

季度禱告日

手冊和資源

重建祭壇

為專一的心禱告

2023 年第一季度
1 月 7 日（安息日）

復興與改革

季度禱告日的邀請

《重建祭壇——為專一的心禱告》

我們邀請你參與2023年第一季季度禱告日！讓我們為自己、為家人、為摯愛的人祈求可以緊緊與耶穌同行。

我們從〈提摩太後書〉3:5讀到有不少信徒在末世都只有「敬虔的外貌」，卻沒有敬虔的力量。我們都不想自己變成那樣！因此，我們把本季的主題命名為《重建祭壇——為專一的心禱告》。

懷愛倫寫道：「上帝對其子民說：『你們是世上的鹽。』換言之，你是保守地上免受腐敗原則侵蝕的一員。救主繼續說：『你們是世上的鹽。鹽若失了味，怎能叫它再鹹呢？以後無用，不過丟在外面，被人踐踏了。』（太5:13）在失了鹽味的場面中，自稱認識上帝的人卻否定了真理。他們有敬虔的外貌，卻不曉得救贖的大能。鹽中沒有抵擋腐敗的元素的話，其結構依然保存，表面不變，卻變得毫無價值。那些只保留敬虔外貌的人正是如此，他們沒有在自己的人生中實踐永活的真理原則。」（《書信與文稿》，第10卷，第11號，1895年）

她還寫道：「對於那些正在為不朽生命的冠冕而奮鬥的人來說，知道他們有能力，而不僅僅是敬虔的形式，是非常重要的。」（《懷愛倫澳洲行》，原文150頁）

然而，我們無法單憑自己得着力量，唯有在每天的禱告中仰望耶穌並尋求祂才能得到能力。我們計劃本季的禱告日一起敬拜上帝、讚頌祂、特別懇求祂使我們深入理解、讓聖靈充滿我們，讓我們能夠有效地為祂作見證。我們是時候要向終生僅僅的「敬虔外貌」說不。我們要預備迎接耶穌復臨！

為了讓個人更早預備這特別的禱告日，你可以考慮嘗試禁食。禁食不單指不吃一頓餐，其重點是藉着禁食來讓我們專心，讓我們全心尋求耶穌。正如一位牧者所說：「我們在世界禁食，才能邀請耶穌共同宴席。」我們得悉：「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》，原文188頁）

倘若你是受到感動而禁食，我們鼓勵你先向上帝祈求，理解祂認為適合你的禁食方式。你可以選擇去吃得更簡單一些，或者不觀看任何社交媒體、電視或其他耗費時間的習慣。不論你做什麼，都要記住禁食不是要得到天上的賞賜，也不是回應禱告，而是除去我們的雜亂心思，讓我們能夠清楚聽到上帝對我們說的話。不過，不論你是否選擇禁食，我們都相信上帝等着把一種特別的福份賜給你。

懷愛倫在《告青年書》中寫道：「撒但最害怕的，就是上帝的子民清除一切障礙，讓上帝將祂的靈澆灌軟弱的教會和尚未悔改的會眾。」（原文133頁）如今正是當聚集在一起禱告的時候，再不疏離，要尋找方法去用心預備晚雨的降臨（見何6:3）。〈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。」

