

禁食禱告日

手冊和資源

祈求擁有基督的心
以祂的愛溫暖破碎的世界

2021 年第三季度
7 月 3 日（安息日）

復興與改革

目 錄

禁食禱告的邀請	2
給教會領袖的指導建議	4
安息日上午程序建議	5
下午程序建議	6
兒童故事推介	8
安息日上午證道建議	9
給教會領袖的下午靈修主題	13
材料 1 (供集體禱告使用)：專注合一的禱告	16
材料 2 (供集體禱告使用)：充滿能力的禱告應許	18

禁食禱告的邀請

如果在歷史中有一個時刻我們必須去迫切祈求自己得著像耶穌的心，那麼這個時刻就是現在。我們的世界正處在危機之中，試煉、憤怒、傷痛與苦難無處不在。人類在還沒有認識救主之愛前便離世。我們需要上帝的愛和聖靈的大能，讓我們能夠與他人分享救恩的好消息，使他們預備耶穌早日再來。不過，耶穌基督來臨前，必定有事情發生。

懷愛倫寫道：「基督正熱切地等候著要在教會中顯示祂自己。當基督的品格完全地再現在祂的子民身上時，祂就要來接屬於祂自己的人。每一個基督徒都有權利不僅等候，而且催促主耶穌基督的來臨。（〈彼得後書〉3:12）」（《基督比喻實訓》，原文 69 頁）

為了認識到我們需要有像耶穌一樣的心和品格，我們邀請你加入我們教會的大家庭，度過一個特別的禁食禱告日。我們的主題是〈祈求擁有基督的心——以祂的愛溫暖破碎的世界〉；我們禱告的焦點是內心的需要：禱告祈求讓彼此得著醫治，得著一顆更像耶穌的心，能夠在艱難時期依舊堅守信仰，而我們對破碎的世界分享上帝那愛的品格時，也有勇氣去為此作見證。我們會特別祈求擁有更深的愛去彼此相愛，去愛迷失之人和將死無望之人。

為什麼禱告的日子需要伴隨著禁食？

我們禁食是因著我們渴慕上帝的賜福。當我們閱讀《聖經》時，我們看到禁食並非是一種選擇，而是一種定則。〈馬太福音〉6:17 並不是說：「如果你禁食」，而是說「你禁食的時候」。如果我們研究《聖經》中所有關於禁食的章節，就會發現每當上帝的子民禱告並禁食，上帝就會為了他們的緣故而彰顯大能——從在戰場上施行拯救脫離仇敵的手，到施行超自然的拯救從監牢中得以逃脫，再到五旬節聖靈的沛降，我們可以從中看到一種模式，這種模式不斷重覆貫穿了整個基督教的歷史。禁食一直都是信徒生活方式的一部分，就像禱告和研經一樣。事實上，《聖經》中的每一位主要人物都曾經禁食。

我們被告知：「從今以後直到世界末日，上帝的子民應當更加真誠警醒，不依靠自己的聰明，而是依靠他們領袖的智慧。他們要安排日子禁食禱告。禁絕不必要的食物，只進少量最清淡的食物。」（《論飲食》，188-189 頁，提供重點）

禁食並非僅僅是不吃飯，禁食乃是選擇不做某些事情，以便更有意識並更加全心全意地專注於禱告。許多人會選擇不進食，但不是每一個人都可以完全禁戒食物，而且也並不是每一個人都會選擇以此種方式禁食。這沒有問題。我們鼓勵你禱告求問上帝，祂希望你用什麼方式進行禁食。你可以選擇吃得更清淡，或者也可以選擇去禁戒社交媒體、電視或其他消磨時間的習慣。不論你做什麼，重要的是要記得，禁食並非是為了賺取天上的賞賜，禁食的主要目的是排除干擾，以便我們能更全心全意地尋求耶穌。就如希望電視臺的負責人德里克·莫里斯禁食禱告日

(Derek Morris) 所說的一樣：「我們在世界上禁食，這樣我們就可以享受耶穌的盛宴。」

我們邀請你參與這特別的日子！不論你是否選擇禁食，我們相信上帝都會為你存留一份特別的福分。

也許你對集體禱告心存疑慮，因為你不喜歡大聲禱告，但不論如何我們還是邀請你參與其中。你可以和其他人一起默禱，為他人的需要獻上禱告，並為那些上帝放在你心中的人和事獻上禱告。如果你擔心你的禱告「不夠好」，要知道上帝不僅僅是在垂聽我們的言辭，更是在垂聽我們的心。祂不是在尋找「足夠好」的禱告，而是在尋找那些誠摯尋求祂的人。即使我們不知道該禱告些什麼，但祂知道，祂會垂聽，祂會邀請我們一起獻上禱告。「我又告訴你們，若是你們中間有兩個人在地上同心合意地求什麼事，我在天上的父必為他們成全。」(太 18:19)

〈希伯來書〉10:24-25 說：「又要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。你們不可停止聚會，好像那些停止慣了的人，倒要彼此勸勉，既知道那日子臨近，就更當如此。」

