

3月6日

預苦期 第一個主日



默想經文 3月7-12日



讀經

當人子在他榮耀裏、同著眾天使降臨的時候，要坐在他榮耀的寶座上。萬民都要聚集在他面前。他要把他們分別出來，好像牧羊的分別綿羊山羊一般，把綿羊安置在右邊，山羊在左邊。於是王要向那右邊的說：「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；因為我餓了，你們給我吃，渴了，你們給我喝；我作客旅，你們留我住；我赤身露體，你們給我穿；我病了，你們看顧我；我在監裏，你們來看我。」義人就回答說：「主啊，我們甚麼時候見你餓了，給你吃，渴了，給你喝？甚麼時候見你作客旅，留你住，或是赤身露體，給你穿？又甚麼時候見你病了，或是在監裏，來看你呢？」王要回答說：「我實在告訴你們，這些事你們既做在我這弟兄中一個最小的身上，就是做在我身上了。」王又要向那左邊的說：「你們這被咒詛的人，離開我！進入那為魔鬼和他的使者所預備的永火裏去！因為我餓了，你們不給我吃，渴了，你們不給我喝；我作客旅，你們不留我住；我赤身露體，你們不給我穿；我病了，我在監裏，你們不來看顧我。」他們也要回答說：「主啊，我們甚麼時候見你餓了，或渴了，或作客旅，或赤身露體，或病了，或在監裏，不伺候你呢？」王要回答說：「我實在告訴你們，這些事你們既不做在我這弟兄中一個最小的身上，就是不做在我身上了。」這些人要往永刑裏去；那些義人要往永生裏去。（馬太福音 25:31-46）

默想

原來在我們身邊，不難發現主所說的小弟兄存在着。你認為主耶穌希望引領我們有甚麼屬靈生命的操練？

祈禱

全能永恆的神啊！求祢仁慈地給我們加添祢的恩賜，在施予、禱告和禁食這些聖潔操練上，指引我們的生命去遵行祢至仁至慈的旨意；因我們主耶穌基督、聖靈和祢，是永活的主、獨一的神、直到永永遠遠，阿們！



讀經

你們禱告，不可像外邦人，用許多重複話，他們以為話多了必蒙垂聽。你們不可效法他們；因為你們沒有祈求以先，你們所需用的，你們的父早已知道了。所以，你們禱告要這樣說：我們在天上的父：願人都尊你的名為聖。願你的國降臨；願你的旨意行在地上，如同行在天上。我們日用的飲食，今日賜給我們。免我們的債，如同我們免了人的債。不叫我們遇見試探；救我們脫離凶惡。因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。阿們！「你們饒恕人的過犯，你們的天父也必饒恕你們的過犯；你們不饒恕人的過犯，你們的天父也必不饒恕你們的過犯。」（馬太福音 6:7-15）

默想

向神祈禱，是神的兒女每天的靈性操練。主禱文，因為是主耶穌禱告的完美示範，深信已經重生得救的基督徒，靠主恩典可以說得出，也定能做得到，讓我們不單背誦，也從心底願意跟隨主耶穌指導。

祈禱

神啊！求祢賜祢的子民恩典，讓人能抵受世上、肉身和魔鬼的誘惑，使人有純潔的心懷意念去跟隨祢，獨一的真神；因祢的兒子，我們主耶穌基督、聖靈和祢，是永活的主、獨一的神、直到永永遠遠，阿們！



讀經

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，人不可嘗甚麼，牲畜、牛羊不可吃草，也不可喝水。人與牲畜都當披上麻布；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，不發烈怒，使我們不致滅亡，也未可知。」於是神察看他們的行為，見他們離開惡道，他就後悔，不把所說的災禍降與他們了。（約拿書 3:1-10）

默想

弟兄姊妹，你知道上主賜恩祝福我們的目的是要藉著我們祝福其他仍未認識主的人嗎？約拿是個不自願的宣教士，假若上帝的呼召臨到你，你又願意嗎？你看到教會及社會中有惡行沒有？假若有的話，你會為他們舉起禱告的手嗎？為國家及社會的領導人祈禱嗎？