時候將近，如今就是了。讓我們懇求上帝尋見我們的心，除淨我們一切的不潔。讓我們祈求祂賜予我們一顆專一的心。我們不可再拖延。耶穌快來了！

給教會領袖的指導建議

此手冊包括以下的部分：

- **季度禱告日的邀請：**在這個特別的日子到來之前至少一至兩周將此邀請函之文字材料分發給教會的教友，以便他們可以準備參與。
- **安息日上午程序建議：**在早上崇拜聚會中講述本季的主題，並鼓勵教友參與下午的禱告活動。我們提供建議性的證道主題，經文，以及讚美詩。我們鼓勵講者盡量把內容表達地有個人風格且真實。
- **兒童故事推介：**這則故事強調要為耶穌懷一顆專一的心。講故事的人可以先閱讀一下，然後做好準備。
- **下午禱告程序建議：**下午的禱告活動可以在教會、郊外；如果人數比較少，可以前往某位教友的家中，讓他們在能保障隱私和不受打擾的情況下進行禱告。如果隔離措施導致無法進行實體禱告，也可以通過線上（Zoom）或電話進行。
- **下午靈修主題：**這則靈修文章主要集中詳述本季的主題。領禱者可以為組員閱讀文章，或請組員幫助閱讀。
- **過渡至禱告時段：**參與者在禱告時段開始前先閱讀指定的文章，讓彼此得到激勵。
- **專注合一的禱告（材料 1）：**領禱者使用這份材料來帶領組員去祈求得着專一的心。這純然是建議，只讓聖靈引領下午禱告時刻便可。
- **充滿能力的禱告應許（材料 2）：**這些應許可以加深你的禱告，讓你更有意義地與上帝共處。你可以在下午禱告時刻使用這份材料，或者發給其他教友，讓他們作個人靈修之用。
-

季度禱告日安排建議：

- 我們建議安排至少 2-5 小時進行下午禱告時刻。有不少人很享受禱告整個下午，晚上則可以安排聚餐和見證時間。請讓聖靈帶領你所安排的計劃。
- 大部分時間都是集體禱告，但是時間許可的話，領禱者可以把參與者分成小組來進行個人禱告。如果是通過線上進行的話，則通過聊天平臺的分組模式去分成多個小組。
- 如果可以的話，可以先把材料 1 和材料 2 分給參與者，讓他們儘早預備下午禱告時刻。

安息日上午程序建議

第一季主題：《重建祭壇——為專一的心禱告》

題目選擇：

《重建祭壇：為專一的心禱告》、《今日可選擇》、《為天國破釜沉舟——一種美好的鹽味》、
《以利亞的呼召——為父的心轉向兒女》、《盡心、盡性、盡意、盡力愛主你的上帝》

可以考慮使用以下的經文：

- 書 24:15——今日就可以選擇所要事奉的
- 太 6:24——不能又事奉上帝，又事奉瑪門
- 提後 3:1-7——脫離「敬虔的外貌」，並憑上帝的大能活着
- 珥 2:12-32——撕裂心腸，不撕裂衣服
- 路 1:17——為父的心轉向兒女
- 耶 29:13——專心尋求上帝，就必尋見
- 賽 55:6-13——當趁耶和華可尋找的時候尋找祂
- 雅 4:8——心懷二意的人哪，要清潔你們的心！
- 羅 2:28-29——真基督徒是在心裏
- 路 11:39——法利賽人的虛偽：表面潔淨、內心污穢不堪
- 詩 51:6——上帝渴望人的內裏誠實
- 太 5:13——鹽若失了味會怎樣？
- 太 22:37；可 12:30；路 10:27——盡心、盡性、盡意、盡力愛主你的神

證道者可以分享的故事：

證道者可以分享轉回上帝的見證或過去曾經面對雙重人生的經歷，並把內容說得真實而生動一些。（個人的真實故事容易打動人心，並會改變聽眾的生活方式。）

可以考慮使用以下的讚美詩：

《求主滿我杯》(#330)、《完全奉獻》(#388)、《我正回家》(#180)、《惟主使我心靈興奮》(#54)、《敬拜真神》(#4)

兒童故事：《從專一的心唱出來》（見下文）

兒童故事推薦

《從專一的心唱出來》

一些著名的歌手在他們兒時就很熱衷於音樂，但對嘉佩來說，那並不是一回事。她在玻利維亞長大，為耶穌大發熱心。她的母親自她出生後，便教導她理解耶穌的愛和《聖經》。她9歲的時候決志受洗，把心獻給耶穌。

年復一年，嘉佩開始感受到世上的快樂，而音樂便為她打開快樂之門。她喜歡在學校休假的時候以唱歌為樂，其後收到加入樂團的邀請後，她欣然同意，想着她可以開啓音樂事業，變得更加有名。到了 19 歲後，她肯定唱歌就是她的人生。

嘉佩開始讀大學的時候，她在幾個樂團當主唱。其後，她與幾位朋友一起結成新樂團，並一炮而紅。這個樂團在很多場合表演，嘉佩也很享受參加派對，並花錢去買奢侈的東西。她喜歡唱歌，特別喜歡花錢。然而，她要是沒有唱歌或花錢，就感到很空虛。人生似乎沒有意義可言。