那日子正快速地臨近！現在就是禱告的時刻！不要錯過上帝正為你預備的那豐盛的福分。

給教會領袖的指導建議

- 在這個特別的日子到來之前至少一至兩周將「禁食禱告日邀請函」之文字材料分發給教會的教友，以便他們可以作好準備。
- 本次我們會提供與證道相關的材料，讓領袖們自行參考來預備證道內容。我們誠邀你的教會在禁食禱告日上午的崇拜聚會中分享這一禱告主題，這能鼓舞更多的教友參與下午的禱告時間。
- 本資料包含一篇兒童故事，可以幫助兒童看到無私的愛會帶來怎樣的力量的。
- 本資料附有一篇用於在下午舉行的禱告活動中使用的靈修閱讀材料〈成為有愛並可愛的基督徒〉，此靈修材料應該安排在集體禱告時間之前閱讀。
- 我們建議至少為下午的禱告活動規劃 2-3 個小時，當然許多人會計劃用整個下午的時間去禱告，無論如何，要讓聖靈來帶領。
- 不要覺得你必須在下午的禱告活動中勉強採納所有的這些材料，你可以選擇自己需要的內容，必要時可使用縮寫。祈求上帝幫助你規劃一個最適合你自身情況的禱告時間。
- 列印或電郵「材料 1」及「材料 2」，作為下午禱告時刻的主題。
- 如果你們對帶領集體禱告一事有疑問，可以參考「下午程序建議」瞭解其指引。

安息日上午程序建議

聖日崇拜程序建議

禁食禱告日（2021年7月3日）

會前音樂

領唱入場

讚美詩

開場禱告

奉獻環節

奉獻回應

奉獻禱告

讚美詩：〈懇主居我心〉或自選

兒童故事：〈以愛報怨〉

讀經：〈約翰壹書〉4:19-21

「我們愛，因為上帝先愛我們。人若說『我愛上帝』，卻恨他的弟兄，就是說謊話的；不愛他所看見的弟兄，就不能愛沒有看見的上帝。愛上帝的，也當愛弟兄，這是我們從上帝所受的命令。」

代禱

特別詩

證道：〈祈求擁有基督的心——以祂的愛溫暖破碎的世界〉

散會詩：自選

祝福禱告並宣布下午禱告活動的具體細節

結束

下午程序建議

地點：在教堂裏或教堂外的樹下聚集，如果你的小組規模較小，也可以選擇在能夠提供私人空間且不受干擾的某位教友家中相對舒適的房間內聚會。若是不允許有實體聚會，可以選擇使用 Zoom 線上視頻會議服務，或選擇通過手機進行聚會。

開場讚美與敬拜（15-20 分鐘）：音樂總是可以將人帶入敬拜的心境，因此要以幾首敬拜的詩歌為始以激發敬虔之心並鼓勵大家去尋求上帝。也許可以邀請幾位教友分享關於禱告得蒙回應的簡短（時間為 30 秒）見證，或在每首詩歌之間讚美上帝。

歡迎與公告：主持人歡迎參與者，並分享這次下午活動的流程。

開場禱告：請一位參與者負責開會禱告。

分享靈修材料：選擇某人分享靈修材料（〈成為有愛並可愛的基督徒〉）。

集體禱告負責人：

禱告時刻開始之前要陳述以下注意事項：

- 我們在此是作家庭式禱告，要記住，在此期間分享的任何內容都應保密。
- 在禱告的時刻要保持舒適。如果是實體禱告，可以隨意更換禱告的姿勢——坐下、跪下、站立等等皆可。如果使用線上視頻會議，請在禱告時將自己的視頻關閉以減少干擾。
- 請大聲禱告，讓其他人也聽見，如果有人用網上會議平臺，禱告時要開啓話筒或麥克風，解除靜音。
- 引述經文，並向上帝禱告祂的應許。（可使用本材料提供的應許清單）
- 在禱告中請求得著耶穌的義、犧牲與服侍的生活。（約 14:14；啓 8:3）
- 保持禱文簡潔（一至兩句便可），並將冗長的禱告留在自己的私人禱告中進行。人們往往會對冗長的禱告感到厭倦，我們得知天使也厭倦這樣的禱告。（《論祈禱》，258 頁）
- 參與者可以在集體禱告的時間作多次禱告（要精簡）。
- 最後但不是最不重要，要給予其他人有機會禱告，不要一人獨占禱告時間。

對禱告領袖的提示：請記住，禱告過程中的沉默是正常的，不需要刻意打破每次沉默，或過早結束禱告。因為有些人可以迅速地表達，但也有人需要更多時間適應才能把禱告大聲講出。當出現沉默時，就讓一切順其自然，給上帝對人的心說話的機會。

如果你之前沒有帶領過集體禱告，可以通過閱讀《祈求靈雨的沛降：同心合意禱告手冊》（Praying for Rain: A Mini-Handbook to United Prayer）學習更多相關內容。可以登陸 <https://www.revivalandreformation.org/resources/all/praying-for-rain> 獲取該手冊。

禱告進行時

集體禱告時刻：用 2-3 小時或因聖靈的引領來進行集體和小組禱告。我們鼓勵你在聖靈的帶領下依照此材料的「禱告重點主題」來祈禱，並加插其他禱告事項。無需勉強採納所有材料。

敬拜讚美時刻 (集體)：敬拜讚美上帝，感謝祂使我認識祂，知道祂的作為，並發自內心祈禱。「當讚美進入他的院。當感謝他，稱頌他的名！」(詩 100:4)

祈求得著上帝話語中的愛 (集體—見材料 1)：領禱者一次讀一段經文，然後停下來，讓參與者通過這段特別的經文為自己的生活及教會禱告。這次禱告時刻的重點是懇求我們得著如耶穌一樣愛的心。我們需要根據上帝的話來衡量自己的生命。當我們祈禱希望自己能像耶穌的時候，我們就開始改變了！

祈求在靈性上得醫治 (集體)：讓參與者簡單表達自己的屬靈需要，瞭解自己所需要幫助的事情（他們不用提到物質或孩子的需求，只需說出屬靈的需要）。在我們為別人禱告前，必需自己先經歷如何得著醫治。

