禁食祷告日

资料手册

打开天上的宝库

为胜过属灵的破口而祷告

2021 年第一季
1 月 2 日（安息日）

复兴与改革

本资料由基督复临安息日会全球总会和复兴与改革委员会联袂呈现，供教会团体与个人使用，由梅洛迪・梅森特为禁食祷告日全球倡议活动撰写。

相关信息请访问 www.revivalandreformation.org。

目录

禁食祷告的邀请.....2
给教会领袖的指导建议.....4
安息日上午推荐程序.....5
下午推荐程序.....6

附录
推荐儿童故事.....9
安息日上午证道.....11
给教会领袖的下午灵修主题.....17
材料 1（供个人祷告使用）.....20
材料 2（供集体祷告使用）.....255
材料 3（供集体祷告使用）.....288

禁食祷告的邀请

如果说在历史中有一个我们必须去迫切寻求圣灵能力的时刻，那么这个时刻就是现在。我们的世界正处在危机之中。伤痛与苦难充斥四方，属灵领域的迷惑与日俱增，人们在没有救主之希望的情形中行将沦亡。我们需要圣灵赋予我们力量去完成上帝的工作，这样耶稣就可以接我们回家。不过在圣灵全然沛降之前，定然会有重大的事件发生。

怀爱伦写道："主能在一小时内做比我们整个一生所能做的还要多的事，当祂看到自己的子民完全献身时，我告诉你们，一项大工就会在短时间内完成，真理的信息要传入世上的黑暗地区，从未有真理传扬过的地方。"（《证道与演讲》，卷一，307 页。）我们完全献身了吗？我准备好成为被圣灵充满的器皿了吗？

为了认识我们对更深层次献身的需要，我们邀请你加入我们的教会大家庭，在一个特别的日子禁食祷告。我们的主题是"打开天上的宝库"。我们的祷告将聚焦于心中的需要：祷告祈求能够更像耶稣，在艰难的时刻增强信心，并鼓起勇气去作见证。我们要特别为更深层次的献身而祷告，以使上帝旨意的荣耀在我们的生命中得以更加充分地彰显。

为什么祷告的日子需要伴着禁食？

我们禁食是因着我们渴慕上帝的赐福。当我们阅读圣经的时候，我们看到禁食并非是一种选择，而是一种定则。马太福音 6:17 并没有说："如果你禁食，"而是说"你禁食的时候。"如果我们研究圣经中所有关于禁食的章节，就会发现每当上帝的子民祷告并禁食的时候，上帝就会为了他们的缘故而彰显大能——从在战场上施行拯救脱离仇敌的手，到施行超自然的拯救从监牢中得以逃脱，再到五旬节圣灵的沛降，我们可以从中看到一种模式。这种模式不断重复贯穿了整个基督教的历史。禁食一直都是信徒生活方式的一部分，就像祷告和研经一样。事实上，圣经中的每一位主要人物都会禁食。

我们被告知，"从今以后直到末时结束之日，上帝的子民应当更迫切及有更大的醒悟，不再依靠自己的聪明，而是依靠他们大元帅的智慧。他们应当划出时日来禁食祷告。完全禁戒那不必要的食物，而只吃少量最简单的食物。"（《论饮食》，188-189 页，重点强调。）

禁食并非仅仅是不吃饭而已。禁食乃是选择不做某些事情，以便更加主动并更加全心全意地专注于祷告。许多人会选择舍弃餐饮，但不是每一个人都可以完全禁戒食物，而且也并不是每一个人都会选择以此种方式禁食。这没有问题。我们鼓励你去祷告并求问上帝，他希望你进行什么种类的禁食。你可以选择去吃得更加简单，或者你也可以选择去禁戒社交媒体、电视或其它消磨时间的习惯。不论你所做的是什么，重要的是应该记得，禁食并非是为了赚取天上的赏赐。禁食的主要目的是排除干扰，以便使我们能够更加全身心地寻求耶稣。就如希望频道总裁德里克·莫里斯所说的一样："我们在世界上禁食，这样我们就可以享受耶稣的盛宴。"

我们邀请你参与这特别的日子！不论你是否选择禁食，我们相信上帝都会为你存留一份特别的福分。

也许你对集体祷告心存疑虑，因为你不喜欢去大声祷告。我们还是会邀请你参与其中。你可以和其他人一起默祷，为他人的祷告需要献上祈求，并为那些上帝放在你心中的人和事献上祷告。如果你担心你的祷告“不够好”，要知道上帝不仅仅是在垂听我们的言辞，更是在垂听我们的心。他不是在寻找“足够好”的祷告，而是在寻找那些诚挚寻求他的人。即使我们并不知晓应该去祷告些什么，但他是知晓的。他会去垂听。他会邀请我们一起去献上祷告。“我又告诉你们，若是你们中间有两个人在地上同心合意地求什么事，我在天上的父必为他们成全。”（太 18:19）

希伯来书 10:24-25 说：“又要彼此相顾，激发爱心，勉励行善。你们不可停止聚会，好像那些停止惯了的人，倒要彼此劝勉，既知道那日子临近，就更当如此。”

那日子正在临近！现在就是祷告的时刻！不要错过上帝为你预备的那宝库中源自天上的福分。

给教会领袖的指导建议

• 在这个特别的日子之前至少一到两周将“禁食祷告的邀请”之文字材料分发给教会的教友，以便教友可以进行准备。

• 本资料包含一篇以《打开天上的宝库》为题的安息日证道。我们诚邀你的教会在禁食祷告日上午的崇拜聚会中分享这段信息。这能够激发更多的教友参与到下午的祷告时间中去。

• 本资料包含一篇儿童故事，可以帮助儿童看到祷告的力量。

• 本资料附有一篇用于在下午举行的祷告活动中使用的灵修阅读材料《聪明与愚拙童女的教训》。此灵修阅读材料应该安排在个人祷告时间之后使用，并在完成之后开始集体祷告时间。

• 我们建议至少为下午的祷告活动规划 1-2 个小时，当然许多人会计划用整个下午的时间去祷告。要让圣灵来进行带领。

• 为个人祷告时间准备分发材料《除去属灵的破口》。

• 为集体祷告时间准备分发材料《关于祷告的有力应许》和《集体祷告主题》。

• 如果禁食祷告日以网络形式开展，可以将全部资料以电邮的方式发送给参与者。

安息日上午推荐程序

圣日崇拜推荐程序
禁食祷告日（2021 年 1 月 2 日）

会前音乐

领唱入场

赞美诗

开场祷告

捐献

捐献回应

捐献祈祷

赞美诗：坚立在应许上（SDA 诗歌 518 首）

读经：历代志下 7:14

“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。”（代下 7:14）

代祷

特别音乐

证道：打开天上的宝库

散会诗：恩雨大降（SDA 诗歌 195 首）

祝福并宣布下午祷告活动的具体细节

结束

下午祷告活动推荐程序

地点：在圣殿之内或圣殿之外的树下聚集，如果你的小组规模较小，也可以选择在能够提供私人空间且不受打扰的某位教友家中相对舒适的房间内聚会。若无法获准个人亲自前往参加聚会，可以选择使用 Zoom 线上视频会议服务，或选择通过电话展开聚会。

开场赞美与敬拜（15-20 分钟）：音乐总是可以将人带入敬拜的心境，因此要以几首敬拜的诗歌为始去激发敬虔之心并激励大家去寻求上帝。邀请几位教友分享关于祷告得蒙回应的时间长度为 30 秒的见证，或在每首诗歌之间去赞美上帝。

欢迎与公告

教会领袖要向大家致以欢迎并简要陈述注意事项：

• 这是一段祷告并寻求上帝的时间。

• 任何在此期间分享的内容都应被视为私密信息，在此次聚会之外的场合均不应予以透露。

• 不要一开始就征集祷告事项。要解释说明这是一段祷告的时间，而不是讨论的时间，所以应该在祷告的时间去为那些需要祷告的事情献上祷告，而不是在开始时针对此类问题展开讨论。

• 要在祷告时间中保持舒适。可以不必太过拘谨地变换姿势——坐下、跪下、站立，等等。

• 你在祷告时要抬起头。大声说出来，以便可以使其他人听到你的祷告。

• 祷告可以不仅仅使用我们自己的言辞。可以提说圣经的话语并将上帝的应许在祷告中向他陈明。可以唱一两句诗歌，其他人也可以加入其中。（我们在资料中提供了一些你可以在祷告时间中去提说的特别应许。）

