

菲律賓基督教禧年堂 NEW MILLENNIUM EVANGELICAL CHURCH



禁食禱告 十月七日至十一日

主乃活石，固然是被人所棄的，卻是被神所揀選、
所寶貴的。你們來到主面前，也就像活石，
被建造成為靈宮，作聖潔的祭司，
藉著耶穌基督奉獻神所悅納的靈祭。

彼得前書 2:4-5

禁食與禱告

禁食的意義

它意味著在特定的時間和目的下，自願減少或排除你的食物攝入，同時專注於禱告。這可以意味著在兩餐之間不吃零食，一天不吃一到兩餐，只不吃某些食物，或者在一整天或更長的時間內禁食所有食物。由於醫療原因，有些人可能無法完全禁食。他們可以選擇戒除食物以外的東西。對我們來說重要的是將我們的注意力從世俗的事物轉向神。

禁食的目的

禁食並不是為了贏得神的恩惠，好讓祂為我們做什麼的一種方式。禁食的目的是要在我們身上產生一種轉變，一種更清晰，更聚焦的注意力和對神的依賴。所以它需要自律和紀律，因為我們拒絕了肉體的自然慾望。在禁食期間，我們的注意力從這個世界的物質事物轉移到神的身上。換句話說，禁食將我們的飢渴引向神。它將我們的思想和身體上屬世的注意力清除，使我們更親近神。

禁食的目標

你為什麼要禁食？是爲了屬靈的更新、爲了指引、爲了醫治、爲了解決問題，還是爲了應對一個困難情況的特別恩典？當身體的誘惑和生活的壓力誘使你放棄的時候，集中精力實現你的目標可以幫助你維持禁食。

屬靈上的準備

真正的復興始於“深深的悔改”。檢查你的心，找出任何未認之罪。聖經記載，神總是要求祂的子民懺悔他們的罪，然後祂才會垂聽他們的禱告。

身體上的準備

保持健康。如果你有健康問題，就不要禁食，但是你可以花同樣多的時間禱告。

決定要實行的禁食

祂要讓你完全不吃東西，只喝水嗎？還是水和果汁？祂要求你每天禁食一餐，一週禁食一次，還是一週禁食幾天？神是否引導你去禁戒食物以外的一些東西？在這件事上邀請聖靈來引導，會使你與神在一起的時間更有意義。

計劃禱告的時間

留出足夠的時間單獨與主在一起，你花更多的時間與祂相交，敬拜、崇拜，並且在禁食的時候更多地讀和默想祂的話，你與祂在一起的經歷就更有意義和果效。

靈修日程

[健全的教會]

潘曉娟姊妹譯

星期一
10/7

基督的身體

星期二
10/8

找到你的位置

星期三
10/9

與他人建立聯繫

星期四
10/10

建造上帝的國度

星期五
10/11

維持我們的使命

基督的身體

經文：馬太福音 20:25-27；馬太福音 6:9-13；腓立比書 2:3

我們生活在一個充滿計分牌的世界裡。不僅是我們的運動成績和失敗會被統計——而是一切。薪水、服裝、學位、成績、量身尺寸——幾乎我們所有的方面都會影響我們的排名。有意識或無意識地，我們都在與生活中的幾乎每個人競爭，從同事和家人到陌生人和從未謀面的名人。為什麼？因為我們想知道自己處於什麼位置。而且我們想要成為贏家。

在這種競爭文化中，“投降”和“服從”這些詞聽起來可能像是我們都害怕的“失敗”的花哨版本。畢竟，只有被征服的人才會投降；只有軟弱的人才會服從。然而，儘管世界可能會將服從與失敗聯繫在一起，但上帝卻有完全不同的看法。看看耶穌是如何向門徒講話的：“你們知道外邦人有君王為主治理他們，有大臣操權管束他們。只是在你們中間，不可這樣；你們中間誰願為大，就必作你們的用人；誰願為首，就必作你們的僕人。”（馬太福音20:25-27）