參與者表達自己的需要後（要強調簡短的分享，可能在 1 分鐘之內），讓其他 2-3 個人主動為那位參與者禱告。

為個人和教會的需要代求 (小組)：參與者被分為 2-4 人小組，為其個人的需要輪流禱告。如果有參與者在集體禱告時刻沒有分享，他們也可以在小組禱告參與時互相代求。

為教會擔負使命禱告 (集體)：祈求聖靈能夠傾降於自己身上，得著作見證的能力，並得著力量和勇氣，好使我們能夠以新穎而相關的方式來分享三天使信息。為屬靈倒退的教友、社區、外人、未得救的鄰舍及好友禱告，懇求聖靈引領，讓禱告的力量強大起來！

以讚美結束 (集體)：參與者再次聚集，然後獻上讚美作為結束。要敬拜和感謝上帝，不但要為祂的作為獻上感恩，而且要為祂將要做的事情表達感謝。

勉勵：禱告時刻結束後，鼓勵大家繼續為別人代求，若他們尚未有此習慣，可以在教友的家中設立禱告小組。(如果教友希望加入在本地區開展的每日聯合禱告，可以鼓勵他們瞭解 7 天 24 小時不間斷的聯合禱告。想要瞭解更多資訊可以登錄 revivalandreformation.org/resources/all/join-us-for-24/7-united-prayer。)

以特別聚餐結束禁食：一些教會可能會選擇在禱告聚會之後用聚餐的方式來結束禁食。飲食要簡單，但食物和氣氛應該具有吸引力，以便營造一種特別的氛圍。如果隔離措施導致無法進行此類聚餐，就可以舉辦一次「野餐讚美會」。輪流獻上讚美並分享更多禱告得蒙應允的見證，這也可以通過線上 (Zoom) 進行。

兒童故事推介

《以愛報怨》 梅洛蒂·梅爾遜 (Melody Mason)

湯姆在某處做傳道人，他所在的地方很難傳福音，也有不少基督徒因信仰而受逼迫。

湯姆和妻子遇到意外。他們的摩托車停在路旁，這時另一輛摩托車朝他們的車騎去，造成兩車相撞。感恩的是，雖然雙方的摩托車已損毀，但是無人受重傷。撞車的司機喝醉了酒，他也是鄰村的村長。

雖然湯姆沒有太多錢，他卻沒有為此而發怒，反而問對方：我們可以怎樣處理？

現在，倘若你遇到交通意外，而且是對方撞向你，你會怎樣對待他們？你會否表現不高興又憤怒，要求對方賠償？他們要是沒有保險和金錢的話，又該怎樣做？你還會要求他們賠錢嗎？

我們經常就是這樣表現出來。不過，湯姆沒有這樣回應。他問村長怎樣解決事情時，是自願依著村長所說的去辦的。

村長粗魯地對湯姆說：「你要修好我的摩托車！」

湯姆沒有向他爭辯，反而賠他修理摩托車的費用。不過，此事沒有就此結束；湯姆隨後探訪村長，也開始想方設法地去幫助他和其家人。湯姆甚至主動去為村長犁地，對他和其家人做了不少好事。村民們看見後都按捺不住去提醒湯姆：「我們的村長非常粗魯！你為何還要對他那麼好？我們這裏都沒有人願意跟他做朋友的！」湯姆則回答說：「因為我愛耶穌，我想與別人分享祂的愛。」

過了不久，有村民請湯姆教導他們更多有關耶穌的事情。湯姆分享他自己的故事時，他已經開始與多位村民研經，並有幾位已經預備受洗。很奇妙，湯姆過去曾經嘗試在這個村莊傳福音，他的努力卻沒有成功；但是現在，上帝因湯姆對村長良善的舉動而取得突破。

試想想，倘若湯姆對意外發生的反應與大多數的人一樣，他便永遠不能為耶穌的緣故而去接觸那個村莊。你能夠想像，就算我們受了委屈，還是會多走一步，並懷著無私而謙卑的心去服侍他人，這對我們現今的世界，甚至教會，會有什麼不同呢？

湯姆沒有報復村長，反而以愛來回報他。《聖經》如此說：「不輕易發怒，不計算人的惡」(林前 13:5)。本周，我們看看能否把握機會對別人善良，即使有人不配得，我們自己也要對他們善良。

讓我們一起禱告！

安息日上午證道建議

(作為牧師 / 講者，我們鼓勵你們自己為這特別的安息日預備證道內容。這些經文、問題、引言和想法會幫助你更好地去預備講道。)

證道主題：〈祈求擁有基督的心——以祂的愛溫暖破碎的世界〉

當你預備證道的時候，可以考慮使用以下的經文和問題：

- 林前 13 章 —— 我們如何從這段經文中學懂真愛？基督在世時用怎樣的方式去愛人？
- 約 3:16；約壹 4:8；申 6:5；申 7:7；箴 8:17；耶 31:3；何 14:4；弗 1:4 —— 這幾段經文如何形容上帝的愛？
- 約 21:15-17 —— 為什麼「愛」是侍奉的先決條件？
- 太 22:37-39 —— 何謂「盡心、盡性、盡意愛主 —— 你的上帝」？
- 約壹 4:16, 20, 21 —— 縱使有人傷害我們或佔我們便宜，我們如何去愛和敬拜上帝呢？
- 太 5:43-46；箴 25:21, 22 —— 我們受委屈時，應當怎樣去愛人？
- 太 5:23, 24 —— 愛和饒恕如何相輔相成？為何我們要先主動邁出與別人和好的第一步？
- 可 11:25, 26 —— 為何饒恕如此重要？我們不寬恕別人的話還會得救嗎？
- 太 12:34 —— 為何我們的心態端正是如此重要？
- 腓 2:5；約壹 4:20 —— 我們應當為怎樣的意念和心思禱告？
- 林後 10:4, 5 —— 我們應當取哪種兵器來爭戰？
- 約 17:21 —— 為何在主內合一對我們如此重要？
- 可 3:14；林後 3:18 —— 作為耶穌的門徒，我們的第一個呼召是什麼？我們如何進一步去瞭解祂那份無條件的愛？
- 約壹 2:6；約壹 3:1, 2 —— 我們如何每天住在耶穌裏？

