
GO
遵 主 使 命
使命在前，蒙召前行
2026年11月23日 - 2026年12月31日
衛理公會福靈堂
FOOCHOW METHODIST CHURCH

牧者的话

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，必不折断。

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

将临期简介

将临期，又称将临节，是基督教教会年历的开端。这词源自拉丁文Adventus，意思是“来到”或“驾临”。它通常从圣诞节前的第四个主日开始（最接近11月30日的主日），持续大约四个星期，至12月24日平安夜结束。例如：2026年的将临期从11月29日星期日开始，到12月24日星期四结束。

将临期的属灵意义：

- 回顾基督的初临：追忆并庆祝耶稣基督道成肉身、降生在马槽的救赎恩典。
- 展望基督的再来：提醒信徒在生活中保持醒悟、悔改与盼望，等候主耶稣基督在荣耀中再度降临。

一些将临期的传统与象征：

将临圈（Advent Wreath）：由常青树枝编成的圆环，上面插有四根蜡烛（通常为三根紫色、一根粉红色，部分传统加一根中间的白烛）。每周主日点燃一根，象征着迎向圣诞的光明与倒计时：

- 紫色：象征悔改、克己与醒悟。
- 粉红色：象征将近圣诞时的喜乐（通常在第三主日点燃）。
- 白色：象征基督的圣洁与真光（常在圣诞夜点燃）。

信徒在将临期抛开世俗的喧嚣，透过安静、祈祷、读经与默想，预备心灵庆祝耶稣基督道成肉身、降生在马槽的救赎恩典，以及迎接救主耶稣基督的到来。

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

日期	经节	日期	经节
23/11	提摩太后书 2:8-13	14/12	以弗所书 6:10-17
24/11	启示录 19:1-9	15/12	使徒行传 3:17-4:4
25/11	约翰福音 5:19-40	16/12	马可福音 9:9-13
26/11	启示录 14:6-13	17/12	希伯来书 1:1-4
27/11	帖撒罗尼迦前书 4:1-18	18/12	希伯来书 1:5-14
28/11	每周反思	19/12	每周反思
29/11	主日证道—马可福音13:24-37	20/12	主日证道—路加福音 1:26-38
30/11	启示录 15:1-8	21/12	希伯来书 9:1-14
1/12	启示录 18:1-10	22/12	希伯来书 8:1-13
2/12	路加福音 21:34-38	23/12	马可福音 11:1-11
3/12	帖撒罗尼迦前书 1:2-10	24/12	路加福音 2:1-20
4/12	使徒行传 11:19-26	25/12	马太福音 1:18-25
5/12	每周反思	26/12	每周反思
6/12	主日证道—马可福音 1:1-8	27/12	主日证道—以赛亚书 43:18-19
7/12	使徒行传 2:37-42	28/12	马太福音 2:13-18
8/12	使徒行传 11:1-18	29/12	马太福音 12:46-50
9/12	路加福音 1:5-17	30/12	彼得后书 3:8-13
10/12	腓立比书 3:7-11	31/12	约翰福音 8:12-19
11/12	腓立比书 3:12-16		
12/12	每周反思		
13/12	主日证道— 约翰福音 1:6-8, 19-28		

23/11
（一）

提摩太后书 2:8-13

苦难的确会叫人对上帝失去信心。但是，保罗在这里鼓励信徒在苦难中记念基督并坚定忍耐。保罗借此鼓励提摩太（以及一切信徒）在传福音遭遇逼迫时不要灰心，并要坚信上帝信实可靠的话语。

反思问题

你有传福音传到很灰心丧志的经历吗？你当时怎么做？你现在如何了？还继续传福音吗？你为何有动力继续传呢？若是你已不传福音了，会考虑重新开始吗？请你为自己祷告。

默想笔记

回应与祷告

24/11
（二）

启示录 19:1-9

紧接在巴比伦大城（象征抵挡上帝的世俗强权和经济体系）被倾覆审判之后。天上有大颂赞、二十四位长老和四个活物一同欢呼，齐声高喊「哈利路亚」（意思是「要赞美耶和华」）。全能的上帝掌权，祂对恶者真实公义的审判（为殉道者和仆人申冤）；不仅如此，还有羔羊的婚宴以及新妇的预备。上帝真实的话语告诉我们：祂永恒的旨意终必成就，哀哭必定转为永恒的欢庆。

