



腓立比书

选择喜乐

爱主更深事工灵修札记

《腓立比书 - 选择喜乐》

Copyright © 2017 Love God Greatly Ministry (爱主更深事工)

为完成《腓立比书 - 选择喜乐》查经计划，您可以打印和复制本文件。
请不要以任何形式修改本文件。版权所有。

达拉斯 Love God Greatly 出版。

特别感谢：

摄影提供: Meshali Mitchell

食谱提供: Viola Bolbás

在爱主更深事工，你会
找到真诚的女子。不完
美，但被赦免的女子。

这些女子渴望自己减少，耶稣加
添。这些女子渴慕通过上帝的话
语认识神，因为我们知道真理使
我们转变而得自由。这些女子因
在一起而变得更好，沉浸在上帝
的话语和彼此的团契中。

朋友，欢迎你。我们很高兴你在
这儿。。。



MOTHER TERESA · A SIMPLE PATH
KNOWING GOD INTIMATELY · Joyce Meyer
ALL IS GRACE · Brennan Manning

EVERY BITTER THING IS SWEET
NEW MORNING MERCIES
TRIPP



目 录

0 1	欢 迎
0 2	资 源
0 4	爱 主 更 深
0 6	S 。 O 。 A 。 P 。 查 经
1 0	为 你 预 备 的 食 谱
1 2	见 证
1 7	前 言
1 8	查 经 计 划
2 0	你 的 目 标
2 2	第 一 周
4 2	第 二 周
6 2	第 三 周
8 2	第 四 周
1 0 1	知 道 这 些 真 理

随着你的查经进度，
参加我们以下的资源：

每周三篇博文 •

背诵经句 •

每周周一影片分享 •

每周问题分享 •

Facebook, Twitter, Instagram •

LoveGodGreatly.com •

Hashtags: #LoveGodGreatly •

欢迎

我们非常开心你决定参与本次的查经计划！首先。请你知道我们曾为你祷告！你参加本次查经并不是一个巧合。

我们为你做的祷告很简单，就是当你每天更深地挖掘神的话语时，你会与我们的主更加亲近。在你养成每日读神的话语的纪律时，我愿你会在花时间读经的同时爱主更深。

在读每日所指定的经文之前，请先祷告并求神帮助你明白理解。邀请祂藉着经文对你说话。然后聆听。对你说话是祂的工作，聆听和顺服是你的工作。

花些时间一遍一遍地研读经文。《箴言》教导我们去寻求，然后我们就会寻见。

“寻找它，如寻找银子，搜求它，如搜求隐藏的珍宝。然后你就会寻见。”

（箴言2：4-5）

我们在“爱主更深”的全体同工已等不及开始，并希望在终点也能看到你——坚持，不要放弃！让我们有始有终。我们会在每个阶段里陪伴你，为你打气！这读经的路上让我们一起同行：努力早起，先别想着当日的压力，独自坐下，并啜饮一大杯主的生命活水。我们来看看神在这次查经里为你所预备的！与我们同行，一起学习用我们的生命来“爱主更深”吧！！！！

资源

加入我们

网页

LoveGodGreatly.com

网购

LoveGodGreatly/store

脸书

facebook.com/LoveGodGreatly

INSTAGRAM

instagram.com/lovegodgreatlyofficial

TWITTER

[@_LoveGodGreatly](https://twitter.com/_LoveGodGreatly)

下载应用程序



与我们联络

info@lovegodgreatly.com

链接

[#LoveGodGreatly](https://twitter.com/LoveGodGreatly)



LOVE GOD GREATLY

爱主更深（网络查经）是由一群姊妹组成的美丽社群，她们在
各样的科技平台上，在神的话语中彼此监督鼓励。

我们从一个简单的读经计划开始，但这并不止于此。

有些姊妹在家中或当地的教会中聚集，而另一些则用网络与世
界各地的姊妹相连。无论通过怎样的方式，我们在爱中彼此紧
紧挽扶，为了这个共同的目标而联合在一起…

用我们的生命，爱主更深。

在当今的世界里，科技飞转，很容易使人在一个缺乏鼓励支持
的孤立环境下独自查考神的话语，但这并非爱主更深的用意
所在。神创造我们，为的是要我们与祂同住，与我们周围的人
共生。

正因如此，你是否
愿意伸出你的手，
和他人一同查经？

我们需要彼此，彼此相伴的人生更美好。

正因如此，你是否愿意伸出你的手，和他人一同查经？

我们所有人的生命中，都需要友谊、彼此督促鼓励，并渴望
更深地浸润在神的话语中的姊妹。请放心，我们会在你的身
边一同查经—与你一同学习，为你加油，享受甘甜的团契，并
且当看到神将姊妹们亲自连结—心存美意地将心思意念连结，
为来荣耀祂时，我们更要大大欢心。

这是很不同寻常的—这是一个不仅让我们更亲近神的机会，也
是拉近彼此的机会。

因此这便是对你的挑战：打电话给你的妈妈、姐妹、祖母，街
对面住的女孩儿或是身处异地的大学朋友。号召一群你教会
中或是工作上的姊妹们，或是在咖啡馆与你一直想要更深入了
解的朋友们聚会。利用通过网络连结的益处，从中得着鼓励和
彼此督促，尽可能抓住机会彼此见面。

让我们手拉着手，彼此扶持，共同前进。



S.O.A.P. 查经法

SOAP 的原因和方式

每单元查经课程都有我们根据当日经句打造的灵修日记，这份灵修日记旨在帮助你与神的话语互动、更深入地研习……细细咀嚼并默想当日神所对你说的话。

在“爱主更深”，我们使用的就是S.O.A.P：查经法。在你开始前，我们想花点时间解释何谓S.O.A.P.，好让你明白为何在灵修时间需要使用这个方法。

单读经文很简单，但当你真的放慢脚步好好去读，某些话语或字句顿时成为亮点。S.O.A.P. 读经法比你只是草草读过更能深入地挖掘神的话语并“看见”更多。SOAP查经法的最大重点是你与神话语的交通，和你把祂的话语活出来：

SOAP查经法的最大重点是你与神话语的交通，和你把祂的话语活出来。

不从恶人的计谋，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位。惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福。他要像一棵树栽在溪水旁，按时候结果子，叶子也不枯干。凡他所作的，尽都顺利。

诗篇一：1-3

让我们鼓励你花时间 S.O.A.P. 每日的经文。

你必惊奇地发现你会从中有许多的得着！

S.O.A.P. 查经法 (续)

何谓 S.O.A.P.?

