

## 领袖指南

欢迎来到 2025 年十日祷告会！我们坚信生命的复兴源于祈祷。在过去的数年中，当我们同心禁食、祷告寻求上帝的时候，他便为我们施行神迹。圣灵则为我们带来悔改的心，布道的热情，复兴的教会和被医治的人际关系。

上帝有呼召你来经历复兴吗？圣经中给你这样的应许俯拾皆是：

“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)

“你们寻求我，若专心寻求我，就必寻见。”(耶 29:13)

“凡求告耶和華名的就必得救。”(珥 2:32)

“你们亲近上帝，上帝就必亲近你们。”(雅 4:8)

“看哪，我站在门外叩门，若有听见我声音就开门的，我要进到他那里去，我与他，他与我一同坐席。”(启 3:20)

无论你身在何处，上帝与你的距离总是比你想得更近。他甚愿将福气倾倒在你的家庭、你的教会、你的社区和你的世界中。

## 十日祷告会常见事项

### 每日祷告指引

我们已为十日祷告会的每一天准备了一份祷告指引。内容包括一段圣经章节、灵修阅读材料、祷告的主题经文、祷告的建议以及推荐诗歌。我们建议领袖们复印每日的祈祷指引，让每位参与者在祷告期间人手一份，遵照进行。

世界各地的教会将会同心合意地围绕每日主题来祷告。借着经文和祷告事项来加入这一全球性的祷告大军吧。但切莫以匆促应付的态度完成每日的祷告事项。你可以将教友们分成多个小组，请每个小组为祷告事项中的一部分代祷。

我们也准备了一份全球教会祷告事项。同心为全球教会大家庭献上祈祷固然重要，但若你的小组中有新人或访客加入，那么不妨多花些时间为共同的需求祷告。领袖要祈求圣灵赐下智慧，让祷告会给人一种宾至如归之感。

### 祷告会各环节的建议时长

领袖的祷告时间要简短，以便小组能更加专注在实际的祷告上。每个环节时间的长短会因具体情况有所不同。以下仅为建议时间表：

**欢迎和介绍：** 2–5 分钟

**阅读灵修材料（见每日祷告指引）：** 5 分钟

**围绕“紧握上帝圣言来祈求”中的主题经文祷告（见每日祷告指引）：** 10–15 分钟

**围绕“更多祷告事项”中的内容祷告（见每日祷告指引）：** 20–30 分钟

**以歌唱和赞美来回应：5–10 分钟**

### 为他人代求

鼓励每位参与者在这十日祷告会中为 5 至 7 人献上恒切的代祷，这些人可以是亲戚、朋友、同事、邻居或熟人，他们都是上帝安放在各人生命中的人。在选择祷告对象和在十天内如何向他们传福音的事上，要鼓励教友们寻求圣灵的引导。你可以预备些卡片或纸张，便于人们记下他们要为之祷告之人的名字。

### 十日祷告会期间的安息日崇拜聚会

在祷告会期间的安息日聚会中，要安排特别的祷告环节，并分享祷告蒙垂听的见证。安排要有创意——在教会大家庭中分享每日祷告会中的经历，其实是有许多方法可以用的。

### 最后一个安息日的庆祝活动

最后一个安息日应该特别作为庆祝的日子，为上帝在这十日内所成就的一切欢呼雀跃。要为祷告蒙应允的见证、以祷告为主题的圣经教导或布道以及唱诗颂赞留出充分的时间。要带领会众祷告，这样一来，那些未能参加每日祷告会的教友也能体验与他人一同祷告的喜悦。更多内容可参阅安息日庆祝单张。

### 十日祷告会的后续工作

要在你的教会/小组应当如何继续在十日祷告会中所开展的事工的事上，继续祷告寻求上帝的旨意。也许你计划继续举行每周祷告会。也许上帝希望你的教会能够开展一项新的事工，或是进行社区布道工作。要敞开心门，顺服上帝的引导。你若与他同行，这经历必会让你大为惊叹。在外展布道挑战的介绍中已列出了许多服务建议。

### 见证

请分享上帝在十日祷告会中所成就的事！你的故事定会鼓励更多的人。见证也可分享至 [www.tendaysofprayer.org](http://www.tendaysofprayer.org) 网站。

## 联合祷告指引

### 同心合意

当一个人向上帝求一件事时，其他人也要同心合意地为同一件事祷告——这样的祷告大有力量！不要认为已经有人为某件事祷告，其他的人就无需代祷了。“我又告诉你们，若是你们中间有两个人在地上同心合意的求什么事，我在天上的父必为他们成全。”(太 18:19)在祷告中被高举，这是多么鼓舞人心的事啊！

### 握紧上帝的应许

鼓励组员们在祷告的时候握紧上帝的应许。我们很容易在祷告的时候专注自己的问题。但若能握住上帝的应许，就必在信心上得以长进，并提醒自己在上帝没有难成的事。这些应许能使我们不再受

困于自己的软弱与困难，而是定睛仰望耶稣。我们的各种软弱和挣扎，都可以在圣经中找到与之相应的应许。要鼓励教友们寻找更多的应许，并记录下来，以便在日后的生活中可以带给他们莫大的安慰。

### 禁食

建议参与十日祷告会的人考虑一下进行某种形式的禁食，比如不看电视，不听世俗音乐，不看电影，不使用互联网，戒甜食或是其他不易消化的食物。用更多的时间去祷告、研究圣经，祈求上帝帮助你和你的会众更加完全地在基督里安居。清淡简单的饮食能让我们的心更加敏于聆听圣灵的声音。

### 圣灵

一定要祈求圣灵教导你如何为人的生命或某种境遇祷告。圣经说，我们本不晓得如何祷告，乃是圣灵亲自替我们祷告。(见罗 8:26, 27)

“我们非但要奉基督的名祈祷，也要出于圣灵的感动。圣经说圣灵‘用说不出的叹息，替我们祷告’，也就是这个意思。(罗 8:26)这种祷告乃是上帝所乐意应允的。当我们以诚恳和热切的心情奉基督的名祈祷时，这种热切的心灵本身就是上帝所赐的保证，说明他将要‘充充足足地成就一切超过我们所求所想的’。(弗 3:20)”(《基督比喻实训》，原文 147 页)

### 日志

在十日祷告会期间，每天记一篇祷告日志能够帮助人们将每日祷告的主题铭刻在心，向上帝作出具体的承诺，并且看出他的满满赐福。写下我们的祷告并记下上帝对祷告的回应，是一剂能够给人带来鼓励的良方。

如果你愿意的话，可以在祷告会中预留时间让大家写下自己对上帝的回应——不拘什么形式，祈祷日志、笔记本、一张大海报或是网络日志皆可。当我们回望上帝是如何应允了祈祷的，就必倍感振奋，信心也得以坚立。

### 敬畏

鼓励人们有敬畏之心，自己也要树立榜样。我们乃是来到宇宙君王的宝座前。切勿以怠慢的动作或举止来对待祷告的庄严时刻。当然，也没有必要让人们一直跪着。你若希望大家都能舒适地度过一个小时，那么就鼓励他们按着上帝的引领，找一个自己感觉舒服的姿势，或跪、或坐、或站。

### 一句式祷告

祷告应当简短而切题，也让他人有机会祷告。试着将祷告控制在几句话之内。每个人都可以多次祷告。简短的祷告不易使人分神，也让圣灵有机会教导人应当如何祈求。既然是简短的祷告，就不需要每次都以“亲爱的上帝”和“阿们”来作为开始和结束。这种祷告是一种与上帝之间不间断的交谈。

### 静默

作为领袖，不可独占祷告的时间。祷告会是要大家都来祷告。静默的时间非常美妙，让上帝有时间对我们的的心灵说话。要由圣灵运行，要给每个人时间去祷告。

### 唱诗

在祷告中自发地唱几首赞美诗，会让祷告聚会更加动人。每篇祷告主题指引中都列出了推荐的诗歌。这些仅仅是建议，不需要都唱完。唱诗也是在各个祷告环节之间起承转合的好办法。

### 收集祷告事项

不要询问祷告事项，而是要告诉大家可以在祷告中提出自己的需求，并鼓励其他人一起为这些事情同心合意地献上祈祷。之所以这样做，是因为时间有限。讨论祷告事项会占据大量本应用于祈祷的时间。撒但若是能够引诱我们一直讨论问题而不是为问题祷告，那么他必为奸计得逞而欣喜若狂。小组成员也会在这过程中开始劝勉或提出解决办法。能力是来自于上帝的！我们的祈祷越热切，他的大能也会越加彰显。

### 领袖每日祷告的时间

这一点至关重要！作为领袖，要确保自己每天都花时间来到耶稣的脚前，与他交流并研读他的圣言。如果你将认识上帝作为人生的首要目标，那一定会开启一段美妙的经历。“伟大的改革运动所有震动世界的力量，乃是从祈祷的密室中而来的。主的仆人在密室中以圣洁的镇静，把他们的脚立在他应许的磐石上。”（《善恶之争》，第 210 页）当领袖祈祷时，上帝便作工感动人心！

## 简介

欢迎来到 2025 年十日祷告会！我们坚信生命的复兴源于祈祷。在过去的数年中，当我们同心禁食、祷告寻求上帝的时候，他便为我们施行神迹。圣灵则为我们带来悔改的心，布道的热情，复兴的教会和得医治的人际关系。以下是曾参与往年十日祷告会之人的见证：

*在今年的十日祷告中，全能的上帝行了许多令人惊叹的神迹...我们其中一个教会已经近两年没有电了...因此，在上次的十天祈祷期间，教会牧师受到感动，要求教会每天早上祈求能够恢复电力。这个祷告已经得到回应，愿荣耀归于上帝。(P.C.O.)*

*[在十日祷告期间]羊群之间有了新的委身、动力、热情和真诚。就我个人而言，我发现它使人恢复活力，进行晚间祷告的时候甚至感受到复原的顶点，收获丰富。我们需要更多这样美好的聚会，使我们更接近耶稣的脚前。(E.A.)*

*我对读《圣经》和花时间祷告的承诺并不是那么认真。我参与十天祷告之后，则大大改变对祷告的态度。我开始花更多的时间祷告，赞美上帝，为别人祷告，读《圣经》。我原本有高血压，但后来减轻了症状。感谢全能的上帝。(H.R.)*

*[在十天祈祷中，每个人都为一个参加面试的姐妹祈祷。]她得到那份工作——是一份需要具备最高资历的人的工作，不过她还是得到。经过多年的挣扎和等待之后，上帝所做的一切让我们感到惊讶。我们到底为此祷告多少次？我们不会数算。我想鼓励大家继续祈祷，因为如果我们相信的话，我们的祈祷就不会枉然。(G.M.)*

上帝有呼召你来经历复兴吗？圣经中这样的应许俯拾皆是：

“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)

“你们寻求我，若专心寻求我，就必寻见。”(耶 29:13)

“凡求告耶和華名的就必得救。”(珥 2:32)

“你们亲近上帝，上帝就必亲近你们。”(雅 4:8)

“看哪，我站在门外叩门，若有听见我声音就开门的，我要进到他那里去，我与他，他与我一同坐席。”(启 3:20)

无论你身在何处，上帝与你的距离总是比你想得更近。他甚愿将福气倾倒在你的家庭、你的教会、你的社区和你的世界中。



## 祷告主题：但是当你祈祷……

今年的每日灵修文章是由该亚 (Pavel Goia) 博士准备，他是《传道者杂志》(Ministry) 的编辑。他用自己事工中的故事来探索主祷文和耶稣的其他教导。让我们跟着他，他会从熟悉的台词中解读更深的含义和属灵意义。“尊”上帝的名是什么意思？上帝的国度在地上是什么样子？宽恕别人如何能改变我们与上帝的关系？上帝会把领人陷入试探吗？

无论你是祷告一辈子还是几天，这些满有故事的经文都会唤醒你的需要，使你渴望每天跪在地上与耶稣相遇。仔细阅读《圣经》，把它放在身边。你如果可以的话，就去找一群信徒在这十天里一起祈祷。当两三个人奉耶稣的名聚集在一起，神迹就会发生！

### 祷告时间的建议

- 祷告尽量简短——每一事项说一两句话即可。之后请其他人轮流祷告。你可以自行决定祷告的次数，就像平时的谈话交流一样。
- 不要怕会出现安静的时刻，这是给每个人聆听圣灵声音的机会。
- 在圣灵的感动下一同唱诗赞美，也是丰丰富富的祝福。不需要钢琴伴奏，人声合唱也是上好的选择。
- 与其用宝贵的祷告时间来讨论祷告事项，不如直接献上祷告。这样别人也可以为你的需要代祷，为你的需要而紧握上帝的应许。

