

第 1 天(3 月 1 日)：

詩歌：讚美之泉：順服 <https://youtu.be/Zx1AMuYdykw>

經文：

馬太福音 4:4 耶穌卻回答說：「經上記著說：人活著，不是單靠食物，乃是靠 神口裡所出的一切話。」(和合本)

馬太福音 4:4 耶穌回答：「聖經說：『人的生存不僅是靠食物，而是靠上帝所說的每一句話。』」(現代中文譯本 2019 版)

默想：

在疫病之中，很多人正為生存而掙扎，但作為基督徒，我是在生存抑或活著？我單靠食物而生存，抑或靠神的話而活著？

禱告吧！把你的身、心、靈降服於聖靈，求祂充滿你，使你能真正活著，這活著的生命是從每天閱讀和聽祂的話語開始，這是你的生活和未來 21 天的力量來源，祂會對你說話。

禱告：

用少少時間寫下你的禱告，禱告內容可以是：

- 為了_____ 事向神感恩
- 向神認罪悔改，誠實告訴神你的過錯、掙扎、和困難
- 向神尋求幫助

(寫下你的禱告的好處就是能讓你的心思變得專注)

你亦可以用下面的參考禱文來禱告。

現在就禱告吧：

親愛的天父……

(參考禱文)

親愛的天父，感謝祢按祢的形像造了我，並使我成為祢的兒女。我知道我的生命裡仍然有很多不合祢心意的地方，但神祢無嫌棄我，更賜下祢寶貴的話語和真理的聖靈來作我一生的力量和幫助。

我願意將我的全人，包括了我的身、心、靈都交在主聖靈的手裡，由祢掌管。主聖靈，求祢來充滿我、教導我，引領我一步一步進到完全和成聖的地步。

我願意每日閱讀祢的話語，求祢幫助我能夠明白和將祢的心意活在我每一日的生活裡面，以致這些話語都能夠成為我生命力量的泉源。主啊！我要等候祢，求祢來向我說話。

禱告奉主耶穌基督的名求，阿門。

接著用點時等候神，聆聽神對你說話。
神對你說了甚麼？請寫下：

行動：
請在小組中分享神對你說的話，彼此鼓勵。