S 代表经文

用纸笔写下经文。

当你花时间放慢节奏、写下你所读的，你会惊喜地看到神所展现给你的。

星期一

读：
提摩太前书 1:1-7

SOAP：
提摩太前书 1:5-7

圣经经文

写出本日经文

这都是由于那给你们存在天上的盼望，这盼望是你们从前在福音真理的道上听过的。这福音传到你们那里，也传到全世界你们听了福音，因着真理确实认识了神的恩典之后，这福音就在你们中间不断地结果和增长，在全世界也是一样。这福音也就是你们从我们亲爱的、一同作仆人的以巴弗那里学到的。他为了你们做了基督忠心的仆役，也把你们在圣灵的爱心告诉了我们。

观察

写出一点或两点对本日经文之观察

当信心和爱心结合在一起，你便有了盼望。
我们必须记住我们的盼望是从天堂而来的...天堂还来到。
福音就是真理。
从第一天到末了，福音总是在不断结果和增长。
改变一整个群体只需要一个人.....以巴弗。

O 代表观察

你在所读的经文中看到了什么？

经文是对着谁说的？

有没有词汇的重复？

哪些词引起了你的注意？

A 代表应用

神的话语在此个人化。
神今天在对我说什么？
我怎样把我所读的运用到
我的个人生活中？
我需要做怎样的改变？
有没有我需要采取的行
动？

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

神使用以巴弗一人改变了整个城。镇!!!这提醒了我，我们被呼召去跟他人传扬基督，但是让福音开花结果是神的工作。我觉得今天的经文是直接跟“爱主更深”说话...“这福音要在这个世界结果子并成长，就如同现在做在你身上，从你听到福音并认识神的恩典和真理的那天开始。”当神的话语变得如此鲜活地直接对我们说话时，真是有趣呢！我今日的祷告是：所有参与“爱主更深”的姐妹们可以明白神恩的典并渴慕祂的话语。我被一句解经书上的引言深受感动：“神的话语不只是为我们所获取的信息，而是为了彻底改变我们的!”

祷告

为你今日所学到的祷告

亲爱的主，请帮助我成为以巴弗...和别人分享福音并把结果交在祂慈爱的手中。请帮助我明白今日所读的经文，并将其运用在我的个人生活中，让我渐渐变得更像祂。帮助我的生命结出有信心和爱的果子，并帮助我牢记我的盼望是在天堂，而不是在这世界上。帮助我记住那最好的还没来到!

P 代表祈祷

照着经文来向神祷告。如果神在读经过程中对你有所启示，为之来祷告。

如果祂启示你看到生命中的罪，来认罪。记住，祂深深地爱你!



为你预备 的食谱

PÖRKÖLT – 匈牙利炖肉

原料

3磅猪肉或牛肉
3个大洋葱，切碎
1个中等大小西红柿，切块
3个甜椒，切块
2茶匙盐（若需要可加量）
2汤匙匈牙利甜辣椒粉（若需要可加量）
3汤匙蔬菜油或猪油

步骤

- 用中火在一个大炒锅或汤锅里加热蔬菜油或猪油。
- 加入切碎的洋葱，中火翻炒，大约15分钟。不要让洋葱烧焦。
- 炒洋葱期间，把肉切成2.5厘米见方的方块（或更小）。
- 调成大火，把肉块加入炒洋葱的锅内，翻炒肉块使其表面上色，大约3-5分钟。
- 调回中小火，如需要加入少量水，使肉刚好被淹没。
- 加入盐、辣椒粉、甜椒和西红柿。
- 盖上锅盖，留一些缝隙，小火炖1小时30分钟。若需要可加水搅拌。
- 将Pörkölt与Nokedli（匈牙利面疙瘩，食谱如下）配餐，并配以米饭或鸡蛋面。

