祈禱

第10期

2020年

11

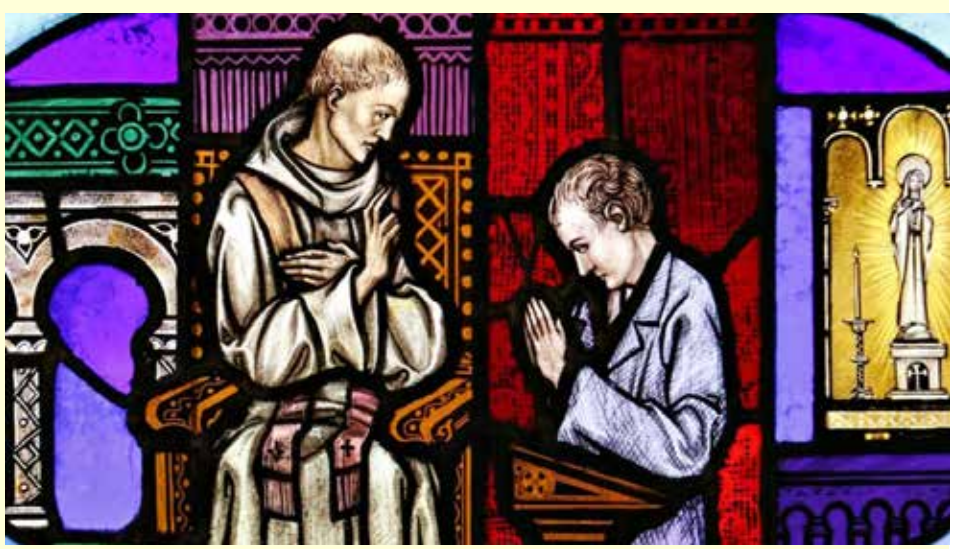
月刊

本月信息

在認同式的懺悔中代禱

北美基督燈臺協會駐會牧師　　陳曉東牧師

先知以賽亞在烏西雅王駕崩的那年，在聖殿中看見神的榮顯，(以賽亞書6章1-5節)。從來沒有人見過神，只有在救恩歷史的關鍵時刻，才有此天啓的異象，這是歷史中的大事。



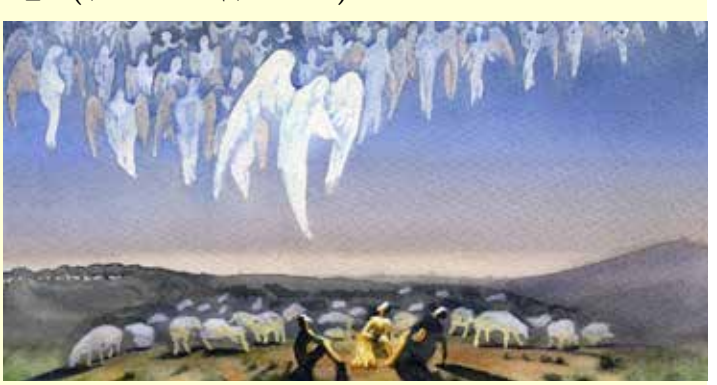
美國第59屆總統大選接近點票的尾聲，我們好像處於烏西雅王崩的轉捩點，回想烏西雅王以後，列王的歷史中迎來了新王約坦，約坦作王十六年，帶來猶大國小小的中興；然而好景不長，接續他的兒子亞哈斯在位又是十六年，亞哈斯設立巴力的像，並效法被耶和華神從以色列人面前驅逐出去的異族，將自己的兒女用火焚燒獻給假神摩洛，在各處燒香獻祭，行耶和華眼中看為惡的事（王下16:1-4，代下28:1-4）。以賽亞知道自己是嘴唇不潔的人，住在嘴唇不潔的民中，所以他代表背逆的王向神認罪。

我們身處的世界也是這樣，在混雜著失勢與得勢，失望與希望，失落與救贖，在老王的駕崩和新王即位之間，我們也要像舊約先知那樣，注目看耶穌，在祈禱中勇於承負著所身處的世代的格局：好像亞伯拉罕為所多瑪和蛾摩拉不懈地代禱(創世記18章22-33節)，好像何西阿先知，在愛情失忠的苦澀中，以認同式的悔罪，代表神譴責神子民的悖逆；基督的子民是時代的以賽亞、何西阿、尼西米、但以理，我們應當代表這個世代，向神祈求赦免及解救之道，並且為新的總統代禱守望，祈求神掌管執政者的心意，行仁義和公平之道，讓國家和社會免於神聖潔和公義的怒氣和審判。

今天，我們向但以理先知學習認同式悔罪祈禱 (但以理書9章3-19節)，我們為美國的政治走向来禁食、披麻蒙灰，定意向主神祈禱懇求：我們代表所在之地向神認罪，祈求神顧念城中愛主守主誡命的人，守祂的救贖之約。

我們要承認我們的國家得罪了祢，百姓離棄真神，以自我為中心，道德敗壞，以人權為藉口，作孽行惡，流無辜人的血，放縱情慾，任意妄為，販賣人口，破壞生態，毒品氾濫，悖逆神的誡命典章；先知們向君王、首領、總統、立法者和新聞媒體所說的話都被藐視和謾罵；地上有權勢之人肆意妄為；世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀，所以神任憑摩西律法中的咒詛和誓言，鞭打世人，使家國遭災。但以理先知說：「我們卻沒有求耶和華我們神的恩典,回頭離開罪孽，明白神的真理。」(但以理書9:13)主啊，我們承認我們違背了祢的聖約，不聽從聖父、聖子、聖靈三一真神所發的言語，也不遵行歷世歷代神僕、先知和真理的教師向我們陳明的生命之道。

我們要宣告神是聖潔、公義，斷不以有罪為無罪的創造之主，我們要追念神是憐憫饒恕人的神，我們要向神呼求說：「主我們的神啊！祢曾用大能的手，領祢的子民出埃及地，使自己得了名，正如今日一樣。我們犯了罪，作了惡。主啊，求祢按祢的大仁大義，使祢的怒氣和忿怒轉離美洲大陸，轉離國會山莊、白宮、最高法院、教會領袖和祢的子民，因我們的罪惡和我們列祖的罪孽，被四圍的人羞辱。」(但以理書9:16)



所羅門王說「行仁義公平比獻祭更蒙耶和華悅納。」(箴言21:3) ，在全球7天24小時的祈禱浪潮中，我們當學習先知們所行的認同式悔罪，天使天軍也在匯聚著眾聖徒的祈禱，成為神在末後世代審判世界的烈火(啓示錄8章1-5節)。

此時此刻，我們懇求主垂聽祈禱勇士們的祈禱聲，求以神自己的榮光照明人心的荒原，我們和但以理先知同禱：「我們的神啊！現在求祢垂聽僕人的祈禱懇求，原不是因自己的義，乃因祢的大憐憫。求主垂聽，求主赦免，求主應允而行，為祢自己不要遲延。我的神啊！美利堅合眾國的先祖曾經宣認：我們信靠神 (IN GOD WE TRUST)！這國和這民曾都是稱為祢名下的，願祢引導合眾國走在祢的心意中，奉我主耶穌基督聖名祈求，阿們！

