

睿玛读经运动2024

前言

亲爱的直落亚逸家人，

欢迎来到第4期的睿玛读经运动。我很感恩，每年都有机会与社体一起阅读和思考上帝的话语，不是任何一个社体，而是直落亚逸的信仰社体。

旧约（以西结书3:1-3）和新约（启示录10:8-10），都指示我们要“吃”上帝的话语。“吃”是一个恰当的比喻，说明我们对待上帝的话语所应当持有的态度。我们吃的食物能维持生命：身体会分解和吸收食物，从而补充能量、更新细胞、增强或维持肌肉。从这个角度来看，我们可以定义：我们吃何种食物就长成何种样式，所吃的食物使我们得以存活。

我们进入四年主题“追求圣洁，活出圣爱”的最后一年。此次睿玛的题材，主要来自约翰书信。它让我们一瞥教会中的挣扎。例如，约翰一书2:18-19说明教会经历了分裂。我祈盼在这40天内，当我们一起“吃”上帝的话语时，能被激励在教会内外都活出圣爱。若我们彼此相爱，全世界都将知道我们是主耶稣的门徒。

祝你们有一个蒙福的睿玛时光。

愿上帝赐福于你。

许立欣牧师

睿玛读经运动2024

约翰书信概论

约翰一书概论

约翰一书是一封简短的书信，是作者写给小亚细亚（今土耳其）一带的教会的信。从信中，我们可以略窥主后第一世纪末期基督教会的情形。此信用的是讲道体裁，内容包括神学探讨和属灵生活的教训。信中特别着重“我写给你们”，证明这些信息十分重要，必须广为流传，并教导后世。

作者

作者使徒约翰（也是约翰二书、三书的作者），年青时曾因撒玛利亚地一个村庄不接待耶稣基督，要吩咐火从天降下，烧灭全村（路9:53-54）。晚年时，他虽被罗马皇帝放逐到拔摩孤岛，仍写信责备各地教会的冷淡与骄傲。这位性格刚烈如火，素有“雷子”之称的使徒，在第一世纪将近尾声时，目睹异教之风、假智慧之名，在教会中煽动根基未巩固的初信者。因此，他针对此现象写了这封书信（2:26）。

写作对象

从2:12-14；3:1及5:13可得知约翰的对象是基督徒，特别是以弗所和周边，以及各地受到诺斯底主义运动威胁的信徒。约翰写此书信时，诺斯底主义运动兴起，如狂潮泛滥，影响到基督真道的传播和教会的建立。本书信4:3及《约翰二书》7节提到“不认基督成为肉身”的虚假教训，便是指此主义。

内容摘要

信中，作者怒斥异端为“敌基督”（2:18）、“说谎话的”（2:22）与“魔鬼的儿女”（3:10）。他不但揭露假教师的错谬教训（2:26）、毫不留情地指责异端教师的不义行为（3:8-10），他也积极采用使徒和自己的亲身经历，见证耶稣就是基督，并教导人明白（像他在《约翰福音》中所写的）那创造万物的上帝就是光、就是爱、就是永生，并提出三大论点：

1. 上帝就是光（1:5），在他里面毫无黑暗。上帝的儿女应行在光明中，凡不在光明中行的就是不行真理。
2. 上帝就是生命，藉着耶稣基督，凡悔改认罪信靠他的人都可得到永远的生命。圣灵住在信徒里头，教导他们当行的道，活出基督的生命来（2:24-29）。
3. 上帝就是爱（4:8），凡相信上帝的人一定会彼此相爱，因为爱是从上帝来的，信主的人都应住在爱中；上帝爱我们的心因基督耶稣来到世间而显明。若不相信上帝的话就是把他当作说谎的（5:10-11）。

本书以“永远的生命”开始（1:2），也以“永生”为终（5:20），作者要我们明白，只要有信心，人人可以认识神，信靠他才能获得永生。

大纲

引言	1:1-1:4
信徒应在光中行	1:5-2:29
上帝就是爱	3:1-4:21
信心可以胜过世界	5:1-5:12
结语：认识上帝得永生	5:13-5:21

约翰二书概论

作者使徒约翰以长老的身份写了这封书信。他把《约翰一书》中的主要教训，简要地告诉收信人，并劝告他们不可接待传虚假道理的旅客，免得与这些客旅行了同样的恶行。收信人被称为“蒙拣选的太太和她的儿女”，一般相信为小亚细亚一间教会的暗喻。

大纲：

问候	1-3
遵行上帝的命令	4
教训和警戒	5-11
结束的问安	12-13

约翰三书概论

作者在这封极短的私函中，赞扬收信人该犹并向他致谢。此人为教会中颇具地位的信徒，他心存真理，又能接待作客旅的弟兄。因此，受到作者的称赞。信中提到另一位信徒，丢特腓，为人好说坏话，以教会领袖的身份禁止信徒招待弟兄。作者嘱咐收信人不可效法此恶行。信末问候的“众位朋友”是指教会中的信徒，人数应该不少。可见除了丢特腓等少数人以外，教会尚未受到异端太大的冲击。

大纲

问候	1-2
称赞该犹	3-8
责备丢特腓	9-10
效法善的教导	11-12
结束的问安	13-15

睿玛读经运动日程表

2024年8月18日至9月29日

	主日证道	星期一	星期二
第一周	莫留暗处，行在光中 约翰一书 1:1-10	19 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 1:1-4	20 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 1:5
第二周	遵守主命，光明中行 约翰一书 2:7-15	26 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 2:7-8	27 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 2:9-11
第三周	彼此相爱，主爱中行 约翰一书 3:11-24	2 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 3:4-12	3 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 3:13-17
第四周	圣洁生命，永生永世 约翰一书 5:1-12	9 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 4:13-21	10 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 5:1-3
第五周	行走在真理与爱之中 约翰二书 1-13	16 九月 <input type="checkbox"/> 约翰二书 1-3	17 九月 <input type="checkbox"/> 约翰二书 4-6
第六周	透过款待过圣洁生活 约翰三书 1-15	23 九月 <input type="checkbox"/> 约翰三书 1-4	24 九月 <input type="checkbox"/> 约翰三书 5-6
第七周	透过团契过圣洁生活 希伯来书 10:23-25		

睿玛读经运动日程表
2024年8月18日至9月29日

星期三	星期四	星期五	星期六
21 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 1:6-7	22 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 1:8-10	23 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 2:1-2	24 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 2:3-6
28 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 2:12-17	29 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 2:18-23	30 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 2:24-29	31 八月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 3:1-3
4 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 3:18-20	5 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 3:21-24	6 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 4:1-6	7 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 4:7-12
11 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 5:4-5	12 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 5:6-13	13 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 5:14-17	14 九月 <input type="checkbox"/> 约翰一书 5:18-21
18 九月 <input type="checkbox"/> 约翰二书 7-9	19 九月 <input type="checkbox"/> 约翰二书 10-11	20 九月 <input type="checkbox"/> 约翰二书 12-13	21 九月 <input type="checkbox"/> 腓立比书 1:9-11
25 九月 <input type="checkbox"/> 约翰三书 7-10	26 九月 <input type="checkbox"/> 约翰三书 11-15	27 九月 <input type="checkbox"/> 希伯来书 13:1-2	28 九月 <input type="checkbox"/> 希伯来书 13:3

莫留暗处，行在光中

第一天 | 8月18日 星期日

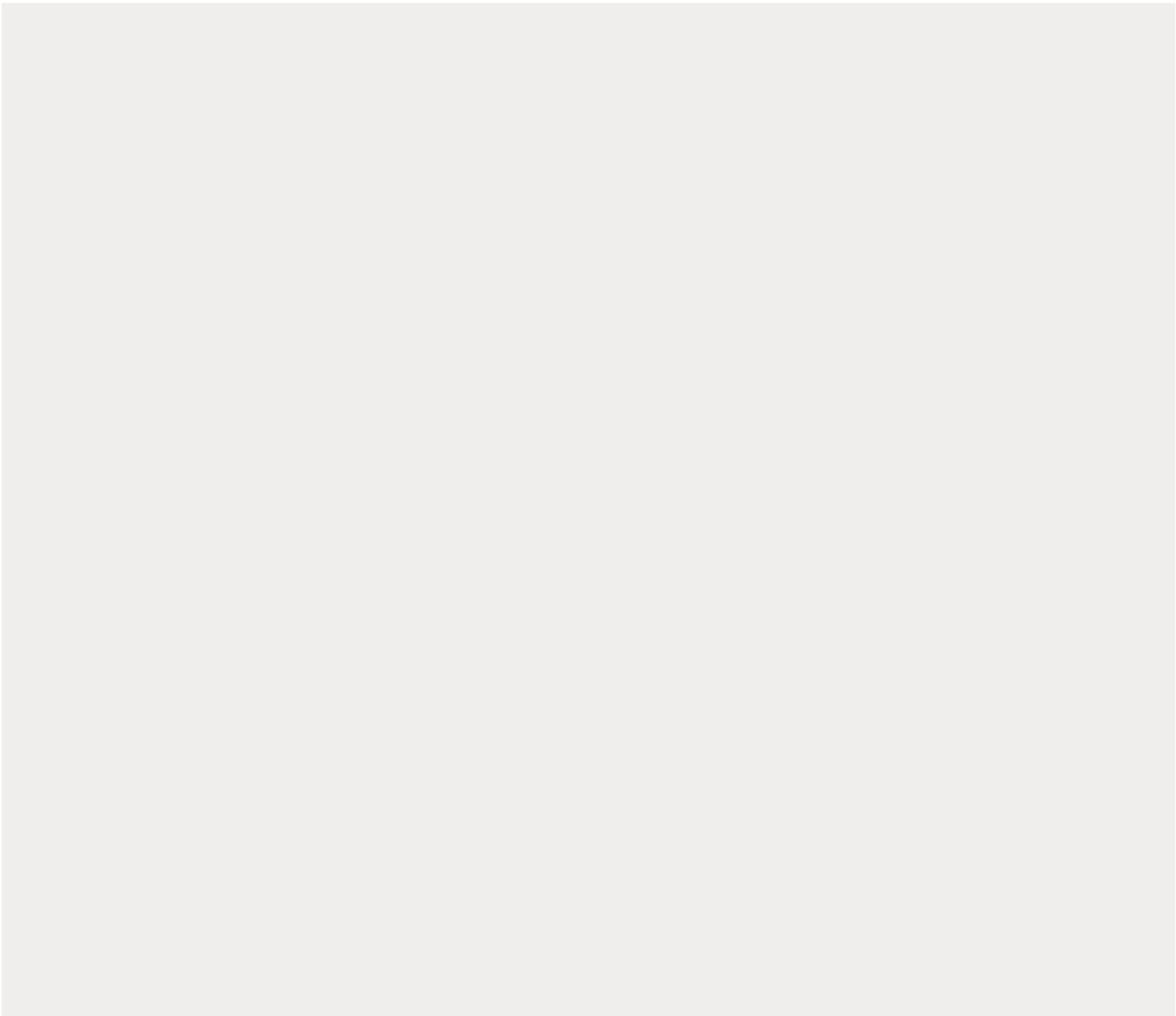
约翰一书 1:1-10

1 论到从起初原有的生命之道，就是我们所听见、所看见、亲眼看过、亲手摸过的。
2 (这生命已经显现出来，我们也看见过，现在又作见证，将原与父同在，且显现与我们那永远的生命传给你们)。 3 我们将所看见、所听见的传给你们，使你们与我们相交。我们乃是与父并他儿子耶稣基督相交的。 4 我们将这些话写给你们，使你们(有古卷作“我们”)的喜乐充足。