### 紧握应许

在祈祷中紧握上帝的应许是我们的特权。上帝的诫命和训词也都是应许。他要我们做的事，一定是我们借着他的力量能够做到的事。

我们很容易专注在自己的需要、困难和挑战上——当我们祷告的时候，总会因自己的处境而哀嚎抱怨。但这并不是祷告的目的。祷告本是为了增强我们的信心。因此，我们鼓励你在祷告的时候紧握上帝的应许。将你的眼光从自身的软弱上移开，要仰望耶稣。当我们定睛注视他时，自己也会改变成他的形象。

怀爱伦鼓励我们：“上帝圣言中的每一应许，都是给我们的。在你的祷告中要提述耶和華的保证，凭着信心要求他所应许的。他的诺言保证你若凭着信心祈求，就必得着各样属灵的福惠。要继续不断的祈求，就必有丰满的收获，远超过你所求所想的。”（《一同在天上》，第 71 页）

怎样才能紧握他的应许呢？比如，当你祷告求平安时，可以提说约翰福音 14:27 说：“你曾说，‘我留下平安给你们；我将我的平安赐给你们。我所赐的，不像世人所赐的。你们心里不要忧愁，也不要胆怯。’主啊，请将你应许留下的平安赐给我。”要献上感谢，即便你当下可能感觉不到，他也正将平安赐给你。

### 禁食

我们鼓励你在十日祷告会期间进行“但以理式”禁食。以祷告和禁食开启新的一年，能让我们在接下来的 365 天里将生命更加全然地献给主。怀爱伦告诉我们：“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》，原文 188, 189 页）

我们都知道但以理的故事，他在十天的试验期里只吃水果和蔬菜。我们也要这样鼓励你，在这十天的祷告会中采用简单的饮食。假如我们想要有更清晰的头脑来聆听上帝的声音，想要与他更加亲近，就必须确保自己的饮食不会造成阻碍。

禁食不仅仅是戒除食物。我们也鼓励你禁戒电视、电影、网游、交友网站和视频网站。有时事情本身并不坏，但却会占据我们大量的时间。尽可能地将一切事物搁置一边，好让你有更多的时间与主亲近。

禁食并非获得神迹的捷径。它是要我们谦卑自己，让上帝在我们里面作工，并透过我们成就他的计划。让我们借着祷告和禁食亲近主，这样主也会亲近我们。

### 圣灵

一定要祈求圣灵教导你如何为人的生命或某种境遇祷告。圣经说，我们本不晓得如何祷告，乃是圣灵亲自替我们祷告。

“我们非但要奉基督的名祈祷，也要出于圣灵的感动。圣经说圣灵‘用说不出的叹息，替我们祷告’，也就是这个意思。（罗 8:26）这种祷告乃是上帝所乐意应允的。当我们以诚恳和热切的心情奉基督的名祈祷时，这种热切的心灵本身就是上帝所赐的保证，说明他将要‘充充足足地成就一切超过我们所求所想的’。（弗 3:20）”（《基督比喻实训》，原文 147 页）

### 信心

我们在预言之灵中读到“世上无论什么能力所做不到的事，祈祷和信心能够做到”（《服务真诠》，第 509 页）。我们也看到“我们可以祈求他所应许的任何恩赐；然后就当相信我们必定得着，并且感谢上帝使我们已经得着了”（《教育论》，原文 258 页）。你既相信他所将成就的以及他要应允你的祈求，就当养成事先感谢上帝的习惯。

### 为他人代求

鼓励每位参与者在这十日祷告会中为 5 至 7 人献上恒切的代祷，这些人可以是亲戚、朋友、同事、邻居或熟人，他们都是上帝安放在各人生命中的人。花些时间求问上帝他希望你为谁祈祷，恳求他让你真正为这些人挑起代祷的担子。将他们的名字写在纸上，放在显眼的地方，比如夹在圣经里。你会因上帝对你祈祷的回应而惊叹不已！

### 十日祷告会外展事工挑战

耶稣呼召我们不仅要祷告，还要为身边有需要的人服务。“因为我饿了，你们给我吃，渴了，你们给我喝；我作客旅，你们留我住；我赤身露体，你们给我穿；我病了、你们看顾我；我在监里，你们来看我。”（太 25:35, 36）

我们在《服务真诠》中读到，“我们必须做一个双方面的人——一个有思想有行为的人，一个静默祈祷恳切工作的人”（原文 512 页）。我们既从上帝那里得了许多的爱，就应当将这份爱与亲朋、邻舍以及有需要的陌生人分享。

当求问上帝，在十日祷告会结束后，你和你的教会应该如何继续服侍他人。在你安排服务时间时，要避免与祷告时间相冲突，以免分心。“在你为别人作个人之工前，要多进行私下的祷告。因为要明白救灵的科学，需要有很大的智慧。在你与别人交往以前，要先与基督交往。要在天国的施恩座前获得为别人服务的资格。”（《论祈祷》，原文 313 页）

在十日祷告会的网上资源中，你可以找到关于外展事工的建议。耶稣邀请你成为他的手和脚，为这个世上有需要的人服务。

## 作者资料

该亚 (Pavel Goia) 博士是一位接手牧师、讲者及编辑。他在家乡罗马尼亚开始传教生涯，并与他的妻子和两个儿子移居美国，从而在当地为未来的传道工作继续进修。他在罗马尼亚和美国的几个堂会担任堂主任，并在世界各地就祈祷和其他主题发表演讲。《一波接一波的神迹：该亚的故事》(One Miracle After Another: The Pavel Goia Story) 是以他为主角，而他也撰写多篇文章以及《在圣灵与大能中》(In the Spirit and Power) 一书。该亚现在于本会担任全球总会传道协会助理干事，并任职《传道者杂志》及《国际牧者期刊》(International Journal for Pastors) 主编。他喜欢多腾出时间与妻子、两个儿子、四个孙子女与一只忠心的宠物狗共渡时光。

本材料由基督复临安息日会全球总会传道协会编纂预备。



## 通宵祷告

领袖们可以考虑在十日祷告会期间举行一次通宵祷告会。比如，可以从晚上 6:00 开始到第二天早上 6:00 结束。请为你的小组安排适当的时间。

### 为何要举行通宵祷告会？

彻夜无眠的祈祷并不具有什么“神圣性”，但是对人们来说，夜晚可能是唯一不必奔波忙碌的时间。我们相信你参与的目的并不是整晚不睡，而是需要祷告多久就祷告多久，直到你感觉到上帝希望你为之祷告的事都已在祈祷中陈明为止。

我们建议通宵祷告会当有人带领。要确保祷告过程中安排休息时间。作为领袖，你能感觉到现场的氛围，并决定何时需要休息，何时需要开始下一个祷告环节。你还可以在祷告时间中穿插经文阅读。至于是完全遵照下列建议的程序，亦或是只采纳其中的一部分，你应当根据小组的具体情况来作出最佳选择，也可酌情调整顺序。

### 通宵祷告会的程序建议

**以赞美环节作为开始。**以祷告和诗歌赞美上帝。

**安排认罪悔改的环节，**要确保没有任何事阻碍上帝聆听你的祈祷。要给人们留出时间分别来作私下的认罪和小组集体的认罪。要鼓励人们私人的罪要在私底下作认罪祷告，若是公开的罪行，才当在公开的场合中认罪。在《但以理书》9:1-19 中，但以理就公开地为上帝的子民代祷，并承认他们犯罪得罪上帝。

**为参与祷告会之人的需要祷告。**有许多人正遭受伤害，需要祷告，或认识特别需要代祷的人。祷告的时候可以围成一个圈，在中间放一把椅子，并邀请那些有特别祷告事项的人来逐一分享他们的需要。大家可以围在分享者的身边，由两三个人紧握上帝的应许，为他/她的需要代祷。

**分成两个小组。**请姊妹们在一个房间祷告（由一位姊妹带领），弟兄们在另一个房间祷告（由一位弟兄带领）。有许多个人的需求不能也无需与每个人分享。与同性别的人一组会比较容易分享。

分组祷告结束后，**要聚集起来共同为社区和教会的需求祷告。**也要留出时间为**全球教会**代祷（见十日祷告周材料之全球教会祷告事项）。切莫以匆促应付的态度包揽所有的祷告事项。可分成多个小组，请各小组为祷告事项中的一部分代祷。

**为你在十日祷告会期间不断为之祷告的 5-7 人献上祷告。**

**选择一段圣经经文，并为此祈祷。**

**以赞美和感谢作为一个祷告环节的结束。**

## 十日祷告会的外展布道挑战

耶稣吩咐我们不能单单祷告，还要为身边之人的灵命和身体需要而服务。“因为我饿了，你们给我吃，渴了，你们给我喝；我作客旅，你们留我住；我赤身露体，你们给我穿；我病了、你们看顾我；我在监里，你们来看我。”(太 25:35, 36)

《服务真诠》中写道：“我们必须做一个双方面的人——一个有思想有行为的人，一个静默祈祷恳切工作的人。”(原文 512 页) 我们既从救主那里得了许多的爱，就应当将这份爱与亲朋、邻舍以及有需要的陌生人分享。

当求问上帝，在十日祷告会结束后，你和你的教会应该如何继续服侍他人。在你安排服务时间时，要避免与祷告时间相冲突，以免分心。“在你为别人作个人之工前，要多进行私下的祷告。因为要明白救灵的科学，需要有很大的智慧。在你与别人交往以前，要先与基督交往。要在天国的施恩座前获得为别人服务的资格。”(《论祈祷》，原文 313 页)

以下是一份帮助他人的方法列表。根据你所在社区的需要，选择合适的方法。当然，也欢迎你采用自己的想法。

- 为生病的人做一顿饭。
- 邀请一位邻居或同事参加联谊会。
- 为无家可归的人送上食物。
- 将自己喜欢的衣服捐献出去。
- “收养”一位老人。定期探访，帮助他/她做家务、添置用品、做饭或整理庭院。
- 烤些面包与邻居分享。
- 为社区建设贡献力量。
- 当病人或伤残人士的护理人员需要外出办事时，代替他们做照顾的工作。
- 参与社区工程项目。
- 主动认识新来的邻居，为他们预备一份点心，让他们感受到邻里间的热情。
- 为有需要的家庭购买生活用品并送货上门。
- 捐献旧眼镜。
- 帮助人查经。
- 探访护理院的长者。
- 为学生提供餐费。
- 收集衣物捐赠给需要的人。可以在教会里设立衣物捐赠箱，方便分享给他人。
- 捐赠你的旧笔记本电脑或其他电子设备。
- 捐献一辆二手汽车。
- 组织一次“健康展览”。
- 为长期卧病在床的人寄去问候卡。
- 组织一次系列布道会。
- 给邻居打电话，以表关心问候。
- 送给别人一本他们会喜欢的书。
- 分发福音宣传册(可在 <http://www.glowonline.org/> 上订购)。
- 邀请人接受耶稣。

- 举办一次烹饪课程。
- 分发赠送有关圣经主题的书籍。
- 为失去亲人的人送去食物。
- 探访住院的人，安慰鼓励他们，并以某种方式予以帮助。
- 为年长的人读书。
- 拜访儿童之家，并协助那里的员工。
- 组建缝纫/编织/钩编小组，做衣服送给有需要的人。
- 为看不见或无法阅读的人朗读圣经。
- 在你家里举办一场青年聚会。
- 在为受虐待的人开设的救助机构中作志愿者。
- 向儿童之家或救助机构捐献书籍。
- 带领你教会里的儿童去老人家里探访，并为他们表演节目。
- 为有特殊需要的儿童和家庭策划并组织一天的快乐活动。
- 组织一次社区清洁活动。
- 在教会中设立健康俱乐部，邀请朋友和邻居加入。
- 邀请他人与你一起观看圣经 DVD。当你们一起观看的时候，祈求圣灵感动那人的心。
- 自行策划外展布道服务项目。

想要获取更多关于见证的资料，请浏览 [www.revivalandreformation.org/resources/witnessing](http://www.revivalandreformation.org/resources/witnessing)

## 祷告中要紧握的应许

### 有关圣灵的应许

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

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

“但保惠师，就是父因我的名所要差来的圣灵，祂要将一切的事指教你们，并且要叫你们想起我对你们所说的一切话……祂既来了，就要叫世人为罪、为义、为审判，自己责备自己。”(约 14:26; 16:8)

“我实实在在地告诉你们：我所作的事，信我的人也要作；并且要作比这更大的事，因为我往父那里去。你们奉我的名无论求什么，我必成就，叫父因儿子得荣耀。你们若奉我的名求什么，我必成就。”(约 14:12-14)

