义，断不能进天国。你们听见有吩咐古人的话，说：「不可杀人」；又说：「凡杀人的难免受审判。」只是我告诉你们，凡向弟兄动怒的，难免受审判；凡骂弟兄是拉加的，难免公会的审判；凡骂弟兄是魔利的，难免地狱的火。所以，你在祭坛上献礼物的时候，若想起弟兄向你怀怨，就把礼物留在坛前，先去同弟兄和好，然后来献礼物。你同告你的对头还在路上，就赶紧与他息，恐怕他把你送给审判官，审判官交付衙役，你就下在监里了。我实在告诉你，若有一文钱没有还清，你断不能从那里出来。(马太福音 5:20-26)

默想

我们需要谦卑地在神面前生活，明白自己的有限，将天父完全的义，放在人生的价值观中，作为追求的目标。我们不是与别人比较，而是要作为完全的天父的儿女，在地上作祂的代表。在个人的信仰生活上使神得荣耀。

祈祷

主基督，我们永恒的救赎主，在祢的苦难中，求祢赐我们充满祢圣灵的团契，使我们把肉身降服于圣灵，把灵魂降服于祢，最后能进入祢复活的荣耀；因主耶稣基督、圣父和圣灵，是永活的主、独一的神、直到永永远远，阿们！



读经

你们听见有话说：「当爱你的邻舍，恨你的仇敌。」只是我告诉你们，要爱你们的仇敌，为那逼迫你们的祷告。这样就可以作你们天父的儿子；因为他叫日头照好人，也照歹人；降雨给义人，也给不义的人。你们若单爱那爱你们的人，有甚么赏赐呢？就是税吏不也是这样行吗？你们若单请你弟兄的安，比人有甚么长处呢？就是外邦人不也是这样行吗？所以，你们要完全，像你们的天父完全一样。(马太福音 5:43-48)

默想

你生命中有遇见仇敌吗？是的，爱他们是违反理性、不自然的事。唯有上帝的爱叫我们能超越这一点，一次又一次冲破自己的界限，再一次做一件自己不能做的事！愿那加给保罗力量的，也给我们力量，冲破自己的界限。

祈祷

神啊！藉祢的话语奇妙地实践复和的工作：我们在大斋期期间禁食的操练当中，求祢让我们全心归向祢，并在祷告和圣洁的爱中彼此团结合一；因我们主耶稣基督、圣灵和祢，是永活的主、独一的神、直到永永远远，阿们！