嘉佩沒有徹底停止前往復臨教會。她試着在某安息日早上作基督徒，可是崇拜結束後便回到其他的生活方式。有一個安息日早上，她在教會聽了一首特別音樂，這讓她產生決意為上帝歌唱的念頭。她心想：我想在教會唱歌。我媽媽看到我在教會唱歌的話肯定會倍感驕傲。

過了不久，嘉佩定期去教會聚會。她不但參與早上崇拜，還參加下午的活動。她開始去聽復臨歌手的歌曲。她意識到她離開世上的音樂圈，但是又渴望有名；這讓她的內心有掙扎，便祈求上帝的幫助。

後來，新冠肺炎的疫情讓一切停頓。嘉佩再也不能在舞臺表演。不過，她並不感到絕望，反而如釋重負。她現在很容易就斷絕一切空虛而無意義的人生。她不久開始研經，研經完畢後，便決志透過再受洗禮重新把她的心奉獻於上帝。她感受到上帝賜予她一個新的機會去為祂而活。

嘉佩於疫情爆發不足一年時受洗。她在受洗時作禱告，宣稱她的一切都是屬上帝。她想上帝賜予她一顆完整的心。她禱告：「我把我的人生、恩賜和才幹去事奉祂。」她現在為上帝的榮光而獻唱、為有需要的人舉行座談會和研經會。有 4 個人受到她的影響而決志受洗。

對於像嘉佩一樣受到世上的花花世界引誘的年青人，嘉佩向他們說出特別的信息：「別花時間在世上。每個人都有恩賜和才幹，你只需要尋找它們，使用它們來榮耀上帝吧。」她學會把自己的才幹獻給耶穌真的有益處。就讓我們懇求耶穌，幫助我們把自己的才幹獻給祂，因為我們永遠不能從追隨世界獲得幸福。最好的喜樂在於我們以完全專一的心去事奉耶穌。

【文章節錄：《聖工消息》】

下午禱告程序建議

歡迎與公告

開場禱告

開場讚美與敬拜(10-15分鐘)：全心頌唱詩歌，並讚美上帝！

分享靈修材料：向組員閱讀靈修文章

過渡至禱告時段：向組員分享文章中的想法和引言

禱告時刻

- 開始分發材料 1：專注合一的禱告
- 簡述聯合禱告指引
 - 我們不會提前接受禱告事項。魔鬼比較喜歡我們多說代禱事項，不作實際禱告。
 - 依照領禱者的指示。我們移到其他主題時會先讚頌上帝，然後讓組員留待領禱者開始禱告時刻後才提出其代禱事項和有負擔的事情。
 - 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。
 - 如果可以的話，就試着誦讀《聖經》，祈求上帝的應許歸給祂自己。團員可以參考〈充滿能力的禱告應許〉(見材料 2)或翻開〈詩篇〉。
 - 在禱告中宣揚耶穌的公義人生和犧牲。祂一生讓上帝去接受我們的禱告(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。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)，但是請給予其他人有機會禱告，不要一人獨佔禱告時間。
 - 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幹擾。
- 禱告時段：領禱者使用〈材料 1：專注合一的禱告〉去帶領團員讚頌上帝，並祈求得着專一的心。我們鼓勵讓聖靈帶領各位。禱告的時長可以是 2-5 小時不等。詳情請參閱以下的程序建議。

散場詩：以更多的讚頌結束！

散場禱告：願一切榮耀歸於耶穌！

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<https://247unitedprayer.org>。)

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。

2-5小時聯合禱告的程序建議

禱告時段：集體禱告 (15-30分鐘)

認罪悔改：個人與集體禱告 (15-30分鐘)

代禱：集體與小組禱告 (30-60分鐘)

祝福圈：集體禱告 (1-3小時)

散場頌讚：集體 (10-15分鐘)

對領禱者的注意事項

預備的心對領禱者極其重要。倘若你很倉促，在沒有梳理自己的靈性之下進行下午禱告時刻，其過程就不如你所期望的順利。倘若你自己有抽時間去禱告、尋找己心、承認自己的罪、尋求上帝的賜福，就會對祂的作為感到驚奇。

