

臺灣信義會內湖思恩堂週報
二〇二三年三月廿六日

- 2023 是快速前進、豐收擴張之年。神說：「在末後的日子，我要將我的靈澆灌凡有血氣的。你們的兒女要說預言；你們的少年人要見異象；老年人要做異夢。」（徒 2:17）現今聖靈正在全地大澆灌，這是火力全開、信心加速的季節，我們要全體總動員、全民皆兵，加入豐收的行列。
- 2023 年度主題經文
神說：「在末後的日子，我要將我的靈澆灌凡有血氣的。你們的兒女要說預言；你們的少年人要見異象；老年人要做異夢。」（使徒行傳 2:17）
要擴張你帳幕之地，張大你居所的幔子，不要限止；要放長你的繩子，堅固你的橛子。（以賽亞書 54:2）
- 2023 年願你在基督耶穌裏，滿得從祂賞賜的智慧聰明，能凡事做出正確的判斷，並領受超自然的行動力，成就一切你所羨慕的善工。
- 2023 年度主題歌～我是承載神榮耀的器皿

崇拜程序：

- 1. 序樂----- 肅靜靜默
- 2. 唱詩----- 會眾
- 3. 奉獻----- 會眾
- 4. 宣讀使徒信經---- 會眾
- 5. 讀經----- 會眾
- 6. 報告----- 主禮
- 7. 問安----- 會眾
- 8. 洗禮—(無)----- 牧師
- 9. 獻詩—(無)----- 詩班
- 10. 證道----- 講員
- 11. 回應—(無)----- 會眾
- 12. 聖餐—(無)----- 牧師
- 13. 主禱文----- 會眾
- 14. 頌揚感謝----- 會眾
- 15. 祝福----- 牧師

講題：合神心意的人(二)

經文：撒 24-31 章

金句：求你攔阻僕人不犯任意妄為的罪，不容這罪轄制我，我便完全，免犯大罪。（詩 19:13）

本堂詩歌：1.在祢沒有難成的事 2.天父你愛我 3.我心堅定於你

事奉	證道	主禮			司琴	司鼓	多媒體				防疫招待									
03/26	李俊霆 教師	恩惠敬拜團-2						葉庭宇、卓俊廷				余亞萍、古秀怡、呂麗珍、凌維志								
								廖惠忠				樂嵐、吳孟婕、林怡君、錢湖俠								
04/02	李怡瑱 牧師	迦勒小組		李俊霆		王光宇		卓俊廷、何以恆				余亞萍、古秀怡、呂麗珍、凌維志								
		雅歌小組		李俊霆		王光宇		葉庭宇				樂嵐、吳孟婕、林怡君、錢湖俠								
本週守望代禱：李毓芳/吳秋鈴；張滋庭/凌維志										下週守望代禱：陳怡如/劉孟容；錢湖俠/林美如										
主日		QQ 兒童				拉伸操		讚美操		長青	詩班	伉儷			社青		青年			
第一堂	第二堂	成長營	QQ 課輔	祭壇建造	聖經列車					葡萄園	同心圓	核	百	青	安德烈		國高	大專		
		日	週 1-5	六	每天					三	五	三	五	五	六	六	日	日	日	五
08-10	10-12	10-12	08:30-17:30	10-14	晚上	08-09		09-10		14:30-16:30	14:00-16:00	19:00-21:30	12:00-15:30	12:00-14:00	12:00-13:30	20-22	10:30-12:00	12:00-13:30		
實體 / 線上		一樓副堂			各家		副堂				401	401	線上			客房	劬家	401	401	
113/168		34	18		39	16	7	17	9	11	12				5	5	13	15		
姊妹小組										弟兄小組										
喜樂小組					幸福小組			福樂	彩虹	路得	雅歌	小七	迦勒	基甸	以利亞					
一	二上	二下	四	五	二	四	五	三	五	日	日	日	三	四	五					
21-22	09-11	13:30-15:30	09-11	19:30-21:30	13:30-15:30	19:30-21	20-21:30	14-16	10:20-11:30	10-11:30	19:30-21:30	10-12	19:30-21:30	19-20:30	20-22:30					
線上	並行	方舟	並行	線上	402	並行	401	家中	線上	線上	401	客房	方舟	線上	方舟					
4	8	19	25	5	4	3	8		3	4	5		9	3	5					