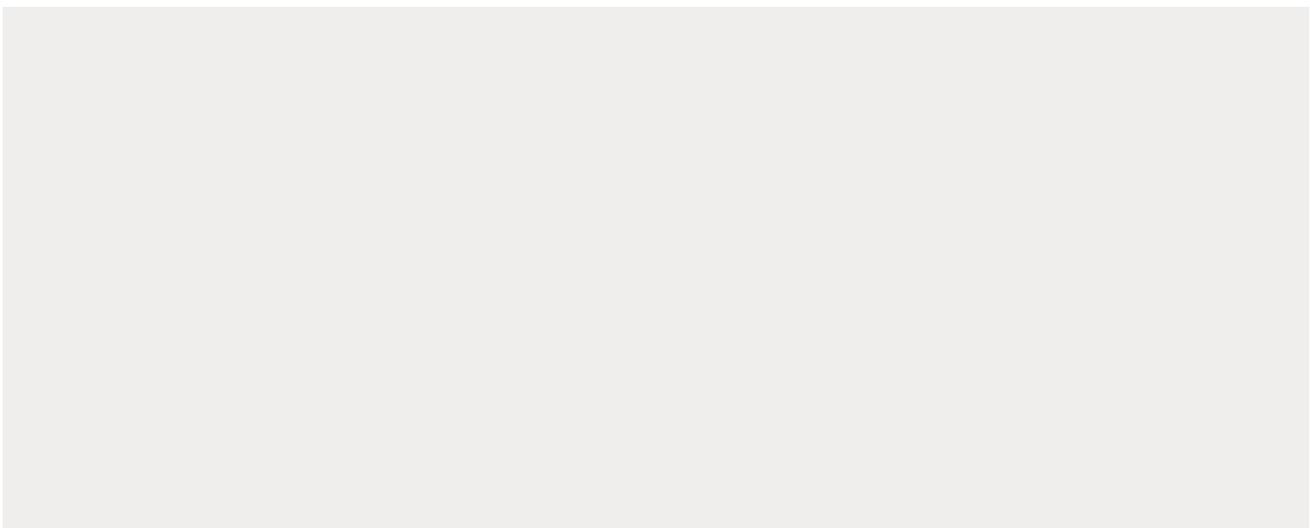
5 上帝就是光，在他毫无黑暗！这是我们从主所听见、又报给你们的信息。 6 我们若说是与上帝相交，却仍在黑暗里行，就是说谎话，不行真理了。 7 我们若在光明中行，如同上帝在光明中，就彼此相交，他儿子耶稣的血也洗净我们一切的罪。

8 我们若说自己无罪，便是自欺，真理不在我们心里了； 9 我们若认自己的罪，上帝是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义； 10 我们若说自己没有犯过罪，便是以上帝为说谎的，他的道也不在我们心里了。

听道笔记



祷告



莫留暗处，行在光中

第二天 | 8月19日 星期一

约翰一书 1:1-4

1 论到从起初原有的生命之道，就是我们所听见、所看见，亲眼看过，亲手摸过的。2（这生命已经显现出来，我们也看见过，现在又作见证，将原与父同在，且显现与我们那永远的生命传给你们）。3 我们将所看见，所听见的传给你们，使你们与我们相交。我们乃是与父并他儿子耶稣基督相交的。4 我们将这些话写给你们，使你们（有古卷作我们）的喜乐充足。

读

慢慢地阅读这段经文，让上帝的话语牧养你。

听

在阅读时，哪些字眼或词句引起你的注意？写下来，继续默想。

思

- 约翰称谁为“生命之道”？
- 我曾否见过、摸过、听过“生命之道”？回想自己第一次遇到基督的经历。
- 我是否愿意向他人见证并宣扬“生命之道”？

行

随着主的引领，祈求他赐给我勇气和灵感，得以向邻舍、朋友或亲戚传扬基督；例如一个简讯、倾听、或一件善行。

祷告

天父上帝，感谢你差遣耶稣为“生命之道”。感谢你让我与父、子和圣灵相交。祈愿我能继续在生活中经历你的慈爱和美善，并且向所有人宣扬你的爱，使他们也能拥有丰盛的生命。奉耶稣的圣名祷告。阿们。

约翰一书 1:5

5 上帝就是光，在他毫无黑暗。这是我们从主所听见，又报给你们的信息。

读

大声朗读这段经文。若能，背诵它。

听

上帝透过这段经文对你说了什么？让上帝的话语照亮你心灵的黑暗。

思

- a. 基督是我生命的光吗？
- b. 我的生命中是否存在黑暗？诚实地向主忏悔。
- c. 光明与黑暗不能共存。我属于基督，还是属于世界？

行

若心中有任何罪拦阻你来到基督面前，即时忏悔。若你没有全心全意让上帝成为你生命的主，即刻悔改。上帝若不是你生命全部的主宰，他就不是你的主。重新将你的生命完全奉献给上帝，并忠心地事奉他。

祷告

主耶稣，感谢你在我生命的光。求你赦免我心中的罪恶和黑暗，也赦免我没有专心事奉你，甚至误以为光明与黑暗可以共存于我心中。我宣告你是我的主，我和我所有的一切都属于你。奉耶稣的圣名祷告。阿们。

莫留暗处，行在光中

第四天 | 8月21日 星期三

约翰一书 1:6-7

6 我们若说是与上帝相交，却仍在黑暗里行，就是说谎话，不行真理了。7 我们若在光明中行，如同上帝在光明中，就彼此相交，他儿子耶稣的血也洗净我们一切的罪。

读

慢慢地读以上的经文。重复几遍。让上帝的话语光照你的心灵、思想和灵魂。

听

是否有一个字、短句或经文对你个人有所启发？上帝要对你说什么？
让圣灵光照你心灵的状态。

思

我是否行走在光明中？

- a. 我有否与基督保持密切的关系？我花多少时间读经和祷告？
我有否将基督置于所有事物之上？
- b. 我有否与弟兄姐妹相交？我是否珍惜基督肢体的合一？
我有否将他人的需要置于自己的利益之上？

行

通过祈祷和默想主的话语，每天与基督相交。开始或坚持每天读经的习惯，可使用电子圣经应用程序，如《祷读365》、《尔道自建》或《每日灵修》。

同时，思考如何每天与弟兄姐妹相交；参加一个小组，一起祷告，以基督合一的肢体一起服事。

祷告

天父上帝，求你教导我每天都行走在光明中。感谢你藉着主耶稣的血，使我与你、以及与弟兄姐妹有相交的可能。求主帮助我在对你的认知上继续成长，并继续爱我的邻舍如同自己。奉耶稣的圣名祷告。阿们。

约翰一书 1:8-10

8 我们若说自己无罪，便是自欺，真理不在我们心里了； 9 我们若认自己的罪，上帝是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义； 10 我们若说自己没有犯过罪，便是以上帝为说谎的，他的道也不在我们心里了。

读

在相似的第8节和第10节中间，第9节又讲述了什么？

听

上帝透过今天的经文，要告诉你什么？

思

花一些时间反省自己有哪些言语、情绪、思想、行为上的罪？
例如：拜偶像，奸淫，撒谎，贪婪，妒忌，抱怨，八卦，不肯原谅的心…

行

来到圣洁的上帝面前，承认自己是一个罪人，迫切寻求他的赦免，并行在他的光明中。

祷告

圣洁的主，当我更深认识你，我越看见自己的罪有多深重。我向你坦诚我内心真实的光景，主啊，开恩可怜我这个罪人，我麻木的心在你公义与慈爱的十架下痛悔。谢谢你使无罪的基督替我们成为罪，使我们在基督里面成为你的义（林后 5:21）。愿你的真理和话语时常住在我心里，帮助我的生命有真实的转变。奉基督圣名祷告。阿们。

莫留暗处，行在光中

第六天 | 8月23日 星期五

约翰一书 2:1-2

1 我小子们哪，我将这些话写给你们，是要叫你们不犯罪。若有人犯罪，在父那里我们有一位中保，就是那义者耶稣基督。 2 他为我们的罪作了挽回祭，不是单为我们的罪，也是为普天下人的罪。

读

“我小子们哪，我将这些话写给你们，是要叫你们不犯罪。”
约翰卫斯理离家时，他的母亲在送给他圣经的空页上写：罪恶使你远离这书，但这书使你远离罪恶。

听

这里的中保是什么意思呢？听一听义者耶稣基督要告诉你什么？

思

耶稣不单为我们的罪，甚至为普天下人作挽回的祭，这意味着什么？

行

不要再犯罪了。

你要去，在万民中传扬上帝的救恩，使万民都做基督的门徒。今天，你身边是否有这样的机会？

祷告

慈爱的天父，求你使我将你的话藏在心里，免得我得罪你（诗119:11）。开我的眼，帮助我更认识耶稣--公平公义的弥赛亚，完全人，他成就了律法，成全了恩约。谢谢你透过他--罪人的完美中保，使我每次跌倒都有站立的机会。感谢你使他在十架上完全的、全备的牺牲，为天下人献上了完美的赎罪祭。奉基督圣名祷告。阿们。

约翰一书 2:3-6

3 我们若遵守他的诫命，就晓得是认识他。4 人若说：“我认识他”，却不遵守他的诫命，便是说谎话的，真理也不在他心里了。5 凡遵守主道的，爱上帝的心在他里面实在是完全的，从此我们知道我们是在主里面。6 人若说他住在主里面，就该自己照主所行的去行。

读

这段经文讲了什么？

听

上帝透过这段经文对你说了什么？

思

你真的认识主吗？还是只是嘴上说说而已，却没有遵守他的诫命吗？

行

你可以采取哪些方法与步骤，操练住在主里面，照主所行的去行？

祷告

慈爱的天父，帮助我能够与基督联合，效法他完全的爱与顺服你旨意的样式，帮助我全心全意地来爱你，也以基督的爱来爱人。奉基督圣名祷告。阿们。

遵守主命，光明中行

第八天 | 8月25日 星期日

约翰一书 2:7-15

7 亲爱的弟兄啊，我写给你们，不是一条新命令，乃是你们从起初所受的旧命令。这旧命令就是你们所听见的道。8 再者，我写给你们，是一条新命令，在主是真的，在你们也是真的。因为黑暗渐渐过去，真光已经照耀。9 人若说自己在光明中。却恨他的弟兄，他到如今还是在黑暗里。10 爱弟兄的，就是住在光明中，在他并没有绊跌的缘由。11 惟独恨弟兄的，是在黑暗里，且在黑暗里行，也不知道往哪里去，因为黑暗叫他眼睛瞎了。

