

# 邀请马来西亚教会 继续禁食和祷告 棕枝主日 (2020年4月5日)起的圣周

在 Covid-19 冠状病毒大流行期间，我们对过去两个主日，大家积极的响应，接受邀请一起禁食和祷告，团契一块儿，表示谢意。

在即将到来的主日是棕枝节，是引向复活节的圣周之开始，我们在此庆祝耶稣战胜死亡。再一次，在这个前所未有的因冠状病毒而受到限制的聚会节期中，我们邀请您加入我们在本周的不住祈祷旅程。

我们记得，在棕枝主日，耶稣愿意服从天父而上耶路撒冷，因为祂知道祂正在走上十字架。在经历了冠状病毒折磨之后的家庭、教会和国家，基督走过的苦难和死亡，对我们每个人来说都是重要的个人经历。遵守这个圣周将使我们想起我们在基督里的盼望，并从死亡走向生命。当我们在家里庆祝棕枝节时，让我们在黑暗的地方成为光明，让我们的邻居知道耶稣基督已经在死亡，以及在过去几周，乃至几个月我们经历过的所有患难和痛苦中得胜。

让我们使这个祈祷的节期，成为我们为自己以及所有陷入困境和焦虑中的许多人恳求-无论我们身在何处，是个人还是我们合家-呼求我们至高的上帝都在我们的家庭、国家和世界都带来救恩、平安与医治。

## 每日自行调适祈祷指南 [P - R - A - Y]

适应性强/灵活的祷告指南，适合个人和家庭在行动受限期间使用。

**停顿 P(ause):** 用诗篇 11 篇开声祷告

**静止:** 深呼吸，并欢迎圣灵。

**悔改:** 作为象征性的行动，请在阅读这些经文时洗手，并在主面前安静地悔改祈祷。

使徒行传 3:19 “所以，你们当悔改归正，使你们的罪得以涂抹，这样，那安舒的日子就必从主面前来到。”

雅各书 4: 8 “你们亲近上帝，上帝就必亲近你们。有罪的人哪，要洁净你们的手！心怀二意的人哪，要清洁你们的心！”

约翰一书 1: 9 “我们若认自己的罪，上帝是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。”

**点燃希望的光烛:** [选项] 当您在晚上祈祷时，在家中窗户上点燃一根蜡烛，作生命之光的可见符号-耶稣基督，我们的祈祷之源和希望。或是，

### 系一条希望的红色丝带 [选项]

约翰一书 1: 7 “我们若在光明中行，如同上帝在光明中，就彼此相交，祂儿子耶稣的宝血也洗净我们一切的罪。”

在您房屋的大门，门户或窗户上系一条红丝带，作为可见的基督宝血的象征，洁净我们的心和房屋，并证明祂在这场大流感中保护我们的能力。加上，

### 系上棕枝十字架或县挂棕枝叶 [符号选项]

约翰福音 12:13 有许多人 “就拿着棕树枝，出去迎接祂，喊着说：‘和散那！ 奉主名来的以色列王，是应当称颂的！’”

在房屋的大门、门户或窗户上绑上棕树枝十字架或挂上棕枝叶（如果没有棕枝，可用家里的绿色叶子，或从纸张上剪下叶子形状给它们彩上绿色），作为我们心中和家中喜乐可见的符号，并见证耶稣已经胜过死亡的拯救能力。

## 欢欣 R(ejoice)/敬拜：

宣召/祈祷-开声诵读诗篇 118 篇

宣告：开声诵读马太福音 21: 9

“奉主名来的是，是应当称颂的，高高在上和散那！”

歌颂上帝派他的儿子耶稣为我们在十字架上受死：神差爱子

### 诗歌：神差爱子

神差爱子 祂名叫耶稣  
祂赐下爱 医治宽恕  
死里复活 使我得自由  
那空坟墓 就是我得救的记号  
因祂活着 我能面对明天  
因祂活着 不再惧怕  
我深知道 祂掌管明天  
生命充满了希望 只因祂活着

### 赞美和感恩

献上祷告和感恩与赞美之歌 [例证：在这个季节里您所得到的祝福和上帝应允了您的祈祷]。

**呼求 A(sk):** (代祷时间)我们建议您在默念以下经文时使用自己真诚而简单的言词来祷告

### 1. 为自我隔离或受影响者的自我隔离祈祷

雅各书 1: 2-4 “*我的兄弟们，您们落在百般试炼中，都要以为大喜乐。因为知道您们的信心经过试验，就生忍耐。但忍耐也当成功，使您们成全完备，毫无缺欠。*”

求上帝在他独处和孤独时，让他感受到祂的同在。

### 2. 为病人祈祷

以赛亚书 53:4 -5 “*祂诚然担当我们的忧患，背负我们的痛苦，我们却以为祂受责罚，被上帝击打苦待了。那知祂为我们的过犯受害，为我们的罪孽压伤。因祂受的刑罚我们得平安，因祂受的鞭伤我们得医治。*”