反思问题

我们以诗歌敬拜上帝时，歌词中常有「哈利路亚」。甚至生活中，我们也会把「哈利路亚」挂嘴边。在唱或说「哈利路亚」时，我们是在表达什么？我们的赞美是否建立在「上帝掌权」这一客观事实上，还是随环境起伏？

默想笔记



回应与祷告



25/11
（三）

约翰福音 5:19-40

主耶稣针对犹太人关于「祂在安息日治病、并将自己与上帝看为同等」的控告，进行权威的自我辩白与启示。耶稣表明「子凭着自己不能做什么，惟有看见父所做的，他才做；父所做的事，子也照样做」，说明了祂与天父旨意绝对一致并对天父完全的顺服。耶稣没有独立行事。

反思问题
耶稣没有独立行事。 祂与天父旨意绝对一致并对天父完全的顺服。我们「独立行事」吗？求主帮助我们时刻警醒，立定心志顺服主。

默想笔记

回应与祷告

26/11
（四）

启示录 14:6-13

第一位天使传扬「永远的福音」，向「各国、各族、各方、各民」宣告：应当敬畏神，将荣耀归给祂。
第二位天使宣告：「巴比伦大城倾倒了！」巴比伦代表敌对上帝的世俗体系、诱惑与霸权。表面上它看似坚固、繁华且极具吸引力，但在上帝的审判中，它必然倾倒。
第三位天使发出极其严肃的警告，拜兽和兽像、受兽印记的人，必喝神烈怒的酒。圣徒在困境中忍耐，坚守上帝诫命和耶稣的真道。
活在今世代的我们，也要谨记天使的信息。

反思问题
跟随主不是一条顺风顺水的路。当信仰与社会潮流、功利主义、甚至生命安全产生冲突时，我们有没有「忍耐」的勇气？世人看死亡是终结或恐惧，但圣经指出，在基督里的人，死亡是「息了劳苦」，而且生前为上帝所摆上的一切，在永恒里都有价值。你怎么看死亡？

默想笔记

回应与祷告

27/11
（五）

帖撒罗尼迦前书 4:1-18

保罗提到基督徒行事为人要「更加努力」 。我们的信仰生活不应该流于表面；而是要日渐进取、向高处行，活像主耶稣。

经文指出，在基督里死去的人是「睡了」，我们悲伤，但不象那些没有指望的人。我们一生的劳苦，终极的意义不是属世的成功，而是指向将要再来的主耶稣。

反思问题

我们是否在日常生活中，特别是在职场和劳作中展现出责任感与美德，而不是靠空谈或以八卦心态，过度窥探他人生活过日子？

我们在面对至亲离去或生命的无常时，生命里是否有一种超越绝望的永恒确据？

默想笔记

回应与祷告

28/11（六） 每周灵修反思

笔记 

回应与祷告 

29/11（日） 主日证道：《心存盼望，时刻警醒》

经文：马可福音 13:24-37

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 

30/11
（一）

启示录 15:1-8

启示录15章是进入七碗审判的序幕。

在上帝的审判临到之前，使徒约翰先让我们看见上帝的得胜，以及属祂子民的敬拜。一群得胜的人站在玻璃海上，手里拿着琴，唱着摩西的歌和羔羊的歌。

反思问题：
我是否只在顺境中赞美上帝，还是在困境中仍然相信祂的公义与信实？
当我看见世界不公和邪恶时，我是否相信上帝依然在掌权，祂的公义、圣洁和荣耀永不改变。这会如何帮助我面对前面的道路？

默想笔记 

回应与祷告 

1/12
（二）

启示录 18:1-10

巴比伦的倾覆给世界敲响警钟。巴比伦象征敌对上帝、追求世俗权势与奢华的世界体系。它表面繁华、强盛，却因骄傲、贪婪和罪恶，终必面对上帝的审判。

请留意天上的声音和世界生活的差别。在这种情况中，你愿意加入哪一边——是哀悼或是欢乐呢?

