

GO

遵主使命
使命在前，蒙召前行

2026年8月31日 - 2026年10月11日



衛理公會福靈堂
FOCHOW METHODIST CHURCH

2026年第四季度《陪你一起吃灵粮》 | 主题：「遵主使命」

亲爱的 福灵一家：

愿主的平安与你们同在。

当我们进入 2026 年的最后一个季度，我们进入「遵主使命」的行动之中。我们不是盲目地前行，而是带着先知的预言与将临期的应许，继续迈步。圣灵引导我们选择了来自大先知书、小先知书和福音书所发出的不同声音——以赛亚书（第 1–9 章，40–50 章）的高亢呼声，弥迦书的锐利挑战，以及将临期福音书的经课。其中的信息犹如三股绳索编织在一起，必不断折。

为什么是以赛亚书？这些章节带领我们从对虚假宗教的雷霆斥责（赛 1），到「有一婴孩为我们而生」的温柔应许（赛 9）。接着跃入「你们要安慰，安慰我的百姓」（赛 40），直到受苦的仆人（赛 52–53）。以赛亚预备我们去遵主使命——因为我们先看见了那位至圣者高高坐在宝座上。遇见圣者之后，你无法再停留原地。

为什么是弥迦书？这位小先知在「遵主使命」的季节里发出大信息。弥迦书 6:8 是我们的指南针：「世人哪，耶和华已指示你何为善。他向你所要的是什么呢？只要你行公义，好怜悯，存谦卑的心，与你的上帝同行。」当我们走进社区与职场，弥迦提醒我们：我们的脚步是为了表演，还是真诚流露？将临期的子民不是急促奔跑，而是谦卑同行，以公义和怜悯为随身行囊。

为什么是将临期福音书？因为「遵主使命」若没有目标，就毫无意义。将临期宣告：上帝亲自来到我们中间，好使我们为祂而前去。福音书向我们展现：施洗约翰预备道路，耶稣亲近我们，马利亚的回应「愿照你的话成就在我身上」。福音书提醒我们：在去到世界之前，我们必须先走向马槽。道成了肉身——如今这道也在我们口中。

所以，拿起这份资料，让我们「陪你一起吃灵粮」吧。去传讲，去爱人，去服事，去跪拜。因为旅程本身就是敬拜。

与您一同等候主的降临，

福灵堂教牧团

以赛亚书》简介

《以赛亚书》是旧约中篇幅最长、影响最深远的先知书之一。作者是先知以赛亚，他蒙召于乌西雅王去世那年（约主前740年，参赛6章），在犹大国事奉约四十多年，经历乌西雅、约坦、亚哈斯和希西家四位君王的时代。当时亚述帝国日益强盛，犹大面对内忧外患，百姓远离上帝，敬拜流于形式，社会充满不公与罪恶。

以赛亚不断呼吁百姓悔改归向上帝，同时宣告审判与盼望并存的信息。上帝是圣洁、公义的君王，必审判罪恶；然而，祂也是守约施慈爱的上帝，必亲自施行拯救，借着祂所应许的弥赛亚，为百姓带来真正的救恩。因此，《以赛亚书》常被称为「旧约中的福音书」，因为书中关于基督降生、受苦、受死和国度降临的预言，比其他先知书更加丰富而清晰。

在本季度的灵修中，我们将阅读第1–9章及40–53章。这些经文带领我们从上帝对虚假敬拜的责备（第1章），到先知蒙召看见上帝的圣洁（第6章）；从「有一婴孩为我们而生」（9:6）的弥赛亚应许，到「你们要安慰，安慰我的百姓」（40:1）的盼望；最后来到受苦仆人为世人担当罪孽（52–53章）的救赎高峰。正如教牧前言所提醒我们的，真正的「遵主使命」，始于我们先遇见那位高高坐在宝座上的圣者，然后回应祂的呼召，走向世界。

钥节：

有一婴孩为我们而生；有一子赐给我们。政权必担在他的肩头上；他名称为奇妙策士、全能的上帝、永在的父、和平的君。（以赛亚书 9:6）

《以赛亚书》的结构

章节	内容	主题
1–39章	审判与警告	上帝的圣洁、公义，以及对悖逆百姓和列国的审判
40–55章	安慰与救赎	上帝安慰被掳的百姓，借着受苦仆人带来救恩
56–66章	更新与盼望	上帝应许新的耶路撒冷和祂永恒国度的荣耀

