

【每日灵粮套餐】

「每日灵粮套餐」主要是帮助「低头族」的圣徒，规划个人灵修的优质时间，因而每天「抬头仰望」神及时的恩典和属天的供应。我们建议每天至少花10分钟：

(一) 4分钟——阅读圣经。

(二) 2分钟——默想主话。

(三) 4分钟——祷告唱诗。

这是一个简单的指南。但很快我们会发现，只花10分钟亲近主是不可能的。当我们享受与祂约会时，我们的10分钟会变成30分钟，甚至更长。

「每日灵粮套餐」的特点是：

(一)「读经」——帮助你「天天考查圣经」(使十七11)，将整本新约圣经，逐章逐节读完一遍。今年的读经进度是使用香港教会的「[读经计划](#)」，平均每天要读半章至一章的圣经，一年刚好可以再读完新约圣经一遍。

(二)「主题」——帮助你提纲挈领地领会每日读经的主题。

(三)「钥节」——帮助你爱慕神的话语，把圣经中主要的经节藏在心里(西三16)，一天至少背一节。

(四)「重点」——帮助你明了圣经的中心思想，并默想所启示的内容。

(五)「默想」——帮助你思想主的话(诗一2)，学习让圣经的思想成为你的思想。

(六)「祷告」——帮助你打开心扉，将祂的话化成祷告，进入与祂亲密的交通里。

(七)「诗歌」——帮助你在圣灵的感动中，唱诗、赞美、亲近祂。

如果你想每天收到 WeChat 版的「每日灵粮套餐」，请与我们联系 (hxzz@yahoo.com 或 ccyang@optonline.net)。

今年我们首要的目标是开发移动版本的【每日灵粮套餐】。请弟兄姊妹在祷告中记念我们的文字服事，并为我们代祷。

你的弟兄，

宇

【马太福音重点式读经】

【为什么要读马太福音？】任何人若想要认识基督的生平；以及明白祂天国教训的启示；和了解祂传道的工作，救世的恩典，神性的能力和荣耀，就必须读本书。

【本书钥节】「亚伯拉罕的后裔，大卫的子孙，耶稣基督的家谱。」(太一 1)

「耶稣进前来，对他们说，天上地下所有的权柄，都赐给我了。所以你们要去，使万民作我的门徒，奉父子圣灵的名，给他们施浸。凡我所吩咐你们的，都教训他们遵守。我就常与你们同在，直到世界的末了。」(太廿八 18~20)

【本书钥字】马太福音整卷书题到「天国」(原意是诸天之国)有 37 次；「神的国」和「父的国」有 9

次；「人子的国」3次；「创世以来所预备的国」一次。马太福音传出新约头一个信息「天国近了」，而这个信息也贯穿了整卷书。根据马太福音，天国是神国的一部分只，包括今天的教会，和要来千年国的属天部分。现今在教会时代，我们是在天国实际里；将来在国度时代要有分于天国的实现。

【本书简介】马太福音的主要信息是天国的福音。基督是王，基督掌权，把天国建立在地上，乃是马太福音的中心思想。全书专论这位救主并君王的耶稣，为要救祂的百姓脱离罪恶，进入祂的国度，乃降世为人，以言行传扬国度的福音；最后被钉死十字架上，以救赎那些属祂的人；复活，赐给他们权柄和能力，在地上继续推展国度。本书特别指出主耶稣为王之特性。

一月

日	一	二	三	四	五	六
		日期> 读经> 内容>	1 太 1:1-17 王的家谱	2 太 1:18-25 王的降生	3 太 2:1-12 博士来朝	4 太 2:13-23 预言应验
5 太 3 天国近了	6 太 4:1-11 神的活话	7 太 4:12-25 来跟从主	8 太 5:1-26 天国之福	9 太 5:27-48 像父完全	10 太 6:1-18 与父更亲	11 太 6:19-34 不要忧虑
12 太 7:1-14 信心祈求	13 太 7:15-29 遵父旨意	14 太 8:1-17 人来祂肯	15 太 8:18-34 主又代又担	16 太 9:1-17 绝对跟从	17 太 9:18-38 与主同工	18 太 10:1-25 主的工人
19 太 10:26-42 与主是一	20 太 11:1-19 不因主跌倒	21 太 11:20-30 得享安息	22 太 12:1-32 安息日的主	23 太 12:33-50 神国临到	24 太 13:1-30 天国成长	25 太 13:31-58 明白主的话
26 太 14:1-21 仰望祝福	27 太 14:22-36 不惧风浪	28 太 15:1-20 真实敬虔	29 太 15:21-39 因信成全	30 太 16:1-12 明白主的话	31 太 16:13-28 走十架路	

二月

日	一	二	三	四	五	六
						1 太 17:1-13 只见耶稣
2 太 17:14-27 凡事求问	3 太 18:1-15 回转像小孩	4 太 18:16-35 无限饶恕	5 太 19:1-15 尊重婚姻	6 太 19:16-30 在神都能	7 太 20:1-19 切莫闲站	8 太 20:20-34 舍命服事
9	10	11	12	13	14	15

太 21:1-22 祷告的殿	太 21:23-46 恩典转移	太 22:1-22 来赴王宴	太 22:23-46 基督是谁	太 23:1-22 切忌虚荣	太 23:23-39 主的呼唤与伤痛	太 24:1-28 末世警告
16 太 24:29-51 主必再来	17 太 25:1-30 好仆人	18 太 25:31-46 善待弟兄	19 太 26:1-25 一件美事	20 太 26:26-46 照父意思	21 太 26:47-75 想起主说的话	22 太 27:1-31 犹大卖主
23 太 27:32-66 甘负十字架	24 太 28 荣耀大使命	25	26	27	28	

一月 1 日 (周三)

读经: [太 1:1-17](#)

