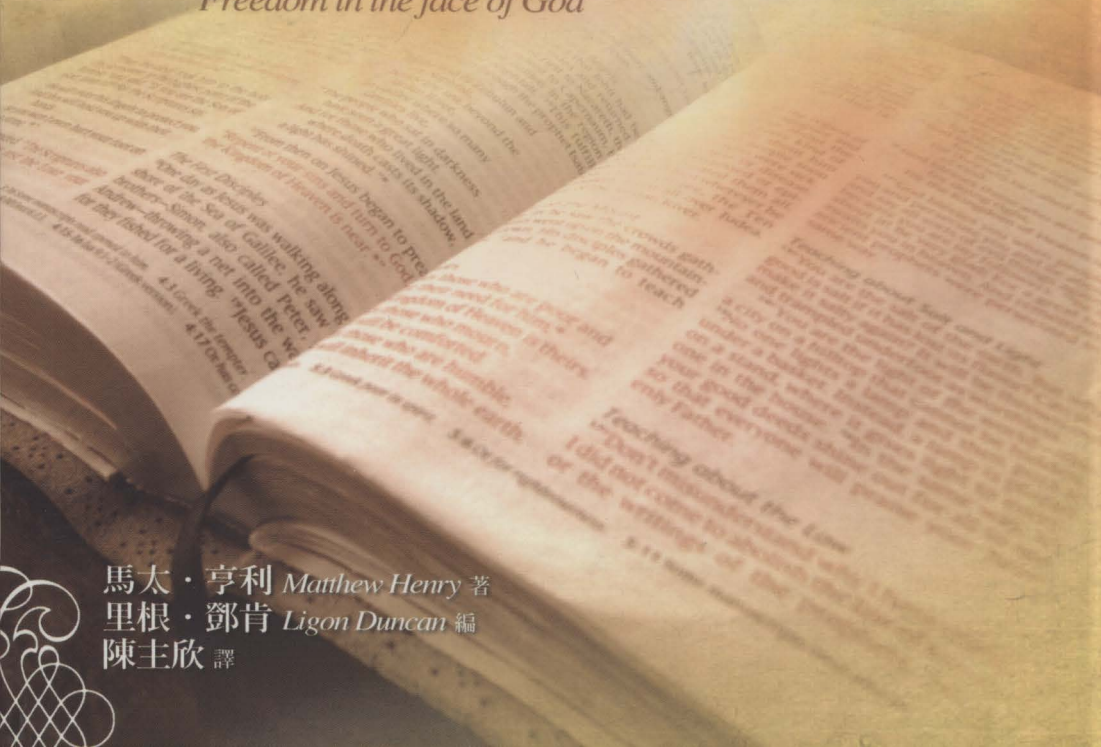


禱告的

如何使用經文禱告

方法

Method for Prayer
Freedom in the face of God



馬太·亨利 *Matthew Henry* 著
里根·鄧肯 *Ligon Duncan* 編
陳主欣 譯



Method for Prayer

Freedom in the face of God



沒有講道，神的恩典依然能拯救靈魂；但講道若沒有神的恩典就不能救人；這恩典只有禱告的人才能尋見。

建造神的殿遠比作神的殿容易得多。

感官的享樂如水坑之水；屬靈的喜樂如磐石之水，純淨、透亮、清新——是喜樂的江河。

那足以吞噬一切美善事物的墳墓，唯一無法沾染也無力損傷的美善，就是「聖潔」。

— 馬太·亨利 —

聖經和禱告是屬靈生命力的兩個主要源頭。在本書中，馬太·亨利教導我們，這兩者應結合在一起。屬靈的禱告深植於聖經的教導、甚至聖經的語言。作者提供許多禱告的範例，涵蓋了所有重要的聖經真理，並將其放入禱告中。《禱告的方法》不是談如何禱告，而是其本身就是禱告。

使用本書最好的方式，就是用它的內容來禱告，也就是學習使用聖經的語言來禱告。

麥安迪 牧師 (Rev. Andrew McCafferty)
台北改革宗神學院 教授
基督教改革宗長老會宏恩堂 主任牧師



馬太·亨利

Matthew Henry 1662-1714

馬太·亨利是英國清教徒，也是歷史上最受歡迎的一位聖經註釋家。

其父親是菲利浦·亨利（Philip Henry）牧師，曾因不肯屈就於英國國教的統一法案（Act of Uniformity）而遭停職。他親自教導自己的兒子馬太·亨利直到他18歲。

馬太·亨利三歲就開始讀聖經，11歲前歸信基督。他自己聲稱，是父親的一篇講道融化了他，使他決定追隨基督。

馬太·亨利從23歲時開始講道，從展開牧會生涯起，就在徹斯特（Chester）長老教會忠心事奉了25年。

他是個熱愛聖經的牧師，在牧會之餘，常常一天閱讀八個小時的聖經，清晨四點就起床讀經。他也是位優秀的作家，努力撰寫全本聖經的註釋，直到寫使徒行傳時，被主接去。

改革宗佈道家懷特腓與司布真牧師常常閱讀馬太·亨利的聖經註釋書，作為靈命的幫助和講章的題材。司布真牧師說：「每一位牧者至少都應該詳讀馬太·亨利的《聖經註釋全集》一遍」；瑞蘭（John Ryland）牧師則說：「任何一個敬虔、有品味的人，在閱讀馬太·亨利的註釋書時，無不拒絕外在的一切干擾，一口氣讀完它。」



作者著述：

1. 《禱告的方法》 (*Method for Prayer*)
2. *The Exposition of the Old and New Testaments*
(馬太亨利聖經注釋)
3. *A Communicant's Companion* (領受聖餐指南)
4. *Directions for Daily Communion with God* (靈修
日引)

禱告的方法

——如何使用經文禱告

作者：馬太·亨利 (Matthew Henry)

編著：里根·鄧肯 (Ligon Duncan)

譯者：陳主欣

編輯：徐嘉徽

封面設計排版：張凌綺

發行人：麥安迪

出版發行：改革宗出版有限公司

TEL : (886)2-2718-3110 FAX : (886) 2-2718-3112

通訊處：台北市105松山區南京東路4段133巷6弄40號1樓

劃撥帳號：19902327 戶名：改革宗出版有限公司

承印者：永望文化事業有限公司

行政院新聞局出版事業登記證局版北市業字1731號

2012年4月初版

2012年8月初版二刷

2013年9月初版三刷

Website: www.crtsbooks.net

版權所有 請勿翻印

Method For Prayer *Freedom in the face of God*

© by J. Ligon Duncan III

Published in 1994. Reprinted in 1998 and 2006

by Christian Focus Publications Ltd.

Geanies House, Fearn, Ross-shire

Scotland, IV20 1TW, UK

© 2011 by RTF Publishing Co., Ltd. (Taiwan)

1F, No. 40, Alley 6, Lane 133, Sec. 4, Nan-Jing E. Road, Taiwan, R.O.C.

Tel: (886)2-2718-3110 Fax: (886)2-2718-3112

e-mail: rtf4tw@ms64.hinet.net

· All Right Reserved · Printed in Taiwan ·

ISBN : 978-986-6687-33-4

定價：新台幣380元

目錄



編者序	4
致讀者	8
第一章	15
第二章	33
第三章	53
第四章	85
第五章	111
第六章	131
第七章	157
第八章	163
第九章	179
致讀者（三篇講道）	213
講道一 如何與神開始每一天	215
講道二 如何終日與神同在	243
講道三 如何與神結束一天	273

編者序

馬太·亨利 (Matthew Henry, 1662~1714) 是受人愛戴的聖經註釋家，生於英國惠特徹奇 (沙洛普) (Whitchurch [Salop]) 附近。¹ 他二十三歲開始講道，大半生是在徹斯特 (Chester) 一所教會擔任牧師 (1687~1712)。他是多產的作家，最有名的著作是《聖經註釋全集》 (*Commentary on the Whole Bible*)。他於 1704 年 11 月開始寫這本註釋書，去世時尚未完成所有的註釋。他牧會的同僚參照他的筆記和文章，完成了這部作品 (亨利完成了從創世記到使徒行傳的註釋)。

在亨利的牧師生涯中，他一向勤奮讀經，有時清晨四點就起床，時常一天在書房裡待上八小時，這還不包括他牧會的時間。他也是一位禱告的人，他之所以一生關切禱告，據說是因為他十歲時患了致命的疾病，但後來從重病中得著康復。不論原因為何，他所做的一切都帶著智慧，一種只有常在禱告中倚靠全能者的人才可能得著的智慧。

亨利於 1712 年 3 月完成了一本關於禱告的書，兩個月後，他就離開了徹斯特 (他在徹斯特服事了二十五年)，到倫敦一所教會牧會。因此，這本關於禱告的書反映了他一生禱告、牧會及作基督徒的經驗。這本書的全名是《禱告的方法——在各項禱告主題下使用適當的經文》 (*A Method for Prayer with Scripture Expressions proper to be used under each head*)。亨利在書中列出禱告的大綱 (崇敬、認罪、祈求、感謝、代求、結尾)，他提供的禱告內容則出自經文本身。

編者是因為神學院教授羅伯森 (O. Palmer Robertson) 多年前的建議，而接觸到亨利這本關於禱告的書。我們這些學生很欣賞羅伯森博士獨特的公開禱告能力，因此詢問

博士在這方面的建議，讓我們更有能力帶領會眾禱告。他建議我們要培養經常私下禱告的習慣，此外，他還推薦一本書：馬太·亨利的《禱告的方法》。

美國南卡羅來納州的出版社「格林維爾公司」（Inc. of Greenville）最後重新印刷了1819年伯威克出版社（Berwick）的版本。編者推薦很多朋友讀《禱告的方法》，他們都受益良多，所以編者認為應該重新將此書介紹給更多的基督徒。編者比對了此書的不同版本，並發現了許多錯誤。由於此書最近的幾個版本都是十九世紀的排版，我們決定將此書全部重新排版和編輯。編者修改了亨利對大綱的編排，讓讀者更容易理解；編者加了一些註腳，也修正錯誤的經文出處，譯出拉丁文和希臘文句子，並收錄了亨利的三篇關於禱告的講章。

重新出版這本古老的作品，是為了讓現代基督徒在公開禱告和私下禱告時，得到幫助和鼓勵。我們都體認到，禱告的實踐是現代教會的弱項，至少在西方教會是如此。也許我們當中很少人知道禱告到底是什麼。我們不常禱告，我們的禱告遠不及聖經中禱告的份量，也不太反映聖經的語言和思想。我們的禱告並不熱切，也許我們實際上並不相信禱告。

回歸「用更多經文禱告」的模式也許是種簡單（但徹底）的解決之道，可解決操練禱告時遇到的許多問題。用經文禱告的做法可在禱告的當下，教導我們禱告是什麼。在基督徒圈子中，充斥著把禱告視為「購物清單」的看法，但用經文禱告可糾正這種看法。用經文禱告的做法，可逐漸解答我們心中關於「未蒙回應之禱告」的疑問，可提醒我們每天有許多該禱告的事項，可教導我們禱告的極端急迫性，可讓禱告回歸適當的比例——很多禱告都是冗長的祈求，其中很少崇敬、認罪和感恩。用經文禱告的做法，

可教導我們為牧師、宣教士和為彼此代禱的最好方式，可指引我們在禱告中親近上帝的合宜方法，可提醒我們上帝為我們成就的美事（我們常把這些美事視為理所當然），可提醒我們要不斷向上帝獻上感恩（說起來很矛盾，但我們若要確信上帝會信實地回應禱告，向祂獻上感恩是很重要的）。用經文禱告的做法，可逐漸在我們心中刻下聖經的思想模式，幫助我們免受這世界愚昧生活觀的誘惑。用經文禱告的做法，可迫使我們重述上帝的嚴肅警告和寶貴應許（這些會為我們的靈魂成就永恆的益處），可讓我們從以人為中心的固有禱告方式，轉移到以上帝為中心且符合聖經的禱告方式。

若有人受召帶領教會做公眾禱告，或只是想更忠心、更有能力做私下的祈求，那麼，用經文禱告的方式可提供順序、適當的比例和多樣性，這些特點應呈現在我們所有的禱告中。我們在本書中附加了一些輔助文章，以協助讀者達成此一目標。本書第一部份涵蓋馬太·亨利《禱告的方法》一書全書內容。基督徒若一讀再讀第一部份，這部分便可教導基督徒在禱告中運用聖經的真理和語言。第二部分包含亨利三篇關於禱告的講道，他抵達倫敦不久後，便於 1712 年 8 月底至 9 月初傳講這些講章。講章談到基督徒如何以禱告開始、度過和結束一天。編者收錄這些講道，是為了鼓勵大家經常私下靈修。

感謝我的學生助理麥可·安德瑞斯 (Michael Andres)、羅伯·貝利 (Rob Bailey)、大衛·彌可森 (David Mikkelson) 和史考特·摩爾 (Scott Moore) 協助編輯的工作，也感謝我的小弟梅爾頓·鄧肯 (Melton Ledford Duncan) 和母親雪莉·鄧肯 (Shirley Duncan) 做校對的工作。我也要向基督教重點出版公司 (Christian Focus Publications) 致謝，感謝他們關注本計畫，願意把這項計

畫付諸實現。

里根·鄧肯 (Ligon Duncan)
1993年6月於密西西比州傑克森

注解：

1. 我要向不熟悉英國地理的讀者說明：惠特徹奇（沙洛普）大約位於徹斯特南南東方十八英里處，離英格蘭和威爾斯的邊界不遠。惠特徹奇的所在地如今稱為什羅普郡（Shropshire）。

編者
序

致讀者

信仰是人們生活的重心，而敬拜上帝又是信仰的重心。因此我認為，人若衷心地盼望上帝國度的益處充滿在世人當中，那麼，他們看到別人真心樂意地推動、支持虔誠的敬拜時，一定會喜悅別人的用心。因為，我們若操練屬靈的感官，且用愛心明辨出別人的真敬虔，那我們一定會看到別人的真敬虔是**美好、可親的**。真敬虔就是對上帝的敬虔愛慕，如同上騰的火焰。而我們感受到自己心中的真敬虔時，也會有**莫大的喜樂與安舒**（雖然各人敬虔的形式和表現有所不同，有些形式和表現可能會令人覺得**不雅**）。

禱告是宗教敬拜主要的一部分，它是出於自然之光，也是某些基本的人性法則所致。**畢達哥拉斯**（Pythagoras）金句開宗明義的格言是：人把什麼當作神，就會向它禱告，**求你拯救我，因你是我的神**（賽四十四 17）。不但如此，人向什麼禱告，就會把那個對象當作神（*Deos qui rogat ille facit*）。^{註1} 禱告是一種表達尊崇和敬意的方式，它完全吻合眾人天生對神的看法。因此，我們可以確定的是，在**生活中不禱告的人，他們的生命也就沒有神**。

禱告是虔誠肅穆地向上帝獻上誠摯的感恩和渴望，也是真誠地向上帝呈現聖潔的情感。我們也藉著禱告，將上帝的名當得的榮耀歸給祂，並從上帝那裡得到祂應許的恩惠，而這一切都要藉**那位中保**來成就。「禱告」一詞的英文是 *Prayer*，*Prayer* 的字義太狹隘，因為 *Prayer* 嚴格說來是指「祈求」（*Petition*）或「請求」（*Request*）。然而，謙卑地敬拜上帝和向祂獻上感謝，就像禱告的其他部分一樣，是**不可或缺的**。在**希臘文**中，「禱告」一詞的字義是指**向上帝起誓**；**拉丁文**則是用 *Votum* 一詞來代表「禱告」：在約拿書中，水手是透過向上帝獻祭來許願（*made*

vows)；因為禱告是為了**感動和幫助**我們自己，不是為了**感動和幫助**上帝。

亞歷山大的革利免 (Clement of Alexandria，在 The Stromata《雜記》，卷七，Ante-Nicene Christian Library〈前尼西亞基督徒文集〉，534頁)說，「**禱告**」是與上帝對話 (他也解釋自己為何斗膽這樣形容禱告)。革利免用很長的篇幅，闡述他筆下的信徒活出了與上帝相通的生命。這個信徒不斷禱告，藉著禱告持續學習與上帝對話。(革利免說)有些人有固定的禱告時間，但他筆下的信徒則是一生不斷地禱告。聖經形容禱告是親近神，仰望神，在祂面前傾吐心意。

這就是禱告的生命和靈魂；而靈魂目前需要在肉體中，肉體必須配合靈魂，且要符合、適應靈魂。有一些話必須存在人的心中，好像存在煙霧中一般，而這股煙必須上騰。這不是為了讓上帝瞭解我們——因為早在我們有意念之前，上帝就已經知道了——而是為了讓我們更瞭解自己。

心靈的禱告是條金縷線，它一定會貫穿基督徒整個生活的網絡。我們一定要常常向上帝發出簡短、突發性的呼求，藉此，不論我們是處在祂的護理當中，或是在日常生活舉止、神的律例、或信仰儀式中，都能持續和上帝相通。因此，我們必須在所做的一切事上遍灑禱告，**我們的眼目一定要時常仰望耶和華**。

當我們在心中禱告時，思想就是言語，初生於心靈，神聖地獻給上帝。我們獨自禱告時，若發現用文字來表達思想，能讓心智更專注，讓我們的虔敬更火熱，也明白心中的思想是新生命的真誠產物，那我們就會認為，要找到禱告的言語並不難。而且，就算有說不出來的嘆息，那鑒察人心的，曉得這些嘆息是聖靈的意思，因此會接納這些嘆息 (羅八 26、27)，回應我們求救的聲音 (哀三 56)。但是，因為我們的肉體軟弱，心又容易失神、散漫，所以

我們必須常常用話語來引導禱告，還得把文字存在心裡，用其引導和激發敬虔的行為。我希望本書能提供這方面的協助，幫助人們達到此一目的。

當眾人一起禱告時，禱告的人就成了我們向上帝說話的口，我們一定要專心聆聽他們的禱告；透過理性，相信並同意他們禱告中的智慧、見識和內容，我們心中的情感也要符合他們禱告的言語，這正是經文所教導的，我們要在他們感謝的時候說阿們（林前十四 16），以表達我們同意他們禱告的內容。就算不出聲說阿們，也要在心中說阿們。若情況許可，我們可以在別人禱告時，出聲加入自己的虔誠呼求，但這樣的呼求必須合宜，不可浪費任何禱告的時間。

不論是公眾的禱告或私下的禱告，作禱告的人會運用「自由的話語」，那是禱告的神聖自由（我們確信很多良善的基督徒已從經驗中得知，禱告時有這樣的自由是令人安慰的，也是很有幫助的）。作禱告的人不但要考量自己心中的想法（他自己心中的想法是主要的考量，因為這些想法在禱告中注入最多生命和精神），而且，在禱告的內容和用語上，也要留心教誨和他一同禱告的人。我構思本書的主要目的，就是為了這方面的服事。

學富五車的**徹斯特主教衛爾金斯**博士（Dr. Wilkins），他為教會大放異彩，寫了一本佳作和本書性質很像，書名是《論禱告的恩賜》（*A Discourse Concerning the Gift of Prayer*）。有些人認為，既然已經有了他那本書，我何必寫這本書呢；但很少認真的基督徒會抱怨敬虔的書籍太多。一方面我相信，手上有我這本拙作的人，仍能從衛爾金斯博士那本書得著極大的幫助；另一方面，我也同樣認為，手上有衛爾金斯博士那本書的人，也許仍可藉本書得到進一步的幫助。

盼望我們的禱告都能**豐富而充實**。我們有許多重擔、憂慮和需要，我們的罪惡和得著的憐憫也不少。上帝的應許多且豐富，祂慷慨地賜予，且命令我們要大大張口，祂就**充滿我們的口，用美物叫它們飽足**。

我們在祂裡面並不拮据匱乏，那麼，我們的內心為何吝嗇貧乏呢！基督已教導門徒主禱文，但祂告訴門徒（約十六 24）**他們向來沒有求什麼**。基督的意思是，他們向來求的，無法跟他們將來應該求的相比——將來**聖靈要澆灌下來，永遠與教會同在**；他們要看見比這更大的事。這樣，**你們求，就必得著，叫你們的喜樂可以滿足**。經文鼓勵我們禱告時要詳盡，**凡事將我們所要的告訴神**。同樣地，我們也應一一細說對上帝完美的崇敬、認我們的罪，以及對上帝憐憫的感恩。

但是，當我們把應禱告的事項一一述說完畢時，即便我們的心靈仍願意這樣禱告，但這難免已對軟弱的肉體造成負擔（我們應小心避免這種極端的情況發生），而且還有可能侵犯到其他的信仰操練。所以，我們必須採取的做法是：一次禱告中簡短**提到**的一些事項，可在另一次的禱告中再**進一步詳述**。而本書所收羅的禱告題材，正可幫助我們牢記自己來到恩典寶座前的一些任務，每一項都不可忽略。

合宜的禱告必須謹守某些適當的方法，不但要有所謂的好方法，同時也要適合各種場合和時機。我們在掌管天地、榮耀的王面前，不可獻上混亂、莽撞、未經仔細思考的禱告。我們一定要比任何時候都更加小心，**在神面前不可冒失開口，也不可心急發言**；不要隨性一想到甚麼就說出來，也不要一再說重複的話，這些不能證明我們心裡的火熱，而只是顯出我們心裡的空洞與輕浮。我們向上帝禱告的事情極為重大，因此我們的用語必須謹守一定的規矩，

要經過選擇、衡量，並且要妥善的安排。

有方法的禱告是好的，用言簡意賅的句子禱告也是好的。主禱文以簡潔著稱，大衛的詩篇和保羅書信中的許多禱告也是如此。我們一定要考慮到一點：如果禱告的句子冗長，插入語又多，那麼，絕大多數和我們一起禱告的人可能會不解或誤解句子的意思。所以，在禱告這件事上，也和其他的事務一樣，堅固的人應該擔代不堅固人的軟弱：**雅各**必須用孩子們和羣畜都跟得上的方式來帶領他們。

在禱告所使用的文字和措辭方面，我在書中進一步說明禱告的主題時，幾乎要求自己全面地使用聖經經文，因為我要以此證明經文足以預備我們行各樣的善事。但是，我也認為用純經文以外的措辭禱告是合宜的，且常是必要的。只是我建議大家應最常使用**神聖**的經文——在**神聖**的事上，讓自己和他人都能熟悉這些經文，這也是基督徒最習慣、最受感動及最能贊同的語言。無論在何處傳道，我們打開聖經、向人解釋聖經時，聖經語言就是最清楚的語言，其涵意也是人們最容易理解的。經文的**言語純全，無可指責**。有能力用經文禱告的人，也應善用詳論或釋義的方式，擴充所使用的經文，並按這規則傳講，用屬靈的話對照屬靈的事，讓兩者交互說明。

許多牧者（特別是教父們）都同意，可以把經文用到另一種意涵中，即便那並非經文的原意。新約聖經也多處以此法引用舊約經文，所以我認為這種使用方法是正當的，不應認為這麼做是曲解聖經；但是，使用此法時，必須符合「以經解經」的原則（the analogy of faith）。舉例來說，**我的泉源都在你裡面**（詩八七7）這幾個字中的「你」，也非常適合用來指上帝，雖然從原文的陰性冠詞來看，「你」原是指錫安。我們禱告求**上泉和下泉**（士—15）的福分時，也絕不會有人認為我們誤用這句經文，即使這句經文在士

師記中的意思跟我們禱告時的含意完全無關。但藉著一般性的用法，每個人都知道這句經文所指為何，很多人也喜歡其所指之事的重要含意。

當然，除了我放在書中的各種禱告主題外，大家還可以添加許多不同的主題，包括每個主題之下的經文（因為我只記下當初我想到的部分），以及其他許多非經文的禱告文。非經文的禱告文也可以非常整全和切要，能激發敬虔的心。對於那些熱切渴望有禱告恩賜、且渴望能善於禱告的人，他們也許會發現在本書插入空白頁的做法有所幫助。他們可以在空白頁上補充自己心中最喜愛、但書中沒有收錄的禱告主題和禱告文。

雖然我介紹了一種好的禱告方法，也得到了普遍的認同，但我認為我們不應完全拘泥於這種禱告方法。禱告方法和禱告文一樣具有多樣性：有時候可以先感恩再認罪、祈求，或如主禱文那樣，先為別人代禱後再為自己祈求。有時我們會加強某項禱告、增加其篇幅；或者，也可以適當地把一些禱告融入其他禱告方法中。總之，**隱藏的藝術才是真正的藝術**（*Ars est celaree artem*）。^{註2}

我不懷疑有時候，有些人的心靈在禱告中得到奇妙的提升和拓展，以致超乎了自己。有時他們的心思極堅定而完滿，他們有強烈的虔敬與熱誠，因此帶出極流暢、多樣、貼切又感人的禱告內容，同時他們禱告的方法正確又自然。在這種情況下，要他們恪守本書的方法反而會阻礙了他們，還可能會箝制、緊箍住他們；若心充滿了**美辭**，舌頭便成了**快手筆**。但這種情況很少出現，通常我們都必須自己找出特定的禱告方法，好讓禱告得以合宜循序地進行。即便如此，我們仍須避免看來過度形式化的方法。畢竟人可以在紙上寫出端正的字來，就算紙上沒有筆直的格線。

我在最後一章中補充了一些禱告形式，讓需要的人使

用。有些人若沒有這樣的幫助，他們不知該如何做這些禱告，或做更好的禱告；所以，我為家庭規劃了這些禱告。若有人認為這些禱告太長，請他們注意到這些禱告已分成若干獨立的段落，這樣一來，必須做簡潔的禱告時，有些段落便可以略過。

畢竟，內心的意願和專注思考、對於信心和愛心的活潑操練，以及向上帝流露出聖潔的情感，都是禱告時不可或缺的必要成分。因此，這些若不是出於真誠，那即便用最好、最恰當的語言來禱告，也只不過是毫無生命的象徵。我們若能說萬人的方言，並天使的話語，禱告時卻不具基督徒謙卑、認真的心，我們就成了鳴的鑼、響的鈸一般。唯有發自內心、嵌入內心的祈禱所發的力量，才會大有功效。所以，不論我們是否用事先寫好的祈禱文禱告，我們都應用純全的心來贏得上帝的悅納。

我已完成第三卷聖經註釋書，這卷書已出版。我願繼續謙卑倚靠上帝的護理和恩典，寫第四卷聖經註釋書；不過，在這之前，我樂意先挪出一些時間來完成這本拙作。盼望此書對於尋求耶和華的世代會有所助益，就是那尋求雅各的神的人。任何一位良善的基督徒，若在靈修方面從本書得到了幫助，我盼望你們能接受我的一項請求，就是為我禱告，使我能得上帝的憐憫，成為耶路撒冷城牆上一位忠心的守望者，日以繼夜地全心投入上帝的話和禱告裡，使我終能喜樂地行完我的路程。

注解：

1. 指畢達哥拉斯的「行為準則」(Rules of Conduct)：「開始工作時，先向眾神禱告，求他們成就你的工作。」
2. 這句話引自奧維德(Ovid，是古羅馬詩人)的《愛的藝術》(The Art of Love)。這句話的直譯是：「隱藏的藝術才是真正的藝術」。亨利藉此告誡我們，不論我們選擇哪一種禱告形式，都不應把注意力放在方法本身，而導致心思偏離了禱告的內容。

chapter 1

禱告的第一部分

以合宜的感恩、表白及初步的祈求，向上帝說話並敬拜祂

我們的心靈安靜在極為敬虔的氛圍中，全神貫注、全心全意地奉上帝偉大的名，很慎重地投入這莊嚴肅穆的敬拜儀式中，並一路持守這樣的敬拜；專心一意，又用積極活潑的信心，將耶和華擺在我們面前。要知道神的眼目注視著我們，也要處在祂特別的臨在當中；將自己獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的，如此事奉乃是理所當然的；（羅十二1）然後，理當用繩索把祭牲拴住，牽到壇角那裡。（詩一一八27）要思想以下的事：

此刻我們當誠心舉手，（哀三41）舉目望天，向天上的神禱告。（約十七1）

當奮力抓住上帝，尋求祂的面，將祂的名所當得的榮耀歸給祂。（詩二七8，二九2）

耶和華啊，我們的心仰望你。（詩二五1）

我們當因耶穌的血謙卑坦然進入至聖所，是藉著祂給我們開了一條又新又活的路，從幔子經過。（來十19-20）

此刻當殷勤服事主，沒有分心的事。（林前七35）不要用嘴唇尊敬祂，心卻遠離祂。（太十五8）

神是個靈，此刻要用心靈和誠實拜祂，因為父要這樣的人拜祂。（約四23-24）

我們以這樣的膽量來親近上帝。（耶三十21）

第一、我們一定要莊嚴肅穆地來向這位無限偉大、榮耀的上帝說話，祂是和我們有關係的神；我們全然相信祂的臨在，對祂的威嚴懷著聖潔的虔誠和敬畏；我們可用以下的祈禱文來表達這樣的心思。

聖哉！聖哉！聖哉！主神是昔在、今在、以後永在的全能者。（啟四8）

惟獨你——名為耶和華的——是全地以上的至高者！（詩八三18）

神啊，你是我們的神，我們要切切地尋求你；（詩六三1）這是我們的神，我們要讚美祂，是我們父親的神，我們要尊崇祂。（出十五2）

惟你是真神，是活神，是惟一又真又活的神，是永遠的王，（耶十10）耶和華——我們神是獨一的主。（申六4）

這樣我們便和拜假神的人區隔開來。

外邦人的偶像是金的，銀的，是虛無和謊言，是人手所造的；造他的要和他一樣，凡靠他的也要如此。（詩一一五4、8）雅各的分不像這些，因祂是造作萬有的主，以色列也是祂產業的支派，萬軍之耶和華是祂的名；（耶十16）祂是在萬有之上，永遠可稱頌的神。（羅九5）

據我們的仇敵自己斷定，他們的磐石不如我們的磐石，因祂是永久的磐石（申三二31），你們當倚靠主耶和華直到永遠；（賽二六4）祂的名存到永遠！祂可記念的名存到萬代！（詩一三五13）因此，不是那創造天地的神，必從地上從天下被除滅！（耶十11）

第二、我們要虔誠地敬拜上帝，祂是光明輝煌、配得稱頌、自存自足、無限永恆的靈，祂本身全然地完美；我們當把祂名和屬性的榮耀歸給祂。

耶和華——我的神啊，你為至大！你以尊榮威嚴為衣服，披上亮光，如披外袍，（詩一〇四 1-2）向我們卻如同以黑暗為你藏身之處；（詩十八 11）因我們愚昧不能陳說。（約三七 19）

神就是光，在祂毫無黑暗。這是我們從主所聽見，又印上印，證明這是真的；（約壹一 5）神就是愛；住在愛裡面的，就是住在神裡面，神也住在他們裡面。（約壹四 16）

你是眾光之父，在你並沒有改變，也沒有轉動的影兒，各樣美善的恩賜和各樣全備的賞賜都是從你那裡降下來的。（雅一 17）

你是那可稱頌、獨有權能的萬王之王、萬主之主，就是那獨一不死、住在人不能靠近的光裡，是人未曾看見、也是不能看見的。（提前六 15-16）

我們認定祂的存在是無庸置疑、不可辯駁的。

神啊，諸天述說你的榮耀，穹蒼傳揚你的手段，（詩十九 1）你的永能和神性是明明可知的，藉著所造之物就可以曉得。（羅一 20）叫愚頑人無可推諉，他們心裡說：沒有神；（詩十四 1）義人誠然有善報；在地上果有施行判斷的神！（詩五八 11）

因此我們帶著信心來到你面前，我們信有神，且信祂大有能力並會豐富賞賜那尋求祂的人。（來十一 6）

但我們必須認定祂的本性不可測度。

我們無法藉考察測透神，也不能盡情測透全能者。（伯十一 7）

耶和華本為大，該受大讚美；其大無法測度。（詩一四五 3）

誰能傳說耶和華的大能？誰能表明祂一切的美德？（詩一〇六2）

祂的完全無可比擬、無可比較。

耶和華啊，誰能像你——至聖至榮，可頌可畏，施行奇事？（出十五11）

在天空誰能比耶和華呢？神的眾子中，誰能像耶和華呢？耶和華——萬軍之神啊，哪一個大能者像你耶和華？祢的信實是在你的四圍。（詩八九6、8）

主啊，諸神之中沒有可比你的；你的作為也無可比。因你為大，且行奇妙的事；惟獨你是神。（詩八六8、10）

沒有受造之物有神那樣的膀臂，或像祂那樣發雷聲。（伯四十9）

祂無限地超乎我們、超乎萬有。

你是神，不是人；你的眼不是肉眼，你的查看不像人的查看；（伯十4-5）你的日子不像人的日子，你的年歲不像人的年歲。（伯十4-5）

天怎樣高過地，照樣，你的意念高過我們的意念，你的道路高過我們的道路。（賽五五9）

萬民都像水桶的一滴，又算如天平上的微塵；你舉起眾海島，好像極微之物；他們好像虛無，被你看為不及虛無，乃為虛空。（賽四十15、17）

我們敬拜上帝時尤其必須認定：

一、祂是永生神，永不改變，無起始之日，無生命之終結，無時間之變化。

你是不能朽壞、不能看見、永世的君王。（提前一17）諸山未曾生出，地與世界你未曾造成，從亙古到永遠，你是神；（詩九十二）昨日、今日、一直到永遠、是一樣的。（來十三8）

你起初立了地的根基；天也是你手所造的。天地都要滅沒，你卻要長存；天地都要如外衣漸漸舊了。你要將天地如裡衣更換，天地就改變了。惟有你永不改變；你的年數沒有窮盡。（詩一〇二 25-27）

因你是不改變的神，所以我們沒有滅亡。（瑪三 6）耶和華——我的神，我的聖者啊，你不是從亙古而有嗎？（哈一 12）永在的神耶和華，創造地極的主，並不疲乏，也不困倦；祂的智慧無法測度。（賽四十 28）

二、祂無所不在，沒有地方能限制祂，也沒有地方能拒絕祂。

你是近處的神，豈不也是遠處的神；無人能在隱密處藏身，使你看不到他，因你充滿天地。（耶二三 23-24）

你離我們各人不遠。（徒十七 27）

我往哪裏去躲避你的靈？我往哪裏逃、躲避你的面？我們若升到天上，你在那裡；我們若在陰間下榻，你也在那裡。我們若展開清晨的翅膀，飛到海極居住，就是在那裡，你的手必引導我們；你的右手也必扶持我們，使我們無法逃脫。（詩一三九 7-10）

三、祂對眾人和萬事盡都透知，能清楚、確定、無誤地一眼看穿萬物，包括最隱密之事。

萬物在那與我們有關係的主眼前，都是赤露敞開的，連心中的思念和主意亦然。（來四 12-13）

你的眼目無處不在；惡人善人，你都鑒察；（箴十五 3）你的眼目遍察全地，要顯大能幫助向你心存誠實的人。（代下十六 9）

你鑒察人心、試驗人肺腑，要照各人所行的和他做事的結果報應他。（耶十七 10）

神啊，你已經鑒察我們，認識我們。我們坐下，我們起來，你都曉得；你從遠處知道我們的意念。我們行路，我們躺臥，你都細察；你也深知我們一切所行的。耶和華啊，我們舌頭上的話，你沒有一句不知道的。這樣的知識奇妙，是我們不能測的，至高，是我們不能及的。

黑暗和光明，在你看都是一樣。（詩一三九 1-4、6、12）

四、祂的智慧不可測度，其謀略和計畫不能探究。

耶和華啊，你的智慧無法測度，因你數點星宿的數目，——稱他的名。（詩一四七 4-5）

你的謀略奇妙；你的智慧廣大。（賽二八 29）你心裡有智慧，且大有能力。（伯九 4）

耶和華啊，你所造的何其多！都是你用智慧造成的；（詩一〇四 24）都是照著你的旨意定的。（弗一 11）

深哉，神的智慧和知識！祂的判斷何其難測！祂的蹤跡何其難尋！（羅十一 33）

五、祂的主權不容置疑，祂全然擁有萬有，是萬有之主。

天和天上萬象，是耶和華的天。地和其中所充滿的，世界和住在其間的，都屬於你。（詩一一五 16、二四 1）地的深處在你手中；山的高峯也屬你。海洋屬你，是你造的；旱地也是你手造成的。（詩九五 3-5）樹林中的百獸是你的，千山上的牲畜也是你的；（詩五十 10）因你為大神，為大王，超乎萬神之上。

凡活物的生命和人類的氣息都在你手中。（伯十二 10）

你的權柄是永有的；你的國存到萬代：在天上的萬軍和世上的居民中，你都憑自己的意旨行事。無人能攔住你的手，或問你說，你做什麼呢？（但四 34-35）

六、祂的大能不可抗拒，其大能之運作不受他力控制。

神啊，我們知道，你萬事都能做；你的旨意不能攔阻。
（伯四二 2）能力都屬乎神；（詩六二 11）出於你的話，沒有一句不帶能力的。（路一 37）天上地下所有的權柄都屬於你。（太二八 18）

你使人死，你使人活；你損傷，你也醫治，並無人能從你手中救出來。（申三二 39）

你所應許的，你必能做成。（羅四 21）

七、祂是清潔無玷污、完全正直的上帝。

你是聖潔的，是用以色列的讚美為寶座的：（詩二二 3）
你的名聖而可畏；（詩一一九 9）我們要稱讚你可記念的聖名。
（詩三十 4）

你眼目清潔，不看邪僻，（哈一 13）惡人不能與你同居。
（詩五 4）

你是磐石，你的作為完全；你所行的無不公平，是誠實無偽的神。（申三二 4）

你是我們的磐石，在你毫無不義。（詩九二 15）

你在你一切所行的，無不公義，（詩一四五 17）耶和華啊，
你的殿永稱為聖，是合宜的。（詩九三 5）

八、祂的治理公正，從未錯待祂所造的萬物，未來也絕不會。

耶和華啊，我們與你爭辯的時候，你顯為義：（耶十二 1）
你責備我們的時候顯為公義，判斷我們的時候顯為清正。
（詩五一 4）

神斷不致行惡；全能者斷不致作孽。祂必按人所做的報應人。（伯三四 10-11）

你的公義好像高山；你的判斷如同深淵！（詩三六 6）密

雲和幽暗在祂的四圍；但公義和公平是祂寶座的根基。（詩九七2）

九、祂的真理不變，祂良善的寶藏無窮無盡。

你本為善；你的慈愛永遠長存。（詩一三六1）你向我們大施慈愛，（詩一一七2）你的信實直到萬代。（詩一百5）

你宣告你的名：耶和華，耶和華，是有憐憫有恩典的神，不輕易發怒，並有豐盛的慈愛和誠實，為千萬人存留慈愛，赦免罪孽、過犯，和罪惡。（出三四6-7）你的名是我們的堅固臺。（箴十八10）


你本為善，所行的也善；（詩一一九68）你善待萬民；你的慈悲覆庇你一切所造的。但神實在特別恩待以色列那些清心的人！（詩七三1）

你要顯你一切的恩慈，在我們面前經過，（出三三19）使我們嘗嘗主恩的滋味，便知道祂是美善；祂的慈愛常在我們眼前。（詩三四8，二六3）

最後，我們盡力述說了神本性中榮耀的完美後，自己仍是無限地虧缺了神的美善。

看哪，這不過是神工作的些微；我們所聽於祂的是何等細微的聲音！祂大能的雷聲誰能明透呢？（伯二六14）

論到全能者，我們不能測度；祂大有能力，有公平和大義，（伯三七23）祂超乎一切稱頌和讚美。（尼九5）



第三、我們要稱頌上帝的光輝和榮耀，祂喜悅在至天上的光輝和榮耀中彰顯祂自己。

你在天上立定你的寶座；（詩一〇三19）是高高的榮耀寶座，撒拉弗在你面前遮他們的臉。（賽六1-2）因你對我們

的憐憫，你遮蔽你的寶座，將雲鋪在其上。（伯二六9）

你以風為使者，以火焰為僕役。（詩一〇四4）服事你的有千千，站在你面前行你喜悅之事的有萬萬。（啟五11）他們有大能、聽從你命令。（詩一〇三20-21）我們藉著信心、盼望和聖潔之愛，與千萬的天使、被成全之義人的靈魂、以及諸長子之會所共聚的總會，在靈裡相交，那裡是天上的耶路撒冷。（來十二22-23）

第四、我們要把榮耀歸給祂，祂是世界的創造者，是一切受造之物的偉大保護者、賜福者及統治者。

我們的主，我們的神，你是配得頌讚、榮耀、尊貴、權柄的；因為你創造了萬物，並且萬物是因你的旨意和讚美被創造而有的。（啟四11）

我們敬拜那創造天地海和眾水泉源的；（啟十四7）祂說有，就有，命立，就立；（詩三三9）祂說：要有光，就有了光，要有空氣，就造出空氣；祂把一切造的甚好。（創一3、6-7）他們照你的安排存到今日；萬物都是你的僕役。（詩一一九91）