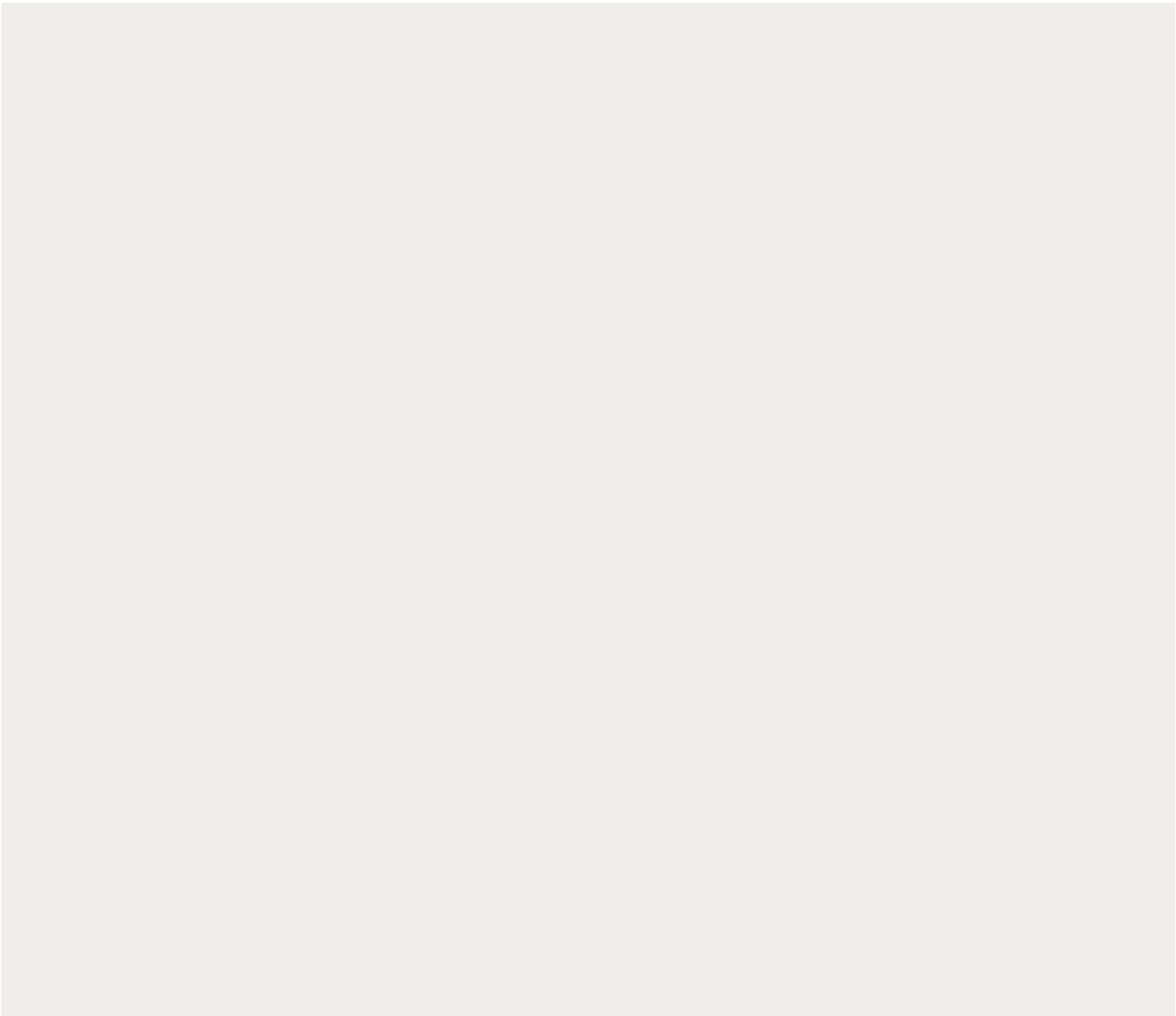
12 小子们哪，我写信给你们，因为你们的罪藉着主名得了赦免。

13 父老啊，我写信给你们，因为你们认识那从起初原有的。少年人哪，我写信给你们，因为你们胜了那恶者。小子们哪，我曾写信给你们，因为你们认识父。

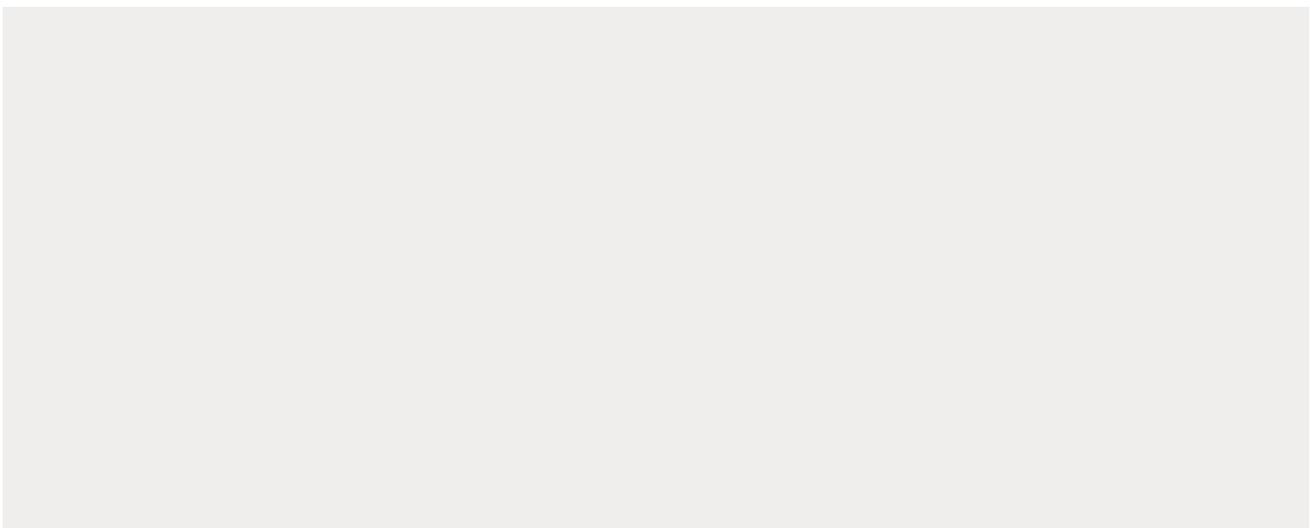
14 父老啊，我曾写信给你们，因为你们认识那从起初原有的。少年人哪，我曾写信给你们，因为你们刚强，上帝的道常存在你们心里，你们也胜了那恶者。

15 不要爱世界和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。

听道笔记



祷告



遵守主命，光明中行

第九天 | 8月26日 星期一

约翰一书 2:7-8

7 亲爱的弟兄啊，我写给你们，不是一条新命令，乃是你们从起初所受的旧命令；这旧命令就是你们所听见的道。8 再者，我写给你们，是一条新命令，在主是真的，在你们也是真的；因为黑暗渐渐过去，真光已经照耀。

读

重复读经文三遍。慢慢的细读，留意那些重复的词或字。

听

从这段经文中，你听见上帝给你什么命令？

思

反思这真光照耀的时代，是什么样的景况。

行

你要如何回应上帝的话语，并实践在生活中？写在册子上，作为提醒。

祷告

慈悲的天父，我感谢你！因为你如此爱我，主动向我启示你的真理，教导我要遵守你的命令，就是要尽心尽意尽力尽性爱你和爱他人如己，那么我就能行在真光中。求主帮助我，赐我力量遵从你的话语、谨守你的诫命。奉基督圣名祷告。阿们。

约翰一书 2:9-11

9 人若说自己在光明中，却恨他的弟兄，他到如今还是在黑暗里。10 爱弟兄的，就是住在光明中，在他并没有绊跌的缘由。11 惟独恨弟兄的，是在黑暗里，且在黑暗里行，也不知道往那里去，因为黑暗叫他眼睛瞎了。

读

大声朗读这段经文两遍，然后默读一遍，过程中留意光明和黑暗的对比。

听

上帝藉着这段经文对你说了什么？

思

思考在爱弟兄姐妹和恨弟兄姐妹会带出怎样不同的生活情况。

行

在每天的生活中对主内的弟兄姐妹施予爱的祷告和付出。

祷告

慈悲的天父，感谢主向我启示这真理，就是恨弟兄的仍然行在黑暗中，仍需要主的真光照耀在我生命里，帮助我能选择宽恕那得罪我的弟兄，帮助我能多走一里路，学习原谅他、爱他，如慈爱的天父你那样。奉耶稣基督圣名祷告。阿们。

约翰一书 2:12-17

12 小子们哪，我写信给你们，因为你们的罪藉着主名得了赦免。

13 父老啊，我写信给你们，因为你们认识那从起初原有的。

少年人哪，我写信给你们，因为你们胜了那恶者。

小子们哪，我曾写信给你们，因为你们认识父。

14 父老啊，我曾写信给你们，因为，你们认识那从起初原有的。少年人哪，我曾写信给你们；因为你们刚强，上帝的道常存在你们心里；你们也胜了那恶者。15 不要爱世界和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。16 因为凡世界上的事，就像肉体的情欲、眼目的情欲，并今生的骄傲，都不是从父来的，乃是从世界来的。17 这世界和其上的情欲都要过去，惟独遵行上帝旨意的，是永远常存。

读

默读这段经文一遍，然后朗读两遍。读的过程中，留意有关世界的事。

听

从这段经文，你听出作者写信的目的和劝勉吗？

思

思考自己目前有哪些的事物、思想和生活是表现出‘爱世界和世界上的事’呢？

行

写下目前有那些爱世界的事项，祷告和调整自己生活的关注点，重新出发。

祷告

慈悲的天父，感谢你提醒我要保守我的心胜过一切，因为一切的果效都从心里发出。我若爱世界，爱你的心就不在我里面。求主圣灵帮助我，不陷入情欲和骄傲的试探中，更赐我力量专心遵守主的诫命，使我常行在主的真理中。阿们。

约翰一书 2:18-23

18 小子们哪，如今是末时了。你们曾听见说，那敌基督的要来；现在已经有好些敌基督的出来了，从此我们就知道如今是末时了。19 他们从我们中间出去，却不是属我们的；若是属我们的，就必仍旧与我们同在；他们出去，显明都不是属我们的。20 你们从那圣者受了恩膏，并且知道这一切的事（或作：都有知识）。21 我写信给你们，不是因你们不知道真理，正是因你们知道，并且知道没有虚谎是从真理出来的。22 谁是说谎话的呢？不是那不认耶稣为基督的吗？不认父与子的，这就是敌基督的。23 凡不认子的，就没有父；认子的，连父也有了。

读

朗读这段经文两遍，一面读时，把自己当作是“小子们”，留心听这番话。

听

你听见上帝藉着这段经文提醒了有关末日的什么教导吗？

思

思想上帝对说谎的人的看法是怎么样的。你是否感受到上帝的心意呢？

行

立志生活在真理中，列出一些可行的方法，帮助自己拒绝虚谎，凡事认定主，信靠祂。例如：每天灵修祷告、参加小组和组员彼此督责等。

祷告

慈悲的天父啊，怜悯我，宽恕我一切的不义，无论是有意或无意时说了虚谎的话、听信了违背真理的教导、偏离了你的话语的行为，求你赦免我。帮助我立志在生活中活出你话语的教导，凡事认定你是我的主，紧紧信靠你面对每一天的生活。奉耶稣基督的圣名。阿们。

遵守主命，光明中行

第十三天 | 8月30日 星期五

约翰一书 2:24-29

24 论到你们，务要将那从起初所听见的，常存在心里。若将从起初所听见的存在心里，你们就必住在子里面，也必住在父里面。25 主所应许我们的就是永生。
26 我将这些话写给你们，是指着那引诱你们的人说的。27 你们从主所受的恩膏常存在你们心里，并不用人教训你们，自有主的恩膏在凡事上教训你们。这恩膏是真的，不是假的；你们要按这恩膏的教训住在主里面。
28 小子们哪，你们要住在主里面。这样，他若显现，我们就可以坦然无惧；当他来的时候，在他面前也不至于惭愧。29 你们若知道他是公义的，就知道凡行公义之人都是他所生的。

读

朗读这段经文两遍，再默读一遍。默读时，圈出对你特别凸显的字句。

听

上帝藉着这个经文对你说什么？

思

思想我们所受的是怎么样的恩膏，能叫你我坦然无惧地来到主的面前？

行

背诵这段经文，或朗读几遍做为每天生活中的鼓励。

祷告

慈悲的天父，感谢你恩膏我的生命，使我能蒙主耶稣所成就的救赎恩典，来到你面前，被称为主你的儿女。求主圣灵光照我的心，使我能抵挡谬论的误导，能认识真理，持守真道，每日都遵行主的话语。奉耶稣基督圣名。阿们。

约翰一书 3:1-3

1 你看父赐给我们是何等的慈爱，使我们得称为上帝的儿女；我们也真是他的儿女。世人所以不认识我们，是因未曾认识他。2 亲爱的弟兄啊，我们现在是上帝的儿女，将来如何，还未显明；但我们知道，主若显现，我们必要像他、因为必得见他的真体。3 凡向他有这指望的，就洁净自己，像他洁净一样。

读

默读这段经文两遍。一面细读，一面留意和圈起有关上帝属性的字句。

听

上帝藉着这经文对你说什么？

思

思想我们得称为上帝的儿女，这身份有什么好处，以及主对我们的要求？

行

立志以上帝儿女的身份，活出符合这身份的生活见证。列出一个属上帝儿女的特质，如诚实、善待人等，在这接下来的一周，刻意活出这个特质。

祷告

慈悲的天父，我感谢你。在我还是罪人时，你定意藉着主耶稣救赎我。感谢你的这份大爱和恩典，使我能坦然无惧以你儿女的身份，来到你的面前。求主帮助我能倚靠你的这份大爱，继续在每天的生活中体现做主儿女的身份，爱祢，爱人，如同主耶稣在地上生活时，所体现的生命样式。阿们。