钥节: 亚伯拉罕的后裔、大卫的子孙、耶稣基督的家谱 (太一 1)

主题: 王的家谱

重点: 全部圣经都以基督为中心, 让我们今年立定志向:

- 一、研读一本奇妙的「书」——圣经;
- 二、认识一位奇妙的「人」——耶稣基督。

默想: 耶稣是君王, 也是救主, 我要好好读经, 一天比一天更认识祂。

祷告: 主啊! 向我显现, 让我常常看见你的奇妙可爱, 吸引我更爱你。

诗歌: [耶稣配得至圣尊荣](#)

一月 2 日 (周四)

读经: [太 1:18-25](#)

钥节: 这一切的事成就, 是要应验主藉先知所说的话, 说: 「必有童女怀孕生子, 人要称他的名为以马内利。」(以马内利翻出来就是「神与我们同在」)(太一 22~23)

主题: 王的降生

重点: 马利亚从圣灵怀孕, 生了婴孩取名为「耶稣」, 因祂要将百姓从罪恶中拯救出来, 并要应验以赛亚七章 14 节的预言, 就是人称祂为「以马内利」, 表明「神与我们同在」。

默想: 纵使生活繁忙, 让我们更多地信靠「以马内利」, 让祂的同在介入生活中的每一细节!

祷告: 感谢主住在我里面, 使我时刻享受你的同在, 因你的同在是我的安息, 也是我随时的帮助!

诗歌: [以马内利](#)

一月 3 日 (周五)

读经: [太 2:1-12](#)

钥节: 他们看见那星, 就大大地欢喜, 进了房子, 看见小孩子和祂母亲马利亚, 就俯伏拜那小孩子,

揭开宝盒，拿黄金、乳香、没药为礼物献给祂。(太二: 10~11)

主题：博士来朝

重点：博士前来敬拜耶稣的过程，正代表着每一个人追寻信仰的过程，当找到了祂，自然大大的欢喜，并因认识祂的宝贵，甘心乐意的献上礼物。

默想：这几位博士，认定祂是王，并献上礼物，我应献上什么给主呢？

祷告：**亲爱主，让我也认定你是王，看见你的宝贵，把我的一生献给你，由你使用。**

诗歌：[基督主降生](#)

一月4日 (周六)

读经：[太 2:13-23](#)

钥节：**到了一座城，名叫拿撒勒，就住在那里。这是要应验先知所说，祂将称为拿撒勒人的话了。(太二:23)**

主题：预言应验

重点：马太福音列举在耶稣身上应验旧约的预言不下 65 次，这让我们看见，神的话不但充满了马太，而且他也明白了神的旨意，亲身体会了神话的可信与可靠，因而见证神要拯救祂的百姓。

默想：主非凡岁月预言的应验，见证神话语的可信。

祷告：**亲爱主，让我天天领受你的话语，对你的话有信心，并经历你话语的可靠和能力。**

诗歌：[父，我知道我的一生](#)

一月5日 (主日)

读经：[太 3](#)

钥节：**天国近了，你们应当悔改！(马太三 2)**

主题：天国近了

重点：人的心思原来是远离神、背向神的，如今为着进入属天的国度，必须心思转变，接受天国的王，从心里归向神，顺服祂的权柄。

默想：我的生活，有几许是神来掌管呢？

祷告：**亲爱主，请安居在我心，它是祢的宝座，我的生活要由你来掌管。**

诗歌：[天国近了](#)

一月6日 (周一)

读经：[太 4:1-11](#)

钥节：**人活着，不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。(马太四 4)**

主题：神的活话

重点：我们要在充满试探的世代中生存，必须让神的话作为我们的生命的供应，更要学习让圣灵感动我们把已经读过的话，应用到任何的处境中，因而从中经历祂的大能。

默想：主的话是生命的粮，能帮助我们应付各样的挑战。

祷告：**亲爱主，唯有你的话能抵挡魔鬼的试探。让我不只注重肉身的饮食，更看重你话的供应，叫我能**

活出你。

诗歌：[靠着耶稣得胜](#)

一月七日 (周二)

读经：[太 4:12-25](#)

钥节：**来跟从我，我要叫你们得人如得鱼一样。他们就立刻舍了网，跟从了祂。(马太四19~20)**

主题：来跟从主

重点：这里的『跟从』，原文可直译为『一同行走』或『一同上路』。彼得和约翰，对主有了认识，再蒙主呼召，便可立刻放下一切，与主一起同行、同工，为主得人。

默想：我肯回应主的呼召，为祂得人如得鱼吗？

祷告：**亲爱主，谢谢你的怜悯和选召，我愿紧紧跟从，为你去得着更多的人。**

诗歌：[一生跟随你](#)

一月八日 (周三)

读经：[太 5:1-26](#)

钥节：**虚心的人有福了！因为天国是他们的！（马太五 3）**

主题：天国之福

重点：「虚心」原文指「极其穷困，一无所有」，在此译做「灵里贫穷」会比较准确。一个灵里感觉到贫穷的人，必定不骄傲、不自义；同时心灵深处常觉得有需要，因而转向主、寻求主、亲近主，竭力的且不断追求属天的福气。

默想：在追求主事上，我是否常感不足，是否竭力往前？

祷告：**亲爱主，我愿倒空自己，作个灵里贫穷的人，好叫我更渴慕追求你。**

诗歌：[展开清晨的翅膀](#)

一月九日 (周四)

读经：[太 5:27-48](#)

钥节：**所以，你们要完全，像你们的天父完全一样。(马太 5:48)**

主题：像父完全

重点：天父的完全就在于祂的大爱。我们既领受了父的生命，也有份于祂的性情，只要顺着圣灵叫这生命成长，我们就能像天父那样的完全，而主这个诫命不再是高不可攀的。

默想：「天父的完全」是可达的标准吗？

祷告：**亲爱主，保守我常在你的爱里，使我活出你生命的样式。**

诗歌：[我们爱让世界不一样](#)

