# 祈禱

第10期

2020年

11

月刊

# 本月信息

## 在认同式的忏悔中代祷

北美基督灯台协会驻会牧师　　陈晓东牧师

先知以赛亚在乌西雅王驾崩的那年，在圣殿中看见神的荣显，(以赛亚书6章1-5节)。从来没有人见过神，只有在救恩历史的关键时刻，才有此天启的异象，这是历史中的大事。

美国第59届总统大选接近点票的尾声，我们好像处于乌西雅王崩的转折点，回想乌西雅王以后，列王的历史中迎来了新王约坦，约坦作王十六年，带来犹大国小小的中兴；然而好景不长，接续他的儿子亚哈斯在位又是十六年，亚哈斯设立巴力的像，并效法被耶和华神从以色列人面前驱逐出去的异族，将自己的儿女用火焚烧献给假神摩洛，在各处烧香献祭，行耶和华眼中看为恶的事（王下16:1-4，代下28:1-4）。以赛亚知道自己是嘴唇不洁的人，又住在嘴唇不洁的民中，所以他代表背逆的王向神认罪。

我们身处的世界也是这样，在混杂着失势与得势，失望与希望，失落与救赎，在老王的驾崩和新王即位之间，我们也要像旧约先知那样，注目看耶稣，在祈祷中勇于承负着所身处的世代的格局：好像亚伯拉罕为所多玛和蛾摩拉不懈地代祷(创世记18章22-33节)，好像何西阿先知，在爱情失忠的苦涩中，以认同式的悔罪，代表神谴责神子民的悖逆；基督的子民是时代的以赛亚、何西阿、尼西米、但以理，我们应当代表这个世代，向神祈求赦免及解救之道，并且为新的总统代祷守望，祈求神掌管执政者的心意，行仁义和公平之道，让国家和社会免于神圣洁和公义的怒气和审判。

今天，我们向但以理先知学习认同式悔罪祈祷(但以理书9章3-19节)，我们为美国的政治走向来禁食、披麻蒙灰，定意向主神祈祷恳求：我们代表所在之地向神认罪，祈求神顾念城中爱主守主诫命的人，守祂的救赎之约。

我们要承认我们的国家得罪了祢，百姓离弃真神，以自我为中心，道德败坏，以人权为借口，作孽行恶，流无辜人的血，放纵情欲，任意妄为，贩卖人口，破坏生态，毒品泛滥，悖逆神的诫命典章；先知们向君王、首领、总统、立法者和新闻媒体所说的话都被藐视和谩骂；地上有权势之人肆意妄为；世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀，所以神任凭摩西律法中的咒诅和誓言，鞭打世人，使家国遭灾。但以理先知说：「我们却没有求耶和华我们神的恩典,回头离开罪孽,明白神的真理。」(但以理书9:13)主啊，我们承认我们违背了祢的圣约，不听从圣父、圣子、圣灵三一真神所发的言语，也不遵行历世历代神仆、先知和真理的教师向我们陈明的生命之道。

我们要宣告神是圣洁、公义，断不以有罪为无罪的创造之主，我们要追念神是怜悯饶恕人的神，我们要向神呼求说：「主我们的神啊！祢曾用大能的手，领祢的子民出埃及地，使自己得了名，正如今日一样。我们犯了罪，作了恶。主啊，求祢按祢的大仁大义，使祢的怒气和忿怒转离美洲大陆，转离国会山庄、白宫、最高法院、教会领袖和祢的子民，因我们的罪恶和我们列祖的罪孽，被四围的人羞辱。」(但以理书9:16)

所罗门王说「行仁义公平比献祭更蒙耶和华悦纳。」(箴言21:3)，在全球7天24小时的祈祷浪潮中，我们当学习先知们所行的认同式悔罪，天使天军也在汇聚着众圣徒的祈祷，成为神在末后世代审判世界的烈火(启示录8章1-5节)。

此时此刻，我们恳求主垂听祈祷勇士们的祈祷声，求以神自己的荣光照明人心的荒原，我们和但以理先知同祷：「我们的神啊！现在求祢垂听仆人的祈祷恳求，原不是因自己的义，乃因祢的大怜悯。求主垂听，求主赦免，求主应允而行，为祢自己不要迟延。我的神啊！美利坚合众国的先祖曾经宣认：我们信靠神 (IN GOD WE TRUST)！这国和这民曾都是称为祢名下的，愿祢引导合众国走在祢的心意中，奉我主耶稣基督圣名祈求，阿们！

# 焦点祷文

## 愿为山城之光

何达宁长老

Prayer by Elder Tat Ho

**馬太福音 5:14 你們是世上的光。城造在山上，是不能隱藏的。**

**MATTHEW 5:14 "YOU ARE THE LIGHT OF THE WORLD. A TOWN BUILT ON A HILL CANNOT BE HIDDEN.**

亲爱的天父，全能的上帝，求祢帮助我们不要轻看我们神儿女的身份，因为祢不但把祢的独生儿子耶稣基督赐给我们，为我们的罪而死，拯救我们；祢也接纳我们成为祢的儿女，祢像慈爱的父亲一样照顾爱护我们；当我们想到这样的爱，心中充满温暖，但也深感不配，真的很不配！

父啊，圣经让我们知道耶稣如何的爱祂的门徒，怎样为祂的门徒祷告，我们也知道耶稣爱我们，因为我们都是祂的门徒！是的，我们都努力想要成为祂的好门徒！求祢帮助我们懂得怎样去服侍我们的主；基督已经把一切所需的都赐下，帮助我们能够过一个圣洁的生活；甚愿我们能与基督的性情有份，以至于我们可以成为这罪恶世界上的光和盐。

Our Dear Heavenly Father, the Almighty God, we pray that we will never take our identity as a child of God lightly. Not only that You gave your one and only begotten son Jesus Christ to die to save us from our sins, you also adopted us as your children, to love and care for us like a loving father. While our hearts are warmed by the thought, we could not help but feel undeserved, so undeserved.

Father, we know how much Jesus Christ loved his disciples from how he prayed to You for them as recorded in the Bible. We know Jesus loves us just as much since we too are his disciples - well, striving to be a good one. Help us to give our best to serve our Lord. Yes, Christ has given us everything we need to live a godly Life in Him. May we strive to live as promised as partakers of your divine nature, and be the light and salt to the sinful world.