反思问题

1. 我是否容易被世界的财富、地位和享乐吸引，以致忽略了上帝的心意？
2. 当看见世上的繁华与不公义时，我是否仍愿意耐心等候上帝的时间？

默想笔记

回应与祷告

2/12
（三）

路加福音 21:34-38

耶稣提醒门徒要谨慎自守，免得心被宴乐、醉酒和今生的思虑所占据，以致在主再来的日子里措手不及。
真正的警醒，不只是等待主再来，更是在每天的生活中忠心地跟随祂。

反思问题
面对生活的忙碌与忧虑，我是否仍保持祷告和亲近上帝的习惯？
如果今天主再来，我是否预备好以警醒、忠心的生命来迎见祂？

默想笔记

回应与祷告

3/12
（四）

帖撒罗尼迦前书 1:2-10

保罗为帖撒罗尼迦人「信心、爱心、盼望」（3节）的见证而感谢上帝，因为他们「信、爱、望」的对象都是基督。

真正的信仰不只是口里相信，更是在生活中活出福音，成为其他信徒的榜样，并忠心等候耶稣基督的再来。

反思问题

我的信心是否带来实际行动？我的爱心和盼望表现在哪里？面对困难和挑战时，我是否仍然持守对上帝的盼望？

默想笔记 

回应与祷告 

4/12
（五）

使徒行传 11:19-26

因着逼迫，信徒分散各地，却没有停止传扬福音。他们把福音带到安提阿，使许多人信而归主。
巴拿巴看见上帝的恩典，就欢喜并劝勉众人立定心志，恒久靠主。他更有一颗国度的心怀，愿意提携后人，与保罗一起同工兴旺福音。

反思问题
当环境改变或面对困难时，我是否仍愿意看见并把握上帝所赐的传福音机会？
从巴拿巴的服事学习到哪些功课？这如何帮助我更好的服事并与人同工呢？

默想笔记

回应与祷告

5/12（六） 每周灵修反思

笔记 

回应与祷告 

6/12（日） 主日证道：《心存悔改，领受平安》

经文：马可福音1:1-8

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 

7/12
（一）

使徒行传 2:37-42

彼得的讲道大有能力，使人觉得扎心，并愿意悔改归向基督。初期教会的信徒不只是听见福音，而是愿意让福音来改变自己。他们恒心遵守使徒的教训，彼此交接、擘饼和祷告，建立起充满生命的群体。

反思问题

我是否真正让福音改变自己的生命，并在日常生活中活出美好的见证？

我在教会中只是一个参与者？还是融入其中，成为彼此扶持、建立群体的一分子？

默想笔记

回应与祷告

8/12
（二）

使徒行传 11:1-18

彼得向「那些奉割礼的信徒」解释，上帝亲自引导他向外邦人传福音，并赐下圣灵给他们，正如当初赐给「我们」一样。
这让众人明白，上帝的救恩是不分种族和背景，凡愿意相信耶稣基督的人，都能得着新生命。我们不能把主耶稣所拆毁的墙再建立起来。

反思问题
我是否仍带着某些成见或偏见，限制了自己接纳和关怀别人的心？
当看见不同背景的人归向上帝时，我是真心欢喜，还是有所保留？

默想笔记

回应与祷告

9/12
（三）

路加福音 1:5-17

撒迦利亚和以利沙伯虽然年老，仍然敬畏上帝、忠心事奉。上帝按着祂的时间回应他们的祷告，赐给他们一个儿子。这孩子的诞生不但要让撒迦利亚「欢喜快乐」，还要让许多人「喜乐」（14节）。这孩子将要用自己分别为圣的生活来见证上帝的拣选。

反思问题

当祷告未蒙应允时，我是否仍能心存盼望，继续祷告等候上帝的时间和安排？

在我日常的生活与服事中，我是如何忠心的活出信仰的见证？

默想笔记

回应与祷告

10/12
（四）

腓立比书 3:7-11

保罗过去引以为傲的成就和身份，如今因着认识基督，都看作有损的。他明白，真正的价值不在于自己的成就，而在于得着基督、认识基督，并经历从信心而来的义。他渴望更深地认识主，即使与主同受苦，也相信能够经历基督复活的大能。

反思问题
我先前以为对我是有益的东西是什么？如今因着认识基督，我所追求的目标做出哪些调整？
保罗愿意更深的认识基督，是希望得到什么？今天我如何朝着更深认识基督而迈进？