一月十日 (周五)

读经：[太 6:1-18](#)

钥节：**你祷告的时候，要进你的内屋，关上门，祷告你在暗中的父，你父在暗中察看，必然报答你。(马**

太 6:6)

主题：与父更亲

重点：内屋，是你与神秘交通的地方，意即把世界关在外面，只把你自己关在里面，安静的亲近神。祂在暗中，在人眼所不能觉察的地方，但是祂确实在那里察看，注意你的祷告，还必然报答你，主担保我们在暗中的祷告是决不会落空的。

默想：我与父有更密切的关系吗？

祷告：阿爸父，多谢你在察看我每一次的祷告，我宝贵与你亲近的时间。

诗歌：[我以祷告来到你跟前](#)

一月11日 (周六)

读经：[太 6:19-34](#)

钥节：不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了。(太六 34 节)

主题：不要忧虑

重点：主耶稣知道我们内心的忧虑和实际生活的需要。所以，祂要我们这属神的儿女，思想父神是如何照顾天空的飞鸟，如何珍惜地上的百合花及野草，鼓励我们只需尽上今天当尽的本分，把明天的难处交给祂便是了，何必强逼自己预先去担当明天的担子呢？

默想：多看神的作为，神必顾念信靠祂的人。

祷告：慈爱天父，多谢你知道并顾念我的忧虑及需要，请教导孩子如何将重担卸给你，作完全依靠你的儿女。

诗歌：[我不为明天忧虑](#)

一月12日 (主日)

读经：[太 7:1-14](#)

钥节：你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；叩门，就给你们开门。因为凡祈求的，就得着；寻找的，就寻见；叩门的，就给他开门。(太七 7~8)

主题：信心祈求

重点：为着遵行「天国宪法」的原则(上文论到：不论断、爱人如己)而与人交往，是以主吩咐人要向神「祈求」、「寻找」、「叩门」。主要我们看见，我们若要与人有正常的关系，就得先与神有正常的关系。过着求告神、与神密切相交的生活。

默想：人与神之间正当的关系，是人与人之间正当关系的基础。

祷告：亲爱主，我与你有亲密相交，我才得能力在地上活出你的美德，叫更多人认识天国的祝福。

诗歌：[只要相信](#)

一月 13 日 (周一)

读经：[太 7:15-29](#)

钥节： **凡称呼我「主啊，主啊」的人不能都进天国；惟独遵行我天父旨意的人才能进去。** (太七 21)

主题：遵父旨意

重点：主察看人的肺腑心肠，人若有口无心，有名无实，怎能有分于天国呢？另一面，天国是主掌权的范围，人若不遵行神的旨意、随己意而行，怎算活在天国之内呢？因为天国不是关乎得救，而在于得胜；天国也不关乎作工有多伟大，乃在于人完全顺服主的权柄。

默想：活在天国——遵行父旨，过着得胜的生活。

祷告：亲爱主，求你赐我恩典，使我不仅仅得救、不单为你作工，并且要天天得胜、事事顺服，把天国的实际活出来。

诗歌： [赞美之泉～拣选](#)

一月 14 日 (周二)

读经： [太 8:1-17](#)

钥节：有一个长大痲疯的来拜祂，说：「主若肯，必能叫我洁净了。」耶稣伸手摸他，说：「我肯，你洁净了吧！」他的大痲疯立刻就洁净了。(太八 2~3)

主题：人来祂肯

重点：患痲疯的人因着受隔离，活在痛苦绝望中。其实我们每一个人，都需要主用祂充满能力和慈爱的手来「摸」我们内心的深处，使我们得着心灵的洁净和医治。要经历主的「肯」和「摸」，关键在于我们的「来」及「求」！

默想：让主触及内心深处，心灵才得洁净。

祷告：亲爱主，感谢你，我可以照我本相来到你面前，多谢你肯触摸我灵，医治洁净我。

诗歌： [赞美之泉～耶稣的名](#)

一月 15 日 (周三)

读经： [太 8:18-34](#)

钥节：这是要应验先知以赛亚的话，说：「祂代替我们的软弱，担当我们的疾病。」(太八 17)

主题：主又代又担

重点：不管是疾病，或是被鬼附，都说出人是何等的软弱，身体受疾病的辖制，心灵被捆绑。因而主所解决的，不是事情的外表，乃是在这一切背后的撒但权势。所以祂在十字架上所成就的，不只除去我们的罪恶，更让我们经历祂生命的大能，软弱变刚强，疾病得医治。

默想：我所需要的，是主的「代替」和「担当」。

祷告：主阿！我将自己交在你手里，让你来替我担当。你能除去我的软弱及失败，在你里面我便重新得力。

诗歌： [全因为你](#)

一月 16 日 (周四)

读经： [太 9:1-17](#)

钥节：耶稣从那里往前走，看见一个人名叫马太，坐在税关上，就对他说：「你跟从我来。」他就起

来跟从了耶稣。(太九 9)

主题: 绝对跟从

重点: 马太对自己的过去毫不隐瞒, 若「税吏马太」能蒙主呼召、罪得赦免、跟从耶稣、得着救恩, 甚至成为使徒, 那么世上就没有任何一个罪大恶极的人, 是主所不能赦免的。而一个人能不能罪得赦免, 不在乎他的罪有多大, 而在乎他肯不肯离弃罪恶来跟从主。

默想: 马太从税吏到门徒, 从罪人到圣徒, 其间的转变, 是否带给我一些启示?