◎報告事項：

- 1. 感謝李俊霆教師的分享。
- 2. 想念季節 03/28 (二) 10:00-12:00 一樓副堂，將您的思念記錄下來，掛在一樓想念樹上。卡片請至招待桌領取。
- 3. 兒童主日學 復活節闖關~趣 04/09 (日) 10:00-12:00 於一樓副堂 驚喜禮物送給你。詳情請洽黃梅春教師。
- 4. 今天 13:00 於一樓副堂召開思恩社會福利協會會員大會，請會員準時出席，若無法出席請填妥委託書。（委託書請至招待桌領取。）

◎特會與活動

- 1. 聖靈週末營 04/29 (六) 08:00-17:00 學員報名：<https://reurl.cc/eXMYzx>。
同工報名：<https://reurl.cc/4QL9W2>。
- 2. 第十七期思惠相遇 學員名單：王雪雯、王綉珠、余林美女、林漢廷、凌松介、凌黃尾、張美月、許玲貞、許美珠、許賴秀珠、戴阿嬌、謝金桃、王培祥、吳廣沛、盧幼、張家祺。呂明輝、葉美娜、張雲祥。徐木昇、徐王美英、徐曼琳。郭安喜。陳惠明。王瑤華。蔡豐哲、陳正輝、劉士丕、耿捷、曾蒼益、賴逸群。胡珍麗、古富美、劉明華、何英妮。彭賓鈺、潘好瑄、李迦鴻、劉柏穎、林鈺紋、譚伊晴、陳珈瑄、陳虹英、黎芯語。張瑞宏、高若雲、張梅妹、林忠岳、康振興、梁玉香、余康堅、楊詠婷、林慶瑞、唐慈聯、陳晏安、陳得福、周敏堯、蔣佩君、撒韻、妮恩、林美雪、吳錦春。蕭惠文。翁秋蘭。
- 3. 非洲心 福音情 04/01(六) 09:00-17:00 (不供餐) 講師：庫斯巴松牧師伉儷。免費報名。<https://reurl.cc/7RkQKk>。
- 4. 7/29 草地音樂節籌備舞蹈，歡迎弟兄姐妹報名參加，預計從 04/08(六)開始練習，敬請把握機會！<https://reurl.cc/8qvx4b>。

※讀經進度 晨禱：週日~五 AM 5-7、週六及假日 AM 6-8；晚禱：週一~五 PM 6-7、週六 PM 5-6

日期	一年速讀聖經一遍	每日靈修(QT) 經文	金句	晨禱	晚禱
03/26	詩 44:4-8、申 5:1-6:25、路 7:11-35、箴 11:29-31	撒 28:1-14	撒 28:3	3	
03/27	詩 44:9-16、申 7:1-8:20、路 7:36-8:3、箴 12:1	撒 28:15-25	撒 28:15	2	2
03/28	詩 44:17-26、申 9:1-10:22、路 8:4-21、箴 12:2-3	撒 29:1-11	撒 29:6-7	3	2
03/29	詩 45:1-9、申 11:1-12:32、路 8:22-39、箴 12:4	撒 30:1-15	撒 30:7-8	1	2
03/30	詩 45:10-17、申 13:1-15:23、路 8:40-9:6、箴 12:5-7	撒 30:16-31	撒 30:24-25	2	2
03/31	詩 46:1-7、申 16:1-17:20、路 9:7-27、箴 12:8-9	撒 31:1-13	撒 31:6	2	2
04/01	詩 46:8-11、申 18:1-20:20、路 9:28-50、箴 12:10	猶 1:1-16	猶 1:4	2	2

♥四月份會友生日名單，請弟兄姐妹給予他們祝福！（若有遺漏，敬請通知行政同工補登。）

姊妹 陳漢春、古鍾連招、蘇秀霞、鍾怡雯、鄭家鳳、王愛蓮、范春蓮、黃秀芷、李安妮、張嘉倫、葉庭芸、鄭芳如、朱語暄、蓋虹汝、謝佳樺。弟兄 古德晉、何正洪、林煜堂、蔡鵬濤、李全春、王伯欣、郭昶孝、賴駿凱、卓俊廷、許家豪、劉唯鈞、謝宇宸。

☑為 112 年的大考禱告，歡迎弟兄姐妹提出代禱名單：

- 03/24-27 身障生考試：謝永樺。
- 04/29-30 四技二專統測：林紫琳、陳煒傑、郭怡蓁、馮若瑄、鍾文浩。
- 05/20-21 國中會考：胡瑀庭、陳泓旭、陳宥叡、廖俊德。