彼此相爱，主爱中行

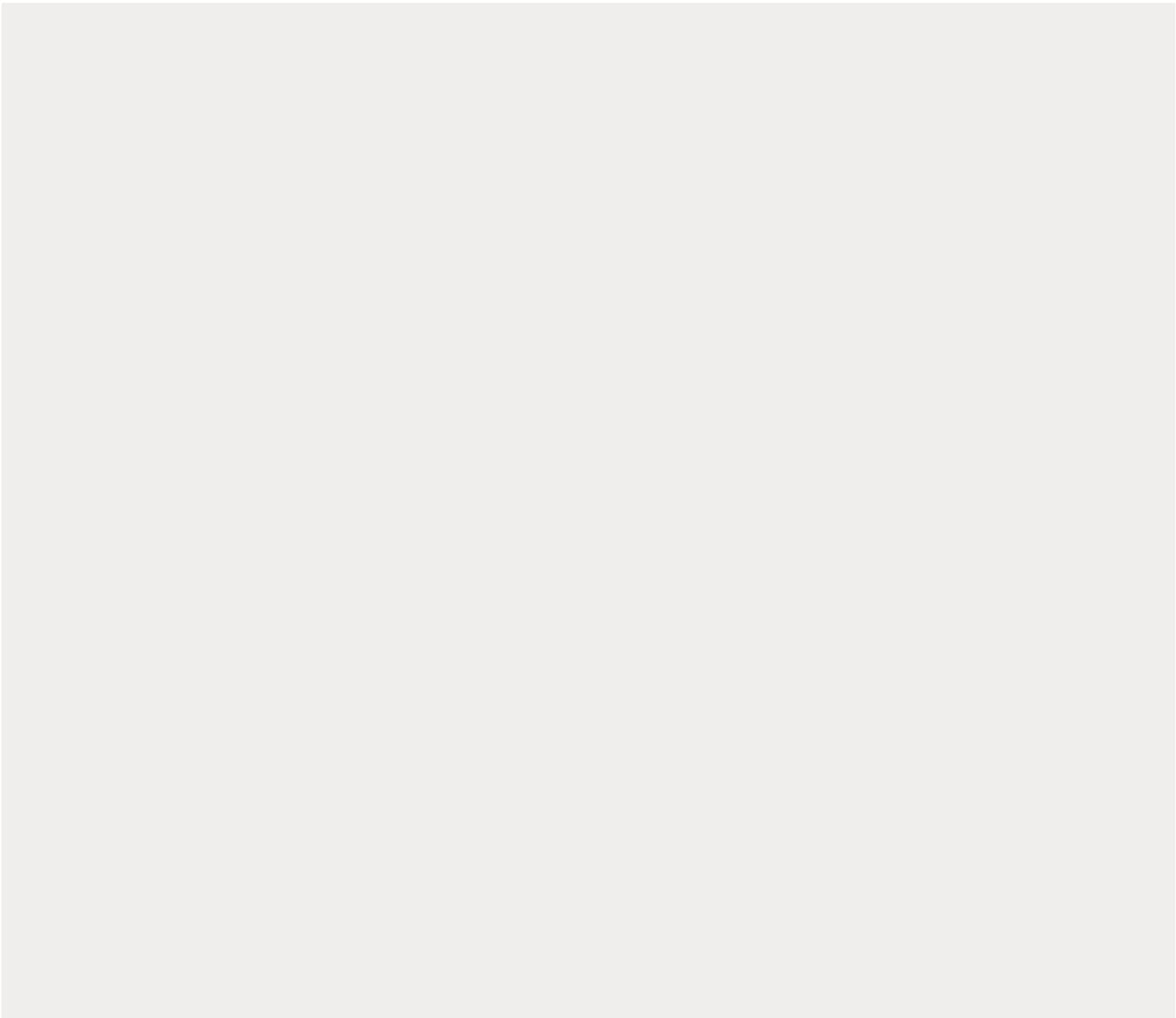
第十五天 | 9月1日 星期日

约翰一书 3:11-24

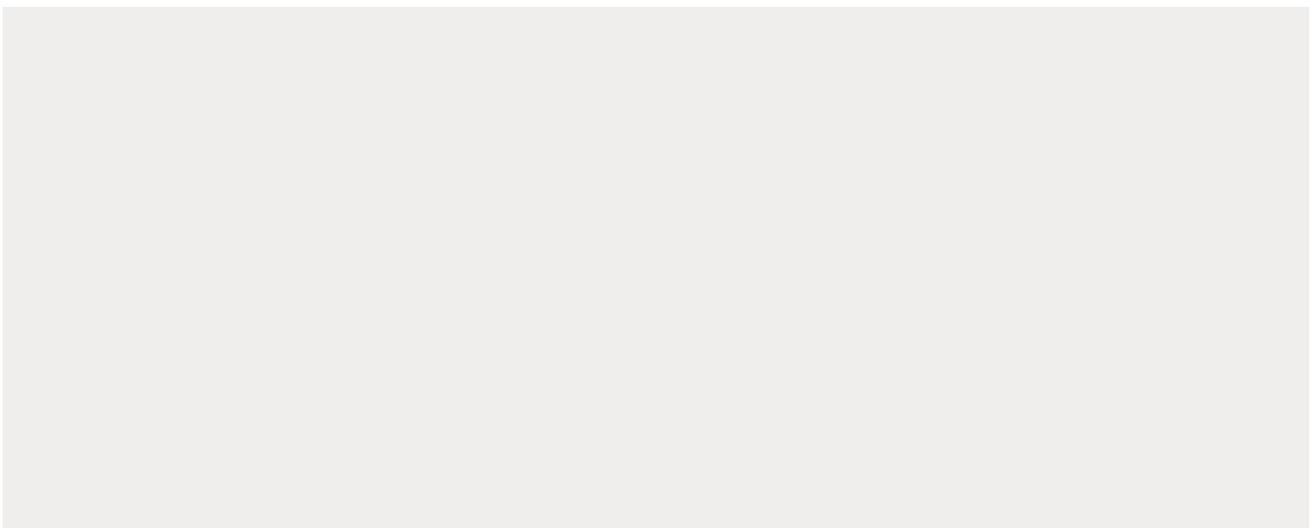
11 我们应当彼此相爱。这就是你们从起初所听见的命令。 12 不可像该隐；他是属那恶者，杀了他的兄弟。为什么杀了他呢？因自己的行为是恶的，兄弟的行为是善的。 13 弟兄们，世人若恨你们，不要以为希奇。 14 我们因为爱弟兄，就晓得是已经出死入生了。没有爱心的，仍住在死中。 15 凡恨他弟兄的，就是杀人的；你们晓得凡杀人的，没有永生存在他里面。 16 主为我们舍命，我们从此就知道何为爱；我们也当为弟兄舍命。 17 凡有世上财物的，看见弟兄穷乏，却塞住怜恤的心，爱上帝的心怎能存在他里面呢？ 18 小子们哪，我们相爱，不要只在言语和舌头上，总要在行为和诚实上。

19 从此就知道我们是属真理的，并且我们的心在上帝面前可以安稳。 20 我们的心若责备我们，上帝比我们的心大，一切事没有不知道的。 21 亲爱的弟兄啊，我们的心若不责备我们，就可以向上帝坦然无惧了。 22 并且我们一切所求的，就从他得着；因为我们遵守他的命令，行他所喜悦的事。 23 上帝的命令就是叫我们信他儿子耶稣基督的名，且照他所赐给我们的命令彼此相爱。 24 遵守上帝命令的，就住在上帝里面，上帝也住在他里面。我们所以知道上帝住在我们里面是因他所赐给我们的圣灵。

听道笔记



祷告



彼此相爱，主爱中行

第十六天 | 9月2日 星期一

约翰一书 3:4-12

4 凡犯罪的，就是违背律法；违背律法就是罪。5 你们知道主曾显现，是要除掉人的罪，在他并没有罪。6 凡住在他里面的，就不犯罪；凡犯罪的，是未曾看见他，也未曾认识他。7 小子们哪，不要被人诱惑。行义的才是义人，正如主是义的一样。8 犯罪的是属魔鬼，因为魔鬼从起初就犯罪。上帝的儿子显现出来，为要除灭魔鬼的作为。9 凡从上帝生的，就不犯罪，因上帝的道（原文作“种”）存在他心里；他也不能犯罪，因为他是由上帝生的。10 从此就显出谁是上帝的儿女，谁是魔鬼的儿女。凡不行义的不属上帝，不爱弟兄的也是如此。

11 我们应当彼此相爱。这就是你们从起初所听见的命令。12 不可像该隐；他是属那恶者，杀了他的兄弟。为什么杀了他呢？因自己的行为是恶的，兄弟的行为是善的。

读

慢慢地朗读经文三遍。

听

仔细聆听所读的经文。有哪些字、词、短句或信息触动了你？或者心中出现了什么图像？

思

我最近的思想行为是否受到罪的缠绕？若有，是什么样的罪？
我和弟兄姐妹之间的关系如何？和睦吗？有爱和包容吗？...

行

努力避免任何可能引诱我犯罪的情境，专注于上帝并加强与上帝的关系。同时，与弟兄姐妹彼此相爱，互相鼓励，共同活出上帝的爱，并努力遵行上帝的旨意。

祷告

亲爱的主，感谢你拯救了我们，使我们住在你里面，脱离罪的辖制，并且可以依靠你行义。我们愿谦卑敬畏你并专注于你，求你帮助我们彼此相爱，一起活出圣爱。奉耶稣圣名祷告。阿们。

约翰一书 3:13-17

13 弟兄们，世人若恨你们，不要以为希奇。14 我们因为爱弟兄，就晓得是已经出死入生了。没有爱心的，仍住在死中。15 凡恨他弟兄的，就是杀人的；你们晓得凡杀人的，没有永生存在他里面。16 主为我们舍命，我们从此就知道何为爱；我们也当为弟兄舍命。17 凡有世上财物的，看见弟兄穷乏，却塞住怜恤的心，爱上帝的心怎能存在他里面呢？

读

仔细阅读两遍。在提到爱的句子下面划线。

听

慢慢地朗读一遍并仔细聆听所读的经文。上帝藉这段经文和你说了什么？

思

什么是爱？缺乏爱心使人处于灵性死亡，我可以如何培养爱心？

行

在生活中主动关心他人的需要，愿意为他人着想，并表达真诚的关爱。

祷告

主啊，感谢你为我们舍命，使我们生命里有你永恒的爱。求你帮助我关爱弟兄姐妹们，并怜恤有需要的人。奉耶稣圣名祷告。阿们。

彼此相爱，主爱中行

第十八天 | 9月4日 星期三

约翰一书 3:18-20

18 小子们哪，我们相爱，不要只在言语和舌头上，总要在行为和诚实上。

19 从此就知道我们是属真理的，并且我们的心在上帝面前可以安稳。20 我们的心若责备我们，上帝比我们的心大，一切事没有不知道的。

读

默读两遍，了解经文的重点。

听

慢慢地朗读一遍并仔细聆听所读的经文。上帝藉这段经文和你说了什么？

思

我的言语行为是否真诚并且能够清楚地显示我确实爱他人？

行

以真诚的言语行为向人也向上帝表达爱。

祷告

全知与慈爱的上帝，我们感谢你的爱和恩典，使我们可以实践圣爱，并且知道自己是属于真理的。当我们自责内疚的时候，求你提醒我们，你的爱和你对我们的确认大过我们的心，以致我们在你的爱里安稳宽心。阿们。

约翰一书 3:21-24

21 亲爱的弟兄啊，我们的心若不责备我们，就可以向上帝坦然无惧了。22 并且我们一切所求的，就从他得着；因为我们遵守他的命令，行他所喜悦的事。23 上帝的命令就是叫我们信他儿子耶稣基督的名，且照他所赐给我们的命令彼此相爱。24 遵守上帝命令的，就住在上帝里面，上帝也住在他里面。我们所以知道上帝住在我们里面是因他所赐给我们的圣灵。

读

默读两遍，在所有的动词下面划线。“遵守”和“住在”出现了几次？然后，朗读一遍。

听

上帝透过这段经文和你说了什么？你得了什么启发？

思

遵守上帝命令的人会住在上帝里面，上帝也住在他里面。这种与上帝的灵同住的关系是亲密与深入的。圣灵在我们里面引导我们，使我们能够与他亲密地交往并彰显他的荣耀。我们可以如何维持与上帝同住的关系？持续的祷告生活，坚持灵命成长...？

行

每日读经祷告，以上帝的话语成为日常生活的指南，用心体会上帝的同在。

祷告

亲爱的天父，感谢你赐下恩典，使我们能够顺服你的命令彼此相爱，并住在你里面，你也住在我们里面。父啊，帮助我们接受圣灵对我们生命的塑造和引导，与你亲密交往，并彰显你的爱和荣耀。阿们。

彼此相爱，主爱中行

第二十天 | 9月6日 星期五

约翰一书 4:1-6

1 亲爱的弟兄啊，一切的灵，你们不可都信，总要试验那些灵是出于上帝的不是，因为世上有许多假先知已经出来了。2 凡灵认耶稣基督是成了肉身来的，就是出于上帝的；从此你们可以认出上帝的灵来。3 凡灵不认耶稣，就不是出于上帝，这是那敌基督者的灵。你们从前听见他要来，现在已经在世上了。4 小子们哪，你们是属上帝的，并且胜了他们；因为那在你们里面的，比那在世界上的更大。5 他们是属世界的，所以论世界的事，世人也听从他们。6 我们是属上帝的，认识上帝的就听从我们；不属上帝的就不听从我们。从此我们可以认出真理的灵和谬妄的灵来。

读

你从这段经文中观察到什么？

听

上帝透过这段经文对你说什么？

思

上帝要我们谨慎对待所相信的事情。他期盼我们认识真理，避免被误导。我们是否意识到那些影响我们灵性的事物？反思你生活中的事物有否让你更接近上帝，还是让你远离他？

行

花些时间评估你在日常生活中接收的讯息，无论是来自媒体、朋友，还是你自己的思想。它们是否符合上帝的真理？在圣灵的引导中，采取实际行动，好使你的信仰和行为保持一致。

祷告

亲爱的天父，请赐给我们智慧和辨别的能力，在这充满虚假的世界中得以辨认真理。帮助我们不被世界的灵所蒙骗，而是坚定地扎根在你的话语上。愿我们的信心成为这黑暗世界中的灯塔。奉耶稣的名祷告。阿们。