節錄自梅洛蒂·梅爾遜 (Melody Mason)

著作：《敢於靠上帝的每一句話生活：盡心、盡性、盡意愛主》

《聖經》〈羅馬書〉8:29 提到，上帝對於我們作為信徒的目的，是讓我們效法祂兒子的形像，意思就是基督那愛的品格必會成為我們的品格。

「我們應當勤懇地了解救主的品格。我們應當效法上帝所賜予我們的可愛之處。我們應當在這個敗壞的世界裏，沒有什麼可以使我們得滿足之前，時常念想耶穌那份無與倫比的魅力。我們應當渴望反映祂的良善、有禮、溫柔和愛，然後『主若顯現，我們必要像他，因為必得見他的真體。』」（《評論與通訊》，1889 年 5 月 28 日，第 8 段）

有什麼方法比學會去愛和服侍那些與我們的影響圈最密切的人，那些煩擾和挫敗我們並以錯誤的方式磨煉我們的人，更能讓我們變得像耶穌呢？

當我們看著耶穌的品格，我們會看到祂對人表現無條件的愛、憐憫和恩典的美麗畫面。

當然，我們敬拜上帝，也讚美祂有這些品格特徵，我們經常在講臺上分享這些品格。諷刺的是，當上帝叫我們對人展示這些美德時，我們反而卻步，因為他們……他們可真的不配得這樣的愛。然而，我們任何一個是否都配得呢？

如果你跟家人、難相處的室友同住，或者與一位不太完美的人結婚，試想想：

- 如果與我們同住之人符合全部條件來獲得我們的愛，我們又怎樣學會無條件地愛人？
- 當與我們同住之人從未令我們失望、從未難以相處、從未得罪我們、從未遲鈍地承認自己的錯誤或請求我們饒恕他們，我們又怎樣學會憐憫、耐心、恒久忍耐和同情？
- 如果我們一直與配得那份恩典的人生活，我們又怎樣學會把恩典傾倒於不配得之人的身上？

只要你是人類大家庭的一份子，便很有可能與家人、室友、朋友，甚至配偶同住。他們都不太符合你的需要或期望，他們很有可能會讓你失望，他們有時候未能合乎你的期待，不過也許上帝容許我們與不完美的人生活在一起，這樣我們就能夠學會無條件地給予愛，正如耶穌對我們所做的一樣。

告訴我！當我們的配偶、孩子、室友或家人滿足了我們所需，而我們根本不用犧牲太多時，我們又能否真的像耶穌一樣來對待他們？還是我們在需要恩典、憐憫和無條件的愛的艱難日子裏最像耶穌？答案是顯而易見的。因此，我們必須緊緊抓住基督，繼續活在祂裏面，因為我們單憑自己，是不能對人給予那份不配得的恩典、憐憫和愛。有一則好消息就是基督是「一切……恩典取之不盡的偉大源泉。」（《兒童教育指南》原文 149 頁）我們的一切所需都可以從祂所得，而且可得更多！

附加：激發人心之引言

「基督的愛既然向我們顯明了，就使我們欠了一切不認識主者的債。」（《喜樂的泉源》原文 81 頁）

「只有耶穌的愛能吸引人，祂的愛足以馴服最剛硬的心腸。」（《基督徒經驗與教訓》原文 40 頁）

「恩典的最後光芒，就是要傳給世界的恩典最後的信息，是關於上帝慈愛品德的啓示。上帝的兒女應當彰顯祂的榮耀。他們要在自己的生活和品格上顯明上帝的恩典在他們身上的成就。」(《基督比喻實訓》原文 415, 416 頁)

「讓我們前進吧，不要退後！我們每天需要重新悔改，需要耶穌的愛在我們心中搏動，使我們能成為拯救許多生靈的工具。」(《評論與通訊》，1880 年 6 月 10 日)

「耶穌的愛必須成為一切努力的動機。它推動人、激勵人、迷住人。」(《安息日學工作勉言》第二章)

「如果我們不欣賞上帝的慈愛，不把這愛作為一種恆久的原則來軟化治服我們的心，我們就一定會滅亡。主不可能顯示一種比祂所已經顯示的更大的愛了。如果耶穌的愛不能降服我們的心，就沒有什麼辦法能幫助我們了。」(《基督比喻實訓》原文 237 頁)

「一切屬世的資源和依靠都必敗落。水庫將要枯竭，池塘也必乾涸；唯我們的救贖主是取之不盡、用之不竭的泉源。我們盡可以喝了再喝，隨時都有新鮮的供應。心中若有基督居住，裏面就必流出幸福的泉源——『直到永生』；就能從這泉源取得力量和恩惠，來應付一切的需要。」(《歷代願望》原文 187 頁)