《以赛亚书》不断提醒我们：真正的信仰，不只是外在的宗教行为，而是因认识圣洁的上帝而生命被更新；真正的盼望，不是在环境改变，而是在上帝所应许的救恩。当我们仰望那位为我们而来的弥赛亚，也愿我们回应祂的呼召，在今天的世界上活出圣洁、公义、怜悯的生命，成为祂救恩的见证人。

如何操练灵修

上帝是有位格的灵，意思是我们的天父上帝不是一个称呼而已，而是父亲一样，祂愿意与我们认识、沟通、亲密同行。

灵修就是特别把时间空出来，去认识、亲近天父，借着读经来认识祂的心意，也借着祷告与祂交谈。每天在特定时段阅读圣经、默想和祷告，可以帮助我们经历上帝的同在及引导。耶稣生活在世上时，就多次离开人群和门徒，单独与天父亲密交流，从中得着力量和方向，继续完成祂的使命。

一、灵修的目的

1. 特别来亲近上帝，与上帝交往

天尚未亮我呼喊求救，我仰望你的话。我终夜双眼睁开，为要思想你的言语。（诗篇 119:147-148，和合本修订版）

2. 特别到上帝面前支取能力，得祂引导

祢的话是我脚前的灯，是我路上的光。（诗篇 119:105，和合本修订版）

3. 特别到上帝面前，使心意更新，活出在基督里的新生命

圣经都是上帝所默示的，于教训、督责、使人归正、教导人学义都是有益的，叫属上帝的人得以完全，预备行各样的善事。（提摩太后书 3:16-17，和合本修订版）

二、灵修前的准备

时间：选一天中能够安静独处的时段，早晨或夜间都可以。

场所：一个安静、不被打扰的地方。

预备：圣经、赞美诗、灵修笔记本、笔。

个人：让自己怀有清静而爱慕上帝的心。

三、灵修的方法

灵修的方式不是一成不变的，正如我们与家人相处，不会总是遵循一定的模式，我们与天父相处的时间也是一样。但我们可以借着以下的简易方式开始操练灵修，去亲近我们天上的父。

1. 以赞美和祷告开始

- 安静下来，以一首诗篇或诗歌赞美上帝，敬拜上帝。
- 祷告时，可以参考所唱的诗篇或诗歌的内容来向上帝献上赞美。
- 感谢上帝赐给我新的一天，并求上帝带领我这一天的生活。
- 祈求上帝的灵帮助我明白圣经——上帝的话。

2. 读经与默想

- a. 读经：带着渴慕、敬畏的态度，默读或大声读出每日的经文，至少读两三遍。
- b. 默想：这段经文中，留意是哪一段、哪一句、或哪个关键词给我感动？可以参考以下的提示来思想经文：
 - 这段经文如何让我更认识上帝？
 - 这段经文如何提到上帝和人的关系？
 - 有什么过犯需要承认？
 - 有什么应许可以抓住？
 - 有什么榜样可以效仿？
 - 有什么恩典可以数算？
 - 有什么真理需要相信？
 - 有什么诫命需要遵守？
 - 有什么习惯需要改变？
- c. 记录：把给你感动的经文抄录下来，接着写下默想的回应。

3. 回应与祷告

我们对上帝话语的回应，就是将祂的话语实践在生活中。耶稣说，“有了我的命令而又遵守的人，就是爱我的；爱我的人，我父要爱他，我也要爱他，并且要亲自向他显现。”

（约翰福音14:21，和合本修订版）

我们的回应应注意以下三点：

- a. 个人化～是与我有关的。
- b. 具体化～是我生活中具体的事情，不是笼统模糊的。
- c. 可行性～是我能做到的事情。

最后，以祷告来结束。

使用今天所读的经文向天父祷告，向祂献上感谢，并祈求祂的圣灵帮助你应用今天所领受的话语。

结语

与上帝建立亲密的关系，是一生的事。亲近上帝最基本就是借着读经和祷告。

当然，我们在做任何事情的时候都默想上帝，因为上帝是无所不在的——不仅仅是在教会，不仅仅在我们跪下来祷告的时候，上帝才与我们同在。在做家务、坐巴士的时候，上帝都与我们同在。但我们的问题是让读经变成了义务，成了一个该尽的仪式，或是因为不知道怎么灵修，因害怕做不好而不去做。

