

周三：「此時此刻，我在！」

1. 詩歌：《晨禱》

每清早我願呼叫恩主 主啊 我願向祢傾訴心裏的意念

祈求祢更新改變我心靈 祢恩手已為我掌管

每清早我願呼叫恩主 主啊 我願細聽聽祢給我的說話

祈求祢釋放潔淨我心靈 在主內平安保守我

副歌：來讓我禱告來開聲禱告 盼祢細聽我靈裏禱告吶喊聲

呈奉我身我心擺上給祢 期待祢前來 燃亮我 復興我 更新我

2. 詩歌：《每一刻》

那一天 誕生這地球塵囂中

作工趕路忙不休 那管出生可有因

有天停下看清楚 海邊看夕陽又一天

晚星閃過夜空中 銘感堅貞主愛深

誰言沒法領略宇宙道理精細 只覺天賜我生需用

每日每夜學去感恩 每事感謝更頌讚

每一刻 感激主導航渡艱辛，

這生不願忘主恩 那管天昏黑暗生

每天停下記清楚 腦海記學年讀書殷

我得飽暖念親恩 更得知己關切深

誰言沒法領略天父愛之真摯 驚歎今世我享豐盛

每日每夜學去感恩 每事感謝更頌讚

3. 最重要的時刻

個人思想：哪個是你生命中最重要時刻？

你最重要的時刻就是現在！

“要把握時機，因為這時代邪惡。” 弗 5:16

” Redeeming the time, because the days are evil;” (YLT)



在一切事上「看見」上主

“過去的一刻，已不可挽留；只活在過去，就失去了生命的動力。
未來是個未知，不可無止境的等待明天或為明天憂慮；只活在未來，也會失去生命的動力。”（p.79 意譯）

“這一刻，的確是你惟一可以遇見神的地方！”（p.80）

默想：假如你知道神每一刻都與你同在，你會更珍惜你生命中的每一刻嗎？

4. 最危險的一個詞

法老把摩西和亞倫召了來，說：“請你們懇求耶和華，好叫他使青蛙離開我和我的人民，我就必讓這人民離開這裡…”摩西回答法老：“請指示，我要在甚麼時候為你和你的臣僕…懇求耶和華除滅青蛙，使青蛙離開你和你的宮殿…”

法老說：“明天。” 出 8:8-10

為甚麼要到明天？

反省禱告：你有這種想與青蛙再過一晚的想法嗎？

5. 在日常中發現神

一天之始：夜晚、清晨的預備、飲食、工作、被打亂的時候…

默想：你的日常可以如何改變，以致能過一個有神同在的人生？

6. 我們不是要擁抱每一刻，而是要擁抱神。

每一刻不總是好的，而神總是好的。

每一刻是我們遇見神的時刻。

每一刻，就是從現在開始，不是明天！

又或者，你想要和青蛙再過一晚？

7. 分組祈禱