• 当有人为某项需要或某个人祷告时，其他人可以带着自己的祷告加入其中并同心合意地一起将他人的需要放在祷告中献上。（太 18:19）

• 在祷告中提说耶稣那为义的人生、牺牲和事工。（约 14:14；启 8:3）

开场祷告

分享灵修材料：选择某人朗读或轮流朗读灵修材料（《聪明与愚拙童女的教训》）。

个人祷告时间：解散并开始个人祷告时间，使用材料 1《除去属灵的破口》。用 30-60 分钟进行个人祷告。鼓励参与者用自己的圣经或笔记本将上帝指示给他们的事情记录下来，之后让所有人在指定的时间返回（或在 Zoom 会议中重新上线）。

集体祷告时间：分发材料 2《集体祷告主题》和材料 3《关于祷告的有力应许》。这段时间可以持续 1-2 小时，也可以将浮现出的其它需要诚挚祷告的事项包含在内。

在此期间，我们建议你鼓励大家去进行简短的祷告（一个想法或一两句话），并不断轮

流祷告。大家可以多次祷告，但要鼓励每一个人都为那些更加羞怯的人留出空间去大声说出自己的祷告。（下文列举了更多针对祷告事工领袖的建议。）

见证和感恩：要以感恩为结尾。让大家去分享关于自己在这一天中得到的祝福或祷告得蒙回应的 1-2 分钟的简短见证。

勉励：勉励大家继续为此祷告，若他们尚未有此习惯，可以在教友的家中设立祷告小组。（如果教友希望加入每日在本地区展开的联合祷告，可以鼓励他们了解 7 天 24 小时不间断的联合祷告。想要了解更多信息可以登录 revivalandreformation.org/resources/all/join-us-for-24/7-united-prayer）

以特别聚餐结束禁食：一些教会可能会选择在祷告时间之后用聚餐的方式来结束禁食。餐饮要简单，但食物和气氛应该具有吸引力，以便营造一种特别的氛围。如果隔离措施导致无法进行此类聚餐，就可以举办一次“赞美野餐会”。轮流献上赞美并分享更多祷告得蒙回应的见证。

给祷告事工领袖的附加建议

• 虽然我们提供了一份祷告主题并鼓励人们去探寻内心的所思所想，但最重要的是，要让圣灵来带领你们的祷告时间。

• 要注意，虽然祷告的时间可能持续片刻或几个小时，但个人的祷告应该简短，这样就可以使许多人都能够参与其中，并使祷告时间的活动能够持续进行下去。人们往往会对冗长的祷告感到厌倦。我们被告知天使也厌倦这样的祷告。（《论祈祷》，258 页。）

• 要记得，在祷告时间中出现静默是没有问题的。不要觉得有必要去填满每一个静默的时刻，或过早地结束祷告时间。因为有些人会直接加入并很快地开始祷告，而其他人则可能需要更长的时间才会开始不拘谨地大声祷告。如果有静默的时刻出现，那就让一切顺其自然。只需要稍候片刻——如果你并不习惯这种静默，等待 30 秒也可以，要给圣灵一个机会去感动人。

• 如果你的会众不习惯聚在一起分组祷告或在祷告时间中读经及唱诗，你就需要去以身作则。或者你也可以邀请其他人在开始时带领这项工作，有计划性地以祷告主题中的事项为始展开祷告或以一首诗歌作为祷告时间的开始。虽然花时间祷告是首要任务，但这也可以成为一个教导人如何进行集体祷告的机会。

总而言之，下面是一些你可以在开始之前宣布的简要规则，如果有需要的话，也可以将这些规则用于联合祷告时间：

• 祷告要简短。公共祷告要简短而切中要点。将冗长的祷告留在自己的私人祷告中进行。
• 一次只为一件事祷告，之后就停下来让其他人献上自己的祷告或接续你的主题继续祷告。
• 大家可以多次祷告，且单次的祷告要简短。
• 要大声说出来，以使大家能够听得到，或在使用线上视频会议（Zoom）的时候确认你

的麦克风是否已经解除静音。

- 如果使用线上视频会议（Zoom）的话，在祷告时间中将自己的视频关闭。
- 请不独占祷告时间，要让每个人都有机会去祷告。

如果你之前没有带领过联合祷告，可以通过阅读《祈雨：联合祷告迷你手册》（Praying for Rain: A Mini-Handbook to United Prayer.）学习更多相关内容。可以登陆 https://www.revivalandreformation.org/resources/all/praying-for-rain 获取该手册。

附录

禁食祷告日推荐儿童故事（2021 年 1 月 2 日）

长着大脚的小男孩

安德烈 • 麦克切尼斯

九岁大的威尔莫特 • 里德醒来之后看到自己的脚和腿都变得非常巨大。西非国家利比里亚的一个村庄里，在前一天晚上入睡并度过一夜之后，他的脚和腿就变成了原来的两倍那么大。

威尔莫特试着去穿裤子，但裤子变得太紧了。他试着去穿鞋，而鞋也变得太小了。他穿上一条短裤，赤脚跑到了爸爸那里。

“我的脚变大了！”他说。爸爸看上去十分担心，“疼吗？”爸爸问道。“不，一点也不疼，”男孩说道，“就是我的脚太大了。我没办法穿裤子和鞋子。”

爸爸觉得肿胀会自行消失，所以他建议他们可以等几天。但是一个星期之后，威尔莫特的脚变得比以前更大了。爸爸打电话给医院。一辆救护车闪着灯鸣着笛开过来。到医院的路程花了 30 分钟。

在医院，一位医生做了检查，但是并没有发现什么问题。将威尔莫特留在医院里之后，爸爸返回了自己的村庄。一位老奶奶告诉他：“我刚刚见了一个异象。你的儿子被住在这附近的一个人给诅咒了，所以你必须把他带到远方去。这是医治他唯一的办法。”

爸爸回到了医院，叫了一辆出租车，把威尔莫特送到了远方的一位叔叔家里。他希望自己的孩子可以免受诅咒的伤害。

在这座新的城市里，爸爸将威尔莫特带到了另外一家医院。一位医生说威尔莫特患有的是肾脏感染。经过两周的治疗，威尔莫特的脚和腿都恢复到了正常的大小，这个小男孩出院了。可是，爸爸依然相信他是被诅咒了，而且得以康复仅仅是因为他们远离了家乡。爸爸便安排威尔莫特和他的叔叔住在一起。

四年后，当威尔莫特 13 岁时，爸爸搬到了另外一个城镇并将自己的儿子接了过去。他为自己的儿子报名就读于当地的一所基督复临安息日会的学校。在学校中，威尔莫特学到，上帝喜欢去回应祷告。他爱上帝，并希望用遵守安息日的方式去表达自己对上帝的爱。他接受了洗礼。

然而，爸爸是在星期日做礼拜的，他因着威尔莫特的新信仰而感到十分不安。星期六对于这个家庭来说是繁忙的一天，而威尔莫特却不在这一天继续帮忙洗衣服和打扫院子。爸爸因此惩罚了威尔莫特，他不得不在安息日挨饿一整天。威尔莫特试着和自己的爸爸谈论安息日，但爸爸拒绝去听这些事。威尔莫特每天都在祷告，祈求上帝软化他爸爸的心。

一天晚上，当家庭礼拜的时候，威尔莫特请爸爸向自己指明，圣经中究竟何处说基督徒应该在星期日敬拜。爸爸打开了自己的圣经并寻找着经文，可他什么都没有找到。然后，威尔莫特将自己的圣经翻到了路加福音 4:16，并将圣经交给了爸爸。“读这一段，”他说。默默地，他献上祷告，祈求上帝软化爸爸的心。

爸爸读到的内容是，耶稣乃是在安息日前往教堂的。那节经文说：“在安息日，照他平常的规矩进来会堂。”爸爸带着惊讶看着这节经文。“我之前并没有意识到耶稣乃是在安息日敬拜的，”他说。“儿子，对不起，我不该那样不友善地对待你。”

威尔莫特再也没有因为安息日而遇到任何麻烦。他现在正在祷告祈求自己的爸爸可以转变为一位基督复临安息日会的教友。“我喜欢向天父祷告，”他说：“我将每一件事都交在他的手中。”

[我们所侍奉的上帝会去回应祷告，这难道不是很棒吗？有什么事情是你今天想要向上帝献上祈求的？谁愿意来祷告呢？]

禁食祷告日安息日上午证道（2021 年 1 月 2 日）

打开天上的宝库

“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。”（代下 7:14）

二十多年之前，在美国和苏联冷战期间，罗马尼亚人民承受了巨大的苦难。他们被迫生活在二十世纪最腐败的领导人之一，独裁者尼古拉•希奥塞古的铁腕统治之下。生活对于所有人来说都很艰难，而基督徒在希奥塞古的统治之下则尤为困苦不堪，他们承受着骚扰、迫害，甚至是酷刑、监禁和死亡。