NOKEDLI（匈牙利面疙瘩）

原料

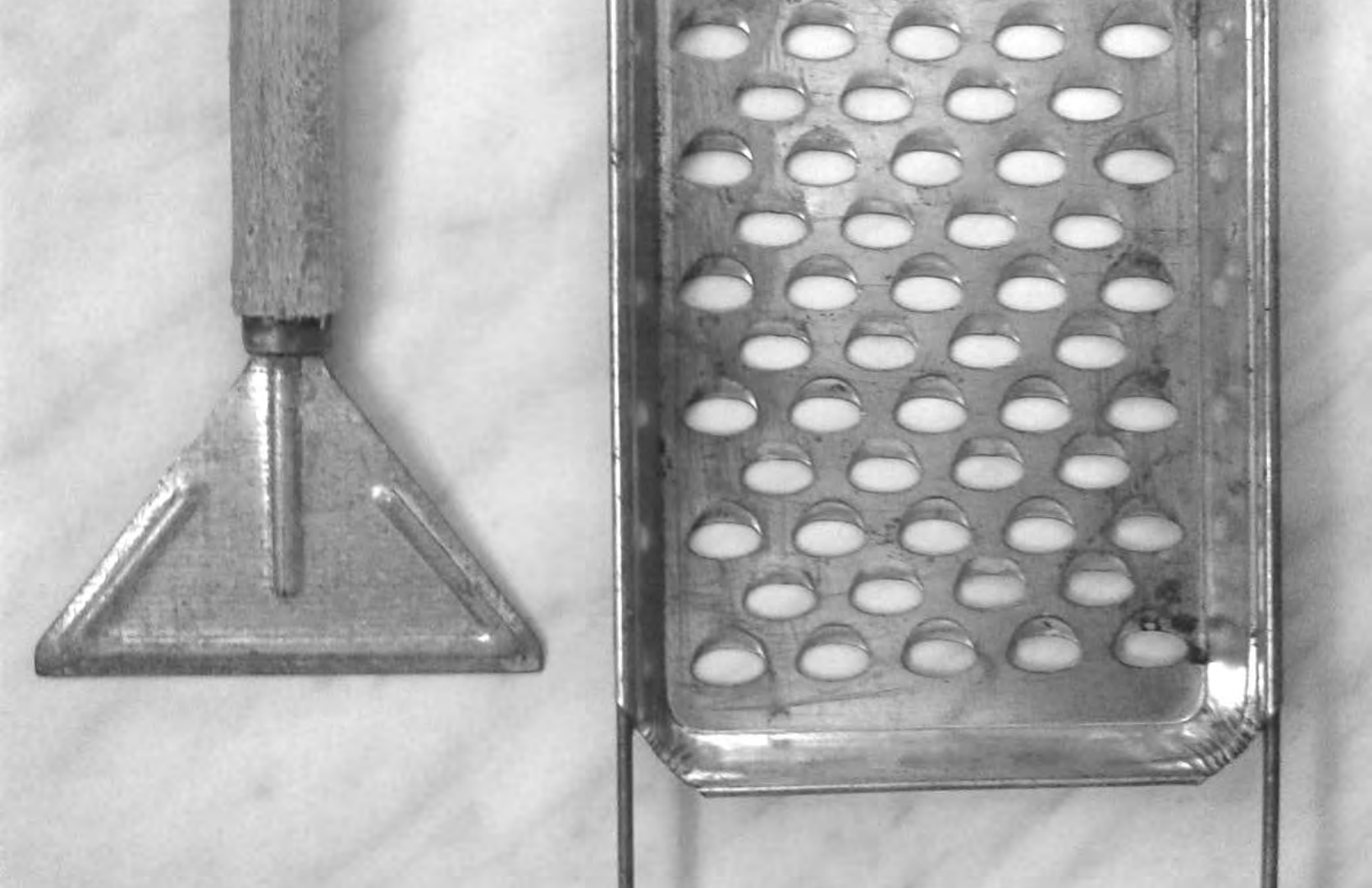
大约1加仑水（用于煮水）
2茶匙盐
1汤匙蔬菜油
2杯普通面粉
1茶匙盐
4个室温下的大鸡蛋
水（大约3/4杯到1杯）

步骤

- 用大锅将水煮开。加入2茶匙盐，以及油。
- 用一个大碗，将面粉和1茶匙盐混合。用一个木勺子将鸡蛋和水（大约3/4杯到1杯的量）混入

其中，做成一个面团，湿度刚刚好能够让面团倒出来。不用捶打到表面光滑。形态看起来像是干酪。

- 趁水烧开期间让面团静置。将面团分为三份。
- 用一个刨面用的刮刀（或用勺子）将面团切成小条，搓成小面团，加入沸水中。
- 重复直至用完所有的面团。搅拌小面疙瘩，以防粘锅。
- 当面疙瘩浮到水面时，再煮大约一分钟。试一下是否煮透。用一个筛子或漏勺，将面疙瘩捞到一个碗内。碗内事先加入少量蔬菜油。搅拌面疙瘩，以防粘连在一起。
- 加入汤中或是炖菜中。剩下的可以放冰箱或冷冻。



传统匈牙利面疙瘩压模

黄 瓜 色 拉

原料

2个大黄瓜，削皮

2瓣大蒜

2汤匙白醋

2汤匙砂糖

2茶匙盐

酸奶油，用以装饰

匈牙利辣椒粉和黑胡椒，用以装饰

步骤

- 将黄瓜切成大约3毫米的薄片。注：用一个切片器可以达到最好的效果，用刀切也可以，但要尽量切得薄。
- 将黄瓜和盐放入一个大碗，静置半小时。
- 加入捣碎的大蒜、白醋和糖。会有浓烈的甜酸味让黄瓜入味。搅拌原料。
- 将碗加盖放入冰箱，偶尔搅拌，等至少一个小时再食用。
- 食用前，用一个漏勺将色拉盛入盘子中。
- 加上酸奶油、黑胡椒和少许匈牙利辣椒粉。Top with some sour cream, ground black pepper and a dash of Hungarian paprika.



LGG 匈牙利姐妹的见证

JOLIKA, 斯洛伐克

我的名字叫Jolika Nagy Rontóné。我57岁，住在斯洛伐克。斯洛伐克在第一次世界大战之前曾是匈牙利的一部分。如今住在这里的匈牙利人是少数族群，他们需要力争保留自己的语言和种族身份。

几年前我的孩子们长大离家，剩下我在破碎的婚姻里挣扎，我觉得异常孤独并且觉得自己被抛弃。我的孩子们想要帮我，于是给我设立一个脸书的账号以便我寻找朋友和休闲娱乐。可我被种种无用的信息包围，很长一段时间我都觉得脸书毫无意义，不过是愚蠢地浪费时间。

我读到的每个字都
好像医治我灵魂的
香膏。

然而有一天，我的人生发生了转折。我的一个好朋友邀请我参加脸书上一个Love God Greatly (LGG) 的查经班。我因为渴望融入一个信徒的群体就接受了邀请。我住在一个小村庄，去一个很小的教会，所以一周都基本没什么机会团契和查经。我的第一个LGG学习是在十二月，临近圣诞节的期间。你根本不会想到这第一次的学习对我属灵成长有多大帮助。我读到的每个字都好像医治我灵魂的香膏。让我惊奇的是，虽然组员们的生命历程如此不同，而且从未蒙面，大家还是彼此如此地相爱并相互理解。事实上，我被各样的见证和SOAP成员的讨论深深打动，甚至觉得它们是出自我手。