天父，美国现时正陷入政治、社会、道德上各样的混乱和矛盾当中，求祢给我们有平安在我们的心中，帮助我们站立得稳，不受影响，入世而不属世。求祢赦免这个国家所表现出来放任的生活方式，我们祈求美国人民能重返敬畏神的生活，并且爱人如已；赐给我们明智和敬畏神的领导者，让我们的下一代有更美好的将来；但愿耶稣基督的光芒照遍整个美国！

求主使我们能够为我们的敌人祷告：让他们不再成为我们的敌人，反以圣洁的眼光去看事情。求祢赐给我们从祢而来的坚忍力量，可以面对世俗文化浪潮仍然不偏不倚，能够把福音传到那些心还没有完全刚硬的人当中。

求祢祝福我们的牧师和属灵领袖身心灵都健康，赐给他们智慧，带领我们在属灵方面上长进，为着祢的荣耀，扩张神的国度。求神为我们预备更多有同一心志的仆人，与我们一起在基督灯台协会同心合意的服侍主。

父啊，我们感恩有一班弟兄姊妹在世界各地不同的地方一起接力24小时祷告，但愿我们的颂赞和祷告能蒙祢悦纳。

祷告奉我主救主耶稣基督的名求，阿们！

Heavenly Father, while the nation is stirred up by the tension and disputes over political, social and moral disagreements, we pray for calmness in our mind, and the steadfastness of being in the world but not of it. We ask for your forgiveness on the wayward ways that this nation had been on display. We pray that as a people America would return to God-honoring way of life and to love our neighbors as ourselves. Grant us wise and god-fearing leaders and a future that is brighter for our children. Let the light of Jesus Christ shine upon this nation. We pray that we will pray for our enemies that they will stop being our enemies and see things more in Your godly perspectives. Give us perseverance to go against the tide of popular culture to share and preach the Gospel to those whose hearts are still not completely hardened.

Bless our pastors and spiritual leaders with overall wellness and wisdom in guiding us spiritually forward, for your glory and advances the Kingdom of God. We pray for more like-minded servants to come serve with and through GLS.

Father, we are so blessed to have a group of brothers and sisters that spanned continents to pray together in relay for the next 24 hours. May our unceasing praise and prayers please you.

We pray in the name of our Lord and Savior Jesus Christ. Amen

# *Grant Me Strength*

*Esther Popel*

*Give me the strength*
*Of verdant hills*
*Washed clean by summer rain;*

*Of purple hills*
*At peace when weary Day*
*Sinks quietly to rest*
*In Night's cool arms;*

*Of rugged, wind-whipped hills*
*That lift their heads*
*Above the petty, lowland, valley things,*

*And shake their shoulders free*
*Of bonds that hold*
*Them close to earth;*

*Of snow-capped hills*
*Sun-kissed by day, by night*
*Companioned by the stars;*

*Of grim volcanoes*
*Pregnant with the fires*
*Of molten fury!*

*Grant me strength,*
*Great God,*
*Like that of hills!*

# 赐我众山的力量

**伍渭文牧师 (译)**

伟大的上主，赐我众山的力量！

让我内心纯洁。
赐我力量，清明如练，
像经过夏天雨水洗涤后的
翠绿山头。

让我宁静安稳。
静脉照晚霞，日累西山下，
在黑夜的臂弯中，给我心灵安恬。

让我止于至善。
让我攀天凌急风，峥嵘拔地起，
抖擞凡尘琐事，远离洼谷低地，
心无牵挂。

让我光明磊落。
愿我如雪峰皑皑，
临日之昭，亲星之耀，昼夜无间。

让我嫉恶如仇。
给我凶猛坚固如火山，
内心熔岩滚动，含焰待放。

伟大的上主，赐我众山的力量。
阿们！

*Esther Popel (1896-1958)*

非裔美国诗人、教育家。

**伍渭文牧师**

基督灯台全球课程讲师
香港中文大学崇基学院神学院客座副教授

**空山灵雨**

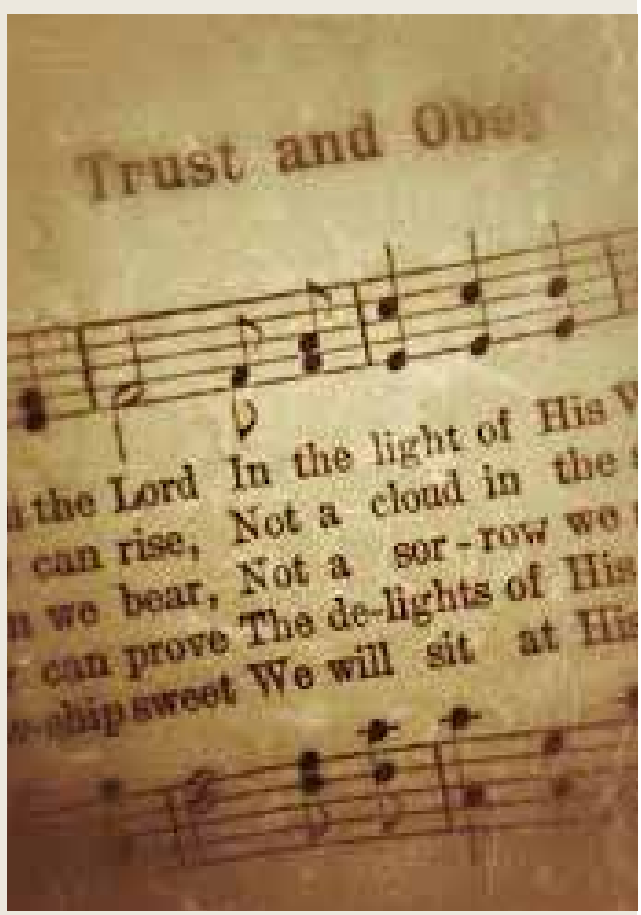
# 斗室灵修

## 存心顺服

斗室

**「你纵然令我们脱离今世，但天地的王，必因为我们为祂的律法受死，使我们复活得永生•••主因为你们重看祂的律法比自己的身体还重，祂必发慈悲，再给你们气息与生命。」（次经玛喀比传下第7章）**

**所有弟兄当知道，他们若每次都如先知所言，偏离主的命令，「游荡于服从之外」，只要他们是故意留在这罪恶中，他们就要在服从之外受咒诅。他们也当知道，他们若坚守主的命令，就是他们藉着圣福音及他们的生活准则所许下的，他们就是生活在真正的服从中，并要蒙主赐福。（会规一5：16-17，圣法兰西斯）**




最近一段时间的晚祷第一段经课，都选自次经玛喀比传上下卷。这两卷书，记载了西流古王朝安提阿渴·合批反作王时，犹太人如何被奴役、残害，他们遵守上帝律法的信仰权利如何被剥夺、侵害。晚祷经课选择的章节，多是关于当时情愿因遵守上帝律法而殉道的犹太人的事迹，与之对应的另一段经课，则是马太福音中关于耶稣基督受难周的记载。前者是全心顺服上帝的真信仰者，为上帝信仰的缘故，受逼迫、苦待以至被杀害；后者是基督——我们的救主、道成肉身的上帝，为我们做下存心顺服的榜样，以至于死，且死在十字架上。存心顺服，以至于承受苦难甚至死亡的挑战，成为我们的生命，与基督的生命相遇、相连结的契合点。