焦點禱文

願為山城之光

何達寧長老

馬太福音 5:14 ：「你們是世上的光。城造在山上，是不能隱藏的。」

親愛的天父，全能的上帝，求祢幫助我們不要輕看我們神兒女的身份，因為祢不但把祢的獨生兒子耶穌基督賜給我們，為我們的罪而死，拯救我們；祢也接納我們成為祢的兒女，祢像慈愛的父親一樣照顧愛護我們；當我們想到這樣的愛，心中充滿溫暖，但也深感不配，真的很不配！

父啊，聖經讓我們知道耶穌如何的愛祂的門徒，怎樣為祂的門徒禱告，我們也知道耶穌愛我們，因為我們都是祂的門徒！是的，我們都努力想要成為祂的好門徒！求祢幫助我們懂得怎樣去服侍我們的主；基督已經把一切所需的都賜下，幫助我們能夠過一個聖潔的生活；甚願我們能與基督的性情有份，以至於我們可以成為這罪惡世界上的光和鹽。

Prayer by Elder Tat Ho

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

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，美國現時正陷入政治、社會、道德上各樣的混亂和矛盾當中，求祢給我們有平安在我們的心中，幫助我們站立得穩，不受影響，入世而不屬世。求祢赦免這個國家所表現出來放任的生活方式，我們祈求美國人民能重返敬畏神的生活，並且愛人如己；賜給我們明智和敬畏神的領導者，讓我們的下一代有更美好的將來；但願耶穌基督的光芒照遍整個美國！

求主使我們能夠為我們的敵人禱告：讓他們不再成為我們的敵人，反以聖潔的眼光去看事情。求祢賜給我們從祢而來的堅忍力量，可以面對世俗文化浪潮仍然不偏不倚，能夠把福音傳到那些心還沒有完全剛硬的人當中。

求祢祝福我們的牧師和屬靈領袖身心靈都健康，賜給他們智慧，帶領我們在屬靈方面上長進，為著祢的榮耀，擴張神的國度。求神為我們預備更多有同一心志的僕人，與我們一起在基督燈台協會同心合意的服侍主。

父啊，我們感恩有一班弟兄姊妹在世界各地不同的地方一起接力24小時禱告，但願我們的頌讚和禱告能蒙祢悅納。

禱告奉我主救主耶穌基督的名求，阿們！

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!

賜我眾山的力量

伍渭文牧師 (譯)

偉大的上主，賜我眾山的力量!

讓我內心純潔。
賜我力量，清明如練，
像經過夏天雨水洗滌後的
翠綠山頭。

讓我寧靜安穩。
靜脈照晚霞，日累西山下，
在黑夜的臂彎中，給我心靈安恬。

讓我止於至善。
讓我攀天淩急風，崢嶸拔地起，
抖擻凡塵瑣事，遠離窪谷低地，
心無牽掛。

讓我光明磊落。
願我如雪峰皚皚，
臨日之昭，親星之耀，晝夜無間。

讓我嫉惡如仇。
給我兇猛堅固如火山，
內心熔岩滾動，含焰待放。

偉大的上主，賜我眾山的力量。
阿們!

Esther Popel (1896-1958)
伍渭文牧師

非裔美国诗人、教育家。
北美基督燈臺協會全球課程講師
香港中文大學崇基學院神學院客座副教授

空山靈雨

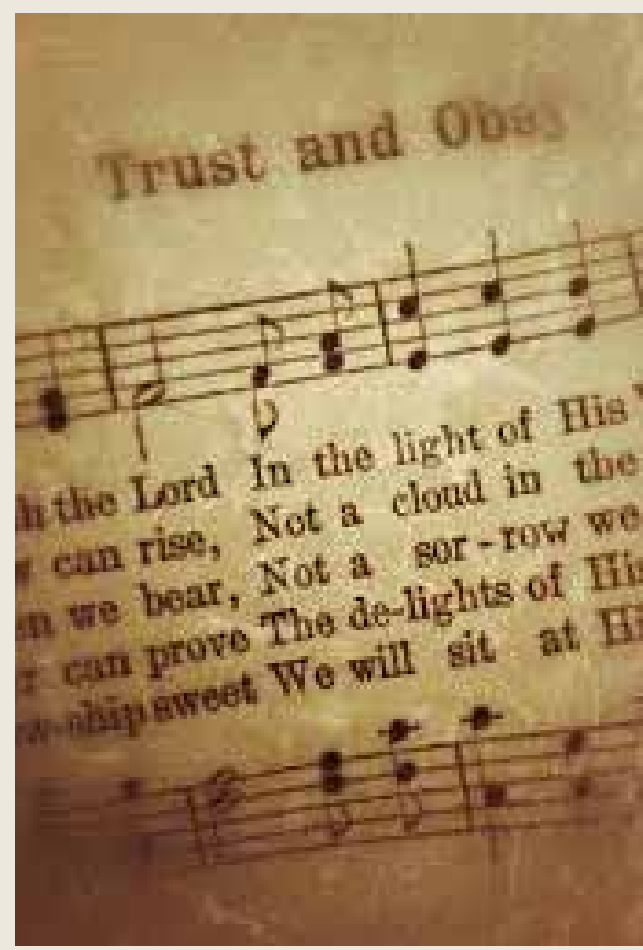
斗室靈修

存心順服

斗室

「你縱然令我們脫離今世，但天地的王，必因為我們為祂的律法受死，使我們復活得永生...主因為你們重看祂的律法比自己的身體還重，祂必發慈悲，再給你們氣息與生命。」（次經瑪喀比傳下第7章）

所有弟兄當知道，他們若每次都如先知所言，偏離主的命令，「遊蕩於服從之外」，只要他們是故意留在這罪惡中，他們就要在服從之外受咒詛。他們也當知道，他們若堅守主的命令，就是他們藉著聖福音及他們的生活准則所許下的，他們就是生活在真正的服從中，並要蒙主賜福。（會規一5：16-17，聖法蘭西斯）



最近一段時間的晚禱第一段經課，都選自次經瑪喀比傳上下卷。這兩卷書，記載了西流古王朝安提阿渴・合批反作王時，猶太人如何被奴役、殘害，他們遵守上帝律法的信仰權利如何被剝奪、侵害。晚禱經課選擇的章節，多是關於當時情願因遵守上帝律法而殉道的猶太人的事蹟，與之對應的另一段經課，則是馬太福音中關於耶穌基督受難週的記載。前者是全心順服上帝的真信仰者，為上帝信仰的緣故，受逼迫、苦　苦待以至被殺害；後者是基督——我們的救主、道成肉身的上帝，為我們做下存心順服的榜樣，以至於死，且死在十字架上。存心順服，以至於承受苦難甚至死亡的挑戰，成為我們的生命，與基督的生命相遇、相連結的契合點。