约翰一书 4:7-12

7 亲爱的弟兄啊，我们应当彼此相爱，因为爱是从上帝来的。凡有爱心的，都是由上帝而生，并且认识上帝。8 没有爱心的，就不认识上帝，因为上帝就是爱。9 上帝差他独生子到世间来，使我们藉着他得生，上帝爱我们的心在此就显明了。10 不是我们爱上帝，乃是上帝爱我们，差他的儿子为我们的罪作了挽回祭，这就是爱了。11 亲爱的弟兄啊，上帝既是这样爱我们，我们也当彼此相爱。12 从来没有人见过上帝，我们若彼此相爱，上帝就住在我們里面，爱他的心在我们里面得以完全了。

读

从这段经文中你观察到什么？约翰如何描述上帝的爱？

听

透过这段经文，上帝对你说什么？

思

“亲爱的弟兄啊，我们应当彼此相爱；因为爱是从上帝来的。凡有爱心的，都是由上帝而生，并且认识上帝。”（约翰一书 4:7）。我们有否积极地寻找方法，向周围的人分享上帝的爱？思考你如何能实际地向他们表达上帝的爱，无论是信徒或是非信徒。

行

与小组或你的社区一起参与爱心行动，无论是通过友善的言语、无私的行动，还是简单地陪伴需要帮助的人。此外，考虑一起做义工或组织一个社区活动，好促进邻里和朋友之间的爱和团结。

祷告

恩慈的上帝，感谢你赐予我们无尽的爱。求你使用我们成为你爱的传递者，向周围的人分享你的恩典和怜悯。愿我们的行动能反映你的爱，使他人得以亲近你。奉耶稣的名祈祷，阿们。

圣洁生命，永生永世

第二十二天 | 9月8日 星期日

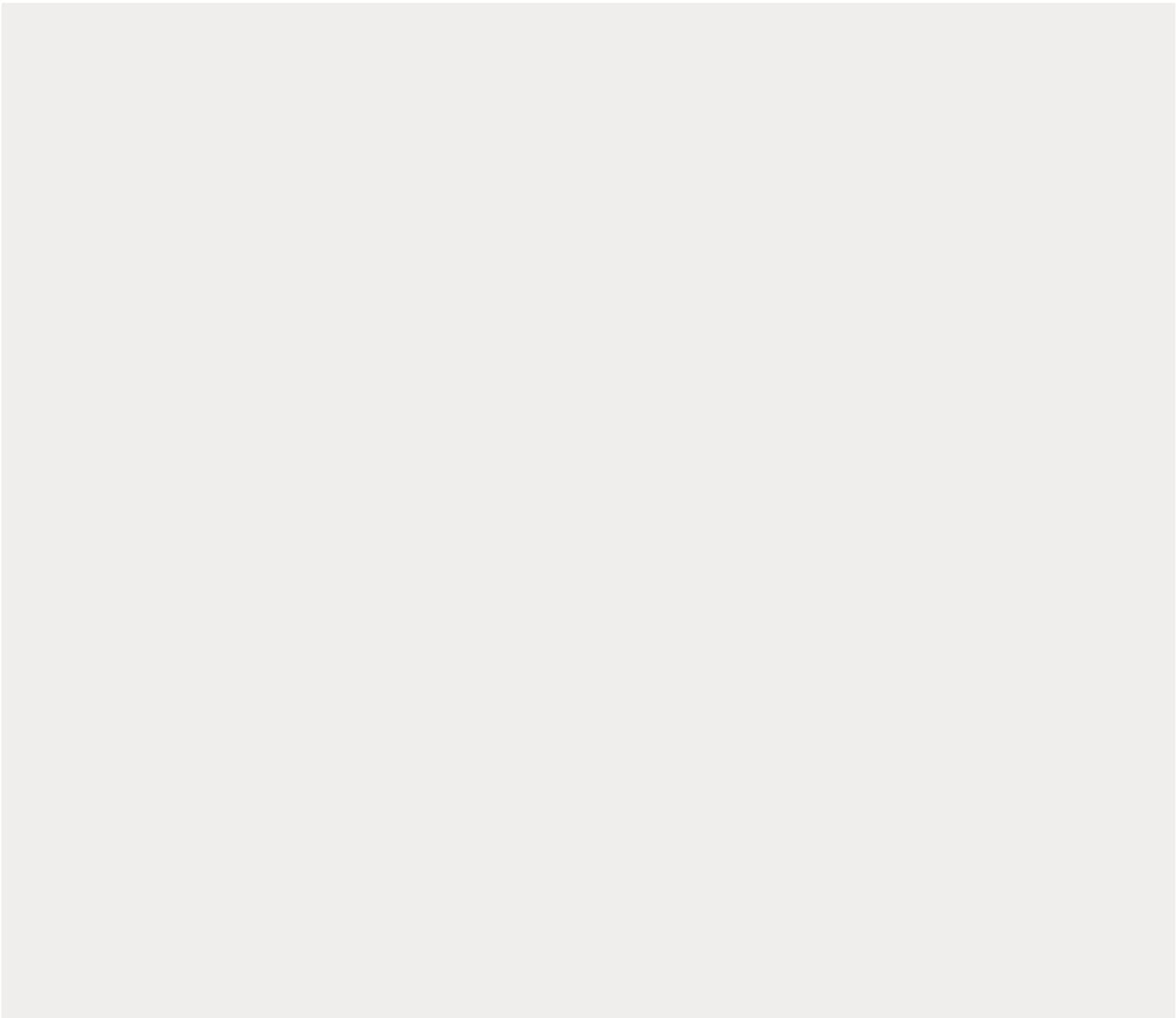
约翰一书 5:1-12

1 凡信耶稣是基督的，都是从上帝的生，凡爱生他之上帝的，也必爱从上帝生的。

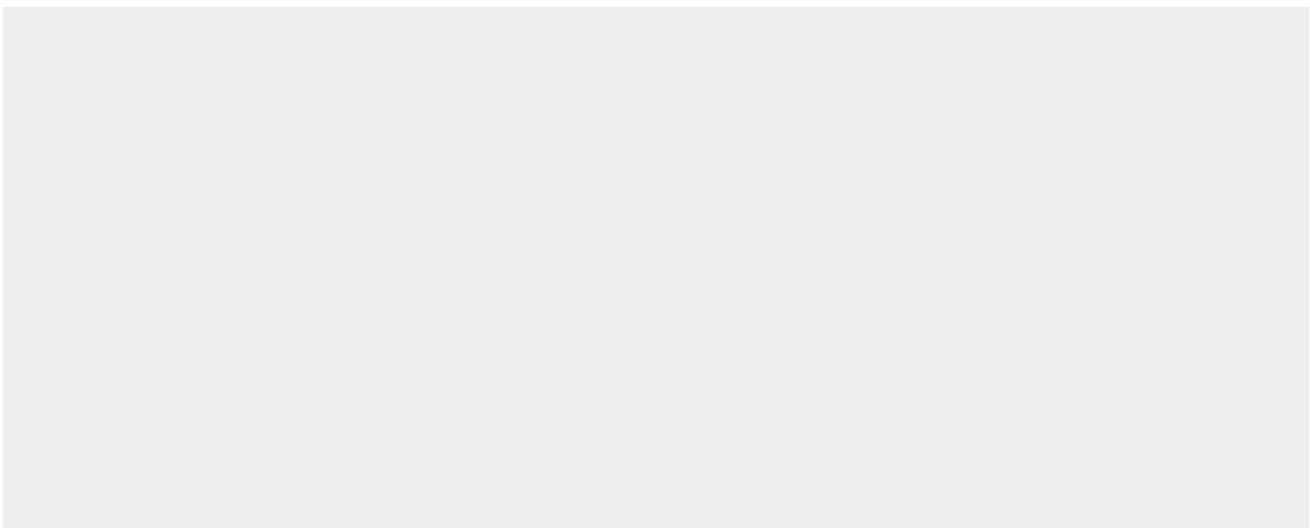
2 我们若爱上帝的，又遵守他的诫命，从此就知道我们爱上帝的儿女。3 我们遵守上帝的诫命，这就是爱他了，并且他的诫命不是难守的。4 因为凡从上帝生的，就胜过世界；使我们胜了世界的，就是我们的信心。5 胜过世界的是谁呢？不是那信耶稣是上帝儿子的吗？

6 这藉著水和血而来的，就是耶稣基督；不是单用水，乃是用水又用血，7 并且有圣灵作见证，因为圣灵就是真理。8 作见证的原来有三：就是圣灵、水与血，这三样也都归于一。9 我们既领受人的见证，上帝的见证更该领受了（“该领受”原文作“大”），因上帝的见证是为他儿子作的。10 信上帝儿子的，就有这见证在他心里；不信上帝的，就是将上帝当作说谎的，因不信上帝为他儿子作的见证。11 这见证就是上帝赐给我们永生，这永生也是在他儿子里面。12 人有了上帝的儿子就有生命；没有上帝的儿子就没有生命。

听道笔记



祷告



圣洁生命，永生永世

第二十三天 | 9月9日 星期一

约翰一书 4:13-21

13 上帝将他的灵赐给我们，从此就知道我们是住在他里面，他也住在我们里面。14 父差子作世人的救主，这是我们所看见且作见证的。15 凡认耶稣为上帝儿子的，上帝就住在他里面，他也住在上帝里面。16 上帝爱我们的心，我们也知道也信。上帝就是爱。住在爱里面的，就是住在上帝里面，上帝也住在他里面。17 这样爱在我们里面得以完全，我们就可以在审判的日子，坦然无惧。因为他如何，我们在这世上也如何。18 爱里没有惧怕。爱既完全，就把惧怕除去。因为惧怕里含着刑罚。惧怕的人在爱里未得完全。19 我们爱，因为上帝先爱我们。20 人若说，我爱上帝，却恨他的弟兄，就是说谎话的。不爱他所看见的弟兄，就不能爱没有看见的上帝（有古卷作怎能爱没有看见的上帝呢）。21 爱上帝的，也当爱弟兄，这是我们从上帝所受的命令。

读

在这些经文中，约翰共提到多少次“爱”或相关词？数一数并将它们圈起来。

听

当你再次阅读这段经文时，与上帝对话：爱与基督门徒的生活有什么关联？

思

“若有人说：我爱上帝，却恨他的弟兄，便是说谎话的”（约翰一书 4:20）。反思你的生活是否以爱为处事准则？有没有让你觉得难以去爱的人？

行

经文强调了爱上帝和爱他人之间的重要关联。写下圣灵感动你于本周要去爱的对象，在每个名字旁边，注明你将如何实际地向这些人表达爱。

祷告

慈爱的上帝，感谢你即使在我远离你、不配得的时候，仍然将你的爱倾倒在我身上。感谢你提醒我，爱你意味着应当爱他人。愿圣灵光照我的生命，让我能够实际地爱那些不可爱的人。奉耶稣的名祈祷。阿们。

约翰一书 5:1-3

- 1 凡信耶稣是基督的，都是从上帝而生。凡爱生他之上帝的，也必爱从上帝生的。
- 2 我们若爱上帝，又遵守他的诫命，从此就知道我们爱上帝的儿女。
- 3 我们遵守上帝的诫命，这就是爱他了。并且他的诫命不是难守的。

读

阅读经文时，留心信心之旅的进程和关联：相信上帝、从上帝而生、爱上帝、爱他人，以及遵守上帝的命令。

听

再次阅读今天的经文，留心听上帝的生命之道。

思

我们的信心和新身份，如何引导我们爱上帝并遵守他的命令？“他的诫命不是难守的……”我们是否觉得难以遵守上帝的命令，尤其当他要求我们去爱他人？

行

查阅上帝感动你要去爱的对象之名单。留心哪些人让你感到爱是一种“负担”？为每个人提名祷告，求上帝赐你能力，真诚地向他们表达你的爱。

祷告

亲爱的天父，感谢你先爱了我。感谢你因着基督在十字架上的牺牲，我得以经历你的爱，并且从你而生。我承认我的爱是不完美的，有时我觉得爱<名字>是一种负担。藉着你的圣灵，帮助我以你的眼光来看待<名字>，并且让你的圣爱充满我的心，以至于当我接触对方时，能以实际的行动来彰显你的圣爱。奉耶稣的名祷告。阿们。