「時常盡力炫耀，爭競誇勝，乃是人類的本性；但是凡向基督學習的人，卻已除去自我、驕傲和好勝之念，心靈中便寂靜了。於是自我就歸服聖靈的管理。我們再也不企求最高的位份，也不再存出人頭地的野心以博眾望，反而認清自己所能享有的最高地位便是在我們救主的腳前。」(《福山寶訓》原文 15 頁)

「我看到餘民還沒有準備好應付那將要臨到全世界的事。一種麻痺症，像昏睡狀態似的，似乎附著在大多數自稱相信擁有最後信息之人的心上。那伴隨我的天使以極其莊嚴的態度說：『準備好！準備好！準備好！因為主的烈怒很快就要來到。祂那純一不雜，不攙有絲毫憐憫的忿怒將要傾倒出來，而你們還沒有做好準備。要撕裂心腸，不要撕裂衣服。餘民還必須經一番很大的鍛煉功夫。他們當中有很多人竟仔細注意一些小考驗。』天使說：『你們四面受著惡使者的包圍，而且他們企圖將他們可怕的黑暗壓逼你們，使你們陷入網羅被俘虜。你們太容易讓自己的心偏離做準備的工作和末期的首要真理。你們常仔細注意一些小考驗，甚至對這些小困難小題大做，總想向這個或那個人解說清楚。』為此，有關的各方面進行了長時間的談話，結果他們的時間不但耗費了，同時上帝的僕人還必須聽他們談話，事實上雙方的心都未被上帝的恩典所征服。如果他們肯擺脫驕傲和自私，多半的困難就會在五分鐘之內解決了。人們用來為自己辯護而耗費的許多寶貴的鐘點，使天使擔憂，使上帝不悅。我看到上帝是決不肯垂聽這些長篇的辯解的，祂也不要祂的僕人們這樣做，不要他們如此耗費那原可用來向罪人指出他們的錯誤並從火中搶救生靈的寶貴時間。」(《早期著作》原文 119 頁)

「.....在我們得到赦免和平安之前，必須對自己有所認識。這是一種能導致悔改的認識。.....唯有認識到自己是罪人的人，基督才能拯救。.....我們必須知道自己的真實狀況，否則我們就不會感覺到需要基督的幫助。我們必須瞭解自己的危險，否則就不會投奔避難所。我們必須感受到自己創傷的疼痛，否則我們就得不到醫治。」(《基督比喻實訓》原文 158 頁)

個人故事：

- 分享上帝如何在你經歷不配受的愛時使你的信心增長的真實經歷。
- 分享你怎樣借著愛去面對恨的故事。
- 人們經常忘掉證道的重點，反而記得故事內容！

呼召聽眾：懇求有愛之王充滿我們的心。倘若祂的寶座在我們的心裏，祂的愛會從我們的生命中湧流，我們就會幫助別人去預備祂早日復臨。

給教會領袖的下午靈修主題

主題：〈成為有愛並可愛的基督徒〉

懷愛倫寫道：「愛人而值得人愛的基督徒乃福音最有力的見證。要做這樣的人，發揮這樣的影響，就必須步步做出努力、克己犧牲、經受鍛煉。許多人不明白這一點，所以很容易在基督徒的生活中灰心。」（《服務真詮》原文 470 頁）

我們是愛人而值得人愛的基督徒嗎？我們是否預備好為有需要的破碎世界倒空自己呢？《聖經》說我們應當有愛並且活出愛，但不幸的是，我們所行的常與它背道而馳。

當我們在四福音中讀到耶穌的生平時，我們發現祂為我們制定的門徒培訓模式與社會鼓勵我們生活的方式截然不同，這與世俗所定義的成功是互相矛盾的。

詳看以下例子：

- 一般人說，要力爭上游才能成功；耶穌卻說「在後的，將要在前」（見太 20:16）。
- 一般人主張要照顧好自己，耶穌卻說要先關顧他人（見太 20:28）。
- 一般人鼓勵要寵愛自己，使自己人生美滿；耶穌卻勸勉我們要舍己，為他人而活（見太 16:24）。
- 一般人提到，人要行善事讓人人看見並給予獎賞；耶穌則說，如果我們做事的動機是要讓人看見，便不能得天上的賞賜。事實上，祂說天上真正察看的是我們在暗中所做的事（見太 6:1, 6）。
- 一般人表示，與富人、名人交朋友能夠讓你自己從中獲得優勢；耶穌則說，有人把事情做在人群中最小的一個身上，在天國的眼中就是最大的（見太 25:45）。
- 一般人提出，要趁現在積聚財寶，並且愈多愈好；耶穌卻說，在地上積攢的財寶會朽壞，只有施予的才能得著更長久的財寶（見太 6:19, 20）。

如果你認為這些基督化生活的原則很極端，但這些僅是皮毛而已，下一條誡命才是真章。只有真正的基督徒才能真正彰顯上帝的榮耀。

- 一般人主張「以眼還眼，以牙還牙」，也要「愛你的鄰舍，恨你的仇敵」；基督則表示，人要愛仇敵，如果有人打你的右臉，連左臉也轉過來由對方打（見太 5:38-44）。

我們進一步從〈路加福音〉瞭解那條誡命：

「咒詛你們的，要為他祝福！凌辱你們的，要為他禱告！有人打你這邊的臉，連那邊的臉也由他打。有人奪你的外衣，連裏衣也由他拿去。

凡求你的，就給他。有人奪你的東西去，不用再要回來。你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人。你們若單愛那愛你們的人，有什麼可酬謝的呢？就是罪人也愛那愛他們的人。你們若善待那善待你們的人，有什麼可酬謝的呢？就是罪人也是這樣行。你們若借給人，指望從他收回，有什麼可酬謝的呢？就是罪人也借給罪人，要如數收回。你們倒要愛仇敵，也要善待他們，並要借給人不指望償還，你們的賞賜就必大了，你們也必作至高者的兒子，因為他恩待那忘恩的和作惡的。你們要慈悲，像你們的父慈悲一樣。」(路 6:28-36)