順服對於任何人來說，都是艱難的，因為順服的第一步總是克除自我，棄絕個人私意，而後我們才能更加清晰地分辨來自上帝的聲音，甘心情願地聽命於祂的意願。順服給人帶來的信仰挑戰，從古到今都是存

在的。只不過在更早的年代，「信仰是教會的、公共的」這樣的信仰觀念深入人心，因此「個人的」服從、融入於「公共的」這樣的信仰表達，成為大多數人或主動、或被動的選擇；而在個人主義日漸盛行的今天，順服與自我意願的衝突更加外顯。「順服」對於我們而言，似乎成了被遺棄在故紙堆中的宗教概念，而不願在平常生活中被多提及，更不必說我們要效法基督，存心順服，以至於死，那是聖人傳記裏古聖先賢們的事，和我們是無關的。

在斗室會團十月退省中，也分享到自我犧牲的順服與時常膨脹的個人私意的對立。在聖法蘭西斯看來，順服是基督徒一切生活行動的信仰基石，是我們向主許下的神聖誓願。在他眼中，這順服的誓願，不僅僅是一個修道者加入特定團體，而應特別付上的對於教會、團體順服的代價，那是每一個基督信徒，對於他們選擇跟隨、信靠主應盡的本分。

順服與信靠，即便總是指向犧牲與殉道，但那背後掩藏的，是因與基督的生命相契合而有的真實的救贖。我們若找尋各種方式，試圖回避、弱化信仰帶給我們的挑戰，「遊蕩於服從之外」，使我們的信仰變成純粹形而上的、空洞無謂的，使我們自認為在上帝與自我、信仰與世俗之間找到了令人滿意的平衡點，使我們不再需要付上順服的代價，在那一刻，基督和祂的救贖，也離我們極其遙遠。

弟兄姊妹們，我們應當不斷反省上帝在基督裏對我們的呼召，以及我們如何立志在生活中棄絕私意，順服主旨而行，這是我們的信仰，也是我們每天當去實踐的生活。我們雖時常軟弱，「手扶著犁向後看，所吐的私意轉過來又吃（聖法蘭西斯忠告集第3篇）」，但求主幫助我們，在我們的生活中，看到並效法基督並祂釘十字架，那是我們順服與信仰的標誌，在其上我們雖總要經歷到老我的被釘、死亡，但主因為我們重看祂的旨意比自己的私意還重，祂必發慈悲，再給我們新造的氣息與生命。

牧者祈禱專訪

忙，更需要靜默聆聽

基督燈臺全球課程講師
矽谷匯點教會牧師

訪李業基牧師

问 1：牧師，您認為禱告對於基督徒來說意味著什麼?

李牧師：

其實禱告最終是為著聆聽神的話語。我們一切所求所想的，甚至我們的感受，在未開口以先，神早已經知道了，因為祂參透萬事；禱告也意味著：我們要預備空間，在神面前有一個沉默的時間、一個靜候神開啟的時間，聆聽神的聲音。

《羅馬書》說“我們本不曉得當怎樣禱告，只是聖靈親自用（我們）說不出來的嘆息替我們禱告”，這節經文可以加上“我們”這兩個字；聖靈也在我們的“靜默無言的歎息”中，為我們代禱，使我們的心意更新而變化，得以明白神的善良純全可喜悅的旨意。

问2：我們常常以為禱告是祈求，而您卻提到禱告要專注於“聆聽”，關於聆聽主的話語，我們需要怎麼做呢?

李牧師：

我們需要操練，禱告本身是就一種屬靈的操練；禱告中也包含著“與神獨處”的操練。這個操練，在現今的時代尤其重要，這個時代傳媒氾濫，輕易就佔據了人的眼目和心靈；我們第一要留心：要定意將事務挪開，將時間分別出來，開拓出空間来，雖然這些不是禱告本身，卻是第一要務；也是心志上的預備和操練，以確保我們得以靜心聆聽。

禱告也是個人單獨與神相處的時刻，主耶穌也教導門徒：禱告的時候，要進入內屋，關上門，禱告我們在暗中的父；祂也時常退到曠野，獨自向父神禱告。

问3：很多弟兄姊妹知道禱告很重要，但又很難建立一個規律的禱告生活，往往在忙碌當中失去了與神的交通，對此，您有什麼勸勉和教導呢?

李牧師：

這讓我聯想到Bill Hybels（比爾・海波斯）寫的那本《Too busy not to pray》/《忙到不禱告》，他在書中提到“我們通常越是忙的時候，才越真正體察到我們缺乏的能力。”忙碌本身不是最大的問題，耶穌也很忙碌的，問題在於我們是否知道：越是忙的時候，越察覺到我們需要以禱告來支取力量。

问4：生活在當下社媒與資訊泛濫，以及快節奏的狀態裡，我們時間常常被議程填滿，輕易就失去時間，您能否提供一些具體的建議，來幫助我們實際地去操練禱告?

李牧師：

1.是的，我們真的需要關掉手機和電子設備，排除掉無謂的忙碌，優先開拓出空間和時間，去專心操練禱告；
2.我們可以使用一些《禱告指引》、《禱告中心》、《禱告計劃》來操練；
3.制定《個人禱告計劃》，在禱告中操練，並拓展自己禱告的遠見；
4.制定《代禱計劃》，將代禱的朋友、家庭、教會、國家、宣教等等事項，都納入其中，有序地代禱。

雖然是個人禱告時間，也可以將其成為服侍他人的時刻，我們越是花時間為其他人禱告，就越能看到神在他人身上的工作，越能看到代禱帶給他人的恩典，也越能體會到與神同工的喜悅。

问5：提到《禱告計劃》，我想關於禱告生活與讀經生活這兩者間，請問你贊成它們相連進行還是分開進行?

李牧師：

我自己是將兩者連在一起，對我而言是很自然的,但也不認為大家都要如此。如果你有讀經計劃與禱告計劃，兩者就比較容易連在一起，最不可思議的事情是，透過禱告，我們竟然能夠明白神的心意；我們讀經若是不明白，神在《雅各書》應許我們，祂是厚賜智慧的，我們可以求神賜下智慧，讓我們明白所讀的聖經，在今天對我們有什麼重要性，以及我怎樣將聖經真理活出來？透過禱告神會打開我們的眼睛，提升我們進入祂奧秘的世界，更靠近上帝的心意，這多麼奇妙。

问6：請對於幫助弟兄姊妹們在禱告生活中，繼續進深學習，你有什麼書籍方面的建議?