白晝屬你，黑夜也屬你；亮光和日頭是你所預備的。地的一切疆界是你所立的；夏天和冬天是你所定的。（詩七四16-17）

你用你權能的命令托住萬有，（來一3）萬有也靠你而立。（西一17）

遍地滿了你的豐富，那裡有海，又大又廣。（詩一〇四24-25）萬民都舉目仰望你；你隨時給他們食物。你張手，使有生氣的都隨願飽足。（詩一四五15-16）人民、牲畜，你都救護，你賜糧食給凡有血氣的。（詩三六6）

你，惟獨你是耶和華！你造了天和天上的天，並天上的萬象，地和地上的萬物，海和海中所有的；這一切都是你所保存的，天軍也都敬拜你，（尼九6）你的國統管萬有。（詩一〇三19）


但若是你不許，一個麻雀也不能掉在地上。（太十29）

你當初用地上的塵土造人，將生氣吹在他鼻孔裡，他就成了有靈的活人。（創二7）

你從一血脈造出萬族的人，住在全地上，並且預先定準他們的年限和所住的疆界。（徒十七26）

你是至高者，在人的國中掌權，要將國賜與誰就賜與誰；（但四25）定人事乃在你。（箴二九26）

哈利路亞！因為主——我們的神、全能者作王了，（啟十九6）祂隨己意行萬事，叫祂的榮耀可以得著稱讚。（弗一11-12）



第五、我們要把榮耀歸給神的三個不同的位格——父、子、聖靈；把榮耀歸給祂偉大神聖的名；我們奉祂的名受洗，並奉祂的名聚會敬拜，且與普世教會交通。

我們崇敬在天上作見證的三位：父、道、聖靈，這三位也都歸於一。（約壹五7-8）

父啊，天地的主，我們崇拜你，（太十一25）以及永生之道；這道太初與神同在，道就是神。萬物是藉著祂造的；凡被造的，沒有一樣不是藉著祂造的。時候滿足時，道成了肉身，住在我們中間，充充滿滿的有恩典有真理，彰顯祂的榮光，正是父獨生子的榮光。（約一1-3、8、14）

因這是父的旨意，叫人都尊敬子如同尊敬父一樣，（約五23）我們崇拜祂，因祂是父榮耀所發的光輝，是神本體的

真像；神的使者都奉命要拜祂，我們在此也和神的使者一起崇拜。（來一3、6）

我們崇敬得高舉的救贖者，祂誠實作見證、從死裡首先復活、為世上君王元首，（啟一5）我們稱耶穌基督為主，使榮耀歸與父神。（腓二11）

我們也敬拜子從父那裡差來的保惠師，就是從父出來真理的聖靈；（約十五26）聖靈受差來將一切的事指教我們，且要叫我們想起一切的話；（約十四26）聖靈啟示聖經，感動神的聖徒寫出神的話來。（彼後一21）



第六、我們必須承認自己要倚靠上帝，並且我們對祂有應盡的本分，因祂創造、護理和賜福我們。

神啊，我們是你造的，不是我們自己造的，因此我們不屬自己，而是屬你的；我們是你的民，也是你草場的羊；（詩一百3）我們要屈身敬拜，在造我們的耶和華面前跪下。（詩九五6）

主耶和華造我們的身體，我們受造奇妙可畏，被奇妙聯絡。我們未成形的體質，你的眼早已看見了；你所定的日子，我們尚未度一日，你都寫在你的冊上了。（詩一三九14-16）

你以皮和肉為衣給我們穿上，用骨與筋把我們全體聯絡。你將生命和慈愛賜給我們；你也眷顧保全我們的心靈。（伯十11-12）

你是萬靈的父，（來十二9）因你造人裡面之靈，（亞十二1）造我們生命之永生。（耶三八16）神的靈造我們；全能者的氣使我們得生。（伯三三4）你將智慧放在懷中，將聰明賜於心內。（伯三八36）

你是造我們的神，教訓我們勝於地上的走獸，使我們

有聰明勝於空中的飛鳥。(伯三五 10-11)

我們是泥，你是窯匠；我們都是你手的工作。(賽六四 8)

你是叫我們出母腹的；我們在母懷裡，你保守我們的安全。我們自出母胎就被交在你手裡；(詩二二 9-10) 我們被你扶持，使我們出母腹的是你。我們必常常讚美你！(詩七一 6)

神啊，我們生活、動作、存留，都在乎你。我們是你所生的。(徒十七 28)

我們的氣息在你手中，你管理我們一切行動；(但五 23) 人的道路不由自己，行路的人也不能定自己的腳步；(耶十 23) 但我們終身的事在你手中。(詩三一 15)

你是一生牧養我們直到今日的神，救贖我們脫離一切患難。(創四八 15-16)

我們不致消滅，是出於你諸般的慈愛；是因你的憐憫不致斷絕。每早晨，這都是新的；你的誠實極其廣大！(哀三 22-23)

你收回我們的氣，我們就死亡，歸於塵土，我們原是塵土造的。(詩一〇四 29)

除非主命定，誰能說成就成呢？至高者啊，禍福都出於你的口。(哀三 37-38)



第七、我們要聲明這位上帝是我們的神，並承認我們和祂的關係、祂管轄我們且擁有我們。

我們的心曾對耶和華說：你是我們的主；我們的好處不在你以外，(詩十六 2) 我們若是公義，也不能加增你什麼。(伯三五 7)

神啊，你是我們的王；(詩四四 4) 在你以外曾有別的主管轄我們，但今後我們專要倚靠你，提你的名。(賽二六 13)

我們今日認耶和華為我們的神，應許遵行祂的道，謹守祂的律例、誠命、典章，聽從祂的話，將自己獻給祂，作為祂的子民，照祂所應許的使我們歸耶和華——我們的神為聖潔的民：（申二六 17-19）使祂得名聲，得頌讚，得榮耀。（耶十三 11）

耶和華啊，我們真是你的僕人；我們是你家中所生的僕人，你已經解開我們的綁索：（詩一一六 16）我們是重價買來的，因此我們不屬自己，（林前六 20）要歸順耶和華，（代下三十 8）我們要與耶和華聯合為永遠不忘的約。（耶五十 5）

我們是屬你的，求你救我們，因我們尋求你的訓詞；（詩一一九 94）耶和華啊，我們所獻的，都是從你而來，都是屬你的。（代上二九 16）

第八、上帝不但允許我們、還邀請及鼓勵我們在禱告中親近祂；我們確信這是一種難以言喻的恩惠和無比的榮幸。

你命令我們要隨時多方禱告，凡事禱告、祈求和感謝，並要在此警醒不倦，為眾聖徒祈求。（腓四 6）要持續禱告，凡事藉著禱告和祈求，將我們所要的告訴神。（弗六 18）

你指示我們要祈求、尋找、叩門，並應許我們會得著、尋見，門也會為我們而開。（太七 7）

你為我們定了一位大祭司，我們可奉祂的名坦然無懼地來到施恩寶座前，為要得憐恤，蒙恩惠，作隨時的幫助。（來四 16）

你向我們擔保：惡人獻祭，為耶和華所憎惡；正直人祈禱，為祂所喜悅；（箴十五 8）凡以感謝獻上為祭的便是榮耀祂，（詩五十 23）感謝的祭便叫耶和華喜悅，勝似獻牛，或是獻有角有蹄的公牛。（詩六九 31）

你是聽禱告的主，因此凡有血氣的都要來就你。

你說：你們當尋求我的面。我們的心回答：耶和華啊，你的面我們正要尋求。（詩六五2，二七8）百姓不當求問自己的神嗎？（賽八19）你有永生之道，我們還歸從誰呢？



第九、我們要表明一種認知，就是了解自己的卑賤，不配親近上帝和向祂說話。

神果真與世人同住在地上嗎？天和天上的天尚且不足神居住，（代下六18）何況如蟲的人，如蛆的世人呢？（伯二五6）

主耶和華啊，我們是誰？我們先祖的家算什麼？你竟使我們到這地步呢——使我們來到主面前，藉著基督被一個聖靈所感，得以進到父面前？（弗二18）這在你眼中還看為小，又應許你僕人的家至於久遠。主耶和華啊，這豈是人所常遇的事嗎？（撒下七18-19）

人算什麼，你竟顧念他？世人算什麼，你竟眷顧他，（詩八4）看他為大呢？

求主不要動怒，我們雖然是灰塵，還敢對榮耀的主說話。（創十八27、30）

你向僕人所施的一切慈愛和誠實，我們一點也不配得；（創三二10）不好拿兒女的餅丟給我們這樣的人吃，但是狗也吃他主人桌子上掉下來的碎渣兒；（太十五26-27）你也以慈愛厚待一切求告你的人。（羅十12）



第十、我們要謙卑表明心中對上帝的渴望，因祂是我們的喜樂、好處、生命泉源和一切美善。

除你以外，在天上我們有誰呢？除你以外，在地上我


們也沒有所愛慕的，無人可和你比擬；我們的肉體和我們的心腸衰殘，但神是我們心裡的力量，又是我們的福分，直到永遠；（詩七三 25-26）你是我們另一個世界的產業，是我們在這世上杯中的分；我們要說，用繩量給我們的地界，坐落在佳美之處，我們的產業實在美好。（詩十六 5-6）

我們心裡所羨慕的是你的名，就是你那可記念的名。夜間，我們心中羨慕你；我們裡面的靈切切尋求你。（賽二六 8-9）

神啊，我們的心切慕你，如鹿切慕溪水。我們的心渴想神，就是永生神；白晝，耶和華必向我們施慈愛；黑夜，我們要歌頌禱告賜我們生命的神。（詩四二 1-2、8）

我們來時要飢渴慕義；（太五 6）因你叫飢餓的得飽美食，叫富足的空手回去。（路一 53）

我們的心切慕你，在乾旱疲乏無水之地，我們渴想你；我們在聖所中曾如此瞻仰你，為要見你的能力和你的榮耀。因你的慈愛比生命更好，我們的心就像飽足了骨髓肥油，我們也要以歡樂的嘴唇讚美你。（詩六三 1-3、5）



第十一、我們同樣需要表明對上帝的盼望和信心，相信祂全然足夠，相信祂的大能、護理和應許。

神啊，我們投靠你；求你使我們永不羞愧；（詩三一 1）凡等候你的必不羞愧。（詩二五 3）

我們的心默默無聲，專等候神；我們的救恩是從祂而來。惟獨祂是我們的磐石，我們的拯救；我們的榮耀、我們的力量、我們的避難所都在乎神，我們的盼望是從祂而來。（詩六二 1-2、5-7）

我們無處避難，也沒有人眷顧我們時，耶和華啊，我們向你哀求：你是我們的避難所；在活人之地，你是我們

的福分。(詩一四二 4-5)

有人靠車，有人靠馬，但我們要提到耶和華——我們神的名。(詩二十七) 神啊，我們永永遠遠倚靠你的慈愛，我們也要在你聖民面前仰望你的名；這名本為美好。(詩五二 8-9)

我們仰望你的應許；求你記念向你僕人所應許的話，叫我們有盼望。(詩一一九 81、49)



第十二、懇求上帝悅納我們和我們的軟弱及不足。

有許多人說：誰能指示我們什麼好處？但我們說：耶和華啊，求你仰起臉來，光照我們，這便使我們心裡快樂，勝過那豐收五穀新酒的人。(詩四 6-7)

我們一心求過你的恩，(詩一一九 58) 因為無論是住在身內，離開身外，我們立了志向，要得主的喜悅。(林後五 9)

耶和華啊，求你聽我們的禱告，留心聽我們的懇求，憑你的信實應允我們。(詩一四三 1) 在我們求告你的時候與我們相近；(申四 7) 你沒有對雅各的後裔說：你們尋求我是徒然的。(賽四五 19)

你傾聽啼叫的小烏鴉，(詩一四七 9) 不要向我們緘默！倘若你向我們閉口，我們就如將死的人一樣。(詩二八 1)

願我們的禱告如香陳列在你面前！願我們舉手祈求，在你眼前得悅納，如獻晚祭！(詩一四一 2)



第十三、禱告時，要懇求那配得稱頌、施恩的靈大大地幫助和影響我們。

主啊，我們本不曉得當怎樣禱告，求你的聖靈幫助我們的軟弱，替我們禱告。(羅八 26)

將那施恩叫人懇求的靈澆灌我們；（亞十二10）聖靈使我們得兒子的名分，祂教我們呼叫：阿爸！父！（羅八15）好使我們能在心中做這樣的禱告。

求你發出你的亮光和真實，好引導我們，帶我們到你的聖山，到你的居所！到我們最喜樂的神那裡。（詩四三3）

主啊，求你使我們嘴唇張開，我們的口便傳揚讚美你的話！（詩五一15）

第十四、禱告時，一定要以上帝的榮耀作為最高目的。

這是你——耶和華所說的：你在親近你的人中要顯為聖；在眾民面前，你要得榮耀；（利十3）因此我們要來敬拜你；耶和華啊，我們也要榮耀你的名；（詩八六9）我們要求告你；你必搭救我們，我們要榮耀你。（詩五十15）

因為萬有都是本於你，倚靠你，歸於你。（羅十一36）

第十五、我們要宣告：唯獨全然倚靠主耶穌基督，才能得上帝悅納；我們也要奉祂的名前來。

我們在你面前懇求，原不是因自己的義，（但九18）我們在你面前有罪惡，（拉九15）因此無人在你面前站立得住；（詩一三〇3）但我們單要提說基督的公義，祂是主——我們的義。（耶二三6）

我們知道，唯獨藉著耶穌基督奉獻的靈祭，才能得神悅納，（彼前二5）若不奉祂的名向你求，我們就不能盼望得什麼，（約十六23）求你使我們在你愛子裡蒙悅納，（弗一6）就是那位天使——祂把許多香添在眾聖徒的祈禱中，一同獻在寶座前的金壇上。（啟八3）

我們奉尊榮的大祭司之名前來，祂已經升入高天，就



禱告的方法

是神的兒子耶穌，祂能體恤我們的軟弱；（來四 14-15）因此凡靠著祂進到神面前的人，祂都能拯救到底；因為祂是長遠活著，替他們祈求。（來七 25）

神啊，你是我們的盾牌；求你垂顧觀看你受膏者的面！
（詩八四 9）你從天上發聲，說祂是你喜悅的；主啊，求你在祂裡面喜悅我們。（太三 17）




chapter 2

禱告的第二部分

認罪、為自己的罪哀嘆、謙卑地表明悔改

將上帝應得的榮耀歸給祂後，接下來要承認自己應得的恥辱，明白自己的罪惡和卑劣，在祂面前謙卑自己。這麼做時，也要將榮耀歸給祂，祂是我們的審判者，應當定我們的罪；然而，藉著基督，我們盼望得赦免和赦罪。（書七 19）

做這部分禱告時，



第一、要確知：為何我們在上帝面前的地位極其卑微，為何我們要自慚形穢地來到祂面前，為何要戰兢地面對祂的忿怒；祂的聖潔使我們成為可憎的，祂的公義使我們成為醜惡的。

我們的神啊，我們抱愧蒙羞，不敢向我們的神仰面；因為我們的罪孽滅頂，我們的罪惡滔天。（拉九 6）

我們因得罪了你，就臉上蒙羞。（但九 8）

我們是卑賤的！我們用什麼回答你呢？只好用手摀口，（伯四十四 4）口貼塵埃，或者有指望，（哀三 29）和律法判為長大癲瘋的一同喊叫說：不潔淨了！不潔淨了！（利十三 45）

你不信靠你的眾聖者；在你眼前，天也不潔淨，何況那污穢可憎、喝罪孽如水的世人呢！（伯十五 15-16）


我們眼見大君王——萬軍之耶和華時，理當喊叫：禍哉！我們滅亡了！（賽六5）

你有治理之權，有威嚴可畏；你在高處施行和平。你的諸軍豈能數算？你的光亮一發，誰不蒙照呢？這樣在你面前，人怎能稱義？婦人所生的怎能潔淨？（伯二五2-4）

惟獨你是可畏的！你怒氣一發，誰能在你面前站得住呢？（詩七六7）你——我們的神乃是烈火，（來十二29）誰曉得你怒氣的權勢？（詩九十11）

我們雖有義，自己的口要定我們為有罪；我們雖完全，我們的口必顯我們為彎曲；（伯九20）因為，人若願意與祂辯論，連千分之一也答不出來。（伯九3新譯本、20）

我們雖不覺得自己有錯，卻也不能因此得以稱義；因判斷我們的乃是主；（林前四4）神比我們的心大，一切事沒有不知道的。（約壹三20）但我們知道自己在你面前得罪了父，得罪了天；從今以後，我們不配稱為你的兒女。（路十五21）



第二、要緊緊把握上帝給我們的鼓勵，祂要我們在祂面前謙卑，以悲傷羞愧的心來認罪。

主——耶和華啊，你若究察罪孽，誰能站得住呢？但在你有赦免之恩，要叫人敬畏你；你有慈愛，我們的神有豐盛的救恩，祂必救贖以色列脫離一切的罪孽。（詩一三〇3-4、7-8）

神啊，你所要的祭就是憂傷的靈；神啊，憂傷痛悔的心，你必不輕看；（詩五一17）你是那至高至上、永遠長存、名為聖者的，（賽五七15）天是你的座位，地是你的腳凳，但你所看顧的，就是虛心謙卑、懷憂傷痛悔之心、因你話而戰兢的人，（賽六六1-2）你要使謙卑人的靈甦醒，也使痛

悔人的心甦醒。

你慈愛地向我們保證：遮掩自己罪過的，必不亨通；承認離棄罪過的，必蒙憐恤。（箴二八13）虛心的悔改者說：我要向耶和華承認我的過犯；那時你就赦免他的罪惡。為此，凡是敬虔的人，都當趁你可尋找的時候，向你禱告。（詩三二5-6，新譯本）

我們知道，我們若說自己無罪，便是自欺，真理不在我們心裡了；但你說，我們若認自己的罪，你是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。（約壹一8-9）

第三、要承認並悼念我們最初的墮落，因我們的先祖背信又背叛；人性已敗壞，從當初的純潔與正直落入悲慘的沈淪，而我們的本性就是如此。

神啊，你造人原是正直，但他們尋出許多巧計；（傳七29）人居尊貴中不能領悟，因此不能長久，如同死亡的畜類一樣。（詩四九12）


罪是從一人入了世界，死又是從罪來的；於是死就臨到眾人，因為眾人都犯了罪；因一人的悖逆，眾人成為罪人，我們和他人一樣都是罪人。（羅五12、19）

我們是行惡的種類，（賽一4）我們的父親是亞摩利人，我們的母親是赫人。（結十六3）我們自從出胎以來，便稱為悖逆的（這樣的稱呼並沒有錯）。你原知道我們行事極其詭詐。（賽四八8）

人性受栽時是上等尊貴的葡萄樹，全然是真種子，但後來已變為外邦葡萄樹的壞枝子，（耶二21）生出所多瑪的葡萄，全掛都是蛾摩拉的葡萄。（申三二32）黃金何其失光！純金何其變色！（哀四1）

我們是在罪孽裡生的，在我們母親懷胎的時候就有了罪。（詩五一5）因為，誰能使潔淨之物出於污穢之中呢？無論誰也不能！（伯十四4）我們本為可怒之子，和別人一樣都是悖逆之子。（弗二2-3）

凡有血氣的人都敗壞了行為，（創六12）我們都偏離正路，一同變為污穢；並沒有行善的，連一個也沒有。（詩十四3）



第四、要為我們現今邪惡的敗壞性情悲嘆，因它不愛良善、無力行善。一定要檢視自己的心，用聖潔的羞愧來認罪。

一、我們的悟性盲目，不習慣接納上帝的光。

我們的本性是心地昏昧，與神所賜的生命隔絕了，都因自己無知，心裡剛硬。（弗四18）

神聖靈的事對屬血氣的人而言是愚拙，我們也不能知道神聖靈的事，因為這些事惟有屬靈的人才能看透。（林前二14）

我們有智慧行惡，沒有知識行善。（耶四22）我們仍不知道，也不明白，在黑暗中走來走去。（詩八二5）

神說一次、兩次，我們卻不理會；（伯三三14）我們聽是要聽見，卻不明白，（太十三44）我們看見人；他們好像樹木，並且行走。（可八24）

二、我們的意志固執，不習慣順服上帝律法的規定。

我們心裡體貼肉體，與神為仇，不服神的律法，也是不能服。（羅八7）

你為我們寫了律法萬條，我們卻以為與我們毫無關涉；我們敗壞的心有時樂意說：（何八12）全能者是誰，我們何

必事奉祂呢？（伯二一 15）我們定要成就我們口中所出的一切話，（耶四四 17）因我們行心所願行的，看我們眼所愛看的，（傳十一 9-10）隨著肉體和心中所喜好的去行。（弗二 3）

我們的頸項是鐵的，（賽四八 4）我們使心硬如金鋼石，我們不肯聽從，扭轉肩頭，（亞七 11-12）我們好像塞耳的聾虵，不聽行法術的聲音，雖用極靈的咒語也是不聽。（詩五八 4-5）

我們多麼恨惡訓誨，心中藐視責備，也不聽從我們師傅的話，又不側耳聽那教訓我們的人。（箴五 12-13）

三、我們的思想虛妄，忽略應熟習之事，老想著不值得思考、容易腐敗人心的事。

我們終日所思想的盡都是惡，從小時便是如此。（創六 5，八 21）

惡念存在我們心裡要到幾時！（耶四 14）愚妄人的思念乃是罪惡，（箴二四 9）惡念從心裡發出，（太十五 19）在床上圖謀奸惡，（彌二 1）牽動愚昧人的心，使愚昧人永遠拿不定主意。（箴十七 24，現代中文譯本）

我們一切所想的都以為沒有神；我們的意念中若有神，那是好的：（詩十 4）我們輕忽生我們的磐石，忘記產我們的神；（申三二 18）我們忘記了祂無數的日子，我們的心隨從虛無的神，自己成為虛妄的。（耶二 32，二 5）我們心裡思想：我們的家室必永存；我們行的這道本為自己的愚昧。（詩四九 11、13）

四、我們的情感帶著慾望，投注於錯誤的對象，越過了正當的界線。

我們應當思念上面的事，但卻思念地上的事；上面的事是我們的財寶，那裡有基督坐在神的右邊；（西三 1-2）當

求在上面的事。(太六 21)

我們信奉虛無之神，離棄憐愛我們的主；(拿二 8)離棄活水的泉源，去就池子，是破裂不能存水的池子。(耶二 13)

我們切切求地上的塵土，一心憂慮吃什麼、喝什麼、穿什麼，這都是外邦人所求的，我們又求外邦人所求之事的義。(太六 32-33)

我們心向虛妄，(詩二四 4)定睛虛無，顧念所見的暫時之事，遺忘又延遲永恆之事。(林後四 18)

五、全人敗壞：對感官之樂有不正常的慾望，過度地排斥那不能取悅感官的事，心智遠離了屬靈和屬天生命中原則、大能與喜樂。

我們是從肉身生的，我們是肉身：(約三 6)我們本是塵土，(創三 19)有屬土的形狀；(林前十五 49)在我們裡頭，就是我們肉體之中，沒有良善。因為，立志為善由得我們，只是行出來由不得我們。故此，我們所願意的善，我們反不做；我們所不願意的惡，我們倒去做。(羅七 18-19)

我們肢體中另有個律和我們心中的律交戰，把我們擄去，叫我們附從那肢體中犯罪的律：因此，我們願意為善的時候，便有惡與我們同在。(羅七 21、23)

我們已經滿頭疼痛，全心發昏。從腳掌到頭頂，沒有一處完全的，盡是傷口、青腫，與新打的傷痕。(賽一 6)

我們偏要背道離開永生神：(何十一 7)我們的心比萬物都詭詐，壞到極處，誰能識透呢？(耶十七 9)我們的心閃脫，如同斷裂的弓。(何七 16)

第五、要悲嘆並承認我們遺漏、疏忽、怠慢了自己的本分，我們受差來世上做偉大的工，然而，我們在世所成就的事微乎其微，難以和我們受造、得救、出生和受洗的目的相稱，我們也沒有藉著蒙恩的管道受益。

我們如同無花果樹栽在葡萄園裡，你多年來到無花果樹前找果子，卻找不著；（路十三6-7）所以，我們應當被砍下來，丟在火裡，因為我們拖累地土；（太三10）你來尋找葡萄，卻看到野葡萄；我們是茂盛的葡萄樹，結果繁多，果子作為自己之用。（賽五4）

我們知道行善，卻不去行；（雅四17）我們把主人的銀子埋藏了，所以，我們可算是又惡又懶的僕人，當承受應得的審判。（太二五18、26）

我們是不忠實的管家，浪費主的財物；（路十六1）因為一個罪人能敗壞許多善事。（傳九18）

我們手中拿許多價銀買智慧，但我們無聰明；（箴十七16）我們的心偏左。（傳十二，新譯本）

我們一生的開端和幼年之時，都是虛空的，（傳十一10）我們度盡的年歲好像一聲歎息。（詩九十九）

我們不懂得、也不去利用那蒙眷顧的時候；（路十九44）沒有在夏天預備食物，在收割時聚斂糧食，即便我們有元帥、官長和君王。（箴六7-8）

我們的心領悟和信得太遲鈍了：看我們學習的工夫，本該作師傅，誰知還得學習神聖言小學的開端，且必須吃奶、不能吃乾糧。（來五12）

我們還廢棄了敬畏神的心，攔阻了在神面前的默禱；（伯十五4，新譯本）沒有求告你的名，也沒有奮力抓住你。（賽六四7）

我們來到你這裏如同你的民來聚會，坐在你面前彷彿是你的民。我們聽你的話，心卻同時追隨財利。（結三三 31）因此，我們把搶奪的、瘸腿的、有病的拿來獻給神，但我們甚至不會獻這些祭品給我們的官長；我們的羊群中有公羊，許願時卻用有殘疾的獻給主。（瑪一 8、14）



第六、我們也要悲嘆自己在思想、言語和行為上有許多真實的過犯。

父親！我們得罪了天，又得罪了你：（路十五 18）我們都犯了罪，虧缺了神的榮耀，因我們沒有將榮耀歸與那手中有我們氣息，管理我們一切行動的神。（羅三 23）我們向你犯罪，惟獨得罪了你，在你眼前行了這惡：（詩五一 4）也沒有聽從耶和華——我們神的話，沒有遵行祂向我們陳明的律法，（但九 10）雖然祂的律法是聖潔、公義、良善的。（羅七 12）

誰能知道自己的錯失呢？願你赦免我們隱而未現的過錯。（詩十九 12）

我們在許多事上都有過失；（雅三 2）我們的罪孽比我們的頭髮還多。（詩四十 12）

井怎樣湧出水來，我們的心也照樣湧出惡來；（耶六 7）我們自幼年以來總是這樣，不聽從你的話。（耶二二 21）

我們從心裏所存的惡就發出許多惡來。（太十二 35）

一、要承認、悲嘆有驕傲在我們心中作祟。

我們當因心裏驕傲，就一同自卑，（代下三二 26）因我們看自己過於所當看的，（羅十二 3）沒有存謙卑的心，也沒有與我們的神同行。（彌六 8）

我們倚靠自己的聰明，（箴三 5）心中自是，（箴二八 26）

向自己的網羅獻祭。（詩九 15）

我們求自己的榮耀，甚於求那差我們來者的榮耀；（約七 18）當讓我們哀痛的事，卻讓我們自高自大。（林前五 2）

二、我們常有爆發的情緒和惱怒。

我們當制伏自己的心，但卻沒有如此行，因此我們的心好像毀壞的城邑，沒有牆垣。（箴二五 28）

我們急躁惱怒，惱怒存在我們的懷中。（傳七 9）我們的靈被惹動時，用嘴說了急躁的話，犯了嚷鬧和苦毒，這些本當從我們中間除掉的。（弗四 31）

三、我們垂涎、貪愛世界。

我們存心貪愛錢財，（來十三 5）也沒有學會在任何景況下，都以自己所擁有的知足。（腓四 11）

貪財是萬惡之根，（提前六 10）貪婪就與拜偶像一樣，（西三 5）誰能說自己沒有貪財之心呢？

我們為自己圖謀大事，然而你已說：不要圖謀！（耶四五 5）

四、我們耽於肉慾、取悅肉體。

我們體貼肉體的事多於聖靈的事，（羅八 5）在世上享美福，好宴樂，當宰殺的日子竟嬌養我們的心。（雅五 5）

我們為肉體安排，去放縱私慾，（羅十三 14）就是與靈魂爭戰的私慾；（彼前二 11）在許多事上的行為都像愛宴樂的人，不像愛神的人。（提後三 4）

我們吃喝，不是為自己吃，為自己喝嗎？（亞七 6）

五、我們自覺有保障，而忘記世事無常。

我們以為降禍的日子還遠，（摩六 3）我們凡事平順，

便說：我們永不動搖，（詩三十6）彷彿明天必像今天一樣，而且比今天還要盛大和豐盈。（賽五六12，新譯本）

我們鼓勵自己的靈魂安安逸逸地吃喝快樂，彷彿我們積存了許多財物，可作多年的費用；但今夜也許就要我們的靈魂。（路十二19-20）

我們甘心倚靠無定的錢財，勝過倚靠永生神；（提前六17）對黃金說：你是我們的指望，對精金說：你是我們的倚靠。（伯三一24）

六、我們在苦難中煩躁、失去耐心和埋怨，過度沮喪，不 信靠上帝和祂的護理。

你責罰我們時，我們便受責罰，像不慣負軛的牛犢一樣；（耶三一18）我們的愚昧傾敗我們的道，我們的心卻抱怨耶和華；（箴十九3）因此我們在急難中越發得罪耶和華。（代下二八22）

我們要不是輕看主的管教，就是在祂責備我們時灰心；（來十二5）我們在患難之日若膽怯，我們的力量就微小。（箴二四10）

我們曾急促地說：我們從你眼前被隔絕，（詩三一22）耶和華離棄了我們，主忘記了我們；彷彿神不再施恩，（賽四九14）彷彿神忘記開恩，因發怒就止住祂的慈悲。這是我們的懦弱。（詩七七9-10）

七、我們刻薄地對待弟兄，沒有和親戚、鄰居、朋友和睦 相處，甚至沒有公平地對待他們。

我們在兄弟身上實在有罪；（創四二21）因為我們沒有思考和睦的事與彼此建立德行的事。（羅十四19）

我們甘心論斷弟兄，又輕看弟兄，忘記我們不久後都要站在神的臺前。（羅十四10）

我們違背了愛的至高律法，自誇、張狂、做害羞的事、求自己的益處、輕易發怒、喜歡不義、（林前十三4-6）暗地裡幸災樂禍。（箴十七5）

我們貪圖虛名，彼此惹氣，互相嫉妒：（加五26）我們本來應該彼此相顧、激發愛心、勉勵行善的。（來十24）

我們面對窮乏的弟兄時，塞住憐恤的心，（約壹三17）掩藏而不顧恤自己的骨肉。（賽五八7）也許我們惡眼看窮乏的弟兄，（申十五9）羞辱貧窮人。（雅二6）

我們若在任何事上越分，欺負我們的弟兄；（帖前四6）我們若與虛謊同行，腳若追隨詭詐，若有玷污粘在我們手上：（伯三一5、7）主啊，我所看不到的，求你指教我，我若行了罪孽，必不再行。（伯三四32，新譯本）

八、我們的舌頭犯罪。

多言多語難免有過，（箴十19）多嘴多舌的人不能稱為義。（伯十一2）

義人的口教養多人，但我們的口湧出愚昧，說乖謬的話。（箴十21、32）我們口出許多污穢的言語，說不相宜的妄語和戲笑的話，這些話沒什麼好處，既不造就人，也不能叫聽見的人得益處。（弗四29，五4）

若人人所說的閒話要句句供出來，若要憑我們的話定我們為義，也要憑我們的話定我們有罪，那麼：（太十二36-37）禍哉！我們滅亡了！因為我們嘴唇不潔，又住在嘴唇不潔的民中。（賽六5）

神若使我們被自己的舌頭所害，我們會落入什麼光景呢？（詩六四8）

九、我們有屬靈的怠惰和腐敗。

我們在信仰的事上懶惰不殷勤，沒有心裏火熱，也沒

有常常服事主。（羅十二 11）


那剩下的將要衰微，我們的行為在神面前沒有一樣是完全的。（啟三 2）

我們看風，所以沒有撒種；望雲，所以沒有收割；（傳十一 4）我們和懶惰人一樣驚嚇自己，妄想道上有猛獅，街上有壯獅；門在樞紐轉動，我們在床上也是如此，（箴二六 13-14）還喊叫：再睡片時，打盹片時。（箴六 10）

我們失去了起初的愛心；（啟二 4）我們所誇口的福氣如今在哪裏呢？（加四 15）

我們的良善如同早晨的雲霧，又如速散的甘露。（何六 4）

最糟糕的是我們存著不信的惡心，這樣的惡心使我們想離棄永生神。（來三 12）



第七、我們要承認罪是大惡，我們的罪極惡；也要認識罪的惡毒和它對我們的中傷。

一、罪的惡毒

叫罪向我們顯出真是罪，叫罪原形畢露，叫我們看到，罪因著誠命，更顯出是惡極了，（羅七 13）因為違背律法就是罪。（約壹三 4）

我們故意犯罪時，其實就是在說：我們不願意這個人作我們的王，（路十九 14）耶和華是誰，我們為何要聽祂的話？（出五 2）因此我們褻瀆了耶和華，（民十五 30）將祂的律法丟在背後。（尼九 26）

二、罪的愚昧

神啊，我們的愚昧，你原知道；我們的罪愆不能隱瞞：（詩六九 5）我們無知悖逆，（多三 3）我們的私慾既無知又有

害。（提前六9）

我們是孩童時，愚蒙迷住我們的心；（箴二二15）空虛的人毫無知識，人生在世好像野驢的駒子。（伯十一12）

我們行的道本為自己的愚昧，（詩四九13）在許多事上我們所行的甚是愚昧。（撒下二四10）我們如此愚昧無知，在神面前如畜類一般。（詩七三22）

三、罪毫無益處。

我們犯了罪，顛倒是非，這與我們無益。（伯三三27）

我們理當看為羞恥的事，如今有甚麼果子呢？我們看到那些事的結局就是死。（羅六21）我們若賺得全世界，賠上自己的生命，有甚麼益處呢？（太十六26）

四、罪的欺騙。

罪引誘我們，並且殺了我們，（羅七11）我們被罪迷惑，心裏就剛硬了：（來三13）我們被自己的私慾牽引誘惑。（雅一14）

罪應許我們得以自由，卻使我們作敗壞的奴僕；（彼後二19）罪應許說：我們不一定死，反而能如神一樣；（創三4-5）但罪諂媚我們，設網羅絆我們的腳。（箴二九5）

我們特別會因狂傲而自欺。（俄一3）

五、我們因罪冒犯了聖潔的上帝。

我們犯律法、玷辱神，（羅二23）藐視以色列的聖者，大大惹動主怒。（賽一4；何十二14）我們所行的許多事，耶和華甚不喜悅。（撒下十一27）

神心中何等傷痛，是因我們起淫心，眼對偶像行邪淫。（結六9）

我們在曠野試探祂，使祂心中憂傷，（詩九五9-10）我們

悖逆，使主的聖靈擔憂，（賽六三 10）我們的罪孽壓祂，如同裝滿禾捆的車壓物一樣。（摩二 13）


我們叫神的聖靈擔憂；我們原是受了祂的印記，等候得贖的日子來到。（弗四 30）

六、我們因罪傷害了自己的靈魂和靈魂的大福樂。

我們被賣，是因我們的罪孽，（賽五十一）我們得罪你，卻害了自己的性命。（箴八 36）我們的罪孽使我們與神隔絕，（賽五九 2）與好事隔離，而且污穢了我們的心地和天良。（多一 15）

我們自己的惡已懲治我們；我們背道的事已責備我們。由此可知與可見，我們離棄耶和華——我們的神，不存敬畏祂的心，乃為惡事，為苦事。（耶二 19）

愚妄人犯罪，以為戲耍。（箴十四 9）



第八、要重看自己的罪，^{註1}留意哪些事使罪在上帝眼中變得更加可憎，也要留意哪些事使罪更加危害我們。

我們在你面前悲嘆自己所有的罪，就是我們一切的罪愆。（利十六 21）

一、越認識善惡，罪就越重。

我們知道主人的意思，卻不去行，因此應多受責打。（路十二 47）

我們曉得耶和華的作為和我們神的法則，卻齊心將軛折斷，掙開繩索。（耶五 4-5）

我們知道神判定行這樣事的人是當死的，然而我們不但自己去行，還喜歡別人去行。（羅一 32）

我們教導別人，卻不教導自己；（羅二 21）我們說是認識神，行事卻和祂相背。（多一 16）

二、我們越是做信仰宣告，罪就越重。

我們自稱為聖城的人，所倚靠的是以色列的神，提說祂的名，卻不憑誠實，不憑公義。（賽四八 1-2）我們污辱我們所敬奉的尊名，（雅二 7）叫耶和華的仇敵大得褻瀆的機會。（撒下十二 14）

我們稱呼主名，卻沒有離開不義。（提後二 19）

三、從上帝領受的憐憫越多，罪就越重。

你養育兒女，將我們養大，我們竟悖逆你。（賽一 2）

耶和華啊，我們以惡報答你，如同愚昧無知的民：你是我們的父，製造我們、將我們買來、建立我們，但我們有這弊病，就不是你的兒女。（申三二 5、6、9）

我們沒有照我們所蒙的恩報答耶和華。（代下三二 25）

四、我們有犯罪的危險，也有被罪傷害的危險，在這方面我們從上帝的話和自己的良心得到的告誡越多，而我們又繼續犯罪的話，我們的罪就越重。

我們屢次受責罰，仍然硬著頸項，（箴二九 1）隨心背道。（賽五七 17）

你差遣人來向我們說，你們不可做我所憎恨的事，你們總是不聽，也不理會。（耶四四 4-5，現代中文譯本）

神向我們說的話是命上加命，律上加律；（賽二八 13）雖然我們對著鏡子看自己本來的面目，但走後卻隨即忘了我們的相貌如何。（雅一 23-24）

五、我們因罪所受的苦越大，卻還繼續犯罪的話，我們的罪就越重。

你擊打我們，我們卻不傷慟，仍不受懲治；我們使臉剛硬過於磐石；（耶五3）管教的杖沒有把愚蒙從我們心中遠遠趕除。（箴二二15）

你用人的杖責打我們，用人的鞭責罰我們，（撒下七14）但我們還沒有歸向擊打我們的主，也沒有尋求萬軍之耶和華。（賽九13）

我們中間的城邑被傾覆，如同所多瑪、蛾摩拉被傾覆一樣，我們好像從火中抽出來的一根柴；主啊，我們仍不歸向你。（摩四11）你的手高舉，我們仍然不看。（賽二六11）

六、我們起誓並承諾要更加順服，這樣的誓言和承諾越多，罪就越重。

我們在你面前立約，後來又不遵行這約上的話，（耶三四18）我們像詭詐的人一樣行詭詐。（賽二四16）

我們不是說：我們必不事奉別神，必不再冒犯嗎？（耶二20）我們確實這麼說，但我們像狗一樣，所吐的，轉過來又吃；（彼後二22）神賜下平安，我們卻再轉去妄行。（詩八五8）



第九、要審判且定自己的罪，承認自己當受懲罰。

我們的神啊，既是如此，我們還有甚麼話可說呢？因為我們已經離棄你的命令。（拉九10）鑒察人的主啊，我們若有罪，於你何妨？（伯七20）

我們知道，凡不常照律法書上所記一切之事去行的，就被律法咒詛；（加三10）罪的工價乃是死；（羅六23）因這些事，神的忿怒必臨到那悖逆之子。（弗五6）

我們都伏在神審判之下；（羅三 19）聖經把眾人都圈在罪裏；（加三 22）因此你當向我們發怒，將我們滅絕，以致沒有一個剩下逃脫的人。（拉九 14）

若你以公平為準繩，以公義為線鉞，（賽二八 17）你必當照著約中的一切咒詛，將我們分別出來，使我們受禍，將我們的名從天下塗抹。（申二九 21）

你當在怒中起誓說，我們斷不可進入你的安息！（詩九五 11）你當剝我們的衣服，使我們赤體，到了收割的日子，你必將我們的五穀收回；（何二 3、9）你把忿怒之杯放在我們手中，使我們喝盡那使人東倒西歪的爵。（賽五一 17）

在一切你計畫臨到我們的事上，你是公義的；因你所行的是誠實，我們所做的是邪惡。（尼九 33）不但如此，你刑罰我們輕於我們罪所當得的。（拉九 13）

因此你責備我們的時候顯為公義，判斷我們的時候顯為清正；（詩五一 4）我們要服罪孽的刑罰；（利二六 43）我們要自卑，服在神大能的手下，（彼前五 6）說：耶和華是公義的。（代下十二 6）

活人因自己的罪受罰，為何發怨言呢？（哀三 39）不要發怨言；我們要忍受耶和華的惱怒，因我們得罪了祂。（彌七 9）

第十、我們要把榮耀歸給上帝，因祂以耐心長久地忍耐我們，願意和我們和好。

神的寬容和忍耐何等豐富！（羅二 4）祂對我們何等寬容，不願有一人沉淪，乃願人人都悔改。（彼後三 9）

你沒有按我們的罪過待我們，也沒有照我們的罪孽報應我們，（詩一〇三 10）你必然等候，要施恩給我們。（賽三十 18）

我們的罪沒有立刻受到懲罰，（傳八 11，現代中文譯本）你給我們悔改的機會，和我們和好；（啟二 21）你呼叫背道的兒女回來你這裡，應許要醫治他們背道的病，因此，看哪，我們來到你這裡，因你是耶和華——我們的神。（耶三 22）