有一位遭受当局迫害的身为牧师的基督徒，我们称他为斯蒂芬。1969 年，当局吊销了斯蒂芬牧师的讲道许可证，致使他流落街头。由于无法养家糊口，斯蒂芬便开始去粘糊纸质的购物袋，这样他们才能买些食物度日。虽然他们的生活条件十分艰苦，但斯蒂芬牧师从来都没有失去献身于牧养工作的心。他在每天工作的时候都会祷告上帝赐给他机会，去再次展开侍奉。他也诚挚地为复兴而祷告——不仅仅为那些迫害他们的人，也特别为罗马尼亚教会的教友献上祷告。

四年后，斯蒂芬牧师的讲道许可证被神迹般地恢复了，他再次被指派肩负圣职，这一次负责的是奥拉迪亚的一座大教堂。

在这个新教会中，他从一开始就着重强调祷告和复兴，并呼吁教会的教友去悔改。他不满足于泛泛而论的空谈，而是以谦卑的热忱，不为自己寻找任何托词地向教会的教友去展现，应该如何将上帝的话语作为我们生活中每一个领域的准则。

在今天这个时代，很多人都会因为斯蒂芬牧师的做法而感到不安。他怎么敢直接批评人们所犯的那些具体的罪，并指出那些不圣洁的心态和行为？这难道不是个人良知的问题吗？也许是这样吧。然而，罗马尼亚教会的教友却将斯蒂芬牧师的话放在了心里——他们悔改了。这样做的结果是什么呢？上帝带来了复兴！

经过差不多六个月的恳切祷告，教会除去了自身的罪，上帝的灵开始沛降。虽然在那个年代承认自己的信仰意味着迫害和艰难（甚至对于有些人来说意味着殉道），但还是有许多人，甚至是那些曾经嘲讽奥拉迪亚基督徒的人，也开始自发地来到教会。在之前的数年中，五百人的大教会如果一年可以有十人受洗，那就算是幸运的了，然而在 1974 年 6 月至 12 月期间，奥拉迪亚的教会竟然为超过二百五十名归信者施行了洗礼。四年后，斯蒂芬牧师的教会规模扩大了一倍。

伴随着事件的发展，复兴并没有仅仅限于一个教会，而是继续扩展开来，甚至影响到了整个罗马尼亚的基督教领域。事实上，许多人相信正是这种复兴的火焰和对祷告的强调，以及遵循上帝之道而度的生活，最终促成了十五年后希奥塞古统治的垮台。（该故事取材于梅

洛迪·梅森的新书《勇敢依靠每一句话去生活：用心、身、思想与精神去爱上帝》[Daring to Live by Every Word: Loving God with Heart, Body, Mind and Soul]。改编自由南希·利·蒂莫斯所著的《圣洁》[Holiness]。）

在我思索这个故事的时候，不由得想到了怀爱伦写的这段话：

“我们一切需要中最重大而迫切的需要，就是要在我们中间复兴真实的敬虔。谋求这种复兴应是我们最重要的工作。那需要一番彻底改革的时间已经到了，当这种改革开始的时候，祈祷的精神要激动每一信徒，并从教会中排除不睦及纷争的风气。”（《基督徒服务大全》，41-42 页。）

在《圣洁》一书中，南希·利·蒂莫斯写道：“教会一直在等待着世界与上帝和好。什么时候我们才能意识到其实是世界一直在等待着教会与上帝和好呢？”（南希·利·蒂莫斯，《圣洁》，176 页。）

关于这次在罗马尼亚的大复兴，她也写道：

“在我们的许多教会中，为了吸引新的教友，我们努力使自己‘合乎中道’。我们不想让自己显得与众不同、极端，或太过属灵，以免遭到不信之人的排斥。相比之下，当奥拉迪亚的教会愿意去与世界不同时，那些曾经嘲讽他们的不信之人却无可抗拒地被吸引到了基督那里。我们是在设法就近世界，而不是呼召世界去就近基督。我们什么时候才能意识到，世界并非无法在宗教化的氛围中被折服呢？”（同上，160 页。）

当反思这种现代基督教的令人不安的缺欠时，她进一步评论道：“事实上，如果人们不改变自己的生活方式，他们就不是在悔改。如果我们不悔改，那么我们所有的歌唱、赞美、祈祷和行为都是无用的——甚至比无用还糟糕，因为所有的喧嚷和活动都会误导我们，让我们觉得自己还不错，我们正处在复兴之中。”（同上，161 页。）然而我们根本就没有复兴！现在就是我们应该去体尝一次真正的复兴并带来由内而外之改变的时候。

预言之灵告诉我们，“只要教会满足于小事，就没资格去领受上帝的大事。”（《评论与通讯》，1904 年 5 月 19 日。）我们是否已经变得仅仅满足于小事？我们是否已经因着那表面上的经历和表面上的祝福而洋洋自得？

常言道：“当人工作的时候，那就是人在工作，而当人祷告的时候，乃是上帝在工作。”就在上帝可以去做他真切渴望去做的事之前，就在那场伟大的，长久以来所盼望的，我们已经为之祷告多年的圣灵沛降临到前，我们需要更加深层次地去经历上帝。我们也需要更加深层次的献身。

怀爱伦写道：

“主能在一小时内做比我们整个一生所能做的还要多的事，当祂看到自己的子民**完全献身**时，我告诉你们，一项大工就会在短时间内完成，真理的信息要传入世上的黑暗地区，从未有真理传扬过的地方。”（《正道与演讲》，卷一，307 页，重点强调。）

如果“完全献身”是上帝展开将信息传入世上黑暗地区之大能工作的关键，那么是什么事情阻碍了我们去完全献身呢？

转离形式上的敬虔

许多年前，在刚果有一位流行歌手。他非常受欢迎。然而，主感动了他的心，他便将自己的生命献于基督。不过，他在教会中看到的一切却令他大为震惊。事实上，他曾写下一首新歌去谈论自己的经历。这首歌的名字叫《困惑之困惑》，歌词大意是：“我曾在世界中，而我厌倦了这个世界。在那里有许多糟糕的事情。所以，我奔向教会去寻求平安与休憩。然而，当我到了教会，我却变得悲伤，因为我发现，世界也已经融入了教会的生活之中。”

他以为当自己成为基督徒之后，就可以借着奔向教会而逃离世界，但他却发现世界已经融入了教会之中。可悲的是，这样的事情也是我们今日常常见到的。

“许多自称是基督徒的人只是道德主义者。他们拒绝了那唯一能使他们在世人面前表现基督而尊荣祂的恩赐。他们对圣灵的工作一无所知。他们没有实行真道，几乎看不到辨明人究竟与基督合一，还是与世俗同流的天国原则。自称跟从基督的人已经不是与众不同的特别子民。划分的界线已模糊不清了。人们正在屈从世界和世人的风俗、习惯和自私自利。世界本应追随教会遵守律法，教会倒追随世界违犯律法了。教会正一天一天的世俗化了。”（《基督比喻实训》，315 页。）

怀爱伦在 19 世纪的晚期对教会宣讲了一段令人震惊的话，她说为属地历史的终结做好预备的人，甚至连教会名册所记载之人数二十分之一都没有。事实上，她说如果这些人意识到这一点，他们就会发现自己即与希望隔绝，又与上帝无缘，就像其他普通的罪人一样。（《基督徒服务大全》，41 页。）

如果在十九世纪的教会中都是如此，我们今日的光景又当如何呢？是的，可悲至极，我们被告知，在末后的日子里，最受欢迎的宗教就是形式上的宗教。

圣经告诉我们：

“你该知道，末世必有危险的日子来到。因为那时，人要专顾自己，贪爱钱财，自夸，狂傲，谤讟，违背父母，忘恩负义，心不圣洁，无亲情，不解怨，好说谗言，不能自约，性情凶暴，不爱良善，卖主卖友，任意妄为，自高自大，爱宴乐，不爱 神，有敬虔的外貌，却背了敬虔的实意；这等人你要躲开。”（提后 3:1-5）

这听起来简直就是对我们今日之世界的完美描述。

论到那个时代的文士和法利赛人，耶稣说：“这百姓用嘴唇尊敬我，心却远离我。”（太 15:8）

人们很容易就会将谴责的手指伸向文士和法利赛人。毕竟，是他们将耶稣钉在了十字架上。然而怀爱伦却写道：“以徒具外表的宗教仪式代替内心与生活的圣洁，对于一般未经重生的人性，正像从前那些犹太教假师傅的时代一样，还是很受欢迎的。”（《使徒行述》，