我就这样继续静静地在小组里查经，吸收神的话语，享受团契。我被小组长Viola Bolbás的鼓励大大祝福，我直到第三次查经结束才敢写一封羞涩的小感谢信，并且为自己不爱讲话开脱。从这时起，情况很快有起色，我开始写越来越多的评论。如今我是事工团队的一员，与那些使查经成为可能的人们同工。我的查经小组对我是一个极大的祝福。自从加入LGG，我从未缺席一轮查经，我觉得这些学习已经成为我生活不可或缺的一部分。每次的学习都促使我自我检查，我身上已经发生太多美好的变化。我总是讶异我们学习的主题都是我最需要学习成长的地方。

都是因着LGG，我如今每天都学习神的话语。我不再将自己的苦恼归咎于别人。取而代之的是，我努力清除自己灵魂里的

垃圾，我去深深发掘神看到的那个我。我的处境并没有什么改变，但我在主耶稣基督里有真正的平安与喜乐。我的LGG小组就像我的第二个家。

我希望越来越多的姐妹加入Love God Greatly 查经学习，因为我确信当我们与神亲密同行时，他会让我们成为传播福音的有用工具。我很感恩我是LGG的一部分。我也为脸书感恩，因为它给了我们无论远近都可以成为一体，而且我们可以利用它去接触更多的从未听过福音的女性。一切荣耀和感恩都归给上帝！

与LGG匈牙利事工联络：

- szeresdnagyonistent.hu
- facebook.com/Szeresd-Nagyon-Istent-LGG-Hungary-131310280372910
- lgghungary@gmail.com

你有认识谁可以使用Love God Greatly 匈牙利语查经材料吗？如果有的话，请一定告诉他们LGG匈牙利语以及我们提供的所有不可思议的查经资源，以便帮助他们用神的话语来装备自己！





腓立比书

选择喜乐

让我们开始

简介

腓立比书

欢迎大家加入腓立比书的查经学习。腓立比书是使徒保罗写给在腓立比的基督徒的一封信，保罗曾在他的第二次宣教之旅中造访腓立比。有趣的是，腓立比得名于马其顿的腓力二世，亚历山大大帝之父。

这封信语气随和，暗示保罗和腓立比信徒的亲密关系。很显然，这些信徒在保罗心中有着特殊的地位。

腓立比书是很多人非常喜爱的一本书，因为它以激励和鼓舞的语气重笔讲述喜乐。令人惊奇的是，保罗却是在牢狱中写下的这封信。这四章展示了主的大能可以使人虽身处困境，却能心怀喜乐，心存知足和对他人的爱。讲到喜乐，不知这首主日学的儿歌你唱过没有？“我心有喜乐、喜乐、喜乐。。。”，每当我读腓立比书的时候，脑海中就不由自主地浮现出这首歌。

喜乐是这封信的主题。保罗在信中17次提到“喜乐”，这是很值得我们重视的。我们怎么可能在没顶之忧伤痛苦中拥有深沉的喜乐呢？保罗不但是我们的的大好榜样，他也指出答案。在这大有能力的一百零四节书信中，有五十一处直接间接提到耶稣。总结，保罗教导我们耶稣是真实喜乐的唯一作者与泉源。

除了耶稣，我们没有拯救，也就没有永恒的喜乐。除了耶稣，我们没有办法胜过环境，去爱那些不可爱的人，去与人饶恕和解，去过圣洁的生活。

奥古斯丁说过，“你的快乐在哪里，你的财宝就在哪里，你的财宝在哪里，你的心就在哪里，你的心在哪里，那里便是你的幸福所在。”

让我们打开圣经，共同寻求增进对我们救主的认识，更好地理解他为信他的人赐予的喜乐。

“这些事我已经对你们说了，是要叫我的喜乐存在你们心里，并叫你们的喜乐可以满足。”

约翰福音15：11

查经计划

第一周

在患难中喜乐

星期一

读经：腓立比书 1:1-6 • SOAP: 1:6

星期二

读经：腓立比书 1:7-11 • SOAP: 1:9:11

星期三

读经：腓立比书 1:12-14 • SOAP: 1:14

星期四

读经：腓立比书 1:15-18 • SOAP: 1:18

星期五

读经：腓立比书 1:19-30 • SOAP: 1:21,27

第二周

在服事中喜乐

星期一

读经：腓立比书 2:1-4 • SOAP: 2:3-4

星期二

读经：腓立比书 2:5-11 • SOAP: 2:9:11

星期三

读经：腓立比书 2:12-13 • SOAP: 2:13

星期四

读经：腓立比书 2:14-18 • SOAP: 2:14-16

星期五

读经：腓立比书 2:19-30 • SOAP: 2:20-21

第三周

在相信中喜乐

星期一

读经：腓立比书 3:1-4 • SOAP: 3:3

星期二

读经：腓立比书 3:5-11 • SOAP: 3:8-9

星期三

读经：腓立比书 3:12-14 • SOAP: 3:12-14

星期四

读经：腓立比书 3:15-19 • SOAP: 3:16

星期五

读经：腓立比书 3:20-21 • SOAP: 3:20

查经计划 (续)

第四周

在给予中喜乐

星期一

读经：腓立比书 4:1-5 • SOAP: 4:4-5

星期二

读经：腓立比书 4:6-7 • SOAP: 4:6-7

星期三

读经：腓立比书 4:8-9 • SOAP: 4:8

星期四

读经：腓立比书 4:10-13 • SOAP: 4:12-13

星期五

读经：腓立比书 3:14-23 • SOAP: 4:19

目 标

我们认为，为每查经单元拟定目标是非常重要的。现在我们要每日早起深入挖掘神的话语，先花点时间写下你想专注的三个目标。在未来的六个星期里，时常回顾这三个目标，好帮助自己做到专心致志。

你做得到的！

1.

2.

3.

