天父，我爱祢，因祢先爱我，并差遣祢的儿子为我赎罪。我实在难以相信，本性属神的耶稣，却没有紧抓住与祢同享的权利……祂放下所有的特权，甘心成为人的样式……祂全然地谦卑自己，接受死囚的判决，承受无尽的羞辱与痛苦…在十字架上，祢将我沉重无比的过错、罪恶与羞愧，以及所有的忧伤难过，全加在祂身上； 使祂担当我的罪，代替我受死。

经文参考：约壹4:10；腓2:6-9；赛53:3-12；林后5:21。

我要大大地称颂祢，因死亡的权势不能拘禁祂……使祂从死里复活，成为我的救主，使我在祢眼前得称为义……. 祢将祂升为至高，赐给祂超乎一切执政、掌权及各样权势的地位。感谢祢，因祂是高过诸天的大祭司……凡靠著祂进到神面前的人，祂都能拯救到底，因祂是长远活著，为我们祈求。天父，我以感恩与喜乐，向祢献上赞美。

经文参考：徒2:24；罗4:25；弗1:20-22；来8:1，7:25。

我俯伏在祂脚前，祂曾经死过，又活过来，并且活到永永远远……我尊崇祂，降服於祂，因祂配得我完全的献上：“被杀的羔羊，是配得权柄、丰富、智慧、能力、尊贵、荣耀、颂赞的。”

经文参考：启1:17，5:12。

神却把死的痛苦解除，使祂复活了，因为祂不能被死亡拘禁。

使徒行传2章24节

取自：《每日活水》灵修月刊8月号，华伦、路得.麦尔，《赞美手札》

做好冲突的准备

每日读经:

诗篇Psalms 26:1-8

耶利米书 Jeremiah 15:15-21

罗马书Romans 12:9-21

马太福音Matthew16:21-28

赏赐生命、引领道路的主，在这个许多人都背弃你的世代，谢谢你拣选并呼召我成为世上的光和盐。愿你刚强壮胆我的心志，能够在任何逼迫患难中都依然讨你喜悦。阿们!

心灵省思:

面对这个世界有形或无形的逼迫，我是否曾经感到灰心？而神是如何安慰我、并使我重新得力的？

我是否已意识到，基督徒的价值观必然与所处世界的价值观发生冲突？我是否已经做好争战的心里准备？

Quiet Time 灵修笔记

9月4日（星期一）

警醒！警醒！

每日读经：

诗篇Psalms 17:1-15

撒母耳记下 2 Samuel 11:2-5、14-17、26

启示录Revelation 3:1-6

鉴察人心的永恒真神，你嘴唇的话语何等宝贵，能够指引人生命的道路。愿你时时判断我、熬炼我，并赐给我一颗警醒谦卑的心，谨守遵行你的律法。阿们！

心灵省思：

大卫并非同时，而是陆续犯下杀人、奸淫、偷窃和贪恋的罪；我是否有过类似的经验，陷在罪恶当中因而一错再错？我该如何停止这恶性循环？

在面对价值观冲突时，我要如何才能做到坚持谨守神的律法？

Quiet Time 灵修笔记

9月9日（星期六）

守望者的职责

每日读经:

诗篇Psalms 119:33-40

以西结书Ezekiel 33:1-6

马太福音Matthew 23:29-36

亲爱的神，感谢你差派先知为我们成为守望者的角色，使我们能免于犯罪。更感谢你差派耶稣基督道成肉身、成为中保，使我们得以因他的名被称为义、重归于你。阿们！

心灵省思：

在牧养或作为肢体的职责上，我是否愿意成为弟兄姐妹忠实的守望者，按着真理彼此提醒，使我们都能免于落入犯罪？

当弟兄姐妹被过犯所胜，我是否能克服惧怕或各种顾虑，为了盼望对方离开罪恶而凭爱心说诚实话？

Quiet Time 灵修笔记

9月8日（星期五）

以管教带来悔改

每日读经：

诗篇Psalms 119:33-40

以西结书Ezekiel 24:15-27

罗马书Romans 10:15b-21

亲爱的天父，感谢你对我们的爱总是不离不弃，并且用诸般的方式、定意要引领我们回到你慈爱的家中，享受属天的安息。
阿们！

心灵省思：

在我里面有没有顽梗的心、很难除掉的铁锈呢？我是否真愿意放弃私欲所求，定意恢复圣洁的生活呢？

神要我“一心遵守”他的话。对目前的我来说，有没有什么阻碍会让我不能或不想遵守呢？

Quiet Time 灵修笔记

9月5日（星期二）

持守你所有的

每日读经:

诗篇Psalms 17:1-15

撒母耳记下 2 Samuel 11:27b-12:6

启示录Revelation 3:7-13

赏赐各样美物的神，我的一切好处都不在你以外，感谢你赐福我的生命。愿你的话语成为我的力量和帮助，使我能持守一切你所赐予的。
阿们！

心灵省思：

我是否曾经羡慕或贪恋神赐给他人的恩典，以至于忘了神已经赐给我的？我该如何持守自己已得着的？

我是否有什么行为如同拿单所指责的富翁一样，明明自己已然拥有、却仍然贪心地掠夺他人？

Quiet Time 灵修笔记

9月6日（星期三）

内心的战场

每日读经：

诗篇Psalms 17:1-15

耶利米书 Jeremiah 17:13-18

马太福音Matthew 12:22-32

考验人心肠肺腑的神，你是正直又公义的主，倚靠你的人必不失脚。我虽在内心的战场上多有挣扎、不免滑跌，愿你显出你的慈爱拯救我，引领我在战场上得胜。阿们！

心灵省思：

倚靠神或倚靠人的选择看似不难，人却往往深陷其中、难以自拔。我曾经有过什么样的难处？最终又是如何选择倚靠神？

我目前所面对的心灵战役是什么？我的挣扎或顾虑是什么？我要如何求告神的帮助？

Quiet Time 灵修笔记

9月7日（星期四）

因爱而管教

每日读经:

诗篇Psalms 119:33-40

以西结书Ezekiel 24:1-14

哥林多后书2Cor 12:11-21

亲爱的主耶稣，感谢你以生命赎回我们，并持续以真理教导我们。感谢你和保罗做了榜样，教导我要为爱群羊到底的心付上代价。
阿们！

心灵省思：

倘若教会或小组有弟兄姐妹起来抵挡我或攻击我，我仍能爱他们到底吗？我仍能继续尽一切可能来造就他们、祝福他们吗？

我每天祷告祈求神透过他的话来摸塑我，是否也同样祈求靠着恩典来顺服神的话、以他的话语做我的行为准则呢？

Quiet Time 灵修笔记