這是一種顛倒的、反傳統的思維方式和生活方式。但是在祂的國度裡，如果我們想要成為祂的身體，就必須重新調整自己。如果我們想要“贏”，就必須先“輸”。換句話說，我們若不能彼此順服，就無法作為基督的身體共同獲勝，成為祂在地上慈愛的手和腳。儘管這可能感覺不太自然，但它絕非可選的。

在主禱文中——耶穌教導門徒的唯一有記載的禱告——祂強調了一些經常被忽視的東西。整個祈求都集中在“我們”而不是“我”上——是我們的天父，我們日用的飲食，我們的債。（馬太福音6:9-13）這告訴我們什麼？我們與上帝的關係是個人的，但本質上不是個體的。我們是家庭的一員。在教會中，沒有人能從像獨生子女那樣行事中受益。

作為基督裡的弟兄姐妹，我們必須牢記保羅對腓立比信徒所說的話：“凡事不可結黨，不可貪圖虛浮的榮耀；只要存心謙卑，各人看別人比自己強。”（腓立比書2:3）如果沒有彼此順服的基礎，我們在教會中所建立的一切都將在一次分歧之後分崩離析。

不要忘記：健全意味著“健康”。要保持健康，需要我們首先順服上帝，然後彼此順服。如果我們想要用愛來建立基督的身體，那麼我們就需要知道如何去做。這是我們將在接下來的幾天裡探討的。

應用：

1. 把你可能存在的競爭意識轉化為提升他人，幫助他們更好地服事。
2. 留意那些能夠完美協作的團隊或團體。紀錄下他們之間的互動和溝通方式，然後思考這些作法如何在你的教會中得到應用。
3. 避免對他人說任何負面的話。不要助長別人的不安全感。相反，要鼓勵接受任何被感知到的缺點，並耐心等待上帝的進程。

讚美感恩的禱告

詩篇 100

¹全普天下當向耶和華歡呼！²你們當樂意事奉耶和華，當來向他歌唱！³你們當曉得耶和華是神！我們是他造的，也是屬他的；我們是他的民，也是他草場的羊。
⁴當稱謝進入他的門；當讚美進入他的院。
當感謝他，稱頌他的名！⁵因為耶和華本為善。他的慈愛存到永遠；
他的信實直到萬代。

天父上帝，唯有你配得一切的讚美與感恩！

1. 為你的本性讚美你——你是真神、宇宙之創造者、疼愛又親自認識我們的神。
2. 為你的大愛感謝你。你差遣獨生子耶穌來替死，為要搶救我們脫離滅亡，與你隔絕。
3. 為本教會，以及你廿四年前賜予我們眾領袖的異象感謝你。

4. 為你過去廿四年所賜下的諸般恩福感謝你。
求你繼續賜予更多的恩福。
5. 為你的恩典和信實感謝你，感動教會大家庭
成員慷慨地奉獻，供應了本堂各種的資源。
6. 為你過去及目前不斷地引領教會感謝讚美你。
同時亦為我們的教牧、同工、辦公室職員、
以及工友的忠心事奉感謝你。
7. 為教會繼續忠心傳揚福音感謝你。
8. 為藉你話語所教導的真理及傳遞給我們的屬
靈功課、以及蒙你垂聽的一切禱告感謝你。
9. 為你多年來藉各種事工，所培養的教會內外
人事關係感謝你。
10. 為本教會目前支持的宣教士及宣教機構感謝
你。
11. 天父上帝，我們為你過去廿四年忠心而多方
地賜福于我們的會眾而感謝讚美你。

GIVE
thanks to the Lord
FOR HE IS GOOD.