圣洁生命，永生永世

第二十五天 | 9月11日 星期三

约翰一书 5:4-5

4 因为凡从上帝生的，就胜过世界。使我们胜了世界的，就是我们的信心。5 胜过世界的是谁呢？不是那信耶稣是上帝儿子的吗？

读

阅读经文时，专注于“胜过”这个词。

听

求圣灵光照你的思想，并在你大声朗读经文两遍时，敏锐于他的引导。

思

约翰指出，只有具有特定身份的人才能胜过世界。什么是“胜过世界”？在祷告中与上帝交谈：“我的生活，在何事上胜过了世界？”，以及“在哪些方面我需要上帝的帮助，以致能活出得胜、重生的生活，不随波逐流？”

行

约翰卫斯理，卫理运动的创始人曾说过：“没有别的圣洁，只有社会圣洁。”他的意思是，如果我们没有一个相互督责的社体来帮助彼此成长，个人就无法成长。与一个亲密的基督徒朋友或家人，分享你在生活中希望能得胜的领域。

祷告

慈悲的上帝，当你的灵光照我的灵魂时，我意识到，在我的生活中仍存有一些难以得胜的领域。主啊，求你赐我可以互相督责的人，在你的救赎恩典和彼此坦诚的分享中，我能过得胜和圣洁的生活来荣耀你。奉耶稣的名祷告。阿们。

约翰一书 5:6-13

6 这藉着水和血而来的就是耶稣基督。不是单用水，乃是用水又用血。7 并且有圣灵作见证，因为圣灵就是真理。8 作见证的原来有三，就是圣灵，水，与血。这三样也都归于一。9 我们既领受人的见证，上帝的见证更该领受了（“该领受”原文作“大”）。因上帝的见证是为他儿子作的。10 信上帝儿子的，就有这见证在他心里。不信上帝的，就是将上帝当作说谎的。因不信上帝为他儿子作的见证。11 这见证就是上帝赐给我们永生，这永生也是在他儿子里面。12 人有了上帝的儿子就有生命。没有上帝的儿子就没有生命。13 我将这些话写给你们信奉上帝儿子之名的人，要叫你们知道自己有永生。

读

数一数约翰在经文中使用多少次“见证”，并将之圈起来。

听

大声朗读约翰一书5:11-13。“叫你们知道自己有永生”，上帝要告诉你什么？

思

在经文中，上帝应许赐予永生，主耶稣成就了应许，而信心使我们得以领受此应许。约翰在13节强调，我们可以确信自己拥有永生。拥有永生对你有何意义？拥有永生如何影响你现今的生活？

行

将一张纸分成三个部分。第一部分，简短地描述你在接受基督为主之前的生活是怎样的。第二部分，简短地描述你接受基督之后，生活发生了怎样的变化。最后一部分，简短地描述上帝如何使用你在建立他的国度中有份。

祷告

天父啊，我们感谢你，因为凡信靠耶稣基督的人，都有永生的确据。主啊，当我们疑惑和不确定时，求你帮助我们紧紧抓住这个真理。加强我们的信心，好让我们有把握地在你的圣爱中行走，并向他人见证你所赐给我们的永生。奉耶稣的名祈祷。阿们。

圣洁生命，永生永世

第二十七天 | 9月13日 星期五

约翰一书 5:14-17

14 我们若照他的旨意求什么，他就听我们。这是我们向他所存坦然无惧的心。15 既然知道他听我们一切所求的，就知道我们所求于他的无不得着。

16 人若看见弟兄犯了不至于死的罪，就当为他祈求，上帝必将生命赐给他。有至于死的罪，我不说当为这罪祈求。17 凡不义的事都是罪。也有不至于死的罪。

读

先大声朗读以上经文两次。第三次阅读时，留意并圈出对你来说具有意义的词。

听

对于祷告，上帝要提醒你什么？

思

15节说：“我们若照他的旨意求什么，他就听我们。”这提醒我们要按着上帝的旨意来祷告。当我们的意念与上帝的一致时，我们就可以有把握地祷告。反思你最近的祷告。它们专注于你的意愿，还是专注于寻求上帝在你生活中的旨意？

行

花十分钟，祷告寻求上帝对你生命这个阶段的旨意。祷告时，以顺服的态度，说：“主啊，请说，你的仆人敬听。”保持静默，留意上帝如何与你交流。十分钟后，记录上帝给你的字眼、话语或影像。

祷告

恩慈的上帝，感谢你提醒我：祷告必须按着你的旨意。帮助我渴望与你亲近，专注于你的旨意而不是我的意愿，并能辨明你的声音和世界的声音。教导我相信你对我和身边人生命的计划是完美的。奉耶稣的名祷告。阿们！

约翰一书 5:18-21

18 我们知道凡从上帝生的，必不犯罪。从上帝生的，必保守自己（有古卷作“那从上帝生的必保护他”），那恶者也就无法害他。19 我们知道，我们是属上帝的，全世界都卧在那恶者手下。20 我们也知道，上帝的儿子已经来到，且将智慧赐给我们，使我们认识那位真实的，我们也在那位真实的里面，就是在他儿子耶稣基督里面。这是真神，也是永生。21 小子们哪，你们要自守，远避偶像！

读

慢慢阅读，让这段经文启迪你在基督里的身份。

听

再次阅读经文。聆听圣灵在你心中留下了什么。

思

第21节是对基督徒的提醒：“小子们哪，你们要自守，远避偶像！”偶像崇拜是指崇拜真神以外的任何事物。因此，偶像可以是任何形式，如物质财富、个人成就，甚至关系。反思你在生活中有否不经意地将世俗事物偶像化。

行

这周的每个清晨都吟唱《当转眼仰望耶稣》来开始新的一天。在周间，与你的小组分享，生活中有哪些方面你仍然处在挣扎中，无法降服于上帝。

祷告

慈爱的上帝，我承认有时我受到世俗事物的诱惑，使我无法将自己全心奉献于你、无法专心爱你。当我将信心建立在这些事物上，没有仰望你，求你赦免我。求你赐我智慧和力量，让你在一切之上居首位。奉耶稣的名祷告。阿们。

约翰二书 1-13

1 作长老的，写信给蒙拣选的太太（“太太”或作“教会”；下同）和她的儿女，就是我诚心所爱的；不但我爱，也是一切知道真理之人所爱的。2 爱你们是为真理的缘故，这真理存在我们里面，也必永远与我们同在。3 恩惠、怜悯、平安从父上帝和他儿子耶稣基督，在真理和爱心上必常与我们同在！

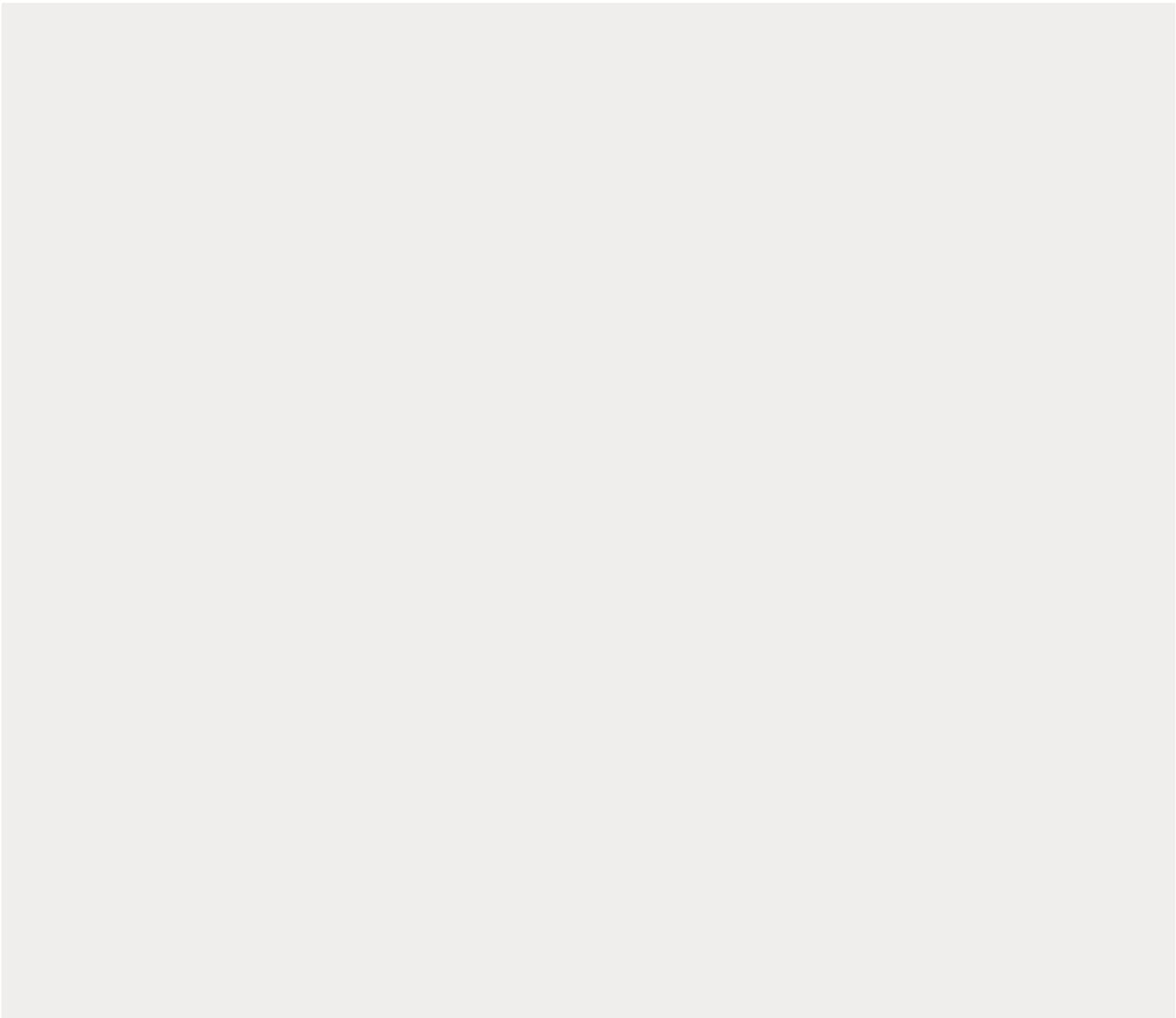
4 我见你的儿女，有照我们从父所受之命令遵行真理的，就甚欢喜。5 太太啊，我现在劝你，我们大家要彼此相爱。这并不是我写一条新命令给你，乃是我们从起初所受的命令。6 我们若照他的命令行，这就是爱。你们从起初所听见当行的，就是这命令。

7 因为世上有许多迷惑人的出来，他们不认耶稣基督是成了肉身来的，这就是那迷惑人、敌基督的。8 你们要小心，不要失去你们（有古卷作“我们”）所做的工，乃要得着满足的赏赐。9 凡越过基督的教训不常守着的，就没有上帝；常守这教训的，就有父又有子。

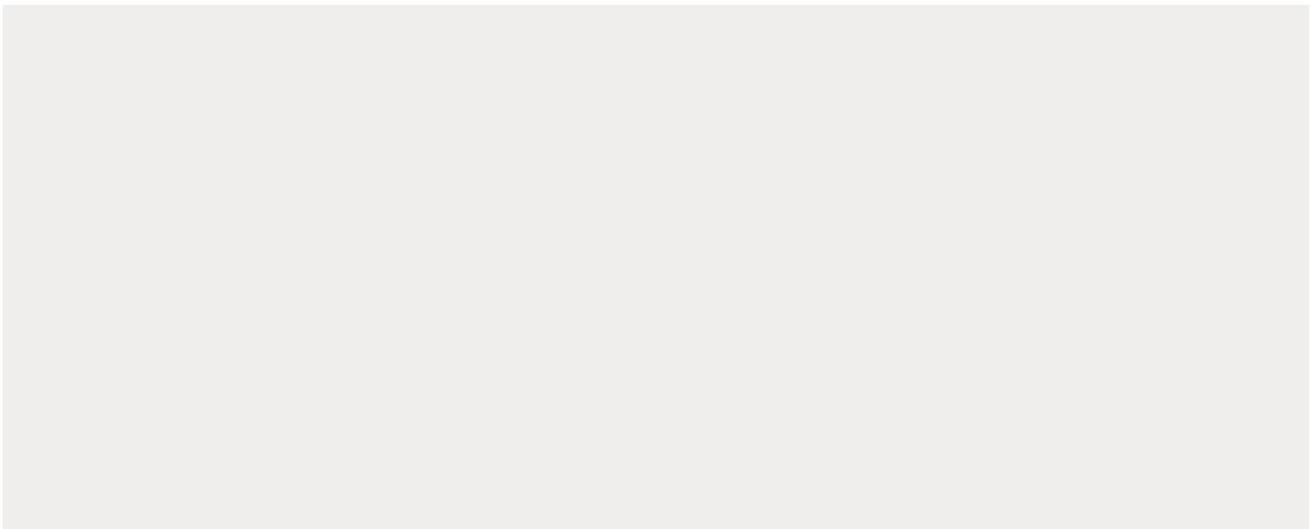
10 若有人到你们那里，不是传这教训，不要接他到家里，也不要问他的安。11 因为问他安的，就在他的恶行上有分。