想像一下，如果每位信徒都把這些原則付諸實踐，我們的世界將會多麼不同！想像一下，如果我們以這種方式去塑造基督的愛，聖靈遲早會涌流出來，所做的工也會完成。懷愛倫寫道：「基督正熱切地等候著要在教會中顯示祂自己。當基督的品格完全地再現在祂的子民身上時，祂就要來接屬於祂自己的人。每一個基督徒都有權利不僅等候，而且催促主耶穌基督的來臨。如果所有承認祂名的人都結出果子來榮耀祂，則福音的種子就要何等迅速地撒遍全世界啊！那最後的大莊稼必能迅速地成熟，基督必要來收集寶貴的穀粒了。」(《基督比喻實訓》原文 69 頁)

〈約翰福音〉13:35 說：「你們若有彼此相愛的心，眾人因此就認出你們是我的門徒了。」

今天下午，我們將會專心祈求上帝賜予我們有愛人和值得人愛的心，不但使我們愛最親近的人，也可以愛世上有需要的人。當聖靈住在我們裏面時，祂的愛和果子會在我們的生命中流露出來。

這種生命形式實際上像什麼呢？像耶穌！耶穌就是聖靈人性化的結果！

我們從〈加拉太書〉5:22, 23 得悉：「聖靈所結的果子，就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。」

倘若上帝的靈在我們裏面，就會結出聖靈的果子，而且不止結一個，還讓整棵樹結滿果子！

為了讓此事成真，我們必須改變禱告重點。與其懇求上帝使我們更平安喜樂，不如祈求賜平安喜樂的上帝借著聖靈住在我們的心裏 (見約 14:27；約 15:11)；與其懇求祂使我們更忠心、更為自製，不如祈求上帝的忠心與自製住在我們的心裏 (見帖前 5:24；來 10:23)；與其懇求祂使我們懂得行善為善，不如祈求獨一上帝的善超越我們 (見 19:17)；與其懇求上帝讓我們更懂愛人，不如祈求願上帝的愛充滿我們 (見約 15:10)。

這就是「住在我們裏面」的真正含義的本質。我們需要耶穌借著聖靈來住在我們裏面，如祂所想的一樣 (見弗 2:22)。當祂的靈在我們裏面，就會有好的結果。

你可能聽過有人說：「打翻玻璃杯並不能確定裏面的東西會否溢出來，僅僅看見裏面有什麼東西而已。」當一位基督徒受傷或被冒犯時，也是同樣道理。他

們的回應方式只是表示內心已有的想法。這是表現真品格的關鍵時刻，我們也從這轉折點看見誰人真正充滿著敬虔和無私的愛。

懷愛倫寫道：「恩典的最後光芒，就是要傳給世界的恩典最後的信息，是關於上帝慈愛品德的啓示。上帝的兒女應當彰顯祂的榮耀。他們要在自己的生活和品格上顯明上帝的恩典在他們身上的成就。」(《基督比喻實訓》原文 415, 416 頁)

今天，讓我們懇求上帝會在我們的生命中做這事情。願我們可以彰顯祂那愛的品格，並顯明祂的恩典為我們所做的事。

材料1 (供集體禱告使用)

禱告重點：上帝話語中的愛

[請閱讀以下經文。每讀完一段經文便停頓一下，然後祈求上帝的真理成為你的真實經歷。當你跌倒時，便認罪悔改，懇求上帝改變你的心，並賜予你擁有祂的心，使你既愛上帝，也愛別人。]

懇求上帝使你真心愛耶穌

「就如上帝從創立世界以前，在基督裏揀選了我們，使我們在他面前成為聖潔，無有瑕疵。」(弗 1:4)

懇求上帝饒恕你沒有真愛的信仰

「他們來到你這裏如同民來聚會，坐在你面前仿佛是我的民。他們聽你的話卻不去行；因為他們的口多顯愛情，心却追隨財利。」(結 33:31)

懇求上帝賜你一顆新心

「我也要賜給你們一個新心，將新靈放在你們裏面，又從你們的肉體中除掉石心，賜給你們肉心。」(結 36:26)

懇求上帝引領你，使你盡心盡性地去愛祂

「耶和華—你上帝必將你心裏和你後裔心裏的污穢除掉，好叫你盡心盡性愛耶和華—你的上帝，使你可以存活。」(申 30:6)

懇求上帝幫助你去愛那些傷害你的人

「你們聽見有話說：『當愛你的鄰舍，恨你的仇敵。』只是我告訴你們，要愛你們的仇敵，為那逼迫你們的禱告。這樣就可以作你們天父的兒子。」(太 5:43-45)

懇求上帝幫助你去愛激怒你的「弟兄」

「人若說『我愛上帝』，卻恨他的弟兄，就是說謊話的；不愛他所看見的弟兄，就不能愛沒有看見的上帝。」(約壹 4:20)

懇求上帝幫助你能夠憑著愛心去完成一切事情

「凡你們所做的都要憑愛心而做。」(林前 16:14)

懇求上帝每天傾倒屬靈的果子在你的身上

「聖靈所結的果子，就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。這樣的事沒有律法禁止。」(加 5:22, 23)