顺服对于任何人来说，都是艰难的，因为顺服的第一步总是克除自我，弃绝个人私意，而后我们才能更加清晰地分辨来自上帝的声音，甘心情愿地听命于祂的意愿。顺服给人带来的信仰挑战，从古到今都是存

在的。只不过在更早的年代，「信仰是教会的、公共的」这样的信仰观念深入人心，因此「个人的」服从、融入于「公共的」这样的信仰表达，成为大多数人或主动、或被动的选择；而在个人主义日渐盛行的今天，顺服与自我意愿的冲突更加外显。「顺服」对于我们而言，似乎成了被遗弃在故纸堆中的宗教概念，而不愿在平常生活中被多提及，更不必说我们要效法基督，存心顺服，以至于死，那是圣人传记里古圣先贤们的事，和我们是无关的。

在斗室会团十月退省中，也分享到自我牺牲的顺服与时常膨胀的个人私意的对立。在圣法兰西斯看来，顺服是基督徒一切生活行动的信仰基石，是我们向主许下的神圣誓愿。在他眼中，这顺服的誓愿，不仅仅是一个修道者加入特定团体，而应特别付上的对于教会、团体顺服的代价，那是每一个基督信徒，对于他们选择跟随、信靠的主应尽的本分。

顺服与信靠，即便总是指向牺牲与殉道，但那背后掩藏的，是因与基督的生命相契合而有的真实的救赎。我们若找寻各种方式，试图回避、弱化信仰带给我们的挑战，「游荡于服从之外」，使我们的信仰变成纯粹形而上的、空洞无谓的，使我们自认为在上帝与自我、信仰与世俗之间找到了令人满意的平衡点，使我们不再需要付上顺服的代价，在那一刻，基督和祂的救赎，也离我们极其遥远。

弟兄姊妹们，我们应当不断反省上帝在基督里对我们的呼召，以及我们如何立志在生活中弃绝私意，顺服主旨而行，这是我们的信仰，也是我们每天当去实践的生活。我们虽时常软弱，「手扶着犁向后看，所吐的私意转过来又吃（圣法兰西斯忠告集第3篇）」，但求主帮助我们，在我们的生活中，看到并效法基督并祂钉十字架，那是我们顺服与信仰的标志，在其上我们虽总要经历到老我的被钉、死亡，但主因为我们重看祂的旨意比自己的私意还重，祂必发慈悲，再给我们新造的气息与生命。

# 牧者祈祷专访

## 忙，更需要静默聆听

基督灯台全球课程讲师
硅谷汇点教会牧师

**访李业基牧师**

问 1：牧师，您认为祷告对于基督徒来说意味着什麽？

李牧师：

其实祷告最终是为着聆听神的话语。我们一切所求所想的，甚至我们的感受，在未开口以先，神早已经知道了，因为祂参透万事；祷告也意味着：我们要预备空间，在神面前有一个沉默的时间、一个静候神开启的时间，聆听神的声音。

《罗马书》说“我们本不晓得当怎样祷告，只是圣灵亲自用（我们）说不出来的叹息替我们祷告”，这节经文可以加上“我们”这两个字；圣灵也在我们的“静默无言的叹息”中，为我们代祷，使我们的心意更新而变化，得以明白神的善良纯全可喜悦的旨意。

问2：我们常常以为祷告是祈求，而您却提到祷告要专注于“聆听”，关于聆听主的话语，我们需要怎么做呢？

李牧师：

我们需要操练，祷告本身就是一种属灵的操练；祷告中也包含着“与神独处”的操练。这个操练，在现今的时代尤其重要，这个时代传媒泛滥，轻易就占据了人的眼目和心灵；我们第一要留心：要定意将事务挪开，将时间分别出来，开拓出空间来，虽然这些不是祷告本身，却是第一要务；也是心志上的预备和操练，以确保我们得以静心聆听。

祷告也是个人单独与神相处的时刻，主耶稣也教导门徒：祷告的时候，要进入内屋，关上门，祷告我们在暗中的父；祂也时常退到旷野，独自向父神祷告。

问3：很多弟兄姊妹知道祷告很重要，但又很难建立一个规律的祷告生活，往往在忙碌当中失去了与神的交通，对此，您有什么劝勉和教导呢？

李牧师：

这让我联想到Bill Hybels（比尔·海波斯）写的那本《Too busy not to pray》/《越忙越勤祷》，他在书中提到“我们通常越是忙的时候，才越真正体察到我们缺乏的能力。”忙碌本身不是最大的问题，耶稣也很忙碌的，问题在于我们是否知道：越是忙的时候，越察觉到我们需要以祷告来支取力量。

问4：生活在当下社媒与信息泛滥，以及在快节奏的状态里，我们时间常常被议程填满，轻易就失去时间，您能否提供一些具体的建议，来帮助我们实际地去操练祷告？

李牧师：

1.是的，我们真的需要关掉手机和电子设备，排除掉无谓的忙碌，优先开拓出空间和时间，去专心操练祷告；
2.我们可以使用一些《祷告指引》、《祷告中心》、《祷告计划》来操练；
3.制定《个人祷告计划》，在祷告中操练，并拓展自己祷告的远见；
4.制定《代祷计划》，将代祷的朋友、家庭、教会、国家、宣教等等事项，都纳入其中，有序地代祷。

虽然是个人祷告时间，也可以将其成为服侍他人的时刻，我们越是花时间为他人祷告，就越能看到神在他人身上的工作，越能看到代祷带给他人的恩典，也越能体会到與神同工的喜悦。

问5：提到《祷告计划》，我想关于祷告生活与读经生活这两者间，请问你赞成它们相连进行还是分开进行?

李牧师：

我自己是将两者连在一起，对我而言是很自然的,但也不认为大家都要如此。如果你有读经计划与祷告计划，两者就比较容易连在一起。最不可思议的事情是，透过祷告，我们竟然能够明白神的心意；我们读经若是不明白，神在《雅各书》应许我们，祂是厚赐智慧的，我们可以求神赐下智慧，让我们明白所读的圣经，在今天对我们有什么重要性，以及我怎样将圣经真理活出来?透过祷告神会打开我们的眼睛，提升我们进入祂奥秘的世界，更靠近上帝的心意，这多么奇妙。

问6：对于帮助弟兄姊妹们在祷告生活中，继续进深学习，你有什么书籍方面的建议?

