



大齋期是預備復活節的節期。現在就應謙卑自己，認罪悔改並歸向神。大齋期不是要誇耀自己的犧牲或意圖賺取神的喜悅或從神獲得更多的愛。在這節期裡藉著我們積極地轉離己路去追求基督的道路。

今年，我們鼓勵羅省一浸的弟兄姊妹為自己靈命能突破，一同參與四十天的大齋期：

1. 考慮四十天的禁食 (放棄某些東西)。例如，每天的午餐，甜點或電視/媒體等。禁食能促使我們更明白我們何等需要神的幫助。
2. 每天抽時間使用「每週靈修」來讀經，反思和祈禱。
3. 決志每週崇拜後，到崇拜中心參加集體禱告會 (下午12:10)，並參加每週三在聖道樓大堂舉行的祈禱會 (晚上7:45)。

2/23-29

**第一日**

**經文**  
歷代志下 7:14  
這稱為我名下的子民，若是自卑、禱告、尋求我的面、轉離他們的惡行，我必從天上垂聽、赦免他們的罪、醫治他們的地。

**反思**  
禁食是在神面前謙卑自己，並表達需要祂的一種途徑。在這節期，您有什麼可以禁食/捨棄，以致獻上更多時間和空間給神呢？

**禱告**  
主啊，讓我看見我生命的倚靠是什麼。我要謙卑自己，尋求祢的臉，並轉離我的惡行。主啊，垂聽我的禱告，並憐憫我。

**第二日**

**經文**  
詩篇 35:13b  
...禁食刻苦己心。

**反思**  
假如您仔細察看自己的日常生活 (準備飯菜，工作/讀書，撫養孩子，早上起床等)，若沒有神，您可以完成多少的工作呢？這樣對嗎？您生命中有多少時間表現出您倚靠著神？

**禱告**  
主啊，我謙卑在祢面前。讓我知道要倚靠祢和需要祢。

**第三日**

**經文**  
馬太福音 4:1-4  
耶穌卻回答說，經上記著說，『人活著，不是單靠食物，乃是靠神口裏所出的一切話。』

**反思**  
耶穌在世上的第一件事工就是禁食和尋求神。這是我們事奉主應有的態度嗎？耶穌既然這樣作，我們豈不需要效法祂嗎？

**禱告**  
主啊，教導我在這四十天，我所需的不單是食物和水。我更需要祢和祢的話語。

**第四日**

**經文**  
馬太福音 6:16  
你們禁食的時候，不可像那假冒為善的人，臉上帶著愁容，因為他們把臉弄得難看，故意叫人看出他們是禁食，我實在告訴你們，他們已經得了他們的賞賜。

**反思**  
您禁食的動機是什麼？您是否想命令神聽從您 (「絕食抗議」)？

**禱告**  
神啊，鑒察我的心，並知道我的道路。幫助我信靠祢更多，並且為祢而活。

**第五日**

**經文**  
馬太福音 6:17-18  
你禁食的時候，要梳頭洗臉，不叫人看出你禁食來，只叫你暗中的父看見，你父在暗中察看，必然報答你。

**反思**  
饑餓往往使我們情緒低落。如果我們的天父是在暗中的，我們如何在「私人」的生活裡尋求祂？當沒有人在看，我們會禱告和閱讀神的話語嗎？

**禱告**  
那位在暗中的父啊，請聽我懇求和改變我的心。

**第六日**

**經文**  
詩篇 123:1-2  
坐在天上的主阿，我向祢舉目。看哪，僕人的眼睛怎樣望主人的手，使女的眼睛怎樣望主母的手，我們的眼睛也照樣望耶和華我們的神，直到祂憐憫我們。

**反思**  
承諾在這四十天及以後的日子裡仰望主。

**禱告**  
主，我向祢舉目，在天上坐著為王的那位。幫助我一生盡忠於祢。主啊，讓我們看見祢賜下的恩惠。

**第七日**

**經文**  
詩篇 125:1-2  
倚靠耶和華的人，好像錫安山，永不動搖。眾山怎樣圍繞耶路撒冷，耶和華也照樣圍繞他的百姓，從今時直到永遠。

**反思**  
在這四十天，您會用什麼行動表示您更信靠神呢？主與我們同在，信靠祂吧！

**禱告**  
主啊，我信靠祢，我不會被任何事情動搖我。我讚美祢，因為祢現在和永遠都在我們身邊。

我們一起來參加！

**復活佳節**

四月五日：棕樹節主日崇拜  
上午 9:00 - 粵語  
上午 10:30 - 國語及粵語  
上午 10:45 - 英語

四月十日：受難節崇拜  
晚上 7:30 - 英語、粵語及國語

四月十二日：復活節主日崇拜  
上午 9:00 - 粵語  
上午 10:30 - 國語及粵語  
上午 10:45 - 英語



詳情請瀏覽 [FCBC.ORG](http://FCBC.ORG)