◎青年大衛團：異象：①彼此相愛，在主愛中得醫治。②走出圍牆、成立宣教、服務社會的精兵隊伍。
禱告事項：A.祝福小組長：葉庭劭、鄭芳如、葉庭宇、何以恆、褚浩宇、王馨、張滋容、鄭媛元、楊予安、沙威霖，聖靈充滿、智慧有信心，忠心服事。
B.呼召及建立下代新的同工，使青少年們委身愛主，遠離世俗誘惑。
◎兒童 QQ 成長營：親愛的 QQ 家人平安！雖然疫情仍存，可喜的是耶穌道成肉身傳講天國福音，又為我們受難復活！期待把孩子、家人、族人、朋友們帶到主愛的大家庭，聆聽耶穌美好的信息，一起進入豐盛的流奶與蜜之地。
聖經列車進度【03/26-04/01 第 49 篇詩篇】
◆眼到—一口到—耳到—心到—手到—用寫的或用畫皆可上傳分享！◆一天背誦 1 節—背誦或朗誦後可錄音上傳！讓我們每日宣揚神的話！未登錄詩篇列車的家請洽 0937-906-800 黃梅春教師或 QQ 老師！

〈奉獻徵信〉

什一(月定)奉獻：82,000 元	行政總收入：460,512 元
#013 3000 #017 15000 #051 6000 #060 2000 #105 3000	支出：46,633 元 行政餘額：413,879 元
#173 1000 #譚仲安 1000 匯款：#003 10000 #004 10000	主日奉獻：2,522 元 QQ 奉獻：1,304 元
#111 10000 #206 2000 #234 15000 #盧瑞華 3200	建堂奉獻：1,000 元 #022 1000
長者共餐：1,560 元 @3/13 450 @3/14 450 @3/16 660	感恩奉獻：30,500 元 #008 1500 #014 1000 #032 1000
TI 國度中心：15,000 元 #013 1000 #057 1000 #151 3000	#092 1000 #151 2000 #許立華 20000 #主知名 4000
匯款：#李文綺 10000	宣教奉獻：17,500 元 #084 1000(信誠)
	#林雪霞 1000(緬甸) #主知名 500 匯款：#234 15000
迦南美地：1,000 元 #031 1000	
△水電費：#2C 363 #2I 933 △書籍：#七個釋放禱告 500 匯款：#111 年社區據點第四次核銷 322,690	
#郭淑鳳方舟住宿 3000	
建堂餘額：111 年 12 月 31 日 銀行存款：1,122,408 元	
★十一奉獻、感恩奉獻、迦南美地奉獻、宣教奉獻、特別奉獻等請匯入富邦內湖分行（財團法人基督教台灣信義會）行號 012 帳號 00440-120-000276 ★建堂奉獻請匯郵局帳戶（基督教台灣信義會思恩堂）行號 700 帳號 0002489-0386240	
★愛心奉獻請匯入彰銀帳戶（財團法人基督教台灣信義會）行號 009 帳號 9801-51-190682-20	
★TI 禱告殿（社團法人臺北市基督教大內之光協會），富邦內湖，行號 012 帳號 00440-102-052226	
匯款後請務必填寫回應單，以便財務同工對帳。	
教會電話：27901497、27900513、27962222 傳真：27904362 電子郵件：flight7.grace@msa.hinet.net	