“他对我说：这是耶和华指示所罗巴伯的。万军之耶和华说：‘不是倚靠势力，不是倚靠才能，乃是倚靠我的灵方能成事。’”(亚 4:6)

### 有关上帝垂听祷告的应许

“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)

“所以我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。”(来 4:16)

“所以我告诉你们：凡你们祷告祈求的，无论是什么，只要信是得着的，就必得着。”(可 11:24)

“并要在患难之日求告我，我必搭救你，你也要荣耀我。”(诗 50:15)

“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)

“你们祷告，无论求什么，只要信，就必得着。”(太 21:22)

“你们奉我的名无论求什么，我必成就，叫父因儿子得荣耀。你们若奉我的名求什么，我必成就。”(约 14:13, 14)

“到那日，你们什么也就不问我了。我实实在在地告诉你们：你们若向父求什么，祂必因我的名赐给你们。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 16:23, 24)

“我们若照祂的旨意求什么，祂就听我们，这是我们向祂所存坦然无惧的心。既然知道祂听我们一切所求的，就知道我们所求于祂的，无不得着。”(约壹 5:14, 15)

### 有关上帝能力的应许

“耶和华岂有难成的事吗？到了日期，明年这时候，我必回到你这里，撒拉必生一个儿子。”(创 18:14)

“耶和华必为你们争战，你们只管静默，不要作声。”(出 14:14)

“耶稣看着他们，说：‘在人是不能，在上帝却不然，因为上帝凡事都能。’”(可 10:27)

“那召你们的本是信实的，祂必成就这事。”(帖前 5:24)

“我知道祢万事都能作；祢的旨意不能拦阻。”(伯 42:2)

“既是这样，还有什么说的呢？上帝若帮助我们，谁能敌挡我们呢？上帝既不爱惜自己的儿子为我们众人舍了，岂不也把万物和祂一同白白地赐给我们吗？”(罗 8:31, 32)

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

“你岂不曾知道吗？你岂不曾听见吗？永在的上帝耶和华，创造地极的主，并不疲乏，也不困倦，祂的智慧无法测度。疲乏的，祂赐能力；软弱的，祂加力量。就是少年人也要疲乏困倦，强壮的也必全然跌倒；但那等候耶和华的，必从新得力。他们必如鹰展翅上腾，他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。”(赛 40:28-31)

### 有关上帝引领的应许

“我岂没有吩咐你吗？你当刚强壮胆！不要惧怕，也不要惊惶，因为你无论往哪里去，耶和华你的上帝必与你同在。”(书 1:9)

“我也与你同在。你无论往哪里去，我必保佑你，领你归回这地，总不离弃你，直到我成全了向你所应许的。”(创 28:15)

“看哪，我差遣使者在你前面，在路上保护你，领你到我所预备的地方去。”(出 23:20)

“但你们在那里必寻求耶和华你的上帝。你尽心尽性寻求祂的时候，就必寻见。”(申 4:29)

“你求告我，我就应允你，并将你所不知道、又大又难的事指示你。”(耶 33:3)

“一切山洼都要填满，大小山冈都要削平。高高低低要改为平坦，崎崎岖岖的必成为平原。耶和华的荣耀必然显现，凡有血气的必一同看见，因为这是耶和华亲口说的。”(赛 40:4-5)

“我要教导你，指示你当行的路；我要定睛在你身上劝戒你。”(诗 32:8)

“耶和华必在你前面行，祂必与你同在，必不撇下你，也不丢弃你。不要惧怕，也不要惊惶。”(申 31:8)



“谁敬畏耶和華，耶和華必指示他当选择的道路。”(诗 25:12)

“你要专心仰赖耶和華，不可倚靠自己的聪明，在你一切所行的事上，都要认定祂，祂必指引你的路。”(箴 3:5, 6)

“你心若向饥饿的人发怜悯，使困苦的人得满足，你的光就必在黑暗中发现，你的幽暗必变如正午。耶和華也必时常引导你，在干旱之地，使你心满意足，骨头强壮。你必像浇灌的园子，又像水流不绝的泉源。”(赛 58:10, 11)

“他们尚未求告，我就应允；正说话的时候，我就垂听。”(赛 65:24)

### 有关心灵更新的应许

“我要赐他们认识我的心，知道我是耶和華。他们要作我的子民，我要作他们的上帝，因为他们要一心归向我。”(耶 24:7)

“耶和華你上帝必将你心里和你后裔心里的污秽除掉，好叫你尽心、尽性爱耶和華你的上帝，使你可以存活。”(申 30:6)

“我也要赐给你们一个新心，将新灵放在你们里面。又从你们的肉体中除掉石心，赐给你们肉心。”(结 36:26)

“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。”(腓 1:6)

“若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。”(林后 5:17)

“我已经与基督同钉十字架，现在活着的不再是我，乃是基督在我里面活着；并且我如今在肉身活着，是因信上帝的儿子而活，祂是爱我，为我舍己。”(加 2:20)

“愿赐平安的上帝亲自使你们全然成圣。又愿你们的灵与魂与身子得蒙保守，在我们主耶稣基督降临的时候，完全无可指摘。那召你们的本是信实的，祂必成就这事。”(帖前 5:23, 24)

### 有关赦免的应许

“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)

“主啊，祢本为良善，乐意饶恕人，有丰盛的慈爱，赐给凡求告祢的人。”(诗 86:5)

“你们站着祷告的时候，若想起有人得罪你们，就当饶恕他，好叫你们在天上的父，也饶恕你们的过犯。”(可 11:25)

“并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如上帝在基督里饶恕了你们一样。”(弗 4:32)

“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。”(约一 1:9)

“耶和华说：你们来，我们彼此辩论。你们的罪虽像朱红，必变成雪白；虽红如丹颜，必白如羊毛。”(赛 1:18)

“惟有我为自己的缘故涂抹你的过犯，我也不记念你的罪恶。”(赛 43:25)

“我要赦免他们的罪孽，不再记念他们的罪恶。这是耶和华说的。”(耶 31:34)

“我们借这爱子的血得蒙救赎，过犯得以赦免，乃是照祂丰富的恩典。”(弗 1:7)

### 有关得胜罪恶的应许

“因为凡从上帝生的，就胜过世界；使我们胜了世界的，就是我们的信心。”(约壹 5:4)

“然而，靠着爱我们的主，在这一切的事上已经得胜有余了。”(罗 8:37)

“感谢上帝，使我们借着我们的主耶稣基督得胜。”(林前 15:57)

“你不要害怕，因为我与你同在；不要惊惶，因为我是你的上帝。我必坚固你，我必帮助你，我必用我公义的右手扶持你。”(赛 41:10)

“此外又拿着信德当作藤牌，可以灭尽那恶者一切的火箭。”(弗 6:16)

“我已经与基督同钉十字架，现在活着的不再是我，乃是基督在我里面活着；并且我如今在肉身活着，是因信上帝的儿子而活，祂是爱我，为我舍己。”(加 2:20)

“因为你们立志行事，都是上帝在你们心里运行，为要成就祂的美意。”(腓 2:13)

“我说：你们当顺着圣灵而行，就不放纵肉体的情欲了。”(加 5:16)

“赐平安的上帝，快要将撒但践踏在你们脚下。愿我主耶稣基督的恩常和你们同在！”(罗 16:20)

“不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为上帝的善良、纯全、可喜悦的旨意。”(罗 12:2)

“不要爱世界和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。”(约一 2:15)

### 有关医治的应许

“又说：‘你若留意听耶和华你上帝的话，又行我眼中看为正的事，留心听我的诫命，守我一切的律例，我就不将所加与埃及人的疾病加在你身上，因为我耶和华是医治你的。’”(出 15:26)

“你的门闩是铜的、铁的。你的日子如何，你的力量也必如何。”(申 33:25)

“我的心哪，你要称颂耶和華，不可忘记祂的一切恩惠。祂赦免你的一切罪孽，医治你的一切疾病。祂救赎你的命脱离死亡，以仁爱和慈悲为你的冠冕。祂用美物使你所愿的得以知足，以致你如鹰返老还童。”(诗 103:2-5)

“不要自以为有智慧，要敬畏耶和華，远离恶事。这便医治你的肚脐，滋润你的百骨。”(箴 3:7,8)

“祂被藐视，被人厌弃，多受痛苦，常经忧患。祂被藐视，好像被人掩面不看的一样，我们也不尊重祂。祂诚然担当我们的忧患，背负我们的痛苦，我们却以为祂受责罚，被上帝击打苦待了。哪知祂为我们的过犯受害，为我们的罪孽压伤。因祂受的刑罚，我们得平安；因祂受的鞭伤，我们得医治。”(赛 53:3-5)

“耶和華啊，求你医治我，我便痊愈；拯救我，我便得救；因祢是我所赞美的。”(耶 17:14)

“耶和華说：我必使你痊愈，医好你的伤痕，都因人称你为被赶散的，说：‘这是锡安，无人来探问的。’”(耶 30:17)

“看哪，我要使这城得以痊愈安舒，使城中的人得医治，又将丰盛的平安和诚实显明与他们。”(耶 33:6)

“但向你们敬畏我名的人必有公义的日头出现，其光线有医治之能。你们必出来跳跃如圈里的肥犊。”(玛 4:2)

“你们中间有病了的呢，他就该请教会的长老来，他们可以奉主的名用油抹他，为他祷告。出于信心的祈祷要救那病人，主必叫他起来；他若犯了罪，也必蒙赦免。”(雅 5:14,15)

### 有关有能力去遵行上帝旨意的应许

“所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。我们这至暂至轻的苦楚，要为我们成就极重无比永远的荣耀。原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。”(林后 4:16-18)

“我们行善，不可丧志；若不灰心，到了时候就要收成。”(加 6:9)

“我靠着那加给我力量的，凡事都能作。”(腓 4:13)

“因为你们立志行事，都是上帝在你们心里运行，为要成就祂的美意。”(腓 2:13)

“祂对我说：‘我的恩典够你用的，因为我的能力是在人的软弱上显得完全。’所以，我更喜欢夸自己的软弱，好叫基督的能力覆庇我。”(林后 12:9)

### 有关成为上帝见证的应许

“你们不要恐惧，也不要害怕，我岂不是从上古就说明指示你们吗？并且你们是我的见证。除我以外，岂有真神吗？诚然没有盘石，我不知道一个。”(赛 44:8)

“兴起，发光！因为你的光已经来到，耶和华的荣耀发现照耀你。”(赛 60:1)

“一切都是出于上帝，祂借着基督使我们与祂和好，又将劝人与祂和好的职分赐给我们。”(林后 5:18)

“耶和华对我说：你不要说‘我是年幼的’，因为我差遣你到谁那里去，你都要去；我吩咐你说什么话，你都要说。”(耶 1:7)

“但圣灵降临在你们身上，你们就必得着能力；并要在耶路撒冷、犹太全地，和撒玛利亚，直到地极，作我的见证。”(徒 1:8)

“惟有你们是被拣选的族类，是有君尊的祭司，是圣洁的国度，是属上帝的子民，要叫你们宣扬那召你们出黑暗入奇妙光明者的美德。”(彼前 2:9)

“只要心里尊主基督为圣。有人问你们心中盼望的缘由，就要常作准备，以温柔、敬畏的心回答各人。”(彼前 3:15)

## 安息日的庆祝

要精心筹划十日祷告会最后一个安息日，在这天来庆祝上帝的良善和大能。要与人分享你在过去的十天中，是如何体验到祷告的力量和永远的福音所带来的好消息。要为上帝过去所成就的、现在所施行的以及将来要完成的一切欢喜快乐。

每个教会的需求都不一样，因此要与本地教会的领袖一起来制定特别的计划。以下列举了一些可以在祷告会最后一个安息日进行的敬拜流程。

### 2025 年主题：

但是当你祈祷……(耶稣的祷告原则)

### 主题经文：

“求主教导我们祷告” (路 11:1)

“我们在天上的父：愿人都尊你的名为圣。

愿你的国降临；愿你的旨意行在地上，如同行在天上。

我们日用的饮食，今日赐给我们。

免我们的债，如同我们免了人的债。

不叫我们遇见试探；救我们脱离凶恶。因为国度、权柄、荣耀，全是你的，直到永远。阿们！”

(太 6:9-13)

### 推荐诗歌：

《当转眼仰望耶稣》

《坚立在应许上》

《求主居我心》

### 证道建议：

由牧师、长老或祷告小组领袖进行短讲，提及如何能够活出主祷文的原则。

#### 【或】

由十日祷告会的参与者们轮流用一两分钟的时间总结每日祷告指引的内容。可以分享主题、经文和主旨。（要提前预备好，时间控制在 1-2 分钟。大多数人每分钟能朗读 125-150 个字。）