求上帝在这个疾病时期，让他感受到祂的同在，并保护、刚强和医治感染者及其家人。

### 3. 为焦虑者祈祷

1 彼得前书 5: 7 “*您们要将一切的忧虑卸给上帝，因为祂顾念您们。*”

呼求上帝消除恐惧和忧虑，并在追求上帝，改善健康状况和保护他人免受疾病侵害时祂给予目标、和平和感恩的心。

### 4. 为老年人和弱势群体/弱势群体祈祷

诗篇 46:1 “*上帝是我们的避难所，是我们的力量，是我们在患难中随时帮助。*”

记下或写下[选项]您认识的年长者或患有潜在疾病的人的姓名，这些可能使他们容易感染冠状病毒。求上帝保护他们免受感染。 [选项：发短信/受感动时打电话]。

### 5. 为从政者和国家领袖祈祷

提摩太前书 2:1-2 “*我劝你，第一要为万人恳求、祷告、代求、祝谢；为君王和一切在位的，也该如此，使我们可以敬虔、端正、平安无事的度日。*”

呼求上帝在国际，国家和地方政治领袖制定保护人民的决定时给予他们非凡的智慧，并优秀的顾问来指导他们组织和采取行动。

求上帝赐给他们能力，使他们能够清晰，富有同情心地与公众沟通。

### 6. 为受财务影响的人祈祷

腓立比书 4:19 “*我的上帝必照祂荣耀的丰富，在基督耶稣里，使你们一切需用的都充足。*”

祈求上帝为那些因无法工作而陷入财务困境的人们提供帮助，并为面对前所未有的生活破坏的商业领袖提供帮助。

祷告，特别为那些依赖日薪的人、小贩、小企业经营者、受到封锁严重打击的外劳和难民祈祷。祈求他们可以得到即时的援助，也祷告教会兴起服事他们。

## 7. 为卫生/前线医护人员祈祷

以赛亚书 58:10 “你心若向饥饿的人发怜悯，使困苦的人得满足，你的光就必在黑暗中发现；你的幽暗必变如正午。”

呼求上帝保护医护人员（医生，护士，救护人员，研究人员，国家安全，警察，移民，消防，清洁工等）照顾受病毒感染的人，因为他们每天要处理越来越多的病例和这场危机带来的极大压力。

求上帝赐给他们平安，智慧和力量，膏抹他们的工作，保护他们不受感染。同时也保护他们的家人，并为他们的许诺和牺牲而感到光荣。

## 8. 为所有人能够适应“新常态”祷告

以赛亚书 40: 29-31 “疲乏的、祂赐能力，软弱的、祂加力量，3 就是少年人也要疲乏困倦、强壮的也必全然跌倒。但那等候耶和华的、必从新得力、他们必如鹰展翅上腾、他们奔跑却不困倦、行走却不疲乏。”

祷告，特别纪念年轻人和因信息负荷过重而感到不知所措和感到行动受限制的人。当企业和学校关闭时，求上帝赐福和保护每个家庭叫每个人都能适应居家的生活。祈求祂指引人们在新现实的处境。祈求配偶之间能够彼此爱待，并帮助疲惫的父母对孩子说恩慈和鼓励的话。祈求年轻人，能找到创造性的方法来体验上帝的同在和上帝所创造的一切之美，并继续的学习。

## 9. 为那些失去至亲和被隔离者的所受到的痛苦祷告

诗篇 23: 4 “我虽然行过死荫的幽谷、也不怕遭害，因为祢与我同在，祢的杖、祢的竿、都安慰我。”

求上帝安慰那些失去亲人而悲痛的人，那些在自我隔离中面临不确定性的人，以及那些有朋友或家人住院的人。

## 10. 为病毒的有效和快速地得到遏制而祈祷，并具有守规矩负责任的公民意识

为神迹祈祷，我们仍然相信神迹

历代志下 7: 13 - 14 “我若使天闭塞不下雨、或使蝗虫吃这地的出产、或使瘟疫流行在我民中，这称为我名下的子民、若是自卑、祷告、寻求我的面、转离他们的恶行，我必从天上垂听、赦免他们的罪，医治他们的地。”

求上帝减慢并阻止 Covid-19 冠状病毒的传播。

花点时间求上帝特殊介入那些受影响最严重的其他国家，特别是意大利和西班牙。为下一个据预测会是新震央的南亚，尤其是印度、巴基斯坦和孟加拉国祈祷。又为因为参加假吉隆坡 Sri Petaling 清真寺举行的传教士集会结果把病毒带进的国家祈祷，例如印度尼西亚，文莱，新加坡，柬埔寨，越南和泰国。