我主的長久忍耐誠然是我們得救的因由，（彼後三 15）耶和華若要殺我們，今日就不會將這些事指示我們。（士十三 23）

願神的恩慈領我們悔改！（羅二 4）雖然我們干犯了我們的神，然而以色列人還有指望。（拉十 2）

你起誓說，你斷不喜悅罪人死亡，惟喜悅我們轉離所行的道而活；（結三三 11）因此我們要撕裂心腸，不撕裂衣服。歸向耶和華——我們的神；因為祂有恩典，有憐憫，不輕易發怒，有豐盛的慈愛。或者祂轉意後悔，留下餘福，也未可知。（珥二 13-14）

第十一、我們要謙卑表明罪帶來的悲傷和恥辱，並謙卑仰賴上帝恩典的力量，並且要努力變得更好、做的更好。

主啊，天國近了，我們要悔改；（太三 2）為此你高舉你的兒子基督耶穌，將悔改的心和赦罪的恩賜給人。（徒五 31）

我們從前風聞有你，現在親眼看見你。因此我們厭惡自己，在塵土和爐灰中懊悔，（伯四二 5-6）各人因自己的罪孽發出悲聲，好像谷中的鴿子哀鳴。（結七 16）

但願我們的頭是水井，我們的眼是淚的泉源，好為自己的過犯晝夜哭泣，（耶九 1，新譯本）並用這樣的心流淚撒種，且在最後歡呼收割！願我們現在帶種流淚出去，並在收割的時候歡歡樂樂地帶禾捆回來！（詩一二六 5-6）

我們的罪孽高過我們的頭，如同重擔叫我們擔當不起；（詩三八4），勞苦擔重擔的我們，要來到基督這裡，祂應許說，我們在祂裡面時，心裡就必得享安息。（太十一28）

各人自覺有罪，（王上八38）我們要仰望祂，就是我們所扎的；必為祂悲哀，又為祂愁苦，如喪長子。（亞十二10）願我們依著神的意思憂愁，這樣的憂愁就生出沒有後悔的懊悔來，以致得救，（林後七10）好使我們在你赦免我們的時候，心裏追念，自覺抱愧，又因我們的羞辱就不再開口。（結十六63）

願我們結出果子來，與悔改的心相稱，（太三8）絕不再轉去妄行；（詩八五8）我們與偶像還有甚麼關涉呢？（何十四8）罪必不能作我們的主；因我們不在律法之下，乃在恩典之下。（羅六14）


我們如亡羊走迷了路，求你尋找僕人，因我們不忘記你的命令。（詩一一九176）

注解：

1. 作者的意思是，我們要看自己最陰暗的一面，考慮到我們所傷害的人、傷害人的本質，和犯罪時的情況，好以此來看清自己有多麼罪惡。參見《西敏大要理問答》150-151問。



禱告的方法



chapter 3

禱告的第三部分

祈求、懇求上帝賜下我們所需的美善之物

我們已打開罪的傷口，顯出罪的過犯和能力，以及我們裡面存留的罪，接下來我們要向上帝尋求解決之道、醫治和幫助，因為唯有祂能賜下這一切；我們必為這事向祂求問。（結三六 37）現在，我們心中要深切感受到自己需要憐憫，我們祈求憐憫，若沒有憐憫，我們就會永遠滅亡；我們要極珍視和看重憐憫，我們若得憐憫就喜樂，永得成全。願我們像雅各一樣，為我們的生命和靈魂之故，在禱告中與神摔跤。

但我們不要想在禱告中指示神，也不要想用強求的方式改變神。神瞭解我們，勝過我們瞭解自己，祂原知道要怎樣行。（約六 6）然而，我們禱告時，便顯出自己的需要和渴望，且求助於神的智慧和良善；這樣一來，我們就把榮耀歸給作為我們保護者和賜福者的上帝，用祂指定的方式向祂領取憐憫，且憑信心求祂成就祂的應許。我們若真心誠意這麼做，那麼，根據新約的旨意，我們便能藉著神的恩典，得以領受祂的恩惠，我們確信能得著恩惠，也必得著。（可十一 24）

主啊，如今我們等甚麼呢？我們的指望誠然在乎你！
求你救我們脫離一切的過犯，使我們不再受愚頑人的羞辱。
（詩三九 7-8）

主啊，我們的心願都在你面前，我們的歎息不向你隱

瞞；（詩三八9）連說不出來的歎息，也不向你隱瞞：因為鑒察人心的，曉得聖靈的意思。（羅八26-27）

我們不認為話多了必蒙垂聽，因為我們沒有祈求以先，我們所需用的，我們的父早已知道了；（太六7-8）但我們的主告訴我們，我們若向父求甚麼，祂必因主的名賜給我們。主說：你們求，就必得著，叫你們的喜樂可以滿足。（約十六23-25）

我們若照祂的旨意求甚麼，祂就聽我們，這是我們向祂所存坦然無懼的心。既然知道祂聽我們一切所求的，就知道我們所求於祂的，無不得著。（約壹五14-15）



第一、要迫切地禱告，求神赦免、寬恕我們所有的罪。

主啊，我們來到你這裡，像那可憐的稅吏一樣遠遠地站著，連舉目望天也不敢，只捶著胸；我們的禱告和他一樣：神啊，開恩可憐我們這些罪人！（路十八13）求無盡慈悲的神向我們開恩。

求你將我們的罪孽洗除淨盡，並潔淨我們的罪！因為，我們知道我們的過犯；我們的罪常在我們面前。求你用牛膝草潔淨我們，我們就乾淨；求你洗滌我們，我們就比雪更白。求你掩面不看我們的罪，塗抹我們一切的罪孽。（詩五一2-3、7、9）

求你寬恕我們的不義，不再記念我們的罪愆，（來八12）把我們所欠的重債都免了。（太十八32）

使我們蒙你的恩典，就白白地稱義；（羅三24）我們靠摩西的律法，在一切不得稱義的事上，因耶穌的救贖，就都得以稱義了。（徒十三39）

不要讓我們的罪孽造成我們的敗亡；（結十八30）求耶和華除掉我們的罪，使我們不至於死，（撒下十二13）不至

永死；使我們不受第二次死的害。（啟二 11）

求你塗抹我們的過犯，像厚雲消散；塗抹我們的罪惡，如薄雲滅沒。我們要歸向你，因你救贖了我們。（賽四四 22）

耶和華啊，求你不要審問僕人；因為在你面前，凡活著的人沒有一個是義的。（詩一四三 2）

求你除淨罪孽，悅納善行，醫治我們背道的病，甘心愛我們；求你的怒氣向我們轉消，因為孤兒在你——耶和華那裏得蒙憐憫。（何十四 2-4）

我們的罪雖像硃紅，必變成雪白；雖紅如丹顏，必白如羊毛。我們若甘心聽從，必吃地上的美物。（賽一 18-19）

我們對神說：不要定我們有罪，（伯十 2）救贖我們免得下坑，因你已經得了贖價。（伯三三 24）

為了激發我們的信心，激勵自己熱切祈求罪得赦免，我們可以向神作以下的懇求：

一、祈求祂本性中無盡的良善，以及祂赦罪的熱心和榮耀。

主啊，你本為良善，樂意饒恕人，有豐盛的慈愛賜給凡求告你的人。你是有憐憫有恩典的神，不輕易發怒，並有豐盛的慈愛和誠實。（詩八六 5、15）

你是饒恕人，有憐憫，不輕易發怒，有豐盛慈愛的神，（尼九 17）你不長久責備，也不永遠懷怒。（詩一〇三 9）

惟有你為自己的緣故塗抹我們的過犯；你也不記念我們的罪惡。我們此刻要提醒你，向你祈求；我們可以將理陳明，好使我們顯為義。（賽四三 25-26）

現在求主大顯能力，照你所說過的話：耶和華不輕易發怒，並有豐盛的慈愛，赦免罪孽和過犯；求你照你的大慈愛赦免你百姓的罪孽，好像你到如今常赦免一樣。（民

十四 17-19)

神啊，有何神像你，赦免罪孽，饒恕你產業之餘民的罪過，不永遠懷怒，喜愛施恩？你必再憐憫我們，將我們的罪孽踏在腳下，又將我們的一切罪投於深海。（彌七 18-19）

二、祈求主耶穌基督的功績和公義，並以此為祈求的重心，使我們的罪得赦免。

我們知道你是憐憫、有恩典的神，你也是公義的神，喜愛公義，（詩十一 7）萬不以有罪的為無罪。（出三四 7）我們無法說：寬容我們，將來我們都要還清；（太十八 26）因為我們都像不潔淨的人，所有的義都像污穢的衣服。（賽六四 6）但神使耶穌基督成為我們的公義，（林前一 30）儘管祂是無罪的，卻替我們成為罪，好叫我們在祂裡面成為神的義。（林後五 21）

我們犯了罪，但在父那裡我們有一位中保，就是那義者耶穌基督。祂為我們的罪作了挽回祭，不是單為我們的罪，也是為普天下人的罪。（約壹二 1-2）

有神稱他們為義了，誰能定他們的罪呢？有基督耶穌已經死了，而且從死裡復活，現今在神的右邊，也替我們祈求，（羅八 33-34）耶穌的血所說的比亞伯的血所說的更美。（來十二 24）

我們要因基督將萬事都當作有損的，將萬事看作糞土，為要得著基督，並且得以在祂裡面，不是有自己因律法而得的義，乃是有信基督的義。（腓三 7-9）

我們必稱祂的名為『耶和華——我們的義』。（耶二三 6）我們信主！但我們信不足，求主幫助。（可九 24）

耶和華啊，求你記念大衛所受的一切苦難！（詩一三二）
1) 記念大衛的子孫，記念祂的一切供獻，悅納祂的燔祭；

(詩二十3) 不要厭棄你的受膏者！(詩一三二10) 祂藉自己的血進了天堂，如今為我們顯在神面前。(來九24)

你設立你兒子基督耶穌作罪的挽回祭，是憑著耶穌的血，藉著人的信，要顯明你的義；因為你寬容人所犯的罪，好在今時顯明你的義，使人知道你自己為義，也稱信耶穌的人為義，不是嗎？(羅三25-26) 我們如今得與神和好。(羅五11)

三、祈求神在祂話語中的應許，就是要赦免和寬恕一切真正悔改、相信祂神聖福音的人。

主啊，你不是說過這話嗎：若惡人離棄自己的道路，不義的人除掉自己的意念，歸向耶和華——你們的神，你就必廣行赦免，大大赦免？(賽五五7)

主——我們的神是憐憫饒恕人的，我們卻違背了你。(但九9)

這不是你與以色列家所立的約嗎？你要除去他們的罪，(羅十一27) 赦免他們的罪孽，不再記念他們的罪惡；(耶三一34) 雖尋以色列的罪孽，一無所有；雖尋猶大的罪惡，也無所見。(耶五十20)

你不是說過這話嗎：若惡人轉離他所犯的一切罪，遵守你的律例，他必定存活，不致死亡，他的一切過犯必不被記念？(結三三15-16)

你不是設立人要奉基督的名傳悔改、赦罪的道，直傳到萬邦嗎？(路二四47)

你不是這樣應許嗎：以色列的罪歸在阿撒瀉勒的羊頭上時，擔當罪的羊要被送到曠野去，帶到無人之地？(利十六22) 東離西有多遠，你叫我們的過犯離我們也有多遠！(詩一〇三12)

求你記念向你僕人所應許的話，叫我們有盼望。(詩

——一九四九)

四、為自己的罪所造成的悲慘和危險懇求。

耶和華啊，求你因你的名赦免我們的罪，因為我們的罪重大；（詩二五 11）因有無數的禍患圍困我們，我們的罪孽追上了我們，使我們不能昂首；耶和華啊，求你開恩搭救我們！耶和華啊，求你速速幫助我們！（詩四十 12-13）

求你不要記念我們先祖的罪孽，向我們追討；願你的慈悲快迎著我們，因為我們落到極卑微的地步。拯救我們的神啊，求你因你名的榮耀幫助我們！為你名的緣故搭救我們，赦免我們的罪。（詩七九 8-9）

求你不要記念我們幼年的罪愆和我們的過犯；耶和華啊，求你因你的恩惠，按你的慈愛記念我們。（詩二五 7）

五、為罪得赦免而能享有福氣來懇求。

得赦免其過、遮蓋其罪的人是有福的！凡心裏沒有詭詐、耶和華不算為有罪的人是有福的！求你使我們有這等人的福氣。（詩三二 1-2）

使我們藉基督的血得蒙救贖，過犯得以赦免，乃是照你豐富的恩典。這恩典是你用諸般智慧聰明，充充足足賞給我們的。（弗一 7-8）在基督耶穌裡的我們就不定罪了。（羅八 1）

我們許多的罪都赦免了，我們可以平平安安回去：（路七 47、50）若城中居住的百姓罪孽都赦免了，城內居民就不說：我病了。（賽三三 24）



第二、我們同樣也要祈求神和我們和好，祈求我們能得祂的恩惠、福祉和恩慈的接納。

一、祈求我們能與神和好，求祂的怒氣轉離我們。

我們既因信稱義，就藉著我們的主耶穌基督得與神和好。我們藉著祂，得進入信徒現在所站的恩典中，並且歡歡喜喜盼望神的榮耀。（羅五 1-2）

不要使我們因你驚恐；因為，當災禍的日子，你是我們的避難所。（耶十七 17）

我們從前是遠離神的人，求你使我們在基督耶穌裡，靠著祂的血得親近；（弗二 13）因祂使我們和睦，拆毀了中間隔斷的牆；既在十字架上滅了冤仇，便藉這十字架使我們與神和好，如此便成就了和睦。因此，求你使我們這些成了外人和客旅的人，得藉著祂與聖徒同國，作神家裡的人。（弗二 14-19）

你心中不存忿怒。惟願荊棘蒺藜與你交戰，你就把它一同焚燒。然而你鼓勵我們持住你的能力，使我們和好，也應許我們必得和好。（賽二七 4-5）因此我們要認識神，就得平安；福氣也必臨到我們。（伯二二 21）

求你醫治我們，我們便痊癒，拯救我們，我們便得救；因你是我們所讚美的。（耶十七 14）不要向我們發怒到永遠，求你再次將我們救活，使你的百姓靠你歡喜。耶和華啊，求你使我們得見你的慈愛，又將你的救恩賜給我們。（詩八五 5-7）

二、祈求我們能被納入上帝的聖約，進入和上帝的關係。

作我們的神，使我們作你的子民，（來八 10）當你掌權的日子，使我們作你的民，甘心犧牲自己。（詩一一〇 3）

從今以後，我們不配稱為你的兒女；（路十五 19）你怎

會把悖逆的我們安置在兒女之中，賜給我們美地呢？但你說，我們必稱你為父，也永不背離你。因此，從今以後，我們豈不向你呼叫說：我們的父啊，你是我們幼年的恩主。

（耶三 19、4）

耶和華啊，我們持守你的約，（耶五 5）我們要加入你永遠的約；（賽五六 4）你必使我們從杖下經過，使我們被約拘束，（結二十 37）我們就歸於你。（結十六 8）

與我們立永約，就是應許大衛那可靠的恩典。（賽五五 3）

三、祈求我們能得上帝的恩惠，能蒙祂特別的愛。

神啊，我們一心求過你的恩；願你照你的話憐憫我們，（詩一一九 58）因你的恩典乃是一生之久，（詩三十 5）你的慈愛比生命更好。（詩六三 3）耶和華啊，願你的臉光照我們，賜恩給我們；耶和華啊，願你向我們仰臉，賜我們平安。（民六 25-26）

耶和華啊，你用恩惠待你的百姓；求你也用這恩惠記念我們，開你的救恩眷顧我們，使我們見你選民的福，樂你國民的樂，與你的產業一同誇耀。（詩一〇六 4-5）

四、祈求我們能得上帝賜福。

神啊，憐憫我們，賜福與我們，用臉光照我們；願神——就是我們的神賜福與我們。（詩六七 1、6）

願造天地的耶和華，從錫安賜福給我們，（詩一三四 3）藉基督耶穌賜給我們天上各樣屬靈的福氣。（弗一 3）

甚願你賜福與我們！（代上四 10）賜我們你所命定的福，就是永遠的生命；（詩一三三 3）耶和華啊，你已經賜福，還要賜福。（代上十七 27）

使我們蒙耶和華賜福，又蒙救我們的神使我們成義。（詩二四 5）

你只有一樣可祝的福嗎？你有許多的祝福。我們的父啊，求你也為我們祝福！（創二七38）叫亞伯拉罕的福臨到我們，這福因信臨到外邦人。（加三14）也叫雅各的福臨到我們，因為，你不給我們祝福，我們就不容你去。（創三二26）

五、祈求上帝與我們同在。

你若不親自和我們同去，就不要把我們從這裡領上去；（出三三15）總不撇下我們，也不丟棄我們。（來十三5）

不要丟棄我們，使我們離開你的面；不要從我們收回你的聖靈；（詩五一11）使我們和正直人一起常住在你面前。（詩一四〇13）

第三、要祈求「與神和好、蒙神悅納」所帶來的安慰。

一、祈求我們能擁有「罪得赦免、得神兒子名分」的確據。

求你使我們得聽歡喜快樂的聲音，使罪所壓傷的骨頭可以踴躍。（詩五一8）

對我們每人說：小子們，放心吧！你們的罪赦了。（太九2）

基督藉著永遠的靈，將自己無瑕無疵獻給神，願祂的血洗淨我們的良心，除去我們的死行，使我們事奉你——永生神。（來九14）

願你的聖靈與我們的心同證我們是神的兒女；既是兒女，便是後嗣，就是神的後嗣，和基督同作後嗣。（羅八1-17）求你對我們的靈魂說：你是拯救我們的。（詩三五3）

二、祈求良心能有穩固的平安，心中能有聖潔的安全感與寧靜，因我們知道自己已在上帝面前稱義，並且有神的善工在我們裏面運行。

願賜平安的主隨時隨事親自給我們平安；（帖後三 16）耶穌基督留下平安給我們，祂將平安賜給我們，這樣的平安不是世人能賜下或奪走的；這樣的平安使我們心裡不憂愁，也不膽怯。（約十四 27）

使公義的果效作我們心裡的平安；公義的效驗必是平靜與安穩，直到永遠。（賽三二 17）

求你應許將平安賜給你的百姓（賽五六 4）你的聖民，不讓他們再轉去妄行。（詩八五 8）

求你造就嘴唇的果子；願平安康泰歸與遠處的人，也歸與近處的人；使那和你一同傷心的人再得安慰。（賽五七 18-19）

何處有當得平安的人，你的平安就找到他們，臨到他們。（路十 6）

求你使我們得聽你慈愛之言，（詩一四三 8）嘗主恩的滋味，因我們信靠你。（彼前二 3）

願神所賜、出人意外的平安在基督耶穌裡保守我們的心懷意念；（腓四 7）叫這平安在我們心裡作主；我們也為此蒙召。（西三 15）

但願使人有盼望的神，因信將諸般的喜樂、平安充滿我們的心，使我們藉著聖靈的能力大有盼望！（羅十五 13）

第四、要祈求上帝的恩典，以及神恩典中一切良善大能的影響力和作用。

我們來到施恩的寶座前，不但為要得赦罪的憐恤，也

要蒙恩惠，作隨時的幫助，就是及時幫助我們的恩惠。（來四16）

從耶穌基督豐滿的恩典裡，（約一16）（父喜歡叫一切的豐盛在祂裡面居住）（西一19）我們人人都領受了，而且恩上加恩。

一、要祈求上帝的恩典堅固我們，使我們抵擋一切罪惡的思想、言語和行為。迫切地求祂挪去我們的罪過，好讓我們不因犯罪而死；我們也同樣要切切地求祂破碎罪的權勢，好讓我們不因罪這疾病而死，反要治死我們裏面的罪。

不叫罪作我們的主；因我們不在律法之下，乃在恩典之下。（羅六14）

把我們的肉體連肉體的邪情私慾同釘在十字架上，使我們順著聖靈而行，就不放縱肉體的情慾了。（加五16、24）

使我們的舊人和基督同釘十字架，使罪身滅絕，叫我們不再作罪的奴僕：不要容罪在我們必死的身上（不死的靈魂中）作王，使我們順從身子的私慾。我們既從罪裡得了釋放，就作了義的奴僕。（羅六6、12、18）

使賜生命聖靈的律，在基督耶穌裡釋放我們，使我們脫離罪和死的律。（羅八2）

賜我們恩典脫去舊人，這舊人是因私慾的迷惑漸漸變壞的；使我們穿上新人，這新人是照著神的形像造的，有真理的仁義和聖潔。（弗四22、24）因基督的十字架，就我們而論，世界可以釘在十字架上；就世界而論，我們可以釘在十字架上。（加六14）

不叫撒但的試探勝過我們。

我們要禱告，免得入了迷惑。（太二六41）叫我們所遇

見的試探，無非是人所能受的。求信實的神不叫我們受試探過於所能受的；在受試探的時候，總要給我們開一條出路。（林前十 13）

我們要穿戴神所賜的全副軍裝，好在磨難的日子抵擋仇敵的詭計，並且成就了一切，還能站立得住；用真理當作帶子束腰，用公義當作護心鏡遮胸，又用平安的福音當作預備走路的鞋穿在腳上。賜我們信德當作盾牌，可以滅盡那惡者一切的火箭，並戴上救恩的頭盔；使我們隨時拿著聖靈的寶劍，就是神的道。（弗六 12-17）

使我們能抵擋魔鬼，（雅四 7）魔鬼就必離開我們逃跑了；要用堅固的信心抵擋他。（彼前五 9）願賜平安的神快將撒但踐踏在我們腳下。（羅十六 20）

二、要祈求神以恩典裝備我們，使我們有各樣良善的思想、言語和行為，不但保守我們不犯罪，且在一切事上使我們成為當有的樣式，做當作的事。

願神不但使基督成為我們的公義，也使祂成為我們的智慧、聖潔、救贖。（林前一 30）

使我們在基督死和復活的形狀上與祂聯合，這原是叫我們一舉一動有新生的樣式，像基督藉著父的榮耀從死裡復活一樣。（羅六 4）

（一）祈求神在尚未有恩典之處，作成祂的恩典之工。

耶和華啊，把你的道指教有過犯的人，罪人必歸順你；（詩五一 13）叫悖逆的人轉從義人的智慧，又為主預備合用的百姓。（路一 17）

叫死在過犯罪惡之中的人活過來；（弗二 1）對他們說：仍可存活；是的，對他們說：仍可存活；這是談愛情的時候。（結十六 6、8）

叫他們的眼睛得開，從黑暗中歸向光明，從撒但權下

歸向神；得蒙赦罪，和一切成聖的人同得基業。（徒二六18）

藉著立約的血，將被擄而囚的人從無水的坑中釋放出來，我們被囚而有指望的人都要轉回保障。（亞九11-12）叫神的道得勝，可以攻破堅固的營壘，將各樣的計謀，各樣攔阻人認識神的那些自高之事，一概攻破了，又將人所有的心意奪回，使他都順服基督。（林後十5）

（二）祈求在恩典之工開始後，能繼續此善工且臻至完全，並在穩固的基礎上喜樂地建造。

用大能成就我們一切所羨慕的良善和一切因信心所做的工夫。（帖後一11）

在我們心裡動了善工的神，必成全這工，直到基督的日子。（腓一6）

神啊，你必成全關乎我們的事；耶和華啊，你的慈愛永遠長存！求你不要離棄你手所造的。（詩一三八8）

主啊，叫你的恩典夠我們用，叫你的能力在人的軟弱上顯得完全。我們甚麼時候軟弱，甚麼時候就剛強了。（林後十二9-10）我們靠著主，倚賴祂的大能大力作剛強的人。（弗六10）

三、我們特別要祈求恩典。

（一）求神教導和指示我們，使我們明白和熟知上帝的事。

使我們呼求明哲，揚聲求聰明，尋找它，如尋找銀子，搜求它，如搜求隱藏的珍寶，我們就明白敬畏耶和華，得以認識神。（箴二3-5）

使我們從最小的到至大的都認識你，（來八11）竭力追求認識你；（何六3）認識你——獨一的真神，並且認識你所差來的耶穌基督，這就是我們的永生。（約十七3）

將那賜人智慧和啟示的靈賞給我們，使我們真知道基

督，並且照明我們心中的眼睛，使我們知道祂的恩召有何等指望，祂在聖徒中得的基業有何等豐盛的榮耀；並知道祂向我們這信的人所顯的能力是何等浩大。（弗一 17-19）

求你開我們的眼睛，使我們看出你律法和福音中的奇妙。（詩一一九 18）

使我們知道所學之道都是確實的；（路一 4）叫我們的知識增長，以致在豐富的悟性中有充足的信心，使我們真知神的奧祕，就是基督。

求你照你的慈愛待僕人，將你的律例教訓我們。我們是你的僕人，求你賜我們悟性，使我們得知你的法度。耶和華啊，願我們的呼籲達到你面前，照你的話賜我們悟性。（詩一一九 124-125、169）遵行你命令的是聰明人。耶和華是永遠當讚美的！（詩一一一 10）

（二）求神引導我們進入真理之路，且保守我們行在其上；我們若在任何事上犯錯，求你改正我們的錯誤。

求真理的聖靈引導我們明白一切的真理，（約十六 13）使我們明白在何事上有錯。（伯六 24）

我們所看不明的，求你指教我們，（伯三四 32）使我們凡事察驗，善美的要持守。（帖前五 21）

主啊，使我們不再作小孩子，中了人的詭計，被一切異教之風搖動，飄來飄去，就隨從各樣的異端；惟用愛心說誠實話，凡事長進，連於元首基督。（弗四 14-15）

主啊，使我們立志遵著你的旨意行，這樣，我們就必曉得這教訓是否出於神；（約七 17）我們便曉得真理，真理便叫我們得以自由，我們就真自由了。（約八 32、36）

求你使我們用在基督耶穌裡的信心和愛心，常常守著我們聽的那純正話語的規模，（提後一 13）我們所學習的，所確信的，要存在心裡。（提後三 14）

（三）求神幫助我們記得祂的話，使我們需要應用神的真

理時，都能信手拈來。

主啊，求你的聖靈將一切的事指教我們，並且叫我們想起你對我們所說的一切話；（約十四 26）使我們用各樣的智慧和屬靈的悟性，把基督的道理豐豐富富地存在心裡。（西三 16）

主啊，使我們越發鄭重所聽見的道理，恐怕我們隨流失去；使我們能持守所傳給我們的，不是徒然相信。（來二 1）

主啊，使我們隨時都能善於講解聖經，叫我們得以完全，預備行各樣的善事；（提後三 17）使我們好好受教，作天國的門徒，像一個好家主從他庫裡拿出新舊的東西來。（太十三 52）

（四）求神引導我們的良知，使我們明白如何盡本分，並成為有智慧、明事理又明是非的基督徒。

主啊，求你賜我們智慧和悟性，（王上三 9）就是在一切事上都使人得益處的智慧，（傳十 10）是通達人的智慧，這樣的智慧在乎明白己道。（箴十四 8）

我們所禱告的，就是要我們的愛心在知識和各樣見識上多而又多，使我們能分別是非，喜愛那美好的事，作誠實無過的人，直到基督的日子；並靠著耶穌基督結滿了仁義的果子，叫榮耀稱讚歸與神。（腓一 9-11）

願我們在一切屬靈的智慧悟性上，滿心知道神的旨意；好叫我們行事為人對得起主，凡事蒙祂喜悅，在一切善事上結果子，漸漸地多知道神。（西一 9-10）

神啊，求你將你的道指教我們，因我們仇敵的緣故引導我們走平坦的路。（詩二七 11）

我們不知道怎樣行時，我們的眼目單仰望你：（代下二十 12）叫我們聽見主在後邊說：這是正路，要行在其間；使我們不向左或向右。（賽三十 21）

求你用你的話使我們腳步穩當，不許甚麼罪孽轄制我

們。(詩一一九 133)

(五) 求神潔淨我們的本性，把一切聖潔的準則和性情根植在我們心中，並加添我們一切的恩惠。

願賜平安的神親自使我們全然成聖！又願我們的靈與魂與身子得蒙保守，在我們主耶穌基督降臨的時候，完全無可指摘！因那召我們的本是信實的，祂必成就這事。(帖前五 23-24)

神啊，求你為我們造清潔的心，使我們裡面重新有正直的靈。不要丟棄我們，使我們離開你的面；不要從我們收回你的聖靈。求你使我們仍得救恩之樂，賜我們樂意的靈扶持我們。(詩五一 10-12)

將你的律法寫在我們心上，放在我們裡面，(來八 10) 使我們成為基督所寫的信，是用永生神的靈寫的；不是寫在石版上，乃是寫在心版上，(林後三 3) 叫神的律法在我們心裡，我們的腳總不滑跌；(詩三七 31) 神啊，使我們樂意照你的旨意行；(詩四十八) 使我們按著自己裡面的意思，喜歡神的律。(羅七 22)

願我們從心裡順服了所傳給我們道理的模範(羅六 17)，我們渴望這道理的模範傳給我們，如同放到模子裡，使我們全靈魂都因而發酵起來；(太十三 33) 使我們不要效法這個世界，只要心意更新而變化，不要效法從前蒙昧無知的時候那放縱私慾的樣子，(羅十二 2) 反要作順命的兒女，在一切所行的事上要聖潔，因那召我們的是聖潔。(彼前一 14-15)

1. 要禱告求信心。

主啊，賜給我們信心，因為使我們得救的信心並不是出於自己，乃是神所賜的。(弗二 8)

求主加增我們的信心，(路十七 5) 補滿我們信心的不足，(帖前三 10) 使我們信心裡得堅固，將榮耀歸給神。(羅

四 20)

主啊，使我們與基督同釘十字架，叫我們如今在肉身活著，是因信神的兒子而活；祂是愛我們，為我們捨己；（加二 20）使我們常帶著耶穌的死，使耶穌的生也顯明在我們必死的身上。（林後四 10）

我們既然接受了基督耶穌，願主使我們遵祂而行，在祂裡面生根建造，信心堅固，正如我們所領的教訓，感謝的心也更增長了。（西二 6-7）

願你的一切話語使我們得益處，和信心調和；（來四 2）我們藉信心領受你的見證，就印上印，證明神是真的。（約三 33）

求你在我們裡面造就信心——信就是所望之事的實底，是未見之事的確據；（來十一 1）藉著信，我們不顧念所見的暫時之事，乃是顧念所不見的永遠之事。（林後四 18）

使我們因信將耶和華常擺在我們面前，（詩十六 8）叫我們的眼目時常仰望耶和華，（詩二五 15）使我們在一切所行的事上，都如同看見那不能看見的主，而且想望所要得的賞賜。（來十一 26-27）

使我們的心藉著信得潔淨，（徒十五 9）叫我們因信心勝過世界。（約壹五 4）保守我們不喪膽，因我們相信必能在活人之地得見耶和華的恩惠。（詩二七 13）

2. 要禱告求敬畏神的心。

主啊，在我們裡面造就敬畏你的心；敬畏耶和華是智慧的開端，（箴一 7）是智慧的訓誨，（箴十五 33）是生命的泉源，可以使人離開死亡的網羅。（箴十四 27）

求你使我們專心敬畏你的名，（詩八六 11）使我們謹守你的誠命，這是人所當盡的本分。（傳十二 13）

使我們有敬畏你的心，不離開你。（耶三二 40）使我們都敬畏你：（詩一一九 38）使我們每日、終日敬畏耶和華。（箴

二三 17)

3. 要禱告求神施恩，讓愛神和愛基督的心在我們心裡紮根，藉此把愛世界的心從我們裡面連根拔除。

求你賜我們恩典，使我們盡心、盡性、盡意、盡力愛主——我們的神。這是誠命中的第一，且是最大的；（太二二 37-38）使我們專心愛你，（詩九一 14）又要常以你為樂，你就將我們心裡所求的賜給我們。（詩三七 4）

將我們心裡的污穢除掉，好叫我們盡心盡性愛耶和華——我們的神，使我們可以存活。（申三十 6）

願聖靈將神的愛澆灌在我們心裡。（羅五 5）

願耶穌基督對我們而言極為寶貴，因祂在一切信的人就為寶貴。（彼前二 7）在我們眼中，祂超乎萬人之上，全然可愛；願祂作我們的良人，我們的朋友；（歌五 10、16）我們雖然沒有見過祂，卻是愛祂；如今雖不得看見，卻因信祂就有說不出來、滿有榮光的大喜樂。（彼前一 7-8）

願基督對我們的愛激勵我們活著，不再為自己活，乃為替我們死而復活的主活。（林後五 14）主啊，使我們不要愛世界和世界上的事，因為人若愛世界，愛父的心就不在他裡面了；（約壹二 15）叫我們思念上面的事，不要思念地上的事。（西三 2）

4. 要禱告求神施恩，讓我們經常保持敏銳的良知，並活出悔改的生命。

主啊，從我們肉體中除掉石心，賜給我們肉心。（結十一 19）

使我們畏懼各樣的惡事，（帖前五 22）叫我們小心，免得撒但趁著機會勝過我們，因我們並非不曉得牠的詭計。（林後二 11）

主啊，將敬畏之人的喜樂賜給我們，這樣，我們自己以為站得穩時，便會謹慎，免得跌倒。（林前十 12）

5. 要向神禱告，求神使我們心中有愛，能愛弟兄。

主啊，使我們存著愛心，愛心就是聯絡全德的；（西三 14）使我們用和平彼此聯絡，保守聖靈所賜合而為一的心；（弗四 3）要愛和睦，如此，仁愛和平的神就常與我們同在。（林後十三 11）

主啊，使我們愛人如己，這愛是完全了律法的愛；（羅十三 9-10）使我們從清潔的心彼此切實相愛，（彼前一 22）這樣，眾人就因此認出我們是基督的門徒了。（約十三 55）

我們既蒙了神的教訓，叫我們彼此相愛，求主叫我們在這事上更加勉勵，（帖前四 9-10）有了機會就當向眾人行善，（加六 10）總要盡力與眾人和睦，（羅十二 18）總要追求和睦的事與彼此建立德行的事。（羅十四 19）

主啊，使我們能愛我們的仇敵，為咒詛我們的祝福，為凌辱我們的禱告，善待恨我們的，（太五 44）使我們彼此包容，在愛中彼此饒恕，如同基督饒恕了我們一樣。（西三 13）

6. 要禱告求神賜我們捨己的恩典。

主啊，賜我們捨己的恩典，天天背起我們的十字架來跟從基督，（太十六 24）攻克己身，叫身服我。（林前九 27）

主啊，使我們不要專顧自己，（提後三 2）不要自負、自以為有智慧，也不可倚靠自己的聰明。（箴三 5、7）

主啊，使我們各人不要只求自己的益處，乃要求弟兄的益處。（林前十 24）

使我們沒有一個人為自己活，也沒有一個人為自己死；我們或活或死總是主的人，是為主而活、為主而死。（羅十四 6-7）

7. 要禱告求神賜謙卑溫柔的心。

主啊，使我們學基督的樣式，使我們心裡柔和謙卑；這樣，我們心裡就得享安息；（太十一 29）在這事上使我們

以基督耶穌的心為心。(腓二5)

主啊，使我們不行驕傲的事，以謙卑束腰，(伯三三17)以溫柔、安靜的心為妝飾；這在你面前是極寶貴的。(彼前三4-5)

主啊，我們既然蒙召，求你賜恩，使我們行事為人與蒙召的恩相稱，凡事謙虛、溫柔、忍耐，用愛心互相寬容。(弗四1-2)

不要使惱怒存在我們的懷中，(傳七9)或含怒到日落；(弗四26)使我們向眾人大顯溫柔，因為我們從前也是無知悖逆。(多三2-3)

我們既是神的選民，聖潔蒙愛的人，就要存和神選民相稱的心，就是憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。(西三12)我們要慈悲，像我們的天父慈悲一樣，(路六36)這樣，我們就能完全，像天父完全一樣。(太五48)

8. 要禱告求神賜知足和忍耐的恩典，並有聖潔的心，不看重感官和短暫之事。

主啊，教導我們，使我們無論在甚麼景況都可以知足；使我們知道怎樣處卑賤，也知道怎樣處豐富；或飽足，或飢餓；或有餘，或缺乏，隨事隨在，叫我們都得了祕訣。(腓四11-12)使敬虔加上知足的心成為我們的大利。(提前六6)少有財寶，敬畏耶和華，心裡安靜，強如多有財寶，煩亂不安。(箴十五16)

主啊，使我們存心不可貪愛錢財，總要以自己所有的為足；(來十三5)仍說：願主的旨意成就。(徒二一14)

使我們常存忍耐，就必保全靈魂；(路二一19)使忍耐常成功，使我們成全、完備，毫無缺欠。(雅一4)

主啊，賜我們恩惠，讓我們哀哭的，像不哀哭的；快樂的，像不快樂的；置買的，像無有所得的；用世物的，像不用世物；因為時候不多了，這世界的樣子將要過去。(林

前七 29-31)

9. 要禱告求神賜盼望，並仰望上帝、基督和永生。

使我們忍耐生老練，老練生盼望；盼望不至於羞恥。（羅五 4-5）叫我們因聖經所生的忍耐和安慰可以得著盼望；（羅十五 4）我們得救是在乎盼望。（羅八 24）

使我們以雅各的神為幫助、常仰望耶和華——我們的神。（詩一四六 5）

藉耶穌基督的復活，使我們重生，叫我們有活潑的盼望，（彼前一 3）使這指望對我們而言，如同靈魂的錨，又堅固又牢靠，且通入幔內；作先鋒的，就為我們進入幔內。（來六 19-20）

使基督在我們心裡成了有榮耀的盼望，叫我們不至被引動，失去福音的盼望；（西一 23、27）叫我們存心殷勤，使我們有滿足的指望，一直到底。（來六 11）

10. 要禱告求神施恩，保守我們不犯罪，不接近任何罪的跡象和犯罪手法。

我們求神，叫我們一件惡事都不做，（林後十三 7）反要無可指摘，誠實無偽，在這彎曲悖謬的世代作神無瑕疵的兒女。（腓二 15）

求你叫我們轉眼不看虛假，又叫我們在你的道中生活：（詩一一九 37）求你使我們離開奸詐的道，開恩將你的律法賜給我們！（詩一一九 29）

求你不叫我們的心偏向邪惡，以致我們和作孽的人同行惡事；也不叫我們吃他們的美食。（詩一四一 4）

願你赦免我們隱而未現的過錯，求你攔阻僕人不犯任意妄為的罪，不容這罪轄制我們；使我們完全，免犯大罪：（詩十九 12-13）使我們藉此在你面前表明自己是完全人，因我們保守自己遠離我們的罪孽。（詩十八 23）

使你的話藏在我們心裡，免得我們得罪你；（詩一一九

11) 使你的恩典隨時夠我們用，隨時臨到我們，在我們裡面大大運行；（林後十二 9）不要任憑我們逞心裡的情慾，隨從自己的計謀。（耶七 24）

使我們謹慎行事，不要像愚昧人，當像智慧人；（弗五 15）要謹慎小心，不讓人有機可乘，（林後十一 12）尋找機會要褻瀆我們所敬奉的尊名；（雅二 7）我們也要行善，以堵住那糊塗無知人的口，（彼前二 15）且凡事尊榮我們救主——神的道。（多二 10）

四、要禱告求神施恩，讓我們既能管制自己的舌頭，且能善用舌頭。

主啊，使我們謹慎我們的言行，免得我們舌頭犯罪；使我們用嚼環勒住我們的口，（詩三九 1）不要急著發言。（傳五 2）

耶和華啊，求你禁止我們的口，把守我們的嘴！（詩一四一 3）使我們在話語上沒有過失。（雅三 2）

叫我們的言語常常帶著和氣，好像用鹽調和，（西四 6）使我們從心裡所存的善，就常發出善來。（太十二 35）使我們的口談論智慧，舌頭講說公平；（詩三七 30）叫你的話不離我們的口，也不離我們後裔與我們後裔之後裔的口，從今直到永遠。（賽五九 21）

叫我們開口就常發智慧，舌上有仁慈的法則：（箴三一 26）使我們能說令人喜悅的話；（箴十 32）使我們的舌似高銀，口能教養多人。（箴十 21）

五、要禱告求神施恩，在我們一切的言行舉止中引導、激勵、鞏固我們，且幫助我們善盡本分。

神救我們和眾人的恩典已經顯明出來，願這恩典有力地教訓我們除去一切不敬虔的心和世俗、肉體的情慾，在

今世自守、公義、敬虔度日，等候所盼望的福，並等候至大的神和我們救主耶穌基督的榮耀顯現。祂為我們捨了自己，要贖我們脫離一切罪惡，又潔淨我們，特作自己的子民，熱心為善。（多二 11-14）