李牧师：

我想从三个方面来给予建议。

首先，在个人灵修方面，如果手机对你比书籍更方便，你可以在手机上安装灵修软件，或从灵修网站上学习，善用科技，善用时间来灵修；例如：香港建道神学院《尔道自建》的APP，就是不错的灵修软件。

其次，阅读祷告进深的书籍，我个人比较喜欢读Tim Keller(提姆·凯勒)和John Piper(约翰·派博)的书籍，当然也有其它很好的中文祷告书籍，重要的就是建立阅读的习惯。

第三，我建议大家“用笔记录”，培养写作的习惯，从一周写一篇100个字的《属灵记录》开始操练，一年就有52篇，将你最重要的思想写下来，这些点点滴滴的写作操练，对进深学习都大有裨益。

我建议大家从灵修、阅读、写作这三个方面去积累，继续进深学习。

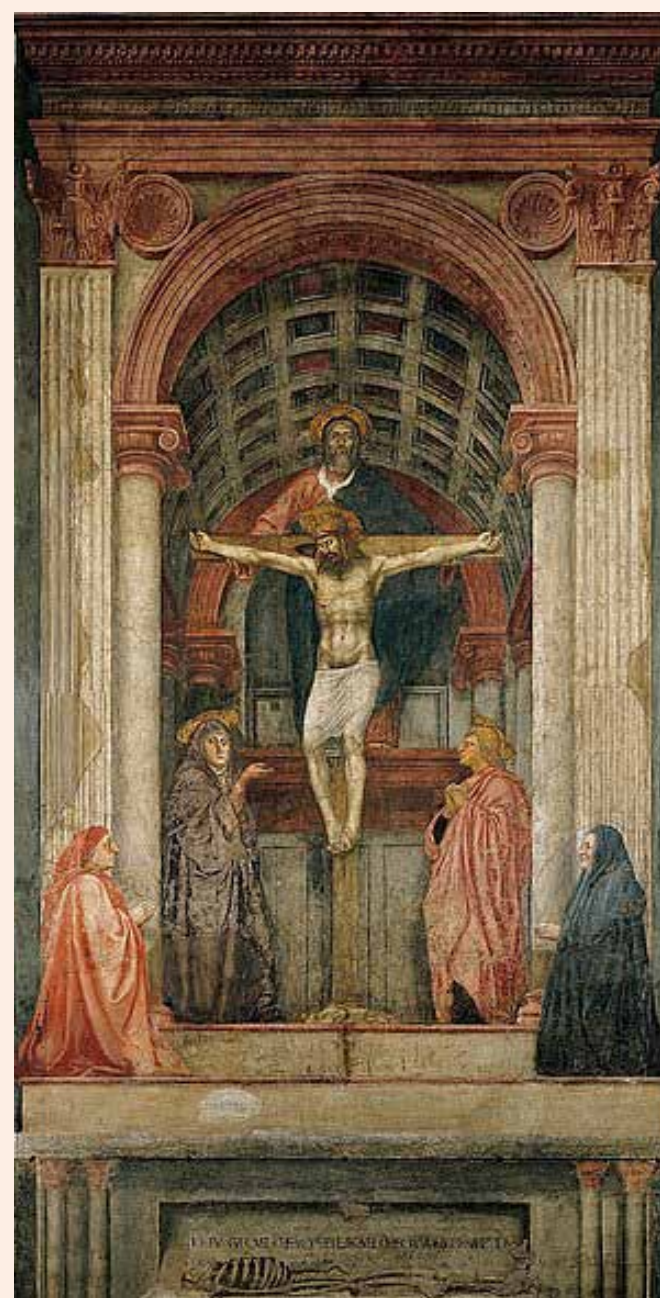
# 画廊中的祷告

## 三位一体

梅章建文师母

名画《三位一体》的作者是画家马萨其奥（Masaccio），他是十五世纪早期意大利佛罗伦萨（Florence）的著名画家之一，被誉为近代绘画的开创者，他离世时，年仅27岁（1401-1428），甚爲可惜。

意大利的佛罗伦萨是早期文艺复兴的艺术中心，十五世纪以后，绘画艺术的技法更趋于成熟，马萨其奥是当时最重要的画家之一，他所用的透视法和明暗表现法，对整个文艺复兴时期的绘画发展颇具影响，确立了近代绘画的基础；在他之后，文艺复兴三巨匠：达芬奇、拉斐尔、米开朗基罗出现的年代，也正是西方世界面临精神危机的时刻，他们发展出来的形式技法，迎合了人文主义兴起的需要，故将文艺复兴推向高峰。



此幅《三位一体》为佛罗伦萨圣母堂绘制的湿壁画，长久以来由于被人观摩和研究，画面中人物头顶上的光环已较前期缩小，似乎显明人们对灵性的重视与追求已较从前弱；这幅画具有天主教色彩的味道，例如喜欢在“圣人头上加上光环”便是其特色之一，也是意大利画家的风格。马萨其奥这幅名画《三位一体》，是用两层不等的高度组成，上层用咖啡色表达，让人看到拱形深入屋顶的教堂，好像罗马式凯旋门，里面的主题是耶稣被钉在十字架上的场景。

画中站在圣子耶稣背后高处的是圣父上帝，祂用双手支持着耶稣双臂的十字架,画家按当时的文化精神，表达父神虽与耶稣暂时分离，仍然与耶稣同在，父神支撑着耶稣受难受死的时刻；马萨其奥的想法，认为父神既然爱圣子耶稣，不可能会舍弃离开十字架上的耶稣，但画家忽略了父神是圣洁的。

参考《马太福音》27:46里的记载：耶稣大声喊着说：「我的神！我的神！为什么离弃我？」耶稣基督在十字架上一个人承担着全人类所有的罪恶时，圣洁的父神不得不与耶稣分隔；耶稣在十字架上担负众世人的罪的时候，父神的圣洁令祂不得不掩面不看祂的爱子，而离开了耶稣；于耶稣而言，肉身的强烈痛苦固然可怕，更可怕的是与父神分隔，然而耶稣为使我们不再与父神永远隔绝，甘心为我们舍身受死，祂甘心忍受所有的痛苦，为我们成全了救赎。主为我们付上了何等大的代价，于我们是何等长阔高深的爱啊！

马萨其奥让人从他的画中看见圣父、圣子。那么，画中的圣灵在哪里呢？观赏这幅壁画的人必须仔细寻找，最后才能发现圣灵如鸽子，出现在圣父的胸前和圣子的头顶的中间处，如不细看，会误会那白色的鸽子是圣父的衣领。