鉴于穷困、无家可归和流离失所的难民所面临的困境，我们祷告政府富有同情心，例如印度和印度尼西亚等国家。

为人民祈祷，叫他们会遵守并响应当局的指示，以确保对局势的遏制和缓解。

## 11. 为 5 个朋友和家人信靠耶稣基督祷告

约翰福音 3:16 “上帝爱世人，甚至将祂的独生子赐给他们，叫一切信祂的不至灭亡，反得永生。”

在这样的时候，让我们为我们的家人和朋友得到耶稣基督的救恩祷告。写下至少 5 个人的名字，并每天以祷告托住他们。

### 降服 Y(ield)

让我们降服上帝 - 包括我们的心，思想，声音，手和脚。让我们恳求上帝使我们成为一个按祂的名字被召相称的人，可以反映祂的美丽，圣洁，恩典和爱心。

#### 为了教会得到清新的异象成为祷告的人

使基督徒将在这段行动受限制的时期成为一个不断祈祷的族群 -- 在这个全球动荡和国家不稳定的时代，与家人和朋友以及国家一起站在这破口。祷告在这个普遍存在的对冠状病毒大流行的恐惧中，教会会在喜乐与信心中兴起，发出上帝的希望与和平之声。

#### 为了使教会透过信心、盼望和在各样事情上对所有的人付出爱心行动而成为有见证的族群

愿上帝赐予我们力量和智慧，并帮助我们，尤其是在我们与社交媒体的互动中的时候，成为有信心和盼望的人。除了祈祷以外，让我们求上帝赐予我们智慧，同情心和慷慨大方，抓住这个机会走出我们的路，打电话或发电子邮件等给那些与世隔绝的人，也许为我们当地的食物银行，为贫困社区每天购买一些额外的食物给日薪者，移民和难民，或提议为老年人或患病邻居提供购物服务。

#### 为在这逆境中的教会能够合一和忠心见证主耶稣祷告。

即使在这次基督教历史中最重要的庆典，教会无法聚集在一起庆祝时，也让我们继续祈祷团结并作主忠心的见证人。

除了在这次行动受限的时期内要服从当局的道德和公民义务外，我们祈祷我们将谨记我们对基督见证的持续责任，切忌鲁莽，恐怕由于我们的粗心最终羞辱了基督的名字，而影响马来西亚教会的见证和福音在我们社区中的声誉。

祈求上帝帮助基督徒成为疾病管理的良好榜样，透过我们对病人、穷人和有需要的人的照顾，来维护我们美好的见证。

祈祷我们有机会，表明我们的基督教信仰能够激发勇气、牺牲和同情心，并在危险时刻的爱。

#### 为每个小群组祷告之后，使用民数记 6: 24-26 作为祝福

*“愿耶和华赐福给你，保护你。愿耶和华使祂的脸光照你，赐恩给你。愿耶和华向你仰脸，赐你平安。”*

## 结束诗歌

当转眼仰望耶稣  
定睛在祂奇妙慈容  
在救主荣耀恩典大光中  
世上事必然显为虚空。

## 以诵读主祷文来结束（马太福音 6: 9-13）

*我们在天上的父，愿人都尊父的名为圣。愿父的国降临。愿父的旨意行在地上，如同行在天上。我们日用的饮食，求父今日赐给我们。又求饶恕我们的罪，如同我们饶恕得罪我们的人。不叫我们陷入试探，拯救我们脱离那恶者。因为国度、权柄、荣耀全是父的，直到永远。阿们！*

## 静止

深呼吸，感谢上帝的同在，并将您所祈祷的一切交托祂手中。

---

# 全日祈祷的创新方法

祷告不只是言语。这份富有创意的祈祷指南，将帮助您有创意地与上帝建立关系：这是一种帮助您一天中不间断地祈祷的方法。当你祷告时可以按着个人的需要作出调整。

## 1. 设定您的闹钟，每天 7 次背诵主祷文，包括在中午。

诗篇 119: 164 *“我因祢公义的典章，一天七次赞美祢！”*

设置闹钟 -- 尤其是使用手机-用主祷文来祷告（我们在天上的父）。您可设置为：上午 8 点，10 点，中午 12 点，下午 2 点，4 点，6 点和晚上 9 点。设置特定的时间，可以建立您不断祷告的动力。

## 2. 每次洗手时背诵主祷文

由于在抵抗 Covid-19 病毒的这段时间里，用肥皂和水洗手很重要，所以让我们洗手的频率与背诵主祷的频率一样。这也将有助于我们全神贯注于上帝，并帮助我们在缓慢的背诵主祷文时正确的洗手。

## 3. 在我们用餐前和每次打开电冰箱或厨房之前献上感恩！

让我们停下来，在这个不确定的时期感谢上帝的供应。为仍然有的基本服务感谢上帝，例如银行，水和电。将感恩的图画和经文放在冰箱门上，以鼓励任何打开它的人。

## 4. 在您的家中创建祈祷角落/空间

在家里设立一个地方或角落作为私人的祈祷空间。找一个安静的地方/角落，就是在那儿你最可能享受独处的时间。