

兴起发光

21天禁食祷告
3月27日-4月16日

兴起，发光！因为你的光已经来到！
以赛亚书60:1

他不在这里，已经复活了。

路加福音 24:6



兴起发光

每周主题：

祂的光已经来到！

第一周 (27/3 - 2/4)

兴起发光！

第二周 (3/4 - 9/4)

祂已经复活了！

第三周 (10/4 - 16/4)

兴起发光

全禁食

24小时完全不吃固体食物，只饮用水。如果你想要持续禁食21天以上，必需要在进行禁食以前获得医生的建议。

部分禁

一日之内某些时段不进食固体食物，只饮用水。禁食的时段是12个小时：从上午7时至下午7时。禁食活动结束后，你可以进食一些简单的食物。

单餐禁

每天舍弃进食一餐，例如：午餐，晚餐。一餐禁食的操练，须持续进行至下一餐。

但以理禁

禁止进食有关肉类和自己喜爱的美食。只吃少量的蔬果和果汁。你可安心以10天一循环作为操练。

不同禁食的方式



兴起发光

阅读每日的灵修手册和默想经文。

花时间寻求主。 安静你的心聆听祂的声音。运用祂的话语来为列出的事项祷告。

务要以祷告的心志、态度面对日常在家、在校或在工作岗位的生活。常常多用方言祷告。

减少你日常生活的活动， 避免进行剧烈的运动。

除了禁食以外，**也要禁止接触使自己分心的事情，** 例如：电视目，电脑游戏等。

如何的禁食

兴起发光

祂的光已经来到！

第一周 (3月27日 - 4月2日)

兴起发光

祂已经来到了

路加福音 19:41-44

我们生活在神神圣探访的日子里。教会深深地感受到了圣灵的同在--尽管疫情带来了毁灭性的影响。从混乱中，他的人民再次寻求和渴望祂的同在。倒退的正在回转归向神，灵魂得救。人们再次呼求主的名。是时候从沉睡中醒来，进入神的国度了。现在是时候认识到神探访我们的时间并进入神的国度。是进入神安息的时候了！

第1天

星期天 三月27

祷告焦点:

1. 教会要醒觉和准备神探访的时候
2. 为神召会会督王锡良牧师代祷
3. 为首相拿督依斯迈沙比利代祷

是时候改变了

马可福音 1:14-15

当我们与神的属性和性格对齐时，祂的祝福和恩宠就会流入我们的生活。与神对齐因为祂是圣洁的，所以我们必须圣洁。祂是光，我们必须走在祂的光里。如何与神对齐？透过悔改我们与神对齐。悔改是放弃一切使神不喜悦的，并活出以基督为榜样的生命来取代它。没有悔改，就无法获得复兴。这就是为什么施洗约翰和耶稣都非常重视悔改作为进入神国度的条件。

第2天

星期一 三月28

祷告焦点：

1. 透过悔改，教会努力寻求与神对齐
2. 为神召会副会长陈俊德牧师代祷
3. 为内阁部长们代祷

兴起发光

接受祂的光

马太福音 4:16

神就是光，在祂毫无黑暗。正是通过祂的光，我们才得以复兴、改变、得自由和生命。没有光就没有生命。光对生命是至关重要，神渴望与我们分享这光。然而，有些人可能会避开光明，宁愿留在黑暗中。他们讨厌光，因为它暴露了他们灵魂的黑暗，错误和骄傲。拒绝光只会剥夺我们的救恩、自由和祝福。因此，让我们通过圣灵和神的话语欣然拥抱祂的光，带来我们所需要的自由和医治。

第3天

星期二 三月29

祷告焦点:

1. 神复兴之光将降临到教会身上，驱散她内心的一切黑暗
2. 为神召会总委代祷
3. 为国会议员们代祷



兴起发光

欢迎圣灵降临

路加福音 4:18-19

正如基督吩咐他的门徒等候圣灵，神呼召我们回转，接受和依靠圣灵的力量，迎接祂在我们这世代复兴的工作。没有任何事物能代替圣灵。没有圣灵就没有生命。没有圣灵，丧失灵魂不能得救、生命就无法改变。没有圣灵，任何教会都不能成长、任何国家都不能改变。唯有圣灵的能力和同在才能带来这些改变。我们不要以圣灵换取任何会剥夺祂赐我们能力的事物。相反，让我们欢迎圣灵在我们的生活、事工和教会中占据他应有的位置。

第4天

星期三 三月30

祷告焦点:

1. 圣灵的同在和工作将恢复在教会中
2. 为神召会中区代祷
3. 为统治者 - 元首和州苏丹王室成员代祷

主啊，再一次重建

哈该书 2: 6-9

先知哈该在此宣告，主将再次重建祂的圣殿。祂曾经做过的，祂可以再次重建。事实上，这将比祂过去所建的大过先前的。同样，复兴的日子还没有结束。自五旬节以来，祂不断地在各个时代发出复兴的浪潮。在最黑暗的时代，祂彰显了祂的力量和荣耀来复兴祂的工作和教会。随着每一个过去的浪潮，祂都创造了比先前更大的。主正在做最后的收割，并准备祂的新妇在祂的再来。我们正处在这浪潮之中。让我们不要错过和失去它。相反，让我们乘着它在主里行更大的事和到更高的地方。

第5天

星期四 三月31

祷告焦点:

1. 教会要乘风破浪，随着神所倾倒的复兴浪潮
2. 为神召会吉东区代祷
3. 为国家财政部代祷 -
YB Tengku Datuk Seri
Utama Zafrul bin Tengku
Abdul Aziz

恒切的祷告

使徒行传 1:14

复兴的主要关键就是祷告。复兴的诞生是通过祈祷、被接受、去分享和持续的祷告。由于缺乏祷告，复兴通常会拖延或失败。神子民没有恒切的祷告生活常常导致他们错过复兴或复兴被停止。神渴望复兴每天都发生。耶稣举例并证明，我们可以在复兴中持续。这样的经历的关键是培养一个有纪律和恒切的祷告生活。

第6天

星期五 四月1

祷告焦点:

1. 教会倒塌的祭坛将被重建和修复
2. 为神召会北区代祷
3. 为国家内政部代祷 -
YB Dato' Seri Hamzah Zainudin

兴起发光

现在是复兴

何西阿书 6:2

我们所事奉的神是一位在复兴中掌权的神。没有任何情况或事情，祂不能扭转，恢复，改变或恢复。祂是无所不能的神。祂可以改变我们的心，恢复我们的生命，改变命定，转化国家。在神神圣的探访季节里，不可能变为可能。然而，这些应许将只是应许，直到我们抓住它和采取行动，否则它不会发生在我们身上。记住，不是每个人接受基督为救主就得到一生的医治和祝福。唯有那些愿意相信并活出信心的人，才得到祂复兴的应许。

第7天

星期六 四月2

祷告焦点:

1. 教会在神神圣的探访中宣告并得到突破
2. 为神召会南区代祷
3. 为国家法律部长代祷 -
**YB Datuk Seri Wan
Junaidi Tuanku Jaafar**

兴起发光

兴起发光

第二周 (4月3日 - 4月9日)

兴起并相信神迹奇事

马可福音 11:22-24

信心是把神的应许变为现实的关键。今天的问题不是神是否愿意，而是我们是否相信。耶稣对那被哑吧鬼附的儿子的父亲说：你若能信，在信的人，凡事都能。(可9:23) 神在动工时，没有任何情况是不能改变的。神希望在祂为祂的新妇回来之前向人类彰显祂的荣耀。我们能相信吗？我们会相信吗？神的国度在等待，等待那些敢于兴起和相信的人。

第8天

星期天 四月3

祷告焦点：

1. 教会兴起并相信神的神迹奇事
2. 为东马沙巴的神召会代祷
3. 为国家教育部代祷 -
YB Datuk Dr. Mohd Radzi bin Md Jidin

兴起发光

兴起并复活

约翰福音 11:43-44

今天有一个来自天堂的呼喊，呼吁教会从她的属灵坟墓走出来。

- 现今是教会从她的不信、恐惧、沮丧和失败的坟墓中复活的时候了。
- 现今是教会兴起的时候，被圣灵和神的话语赋予了力量，发光，复活，宣告和彰显祂的能力和荣耀。

唯有活人才能将荣耀归给神，而不是死人。你听到祂的声音呼唤你兴起并复活吗？让我们摆脱黑暗，死亡和失败，再次进入神的生命。

第9天

星期一 四月4

祷告焦点：

1. 教会要兴起和复活的从她属灵的坟墓出来
2. 为东马砂拉越神召会的教会代祷
3. 为国家的司法机构代祷

兴起并行事为人就当与蒙召的恩相称

以弗所书 4:1-3

什么是行事为人就当与蒙召的恩相称？这意味着我们生命和行事为人的改变。 我们曾经因罪死在过犯里，但基督因他在十字架上为我们死而使我们复活着的人，不应该再在罪和黑暗中行走，而应该在公义和光明中行走。我们的行事为人必须随着我们的悔改而改变。我们要活出神的话语。 白昼即将来临。让我们除去黑暗的行为来展示神的真光，并活出基督的像式。 我们生命的改变活将说服并吸引人来相信我们为主而活的信息。