默想笔记

回应与祷告

11/12
（五）

腓立比书 3:12-16

当保罗还是一个年轻的法利赛人的时候，他敢于自夸「就律法上的义说，我是无可指摘的」（6节）；然而当他年近花甲时，他却认为自己还没有跑到终点，还没有完全地「认识基督」。

基督是如此丰盛，以致我们穷一生之力也不能完全地认识祂；保罗因此是竭力追求，向着上帝在基督耶稣里所赐的奖赏直奔。

反思问题

我是否满足于目前的信仰光景，还是仍愿意不断追求，在基督里成长？

过去的失败、成就或遗憾，是否影响我继续跟随主的脚步？

默想笔记

回应与祷告

12/12（六） **每周灵修反思**

笔记 

回应与祷告 

13/12（日） **主日证道：《心存喜乐，见证真光》**

经文：约翰福音 1:6-8, 19-28

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 

14/12
（一）

以弗所书 6:10-17

使徒保罗说，我们不是与有血有肉的人争战，我们是对抗那些执政的、掌权的、管辖这幽暗世界的，以及天空灵界的恶魔。
基督徒的属灵争战，基础是基督在十字架上已经完成的得胜。我们的任务不是去攻击或捆绑魔鬼，而是在主耶稣已经得胜的根基上，坚守真理、抵挡试探，靠主站立。

反思问题
我们在面对生活中的压力、诱惑、软弱或挫折时，常常习惯性地依靠自己的意志力、经验或小聪明，结果精疲力竭。使徒保罗提醒我们：属灵的刚强从来不是「属血气的强悍」，而是全然倚靠主的大能，凡事让主居首位。

默想笔记

回应与祷告

15/12
（二）

使徒行传 3:17-4:4

彼得在3:17说：「如今，弟兄们，我知道你们做这事是出于无知，你们的官长也是如此。」犹太人亲手将耶稣送上十字架，但彼得没有用满腔的愤怒去定他们的罪，而是指明他们的行动是「出于无知」。这给信徒宝贵的提醒：在面对敌对或不理解信仰的人时，要有超越情绪的体谅，看见对方灵性上的「无知」与需要，而不是急著宣判。

反思问题

传扬真理会触动既得利益者和旧有体制的痛处而引来阻挠与逼迫。但是，上帝的道绝不会徒然返回，在逼迫与张力中，信主人数反而大大增长（男丁约五千）。你听到上帝对你说的话了吗？

默想笔记

回应与祷告

16/12
（三）

马可福音 9:9-13

门徒在山上看见耶稣显出天国的荣光，与摩西、以利亚交谈，甚至听见天父的声音，这是极度高昂的属灵体验。然而，耶稣随即把他们拉回现实。
耶稣严严嘱咐门徒，在祂从死里复活之前，不要对外宣扬所看见的异象。耶稣知道人的心，若没有「复活」作背景，人对「弥赛亚和天国荣耀」的理解会流于政治性、世俗性的误解；期待一个推翻罗马政权的地上君王。

反思问题
你有「属灵的高峰」——如深刻的祷告经历、恩典与神迹——的体验吗？你会渴望停留在或常常有那样的体验吗？耶稣没有让门徒停留在山上。他们下山。他们要去面对现实生活中的十字架、破碎与苦难。你从这段经文领悟了什么？

默想笔记

回应与祷告

17/12
（四）

希伯来书 1:1-4

这段经文确立了耶稣基督至高无上的地位。上帝在旧约时代透过众先知说话，那启示是渐进的、部分的、借着历史和律法逐步显明的。「末世，藉着他儿子向我们说话」：耶稣不是众多先知中的一个，而是上帝启示的顶峰与终结。上帝没有再派另一位代言人，而是祂自己（儿子）亲自走入历史。

反思问题
在我们的生命中，是否会有意无意地把某些人事物、成就、安全感或文化传统，放在比耶稣基督更优先、更尊崇的位置？你要如何去重新调整生命的「至高尊位」，单单敬拜并倚靠这位超越一切的救主，让你的生命在祂里面不断更新？

默想笔记

回应与祷告

18/12
（五）

希伯来书 1:5-14

作者通过连续引用七段旧约经文（诗篇、撒母耳记下、申命记等），强有力地论证了耶稣基督的尊贵地位远超过天使。

在当时的犹太教背景中，天使常被赋予极高的敬畏与地位，甚至有人对天使产生过分崇拜。作者借此段严正指出：天使无论如何尊贵，也仅是「服役的灵」（1:14），而耶稣是上帝的儿子（1:5）。