我们天上的父，喜爱我们亲近祂。天父不看我们灵修做得对不对，因为圣经的应许是，“要亲近上帝，上帝就必亲近你们。”（雅各书4:8，和合本修订版）

参考与摘录:

1. 《灵修指引》，

<https://simplified-odb.org/appointments-with-god/devotion-guide/>

2. 《新生命、新生活》，大使命门徒训练

每日灵修经文

Date	Verses	Date	Verses
31/8	以赛亚书 1:1-9	21/9	以赛亚书 12:1-6
1/9	以赛亚书 1:10-17	22/9	以赛亚书 25:1-9
2/9	以赛亚书 1:18-20	23/9	以赛亚书 26:1-9
3/9	以赛亚书 5:1-7	24/9	以赛亚书 35:1-10
4/9	路加福音 3:7-14	25/9	彼得前书 2:4-10
5/9	每周反思	26/9	每周反思
6/9	主日证道—赛 1:2-3, 10-20	27/9	主日证道—彼前 2:9
7/9	以赛亚书 5:20-30	28/9	以赛亚书 37:1-7, 14-20
8/9	以赛亚书 6:1-4	29/9	以赛亚书 38:1-8, 15-20
9/9	以赛亚书 6:5-7	30/9	以赛亚书 39:1-8
10/9	以赛亚书 6:8-13	1/10	以赛亚书 40:1-11
11/9	路加福音 5:1-11	2/10	马可福音 1:1-8
12/9	每周反思	3/10	每周反思
13/9	主日证道—赛 6:1-8	4/10	主日证道—赛 40:1-11
14/9	以赛亚书 7:1-9	5/10	以赛亚书 40:12-31
15/9	以赛亚书 7:10-17	6/10	以赛亚书 41:1-10
16/9	以赛亚书 8:11-22	7/10	以赛亚书 41:17-20
17/9	以赛亚书 9:1-7	8/10	以赛亚书 42:1-9
18/9	马太福音 4:12-17	9/10	马太福音 12:15-21
19/9	每周反思	10/10	每周反思
20/9	主日证道—以赛亚书 9:1-7	11/10	主日证道—以赛亚书42:1-9

以赛亚书 1:1-9

《以赛亚书》一开始就揭露以色列人与上帝破裂的关系。上帝如父亲一般养育、照顾自己的百姓，他们却背叛祂，甚至不再认识自己的主。这种属灵上的悖逆，也影响了他们整个生命。然而，即使在审判中，上帝仍施怜悯，为他们存留余民。

反思：

我是否因为太熟悉信仰，渐渐忘记自己多么需要上帝？
生命中有哪些地方需要重新回到祂面前？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 1:10-17

百姓照常献祭、祷告、守节，但他们的生活并没有改变。上帝责备这样的敬拜，因为他们一面亲近祂，一面继续行恶，漠视身边的不公义。上帝呼召他们离开恶行，学习行善，寻求公平，也为受欺压和弱小的人伸张正义。

反思：

我的敬拜与日常生活是否一致？今天，上帝在哪一件事上呼召我「学习行善」？

默想笔记 

回应与祷告 

以赛亚书 1:18-20

指出百姓的罪之后，上帝仍主动呼吁他们回转。即使他们的罪像朱红一样明显，上帝仍应许洁净他们，使他们变成雪白。上帝让我们看见自己的罪，不只是一要责备我们，更是要我们回到祂面前，接受祂的赦免与洁净，重新与祂建立关系。

反思：

我是否正在隐藏、合理化，或不愿面对某些罪？

今天，我愿意怎样回应上帝的邀请，重新回到祂面前？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 5:1-7

以赛亚把上帝的百姓比作一座葡萄园。上帝细心栽种、悉心照料，期待结出好果子，最终却只结出坏果子。上帝在百姓中寻找公平和公义，看见的却是欺压和苦难。上帝赐给我们恩典，也期待我们的生命结出果子，活出祂所喜悦的样式。