祷告: 亲爱主, 马太对你的呼召是如此的坚决服从, 并不惜撇下一切来跟随你, 但愿我也能效法他, 以你为生命的主宰。

诗歌: [沿路因你伴我走](#)

一月17日 (周五)

读经: [太 9:18-38](#)

钥节: 祂看见许多的人、就怜悯他们, 因为他们困苦流离、如同羊没有牧人一般。于是对门徒说:『要收的庄稼多, 作工的人少。所以, 你们当求庄稼的主打发工人出去收祂的庄稼。』(太九36~38)

主题: 与主同工

重点: 在这里, 主正说出牧养和收割的需要, 并用牧人和庄稼的主来比喻祂与人的关系。羊需要牧养, 庄稼需要收割, 然而有一个最大的属灵原则必须认识, 就是主所打发的工人, 正是那班看见主的需要, 与祂同工, 并为此祷告的人。

默想: 主要打发谁? 正是为祂的需要而祷告的人。

祷告: 亲爱主, 就在这个时代、这个地方, 我为着你的需要甘愿摆上祷告和付诸行动, 求你差遣我。

诗歌: [田里的庄稼](#)

一月18日 (周六)

读经: [太 10:1-25](#)

钥节: 耶稣叫了十二个门徒来, 给他们权柄, 能赶逐污鬼, 并医治各样的病症。(太十1)

主题: 主的工人

重点: 主耶稣开展祂的职事, 乃是先得着一班合用的人, 与祂同心、同工。主呼召跟随祂的人成为门徒, 然后差遣他们成为使徒。门徒(学生)是重在学习与操练, 使徒(受差者)则重在差遣与代表。从世人的眼光, 这些被主拣选的人可能还未够资格去作主的工, 但主却呼召, 并差遣他们主作的见证。

默想: 昔日主呼召了十二门徒, 现在祂在呼召我, 我应如何响应呢?

祷告: 亲爱主, 你乐意呼召各种不同的人来跟随、服事你; 我也愿答应你的呼召, 与你同心、同工。

诗歌: [请差遣我](#)

一月19日 (主日)

读经: [太 10:26-42](#)

钥节: **人接待你们就是接待我; 接待我就是接待那差我来的。(太十 40)**

主题: 与主是一

重点: 我们是主的学生, 祂是我们的先生, 然而祂教导我们要学祂一样, 在服事上, 凡祂所有的, 就是我们的。因此祂将我们带到一个地位, 与祂自己完全一样; 我们也是主的奴隶, 理当顺服主人, 但当他受差出去, 因他已与他的主合一了, 所以就带着他主的君尊, 他主的权柄, 代表王发言。

默想: 我们的言行是反映与主合一的光景吗?

祷告: **亲爱主, 保守我活出你的见证, 让人接待我时, 就如同接待了你一样。**

诗歌: [拣选](#)

一月 20 日 (周一)

读经: [太 11:1-19](#)

钥节: **凡不因我跌倒的, 就有福了。(太十一 6)**

主题: 不因主跌倒

重点: 叫我们跌倒的, 有着各种不同的原因。对于信主的人, 若能在一切逆境、负面思想、属灵疑问中仍能持守对主的信心, 必能在所经炼的事上不但不跌倒, 信心更坚固。

默想: 我可以不因主耶稣所作的或不作的而跌倒吗?

祷告: **亲爱主, 你知道我的需要, 你亲手替我安排所有的试炼, 为要加增我的信心, 牵引我更近你。
但愿我不再因你所作的或不作的而跌倒!**

诗歌: [你是我的拯救](#)

一月 21 日 (周二)

读经: [太 11:20-30](#)

钥节: **凡劳若担重担的人, 可以到我这里来, 我就使你们得安息。我心里柔和谦卑, 你们当负我的轭, 学我的样式, 这样, 你们心里就必得享安息。(太十一 28~29)**

主题: 得享安息

重点: 这里有双重的安息: (1) 来主跟前而『得安息』, 是主所赐给的; (2) 在顺服父神而『找到安息』(原文), 是要我们寻找的。所以第一个安息是借着信而来, 第二个安息是藉顺服父神旨意、作祂的工而来的。

默想: 人就近主便得安息, 但只有行神旨、天天经历基督, 满有主的柔谦, 才得享内心的安息。

祷告: **亲爱主, 我愿把一切的重担交托给你, 求你使我经历你的施恩和扶持。让我天天负你的轭, 学你的样式, 享受因顺从你而来的完全安息。**

诗歌: [一颗谦卑的心](#)

一月 22日 (周三)

读经: [太 12:1-32](#)

钥节: **因为人子是安息日的主。(太十二 8)**

主题: 安息日的主

重点: 法利赛人只重遵守宗教的规条, 而忽略与神的关系, 故安息日落在形式而失却了实际。人有了耶稣这位「安息日的主」, 便得怜恤及医治, 这才是真正的安息。

默想: 主耶稣既是安息日的主, 祂的同在就是安息。

祷告: **亲爱主, 你是安息日的主, 让我不忘每天亲近你, 与你同在, 从你得着能力、帮助和真安息。**

诗歌: [主是安息港](#)

一月23日 (周四)

读经: [太 12:33-50](#)

钥节: **我若靠着神的灵赶鬼, 这就是神的国临到你们了。人怎能进壮士家里, 抢夺他的家具呢? 除非先捆住那壮士, 才可以抢夺他的家财。(太十二 28~29)**

主题: 神国临到

重点: 主耶稣在地上的工作, 就是要把神的国带到地上来, 这就是神的国临到。我们要兴起, 祷告这位得胜的主, 去捆住那壮士(撒但), 除灭牠在人里外一切的作为。

默想: 哪里有神的权柄, 哪里就没有魔鬼容身之地。

祷告: **主啊, 求你捆绑撒但的权势, 释放所有受辖制的百姓回到你的国里。**

诗歌: [我已得自由](#)

一月24日 (周五)

读经: [太 13:1-30](#)

