

## 本週主題：「再談禁食禱告的意義」(三)

在三週前，我們教會的繼東長老和數位小組長發起了40天禁食禱告的計劃。就是在今年的復活節(今年的復活節是4月5日)之前40天，即自2月24日開始有40天的禁食。有的人每天禁食一餐、或一週禁食一天，也有禁看電視劇、或禁刷手機、禁吃肉、或喝咖啡……等。總之，在禁食或禁什麼事的當時，要安靜自己到主耶穌面前禱告、讀聖經、安靜地與主交通、尋求聖靈的引導。換言之，就是把自己的擔憂、掛慮的事，無論是對自己，對家庭生活、夫妻關係、與兒女的關係、或為工作、事業……等等，都可以與主耶穌交流，或藉禱告，尋求醫治、或引導。這種個人靈修的操練是一件很好的事。感謝主，到目前已經有78人參加這個活動。我和數位長老及小組長不但自己參與也會成為代禱者，盼望能成為大家的屬靈遮蓋。喔，求親愛的聖靈在我們當中大大的動善工！

在整本聖經中告訴我們，無論是個人或群體一起的禁食禱告，都是很重要而且是有大事會發生的，其結果都是很好的。先從團體來說：當撒母耳還當士師時，曾在米斯巴聚集以色列民，禁食、禱告、認罪。結果非利士人來攻，「當日耶和華大發雷聲，驚亂非利士人，他們就敗在以色列人面前。」(撒下7: 10 b)。

尼希米時代猶太人剛自被擄之地回國，守住棚節「他們聚集禁食、身穿麻衣、頭蒙灰塵。」(尼希米9: 1)結果不但因為完成了重建耶路撒冷的城牆，安全被堅固；他們的信仰回歸，而且更穩固了。新約時代，第二個有名的教會- 安提阿教會，因為有好的教導與敬拜，特別是事奉主的人經常有禁食禱告，聖靈大大地興旺該教會。於是就有宣教的行動，並因聖靈的吩咐就差派巴拿巴和掃羅(後改名為保羅)成為教會歷史上首先的兩位正式被差派到外邦去宣教的宣教師(使徒行傳13: 1- 3)。

不但如此，無論舊約時代的先知或新約的使徒們，個人的靈修、禱告與禁食都是經常會做的事。例如：舊約時代的摩西、以利亞、耶利米、以西結、但以理、尼希米等，這些屬靈的巨人都有很深的個人禁食禱告的經歷。禁食、禱告、親近上帝、尋求祂的引導，這些都是一位敬虔、尋求聖靈引導的人會做的事。新約時代的使徒也是如此，例如，彼得、保羅、雅各(主耶穌的親弟弟)、約翰，以及其他使徒們，在他們的靈修生活中，禁食禱告是經常的事。因為那是尋求聖靈的同在、幫助、與引導最好的方式。

今天我們住在很豐盛的北美洲、以及台灣和其他地方，因為物資很豐富，禁食禱告似乎很少被提及！

我真希望更多恩典教會的同工、弟兄姊妹們可以多多操練禱告、禁食。安靜自己在上帝面前尋求祂。如此我們屬靈生命一定會更進深、更蒙恩、得祝福！

如何做？

首先、選定時間：看是半小時、一小時、或更長都可以。

第二、選定地點：是安靜的、沒人可以在吵的地方。不要拿手機，或全部關機。地點可以設在自己的房間、或在外面空曠之處。只要是不會被人、事、物干擾的地方就可以。一定是要自己也覺得很安靜的地方，可以與主耶穌獨處就好。

第三、詩歌的預備：選至少一到三首，自己熟悉的歌，可以自己清唱、或看錄像唱也可以！藉著詩歌敞開我們的心，可以提升自己的靈，盼望與主耶穌有好的交流。

第四、尋求主：可以開聲誦讀一段聖經，然後默想當中的意思與意義。

第五、進入禱告：求聖靈光照我們自己的生命有什麼污漬或不合神心意的事沒有？認罪、悔改、求主耶穌的寶血潔淨！再懇求阿爸父神的愛充滿。當聖靈充滿我們時，就可以帶著能力為主發光！

第六、代求：為家人的得救禱告、有病痛的得醫治；為教會聖工、宣教、社區的安全、國家的興旺……等代禱！

第七、結束：面對三一真神，充滿感恩、再感謝！盼望能力、智慧、身心靈的健康都天天加添給我們！



日期：2026年3月1日

時間：上午 10:00

# 589

主耶穌說：「你們是世上的光 ... 你們的光當照在人前。」馬太福音 5:14,16

### 《恩光的異象》

高舉主耶穌 依靠聖靈行事 教導並遵循聖經真理 積極傳揚福音  
幫助人的生命改變更像主耶穌 神的國度不斷擴展 榮耀阿爸父神

### 《建立基督徒生命的屬靈原則》

跟隨主的腳蹤 Following the PATH of Jesus

祈禱生活化 (Prayerfulness) 互信真誠化 (Accountability)

言思透明化 (Transparency) 行止謙卑化 (Humility)

貝賽恩光基督教會 (Grace Christian Church in Bayside)

主日聚會地址：213-08 48th Ave., Bayside, NY 11364

教會辦公室地址：149-06 33rd Ave., Flushing, NY 11354

教會網址：www.gccinny.org

網上奉獻：gccbronx.zelle@gmail.com

主日敬拜：ZOOM ID：8509799465

晚禱：ZOOM ID：8509799467

### 貝賽恩光基督教會長老、執事同工團隊

長執會議長：張景祥主任牧師 副議長：李明鴻長老

長老：單繼東、鄭一明 (718-514-0581)、李明鴻 (646-761-9689)