◎ 肢體代禱

1. 陳麗雲女婿的大姐**楊雨純**罹患小細胞肺癌末期，求主憐憫，保守化療、免疫療法的功效，給雨純機會認識耶穌的救恩，聖靈引導雨純呼求耶穌，賜下永生的盼望。
2. 蔣怡的母親**周靜萱**轉到北榮加護病房極需代禱，求主醫治、**許林阿雪**媽媽轉至陽明醫院，院方也安排復健治療，持續為她能領受醫治的恩典禱告。
3. **鄺傳玉英**姐妹目前住在呼吸照顧中心病房，一切穩定，求聖靈幫助她，求主醫治，且能早日回家休養。
4. **劉貞莉**姐妹最近視力變差，求主醫治眼力，身上各樣的疾病也求主看顧、**白景娥**姊妹開始練習自行排尿，求主幫助，目前腰部疼痛，下半身無力，求主持續醫治。
5. **徐銀嬌**姐妹(小雨)接受肺腺癌治療已過了半年，感謝主耶穌的恩典，及各位代禱勇士不住的禱告，3/4 電腦斷層報告愈來愈好，血液腫瘤指數也下降，3/15 腦部核磁共振檢查，**4/1 回診**看追蹤報告，請持續代禱。
6. **林冠鉉**患躁鬱症，不肯服用藥物，求主醫治、看顧他。求主也安慰鼓勵、賜力量給家人有愛心耐心陪伴。
7. **李南初**弟兄左耳聽力受損、林科旗弟兄的姐姐**林育樺**右邊中風、**林冠宇**弟兄車禍後的復原、**彭瑞懿**姊妹頸椎疼痛、慕道友**楊錦梅**腰椎壓迫坐骨神經疼痛、膝關節退化。**余璇**姊妹放療和開刀影響到的部位、**儲文娟**姊妹右膝半月板磨損，求主看顧、醫治。**何齊嘉**右手腕到手肘神經發炎復健中，求主醫治。他已決志，求主堅固他的信心能受洗。**蘇王發**姊妹右膝痛風，求主醫治。**朱曉斌**弟兄眼睛結膜下出血，求主醫治。
8. 陳美梅姊妹的先生**郭文龍**直腸癌、胡美娜姊妹的二哥**胡保偉**血癌，需長達八個月的化療、台南的廖珮婷姊妹的媽媽**郭金枝**女士胰臟癌第二期、黃郁純姊妹的母親**曾梅卿**淋巴癌三期化療中，求主看顧、醫治，賜安穩的睡眠，降低副作用、顏月治姊妹的妹婿**簡朝賢**肺腫瘤化療中，求主醫治，並賜下得救的信心。
9. **田志偉**牧師心臟腎臟衰竭、**林怡紋**牧師父親返家照護、**李麗華**牧師已無法進食、**李進益**傳道肝腫瘤，最近腰脊疼痛，常半夜痛醒，請代禱！
10. 請持續為**曹恩樺**姐妹乳癌切除、**舒玉蓮**手術後的恢復、**儲陳秀琴**女士坐骨骨折的修復，減輕疼痛、**范春蓮**姊妹眼瞼目前採中醫治療、**鍾玉英**姊妹脊椎手術術後復原、黃郁文姊妹的哥哥**黃哲彥**照護；吳孟婕婆婆**蘇謝千惠**女士肝癌末期；林美如姊妹的媽媽**林黃麗英**脊椎；許大原、黃朝嘉弟兄、**曾靜芳**姊妹每週洗腎三次，求主憐憫醫治。求主看顧**王冠傑**慕道友、**朱曉斌**弟兄，使他們在職場中剛強站立。
11. 為緬甸臘戍保僱族**余立波**傳道及山上福音據點、為信誠佈道所**楊恩華**傳道預備三至七月新學期課程代禱。**翔鷹**宣教士一家三月有一趟土耳其異象之旅，求主引導保守。女兒冬冬在身體嚴重過敏，求主醫治。
12. 為**姚維瑩**女士在烏克蘭的家人和接待的家庭都平安代禱！

20230319 講題：要持續被聖靈充滿 講員：李怡瑱牧師 金句：尋求耶和華的甚麼好處都不缺。（詩 34:10^b）
要持續被聖靈充滿前提：必須堵住生命的破口。生命若有破口就無法持續被聖靈充滿，就如同一個袋子或杯子是破的，就無法持續承載聖靈的充滿。之前，我們從掃羅作王的經歷，生命曾被聖靈充滿、經歷聖靈到後來落敗的光景，得知**掃羅的鑑戒：拒絕悖逆，選擇順服**。要堵住悖逆的破口，要趁著神給我們機會回轉、悔改時來到神面前降服於祂。雖然作為岳父的掃羅也是大衛效忠的君王，如此逼迫大衛，但大衛一次、兩次的選擇饒恕，我們看到大衛的見證：**拒絕怨恨，選擇饒恕**。這是我們要學習的功課—堵住生命中苦毒、不饒恕的破口。
推薦《30 天禱告手冊—七個釋放禱告》，楊寧亞牧師自己也作見證，天天用七個釋放禱告的步驟省察自己，是一個很好的作法，因為這些禱告會幫助我們活在上帝的愛的醫治裡。舉例：**拒絕怨恨，選擇饒恕**。透過七個釋放禱告的步驟，我們省察並來到神面前，拒絕悖逆，選擇順服；拒絕苦毒、怨恨，選擇饒恕，我們的身心靈會健康，且可以越來越自由。如何持續被聖靈充滿？尋求耶和華。當大衛被掃羅追逼而離開後，他接下來的遭遇：**撒 21:10-15**。他們把大衛從迦特王亞吉面前趕出去。**詩篇 34 篇大衛在亞比米勒面前裝瘋，被他趕出去，就作這詩。**
VI-4 他選擇尋求耶和華，神就將他從恐懼光景中救拔出來。
首先：正確的態度。**1.停止抱怨，選擇讚美**。他來到外邦時沒有人可以倚靠，所以他很害怕，但他卻選擇不抱怨、