反思：

我的生命正在结出怎样的果子？我对待别人和每天所作的选择，是否反映上帝的公义、怜悯和圣洁？

默想笔记



回应与祷告



路加福音 3:7-14

施洗约翰呼吁百姓「结出果子来，和悔改的心相称」。当众人问他应该怎样做时，他给出的答案非常实际：与缺乏的人分享、诚实待人，也不要利用自己的权力欺压别人。真正的悔改不只是为罪难过；当我们的心真正转向上帝，态度、选择和待人处事的方式也会随之改变。

反思：

如果我的悔改是真实的，别人会从我的生命中看见什么改变？这一周，我可以踏出哪一步，以实际行动回应上帝？

默想笔记



回应与祷告



5/9
(六)

每周灵修反思

笔记



回应与祷告



6/9
(日)

主日证道：《悔改中前行》

经文：以赛亚书 1:2-3, 10-20

聆听上帝要对你说的话，并思考如何回应祂？

笔记



回应与祷告



以赛亚书 5:20–30

在以赛亚看见上帝的圣洁之前，他先指出百姓深陷罪中的光景。他们颠倒是非，以恶为善，以暗为光，还自以为有智慧。他们的问题不只是行为上的过犯，更是失去了上帝判断善恶的标准。罪会扭曲我们的眼光，使我们无法正确看待上帝、自己和身边的世界。

反思：

我是否已经习惯了一些上帝不喜悦的态度或选择？有哪些地方，我需要上帝纠正我的眼光？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 6:1-4

乌西雅王去世那年，以赛亚看见主坐在高高的宝座上。地上的君王离去了，国家的前景充满不安，但真正的君王仍然掌权。撒拉弗彼此呼喊：「圣哉！圣哉！圣哉！万军之耶和华。」整个圣殿也因上帝的临在震动。以赛亚的蒙召，不是从接受一项任务开始，而是从看见上帝是谁开始。

反思：

面对生活中的不安和未知，我通常从哪里寻找安全感？

认识上帝的圣洁和掌权，会怎样改变我面对环境的态度？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 6:5-7

站在圣洁的上帝面前，以赛亚突然看清了自己，说：「祸哉！我灭亡了！」他承认自己的污秽，也知道自己不配站在上帝面前。然而，上帝没有任凭他停留在罪疚中。祭坛上的炭沾了他的口，他的罪孽便得到赦免。在以赛亚受差遣之前，他先经历了上帝洁净的恩典。

反思：

上帝的圣洁让我看见自己生命中哪些真实的光景？我是在努力使自己配得上帝，还是倚靠祂的恩典得着赦免和洁净？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 6:8-13

上帝洁净以赛亚之后问：「我可以差遣谁呢？谁肯为我们去呢？」以赛亚回答：「我在这里，请差遣我！」然而，上帝交给他的使命并不容易。许多人听见信息，却不会回转。以赛亚仍要忠心传讲，把结果交在上帝手中。回应上帝的呼召，不一定马上看见成果，却需要我们忠心地顺服祂。

反思：

即使任务困难、结果也不确定，我仍愿意顺服上帝吗？今天，上帝可能在哪一件事上呼召我说：「我在这里，请差遣我」？

默想笔记



回应与祷告



路加福音 5:1-11

彼得亲眼看见耶稣使他们捕到满船的鱼，就俯伏在祂面前说：「主啊，离开我，我是个罪人！」就像以赛亚一样，遇见主使彼得看见自己的不配。然而，耶稣没有离开他，反而对他说：「不要怕！」耶稣以恩典接纳彼得，又呼召他跟随自己，赐给他新的使命——从今以后，他要得人。

反思：

经历耶稣的恩典，怎样改变我对自己和人生使命的看法？
在跟随耶稣的路上，祂要我走近谁，把福音的恩典带给他？

默想笔记



回应与祷告



12/9
(六)

每周灵修反思

笔记



回应与祷告



13/9
(日)

主日证道：《蒙洁净，受差遣》

经文：以赛亚书 6:1-8

聆听上帝要对你说的话，并思考如何回应祂？

笔记



回应与祷告



以赛亚书 7:1-9

强敌逼近耶路撒冷，亚哈斯王和犹太百姓都非常害怕。上帝借着以赛亚告诉亚哈斯：「不要害怕。」眼前的危机是真实的，但上帝要祂的百姓坚定倚靠祂，不让恐惧左右自己的决定。面对未知的处境，信心让我们从上帝是谁的角度，重新看眼前的困难。