钥节: **撒在好地上的, 就是人听道明白了, 后来结实, 有一百倍的, 有六十倍的, 有三十倍的。(太十三 23)**

主题: 天国成长

重点: 主就是那一个撒种的人, 所种的种子就是主自己——活泼常存的道。因「人」里面不同的情形便有不同的反应, 故亦产生不同的结果。主把这种子撒在我们的心田里, 能否成长和结果, 完全取决于我们是属于哪一种心田, 哪一种态度去领受主的话。

默想: **天国是种子成长与结果的故事, 人心是关键所在。**

祷告: **亲爱主, 保守我的心, 让它成为好土, 能以栽种你的话, 结出扎实丰满的果子。**

诗歌: [我的心切慕你](#)

一月25日 (周六)

读经: [太 13:31-58](#)

钥节：耶稣说：『这一切的话，你们都明白了么？』他们说：『我们明白了。』祂说：『凡文士受教作天国的门徒，就像一个家主，从他库里拿出新旧的东西来。』（太十三 51~52）

主题：明白主的话

重点：主极看重门徒的「明白」，因这关乎他们是否有属天的看见，以致能按着神的旨意、计划、程序去服事这世代。他们既说「明白」，才可作家主，凭神新旧约话语及个人新旧经历去供应人。

默想：马太福音 19 次提到「听」，我听到吗？听进吗？都听明白了吗？

祷告：主啊，开启我耳听见你的话，开启我心明白你的话，使我更多凭你的话去服事人！

诗歌：[开启我眼](#)

一月26日 (主日)

读经：[太 14:1-21](#)

钥节：门徒说：『我们这里只有五个饼、两条鱼。』耶稣说：『拿过来给我。』于是吩咐众人坐在草地上；就拿着这五个饼、两条鱼，望着天，祝福，擘开饼，递给门徒；门徒又递给众人他们都吃，并且吃饱了；把剩下的零碎收拾起来，装满了十二个篮子。（太十四 17~21）

主题：仰望祝福

重点：不在乎人手里有多少饼，乃在乎有否神的祝福。当我们认识自己的无有、无能，才会转而信靠那『叫人复活、使无变有』的神。

默想：把所有交给主，祂能从有限创造无限，将平凡化为传奇。我们肯将一切交在主手中吗？

祷告：亲爱主，我再一次把自己完全的奉献给你，求你悦纳和使用，好让我成为别人的祝福。

诗歌：[这一生最美的祝福](#)

一月27日 (周一)

读经：[太 14:22-36](#)

钥节：耶稣说：你来罢。彼得就从船上下去，在水面上走，要到耶稣那里去；只因见风甚大，就害怕；将要沉下去，便喊着说：主阿，救我！（太十四 29~30）

主题：不惧风浪

重点：风浪并不可怕，最可怕的乃是我们失去信心，产生怀疑，因而失望、屈服，那时就要被撒但所兴起的风浪吞吃掉。所以，当我们即将「沉下去」的时候，千万不要绝望、放弃，仍应向主祷告：「主啊，救我！」。这是圣经中最短的祷告，但却是最迫切的祷告，必蒙主垂听。

默想：人的尽头就是人找到神的起头。

祷告：亲爱主，你是风浪的主，在一切顺逆环境中求你保守我的眼目，仍坚定的望你，你必施拯救。

诗歌：[耶稣给你平安](#)

一月28日 (周二)

读经：[太 15:1-20](#)

钥节：这百姓用嘴唇尊敬我，心却远离我。(太十五 8)

主题：真实敬虔

重点：在真实的虔诚中，人的灵与神的灵之间，是容不下任何其它的事物，无论位于这中间的是祭司、圣物礼仪、传统或典章，全都该铲除。

默想：我看重的是什么？我与神的关系仍有阻隔吗？

祷告：亲爱主，求你使我心存警觉，不容任何人事物阻碍你我之间活泼的关系。

诗歌：[我心所追求，乃是神自己](#)

一月29日 (周三)

读经：[太 15:21-39](#)

钥节：耶稣说：『妇人，你的信心是大的；照你所要的，给你成全了罢。』从那时候，她女儿就好了。(太十五 28)

主题：因信成全

重点：这一位爱女心切的母亲，没有怨言、没有生气、没有灰心、没有沮丧，她用信心跨越每个障，将绝望变成盼望，使她的祈求得蒙应允。

默想：让我们体验信与爱能叫我们经的起任何的考验和能突破多重的障碍吧！

诗歌：[我用信心抬起头](#)

一月30日 (周四)

读经：[太 16:1-12](#)

钥节：我对你们说：『要防备法利赛人和撒都该人的酵。』这话不是指着饼说的；你们怎么不明白呢？(太十六 11)

主题：明白主的话

重点：主所讲的是属灵的教训，而门徒所注意的是物质的事物。属地的观念，常叫人误解神的话。所以我们要求主开启我们属灵的窍，使我们透澈地明白主的话，完全地认识和经历祂。

默想：世间太多似是而非的教训，人必须对主话有清楚的领受！

祷告：亲爱主，除去我心中的一切搀杂，使我能准确领受你的话！

诗歌：[我当如何爱我的主](#)

一月31日 (周五)

读经：[太 16:13-28](#)

钥节：于是耶稣对门徒说：『若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架，来跟从我。』(太十六 24)

主题：走十架路

重点：基督是神启示的中心，祂要建造的教会需要人的配合，十字架是建造教会的路，也是引进国度荣耀的途径。

默想： 现今的世代，不少信徒仍以追求短暂的物质享受作为人生的满足，以致在跟随主的事上犹豫不决，我的景况又如何？我是否和主一同前行，且顺服神的旨意呢？

祷告： 亲爱主，使我明白你伟大的计划，助我背起十架一心跟随你走。

诗歌： [尽忠为主](#)