第10天

星期二 四月5

祷告焦点:

1. 教会兴起并行事为人就当与蒙召的恩相称
2. 为神召会中文教会代祷
3. 为国家反贪污局代祷 -
YB Datuk Seri Azam bin Baki

兴起发光

兴起并竭力争取

犹大书 1:3

如果我们迫切想要的东西，我们必竭力争取。如果我们保持沉默或静默，就不会得到任何东西。竭力争取意味着要斗争，努力，摔跤，站立，战争，战斗，防卫，克服或要求。我们常常因为缺乏行动而失去了神的应许。神的应许永不改变。它们没有被取消或更改。它们仍然是有效的，并为那些愿意竭力争取的获得。现在是时候教会从懒散中起来，开始为神的国度竭力争取了。

第11天

星期三 四月6

祷告焦点:

1. 教会兴起并竭力争取她的产业
2. 为神召会淡米尔文教会代祷
3. 为国家总检察院代祷 -
YB Idrus Harun



兴起发光

兴起并传扬福音给万民

馬可福音 16:15-16

福音是每个人都必须听到的最需要和最重要的好消息。这也是我们作为一个教会存在的首要目的--传扬福音。使徒保罗宣称他不以福音为耻，因为是神的大能要拯救人类。这是唯一可以改变和确保我们永恒生命的消息。人类的堕落注定要受到永恒的诅咒，但神在祂的怜悯中差遣他的独生子耶稣代替我们的审判，把我们从罪中解放出来。今天，人只要接受耶稣为他们个人的救主，就可以获得自由并获得永生。神把这个好消息托付给了我们。当我们看着世界陷入无基督的永恒时，我们能保持沉默吗？因此，让我们兴起，传扬耶稣基督的福音！

第12天

星期四 四月7

祷告焦点:

1. 教会兴起并传扬福音给万民
2. 为神召会马来文教会 (东马及原住民)代祷
3. 为各民族和谐与和睦共处代祷

兴起发光

兴起并被差遣

以赛亚书 6:8

印刷和数码革命极大地促进了福音的传播和大使命的进展。虽然它们是很棒的工具，但我们必须靠神的工作，因为它们不能取代人与人的关系。神把他的灵浇灌在人身上。道是藉着人变成肉身，在人中间显现出来。神仍然在呼召和使用男女来完成祂的工作。他们是神在地球上的主要器皿。今天，大使命的任务还没有完成。还有很多未得之民和未接触的在等着听福音。到达他们的唯一方法是离开我们教会的舒适，去他们所在的地方。

第13天

星期五 四月8

祷告焦点:

1. 教会兴起并被差遣到神要派她去的地方
2. 为神召会全国儿童事工代祷
3. 为宗教接纳与自由代祷

兴起发光

兴起并赐福于人

創世记 12:2

就像亚伯拉罕蒙福一样，我们作为神的子民，神赐给我们天上各样属灵的福气（以弗所书 1:3）。这些祝福不仅仅局限于属灵上，也延伸到物质上。作为一个受蒙福的人，神不希望我们囤积祂的祝福给自己，而是与我们周围有需要的人分享。正是通过我们，祂向世界展示了祂的关怀和爱。就像祂关心我们的属灵状态，神也关心我们世上的需要。今天，我们被呼召代表祂作为祂在世界上的身体。因此，让我们开始与他人分享我们的祝福，让世界知道神的爱。当我们分享祂所赐的，神会更多地倾注到我们的生命中。

第14天

星期六 四月9

祷告焦点:

1. 教会兴起并成为万族的祝福
2. 为神召会 **Royal Rangers** 事工代祷
3. 为婚姻及家庭机构代祷

兴起发光

祂已经复活了！

第三周 (4月10日 - 4月16日)



兴起发光

基督复活了!