反思：

现在有什么事情使我感到害怕或忧虑？我是在让恐惧影响自己的决定，还是学习信靠上帝？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 7:10-17

上帝赐给亚哈斯一个记号：「必有童女怀孕生子，给他起名叫以马内利。」即使亚哈斯不愿信靠上帝，上帝仍然信守祂的应许。「以马内利」就是「上帝与我们同在」。真正的盼望，不在于我们能否掌控环境，而在于上帝应许与祂的百姓同在。

反思：

当事情超出我的掌控时，我通常会从哪里寻找安全感？记得上帝与我同在，会怎样改变我面对困难的态度？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 8:11-22

上帝提醒以赛亚，不要跟随周围的人一起恐惧，也不要走他们所走的路，而要尊耶和華為聖，單單倚靠祂。然而，許多人寧願從別處尋找指引，最後卻落在困苦和黑暗之中。當四周充滿不安和恐懼時，我們選擇聽誰的聲音，也顯出我們的心真正倚靠誰。

反思：

哪些聲音最容易影響我面對困難和未知時的想​​法？當身邊的人都感到不安時，我可以怎樣學習信靠上帝？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 9:1-7

「在黑暗中行走的百姓看见了大光。」以赛亚越过当时的黑暗，看见上帝所应许的君王将要来到：「因有一婴孩为我们而生，有一子赐给我们。」祂要以公平和公义掌权，祂的国度也要带来真正而长久的平安。面对世界的黑暗，上帝最终的答案不只是改变环境，而是赐下祂所应许的君王。

反思：

在自己的生命或身边的世界中，我最盼望在哪些地方看见上帝的光？上帝所应许的君王怎样带给我盼望？

默想笔记



回应与祷告



马太福音 4:12-17

马太告诉我们，以赛亚所预言的应许已经在耶稣身上应验。耶稣开始在加利利传道，正是以赛亚所说那片住在黑暗中的地方。上帝所应许的光已经来到，这光不是一个观念，也不只是一篇信息，而是耶稣基督自己。当天国临近，耶稣呼召人悔改，接受祂的掌权，跟随祂走进新的生命。

反思：

今天，我生命中有哪些地方需要基督的光照进来？当我跟随耶稣，身边的人可以怎样从我的生命中看见祂的光？

默想笔记



回应与祷告



19/9
(六)

每周灵修反思

笔记



回应与祷告



20/9
(日)

主日证道：《黑暗中迎见真光》

经文：以赛亚书 9:1-7

聆听上帝要对你说的话，并思考如何回应祂？

笔记



回应与祷告



以赛亚书 12:1-6

以赛亚展望将来的日子，上帝的百姓要因祂的救恩欢喜快乐。经历上帝的安慰和恩典之后，他们要感谢祂、信靠祂，并「在万民中传扬祂的作为」。上帝的救恩不是只留给自己享受的恩典。蒙恩的百姓，也蒙召把祂的美善传扬出去，让更多人认识祂。

反思：

回想自己的生命，有哪些上帝的恩典值得我感恩？这一周，我可以向谁分享祂在我生命中的作为？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 25:1-9

以赛亚赞美上帝的信实，也盼望有一天，上帝要为万民摆设丰盛的筵席。祂要吞灭死亡，擦去人的眼泪，也除去百姓的羞辱。上帝的救恩不局限于一个民族，祂要招聚万民来到祂面前，一同享受祂所赐的救恩。这也是上帝的百姓所盼望、庆贺，并要与人分享的好消息。

反思：

上帝要万民得享救恩的心意，怎样影响我看待与自己不同的人？在我身边，有谁需要听见这份盼望？

默想笔记 

回应与祷告 

以赛亚书 26:1-9

在充满变化和不安的世界里，以赛亚描绘了一群安稳倚靠上帝的百姓：「坚心倚赖你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。」上帝的百姓行在祂的道路上，渴望祂的名被人尊崇。我们为上帝作见证，也从每天倚靠祂、忠心跟随祂的生活开始。

反思：

哪些事情最容易夺走我心里的平安，使我难以信靠上帝？
今天，我可以怎样让自己的心重新专注在祂身上？

默想笔记 

回应与祷告 

以赛亚书 35:1-10

以赛亚描绘上帝救赎所带来的美好景象：旷野要开花，软弱的手要坚壮，胆怯的人要听见：「你们要刚强，不要惧怕。看哪，你们的上帝必来！」瞎子的眼睛要睁开，聋子的耳朵要听见，蒙救赎的百姓也要欢喜归回。上帝的拯救带来更新，也给疲惫和害怕的人带来盼望。