387 页。）

虽然有些时候我们会去欺骗自己，但更多的时候我乃是在欺骗别人，不过我们任何时候都无法欺骗上帝。如果我们真的希望看到自己的祷告得蒙回应，真的希望被圣灵浇灌，我们就必须去祈求上帝改变我们的心，让我们在他里面成为新造的人。

禁食祷告的时刻

在约珥书中，我们看到一个国家正处于极大的患难之中，就像我们今日所经历的一样。因着这患难的缘故，属灵的领袖召开了庄严的集会，并叫众人一起禁食祷告。我们读到："侍奉耶和华的祭司要在廊子和祭坛中间哭泣，说：耶和华啊，求你顾惜你的百姓，不要使你的产业受羞辱，列邦管辖他们。"（珥 2:17）

这次集体禁食、祈求、代祷的结果是什么呢？先知约珥继续写道：

"耶和华就为自己的地发热心，怜恤他的百姓。耶和华应允他的百姓说：我必赐给你们五谷、新酒，和油，使你们饱足；我也不再使你们受列国的羞辱；……我打发到你们中间的大军队，就是蝗虫、蝻子、蚂蚱、剪虫，那些年所吃的，我要补还你们。你们必多吃而得饱足，就赞美为你们行奇妙事之耶和华你们上帝的名。我的百姓必永远不至羞愧。"（珥 2:18-19,25-26）

然而，这还并非是全部。几节经文之后，我们读到，一场极大的属灵浇灌即将降下。"以后，我要将我的灵浇灌凡有血气的。你们的儿女要说预言；你们的老年人要做异梦，少年人要见异象。在那些日子，我要将我的灵浇灌我的仆人和使女。"（珥 2:28-29）

怀爱伦写道：

"约珥的这个预言在使徒的时代得到了部分的应验。在我们这个时代，它将更加显著地应验在上帝的子民身上。祂会将祂的灵倾降于他们，使他们成为道德黑暗中的光明，成为反射在世界各地的大光。但愿我们能够提高信心，好让上帝与祂的子民通力合作。"（怀氏文稿，1908.49。）

马可·芬利牧师讲述了数年之前当他和他的妻子造访中国沈阳（位于朝鲜以北）的一间教会时，他们是多么惊讶。这间教会是当今世界上最大的基督复临安息日会教会之一。在他们拜访那里的时候，教友人数已经超过 6000。这是多么令人难以置信，尤其是想到这间教会在起步时仅有 9 位教友。由这间教会已经发展出了超过 300 间分支教会，而每一间教会都由 50 至数百位不等的教友组成。

当芬利牧师询问当地的牧师，他们这种惊人增长的秘密何在时，他得到的答案是："祷告！我们每天早晨都在 4:30 到 6:00 之间聚会祷告。每天早晨都会有大约 150 人参加祷告会。正是这些祷告的时辰让上帝施展能力带来增长与复兴。我们这么早聚会是因为大家都需要忙于自己的工作，有些人则是需要照顾孩子的母亲。所以，他们在自己需要开始肩负每日的责任之前，首先来到这里祷告。"（该故事在《Ministry》杂志 2019 年 8 月刊 13 页再次刊载。）

研究世界宗教复兴的历史学家 J·埃德温·奥尔曾写道："在世界上没有任何伟大的复兴不是伴着合而为一的祷告开始的——就是基督徒坚持不懈地为复兴而献上的祷告。"（J·奥尔斯瓦德·桑德斯，《合而为一之祷告的力量》，120 页。）

让我们善用自己被赋予的恩赐，就是那个人和集体祷告的特权。我们得到了应许，"只要为上帝的灵预备了道路，福惠就会临到。撒但不可能阻止福惠倾降在上帝的子民身上，正如他不能关闭天上的窗户，使雨不降在地上一样。"（《信息选粹》，卷一，124 页。）

对上帝施展作为的渴望

上帝正在全世界范围之内展开工作。教会、社区、家庭和个人都紧紧抓住了祷告的美善能力。我们又当如何呢？我们也在寻求上帝的赐福吗？我们当如何迫切地渴望看到圣灵的沛降？我们当如何迫切地渴望今日的个人复兴？我们是否足够迫切地渴望走出自己那舒适的生活而在祷告中加入弟兄姐妹的行列？

有人曾经问自己的牧师，如何才能使真正由圣灵带来的复兴降临到自己的生命和事工之中。牧师说要借着给他施洗来将这种事指给他看。虽然这个人感到如此的行为有些奇怪，但还是同意了，他们便朝着洗礼室走去。

在他们进入洗礼池之后，牧师捂住了这个人的鼻子，并像平常一样轻轻地拖着他的后背将他放入水中。然而，牧师并没有扶他起来，而是继续将他留在水面之下。这个人并不清楚究竟发生了什么，便开始稍微有些挣扎，可是牧师却紧紧地抓住了他。片刻之后，这个人开始陷入惊恐之中，以为牧师想要把他给淹死，便开始猛烈地扭动身体，想要挣脱。就在这时，牧师把他拉出了水面。

颤抖着身体又喘着粗气，这个人结结巴巴地说："你到底想要干什么？你想把我给淹死吗？"牧师平静地回答说："当你迫切地渴望复兴就像你现在迫切需要去呼吸下一口空气的时候，上帝就会带来复兴。"

耶利米告诉我们："你们寻求我，若专心寻求我，就必寻见。"（耶 29:13）而在约珥书中我们则读到："你们要撕裂心肠，不撕裂衣服。归向耶和华你们的上帝；因为他有恩典，有怜悯，不轻易发怒，有丰盛的慈爱，并且后悔不降所说的灾。"（珥 2:13）

在创世记 26 章，我们读到当以撒跟随上帝的时候，他是如何在自己父亲挖井的地方将井重新挖好，因为非利士人曾在亚伯拉罕死后过来将井塞住。当今的属灵光景也是如此。今日，我们需要去重新挖掘我们的井，作为教会，无论是个人层面还是集体层面，都是如此。当我们睡着的时候，仇敌便前来用这世界的世俗之事将我们的属灵之井填满。此类世俗之事必须除去，这样我们天父的生命之水才能再次自由地奔涌而出。

怀爱伦写道：

"切不要拖延时机。不要耽搁抛弃罪恶与靠耶稣洁净心灵的工作。千万人就是因为拖延而酿成永久的损失。我不必多说人生的短促或无定。但迟延不听圣灵恳劝的声音，留恋罪中的生话，真的存在极大的危险。这种危险是人们未能充分了解的。罪恶无论在表面上看多么

轻微，如果纵而不改，都会造成无限的损失。”（《喜乐的泉源》，32-33 页。）

作为教会，我们并没有另外一个 2000 年时间去探究应该如何完成我们被赋予的大使命。如果我们看看我们生活之时代的预兆，我们可能连 100 年时间都不再有了。时间所剩无几。耶稣很快就要降临了。福音的信息必要传遍整个世界。然而，在圣灵沛降之前，我们必须弃绝一切的虚假。我们必须要有个人的献身。然后，我们便只需去展望那将要发生的一切！

“上帝将祂的灵倾降在早期的门徒身上以后，并没有锁住天上的仓库。我们也可以领受祂丰盛的福气。天国里有祂丰富的恩典。凡凭着信心来到上帝面前的人，都可以向祂求祂所应许的福气。如果我们没有得到祂的能力，那是因为我们灵性的冷淡、不在乎和懒惰。唯愿我们能摆脱这种拘泥于形式和呆板的状况。有一项大工要为这个时代完成，我们还一点没有认识到主现在乐于为祂的子民做什么。”（《评论与通讯》，1889 年 6 月 4 日。）

你领会最后一句话了吗？“我们还一点没有认识到主现在乐于为祂的子民做什么！”福音依然具有和使徒时代相同的能力。上帝依然还是那位上帝。他的应许未曾改变。他已经赐给了我们成功所需的钥匙。而他正在等待着我们！

“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。”（代下 7:14）

若是我们听从上帝的话语，如果我们谦卑自己的心并真正寻求主的面，祷告并悔改自己的罪，天庭不会将福分扣留而不倾降在我们的身上！

[邀请大家参与下午的祷告时间！]

给领袖的禁食祷告日下午灵修推荐主题，2021 年 1 月 2 日

聪明与愚拙童女的教训

（预备除去属灵的破口）

在我们开始下午的特别祷告之前，要花一些时间去思考聪明与愚拙童女的故事。以下阅读材料节选自《基督比喻实训》29 章，《迎接新郎》。

夕阳西下，暮色苍茫，基督和祂的门徒一同坐在橄榄山上。他们举目眺望，只见一所住宅灯火辉煌，一派欢宴景象。灯光从窗户里射了出来，周围有一群人在等待着，这表明将有迎亲的行列出现。在中东许多地方，婚宴是在夜晚举行的。新郎要出去迎接新娘，把她带回自己的家。女方的人要举着火把从她父家出发前往新郎的家。那里有宴席准备着招待请来的客人。在基督所看到的场面中，有一群人正在等候女方队伍的出现，想要加入这个行列。