签名:

日期:



第一周

在患难中喜乐

我所祷告的，就是要你们的
爱心在知识和各样见识上多
而又多，使你们能分别是
非，做诚实无过的人，直到
基督的日子；

腓立比书 1:9-10

祷告事项

写下你每日的祷告事项与赞美。

本周祷告重点：你的家庭

星期一

星期二

星期三

星期四

星期五

挑战

*你可在周一博文中找到。

星期一

第一周 经文

腓立比书 1:1-6

1 基督耶稣的仆人保罗和提摩太，写信给凡住腓立比，在基督耶稣里的众圣徒和诸位监督、诸位执事。

2 愿恩惠、平安从神我们的父并主耶稣基督归于你们！

3 我每逢想念你们，就感谢我的神； 4 每逢为你们众人祈求的时候，常是欢欢喜喜地祈求。 5 因为从头一天直到如今，你们是同心合意地兴旺福音。 6 我深信那在你们心里动了善工的必成全这工，直到耶稣基督的日子。

星期一

读经：
腓立比书 1:1-6

SOAP：
腓立比书 1:6

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期二

第一周 经文

腓立比书 1:7-11

7 我为你们众人有这样的意念原是应当的，因你们常在我心里，无论我是在捆锁之中，是辩明证实福音的时候，你们都与我一同得恩。 8 我体会基督耶稣的心肠，切切地想念你们众人，这是神可以给我作见证的。 9 我所祷告的，就是要你们的爱心在知识和各样见识上多而又多， 10 使你们能分别是非[a]，做诚实无过的人，直到基督的日子； 11 并靠着耶稣基督结满了仁义的果子，叫荣耀称赞归于神。

星期二

读经：
腓立比书 1:7-11

SOAP：
腓立比书 1:9:11

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期三

第一周 经文

腓立比书 1:12-14

12 弟兄们，我愿意你们知道，我所遭遇的事更是叫福音兴旺， 13 以致我受的捆锁在御营全军和其余的人中，已经显明是为基督的缘故； 14 并且那在主里的弟兄，多半因我受的捆锁就笃信不疑，越发放胆传神的道，无所惧怕。

星期三

读经：
腓立比书 1:12-14

SOAP：
腓立比书 1:14

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期四

第一周 经文

腓立比书 1:15-18

15 有的传基督是出于嫉妒纷争，也有的是出于好意。 16 这一等是出于爱心，知道我是为辩明福音设立的； 17 那一等传基督是出于结党，并不诚实，意思要加增我捆锁的苦楚。 18 这有何妨呢？或是假意，或是真心，无论怎样，基督究竟被传开了。为此我就欢喜，并且还要欢喜。

星期四

读经：
腓立比书 1:15-18

SOAP：
腓立比书 1:18

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期五

第一周 经文

腓立比书 1:19-30

19 因为我知道，这事借着你们的祈祷和耶稣基督之灵的帮助，终必叫我得救。20 照着我所切慕、所盼望的，没有一事叫我羞愧，只要凡事放胆，无论是生是死，总叫基督在我身上照常显大。21 因我活着就是基督，我死了就有益处。22 但我在肉身活着，若成就我工夫的果子，我就不知道该挑选什么。23 我正在两难之间，情愿离世与基督同在，因为这是好得无比的；24 然而我在肉身活着，为你们更是要紧的。25 我既然这样深信，就知道仍要住在世间，且与你们众人同住，使你们在所信的道上又长进又喜乐，26 叫你们在基督耶稣里的欢乐因我再到你们那里去，就越发加增。

27 只要你们行事为人与基督的福音相称，叫我或来见你们，或不在你们那里，可以听见你们的景况，知道你们同有一个心志，站立得稳，为所信的福音齐心努力，28 凡事不怕敌人的惊吓，这是证明他们沉沦、你们得救，都是出于神。29 因为你们蒙恩，不但得以信服基督，并要为他受苦。30 你们的争战，就与你们在我身上从前所看见、现在所听见的一样。

星期五

读经：
腓立比书 1:19-30

SOAP：
腓立比书 1:21,27

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

反思指引

1. 第6节说道，耶稣在我们心里动了善工的，必成全这工。这是什么意思？
2. 为什么爱心要与知识和见识同增长（第9节）？
3. 神是如何将保罗的被困与苦难化作益处的？
4. 当保罗说“活着就是基督”时，他所指的益处是什么？当 he 说道“死了就有益处”，他可能想到的是什么益处？
5. 保罗提到凡事不怕敌人的惊吓。我们所惧怕的可能是什么？我们如何坚定地去面对？

备注



第二周

在服事中喜乐

凡事不可结党，不可贪图虚
浮的荣耀，只要存心谦卑，
各人看别人比自己强。

腓立比书 2:3

祷告事项

写下你每日的祷告事项与赞美。

本周祷告重点：你的国家

星期一

星期二

星期三

星期四

星期五

挑战

*你可在周一博文中找到。

星期一

第二周 经文

腓立比书 2:1-4

1 所以，在基督里若有什么劝勉，爱心有什么安慰，
圣灵有什么交通，心中有什么慈悲怜悯， 2 你们就
要意念相同，爱心相同，有一样的心思，有一样的意
念，使我的喜乐可以满足。 3 凡事不可结党，不可
贪图虚浮的荣耀，只要存心谦卑，各人看别人比自己
强。 4 各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。

星期一

读经：

腓立比书 2:1-4

SOAP:

腓立比书 2:3-4

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点

对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期二

第二周 经文

腓立比书 2:5-11

5 你们当以基督耶稣的心为心。6 他本有神的形象，不以自己与神同等为强夺的，7 反倒虚己，取了奴仆的形象，成为人的样式；8 既有人的样子，就自己卑微，存心顺服以至于死，且死在十字架上。9 所以神将他升为至高，又赐给他那超乎万名之上的名，10 叫一切在天上的、地上的和地底下的，因耶稣的名无不屈膝，11 无不口称耶稣基督为主，使荣耀归于父神。