李牧師：

我想從三個方面來給予建議。

首先，在個人靈修方面，如果手機對你比書籍更方便，你可以在手機上安裝靈修軟件，或從靈修網站上學習，善用科技，善用時間來靈修；例如：香港建道神學院《爾道自建》的APP，就是不錯的靈修軟件。

其次，閱讀禱告進深的書籍，我個人比較喜歡讀Tim Keller(提姆・凱勒)和John Piper(約翰・派博)的書籍，當然也有其它很好的中文禱告書籍，重要的就是建立閱讀的習慣。

第三，我建議大家“用筆記錄”，培養寫作的習慣，從一周寫一篇100個字的《屬靈記錄》開始操練，一年就有52篇，將你最重要的思想寫下來，這些點點滴滴的寫作操練，對進深學習都大有裨益。

我建議大家從靈修、閱讀、寫作這三個方面去積累，繼續進深學習。

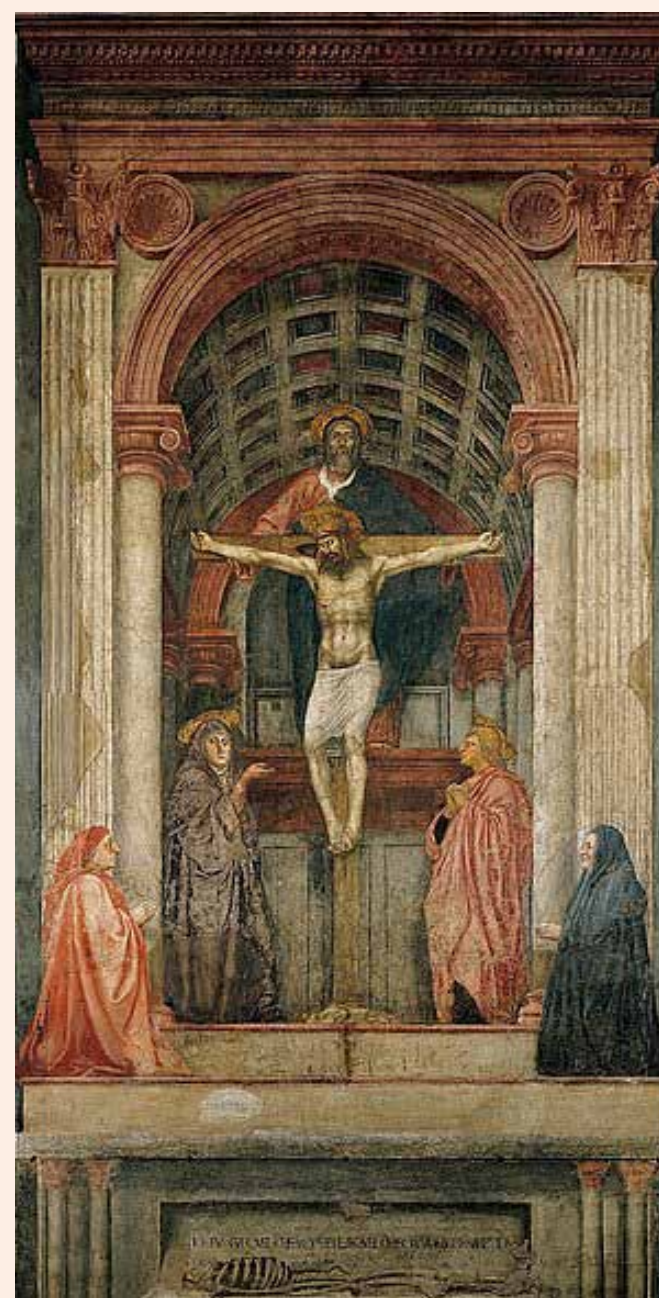
畫廊中的禱告

三位一體

梅章建文師母

名畫《三位一體》的作者是畫家馬薩其奧（Masaccio），他是十五世紀早期義大利弗羅倫斯（Florence）的著名畫家之一，被譽為近代繪畫的開創者，他離世時，年僅27歲（1401-1428），甚爲可惜。

義大利的弗羅倫斯是早期文藝復興的藝術中心，十五世紀以後，繪畫藝術的技法更趨於成熟，馬薩其奧是當時最重要的畫家之一，他所用的透視法和明暗表現法，對整個文藝復興時期的繪畫發展頗具影響，確立了近代繪畫的基礎；在他之後，文藝復興三巨匠：達文西、拉斐爾、米開朗基羅出現的年代，也正是西方世界面臨精神危機的時刻，他們發展出來的形式技法，迎合了人文主義興起的需要，故將文藝復興推向高峰。



此幅《三位一體》為弗羅倫斯聖母堂繪製的濕壁畫，長久以來由於被人觀摩和研究，畫面中人物頭頂上的光環已較前期縮小，似乎顯明人們對靈性的重視與追求已較從前弱；這幅畫具有天主教色彩的味道，例如喜歡在“聖人頭上加上光環”便是其特色之一，也是意大利畫家的風格。馬薩其奧這幅名畫《三位一體》，是用兩層不等的高度組成，上層用咖啡色表達，讓人看到拱形深入屋頂的教堂，好像羅馬式凱旋門，裏面的主題是耶穌被釘在十字架上的場景。

畫中站在聖子耶穌背後高處的是聖父上帝，祂用雙手支持著耶穌雙臂的十字架，畫家按當時的文化精神，表達父神雖與耶穌暫時分離，仍然與耶穌同在，父神支撐著耶穌受難受死的時刻；馬薩其奧的想法，認為父神既然愛聖子耶穌，不可能會捨棄離開十字架上的耶穌，但畫家忽略了父神是聖潔的。

參考《馬太福音》27:46裏的記載：耶穌大聲喊著說：「我的神！我的神！為什麼離棄我?」耶穌基督在十字架上一個人承擔著全人類所有的罪惡時，聖潔的父神不得不與耶穌分隔；耶穌在十字架上擔負眾世人的罪的時候，父神的聖潔令祂不得不掩面不看祂的愛子，而離開了耶穌；於耶穌而言，肉身的強烈痛苦固然可怕，更可怕的是與父神分隔，然而耶穌為使我們不再與父神永遠隔絕，甘心為我們捨身受死，祂甘心忍受所有的痛苦，為我們成全了救贖。主為我們付上了何等大的代價，於我們是何等長闊高深的愛啊!

馬薩其奧讓人從他的畫中看見聖父、聖子。那麼，畫中的聖靈在哪裏呢?觀賞這幅壁畫的人必須仔細尋找，最後才能發現聖靈如鴿子出現在聖父的胸前和聖子的頭頂的中間處，如不細看，會誤會那白色的鴿子是聖父的衣領。

十字架下站著兩位人物，是耶穌的母親馬利亞和約翰，按《約翰福音》19：25-27記載，當時有幾位婦人與門徒約翰站在十字架下，而馬薩其奧卻只著重在耶穌的母親馬利亞和約翰，當時耶穌將母親託付約翰。「耶穌見母親和祂所愛的那門徒站在旁邊，就對他母親說：“母親，看，你的兒子！”又對那門徒說：“看，你的母親！”從此那門徒就接她到自己家裏去了。」（《約翰福音》19:26-27），即使在十字架上臨死之際，耶穌仍關心祂的家人，叫祂所愛的門徒照顧自己的母親馬利亞；同樣，我們的家人是神賜給我們的寶貝，在任何情況下都要看重他們、照顧他們，所以沒有任何事工或職

責可以成為疏忽家人的藉口，我們今天可以做些甚麼向家人表示愛意呢?