PSALM 107:1

找到你的位置

經文：加拉太書5:24；出埃及記31:1-18；哥林多前書7:7

什麼樣的故事能激勵你？很可能，你會對那些普通人發現自己潛在的能力、力量或失去的身份從而開啓意想不到的命運故事做出回應。亞瑟王、安納斯塔西亞，整個童話公主的系列故事，以及數不勝數的漫畫英雄——我們喜歡這些故事的事實揭示了人性的某些方面：我們渴望變得特別。

表面上，我們可能會認為自己對“披風和王冠”的渴望是聖經所警告的那種自我中心的野心。正如保羅寫給加拉太人的那樣，“凡屬基督耶穌的人，是已經把肉體連肉體的邪情私慾同釘在十字架上了。”（加拉太書5:24）但這並不一定是真正發生的情況。在這種渴望的內心深處，上帝希望我們體驗到的感受是：對祂和祂的世界來說，我們是重要的。

雖然我們共同構成了基督的身體，但這並不意味著我們都是一樣的。相反，上帝賦予了我們每個人獨特的能力，以一種只有我們才能做到的方式為他的身體健康做出貢獻。但是，我們該如何發現這些恩賜，又該如何將他們奉獻給整體的利益呢？正如在教會中所做的那樣，我們的答案總是在群體中找到的。

新約中對屬靈的恩賜的關注很多——幾乎每本書都提到或解釋了它們。確實，聖靈的完全降臨是在五旬節那天，但這並

不意味著上帝在舊約中完全不向祂的子民賜予聖靈。讓我們來研究一個不太爲人所知的經文。

在出埃及記31章中，摩西向我們介紹了比撒列，祂是第一個提及的被聖靈充滿的人。祂被賦予建造約櫃和會幕的任務，於是他與亞何利亞伯合作，手工製作了從深紅色的帘子、木製祭壇以及大量的金製配件這一切的組成部分。最終的結果是什麼？一個讓上帝的榮耀得以安息的地方，在那裡上帝與祂的子民會面。

今天，上帝可能不會呼召我們赤手去建造一個新的會幕。但是，我們的屬靈恩賜，就像比撒列那樣，正在建造基督的教會。當你繼續前進時，請祈求上帝幫助你保持開放的心態，接受祂的力量和動力，以喜樂的心繼續奉獻你的恩賜。記住，我們可以有意識地尋找機會來發揮自己的恩賜，同時花點時間讓自己謙卑地服務他人。

正比比撒列和歷史上眾多其他門徒一樣，我們的恩賜在群體中且爲了群體才能得到最充分的表達。

應用：

1. 回想你上一次看到心愛的人打開你送她的禮物——那個人的快樂就是你的快樂，對吧？你有沒有想過，就像你一樣，上帝也樂於給你恩賜呢？
2. 帶著喜樂和感恩之心接受你的屬靈恩賜，如何能幫助你與天父建立更深的親密關係？
3. 有意識地尋找機會用你的恩賜服事教會。祈求上帝向你揭示祂爲你敞開的門——無論是指開始一項新的事工並招募其他人或是加入某個已有的事工。

立會廿四週年感恩崇拜會

1. 但願我們的崇拜會能榮耀高舉神的名，因祂的善良與信實，成為讚美感謝的祭。願我們將焦點放在祂身上一因祂是我們偉大而可畏的神，唯有祂配得最高的榮譽。
2. 為講師蘇承才博士，傳譯員上官賢良同工禱告。但願其傳達的信息，能夠挑戰並影響聽眾的生命。
3. 為帶領會眾以詩歌敬拜神之敬拜團及聖樂隊代禱。但願他們在愛心及心靈上團結。
4. 為歌頌團將獻唱兩首頌讚曲代禱。但願他們的歌聲能將榮耀歸給教會之元首—耶穌基督。
5. 為流暢的互聯網連接及崇拜會之其他技術方面，例如：PowerPoint演示文稿，燈光音響，以及節目直播禱告。
6. 但願會眾事前準備心靈藉敬拜遇見神，專注于崇拜祂，向祂的話語學習。盼望他們肯委身，一貫行在神的真理上。