二月1日 (周六)

读经： [太 17:1-13](#)

钥节： 他们举目不见一人，只见耶稣在那里。(太十七 8)

主题： 只见耶稣

重点： 一切属灵的人事物，只不过为了帮助我们寻见基督，它们本身并无永存的价值。我们属灵的长进，乃在于将眼目逐渐从主之外的人事物转向，而单单注目于祂！

默想： 爱主有进程，从一般到高峰的经历，眼目也从人事物转向主。

祷告： 亲爱主，求你纯一我眼目，所有事物在你荣耀光中，都要失色。

诗歌： [认定你](#)

二月2日 (主日)

读经： [太 17:14-27](#)

钥节： 但恐怕触犯他们，你且往海边去钓鱼，把先钓上来的鱼拿起来，开了他的口，必得一块钱，可以拿去给他们，作你我的税银。】(太十七 27)

主题： 凡事求问

重点： 主吩咐彼得去钓鱼，一面是显示祂恩典的供应，总是顾念到人的软弱；另一面也是为了要管教彼得，让他再一次学习只『听』祂。

默想： 说不该纳丁税的是主，说钓鱼得钱拿去作税银的也是主。只要主说不作，我们就不作；主说作，我们就作。

祷告： 亲爱的主，求你教导我，在一切事上跟随你、仰望你、听从你、顺服你！

诗歌： [信而顺服](#)

二月3日 (周一)

读经： [太 18:1-15](#)

钥节： 你们若不回转，变成小孩子的样式，断不得进天国。所以凡自己谦卑像这小孩子的，他在天国里就是最大的。(太十八 3~4)

主题： 回转像小孩

重点： 小孩子表现天真、自然，相对大人而言，给人谦卑、单纯的感觉，也容易与人相处，活得十分平安、知足和喜乐！

默想： 人的经历随着岁月增长，我能回转像小孩子的样式吗？

祷告： 亲爱主，求你光照我，使我从自满和骄傲的景况中回转。赐给我简单的童心，使我能更谦卑投

靠你。

诗歌： [一颗谦卑的心](#)

二月4日 (周二)

读经： [太 18:16-35](#)

钥节： [你不应当怜恤你的同伴，像我怜恤你吗？ \(太十八 33\)](#)

主题： 无限饶恕

重点： 主既以恩典对待我们，我们也当以恩典对待别人。然而人若不认识和经历祂的怜悯和恩典，就不可能饶恕别人。

默想： 透过每天接受主的怜悯，享受祂的恩典，让祂的怜悯从我们身上涌流出去！

祷告： [亲爱主，求你教导我们心存怜悯，以饶恕代替怨恨，因你已怜悯了我。](#)

诗歌： [怜悯，慈爱](#)

二月5日 (周三)

读经： [太 19:1-15](#)

钥节： [既然如此，夫妻不再是两个人，乃是一体的了。所以，神配合的，人不可分开。 \(太十九 6\)](#)

主题： 尊重婚姻

重点： 婚姻是神设立的，尊重婚姻就是对神的尊重。神的本意是要人借着婚姻结为一体，永不分离；然而，人的罪性常令人对离婚变得毫无顾忌。所以，我们应回到神创立婚姻的「起初」，持守真理的原则，成为这污秽世代中的圣洁见证。

默想： 我们是以神的观点，来看待婚姻吗？

祷告： [亲爱主，让我尊重你所设立的婚姻，保守我不任意妄为，在这世代中活出见证。](#)

诗歌： [哦，完全的爱](#)

二月6日 (周四)

读经： [太 19:16-30](#)

钥节： [耶稣看着他们说：『在人这是不能的；在神凡事都能。』 \(太十九 26\)](#)

主题： 在神都能

重点： 少年财主面对进天国的拦阻是「钱财」。财富本身并非罪恶，但它会把人的心系在今生的事上，使人失去属灵的视力，最终叫人失去永恒的福份。

默想： 每天依靠神的『凡事都能』，胜过进天国的拦阻。

祷告： [亲爱主，开恩怜悯我，时刻校正我的人生目标，不受今生属地事物所蒙蔽。](#)

诗歌： [非我惟主](#)

二月7日 (周五)

读经： [太 20:1-19](#)

钥节：约在酉初出去，看见还有人站在那里，就问他们说：『你们为甚么整天在这里闲站呢？』（太二十6）

主题：切莫闲站

重点：就时代而言，『酉初』是指恩典时代的最晚期，也就是这末世的时候，主的心意是无人闲站，人人都能把握最后机会去事奉神。

默想：我有决心且准备去事奉神吗？

祷告：亲爱主，我不仍在闲站！感谢你选上了我，让我有份于事奉你。

诗歌：[要忠心](#)

二月8日 (周六)

读经：[太 20:20-34](#)

钥节：正如人子来，不是要受人的服事，乃是要服事人，并且要舍命，作多人的赎价。（太二十28）

主题：舍命服事

重点：我们的主是天国的王，祂竟降卑作奴仆，存心顺服，以祂完全的生命服事人，供应人，给我们作出极美的榜样。

默想：我明白主十架的道路，和祂舍命服事人的榜样吗？

祷告：亲爱主，教导我学习你的榜样，以无私、谦卑、顺服、甘愿牺牲的态度去服事人！

诗歌：[但愿耶稣的美丽从我显现](#)

二月9日 (主日)

读经：[太 21:1-22](#)

钥节：我的殿必称为祷告的殿，你们倒使它成为贼窝了。（太二十一13）

主题：祷告的殿

重点：人来圣殿是为赎罪，但这些不公义的买卖却陷人于罪，使人未能专心祷告。主耶稣洁净圣殿之举，表明祂的殿决不容沾染任何污秽。

默想：信徒的身体就是神的殿，有圣灵居住在其中，我们是否容让罪恶占据我们的生命？

祷告：亲爱主，求你洁净我内心，并管理我的一切，使我能成为一个祷告的人。

诗歌：[我以祷告来到你跟前](#)