畫面的下一級有兩個人物，跪在左右壁柱之下，據說他們是一對虔誠的夫婦，因他們為此畫作出贊助，而將他們也放在畫中，畫家馬薩其奧藉此表彰他們。

以上就是畫中上層的內容，下層畫的是一座壇，是用石工插入組成的，馬薩其奧描繪出一座墓，裏面有骷骨的圖案，此處畫家用色陰沉，象徵死人陷入沉寂，這使人想起耶穌基督在十字架上斷氣的時候發生了四件神蹟奇事：遍地都黑暗了、聖殿中的幔子裂開、地震、聖徒從墳墓中復活。耶穌的死和復活戰勝了死亡。「耶穌又大聲喊叫，氣就斷了。忽然，殿裏的幔子從上到下裂為兩半，地也震動，盤石也崩裂，墳墓也開了，已睡聖徒的身體，多有起來的。」（馬太福音27:50-52；路加福音23:44-45）。因此，耶穌的死不可能不引起當時人們的注意，每一個人都知道有些重要的事情發生了。

馬薩其奧在此畫裏表達了在耶穌被釘十字架的時刻，聖父上帝、聖子上帝、聖靈上帝的同時出現，所以此畫命名為《三位一體》。“三位一體”的教義是基督教信仰基要，是指獨一上帝有聖父上帝、聖子上帝、聖靈上帝三個位格，三個位格以愛相連，同尊同榮，彼此共存互寓，共融所是。聖經也記載了神的三個位格同時出現的場景：耶穌在約旦河接受施洗約翰施洗的時候，「耶穌受了洗，隨即從水裏上來。天忽然為祂開了，祂就看見神的靈彷彿鴿子降下，落在祂身上。從天上有聲音說：“這是我的愛子，我所喜悅的。”」（《馬太福音》3:16-17）以及耶穌在臨近升天之前，向門徒頒布大使命：“所以，你們要去，使萬民作我的門徒，奉父、子、聖靈的名給他們施洗”（《馬太福音》28:19）,這大使命也是三位一體的真神的旨意，是對我們的託付。

禱告：

聖父、聖子、聖靈三位一體的真神，祢就是真理的所在，求祢引導我們明白一切的真理，教導我們明白三位一體的奧祕，願榮耀頌讚都歸於我們的神，直到永永遠遠，阿們!

號角祈禱聲

頌三一真神

角聲宣教士學院學員：Mona Lam

神啊！三一之真神啊！
祢創造天地宇宙萬物極其美好。

神啊！祢带給我新的每一天，
令我每天可以感受到祢的溫暖，
讓我可以散發祢榮美的光。
天地宇宙的浩瀚能使我深深對祢敬畏，
燦爛的清晨陽光照著我的臉，
聽聞小鳥在外邊的歌唱。

每一天，每一日，
我願行走祢的道路，讓我的心永遠屬祢。
微風輕輕的吹，輕撫我的臉龐，
心內更加舒暢，如孩子般回到父親身旁，
感受祢對我的憐愛。
聖父啊！祢在這裡嗎？
聖子祢也在嗎？聖靈與我一起相伴。
祢隨著我而行，還是我隨著祢而行呢？

小鳥告訴我它不憂衣裳；也不憂食物。
是祢供給的；小花每天恰時開放，
是為祢點燃着的；
小草不怕堅硬的泥土，
破土而出奮力的生長，
我又如何呢？
我能像它們一樣不怕艱難嗎？

困苦的人怎樣，仍然努力生活嗎?
在世間甚麼是苦難?
我無需知道，因為主在我旁。

今天我們享受著生命每一個燦爛的希望，
就是因為聖父、聖子、聖靈，
祢與我們在一起，無論何時何日都不懼怕。
若困難來到時，我們又如何?
我只會默然回想，
回想神祢創造的偉大，祢的豐盛供應。
一生中可能經歷困難，但是我仍活著!
就是因為祢的恩典無限，祢的創造美好。

此刻，又聽到海浪澎湃的聲音，
祢使大海潮漲潮汐，祢使高山屹立在其中，
令人嚮往着向高處攀，
今天我願意成為一個攀登者，
踏遍高山與低谷，踏過叢林和野地，
看那裡的風光，是祢所賜的；
看那裡的境況，是祢所供給的。
日頭正照耀著我，我卻不怕；
夜間月懸於空；有星星在照耀，
我卻感受到祢一直與我同在，
我就欣然歌唱歡樂。

神啊！祢就是那不離不棄的神啊!
無論我到天的一方或是海的那角，
我都不用懼怕，因為有著祢，
祢的手牽引著我帶領著我，使我滿心歡唱。
我要歌頌祢；我要讚美祢，因祢是神，
祢的榮美無限, 我無法言語；
仍不停讚美，只能用歌唱感恩!

願我的人生在祢的腳蹤裡前行,
願祢使我站立得穩。
讓我抬起頭來看看祢的藍天;
看看祢所造的雲彩,
欣然也是讚美歌唱,
神啊! 祢太美了。

我真不知如何述說,
感謝祢對我的每一樣供應;
感謝祢對我的每一樣賞賜;
我因著祢的榮美真是讚嘆不已,
求祢幫助我, 使我更加明白祢,
讓我在生命中,
只會讚頌, 卻不會輕言嘆息;
只會感恩, 卻不會心懷憤怒;
因爲憤怒絕不能成就祢的義,
也不能感受到神祢帶給我的溫暖。

我願常以詩歌讚美感謝祢;
我願意用我的舌頭來讚美感謝祢。
為著祢的榮美!
我也願世人都如此,
正如我們的人生是你所造就、
祢所安排的,
我們的一切都屬祢, 祢也屬我;
因祢是我的三一真神。

動與靜的禱告

角聲宣教士學院學員：馬狄·司徒

2020年，電訊科技已經非常先進發達，5G網絡通訊更是無處不在，網絡訊號往哪裡都可以，要找到誰也很快，很容易就聯絡得上。奇妙的是：原來神早在創世造人時，就發明了與人聯繫的方法！

人可以隨時隨地與造天地萬物的神聯繫，我們在思想意念中，就可以找到神，與神談話，想到神就可以親近神，神也願意隨時親近我們，隨時垂聽禱告。人體中竟然就有比5G訊號更快的系統：不論日與夜、何時何地、不論動與靜都能找到神，這就是“禱告”