12 我还有许多事要写给你们，却不愿意用纸墨写出来，但盼望到你们那里，与你们当面谈论，使你们的喜乐满足。13 你那蒙拣选之姊妹的儿女都问你安。

听道笔记



祷告



行走在真理与爱之中

第三十天 | 9月16日 星期一

约翰二书 1-3

1 作长老的，写信给蒙拣选的太太（“太太”或作“教会”；下同）和她的儿女，就是我诚心所爱的；不但我爱，也是一切知道真理之人所爱的。2 爱你们是为真理的缘故，这真理存在我们里面，也必永远与我们同在。3 恩惠、怜悯、平安从父上帝和他儿子耶稣基督，在真理和爱心上必常与我们同在！

读

你留意到这3节经文里面，哪一个单词多次重复呢？数一数它出现了几次？

听

你从这段经文里，听到约翰长老爱心的真诚吗？你听见上帝对你说了什么？

思

你常常向别人问安吗？基督徒与非基督徒问安的内容有什么不一样吗？

行

今天尝试向几位你很久没有联系的亲友发送问安的信息，特别通过电话/WhatsApp，为身心灵软弱的人代祷和祝福。

祷告

满有恩典和真理的主，求你帮助我们在主里彼此相爱，并且在真理上合一；愿你的真理在我们当中扎根，成为我们生活的基石、思想的指南、行为的准则；愿恩惠、怜悯、平安从父上帝和他儿子耶稣基督，在真理和爱心上常与我们同在！奉基督圣名祷告。阿们。

约翰二书 4-6

4 我见你的儿女，有照我们从父所受之命令遵行真理的，就甚欢喜。
5 太太啊，我现在劝你，我们大家要彼此相爱。这并不是我写一条新命令给你，乃是
我们从起初所受的命令。6 我们若照他的命令行，这就是爱。你们从起初所听见当行的，
就是这命令。

读

你留意到这3节经文里面，哪一个单词多次重复呢？数一数它出现了几次？

听

仔细聆听上帝命令你做什么事情？遵行真理和彼此相爱，哪一个在先？哪一个在后呢？

思

再次回顾大诫命的内容，它与遵行真理、彼此相爱有什么对应关系吗？你是否愿意按照上帝的命令来生活呢？

行

有许多方法可以表达我们的爱心，例如排除偏见和歧视、接纳别人、聆听、扶助、施舍、服事和安慰伤心的人等等。凭你心中的感动，今天选择其中一个爱的行动来实践。

祷告

亲爱的主耶稣，我感谢你爱我，为我舍己。我要以你永远的爱来爱你，遵行你的真理，也要存谦卑顺服的态度、去活出爱、分享爱，作主舍己大爱的见证人。愿一切荣耀、颂赞都归于你。奉耶稣基督的名祷告。阿们。

约翰二书 7-9

7 因为世上有许多迷惑人的出来，他们不认耶稣基督是成了肉身来的，这就是那迷惑人、敌基督的。8 你们要小心，不要失去你们（有古卷作“我们”）所做的工，乃要得着满足的赏赐。9 凡越过基督的教训不常守着的，就没有上帝；常守这教训的，就有父又有子。

读

把经文认真读三遍，把“迷惑人”、“敌基督”圈出来。

听

你从这段经文听到上帝对你说什么？我需要小心什么情况呢？

思

“满足的赏赐”是很吸引人的！它到底是指什么？我如何能够得着满足的赏赐呢？

行

从今天起多了解一些基督教历史上出现的异端，求主保守自己远离错误的教导。

祷告

道成肉身的主啊，你是道路、真理、生命，若不藉着你，没有人能到天父上帝那里去。求主的圣灵帮助我，保守我的心怀意念不被世上迷惑人的所迷惑，而是常常仰望十字架的耶稣，甘心乐意背负自己的十字架来跟随主。奉基督圣名祷告。阿们。

约翰二书 10-11

10 若有人到你们那里，不是传这教训，不要接他到家里，也不要问他的安。11 因为问他安的，就在他的恶行上有分。

读

你从这段经文观察到什么？它在谈论什么危险的人物？

听

朗读这段经文三遍，听一听上帝在对你说什么？

思

款待传道人表达爱心的行动，但前提是这个传道人传讲真理，否则就不要款待，也不要问他的安。你同意这样的吩咐吗？它提醒了你什么？

行

背诵使徒信经，尝试用使徒信经来分辨一些错误的教导/异端（如耶和華见证人）。

祷告

圣父、圣子、圣灵三位一体的真神，感谢你赐予我们使徒信经，作为我们信仰的基石和指南。求你保守我们的心灵，不让我们与那些背道的人有关联，免得我们在他们的恶中有份。求主引领我们认识真理，遵行真理，使我们在信仰上坚定不移，不被世俗的诱惑所动摇，坚定地仰望那创始成终的耶稣基督。奉主基督的名祷告。阿们。

约翰二书 12-13

12 我还有许多事要写给你们，却不愿意用纸墨写出来，但盼望到你们那里，与你们当面谈论，使你们的喜乐满足。13 你那蒙拣选之姊妹的儿女都问你安。

读

这段经文中有哪些关键词或短语引起了你的注意？

听

上帝透过这段经文向你說什麼？

思

文字能够完全代替实体见面吗？网上崇拜能够代替实体崇拜吗？疫情过后，教会的弟兄姐妹都回来实体崇拜了吗？

行

约一个很久没有见面的亲友喝咖啡/吃饭，用上帝的真理坚固他/她的信心；或者，打电话邀请一个信心软弱的人/还没有信主的人来教会敬拜上帝。

祷告

亲爱的主，你是永活的真神。求圣灵引导我们与主相遇，使我们能够更深刻地认识你，更虔诚地敬爱你，更紧紧地跟随你；主啊，求你保守我们弟兄姐妹在主里相交，不仅止于书信/表面形式上，更期盼着面对面和深入心灵的交流，彼此分享信仰的喜乐和见证。愿主的恩典常与我们同在，赐我们平安。奉主耶稣的名祷告。阿们。

腓立比书 1:9-11

9 我所祷告的，就是要你们的爱心，在知识和各样见识上多而又多，10 使你们能分别是非（或作“喜爱那美好的事”），作诚实无过的人，直到基督的日子；11 并靠着耶稣基督结满了仁义的果子，叫荣耀称赞归与上帝。

读

这段经文中有哪些关键词或短语引起了你的注意？

听

重复朗读这段经文，听一听作者祷告的内容，上帝在对你说什么？

思

问一问我自己：我有为人如此祷告吗？我可以这样为人祷告吗？我可以这样为自己祷告吗？

行

安静在上帝面前，把经文里面的“你们”换成“我自己”，“姓名”（你所想到的人），用以上经文模式来祷告（至少为3个人祷告）。

祷告

亲爱的主，我们祈求你赐给我们爱心，以真理和智慧充满我们的心，使我们能够在混乱的世界中分辨是非，作诚实无过的人。主啊，求你帮助我们靠着耶稣基督结满了仁义的果子，愿我们的生活中充满你的恩典和慈爱，愿一切的荣耀和颂赞都归与你。奉耶稣基督的名祷告。阿们。

约翰三书 1-15

1 作长老的，写信给亲爱的该犹，就是我诚心所爱的。

2 亲爱的兄弟啊，我愿你凡事兴盛，身体健壮，正如你的灵魂兴盛一样。3 有弟兄来证明你心里存的真理，正如你按真理而行，我就甚喜乐。4 我听见我的儿女们按真理而行，我的喜乐就没有比这个大的。

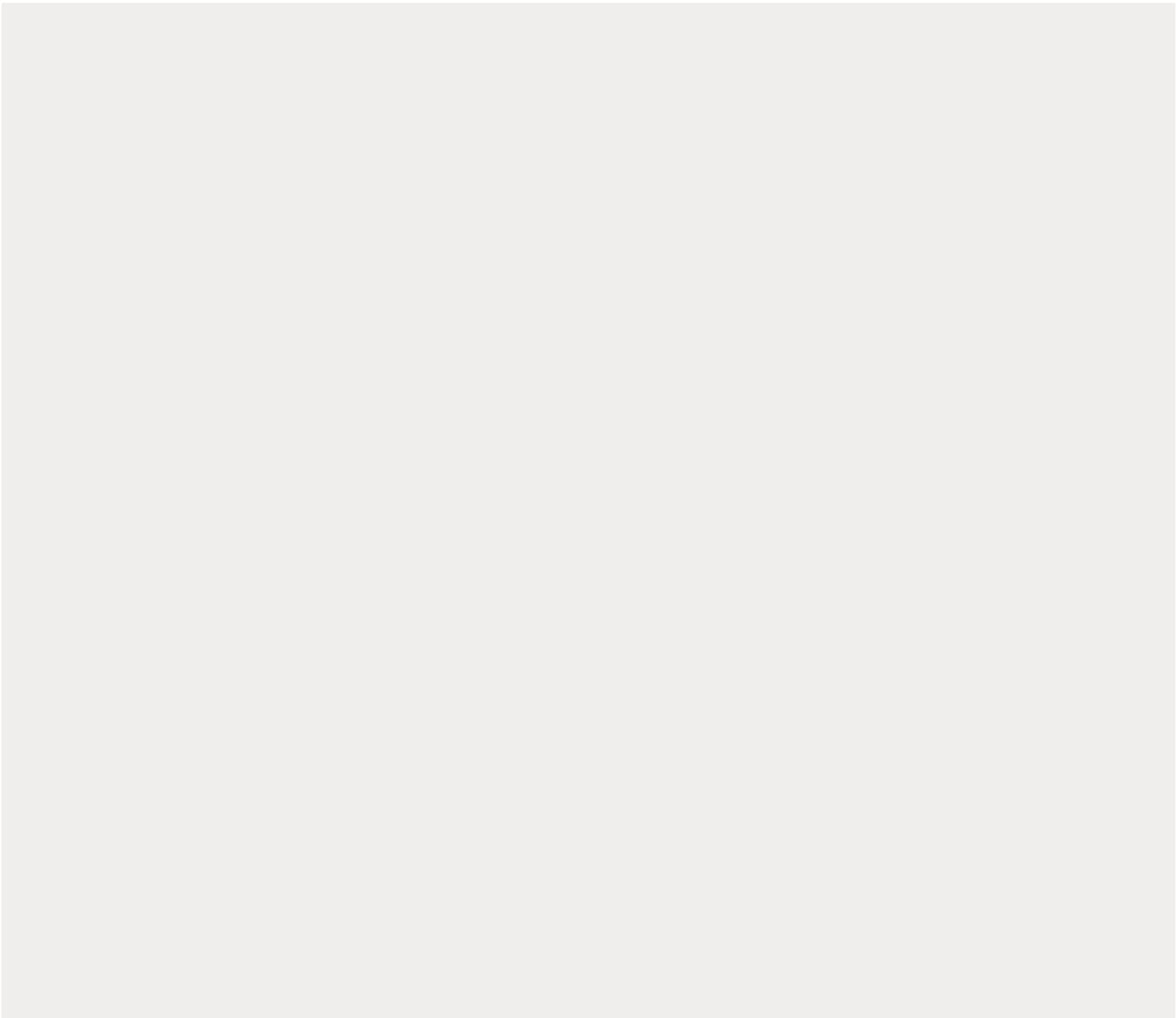
5 亲爱的兄弟啊，凡你向作客旅之弟兄所行的，都是忠心的。6 他们在教会面前证明了你的爱。你若配得上帝，帮助他们往前行，这就好了，7 因他们是为主的名（原文作“那名”）出外，对于外邦人一无所取。8 所以我们应该接待这样的人，叫我们与他们一同为真理做工。

9 我曾略略地写信给教会，但那在教会中好为首的丢特腓不接待我们。10 所以我若去，必要提说他所行的事，就是他用恶言妄论我们。还不以此为足，他自己不接待弟兄，有人愿意接待，他也禁止，并且将接待弟兄的人赶出教会。