#### 【或】

邀请三位不同年龄层的人进行为时 5-10 分钟的演讲，分别详述基督徒每天怎样渡过主动而有意义的生活。

以呼召作总结，呼吁会众以十天祷告会所提到的美德和价值观为基础，使他们的基督徒人生更会以基督为中心，更符合圣经，更有意义。

### 其他建议程序

教友作祷告得蒙应允的见证、小组祷告时间、未来祷告或崇拜活动的安排、与祷告相关的儿童故事、精选的特别诗。



## 全球教会祷告事项

- 主啊，在这末后的日子里，求祢在祢的教会中掀起回归敬虔的大复兴。让我们即便面对诸天倾覆，也能为真理站立。
- 主啊，祈求祢指示我们，使我们自己与家人懂得每天而持续的敬拜。
- 主啊，愿祢张开我们的双眼，看看生活中使我们分心的事情。那些事情使我们不能完全专注于祢。求祢赐给我们有同心合意敬拜祢的心思。
- 主啊，不论时间如何的早，也愿祢每天早上都能叫我们起来，使我们在甜美而松动的时刻领受祢的话语和祷告。
- 我们恳求祢帮助我们以真实的自己，带着自己的感受、不完美、罪和需要来到祢的面前，并容让祢爱我们，改变我们，并以祢所渴望重新塑造我们。
- 主啊，愿祢教导我们每天如何能够求得圣灵的洗礼。
- 我们祈求圣灵的晚雨降下，使我们的见证大有能力，帮助我们完成基督复临前上帝交付给我们的工作。
- 祈求上帝向我们展示怎样以甘心牺牲的精神去爱家人，并显明如何从自己的孩子和所爱的人开始，为祢的国度建立门徒。
- 祈求上帝赐予我们智慧，去寻求、领悟、遵循上帝的圣经。教导我们分辨真理，并忠实地与他人分享。
- 主啊，求你让我们对怀爱伦灵感作品中的属天指引有更深刻的领悟。
- 我们为全世界的宗教自由和信仰自由献上祈祷。主啊，求你为宣扬圣言广开门路。
- 主啊，愿全球的教会听到呼吁，将三位天使的信息传扬给各方各民。求你指教我们，将一切的教导围绕在基督的爱与公义上。
- 主啊，求祢帮助我们对青年人做好榜样，让他们懂得如何把三天使信息融入生活中。
- 主啊，愿世界各地的基督复临安息日会信徒都乐意宣告「我愿去」，人人响应呼召，投身事奉，宣扬救赎的福音。
- 我们为医学专家、科学家、政府领导和公共卫生官员们祈祷，愿他们的决策有属天的智慧。
- 我们祈求世界各地的基督复临安息日会信徒能向那些痛苦之中的人伸出援手，给予鼓励和安慰。在我们的邻舍需要我们的时候，求主赐给我们勇气、心思和无私的精神来帮助他们。
- 我们要为那些因经济转型失业而在经济上遭受损失的人祈祷。
- 主啊，请告诉你在教会中的儿女如何帮助那些有心理健康问题，或是在孤独中苦苦挣扎的人。
- 我们为牧师和教会献上祷告，求主引导他们找到在封城期间能继续与教友保持联系的方式。主啊，求祢在敬拜与服事中使祢的教会团结一心。
- 我们为在世界各地的各级学府中读书的基督复临安息日会的年轻人的灵性复兴祈祷。愿他们成为充满活力的基督的使者。
- 我们为世界上 69%还未对耶稣有清楚的认识的人祈祷。
- 我们为 (欧亚分会) 前苏联下属的 28 个福音接受程度最低的城市中的 6,200 万人祷告。
- 祈求上帝兴起勇敢的布道士，愿意为中东 20 个国家中的 746 个团体工作。
- 求主兴起愿意在困难地区事奉你的新时代瓦典西学生。
- 我们为那些因信仰而面临逼迫或监禁的复临信徒祈祷。

- 我们为南亚太分会下属的 41 个福音接受程度最低的城市中的两亿零两百万人能认识耶稣而祈祷。
- 我们为每一个寻求上帝的计划并以爱心的服事、查经和个人见证将福音在社区传开的地方教会的安息日学和个人布道事工部门祷告。
- 我们为在世界各地满足人们实际需要的安泽国际救援协会 (ADRA) 祷告。
- 我们为南太平洋分会下属 6 个福音接受程度最低的城市中的 1,600 万人祷告。
- 我们祈求圣灵指引我们，应当如何将福音传给北亚太分会下属的 105 个福音接受程度最低的城市中的四亿零六百万人。
- 当复临信徒团牧事工组织的牧师和热心教友去为监狱中的人服事时，求主赐福他们。
- 主啊，我们要为安息日学的教师们献上祷告。请让他们晓得他们的工作对于我们的孩童来说是多么重要。
- 主啊，我们要为众多服务中心寻求你的引领，例如健康和家庭事工以及遍布全球的前锋会。
- 主啊，求你指教我们如何将更多满载真理的文字布道材料 (印刷品或电子版) 与社区里的人分享。我们祈求人们能够去读这些材料，祈求圣灵能使他们信服圣经的真理。
- 求主保守那些在危险地区工作的布道士。
- 求主兴起文字布道士、学生志愿者、作家、媒体工作者和能够提供经济资助的人来传扬希望与生命的道。
- 我们为全球复临学校、学生和教师祷告。愿这些教育机构能够忠心地教导圣经真理，带领年轻人投身布道和服务工作，并将基督作为个人的救主。
- 主啊，求你赐给我们智慧去影响那些对宗教毫无兴趣的世俗文化的拥趸。愿你的灵打破环绕着世俗心灵的壁垒。
- 当我们将福音传给那些被邪灵崇拜、偶像崇拜和泛灵论奴役的人时，求主保守我们。帮助我们了解他们的世界观，并将真正的个人的救主介绍给他们。
- 主啊，求你激励全世界的基督复临安息日会教友，使我们以前所未有的热忱来献上祷告。教导我们要握紧你的应许，并坚信当我们以祈祷摇动你的手，你必为我们开路移山。
- 我们要为南非印度洋分会下属的 18 个国家的 541 个团体祷告，求你引领他们寻求圣经真理。
- 求你指教我们如何去满足难民的生活需要和属灵需求。愿我们的教会以爱人而为人所知，无论他们是谁，无论他们来自何处。
- 祈求你兴起城市布道士，在中欧分会下属的 20 个国家中的 806 个团体中建立教会。
- 求主兴起作工的精兵，在中美分会下属的 38 个国家的 948 个团体中建立教会。
- 求你指教我们如何以清晰、充满创意又不失圣经权威的方式宣扬教会的基本信仰。愿耶稣的爱成为我们一切信仰的核心。
- 主啊，求你预备年轻人，在北美分会下属的 9 个国家的 789 个团体中建立教会。
- 求主预备志愿者，去以色列地区的 70 个团体中事奉。
- 祈求你兴起医药布道士，在中东非分会下属的 11 个国家的 830 个团体中建立教会。
- 祈求你兴起祷告的勇士，为南亚太分会下属的 4 个国家中的 2,568 个团体代祷。
- 求你使我们的家人们在家庭和社区中彰显你的爱。我们祈求你赐予家庭和睦，修复破碎的关系，保护弱者不受虐待，并在看似绝境的情况下依旧彰显你那使人成圣的力量。
- 祈求你兴起护士和医生，在西中非分会下属的 22 个国家的 1,978 个团体中建立教会。
- 我们为泛欧分会下属的 19 个福音接受程度最低的城市中的 4,900 万人祷告。

- 我们为孩子们祷告。求主赐给他们力量，让他们在面对困难和压力时能为祢站立得稳。帮助他们做出明智的选择，坚持真理。
- 求主教导我们效法基督无私的榜样，去满足身边之人的需要。求主装备我们成为医药布道士、社区志愿者和朋友，去帮助有需要的人。

## 但是当你祈祷……

### 第一日——在我里面

“我是葡萄树，你们是枝子。常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子；因为离了我，你们就不能做什么。”——约 15:5

#### 持续的联系——结果子的必要条件

我毕业后就被呼召到一个有三个小堂会的地区；那时候是冬天。有一间堂会的教友大多数都是长者。在某安息日的聚会人数比较多的话，例如圣诞节来宾日，可能会有 40 人；人数比较少的，则只有 10 人左右。

有一安息日非常寒冷，大约有 -32°F (-35.6°C)，那天总共有 9 个人，包括我们一家四口，还有另外 5 人。我在想着：我还要证道吗？首席长老是一位约 90 岁的女士，她说：“我们有付什一，所以你要去证道。”我于是就照着做。

我以〈约翰福音〉15:4-8 作为证道内容。在《圣经》英文本，耶稣在此节经文总共提起“在我里面”三遍。在希伯来文化中，有人于同一件事提到三次，就表示那事情极其重要，甚至是必须重视。我强调的并不是我们在基督徒人生所作的事情。我们接受呼召去服事的时候，单凭一己之力并不足以成就事情。不过，耶稣说如果我们常在祂里面，我们不论祈求什么，祂都必会成就。祂的话非常明确，是事情全然成就的确据。

我向会众说：“所以要显示真正的改变并不在我们可以做什么，而是在于上帝能够做什么。”

怀爱伦说：“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。”（《基督徒服务大全》，原文 262 页）

我跟我的会众说祷告“是属灵能力的秘诀”（《论祈祷》，原文 12 页），是连接我们与那“能力……根源”（《论祈祷》，原文 272 页）的上帝交通。祷告使我们得着“丰盛的财富”（《喜乐的泉源》，原文 95 页），是最能抵挡撒但攻击的有效武器。（见《教会证言》卷一，原文 295, 296, 345, 346 页）

我向他们提到耶稣在〈马太福音〉18:19, 20 作出应许：“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甚么事，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。”该经文求达成一致与合一之时，并不是说“若是……有两三百个人……求”，是“若是……有两三个人……求”。它并非表达：我可能会做到，而是非常清楚地表示：我必能做到。

我对他们说：“不作为并不是一种选择。我们必须祷告与作工，而上帝也会应许祂要成就的。”这场证道在论祷告大能方面是带有力量的。

我和妻子驾车回家，告诉她：“我们需要搬家。我不期望那里有增长，也不对那堂会作任何期待了。”她则重复我那天带着耶稣应许的证道，还问我：“你为何不呼吁他们祷告呢？”我就很迟疑地照着做。几位姊妹每天早上 6:30 来到堂会，并一同为求得圣灵、教会增长、家人、身处的城市、

上帝为堂会而设的计划、清楚理解我们需要做的事情祷告。三个月后，该堂会的聚会人数增加到大约 120 人。

上帝呼召你常常在祂里面，不住祷告，不断保持连结，与祂同行。祂邀请你住在祂里面，你也必须邀请祂住在你里面。那才是独一无二真正大能的根源。那才是你的保障。只要你与上帝保持联系，撒但就不会压垮你。上帝在你里面，你也在祂里面；这才是让自己有所增长和成就的独一无二方法。

让我们一起祷告。

## 祷告时间 (30-45 分钟)

祷告小组都有不同的方式进行集体祷告。我们鼓励你们在接下来的 30-45 分钟，以圣灵感动你的方式一同献上祷告。以下是根据经文来祈祷的例子。当然也可以选择其他经文来祈祷。如需更多关于祷告的建议，可参考领袖指引。

**紧握上帝圣言来祈求 – 约 15:5**

“我是葡萄树，你们是枝子。常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子；因为离了我，你们就不能做什么。”

**“常在我里面的，我也常在他里面”**

*耶稣，求祢教导我们如何天天住在你里面。没有你，我们就像枯枝，与赐予生命的葡萄树分开。愿祢与我们同行，在我们里面作工，透过我们说话。请住在我们心中，藉着我们去爱这个世界。*

**“这人就多结果子”**

*亲爱的主，我们知道一切的义都从祢而来。愿祢在我们的生命中结出圣灵的果子。用你的仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔和节制充满我们。使我们的人生能向我们所遇见的每一个人反映祢的品格。*

**“因为离了我，你们就不能做什么”**

*天父，我们的义好像污秽的衣服。我们违背自己的诺言，冒犯敌人，背叛我们所爱的人。离了祢，我们是无助并迷失的。我们每天都需要祢的爱、耐心和恩典。愿祢让我们靠近祢的身旁。*