仁愛：懇求上帝教導你學習怎樣常在祂的愛裏

「你們若遵守我的命令，就常在我的愛裏，正如我遵守了我父的命令，常在他的愛裏。」(約 15:10)

喜樂：懇求祂的喜樂在你的心裏，並把這份喜樂涌進別人的心

「這些事我已經對你們說了，是要叫我的喜樂存在你們心裏，並叫你們的喜樂可以滿足。」(約 15:11)

和平：懇求祂的平安能夠充滿你，使你可以與人分享這份平安

「我留下平安給你們；我將我的平安賜給你們。我所賜的，不像世人所賜的。你們心裏不要憂愁，也不要膽怯。」(約 14:27)

忍耐：懇求上帝那恆久忍耐的靈因祂的榮耀托住你

「我為主被囚的勸你們：既然蒙召，行事為人就當與蒙召的恩相稱。凡事謙虛、溫柔、忍耐，用愛心互相寬容，用和平彼此聯絡，竭力保守聖靈所賜合而為一的心。」(弗 4:1-3)

良善：懇求耶穌的公義遮蓋你，因為你不能憑著自己得好處

「我的心哪，你曾對耶和華說：你是我的主；我的好處不在你以外。」(詩 16:2)

信實：懇求祂的信實能夠使你剛強，讓你能更加忠心

「也要堅守我們所承認的指望，不致搖動，因為那應許我們的是信實的。」(來 10:23)

溫柔：懇求祂的溫柔能夠軟化你，讓你變得溫柔

「你把你的救恩給我作盾牌，你的溫和使我為大。」(撒下 22:36)

節制：懇求祂那節制的靈住在你裏面

「正因這緣故，你們要分外地殷勤；有了信心，又要加上德行；有了德行，又要加上知識；有了知識，又要加上節制；有了節制，又要加上忍耐；有了忍耐，又要加上虔敬；有了虔敬，又要加上愛弟兄的心；有了愛弟兄的心，又要加上愛眾人的心。你們若充充足足地有這幾樣，就必使你們在認識我們的主耶穌基督上不至於閒懶不結果子了。」(彼後 1:5-8)

懇求上帝每天幫助你，使你從心實踐〈哥林多前書〉13章的真理

「愛是恆久忍耐，又有恩慈；愛是不嫉妒；愛是不自誇，不張狂，不做害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡，不喜歡不義，只喜歡真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。愛是永不止息。……如今常存的有信，有望，有愛這三樣，其中最大的是愛。」(林前 13:4-8, 13)

材料2 (供集體禱告使用)

充滿能力的禱告應許

[聖經應許精華經文及預言之靈的思想]

「務要握住祂的應許，作為生命樹的葉子：『到我這裏來的，我總不丟棄他。』(約 6:37) 你們到祂面前時，要相信祂必接受你們，因為祂已應許過。你們能這樣行，就決不致滅亡了。」(《服務真詮》，原文 66 頁)

「上帝的神能已將一切關乎生命和虔敬的事賜給我們，皆因我們認識那用自己榮耀和美德召我們的主。因此，祂已將又寶貴又極大的應許賜給我們，叫我們既脫離世上從情慾來的敗壞，就得與上帝的性情有分。」(彼後 1:3, 4)

「凡把身心全都獻給上帝的人，能不斷從上帝領受體力和智力的新恩賜。上天無窮的供應，他們能取用不盡。基督將自己之靈的氣息和自己生命的生機賜給他們。聖靈付出其最強的能力在信徒的心靈和意志中工作。……他們因與基督合作，得在他裏面達到完全；他們肉體雖軟弱，卻能作成全能者的事工。」(《歷代願望》，原文 827 頁)

「這稱為我名下的子民，若是自卑、禱告，尋求我的面，轉離他們的惡行，我必從天上垂聽，赦免他們的罪，醫治他們的地。」(代下 7:14)

「只要教會於小事上滿足，它們便失去從上帝獲取大事的資格。」(《家庭佈道士》，1893 年 11 月 1 日)

「當春雨的時候，你們要向發閃電的耶和華求雨。他必為眾人降下甘霖，使田園生長菜蔬。」(亞 10:1)

「聖靈降臨在教會內，被人視為是將來的事；但教會卻有特權現在就擁有聖靈。應當尋求聖靈、祈求聖靈、相信聖靈。我們必須擁有聖靈，上天正在等著要將聖靈賜給我們。」(《評論與通訊》，1895 年 3 月 19 日)

「你們雖然不好，尚且知道拿好東西給兒女；何況天父，豈不更將聖靈給求他的人嗎？」(路 11:13)

「我們願意在祈禱中與上帝較力嗎？我們願意接受聖靈的洗禮嗎？這是我們所需要的，也是這個時代所能擁有的。……我們若是願意謙卑地與上帝同行，上帝就必與我們同行。」(《論祈禱》，原文 87 頁)

「我又告訴你們，若是你們中間有兩個人在地上同心合意地求什麼事，我在天上的父必為他們成全。因為無論在哪裏，有兩三個人奉我的名聚會，那裏就有我在他們中間。」(太 18:19, 20)

「上帝能賜給人類的最大福氣，就是懇切祈禱的精神。全天庭都向人類的祈禱敞開著。……基督的使者以懇切的祈求來到上帝面前之後，就會有能力與人相處。」(《論祈禱》，原文 83 頁)

「我們若照他的旨意求什麼，他就聽我們，這是我們向他所存坦然無懼的心。」(約一 5:14)

「基督向上帝所領受的一切，我們也能領受。只要祈求就能得著。要懷著雅各般恆切的信心和以利亞般不屈的堅持，為自己祈求上帝所應許的一切。」(《基督比喻實訓》，原文 149 頁)