在新娘的房屋附近，有十个穿着白衣的青年女子等候着。每人拿着一盏点着的灯和一个小油瓶。她们都在焦急地等候新郎的来临，可是新郎却耽搁了。时间一小时一小时地过去了，等候的人疲倦地睡着了。到了半夜有人喊着说："新郎来了，你们出来迎接他！"睡觉的人忽然惊醒，就跳了起来。她们看见迎亲的队伍举着光耀的火把，在欢快的乐声中前进。她们也听见新郎和新娘的声音。那十个童女便拿起她们的灯，小心剔净灯心，要赶快出发。可是其中有五个却疏忽了将瓶装满油。她们并没有料到会耽搁这么久，所以没有为意外的情况作好准备。她们尴尬地恳求聪明的同伴说："请分点油给我们，因为我们的灯要灭了。"可是那五个等候的同伴刚刚剔净灯心。油瓶也已经倒空了，没有油可以分给别人，所以回答说："恐怕不够你我用的；不如你们自己到卖油的那里去买吧。"

她们去购油的时候，队伍就撇下他们往前走了。那五个点着灯的童女加入了队伍，和新娘等人一同进屋，门就关了。及至愚拙的童女来到宴会厅的时候，出乎她们意料地遭到了拒绝。筵席的主人说："我不认识你们。"她们就被抛弃在门外冷静的街道、午夜的黑暗里。

基督一边坐着观望那班等候新郎的群众，一边对门徒说了这十个童女的比喻，用她们的经验来说明祂第二次降临前教会的经验。

两等童女代表自称等候主的两等人。她们被称为童女，是因为她们自称具有纯正的信仰。灯代表上帝的话。诗人说："祢的话是我脚前的灯，是我路上的光"（诗 119:105）。油代表圣灵。……"不是倚靠势力，不是倚靠才能，乃是倚靠我的灵。"（亚 4:6）

……在比喻中，十个童女都出去迎接新郎。她们都带着灯和油瓶。暂时在她们中间看不出有什么区别。基督复临之前的教会也是这样。大家都有圣经知识，都听到了基督快来的信息，充满信心地期待祂的显现。但现今的情形与比喻中一样。由于一段等候的时期，信心受到了考验，及至有声音喊着说："新郎来了，你们出来迎接他！"许多人还没有作好准备。他们有灯，瓶子里却没有油。他们没有圣灵。

仅有圣经的知识却无上帝的灵是没有用处的。真理如果没有圣灵伴随，就不能唤醒或圣化人心。一个人可以熟悉圣经的吩咐和应许，但如果没有上帝的灵使真理深入人心，他的品格就不会有变化。没有圣灵的光照，人就不能辨别真理与谬道。他们就会倒在撒但阴险的试探之下。

愚拙的童女所代表的并不是伪善的人。他们重视真理，拥护真理，并与相信真理的人往来，可是他们却没有顺从圣灵的感化，没有跌在磐石基督耶稣上，跌碎自己的旧性。这等人也是“石头地”所代表的听众。他们很快接受了真理，但没有吸收真理的原则。真理的影响并不持久。圣灵在人心中运行，根据人的心愿和意志为他培养一个新的性情。可是愚拙的童女所代表的人，只满足于肤浅的工作。他们不认识上帝，没有研究祂的品德，没有与祂交往，不知道如何信靠祂，仰望祂而存活。他们侍奉上帝流于形式。“他们来到你这里如同民来聚会，坐在你面前仿佛是我的民；他们听你的话却不去行，因为他们的口多显爱情，心却追随财利”（结 33:31）。使徒保罗指出，这正是基督复临前人类的特征。他说：“末世必有危险的日子来到。因为那时人要专顾自己，……爱宴乐不爱上帝；有敬虔的外貌，却背了敬虔的实意”（提后 3:1-5）。

这就是在危险的时候喊叫“平安稳妥”的人。他们安抚自己的心，以为万事平安，做梦也没有想到危险。及至他们从睡梦中惊醒，才发觉自己的缺欠，于是就要求别人来供应他们所缺乏的。可是在属灵的事上，没有人能弥补别人的缺陷。上帝的恩典已白白赐给每一个人。福音的信息已经传出：“口渴的人也当来，愿意的，都可以白白取生命的水喝”（启 22:17）。然而人的品格是不能转让的。没有人能代替别人相信。也没有人能代替别人领受圣灵。没有人能将圣灵作工的果实，就是品格，分给别人。“虽有挪亚、但以理、约伯在其中，主耶和华说：我指着我的永生起誓，他们连儿带女都不能救，只能因他们的义救自己的性命”（结 14:20）。

人的品格是在危机中显露出来的。半夜传来了热切的呼声：“新郎来了，你们出来迎接他！”童女都从睡梦中醒来。这时就可以看出谁已经为这件事作了准备。两等人都是惊醒的，但一等人已为紧急状况作了准备，另一等人却没有准备。现在也是如此。一个突然发生的意外灾祸，顷刻使人面临死亡。这时就显明人是否真正相信上帝的应许；他有没有得到恩典的支持。最后的大考验要在人类宽容时期结束时来到。那时再想弥补心灵的缺欠，就为时太晚了。

十个童女是世界历史行将结束时的等候者。她们都自称为基督徒，有同样的呼召、名称和灯，都自称在为上帝服务。她们看上去都在等候基督的显现。但是其中有五个人没有预备好。（怀爱伦，《基督比喻实训》，29 章。）

这是一段发人深省的阅读材料，我们恰恰需要这样的一种提醒，因为我们正处在这样一种发人深省的时代之中。在以赛亚书 58 章，上帝的子民被教导说：“那些出于你的人必修造久已荒废之处；你要建立拆毁累代的根基。你必称为补破口的，和重修路径与人居住的。”（赛 58:12）

我们如何才能真正地为教会、为我们那些不认识耶稣的行将沦丧的亲人成为修补破口的人呢？我们要将借着祈求上帝去修补我们自己的属灵破口作为开始，因为我们无法在自己的生命充满罪和妥协的情况下去为他人的缘故持守坚定的立场。然而，如果我们让上帝来鉴察

我们的心，并除掉那些阻碍我们获得他所赐之福分的事物，想象一下他将会在对我们的祷告做出回应时成就何等的非凡？

“撒但最害怕的，就是上帝的子民清除一切障碍，让上帝将祂的灵浇灌软弱的教会。”（《信息选粹》，卷一，124 页。）

在开始时，我们要花大约 30 至 60 分钟时间进行个人的、私密的省察己心和祷告。要花时间本着敬虔的心去阅读你手中的圣经，并参照《除去属灵的破口》展开祷告。要让上帝来鉴察你的心。承认祂在你的思想中向你指明的一切罪。在这段个人祷告的时间之后，我们将会重新聚在一起并进行一段时间的集体祷告。我们将要在一起，作为一个教会，去祷告祈求医治和属灵的引领。

[给教会领袖的提示：要指定具体的时间让大家回到聚会地点，如果祷告会通过网络举行，则需要指定返回 Zoom 会议的时间。]

材料 1，供祷告时间中的私人祷告和省察使用。

除去属灵的破口

并成为一名补破口者

当我们意识到仇敌正在试图削弱我们的属灵堡垒，进而使他得以胜过我们并阻止我们全然有效地侍奉上帝时，我们应该敬虔地祈求主来鉴察我们的心。（诗 139:23-24）圣经告诉我们："你们总要自己省察有信心没有，也要自己试验。"（林后 13:5）

"在我们得到赦免和平安之前，必须对自己有所认识。这是一种能导致悔改的认识。……唯有认识到自己是罪人的人，基督才能拯救。……我们必须知道自己的真实状况，否则我们就不会感觉到需要基督的帮助。我们必须了解自己的危险，否则就不会投奔避难所。我们必须感受到自己创伤的疼痛，否则我们就得不到医治"（《基督比喻实训》，158 页。）

令人满怀感恩的是，上帝的话语给所有逃到耶稣那里寻求庇护的人以极大的希望。在约翰一书 1:9 中，我们读到："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。"而约翰福音 6:37 告诉我们："凡父所赐给我的人必到我这里来；到我这里来的，我总不丢弃他。"上帝正等待着用爱的膀臂去拥抱那谦卑悔改的罪人！当你本着敬虔的心阅读这份材料时，要把这一点牢记于心。