不說負面的話，反而讚美：「我要時時稱頌耶和華；讚美他的話必常在我口中。」（詩 34:1）這是一種選擇，他在外邦是沒有可以倚靠的，但仍把眼目轉向神。再看其他大衛在逃難過程中所寫的詩篇都有相同的讚美。**詩篇 63 篇大衛在猶大曠野的時候，作了這詩**。大衛即使是在乾旱疲乏無水之地，他的心都轉向神說：「我要切切尋求你。」（詩 63:1）沒有水、食物、沒有人可以幫助，但眼目和心思所專注的不是環境、人、仇敵，而是神。「因你的慈愛比生命更好，我的嘴唇要頌讚你。」（詩 63:3）**詩篇 57 篇大衛逃避掃羅，藏在洞裏。那時，他作這金詩**。他一方面求主施援，一方面告訴自己：「**神啊，我心堅定，我心堅定；我要唱詩，我要歌頌！**」他選擇讚美，停止說出抱怨、負面的話，定意超越一切的環境、仇敵、人和困難。當我們讚美時眼目就轉向神。
為何大衛在困苦、患難、被追殺的景況中，還能讚美？你覺得在如此的景況中讚美容易嗎？會有什麼樣的反應？讚美的力量很神奇，當我們全心讚美時就容易觸摸到神超自然的能力。當我們看自己、環境，包含仇敵時，心就會下沉，常常被很多的情緒左右，但眼目和心思、焦點轉向神時就容易與神接通，就像電流。神的能力很自然、毫無阻礙的運行，可以在身上經歷更多神超自然能力的運行。鼓勵大家要學習操練讚美，若你想經歷更多超自然的能力，鼓勵你一定要求神幫助，要去突破，與其看著問題埋怨、說負面的話，不如把時間、心力來學習讚美。
因為**大衛認識耶和華**，他的讚美不是只動嘴皮子，而是發自內心，因為他曉得祂的名。提到神的名：**詩 34:3、詩 142:7、詩 54:1、詩 63:4-8（新譯本）**。詩篇 142 篇的背景是大衛躲避掃羅而藏在洞裡所寫的詩。因為掃羅到處要追殺他，所以他好像被囚一樣，求神領他出被囚之地，大衛心裡所想的是神的名。**詩篇 54 篇西弗人來對掃羅說：「大衛豈不是在我們那裏藏身嗎？」那時，大衛作這訓誨詩。****v.1** 大衛求神以神的名救他、為他伸冤。詩篇 63 篇是大衛在猶大曠野時作了這詩。對大衛而言，神的名不只是名詞，而是一個真實、可經歷的，**v.7 因為你幫助了我...**也就是真實因著神的名被拯救。我是曾經經歷了祢無數次的幫助，**v.8 我心緊緊追隨你**。大衛在猶大曠野，乾旱無水之地居無定所，但你是否羨慕他 **v.5-6** 所寫的這種景況？要知道他寫這篇詩篇是在乾旱無水之地，因為他思想神的名，他的注意力、焦點在這位信實的神身上，所以他感受到甜蜜。他沒有因為半夜在這種乾旱疲乏之地，沒有水、食物、沒有好的地方可以歇息而埋怨。**v.6 我在床上記念你，我整夜默想你**。他的心很滿足、喜樂。你們是否想經歷超越或突破？鼓勵大家分別出時間到禱告殿來操練。從一件事情可以印證大衛認識神的名，就是大衛面對非利士巨人—歌利亞曾說的一段話，**撒 17:45**。耶和華神在大衛心中就是王、以色列軍隊的元帥、獨一的真神，是外邦的假神無法比擬的，所以在**大衛心中萬軍之耶和華的名是大過一切的**，當他聽見外邦非利士人羞辱神的名，就決定為著神的名起來爭戰，神給他勇氣、信心及得勝。從這個例子可以確實知道大衛認識耶和華，也經歷神的名的大能。