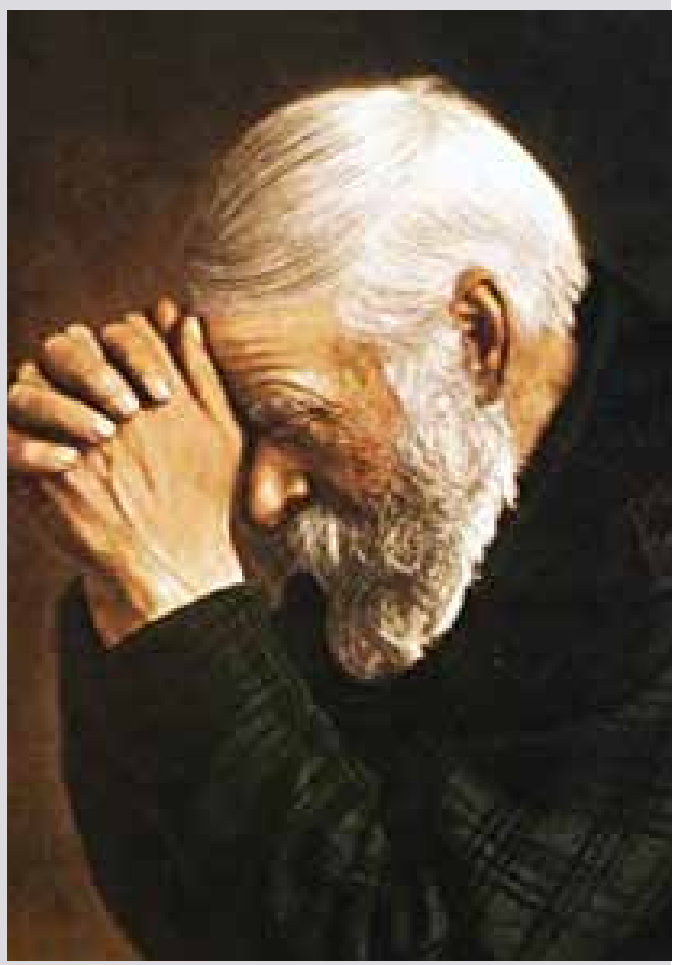
動:有形態、有動作、有聲音的禱告

開聲禱告是我們傳統與神的禱告形式的一種。大部份的初信者，就會被教導用為與神交通的禱告方法。我們今天生活在忙碌的節奏中，要做到有形有聲動態的禱告，天時地利都會影響禱告的可行性，也許有時，能夠完成飯前感恩謝禱和睡前晚禱就已經是很好了；有時連早禱和靈修禱告都辦不好，為爭取時間，經常草草了事；甚至不穩定或辦不到情形亦經常出現。

我個人建立了一種隨時隨地、隨機隨願的動態禱告方式，就好像行走時、漫步時、乘車時、候車時、工作時、休息時、空閒時，這都是可成為動態禱告的良機；總言而之，在日常生活中，將感受到的、看到的、知道的、或自己需要的、或代禱的，用一两句簡單的話交託禱告，只要凡事奉耶穌基督之名向神祈求交託，主必垂聽禱告。《聖經・帖撒羅尼迦前書》5:17寫到“不住地禱告”，這裡“不住地”等於“動”態的禱告，動態禱告形式對於我們屬靈生命和追求認識神，是應該必須有的基本禱告態度。

靜:默想、等候、靜觀、無聲的禱告

靜觀禱告是一種被動式的禱告，注重的是安靜心靈來傾聽神的話，不同於我們開聲祈求主動式的禱告。靜觀禱告就是以神的話（即聖經）為焦點及中心，而靜心聆聽；並不著重人為的追求，而是當人願意追求愛慕神時，將會領受神透過聖靈在人心中的引導，以及按各人個別情況及氣質賜下的屬靈恩典；所以靜觀禱告著重安靜、默默地看著主的面容、靜靜地聆聽祂的聲音。



換言之，我們藉著禱告來凝視基督，我們是被動的，我們不再需要在神面前說出任何的需要和掛慮，因為主在我們未禱告之先，祂已知道你的一切，我們只需全然放下自己，將心對準神，單單思想祂和祂的話語，我們唯一所做的就是安靜在主耶穌面前等候，神就會按祂的時間及恩典來向禱告的人說話。《聖經・路加福音》第10章，記載馬利亞安靜地坐在耶穌腳前聽耶穌講道，她的靜心聆聽，就是被動式禱告的榜樣，也就是靜觀禱告的開始，她並不是要追求甚麼神祕的屬靈經驗，而是在聖靈的同在中，來到神面前聆聽神的話。

建立個人禱告生活方程式

在現今世代的生活中，我們更需要建立個人禱告生活方程式，建立“依個人習慣而立定的禱告生活”的方程式，才能夠穩定地親近神，好好與神建立屬靈關係。建立敬拜、感恩、仰望、交託、信靠、代求的禱告生活，除了要有一定適當環境外，選定固定時間鐘點、亦都是相當重要的因素，要清楚立定自己能分別為聖的時間表，“定時與神約會”便能產生嚮往禱告引力、享受禱告親和感、更認識親近神；在寶貴時光中與神相處，禱告就如呼吸空氣連接支配的生命源頭，因禱告時與神有密切關係，帶來的平安和喜樂一生夠用；藉禱告依靠交託神，能為我們建成信心的烙印；神聽禱告，生命有主同行無比美好，盼望我們都能夠成功地建立個人禱告生活的方程式，這是你人生一大智舉，一生中更大的成就，也是神所喜悅的。

“你們親近神，神就必親近你們。”（《聖經・雅各書》4:8）

生命見證

破碎與更新

基督燈臺全球學校學員： Lydia

我對上帝的看法投射了我對父母的印象：我成長在一個被父母忽略，嚴厲要求、被批評指責的環境中，曾經的我認為：人生只有足夠優秀，才能證明自己的價值，我必須很努力才配獲得愛。

信主後，我以為上帝也像我的父母那樣的嚴厲苛求、且難以討好；以致信主多年，我仍活在恐懼和懷疑中：我恐懼自己做得不夠好、我懷疑上帝無條件的愛；所以我常用表現來和上帝做交易，我試圖在教會好好表現，以討好上帝，期待換取祂因此愛我，給我物質上的祝福。

當我被錯誤的人生理念困住時，我把自己偽裝成屬靈的樣子，在教會中表現得很有愛心，積極探訪、奉獻，火熱服侍；然而這些努力並沒有讓我有平安和喜樂，更沒有讓我獲得想要的發達和成功，反而那段戴著面具的日子讓自己很痛苦、焦慮、活得很掙扎。

處理靈裏發膿最好的辦法：就是把它毫無遮攔地帶到上帝面前。感謝上帝的預備，在我最絕望的時候，為我預備了聖經輔導老師，幫助我探索到錯誤的價值觀和信念與我的成長背景有關，鼓勵我敞開自己，重新與上帝建立愛與信任的關係，將生命中的創傷帶到祂面前，被祂修復。