星期三 ❖ 十月九日

與他人建立聯繫

經文：以弗所書1:22-2; 以弗所書5:25-27; 創世紀1:26-2;
馬太福音22:37-39

在世界各地，友誼和聯繫都源於共同的興趣。但當我們與其他基督徒共同生活，無論是在教會內還是教會外，我們擁有的共同點比任何共同的興趣或愛好都更加偉大。聖經告訴我們，教會是基督的身體和新婦（弗1:22-23；5:25-27），我們是按著神的形象被造的（創1:26-27）。但要理解與其他信徒建立充滿恩典、滋養生命的群體的意義，我們應該向聖三一尋求幫助。

神在聖父、聖子和聖靈之間建立了完美的團契模式，他們作為三位獨立的位格，永恆地彼此相愛相屬。我們也按著他們的形象被造——為關係而生的兒女，反映出這種神聖的團契

想想聖父、聖子和聖靈的團契。在我們與上帝的關係以及與信徒的聯繫中，是否有什麼阻礙我們效法這種團契呢？將從聖父、聖子和聖靈身上散發出的愛反射出來並投射出去，會是什麼樣子的呢？

要讓真正的基督徒群體繁榮發展，我們必須把焦點從自己轉向彼此相愛，就像耶穌愛我們那樣。想像一下，如果基督徒用自己的生命真正地彼此服事……如果通過這種服事，我們可以向那些不認識上帝的人表達上帝——聖父、聖子和聖靈。這不僅僅是一個美好的想法。這是每個信徒生命中的呼召。但這說起來容易做起來難。

如果我們誠實地面對自己，我們會發現，在與他人的關係中，接受或給予我們的愛是很困難的。即使在耶穌向人類揭示自己的真相之前，我們也可以看到，人們需要不斷地被提醒上帝不變的愛。例如，在詩篇136篇中，詩人26次提醒我們“祂的慈愛永遠長存”。

我們可以從中得到安慰的是，我們不需要獨自去弄清楚如何以這種方式去愛。上帝呼召我們與祂建立關係，以便我們能夠理解祂的愛並與其他信徒分享。無論是在教會內，還是在教會周圍的街巷之中，我們都有許多機會以有意義的甚至改變人生的方式彼此聯繫。

今天，我們探討了與上帝的關係如何影響我們與其他信徒的聯繫深度。當我們將關注點從自己教會內的關係轉移到歡迎那些新來的或不是我們會眾的一員時，繼續祈求上帝向你展示更多關於基督徒群體一員的意義。祂存在於我們彼此之間的所有互動之中——這是我們將在明天的靈修中更深入探討的話題。

應用：

1. 基督命令我們要“盡心、盡性、盡意愛主——你的上帝。”祂還說要“愛人如己”（馬太福音22:37,39）。你認為你與上帝的關係如何體現在你與“鄰舍”（包括教會內外的鄰舍）的關係中呢？你能舉出一些例子嗎？
2. “互相激勵，追求愛與善行”看起來是什麼樣子的？
3. 真正的團契應該是什麼樣子的？你的生活是否反映了這種永恆的、屬靈的群體關係

神的保護和指引

1. 求神指示教會領導人當如何執行有助於教會增長及擴展的策略與舉措。
2. 為教會新方向及異象禱告。求神指示我們當走的路及當作的事。
3. 為教會目前當議決的事項，計劃及策略禱告。但願我們的腳步符合神完美的旨意及引導。
4. 求神繼續供應教會經濟上的需要，使我們能夠支持各種宣教工作，成為多人的祝福。
5. 求神膏抹授權教會，使我們的事工，講台，教導，以及敬拜皆靠著祂的名而做。
6. 求神悅納我們的事奉。祈願祂繼續開門，提供我們機會與其他福音機構合夥配搭，擴張神的國度。
7. 但願會友對神的同在及話語有飢渴的心。求神吸引我們更親近祂，培養更親密的關係。
8. 祈願神的大能彰顯展示在教會裡。但願人的生命繼續經歷改變，疾病疼痛遠離我們。心靈得醫治，關係被重建。滿有神大能與信實的見證。