十字架下站着两位人物，是耶稣的母亲马利亚和约翰，按《约翰福音》19：25-27记载，当时有几位妇人与门徒约翰站在十字架下，而马萨其奥却只着重在耶稣的母亲马利亚和约翰，当时耶稣将母亲托付约翰。「耶稣见母亲和祂所爱的那门徒站在旁边，就对他母亲说：“母亲，看，你的儿子！”又对那门徒说：“看，你的母亲！”从此那门徒就接她到自己家里去了。」（《约翰福音》19:26-27），即使在十字架上临死之际，耶稣仍顾念祂的家人，叫祂所爱的门徒照顾自己的母亲马利亚；同样，我们的家人是神赐给我们的宝贝，在任何情况下都要看重他们、照顾他们，所以没有任何事工或职

责可以成为疏忽家人的借口，我们今天可以做些甚么向家人表示爱意呢？

画面的下一级有两个人物，跪在左右壁柱之下，据说他们是一对虔诚的夫妇，因他们为此画作出赞助，而将他们也放在画中，画家马萨其奥藉此表彰他们。

以上就是画中上层的内容，下层画的是一座坛，是用石工插入组成的，马萨其奥描绘出一座墓，里面有骷骨的图案，此处画家用色阴沉，象征死人陷入沉寂，这使人想起耶稣基督在十字架上断气的时候发生了四件神迹奇事：遍地都黑暗了、圣殿中的幔子裂开、地震、圣徒从坟墓中复活。耶稣的死和复活战胜了死亡。「耶稣又大声喊叫，气就断了。忽然，殿里的幔子从上到下裂为两半，地也震动，磐石也崩裂，坟墓也开了，已睡圣徒的身体，多有起来的。」（马太福音27:50-52；路加福音23:44-45）。因此，耶稣的死不可能不引起当时人们的注意，每一个人都知道有些重要的事情发生了。

马萨其奥在此画里表达了在耶稣被钉十字架的时刻，圣父上帝、圣子上帝、圣灵上帝的同时出现，所以此画命名为《三位一体》。“三位一体”的教义是基督教信仰基要，是指独一上帝有圣父上帝、圣子上帝、圣灵上帝三个位格，三个位格以爱相连，同尊同荣，彼此共存互寓，共融所是。圣经也记载了神的三个位格同时出现的场景：耶稣在约旦河接受施洗约翰施洗的时候，「耶稣受了洗，随即从水里上来。天忽然为祂开了，祂就看见神的灵仿佛鸽子降下，落在祂身上。从天上有声音说：“这是我的爱子，我所喜悦的。”」(《马太福音》3:16-17)；以及耶稣在临近升天之前，向门徒颁布大使命：“所以，你们要去，使万民作我的门徒，奉父、子、圣灵的名给他们施洗”（《马太福音》28:19）,这大使命也是三位一体的真神的旨意，是对我们的托付。

祷告：

圣父、圣子、圣灵三位一体的真神，祢就是真理的所在，求祢引导我们明白一切的真理，教导我们明白三位一体的奥祕，愿荣耀颂赞都归于我们的神，直到永永远远，阿们！

# 号角祈祷声

## 颂三一真神

角声宣教士学院学员 Mona Lam

神啊！三一之真神啊！
祢创造天地宇宙万物极其美好。

神啊！祢带给我新的每一天，
令我每天可以感受到祢的温暖，
让我可以散发祢荣美的光。
天地宇宙的浩瀚能使我深深对祢敬畏，
灿烂的清晨阳光照着我的脸，
听闻小鸟在外边的歌唱。

每一天，每一日，
我愿行走祢的道路，让我的心永远属祢。
微风轻轻地吹，轻抚我的脸庞，
心内更加舒畅，如孩子般回到父亲身旁，
感受祢对我的怜爱。
圣父啊！祢在这里吗？
圣子祢也在吗？圣灵与我一起相伴。
祢随着我而行，还是我随着祢而行呢？

小鸟告诉我它不忧衣裳；也不忧食物。
是祢供给的；小花每天恰时开放，
是为祢点燃着的；
小草不怕坚硬的泥土，
破土而出奋力的生长，
我又如何呢？
我能像它们一样不怕艰难吗？

困苦的人怎样，仍然努力生活吗?
在世间甚麽是苦难?
我无需知道，因为主在我旁。

今天我们享受着生命每一个灿烂的希望，
就是因为圣父、圣子、圣灵，
祢与我们在一起，无论何时何日都不惧怕。
若困难来到时，我们又如何?
我只会默然回想，
回想神祢创造的伟大，祢的丰盛供应。
一生中可能经历困难，但是我仍活着!
就是因为祢的恩典无限，祢的创造美好。

此刻，又听到海浪澎湃的声音，
祢使大海潮涨潮汐，祢使高山屹立在其中，
令人向往着向高处攀，
今天我愿意成为一个攀登者，
踏遍高山与低谷，踏过丛林和野地，
看那里的风光，是祢所赐的；
看那里的境况，是祢所供给的。
日头正照耀着我，我却不怕；
夜间月悬于空；有星星在照耀，
我却感受到祢一直与我同在，
我就欣然歌唱欢乐。

神啊！祢就是那不离不弃的神啊!
无论我到天的一方或是海的那角，
我都不用惧怕，因为有着祢，
祢的手牵引着我带领着我，使我满心欢唱。
我要歌颂祢；我要赞美祢，因祢是神，
祢的荣美无限,我无法言语；
仍不停赞美，只能用歌唱感恩!

愿我的人生在祢的脚踪里前行，
愿祢使我站立得稳。
让我抬起头来看看祢的蓝天；
看看祢所造的云彩，
欣然也是赞美歌唱，
神啊！祢太美了。

我真不知如何述说，
感谢祢对我的每一样供应；
感谢祢对我的每一样赏赐；
我因着祢的荣美真是赞叹不已，
求祢帮助我，使我更加明白祢，
让我在生命中，
只会赞颂，却不会轻言叹息；
只会感恩，却不会心怀愤怒；
因爲愤怒绝不能成就祢的义，
也不能感受到神祢带给我的温暖。

我愿常以诗歌赞美感谢祢；
我愿意用我的舌头来赞美感谢祢。
为着祢的荣美！
我也愿世人都如此，
正如我们的人生是你所造就、
祢所安排的，
我们的一切都属祢，祢也属我；
因祢是我的三一真神。

# 动与静的祷告

角声宣教士学院学员：马狄· 司徒

2020年，电讯科技已经非常先进发达，5G网络通讯更是无处不在，网络讯号往哪里都可以，要找到谁也很快，很容易就联络得上。奇妙的是：原来神早在创世造人时，就发明了与人联系的方法！

人可以随时随地与造天地万物的神联系，我们在思想意念中，就可以找到神，与神谈话，想到神就可以亲近神，神也愿意随时亲近我们，随时垂听祷告。人体中竟然就有比5G讯号更快的系统：不论日与夜、何时何地、不论动与静都能找到神，这就是“祷告”。