在这份材料中，你会看到一份阻碍圣灵浇灌于我们生命之中的常见事物的清单。我们鼓励你敬虔地花时间去详细阅读这份清单。也不要忘记去阅读其中提到的应许。当你祷告的时候，询问主是否有其它在此份材料中并未提及的可能会阻碍你与他同行的属灵破口。如果我们切心祈求，他就会将这些事指示给我们！

我们要提醒你，省察内心有些时候可能是痛苦的，但这正是我们在祈求洁净与医治的时候可以向上帝献上的美善祭物。"上帝所要的祭就是忧伤的灵；上帝啊，忧伤痛悔的心，你必不轻看。"（诗 51:17）

我们也知道当我们为了在属灵上得胜而倚靠他的应许时，他会信守自己的话语，因为"祂用祂宝座的尊荣来保证自己必要履行对我们的承诺。"（《基督比喻实训》，148。）上帝的话语是信实的，他会去拯救所有求告他的人。（见来 7:25）

[在你阅读下文列举的属灵破口时，用一个笔记本或一张白纸，将你会被上帝认定为有罪的事情写下来。我们鼓励你去遵循在这篇文章结尾处列举的迈向自由的六个步骤。你的个人属灵破口不必与他人分享，除非你有请求某人原谅的需要。这仅仅是你与上帝之间的事情。]

阻碍圣灵浇灌于我们的生命之中的常见属灵破口

未承认的罪：包括所有我们做过的干犯上帝、上帝的律法，或有损于我们自己的身体，以及

其它并未做对的事情。（你会发现有些事情在上述分类中存在重合的情况。）

• **对承认己罪之人的应许**（约一 1:9；林前 15:57）

偶像：在这里，我们谈论的并非是“雕刻的偶像”。我们指的是任何阻隔在上帝与我们之间的事物，也包括任何比我们与上帝之间的关系或每日与上帝亲密交往的时间更加重要的事物。如果我们有“偶像”，它常常会占据我们的意念、专注和思想生活，进而对健康的活动、家庭的需要和事工造成排挤。（注意：甚至“事工”也会成为一种有碍于保持我们与上帝之每日联结的偶像。）

• **对渴望除掉偶像之人的应许**（结 36:25-27；耶 24:7）

成瘾的嗜好：此类破口可能与我们的“偶像”相同，也可能有所不同。成瘾的嗜好可以是一种物质或食物（比如糖），也可以是一种你无法去割舍的习惯或活动：闲言、看电视、社交媒体、色情或其它占据心思的事。然而，如果上帝依然是你生命中的王，那么他就必须做你生命中的主人！事实上，上帝才必须成为我们的“嗜好”。

• **对胜过成瘾嗜好的应许**（路 18:27；诗 55:16-18）

不敬虔的心态：不敬虔的心态可以包括因着我们的成就和属灵造诣而产生的骄傲、因着我们的才能而产生的骄傲、因着我们的领导地位与身份而产生的骄傲、凌驾于他人之上、傲慢自大、自以为义、自私、专顾自己、自夸、贪婪、邪淫的欲望、猜疑、嫉妒、虚荣、暴饮暴食、焦躁、易怒、急躁、愤怒、苦毒、怨恨、不饶恕、不满、不感恩、惧怕、自怜、悲观、怀疑上帝、属灵的怠惰和冷漠、不信、憎恨、欺骗、缺乏受教的精神、藐视权威、不圣洁的思想和欲望、谋求自己的利益而不是使他人的利益最大化。

• **对胜过不敬虔心态的应许**（赛 26:3；诗 119:165；腓 4:8）

不敬虔的谈话：此类破口很少被提及，但这种事情相当普遍，即使在那些自称为基督徒之人的生活中也不例外。此类破口可以包括闲言、（甚至包括属灵方面的闲言，当我们自显为义的时候，就是在对别人品头论足。）嘲讽、批评、毁谤、论断、抱怨、私下议论、夸大其词的以讹传讹、撒谎、不合宜的挑逗、低俗肮脏的语言、有失尊重的大吼大叫、愤世嫉俗、表达对上帝或领袖等等的怀疑。上帝告诉我们：“人不制伏自己的心，好像毁坏的城邑没有墙垣。”（箴 25:28）

• **对胜过不敬虔谈话的应许**（赛 6:5-7；弗 4:22-23,29）

不敬虔的行为：此类破口中的某些行为可能在社会中是很平常的事情，但这些却是上帝无法接受的。此类行为可以包括自夸、自吹自擂、暗箱操作、利用他人的弱点趁火打劫、弄虚作假、欺诈、滥用他人的信任、不信守承诺、在工作中偷懒、贪得无厌、不遵守健康律法和忽视照顾自己的身体（上帝的殿）、偷盗、阳奉阴违、不尊重当权者、诋毁他人的品格、浪费时间、浪费金钱、浪费资源、债务违约、利用他人为自己谋利、认为他人照顾我们的一切都是天经地义、总是试图证明我们是对的，以及当我们被纠正时仍旧公然无视劝告。

• **对胜过不敬虔行为的应许**（罗 12:18-21；林前 10:13）

不敬虔的关系：最常见的关系破口都源自异性之间的不适当关系、违反圣经的同性关系或有信仰者和无信仰者之间的浪漫关系。情感方面的淫乱和邪淫的欲望也都属于此类关系。

• **对克胜不敬虔关系的应许**（林后 6:14；撒上 16:7）

贪恋世界：撒旦的首要目标就是让我们爱这个世界而不是爱上帝。此类破口可以包括对地位和金钱的爱、对昂贵家具和汽车的爱，以及对今生享乐的过分热爱。上帝告诉我们："因为你的财宝在哪里，你的心也在那里。"（太 6:21）

• **对胜过贪恋世界的应许**（西 3:1-3；罗 12:1-2）

撒旦的陷阱：很显然，作为相信圣经的基督徒，我们永远都不应该与某些事物有所牵扯！毒品、烟草、酒（或其它任何导致成瘾的东西），或任何禁止基督徒涉猎的超自然事物。也应该将许多世俗的音乐、电影和电视节目包括在内，还有那些以魔法、招魂术、神秘主义、科幻、女巫、吸血鬼为主题的书籍。圣经告诉我们光明与黑暗不能相交。

• **对胜过撒旦之陷阱的应许**（林后 10:3-4；诗 40:2-3）

疏忽的不敬虔之罪：很多时候我们常常因着那些自己没有做错的事情而沾沾自喜，但却并没有意识到我们有哪些事情没有做对。此类"疏忽的破口"可以包括缺乏对上帝全心全意的真正寻求、缺乏全心彻底的降服、缺乏对罪和那些会使基督再次受伤之事的憎恶、缺乏对接受更多圣灵的渴望（这是唯一能够使我们克胜罪的途径）、缺乏属灵的热情与生命、在我们的生命中缺乏圣灵的果子（见加 5:22）、缺乏信心、缺乏谦卑、缺乏对上帝话语的信靠、缺乏对深入研究圣经和祷告的诚挚兴趣、缺乏当上帝的话语遭受攻击时所应体现出的属灵方面的忠贞与坚毅、缺乏自治、缺乏那种能够促使我们更易于接受圣灵的对身体的照顾、缺乏对我们的弟兄姐妹的温暖与爱、缺乏对陌生人和那些与我们不同之人的友善、缺乏仁慈和愿意为微不足道之人付出牺牲的精神、缺乏每日背起十字架并为福音的缘故而舍己的精神、缺乏愿意为他人在祷告中较力争胜的精神、缺乏为这行将沦亡之大地作为代求者挺身而出的渴望和努力、缺乏当因着我们在属灵上的冷漠而导致上帝的工作被扰乱和妨碍时所应感受到的痛苦，此类的例子举不胜举。

• **对赦免疏忽之罪的应许**（约一 1:9；弗 2:8；耶 33:3）

感谢上帝，我们被告知基督的到来乃是要将被掳的人释放，修直弯曲的道路并打碎那捆绑我们的枷锁。（见赛 58:6；赛 45:2）

怀爱伦写道："让罪被赋予其应有之名，让罪借着认罪、悔改和改革而从教会中革除，以使教友们不至于在天使和人的面前成为他们所宣称相信之真理的歪曲代表。让使徒的话得以清晰而确实地宣讲，并用此等温柔和爱去打破每一道壁垒。让上帝的子民付出最为恳切而深挚的努力去悔改。不要热衷于使他人谦卑。应该谦卑你自己。要认清你自己的光景，并借着谦卑的忏悔而坦然站在上帝的面前。"（《时兆》，1901 年 10 月 30 日。）