（一）能審慎地盡我們的本分。

你說：若有缺少智慧的，應當求那厚賜與眾人、也不斥責人的神，主就必賜給他。（雅一 5）主啊，我們要智慧，求你使我們靈巧像蛇，馴良像鴿子，（太十 16）叫智慧使我們的臉發光，（傳八 1）使智慧對我們而言勝過打仗的兵器。

（傳九 18）

使我們愛惜光陰，用智慧與外人交往。（西四 5）

使我們按公正處理自己的事務，存完全的心，用智慧行完全的道。（詩一〇一 2）

（二）能誠實懇切地盡我們的本分。

叫我們的智慧不是從下頭來的，那樣的智慧是屬地的，屬情慾的，屬鬼魔的；使我們有從上頭來的智慧，先是清潔，後是和平，溫良柔順，滿有憐憫，多結善果，沒有偏見，沒有假冒。（雅三 15、17）

叫我們在世為人常憑著神的聖潔和誠實，不靠人的聰明，乃靠神的恩惠。（林後一 12）

主啊，因我們的純正扶持我們，使我們永遠站在你的面前；（詩四一 12）願純全、正直保守我們，因為我們等候你。（詩二五 21）

願我們的心在你的律例上完全，使我們不致蒙羞；（詩一一九 80）使我們的眼睛瞭亮，全身就光明。（太六 22）

（三）能積極勤奮地盡我們的本分。

主啊，趁著白日，激勵我們做那差我們來者的工；因為黑夜到時，就沒有人能做工了。（約九 4）凡我們手所當做的善事要盡力去做，因為在我們所必去的陰間沒有工作，

也沒有知識。(傳九 10)

主啊，使我們殷勤行善，絕不懶惰；心裡火熱，常常服事主；(羅十二 11)使我們堅固，不可搖動，常常竭力多做主工；因為知道，我們的勞苦在主裡面不是徒然的。(林前十五 58)

主啊，使我們在一切善事上用熱心待人，(加四 18)無論做甚麼，都要從心裡做，像是給主做的，不是給人做的。(西三 23)

主啊，使我們每日做當做的事，按每日當盡的本分行；(拉三 4)叫我們愛惜光陰，因為現今的世代邪惡；(弗五 16)這樣，我們的主來到時，便能看見我們這樣行。(路十二 43)

(四)能堅決勇敢地盡本分，知道我們雖然可能因著基督而遭受虧損，但最終我們會藉著基督而毫無損失。

主啊，教導我們受苦難，好像基督耶穌的精兵，(提後二 3)這樣我們就不怕人的辱罵或毀謗，(賽五一 7)也不把基督或祂的道當作可恥的，(可八 38)因為知道我們所信的是誰，祂能保全我們所交付祂的，直到那日。(提後一 12)

主啊，雖然有捆鎖與患難等待我們，叫我們不以性命為念，也不看為寶貴，只要喜樂地行完我們的路程。(徒二十 23-24)

使我們藉著榮耀和羞辱、壞名聲和好名譽，藉著左右兩手中公義的武器，在各樣的事上表明自己是神的僕人；(林後六 4、7-8，新譯本)有人把被人論斷視作是極小的事，我們也是這樣的人，因判斷我們的乃是主。(林前四 3-4)

(五)能愉快喜樂地盡本分。

主啊，使我們常常喜樂，(帖前五 16)靠主常常喜樂，因祂再次向我們說：你們要喜樂。(腓四 4)我們只管喜樂地去，歡歡喜喜吃我們的飯，心中快樂喝我們的酒；神若

已經悅納我們的作為，我們就理當如此行。（傳九 7）

賜我們恩典，使我們富有的時候，歡心樂意地事奉耶和華——我們的神，（申二八 47）使我們歌頌耶和華的作為，因耶和華大有榮耀。（詩一三八 5）

使我們有喜樂的心，那乃是良藥；（箴十七 22）救我們脫離使人消沉的憂慮；（箴十二 25，新譯本）脫離那招致死亡的世俗憂傷。（林後七 10）

（六）能在生命中的各種景況、神護理的各個事件和各項關係中，盡我們的本分。

主啊，使我們在遇亨通的日子喜樂，在遭患難的日子思想，因為神使這兩樣並列，（傳七 14）使我們有了知識，又要加上節制；有了節制，又要加上忍耐。（彼後一 6）

賜我們恩典，使我們蒙召的時候是甚麼身分，仍要在你面前守住這身分；（林前七 24）使我們在一切所行的事上都認定你，求你樂意指引我們的路。（箴三 6）

使作奴僕蒙召的，成為主所釋放的人；使作自由之人蒙召的，成為基督的奴僕。（林前七 22）

使所有的親人和睦同居，好比黑門的甘露降在錫安山。（詩一三三 1、3）願我們同住，如同一起承受生命之恩的人，好叫我們的禱告沒有阻礙。（彼前三 7）

賜我們恩典，使我們尊敬眾人，親愛教中的弟兄，敬畏神，（彼前二 17）順服在上有權柄的，不但是因為刑罰，也是因為良心。（羅十三 1、5）

（七）能在一件事上秉持良心。

但願我們在神一切的旨意上得以完全，信心充足，能站立得穩。（西四 12）

但願我們行事堅定，得以遵守你的命令。我們看重你的一切命令，就不至於羞愧。（詩一一九 5-6）

耶和華啊，求你將你的律例指教我們，我們必遵守到

底！求你賜我們悟性，我們便遵守你的律法，且要一心遵守。求你叫我們遵行你的命令，因為這是我們所喜樂的。求你使我們的心趨向你的法度，不趨向非義之財。（詩一九 33-36）

我們求你按著你豐盛的榮耀，藉著你的靈，用一切大能叫我們心裡的力量剛強起來，使基督因我們的信，住在我們心裡，叫我們的愛心有根有基，能以和眾聖徒一同明白基督的愛是何等長闊高深，並知道這愛是過於人所能測度的，便叫神一切所充滿的，充滿了我們，（弗三 16-20）使我們與神的性情有分。

使基督的愛激勵我們，叫我們不再為自己活，乃為替我們死而復活的主活。（林後五 14-15）

六、要禱告求神施恩，使我們的智慧和良善天天增長。

主啊，使我們因神大得長進，（西二 19）在我們主——救主耶穌基督的恩典和知識上有長進，（彼後三 18）持守我們所行的道，既是手潔，就要力上加力。（伯十七 9）

使我們的路好像黎明的光，越照越明，直到日午。（箴四 18）

我們不是已經得著了，也不是已經完全了；因此主啊，求你使我們忘記背後，努力面前的，要得神在基督耶穌裡從上面召我們來得的獎賞。（腓三 12-14）

求你向我們如甘露，使我們如百合花開放，如黎巴嫩的樹木扎根；使我們的枝條延長，我們的榮華如橄欖樹。

（何十四 5-6）使公義的日頭向我們出現，其光線有醫治之能，我們必出來跳躍如圈裏的肥犢。（瑪四 2）

七、當我們遭逢世上的苦難與折磨時，要向神祈求有力的支持和安慰。

我們知道人生在世必遇患難，如同火星飛騰。我們六次遭難，求你樂意救我們；就是七次，也叫災禍無法害我們。（伯五 7、19）

願永生的神作我們的居所，祂永久的膀臂在我們以下，（申三三 27）使你所造的人與所拯救的靈性都不發昏。（賽五七 16）

依照你榮耀的大能得著一切能力，帶著喜樂的心，凡事忍耐寬容。（西一 11，新譯本）

我們在世寄居，求你使你的律例作為我們的詩歌；我們以你的法度為永遠的產業，求你使我們心中常喜愛你的法度。（詩一一九 54、111）

我們四面受敵時，使我們不被困住；心裡作難時，叫我們不至失望；（林後四 8）似乎憂愁，卻是常常快樂的；似乎一無所有，卻是樣樣都有的。（林後六 10）

八、我們要禱告求神施恩，保守我們到底，並裝備我們，使我們能面對擺在面前的一切，從今時直到死亡。

主啊，救我們脫離諸般的凶惡，也救我們進你的天國；（提後四 18）保守我們不失腳，叫我們在你榮耀來臨時無瑕無疵、歡歡喜喜。（猶 24）

主啊，叫我們彼此相愛的心，和愛眾人的心，都充足足，多而又多，好叫我們在我們主耶穌和眾聖徒再來的時候，在我們的父神面前，完全聖潔，無可指摘。（帖前三 13，新譯本）

撒但想要得著我們，好篩我們像篩麥子一樣；然而，願基督的代求使我們得勝，叫我們不至於失了信心。（路二二 31-32）

我們離開世界前，求你保守我們脫離那惡者，用真理使我們成聖；你的道就是真理。（約十七 15、17）

求你在至聖的真道上造就我們，保守我們常在神的愛中，仰望我們主耶穌基督的憐憫，直到永生。（猶 20-21）

求你使我們一生不斷求告你，（詩一一六 2）我們至死必不以自己為不正；我們持定自己的義，必不放鬆；在世的日子，我們的心必不責備我們。（伯二七 5-6）

九、我們要禱告求神施恩，救我們脫離死亡，背負我們安然度過臨終的時刻。

耶和華啊，求你叫我們曉得我們身之終！我們的壽數幾何？叫我們知道並思考我們的生命不長！我們的年日窄如手掌，各人最穩妥的時候，是全然虛幻；（詩三九 4-5）我們在世的日子如影兒，不能長存。（伯八 9）

耶和華啊，求你指教我們怎樣數算自己的日子，好叫我們得著智慧的心，（詩九十 12）思念我們的結局。（申三二 29）

主啊，使我們隨時預備，腰裡要束上帶，燈也要點著；因為我們想不到的時候，人子就來了。（路十二 35、40）

在我們一切爭戰的日子保守我們，等我們被改變的時候來到；那時你呼叫，我們便回答。（伯十四 14-15）

使我們歸墳墓時，好像禾捆到時收藏；（伯五 26）使我們足享生命，不論壽命長短；將你的救恩顯明給我們。（詩九一 16）

我們行過死蔭的幽谷時，求你與我們同在，使我們不怕遭害；求你的杖和你的竿安慰我們。（詩二三 4）

願一生一世有恩惠慈愛隨著我們；使我們住在耶和華的殿中，直到永遠。（詩二三 6）願耶和華用慈愛誠實待我們。（撒下十五 20）

求你救贖我們的靈魂脫離陰間的權柄，收納我們：（詩四九 15）以你的訓言引導我們，以後必接我們到榮耀裡。（詩七三 24）

十、要祈求神裝備我們，使我們配得天堂，終能擁有永生。

主啊，叫我們能與眾聖徒在光明中同得基業；（西一 12）求神自己為此培植我們，又在我們心裡賜下聖靈作憑據。（林後五 5）

願我們如今是天上的國民，並且心存安慰，等候救主，就是主耶穌基督從天上降臨；祂要將我們這卑賤的身體改變形狀，和祂自己榮耀的身體相似。（腓三 20-21）

願我們思念上面的事，我們的生命與基督一同藏在神裡面。基督是我們的生命，祂顯現的時候，願我們也與祂一同顯現在榮耀裡；（西三 2-4）主顯現時，願我們得以像祂，得以見祂的真體，（約壹三 2）得以在義中見祂的面；我們醒來的時候，得見祂的形像就心滿意足了。（詩十七 15）

到了錢財無用的時候，接我們到永存的帳幕裡去，就是那座有帳幕的城，是神所經營所建造的。（來十一 10）這樣，我們就能和主永遠同在；能看見，如同主看見我們一樣；能知道，如同主知道我們一樣。在那之前，求主幫助我們用這些話勸慰自己和彼此勸慰。（帖前四 17-18）我們既有這指望，就潔淨自己，像基督潔淨一樣。（約壹三 3）

但願我們主耶穌基督和那愛我們、開恩將永遠的安慰並美好的盼望賜給我們的父神，安慰我們的心，並且在一切善行善言上堅固我們。（帖後二 16-17）

十一、我們要禱告求生命中美善的事物，並謙卑順服神的旨意。

主啊，你告訴我們說：敬虔有今生和來生的應許；（提

前四8)又說：我們若先求神的國和神的義，其他東西都要加給我們了；(太六33)因此，我們要將這一切的憂慮卸給你，因為你顧念我們；(彼前五7)我們需用的這一切東西，我們的天父是知道的。(太六32)

(一) 我們遭逢災難時，要求神保守我們免受傷害。

耶和華啊，你是我們的避難所，是我們的山寨；我們要投靠在你的翅膀底下，你的誠實是大小的盾牌；因此，求你叫我們不怕黑夜的驚駭，或是白日飛的箭。我們已將耶和華當我們的避難所，將至高者當我們的居所；不叫禍患臨到我們，也不叫災害挨近我們的帳棚。(詩九一2、4-5、9-10)

願保護以色列的耶和華保護我們，祂不打盹也不睡覺。願耶和華在我們右邊蔭庇我們，好叫太陽在白日不傷我們，叫月亮在夜間不害我們。求耶和華保護我們，免受一切的災害；求祂保護我們的性命。我們出，我們入，耶和華要保護我們，從今時直到永遠。(詩一二一4-8)

耶和華啊，求你四面圈上籬笆圍護我們和我們的家，並我們一切所有的；(伯一10)從我們中間除去疾病。(出二三25)

(二) 要禱告求神供應我們每日所需的安慰和支持。

願主——我們神的榮美歸於我們身上。願你興旺我們手所做的工；我們手所做的工，願你堅立；(詩九十17)耶和華啊，求你拯救！耶和華啊，求你使我們亨通！(詩一一八25)

使我們的兒子從幼年好像樹栽子長大；使我們的女兒如同殿角石，是按建宮的樣式鑿成的。使我們的倉盈滿，能出各樣的糧食；願沒有人闖進來搶奪，也沒有人出去爭戰；叫我們的街市上沒有哭號的聲音。遇見這光景的百姓便為有福！有耶和華為他們的神，這百姓便為有福！(詩

一四四 12-15)

使我們在城裡蒙福，在田間也蒙福；叫我們的筐子和我們的擻麵盆都蒙福；使我們出也蒙福，入也蒙福。（申二八 3、5、6）求你良善的護理安排一切關於我們的事，使萬事都效力，叫我們得益處，因為你應許萬事必效力，叫愛神的人得益處，就是按你旨意被召的人。（羅八 28）

使我們倚靠耶和華而行善，住在地上，以祂的信實為糧；求你樂意使我們的公義如光發出，使我們的公平明如正午。（詩三七 3、6）

使我們被隱藏，不受口舌之害，災殃臨到也不懼怕。叫我們與田間的石頭立約，與田裡的野獸和好。使我們知道我們的帳棚平安，使我們查看自己的羊圈，一無所失。（伯五 21、23-24）

我們在世上行天路時，神若與我們同在，在我們所行的路上保佑我們，又給我們食物吃，衣服穿，使我們平平安安地回到天父的家，我們就必以耶和華為我們的神。（創二八 20-21）

十二、我們要求神的應許，藉以堅固我們一切的祈求；我們要照著神的應許來祈求，並把它們應用在自己身上。

主啊，你已將許多又寶貴又極大的應許賜給我們，（彼後一 4）你的應許在基督都是是的。（林後一 20）此刻情願照你所應許的話成就在你僕人身上。（路一 38）

使我們從救恩的泉源歡然取水，（賽十二 3）在安慰的懷中吃奶得飽；（賽六六 11）耶和華神啊，你所應許僕人的話，求你堅定，直到永遠；照你所說的而行。（撒下七 25）

求你照永遠之約的旨意對待我們，這約凡事堅穩，關乎我們的一切救恩和我們一切所渴望的。（撒下二三 5）



禱告的方法

求你轉向我們，憐憫我們，好像你素常待那些愛你名的人；（詩一一九 132）求你為我們成就一切，超過我們所求所想的；（弗三 20）照你榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使我們一切所需用的都充足。（腓四 19）




chapter 7

禱告的第四部分

我們要為神所施與的憐憫來感謝，
要為諸般關乎我們及我們所擁有的恩惠來感謝，
也要為諸般有望造福我們的恩惠來感謝。

我們來到施恩寶座前不只是為了尋求神的恩惠，也當把祂的名所配得的榮耀歸給祂；不但敬畏地尊崇祂無盡的完美，也感謝祂賜給我們好處。其實，我們這麼作一點都不能增添祂的榮耀，但我們的心若謙卑地知道自己不配從神領受任何恩惠，又看重神的恩賜，愛這位賜恩的神，那麼，神就樂意悅納我們這些作為，視自己因我們在施恩寶座前的作為而得榮耀。



第一、我們要思考必須讚美神的理由，以及在讚美神這事上得到的鼓勵，藉此激發自己讚美神。

神啊，我們稱謝你，我們稱謝你！因為你的名相近，人都述說你奇妙的作為。（詩七五1）

我們的心哪，要稱頌耶和華！凡在我們裡面的，也要稱頌祂的聖名！我們的心哪，要稱頌耶和華！不可忘記祂的任何恩惠！（詩一〇三1-2）

我們要讚美耶和華，因這事為善為美；讚美的話在義人是合宜的。稱謝耶和華！歌頌你至高者的名！（詩九二1，一四七1）早晨傳揚你的慈愛；每夜傳揚你的信實。這本為

美事。(詩九二 1-2)

我們的神我們的王啊，我們要尊崇你！我們要永永遠遠稱頌你的名！我們要天天稱頌你，也要永永遠遠讚美你的名！我們記念你的大恩就要傳出來，並要歌唱你的公義。(詩一四五 1-2、7)

我們要向耶和華唱新歌，在聖民的會中讚美祂！願以色列因造他的主歡喜！願錫安的民因他們的王快樂！願聖民因所得的榮耀高興！願他們心中和口中稱讚神為高。(詩一四九 1-2、5-6)

我們一生要頌讚耶和華！我們還活的時候要歌頌我們的神！(詩一四六 2) 盼望我們從世上消逝後，能活在天上做更美好的頌讚。

我們在此靠著耶穌基督，渴望常常以頌讚為祭獻給你，這就是那承認主名之人嘴唇的果子。(來十三 15) 你說凡以感謝獻上為祭的便是榮耀你；(詩五十二 3) 又說：這便叫耶和華喜悅，勝似獻牛，或是獻有角有蹄的公牛。(詩六九 31)

我們要照耶和華一切所賜給我們的，提起祂的慈愛和美德，並祂向以色列家所施的大恩；這恩是照祂的憐恤和豐盛的慈愛賜給他們的。(賽六三 7)



第二、要詳述感謝神的原因

一、感謝神在聖經中向我們啟示祂本性的良善。

我們要稱謝萬神之神，萬主之主，因祂的慈愛永遠長存。(詩一三六 2-3)

你的恩慈就是你的榮耀；(出三三 19) 為這緣故，你一切所造的都要稱謝你，你的聖民也要稱頌你。(詩一四五 10)

你有恩惠，有憐憫，不輕易發怒，大有慈愛。（詩一四五8）你告訴我們：你並不甘心使人受苦，使人憂愁，（哀三33）你雖使人憂愁，還要照你諸般的慈愛發憐憫。（哀三32-33）

你喜愛敬畏你和盼望你慈愛的人。（詩一四七11）

二、感謝神諸多良善的作為

（一）感謝神對我們身體和目前生活有很好的護理：

1. 關於一切受造物和全人類的世界

你鋪張穹蒼，如鋪幔子；（詩一〇四2）你在其間為太陽安設帳幕，太陽如同新郎出洞房，又如勇士歡然奔路；（詩十九4-5）你叫日頭照好人，也照歹人；降雨給義人，也給不義的人。（太五45）

我們觀看你指頭所造的天，並你所陳設的太陽、月亮、星宿，便說：主啊，人算甚麼，你竟眷顧他！（詩八3-4）因光本是佳美的，眼見日光也是可悅的。（傳十一7）一切榮耀歸眾光之父，（雅一17）祂命定晨光，使清晨的日光知道本位。（伯三八12）

你為自己在外邦人中顯出證據來，就如常施恩惠，從天降雨，賞賜豐年，叫他們飲食飽足，滿心喜樂。（徒十四17）

你用雲遮天，為地降雨，使草生長在山上。你賜食給走獸和啼叫的小烏鴉。（詩一四七8-9）

你使雨降在無人居住的曠野，使荒廢淒涼之地得以豐足。（伯三八26-27）

你眷顧地，降下透雨，使地大得肥美。神的河滿了水；你這樣澆灌了地，好為人預備五穀。你澆透地的犁溝，潤平犁脊，降甘霖，使地軟和；其中發長的，蒙你賜福。你以恩典為年歲的冠冕；你的路徑都滴下脂油。（詩六五9-11）

你使泉源湧在山谷，流在山間，使野地的走獸有水喝，天上的飛鳥在水旁住宿，在樹枝上啼叫。（詩一〇四 10-12）

你將地立在根基上，使地永不動搖。你定了海水的界限，使水不再轉回遮蓋地面。（詩一〇四 5、9）你關閉海水，為它定界限，說：你只可到這裡，不可越過；你狂傲的浪要到此止住。（伯三八 8、10-11）你信守誓言，不再使挪亞的洪水漫過遍地。（賽五四 9）

你所立白日黑夜的約沒有廢棄，（耶三三 20）你使太陽白日發光，使星月有定例，黑夜發亮；（耶三一 35）你忠於護理之約，地還存留的時候，稼穡、寒暑、冬夏、晝夜就永不停息了。（創八 22）

天，是你的天；地，你卻給了世人。（詩一一五 16）你使萬物都服在他們腳下，派他們管理你手所造的；（詩八 6）這樣，凡地上的走獸和空中的飛鳥都必驚恐，懼怕人，都交付在人手中，因為你恩待人，（創九 2）也喜悅住在世人之間。（箴八 31）

你使草生長，給六畜吃，使菜蔬發長，供給人用，使人從地裡能得食物，又得酒能悅人心，得油能潤人面，得糧能養人心。（詩一〇四 14-15）

你將生命和氣息賜給萬人；（徒十七 25）耶和華啊，你的慈愛遍滿大地萬物。（詩一一九 64）

凡受造物都仰望你按時給牠們食物，你給牠們，牠們便拾起來；你張手，牠們飽得美食。你發出你的靈，牠們便受造；你使地面更換為新。願你的榮耀存到永遠！願你喜悅自己所造的！（詩一〇四 27-28、30-31）

耶和華啊，因為你的良善，一代過去，一代又來；（傳一 4）你沒有把腐敗邪惡族類的名從天下塗抹。（申二九 20）

2. 特別關乎我們的事

(1) 感謝神把我們造成理性的受造物，能認識、喜愛、服事神，以神為樂；祂沒有造我們像死亡的畜類一樣。

我們要稱謝你，因我們受造，奇妙可畏，這是我們心——我們的良知——深知道的；（詩一三九 14）除了在人裡頭的靈，無人知道人的事。（林前二 11）

你叫我們比天使的地位微小一點，並賜我們榮耀尊貴為冠冕；（詩八 5）因為在人裡面有靈，全能者的氣使人有聰明。（伯三二 8）人的靈是耶和華的燈。（箴二十 27）我們的身子能作聖靈的殿，神的靈住在我們心裡；（林前六 19，三 16）所以，我們要在身子上榮耀你。（林前六 20）

耶和華啊，你為自己造了我們，好叫我們述說你的美德。（賽四三 21）

(2) 感謝神保守我們，使我們的生命得延續，能繼續運用我們的理性、悟性、四肢和感官。

因你良善的護理，我們沒有出母胎而死，沒有出母腹絕氣，有膝接收我們，有奶哺養我們。（伯三 11-12）

雖然我們自從出胎以來，便稱為悖逆的，（賽四八 8）但是，因為你的大能，我們自從生下，就蒙你保抱，自從出胎，便蒙你懷搆。（賽四六 3）你使我們的性命存活，也不叫我們的腳搖動。（詩六六 9）

我們的骨頭都要說：耶和華啊，誰能像你！（詩三五 10）因你保全我們的骨頭，連一根也不折斷。（詩三四 20）

我們躺下睡覺，因為你——耶和華使我們安然居住。（詩四 8）

你為我們吩咐你的使者，在我們行的一切道路上保護我們，用手托著我們，免得我們的腳碰在石頭上。（詩九一 11-12）天使都是服役的靈，奉差遣為那將要承受救恩之人的益處效力。（來一 14）

(3) 感謝神使我們從疾病或其他因素造成的危險中明顯地康復。

我們離死也許不過一步，（撒下二十3）自己心裡也斷定是必死的，（林後一9）想脫口說：正在我們中年之日必進入陰間的門，我們餘剩的年歲不得享受；然而，那時你因愛我們的靈魂便救我們脫離敗壞的坑，因為你將我們一切的罪扔在你的背後。（賽三八10、17）

死亡的繩索纏繞我們，陰間的痛苦抓住我們，那時，我們便求告耶和華的名，且明白耶和華有恩惠，有公義；我們的神以憐憫為懷。我們落到卑微的地步，你救了我們，救我們的命免了死亡，救我們的眼免了流淚，救我們的腳免了跌倒。因此，我們要在耶和華面前行活人之路。（詩一一六3-6、8-9）

(4) 感謝能在今生得到扶持和安慰，因此，至今我們所行的天路歷程仍是安舒可喜的。

天天背負我們重擔的主，就是拯救我們的神，是應當稱頌的！（詩六八19）

你使我們躺臥在青草地上，在可安歇的水邊餵養我們：在我們敵人面前，你為我們擺設筵席；你用油膏了我們的頭，使我們的福杯滿溢。（詩二三2、5）

我們被差出去的時候，沒有錢囊，沒有口袋，但我們缺少甚麼沒有？主啊，沒有缺少什麼。（路二二35）

神的燈照在我們頭上，我們藉祂的光行過黑暗；我們在帳棚中，神待我們有密友之情。（伯二九3-4）

你厚賜百物給我們享受，（提前六17）多將財物送到我們手中。（伯十二6）

我們多次吃而得飽，因你的大恩，心中快樂。（尼九25）

我們記念耶和華——我們的神在曠野引導我們這麼多

年時，（申八2）就要在此立一塊石頭，給石頭起名叫以便以謝，因為到如今耶和華都幫助我們。（撒上七12）

（5）感謝我們在自己的呼召和事業上獲致成功，在人際關係中得享安慰，也有舒適的住所。

惟有那以力量束我們的腰、使我們行為完全的，祂是神：祂賜福我們手所做的工，（詩十八32）好叫我們起初雖然微小，終久必甚發達。（伯八7）

我們的家宅平安無懼，神的杖也不加在我們身上；（伯二一9）因此，日復一日，歡呼拯救的聲音是我們的帳棚。（詩一一八15）

我們先前只拿著我們的杖過這約旦河，如今我們卻成了兩隊了；（創三二10）神叫孤獨的有家。（詩六八6）

我們若同親人快活度日，（傳九9）他們對我們而言若如可愛的麀鹿，可喜的母鹿，我們就要為此感謝你，因為凡受造物不多不少都是按你所造的樣式，和我們有所關係。（箴五19）

（6）感謝我們和眾人同享豐足、平安和寧靜。

我們吃得飽足，就理當稱頌你，因你將那美地賜給我們；（申八10）從歲首到年終，耶和華——我們神的眼目時常看顧這地。（申十一12）

你使我們境內平安，用上好的麥子使我們滿足：（詩一四七14）我們遠離了弓箭響聲打水之處，因此我們必述說耶和華公義的作為，就是祂治理以色列公義的作為。（士五11）

我們感謝你，因為被設立是我們之上掌權的，都是神的用人，是與我們有益的，（羅十三4）要為本族的人求好處，向他們說和平的話。（斯十3）

（二）祂賜恩福給我們的靈魂和將來的生命。

尤願頌讚歸與我們主耶穌基督的父神！祂在基督裡曾

賜給我們天上各樣屬靈的福氣。(弗一3)

1. 要感謝神善待人的子孫，關照他們的靈魂和未來景況，也賜恩惠給眾教會。

(1) 要感謝神在人因罪而失喪毀滅時，仍以恩慈的計畫和方法來救贖他們。

我們救主的恩慈和祂向人所施的慈愛奇妙地顯明，祂救了我們，並不是因我們自己所行的義，乃是照祂的憐憫：(多三4-5) 我們自取敗壞，但唯有你是我們的幫助。(何十三9)

我們初生的日子扔在田野，誰的眼也不可憐我們，你見我們滾在血中，就對我們說：仍可存活；你對我們說：仍可存活。已到了談愛情的時候。(結十六5-6、8)

靈魂的救贖極為寶貴，因為靈魂會永死；人一個也無法贖自己的弟兄，也不能替他將贖價給神，但神樂意提供贖價，使我們得救，不陷到坑裡。(詩四九7)

我們都是必死的，如同水潑在地上，不能收回。神乃設法使逃亡的人不致成為趕出、回不來的。(撒下十四14)

就是天使犯了罪，你也沒有寬容，曾把他們丟在地獄；(彼後二4) 論到人的狂亂時，你說：不要毀壞，因為福在其中。(賽六五8)

我們所講的，是從前隱藏的、神奧祕的智慧，就是神在萬世以前，為我們的榮耀所預定的。(林前二7，新譯本)

(2) 感謝神救贖人的永恆旨意和謀略。

神啊，我們本該常感謝你，因為你從起初揀選了一些人，叫他們因被聖靈感動，成為聖潔，能以得救：(帖後二13) 這樣，照著揀選的恩典，還有所留的餘數，(羅十一5) 是神從創立世界以前，在基督裡所揀選的，要使他們在你面前成為聖潔，無有瑕疵；又因愛他們，就按著自己的意旨所喜悅的，預定他們藉著耶穌基督得兒子的名分，使你榮耀的恩典得著稱讚。(弗一4-6)

他們本是你的，你將他們賜給基督，你的意思就是：你所賜給祂的，叫祂一個也不失落，在末日卻叫他們復活。

（約十七 6，六 39）

（3）感謝神派遣救贖者，慈愛地俯就人，用新的條件待人，並撤消已毀的亞當之約的要求。

我們讚美你，因祭物和禮物是你不願意的、是你不喜歡的，然而永生神的兒子說：神啊，我來了，為要照你的旨意行；你曾給我預備了身體；祂的事在經卷上已經記載了。（來十 5-7）神啊，祂樂意照你的旨意行；你的律法在祂心裡。（詩四十 7-8）

你已把救助之力加在那有能者的身上，那從民中所揀選的：你尋得你的僕人大衛，用你的聖膏膏他，用喜樂油膏他，勝過膏他的同伴。你應許你的手必使他堅立；你的膀臂也必堅固他。你也要立他為長子，為世上最高的君王。

（詩八九 19-21、27）

我們稱頌你，因為如今父不審判甚麼人，乃將審判的事全交與子；祂怎樣在自己有生命，就賜給祂兒子也照樣在自己有生命，並且因為祂是人子，就賜給祂行審判的權柄。（約五 22、26-27）父愛子，已將萬有交在祂手裡，（約三 35）使兩職之間籌定和平。（亞六 13）

祂是你的僕人——你所扶持所揀選、心裡所喜悅的！（賽四二 1）祂是你的愛子，你所喜悅的：（太十七 5）你使祂作眾民的中保，（賽四九 8）藉著祂，我們不在律法之下，乃在恩典之下。（羅六 14）

神愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們，叫一切信祂的，不致滅亡，反得永生。（約三 16）

（4）感謝神早在遠古之時，就顯示救贖墮落人類的慈愛計畫。

我們稱頌你，因為人一犯了罪，你就恩慈地應許女人

的後裔要打破蛇的頭；（創三 15）在舊約的祭中，耶穌基督是從創世以來被殺的羔羊。（啟十三 8）

古人雖仍未得著所應許的，卻因信得了美好的證據，因他們得了稱義的見證。（來十一 2、4、39）

我們稱頌你，因你應許亞伯拉罕，世上萬族都必因他的後裔得福；你又應許雅各說：細羅（就是賜平安者）必來到，萬民都必歸順。（創四九 10）眾族長歡歡喜喜地仰望基督的日子，既看見了就快樂。（約八 56）

（5）為許多神恩待舊約教會的榮耀事件來感謝。

我們崇敬你以智慧、平安和良善，從埃及挪出一棵葡萄樹，趕出外邦人，把這樹栽上。你在這樹根前預備了地方，它就深深扎根，爬滿了地。（詩八十 8-9）

他們不是靠自己的刀劍得地土，也不是靠自己的膀臂得勝，乃是靠你的右手、你的膀臂，和你臉上的亮光，因為你喜悅他們。（詩四四 3）

我們稱頌你，因神的聖言交託猶太人，（羅三 2）那兒子的名分、榮耀、諸約、律法、禮儀、應許都是他們的。（羅九 4）凡藉你僕人摩西應許賜福的話，一句都沒有落空。（王上八 56）

我們稱頌你，因你在古時藉著眾先知多次多方地曉諭列祖，（來一 1）他們被聖靈感動，說出神的話來，（彼後一 21）預先說我們要得恩典，預先證明基督受苦難，後來得榮耀；他們所服事的一切事，不是為自己，乃是為我們。天使也願意詳細察看這些事。（彼前一 10-12）

我們特別要稱頌你，因為你給我們預備了更美的事，叫他們若不與我們同得，就不能完全。（來十一 40）

（6）感謝神兒子奇妙而奧秘地道成肉身，來到世上。

我們稱頌你，因為及至時候滿足，你就差遣你的兒子，為女子所生，且生在律法以下，要把律法以下的人贖出來，

叫我們得著兒子的名分。（加四 4-5）

永生之道成了肉身，住在我們中間，充充滿滿地有恩典有真理。有人見過祂的榮光，正是父獨生子的榮光。（約一 14）大哉，敬虔的奧祕，無人不以為然！就是神在肉身顯現。

我們稱頌你，因祂為此而生，也為此來到世間，特為給真理作見證；（約十八 37）我們已經信了，又知道祂是神的聖者。那將要來的是祂，我們不再等候別人。（約六 69）

我們稱頌你，因為人子來，為要尋找、拯救失喪的人；（路十九 10）祂來了，是要叫我們得生命，並且得的更豐盛；（約十 10）神的兒子顯現出來，為要除滅魔鬼的作為。（約壹三 8）

主啊，我們領受這話是可信的，是十分可佩服的：基督耶穌降世，為要拯救罪人，甚至拯救罪魁。（提前一 15）

我們稱頌你，因兒女既同有血肉之體，祂也照樣親自成了血肉之體，祂並不救拔天使，乃是救拔我們，所以，祂凡事與祂的弟兄相同，為要在神的事上成為慈悲忠信的大祭司，為百姓的罪獻上挽回祭。祂稱他們為弟兄也不以為恥。（來二 11、14、16-17）

神使長子到世上來的時候，就命令神的使者都要拜祂。（來一 6）

（7）感謝神恩慈地悅納基督的工作且延續祂的工。

我們稱頌你，因你在基督裡，叫世人與自己和好，不將他們的過犯歸到他們身上，並且將這和好的道理託付了我們。（林後五 19）

你已親自立祂作萬民的見證，為萬民的君王和司令。祂是父所分別為聖、上印記、又差到世間來的；父沒有撇下祂獨自在這裡，因為祂常做父所喜悅的事。

在至高之處榮耀歸與神！因為在耶穌基督裡，地上的

平安喜悅歸與人！（路二 14）

神差祂獨生子到世間來，使我們藉著祂得生，神愛我們的心在此就顯明了。（約壹四 9）

我們感謝你，因你曾賜祂權柄管理凡有血氣的，叫祂將永生賜給你所賜給祂的人。（約十七 2）

（8）感謝基督的聖潔生命和傑出的教訓，以及祂用榮耀的神蹟奇事來堅立祂的教導。

我們因所擁有的確據頌讚你：祂是由神那裡來作師傅的，因為祂所行的神蹟，若沒有神同在，無人能行。（約三 2）

你在這末世藉著你兒子曉諭我們，（來一 2）祂的教訓不是祂自己的，乃是那差祂來者的，（約七 16）祂說話正像有權柄的人；（太七 29）祂鼓勵我們到祂那裡去，學祂的樣式，因祂心裡柔和謙卑；我們若學祂的樣式，心裡就必得享安息。（太十一 29）

我們稱頌你，因祂給我們留下榜樣，叫我們跟隨祂的腳蹤行：祂並沒有犯罪，口裡也沒有詭詐，祂被罵不還口；（彼前二 21-23）祂的食物和水就是遵行祂父的旨意；（約四 34）祂聖潔、無邪惡、無玷污、遠離罪人。（來七 26）願我們也將這樣的心志作為兵器，祂如何，我們在這世上也如何；（彼前四 1；約壹四 11）我們該自己照主所行的去行。（約壹二 6）

我們稱頌你，因祂所做的事見證祂是父所差來的：（約五 36）因祂的大能，瞎子看見，瘸子行走，長大癩瘋的潔淨，聾子聽見，死人復活，窮人有福音傳給他們；（太十一 5）連風和海也聽從祂，因此，我們要歸榮耀給以色列的神。（太八 27，十五 31）這真是神的兒子。（太二七 54）

（9）感謝基督大大鼓勵可憐的罪人來親近祂。

我們稱頌你，因耶穌基督來本不是召義人，乃是召（像我們這樣的）罪人；祂在地上有赦罪的權柄；（太九 6、13）

祂要將自己的百姓從罪惡裡救出來，（太一21）祂是神的羔羊，除去世人罪孽的！（約一29）祂是稅吏和罪人的朋友（這是祂的榮耀，而非恥辱）。（太十一19）

我們感謝你，因祂慈愛地邀請勞苦擔重擔的人到祂那裡去，使他們得安息；（太十一28）感謝祂所賜的確據：凡到祂那裡去的，祂總不丟棄他。（約六37）

感謝祂慈愛的供應：人若渴了，可以到祂那裡去喝。（約七37）

（10）感謝基督藉十架上流的血，完全滿足了神審判罪人的公義；感謝祂以重價換得救贖、勝利與十架的凱歌；感謝因主耶穌之死而湧流到我們身上的一切寶貴福氣。

惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，神的愛就在此向我們顯明了；（羅五8）我們藉著神兒子的死，得與神和好。不是我們愛神，乃是神愛我們，差祂的兒子為我們的罪作了挽回祭，這就是愛了——（約壹四10）不是單為我們的罪，也是為普天下人的罪；（約壹二2）祂為人人嘗了死味，特要藉著死敗壞那掌死權的，就是魔鬼。（來二9、14）

我們稱頌你，因為祂一次獻祭，便叫那得以成聖的人永遠完全；（來十14）祂已止住罪過，除淨罪惡，贖盡罪孽，引進永義。（但九24）

祂既為我們成了咒詛，就贖出我們脫離律法的咒詛。（加三13）

律法既因肉體軟弱，有所不能行的，神就差遣自己的兒子，成為罪身的形狀，藉著贖罪祭，在肉體中定了罪案。（羅八3）

祂為我們的過犯受害，為我們的罪孽壓傷。因祂受的刑罰，我們得平安；因祂受的鞭傷，我們得醫治。耶和華使我們眾人的罪孽都歸在祂身上；耶和華定意將祂壓傷，

使祂受痛苦。(賽五三 5-6、10)

祂顯現，把自己獻為祭，好除掉罪，藉著永遠的靈，將自己無瑕無疵獻給神，用自己的血，只一次進入聖所，成了永遠贖罪的事。(來九 12、14、26)

祂既將一切執政的、掌權的擄來，明顯給眾人看，就仗著十字架誇勝；又塗抹了在律例上所寫、攻擊我們、有礙於我們的字據，把它撤去，釘在十字架上。(西二 14-15)

祂使我們和睦，拆毀了猶太人和外邦人中間隔斷的牆，將兩下藉著自己造成一個新人，既在十字架上滅了冤仇，便藉這十字架使兩下歸為一體，與神和好了。(弗二 14-16)

祂愛我們，用自己的血使我們脫離罪惡，又使我們成為國民，作我們神的祭司。(啟一 5-6)

基督的愛是何等長闊高深，過於人所能測度的！(弗三 18-19) 祂對我們的愛浩大無窮！(弗二 4，現代中文譯本)

曾被殺的羔羊是配得權柄、豐富、智慧、能力、尊貴、榮耀、頌讚的，因為祂曾被殺，用自己的血買了我們，叫我們歸於神。(啟五 9-12)

(11) 感謝基督第三天從死裡復活。

我們感謝你，因為祂被交給人，是為我們的過犯；復活，是為叫我們稱義；(羅四 25) 因從死裡復活，以大能顯明是神的兒子。(羅一 4)

祂雖曾死過，現在又活了，直活到永永遠遠；並且拿著死亡和陰間的鑰匙。(啟一 18) 祂既從死裡復活，就不再死，死也不再作祂的主了。(羅六 9)

基督已經從死裡復活，成為睡了之人初熟的果子。在亞當裡眾人都死了；照樣，在基督裡眾人都都要復活。各人是按著自己的次序復活。(林前十五 20、22-23)

神不叫祂的聖者見朽壞，祂把死的痛苦解除了，因為祂不能被死亡拘禁；因此，以色列全家應當確實知道，你

們釘在十字架上的這位耶穌，神已經立祂為主、為基督了。

（徒二 24、31、36，新譯本）

因此，基督死了，又活了，為要作死人並活人的主，（羅十四 9）叫我們無論醒著，睡著，都與祂同活。（帖前五 10）

（12）感謝基督升天，坐在神的右邊。

我們稱頌你，因我們的主耶穌已升上去見祂的父，也是我們的父，見祂的神，也是我們的神；（約二十 17）祂已經升上高天，擄掠仇敵；祂在人間，就是在悖逆的人間，受了供獻，叫耶和華神可以與他們同住。（詩六八 18）