反思问题

信仰的核心永远是基督，绝不是任何次要的属灵经验或人造的偶像。既然基督拥有至高无上的权柄，我们不能轻慢，利用祂；而是降服、敬拜与忠诚。我与耶稣的关系如何？我如何面对耶稣？

默想笔记

回应与祷告

19/12（六） 每周灵修反思

笔记 

回应与祷告 

20/12（日） 主日证道：《心存大爱，迎接新生》

经文：路加福音 1:26-38

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 

21/12
（一）

希伯来书 9:1-14

作者将旧约地上的圣幕、礼仪、祭物，与基督在天上更美的大祭司职任、以及祂所献上的永远救赎进行了强烈的对比。旧约设立了属世的圣幕以及各种礼拜的条例。大祭司每年一次带着血进入至圣所，但这些礼仪和牛羊的血只是一种暂时的、外在的表样和影儿，直到振興的时候来到。

耶稣基督来了！祂进入了那更大、更全备、不是人手所造的天上帐幕；祂带来更美而且永远的救赎。

反思问题
经文提到基督的血洗净良心，是为了叫人「除去致死的行为，好事奉那位永生的上帝。」「致死的行为」不单单指明显违背上帝旨意的罪，也包括那些没有生命力、靠着血气、想靠着律法主义或自我义行去炫耀的宗教空洞行为。
你如何活出一个充满活力，积极事奉的生命？

默想笔记

回应与祷告

22/12
（二）

希伯来书 8:1-13

这段经文的核心主题是「基督是更美之約的中保」。它将旧约的体制与耶稣基督所带來的新约进行对比：

1. **从「外在規條」转向「內心生命」**
2. **认识基督是超越的「大祭司」**
3. **经历「赦罪与相交」的白白恩典**
4. **旧办法的「渐旧渐衰」带來对永恒的盼望**

反思问题

我与上帝的关系是否流於表面的宗教行为，还是生命被上帝的话语真正改变，从內心深处去爱上帝、順服上帝？请用一段时间，思想自己属灵生命的光景，求主帮助你踏上新路。

默想笔记

回应与祷告

23/12
（三）

马可福音 11:1-11

耶稣选择了一只从未被人骑过的小驴驹（可11:2）。这应验了旧约撒迦利亚书的预言，表明祂是和平、谦和的弥赛亚。夹道欢迎的群众铺下衣服和树枝，高喊「奉主名来的是应当称颂的」（可11:9-10）。然而历史显示，这些欢呼的人群，很可能在几天后因为政治期待未被满足，而转变成高喊「把祂钉十字架」！

反思问题

耶稣进入圣殿，周围看了各样物件，因为天色已晚，就和十二个门徒退到伯大尼去（可11:11）。祂没有被表面的热闹冲昏头脑，而是带着清醒的眼光去察看。耶稣来到我们的生命或教会中，祂也在细细地「察看」，祂会看到什么？

默想笔记

回应与祷告

24/12
（四）

路加福音 2:1-20

经文一开始提及当时至高的统治者——罗马皇帝凯撒奥古斯都颁布天下报名上册的命令，凸显出地上君王操纵权力、掌握人口與资源的气势。而真正改变人历史的君王（耶稣），卻没有降生在王宫，而是降生在伯利恆的马槽里、用布包著。上帝的工作方式常与世俗对「伟大、权力、成功」的定义完全相反。

反思问题

上帝选择以软弱、卑微、平民化的方式进入人間，与受苦和卑微的人认同。这对你有怎样的启迪？

圣诞前夕，请用一段时间与上帝相交，感谢祂赐下祂的独生爱子耶稣给你。

默想笔记

回应与祷告

25/12
（五）

马太福音 1:18-25

圣诞节，我们思想耶稣基督的降生、约瑟的困境与顺服，以及「以马内利」（上帝与我们同在）和「耶稣」（祂要将自己的百姓从罪恶里救出来）名字的意义。
耶稣是由圣灵感孕、童贞女所生，这超越了人类生物学和常理的逻辑。我们被提醒：上帝的救赎工程从来不受限于人的理性、社会结构或历史困境。