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。

下午靈修主題

重建祭壇：為專一的心禱告

舊約有一位先知名為以利亞。上帝差遣他去呼召以色列人歸回上帝。那時，自上而下的以色列民都支持並推舉敬拜迦南人的神明巴力的行為。大多數以色列人棄絕了永活的上帝，轉而敬拜巴力，鄉郊地區也佈滿巴力的祭壇。

以利亞聚集同胞們，共同在迦密山頂會合。他環視群眾，斥責他們：「你們心持二意要到幾時呢？如果耶和華是上帝，就當順從耶和華；如果是巴力，就當順從巴力。」(王上18:21) 群眾一言不發。同一天，以利亞其後與群眾一起圍着永生上帝的祭壇。他安靜地用散落的石頭重建祭壇，祭壇被建成後，他便就地擺設木頭，準備獻燔祭。

以利亞則冒險呼求上帝，就是以色列人所丟棄的上帝。以利亞這樣禱告着：「耶和華—亞伯拉罕、以撒、以色列的上帝啊，求你今日使人知道你是以色列的上帝，我是你的僕人，我遵照你的話做這一切事。求你應允我，耶和華啊，應允我，使這百姓知道你—耶和華是上帝，是你叫他們回心轉意的。」(王上18:36, 37) 以利亞結束禱告後不久，上帝便降火燒滅了祭牲及祭壇。眾人見此都心生敬畏。他們呼叫說：「耶和華是上帝！耶和華是上帝！」(王上18:39)

多個世紀後，撒迦利亞的兒子施洗約翰進行宣教時重複着以利亞的作工。《聖經》這樣描寫施洗約翰：「他必有以利亞的心志能力，行在主的前面，叫為父的心轉向兒女，叫悖逆的人轉從義人的智慧，又為主預備合用的百姓。」(路1:17)

1999年，我在美國密歇根州的一個晚上聽到以利亞呼召我回到孩子的身旁。我沒有透過證道或經文聽過以利亞的呼召，而是透過孩子們的呼求才聽到。

我收拾好文件和公事包後，便外出前往一間大型教會出席重要的植堂計劃會議，匆匆忙忙。我的孩子那時分別是6歲和3歲。他們得悉我要出門後，便跑到我面前問我：「爸爸，你要去哪裏？」我如實回答：「我要去開會。」他們之後求我：「爸爸，今晚留下來嘛！你一直都不在！你再不跟我們一起玩了！」我快快給孩子抱一抱，親一親。他們的小小手臂緊緊摟着我。我試着起來，他們卻不放我走，並很絕望地靠緊我。他們試着把過度委身的爸爸留在家裏。

我要輕輕撬開他們的手臂才能離開。他們開始喊着：「爸爸，今晚求你留在家裏！」我出了家門，關上了門。我走在雪中時，孩子的哭聲和來到我面前的場景深深地在我腦海中徘徊。我沉沉地在雪中踏步時，上帝就向我的心裏說話。祂呼喚我的名字，我在途中停了下來。那天晚上，祂呼召我回到孩子的身旁時，雪悄悄地降在我的身上。祂第一次藉着孩子的呼喊聲和愛向我說話：爸爸，留在家裏吧！

對我而言，那是一個很艱難的呼召。我那時每周就有7個晚上幫助別人，卻忽略了自己的孩子。那個呼召讓人痛苦，不過一個憐憫的呼召讓我們修補我與孩子之間的關係。

從天開始，我開始拒絕多個請求，讓我可以多陪伴家人。這實在不容易！上帝幫助我確保我有時

間與每個孩子在一起，我和妻子正好也把夫妻共處放在首位。首先，我們的孩子一直沒興趣和我在一起。我很多次都拒絕他們，不跟他們玩耍。我經常感到自己很失敗。以利亞的呼召則帶着上帝的醫治大能。祂幫助我們的孩子原諒我。祂確實把我的心轉回兒女，而他們那顆小小的心也轉回了我！讚美上帝！