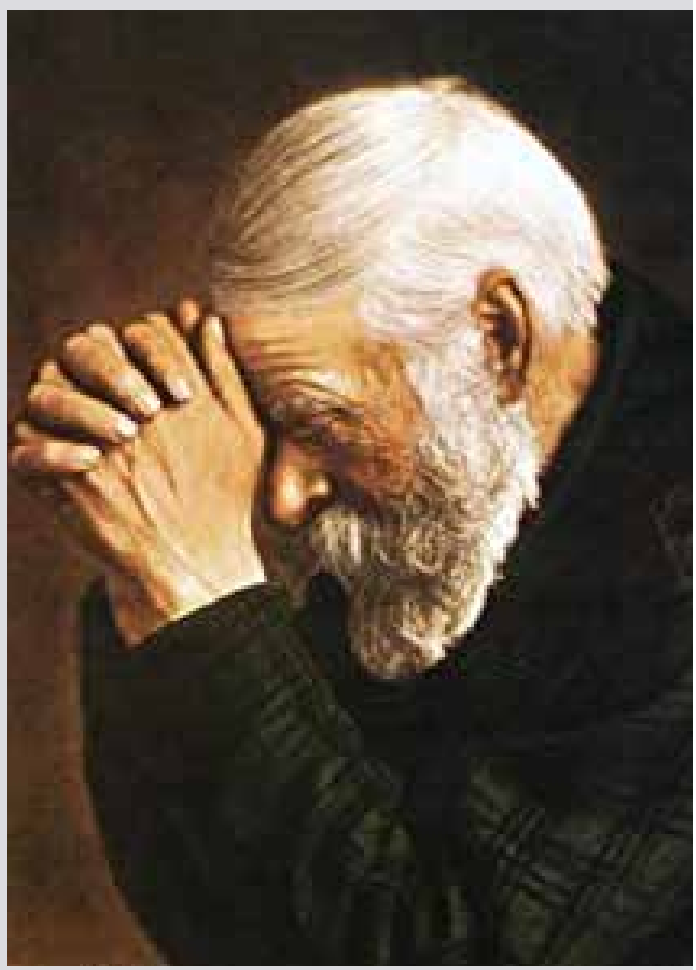
## 动:有形态、有动作、有声音的祷告

开声祷告是我们传统与神的祷告形式的一种。大部份的初信者，就会被教导用为与神交通的祷告方法。我们今天生活在忙碌的节奏中，要做到有形有声动态的祷告，天时地利都会影响祷告的可行性，也许有时，能够完成饭前感恩谢祷和睡前晚祷就已经是很好了；有时连早祷和灵修祷告都办不好，为争取时间，经常草草了事；甚至不稳定或办不到情形亦经常出现。

我个人建立了一种随时随地、随机随愿的动态祷告方式，就好像行走时、漫步时、乘车时、候车时、工作时、休息时、空闲时，这都是可成为动态祷告的良机；总言而之，在日常生活中，将感受到的、看到的、知道的、或自己需要的、或代祷的，用一两句简单的话交托祷告，只要凡事奉耶稣基督之名向神祈求交托，主必垂听祷告。《圣经・帖撒罗尼迦前书》5:17写到“不住地祷告”，这里“不住地”等于“动”态的祷告，动态祷告形式对于我们属灵生命和追求认识神，是应该必须有的基本祷告态度。

## 静:默想、等候、静观、无声的祷告

静观祷告是一种被动式的祷告，注重的是安静心灵来倾听神的话，不同于我们开声祈求主动式的祷告。静观祷告就是以神的话（即圣经）为焦点及中心，而静心聆听；并不着重人为的追求，而是当人愿意追求爱慕神时，将会领受神透过圣灵在人心中的引导，以及按各人个别情况及气质赐下的属灵恩典；所以静观祷告着重安静、默默地看着主的面容、静静地聆听祂的声音。



换言之，我们藉着祷告来凝视基督，我们是被动的，我们不再需要在神面前说出任何的需要和挂虑，因为主在我们未祷告之先，祂已知道你的一切，我们只需全然放下自己，将心对准神，单单思想祂和祂的话语，我们唯一所做的就是安静在主耶稣面前等候，神就会按祂的时间及恩典来向祷告的人说话。《圣经・路加福音》第10章，记载马利亚安静地坐在耶稣脚前听耶稣讲道，她的静心聆听，就是被动式祷告的榜样，也就是静观祷告的开始，她并不是要追求甚么神秘的属灵经验，而是在圣灵的同在中，来到神面前聆听神的话。

## 建立个人祷告生活方程式

在现今世代的生活中，我们更需要建立个人祷告生活方程式，建立“依个人习惯而立定的祷告生活”的方程式，才能够稳定地亲近神，好好与神建立属灵关系。建立敬拜、感恩、仰望、交托、信靠、代求的祷告生活，除了要有一定适当环境外，选定固定时间钟点、亦都是相当重要的因素，要清楚立定自己能分别为圣的时间表,“定时与神约会”便能产生向往祷告引力、享受祷告亲和感、更认识亲近神；在宝贵时光中与神相处，祷告就如呼吸空气连接支配的生命源头，因祷告时与神有密切关系，带来的平安和喜乐一生够用；藉祷告依靠交托神，能为我们建成信心的烙印；神听祷告，生命有主同行无比美好，盼望我们都能够成功地建立个人祷告生活的方程式，这是你人生一大智举，一生中更大的成就，也是神所喜悦的。

“你们亲近神，神就必亲近你们 。”　（《圣经・雅各书》4:8）

# 生命见证

# 破碎与更新

基督灯台全球学校学员： Lydia

我对上帝的看法投射了我对父母的印象：我成长在一个被父母忽略，严厉要求、被批评指责的环境中，曾经的我认为：人生只有足够优秀，才能证明自己的价值，我必须很努力才配获得爱。

信主后，我以为上帝也像我的父母那样的严厉苛求、且难以讨好；以致信主多年，我仍活在恐惧和怀疑中：我恐惧自己做得不够好、我怀疑上帝无条件的爱；所以我常用表现来和上帝做交易，我试图在教会好好表现，以讨好上帝，期待换取祂因此爱我，给我物质上的祝福。

当我被错误的人生理念困住时，我把自己伪装成属灵的样子，在教会中表现得很有爱心，积极探访、奉献，火热服侍；然而这些努力并没有让我有平安和喜乐，更没有让我获得想要的发达和成功，反而那段戴着面具的日子让自己很痛苦、焦虑、活得很挣扎。

处理灵里发脓最好的办法：就是把它毫无遮拦地带到上帝面前。感谢上帝的预备，在我最绝望的时候，为我预备了圣经辅导老师，帮助我探索到错误的价值观和信念与我的成长背景有关，鼓励我敞开自己，重新与上帝建立爱与信任的关系，将生命中的创伤带到祂面前，被祂修复。