星期四 ❖ 十月十日

建造上帝的國度

經文：馬太福音 28:19-20

C.S 劉易斯的著名作品《獅子、女巫與魔衣櫥》中最引人注目的部分是納尼亞的解放。長期以來，納尼亞一直被冰封的詛咒所籠罩，開始顯示出自由的跡象——冰開始融化，樹木抬起它們疲憊的枝條，花朵綻放。在這個虛構的國家，每當出現這些小小的提醒時，總會有人說出這五個簡單的字：“阿斯蘭在行動！”納尼亞人都知道阿斯蘭——故事中的基督形象——正在接近，重新奪回作為納尼亞統治者的應有地位。每當他們說出阿斯蘭的名字，他的人民內心都會湧起一股安靜的激動。

當然，阿斯蘭是以那位真正的君王為原型的，祂來到世間是為了拯救祂的子民，並在地上建立祂的國度。我們被呼召去參與這項偉大的工作——支持、愛護、鼓勵、祈禱，並擁護耶穌所尋求的人。

對於一些基督徒來說，這意味著花時間和金錢。或者它可能意味著直接在我們的社區中服務和做志願者。對於其他人來說，這意味著響應上帝的呼召，用祂的愛去接觸特定的人群——無論是在我們自己的城市還是在世界各地。或者它可能是介於兩者之間的任何事情，從收養和領養孩子到僅僅表現出對他人福祉的真正興趣。

當你思考自己的生活時，你能看到上帝的工作跡象以及祂如何要求你參與其中嗎？你能感覺到祂呼召你走得更近的地方，以及提醒其他人他們也是按照祂的形象創造的嗎？

當耶穌差遣祂的門徒時，祂沒有讓他們獨自前行——祂讓他們成對地出去傳揚福音並牧養他們遇到的人。記住，即使在祂的：“去，使萬民作我的門徒”的呼召中，祂也是在對我們個人和整個教會群體講話，承諾祂與我們同在“直到世界的末了”（太28:19-20）我們不必獨自去做任何事情。相反，我們可以選擇跟隨祂的指引，知道當我們參與耶穌來此所做的工作時，祂將與我們攜手共進。

我們的使命是加入基督的願景，作為祂愛的傾瀉——鼓舞、參與和支持我們所遇到的人。就像耶穌離開天父的寶座，來到一個冰冷的世界，拯救最需要幫助的人一樣，我們也有機會用日常生活中的方式分享福音的愛的信息。

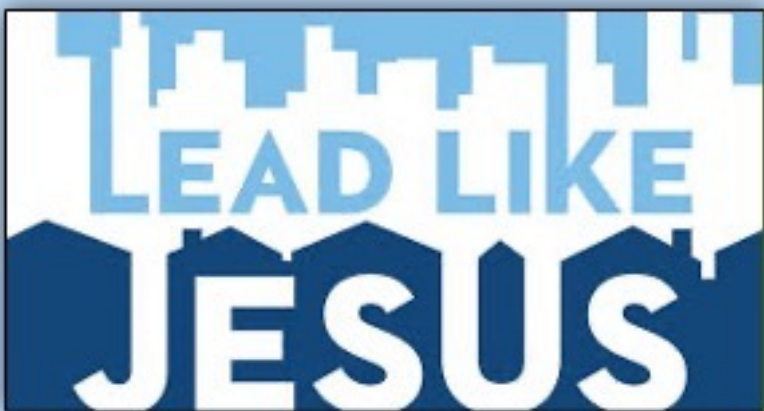
應用：

1. 試著把自己想像成第一位門徒。想像耶穌呼召你放下手中的工作，跟隨祂，邀請你加入祂的工作。注意一下你的感受，寫下你的任何想法。
2. 你服務他人時最難忘的一些經歷是什麼？你為何對這些機會心懷感激？本週祈禱時，請花點時間感謝上帝賜予這些機會。想想如何更積極地代表耶穌？
3. 想像基督的命令“愛你的鄰舍”和“去，使萬民作我的門徒”這些指令是如何互相配合的？我們在日常生活中可以有哪些方式來展示基督的愛？