二月10日 (周一)

读经：[太 21:23-46](#)

钥节：所以我告诉你们，神的国必从你们夺去，赐给那能结果子的百姓。（太廿一43）

主题：恩典转移

重点：神要从不结果子的犹太人手中，夺回选民的地位，赐予那愿意悔改归向耶稣的外邦人，他们就是教会；当犹太人愚昧地敌挡主的时候，外邦人就被主选上作为教会建造的主要材料。

默想：今天我们的生活，有没有落在昔日犹太人的可怜景况中？

祷告：亲爱主，不让我轻忽所得恩典，帮助我能结果子以承受你的国。

诗歌：[溪边的树](#)

二月11日 (周二)

读经：[太 22:1-22](#)

钥节：王又打发别的仆人说：「你们告诉那被召的人，我的筵席已经豫备好了，牛和肥畜已经宰了，各样都齐备；请你们来赴席。」(太廿二 4)

主题：来赴王宴

重点：有分于筵席与否，全在于被邀的人「肯不肯」来，这是享受属灵丰富的先决条件。

默想：我们来赴天国筵席的态度如何？

祷告：亲爱主，多谢你的邀请，我愿天天来享受属灵的筵席。

诗歌：[请来赴宴](#)

二月12日 (周三)

读经：[太 22:23-46](#)

钥节：「论到基督，你们的意见如何？祂是谁的子孙呢？」他们回答说：「是大卫的子孙。」(太廿二 42)

主题：基督是谁

重点：许多人只注意基督之外的种种问题，但是主却关切我们对祂的认识。今天我们也要回答基督是谁，否则其他的问题，甚至包括圣经真理全都是无关紧要的。

默想：认识了基督，其他问题都迎刃而解。

祷告：亲爱主，让我与你建立起亲密的关系，使我对你有更深的认识。

诗歌：[我愿更多认识基督](#)

二月13日 (周四)

读经：[太 23:1-22](#)

钥节：也不要称呼地上的人为父；因为只有一位是你们的父，就是在天上的父。也不要受师尊的称呼；因为只有一位是你们的师尊，就是基督。(太廿三 9~10)

主题：切忌虚荣

重点：主指示在神的家中，不应重视人的权威，也切勿崇拜任何属灵伟人。因为我们惟一的根源就是天上的「父」；我们只有一位「师尊」——带领者，就是基督。

默想：在事奉生活中，怎样应对人的称赞才合宜呢？

祷告：亲爱主，保守我不自满自足，救我脱去虚荣，让我爱而不受感戴。

诗歌：[非我惟主](#)

二月14日 (周五)

读经: [太 23:23-39](#)

钥节: 耶路撒冷阿! 耶路撒冷阿! 你常杀害先知, 又用石头打死那奉差遣到你这里来的人; 我多次愿意聚集你的儿女, 好像母鸡把小鸡聚集在翅膀底下, 只是你们不愿意。(太廿三 37)

主题: 主的呼唤与伤痛

重点: 主启示对极端堕落和最顽劣者的怜悯, 但因着人「不愿意」这种态度, 最终招来难逃的后果, 就是主预言耶路撒冷要成为荒场, 并耶路撒冷不能再见祂的面, 直到他们悔改愿意接纳奉主名来的人。

默想: 拒绝祂的怜悯, 结果只有招祸。

祷告: 亲爱主, 开恩怜悯我, 叫我答应你爱的呼唤, 从一切偏差的路归回。

诗歌: [我愿意](#)

二月15日 (周六)

读经: [太 24:1-28](#)

钥节: 耶稣在橄榄山上坐着, 门徒暗暗的来说: 「请告诉我们, 甚么时候有这些事; 你降临和世界的末了, 有甚么豫兆呢? 」耶稣回答说: 「你们要谨慎, 免得有人迷惑你们。」(太廿四 3~4)

主题: 末世警告

重点: 主的回答, 其实是向门徒的警告。假宗教充斥迷惑, 通晓圣经真理, 并谨慎行事, 才是避祸的良方。

默想: 身处末世, 世局多变, 迷惑百出, 如何自处?

祷告: 亲爱主, 在这黑暗世代中让我更行事谨慎, 装备真理, 保守我不落入迷惑。

诗歌: [你的话](#)

二月16日 (主日)

读经: [太 24:29-51](#)

钥节: 所以你们要警醒, 因为不知道你们的主是那一天来到。(太廿四 42)

主题: 主必再来

重点: 何时主来没人预知, 但透过末世预兆的应验, 主再来的预言也快成就。所以我们现在就要爱主, 对仇敌的攻击、世界的引诱、自己的软弱, 要常常警醒。

默想: 当主来时, 我是否预备好迎见祂呢?

祷告： 亲爱的主，保守我常活在你面前，天天警醒等候你的再来，生活工作、一举一动、所思所念，都是为着预备迎见你。

诗歌： [我王必定快要再临](#)

二月17日 (周一)

读经： [太 25:1-30](#)

钥节： 主人说：『好，你这又良善又忠心的仆人；你在不多的事上有忠心，我要把许多事派你管理；可以进来享受你主人的快乐。』(太廿五 21)

主题： 好仆人

重点： 主人所看重的是他们的『良善』与『忠心』，而不是工作成果的多少。『良善』是指好的存心和动机，而『忠心』是指信实，可靠的表现。我们既从主领受了恩赐，就有责任好好地善用它，去服事神、帮助人。