星期二

读经：
腓立比书 2:5-11

SOAP：
腓立比书 2:9:11

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期三

第二周 经文

腓立比书 2:12-13

12 这样看来，我亲爱的弟兄，你们既是常顺服的，不但我在你们那里，就是我如今不在你们那里，更是顺服的，就当恐惧战兢，做成你们得救的工夫。 13 因为你们立志行事，都是神在你们心里运行，为要成就他的美意。

星期三

读经：
腓立比书 2:12-13

SOAP：
腓立比书 2:13

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期四

第二周 经文

腓立比书 2:14-18

14 凡所行的，都不要发怨言、起争论， 15 使你们无可指摘，诚实无伪，在这弯曲悖谬的世代做神无瑕疵的儿女。你们显在这世代中，好像明光照耀， 16 将生命的道表明出来，叫我在基督的日子好夸我没有空跑，也没有徒劳。 17 我以你们的信心为供献的祭物，我若被浇奠在其上，也是喜乐，并且与你们众人一同喜乐。 18 你们也要照样喜乐，并且与我一同喜乐。

星期四

读经：

腓立比书 2:14-18

SOAP:

腓立比书 2:14-16

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点

对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期五

第二周 经文

腓立比书 2:19-30

19 我靠主耶稣指望快打发提摩太去见你们，叫我
知道你们的事，心里就得着安慰。 20 因为我没有别人
与我同心，实在挂念你们的事。 21 别人都求自己的
事，并不求耶稣基督的事。 22 但你们知道提摩太的
明证，他兴旺福音与我同劳，待我像儿子待父亲一
样。 23 所以，我一看出我的事要怎样了结，就盼望
立刻打发他去； 24 但我靠着主，自信我也必快去。
25 然而，我想必须打发以巴弗提到你们那里去，他
是我的兄弟，与我一同做工一同当兵，是你们所差遣
的，也是供给我需用的。 26 他很想念你们众人，并
且极其难过，因为你们听见他病了。 27 他实在是病
了，几乎要死，然而神怜恤他，不但怜恤他，也怜
恤我，免得我忧上加忧。 28 所以我越发急速打发他
去，叫你们再见他就可以喜乐，我也可以少些忧愁。
29 故此，你们要在主里欢欢乐乐地接待他，而且要
尊重这样的人， 30 因他为做基督的工夫几乎至死，
不顾性命，要补足你们供给我的不及之处。

星期五

读经：
腓立比书 2:19-30

SOAP：
腓立比书 2:20-21

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

反思指引

1. 列出第二章中提到所有属神的特质。最让你感到挣扎的是什么？为什么？
2. 顺服为什么很重要？
3. 我们在人生中的奔跑要将“生命的道表明出来”（第16节）。生命的道是什么，我们如何将它表明出来？
4. 什么是浇奠的祭物？为什么保罗愿做这样的祭物被倾倒？
5. 保罗是有着真实情感、活生生的人。当他提到提摩太和以巴弗提时，是如何流露出真性情的？

备注



第三周

在相信中喜乐

不但如此，我也将万事当做
有损的，因我以认识我主基
督耶稣为至宝。

腓立比书 3:8

祷告事项

写下你每日的祷告事项与赞美。

本周祷告重点：你的朋友

星期一

星期二

星期三

星期四

星期五

挑战

*你可在周一博文中找到。

星期一

第三周 经文

腓立比书 3:1-4

1弟兄们，我还有话说，你们要靠主喜乐！我把这话再写给你们，于我并不为难，于你们却是妥当。2应当防备犬类，防备作恶的，防备妄自行割的。3因为真受割礼的，乃是我们这以神的灵敬拜，在基督耶稣里夸口，不靠着肉体的。4其实我也可以靠肉体，若是别人想他可以靠肉体，我更可以靠着了。

星期一

读经：
腓立比书 3:1-4

SOAP：
腓立比书 3:3

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期二

第三周 经文

腓立比书 3:5-11

5 我第八天受割礼，我是以色列族便雅悯支派的人，是希伯来人所生的希伯来人。就律法说，我是法利赛人；6 就热心说，我是逼迫教会的；就律法上的义说，我是无可指摘的。7 只是我先前以为于我有益的，我现在因基督都当做有损的。8 不但如此，我也将万事当做有损的，因我以认识我主基督耶稣为至宝。我为他已经丢弃万事，看做粪土，为要得着基督，9 并且得以在他里面，不是有自己因律法而得的义，乃是有信基督的义，就是因信神而来的义；10 使我认识基督，晓得他复活的大能，并且晓得和他一同受苦，效法他的死，11 或者我也得以从死里复活

星期二

读经：
腓立比书 3:5-11

SOAP：
腓立比书 3:8-9

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期三

第三周 经文

腓立比书 3:12-14

12 这不是说我已经得着了，已经完全了，我乃是竭力追求，或者可以得着基督耶稣所以得着我的。13 弟兄们，我不是以为自己已经得着了，我只有一件事，就是忘记背后，努力面前的，14 向着标竿直跑，要得神在基督耶稣里从上面召我来得的奖赏。

星期三

读经：

腓立比书 3:12-14

SOAP:

腓立比书 3:12-14

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点

对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期四

第三周 经文

腓立比书 3:15-19

15 所以我们中间凡是完全人，总要存这样的心；若在什么事上存别样的心，神也必以此指示你们。 16 然而我们到了什么地步，就当照着什么地步行。

17 弟兄们，你们要一同效法我，也当留意看那些照我们榜样行的人。 18 因为有许多人行事是基督十字架的仇敌，我屡次告诉你们，现在又流泪地告诉你们。 19 他们的结局就是沉沦，他们的神就是自己的肚腹！他们以自己的羞辱为荣耀，专以地上的事为念。

星期四

读经：
腓立比书 3:15-19

SOAP：
腓立比书 3:16

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期五

第三周 经文

腓立比书 3:30-21

20 我们却是天上的国民，并且等候救主，就是主耶稣基督，从天上降临。 21 他要按着那能叫万有归服自己的大能，将我们这卑贱的身体改变形状，和他自己荣耀的身体相似。