2.拋棄恐懼，選擇敬畏。從英文看恐懼和敬畏同樣都是「Fear，害怕」，差別在對象。恐懼是對「人、環境、遭遇、事情」；敬畏是對「神」。**詩 34:7-10** 大衛定意尋求耶和華，當他心中恐懼時選擇轉向神，而其中很重要的兩個態度就是：「停止抱怨，選擇讚美」、「敬畏神」。大衛在詩篇裡再三地強調「敬畏神」。敬畏神就是把耶和華神當作神，當你把他神當得的敬畏、榮耀、尊榮歸給祂，你的心就可以脫離對人、事、環境的恐懼。他在這裡提到神的使者會在敬畏者的四圍安營、保護、搭救他們，這是他確信的。我們要學習這屬靈的功課，要來到神面前，把神當作神，把神當得的敬畏、尊榮歸給祂。
關於大衛的處境：詩篇 57 篇大衛逃避掃羅，藏在洞裡。**v.4-6** 特別提到這些敵人好像獅子要把他吞吃掉，這裡所講的敵人不管是不是認識的。他們的牙齒是槍、箭；舌頭是快刀，因為他們處處要去告密、陷害他，不知道周圍誰可能是去密報的，他的腳隨時都有網羅，這些景況足以讓他活在晝夜不得安寧中。**詩篇 142 篇大衛在洞裡作的訓誨詩，乃是祈禱。****v.3^b、v.4^b** 沒人可以投靠、幫助，也不知道是誰出賣他，好像也沒有人可信任的這種景況。**詩篇 54 篇西弗人來對掃羅說：「大衛豈不是在我們那裡藏身嗎？」那時，大衛作這訓誨詩。****v.3** 是一群目中無神的人，其實跟他無關但他們要來尋索他的命。**詩篇 52 篇以東人多益來告訴掃羅說：「大衛到了亞希米勒家。」那時，大衛作這訓誨詩。****v.2-4** 大衛身受其害，很多素來不與他為敵的人出賣、陷害、攻擊他，但我們看到大衛始終選擇敬畏神。**從何處得知大衛是敬畏神呢？撒 24:5-7^a** 大衛得到機會可以殺掃羅，但大衛割下掃羅一塊衣襟後就自責。**v.7** 大衛不只是自己決定不殺，連身旁想殺的人都強力的制止。「攔住」的希伯來文是非常強烈的字眼，意思是「強力的制止」。我想大衛身旁的人一定覺得這樣的機會就在眼前唾手可得，真的太可惜了，但大衛選擇不動手殺害神的受膏者，且制止身旁的人這麼做，所以我們看到大衛選擇饒恕、敬畏神。**詩 34:11-14** 大衛用詩篇 34 篇講了敬畏耶和華的道，無論是新、舊約這都是非常重要的法則，若我們想要長壽、享美福，要學習這道。**v.13-14** 要求神勒住我們的舌頭不要出惡言。無論別人用什麼惡毒的話要來陷害、攻擊，要選擇勒住舌頭，不要被惡激動，不要學習惡人，要離惡行善，尋求和睦。**雅 1:26** 敬畏神很重要的就是要讓神來管制我們的舌頭，若我們想要持續被聖靈充滿，一定不要讓我們的舌頭成為破口。聖靈充滿第一個記號常常是說方言，而方言的內容是稱讚神為大、讚美神，因為神要管制我們的舌頭，分別出來是成為讚美祂的器皿，而非破口、成為仇敵利用的工具。**彼前 3:8-12** 神呼召我們要我們承受福氣，但很重要的挑戰就是「不以惡報惡、以辱罵還辱罵，倒要祝福。」**詩 34:7-10** 若要享美福就是要管制我們的舌頭，要尋求和睦，求聖靈繼續將祂的話語放在我們心中。
獻上禱告：親愛的主耶穌，我要讚美祢，因祢的慈愛存到永遠、祢的信實直到萬代。謝謝祢在十字架上承擔了我一切的罪與傷，使我的一生都可以充滿祢豐盛的恩典。幫助我常常警醒在祢的面前，察覺處理自己裡面的恐懼、憤怒和憂慮，並靠著祢的恩典領受醫治、領受赦免，使我能饒恕自己也饒恕別人。幫助我每天都站在恩典的地位上，享受祢賜給我的一切豐盛。奉主耶穌基督的名禱告，阿們！ 回應詩歌：我要時時稱頌耶和華。