作先鋒的祂為我們進入天堂，（來六 20）如今為我們顯在神面前；（來九 24）寶座之中有羔羊站立，像是被殺過的。（啟五 6）

祂已經坐在天上至大者寶座的右邊，（來八 1）眾天使和有權柄的，並有能力的，都服從了祂。（彼前三 22）

祂先去，原是為我們在祂父家裡預備地方，在祂父的家裡有許多住處；祂所去的地方，我們現在雖然不能跟祂去，但希望以後能跟祂去；（約十四 2，十三 36）那時祂必再來接我們到祂那裡去，祂在哪裡，叫我們也在那裡。（約十四 3）

（13）感謝基督長遠活著替我們代求，因祂已補償我們的罪債。

我們感謝你，因祂擔當多人的罪，又為罪犯代求；（賽五三 12）祂不但為祂在世上時，你所賜給祂的這些人祈求，也為一切因這些人的話而信祂的人祈求，使他們都合而為一。（約十七 20-21）

在父那裡我們有一位中保，就是那義者耶穌基督；（約壹二 1）凡靠著祂作中保，進到神面前的人，祂都能拯救到底，因為祂是長遠活著，替他們祈求。（來七 25）

我們有位從人間挑選的大祭司，是奉派替人辦理屬神

的事，為要獻上禮物和贖罪祭。祂能體諒那愚蒙的和失迷的人；祂為凡順從祂的人成了永遠得救的根源。（來五 1-2、9）

（14）感謝救贖主得高舉，祂作王並掌主權。

我們感謝你，因我們的主耶穌自己卑微，存心順服，以至於死，且死在十字架上。所以，神將祂升為至高，又賜給祂那超乎萬名之上的名，叫一切因耶穌的名無不屈膝，無不口稱「耶穌基督為主」（如我們現在所行的），使榮耀歸與父神。（腓二 8-10）天上地下所有的權柄都賜給祂了，你也將你手所造的都派祂管理，（太二八 18）叫萬物都服在祂的腳下；故此，就叫祂得了尊貴榮耀為冠冕。（來二 7-9）

祂是萬王之王，萬主之主。（啟十九 16）亙古常在者已賜祂權柄、榮耀、國度，祂的國是永遠的，必不敗壞。（但七 14）

政權必擔在祂的肩頭上；祂名稱為「奇妙策士、全能的神、永在的父、和平的君」。祂的政權與平安必加增無窮。（賽九 6-7）

你已經立祂為君在錫安——你的聖山上了，祂要作雅各家的王，直到永遠。（路一 33）祂必要作王；等祂將一切反祂的、執政的、掌權的、有能的都毀滅了，且使一切仇敵都成了祂的腳凳時，祂就把國交與父神，叫神作萬物之主。（林前十五 24-25、28）

（15）感謝我們有確據相信基督必再臨，祂要審判世界。

我們稱頌你，因為你已經定了日子，要藉著你所設立的人按公義審判天下，並且叫祂從死裡復活，給萬人作可信的憑據。（徒十七 31）

到那日，主耶穌同祂有能力的天使必從天上在火焰中顯現，要報應那不認識神和那不聽從我主耶穌福音的人：（帖後一 7-8）主降臨、要在祂聖徒的身上得榮耀、又在一切信的人身上顯為希奇；因為，那已經在耶穌裡睡了的人，神也

必將他們與耶穌一同帶來。（帖前四 14）

祂要差遣使者，把一切叫人跌倒的和作惡的，從祂國裡挑出來，（太十三 41、43）且將祂的選民從四方都招聚了來。（太二四 31）那時，義人在他們父的國裡，要發出光來，像太陽一樣。（太十三 43）

我們則照祂的應許，盼望新天新地，有義居在其中。主啊，我們既盼望這些事，求你使我們殷勤，使自己沒有玷污，無可指摘，安然見主。（彼後三 13-14）主耶穌啊，那時願你來！願你快來！（啟二二 20）

（16）感謝神差遣聖靈來補足基督身體不在世的空缺，並延續基督的工作，為基督再臨做預備。

我們稱頌你，因為我們主耶穌往父那裡去時，就另外差給我們一位保惠師，叫祂永遠與我們同在，就是真理的聖靈；祂要榮耀子，因為祂要將受於子的告訴我們。（約十四 16-17，十六 14）

祂既被神的右手高舉，又從父受了所應許的聖靈，就把聖靈像活水的江河般澆灌下來。（約七 38；徒二 33）

願神得稱頌，因祂用神蹟、奇事和百般的異能，並聖靈的恩賜，為偉大的救贖作見證。（來二 4）讚美神賜下這個應許：地上的父母雖然不好，尚且知道拿好東西給兒女——天父當然更會將聖靈賜給求祂的人；（路十一 13）這應許的聖靈是我們得基業的憑據，直等到神之民被贖。（弗一 13-14）

（17）感謝神在耶穌基督裡和我們所立的恩典之約，為此約的印記及約中一切極大、極寶貴的恩情來感謝。

我們感謝你，因你已在耶穌基督裡與我們立永約，就是應許大衛那可靠的恩典；（賽五五 3）大山可以挪開，小山可以遷移，但你平安的約必不遷移。（賽五四 10）

你已將又寶貴又極大的應許賜給我們，叫我們與神的

性情有分；（彼後一4）耶穌基督是這更美之約的中保，這約原是憑更美之應許立的。（來八6）

雖然你用杖責罰我們的過犯，用鞭責罰我們的罪孽，但你必不將你的慈愛全然收回，也必不叫你的信實廢棄。你必不背棄你的約，也不改變你口中所出的。（詩八九32-34）

你願意為那承受應許的人格外顯明你的旨意是不更改的，就起誓為證。藉這兩件不更改的事，神決不能說謊，好叫我們這逃往避難所、持定擺在我們前頭指望的人可以大得勉勵。（來六17-18）

你設立洗禮作因信稱義的印證，如同割禮在過去也是因信稱義的印證；（羅四11）洗禮使我們確信自己已罪得赦免，且領受了所賜的聖靈；這應許是給我們和我們的兒女。（徒二38-39）主的晚餐中，主的杯是祂立新約的血，為多人流出來，使罪得赦。（太二六28）

（18）感謝聖經的寫成，並且純全地保存至今。

我們感謝你，因我們有聖經可以查考，而且聖經中有永生，給基督作見證的就是這經。（約五39）聖經都是神所默示的，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的。（提後三16）

從前所寫的聖經都是為教訓我們寫的，叫我們因聖經所生的忍耐和安慰可以得著盼望；（羅十五4）我們並有先知最確實的預言，如同燈照在暗處。（彼後一19）

對我們而言，默示並非如封住的書卷，（賽二九11）我們聽見它用我們的語言，講說神的大作為。（徒二11）

父啊，天地的主，我們感謝你！因為你將這些事向聰明通達人就藏起來；從前有許多先知和君王要看這些事，卻也沒有看見；但這些事向嬰孩就顯出來：父啊！是的，因為你的美意本是如此。（路十21、24）

(19) 感謝神設立典章制度，尤其是設立了牧會的事工。

我們感謝你：你將你的道指示雅各，將你的律例典章指示以色列，且將這道和律例典章都指示我們。別國你都沒有這樣待過；至於你的典章，他們都不知道。

神的帳幕在人間，祂要與人同住，（詩一四七 19-20；啟二一 3）又在他們中間設立祂的聖所，直到永遠；（結三七 26）祂要在那裡與以色列人相會。（出二九 43）

我們感謝你，因你使我們知道你的安息聖日，（尼九 14）且另有一安息日的安息為神的子民存留。（來四 9）主耶穌升上高天的時候，將各樣的恩賜賞給人；祂所賜的，不但有先知，有使徒，有傳福音的，還有牧師和教師，為要成全聖徒，各盡其職，建立基督的身體，直等到我們眾人在真道上同歸於一，認識神的兒子，得以長大成人，滿有基督長成的身量。（弗四 8、11-13）凡基督所吩咐的，他們都教訓我們遵守，這樣，祂就應許常與他們同在，直到世界的末了。（太二八 20）

(20) 感謝基督教信仰在一切黑暗勢力阻擋下，仍能在世上拓植，建立傳福音的教會。

我們感謝你，因為按著永生神的命所講的耶穌基督，以及指示萬國之民、使他們信服真道的福音，（羅十六 25-26）在神面前皆有能力，可以攻破堅固的營壘；（林後 4）主和他們同工，用神蹟隨著，證實所傳的道；（可十六 20）所以，撒但從天上墜落，像閃電一樣。（路十 18）

雖然福音是在大爭戰中傳講，（帖前二 2）但福音大大興旺，而且得勝，（徒十九 20）許多人離棄偶像，歸向神，要服事那又真又活的神，等候祂兒子從天降臨。（帖前一 9-10）

我神的救恩、能力、國度，並祂基督的權柄，現在都來到了！（啟十二 10）得高舉的救贖者拿著弓、戴著冠冕，騎馬出來，得勝並且要再得勝；（啟六 2）萬國便在一天之內、

一下子生下來。（賽六六 8，現代中文譯本）

（21）感謝基督教存留在世上直到如今。

我們感謝你，因為從以色列幼年以來，敵人雖屢次苦害他們，卻沒有勝了他們；扶犁的雖在他們背上扶犁而耕，但公義的耶和華砍斷了惡人的繩索。（詩一二九 1-4）

耶穌基督把祂的教會建造在磐石上，陰間的權柄不能勝過他；（太十六 18）祂的後裔要存到永遠，祂的寶座如天之久。（詩八九 29）

（22）感謝殉道者和公開承認信仰的人，他們是教會之光，也感謝先於我們進天堂的聖徒曾為我們立下典範。

你使人在許多忍耐、患難、困苦中向神表明自己，我們要為這些人稱頌你；（林後六 4）他們為基督的緣故被拉到君王總督面前，結果卻成了他們見證的機會；神賜他們口才、智慧，是他們一切敵人所敵不住、駁不倒的。（路二一 12-13、15）

那些人為基督的緣故終日被殺；人看他們如將宰的羊。然而，靠著愛我們的主，在这一切的事上已經得勝有餘了。（羅八 36-37）

弟兄勝過那控告他們的，是因羔羊的血和自己所見證的道，因他們雖至於死，也不愛惜性命。（啟十二 10-11）

我們稱頌你，因有見證人如同雲彩圍著我們，（來十二 1）有羊群的腳蹤，（歌一 8）有在這信上得了美好證據的古人，（來十一 2）他們憑著信心和忍耐，如今已承受了應許。（來六 12）主啊，求你使我們效法他們，像他們效法基督一樣。（林前十一 1）

（23）感謝聖徒的交通——我們與所有良善的基督徒在信心、盼望、聖愛、禱告和讚美中，有屬靈的交通。

我們稱頌你，因我們若在光明中行，就彼此相交，（約壹一 7）就是所有在各處求告我主耶穌基督之名的人。基督

是他們的主，也是我們的主。（林前—2）

我們雖多，仍是一個餅，一個身體；（林前十17）雖然恩賜、職事、功用原有分別，聖靈卻是一位，主卻是一位，神卻是一位，在眾人裡面運行一切的事。（林前十二4-6）

我們感謝你，因為神四散的子民（約十一52）都在祂裡面聯合，祂也是教會全體之首；（西一18）他們都是我們的弟兄，和我們在耶穌的患難、國度、忍耐裡一同有分。（啟一9）

（24）要為末日之後的永生景象和盼望感恩。

我們為生命的冠冕感謝你，這是主應許給那些愛祂之人的，（雅一12）是不能朽壞、不能玷污、不能衰殘、為我們存留在天上的基業。（彼前一4）

我們在這裡本沒有常存的城，（來十三14）因此你鼓勵我們尋求一個更美的家鄉，就是在天上的；那是座有根基的城，就是神所經營所建造的。（來十一10、16）

我們盼望那無謊言的神所應許的永生：（多一2）藉著恩典，凡真信徒必有永生存在他們裡面。（約壹五13）

2. 感謝神特別賜我們屬靈的憐憫；尤其是我們若蒙了有效的恩召，且有恩典的善工開始在我們裡頭運行。

（1）要稱頌神，因祂的靈住在我們裡面，告誡並檢視我們的良知。

我們感謝你，因你沒有任憑我們存邪僻的心，（羅一28）我們的良心不像被鐵烙過；（提前四2）你論到我們時，不會說：他們親近偶像，任憑他們吧！（何四17）你的靈仍住在我們裡面。（創六3）

我們感謝你，因為律法的作用是刻在我們的心裡，有我們的良心一同作證，我們的思想互相較量，或作控告、或作辯護。（羅二15，新譯本）

（2）我們要稱頌那配得頌讚的聖靈，祂在我們裡面成就了

救贖性的改變。

神真的因著恩典，把我們從黑暗國度遷到祂愛子的國裡嗎？（西一13）祂真的召我們與耶穌基督一同得分，（林前一9）使我們這些本性遠離神的人，如今能靠著祂的血得親近嗎？（弗二13）耶和華啊，榮耀不要歸與我們，不要歸與我們；我們要把榮耀歸在你的名下！（詩一一五1）

我們為眾人常常感謝神，因為福音傳到他們那裡，不獨在乎言語，也在乎權能和聖靈，並充足的信心。（帖前一2、5）

你以永遠的愛愛我們，因此你以慈愛吸引我們，（耶三一3）用慈繩愛索牽引我們。（何十一4）

一個壯漢拿著武器，看守他在我們心中的家園，他的家財就平安無事。但是一個比他更強的人來了，奪去他所倚靠的武器，就把他的家財當作掠物分了。（路十一21-22，新譯本）

（3）我們要為罪得赦免和良心有平安獻上感恩。

我們稱頌你，因我們藉基督的血得蒙救贖，過犯得以赦免，乃是照你豐富的恩典。這恩典是神充足足賞給我們的。（弗一7）

你赦免我們的一切罪孽，醫治我們的一切疾病。（詩一〇三3-4）你因愛我們的靈魂便救我們脫離敗壞的坑，因為你將我們一切的罪扔在你的背後。（賽三八17）

你領我們到曠野，但你對我們說安慰的話。我們從那裡出來，你賜我們葡萄園，又賜我們亞割谷作為指望的門。（何二14-15）

（4）感謝神以恩典大能的影響力聖化、保守我們，不叫我們落入罪中，又鞏固我們盡本分的能力。

將殘的燈火，你不吹滅；壓傷的蘆葦，你不折斷；（太十二20）你不藐視這日的事為小，（亞四10）然而我們蒙神的

幫助，直到今日還站得住。（徒二六 22）

我們呼求的日子，你就應允我們，鼓勵我們，使我們心裡有能力。（詩一三八 3）

我們的腳幾乎失閃；我們的腳險些滑跌。然而，那時你常與我們同在；你攙著我們的右手。（詩七三 2、23）

我們理當永不忘記你的訓詞，因你用這訓詞將我們救活了。我們若不是喜愛你的律法，早就多次在苦難中滅絕了！（詩一一九 92-93）因為，在世寄居的我們，素來以你的律例為詩歌。（詩一一九 54）

若不是耶和華幫助我們，我們就住在寂靜之中了。我們正說我們失了腳，耶和華啊，那時你的慈愛扶助我們。我們心裡多憂多疑，你安慰我們，就使我們歡樂。（詩九四 17-19）

（5）感謝神與我們在神聖的典章中有美好的相交，並賜我們恩惠。

我們因你殿裡的肥甘得以飽足；你也叫我們喝你樂河的水。因為，在你那裡有生命的源頭；在你的光中，我們必得見光。（詩三六 8-9）

你領我們到你的聖山，使我們在禱告你的殿中喜樂；（賽五六 7）我們發現親近神是與我們有益。（詩七三 28）

我們有理由說，在你的院宇住一日，勝似在別處住千日；在我們神殿中看門，勝似住在惡人的帳棚裡。因為耶和華——神是日頭，是盾牌，要賜下恩惠和榮耀。祂未嘗留下一樣好處不給那些行動正直的人。萬軍之耶和華啊，倚靠你的人便為有福！（詩八四 10-12）

我們歡歡喜喜坐在你的蔭下，嘗你果子的滋味，覺得甘甜。你帶我們入筵宴所，以愛為旗在我們以上。（歌二 3-4）

（6）感謝神慈愛地回應我們的禱告

耶和華啊，我們理當愛你，因為你聽了我們懇求的聲

音。你既向我們側耳，我們一生要求告你。（詩一一六 1-2）

耶和華啊，我們從深處向你求告！（詩一三〇 1）你原是聽了我們所許的願，且將產業賜給敬畏你名的人。（詩六一 5）

不但如此，我們尚未求告，你就應允；正說話的時候，你就垂聽，且說：（賽六五 24）我在這裡；（賽五八 9）你在我們求告你的時候與我們相近。（申四 7）

耶和華啊，謙卑人的心願，你早已知道。你必預備他們的心，也必側耳聽他們的祈求。（詩十 17）

神是應當稱頌的！祂並沒有推卻我們的禱告，也沒有叫祂的慈愛離開我們；（詩六六 20）因為我們禱告回去後，面上再不帶愁容了。（撒上一 18）

（7）感謝我們在苦難中得到扶持，並因此蒙受屬靈的福祉和益處。

我們在一切患難中，你就安慰我們；（林後一 4）你見過我們的困苦，知道我們心中的艱難；你在堅固城裡向我們施展奇妙的慈愛。（詩三一 7、21）

我們既多受苦楚，就多得安慰。（林後一 5）受苦的當時不覺得快樂，反覺得愁苦，後來卻結出平安的果子，就是義，且證實能使我們得益處，使我們在你的聖潔上有分。（來十二 10-11）

我們理當說：我們受苦是與我們有益，為要使我们學習你的命令。我們未受苦以先走迷了路，現在卻遵守你的話。（詩一一九 67、71）

我們在百般的試煉中暫時憂愁，且這樣祈求：叫我們的信心既被試驗，可以在耶穌基督顯現的時候得著稱讚、榮耀、尊貴。我們雖然沒有見過祂，卻是愛祂；如今雖不得看見，卻因信祂就有說不出來、滿有榮光的大喜樂；並且渴望得著我們信心的果效，就是靈魂的救恩。（彼前一 6-9）

（8）感謝神成就應許。

耶和華啊，你向來是照你的話善待僕人。（詩一一九65）你記念你的約，直到永遠；你所吩咐的話，直到千代。（代上十六15）

你給你僕人大衛和你子民以色列的美好應許，沒有一句話落空。（王上八24-25）

如今我們拿甚麼報答耶和華向我們所賜的一切厚恩？我的心哪！你要仍歸向祂，在祂裡面安樂，因為祂用厚恩待我們。我們要舉起救恩的杯，稱揚耶和華的名；（詩一一六7、12-13）因為耶和華本為善，祂的慈愛存到永遠，祂的信實直到萬代。（詩一百5）

我們要時時稱頌耶和華；讚美祂的話必常在我們口中。（詩三四1）我們要一生向耶和華唱詩！（詩一〇四33）我們盼望快快與住天上之家的有福者同在，他們仍不斷讚美祂，晝夜不住地說：聖哉！聖哉！聖哉！主神是全能者。（啟四8）



禱告的方法

Chapter 5

禱告的第五部分

為他人向神出聲祈求與代禱

主耶穌教導我們不但要和他人一起禱告，也要為別人禱告。使徒也指派我們要為眾聖徒代求，而且使徒的書信中有許多禱告都是為朋友代求。在為別人代禱時，我們絕不可冷漠或漫不經心，以為這部分的禱告跟我們沒有切身的關連。我們反而要對神、對人都存著聖潔的愛火，好叫禱告更火熱、更興旺。（詩一一六 7、12、13）

第一、要為這失落的世界、為全人類禱告，因此我們務要尊重人，（彼前二 17）依自己的能力向眾人行善。（加六 10）

我們為萬人禱告，如同所教導的，因我們相信這是好的，在神我們救主面前可蒙悅納。祂願意萬人得救，明白真道和耶穌基督；耶穌基督捨自己作萬人的贖價。（提前二 3-4、6）

用憐憫之心看那臥在惡者手下的全世界，（約壹五 19）叫這世界的王被趕出去，（約十二 31）因他弄瞎了世人的心眼。（林後四 4）

叫世界得知你的道路，使蠻邦開化；（詩六七 2）使活在世上沒有神的人，能來服事永生神；（弗二 12）這樣，萬國便得知你的救恩；神啊，願列邦稱讚你！願萬民都稱讚你！

願萬國都快樂歡呼；因為你必按公正審判萬民，引導世上的萬國。（詩六七 2-4）

在列邦人眼前顯出你的救恩和公義，使地的四極都看見我們神的救恩。（詩九八 2-3）

將列國賜你兒子為基業，將地極賜祂為田產；（詩二 8）因為你說：祂使雅各眾支派復興，使以色列中得保全的歸回尚為小事；你還要使祂作外邦人的光。（賽四九 6）

使世上的國成為主和主基督的國。（啟十一 15）

第二、祈求福音能在外邦傳揚開來，帶領眾人進入教會，使教會大大增長。

使福音遍傳給萬民聽，（可十六 15）因為人未曾聽見祂，怎能信祂呢？沒有傳道的，怎能聽見呢？若沒有奉差遣，怎能傳道呢？（羅十 14-15）除了莊稼的主，誰會打發工人出去收祂的莊稼呢？（太九 38）

使那坐在黑暗裡的百姓看見大光；使光照亮坐在死蔭之地的人。（太四 16）

將得救的人天天加給你的教會；（徒二 47）要擴張她的帳幕之地，放長她的繩子，堅固她的橛子。（賽五四 2）

領你的後裔從東方來，又從西方招聚他們。要對北方說，交出來！對南方說，不要拘留！將你的眾子從遠方帶來，將你的眾女從地極領回；（賽四三 5-6）使他們在你壇上蒙悅納，榮耀你榮耀的殿；使他們飛來如雲、又如鴿子向窗戶飛回。（賽六十 7-8）

使人在各處奉你的名燒香，獻潔淨的供物；從日出之地到日落之處，使你的名在外邦中被尊為大；（瑪一 11）叫所獻上的外邦人，因著聖靈成為聖潔，可蒙悅納。（羅十五 16）使認識耶和華的知識充滿遍地，好像水充滿洋海一般。

(賽十一 9)

第三、為猶太人能歸信主禱告。

使那被折下來的枝子不再長久不信，反而能接上原本的橄欖樹。雖然以色列人有幾分是硬心的，但仍使外邦人的數目添滿，使以色列全家都得救。(羅十一 23-26)

使他們仰望祂，就是他們所扎的；(亞十二 10)使他們歸向主，叫他們心上的帕子除去。(林後三 16)

第四、為在伊斯蘭暴政箝制下哀嘆的東方教會禱告。

亞西亞的教會曾是金燈臺，(啟一 11-12)主耶穌喜悅在中間行走；求你使這些教會再次成為金燈臺。(啟二 1)

復還她們的自由，像起初一樣，復還她們的權益，像起先一般；煉盡她們的渣滓，除淨她們的雜質；(賽一 25-26)使她們被擄的人歸回，好像南地的河水復流。(詩一二六 4)

第五、為新開墾地區的教會禱告。

求你作一切地極和海上遠處的人所倚靠的；(詩六五 5)求你祝福他們，就是從前降在約瑟頭上、臨到那與弟兄迥別之人頂上的祝福，如永世的山嶺，至極的邊界。(創四九 26)

造就平安康泰歸與遠處的人，也歸與近處的人。(賽五七 19)

使那些吸取海裡的豐富，並沙中所藏之珍寶的人，將列邦召到山上，在那裡獻公義的祭。(申三三 19)



第六、為散居各地的普世教會和其一切的益處禱告。

我們心裡所願的，向神所求的，是要因信新約福音而成為以色列國民的人得救。（羅十1）

求你隨你的美意善待錫安，建造耶路撒冷的城牆。（詩五一18）願她城中平安！願她宮內興旺！因我們弟兄和同伴的緣故，我們要說：願平安在她中間！（詩一二二7-8）願我們一生一世看見信福音的耶路撒冷的好處！願平安歸於以色列！（詩一二八5-6）

這樣我們就能回答外邦的使者說：耶和華建立了錫安，祂百姓中的困苦人必投奔在其中。（賽十四32）

耶和華啊，求你拯救你的百姓，賜福給你的產業，牧養他們，扶持他們，直到永遠。（詩二八9）賜力量給你的百姓；賜平安的福給你的百姓；（詩二九11）用你的恩惠如同盾牌四面護衛他們。（詩五12）

願所有誠心愛我們主耶穌基督的人都蒙恩惠！（弗六24）因你認識誰是你的人，又使凡稱呼主名的人離開不義。（提後二19）

我們為一切信基督的人祈求，使他們都合而為一；（約十七20-21）身體只有一個，聖靈只有一個，我們蒙召同有一個指望，一主，一信，一洗，一神，就是眾人的父，（弗四4-6）因此，求你使所有的基督徒彼此同心同道。（耶三二39）

求主的道理在各處快快行開，得著榮耀。（帖後三1）



第七、要為無神論者、自然神論者、異教徒、偏離真道的人、褻瀆嘲諷神的人、以邪惡墮落的生活來侮辱基督教的人禱告，求神使他們認罪，領他們歸信基督。

求你把你的道指教有過犯的人，使罪人歸順你。（詩五一 13）

求你賜給他們悔改的心，可以明白真道，（提後二 25）學習耶穌的真理，（弗四 21）就是敬虔真理的知識，（多一 1）叫他們可以脫離魔鬼的網羅。（提後二 26）

使那些好像迷路之羊的人歸到耶穌基督，祂是我們靈魂的牧人和監督。（彼前二 25）

求你使愚頑人明白他們的愚昧和悲慘。愚頑人心裡說：沒有神。他們都是邪惡，行了可憎惡的事。（詩十四 1）

主啊，護衛聖經、訓誨和法度的榮耀；叫人知道他們若不照著這些準則說話，就見不到曙光；（賽八 20，新譯本）使你的話顯為大，超乎你的名聲；（詩一三八 2）使律法和福音都為大，為尊。（賽四二 21）

使那些不被道理感化的人，可以因基督徒的品行被感化過來；我們懇求基督徒的品行在凡事上皆能感化人，這樣，那些不信的人就能被眾人勸醒，（彼前三 1）被眾人審明，帶來敬拜神，說：「神真是在他們中間了。」（林前十四 24-25）

第八、求聖靈澆灌下來，修正教會中一切的偏頗，讓起初的基督教得以復興，並有聖潔的大能。

主啊，使你的聖靈從上澆灌你的教會，這樣，曠野就變為肥田，（賽三二 15）審判要轉向公義；心裡正直的，必都隨從。（詩九四 15）

使那沒有辦完的事都辦整齊了；（多一 5）凡栽種的物，若不是我們天父栽種的，都要拔出來。（太十五 13）

願我們所尋求的主進入祂的殿，如煉金之人的火，如漂布之人的鹼；願祂潔淨利未人和以色列的眾子孫，熬煉

他們像金銀一樣；他們就憑公義獻供物給耶和華，蒙耶和華悅納，彷彿古時之日、上古之年。（瑪三 3-4）

願在神我們的父面前，那清潔沒有玷污的虔誠，能在各地興旺得勝；（雅一 27）神的國在人間，不在乎吃喝，只在乎公義、和平，並聖靈中的喜樂。（羅十四 17）求你在這些年間復興你的作為，在這些年間顯明出來；（哈三 2）使我們的時代成為振興的時代。（來九 10）

第九、求神讓教會眾仇敵的力量分崩離析；使敵擋教會的種種計畫一敗塗地。

他們一齊起來，一同商議，要敵擋耶和華並祂的受膏者；他們要掙開祂的捆綁，擺脫祂的繩索——求你使他們謀算的事成為虛妄。願那坐在天上的必發笑，必嗤笑他們；求你在怒中責備他們，在烈怒中驚嚇他們。（詩二 1-5）耶和華啊，求你加給他們——加甚麼呢？要使他們胎墜乳乾。（何九 14）

我們的神啊，求你叫他們像旋風的塵土，像風前的碎楷。願你使他們滿面羞恥，好叫他們尋求你——耶和華的名！使他們知道：你——名為耶和華的——是全地以上的至高者！（詩八三 13、16、18）

耶和華啊，求你使外邦人恐懼，願他們知道自己不過是人；（詩九 20）在狂傲的仇敵向你教會發狂傲的事上，求你顯明你比他們都大。（出十八 11）

願恨惡錫安的都蒙羞退後！願他們像房頂上的草，未長成而枯乾。（詩一二九 5-6）

凡為攻擊教會造成的器械必不利用；凡在審判時興起用舌攻擊教會的，求你定他為有罪。（賽五四 17）

使耶路撒冷向聚集攻擊她的萬民當作一塊重石頭；凡

舉起的必受重傷。(亞十二3) 耶和華啊，願你的仇敵都這樣滅亡！願愛你的人如日頭出現，光輝烈烈！（士五31）

主啊，用你口中的氣滅絕罪人，用你降臨的榮光廢掉他：錯謬的思想長久以來大力運行在某些人當中，讓他們相信虛謊；求你使他們不再受騙，使他們用喜愛真理的心領受真理。(帖後二2-3、8、10-11)

使巴比倫傾倒，好像大磨石沈入海裡；(啟十八2、21) 叫那些將自己的能力、榮耀給那獸的地上之王，(啟十七12-13) 能受神造就，最終將自己的能力、榮耀帶進新耶路撒冷。(啟二一2)

第十、求神使受苦的教會得解脫，凡為義受逼迫的人皆蒙拯救。

我們渴望在禱告中記念那為耶穌作見證而被捆綁的人，好像與他們同受捆綁；也要記念遭苦害的人，想到自己也在肉身之內。(來十三3) 求你從高天伸手，救他們脫離那些恨他們的人，領他們到寬闊之處。(詩十八16-17、19)

求你不讓惡人的杖落在義人的分上，免得義人伸手作惡。(詩一二五3)

耶和華的膀臂啊，興起！興起！以能力為衣穿上，像古時的年日、上古的世代興起一樣；使海的深處變為耶和華的贖民經過之路。(賽五一9-10)

因為困苦人的冤屈和貧窮人的歎息，耶和華啊，求你現在起來，把他們安置在他們所切慕的穩妥之地。(詩十二5)

求你堅固受苦聖徒的忍耐和信心，使他們仰望耶和華，靜默等候祂的救恩。(啟十三10；哀三26)

使救贖你民之年來到，(賽六三4) 願為錫安爭辯的報應之年來到。(賽三四8)

但願以色列的救恩從錫安而出。耶和華救回祂被擄的子民那時，雅各要快樂，以色列要歡喜。（詩十四 7）

不要叫受欺壓的人蒙羞回去；要叫困苦窮乏的人讚美你的名。（詩七四 21）

耶和華啊，求你起來憐恤錫安，願可憐她的時候日期已經到了。願耶和華建造錫安，在祂榮耀裡顯現。耶和華啊，求你聽窮人的禱告，不要藐視他們的祈求。（詩一〇二 13、16-17）

主耶和華啊，求你止息；因為雅各微弱，他怎能站得住呢？（摩七 5）求你為自己使臉光照你聖所的荒涼之處。（但九 17）

願被囚之人的悲傷歎息達到你面前；願你按你的大能力，存留那些將要為你的名而死的人。（詩七九 11）

他們的教師隱藏，然而求你讓他們再次看見他們的教師——雖然他們以艱難當餅，以困苦當水。（賽三十 20）

第十一、為歐洲各國和我們的鄰國禱告。

耶和華是管理萬國的。（詩二二 28）萬國的王啊，誰不敬畏你？（耶十 7）你坐在寶座上，按公義審判；因此，求你按公義審判世界，按正直判斷萬民。（詩九 4、8）

耶和華啊，求你止息刀兵、直到地極的時候快快到來，（詩四六 9）那時，這國不再舉刀攻擊那國，他們要將刀打成犁頭，把槍打成鐮刀；他們也不再學習戰事。（賽二 4）

使列王作以色列的養父；使王后作她的乳母。（賽四九 23）

當那列王在位的時候，天上的神必另立一國——就是救贖者的國，永不敗壞。（但二 44）無論人心有何計謀，耶和華啊，求你立定你的籌算，（箴十九 21）向萬代成就你心

中的思念。(詩三三 11)

第十二、為我們的土地和國家——幸福的大不列顛島和愛爾蘭島——禱告；要特別尋求這些島嶼的福祉，使我們在其中的和平裡享平安。

一、感謝神憐憫我們的土地。

我們稱頌你，因你把我們栽種在肥美的山岡上，(賽五 1) 沒有使曠野作我們的住處，或使鹹地當我們的居所，(伯三九 6) 反使我們的地多出土產。(詩八五 12)

耶和華啊，你已經向我們的地施恩；(詩八五 1) 你在古時，我們列祖的日子為我們所行的事，我們親耳聽見了；我們的列祖也給我們述說過。(詩四四 1) 我們所看見的，正如我們所聽見的；因為，神啊，我們在你的殿中想念你的慈愛。(詩四八 8-9)

你賜給我們美地，(耶三 19) 是以馬內利的地，(賽八 8) 是異象谷；(賽二二 1) 你在我們中間設立你的居所，你的聖所在我們中間。(結三七 26-27)

我們在自己的葡萄樹下和無花果樹下安然居住，(王上四 25) 出入的人都得平安。(代下十五 5)

因為主愛我們的百姓，所以立良善的政府治理我們，以秉公行義，(王上十 9) 叫作惡的懼怕，並保護、獎賞行善的人。(羅十三 3)

二、要為我們國家的罪行和挑釁，在神面前謙卑自己。

但我們是犯罪的百姓，擔著罪孽的百姓，行惡的種類；(賽一 4) 我們大有理由為我們當中所行的可憎之事歎息哀哭。(結九 4)

不法的事在我們當中增多，許多人的愛心漸漸冷淡了。

(太二四 12)

雖然我們境內充滿違背以色列聖者的罪，卻沒有被我們的神丟棄或遺忘。(耶五一 5)

三、要懇切地祈求神憐憫我們的國家。

(一) 求神施恩，賜下祂與我們同在的印證，因為那關乎我們國家的福祉。

以色列所盼望、在患難時作她救主的啊，求你在我們境內不要像寄居的，也不要像行路的只住一宵；求你一直在我們中間，我們是稱為你名下的人，求你不要離開我們；即使我們的罪孽指證我們，還求你因你名的緣故施行拯救。我們實在多次背道，得罪了你。(耶十四 7-9，新譯本)

耶和華——萬軍之神啊，求你使我們回轉向你，使你的臉發光，我們便要得救！求你施展你的大能，來救我們。(詩八十 2-3)

耶和華啊，求你使我們得見你的慈愛，又將你的救恩賜給我們。使你的救恩與敬畏你的人相近，叫榮耀住在我們的地上。使慈愛和誠實彼此相遇；公義和平安彼此相親。使誠實從地而生；公義從天而現。願耶和華將好處賜給我們；使公義行在祂面前，叫祂的腳蹤成為可走的路。(詩八五 7、9-13)

(二) 求神讓我們當中的福音、蒙恩的管道、以及國家對基督神聖信仰的告白得以延續。

使基督的寶座在我們當中存到永遠，(詩四五 6)就是你的聖所，從太初安置在高處的榮耀寶座。(耶十七 12)

不要把我們的燈臺從原處挪去，雖然那是我們應得的，因為我們把起初的愛心離棄了。(啟二 4-5) 示羅是你先前立為你名的居所，求你不要把你向那地所行的，行在我們身上。(耶七 12)

不要使我們經歷沒有耶和華話語的飢荒；不要使我們飄流，從這海到那海，從這河到地極，尋求耶和華的話。（摩八 11-12）

使我們一生一世得安穩——有豐盛的救恩，並智慧和知識；使我們以敬畏耶和華為至寶。（賽三三 6）使義人在我們當中發旺；太陽還存，月亮還在，求你使我們境內的人敬畏你，直到萬代！（詩七二 5、7）使我們大有平安，使將來受造的兒女能讚美耶和華。（詩一〇二 18）

（三）求神使我們繼續享有外在的平安寧靜、自由豐足、生意興隆，並祝福土地的生產。

求神親自作我們四圍的火城，並作我們當中的榮耀。（亞二 5）使神的福音成為我們的榮耀，使全榮耀之上有遮蔽；在錫安全山，並各會眾以上，使白日有煙雲，黑夜有火焰之光。（賽四 5）

願我們境內平安！願我們宮內興旺！願商業和農牧業興旺！（詩一二二 7）使西布倫出外可以歡喜，以薩迦在他帳棚裡可以快樂。（申三三 18）將救恩定為我們的城牆和外郭，敞開城門，使守信的義民得以進入。（賽二六 1-2）

以和平為我們的官長，以公義為我們的監督；使我們門內不再聽見強暴的事，境內不再聽見荒涼毀滅的事；稱我們的牆為「拯救」，稱我們的門為「讚美」；（賽六十一 17-18）我們的地必不再稱為「廢棄的」或「荒涼的」，耶和華要喜悅我們，我們的地也必歸祂。（賽六二 4）

願我們的平安如河水；我們的公義如海浪；（賽四八 18）使我們當中大有公義，公義使邦國高舉；救我們脫離罪惡，罪惡是人民的羞辱。（箴十四 34）

不要讓我們的天變為銅，也不要讓我們的地變為鐵；（申二八 23）到了收割的日子，出酒的時候，不要將你的五穀新酒收回；（何二 9）求你賜給我們合宜的雨，就是按時的秋

雨、春雨，（珥二 23）為我們定收割的節令，永存不廢，（耶五 24）按時給我們好氣候，叫我們的地生出土產，田野的樹木結果子，使我們吃得飽足，在我們的地上安然居住。（利二六 4-5）

使我們的糧食豐滿，使我們當中的窮人飽足，（詩一三二 15）使那收割的得吃，並讚美耶和華。（賽六二 9）求你不要吹去；若是那樣，我們盼望多得時，所得的卻少；（該一 9）賜我們福氣，使萬國稱我們為有福的，為喜樂之地。（瑪三 10、12）

（四）求神幫助我們，能成功地致力於行為的更新、遏止邪惡及瀆神、支持信仰和美德，並在這一切事上建立好名聲。

願惡人的惡斷絕！願你堅立義人！因為公義的神察驗人的心腸肺腑。（詩七 9）激勵眾人為你起來攻擊作惡的，為你站起抵擋作孽的。（詩九四 16）

使救主來到錫安，消除雅各家的一切罪惡；（羅十一 26）以公義的靈和焚燒的靈，將耶路撒冷中的污穢除淨。（賽四 4）

使罪孽之輩塞口無言；（詩一〇七 42）刑罰惡人，止息瘟疫。（詩一〇六 30）

不要使那些與罪惡相爭的人疲倦灰心。（來十二 3-4）

使這地不再有污穢的靈；（亞十三 2）使萬民用清潔的言語，好求告耶和華的名。（番三 9）

使我們歸耶和華——我們神為聖潔的民，好使我們得稱讚、美名、尊榮，超乎萬國。（申二六 19）

（五）求神醫治我們不幸的分裂，彌補我們的裂痕。

在我們的溪水旁，有心中設大謀的；（士五 16）因為一家之中，三個人和兩個人相爭，兩個人和三個人相爭。（路十二 52）然而，這裂口是大如海，無法醫治嗎？（哀二 13）

在基列豈沒有乳香呢？在那裡豈沒有醫生呢？我們的百姓為何不得痊癒呢？（耶八 22）耶和華啊，求你將我們地的裂口醫好，因為裂口使地搖動。（詩六十二）

我們奉主耶穌基督的名，懇求我們中間不可分黨，只要一心一意，彼此相合。（林前一 10）

但願賜忍耐安慰的神叫我們彼此同心，效法基督耶穌，一心一口榮耀神——我們主耶穌基督的父，（羅十五 5-6）且高舉同得的救恩。（猶一 3）

主啊，使我們不要彼此論斷，彼此輕看；使我們追求和睦的事與彼此建立德行的事，（羅十四 10、19）彼此和睦相愛；如此，仁愛和平的神必常與我們同在。（林前十三 11）

凡事不可結黨，不可貪圖虛浮的榮耀；只要凡事存心謙卑，（腓二 3）叫眾人知道我們謙讓的心。主已經近了。（腓四 5）

（六）求神使我們成功地勝過那企圖毀滅我們的外邦仇敵。

耶和華啊，求你興起！願你的仇敵四散！願恨你的人從你面前逃跑！耶和華啊，求你回到以色列的千萬人中！（民十 35-36）

求你幫助我們攻擊敵人，因為人的幫助是枉然的；使我們的軍隊倚靠神施展大能；（詩六十 11-12）求神親自踐踏我們的敵人，把他們如灰塵交與我們的刀，如風吹的碎秸交與我們的弓。（賽四一 2）

使我們作蒙耶和華拯救的百姓；祂是我們的盾牌，幫助我們，是我們威榮的刀劍；（申三三 29）叫我們的敵人知道，耶和華為我們攻擊他們。（出十四 25）

軍人為我們在沙場上拚死奮鬥；（士五 18，現在中文譯本）求你教導他們的手爭戰，教導他們的指頭打仗，（詩一四四 1）把你的救恩給他們作盾牌，用你的右手扶持他們，（詩十八 34-35）在爭戰的日子遮蔽他們的頭。（詩一四〇 7）