反思：

我的生命有哪些地方需要上帝更新和恢复？在我身边，有谁正感到疲惫或害怕，需要我把从上帝而来的盼望带给他？

默想笔记 

回应与祷告 

彼得前书 2:4-10

彼得称信徒为「被拣选的族类，是有君尊的祭司，是圣洁的国度，是属上帝的子民」。这样的身份不是让我们自夸，而是带着一个使命：要「宣扬那召你们出黑暗、入奇妙光明者的美德」。上帝把我们聚集成为祂的子民，使我们在这个世界中，一同借着言语和生活，让人认识祂的美善。

反思：

成为上帝子民的一分子，对我来说意味着什么？我可以怎样与教会的弟兄姐妹一起，让身边的人认识上帝的美善？

默想笔记 

回应与祷告 

26/9
(六)

每周灵修反思

笔记



回应与祷告



27/9
(日)

主日证道：《福灵一家，代代塑造门徒》

经文：彼得前书 2:9

聆听上帝要对你说的话，并思考如何回应祂？

笔记



回应与祷告



以赛亚书 37:1-7, 14-20

耶路撒冷面对强大的亚述军队，希西家王也收到敌人威吓的信。面对危机，他没有只靠自己的力量解决，而是把信带到上帝面前祷告。他再次认定，唯有上帝是掌管地上万国的主。当眼前的问题大得让我们不知所措，上帝邀请我们来到祂面前，把心里的惧怕和重担交托给祂。

反思：

今天，我有什么重担或惧怕需要带到上帝面前？我是在独自承担，还是学习倚靠祂？

默想笔记 

回应与祷告 

以赛亚书 38:1-8, 15-20

希西家身患重病，便向上帝呼求。上帝垂听他的祷告，使他的寿命得以延长。回望这段痛苦的经历，希西家更深体会到上帝的信实。上帝没有应许祂的百姓永远不会经历痛苦和忧伤，但无论身处怎样的季节，祂仍然与我们同在，值得我们信靠。

反思：

过去的困难怎样影响了我与上帝的关系？今天面对难处时，上帝过去的哪些信实可以帮助我继续信靠祂？

默想笔记 

回应与祷告 

以赛亚书 39:1-8

经历上帝的拯救之后，希西家骄傲地向巴比伦使者展示自己所有的财宝。以赛亚随即警告，将来这些财宝，甚至希西家的一些后代，都要被带到巴比伦。人的成就、财富和保障都不能长久。第39章结束在被掳的阴影下，上帝的百姓需要一份超越眼前环境、财富和成就的盼望。

反思：

我最容易把安全感建立在哪些成就、财富或事物上？有哪些地方，我需要重新把盼望放在上帝身上？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 40:1-11

在审判与被掳的阴影中，上帝忽然发出充满盼望的信息，你们「要安慰，安慰我的百姓。」上帝没有忘记祂的百姓。祂要带着能力来到，同时也像牧人一样牧养群羊，把羊羔抱在怀中。百姓所要传扬的好消息，正是这位大有能力又满有怜悯的上帝，亲自来到祂的百姓中间，施行拯救。

反思：

今天，我生命中有哪里需要听见上帝安慰的话？我从祂得到的安慰，可以怎样成为别人的好消息？

默想笔记 

回应与祷告 

马可福音 1:1-8

马可引用以赛亚先知的话介绍施洗约翰：「预备主的道，修直祂的路。」几个世纪以前所应许的安慰，如今随着耶稣的来到开始实现。施洗约翰呼吁百姓悔改，为主预备道路，同时不断把人的目光从自己转向那位比他更大的耶稣。我们为主作见证也是如此，不是要人注意自己，而是把人带到耶稣面前。

反思：

为了迎接耶稣，我的生命有哪些地方需要改变？这一周，我可以怎样借着言语和行动，把身边的人带到耶稣面前？

默想笔记



回应与祷告



3/10
(六)

每周灵修反思

笔记



回应与祷告



4/10
(日)