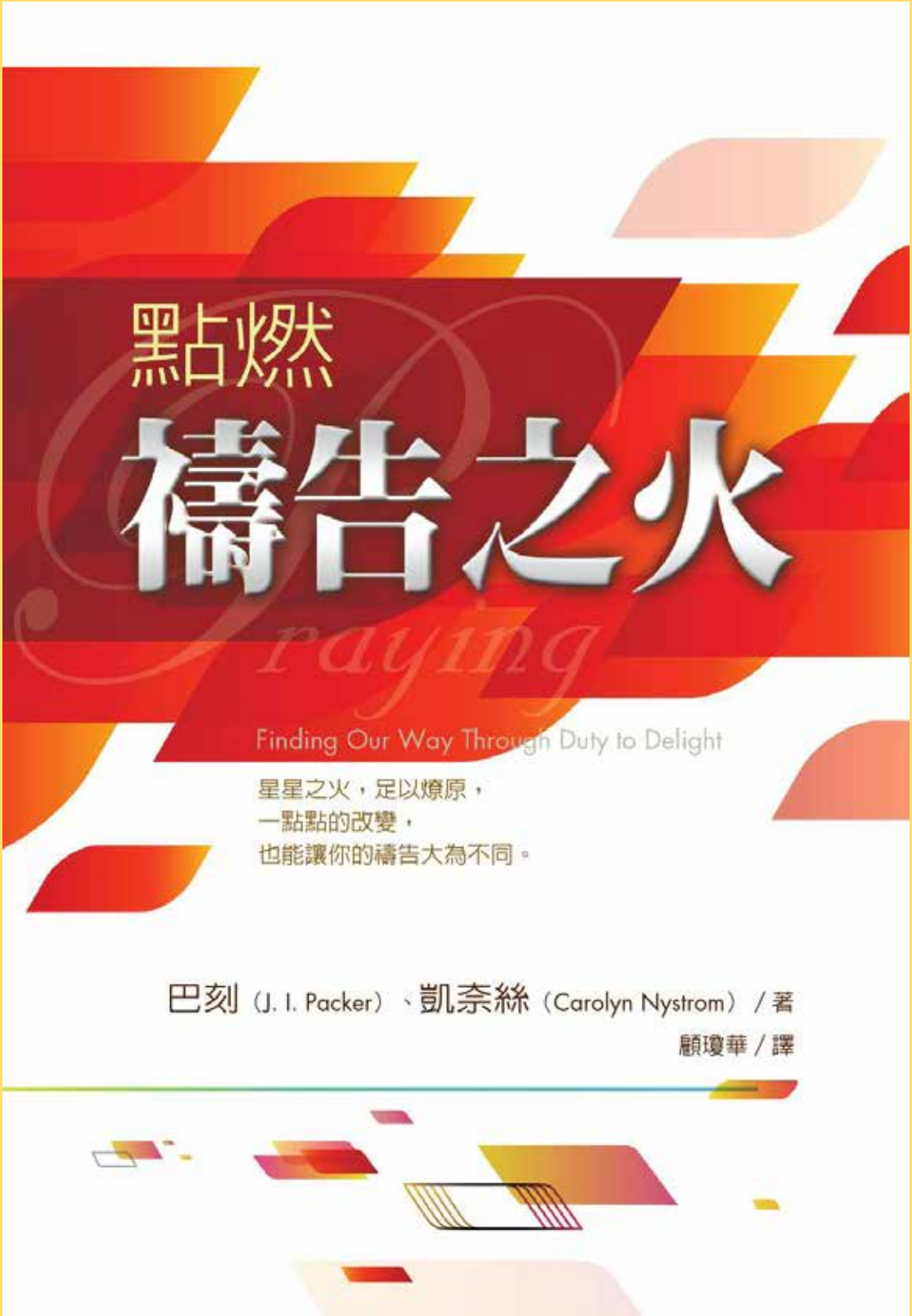
上帝竟使用境遇显明了我的虚假依靠，并重塑了我的信仰，以真理破碎并代替谎言，放下对祂的惧怕和失望；学习用祂的眼光来看接纳自己，连于祂、相信祂的话，接受上帝的赦免饶恕：饶恕自己、也饶恕忽略自己的家人；真理使我重新回转向上帝，学习放手倚靠祂，不再依靠上帝以外的事物，唯独在祂身上建立真盼望。

亲爱的天父，谢谢祢！若没有祢的救赎，我是何等的绝望，如今因信可以成为祢国度的百姓，称为祢名下的儿女；主耶稣啊，谢谢祢用生命重价将我买赎回来，将我从谎言的辖制中释放出来，从此我不再被罪所捆绑；我不需要靠好行为来证明我的价值，赚取祢的爱；我拥有祢无条件的爱，我是被祢接纳的，是被祢重视的；谢谢祢将我看为宝贵，谢谢祢让我卸下一切防御和面具，在祢面前做真实的人，向祢倾心吐意，可以自由的表达自己的软弱和需要。感恩祢奇妙作为，在我生命中的「拔除与重建」，将我生命的「破碎化为更新」。

主啊，相信祢已带领我脱去从前行为上的旧人，又将我的心志改换一新，穿上新人，这新人是照着祢的形像造的，有真理的仁义和圣洁，求圣灵继续引导扶持我，帮助我效法主谦卑顺服的生命，以见证荣耀祢的圣名。