## 更多有关祷告的建议

**感谢和赞美：**感谢上帝的赐福，赞美上帝的良善。

**认罪悔改：**用几分钟的时间做自我认罪悔改的祷告，并感谢上帝的饶恕。

**引导：**祈求上帝赐予智慧，来应对当前的挑战和抉择。

**我们的教会：**为地方教会和世界各地的教会祷告。(参见全球教会祷告事项材料)

**本地的需求：**为教友、家人和邻舍当下的需要祷告。

**聆听和回应：**花些时间聆听上帝的声音，以颂赞或诗歌作回应。

## 推荐诗歌 (可自行选择合适的诗歌)

**赞美诗：**《求主同居》 (#270); 《更近我主》 (#391); 《园中独步》 (#335)

**其他诗歌：**自选



## 但是当你祈祷……

### 第二日——教我们怎样祈祷

“耶稣在一个地方祷告；祷告完了，有个门徒对他说：‘求主教导我们祷告’”——路 11:1

#### 基督徒人生的重心

祈祷既是必需，也是不可缺少。

“每天早晨花时间以祷告开始你的工作。不要认为这是浪费时间；这是能历经永恒岁月的光阴。藉着这种方法，将会带来成功和属灵的胜利。”（《教会证言》卷七，原文 194 页）

门徒经常看见耶稣祷告。他们留意到祂的祷告生涯与他们自己的有所不同。门徒们都是有良好灵性的人；他们有献身的心思，并想事奉上帝。他们想去教会，守安息日，忠心缴纳什一，吃洁净食物。每一位以色列人，特别是门徒们，都知道怎样祷告，对吗？

我们认为自己知道怎样祷告，连孩子们也懂得怎样祈求。只不过，当各门徒看到耶稣祷告——并与他们自己的祷告相比——他们便意识到自己不懂得如何去祈祷。因此，他们请求：“求主教导我们祷告”（路 11:1）。

我们想着祷告是简单的。没错，上帝会聆听最简单的祷告。不过，我们必须不断改进我们的祷告生活。

各门徒注意到自己会证道，但是听众对内容毫无感受。他们试着去医治人或赶鬼，却没有能力。他们寻问耶稣：“你到底怎样做到？”耶稣则说：“祷告与禁食便可。”

耶稣基本上提到不能单凭自己的智慧去做事，只有上帝的大能才能做到。要成就到你的事情，就需要认真祷告。保罗在《罗马书》说到我们不晓得如何祷告，所以圣灵必然会为我们介入其中（见 8:26）。

“祷告乃是属灵的呼吸，是属灵能力的秘诀……疏忽祷告，或断断续续的祈祷，表面上看来是方便一些，但你却失去了与上帝的联系”（《论祈祷》，原文 12 页）

耶稣的祷告生活大有能力，也经常祈祷整个晚上。“耶稣住在人间的时候，也曾经常祈祷。……祂在凡事上作我们的榜样。……祂的人性使祈求成为祂的必需和特权。祂在与父的交通中得到安慰和喜乐。人类的救主，上帝的儿子尚且感到需要祈祷，软弱有罪的人类岂不更当感到需要恳切不断地祷告吗？”（《喜乐的泉源》，原文 93 页）

耶稣以祷告为优先，祂开始一天的事情时都先作祈祷。“次日早晨，天未亮的时候，耶稣起来，到旷野地方去，在那里祷告。”（可 1:35）耶稣有时间与地方去祈祷。

当门徒说：求主教导我们祷告，耶稣并没有说：依着这些话去祈祷吧；要人按照祷告祈求。祂事实上早已清楚告诉他们：每次祷告之时不要重复说同样的话（见太 6:7）。耶稣自己按着情况所需，在《约翰福音》17 章作出一个不一样的祷告。

“祷告就如对一位朋友那样，向上帝敞开心怀。”（《喜乐的泉源》，原文 93 页）我们祷告时向上帝敞开心扉，与祂诚实地对话，就像聊天一样。倘若你每次祷告时都重复相同的话，就会把祈祷视作例行公事，甚至不会再思考你在说的话。

祷告与研究上帝的话应当一直同行进行。我们透过祈祷向上帝说话，上帝透过祂的话来向我们说话。

耶稣活在祈祷的人生中；祂在清晨祷告，去到特定的地方作祈祷，公开与上帝对话。祂是我们的榜样，呼召我们像祂一样祈祷。

让我们一起祷告。

## 祷告时间 (30-45 分钟)

祷告小组都有不同的方式进行集体祷告。我们鼓励你们在接下来的 30-45 分钟，以圣灵感动你的方式一同献上祷告。以下是根据经文来祈祷的例子。当然也可以选择其他经文来祈祷。如需更多关于祷告的建议，可参考领袖指引。

**紧握上帝圣言来祈求 – 路 11:1**

“耶稣在一个地方祷告；祷告完了，有个门徒对他说：‘求主教导我们祷告’”

**“耶稣在一个 (特定的) 地方祷告”**

*天父，请教导我们像耶稣一样祷告。我们承认自己会找借口、分心、忙碌。愿祢每天帮助我们选择最佳时间和地点来与祢相见。愿祢改变我们的优先次序，养成新的习惯，引领我们进入祢的同在。*

**“求主教导我们祷告”**

*没错，亲爱的主，祈求祢让我们知道如何祷告，正如祢告诉门徒一样。感谢主祷文这篇佳美的范文。求祢指示我们怎样以祢来作为祷告与生活的榜样。愿圣灵充满我们，用我们的祷告来改变我们的家、教会、社区和祢的国度。*

## 更多有关祷告的建议

**感谢和赞美：**感谢上帝的赐福，赞美上帝的良善。

**认罪悔改：**用几分钟的时间做自我认罪悔改的祷告，并感谢上帝的饶恕。

**引导：**祈求上帝赐予智慧，来应对当前的挑战和抉择。

**我们的教会：**为地方教会和世界各地的教会祷告。（参见全球教会祷告事项材料）

**本地的需求：**为教友、家人和邻舍当下的需要祷告。

**聆听和回应：**花些时间聆听上帝的声音，以颂赞或诗歌作回应。

## 推荐诗歌 (可自行选择合适的诗歌)

**赞美诗：**《祷告良辰》 (#337); 《请听我祈求》 (#498); 《恩友耶稣》 (#340)

**其他诗歌：** 自选

## 但是当你祈祷……

### 第三日——祷告要具体

*“你们祷告，不可像外邦人，用许多重复话，他们以为话多了必蒙垂听。你们不可效法他们；因为你们没有祈求以先，你们所需用的，你们的父早已知道了。”——太 6:7, 8*

#### 祈祷时要具体

我们的小儿子奥飞 (Ovidiu) 以低价买入房子，但是那房子的外表欠佳，而且挺小。他需要重新装修，并加大空间来满足他家人的需要。然而，价钱涨得相当高。他反复提到因为欠缺经济能力，所以他很大机会都做不成那事情。

我建议小儿子向上帝表达自己的需要，因为祂会顾念他们。小儿子则表示他有在整体上为房子的事祈祷。

我跟着建议他在祷告时要具体表达事情，并一次性地坦白自己的需要。他不只要在今天为将来的事情祷告，也要为现在的事情祷告。上帝是不会应允内容笼统的祈求。

你去到上帝面前后，不要说“上帝，愿祢救我的邻舍”，而是要说：“天父，我介入我的邻舍约翰当中。愿祢抚摸他的心，也赐予我有智慧和机会去与他建立友谊，藉着福音的好消息去接触他。”

在〈马可福音〉10:47，巴底买向耶稣求救；他呼喊说：“大卫的子孙耶稣啊！可怜我吧！”那是一个笼统的请求。耶稣在同章 51 节请他具体表达其诉求：“要我为你做什么？”他回答的是：“拉波尼，我要能看见。”

说回我的事情——我们的小儿子开始作具体的祷告。他恳求上帝帮助他找到一个建筑公司，让他们挖洞去作房子的地基。他后来开始搜寻，只不过，所有他联系建筑公司都在这几个月被预约，而收费大约在 18,000 美金至 22,000 美金左右。最后，他与另外一间建筑公司协商，对方则提出 16,000 美金的收费，然后在一周后开始挖洞。

工头来到，但是起重机没在。他等了整个早上，便失去耐性，还说这三个月都不再过来就转身离开。小儿子感到崩溃，他找不到任何解决方法。

最终，小儿子详细地祈求上帝希望建筑公司能够尽快挖洞，并可以付出合理的价钱。他祷告完毕后，他的邻居就去找他。

邻居：你现在怎样？

小儿子：我还好。只在找找建筑公司挖洞去打好地基而已。

邻居：对了，我光顾的公司正好在我家挖洞。向他们打听一下吧。他们或许会顺道做你的份。

小儿子立刻跑到邻居的家中，问问建筑公司的员工。

建筑公司员工：嗯，我们来到这里时早就把重型装备预备好，我们完成这里的话，就可以马上来到你那里。

工头看了再看，便说：“我会帮你去做，你给 2,500 美金就可以。”

真的开心得很！小儿子看到上帝早已应允他的祷告，而上帝同时等候他的祈求。

“祷告就如对一位朋友那样，向上帝敞开心怀。”（《喜乐的泉源》，原文 93 页）上帝呼召你敞开心扉，让你清楚而详细地与祂对话。祂想你去信靠祂，并期待基于祂的爱、智慧与应许去回应你的祈祷。祂会因着自己的时间与方式去回应你，但是倘若你有凭信等候，你会知道祂的回应就是最好的回答。

让我们一起祷告。

## 祷告时间 (30-45 分钟)

祷告小组都有不同的方式进行集体祷告。我们鼓励你们在接下来的 30-45 分钟，以圣灵感动你的方式一同献上祷告。以下是根据经文来祈祷的例子。当然也可以选择其他经文来祈祷。如需更多关于祷告的建议，可参考领袖指引。

紧握上帝圣言来祈求 – 太 6:7, 8

“你们祷告，不可像外邦人，用许多重复话，他们以为话多了必蒙垂听。你们不可效法他们；因为你们没有祈求以先，你们所需用的，你们的父早已知道了。”

“不可……用许多重复话”

*亲爱的上帝，求祢教导我们，使我们把祢视作朋友去祢对话。有时候，我们的祷告千篇一律，我们的话似乎没有至高处那么高。愿祢唤醒我们的灵性！帮助我们感受到祢就在我们的身旁。*

“你们所需用的，你们的父早已知道了。”

*亲爱的上帝，祢早已知道我们的一切。祢知道我们的恐惧、希望、优点和缺点。我们常常祈求一些简单的愿望，比如食物、金钱或成就，但祢知道我们最深层的需要。感谢祢，因为圣灵用凭言语无法表达的叹息为我们祈求。我们相信祢会用我们无法想象的方式来应我们！*

## 更多有关祷告的建议

**感谢和赞美：**感谢上帝的赐福，赞美上帝的良善。

**认罪悔改：**用几分钟的时间做自我认罪悔改的祷告，并感谢上帝的饶恕。

**引导：**祈求上帝赐予智慧，来应对当前的挑战和抉择。

**我们的教会：**为地方教会和世界各地的教会祷告。（参见全球教会祷告事项材料）

**本地的需求：**为教友、家人和邻舍当下的需要祷告。

**聆听和回应：**花些时间聆听上帝的声音，以颂赞或诗歌作回应。

## 推荐诗歌 (可自行选择合适的诗歌)

**赞美诗：**《坚立在应许上》 (#385)

**其他诗歌：**自选

## 但是当你祈祷……

### 第四日——无回应的祷告 (与信心)

*“但那等候耶和华的必重新得力。”——赛 40:31a*

#### 等候……

等候从来都不有趣。谁喜欢等候呢？有人等着看医生，有人排着队等，有人在机场等着延误的飞机，有人在等候迟到的对方。

亚伯拉罕等了 25 年才等到上帝的应允；摩西最终更等候了 40 年，才能感受到上帝介入事情中。约瑟当奴隶多年，其后还在监狱囚禁几年——要在那里等候上帝的介入可不好玩！经上有很多例子有提到等候帮助的事情。

等候挑战我们的耐心，《圣经》却说耐心是上帝的子民其中一种品格。祷告亦然。我们经常要等候上帝的应允。

“每一个出于诚心的祷告必蒙应允。上帝的应允也许不是照着你的意思，或你所希望的时辰，但祂必按着最有利于你的时间和方式给你。你在孤单，疲乏，试炼之中所献的祷告，上帝必定应允你，不一定按照你的期望，但总是与你有益的。”（《告青年书》，原文 250 页；原出自《传道良助》，原文 254-258 页）