主日证道：《蒙主安慰，传扬佳音》

经文：以赛亚书 40:1-11

聆听上帝要对你说的话，并思考如何回应祂？

笔记



回应与祷告



以赛亚书 40:12-31

以赛亚提醒疲惫的百姓，耶和华是永恒的创造主，祂不疲乏，也不困倦。世上的国家和权势都无法与祂相比，没有任何事情超出祂的智慧和掌管。然而，这位大有能力的上帝也顾念软弱的人，赐力量给疲乏的，使等候祂的人重新得力。我们参与上帝的使命，不是依靠自己的能力，而是倚靠祂所赐的力量继续前行。

反思：

在跟随上帝的道路上，我正在哪些事情上感到疲惫或灰心？我可以怎样不再单靠自己，学习倚靠上帝所赐的力量？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 41:1-10

上帝告诉祂的百姓，不要害怕，因为祂拣选了他们，并没有弃绝他们。他们的信心不在于环境是否顺利，也不在于自己是否有足够的能力，而在于上帝的应许：「不要害怕，因为我与你同在。」呼召他们的上帝，也必坚固、帮助和扶持他们，使他们有勇气活出祂所托付的使命。

反思：

哪些惧怕使我不敢顺服上帝，或不愿踏出去服事别人？知道上帝与我同在，怎样帮助我勇敢前行？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 41:17-20

困苦贫穷的人寻找水，却一无所得，上帝听见他们的呼求。祂应许不会离弃他们，要使旷野有水，使干旱之地长出树木。上帝特别看见人的缺乏，也以怜悯回应他们的需要。作为祂的百姓，我们也蒙召留意那些容易被忽略的人，以实际行动把上帝的怜悯带到他们当中。

反思：

在我的生活圈子里，有哪些有需要的人是我容易忽略的？
今天，我可以用什么实际行动向一个人表达关怀？

默想笔记



回应与祷告



以赛亚书 42:1-9

上帝介绍祂所拣选的仆人，并把祂的灵赐给他。这位仆人要带公理给万邦，却不是以强势和压迫的方式完成使命：「压伤的芦苇，他不折断；将残的灯火，他不吹灭。」他要使人得见光明，使受捆绑的人得自由。上帝的公义与祂对软弱、受伤之人的怜悯，在这位仆人身上同时彰显出来。

反思：

这位仆人所彰显的公义与温柔，怎样挑战我对待别人的方式？这一周，我可以在哪里带出上帝的光、公义与怜悯？

默想笔记



回应与祷告



马太福音 12:15-21

马太告诉我们，以赛亚所预言的仆人就是耶稣。耶稣带来上帝的公义，却不张扬自己，也不压伤已经软弱的人；万民都要仰望祂。作为耶稣的跟随者，我们参与上帝的使命，也要效法祂的样式，以谦卑、温柔和怜悯走近受伤的人，让他们从我们的生命中看见耶稣。

反思：

耶稣让我看见上帝怎样成就祂的使命？今天，我可以怎样以温柔和怜悯对待身边一个需要关怀的人？

默想笔记



回应与祷告



10/10
(六)

每周灵修反思

笔记



回应与祷告



11/10
(日)

主日证道：《跟随真光，传扬公义》

经文：以赛亚书 42:1-9

聆听上帝要对你说的话，并思考如何回应祂？

笔记



回应与祷告



GO

遵主使命 使命在前，蒙召前行

陪你一起吃灵粮

2026年的“遵主使命”季节来临了！它提醒我们每个人都蒙召去践行基督的大使命。通过《以赛亚书》和《弥迦书》，以及将临节期的经课，我们要学习让蒙召前行的脚步更稳健。

求主施恩，使福灵堂从新加坡小印度出发，直至地极，绽放璀璨的福音之光！

日期	主题	经文	讲员
06/09	悔改中前行	以赛亚书 1:2-3, 10-20	刘昌耀牧师
13/09	蒙洁净，受差遣	以赛亚书 6:1-8	李文花传道
20/09	黑暗中迎见真光	以赛亚书 9:1-7	曾秀霞传道
27/09	福灵一家，代代塑造门徒	彼得前书 2:9	陆永德会长
04/10	蒙主安慰，传扬佳音	以赛亚书 40:1-11	刘昌耀牧师
11/10	跟随真光，传扬公义	以赛亚书 42:1-9	李文花传道



新加坡公福靈堂

FOOCHOW METHODIST CHURCH