執事：孫雅莉、Amy Pan (英文堂)、留衛敏 (917-459-9701)、祁大鑫 (718-683-0515)、

樂德銀 (646-240-6754)、Jonathan Zheng (英文堂)

主任牧師：張景祥 (917) 817-3623

英文堂牧師：江曉峰 (718) 578-7916

布朗士堂牧師：范蘊慈 (516) 708-6818

主日敬拜程序

# 589

日期: 2026年03月01日

時間: 上午10點

前奏		司琴
宣召	詩篇 95:1-3	主禮
敬拜讚美		敬拜團
讀經	哥林多後書 10:7-18	主禮
證道	「向主誇口」	單繼東 長老
唱詩	祢真配得榮耀	會眾
回應上帝		單繼東 長老
牧者禱聲		單繼東 長老
奉獻	(充滿我)	負責同工
肢體交通		負責同工
祝福的詩		會眾
祝禱		單繼東 長老
後奏		司琴

本週經訓：哥林多後書 10: 17-18

17 但誇口的，當指著主誇口。18 因為蒙悅納的，不是自己稱許的，乃是主所稱許的。

本週輪值同工：孫雅莉

	本主日 03/01/2026	下主日 03/08/2026
證道	單繼東 長老	江曉峰 牧師
敬拜讚美	志文小組/Josephine	信心小組/李文怡
司獻	現場同工	現場同工
兒童敬拜/主日學	Wenyi/Grace/Brianna Josephine/Tiffany	Ryan/Brianna/Ashlee Julia/Elaine/Yumee
肢體交通	孫雅莉	留衛敏
禱告會	黃曉鷗	劉蓉
招待/關懷	施玉娟/張麗姝	何霞/黃曉鷗
攝影/剪接	平易/羅威/金日光/葉艷	平易/羅威/金日光/葉艷
週報打印	李昀昀	李昀昀

上主日02/22/2026 奉獻

早堂主日	宣教	英文堂	感恩	總計
\$4131.15				\$4131.15

肢體交通

【海德堡要理問答】【The Heidelberg Catechism】【第47問】

【問】：「基督豈不是說：要與我們同在，直到世界的末了，正如祂所應許的嗎？」

【答】：「是的！然而基督既是百分之百的人，也是百分之百的神。按照祂的人性而言，祂現在不在地上；但是按照祂的神性、尊榮、與恩典而言，祂無時無刻地就在我們當中，與我們同在！」

【肢體交通】

上週三沒有事工月會。但感謝主，我們全教會四十天的禁食禱告已經開始一週了。求主保守每一位參與者都能遠離惡者，單單與主有美好的連結，經歷主的愛和醫治，並能得著主的異象和呼召。願主聖靈的感動都常與每一位同在。

- 1) 雙恩靈力事奉神學院2026年春季學期將於3/16開學，至6/20結束。請大家踴躍報名。2) 2026年神學院靈力事奉課程實習，初步訂於8/3-8/7在國際教會更新使命團(PRMI)的總部，位於北卡州的黑山舉行。請大家預留時間參加。
- 我們教會四十天禁食禱告的操練，貝賽華語堂共有近八十人，英文堂有十二人，布朗士堂有二十人參加操練。真願每一位都能經歷神的作為，生命有美好的見證！
- 羅學川牧師及師母應皇后區中會的邀請，會來紐約做培訓工作。地點就在我們恩光教會貝賽堂。

日期: 4/11/2026

時間: 9:00am-4:00pm (中午提供午餐)

主題:「復興教會」。全程英語教學，請大家預留時間參加。

- 本主日張牧師帶領江曉峯牧師，范蘊慈牧師以及皇后區中會的執行秘書 Pedro 牧師，一行四人去波士頓教會處理一些事宜。樂德銀執事志願開車提供交通往返。求主保守他們進出平安，願主耶穌在那裡掌權作王，挪走一切惡勢力的攪擾和攻擊。請大家為此代禱。
- 本週四(3/5)凌晨，張牧師牧師將帶領繼東長老和德銀執事去台灣短宣，其中將拜訪台灣神學院溝通合作事宜。也會在兩個教會做靈力事奉課程的教導與服事。將於3/15返回，深夜抵達JFK機場。求主開路並保守一切順利平安。請大家代禱！
- 下主日(3/8)合堂敬拜，由江曉峯牧師證道，李文怡姊妹翻譯。第三個主日(3/15)請李明鴻長老在華語堂證道。未來這三個主日的晚上的醫釋放聚會仍然照常舉行。請鄭一明長老以及孫雅莉執事帶領，盼望能特別為40天的禁食禱告付上更多的代禱工作！
- 牧師不在期間，請小組長繼續為小組員做遮蓋禱告。代禱部會堅持為小組長每天禱告。如果有緊急事情發生，請聯繫代禱部以及李明鴻和鄭一明兩位長老。求主保守。
- 感謝留衛敏(Marco)執事和江牧師以及數位勇士已經將三個一百吋的大螢幕電視，和五個中型螢幕電視機安裝在一樓和二樓的禮拜堂上。辛苦了，求主記念他們的辛勞。
- 本週三(3/4)晚上七點半在貝賽堂將召開長執月會，請長執準時參加。