施洗約翰與以利亞有同一的聖靈，預備子民迎接彌賽亞的到來。他如以利亞一樣呼召子民復興，宣告：「你們要悔改！因為天國近了。」(太3:2) 以利亞呼召父親把心思轉回兒女。約翰也是如此行。今天，我們同樣受托去做這件事。施洗約翰預備第一世紀的子民去接受耶穌是彌賽亞。今天，上帝也呼召我們去預備子民去接受耶穌會以萬王之王的身份駕雲降臨的事情！

家庭的醫治是復興的關鍵部分。復興是家庭每天必須的核心。當家庭每天透過耶穌的話語和禱告來與祂經歷復興，上帝的靈就會預備我們早日與耶穌相見！現在，我們是時候要為末世把以利亞的信息活出來！

[文章節錄：唐邁悌 (Don MacLafferty)，《回家》(Come Home)，原文請參閱：<http://bit.ly/comehome2023>]

過渡至禱告時段

唐邁悌牧師的見證及以利亞的呼召激勵我們去召喚父母兒女，以及所有人都歸回耶穌的身旁、返回他們的家、回復真心的敬拜。我們需要呼召別人去預備耶穌再來，這也激勵了我們。不過，我們要先改變自己的內心，才能有效牧養自己的家庭或呼召別人來到祂面前。我們要除去一切的妥協和世俗化基督教的樣式。我們需要與耶穌一同經歷真實，並感受聖靈深深傾倒於自己身上。

正因如此，我們這次特別祈求上帝會幫助們重建敬拜的祭壇，並為耶穌賜予我們有「專一的心」，使我們真正敬拜祂。我們的心全然屬祂，祂的靈也會充滿我們。

我們從〈提摩太後書〉讀到在末世時會有大艱難。究竟是什麼原因？《聖經》說：「那時人要專顧自己，貪愛錢財，自誇，狂傲，謗讟，違背父母，忘恩負義，心不聖潔，無親情，不解怨，好說讒言，不能自約，性情凶暴，不愛良善，賣主賣友，任意妄為，自高自大，愛宴樂，不愛上帝，有敬虔的外貌，卻背棄了敬虔的實意，這等人你要躲開。」(3:2-5)

不幸的是，這段經文恰恰是現今世代真實的寫照，不是嗎？

我們會花時間去禱告，懇求上帝救我們脫離一切屬靈的虛假和僅有的「敬虔外貌」，但是我們首先來默想以下的文章。懷愛倫提到聰明和愚拙的童女。我們讀起她的文章時，便深覺今天是時候放下這些無力的「敬虔外貌」。先聽聽她怎麼說：

「在十童女的比喻中，有五位是聰明的，有五位是愚拙的。『愚拙的童女』代表那群沒有藉着聖靈真心做好精緻工作的人。基督的來臨並沒有讓那群愚拙的童女變得聰明。基督來臨的時候，天國的天平會衡量品格，決定它是純正、得潔淨和聖潔，還是不潔淨並不符合天國的要求。那群鄙視神聖恩典的是愚拙的人，他們自以為這都掌握得起，並想着能以此得到定居天國的資格。他們擁有一切亮光、一切知識，可是得不了恩典的燈油，他們沒有從潔淨的大能中接受真理。」(《評閱宣報》，1890年8月19日)」

「在比喻中，十個童女都出去迎接新郎。她們都帶着燈和油瓶。暫時在她們中間看不出有什麼區別。基督復臨之前的教會也是這樣。大家都有聖經知識，都聽到了基督快來的信息，充滿信心地期待祂的顯現。但現今的情形與比喻中一樣。由於一段等候的時期，信心受到了考驗，及至有聲音喊着說：『新郎來了，你們出來迎接他！』許多人還沒有作好準備。他們有燈，瓶子裏卻沒有油。他們沒有聖靈。」

「僅有聖經的知識卻無上帝的靈是沒有用處的。真理如果沒有聖靈伴隨，就不能喚醒或聖化人心。一個人可以熟悉聖經的吩咐和應許，但如果沒有上帝的靈使真理深入人心，他的品格就不會有變化。沒有聖靈的光照，人就不能辨別真理與謬道。他們就會倒在撒但陰險的試探之下。」