反思问题
马利亚和约瑟的遭遇在当时随时面临羞辱、被退婚甚至生命的危险，但上帝在最混乱的时刻介入，化危机为转机，应验了旧约先知的预言。在你的生命中，曾经经历上帝的介入吗？你有何领悟？

默想笔记

回应与祷告

26/12
（六）

每周灵修反思

笔记 

回应与祷告 

27/12
（日）

主日证道：《心存感恩，踏上新路》

经文：以赛亚书 43:18-19
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 

28/12
（一）

马太福音 2:13-18

耶稣降生的故事并未停留在马槽与朝拜，而是迅速转入危机：祂一出生就成为了逃难的儿童、异乡的难民。
希律王为保住王位而大开杀戒，其暴行令人联想到出埃及记中企图剪除以色列男婴的法老。恶权势虽然凶暴，但无法阻挡上帝的救赎计划。
当天使在梦中发出警告时，约瑟没有犹豫或理论，而是立刻起身，带着妻儿踏上长途跋涉。

反思问题
约瑟在面对突如其来的变故与危难时，顺服上帝的提示、承担起保护与守望的责任，是一个有担当的人。你面对同样的情况时，会如何回应？

默想笔记

回应与祷告

29/12
（二）

马太福音 12:46-50

耶稣在向众人说话时，他的母亲和弟兄在外面找他，而耶稣却环视四周的门徒说：「凡遵行我天父旨意的人，就是我的弟兄、姐妹和母亲了。」
耶稣将真正的家人定义为「遵行天父旨意的人」 。这意味着在基督的国度里，属灵的家人比地上的血缘关系拥有更深、更永恒的连结。

反思问题
信徒在基督里彼此成为弟兄姐妹，这种关系建基于对上帝旨意的共同顺服与同分享基督的生命与爱。你如何看待你的弟兄姐妹？你和弟兄姐妹的关系是以什么为基础？

默想笔记

回应与祷告

30/12
（三）

彼得后书 3:8-13

人总是按着有限的日历和急躁的期待来衡量上帝的作为，觉得时间过了很久上帝还没做事。但上帝超越了时间，他不受我们节奏的限制。

世人或讥诮者时常拿主迟迟不来当作上帝不存在的证据，但彼得指出，主所谓的「迟延」其实是极大的怜悯与给人的机会，回到祂面前。 「主的日子要像贼一样来到」更是提醒我们不能以为「还有很多时间可以慢慢准备」的侥幸心理，反之，要时刻保持警醒，不迷失在世俗的宴乐中。

反思问题

正确的末世观不是消极避世、无所事事地等死，也不是盲目地数算日期，而是因着盼望新天新地的到来而认真活出圣洁与敬虔的生命，能为主所用，荣耀主名。

默想笔记

回应与祷告

31/12
（四）

约翰福音 8:12-19

耶稣在住棚节的背景下宣告了祂著名的「我是」宣言之一，并随后与法利赛人展开了一场关于「见证与审判」的激烈辩论。
耶稣所说的「黑暗」不仅是指道德上的败坏，更是一种生命缺乏方向、不知何去何从的迷茫状态。耶稣宣告真正的翻转始于「跟从」祂。只有将生命的焦点调转并对准祂，生命中的盲目、恐惧和罪的捆绑才会被主这道真光照亮。

反思问题
真正认识上帝，必须透过跟随耶稣这道真光。
2026年的最后一天，是回顾也是展望新一年的时刻。请用一段时间思想与祷告：在新的一年，你要如何更全心地跟随荣耀的主耶稣？

默想笔记

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
29/11	心存盼望，时刻警醒	马可福音 13:24–37	曾秀霞传道
06/12	心存悔改，领受平安	马可福音 1:1–8	谭永正牧师
13/12	心存喜乐，见证真光	约翰福音 1:6–8, 19–28	李文花传道
20/12	心存大爱，迎接新生	路加福音 1:26–38	曾秀霞传道
25/12	如约而至的君王	约翰福音 1:1–12,14; 3:16	熊志辉传道
27/12	心存感恩，踏上新路	以赛亚书 42:18–19	刘昌耀牧师

衛理公會福靈堂
FOOCHOW METHODIST CHURCH