当我们自行谦卑，并向上帝面前一五一十地表达自己的需要，承认自己对上帝的全然倚靠，祂便会应允我们。不过，我们必须常常等候。我们常常在上帝介入之前都要用尽自己手中的资源与选择，这样我们才能确切地知道那是上帝。如果祂立时应允，我们反而会把功劳归于自己。

当我们眼见自己走投无路，解决不了问题，上帝则说一句话，发生我们无法想象的事情。“你求告我，我就应允你，并将你所不知道、又大又难的事指示你。”（耶 33:3）

然而，如果上帝还没有依我们的恳求在某时某方式应许我们，我们可能想着祂没有应允其祷告。上帝应允实诚与谦卑的祷告，祂的应允是最好，也是最有可能的回答。

你接受呼召去认识上帝的爱（见弗 3:19）。那就是你的一切所需。你愈认识祂，就愈信靠祂；你的心愈平安，便愈甘心乐意去等候祂的带领与介入。把你的目光定在祂身上，还有祂的爱、应许以及祂过去引领你的方式。

“坚心倚赖你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。”（赛 26:3）

上帝知悉未来。祂顾念你，也顾念别人。祂之所以没有于现在应允祈祷，是因为祂有更好的回应、还没有到作出应许的最佳时机，或者还没有到预备实行自身计划的时候。祂因应其他人的需要与事情来向他们作出不同的应许，而那些并不是与你想象的一样。祂也可能容许你生命中发生某些事情，来作为接触别人的唯一途径，不然对方就无法认识别人。我们只有在天上才能理解许多有发生的事情。



记住，耶稣来到世上并不是为了给我们一个舒适的人生。事实上，祂说过我们在这个世界上会有试炼(见约 16:33)。祂经常需要藉着试炼教导我们，让我们学会品格成长和得救的功课。“我们这至暂至轻的苦楚，要为我们成就极重无比、永远的荣耀。”(林后 4:17)。

所以，与其恳求上帝除去挑战，不如祈求祂帮助你去成长和学习。尽管我们所需的在大多数时候都是真实的需要，我们最大的需要却不是这些。我们最大的需要是认识我们的上帝。你愈认识祂，就愈信靠祂，也更允许祂作工。

上帝呼召你去祷告并寻求祂，还有祂的同在、计划、带领。你在寻求回应和帮助之前，先寻求去认识祂，然后向祂表达你所有的忧虑，等候祂。

让我们一起祷告。

## 祷告时间 (30-45 分钟)

祷告小组都有不同的方式进行集体祷告。我们鼓励你们在接下来的 30-45 分钟，以圣灵感动你的方式一同献上祷告。以下是根据经文来祈祷的例子。当然也可以选择其他经文来祈祷。如需更多关于祷告的建议，可参考领袖指引。

**紧握上帝圣言来祈求 – 赛 40:31a**

“但那等候耶和华的必重新得力。”

“那等候耶和华的”

*亲爱的天父，我们不爱等候。等待让我们感到焦虑和恐惧，所以我们便匆忙前进，自行寻找解决方案。求祢教导我们安息在你里面，如同孩子躺卧在父亲的怀里。愿祢赐予我们信心，让我们知道未来在你祢大能的手中。我们要凭信生活，不凭眼见。*

“必重新得力”

*上帝，我们活在这个破碎的世界，有时对此感到厌倦。我们被疾病、分歧、贫穷、不公平和孤独弄得疲惫不堪。求祢使我们仰望于天上，并更新我们的力量。愿祢教导我们去倚靠祢，在祢无尽的应许中得力。请祢在我们软弱时把我们与祢的大能相连。*

## 更多有关祷告的建议

**感谢和赞美：**感谢上帝的赐福，赞美上帝的良善。

**认罪悔改：**用几分钟的时间做自我认罪悔改的祷告，并感谢上帝的饶恕。

**引导：**祈求上帝赐予智慧，来应对当前的挑战和抉择。

**我们的教会：**为地方教会和世界各地的教会祷告。(参见全球教会祷告事项材料)

**本地的需求：**为教友、家人和邻舍当下的需要祷告。

**聆听和回应：**花些时间聆听上帝的声音，以颂赞或诗歌作回应。

## 推荐诗歌 (可自行选择合适的诗歌)

**赞美诗：**《依靠主臂膀》(#308); 《我灵镇静》(#314)

**其他诗歌：**自选

## 但是当你祈祷……

### 第五日——愿人都尊祢的名为圣

*“你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。”——太 5:16*

#### 我们是一封公开信

有一次，教友们和牧师想邀请邻居们参加一些活动，却有几个表示拒绝。牧师问了几个他认识的家庭，去了解他们不愿来的原因。他们用不同言词去说：“如果\_\_\_\_先生是那儿的教友，我们宁愿不来。他既不善良，也没有爱心；他不尊重人，也没有羞耻心；他欺骗人、虐待他的宠物，而且总是表现得很生气又粗鲁。”大多数教友都对此表示同情。

主祷文以“我们在天上的父”开首。上帝不仅是掌管宇宙的上帝，也与我们有着紧密的关系。接着又说：“愿人都尊你的名为圣。”这个希腊文词语并不是“hagios”——意思是“神圣，备受尊崇，有价值”——而是 hagiazo——意思指“神圣化”。当上帝是圣洁的，我们怎能让自己变得神圣，或使祂圣洁呢？

保罗说我们是一封给所有人读的公开信（见林后 3:2）。他在〈哥林多前书〉4:9 写道：“因为我们成了一台戏，给世人和天使观看。”

人们看到的不是上帝，而是我们自己。我们的日常行为可以赞美上帝，荣耀祂，也可以羞辱祂的名，误导教会，并对教会的工作产生负面影响（见太 5:13-16）。

我们以赞美进入上帝的同在，然后承认祂是你慈爱的父亲。与其关注你自己和其需要，不如先把目光专注于上帝、祂的名以及祂的荣耀。“上帝要我们寻求那些能够荣耀祂名的事情。在任何情况下，我们都不可荣耀自己；我们应该寻求上帝的恩典和属灵的祝福，以便在我们的品格上荣耀祂的名。当上帝的儿女在他们的生命中表现出基督的品格，上帝就得着赞美，祂的名就被尊为圣。”（《文稿发布》34号，1903年，原文15段）。

试试这样祷告：“天父，求祢帮助我在今日一切所行的事上荣耀祢。愿祢帮助我恰当地代表祢，高举祢的名，好叫人看见我就赞美祢。让我的行为方式能使人通过我的一言一行，去看到耶稣的品格。”

此外，你在祷告中只要寻求那些能够荣耀和事奉上帝的事情。〈约翰一书〉5:14：“我们若照他的旨意求什么”。

我们必须奉耶稣的名祷告，但这不仅仅意味着说“奉你的名”。在圣经时代，名字代表性格。奉耶稣的名祷告，就是按着他的旨意祷告，恳求那些能够代表他和他的品格之事。〈雅各书〉4:3说：“你们求也得不到，是因为你们妄求”。“奉基督的名祈求，还意味着我们要接受他的品格，表现他的精神，并作他的工。”（《历代愿望》，原文668页）。

如果我们奉上帝的名，在祂的旨意里，并为能够赞美和荣耀祂的事去祈求，耶稣就会应许我们的祷告（见约 14:13, 14；约一 5:14）。

上帝应允你的时候，你一定要称颂祂，尊崇祂。我们不能把任何功劳归于自己。撒但试着把上帝的荣耀据为己有。你要在谦卑中，以感恩的心去通过你的言语、行为和祷告来承认和荣耀上帝。

我们抱怨的时候，就错误地传达关于上帝的信息。我们在某种程度上有说祂不好，不关心，不遵守祂的应许。要常常喜乐 (见帖前 5:16; 腓 4:4)。祷告、说话、行为都要荣耀上帝。当你感到怀疑，自己又怎能激发信心？当你抱怨，你又怎能要求别人去赞美祂？

我们发自内心的祷告应该是：“我慈爱的天父，求祢今天帮助我，使我的言行在别人面前能恰当地代表你。愿祢只赐给我那些能荣耀祢的事情，帮助我用它们来事奉你。愿我于现在去荣耀祢的名。”

让我们一起祷告。

## 祷告时间 (30-45 分钟)

祷告小组都有不同的方式进行集体祷告。我们鼓励你们在接下来的 30-45 分钟，以圣灵感动你的方式一同献上祷告。以下是根据经文来祈祷的例子。当然也可以选择其他经文来祈祷。如需更多关于祷告的建议，可参考领袖指引。

### 紧握上帝圣言来祈求 – 太 5:16

“你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。”

#### “你们的光也当这样照”

*亲爱的上帝，祢是一切的光之源头。祢藉着我们发光，好叫别人看见祢优美的品格。求祢帮助我们强烈而大胆地发光，使别人因我们的爱而被祢的国度吸引。*

#### “叫他们看见你们的好行为”

*慈爱的上帝，有时我们会忘记别人在注视着我们的一举一动。愿祢帮助他们在我们生命中看到爱，而不是恨。求祢帮助他们看到慷慨，而不是自私。愿祢在我们的生活中祝福我们的孩子、邻居，甚至敌人。*

#### “将荣耀归给你们在天上的父”

*亲爱的上帝，祢必会增加，我们也必会减少。愿祢使我们谦卑，帮助我们的邻舍在我们表示爱的行为中能够一眼看见祢的大能和怜悯。*

## 更多有关祷告的建议

**感谢和赞美：**感谢上帝的赐福，赞美上帝的良善。

**认罪悔改：**用几分钟的时间做自我认罪悔改的祷告，并感谢上帝的饶恕。

**引导：**祈求上帝赐予智慧，来应对当前的挑战和抉择。

**我们的教会：**为地方教会和世界各地的教会祷告。(参见全球教会祷告事项材料)

**本地的需求：**为教友、家人和邻舍当下的需要祷告。

**聆听和回应：**花些时间聆听上帝的声音，以颂赞或诗歌作回应。

**推荐诗歌 (可自行选择合适的诗歌)**

**赞美诗:** 《你真伟大》 (#70); 《赞美上主》 (#5); 《赞美耶稣》 (#28)

**其他诗歌:** 自选

## 但是当你祈祷……

### 第六日——祢的国度降临

“上帝的国就在你们心里。”——路 17:21b

#### 救赎已进入在你里面

在〈路加福音〉19章，耶稣提出要进入撒该的家。祂随后说：“今天救恩到了这家”（9节）。当耶稣住在你的地方，天家就在那里。在你能进入上帝的国度之前，它必须进入到你的心。在〈约翰福音〉17章，耶稣的祷告并不是使祂的信徒在肉体上与世界分离，而是他们本不属于世界（见约 17:15, 16）。

我们必须习惯生活在这里，就像生活在天家一样。如果我们专注于这个世界的事情，就会变得像属于这个世界。“因为你的财宝在哪里，你的心也在那里。”（太 6:21）。不过，如果我们专注于上帝和祂的国度，祂的国度就会在我们里面，并在我们周围运行。“凡与上帝有交谈，体验到那未见之世界乃是实实在在的人，会表显出上帝的平安。他们携带着天上温柔亲切的气氛。”（《医疗布道论》，原文 252 页）。

有一次，我去古巴传福音，许多孩子和他们的父母都来听。我从牧师得知所有这些来宾都是因为一位女士而来。我问她说过什么话才让他们来，她则回答说：“这不是我对他们说的话。”然后，她邀请我们第二天去看她，我们就去看看。

她的房子非常小，像个工具棚。屋内除了两张双层床、一张小桌子、两把小椅子和一个野营炉外，便没有其他家具。她在下午早些时候走出家门。他们稍后来了——差不多有两百个孩子！她让他们坐在泥土上，给她看他们父母签署的票子。之后，孩子们排起了队，而她则给他们米饭。孩子们便坐下来吃饭。

孩子们吃饭的时候，她向我们解释：她的大多数邻居都没有工作，但是她很幸运有一份工作。她的工资不足以买各种各样的食物，但是还可以买大米。她随后说：“我们被呼召要像耶稣一样，展示上帝的国度是怎样，所以人们才会渴想它。我们要用耶稣的方法。要喂养他们，建立友谊。如果我只为自己而活，我如何像耶稣一样？如果我只给孩子们吃面包，我又怎能真正地帮助他们呢？因此，我用大米来表达对孩子们的爱。我也给他们灵粮，但是孩子们经常会分心。为了确保孩子们有听进去，他们必须回家，把今天学到的故事和歌曲告诉父母，以证明他们已经听进去。这样，我也接触到他们的父母。现在，我做这事已有一段时间，他们都爱我，信任我，愿意听我说。”