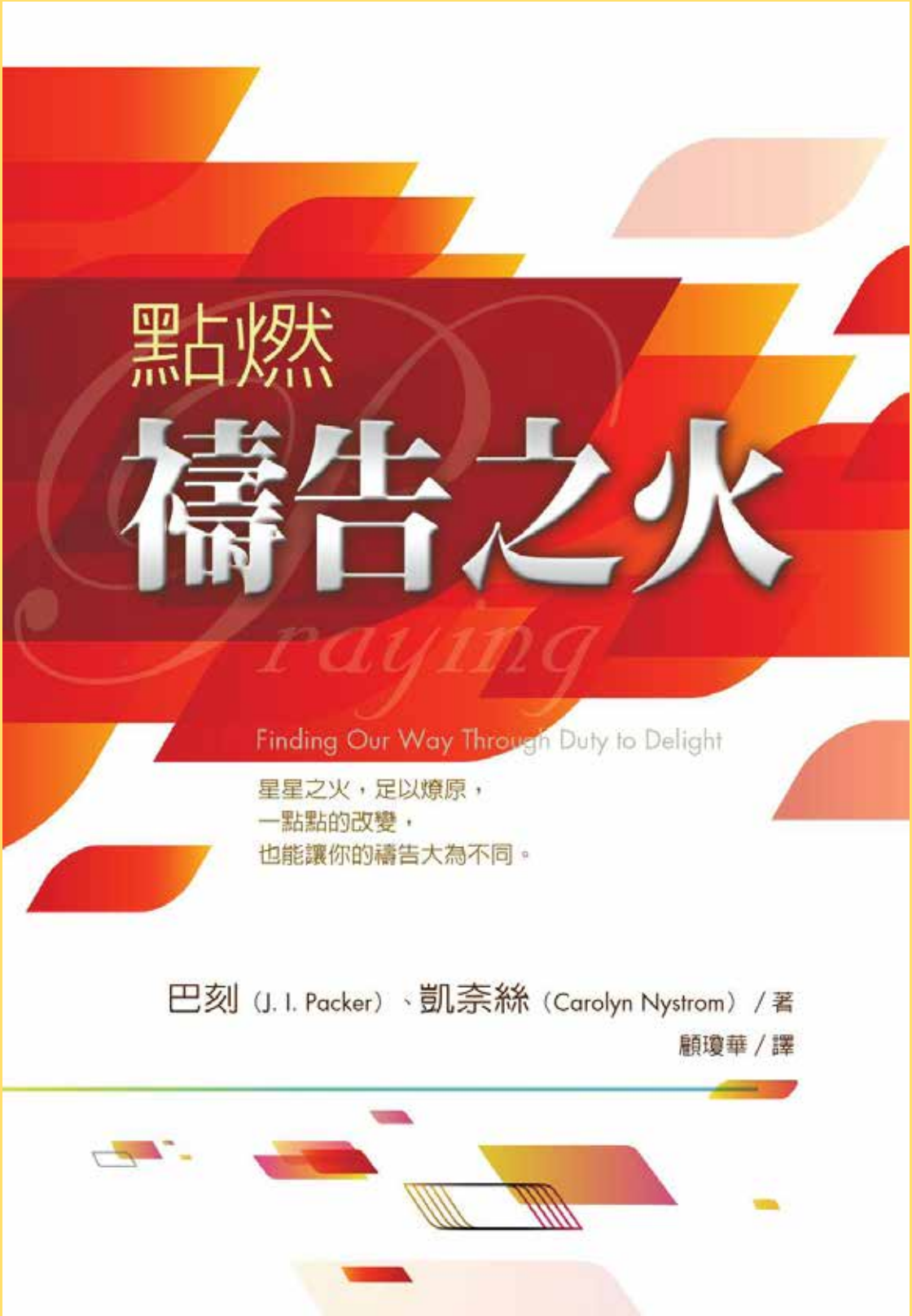
上帝竟使用境遇顯明了我的虛假依靠，並重塑了我的信仰，以真理破碎並代替謊言，放下對祂的懼怕和失望；學習用祂的眼光來看接納自己，連於祂、相信祂的話，接受上帝的赦免饒恕：饒恕自己、也饒恕忽略自己的家人；真理使我重新回轉向上帝，學習放手倚靠祂，不再依靠上帝以外的事物，唯獨在祂身上建立真盼望。

親愛的天父，謝謝祢！若沒有祢的救贖，我是何等的絕望，如今因信可以成為祢國度的百姓，稱為祢名下的兒女；主耶穌啊，謝謝祢用生命重價將我買贖回來，將我從謊言的轄制中釋放出來，從此我不再被罪所捆綁；我不需要靠好行為來證明我的價值，賺取祢的愛；我擁有祢無條件的愛，我是被祢接納的，是被祢重視的；謝謝祢將我看為寶貴，謝謝祢讓我卸下一切防禦和面具，在祢面前做真實的人，向祢傾心吐意，可以自由的表達自己的軟弱和需要。感恩祢奇妙作為，在我生命中的「拔除與重建」，將我生命的「破碎化為更新」。

主啊，相信祢已帶領我脫去從前行為上的舊人，又將我的心志改換一新，穿上新人，這新人是照著祢的形像造的，有真理的仁義和聖潔，求聖靈繼續引導扶持我，幫助我效法主謙卑順服的生命，以見證榮耀祢的聖名。

禱告書籍簡介

林傳經傳道



《點燃禱告之火》

作者：巴刻（J.I.Packer）、凱奈絲(Carolyn Nystrom）

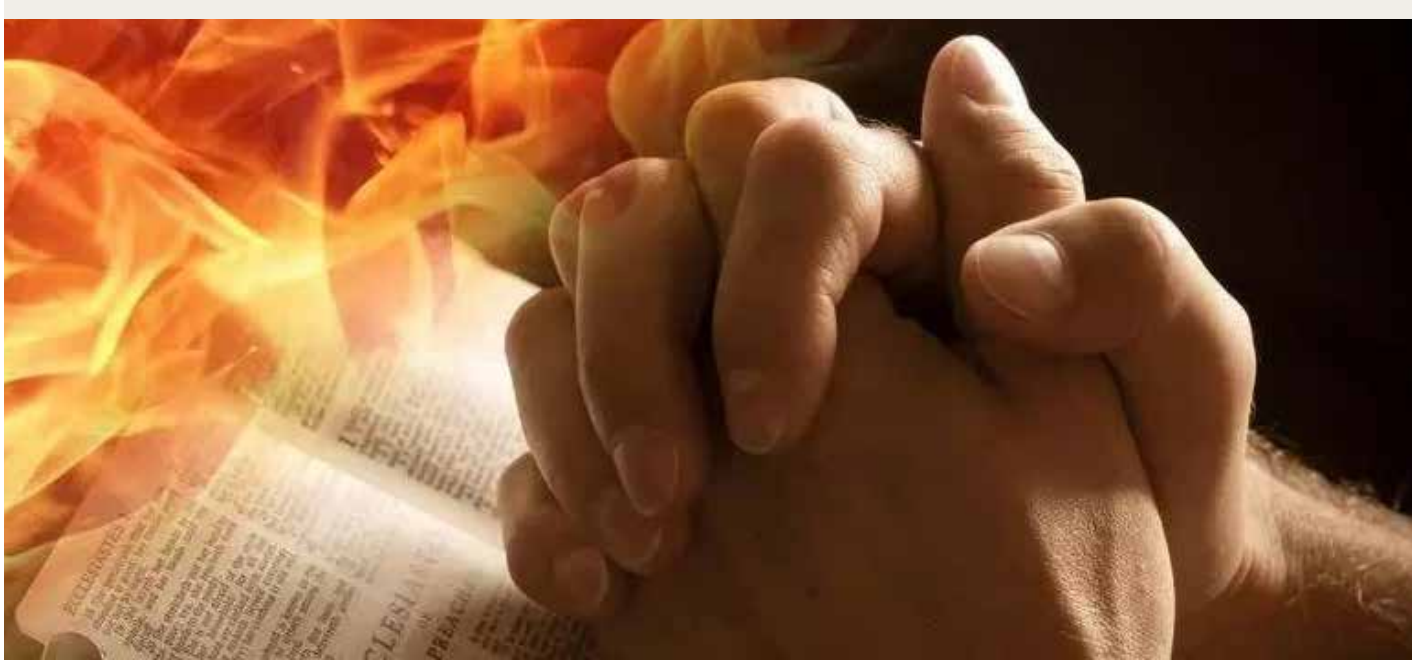
在你我的心中，有著一股向神禱告的嚮往!
卻因忙碌的生活，甚至懷疑不信等諸多理由，
禱告生活常常是斷斷續續，有一頓沒一頓。