教牧同工、事工團成員

1. 為神對教會領袖們的愛心指導及勸告如何帶領羊群求恩。但願他們肯謙卑尋求神的旨意，雖遇阻礙還能放膽追求神的異象。亦願神供應屬靈的指引與智慧，帶領教會走在正路上，滿足神心意。
2. 求神用聖靈充滿他們，賜給他們智慧及分辨之靈，認清神的旨意而跟隨祂。但願他們一切的議決，能討主你的喜悅，榮耀你的名。
3. 求神使教會領袖們過平靜安逸的生活，滿有虔誠及尊敬之態度，時常遵行你的旨意。使他們能以身作則，示範基督門徒應有的態度。亦求神賜他們意願去追求你一勤讀你的話語，忠心向你禱告。願神以能力和信心裝備他們，不因個人利益被試探誘惑，信心受妥協。
4. 但願神賜教會領袖膽量與勇氣去執行其神聖宗旨，在信心方面站立得住。求神幫助他們繼續委身及持續於神所託付他們的責任。在困難不穩定時刻，賜他們耐心及耐力。

5. 求神使我們的領袖能團結合作，和諧共處，互相尊敬謙虛。但願聖靈提醒他們在言行舉止謹慎，流露理解與同情。以此態度牧養群羊。
6. 求神保守看顧教會領袖脫離試探及虛假。但願他們繼續走在正路上。亦求神使他們免受試探的迷惑，以致他們離開你的旨意及計劃。賜他們膽量以正直行事，不因處境艱難而妥協。但願他們所行所做，討主喜悅。
7. 但願教會領袖能好好運用神所賜的資源，以擴張祂的國度。願他們忠心管理神的財源，榮耀祂的名。求神幫助他們瞭解何時必須慷慨，何時必須節省。亦願他們成為神財物明智及負責任的好管家。



務要牧養在你們中間神的群羊，
按著神旨意照管他們；不是出於
勉強，乃是出於甘心；也不是因為
貪財，乃是出於樂意；也不是轄制
所託付你們的，乃是作群羊的榜樣。

彼得前書 5:2-3

星期五 ❖ 十月十一日

維持我們的使命

經文：彼得前書4:10; 哥林多前書10:31; 雅各書1:17

水從岩石上流下，形成小溪，然後匯入河流，最終流入浩瀚的海洋。同樣，一切事物都是源於上帝對我們的供應。當天父賜予我們能力或其它祝福時，這並不是偶然的，不是我們自己努力的結果，也不是因為我們有好的基因。我們的上帝是一個知道祂在做什麼的上帝——祂特意地、有意地給予我們每個人不同的恩賜，有時只是為了他人的利益。

如果你有特殊的技能、優勢或財務上的祝福，請感謝祂。我們的恩賜的目的不是讓我們自我感覺更好或改善他人對我們的看法。上帝的恩賜是讓我們更好地了解並參與建立祂的國度的機會。通過這些恩賜，並服從祂的旨意，我們完成祂的使命。

你是否曾奉獻十分之一的收入，在教會作志願服務，參加週日禮拜，或花時間禱告？當然，你可能在想，我有。但是有沒有把這些活動看作是建立國度，維持使命的工作呢？

人們很容易把這些日常行為看做是基督徒生活的必要組成部分。你甚至可能會認為它們是基本的。但在這些小事中，你實際上在做一件偉大的事：你向他人展示了你珍視上帝供應的一切。通過慷慨的給予，服務和敬拜，你不僅僅是一個稱職的管家——你是在用愛將這些恩賜獻給祂。

在生活的各個方面，都有機會展示我們對上帝的愛和榮耀祂的願望。想想你的日常習慣和人際交往，從你吃的食物到你遇到的人，你正在做些什麼來表明上帝的榮耀對你來說有多重要？