迈向自由的六个步骤

1. 谦卑地向上帝承认在你头脑中想到的具体的罪。（是的，上帝已经知晓一切，但讲说出来就是在上帝面前将罪陈明，这样上帝就可以将罪从你的心中除去。向上帝承认你所犯的具体的罪就好像是在对上帝说："上帝啊，我终于明白了！我认同你的判断！这件事是错的！"）

2. 向上帝祈求赦免。只有我们首先承认罪，才能祈求上帝以他宝血的功劳来洗净我们，如此便会有真正的洁净。在我们向上帝祈求并得到他饶恕的那一刻，我们就已经被真真实实地洁净了。

3. 回转并走上一条崭新而不同的道路。圣经将此称为悔改。其简单而直接的含义就是下定决心不再犯罪。这并不仅仅是一种对我们所犯之罪的懊悔之情；这乃是一种实际的改变，我们不会再允许那种罪寻得任何途径再次回到我们的内心和生活之中。当你祷告祈求上帝帮助你在得胜和他的力量之中走上一条崭新道路的时候，要紧握圣经明确具体的应许。我们不仅要走上一条崭新的道路，我们还要祈求上帝赐给我们一颗新心，使我们厌弃那些自己曾经沉醉其间的罪！

"悔改包括为罪忧伤和离弃罪恶。我们如果没有看到罪的本质，就不会离弃它。如果不从心里离弃罪恶，生活就不可能有真正的改变。"（《喜乐的泉源》，23 页。）

4. 求上帝向你显明，针对你所犯的某项具体的罪，你还可以做些什么。如果你的罪影响到了他人，你需要去向那些被你错待的人请求原谅。（不论他们是否原谅了你，至少你做了自己该做的事情。）如果你犯了偷盗，那就需要连本带息的偿还。如果你说了谎，那就需要去澄清事实，并尽可能地消除谎言带来的影响。

重要提示：此步骤中存在某些例外情况。如果你所犯的某项具体的罪涉及那些潜藏在你头脑中的淫念或嫉妒，那么向你的错误行为的受害目标去承认此类具体的罪，往往就是不合适的。

纠正错误并没有什么固定的模式可寻。这就是为什么我们必须去向上帝说："上帝啊，为了纠正错误，我愿意去做任何事——所以，请指教我应该如何去行。"这并不是一个很容易就能够献上的祷告，然而如果我们让上帝来引领我们，就会看到哪怕只是在很短的时间之内，我们的生活也会发生何等不可思议的彻底改变。有些时候，上帝可能会希望你去做一件大事，以纠正自己的错误，而另外一些时候，上帝的要求可能仅仅是让你开始以一种特别的方式去向他人展现基督的爱。

5. 遵从上帝的引导。当你向上帝陈明你愿意去做任何事情纠正错误时，就需要将上帝指示给你的事情付诸实践！要紧握上帝的应许。他会帮助你。要不住地祷告！

就像雅各较力了一整夜一样，我们也必须照样较力直至天明。我们必须要紧握上帝，说："你若不给我祝福，我就不让你走！在你引领我人生的这一段路之前，我绝不让你走！"这并不是一种放肆狂妄的祷告。我们并非是为了个人的私欲去祷告，而是为了胜过我们生命中那些阻碍上帝赐福的属灵破口去祷告。我们是在为属灵方面的坚固保障去祷告。我们是在为拥有一颗新心和一个新灵，以使圣灵能够真正地沛降去祷告。这些事都是上帝应许要赐给我

们的。

6. 开始收集整理包含应许的圣经经文，当你发现自己遭受试探要重归老路的时候，可以去提说这些应许。任何时候，当你看到仇敌企图将属灵的妥协重新带回你的生活之中，就要用上帝的话语奋起反击。上帝将会给你带来胜利。

怀爱伦告诉我们："藉着警醒祈祷，他们（我们）最弱的地方可以得到保护，以致成为他们（我们）最强的地方，他们（我们）也能对抗试探而不被试探所胜。"（《论教牧工作》，25 页。）

上述观点参考自由梅洛迪·梅森所著的《勇敢祈求更多：祷告得蒙回应的神圣关键》一书，太平洋出版社版权所有，2014 年。

材料 2，供个人祷告时间之后的集体祷告时间使用

集体祷告主题

[当你为从属灵的破口中得蒙引领和为内心更深层次的献身而献上祷告时，可以遵循如下祷告主题。上帝可能也会将更多的祷告事项呈现在你的脑海之中。遵循圣灵的引领为这些事情献上祷告。当你祷告的时候，我们鼓励你去查阅下列圣经中的应许。]

- **感谢上帝**，因他是一位垂听并回应祷告的神。（太 7:7）
- **感谢上帝**，因他从不说谎，他的话语也从未落空。（赛 55:11）
- **感谢上帝**，因当我们遵照他的旨意献上祈求的时候，他就会垂听我们。（约一 5:14）
- **感谢上帝**，因他有极其伟大而宝贵的应许。（彼后 1:4）
- **感谢上帝**，因他有伟大的爱和永生的恩赐。（约 3:16）
- **感谢上帝**，因着他对罪的赦免和耶稣的胜利。（约一 1:9；林前 15:57）
- **感谢上帝**，因他的怜悯在每个清晨都会更新。（哀 3:22-23）
- **祈求上帝**，来复兴我们并将生气吹入我们那枯干的骨头之中。（结 37:5）
- **祈求上帝**，带来更大的复兴，让我们的教会建立在上帝的话语之上。（诗 85:6）
- **祈求上帝**，帮助我们专心寻求他，并每日都将他放在首位。（耶 29:13）
- **祈求上帝**，帮助我们尽心尽性地爱他。（申 30:6）
- **祈求上帝**，帮助我们彼此相爱，就像他爱我们一样。（约 13:34）
- **祈求上帝**，医治破碎的关系并恢复我们家中的合一。（诗 68:6）
- **祈求上帝**，将合一带给我们的教会并帮助我们彼此联结。（约 17:22）
- **祈求上帝**，帮助我们打破在属灵层面出现妥协之关系的纽带。（林后 6:14）
- **祈求上帝**，对可能在我们生活中出现的任何双重标准予以告诫。（撒上 16:7）
- **祈求上帝**，将我们从那些使我们与上帝分隔的偶像/成瘾嗜好中释放自由。（结 36:25）
- **祈求上帝**，除掉我们的昏昏欲睡并赐给我们一颗源自他的新心。（结 36:26）
- **祈求上帝**，使我们胜过一切有害或不敬虔的心态。（腓 2:5；4:8）
- **祈求上帝**，引领我们脱离讲说任何与基督形象相悖之话语的倾向。（弗 4:29）
- **祈求上帝**，在心中对我们不敬虔的行为或选择予以告诫。（林前 10:13）
- **祈求上帝**，将我们从对世界的贪爱中释放自由。（罗 12:1-2）
- **祈求上帝**，引领我们脱离属灵的破口并用他的荣耀坚固我们。（林前 15:57）
- **祈求上帝**，引领我们脱离任何属灵或撒旦的陷阱。（林后 10:3-4）
- **祈求上帝**，赦免我们那诸般疏忽的罪。（罗 8:26）
- **祈求上帝**，引领我们脱离我们那冷漠的老底嘉式的精神。（启 3:15-16）
- **祈求上帝**，帮助我们看到自己那极大的属灵需要。（启 3:17）
- **祈求上帝**，从我们的眼目中除去属灵的眼瞎。（启 3:18）
- **祈求上帝**，除去我们私下议论和抱怨的精神。（民 14:27）
- **祈求上帝**，赐给我们一种无论在何景况之中都会感恩与赞美的精神。（贴前 5:18）
- **祈求上帝**，赐给我们向上帝和彼此保持谦卑的心。（诗 51:17）
- **祈求上帝**，赐给我们原谅那些伤害我们之人的精神。（太 6:14）
- **祈求上帝**，让我们从自己的创伤和痛苦中得到医治。（耶 30:17）

- **祈求上帝**，在更加深入的层面上赐下圣灵。（路 11:13）
- **祈求上帝**，教导我们如何去祷告并真正鼓起勇气去祈求更多。（弗 3:20）
- **祈求上帝**，帮助我们在祷告中坚持不懈——不得到他的回应就不让他走。（创 32:26）
- **祈求上帝**，洁净我们的罪，使我们洁白如雪。（赛 1:18）
- **祈求上帝**，帮助我们学会如何在他的话语中寻得喜乐。（耶 15:16）
- **祈求上帝**，帮助我们如何在祷告中满怀信心地讲说他的话语。（诗 119:9,11,89）
- **祈求上帝**，帮助我们成为他话语的执行者，而不仅仅是倾听者。（雅 1:22）
- **祈求上帝**，赐下不会在试炼中失去的信心。（诗 16:8）
- **祈求上帝**，赐下即使当我们无法看到他的作为时也依然相信的信心。（约 20:29）
- **祈求上帝**，赐下力量，以在那将要到来的风暴中站立得稳。（申 33:25）
- **祈求上帝**，帮助我们领受那白白得来的救赎恩典。（弗 2:8-9）
- **祈求上帝**，帮助我们领受耶稣的义袍。（赛 61:10）
- **祈求上帝**，帮助我们成为补破口的人。（赛 58:12）
- **祈求上帝**，让我们生命中那“被蝗虫啃食的年华”得以复原。（珥 2:25-26）
- **祈求上帝**，帮助我们知晓首先寻求他意味着什么。（太 6:33）