(七) 為我們當中各種職務和各層級的人禱告，也為凡與我們有關係的人禱告。

1. 為我們國王陛下禱告，求神保守他的身體，維護他的健康，延續他的生命和統治，使其成為眾人長久的祝福。

神啊，求你將判斷的權柄賜給王，賜他公義，使他為民中的困苦人伸冤，拯救窮乏之輩，壓碎那欺壓人的。(詩七二 1、4)

使他的國位靠公義堅立，(箴十六 12) 也因仁慈立穩；(箴二十 28) 賜他長壽，就是日子長久，直到永遠。使他因你的救恩大有榮耀；又使他在你面前歡喜快樂，使他因至高者的慈愛，必不搖動。(詩二一 4-7)

使他的仇敵披上羞恥，但他的冠冕要在頭上發光；(詩一三二 18) 使他長長久久作你以色列的養父。(賽四九 23)

2. 祈求信仰新教的君王能一脈相傳且蒙福，求神使他們永遠繼承王位，以此成功地協助我們的世代建立和平與真理，且為後代保全和平與真理，好叫我們的敵人天主教及其眾黨羽的希望滅絕。

耶和華啊，求向我們保存你為你受膏者預備的明燈，(詩一三二 17) 使將要生的後代子孫可以認識你，好叫他們仰望神，守祂的命令。(詩七八 6-7)

使信仰新教的君王永遠坐在神面前；願你預備慈愛和誠實保佑他們的傳承！這樣，我們要歌頌你的名，直到永遠。(詩六一 7-8) 神要如此拯救錫安，建造猶大的城邑；你僕人的後裔要承受為業，愛你名的人也要住在其中。(詩六九 35-36)

使那些謀劃立一個首領回埃及去的眾人，(民十四 4) 再度被擊敗；使獸所受的致命傷永遠無法再痊癒。(啟十三 12)

使我們的眼見耶路撒冷為我們守聖節的城，為安靜的

居所，為不挪移的帳幕，橛子永不拔出，繩索一根也不折斷。願耶和華顯威嚴與我們同在，當作江河寬闊之地；因為，耶和華是審判我們的；耶和華是給我們設律法的；耶和華是我們的王；祂必拯救我們。（賽三三 20-22）

3. 為樞密院王室顧問、國務大臣、國會議員、駐外大使與代表、以及所有治理公共事務的人員禱告。

指教我們的策士，將智慧教導我們的長老；（詩一〇五 22）使他們有智慧和聰明的靈，謀略和能力的靈，知識和敬畏耶和華的靈；使他們以敬畏耶和華為樂。（賽十一 2-3）

不要廢去忠信人的講論，或奪去老人的聰明；（伯十二 20）不要叫那些受託付為國做決策的領袖，看不出關係國家平安的事。（路十九 42）

顯明你是站在有權力者的會中，在諸神中行審判；（詩八二 1）列邦的君王聚集，要作亞伯拉罕之神的民時，亞伯拉罕之神就親自在他們當中；使世界的盾牌屬神，使祂為至高！（詩四七 9）

使那些屬我們的人重建久已荒廢之處，重建歷代拆毀了的根基；這樣，他們就稱為修補破口的人，重修路徑給人居住的人。（賽五八 12，新譯本）

4. 為各郡和各市政會中的執法官、法官和治安法官禱告。

使那些治理我們的人行公義，敬畏神執掌權柄；（撒下二三 3）使審判官謹記他們判斷不是為人，乃是為耶和華。判斷的時候，祂必與他們同在，因此他們應當敬畏耶和華。（代下十九 6-7）

使他們成為有才能的人，就是誠實無妄、敬畏神、恨不義之財的人，（出十八 21）好使公平如大水滾滾，公義如江河滔滔。（摩五 24）

使我們的執法官為貧寒的人和孤兒伸冤，為困苦和窮乏的人施行公義，保護貧寒和窮乏的人，救他們脫離惡人

的手。(詩八二3-4)使作官的不是叫行善的懼怕，乃是叫作惡的懼怕。(羅十三3)

5. 為所有傳講神話語的牧者、執行聖禮的人，以及主領聚會的人禱告。

教導你的傳道人在神家中當怎樣行，這家就是永生神的教會；(提前三15)叫他們不是傳自己，乃是傳基督耶穌為主，(林後四5)且竭力在神面前得蒙喜悅，作無愧的工人，按著正意分解真理的道。(提後二15)

使他們擅長講解聖經，(徒十八24)且由此能預備行各樣的善事，(提後三17)在教訓上正直、端莊，言語純全，無可指責。(多二7)使他們以宣讀、勸勉、教導為念，殷勤去做這些事，(提前四13、15)專心以祈禱、傳道為事，(徒六4)並要在此專心，在這些事上恆心，使他們能救自己，又能救聽他們的人。(提前四15-16)

使他們得著口才，能以放膽開口講明福音的奧秘，並使他們照著當盡的本分放膽講論，(弗六19-20)作能承當這新約的執事，不是憑著字句，乃是憑著精意，(林後三6)使他們蒙主憐恤能作忠心的人。(林前七25)

使他們的手因雅各的大能者而健壯敏捷；(創四九24)使他們藉萬軍之耶和華的靈，滿有力量，(彌三8)向你百姓說明他們的過犯，向雅各家說明他們的罪惡。(賽五八1)

使他們在真道上純全無疵，所講的總合乎那純正的道理，(多一13，二1)用溫柔勸戒那抵擋的人；使主的僕人不爭競，只要溫溫和和地待眾人，善於教導。(提後二24-25)

使他們在言語、行為、愛心、信心、清潔上，都作信徒的榜樣；(提前四12)使他們扛抬耶和華器皿的人務要自潔，(賽五二11)額頭上寫著『歸耶和華為聖』。(出二八36)

主啊，不要使他們徒然勞碌，或使他們的盡力成為虛

無虛空；（賽四九4）願主與他們同在，使多人信而歸主。（徒十一21）

6. 為各大學、學校和育幼院禱告。

使先知的學校充滿各樣美善的恩賜和各樣全備的賞賜，這些都是從上頭——從眾光之父那裡——來的。（雅一17）

將鹽倒在水源中，治好這水，（王下二21）使此處湧出河的分汊，讓我們神的城歡喜；這城就是至高者居住的聖所。（詩四六4）

7. 為這塊土地上的平民禱告。

賜恩給這塊土地上的眾臣民，使我們在神設立的政府治理下，可以敬虔、端正、平安無事地度日，（提前二2）和睦同居，好使耶和華命定降福於我們，就是永遠的生命。（詩一三三1、3）

使敬畏主、行義的各教派都為主所悅納；（徒十35）願喜愛你救恩的人常說：當尊耶和華為大！耶和華喜悅祂的僕人平安。（詩三五27）

8. 為各年紀的人和他們的景況禱告，因他們需要憐憫和恩典。

（1）為正要在世上起步的年輕人禱告。

耶和華啊，求你使少年人在年幼的日子記念造他們的主，好叫他們得保守，免於孩童和少年人易犯的虛妄；使他們受約束，不隨己意或眼見之事而行，因為考慮到神在這一件事上都必審問。（傳十二1、14）

主啊，使少年人謹守，（多二6）使神的道常存在他們心裡，好叫他們剛強，且勝過那惡者。（約壹二14）

使基督保有你少年時光耀如清晨的甘露，（詩一一〇3）使基督成形在少年人心裡。（加四19）

保守剛在世上起步的人免於世上從情慾來的敗壞，（彼

後一4)使受良好教導的人常常守著那純正話語的規模，(提後一13-14)使他們所學習的能存在心裡。(提後三14)

(2) 為在事業上久享盛名的老年人禱告。

有些人久為耶穌基督的門徒；(徒二一16)主啊，使他們年老的時候仍結果子，好顯明耶和華是正直的，祂是他們的磐石，在祂毫無不義。(詩九二14-15)

如今，衰敗的日子和他們說毫無喜樂的那些年日已來到，(傳十二1)求你的安慰使他們歡樂。(詩九四19)

直到他們年老，求你仍這樣；直到他們髮白，求你仍懷擁你所造作的；我們懇求你保抱、懷抱、拯救他們。(賽四六4)

自他們年幼時，你就教訓他們；直到如今，他們傳揚你奇妙的作為。他們到年老髮白的時候，求你不要離棄他們！他們年老的時候，求你不要丟棄他們！他們力氣衰弱的時候，求你不要離棄他們！(詩七一9、17-18)使白髮成為白髮人榮耀的冠冕，在公義的道上必能得著；(箴十六31)使他們知道他們所信的是誰。(提後一12)

(3) 為世上通達的富人禱告，他們當中可能有些人和大家一樣，極需要代禱。

主啊，保守那些今世富足的人，使他們不要自高，也不要倚靠無定的錢財；使他們倚靠那厚賜百物給我們享受的神：使他們行善，在好事上富足，甘心施捨，樂意供給人，為自己積成美好的根基，預備將來。(提前六17-19)

雖然財主進天國是難事，但在你凡事都能。(太十九24-26)

(4) 為貧窮受苦的人禱告，因我們當中總有這樣的人。

主啊，使世上的貧窮人在信上富足，承受你的國，並領受福音。(雅二5)

願那些困苦的羊仰望你，知道耶和華的話。(亞十一

11)

義人多有苦難，但良善的耶和華救他們脫離這一切；(詩三四 19) 凡苦難的事，當時不覺得快樂，反覺得愁苦；但後來卻為那經練過的人結出平安的果子，就是義。(來十二

11)

(5) 為仇敵和恨我們的人禱告。

主啊，使我們愛仇敵，為那咒詛我們的祝福，為那凌辱逼迫我們的禱告。(太五 44)

父啊！赦免他們；因為他們所做的，他們不曉得；(路二三 34) 不要將他們對我們的惡意歸於他們！(徒七 60) 造就我們裡面的性情，使我們能在愛裡包容和饒恕，(西三 13) 如同你要求我們禱告時當包容、饒恕一樣。(可十一 25)

使我們所行的蒙耶和華喜悅，使我們的仇敵與我們和好。(箴十六 7)

使豺狼與綿羊羔同臥；在你聖山的遍處，叫一切都不傷人，不害物；使以法蓮不嫉妒猶大，猶大也不擾害以法蓮。(賽十一 6、9、13)


(6) 為朋友和愛我們的人禱告。

願我們誠心所愛的眾人凡事興盛，身體健壯，尤其願他們的靈魂興盛。(約參 2)

願我們主耶穌基督的恩常在我們的心裡。(門 25)



禱告的方法



Chapter 6

禱告的第六部分

在家或在公開的特定場合中向神禱告

凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將我們所要的告訴神（腓四6）——這是神要我們盡的本分，祂也指定我們用這方法除去擾人的憂慮。神要我們坦然來到祂面前（來十19）（「坦然」的希臘原文 *Parrhsia* 意指「說話的自由」），也就是要我們詳細向祂開口陳情，並從祂那裡尋求寬慰；這樣，以色列的子民，或是眾人，或是一人，便能按自己的災禍和痛苦，向神禱告和祈求。（代下六29）神不是需要我們詳細告知祂我們的處境；祂比我們更清楚我們的處境，也比我們更瞭解我們的苦難；神的旨意是要我們藉著這麼做，在一切所行的事上都認定祂，（箴三6）等待祂引導每一個腳步，（詩三七23）贊同而非指使祂無限的智慧，謙卑地把我們的需要、負擔和渴望告訴祂，把自己交託給祂，求祂為我們成就祂看為合宜的事。

我們會列出一些向神做特定禱告的場合，有些禱告較尋常，有些較不尋常。這些特定的禱告中，有些可作整個禱告的主題，有些可安插在其他禱告中，有些是牧者比較需要的禱告，有些是牧者、一家之主和基督徒個人同樣都需要的禱告。不同的人有不同的禱告需求。



第一、晨禱

早晨你必聽我們的聲音；早晨我們必向你陳明我們的心意，並要警醒！（詩五3）主啊，我們的心等候你，勝於守夜的，等候天亮，勝於守夜的，等候天亮；（詩一三〇6）早晨我們要高唱你的慈愛，因為你向來作我們的高臺。（詩五九16）

神啊，是你命定晨光，使清晨的日光知道本位，叫這光普照地的四極，因這光，地面改變如在泥上蓋上印。（伯三八12-14，新譯本）

白晝屬你，黑夜也屬你；亮光和日頭是你所預備的。（詩七四16）

既有晨光，便叫清晨的日光從高天臨到我們，叫我們因神憐憫的心腸，就知道救恩；（路一77-78）使公義的日頭出現，照耀我們的心，其翅膀有醫治之能；（瑪四2）使我們的路好像黎明的光，越照越明，直到日午。（箴四18）

耶和華啊，我們不致消滅，是出於你諸般的慈愛；是因你的憐憫不致斷絕。每早晨，這都是新的；你的誠實極其廣大！（哀三22-23）一宿雖然有哭泣，早晨便必歡呼。（詩三十5）

我們感謝你，因我們躺下睡覺，（詩三5）有枕頭的地方，（太八20）並沒有在曠野、山嶺、山洞、地穴，飄流無定；（來十一38）我們沈睡，並沒有盡是反來覆去，直到天亮；夜間的疲乏並非為我們而定。我們躺臥的時候沒有說：我們何時起來，黑夜就過去呢？我的床必安慰我，我的榻必減輕我的苦情；（伯七3-4、13，新譯本）你叫我們和你所親愛的人一樣安然睡覺。（詩一二七2）我們躺下睡覺，又再度醒來；你使我們眼目光明，免得我們沉睡至死。（詩十三3）

你保護我們免於黑夜行的瘟疫，（詩九一6）免於這幽暗

世界管轄者的惡意，（弗六12）免於那遍地遊行、尋找可吞吃之人的吼叫獅子；（彼前五8）保護以色列的，也不打盹也不睡覺；（詩一二一4）祂保守我們，所以我們是安全的。

然而我們無法和大衛一樣說：我們睡醒的時候，仍和你同在；（詩一三九18）也無法說：我們趁夜更未換將眼睜開，為要思想你的話語；（詩一一九148）惡念仍存在我們心裡。

（耶四14）求你赦免我們的罪，求你使我們清晨得聽你慈愛之言，因我們倚靠你；求你使我們知道當行的路，因我們的心仰望你；求你指教我們遵行你的旨意，因你是我們的神。你的靈本為善；求你引我們到平坦之地。（詩一四三8、10）

求耶和華此刻保護、保守我們，免受當今一切的災害；求耶和華保護我們的性命；耶和華啊，我們出，我們入，求你都保護我們；（詩一二一7-8）求你吩咐你的使者用手托著我們，在我們行的一切道路上保護我們。（詩九一11-12）賜我們恩典做每日當做的工作，盡每日當盡的本分。（拉三4）

第二、晚禱


神啊，你使日出日落之地都歡呼；（詩六五8）因你藉此叫我們停止做工勞碌，命我們歇一歇。（詩一〇四23）使我們的心此刻歸向你，（可六31）在你裡面安息——你是我們的安樂，因為你用厚恩待我們，（詩一一六7）所以我們睡得很香甜。（耶三一26）

天天背負我們重擔的主，是應當稱頌的！今日我們出，我們入，祂都保護我們；（詩六八19，一二一8）現在我們已從你那裡領受日用的飲食，父啊，求你赦免我們的過犯。（太六11-12）

我們必躺下睡覺，因為你——耶和華使我們安然居住：
（詩四8）（我們求你）四面圍上保護的籬笆，保護我們和我們的家，並我們一切所有的。（伯一10）求耶和華的使者在我們四圍安營，搭救我們，（詩三四7）好使我們躺臥，無人驚嚇。（伯十一19）

我們將我們的靈魂交在你手裡；（詩三一5）我們躺在床上沉睡的時候，開通我們的耳朵，將當受的教訓印在我們心上；（伯三三15-16）求耶和華指教我們，使我們的心腸在夜間警戒我們；（詩十六7）求你在夜間鑒察我們，熬煉我們；（詩十七3）我們在床上的時候，求你使我們心裡思想。（詩四4）

求你使我們在床上記念你，在夜更的時候思想你，（詩六三6）和眾聖民一樣，因所得的榮耀高興，且在床上歡呼！（詩一四九5）



第三、飯前懇求神賜福

耶和華啊，你賜糧食給凡有血氣的，因你的慈愛永遠長存。（詩一三六25）萬民都舉目仰望你；（詩一四五15）但你特別賜糧食給敬畏你的人，因你永遠記念你的約。（詩一一5）

你是我們的生命，我們的日子長久也在乎你，（申三十20）就是一生牧養我們直到今日的神；（創四八15）我們雖然沒有好好服事你，你仍厚賜百物給我們享受。（提前六17）你不但將一切青綠的菜蔬和一切樹上的果子全賜給我們作食物，（創一29）也使凡活著的動物都作我們的食物，如同菜蔬一樣。（創九3）

願神得稱頌，因為我們如今在福音下得了教導，不可稱任何東西為俗物或不潔之物；（徒十15）入口的不能污穢人；

(太十五 11) 凡神所造的物都是好的，沒有一樣可棄的，因為神造物，是要叫那信而明白真道的人感謝著領受的。(提前四 3-4)

我們承認自己不配吃從你護理的桌上，掉下來的碎渣兒；(太十五 27) 你大可公義地拿走我們所倚靠的糧，所仗賴的水，(賽三 1) 使我們吃配給的口糧，喝配給的水，十分驚惶；(結四 16，新譯本) 因為我們得餵養、得飽足時，便忘記造我們的神。(申三二 15) 求你赦免我們的罪，不要使我們的筵席在我們面前變為網羅，不要使我們平安的時候變為機檻。(詩六九 22)

我們知道，凡物都因神的道和人的祈求，成為聖潔了；(提前四 5) 我們也知道，人活著，不是單靠食物，乃是靠神口裡所出的一切話；(太四 4) 因此，我們按著主的榜樣，望著天，祈求神祝福我們的食物，(太十四 19) 使我們當中的糧食豐滿。(詩一三二 15)

主啊，不要使我們只知餵養自己，無所懼怕；(猶 12) 不要讓我們的肚腹成為我們的神，(腓三 19) 也絕不要讓貪食或醉酒麻痹我們的心；(路二一 34，現代中文譯本) 我們或吃或喝，無論做甚麼，都要為榮耀神而行。(林前十 31)

✦ 第四、飯後感謝神


現在我們吃得飽足，就要稱頌你，因你已將那美地賜給我們。(申八 10) 在我們敵人面前，你為我們擺設筵席；你膏了我們的頭，使我們的福杯滿溢。(詩二三 5)

耶和華啊，你是我們的產業，是我們杯中的分；我們所得的，你為我們持守。因此我們有理由說：用繩量給我們的地界，坐落在佳美之處；我們的產業實在美好。(詩十六 5-6)

我們特別要因生命的糧稱頌你，這糧從天上降下來，賜生命給世界。主啊，常將這糧賜給我們！賜我們智慧，使我們少為那必壞的食物勞力，多為那存到永生的食物勞力。（約六 27、33-34）

耶和華賜食物與飢餓的，（詩一四六 7）把飲食分給沒有能力預備的人。（尼八 10）

使我們作在神國裡吃飯的有福之人，（路十四 15）吃那隱藏的嗎哪。（啟二 17）




第五、啟程旅行前的禱告

主啊，在我們當行的路上保佑我們，（創二八 20）不要使禍患臨到我們；（詩九一 10）使我們照神的旨意，能得平坦的道路，（羅一 10）無論我們往哪裡去，求你用恩惠如同盾牌四面護衛我們。（詩五 12）

使我們安全行路，（箴三 5）不要使我們的腳絆倒，或碰在石頭上。（詩九一 12）

凡事引領我們，（帖前三 11）使我們按公正處理自己的一切事務；（詩一一 5）求你施恩給我們，使我們遇見好機會。（創二四 12）

我們彼此離別以後，願耶和華在我們中間鑒察。（創三一 49）



第六、旅行歸來時的禱告

耶和華——亞伯拉罕的神是應當稱頌的，因祂不斷地以慈愛誠實待我們。（創二四 27）

我們的骨頭都要說：耶和華啊，誰能像你？因你保守我們所有的骨頭。（詩三五 10）

惟有那以力量束我們的腰、使我們行為完全的，祂是神。（詩十八 32）

第七、主日前一天的夜晚

現在，求你使我們記得明天是耶和華的聖安息日，（出十六 23）並記得安息日是個大日，（約十九 31）是耶和華可尊重的聖日；（賽五八 13）求你施恩使我們自潔，這樣明天耶和華便在我們中間行奇事；（書三 5）使我們用心做預備的工作，因為安息日快到了。（路二三 54）

你看著你六日所造的一切都甚好，（創一 31）但我們在許多事上都有過失。（雅三 2）使我們藉著悔改和信靠基督的寶血，不但能洗我們的腳，連手、頭和心也要洗；（約十三 9）耶和華啊，這樣我們才能環繞你的祭壇。（詩二六 6）

現在求你使我們安息，歇了自己一切的工，（來四 10）把我們一切屬世的心事都留在山腳下，上山敬拜神，之後再回到這些事上。（創二二 5）

第八、主日早晨

耶和華啊，我們稱頌你，你光照了我們，我們所見的光屬於你；（詩一一八 27）我們得看見人子的一個日子，（路十七 22）得在你的院宇住一日——這勝似在別處住千日。（詩八四 10）

父啊，天地的主，我們感謝你！因為你向聰明通達人藏起來的事，向我們這些嬰孩就顯出來。父啊！是的，因為你的美意本是如此：我們眼所看見、耳所聽見的，是從前許多先知和君王想看見、想聽見的，卻沒有看見和聽見；（路十 21-24）不能壞的生命藉著福音彰顯了出來。（提後一

10)

當主日，願我們此刻被聖靈感動！（啟一10）願我們稱安息日為可喜樂的，（賽五八13）並榮耀人子，祂也是安息日的主；（可二28）願我們不按自己的方式行事，不尋求個人的享樂，也不按己意說話。



第九、司會者於主日公眾敬拜開始時的禱告

神啊，你在聖者的會中，是大有威嚴的神，比一切在你四圍的更可畏懼。（詩八九7）施恩給我們，使我們用虔誠、敬畏的心敬拜神，因為你——我們的神乃是烈火。（來十二28-29）

這是你所說的：你在親近你的人中要顯為聖；在眾民面前，你要得榮耀。（利十3）你——耶和華是叫我們成為聖的，（結二十12）求你用真理使我們成聖，好使你在我們心中顯為聖；（約十七17）你是我們當怕的，也是我們當畏懼的。（賽八13，新譯本）

我們聚在一起，將榮耀歸給偉大的耶和華，祂在六日之內，造天、地、海，和其中的萬物，第七日便安息，所以祂賜福與安息日，定為聖日。（出二十11）我們得幫助，是在乎倚靠造天地之耶和華的名。（詩一二四8）

使我們成為新造的人，（林後五17）我們原是祂的工作，在基督耶穌裡造成的，為要叫我們行善。（弗二10）使那創世第一天且吩咐光從黑暗裡照出來的神，在一週的首日照在我們心裡，叫我們得知神榮耀的光顯在耶穌基督的面上。（林後四6）

我們聚在一起，將榮耀歸給主耶穌基督，使安息日顯為聖，尊崇主，祂是匠人所棄的石頭，但如今已成了房角的頭塊石頭。這是耶和華所做的，在我們眼中看為希奇。

這是耶和華所定的日子，我們在其中要高興歡喜！（詩一一八 22-24）祂是首先的、末後的、死過又活的。（啟二 8）

願我們今日經歷基督復活的大能，（腓三 10）使我們在祂復活的形狀上與祂聯合，叫我們一舉一動有新生的樣式，像基督藉著父的榮耀從死裡復活一樣，（羅六 4-5）能和祂一同坐在天上；（弗二 6）藉著求在上面的事，顯明我們真與基督一同復活。（西三 1）

我們聚在一起，歸榮耀給當稱頌的恩典之靈，且歡慶、紀念父賜下應許；使徒於一週首日在祂裡面領受大能，如同基督也是在這日復活。（徒一 4、8）

願我們這日被聖靈充滿，願聖靈在我們裡面結的果子是一切良善、公義、誠實。（弗五 8、9、18）

我們聚在一起，見證我們和普世教會的交通，我們雖多，仍是一體；我們敬拜同一位神，就是父——萬物都本於祂，我們也歸於祂；是奉一位主的名，就是耶穌基督——萬物都是藉著祂有的，我們也是藉著祂有的；（林前十 17，八 6）這都是同一位聖靈所運行、隨己意分給各人的，（林前十二 11）願所有遵照這原則的人，（加六 16，現代中文譯本）等候、盼望同樣的福，並等候至大的神和我們救主的榮耀顯現。（多二 13）



第十、準備聖餐時

此刻我們受邀來吃智慧的餅，喝智慧所調和的酒；（箴九 5）求你使我們飢渴慕義；（太五 6）我們受邀赴羔羊的婚筵，（啟十九 9）求你賜我們禮服。（太二二 11）

北風啊，興起！南風啊，吹來！吹在我們的園內，使其中的香氣發出來。願我們的良人進入自己園裡，吃祂佳美的果子。（歌四 16）

願你吸引我們，我們就快跑跟隨你。帶我們進你的內室，我們在那裡必因你歡喜快樂。我們要稱讚你的愛情，勝似稱讚美酒。王正坐席的時候，使我們的哪嚙香膏發出香味。（歌一4、12）

凡專心尋求神，就是耶和華——他列祖之神的，雖不照著聖所潔淨之禮自潔，求至善的耶和華也饒恕他：求你垂聽我們的禱告，醫治百姓。（代下三十18-20）



第十一、慶祝聖餐時

使我們為福杯祝禱的時候，共享基督的血；使我們擘餅的時候，共享基督的身體；（林前十16）使我們以此表明主的死，直等到祂來。（林前十一26）

此刻我們要與耶和華聯合為永遠的約，（耶五十5）所以要與主聯合，好與主成為一靈。（林前六17）使我們藉著將起初確實的信心堅持到底，如今得以在基督裡有分。（來三14）

使我們真正可吃基督的肉，真正可喝基督的血：叫我們因著信，吃祂肉、喝祂血，使祂常在我們裡面，我們也常在祂裡面，並因祂而活著。（約六55-57）

基督的十字架在猶太人為絆腳石，在外邦人為愚拙；但叫基督的十字架在我們成為神的智慧，神的能力。（林前一23-24）

將罪得赦免的印記印在我們身上，就是所賜的聖靈，（徒二38）以及永生的應許，（約壹二25）使我們舉起救恩的杯，稱揚耶和華的名。（詩一一六13）



第十二、慶祝聖餐後

主啊，現在使我們持守我們所領受的，免得人奪去我們的冠冕；（啟三 11）求你使我們常存這樣的心思意念，堅定我們的心歸向你。（代上二九 18）

賜我們恩典——我們既然接受了主基督耶穌，就當遵祂而行，（西二 6）好叫我們一切行事為人與祂的福音相稱。（腓一 27）

如今，願我們身上常帶著主耶穌的死，使耶穌的生也顯明在我們必死的身上，（林後四 10）叫我們活著就是基督。（腓一 21）

神啊，我們向你所許的願在我們身上。（詩五六 12）願我們天天還我們所許的願。（詩六一 8）



第十三、孩童洗禮

神啊，世人都是屬你的；父母屬你，子女屬你；（結十八 4）我們向你獻上這孩童，當作活祭，願這祭是聖潔的，是你所喜悅的；（羅十二 1）好叫這祭得以獻上，歸入父、子、聖靈的名。（太二八 19）


這孩童是在罪孽裡生的，（詩五一 5）但有一個開放的泉源；求你在泉源中洗淨孩童的心，（亞十三 1）因此刻已按你所命定的，用清水將孩童洗淨了。（來十 22）

這孩童是承受約的子孫之一，（徒三 25）是給你所生的兒女之一，（結十六 20）是你的僕人，在你殿中生的；（詩一一六 16）願你實現你古老的約，好作信徒和信徒後裔的神；（創十七 7）因為亞伯拉罕的福臨到外邦人，（加三 14）這應許是給我們和我們的兒女。（徒二 39）

你鼓勵我們帶小孩子到你那裡去，因為你說：在神國

的，正是這樣的人。應當稱頌的耶穌啊，求你用大能和恩惠的膀臂抱著這孩子，給他接手，為他祝福；（可十14、16）求你讓這孩子作貴重的器皿，成為聖潔，合乎主用，（提後二21）在你所定的日子，使他屬你，特特歸你。（瑪三17）

將你的靈澆灌我們的後裔，將你的福澆灌我們的子孫，好使他們像溪水旁的柳樹生長起來，親手寫上：「我們是屬耶和華的」，並自稱為以色列。（賽四四4-5）




第十四、喪禮

主啊，求你使我們明白往遭喪之家去是好的，叫我們因此思想眾人的結局，且將這事放在心上，（傳七2）有智慧思念我們的結局；（申三二29）因為我們也必歸到我們列祖那裡，像我們的鄰舍和弟兄一樣；（民二七13）雖然在基督裡死去之人所去的地方，我們現在不能跟他們去，（約十三36）但求你使我們後來跟他們去，各人按著自己的次序復活。（林前十五23）

我們知道你要使我們臨到死地，到那為眾生所定的陰宅，（伯三十23）但求你不要讓我們死去，直到我們因信看見主基督；之後可以照你的話，釋放我們安然去世。（路二26、29）我們這地上的帳棚拆毀時，求你使我們得神所造，不是人手所造，在天上永存的房屋。（林後五1）

使我們知道我們的救贖主活著，我們這皮肉滅絕之後，我們必在肉體之外得見神。我們自己要見祂，親眼要看祂，並不像外人。（伯十九25-26）



第十五、婚禮

使要結婚的人嫁娶在主裡面的人；（林前七39）使主耶

穌因著祂的恩典，臨到娶親的筵席，並且把水變成酒。（約二1、9）

使他們成為彼此的配偶和幫助，（創二18）作為成就彼此救贖的器皿；（林前七16）使他們住在聖潔的愛裡面，好叫他們住在神裡面，神也住在他們裡面。（約壹四16）

使妻子在內室，好像多結果子的葡萄樹；（詩一二八3）使丈夫作有知識的人，和妻子同住；使夫妻同住，一同承受生命之恩，這樣，便叫他們的禱告沒有阻礙。（彼前三7）使我們都配得那世界，那裡的人不娶也不嫁。（路二十35）

第十六、按立牧者

把神的事交託那忠心、也能教導別人的人；（提後二2）使他們成為點著的明燈，（約五35）這樣便能顯明是主基督耶穌派他們服事祂；（提前一12）不要匆匆忙忙地替別人按手。（提前五22，新譯本）

使受按立的人能謹慎，盡他們從主所受的職分；（西四17）藉著凡事謹慎，盡他們的職分。（提後四5）

使那些奉基督的名傳悔改、赦罪之道的人，領受從上頭來的能力；（路二四47、49）賜他們新心，（撒十9）使他們作基督耶穌的好執事，在真道的話語和善道上得了教育。（提前四6）

第十七、乾旱缺雨時

你使雨停止，不降在我們那裡；你降雨在這城，不降雨在那城；我們仍不歸向你。（摩四7）

但你說：我們因得罪你，你懲罰我們，使天閉塞不下雨；我們若承認你的名，離開我們的罪，你便在天上垂聽，

赦免我們的罪，且降雨在我們的地。（王上八 35）

我們求你降下秋雨和春雨，且仰賴你降雨；（亞十 1）
因為外邦人虛無的神中，無一能降雨，天也不能自降甘霖，
但我們等候你，因為這一切都是你所造的。（耶十四 22）

第十八、降雨過多時

求你為施行慈愛潤地而降雨，不要為責罰而降雨，（伯三七 13）
不要降暴雨沖沒糧食。（箴二八 3）

你起誓不再使挪亞的洪水漫過遍地；（賽五四 9）因此，
求使金光出於北方，因為在神那裡有可怕的威嚴。（伯三七 22）

第十九、傳染病流行時

從我們中間除去疾病，（出二三 25）救我們脫離毒害的
瘟疫。（詩九一 3）

命令施行毀滅的天使住手，把劍收回劍鞘裡。（撒下二四 16）

第二十、火災

你命火來施行懲罰，（摩七 4）我們為耶和華所發的火
哀哭；（利十 6）主耶和華啊，求你止息；（摩七 5）求你熄火，
如同摩西祈求時，你便熄了以色列中間焚燒的火。（民十一
1-2）



第廿一、大風暴

主啊，風在你的掌握中，（箴三十4）你從府庫中帶出風來，（詩一三五7）甚至狂風都成就你的命令。（詩一四八8）求你保護我們和我們的居所，不要使我們和約伯的子女一樣，埋在斷垣殘壁下。（伯一19）



第廿二、不同處境的人面對憂慮、重擔和苦難時

一、對於心裡焦慮不安、憂鬱、對自己的屬靈景況感到懷疑和恐懼的人，我們要和他們一起禱告，或為他們禱告。

耶和華啊，那些敬畏你、聽從你僕人之話的人行在暗中，沒有亮光時，求你使他們倚靠耶和華的名，仗賴自己的神：（賽五十10）求使晚上出現光明。（亞十四7）

求使軟弱的手堅壯，無力的膝穩固。對膽怯的人說：你們要剛強，不要懼怕。（賽三五3-4）用美善的安慰話回答他們，（亞一13）對他們說：放心吧！你們的罪赦了；（太九2）你們放心！是我，不要怕！（可六50）我是拯救你的。（詩三五3）求使他們得聽歡喜快樂的聲音，使所壓傷的骨頭可以踴躍。（詩五一8）

求使那些此刻想念神，煩躁不安，心發昏、不肯受安慰的人，（詩七七2-3）能倚靠你的慈愛，好叫他們終究能因你的救恩快樂；（詩十三5）你雖殺他們，他們仍信靠你。（伯十三15）

雖然深淵與深淵響應，你的波浪洪濤漫過他們身上，但白晝你必向他們施慈愛，黑夜時，求使他們歌頌禱告賜他們生命的神。雖然他們的心憂悶，在他們裡面煩躁，求你使他們仰望神，好使他們仍要稱讚你。求使他們明白你

是他們臉上的光榮，是他們的神。（詩四二 7-8、11）

使他們裡面重新有正直的靈，不要丟棄他們，使他們離開你的面；不要從他們收回你的聖靈。求你使他們仍得救恩之樂，賜他們樂意的靈扶持他們，（詩五一 10-12）好叫他們的口大聲歌唱你的公義，述說你的救恩。（詩七一 15）

從禍坑裡，從淤泥中，把他們拉上來，使他們的腳立在磐石上，使他們腳步穩當。使他們口唱新歌，就是讚美我們神的話。（詩四十二 3）你使他們受苦後，求你此刻再度安慰他們。（詩九十 15）

雖然你片時離棄他們，向他們掩面，你卻要將他們收回，以永遠的慈愛憐恤他們。（賽五四 7-8）

求你的聖靈與他們的心同證他們是神的兒女；（羅八 16）用基督的血洗去他們天良的虧欠。（來十 22）

耶和華啊，責備試探者，就是那控告弟兄的！求揀選耶路撒冷的耶和華責備他！使受試探、煩躁不安的可憐人，如同柴一般從火中抽出來。（亞三 2）

二、有人認知到自己的罪，開始擔憂自己的靈魂和救贖，並詢問關於基督的事。

他們詢問往錫安的路，又面向錫安，（耶五十五 5）痛悔尋求耶和華，（撒七 2）因罪覺得扎心；（徒二 37）求你向他們顯明善道正路，引導他們行在其中。（撒十二 23）

對那些問：「該做甚麼才能得永生？」的人，（太十九 16）求你向他們顯明基督是道路、真理、生命，是又真又活的唯一道路。（約十四 6）

求你不要吹滅將殘的燈火，也不要折斷壓傷的蘆葦；求你施行公理，叫公理得勝。（太十二 20）求羊群的大牧人用膀臂聚集羊羔抱在懷中，慢慢引導他們，（賽四十 11）幫助他們不足的信心。（可九 24）

不要使紅龍在孩子出生後，就吞吃孩子；求你使孩子被提到神寶座那裡去。（啟十二 4-5）

三、對於生病軟弱，身體失調的人，我們和他們一起禱告，或為他們禱告，祈求在罪中的病人能信神，在基督裡的病人能得安慰。

主啊，你命令我們為病人禱告，以及和病人一起禱告，你又應許出於信心的祈禱要救那病人；主啊，求你幫助我們出於信心為病人祈禱，（雅五 14-15）想到自己也在肉身之內。（來十三 3）

我們知道主耶穌在世上時，人們把一切害病的，就是害各樣疾病、各樣疼痛的，都帶了來，耶穌就醫治百姓各樣的病症；今日耶穌仍像當時一樣，有醫治身體疾病的大能；（太四 23-24）祂對他們說：「去！」他們就去；說：「來！」他們就來；說：「你們做這事！」他們就去做。祂說一句話，他們就必好了。（太八 8-9）祂仍能體恤我們的軟弱。（來四 15）這是我們所信的，因此我們要藉著禱告，把生病的朋友帶來，放在耶穌面前。（路五 18）

主啊，不要使病人輕看主的管教，被主責備的時候也不可灰心；（來十二 5）使他們聽主派定刑杖的懲罰，（彌六 9）親吻刑杖，服了罪孽的刑罰。（利二六 41）

使他們明白禍患原不是從土中出來，也不是從地裡發生，（伯五 6）好叫他們因而求主耶和華，更甚於求醫生，（代下十六 12）因為人能脫離生死是在乎主耶和華。（詩六八 20）

主啊，指示他們為何你與他們爭辯，（伯十 2）使他們在急難的時候，在他們列祖的神面前極其自卑；（代下三三 12）使他們悔改，離開所行的一切惡道，改正他們的行動作為；（耶十八 11）他們受審、被主懲治後，就不會和世人一同定罪。（林前十一 32）身體的病痛和面帶愁容，終必使心

喜樂。(傳七3)

耶和華啊，求你不要在怒中責備他們，也不要在此中懲罰他們！耶和華啊，求你可憐他們，因為他們軟弱。耶和華啊，求你醫治他們，因為他們的骨頭髮戰，他們的心也大大地驚惶。耶和華啊，求你轉回搭救他們！因你的慈愛拯救他們：(詩六1-4)你放在他們身上的，不要超過你給他們的忍受能力；使他們能忍受你所放在他們身上的。(林前十13)

你因人的罪惡懲罰他的時候，叫他的笑容消滅，如衣被蟲所咬。世人真是虛幻！人因你手的責打便消滅，但我們求你把你的責罰從他們身上免去。求你稍加寬容，使他們在去而不返之先可以恢復力量。(詩三九10-11、13)

有人在床上被懲治，骨頭中不住地疼痛，以致他們的口厭棄食物，心厭惡美味；求你指示他們所當行的事，給他們開恩，救贖他們免得下坑，因你已經得了贖價。(伯三三19-20、23-24)

使永生的神作他們的居所，使祂永久的膀臂在他們以下；(申三三27)思量他們的本體，思念他們不過是塵土。(詩一〇三14)

在屬你之人遭難的日子，求你搭救他們，保全他們，使他們存活；他們病重在榻，求你扶持他們；他們在病中，求你給他們鋪床。求你憐恤他們，醫治他們！因為他們得罪了你。(詩四一1-4)

求你轉向他們，憐恤他們，救他們脫離他們的禍患。求你看顧他們的困苦，他們的艱難，尤其求你赦免他們一切的罪。(詩二五16-18)

求你用你的臉光照他們，以你的慈愛拯救他們；(詩三一16)求那安慰喪氣之人的神安慰他們！(林後七6)使他們身體苦痛時，得在你裡面安然居住。(詩二五13)

（若是身體開始不適）主啊，侷限這疾病，說：病痛只可到這裡，不可越過；（伯三八 11）不要讓病痛極端橫行；你打發疾病去，只是漸漸地與疾病相爭，你颯東風的日子，就用暴風將它逐去，藉此，雅各的罪孽才得赦免；他的罪過得以除掉的條件全都在於此。（賽二七 8-9，新譯本）

（若是久病纏身）主啊，使忍耐有完全的功效，甚至恆久忍耐，好叫長期處於煉爐中的人，（雅一 4）能繼續仰望耶和華，靜默等候祂的救恩；（哀三 26）使患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望，盼望不至於羞恥；（羅五 3-5）使他們能說，連這樣的苦楚都是至輕的，因他們明白這要為他們成就極重無比、永遠的榮耀。（林後四 17）

（若有復原的希望）主啊，你試煉他們之後，使他們如精金：願他們的性命存活，得以讚美你！願你的典章幫助他們！求你用厚恩待他們，使他們存活，他們就遵守你的話。（詩一一九 17、175）你因愛他們的靈魂便救他們脫離敗壞的坑，將他們一切的罪扔在你的背後。求你使他們痊癒，仍然存活。（賽三八 16-17）你說一句話，他們就必好了：（太八 8）對他們說：仍可存活，仍可存活；這是談情說愛的時候。（結十六 6、8）