星期五

读经：
腓立比书 3:20-21

SOAP：
腓立比书 3:20

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

反思指引

1. 靠主喜乐是什么意思？这为什么很重要？

2. “靠肉体”有什么危险？

3. 保罗说相比认识主耶稣，他愿意将万事当作有损的。在今天，我们如何能有这样的看见？

4. 我们朝着标杆直跑的目标是什么？

5. 天上的国民是什么意思？这应当如何影响我们的生活？这应当如何影响我们教导下一代？

备注



第四周

在给予中喜乐

弟兄们，我还有未尽的话，
凡是真实的、可敬的、公义
的、清洁的、可爱的、有美
名的，若有什么德行，若有
什么称赞，这些事你们都要
思念。

腓立比书 4:8

祷告事项

写下你每日的祷告事项与赞美。

本周祷告重点：你的教会

星期一

星期二

星期三

星期四

星期五

挑战

*你可在周一博文中找到。

星期一

第四周 经文

腓立比书 4:1-5

4 我所亲爱所想念的弟兄们，你们就是我的喜乐，我的冠冕。我亲爱的弟兄，你们应当靠主站立得稳。

2 我劝尤阿迪娅和循都基要在主里同心。3 我也求你这真实同负一轭的，帮助这两个女人；因为她们在福音上曾与我一同劳苦，还有革利免并其余和我一同做工的，他们的名字都在生命册上。门徒当在主里喜乐

4 你们要靠主常常喜乐，我再说，你们要喜乐！

星期一

读经：
腓立比书 4:1-5

SOAP：
腓立比书 4:4-5

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期二

第四周 经文

腓立比书 4:6-7

6 应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，
将你们所要的告诉神。 7 神所赐出人意外的平安，必
在基督耶稣里保守你们的心怀意念。

星期二

读经：
腓立比书 4:6-7

SOAP：
腓立比书 4:6-7

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期三

第四周 经文

腓立比书 4:8-9

8 弟兄们，我还有未尽的话，凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事你们都要思念。9 你们在我身上所学习的、所领受的、所听见的、所看见的，这些事你们都要去行，赐平安的神就必与你们同在。

星期三

读经：
腓立比书 4:8-9

SOAP：
腓立比书 4:8

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期四

第四周 经文

腓立比书 4:10-13

10 我靠主大大地喜乐，因为你们思念我的心如今又发生；你们向来就思念我，只是没得机会。11 我并不是因缺乏说这话，我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了。12 我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富，或饱足或饥饿，或有余或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。13 我靠着那加给我力量的，凡事都能做。

星期四

读经：
腓立比书 4:10-13

SOAP：
腓立比书 4:12-13

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

星期五

第四周 经文

腓立比书 4:14-23

14 然而，你们和我同受患难原是美事。 15 腓立比人哪，你们也知道我初传福音，离了马其顿的时候，论到授受的事，除了你们以外并没有别的教会供给我。 16 就是我在帖撒罗尼迦，你们也一次两次地打发人供给我的需用。 17 我并不求什么馈送，所求的就是你们的果子渐渐增多，归在你们的账上。 18 但我样样都有，并且有余。我已经充足，因我从以巴弗提受了你们的馈送，当做极美的香气，为神所收纳所喜悦的祭物。 19 我的神必照他荣耀的丰富，在基督耶稣里使你们一切所需用的都充足。 20 愿荣耀归给我们的父神，直到永永远远！阿门。

21 请问在基督耶稣里的各位圣徒安。在我这里的众弟兄都问你们安。 22 众圣徒都问你们安。在恺撒家里的人特特地问你们安。

23 愿主耶稣基督的恩常在你们心里！

星期五

读经：
腓立比书 3:14-23

SOAP：
腓立比书 4:19

圣经经文

写出本日经文

观察

写出 一点或两点
对本日经文之观察

应用

写出一点或两点对
本日经文之应用

祷告

为你今日所学到的
祷告

反思指引

1. 我们如何做一个在各种境况下都喜乐的人？

2. 我们如何胜过忧虑与恐惧？

3. 我们应当训练我们的思想去想些什么？

4. 什么是知足？我们如何学会知足？

5. 作为基督徒我们被召要来彼此担起重担和困难。这对我们是怎样的要求？

备注

知道神的话语 中的这些真理

上帝爱你。

甚至在你觉得你不值得被爱，全世界都与你为敌时，上帝爱你——是的，你——祂创造你是有伟大的目的的。

圣经说，“神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。”(约3：16)

我们的罪将我们和上帝分离。

我们无论在行为上，在骨子里都是罪人。因此，我们与圣洁的上帝隔绝了。

圣经说，“因为世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀。”
(罗3：23)

耶稣死，你才能活。

罪的公价乃是死，但你的故事不需要就此结束！上帝的救恩是无价赐给我们的，只因耶稣在十架上为我们的罪受死。

圣经说，“因为罪的工价乃是死。惟有神的恩赐，在我们的主基督耶稣里乃是永生。”(罗6：23)；惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。(罗5：8)

耶稣活着！

死亡不能阻止祂，在祂躯体被埋的三天后祂复活了，永远打败死亡！祂现在活在天上，并为着信祂的所有人预备一个永恒的住所。

圣经说，“在我父的家里，有许多住处。若是没有，我就早已告诉你们了。我去原是为你们预备地方去。我若去为你们预备了地方，就必再来接你们到我那里去，我在哪里，叫你们也在哪里。”(约14：2-3)