孩子们一吃完饭，她就开始给他们说约拿的故事，然后教他们唱一首歌。他们其后拥抱并感谢她。我听到他们说：“阿姨，我们爱你！”她脸上挂上灿烂的笑容。她说：“我不仅试着向他们展示上帝的国度，而且他们也祝福我，让我充满快乐。我看到他们来教会祷告，认识上帝，使我感受到更大的快乐。不过，我最大的快乐是在天国见到他们，所以我想让他们一点点地尝尝天国的滋味。”

耶稣快来！当祂来的时候，你要准备好进入祂的国度，你现在就必须让祂的国度住在你里面。你每天祷告时必须说：“上帝，求祢现在把祢的国度带入我的心里。”今天，上帝呼召你去使祂的国度成为现实。只要透过每日的祷告、研读上帝的话语和带着喜乐去事奉，你在这里就可以活得像活在天家一样。让天国住在你的心里。你要在这里作上帝的手，就像从前凭信之人作祂的手一样。



上帝想把祂的国度在今天和每一天都搬进你的心里和家里。祂想你习惯以天国子民的身份来活在祂的面前。让祂每天邀请天国进入你的心，也藉着你的行动去把祂的爱洒向别人身上。

让我们一起祷告。

## 祷告时间 (30-45 分钟)

祷告小组都有不同的方式进行集体祷告。我们鼓励你们在接下来的 30-45 分钟，以圣灵感动你的方式一同献上祷告。以下是根据经文来祈祷的例子。当然也可以选择其他经文来祈祷。如需更多关于祷告的建议，可参考领袖指引。

紧握上帝圣言来祈求 – 路 17:21b

“上帝的国就在你们心里。”

“上帝的国”

上帝，我们知道祢的国度不是关乎世俗的权力或武力。求祢赐给我们智慧，使我们明白祢谦卑的国度，并在我们现在的生活中活出这个国度。愿祢让我们去服事、安慰、鼓励祢地上的孩子们。

“就在你们心里”

上帝，愿祢从今天开始帮助我们活出像天国公民一样的人生。求祢把我们的目光从自己转移到别人身上。我们身边谁需要现在倾听？谁需要为孩子们留下一顿温暖的饭或衣服？谁需要听我们关于耶稣有改变大能的见证？愿祢今天就向我们的心说话，并把祢的国度建立在我们的生命中。

## 更多有关祷告的建议

**感谢和赞美：**感谢上帝的赐福，赞美上帝的良善。

**认罪悔改：**用几分钟的时间做自我认罪悔改的祷告，并感谢上帝的饶恕。

**引导：**祈求上帝赐予智慧，来应对当前的挑战和抉择。

**我们的教会：**为地方教会和世界各地的教会祷告。(参见全球教会祷告事项材料)

**本地的需求：**为教友、家人和邻舍当下的需要祷告。

**聆听和回应：**花些时间聆听上帝的声音，以颂赞或诗歌作回应。

## 推荐诗歌 (可自行选择合适的诗歌)

**赞美诗：**《求主居我心》 (#394)

**其他诗歌：**自选



## 但是当你祈祷……

### 第七日——愿祢的旨意行在地上，如同行在天上

*“我知道我向你们所怀的意念……要叫你们末后有指望。”——耶 29:11*

#### 祂是主人

我们都有多个、长期和日常计划。在祷告中，我们通常为*我们自己的*计划寻求上帝的帮助和祝福，却没有寻求上帝的计划。祂说：“我知道我向你们所怀的意念”（耶 29:11）。为了得到上帝的祝福和资源，你必须遵循祂的计划。

我们在祷告中告诉上帝该做什么，这犹如我们是主人，祂是仆人。记住，祂是上帝，是主人。祂应该告诉我们该怎么做。“每天清晨。都要为这一天献身给上帝。你的一切打算都要服从于祂。或实行，或放弃，都要按照祂的旨意而定。你这样日复一日把自己的生命交在上帝手中”（《喜乐的泉源》，原文 70 页）。

记住主祷文中的这句话：“愿祢的旨意行在地上，如同行在天上。”天上的天使事奉上帝。上帝给他们一个任务，他们就完成。他们的回答是：“上帝，遵命。”他们其后就走。没有人告诉祂该做什么；没有人会说：“我很忙”或“我以后会再做”。没有人辩驳：“我没有资源”或“我有更好的主意”。天使知道上帝早已预备一切必要的资源，于是当祂吩咐去做某件事，他们就会去做。

有一天，我和妻子开了 11 个小时的车。我们像往常一样，寻求上帝对那一天的计划，恳求祂给我们显明服事的机会。开车大约 5 个小时后，一位牧师好友打来电话。他说：“为我祈祷吧，我本来要去古巴传福音的，但是我的车坏了，公共汽车也没来。”

我知道他就住在我们刚才开车经过的地方，所以我问他：“你具体住在哪里？”他给我出口号码，我们就在他告诉我的时候接近那个出口。“我们在你的出口处！”我喊道。他回答：“这怎么可能？”“你住在我以北五个小时车程的地方！”我们开车到出口，去他的住处，接他，开车送他去机场。他搭上飞机去了古巴！

因为我们总是按照自己的计划行事，所以我们常常不断施加压力，而尝试的事情也失败告终。不过，我们不知道整体情况。我们不知道未来。上帝不但知道，还爱我们。

“许多人在规划灿烂的前程时一败涂地。要让上帝为你计划。……他们如果能够从起初看到末后，认识到他们与上帝同工所要成就之宗旨的光荣，就会知道祂的子民若不愿意，祂就不会带领他们。”（《服务真诠》，原文 479 页）。

为了遵行上帝的旨意，你必须知道其中，所以你也应当在祷告中倾听。祂对你说的话比你对祂说的重要得多。我们“在获得认识上帝旨意的事上，每一个人需要有一种亲身的经验。我们必须个别地听祂对我们的心说话。当万籁俱寂，我们安静地在祂面前等候时，心灵的静默，就使上帝的声音格外清楚。”（《服务真诠》，原文 58 页）。

我们通过祷告向上帝说话，祂也通过话语向我们说话。祷告和研读上帝的话语总是相辅相成；他们永远密不可分。“圣经是上帝向我们说话的声音，正如我们能亲耳听到它一样确定。”（《教会证言》卷六，原文 393 页）。

我们当然可以向祂诉说自己的需要。我们被告知要把我们所有的需要都卸给祂（见彼前 5:7）。向祂寻求帮助并没有错。然而，祢不是在告诉上帝祂不知道的事情，而是在同意祂去帮助你。上帝给我们有选择的自由，祂尊重我们的选择。祂从不干涉，把祂的意愿强加于我们身上。祂等着我们去祈求，去选择由祂帮助，使祂其后就可以介入事情。

要祷告，研读上帝的话，想着它。要提出你的需要和计划，并祈求上帝的带领和指引。把上帝的计划放在首位。先去寻求祂，再相信祂会照着祂的应许来照顾你所有的需要（见马 6:33）。让你自己有空去事奉祂，跟随祂的旨意。要说：“上帝啊，我在这里。请祢现在使用我。愿祢的旨意今日成就在我身上。”

让我们一起祷告。

## 祷告时间 (30-45 分钟)

祷告小组都有不同的方式进行集体祷告。我们鼓励你们在接下来的 30-45 分钟，以圣灵感动你的方式一同献上祷告。以下是根据经文来祈祷的例子。当然也可以选择其他经文来祈祷。如需更多关于祷告的建议，可参考领袖指引。

**紧握上帝圣言来祈求 – 耶 29:11**

**“我知道我向你们所怀的意念……要叫你们末后有指望。”**

**“我知道我向你们所怀的意念”**

*上帝，我们太忙于完成自己的目标。求祢原谅我们有野心、贪婪和自我中心。相反地，愿祢向我们展示祢的计划。求祢引导我们的眼睛，使看到我们周围的需求。愿祢让我们的手与脚乐于服务。*

**“要叫你们末后有指望”**

*神啊，我们在地上的计划将会崩溃，归于无有，但是你的计划延伸到永恒。感谢祢，我们的失败并非永久。求你赐予我们有信心，使我们今日瞥见你的国。愿祢在我们里面活出祢的生命。*

**更多有关祷告的建议**

**感谢和赞美：**感谢上帝的赐福，赞美上帝的良善。

**认罪悔改：**用几分钟的时间做自我认罪悔改的祷告，并感谢上帝的饶恕。

**引导：**祈求上帝赐予智慧，来应对当前的挑战和抉择。

**我们的教会：**为地方教会和世界各地的教会祷告。（参见全球教会祷告事项材料）

**本地的需求：**为教友、家人和邻舍当下的需要祷告。

**聆听和回应：**花些时间聆听上帝的声音，以颂赞或诗歌作回应。

**推荐诗歌 (可自行选择合适的诗歌)**

**赞美诗：**《完全奉献》 (#388); 《成为我异象》 (#440)

**其他诗歌：**自选

## 但是当你祈祷……

### 第八日——我们日用的饮食，今日赐给我们

*“我们行善，不可丧志；若不灰心，到了时候就要收成。所以，有了机会就当向众人行善，向信徒一家的人更当这样。”——加 6:9, 10*

#### 上帝会供应一切

有一天，我花一些时间去处理财务。我们把什一奉献和一小部分捐给布道事工和需要帮助的人之后，我就支付所有的账单，留了一些学费给儿子们，剩下的一小部分则于这个月剩下的日子中用作购买食物和其他开支。我上了我们的面包车，把学费送到学校，然后离开。那天的雨下得很大。

就在进入学校车道之前，我看到一位年轻女士很明显地苦恼。我便停下车，并留意到她是一个几个月前我刚刚为她施洗的年轻女子。她在哭。

我问她：“有什么难题吗？”我问道。她最后说，她和其他许多人一样，在附近一家工厂倒闭后便失去工作。后来，因为她付不起房租，所以她和两个年幼的孩子被赶出公寓。现在他们没有更多的食物。

我带她去杂货店，把食物装满整部购物车，用一部分的学校学费付钱。在开车送她回学校的路上，我打电话给公寓的房东，勉强达成一项协议；我用剩余的学费支付她所欠的一半租金，而房东原谅那位女子，免收另一半租金。我打电话给董事会成员，他们也帮忙付电费。我对她说：“还有，你重新站起来之后，要帮助那些需要受助的人。”她听后非常感激。

当我回到家，向妻子表示担心如何支付学费的时候，她高兴地说：“上帝会安排的。”那天下午，当我检查邮箱，就发现一个信封，里面有一张支票。票上的数额和我帮助那位年轻女士花的钱完全一样。

上帝关心我们，胜过我们关心自己的孩子。祂应许我们日用的饮食会有所供应（见赛 33:16）。不过，请注意这节经文中的“我们日用的饮食，今日赐给我们。”耶稣清楚地暗示，我们不仅要为自己祈求，也要为我们周围的人祷告。事实上，《圣经》清楚地告诉我们，我们必须像爱自己一样爱别人（见可 12:31），我们必须为别人祷告（见雅 5:16）。“你们各人的重担要互相担当，如此，就完全了基督的律法。”（加 6:2）。公元一世纪的门徒就是这样做。他们在一切所行的事上都合而为一（见徒 4:32）。

“我们的祈祷不应只是为了自己的利益而提出自私的要求。我们要为施舍而祈求，以基督生活的原则为我们生活的原则。……我们应当向上帝求福分，以便转达给别人。只有不断地传递，我们才能不断地领受。我们若不将天国的财宝传给周围的人，就不可能继续领受。”（《基督比喻实训 / 天路》，原文 142, 143 页）

请注意，主祷文并没有谈到明天的饮食，只是今天的饮食。以色列一次只能收集一天的吗哪（见出 16:4）。上帝不希望你为明天忧虑（见太 6:34）。要祈求今天。要祈求去分享。要寻求祝福。基督的信徒传道之前，都应该以祝福周围的人来显明他们对上帝的爱。

在审判的时候，耶稣不会问你是否去教会或做其他好事，尽管我们不应该错过我们的聚会（见来 10:25）。祂必说：“我赤身露体，又饿又渴。你爱周围人的方式，就是你爱我的实际方式”（见太 25:31-45）。

上帝正在呼召你为你的邻舍祈祷，爱你的邻舍，使你成为祝福周围之人的途径。

让我们一起祷告。

## 祷告时间 (30-45 分钟)

祷告小组都有不同的方式进行集体祷告。我们鼓励你们在接下来的 30-45 分钟，以圣灵感动你的方式一同献上祷告。以下是根据经文来祈祷的例子。当然也可以选择其他经文来祈祷。如需更多关于祷告的建议，可参考领袖指引。