材料 3，供集体祷告时间使用

关于祷告的有力应许

[圣经中的应许和预言之灵中的思想合辑]

“务要握住祂的应许，作为生命树的叶子：“到我这里来的，我总不丢弃他”（约 6:37）。你们到祂面前时，要相信祂必接受你们，因为祂已应许过。你们能这样行，就决不致灭亡了。”（《服务真诠》，66 页。）

“上帝的神能已将一切关乎生命和虔敬的事赐给我们，皆因我们认识那用自己荣耀和美德召我们的主。因此，他已将又宝贵又极大的应许赐给我们，叫我们既脱离世上从情欲来的败坏，就得与上帝的性情有份。”（彼后 1:3-4）

“凡把身心全都献给上帝的人，能不断从上帝领受体力和智力的新恩赐。上天无穷的供应，他们能取用不尽。基督将自己之灵的气息和自己生命的生机赐给他们。圣灵付出其最强的能力在信徒的心灵和意志中工作。……他们因与基督合作，得以在他里面达到完全；他们肉体虽软弱，却能作成全能者的事工。”（《历代愿望》，827 页。）

“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。”（代下 7:14）

“只要教会满足于小事，就没资格去领受上帝的大事。”（《家庭布道》，1893 年 11 月 1 日。）

“当春雨的时候，你们要向发闪电的耶和华求雨。他必为众人降下甘霖，使田园生长菜蔬。”（亚 10:1）

“圣灵降临在教会内，被人视为是将来的事；但教会却有特权现在就拥有圣灵。应当寻求圣灵、祈求圣灵、相信圣灵。我们必须拥有圣灵，上天正在等着要将圣灵赐给我们。”（《评论与通讯》，1895 年 3 月 19 日。）

“你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女；何况天父，岂不更将圣灵给求他的人吗？”（路 11:13）

“我们愿意在祈祷中与上帝较力吗？我们愿意接受圣灵的洗礼吗？这是我们所需要的，也是这个时代所能拥有的。……我们若是愿意谦卑地与上帝同行，上帝就必与我们同行。”（《论祈祷》，87 页。）

“我又告诉你们，若是你们中间有两个人在地上**同心合意**地求什么事，我在天上的父必为他们成全。因为无论在哪里，有两三个人奉我的名聚会，那里就有我在他们中间。”（太 18:19-20）

“上帝能赐给人类的最大福气，就是恳切祈祷的精神。全天庭都向人类的祈祷敞开着。……基督的使者以恳切的祈求来到上帝面前之后，就会有能力与人相处。”（《论祈祷》，83 页。）

“我们若照他的旨意求什么，他就听我们，这是我们向他所存坦然无惧的心。”（约一 5:14）

“基督向上帝所领受的一切，我们也能领受。只要祈求就能得着。要怀着雅各般恒切的信心和以利亚般不屈的坚持，为自己祈求上帝所应许的一切。”（《基督比喻实训》，149 页。）

“你们祷告，无论求什么，只要信，就必得着。”（太 21:22）

“祈祷和信心能成就地上任何势力所做不到的事。”（《服务真诠》，509 页。）

“但圣灵降临在你们身上，你们就必得着能力，……直到地极，作我的见证。”（徒 1:8）

“如果你需要能力，你可以得到它，它正等着你去支取。只有相信上帝，接受祂的话，凭着信心行动，福气才会临到。”（《论祈祷》，84 页。）

“你们也靠他同被建造，成为上帝藉着圣灵居住的所在。”（弗 2:22）

“一个舍弃自我，虚心让圣灵在其心中运行，并且度着完全献身与上帝之生活的人，他的效用真是无可限量的。”（《基督徒服务大全》，254 页。）

“因为那至高至上、永远长存名为圣者的如此说：我住在至高至圣的所在，也与心灵痛悔谦卑的人同居；要使谦卑人的灵苏醒，也使痛悔人的心苏醒。”（赛 57:15）

“上帝决不留下一样好东西不给那自觉缺乏的人。人可以无限制地向那藏有一切丰盛的主领受恩惠。”（《历代愿望》，300 页。）

“上帝所要的祭就是忧伤的灵；上帝啊，忧伤痛悔的心，你必不轻看。”（诗 51:17）

“基督的教会或基督徒个人最大的胜利，并不是那些由于才干、教育、财富或人的同情而得的胜利，乃是当他们以恳切坚定的信心握住全能者的膀臂，并在密室中谒见上帝时所得的胜利。”（《先祖与先知》，203 页。）

“你们得不着，是因为你们不求。”（雅 4:2）“向来你们没有奉我的名求什么，如今你们求，**就必**得着，叫你们的喜乐可以满足。”（约 16:24）

“上帝的计划原来是要我们凭着信心祈祷，他就必应允；反之，我们若不祈求，他就不赐给我们了。”（《善恶之争》，525 页。）

“你们若**常在**我里面，我的话也常在你们里面，凡你们所愿意的，祈求，就给你们成就。”（约 15:7）

“若我们渴望知晓并实行上帝的旨意，他的应许就是我们的。”（《源自天上的爱》，166 页。）

“在人是不能，在 神却不然，因为上帝**凡事**都能。”（可 10:27）

“人所看为不可能的事，不能阻止全能者的作为。”（《历代愿望》，535 页。）

“所以你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。义人祈祷所发的力量是大有功效的。”（雅 5:16）

“但最卑微的圣徒向上天所发的呼吁，也比政府的法规或君王的命令更加令撒但惧怕。”（《一同在天上》，82 页。）

“你因看见了我才信；那没有看见**就信的**有福了。”（约 20:29）

“不必担心主会忽略祂子民的祈祷，所要担心的是他们在试炼中灰心丧志，以致不恒切祈祷。”（《基督比喻实训》，175 页。）

“耶和华的眼目遍察全地，要显**大能**帮助向他心存诚实的人。”（代下 16:9）

“祂用祂宝座的尊荣来保证自己必要履行对我们的承诺。”（《基督比喻实训》，148 页。）

“上帝能照着运行在我们心里的大力充充足足地成就一切，超过我们所求所想的。”（弗 3:20）

“上帝必能满足那些信靠祂之人的最大希望而有余。”（《今日的生活》，55 页。）

“主耶和华啊，你曾用大能和伸出来的膀臂创造天地，在你没有难成的事。”（耶 32:17）

“使你成功的，不是你现在或将来所拥有的才干，而是上帝为你所成就的。我们不要依赖人的能力，而当信靠上帝为每一个信祂的人所能成就的事。”（《基督比喻实训》，146。）

“你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；叩门，就给你们开门。”（太 7:7）

“要以真诚饥渴的心灵向上帝呼吁。要和天使角力，直到获得胜利。当将自己的一切，就是灵与魂与身子，交在上帝的手中，决心作祂仁爱圣洁的器皿，顺祂旨意的支配，受祂心意的控制，为祂的灵所充满。”（《论祈祷》，75 页。）

“我们为这事作见证；上帝赐给顺从之人的圣灵也为这事作见证。”（徒 5:32）

“人离了上帝就一无所成。上帝已经作出安排，如果没有人神的合作，就无法完成恢复人类的工作。虽然人要尽的本分十分微小，但在上帝的计划中，为了促成这项工作，这微小的本分也是必要的。”（《奇妙的神恩》，319 页。）

“上帝既不爱惜自己的儿子，为我们众人舍了，岂不也把万物和他一同白白地赐给我们吗？”（罗 8:32）

“我们若指望像基督一样得胜，就必须仰望基督；必须像祂一样抵抗；必须像祂一样祷告；必须象祂一样忍受痛苦。”（《使我认识他》，34 页。）

“上帝非人，必不致说谎，也非人子，必不致后悔。他说话岂不照着行呢？他发言岂不要成就呢？”（民 23:19）

“只要相信并赞美上帝，往前走吧。我们就快到家了。……要全心全意信赖上帝的应许。要坚信：信靠是你的特权。”（《信函》1887 年 31 号，1 月 1 日。）

“感谢上帝，使我们藉着我们的主耶稣基督得胜。”（林前 15:57）