父啊，倘若可行，求你叫這杯離開。然而，不要照我們的意思，只要照你的意思；（太二六 39、42）願主的旨意成就。（徒二一 14）求你成全關乎他們的事；耶和華啊，你的慈愛永遠長存！求你不要離棄你手所造的，（詩一三八 8）使他們或活或死總是主的人。（羅十四 8）

（若看來已在彌留之際）此刻肉體和心腸衰殘；主啊，作他們心裡的力量，又作他們的福分，直到永遠；（詩七三 26）在死蔭的幽谷中，耶和華——好牧者啊，求你同在，帶著指引的杖，支持的竿。（詩二三 4）此刻不要撇下他們，也不要丟棄他們，（來十三 5）求你作他們隨時的幫助。（詩

四六1) 我們把即將離去的靈魂交在你手裡，(詩三一5) 就是交在那信實的造化主手裡——這是藉著靈魂救贖者之手所成就的。(彼前四19) 讓天使把這靈魂帶去，放在亞伯拉罕的懷裡；(路十六22) 把這靈魂獻給你，毫無玷污、皺紋等類的病。(弗五27) 求主耶穌接收這寶貴的靈魂，(徒七59) 使他來到被成全之義人的靈魂那裡；(來十二23) 使他離開身體時，便與主同住；(林後五8) 使他今日就同你在樂園裡。(路二三43) 如今使他永遠得安慰，(路十六25) 完全脫離罪；(羅六7) 預備我們跟在他後面，走在他前面的不計其數；(伯二一33) 使我們和主永遠同在，(帖前四17) 那裡不再有死亡，一切的眼淚都要擦去。(啟二一4)

四、對於那喪失理智功能的人，我們和他們一起禱告，或為他們禱告。

求你憐憫察看那些無法保全自己靈魂的人，(路二一19) 神奪去他們的公理(伯二七2，新譯本) 甚至他們寧肯噎死，寧肯死亡，勝似留一身的骨頭。(伯七15) 使他們醒悟過來，恢復正常心智；(路十五17) 拯救他們，不要讓他們傷害自己。(徒十六28) 在這世上，不論你在我們身上安排何種苦難，求你都為我們保存理智的運用和良知的平安。

五、孩童生病時，我們和他們一起禱告，或為他們禱告。

主啊，我們看到死作了王，連那些不與亞當犯一樣罪過的，也在他的權下；(羅五14) 但耶穌基督已經把死廢去，(提後一10) 連小孩子祂都允許進入神國。(可十14) 求你和地上的父母一樣，憐恤他們生病的兒女。(詩一〇三13) 他們出來如花，求你不要讓他們又被割下；求你轉眼不看他們，使他們得歇息，直等到他們像雇工一樣享受他們的日子。(伯十四2、6) 求你憐恤我們，使孩子不死。(撒下十二

22) 然而，父啊，願你的旨意成就。（徒二一 14）使他們的靈魂在主耶穌的日子可以得救。（林前五 5）

六、對於失親的家庭，我們和他們一起禱告，或為他們禱告，尤其是失去一家之主的家庭。

和我們的救主一樣，探訪遭喪之家，安慰他們，使他們確信復活在基督，生命也在基督，他們離去的親人（約十一 23、25）不是死了，是睡著了，（太九 24）必要復活；使遭喪之家不要像那些沒有指望的人一樣憂傷。（帖前四 13）使他們倚靠永生神、（提前六 17）永久的磐石，且以活水的泉源為樂，明白受造物本是破裂的蘆葦和池子。（耶二 13）

神啊，在你的聖所作孤兒的父，作寡婦的丈夫。（詩六八 5）使孤兒在你——耶和華那裡得蒙憐憫，（何十四 3）保全他們的命；使寡婦可以倚靠你，（耶四九 11）使那獨居無靠、真為寡婦的，仰賴神，晝夜不住地禱告。（提前五 5）父母離棄時，求耶和華收留兒女，（詩二七 10）不要撇下他們為孤兒，求你到他們那裡去。（約十四 18）

七、婦女臨盆或生產時，我們和她們一起禱告，或為她們禱告。

主啊，女人最初陷在罪裡時，你給她下了這個判決，（提前二 14）她生產兒女必多受苦楚。（創三 16）然而，使你的使女在生產上得救，常存信心、愛心，又聖潔自守。（提前二 15）使她能夠把她的重擔卸給耶和華，讓主扶持她；（詩五五 22）使她懼怕的時候倚靠你，（詩五六 3）倚靠耶和華——她的神，心裡堅固。（撒三十三 6）不要讓根從下邊枯乾，也不要讓枝子凋謝或被剪除；（伯十八 16）讓根和枝子都在你面前存活。求你作她的磐石，她的巖石，她的山寨，下令救她。（詩七一 3）產難臨到她，她不能逃脫時，耶和華啊，

求你開恩搭救她！（帖前五3）耶和華啊，求你速速幫助她！求你作她的幫助和拯救。神啊，求你不要耽延：使她平安得拯救，（詩四十13、17）不再記念那苦楚，因為歡喜世上生了一個孩子，是你的孩子。（約十六21）

八、有人從病痛中康復或平安生產完後，渴望感謝神的憐憫，這時我們和他們一起禱告，或為他們禱告。

耶和華啊，我們要尊崇你，因為你救拔這些人，把他們的靈魂從陰間救上來，使他們存活，不至於下坑。（詩三十一、3）你救了那些落到卑微地步的人，救他們的命免了死亡，救他們的眼免了流淚，救他們的腳免了跌倒。現在，求你賜他們恩典在你面前行活人之路，以感謝為祭獻給你，又求告你的名，向你還他們的願。（詩一一六6、8-9、17-18）

陰間不能如此稱謝你，死亡不能頌揚你；下坑的人不能盼望你的誠實。但活人必稱謝你，像我們今日稱謝你一樣。（賽三八18-19）主啊，不要使那些從死亡中得拯救的人，像那九個長大癱瘋的一樣，沒有回來感謝神；（路十七18）也不要像希西家一樣，沒有照他所蒙的恩報答耶和華；（代下三二25）使他們以感謝獻上為祭，榮耀你，按此而行，好得見神的救恩。（詩五十23）

耶和華雖嚴嚴地懲治他們，卻未曾將他們交於死亡。願他們因此稱謝祂，祂已成了他們的拯救！（詩一一八18、21）

九、孩子令父母痛心或害怕時，我們和父母一起禱告，或為父母禱告。

耶和華啊，求你將父母心裡為子女所求的賜給他們，他們求的就是能看到子女遵行真理；（約貳4）使基督成形在他們心裡。（加四19）使他們及早認識耶和華——他們父

的神，誠心樂意地事奉祂。（代上二八9）使少年時所生的兒女好像勇士手中的箭，得引導、行得正，使箭袋充滿的父母能視自己為有福的，（詩一二七4-5）兒女不會是扎在父母心中的箭。

愚昧的子女使父親愁煩，使母親憂苦，他們戲笑父母、藐視而不聽從父母；（箴十七25，三十17）求你帶領他們悔改，使那些一向沒有益處的，如今終究都有益處。（門11）使兒女的心轉向父親，（瑪四6）叫悖逆的人轉從義人的智慧，好預備他們作主合用的百姓。（路一17）把他們的作為和過犯指示他們，叫他們知道有驕傲的行動，也開通他們的耳朵得受教訓。（伯三六9-10）

十、有人坐牢時，我們和他們一起禱告，或為他們禱告。

那些坐在黑暗中、死蔭裡的人被困苦和鐵鍊捆鎖，是因他們違背神的話語，藐視至高者的旨意；求你施恩使他們在苦難中哀求你，（詩一〇七10-11、13）在遭患難的日子思想。（傳七14）

使他們被擄時想起罪來，謙卑自己，禱告尋求你的面，回心轉意，說：「我們有罪了，我們悖逆了」，且盡心盡性歸服你。（王上八47-48）求你領他們出離被囚之地，他們好稱讚你的名。（詩一四二7）帶他們進入神兒女自由的榮耀，使他們脫離敗壞的轄制。（羅八21）使天父的兒子叫他們自由，這樣他們就真自由了。（約八36）

求你和冤枉坐牢的人同在，如同你與約瑟同在監裡，並向他們施恩。（創三九21）求你聽窮乏人，不藐視被囚的人；（詩六九33）願他們悲傷的歎息達到你面前，願你按你的大能力存留那些受到不公平判決、將要死的人。（詩七九11）

十一、對於即將處死的死刑犯，我們和他們一起禱告，或為他們禱告。

他們的歲月將因自己的罪惡而斷絕，求你憐憫看待他們；（伯二一 21）求你使他們悔改，以致得救，如同你拯救十字架上的竊賊一樣；（林後七 10）在一切臨到他們的事上，使他們承認你的公義，即你所行的是誠實，他們所做的是邪惡。（尼九 33）求你使他們回轉，他們便回轉，受教以後就拍腿歎息，因擔當幼年的凌辱就抱愧蒙羞。（耶三一 18-19）把他們像柴一樣從火中搶出來，（猶 23）救他們脫離將來的忿怒。（帖前一 10）

使他們藉著認罪，將榮耀歸給神，（書七 19）好叫他們蒙恩寵，（箴三 4）叫其他人聽見害怕，不再擅敢行事。（申十七 13）

主耶穌啊，你在你的國度裡，求你此刻記念他們；（路二三 42）使他們不受第二次死的害；（啟二 11）救贖他們免得下坑；（伯三三 24）他們的肉體雖然敗壞，然而使他們的靈魂在主耶穌的日子可以得救。（林前五 5）憐憫無邊的神啊，開恩可憐這些罪人，（路十八 13）這些犯罪、自害己命的人。（民十六 38）

十二、我們和航海之人一起禱告，或為他們禱告。


使那些在海上坐船，在大水中經理事務的，在那裡看見耶和華的作為，並祂在深水中的奇事；（詩一〇七 23-24）承認祂是極偉大的神，連風和海都聽從祂；（太八 27）祂以永遠的定例，用沙為海的界限，水不得越過。波浪雖然翻騰，卻不能逾越；雖然匉匉，卻不能過去。（耶五 22）

他們行經海道，（詩八 8）遭江河的危險、盜賊的危險時，求你保護他們。（林後十一 26）狂風若起來，揚起波浪，以致他們的智慧無法可施時，求你救他們脫離他們的禍患，

使狂風止息，引他們到所願去的海口；願得救之人因耶和華的慈愛，和祂向世人所行的奇事稱讚祂。（詩一〇七 25、27-31）



禱告的方法



Chapter 7

結束禱告

聖經命令我們要常常祈求，不住地禱告，恆切禱告，因為我們必須隨時定意要盡這項本分，忠心不渝，絕不喪志或放棄。但是，我們無法一直在禱告，總是有下山的時候；也不能禱告太久，而使這項本分變成我們和禱告同伴們的難事或重擔，我們畢竟還有別的工作要處理。雅各和天使摔跤，但天將亮時，他必須離開。所以，我們必須思考怎樣結束禱告。耶西的兒子大衛的禱告也要有結束的時候。而我們要如何結束，才能讓禱告的印記常存在我們的心思意念中呢？



第一、禱告結束時，我們可用一些綜合性的祈求來做總結。

但願賜平安的神，就是那憑永約之血、使群羊的大牧人——我主耶穌——從死裡復活的神，在各樣善事上成全我們，叫我們遵行祂的旨意；又藉著耶穌基督在我們心裡行祂所喜悅的事。（來十三 20-21）

此刻願主引導我們的心，叫我們愛神，並學基督的忍耐！（帖後三 5）

那賜諸般恩典的神曾在基督裡召我們，得享祂永遠的榮耀，等我們暫受苦難之後，必要親自成全我們，堅固我

們，賜力量給我們。（彼前五 10）

主啊，如今我們等甚麼呢？（詩三九 7）我們的指望誠然在乎你！我們倚靠你作我們全能的神。（創十七 1）

求你照著運行在我們心裡的大力，為我們充充足足地成就一切，超過我們所能求、所能想的：（弗三 20）照你榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使我們一切所需用的都充足。（腓四 19）



第二、懇求神為基督的緣故，聆聽和悅納我們貧乏軟弱的禱告。

願以色列的神此刻允准我們向祂所求的。（撒上一 17）

耶和華——我們的磐石，我們的救贖主啊，願我們口中的言語、心裡的意念在你面前蒙悅納。（詩十九 14）

願你的眼目看顧僕人，聽你民以色列的祈求，無論何時向你祈求，願你垂聽，因為他們是你的子民，你的產業。（王上八 51-52）

我們的神啊，求你側耳聽我們所獻的禱告，求你不要厭棄你的受膏者，要記念向你僕人大衛所施的慈愛；（代下六 40、42）受膏者就是耶穌，祂在你的右邊替我們祈求。

主啊，你向我們保證，我們若向父求甚麼，祂必因基督的名賜給我們。（約十六 23）我們奉祂的名求這一切事，就是祂那大能、超乎萬名之上的名；（腓二 9）那寶貴的名如同倒出來的香膏。（歌一 3）求你為主的緣故，使臉光照我們；（但九 17）祂是你的愛子，你常聽祂；（約十一 42）良善的主啊，使我們聽祂，在祂裡面喜悅我們。（太十七 5）

第三、懇求神赦免我們不當的禱告。

主啊，我們沒有做應有的禱告；（羅八26）有誰時常行善，而不犯罪呢？（傳七20）我們願意為善的時候，便有惡與我們同在；即使立志為善由得我們，行出來卻由不得我們。故此，我們所願意的善，我們反不做。（羅七21、18-19）所以，我們多多地祈禱時，你大可公正地拒絕聆聽。（賽一15）但我們有一位大祭司，祂要擔當干犯聖物條例的罪孽，這聖物是以色列人在一切的聖禮物上所分別為聖的：（出二八38）求你為祂的緣故除淨我們的罪孽，就是干犯聖物條例的罪孽，並悅納善行，甘心愛我們；（何十四2、4）不要按我們的愚妄辦我們。（伯四二8）

第四、求神的恩典引導、保護和管理我們各方面的行事為人，使我們能面對擺在前頭的服事。

現在求你使我們行走，力上加力，直到我們到錫安朝見神。我們經過「流淚谷」時，叫這谷變為泉源之地，並有神的秋雨之恩福蓋滿了全谷。（詩八四6-7）

耶和華啊，現在請說，僕人敬聽！（撒上三9）我們的主有甚麼話吩咐僕人？（書五14）不要使我們轉耳不聽律法，因為那樣一來，我們的祈禱便成為可憎的；（箴二八9）使我們聽神的話，神也就聽我們的話。（士九7）

願耶和華——我們的神此刻與我們同在，像與我們列祖同在一樣，不撇下我們，不丟棄我們，使我們的心歸向祂，遵行祂的道，謹守祂的誠命、律例、典章；我們當一生向耶和華——我們的神存誠實的心，始終如此，直到末了；（王上八57-58、61）那時我們便可安歇，起來享受我們的福分，使這福分在末日蒙福。



第五、用頌歌或對神的莊嚴讚美來總結，將尊貴榮耀歸給父、子、聖靈，以誠摯深情的「阿們」來封印一切讚美和禱告。

此刻耶和華以色列的神是應當稱頌的，從亙古直到永遠。阿們！阿們！（詩四一 13）

獨行奇事的耶和華，就是以色列的神，是永遠應當稱頌的！祂榮耀的名也當稱頌，直到永遠。願祂的榮耀充滿全地！阿們！阿們！（詩七二 18-19）是的，願眾民都說：阿們！哈利路亞！（詩一〇六 48）

願榮耀，因耶穌基督，歸與獨一全智的神，直到永遠。阿們！（羅十六 27）

基督照我們父神的旨意，為我們的罪捨己，要救我們脫離這罪惡的世代。願榮耀此刻歸於父神與我們的主耶穌基督，直到永永遠遠。阿們！（加一 3-5）

但願神在教會中，並在基督耶穌裡，得著榮耀，直到世世代代，永永遠遠。阿們！（弗三 21）

但願尊貴、榮耀歸與那不能朽壞、不能看見、永世的君王、獨一的神，直到永永遠遠。阿們！（提前一 17）但願尊貴和永遠的權能都歸給祂，（提前六 16）願權能歸給祂。阿們！（彼前五 11）

那能保守我們不失腳、叫我們無瑕無疵、歡歡喜喜站在祂榮耀之前的我們的救主——獨一的神，願榮耀、威嚴、能力、權柄，因我們的主耶穌基督歸與祂，從萬古以前並現今，直到永永遠遠。阿們！（猶 24、25）

哈利路亞！救恩、榮耀、權能都屬乎我們的神！阿們！哈利路亞！（啟十九 1、4）

此刻我們俯伏在寶座前，敬拜神，說：阿們！頌讚、榮耀、智慧、感謝、尊貴、權柄、大力都歸與我們的神，

直到永永遠遠。阿們！（啟七 11-12）

但願頌讚、尊貴、榮耀、權勢都歸給坐寶座的和羔羊，直到永永遠遠！願一切被造之物都說：阿們！阿們！（啟五 13）



第六、我們用基督教導門徒的禱告來做總結是很恰當的。

我們在天上的父：願人都尊你的名為聖。願你的國降臨；願你的旨意行在地上，如同行在天上。我們日用的飲食，今日賜給我們。免我們的債，如同我們免了人的債。不叫我們遇見試探；救我們脫離兇惡。因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。阿們！（太六 9-13）



禱告的方法

用經文解釋主禱文的意義

主禱文本身的目的，不只要作為一種禱告形式，也是禱告的方向、準則，以及可作為一種小型的設計或模範，使我們可藉以建構我們的禱告。主禱文的用字簡明扼要，卻又包羅萬象。所以，有時我們應把主禱文放在面前，檢視其方法和次序，並擴大闡述其中各段經文和祈求，如此便能善用主禱文。我們在此僅提供一份藉助其他經文來使用主禱文的實例。

第一、我們在天上的父

耶和華——我們的神啊，亞伯拉罕雖然不認識我們，以色列也不承認我們，你卻是我們的父。耶和華啊，你是我們的父；從萬古以來，你名稱為「我們的救贖主」；（賽六三 16）從今以後，我們向你呼叫說：我們的父啊，你是我們幼年的恩主。（耶三 4）

我們豈不都是一位父嗎？豈不是一位神所造的嗎？（瑪二 10）你是萬靈的父，我們當順服你得生。（來十二 9）

你是眾光之父，（雅一 17）是發慈悲的父，賜各樣安慰的神：（林後一 3）是永在的父，（賽九 6）萬有都是本於你，倚靠你，歸於你。（羅十一 36）

你是我們主耶穌基督的父，（弗一 3）祂的榮光正是父

獨生子的榮光，獨生子在父懷裡，（約一 14、18）在父那裡為工匠，日日為父所喜愛，常常在父面前踴躍。（箴八 30）

我們的父啊，你在基督裡，是眾信徒之父，預定眾信徒得兒子的名分；（弗一 5）你差你兒子的靈進入他們的心，教他們呼叫：「阿爸！父！」（加四 6）你看父賜給我們是何等的慈愛，使我們得稱為神的兒女。（約壹三 1）主神——全能者要作我們的父；我們要作祂的兒女：（林後六 18）凡接待基督的，就是信祂名的人，祂就賜他們權柄作神的兒女；這等人不是從人意生的，乃是從神和神的恩典生的。（約壹 12-13）

願我們得著兒子的名分；（加四 5）既作順命真誠的兒女，就要效法那召我們的主聖潔的榜樣；（彼前一 14-15）效法神，好像蒙慈愛的兒女一樣；（弗五 1）效法神兒子的模樣，祂在許多弟兄中作長子。（羅八 29）

使我們謙卑，放膽無懼、篤信不疑地來到你面前，（弗三 12）如同來到溫柔的父親面前；祂憐恤我們，如同人憐恤服事自己的兒子；（瑪三 17）在父那裡我們有一位中保，（約壹二 1）祂還告訴我們：父自己愛我們。（約十六 27）

你是父親，但尊敬你的在哪裡呢？（瑪一 6）主啊，賜我們恩典，使我們用虔誠、敬畏的心，以兒女該有的樣式事奉你。（來十二 28）

你是父親；地上的父母雖然不好，尚且知道拿好東西給兒女；何況天父，豈不更將聖靈給求祂的人嗎？（路十一 13）主啊，賜我們那施恩叫人懇求的靈。（亞十二 10）

我們如同浪子般來到你面前，因為我們離開父的家，往遠方去了；但我們要起來，到我們父親那裡去，因為父家口糧有餘；我們若繼續遠離父親，就會餓死。父親！我們得罪了天，又得罪了你；從今以後，我們不配稱為你的兒女，把我們當作雇工吧！（路十五 13、17-19）

你是我們天上的父，所以主啊，我們的心仰望你。（詩八六4、16）坐在天上的主啊，我們向你舉目：僕人的眼睛怎樣望主人的手，使女的眼睛怎樣仰望主母的手，我們的眼睛也照樣仰望你，耶和華——我們的神；（詩一二三1-2）天上的天尚且不足神居住，我們卻能來到祂面前，（王上八27）因我們有一位已經升入高天尊榮的大祭司作我們的先鋒。（來四14）

神啊，你住在至高至聖的所在，（賽五七15）你的名聖而可畏。（詩一一一9）神在天上，我們在地下，（傳五2）因此我們怎敢選擇言語與祂辯論，（伯九14）但我們藉著中保，仍得以坦然進入至聖所。（來十19）

我們求你從天上垂顧，從你聖潔榮耀的居所觀看；（賽六三15）求你憐憫我們，幫助我們。（可九22）天是你顯能力的穹蒼；（詩一五01）從你的聖天上應允我們，用右手的能力救護我們；從你的聖所救助我們，從錫安堅固我們。（詩二十二2、6）

天既然是我們父的家，（約十四2）我們便能作天上的國民，（腓三20）也能求在上面的事。（西三1）

第二、願人都尊你的名為聖

此刻我們要甚麼，我們求甚麼？（斯五6）要你為我們做甚麼？（太二十32）我們心裡所願所求的，首先是：（羅十1）天上的父，願你的名顯為聖。我們祈求你這位聖潔的神能得榮耀。（利十3）

我們渴望尊崇耶和華——我們的神，在祂腳凳前下拜，在祂的聖山下拜，稱讚祂大而可畏的名，因祂本為聖！因為耶和華——我們的神本為聖！（詩九九3、5、9）你是聖潔的，是用以色列的讚美為寶座的。（詩二二3）

我們要以你的聖名誇耀！因此我們心中應當歡喜！（詩一〇五3）因為我們向來倚靠你的聖名，（詩三三21）我們要永遠稱讚你的聖名，以讚美你為誇勝。（詩一〇六47）

主啊，使我們藉著一心稱讚你，榮耀你的聖名，直到永遠；（詩八六12）使我們多結果子，我們的天父就因此得榮耀。（約十五8）願我們使神得名聲，得頌讚，得榮耀；（耶十三11）我們被召，出黑暗、入祂的奇妙光明，作屬神的子民，好宣揚那召我們者的美德。（彼前二9）

願我們成為你的眾子，就是你手的工作，好使我們尊你的名為聖，尊雅各的聖者為聖，敬畏以色列的神，（賽二九23）叫祂的榮耀藉著我們可以得著稱讚。（弗一12）

使我們照所得的恩賜服事，作神百般恩賜的好管家，叫神在凡事上因耶穌基督得榮耀：我們若受苦，使我們為作基督徒受苦，並因這名歸榮耀給神；（彼前四10-11、16）因為我們所切慕、所盼望的，就是無論是生是死，總叫耶穌基督在我們身上照常顯大。（腓一20）

耶和華啊，使外邦人榮耀你，使剛強的民榮耀你，強暴之國的城敬畏你；（賽二五3）尤其願耶和華在以色列境界之外被尊為大！（瑪一5）願他們在東方榮耀耶和華，在眾海島榮耀耶和華——以色列的神。（賽二四15）主啊，願你所造的萬民都來敬拜你，也要榮耀你的名：因你為大，且行奇妙的事；惟獨你是神。（詩八六9-10）

願外邦人因神的憐憫榮耀祂，願祂的名在外邦中得傳揚，願外邦人與主的百姓一同歡樂；（羅十五9-10）願你的名在外邦中被尊為大，（瑪一11）願地的四極都想念耶和華，並且歸順祂；願列國的萬族都在你面前敬拜，把你的公義傳給將要生的民。（詩二二27、31）

耶和華啊，求你為自己的榮耀處理萬事，因你是萬國的王、（耶十7）萬世之王：（啟十五3）願你萬事皆隨己意行，

(弗一 11) 願你顯為大，顯為聖，在多國人的眼前顯現；他們就知道你是耶和華。(結三八 23) 願你使你的大名顯為聖，這名在列國中已被褻瀆；你在他們身上顯為聖的時候，使他們知道你是耶和華。(結三六 23)

父啊，願你榮耀你的名！你已經榮耀了你的名，還要再榮耀：(約十二 28) 父啊，願你榮耀你的兒子，使兒子也榮耀你。(約十七 1) 賜給祂那超乎萬名之上的名，(腓二 9) 使祂可以在全地和凡事上居首位。(西一 18)

耶和華啊，你為你的大名要怎樣行呢？(書七 9) 求你為你的大名，將你的靈澆灌凡有血氣的；(珥二 28) 願基督的道理豐豐富富地存在眾人心裡。(西三 16) 耶和華啊，願你在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。(詩四六 10) 神啊，願你崇高過於諸天！願你的榮耀高過全地！(詩五七 11) 耶和華啊，願你因自己的能力顯為至高！這樣，我們就唱詩，歌頌你的大能。(詩二一 13) 用你榮耀永遠的膀臂行大事，建立自己榮耀永遠的名。(賽六三 12、14)

願你的名永遠被尊為大，說：「萬軍之耶和華是以色列的神，是治理以色列的神。」(代上十七 24)

第三、願你的國降臨

為使你的聖名顯為聖，並榮耀你的聖名，天父啊，求你的國降臨，因為國度是你的，並且你為至高，為萬有之首；豐富尊榮都從你而來，你也治理萬物。在你手裡有大能大力，使人尊大強盛都出於你。(代上二九 11-12) 我們渴望傳說你國度威嚴的榮耀，因你的國是永遠的國！你執掌的權柄存到萬代！(詩一四五 11、13)

你用權能治理萬民，直到永遠。你的眼睛鑒察列邦；悖逆的人不可自高。(詩六六 7) 因你的大能，仇敵要投降你。

(詩六六 3)

求你彰顯國權是你的，顯明你是管理萬國的；(詩二二 28)使人在列邦中要說：耶和華作王！(詩九六 10)使眾人都害怕，要傳揚神的工作，(詩六四 9)說：在地上果有施行判斷的神！(詩五八 11)使地上眾王知道你在諸天掌權，知道至高者在人的國中掌權，要將國賜與誰就賜與誰；使他們讚美、尊崇、恭敬天上的王，因為祂所做的全都誠實，祂所行的也都公平。那行動驕傲的，祂能降為卑。(但四 25-26、37)

願你恩典的國度更多降臨在世上，神的國來到不是眼所能見的，神的國就在人心裡。(路十七 20-21)願天國如同世上的麵酵，散佈美味，直等全團都發起來；又像一粒芥菜種，雖是百種裡最小的，等到長起來，卻比各樣的菜都大。(太十三 31-33)

願世上的國成為我主和主基督的國；即使外邦發怒，求你仍親自執掌大權作王。(啟十一 15、17)在撒但座位之處建立你的寶座；(啟二 13)將人所有的心意奪回，使他都順服你；(林後十 5)使你國度的律法為大、為尊。(賽四二 21)

神的國不在乎言語，乃在乎權能；願神的國建立在基督所有的教會中；(林前四 20)從你的錫安伸出你能力的杖來，以聖潔的妝飾掌權。(詩一一〇 2-3)

壯士披掛整齊，長期看守自己的住宅，他所有的都平安無事；願比他更壯的基督來到，奪去他所倚靠的盔甲兵器，又分了他的贓。(路十一 21-22)

賜人子權柄、榮耀、國度，使各方、各國、各族的人都事奉祂，並給至高者的聖民伸冤。(但七 14、22)

願你恩典的國度更多降臨在我們的土地上，以及我們居住的地方，好叫主的道理在此快快行開，得著榮耀；(帖後三 1)不要使神的國從我們這裡奪去，賜給那能結果子的

百姓——雖然這遭遇是我們應得的。（太二—43）

願你恩典的國度進入我們心裡，使我們的心成為聖靈的殿。（林前三16）不許甚麼罪孽轄制我們。（詩一一九133）傾覆，傾覆，傾覆我們心裡敗壞的力量；使那應得到我們心的人來到，且把我們的心賜給祂；（結二—27）使我們在你掌權的日子越來越甘心犧牲自己。（詩一一〇3）藉真理的大能在我們裡面掌權，這樣，屬真理的我們就永遠聽基督的話，（約十八37）不會稱呼祂「主啊，主啊」卻不遵祂的話行。（路六46）願基督的愛掌管我們，激勵我們；（林後五14）叫我們時常敬畏祂，不致犯罪。（出二十20）

願你榮耀的國度快快降臨；我們相信這國度會臨到；我們等候救主，就是主耶穌基督；（腓三20）祂有能力，有大榮耀，駕著天上的雲降臨；（太二四30）我們盼望祂顯現，使我們喜樂；（賽六六5）我們愛慕祂的顯現；（提後四8）我們切切仰望神的日子來到；（彼後三12）使我們為這日子預備好，（太二四44）好叫我們喜樂昂首，因為知道我們得贖的日子近了。（路二—28）願我們有聖靈初結的果子，好叫我們自己心裡歎息，等候得著兒子的名分，乃是我們的身體得贖；（羅八23）且情願離世與基督同在，因為這是好得無比的。（腓一23）

當稱頌的耶穌啊，常與你的僕人和百姓同在（如同你所說的），直到世界的末了：（太二八20）（如同你說過）：「是了，我必快來！」主耶穌啊，我們願你來！願你快來；（啟二二20）當神的奧祕成全時，（啟十7）我們的良人哪，求你快來！如羚羊或小鹿在香草山上。（歌八14）

第四、願你的旨意行在地上，如同行在天上。

為了證明你的國降臨，為了使你的名顯為聖，天父啊，

願你聖潔的旨意成全；耶和華啊，我們知道你在天上，在地下，在海中，在一切的深處，都隨自己的意旨而行：（詩一三五6）你的籌算必立定；凡你所喜悅的，你必成就；（賽四六10）但願如此：聖潔的父啊，不要成就我們的意思，只要成就你的意思。（路二二42）按你的意念成就，按你所謀定的做成。（賽四六11）照著你旨意所預定的做萬事，（弗一11）甚至使那些不認識你的人成就你的旨意，即便這不是他們的意思，他們的心也不這樣打算。（賽十7）

父啊，願你成就你對我們的旨意，也願你的旨意成就在我們擁有的一切事上：（撒上三18）看哪，我們在這裡，這是出於耶和華，願祂憑自己的意旨待我們：（撒下十五26）願主的旨意成就。（徒二一14）使我們按著主耶穌的榜樣，順服你的旨意；主耶穌說：「不要照我的意思，只要照你的意思。」（太二六39）使我們說：「賞賜的是耶和華，收取的也是耶和華。耶和華的名是應當稱頌的。」（伯一21）難道我們從神手裡得福，不也受禍嗎？（伯二10）

父啊，應驗經上的話；（太二六56）先知書上的話是不能廢除的。（約十35）即使天地都廢去了，經上的一點一畫也不能廢去。（太五18）成就那記錄在真理書上的事；（但十21）耶和華啊，彰顯你的話安定在天，直到永遠。（詩一一九89）

父啊，賜我們各人恩典，以明白並遵行我們天父的旨意。（太十二50）神的旨意就是要我們成為聖潔。（帖前四3）願賜平安的神此刻使我們全然成聖。（帖前五23）願我們在一切屬靈的智慧悟性上，滿心知道你的旨意；（西一9）在各樣善事上成全我們，叫我們遵行你的旨意。（來十三21）往日隨從肉身私慾行事的時候已經夠了，（彼前四3）那些行事為人隨從今世風俗的日子已經夠了。（弗二2）從今以後，願我們的吃喝永遠是遵行天父的旨意，做成祂的工；（約四

34) 不是要按自己的意思行，乃是要按那差我們來者的意思行；（約六 38）使我們成為進天國的人，（太七 21）而不是成為那必多受責打的人。（路十二 47）

主啊，求你也賜其他人恩典，使他們明白並遵行你的旨意；叫他們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意；（羅十二 2）不要作糊塗人，要明白主的旨意如何；（弗五 17）使他們在神一切的旨意上得以完全，信心充足，能站立得穩；（西四 12）也使我們都按神的旨意服事我們這一世的人。（徒十三 36）

我們行完了神的旨意時，使我們得著所應許的；（來十 36）願神那部分的旨意成就；耶和華啊，你所應許僕人的話，求你堅定，直到永遠，照你所說的而行。（代上十七 23）

我們因你的旨意行在天上而歡樂；因聖潔的天使聽從你的命令、常成全你的旨意；（詩一〇三 20）因他們常見我們父的面。（太十八 10）我們悲嘆你的旨意極少行在地上，有這麼多世人已經被魔鬼任意擄去。（提後二 26）願你使地上更像天上！使聖徒更像聖潔的天使！我們盼望快快像天上的使者一樣；（太二二 30）願我們此刻像他們一樣，不住地讚美祂；（啟四 8）願我們此刻像他們一樣，反抗並抵擋撒但；（但十 13）能如同火焰一樣，（詩一〇四 4）迅速飛來，（但九 21）靈往哪裡去，我們就往那裡直往前行（結一 9、12），為別人的益處服事，（來一 14）且因此和千萬的天使相交。（來十二 22）

第五、我們日用的飲食，今日賜給我們。

神啊，你指定我們要先求神的國和神的義，且應許說，我們若這麼做，其他東西都要加給我們了；（太六 33）我們已做了如下的禱告：願人都尊你的名為聖，願你的國降臨，

願你的旨意成全；接下來我們要禱告：天父，我們日用的飲食，天天賜給我們。（路十一3）

求你使虛假和謊言遠離我們；使我們也不貧窮也不富足；賜給我們需用的飲食，恐怕我們飽足不認你，說：耶和華是誰呢？又恐怕我們貧窮就偷竊，以致褻瀆我們神的名。（箴三十8-9）

主啊，我們不求美食，因為是哄人的食物；（箴二三3）我們也不祈求天天奢華宴樂，因為我們不要此生享福；（路十六19、25）但我們求加添人心力的必要之糧。（詩一〇四15）我們不想吃以虛謊而得的食物，（箴二十17）不喝任何偷來的水，（箴九17）也不吃閒飯；（箴三一27）但你的旨意若允許，我們要吃勞碌得來的，（詩一二八2）要安靜做工，吃自己的飯；（帖後三12）只要有衣有食，就當知足，（提前六8）且說：我們樣樣都有，並且有餘。（腓四18）

求耶和華降福在我們的財物上，悅納我們手裡所辦的事；（申三三11）使我們有財力看顧親屬，就是看顧自己家裡的人，（提前五8）而且給子孫遺留公正的產業。（箴十三22）願主——我們神的榮美歸於我們身上。願你興旺我們手所做的工；我們手所做的工，願你堅立。（詩九十17）耶和華啊，願我們的地蒙你賜福，得地和其中所充滿的寶物；但最重要的，是使我們得住荊棘中上主的喜悅。這些福都歸於約瑟的頭上，歸於那與弟兄迥別之人的頂上；願我們蒙這些福。（申三三13、16）

但無花果樹若不發旺，葡萄樹不結果，橄欖樹也不效力，田地不出糧食，圈中絕了羊，棚內也沒有牛；求你仍賜恩使我們因耶和華歡欣，因救我們的神喜樂。（哈三17-18）

父啊，我們不求日後長期的飲食，但求今日有日用的飲食，因為主教我們學習不要為明天憂慮，說：吃甚麼？

喝甚麼？穿甚麼？我們要把這些憂慮卸給你——我們的天父；我們需用的這一切東西，你是知道的；天父養活天上的飛鳥，雖然它們不種也不收；祂會更加養活我們，（太六 31-32）我們比許多麻雀還貴重。（太十 31）

我們不但為自己，也為別人求日用的飲食。求你使你的窮人飽足；（詩一三二 15）使一切行事公義、說話正直的居高處；使磐石的堅壘作他們的保障，使他們的糧不缺乏，他們的水不斷絕。（賽三三 15-16）

第六、免我們的債，如同我們免了人的債。

主啊，如同我們天天按時求日用的飲食，我們也照樣求罪得赦免；因為我們都伏在神審判之下，都犯了罪，虧缺了神的榮耀。（羅三 19、23）我們每天在許多事上都有過失：（雅三 2）誰知道自己多常犯過錯呢？（詩四十 12）主——耶和華啊，你若究察罪孽，誰能站得住呢？但在你有赦免之恩，要叫人敬畏你。（詩一三〇 3-4）神啊，憐憫我們這些罪人。

我們浪費了主的財物，（路十六 1）把交託給我們的銀子埋藏了，（太二五 18）也沒有照我們所蒙的恩報答耶和華，因此我們負了債。（代下三二 25）聖經把我們眾人都圈在罪裡；（加三 22）我們行這樣事的人是當死的；（羅一 32）因這些事，神的忿怒必臨到那悖逆之子。（弗五 6）我們欠債超過一千萬銀子，這是一筆很大的債，而我們沒有甚麼償還之物，沒有能力說：「寬容我們，將來我們都要還清。」（太十八 24-26、32）因此，我們的對頭大可以把我們送給審判官，審判官交付衙役，把我們下在監裡，就是地獄之監，直到我們還清最後一文錢。（太五 25-26、29）

然而，願神得稱頌，因為與我們的對頭和好的方法已經找到了；若有人犯罪，在父那裡我們有一位中保，就是

那義者耶穌基督，祂為我們的罪作了挽回祭。（約壹二 1-2）

我們求你為祂的緣故，塗抹我們的一切過犯；（詩五一 1）求你不要審問我們。（詩一四三 2）祂是我們的中保，（來七 22）祂沒有搶奪的，要叫祂償還；（詩六九 4）這位當稱頌的仲裁者向我們雙方接手，（伯九 33，新譯本）使我們藉著祂與神和好，（林後五 20）塗抹了在律例上所寫、攻擊我們、有礙於我們的字據，把它撤去，釘在基督的十字架上，好叫我們與基督一同活過來，因神赦免了我們一切過犯。（西二 13-14）求你寬恕我們的不義，不再記念我們的罪愆。（來八 12）

求你使我們得與神和好，（羅五 11）且知道我們的罪得了赦免；（約壹二 12）求你應許將平安賜給我們，（詩八五 8）求你使我們得聽歡喜快樂的聲音。（詩五一 8）願你兒子基督的血洗淨我們一切的罪，（約壹一 7）洗淨我們的良心，除去我們的死行，使我們事奉那永生神。（來九 14）

為了證明你已赦免我們的罪，求你賜我們恩典饒恕我們的仇敵；恨我們的，要愛他們！咒詛我們的，要為他們祝福！（太五 44）因為我們承認，我們若不饒恕人的過犯，我們的天父也必不饒恕我們的過犯；（太六 15）因此我們要饒恕；主啊，我們渴望從心裡饒恕；（太十八 35）倘若我們與任何人有嫌隙，主怎樣饒恕了我們，我們也渴望這樣從心裡饒恕人。（西三 13）我們不說要以惡報惡，（箴二十 22）也不說要為自己伸冤。（羅十二 19）但我們祈求一切苦毒、惱恨、忿怒、嚷鬧、毀謗，並一切的惡毒，都從我們中間除掉；也祈求我們能以恩慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕，正如我們盼望神在基督裡饒恕了我們一樣。（弗四 31-32）求你使我們憐恤人，如同我們的天父憐恤人一樣；（太五 7）祂應許說：慈愛的人，祂便以慈愛待他。（詩十八 25）

第七、不叫我們遇見試探；救我們脫離兇惡。

主啊，我們偏要背道離開你，（何十一7）因此我們罪得赦免時，就甘願再轉去妄行；（詩八五8）有鑑於這個事實，我們求你不但赦免我們的債，也照料我們，使我們不再作孽。（伯三四32）主啊，不叫我們遇見試探。我們知道人被試探時，不可說他是被神試探，因為神不試探人；（雅一13）但我們知道神能將各樣的恩惠多多地加給我們，（林後九8）能保守我們不失腳、叫我們無瑕無疵。（猶24）因此我們求你不要任憑我們心裡剛硬，隨自己的計謀而行；（詩八一12）但求你制止撒但，牠是吼叫的獅子，遍地遊行，尋找可吞吃的人；（彼前五8）求你使我們曉得牠的詭計。（林後二11）不要使撒但得著我們，篩我們像篩麥子一樣；若是撒但篩我們像篩麥子一樣，也叫我們不至於失了信心。（路二二31-32）不要允許撒但的差役攻擊我們，但撒但的差役若得允許攻擊我們，願你的恩典夠我們用，叫我們甚麼時候軟弱，甚麼時候就剛強了，（林後十二7、9-10）靠著愛我們的主，能夠得勝有餘。（羅八37）賜平安的神快要將撒但踐踏在我們腳下。（羅十六20）由於我們並不是與屬血氣的爭戰，乃是與那些執政的、掌權的、以及管轄這幽暗世界的爭戰，願我們靠著主，倚賴祂的大能大力作剛強的人。（弗六10、12）