# 祷告书籍简介

林传经传道



# 《点燃祷告之火》

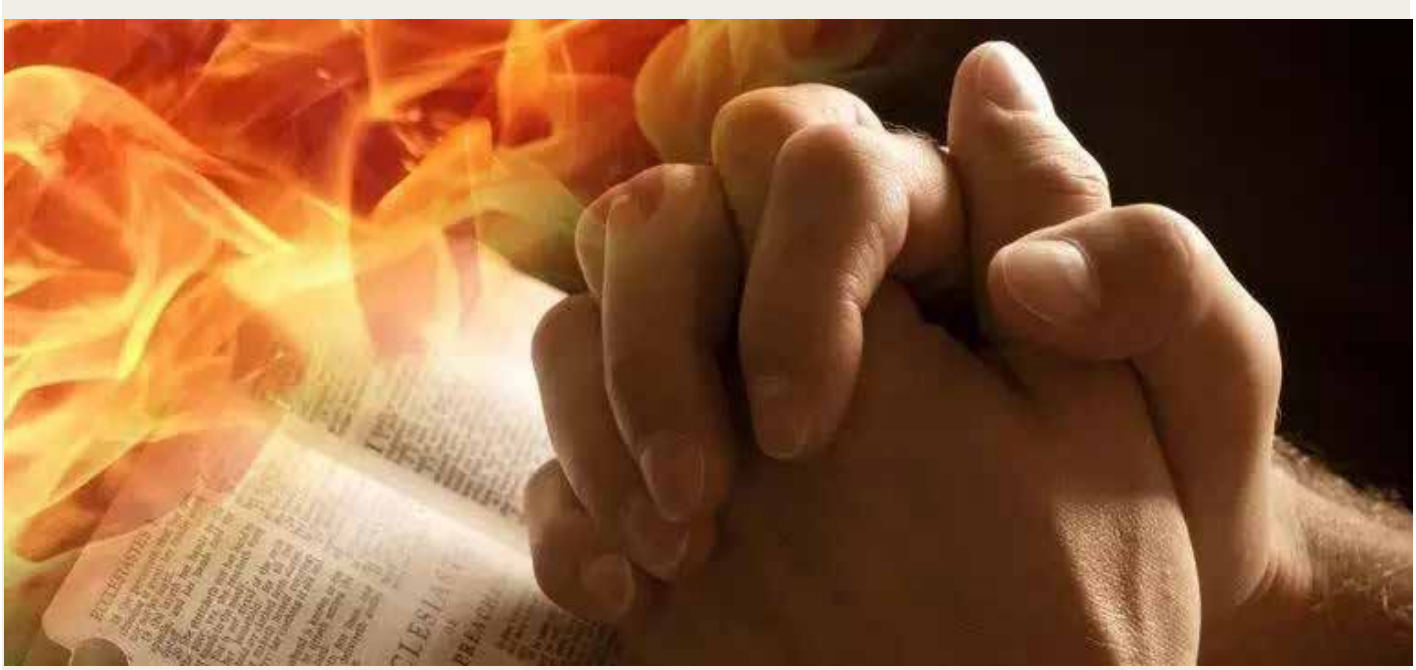
## 作者：巴刻（J.I.Packer）、凯奈丝(Carolyn Nystrom）

在你我的心中，有着一股向神祷告的向往！
却因忙碌的生活，甚至怀疑不信等诸多理由，
祷告生活常常是断断续续，有一顿没一顿。

让属灵导师巴刻，以他扎实的圣经和神学底蕴，
与本书的共同作者卡洛琳，
带给我们一个比我们想象更宽广的祷告世界：

圣公会公祷书中的认罪悔改文，蕴涵对生命的深刻反思；
清教徒式默想祷告，点燃饥渴的心灵；
鲁益师论祷告赞美，让心灵的喜乐跃然纸上；
约伯投诉式祷告，最后惊讶乐欢呼，
是坚持不断向神祷告的忠心示范。

两位作者与我们一起对谈操练祷告的丰盛，
默想祷告，培育、操练属灵之心，
赞美得瞥永恒的景象，祈求确立人与神之间的真实关系。
祷告是一生的热情，巴刻以一生的学习点燃此祷告故事，
更以理据和实践，点燃我们生命的祷告之火，
完成那未完成的祷告故事。



摘录：

## 祷告的历险

祷告的形态因人而异。有些人采用固定的形式，或借用圣公会的公祷书（The Anglican Book of Common Prayer），或使用各式各样的灵修手册；有些人撷取历史悠久的居尔特(Celtic)圣徒的祷词；有些人使用的祷词可追溯至中古时期，或来自古今的罗马天主教，也有些源自清教徒；另有些人自创祷告文，试图藉着规律地爲自己写祷词来「阐明我们的灵命光景」(formulate our souls)，如富希士(P.T.Forsyth)所言；而大多数人不使用固定的祷文，当中有些人遵循ACTS的祷告顺序（赞美〔adoration〕—认罪〔confession〕—感谢〔thanksgiving〕—代求〔supplication〕）；有些人则否；然而，我们喜欢自己使用的祷告形式吗?

多数基督徒，在面临不同的人生阶段时，会转变祷告的形态。初信阶段，我们对新发现的信仰满怀热情，在主面前有讲不完的话，就像年幼的孩子把周遭的所见所闻一字不漏地讲给父母听一般；但是，过了不久，我们逐渐明白，这种喃喃自语不全然是祷告的本质。如同孩子与父母的关系日渐增长，便不再满足于回到婴儿时期的沟通方式，我们开始以更成熟与虔诚的方式来祷告，却发现逐渐失去了喜乐，我们彷佛在泥沼中蹒跚跋涉，弄得满身泥泞，但哪里都去不了，我们向神提出请求，之后却怀疑这样做到底有没有用，内心自问：神有没有应允我的祷告?若没有，原因何在呢?若有，祂会如何做呢?

因为所发生的事与我所求的并不相符。难道我祷告错了吗?对祷告经验的不满，好比凛烈的寒冬，而且看似永无止境。

当然，许多权威人士说：「我可以帮助你；我要教你一种有效的祷告技巧。」接着，他们告诉我们如下的事情：倾听式的祷告、集中式的祷告、祷告圈式(labyrinth)的祷告、方言祷告、静默祷告、内在祷告、联合祷告及穿越心灵黑夜的祷告等等,上述这些措词都具有意义，也的确使人在祷告上得着更新。许多人满怀感激地聆听这些祷告技巧的演讲，也实际操练。但是，过不了多久，这群人又在四处寻求进一步的帮助，因爲他们在祷告上所遇见的困难，并没有得到眞正的解决。单单更换技巧，不能确实解决问题。让我们好好看清楚自己在祷告中面临的困境：我们自内心深处晓得，祷告并不像某些人所说的那么简单，也不像我们所期望的，只要学会技巧，就一应俱全了。

P.01 主题信息：在认同式的忏悔中代祷

P.03 焦点祷文：愿为山城之光

P.05 空山灵雨：赐我众山的力量

P.06 斗室灵修：存心顺服

P.08 牧者祈祷专访：忙，更需要静默聆听

P.11 画廊中的祷告：三位一体

P.14 号角祈祷声：颂三一真神
动与静的祷告

P.19 生命见证：破碎与更新

P.21 祷告类书籍推介：点燃祷告之火

北美基督燈臺協會

The Golden Lampstand Association(USA)

# 祈禱

## 编委会成员


总编辑: 陈晓东牧师

文字编辑: 林传经传道

美术编辑: 黄启姿

校对: 赵林

事工统筹: 尘兮 付煜 喜乐


## 投稿方式

邮箱:info@thegoldenlampstand.org

欢迎投稿，来稿者请注明文题、作者姓名、联系方式。采稿由编委会决定，编委会保留修改权利。

微信二维码

我们以信心事奉神，接受自由奉献，请即時扫码奉献

信用卡/银行转帐/支票


发行者：北美基督灯台协会