「愚拙的童女所代表的並不是偽善的人。他們重視真理，擁護真理，並與相信真理的人往來，可是他們卻沒有順從聖靈的感化，沒有跌在磐石基督耶穌上，跌碎自己

的舊性。這等人也是『石頭地』所代表的聽眾。他們很快接受了真理，但沒有吸收真理的原則。真理的影響並不持久。聖靈在人心中運行，根據人的心願和意志為他培養一個新的性情。可是愚拙的童女所代表的人，只滿足於膚淺的工作。他們不認識上帝，沒有研究祂的品德，沒有與祂交往，不知道如何信靠祂，仰望祂而存活。他們侍奉上帝流於形式。「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，心卻追隨財利」(結33:31)。使徒保羅指出，這正是基督復臨前人類的特徵。他說：『末世必有危險的日子來到。因為那時人要專顧自己，……愛宴樂不愛上帝；有敬虔的外貌，卻背了敬虔的實意』(提後3:1-5)。」(《基督比喻實訓》，原文408, 411頁)

今天下午，我們祈求上帝會改變我們和孩子們的心思。願我們永久除去人為的敬虔「外貌」，並在我們預備祂再來時得着祂的大能。

材料1 (供集體禱告使用)

專注合一的禱告

[為了讓我們更容易開始祈禱，以下的禱告內容僅供參考，不一定要提及所有事項。我們鼓勵你在禱告時，祈求聖靈引領你的禱告，並關顧其他參與者。]

頌讚時刻 (集體)

[如果參與者沒有想到頌讚上帝的地方，可以先查閱《聖經》的經文，然後以〈詩篇〉來開始禱告。不論他們遇到哪些試煉，也有很多頌讚上帝的理由！]

- 感謝上帝，祂垂聽並應允禱告。(太7:7)
- 感謝上帝，祂不說謊，也不徒然返回祂的話。(賽55:11)
- 感謝上帝，我們若照祂的旨意求什麼，他就聽我們。(約一5:14)
- 感謝上帝，祂已將又寶貴又極大的應許賜給我們。(彼後1:4)
- 感謝上帝，我們無需當學者也可以瞭解《聖經》的真理。(提後3:15)
- 感謝上帝，祂赦免我們的罪，使我們在耶穌裏得勝。(約一1:9；林前15:57)
- 感謝上帝，使我們聽到因信稱義的美好信息。(羅3:26)
- 感謝上帝，祂賜下聖靈，並降下晚雨。(珥2:28；何6:3)
- 感謝上帝，祂因祂的榮耀坐在寶座上，掌管全地。(啓4:2, 3)
- 感謝上帝，祂視微小的祝福為理所當然。
- 感謝上帝，祂把一切事情帶進我們的心意思念中。讓我們把讚頌湧流！

悔罪時刻 (個人與集體)

[參與者在個別上只要向上帝和受害者承認自己的罪便可，不過我們對自己所犯下的種種過錯感到愧疚，就如同以下的事項一般，這就適合於以團體形式作悔罪禱告。他們從中放下自己的驕傲，讓聖靈對自己說話，引發自己重新降服上帝，並認罪悔改。]

- 承認你的屬靈祭壇變得薄弱或崩壞。
- 承認你是主動違了約，沒有當「彌補違約後果的人」。
- 承認你心中驕傲及冷漠，通常只有「敬虔的外貌」。
- 承認你沒有像當初所宣告的一樣熱心，反而變得不冷不熱或三心二意。
- 承認你自私並自我中心。
- 承認你重新傷害了耶穌。
- 承認你沒有認可耶穌就是上帝。
- 承認你沒有遵從聖靈所確信的事。
- 承認你傷害了家人、教會或別人。
- 承認你有偶像或其他事情從中阻擋你和上帝。
- 承認你無法做到真正的見證人。
- 承認其他聖靈使你想起的事。

禱告時刻（集體與小組）

[參與者要聆聽聖靈及其他人禱告的聲音，在禱告中認同別人。倘若深受感動，他們可以主動為別人禱告。在他們求得〈耶利米書〉33:3的應許之時，也祈求聖靈感動自己去禱告一些事情。領禱者在結束前會請參與者分成二人小組，去為彼此代禱。]