「你們禱告，無論求什麼，只要信，就必得著。」(太 21:22)

「祈禱和信心能成就地上任何勢力所做不到的事。」(《服務真詮》，原文 509 頁)

「但聖靈降臨在你們身上，你們就必得著能力……直到地極，作我的見證。」(徒 1:8)

「如果你需要能力，你可以得到它，它正等著你去支取。只有相信上帝，接受祂的話，憑著信心行動，福氣才會臨到。」(《論祈禱》，原文 84 頁)

「你們也靠他同被建造，成為上帝借著聖靈居住的所在。」(弗 2:22)

「一個克己忘我，讓聖靈進入內心作工，並度完全獻身上帝之生活的人，是前途無限的。」(《基督徒服務大全》，原文 254 頁)

「因為那至高至上、永遠長存名為聖者的如此說：我住在至高至聖的所在，也與心靈痛悔謙卑的人同居；要使謙卑人的靈蘇醒，也使痛悔人的心蘇醒。」(賽 57:15)

「上帝決不留下一樣好東西不給那自覺缺乏的人。人可以無限制地向那藏有一切豐盛的主領受恩惠。」(《歷代願望》，原文 300 頁)

「上帝所要的祭就是憂傷的靈；上帝啊，憂傷痛悔的心，你必不輕看。」(詩 51:17)

「基督的教會或基督徒個人最大的勝利，並不是那些由於才幹、教育、財富或人的同情而得的勝利，乃是當他們以懇切堅定的信心握住全能者的膀臂，並在密室中謁見上帝時所得的勝利。」(《先祖與先知》，原文 203 頁)

「你們得不著，是因為你們不求。」(雅 4:2)「向來你們沒有奉我的名求什麼，如今你們求，就必得著，叫你們的喜樂可以滿足。」(約 16:24)

「上帝的計劃原來是要我們憑著信心祈禱，祂就必應允；反之，我們若不祈求，祂就不賜給我們了。」(《善惡之爭》，原文 525 頁)

「你們若常在我裏面，我的話也常在你們裏面，凡你們所願意的，祈求，就給你們成就。」(約 15:7)

「我們若願意知道並遵行上帝的旨意，祂就會應允我們。」(《從天而來的愛》(From Heaven with Love)，原文 166 頁)

「在人是不能，在上帝卻不然，因為上帝凡事都能。」(可 10:27)

「人所看為不可能的事，不能阻止全能者的作為。」(《歷代願望》，原文 535 頁)

「所以你們要彼此認罪，互相代求，使你們可以得醫治。義人祈禱所發的力量是大有功效的。」(雅 5:16)

「但最卑微的聖徒向上天所發的呼籲，也比政府的法規或君王的命令更加令撒但懼怕。」(《一同在天上》，原文 82 頁)

「你因看見了我才信；那沒有看見就信的有福了。」(約 20:29)

「不必擔心主會忽略祂子民的祈禱，所要擔心的是他們在試煉中灰心喪志，以致不恆切祈禱。」(《基督比喻實訓》，原文 175 頁)

「耶和華的眼目遍察全地，要顯大能幫助向他心存誠實的人。」(代下 16:9)

「祂用祂寶座的尊榮來保證自己必要履行對我們的承諾。」(《基督比喻實訓》，原文 148 頁)

「上帝能照著運行在我們心裏的大力充充足足地成就一切，超過我們所求所想的。」(弗 3:20)

「上帝必能滿足那些信靠祂之人的最大希望而有餘。」(《今日的生活》，原文 55 頁)

「主耶和華啊，你曾用大能和伸出來的膀臂創造天地，在你沒有難成的事。」(耶 32:17)

「使你成功的，不是你現在或將來所擁有的才幹，而是上帝為你所成就的。我們不要依賴人的能力，而當信靠上帝為每一個信祂的人所能成就的事。祂渴望你憑著信心來到祂的面前，渴望要為你成就大事。」(《基督比喻實訓》，原文 146 頁)

「你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。」(太 7:7)

「要以真誠饑渴的心靈向上帝呼籲。要和天使角力，直到獲得勝利。當將自己的一切，就是靈與魂與身子，交在上帝的手中，決心作祂仁愛聖潔的器皿，順祂旨意的支配，受祂心意的控制，為祂的靈所充滿。」(《論祈禱》，原文 75 頁)

「我們為這事作見證；上帝賜給順從之人的聖靈也為這事作見證。」(徒 5:32)

「人離了上帝就一無所成。上帝已經作出安排，如果沒有人神的合作，就無法完成恢復人類的工作。雖然人要盡的本分十分微小，但在上帝的計劃中，為了促成這項工作，這微小的本分也是必要的。」(《奇妙的神恩》，原文 319 頁)

「上帝既不愛惜自己的兒子，為我們眾人捨了，豈不也把萬物和他一同白白地賜給我們嗎？」(羅 8:32)

「我們若指望像基督一樣得勝，就必須仰望基督；必須像祂一樣抵抗；必須像祂一樣禱告；必須像祂一樣忍受痛苦。」(《使我認識祂》，原文 34 頁)

「上帝非人，必不致說謊，也非人子，必不致後悔。他說話豈不照著行呢？他發言豈不要成就呢？」(民 23:19)

「只要相信並讚美上帝，往前走吧。我們就快到家了。……要全心全意信賴上帝的應許。要堅信：信靠便是你的特權。」(《懷氏書信》31 號，1887 年 1 月 1 日)

「感謝上帝，使我們借著我們的主耶穌基督得勝。」(林前 15:57)