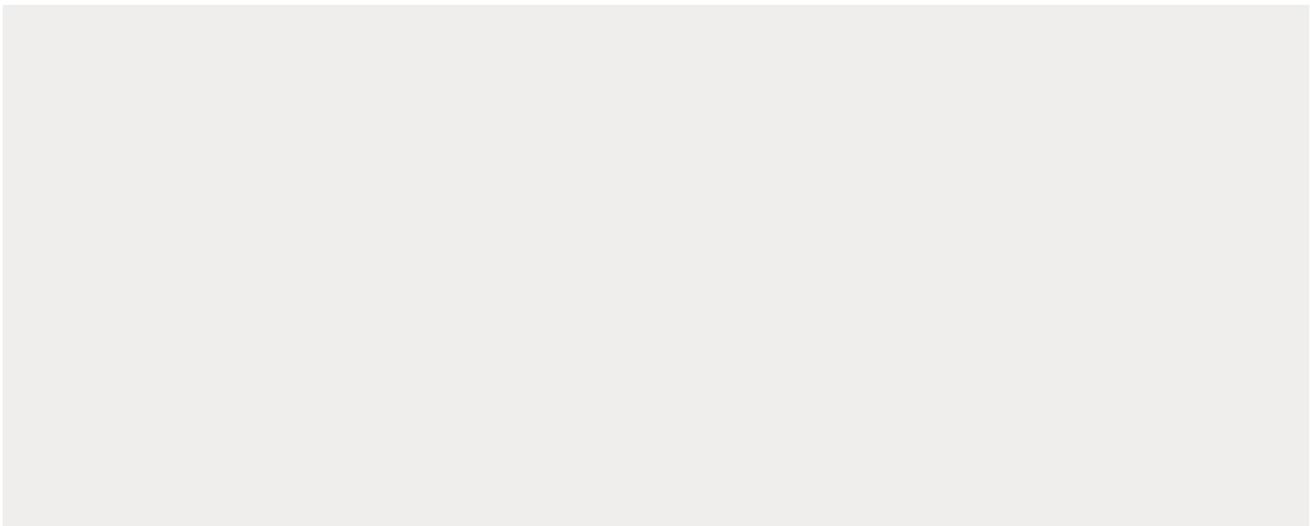
11 亲爱的兄弟啊，不要效法恶，只要效法善。行善的属乎上帝，行恶的未曾见过上帝。12 低米丢行善，有众人给他作见证，又有真理给他作见证，就是我们也给他作见证。你也知道我们的见证是真的。

13 我原有许多事要写给你，却不愿意用笔墨写给你，14 但盼望快地见你，我们就当面谈论。15 愿你平安。众位朋友都问你安。请你替我按着姓名问众位朋友安。

听道笔记



祷告



透过款待过圣洁生活

第三十七天 | 9月23日 星期一

约翰三书 1-4

1 作长老的，写信给亲爱的该犹，就是我诚心所爱的。
2 亲爱的兄弟啊，我愿你凡事兴盛，身体健壮，正如你的灵魂兴盛一样。3 有弟兄来证明你心里存的真理，正如你按真理而行，我就甚喜乐。4 我听见我的儿女们按真理而行，我的喜乐就没有比这个大的。

读

慢慢地默读两遍。

听

大声诵读经文，有什么字触动你心？

思

“按真理而行”，这句经文对你说什么？为何“按真理而行”如此重要？
安静片刻，在圣灵的光照下，省察自己在哪方面没有按真理而行，哪些是你易犯的罪？

行

每日为自己没有按真理而行忏悔，也求圣灵帮助自己不偏离真理，警醒地避开这些易犯的罪。

祷告

上帝啊！求你将你的道指示我，将你的路教训我；求你以你的真理引导我、教训我，因为你是救我的上帝，我终日等候你。奉主基督圣名求。阿们。

约翰三书 5-6

5 亲爱的兄弟啊，凡你向作客旅之弟兄所行的，都是忠心的。6 他们在教会面前证明了你的爱。你若配得过神，帮助他们往前行，这就好了。

读

慢慢地默读两遍。

听

大声诵读经文，有什么字触动你心？

思

谁是你的“客旅”？安静片刻，有没有一个人或一群人浮现你心中，需要你的款待？你需要怎么做才能“配得过神”（使神得荣耀）？

行

按照所默想的去行。

祷告

慈爱的天父，我们是凭着基督的救赎，才得以与你和好，才能与你圣洁荣耀的国度有份。帮助我们这些蒙恩得救的人，对别人多一份爱心和耐心；就算是陌生人，求你帮助我们能积极地以爱来帮助和款待。若我们曾经冷漠地对待客旅，求你赦免我们的过犯，因为我们没有与人分享你的爱，没有使你的名得荣耀。求主怜悯。奉主基督圣名。阿们。

透过款待过圣洁生活

第三十九天 | 9月25日 星期三

约翰三书 7-10

7 因他们是为主的名（原文作“那名”）出外，对于外邦人一无所取。8 所以我们应该接待这样的人，叫我们与他们一同为真理做工。9 我曾略略地写信给教会，但那在教会中好为首的丢特腓不接待我们。10 所以我若去，必要提说他所行的事，就是他用恶言妄论我们。还不以此为足，他自己不接待弟兄，有人愿意接待，他也禁止，并且将接待弟兄的人赶出教会。

读

慢慢地默读两遍。

听

大声诵读经文，注意重复出现的字或思想。

思

你曾否拒绝接待或帮助来到你面前祈求帮助的人？你的口有否说出无益的言语，对别人造成伤害？

行

注意身边有没有需要关爱的人，以实际行动来接待对方，如约一个人见面聆听他的苦情、请一个外乡人吃饭、发正面的讯息鼓励很久没有来教会的信徒等等。

祷告

充满慈悲怜悯的上帝，你是爱的源头，求你的爱倾倒在我们心灵，驱走我们的自私和自我，对别人常存怜悯，愿意付出实际的行动来帮助有需要的人。如果我们说过伤害他人的话语，得罪了你，请宽恕我们。帮助我们勒住舌头，只说充满爱心的言语。奉基督圣名。阿们。

约翰三书 11-15

11 亲爱的兄弟啊，不要效法恶，只要效法善。行善的属乎上帝，行恶的未曾见过上帝。12 低米丢行善，有众人给他作见证，又有真理给他作见证，就是我们也给他作见证。你也知道我们的见证是真的。

13 我原有许多事要写给你，却不愿意用笔墨写给你，14 但盼望快快地见你，我们就当面谈论。15 愿你平安。众位朋友都问你安。请你替我按着姓名问众位朋友安。

读

慢慢地默读两遍。

听

大声诵读经文，你听到圣灵说什么？

思

“行善的属乎上帝，行恶的未曾见过上帝。”这句话带给你什么提醒？

行

每日自我省察：有否按着上帝赐予的力量，关怀和帮助在物质或心灵上有需要的人。

祷告

仁慈的上帝，你一再提醒我们，行善爱人是天国子民该活出的生命。当我们的的心只关注自我，不愿意为别人多走一里路的时候，求主赦免我们的自私。恳求主的灵提醒和感化我们，为了你的缘故，无论大小善行都全力以赴去做，竭力施行仁义，把握机会为人群多做各种善事。奉基督圣名。阿们。

透过款待过圣洁生活

第四十一天 | 9月27日 星期五

希伯来书 13:1-2

1 你们务要常存弟兄相爱的心。2 不可忘记用爱心接待客旅，因为曾有接待客旅的，不知不觉就接待了天使。

读

慢慢地默读两遍。

听

大声诵读经文，你听到圣灵说什么？

思

你曾否有经文中描述的经历，因着接待或帮助别人，自己也蒙福？谁是你如今的客旅？

行

留心身边需要你关爱的人，并付出实际行动，如：递一杯凉水给清洁工，向在电梯遇到的人问安，给予真诚的微笑等。

祷告

天父啊，你吩咐我们要接待和善待客旅，为要操练我们的属灵生命。帮助我们甘心乐意地遵行你的心意，也在每一次的付出中，越发体会施比受确实更为有福。奉基督圣名。阿们。

希伯来书 13:3

3 你们要记念被捆绑的人，好像与他们同受捆绑；也要记念遭苦害的人，想到自己也在肉身之内。

读

慢慢地默读两遍。

听

大声诵读经文，注意重复出现的字或思想。

思

谁正面对悲伤痛苦？你可以怎么与对方同悲伤，将关爱传达给伤心的人？

行

找机会探访心灵或肉体受苦的人，尽力出席守丧礼拜来安慰家属。

祷告

慈爱的天父，你本着无限的怜悯和长存的慈爱，来怜恤敬畏你的人。求主教导我们，不要徒有敬虔的外貌，却缺乏真实爱上帝、爱肢体、爱邻舍的心和生命。感化我们的心能更像基督的心肠，不单顾自己的事，也顾别人的事。奉基督圣名。阿们。

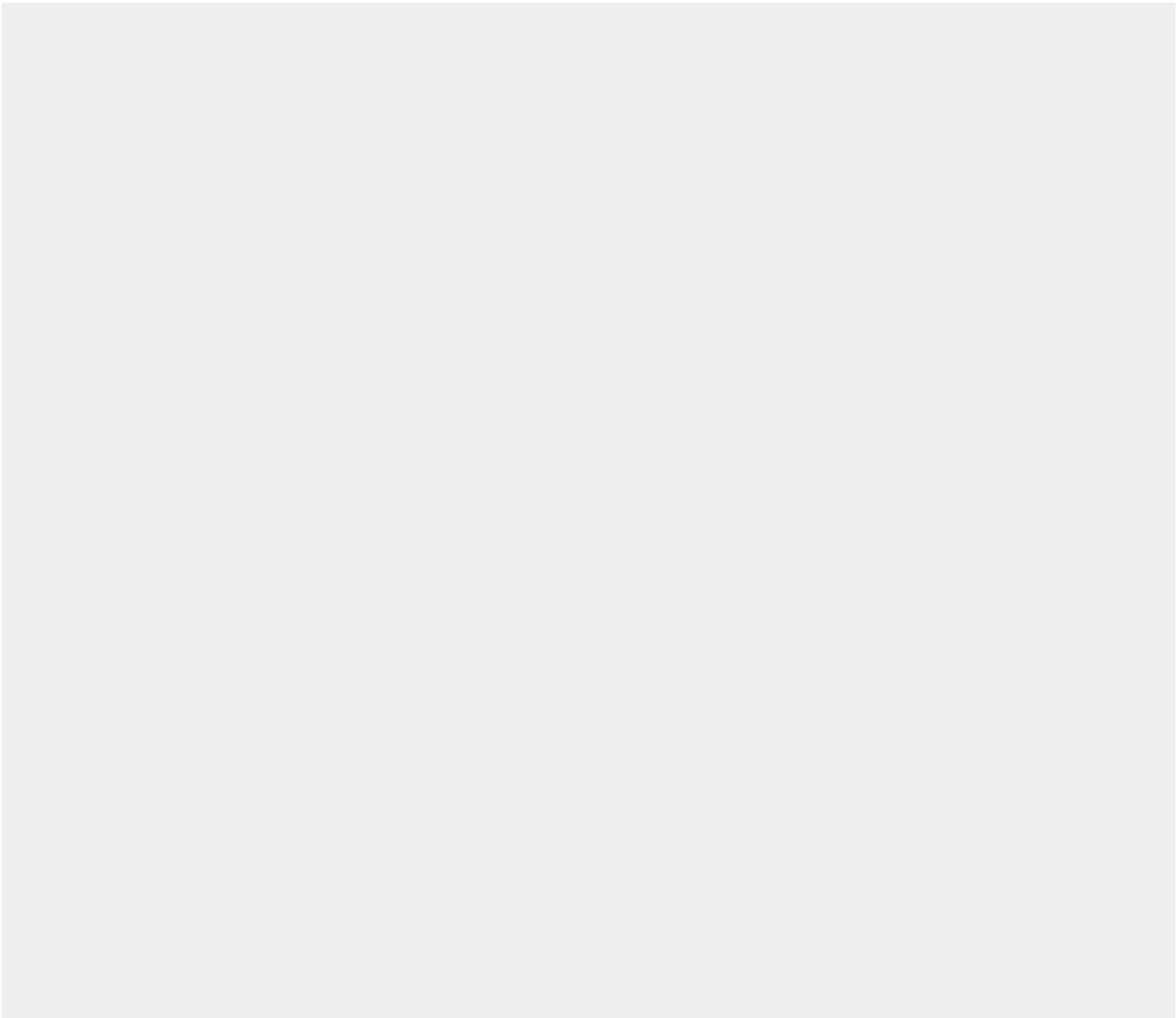
透过团契过圣洁生活

第四十三天 | 9月29日 星期日

希伯来书 10:23-25

23 也要坚守我们所承认的指望，不至摇动，因为那应许我们的是信实的。24 又要彼此相顾，激发爱心，勉励行善。25 你们不可停止聚会，好像那些停止惯了的人，倒要彼此劝勉。既知道（原文作“看见”）那日子临近，就更当如此。

听道笔记



祷告