就讓屬靈導師巴刻，以他扎實的聖經和神學底蘊，
與本書的共同作者卡洛琳，
帶給我們一個比我們想像更寬廣的禱告世界:

聖公會公禱書中的認罪悔改文，蘊涵對生命的深刻反思，
清教徒式默想禱告，點燃飢渴的心靈，
魯益師論禱告讚美，讓心靈的喜樂躍然紙上，
約伯投訴式禱告，最後驚訝樂歡呼，
是堅持不斷向神禱告的忠心示範。

兩位作者與我們一起對談操練禱告的豐盛，
默想禱告，培育、操練屬靈之心，
讚美得瞥永恆的景象，祈求確立人與神之間的真實關係。

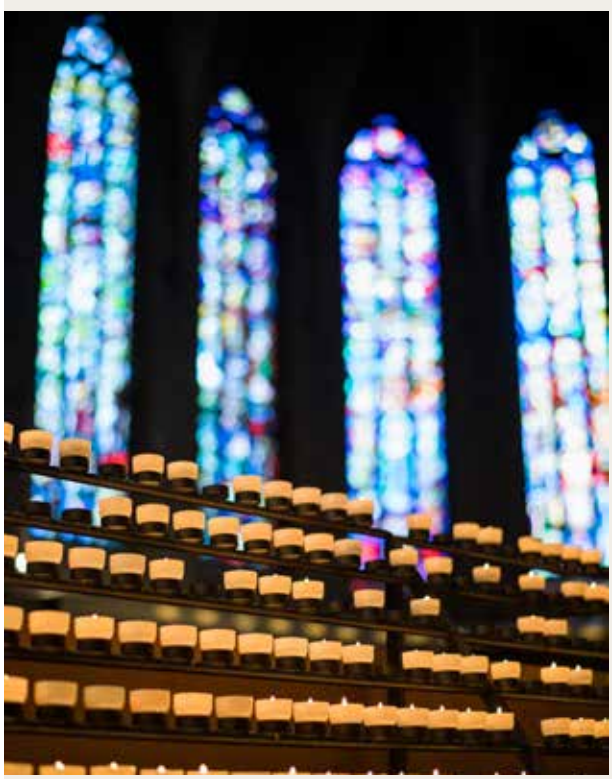
禱告是一生的熱情，巴刻以一生的學習點燃此禱告故事，
更以理據和實踐， 點燃我們生命的禱告之火，
完成那未完成的禱告故事。



摘錄:

禱告的歷險

禱告的形態因人而異，有些人採用固定的形式，或借用聖公會的公禱書（The Anglican Book of Common Prayer），或使用各式各樣的靈修手冊；有些人擷取歷史悠久的居爾特(Celtic)聖徒的禱詞；有些人使用的禱詞可追溯至中古時期，或來自古今的羅馬天主教，也有些源自清教徒；另有些人自創禱告文，試圖藉著規律地爲自己寫禱詞來「闡明我們的靈命光景」(formulate our souls)，如富希士(P.T.Forsyth)所言；而大多數人不使用固定的禱文，當中有些人遵循ACTS的禱告順序（讚美〔adoration〕—認罪〔confession〕—感謝〔thanksgiving〕—代求〔supplication〕）；有些人則否；然而，我們喜歡自己使用的禱告形式嗎?



多數基督徒，在面臨不同的人生階段時，會轉變禱告的形態。初信階段，我們對新發現的信仰滿懷熱情，在主面前有講不完的話，就像年幼的孩子把周遭的所見所聞一字不漏地講給父母聽一般；但是，過了不久，我們逐漸明白，這種喃喃自語不全然是禱告的本質。如同孩子與父母的關係日漸增長，便不再滿足於回到嬰兒時期的溝通方式，我們開始以更成熟與虔誠的方式來禱告，卻發現逐漸失去了喜樂，我們彷彿在泥沼中蹣跚跋涉，弄得滿身泥濘，但哪裡都去不了，我們向神提出請求，之後卻懷疑這樣做到底有沒有用，內心自問：神有沒有應允我的祷告?若沒有，原因何在呢?若有，祂會如何做呢?

因為所發生的事與我所求的並不相符。難道我祷告錯了嗎?對禱告經驗的不滿，好比凜烈的寒冬，而且看似永無止境。

當然，許多權威人士說：「我可以幫助你；我要教你一種有效的禱告技巧。」接著，他們告訴我們如下的事情：傾聽式的禱告、集中式的禱告、禱告圈式(labyrinth)的禱告、方言禱告、靜默禱告、內在禱告、聯合禱告及穿越心靈黑夜的禱告等等，上述這些措詞都具有意義，也的確使人在禱告上得著更新。許多人滿懷感激地聆聽這些禱告技巧的演講，也實際操練；但是，過不了多久，這群人又在四處尋求進一步的幫助，因爲他們在禱告上所遇見的困難，並沒有得到眞正的解決。單單更換技巧，不能確實解決問題。讓我們好好看清楚自己在禱告中面臨的困境：我們自內心深處曉得，禱告並不像某些人所說的那麼簡單，也不像我們所期望的，只要學會技巧，就一應俱全了。

P.01 主題信息：在認同式的懺悔中代禱

P.03 焦點禱文：願為山城之光

P.05 空山靈雨：賜我眾山的力量

P.06 斗室靈修：存心順服

P.08 牧者祈禱專訪：忙，更需要靜默聆聽

P.11 畫廊中的禱告：三位一體

P.14 號角祈禱聲：頌三一真神
動與靜的禱告

P.19 生命見證：破碎與更新

P.21 禱告類書籍推介：點燃禱告之火

北美基督燈臺協會

The Golden Lampstand Association(USA)

祈禱

編委會成員

總編輯: 陳曉東牧師

文字編輯: 林傳經傳道

美術編輯: 黃啟姿

校對: 趙林

事工統籌: 塵兮 付煜 喜樂

投稿方式

郵箱:info@thegoldenlampstand.org

歡迎投稿，來稿者請註明文題、作者姓名、聯繫方式。採稿由編委會決定，編委會保留修改權利。

我們以信心事奉神，接受自由奉獻，
請即時掃碼奉獻

微信二維碼

信用卡/銀行轉帳/支票

發行者: 北美基督燈臺協會