- 懇求上帝，祂鼓勵我們鼓起勇氣去認罪悔改，並脫離原本犯下的罪，重過新生。
- 懇求上帝，祂向我們賜予專一的心。(雅4:3)
- 懇求上帝，祂向我們賜予新心。(詩51:10；結36:26)
- 懇求上帝，祂向我們顯示自己在生活上只會活出「形式」的部分。(詩139:23, 24)
- 懇求上帝，我們更加需要聖靈！(路11:13)
- 懇求上帝，祂使我們甘心樂意地降服於祂，並全然跟隨耶穌。(太16:24)
- 懇求上帝，祂不只幫助我們去聆聽祂的話，並教導我們成為「實踐者」。(雅1:22)
- 懇求上帝，祂幫助我們去修補屬靈背約所帶來的裂痕，好使我們能夠修復其他背約的人。(賽58:12)
- 懇求上帝，祂使我們的家庭和受傷的人得復原和醫治。(詩147:3)
- 懇求上帝，祂保守我們的家人、摯愛的人和並未得救之人。
- 懇求上帝，祂看顧教會的兒童和少年人。
- 懇求上帝，祂顧念教會的牧者和其他領袖。
- 懇求上帝，祂使教會進行教會的事工、未來的計劃和外展活動。
- 懇求上帝，祂透過任何事情來引發自己的心意意念。

禱告之圈（為圈中的人禱告）

[此部分列出下方的指引。參與者先利用30分鐘時間去進行團體禱告，再分為10人小組去結束此部分。]

- 圍成一個圓圈，領禱者邀請參與者來到圓心，每次一位，而圍圈的人則為那位參與者禱告。
- 參與者略為提到自己的屬靈負擔或需要。這絕不是分享見證的時候，只要清楚分享自己的需要便可。這可能就是一種讓自己的靈性得勝、醫治婚姻或信仰往前之方法。他們可能需要幫助去克服成癮；他們可能會為流浪的孩子心疼不已。參與者可以真情流露，表達自己的情緒，放下驕傲。
- 參與者分享自己的需要後，其他人則為他/她禱告。有些人也會握着他/她的手。(撒但試着把我們分離，但是我們必須埋在一起！)
- 兩至三個人為那位參與者禱告後，領禱者會作結束禱告。
- 當那位參與者回到團員身旁，如果可以的話，各位就去唱一首歌。彼此擁抱也沒問題。
- 領禱者邀請另一位感到有需要的參與者來到圓心。
- 重複以上過程，直到所有參與者已經接受別人的代禱為止。

結束頌讚時刻（集體）

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]

「上帝的應許，不論有多少，在基督都是『是』的。所以，我們借着祂說『阿們』，使上帝因我們得榮耀。」(林後 1:20)

「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)

「你們得不着，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，就必得着，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着信心祈禱，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，他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欲來的敗壞，就得與上帝的性情有分。」(彼後 1:3, 4)

「這稱為我名下的子民，若是謙卑自己，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 16:9)

「只要教會滿足於小事，就沒資格去領受上帝的大事。」(《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，上天正在等着要將聖靈賜給我們。」(《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着。……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。只要祈求就能得着。要懷着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，就必得着。」(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，你們就必得着能力……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，它正等着你去支取。只有相信上帝，接受祂的話，憑着信心行動，福氣才會臨到。」(《論祈禱》，原文 84 頁)

「你們也靠他同被建造，成為上帝借着聖靈居住的所在。」(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)

「上帝能照着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。祂渴望你憑着信心來到祂的面前，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)

「我們領受上帝恩典的唯一理由，就是我們迫切的需要。……他覺得自己的所謂良善是靠不住的，他自身迫切的需要就是求助的理由。……每個罪人，都可以這樣來就基督。」(《歷代願望》，原文 316, 317 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；必須象祂一樣忍受痛苦。」（《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。他說話豈不照着行呢？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，使我們借着我們的主耶穌基督得勝。」（林前 15:57）

「耶和華啊，榮耀不要歸與我們，不要歸與我們；要因你的慈愛和信實歸在你的名下！」（詩 115:1）