從《舊約》到耶穌在世上的傳道活動，再到今天的教會生活，我們看到了上帝的供應的證據。負責地使用和分享祂的恩賜意味著要向前看，為未來的虔誠信徒鋪平道路。與此同時，上帝也希望我們關注當下：愛我們的鄰舍，與我們的社區攜手合作，並回應祂的呼召，在此時此地使人做祂的門徒。

這兩種觀點都讓人感到緊迫——我們既想為後代開闢一條道路，也想以一種表明我們正在迎接主的回歸做準備的方式生活。那麼，像耶穌那樣愛周圍的人，同時為哪些尚未出生或尚未重生的人留下遺產意味著什麼呢？

上帝將恩典和平安的祝福賜予所有信靠祂的人。我們有機會通過參與上帝的工作來反映這一點。當我們使用上帝賜予我們的恩賜來使他人成為門徒時，我們謙卑地邀請世界親自體驗祂的恩典和平安。

應用：

1. 在你的生活中，如何通過使用上帝賜予你的東西來榮耀祂？
2. 在整部《聖經》中，我們被呼召要負責地照管我們從上帝那裡領受的恩賜。正如在彼得前書4:1中讀到的，我們被教導要照所得的恩賜彼此服事，“作上帝百般恩賜的好管家。”你認為在當今的文化中這意味著什麼？
3. 在你生活的哪些方面你向上帝回饋了祂的恩賜？你是如何做的？

今日的禱告焦點

教會會友

1. 願神保護他們脫離邪惡及試探，賜他們勇氣在信仰上站立得住。
2. 求神使他們有意願在屬靈方面成長—每日投資時間于禱告讀經。
3. 但願他們每作決定以前，凡事尋求神的旨意。
4. 求神繼續在個人和集團方面，以恩賜與才幹裝備他們，為榮耀真神及建立聖徒。
5. 為屬靈的復興與更新禱告。求神塑造我們成為合乎祂使用的肢體，擁有良好的生活見證，影響別人的生命。
6. 求神賜搶救失喪靈魂之負擔，具有勇氣及膽量向人分享福音。

The Church
We are family



今日的禱告焦點

教會事工

1. 蒙恩長者

- 有健康的身體、靈命活潑、活出基督的香氣、對下一代留下積極屬靈的影響力。
- 未信主的能清楚救恩、接受神愛的禮物。

2. 培育團隊

- 但願兒童們藉著每週所學習的真理，更深地認識主並經歷祂。
- 為導師們之屬靈成長禱告

3. 頌讚團隊

- 為每週籌備崇拜會秩序代禱—包括選擇詩歌之工作。但願我們對聖靈之引導敏感。
- 為十二月廿二日聖誕主日崇拜會之籌備工作禱告。

4. 職業青年以及青年等事工

- 但願他們能繼續在神恩典上及對耶穌基督之認識成長，在聖潔上及對福音之瞭解長進
- 但願他們能繼續在神恩典上及對耶穌基督之認識成長，在聖潔上及對福音之瞭解長進。

5. 門徒查經小組

- 但願神使用各每週舉行的查經小組，接觸及滿足人們個人的需求。

禁食時間表和選項

DAY 1
Oct. 7

() Water/Juice Fast

() One Meal Fast

() Complete Fast

() Others: _____

DAY 2
Oct. 8

() Water/Juice Fast

() One Meal Fast

() Complete Fast

() Others: _____

DAY 3
Oct. 9

() Water/Juice Fast

() One Meal Fast

() Complete Fast

() Others: _____

DAY 4
Oct. 10

() Water/Juice Fast

() One Meal Fast

() Complete Fast

() Others: _____

DAY 5
Oct. 11

() Water/Juice Fast

() One Meal Fast

() Complete Fast

() Others: _____

菲 律 濱 基 督 教 禧 年 堂

NEW MILLENNIUM EVANGELICAL CHURCH



禧 告 會

十月十一日

星期五 * 下午7:30

二樓副堂