祈禱

神啊！在這神聖的節期，我們的心尋求祢的幫助和醫治，求祢賜福我們。以祢的教導潔淨我們，使我們能在我們主—救主耶穌基督的恩典和知識上有長進；因主耶穌基督、聖靈和祢，是永活的主、獨一的神、直到永永遠遠，阿們！



讀經

「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。你們中間誰有兒子求餅，反給他石頭呢？求魚，反給他蛇呢？你們雖然不好，尚且知道拿好東西給兒女，何況你們在天上的父，豈不更把好東西給求他的人嗎？所以，無論何事，你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人，因為這就是律法和先知的道理。」（馬太福音 7:7-12）

默想

我們需要承認，特別是在現代非常撕裂的社會，會有哪些與我們持不同意見的人。我們需要求神保守，以致可以對這些持不同意見的人互相尊重，將上帝的恩典活出來。

祈禱

神啊！求祢施恩加力給我們，使我們能靠着祢的權能勝過一切屬靈上的敵人，並以純潔的心服侍祢；因我們主耶穌基督、聖靈和祢，是永活的主、獨一的神、直到永永遠遠，阿們！



讀經

我告訴你們，你們的義若不勝於文士和法利賽人的義，斷不能進天國。你們聽見有吩咐古人的話，說：「不可殺人」；又說：「凡殺人的難免受審判。」只是我告訴你們，凡向弟兄動怒的，難免受審判；凡罵弟兄是拉加的，難免公會的審判；凡罵弟兄是魔利的，難免地獄的火。所以，你在祭壇上獻禮物的時候，若想起弟兄向你懷怨，就把禮物留在壇前，先去同弟兄和好，然後來獻禮物。你同告你的對頭還在路上，就趕緊與他和息，恐怕他把你送給審判官，審判官交付衙役，你就下在監裏了。我實在告訴你，若有一文錢沒有還清，你斷不能從那裏出來。(馬太福音 5:20-26)

默想

我們需要謙卑地在神面前生活，明白自己的有限，將天父完全的義，放在人生的價值觀中，作為追求的目標。我們不是與別人比較，而是要作為完全的天父的兒女，在地上作祂的代表。在個人的信仰生活上使神得榮耀。

祈禱

主基督，我們永恆的救贖主，在祢的苦難中，求祢賜我們充滿祢聖靈的團契，使我們把肉身降服於聖靈，把靈魂降服於祢，最後能進入祢復活的榮耀；因主耶穌基督、聖父和聖靈，是永活的主、獨一的神、直到永永遠遠，阿們！



讀經

你們聽見有話說：「當愛你的鄰舍，恨你的仇敵。」只是我告訴你們，要愛你們的仇敵，為那逼迫你們的禱告。這樣就可以作你們天父的兒子；因為他叫日頭照好人，也照歹人；降雨給義人，也給不義的人。你們若單愛那愛你們的人，有甚麼賞賜呢？就是稅吏不也是這樣行嗎？你們若單請你弟兄的安，比人有甚麼長處呢？就是外邦人不也是這樣行嗎？所以，你們要完全，像你們的天父完全一樣。（馬太福音 5:43-48）

默想

你生命中有遇見仇敵嗎？是的，愛他們是違反理性、不自然的事。唯有上帝的愛叫我們能超越這一點，一次又一次衝破自己的界限，再一次做一件自己不能做的事！願那加給保羅力量的，也給我們力量，衝破自己的界限。

祈禱

神啊！藉祢的話語奇妙地實踐復和的工作：我們在大齋期期間禁食的操練當中，求祢讓我們全心歸向祢，並在禱告和聖潔的愛中彼此團結合一；因我們主耶穌基督、聖靈和祢，是永活的主、獨一的神、直到永永遠遠，阿們！