马太福音 20:17-19

这个星期被称为圣周，从基督凯旋进入耶路撒冷开始。当基督被钉死在十字架上，这个短暂的庆祝活动很快就陷入了恐怖和混乱。似乎宗教领袖终于打败了基督，结束了祂的追随者对祂的所有希望。敌人的意愿是邪恶的，但神把它变成了最伟大的胜利。基督被钉在十字架上，埋葬但在第三天复活，复活到永远！哈利路亚！因为祂活着，我们的盼望，我们的胜利和我们的救恩是有保证的。因为祂活着，我们就能为祂的荣耀兴起发光。

第15天

星期天 四月10

祷告焦点:

1. 媒体与数码世界
2. 神召会青少年事工
3. 第15届选举: 为选民代祷

死亡被得胜吞灭

歌林多前书 15:54-55

人类最大的恐惧和最终的敌人是死亡。死亡的根源是罪，死亡的现实，带来了绝望。然而，当基督从死里复活时，死亡对人的控制终于被打破了。死亡的坝被冲破了，也带来生命的泉源。祂的胜利为人类战胜死亡。我们不再需要被死亡的恐惧或力量所奴役。相反，我们可以从死亡的捆绑中挣脱出来，通过基督的力量和胜利开始有信心地生活。

第16天

星期一 四月11

祷告焦点:

1. 商业机构与贸易
2. 神召会祷告使命团(AGPC)
3. 第15届选举:
为候选人代祷

兴起发光

盼望得恢复

彼得前书 1:3

基督的来到带给门徒极大的盼望。他们看到祂医治病人，释放受捆绑的人，喂养饥饿的人，释放被压迫的人。他们确信耶稣真的是古时先知所预言的基督，能给国家带来拯救。然后悲剧发生了。他们的弥赛亚被钉死在十字架上。突然，他们所有的盼望和梦想都破灭了。但他们的故事并没有就此结束。第三天，耶稣从死里复活，正如祂所说的。祂的复活带来了新的盼望。因为祂还活着，我们的盼望就会继续存在。

第17天

星期二 四月12

祷告焦点:

1. 卫生机构和医疗保健
2. 神召会全国差传
3. 第15届选举:选举委员会

兴起发光

坚定不移

希伯来书 6:19

一开始，门徒对基督复活的消息非常质疑。可是，当耶稣出现在他们面前，所有的疑惑都消失了，也重新有了盼望。在基督复活了以后，门徒所理解的盼望是一个更大，而且不能被震动的盼望。首先，这是不能否认的盼望 – 即使死亡也不能消灭它。不论是任何的挫折，神都能恢复。第二点，我们盼望的源头，基督，永远不再死亡。这代表我们的盼望是永恒的，是不能被挪走的。

第18天

星期三 四月13

祷告焦点:

1. 大使命的复兴
2. 神召会国外宣教
3. 第15届选举的观察员

兴起发光

神的儿子

罗马书 1:4

第19天

星期四 四月14

当耶稣称自己为神的儿子。这个称号使人感到冒犯，因为祂将自己与神同等。因这个缘故，祂被钉十字架。在祂和宗教领袖的一个会面里，他们要祂显一个神迹来证明祂是神的儿子。甚至撒旦在旷野时也要求祂证明自己是神的儿子。耶稣告诉他们，祂只会给他们看约拿的神迹。(马太福音 12:38-40) – 就是祂会死，然后第三天从死里复活。耶稣正如祂所说的，从死里复活了，也证明祂就是从天上而来的神的儿子。

祷告焦点:

1. 丧失灵魂的救恩
2. 马来西亚圣经学院
3. 第15届选举:
脱离贪污和新冠病毒

你要作我的见证

使徒行传 1:8

当耶稣从坟墓里复活时，祂并没有在没有见证的情况下离开这个世界。虽然祂不再向公众显现，但祂许多不可否认的证据向门徒显现了自己，证明他确实是从死里复活，是从天上而来神的儿子。耶稣显现了祂的复活，就指派他们作祂复活的见证，证明他是神的儿子。今天，神也呼召我们作祂复活的见证人。虽然复活是一个历史，但我们的救主今天仍然活着。当祂的百姓祷告时，祂的神迹奇事仍然在他们的生命彰显。这些神迹奇事是祂复活的证明。耶稣还活着，所以让我们大胆地为祂作见证。

第20天

星期五 四月15

祷告焦点:

1. 教会的合一
2. 马来西亚淡米尔语圣经学院 (MTBI)
3. 第15届选举:
选民投票率高

祂复活的大能

腓立比书3:10

在复活和升天之间40天之久，耶稣向门徒讲说神国的事，教训他们。在 40 天尾端，耶稣吩咐他们等候父所应许的圣灵。在耶稣三年的传道生涯中，同样的圣灵能力使祂从死里复活，而现在祂渴望将这圣灵的能力显现给祂的教会。教会将经历圣灵来战胜世界所有黑暗和死亡的权势。他们透过这圣灵才能完成大使命。因此，让我们兴起，以刚强壮胆的信心来服侍神，晓得祂使人复活的大能在我们里面运行，复兴我们。(罗8:11)

第21天

星期六 四月16

祷告焦点:

1. 复兴这地
2. 马来西亚神召会
3. 第15届选举结果良好