默想： 不在乎我们拥有多少，乃在于是否积极运用所拥有的，作个『良善』又『忠心』的好仆人呢？

祷告： 亲爱的主，常提醒我这作仆人的，要善用你所赐给我们的，包括时间、金钱、才能、环境、机会和其他资源，用『良善』及『忠心』的态度来服事你。

诗歌： [要忠心](#)

二月18日 (周二)

读经： [太 25:31-46](#)

钥节： 王要回答说：『我实在告诉你们，这些事你们既作在我这弟兄中一个最小的身上，就是作在我身上了。』(太廿五 40)

主题： 善待弟兄

重点： 这比喻的重点不在「谁」，而在于「作」。所以今天人如何对待别人，将来就成了分别好和坏的根据。我们若在日常生活中善待他人，尽管是一些小小的爱心举动，在永世里都必蒙主纪念。

默想： 假如主今日来评估我们生命的质量，我们是否能得着主的肯定和和奖赏吗？

祷告： 亲爱的主，你看一个最小弟兄的需要就是你的需要，让这种爱人的感觉激励我们为弟兄有所付出。

诗歌： [彼此相爱](#)

二月19日 (周三)

读经： [太 26:1-25](#)

钥节： 有一个女人，拿着一玉瓶极贵的香膏来，趁耶稣坐席的时候，浇在祂的头上。(太廿六 7)

主题： 一件美事

重点： 马利亚把握时机，为着祂的埋葬，先以香膏膏祂。香膏的价值固然昂贵，然而为主作的没有一件事是不值得的，为主花费的也没有一块钱是枉费的。在祂身上。我们一生的机会与生命，稍

纵即逝，所以应把握此刻全倾于主！

默想：我们为主花费尚待何时？岂不是就在今天吗？

祷告：**亲爱主，让我宝贵你超过一切，抓住机会，为你花费。**

诗歌：[恩主我爱你](#)

二月20日 (周四)

读经：[太 26:26-46](#)

钥节：**祂就稍往前走，俯伏在地，祷告说：『我父阿，倘若可行，求你叫这杯离开我；然而不要照我的意思，只要照你的意思。』(太廿六 39)**

主题：照父意思

重点：从主的身上，我们清楚地看见一幅得胜的图画，祂没有被黑暗仇敌的势力击败！难处虽重，但主拣选了父神的旨意，勇敢地接受了一切的苦难。

默想：我们是否也坚定信靠神的计划，遵从神的旨意而行呢？

祷告：**亲爱主，求你教导我们不单只在祷告中明白你的旨意，在生活中更是顺服，照你的旨意而行。**

诗歌：[求你拣选我道路](#)

二月21日 (周五)

读经：[太 26:47-75](#)

钥节：**彼得想起耶稣所说的话，鸡叫以先，你要三次不认我。他就出去痛哭。(太廿六 75)**

主题：想起主说的话

重点：我们难免失败跌倒，最要紧的乃是在失败中，想起主所说的话，重新被主的话摸着，以致从心里忧伤痛悔，如此，才能在主里继续向前。

默想：没有人坚强而永不跌倒，也没有一颗回头的心是主不能悦纳。

祷告：**亲爱主，你知道我的软弱，也容许我在失败中更多认识自己。求你叫我常想起你的话，常被更新而往前。**

诗歌：[我们虽然时常摇动](#)

二月22日 (周六)

读经: [太 27:1-31](#)

钥节: 这时候, 卖耶稣的犹大, 看见耶稣已经定了罪, 就后悔, 把那三十块钱, 拿回来给祭司长和长老说:『我卖了无辜之人的血, 是有罪了。』他们说:『那与我们有甚么相干; 你自己承当罢。』(太廿七 3~5)

主题: 犹大卖主

重点: 犹大甘心被魔鬼利用, 卖了无辜之人的血, 内心充满了罪恶感。而且他既失去了基督, 又失去了所得到的三十块钱, 至终他的灵魂进入黑暗之中。

默想: 只要人开价出卖祂, 魔鬼就会照价收买。我是否视主无价, 让魔鬼无法乘机而入?

祷告: 亲爱主, 拔高我对你的认识, 使我视你为至宝, 甘心一生为着你。

诗歌: [认识祢, 耶稣](#)

二月23日 (主日)

读经: [太 27:32-66](#)

钥节: 兵丁拿苦胆调和的酒, 给耶稣喝。祂尝了, 就不肯喝。(太廿七 34)

主题: 甘负十架

重点: 有苦感觉的人, 需要麻醉、减苦的人, 就不是背十字架的人。真背十字架的人乃是不求人的可怜。因甚么时候要受人的安慰, 甚么时候就只有苦胆调和的酒, 而没有十字架。

默想: 从神接受的十字架, 我是否能背得欢喜, 而没有没苦的感觉呢?

祷告: 亲爱主, 愿我阿们你所有的安排, 接受你在我身上陶造的工作。

诗歌: [前那戴荆棘的头](#)

二月24日 (周一)

读经: [太 28](#)

钥节: 所以你们要去, 使万民作我的门徒, 奉父子圣灵的名给他们施浸(或作给他们施浸, 归于父子圣灵的名)。(太廿八 19)

主题: 荣耀大使命

重点: 有这样荣耀的主我们与同在, 我们岂可畏难退缩、岂可惧怕仇敌、岂可于国度未完成, 而辜负了祂所托付给我们的使命呢? 因此, 我们要奉祂的名, 带着祂权柄的使命, 作主复活的见证人, 开拓神的国度。

默想: 面对这荣耀的大使命, 我们岂可辜负了祂所托付的使命呢? 祷告: 亲爱主, 谢谢你将国度的福音托付教会, 要教会去使万民作你的门徒。主啊, 我在这里, 请差遣我。

祷告: 亲爱主, 谢谢你将国度的福音托付教会, 要教会去使万民作你的门徒。主啊, 我们在这里, 请差遣我们。

诗歌: [差遣我](#)