**紧握上帝圣言来祈求 – 加 6:9, 10**

“我们行善，不可丧志；若不灰心，到了时候就要收成。所以，有了机会就当向众人行善，向信徒一家的人更当这样。”

**“我们行善，不可丧志”**

*天父，布道工作有时候让我们筋疲力尽。我们过于注重计划和其结果，却忘记祢是一切力量的源头。求祢把我们的目光转向祢。愿祢使我们的灵苏醒，并使我们充满着毫不穷尽的爱去爱一个有需要的世界。*

**“若不灰心，到了时候就要收成”**

*上帝，感谢祢，祢应许收割的日子就要到。当我们在别人身上撒种和浇灌信仰的种子，愿祢让我们的双手表示忠诚。结果是取决于祢的！*

**“就当向众人行善”**

*上帝，求祢赐光祢的眼光，让我们看见服事人的机会。愿祢向我们显示如何能够向我们的儿女、配偶、邻居和教友表达爱。我们很高兴能成为上帝家庭的一员！*

## 更多有关祷告的建议

**感谢和赞美：**感谢上帝的赐福，赞美上帝的良善。

**认罪悔改：**用几分钟的时间做自我认罪悔改的祷告，并感谢上帝的饶恕。

**引导：**祈求上帝赐予智慧，来应对当前的挑战和抉择。

**我们的教会：**为地方教会和世界各地的教会祷告。（参见全球教会祷告事项材料）

**本地的需求：**为教友、家人和邻舍当下的需要祷告。

**聆听和回应：**花些时间聆听上帝的声音，以颂赞或诗歌作回应。

## 推荐诗歌 (可自行选择合适的诗歌)

**赞美诗：**《寻找失丧者》 (#239); 《禾捆收回家》 (#236)

**其他诗歌：**自选



## 但是当你祈祷……

### 第九日——免我们的债，如同我们免了人的债

*“你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯”——太 6:14*

#### “我感受不到”

她年纪很大，在我的堂会当长老已经很多年。她现在住院。当我去看望她，她告诉我：“不要为我祈祷，我迷失了。”我问她：“你为什么这样说？”“牧师，我有罪了。我年轻时犯了大罪。”“你有向上帝请求宽恕吗？”“我每天都有，但祂从来没有原谅我。”“你怎么知道？”她说：“嗯，我感受不到。”我们把这件事谈了一遍，谈话结束时，她感受到平安和喜悦。

你如何“感受”宽恕？是一种从你的身体感觉到的温暖、一种从你的右手感觉到的寒冷，还是一种从脖子后感觉到的发痒感？你有闻到吗？

《圣经》说得很清楚。“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。”(约一 1:9) 它并没有说祂只赦免轻微或有限数量的罪。《圣经》清楚地说，如果我们承认自己的罪，上帝就会赦免我们所有的罪。条件是：你必须坦承。应许是：上帝赦免。尽你的本分便可，上帝会尽祂的本分。

宽恕不是你能感觉到，也不是科学能证明。这是出于信心。你去相信上帝的话，相信祂不会说谎。你无法解释它，你配不得它，但是你知道上帝曾应许的和祂本身的应许是百分之百可靠的，因为它们是基于祂的品格和话语。没有一样比上帝的话更为可靠。

当你认罪悔改，你在那一瞬间就有着宽恕。耶稣已经在十字架上为你的罪付出了代价。祂是“上帝的羔羊，除去世人罪孽的！”(约 1:29)。祂的血很足够，你在祂的血里可以救赎你所有的罪(见弗 1:7)。

在你认罪之后，你需要操练信心，选择相信上帝会成就祂的应许。“亚伯拉罕信上帝，这就算为他的义。”(罗 4:3)。要记住，“义人必因信得生。”(罗 1:17)。只要你相信，上帝就会作工，也会得蒙宽恕。不用试图解释，也不用自行承受。“你们得救是本乎恩，也因着信；这并不是出于自己，乃是上帝所赐的”(弗 2:8)。

“藉着相信上帝这一简单的举动，圣灵在你心中产生一个新的生命。你就如出生在上帝家中一个孩子。祂爱你，如同爱自己的儿子。”(《喜乐的泉源》，原文 52 页)。赦免、公义、救恩——这些都是因信而得的恩赐。

“你是一个罪人，你不可能赎回你过去的罪恶，无法改变自己的心让自己成圣。但是上帝已应许要藉着基督为你成就这一切。你应当相信这个应许。……只要你相信这个应许……上帝就使之成为事实……不要等到感觉自己已经痊愈，而要说：‘我相信这是事实，不是因我已经感觉到，而是因为上帝已经应许。’”(《喜乐的泉源》，原文 51 页)。

当你注视着耶稣的十字架，你就瞥见了爱的极致表现：耶稣、创造者、说话和成就事情的一位、天使之前遮住自己的一位、降世为人的宇宙之主。祂——这位至圣者——担当你的罪，亲自为你而死。上帝是为你而死的。



把你的眼睛定睛在祂的十字架上。然后你会注意到那些经历恩典的人也慷慨地分享恩典。那些有经历宽恕的人，就主动原谅。“一切的赦免，虽然都是出于我们所不配得到的上帝之爱，但我们对待别人的态度，却表明我们是否已经拥有这爱。”（《基督比喻实训》，原文 251 页）。

让我们一起祷告。

## 祷告时间 (30-45 分钟)

祷告小组都有不同的方式进行集体祷告。我们鼓励你们在接下来的 30-45 分钟，以圣灵感动你的方式一同献上祷告。以下是根据经文来祈祷的例子。当然也可以选择其他经文来祈祷。如需更多关于祷告的建议，可参考领袖指引。

紧握上帝圣言来祈求 – 太 6:14

“你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯”

“你们饶恕人的过犯”

天父，我们承认有时候自己不想饶恕他人。求祢把我们从痛苦和怨恨中释放出来。愿祢改变我们的心，让祢的恩典通过我们涌流到别人身上。求祢使彼此化敌为友，同心合意地服事祢的国度。

“你们的天父也必饶恕你们的过犯”

感谢上帝，祢给予我们悔改和救赎的恩赐，而我们原本不配得这些。有时我们难以接受祢的宽恕，试着得蒙祢的悦纳。愿祢教导我们以喜乐来接受祢的宽恕，并把这恩典扩展到他人身上。

## 更多有关祷告的建议

**感谢和赞美：**感谢上帝的赐福，赞美上帝的良善。

**认罪悔改：**用几分钟的时间做自我认罪悔改的祷告，并感谢上帝的饶恕。

**引导：**祈求上帝赐予智慧，来应对当前的挑战和抉择。

**我们的教会：**为地方教会和世界各地的教会祷告。（参见全球教会祷告事项材料）

**本地的需求：**为教友、家人和邻舍当下的需要祷告。

**聆听和回应：**花些时间聆听上帝的声音，以颂赞或诗歌作回应。

## 推荐诗歌 (可自行选择合适的诗歌)

**赞美诗：**《奇典恩典》 (#61); 《古旧十架》 (#102); 《幸福的保证》 (#307)

**其他诗歌：**自选

## 但是当你祈祷……

### 第十日——不叫我们遇见试探

“上帝不能被恶试探，他也不试探人。”——雅 1:13

#### 上帝真的有做吗？

上帝是圣洁的，祂就是爱。祂不试探任何人，我们却试探自己（见雅 1:14, 15）。那么，你有没有想过耶稣在主祷文中说“不叫我们遇见试探”有何意义？耶稣不是在暗示上帝引诱我们犯罪，我们必须恳求祂不要把我们推到那里。

那么，这是什么意思？这与大多数（如果不是全部）语言一样，希腊语中的单词可以有不止一种意思。因此，你必须看原文和上下文。“引领”的希腊语单词是“eisphero”。这节经文可以翻译成“不要让我们离开，不要把我们丢弃在那里，不要让我们去。”它的意思不是“诱惑”。

希腊语中的“引诱”是“peirasmon”。它可以被翻译为“试探、考验、逆境”等等。因此，“不叫我们遇见试探”这句话的意思是：“请不要离弃我，因为我独自一人会陷入罪中，或者留在我早已陷入的罪里。”或者“如果你考验我，请不要让我独自一人，或者让我在那里遗留太久，以免我陷入罪中。”

有时，上帝允许你或把你身处于特定的情况下，帮助你了解你的心思和属灵状况，张开你的眼睛，看到你是怎样、需要什么。《圣经》说：“却不知道你是那困苦、可怜、贫穷、瞎眼、赤身的”（启 3:17）。当你知道自己生病，你会去看医生，但你如何能够处理你不知道的问题呢？

当我们看到自己的样子，就会意识到我们是多么的有罪，知道我们需要耶稣。“那些生活与耶稣最亲近的人最能看清楚血肉之体的脆弱和邪恶，而且他们唯一的希望乃是倚仗那钉死而复活之救主的功劳。”（《善恶之争》，原文 471 页）

上帝考验西底家王（见代下 32:31）。《箴言》17:3 说上帝是在考验我们的心思。大卫祷告说：“耶和華啊，求你察看我，试验我”（诗 26:2）。彼得说火炼的试验有时是为了考验我们（见彼前 4:12）。

“我们看见了自己的罪，就会亲近那一位能赦免罪孽的救主。当我们意识到自己的无助，而向基督求助的时候，祂就会显示自己的权能。”（《喜乐的泉源》，原文 65 页）

因此，“我们的大仇敌不断设法让忧虑的心离开上帝。”（《论祈祷》，原文 270 页）祂知道倘若我们与上帝分离，就会陷于罪里。

在主祷文的最后一部分，耶稣试着强调得大能与得胜的秘密。祂说我们唯一的盼望就是永远在耶稣里，也让耶稣在我们里面，永不分离，永不分开。“基督在你们心里成了有荣耀的盼望”（西 1:27）。

我们单凭自己，是没有力量去改变和发展一颗新心。不过，应许是明确而可靠：“若有人在基督里，他就是新造的人”（林后 5:17）。

那么，你如何省察自己，看看你在自己的属灵之旅所身处位置呢？耶稣说我们可以从果子里知道（见太 7:16）。你是怎样结果子呢？要藉着不断地与基督联系（见约 15:1-5），并被祂的灵充满（见加 5:22, 23）。

“人若自称信仰宗教，就可以加入教会。但只有品格和行为才能显明他是否与基督联合了。”（《历代愿望》，原文 676 页）如果你一直住在他里面，你不需要了解祂如何作工，只需要相信祂。祂拯救所有来到祂面前的人（见来 7:25）。

“抵御罪恶的唯一保障，就是因信基督的义”（《历代愿望》，原文 324 页）

上帝正在呼召你不住祷告，不断地呼求上帝的名，与祂同行，持续意识到祂的存在，完全依靠祂，永不与祂分离。那是你唯一的力量。祂应许说，如果你亲近上帝，“上帝就必亲近你们”（雅 4:8）。

让我们一起祷告。

## 祷告时间 (30-45 分钟)

祷告小组都有不同的方式进行集体祷告。我们鼓励你们在接下来的 30-45 分钟，以圣灵感动你的方式一同献上祷告。以下是根据经文来祈祷的例子。当然也可以选择其他经文来祈祷。如需更多关于祷告的建议，可参考领袖指引。

紧握上帝圣言来祈求 – 雅 1:13

“上帝不能被恶试探，他也不试探人。”

“上帝不能被恶试探”

天父，我们感谢你差派耶稣来代替我们抵挡和战胜邪恶。在祢那里没有黑暗，只有良善和光明。我们知道你已经击败罪孽和死亡，并正在把我们改变成祢的样式。求祢叫我们的眼目定睛仰望祢！

“他也不试探人”

上帝，求祢使我们远离诱惑，免得我们远离祢。愿祢指教我们远离那引诱我们的私欲，把我们的眼目转向祢毫无瑕疵的品格。求祢帮助我们去憎恶你所憎恶的，爱祢所爱的。

## 更多有关祷告的建议

**感谢和赞美：**感谢上帝的赐福，赞美上帝的良善。

**认罪悔改：**用几分钟的时间做自我认罪悔改的祷告，并感谢上帝的饶恕。

**引导：**祈求上帝赐予智慧，来应对当前的挑战和抉择。

**我们的教会：**为地方教会和世界各地的教会祷告。（参见全球教会祷告事项材料）

**本地的需求：**为教友、家人和邻舍当下的需要祷告。

**聆听和回应：**花些时间聆听上帝的声音，以颂赞或诗歌作回应。

## 推荐诗歌 (可自行选择合适的诗歌)

**赞美诗：**《每一天》 (#386); 《信而从主》 (#373); 《更近我主》 (#391)

**其他诗歌：**自选