是的，你可以确定你已得赦免。
接受耶稣是得救恩的唯一途径……

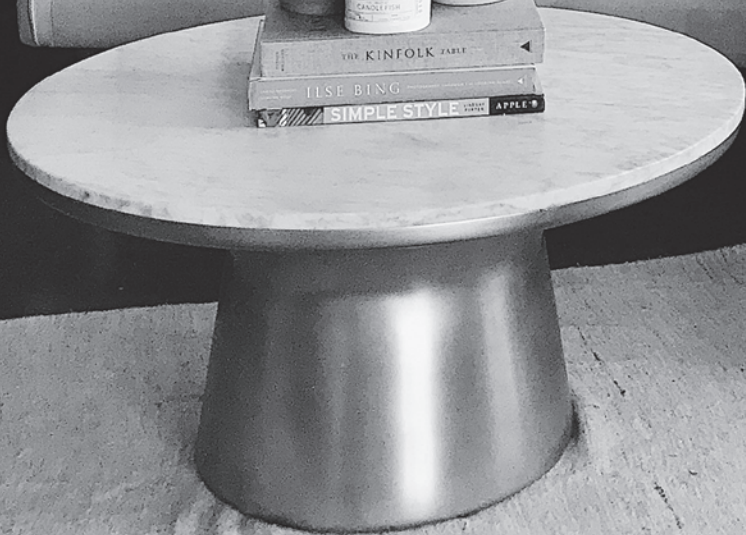
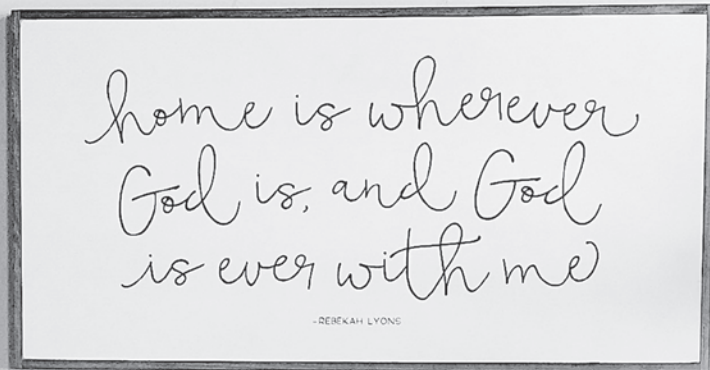
接受耶稣为你的救主并不是因为你做了什么，而是要相信耶稣已为你所完成的。你必须承认自己是个罪人，相信耶稣为你的罪而死，并全心相信耶稣在那十架上代你而死，因此你可以求得赦免。

圣经说，“你若口里认耶稣为主，心里信神叫他从死里复活，就必得救。因为人心里相信，就可以称义。口里承认，就可以得救。”(罗10：9-10)

在日常生活中，这是怎样做到的呢？
怀着真诚的心，你可以作这样一个简单的祷告：

神啊，
我知道我是一个罪人。
我不要再活在你给我的爱与饶恕之外了。
我向祢祈求赦免。
我相信祢为我的罪受死并复活。
我把自己全都放下并请祢来作我生命的主。
帮助我从罪中悔改来跟从祢。
教导我如何在祢恩典之下，行在自由中是怎样的，
在我寻求更加认识祢的时候，教我如何在祢道中成长。
阿们。

若你作了以上祷告（或类似的祷告），请你电邮info@lovegodgreatly.com。
我们非常乐意帮助你和你一同开启作为神的儿女的旅程！



朋友， 欢迎你

我们很开心在
这里见到你

爱主更深事工的存在是为了激励、鼓舞、以及装备全世界的女性来把神的话语放在生命中的首位。

— 激励 —

这些女性可以通过我们的圣经学习资源来把神的话语放在一生之中的首要位置

— 鼓舞 —

女性们可以通过网上社区及私人的属灵监督与神每日同行

— 装备 —

装备女性们在信仰上的成长，可以为基督更加有成效地接触和认识其他人

爱主更深事工由一个美好的女性社区组成，我们用各样的科技平台来保持在神的话语里互相的监督与鼓励。

我们最初始于一个简单的读经计划，却并没有止步于此。

一些女性开始在家里和当地教会聚会，其他的则通过网上与分散全球的女性保持联络。无论用何种方式，我们有爱地连接臂膀，为了同一个目的团结在一起...

那就是用我们的生命来爱主更深。

参与爱主更深查经系列，你将找到一群真实的女性。一群不完美，但被赦免的女性。一群渴望更多耶稣、少点自我的女人。这里有一群渴望通过神的话语更加认识神的女性，因为我们知道真理改变我们，真理使我们得着自由。这里的女性一起变得更好，沉浸在神的话语中，与彼此同在一个团体。

爱主更深事工是一个501 (C) (3)非营利机构。爱主更深事工的资金主要来自捐赠以及网上圣经学习的期刊和书籍。爱主更深事工致力于提供高质量的查经材料，并且相信资金不应该成为女性朋友想要加入我们学习的阻碍。对于一些条件不允许购买材料的用户，一切 爱主更深事工的灵修日记和翻译后的灵修日记均可以从 LoveGodGreatly.com 免费下载。我们的查经手记以及书籍也在亚马逊上出售。请搜索“Love God Greatly”来查阅我们所有已出版的查经期刊和书籍。所有的资金收入都将转入支持爱主更深事工，由此帮助我们用神的话语来激励，鼓舞，和装备全世界的女性。

感谢你与我们合作！

我们将提供：

18+ 语言翻译 | 圣经阅读计划 | 网上圣经学习 | LOVE GOD
GREATLY APP | 80+ 被服侍的国家 | 查经手记和书籍 | 团契小组

每一个爱主更深的学习都包括：

三个相关的部落格灵修日记 | 礼拜一VLOG视频 | 经文背诵 |
每周挑战 | 每周阅读计划 | 反思问题及更多

其他爱主更深查经系列：

大卫 | 传道书 | 在祷告中成长 | 神的名字 | 加拉太书 | 诗篇119 |
彼得前书&后书 | 为团体（共同生活）而造 | 以斯帖 | 圣诞节之路
| 感恩的源泉 | 你是被爱的

你可以在 LOVEGODGREATLY.COM 找到我们