主啊，不要使我們入了迷惑，（太二六41）既然禱告，就派人看守；（尼四9）求你智慧良善的護理，安排關乎我們的一切事務和事件，好叫我們所遇見的試探，無非是人所能受的；藉著神的恩典，不叫我們所受的試探，超過我們所能分辨、抵抗和克服的。（林前十13）主啊，不要將絆腳石放在我們前面，使我們跌在其上滅亡。（耶六21）不要讓任何事物絆跌我們；（羅十四13）賜我們愛你律法之人所

擁有的大平安；甚麼都不能使這些人絆腳。（詩一一九 165）

求你引導我們明白一切的真理；（約十六 13）求你以你的真理引導我們，教訓我們，因為你是救我們的神。（詩二五 5）神啊，求你將你的道指示我們，將你的路——義路——教訓我們！求你為自己的名引導我們走義路，好領我們到可安歇的水邊。（詩二五 4，詩二三 2-3）

求你救我們脫離兇惡，保守我們，使那惡者無法害我們，（約壹五 18）無法將牠的稗子撒在我們心田裡；（太十三 25）叫我們不陷入魔鬼的詭計，也不被牠的火箭所傷；（弗六 11、16）願神的道常存在我們心裡，使我們剛強，能勝過那惡者。（約壹二 14）

求你救我們脫離一切惡事，好叫我們一件惡事都不做；（林後十三 7）求你救我們脫離諸般的凶惡，（提後四 18）將我們從罪惡裡救出來，（太一 21）贖我們脫離一切罪惡，（多二 14）尤其是那最容易纏累我們的罪。（來十二 1）

將我們與驕傲隔絕，（伯三三 17，新譯本）使我們離開奸詐的道，（詩一一九 29）不叫我們吃罪人的美食；（詩一四一 4）使我們的心趨向你的法度，不趨向非義之財；（詩一一九 36）保守我們，不要使我們用嘴說急躁的話。（詩一〇六 33）尤其求你攔阻僕人不犯任意妄為的罪，不容這罪轄制我們。（詩十九 13）

求你保佑我們，使禍患不臨到我們；（詩九一 10）保護我們免受一切的災害。（詩一二一 7）你用右手拯救那些投靠你的，使他們脫離那些起來攻擊他們的人；求你向我們顯出你奇妙的慈愛來；求你保護我們，如同保護你眼中的瞳人；將我們隱藏在你翅膀的蔭下。（詩十七 7-8）求你保全我們所交付你的。（提後一 12）你曾救我們，現在仍要救我們；（林後一 10）我們相信並祈求你還會再拯救——救我們脫離一切的恐懼。（詩三四 4）求你使我們安然居住，得享安靜，

不怕災禍。(箴一33)帶領我們最終安全抵達你的聖山，那裡沒有刺人的荊棘或傷人的蒺藜，(結二八24)一切都不傷人，不害物。(賽十一9)

第八、因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。阿們！

天父，願你的國降臨，因為國度是你的，你是天上的神，是萬邦萬國的主宰；(代下二十6)願你的旨意成全，因為權柄是你的，在你沒有難成的事；(耶三二17)願你的名顯為聖，因為榮耀是你的，你將你的榮耀彰顯於天。(詩八1)

天父，求你供應我們的需要，赦免我們的罪，保護我們免受災害，因為國度、權柄、榮耀，全是你的，你是眾人的主，厚待一切求告你的人；(羅十12)除了你以外，沒有人能赦罪；(可二7)求主大顯能力赦免我們的罪；(民十四17)既然赦免罪、幫助無助之人是神的榮耀，(箴二五2)拯救我們的神啊，求你因你名的榮耀幫助我們！為你名的緣故搭救我們，赦免我們的罪。(詩七九9)

我們渴望在一切的禱告中讚美你，因你本為大，該受大讚美。(詩一四五3)我們讚美你的國度，因你的國是永遠的國，存到萬代！(詩一四五13)你的國權是正直的，你喜愛公義，恨惡罪惡；(詩四五6-7)慈愛屬乎你，你照著各人所行的報應他。(詩六二12)我們讚美你的權柄，你有大能的膀臂，你的手有力，你的右手也高舉；然而公義和公平是你寶座的根基；慈愛和誠實行在你前面。(詩八九13-14)我們讚美你的榮耀，因耶和華的榮耀存到永遠。(詩一〇四31)榮耀都歸與父、子、聖靈；起初這樣，現今這樣，也一直直到永遠。在神的聖所讚美祂！在祂顯能力的穹蒼讚美祂！要因祂大能的作為讚美祂，按著祂極美的大德讚美

祂！凡有氣息的都要讚美耶和華！（詩一五〇 1-2、6）哈利路亞。

既然知道祂聽我們一切所求的，就知道我們按祂旨意、憑信心所求於祂的，無不得著；（約壹五 15）我們以讚美你為誇耀。（詩一〇六 47）現在我們知道耶和華應允祂的受膏者，必為受膏者的緣故，從祂的聖天上應允我們，用右手的能力救護我們；（詩二十 6）所以，為了表示我們渴望並確信能奉基督之名得應允，我們要說：阿們，阿們。

我們在天上的父，願人都尊你的名為聖……（主禱文全文）

chapter 9

一些簡短的禱告形式

提供給那些無法從前幾章的內容中找到有用禱告素材的人

一、給兒童使用的禱告

神啊，你是我的神，我要切切地尋求你。你是我的神，我要讚美你；你是我父的神，我要尊崇你。

哪一個神能像你——至聖至榮，可頌可畏，施行奇事？

除你以外，在天上我有誰呢？除你以外，在地上我也沒有所愛慕的。我的肉體和我的心腸衰殘時，你是我心裡的力量，又是我的福分，直到永遠。

你為自己造了我，好傳揚讚美你的話。

但我是罪人；我是在罪孽裡生的，在我母親懷胎的時候就有了罪。

神啊，開恩可憐我這個罪人！

求你藉著替我死而復活的耶穌，拯救我脫離將來的忿怒。

主啊，賜給我新心。願耶穌基督成形在我心裡，好叫我活著就是基督，我死了就有益處。

主啊，我受洗時已獻上給你；求你悅納善行，甘心愛我。

主耶穌，你鼓勵小孩子到你那裡去，且說：在神國的正是這樣的人。我到你這裡來，求你使我成為你國度裡忠心的臣民；求你抱著我，給我按手，為我祝福。

求你施恩，贖我脫離一切罪惡，尤其是在一生的開端和幼年之時易犯的虛妄。

主啊，求你賜我聰明智慧，使我在一切事上都能明白並行出你的旨意，且不在任何事上得罪你。

主啊，使我從小明白聖經，把所學習的美事存在心裡。求你使我離開奸詐的道，開恩將你的律法賜給我！

主啊，求你作我的父，教導我，引導我；我的父啊，為我預備，保護我，祝福我。

賜福給我所有的親人（父母和兄弟姊妹），施恩使我凡事向他們盡本分。

主啊，預備我面對死亡，使我有智慧思念我的結局。

主啊，感謝你對我的諸般慈愛；感謝你賜生命、健康、食物、衣服和教育；感謝你創造我、保佑我，也感謝你此生所賜的一切祝福；但我最要感謝的，是你在蒙恩管道中那不可測度的愛，以及榮耀的盼望。

感謝神，因祂有說不盡的恩賜！願頌讚因耶穌基督歸與神。對我來說，沒有別的，只有基督。

我受洗是歸於神——父、子、聖靈——偉大的名，此刻願威嚴、榮耀、權能、讚美歸與這名，直到永永遠遠。阿們！

我們在天上的父……（主禱文全文）。



二、用《西敏小要理問答》的表達來敘述主禱文的意義。

我們在天上的父，我們來親近你，如同兒女親近父親一樣，篤信你肯幫助、且能幫助我們。

我們求你使人都尊你的名為聖；求你賜力量，使我們和眾人在你顯明自己的一切事上，能榮耀你的名，並求你

為自己的榮耀調度萬事。

願你的國降臨；願撒旦的國衰敗，而你恩典的國度更加興旺，使我們和眾人都得以進入並一直住在當中；求你榮耀的國早日降臨。

願你的旨意行在地上，如同行在天上；求你賜恩，使我們能在凡事上明白你的旨意，並甘心樂意地遵從、降服你的旨意，如同天使在天上所行的一樣。

我們日用的飲食，今日賜給我們；求你因你白白的恩典，使我們在今生得著夠用而美善的東西，並使我們在使用這些東西時，也能同時享受到你所賜的福樂。

免我們的債，如同我們免了人的債；求你因基督的緣故白白赦免我們一切的罪，使我們蒙了你的恩典也能從心裡去饒恕別人。

不叫我們遇見試探，救我們脫離兇惡。主啊，求你保守我們不受試探而犯罪，或在受試探時扶助並拯救我們脫離兇惡。

因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。主啊，惟獨你能應允我們的禱告，並且我們渴望在禱告中稱頌你，將國度、權柄、榮耀都歸給你。為要證明所求的是誠心所願，又深信這是靠著耶穌基督必蒙應允的，我們要說：「阿們」。

三、從我所寫的一本簡易《兒童要理問答》（1703年出版）中擷取禱告用辭；這對讀過此書的兒童而言不難學習。

主啊，你是個無限永恆的靈，大有智慧、權能、聖潔、公義、恩慈。

你是創造世界的偉大之神，是造我的神；你造我，又

保佑我、扶持我，我的生活、動作、存留，都在乎你。願我在年幼的日子記念你是造我的主，從不忘記你。

主啊，求你賜恩，使我服事你、尊敬你，敬拜你、順服你，使我在所行的一切事上信靠你、蒙你喜悅。

主啊，我為聖經感謝你；你賜我聖經作為信仰和順服的準則，這聖經能使我有得救的智慧。

主啊，我承認自己是在罪惡悲慘的景況中出生的，天生傾向罪惡之事，不易親近良善之事，愚蒙迷住我的心。我本為可怒之子，所以你若沒有為我興起一位救主，我必永遠失喪滅亡。我違背上帝的命令，吃了禁果。

然而，願上帝因救主耶穌基督永遠得稱頌，祂是神永恆的兒子，是神和人之間唯一的中保。祂取了人性，成為人，這樣祂便能贖回和拯救我們。

主啊，我為基督聖潔的生命稱頌你，求你使我跟隨祂的腳步。我為基督傳講那極好又真實的教義稱頌你，求你使我結合教義和信仰。我為基督所行的神蹟稱頌你，因祂行神蹟來證實祂的教義，尤其是祂在十字架上受咒詛而死，以贖我們的罪，使我們與神和好。祂第三天從死裡復活，之後升天，在那裡永遠活著，為我們代求，擁有天上地下所有的權柄。我們確信祂會在榮耀中再臨，在末日審判世界。

主啊，我感謝你，因我是基督的門徒之一，是已受洗的基督徒；我將榮耀歸給父、子、聖靈，因我是奉這名受洗的。

主啊，求你在基督裡作我的神，使我成為你的百姓。

求你成為我最主要的好處和最崇高的目的；使耶穌基督作我的君王和救主；求聖靈使我成聖，作我的教師、引導者和保惠師。

主啊，賜我力量除去不敬虔的心，以及世俗和肉體的

情慾；使我在今世自守、公義、敬虔度日，時常等候所盼望的福。

求你在我心裡做工，使我向神悔改，相信我們的主耶穌基督；使我一生活出信心和悔改的生命。

主啊，求你使我真心痛悔，因我不當的思想、言語和作為得罪了你；求你賜恩，使我不再犯罪。

求你使我接受耶穌基督，倚靠祂作我的先知、祭司和君王，使我降服自己，讓祂治理、教導和拯救我。

主啊，求你赦免我的罪，給我聖靈的恩賜和永生。

求你賜恩，使我勤勉誠懇地順服你所有的命令，以彰顯我真誠的信心和悔改。

使我盡心愛你，且愛我的鄰舍如同自己。

求你賜恩，使我時常虔敬嚴肅地提到你的名，使我勤勉專心地讀經和聽道，默想、相信你的話，按你的話安排我的生活。

主啊，使我用感恩的心領受你的一切憐憫，使我承受所有苦難時，都能忍耐並順服你聖潔的旨意。

主啊，不要讓我的心自高自大，被憤怒或罪惡的情緒干擾；不要讓放縱、不潔或肉體的情慾污穢我的身體；不要使我說出罪惡的言語。

主啊，求你賜恩，使我尊敬和順服我的父母與管理者；我因他們的教導和責備感謝你；求你使他們成為我的祝福，並叫我在一切事上成為他們的安慰。

主啊，求你憐憫、幫助和救濟窮人，以及那些遭遇困苦艱難的人。

主啊，祝福我的朋友，饒恕我的敵人，賜我力量，使我向眾人盡本分。

我若在任何事上得罪了你，就要謙卑地祈求基督寶血中的赦免，求你賜恩，使我將來能更善盡本分，好在生活

中敬畏神，這樣，我在今生和來生就都能喜樂。

主啊，預備我面對死亡，離開這世界；拯救我脫離那永遠悲慘和折磨的境地，那是所有惡人和不敬虔之人必得的分；帶我安全抵達那永遠安息和喜樂的世界，與你和耶穌基督同在。

賜我智慧恩典，好活出聖潔敬虔的生活；使我把心思和行事的重心，放在服事你和拯救自己的靈魂上。

我謙卑地懇求這一切，是奉耶穌基督的名，且是為祂的緣故；祂是我當稱頌的救贖主，願尊貴、榮耀、頌讚同歸於祂、你（父）和永恆的靈，從今時直到永遠。阿們。



四、家庭晨禱

耶和華我們的神啊，我們渴望全心謙卑虔敬地崇拜你，你的存在無限光明、神聖、榮耀；在你裡面有全然的完美，你是一切存在、力量、生命、動作和完美的泉源。

你善待萬民，你的慈悲覆庇一切你所造的；你不斷地善待我們，雖然我們既邪惡又不知感恩。

我們能自由地藉耶穌基督來到你面前，又得允許能在耶穌基督裡稱你為我們的父——我們認為這是言語無法形容的特權。求你此刻看顧我們，憐憫我們，如同你從前對待那些愛你名的人一樣。

使我們全家都把每日的家庭敬拜，視為是每天最必要的事，是每天最令人喜悅的慰藉。

你是以色列各家的神；求你作我們家的神，不管別人做什麼，求你使我們全家時常服事主；從歲首到年終，求你使福氣臨到我們家；主啊，賜福給我們，我們就真的蒙福了。

我們謙卑地感謝你的憐憫，我們得以在夜間躺臥安睡，

在早晨甦醒過來，都是因為你保佑我們；沒有災害挨近我們的帳棚，我們得以平安地迎接晨光，並在新的一天裡得安慰。

耶和華啊，我們不致消滅，是出於你諸般的慈愛，是因你的憐憫不致斷絕。這在每早晨都是新的；你的誠實極其廣大！

我們安息舒暢，而許多人卻是輾轉反側直到天明；我們有平安寧靜的居所，而很多人卻被迫流離失所。

我們承認你對我們的良善，承認自己一點都不配得著你向我們彰顯的諸般慈愛和真理。

我們承認自己得罪了你，都伏在你的審判之下；我們都犯了罪，虧缺了神的榮耀；我們的本性敗壞又罪惡，執意背道離開你，不易親近良善，終日傾向罪惡。

惡念臨到我們，我們躺下或起來，惡念都存在我們心裡，污穢攪擾我們的心，阻擋善念進入。你鼓勵我們把憂慮卸給你，我們卻太容易把這些憂慮變成自己的重擔。

在各種人際關係上，我們極少盡本分，常挑撥彼此，做蠢事、發脾氣，卻沒有激勵彼此愛人行善。我們對神的愛極冷淡又有諸多缺陷；我們對祂的渴望淡薄，與祂同行的步履蹣跚；我們此刻的狀況也很不配服事祂。

求你為基督的緣故赦免我們一切的罪，且在基督裡與我們和好；祂死是為了成就和睦，而且祂永遠活著，為我們代求。

許多人說：誰能指示我們甚麼好處？然而，主啊，不要把我們撇在一旁，叫我們只得這世界的好處；因為，耶和華啊，我們心所渴望、所祈求的，是你仰起臉來，光照我們，使我們心裡快樂，勝過那豐收五穀新酒新油的人。

主啊，願你的平安掌管我們的心，求你將你的律法賜給我們，願你的平安保守我們的心懷意念，求你賜我們安

慰；神的安慰並非稀少微小，願祂的安慰成為我們在世寄居的力量和詩歌。

主啊，今天我們把自己交託給你照顧和保守；求你留意向我們降福，以你的恩惠為盾牌，四面護衛我們；保護我們免受一切的災害，是的，耶和華保佑、保守我們的性命；我們出、我們入，祂都保護我們。

你的護理明智慈愛，我們把自己的身體和所有的屬世事務交託在你護理的引導下，順服你的調度。不要讓我們受到損傷或危害，保守我們的健康平安，祝福我們的工作，興旺我們一切合法的事務，在這些事務上賜我們安慰和成功。使我們吃勞碌得來的，可以享福。

我們把自己的寶貴靈魂和所關切的諸事，交託在你聖靈和恩典的治理下。願你的恩典在我們裡面大有能力，夠我們用，在我們心裡運行，使我們立志行善，為要成就你的美意。

求你賜恩，使我們按著每日的要求，做每日當做的事；即使是平凡的事務，也要敬虔地做，在一切所行的事上認定你，我們的眼目也要時常仰望你，求你樂意指引我們的腳步。

主啊，保守我們不犯罪，使我們管轄自己的心，每天不因受到挑釁就發脾氣，或用嘴說出急躁的話；求你賜恩，使我們在聖潔的愛裡和睦同居，好叫耶和華所命定的福臨到我們，就是永遠的生命。使我們憑良知處理一切事務，隨時警醒防範罪，以合乎我們的體統，因我們知道你隨時注目觀看我們，裝備我們抵擋各樣試探，因我們正直就扶持我們，在我們盡本分的路上保守我們；使我們天天敬畏你，終日敬畏你。

在任何令人困惑的景況中，求你叫我們的路徑在眼前成為平坦的大道；賜我們通達人的智慧，以隨時引領我們

得益處；願你以純全、正直保守我們，因我們等候你。

求你讓我們在一切的損失、十字架、苦難和失望中得以成聖，也求你賜恩，使我們在這些事上順服你聖潔的旨意，叫我們明白受苦原是好的，受苦使我們在你的聖潔上有分。

預備我們面對今天所有的事，因我們不知道今天會如何；使我們在你全備的旨意中完全站穩；能捨己，天天背起我們的十字架來跟從耶穌基督。

主啊，預備我們，使我們能面對死亡、審判和永恆；我們不知道今天是不是最後一天；求你賜恩，使我們把每天當作最後一天來生活。

主啊，求你在世上為自己申訴；建造你的教會，使她全然華美；求你在魔鬼國度中那些荒廢毀壞之處，遍地建立尊崇救贖主的寶座。使在改革中的教會更加革新，修正一切錯誤，叫所有為義受苦的人得扶持和拯救。

在眾國中成就我們的益處，賜福國王和所有掌權者，引導公眾決策和事務，為你自己的榮耀統管萬有；使我們有太平和穩固的年日，並使這些年日延續至我們的子孫。

求你恩待我們所有的親戚、朋友、鄰居和熟人，按他們的需要善待他們。供應你所有百姓的需求；求你居住在敬畏你、求告你名的家庭中，饒恕我們的敵人和那些恨我們的人，賜我們正直慈愛的心對待眾人和一切屬他們的。

看顧患難中的人，安慰他們，作他們隨時的幫助。使病人康復，減輕病人的痛苦，幫助受試探的人，救助受欺壓的人，賜喜樂給錫安悲哀的人。

按永遠之約的原則和本質對待我們和我們家，這約凡事堅穩，關乎我們的一切救恩和我們一切所渴望的；願神按祂所喜悅的任何方式對待我們和我們家。

此刻，我們要因神所賜的自然界與恩典來稱頌祂，要

因關乎今生和來生的恩賜來稱頌祂；特別要因耶穌基督來稱頌神，祂是萬有的泉源和根基；感謝神，因祂有說不盡的恩賜！

我們謙卑地懇求你為基督耶穌之故赦免我們的罪，悅納我們的服事，用平安的話回答我們的禱告；這是為祂之故，祂替我們死而復活，且教導我們這樣禱告：我們在天上的父……（主禱文全文）。

五、家庭晚禱

至聖、至當稱頌、至為榮耀的神啊，我們屬你，必要服事你，因為造我們的是你，不是我們自己，所以我們不屬自己，而是屬你；耶和華啊，我們的心仰望你；耶和華啊，我們要尋求你的面；除了從你那裡外，我們還能從何處尋求喜樂呢？我們的生命從你而來。

你是所有受造物的偉大造福者，你賜萬有生命、氣息和一切：你是我們的造福者，是餵養我們、一生保守我們直到今日的神。我們得神的幫助，至今仍作神赦罪憐憫的記號，見證你滿有恩典，你是神不是人；因此我們沒有被剪除。

有一事日復一日被傳講，夜復一夜被證實，就是：你本為善，所行的也善，絕不撇下那些尋求你、信靠你的人。你使日出日落之地都讚美你。

神的恩手幫助我們，使我們得以安度每一天；在結束一天的工作後，我們得以在晚上聚集，提起耶和華的慈愛，讚美我們的神；祂本為善，祂的慈愛永遠長存。

天天背負我們重擔的主，就是拯救我們的神，是應當稱頌的！因祂是為我們施行諸般救恩的神。我們按著每日所需，每天從你那裡領受憐憫，雖然我們實在沒有按著每

日的責任，做好每天的工作。

我們稱頌你，因為我們周遭有良善的天使服事我們，也有次等的受造物可供我們使用，使我們的身體健康舒適，有令人安慰的人際關係，又有舒服的居所；你沒有以曠野作我們的住處，也沒有使鹹地作我們的居所；尤其你還持續讓我們運用理智，使我們的良知平靜安寧。

我們稱頌你，因我們享有平安的大環境；你賜我們美好地土，讓我們安居在自家的葡萄樹和無花果樹下。

最重要的是，我們要為耶穌基督稱頌你，因祂作神和人之間的中保，你在祂裡面和我們立了恩典之約，這約有諸般極大、極寶貴的應許和恩情；恩典的寶座也為我們而立，我們可以奉祂的名，謙卑坦然地來到寶座前，因祂而有永生的盼望。

我們承認自己得罪了你；我們今天犯了罪，行事愚昧；神啊，我們的愚昧，你原知道；我們的罪愆不能隱瞞；我們浪費時間，忽略本分，跟隨虛無之神，離棄憐愛我們的主。我們的舌頭犯了過失；我們難道不是屬乎肉體、照著世人的樣式行、有失基督徒的身分嗎？誰能知道自己的錯失呢？願你赦免我們隱而未現的過錯。

求你使我們痛悔每天因軟弱而犯的罪，使我們充分明白這些罪的邪惡，以及對我們造成的危險；你獨生子基督的血洗淨一切的罪，求你用基督的血洗淨我們的罪惡，好使我們晚上躺下時，能與神和好，我們的心才能安適地回到祂那裡，在祂裡面歇息，祂也作我們的安息。

求你賜恩，使我們每天為當日所犯的罪悔改，好叫我們臨終時，只需為當天所犯的罪悔改，這樣我們就能常享安舒。

求你藉著所有的護理——不論是憐憫的或是苦難的——覆蔽我們，成就我們的益處；求你賜恩，使我們能

適應這些護理，並藉著萬事帶領我們更親近你，使我們更適合來服事你。

今晚我們把自己交託給你，我們渴望住在至高者的隱密處，住在全能者的蔭下。願耶和華作我們的居所，願我們的心住在祂裡面。

求你四面圍上籬笆保護我們和我們家，並我們一切所有的，好叫禍患不臨到我們，災害也不挨近我們的帳棚。保護我們的是耶和華，祂不打盹也不睡覺；主啊，願你作我們的日頭和盾牌。

求你藉安靜恬適的休息使我們的身體重新得力，不讓任何不信、不安的憂慮和恐懼攪擾我們；更要求你用你的愛、你的臉光和你的仁慈，使我們的心靈得著更新，因那比生命更好。

我們醒來的時候，求你仍使我們和你同在，也使我們在床上記念你，在夜更的時候思想你，且善用我們退休時的安靜與孤獨，來與神和與自己的心相交；這樣，我們獨處時並不孤單，因神與我們同在，我們也與祂同在。

使我們安然度過每一天，預備我們面對每天的本分和所發生的事；藉著今生所有的支持和安慰，使我們的身體能協助我們的心靈來服事你，使我們能用身心榮耀你，牢記我們不屬自己，乃是你用重價買來的。

我們現在離人生終點又更近一天了，主啊，有鑑於此，求你使我們數算自己的日子，好叫我們得著智慧的心：使我們在卸衣上床睡覺時，也能想到自己不久即將卸下身體、進入死亡的沈睡，暫時下榻在黑暗中；讓我們每天在這樣的預期中死去，為我們的改變做準備，這樣，當我們真正面臨離世的時刻時，死亡就不再是驚嚇或恐懼，我們反能滿心安慰地卸下身體，交託靈魂，因我們知道所信的是誰。

主啊，願我們全家在祂裡面蒙福，因世上的萬家都在

祂裡面蒙福；藉基督耶穌賜我們一家天上各樣屬靈的福氣，又按你看為對我們有益的，賜我們家現世的祝福；賜我們健康又興旺，尤願我們的心興旺而健康，願一切屬我們的都屬基督，這樣，我們在這世上同住一屋簷下的人，也能永遠和主在一起。

懇求你憐憫看顧這失落的世界，在撒旦座位之處建立基督的寶座；求你讓福音傳到未曾聽聞福音之處，又在有福音之處使其更加興旺；願福音因神大有能力，拆毀罪的堅固堡壘。

願基督的教會在各地大大興旺，彰顯教會是建在磐石之上，陰間的權柄不能勝過它；不論在什麼地方，叫惡人的杖都無法常留在義人的地業上。

願你良善的護理特別看顧我們生長的土地，使我們在這寧靜的土地上享平安；願你的榮耀居住在這地，使全榮耀之上有遮蔽。

求你掌管統治者的心，延續元首的生命和政府，使其成為眾人長久的祝福；使那些受託擔任公職的人，都能忠於公眾利益；使作惡的懼怕一切配劍之人，使配劍之人成為行善者的保護和讚美，願你悅納你僕人的工作，賜他們能力和決心，能引領人的靈魂到天堂。

求你恩待我們所愛的人；願新興的一代能蒙你悅納，在他們的世代服事你，比現在這一代做的更多、更好。

求你安慰且解救一切悲傷困苦的人，使加諸在他們身上的，不要超過他們能力所能負荷的；求你使他們能忍受你放在他們身上的擔子。

求你因我們當稱頌的救主耶穌基督之故，豐豐富富地為我們成就一切，超過我們所求所想的；祂是主——我們的義。願榮耀讚美歸祂、父和永遠的靈，從今時直到永遠。阿們。



六、主日早晨的家庭禱告

至為恩慈的神、我們在主耶穌基督裡的父；我們親近你原是好的，越親近越好；我們來到榮耀國度裡，至為親近你時，那乃是最美好的時刻。

你的存在本乎你，你的喜樂在你裡面，因此我們崇拜你，你是偉大的耶和華；我們的存在源自你，我們的喜樂在你裡面，所以我們的本分和好處都是尋求你，懇求你的恩惠，將屬你名的榮耀歸給你。

我們稱頌你，因晨光再現，因你使清晨的日光知道本位和時辰。願晨光從高天臨到我們黑暗的心，願公義的日頭帶著醫治的翅膀升起。

我們稱頌你，因我們所見的光屬於耶和華；這是耶和華為人所定的日子，也是為祂自己所定的，我們在其中要高興歡喜！你向我們啟示你的聖安息日，我們早年就蒙教導，要分別這日和其他日子的不同；這一日，在我們所在的遍地，眾人都要公開肅穆地敬拜神。

我們稱頌你，因安息日的釋放和良機持續到我們身上；我們盼望人子的日子並非枉然；我們的燈臺並未從原處挪去，它本該因我們離棄了起初的愛心，而從原處挪去的。

此刻我們要歡迎安息日：和散那歸於大衛的子孫！奉耶和華名來的是應當稱頌的！高高在上和散那！願我們在主日被聖靈感動，在我們的住處向耶和華守安息日；願這日在我們心中成為不被罪擾亂的安息日，成為在神裡面休息的安息日。求你賜我們力量，好叫安息日顯為聖，對我們產生屬靈功效，作為我們成聖的管道；叫我們的心因為今天休息、不做世俗之工，而得以更遠離現今之事，並準備離開這些事；叫我們因為用這一天的時間敬拜神，而得以更深經歷和熟悉屬天之工，且更符合那有福的世界。

我們承認自己完全不配與你相交，也無法與你相交，但我們奉主耶穌基督的名來到你面前，因這是祂配得的；我們倚靠你神聖的靈的幫助，來成就我們裡面一切的工，好派定我們得平安。

我們守這日為聖，以榮耀造天地的大能者——天父上帝，並紀念創造之工、奇妙之工；你藉你大能的話語，從無有創造萬有，一切都甚好；萬有按你的律例延續至今，因萬有都是你的僕人。你配得頌讚、尊貴、榮耀、權柄，因你創造萬物，萬物是因你的旨意被造而有的。你起初吩咐光從黑暗裡照出來，在第一週的頭一日說：「要有光」，就有了光；求你今天照在我們心裡，叫我們更知道神榮耀的光顯在耶穌基督的面上；願我們成為你的工作，在基督耶穌裡造成的，為要叫我們行善，使我們在你所造的萬物中好像初熟的果子。

我們同樣將這日分別為聖，以榮耀我們的主耶穌基督——神永生的兒子和我們得尊崇的救主，並紀念祂在一週的頭一日從死裡復活，以大能顯明是神的兒子。我們稱頌你，因祂捨自己的命贖罪，為我們的稱義而復活，帶來永久的義。匠人所棄的石頭，已成了房角的頭塊石頭；這是耶和華所做的，在我們眼中看為稀奇。我們稱頌你，因祂從死裡復活，成為睡了之人初熟的果子，祂是我們的復活和生命。此刻我們祈求的是：當我們喜樂勝利地慶賀祂的復活紀念日時，心裡也能經歷祂復活的大能與功效，與祂一同復活，從罪的死亡中甦醒，進入公義的生命，從這世界的塵土中復活，進入聖潔的、屬天的、屬靈的與神聖的生命。願我們在基督復活的形狀上與祂聯合，叫我們一舉一動有新生的樣式，像基督藉著父的榮耀從死裡復活一樣。

我們也已分別這日為聖，來榮耀永遠的靈，就是當稱

頌的恩典之靈和保惠師；我們歡喜地記得聖靈在五旬節那天降在使徒身上，五旬節同樣也是一週的頭一日。我們稱頌你，因耶穌得榮耀時，你賜下聖靈，彌補了基督的身體不在地上的缺乏，並繼續基督的工作，預備好迎接基督再臨；我們得著聖靈永遠與我們同在的應許。此刻我們的祈求是：那使耶穌死而復活的聖靈，能在我們每人心裡居住掌權，使我們有分於那全新、神聖的本性。配得稱頌的恩典之靈啊，求你來，吹氣息在這些枯乾的骸骨上，吹在我們死寂的心上，使其活過來，讓我們裡面有信心、愛心和聖潔的靈，有剛強、謹守的心。

主啊，我們因你聖潔的話稱頌你，你的話是我們腳前的燈、路上的光；聖經是為了教導我們而寫的，叫我們因聖經所生的忍耐和安慰可以得著盼望；聖經為我們純全完整地保存下來，也有我們看得懂的語言譯本；求你不要叫我們在此白受神的恩典。我們稱頌你，因我們的眼看到救贖主的喜樂之光，耳聽到救贖主的喜樂之聲，就是從祂而來的救贖：不朽的生命藉著福音彰顯了出來。在至高之處榮耀歸與神！因為，在耶穌基督裡、並藉著耶穌基督，在地上有平安歸與祂所喜悅的人。

我們為偉大的福音書稱頌你，神藉其賜我們永生，這生命是在祂兒子裡。主啊，我們領受福音書，視其為信實的記載，配得全然接受；我們憑經文交託了不朽的靈魂，經文鼓勵我們來到你面前，懇求從你兒子的代求中得益處。願神使祂成為我們的智慧、公義、聖潔、救贖，願祂有效的恩召，使我們與祂一同得分，藉著信心與祂聯合，好叫基督活在我們裡面，使我們凡事長進，連於元首基督；使我們在祂裡面結果子，無論說話或行事，都要奉祂的名。願我們有基督的靈，藉此顯明我們是屬祂的。我們藉著祂祈求得永生，願我們都不虧缺永生，反都能有永生的初熟

果子和憑據常在我們裡面。

我們稱頌你，因你在耶穌基督裡和我們立了新約；亞當的無罪之約遭到破壞，無法挽回，因此我們不能藉這約上天堂，然而此時你願意用新的條約對待我們；我們在恩典之下，不在律法之下；在中保手中的這約建立在更美好的應許上。主啊，我們逃往這避難所，持定這約作為擺在我們前頭的指望。求你慈愛地接納我們進入這約的關係中，按這約的旨意使我們在良人裡得悅納。你已宣告主耶穌是你的愛子，是你所喜悅的；我們要謙卑地宣告祂是我們所愛的救主，是我們所喜悅的；主啊，求你在祂裡面悅納我們。

願我們滿心喜樂地思想基督和祂對我們的愛，思想祂愛我們的大愛。這愛的範疇何等奇妙；基督之愛長闊高深，過於人所能測度的！願這愛激勵我們愛祂，為祂而活，因祂替我們死而復活。願我們喜樂且至為滿足地思想一事：當我們來到恩典寶座前禱告時，配得稱頌的救主就坐在榮耀寶座的右邊，為我們代求。我們切切地這樣求：願我們藉著祂，能蒙我們神的恩寵，得以進入聖約，且與你相交。

我們謙卑向你禱告，求你為祂的緣故，赦免我們在思想、言語和行為上一切已知和未知的罪；願我們藉著祂獲判無罪，在你眼中成為蒙悅納的義人；不使我們按著所應得的被定罪，願我們的罪孽被挪去，過犯蒙遮蓋；使我們穿上基督無瑕的公義之袍，好叫我們不顯出赤身露體的羞恥。願這日沒有罪惡之雲擋在我們和神中間，阻斷我們和祂愉悅的交通。求你治死並制伏我們的情慾，不叫我們的敗壞妨礙我們，阻擋我們的靈魂登上天堂。

我們求你在你自己的聖日這天，幫助我們服事你；求你在莊嚴肅穆的聚會中與我們同在，因為你若不與我們同在，我們為何要聚會呢？求使我們存著真誠、自由、堅定

的心和充足的信心，來到你面前。求你賜福給我們；用你的同在光照你自己的律例，就是你所應許的，無論在哪裡，有兩三個人奉你的名聚會，那裡就有你特別的同在。求你幫助我們抗拒諸多的軟弱，抵擋那些在我們事奉你時最容易纏累我們的罪：願你的話帶著生命和力量來到我們心中，如同好種子撒在好土裡，生根、結果子來讚美你；願我們的禱告和讚美藉著基督耶穌，成為蒙你悅納的靈祭；願那些同聚的家人也分享這一切果效。

願今日在所有美善基督徒的聚會中，都有你的同在；願所有誠心愛主耶穌基督的人都蒙恩惠！願眾人都蒙恩。願偉大救主在永恆福音的戰車中，勝利前行，勝了又勝，使人所有的心意都順服祂；願眾人得以相信福音所傳的信息，願耶和華的膀臂向眾人顯露，願罪人歸順你，願你的聖徒在信心、聖潔和安慰上得教誨和建造，以致得救；求你揀選的數目得以滿足，使你的國度快快降臨。

願賜平安的主隨時隨事親自給我們平安！但願使人有盼望的神為基督耶穌之故，因信將喜樂、平安充滿我們的心；基督耶穌是我們當稱頌的救主，祂教導我們這樣禱告：我們在天上的父……（主禱文全文）。



七、主日夜晚的家庭禱告

永恆的、永遠配得稱頌和榮耀的耶和華神啊！你是萬有之上的神，有豐盛的慈愛賜給凡求告你的人；你極具智慧、極有大能、極其聖潔、極其公義、極其良善；你是萬王之王、萬主之主，是我們的主、我們的神。

你不需倚靠我們就擁有喜樂，你不需要我們服事，也不需要我們給你甚麼好處；但若沒有你我們會很悲慘，我們需要你的恩惠，你若不向我們施恩，我們就永遠滅亡了；

所以主啊，我們全心懇求你的恩惠；求你在耶穌基督裡向我們施恩，因我們的快樂緊緊繫在你的恩惠中，你的恩惠比生命更美好。我們承認自己喪失了你的恩惠，我們的表現完全不配得你的恩惠；然而，我們奉耶穌基督的名，謙卑坦然地祈求你的恩惠；祂愛我們，為我們捨己。

我們要在你面前哀哭，因我們本性敗壞，我們為你的聖潔所憎惡，完全不適合繼承神的國度；因我們諸多真實的過犯，我們為你的公義所厭惡，應承受你的忿怒和咒詛。我們本為悖逆之子、可怒之子，每次來到聖潔公義的神面前時，都當羞慚戰驚。神若按我們犯罪所當得的懲罰對待我們，那麼，我們干犯聖物條例的罪孽，就會使我們毀滅了。

然而神啊，你有慈愛，有豐盛的救恩；你慈愛地為一切悔改和相信福音的人預備，藉基督之死的功勞，挪走這些人的罪孽；藉祂的靈和恩典，打破這些人罪的權勢；凡靠祂進到神面前的人，祂都能為他們挪走罪孽，打破罪的權勢，拯救到底，因祂是長遠活著，替他們祈求。

主啊，我們藉耶穌基督這位中保來到父神的面前；我們切切渴望藉著悔改和信心，轉離這世界和肉體，在耶穌基督裡歸向神，祂是我們的掌管者和福分。我們難過自己得罪了你，想到自己對你不忠又不感恩的態度，便感到羞慚。我們渴望不要再和罪有任何瓜葛，也同樣切切祈求你打破罪在我們裡面的權勢，好叫罪孽從我們身上挪走。我們單單倚靠耶穌基督的公義和基督的死，來獲得你的恩惠。求你看顧在基督裡的我們，因著祂的緣故而慈愛地接納我們；醫治我們背道的病，甘心愛我們；不要叫我們因罪孽而滅亡。

懇求你使我們因信稱義，使我們因主耶穌基督而與神和好；神設立耶穌作罪的挽回祭，使人知道祂自己為義，

也稱信耶穌的人為義。祂雖然無罪，卻替我們成為罪；願我們這些毫無公義的人，能藉著祂成為蒙悅納的義人。

願賜平安的神使我們全然成聖，開始並持續我們心裡的善工，將我們的心志改換一新，在一切事上使我們成為合你心意的樣式。在我們心裡設立你的寶座，寫下你的律法，使我們心存敬畏，用你聖靈的一切恩典充滿我們，使我們多結仁義的果子，叫榮耀稱讚歸與神。

治死我們的驕傲，使我們以謙卑束腰；治死我們的血氣，使我們以溫柔、安靜的心為妝飾，這在神面前是極寶貴的。救我們脫離虛謊之心的權勢，叫你的恩典在我們裡面顯為大，使我們認真而警醒。在我們裡面把肉體和肉體的邪情私慾同釘在十字架上，賜我們恩典攻克己身，叫己身服從信仰和真理的律法，時常用聖潔、尊貴守著自己的身體。

把愛世界的心和貪婪（貪婪就與拜偶像一樣）從我們裡面連根拔出，把在基督裡愛神的心根植在我們裡面。願聖靈將神的愛澆灌在我們心裡，使我們盡心、盡性、盡力、盡意愛主——我們的神；叫我們在信仰上所做的一切事，都是出於愛你的原則。

治死我們裡面所有的嫉妒、仇恨、惡毒和嚴苛，把這些苦毒從我們心中連根拔起，賜我們恩典用純潔的心彼此熱切相愛，因這符合跟隨主耶穌之人的樣式，祂已賜我們彼此相愛這條新命令。願我們當中常存弟兄相愛的心，愛人不可虛假。

求你糾正我們所有的錯誤；我們若在任何事上犯罪，求你向我們顯明這罪，使真理的聖靈引導我們進入一切真理，就是在耶穌裡的敬虔真理；求你賜我們聰明，能遵行你的命令，使我們裡面的愛心和一切良善的情感，能在知識和各樣見識上多而又多。

求你使我們確知這世界是虛空的，完全不足以讓我們快樂，好叫我們不把心放在世界上，也不期待這世界；使我們認清罪的污穢可憎，罪的傾向必定使我們悲慘；這樣，我們就會恨惡、懼怕罪，和一切看似罪或造成罪惡的事。

求你使我們確信自己靈魂的價值和永恆的重要性；求你使我們確信永恆之境的可敬可畏，我們正站在其邊緣，求使我們勤奮認真地為永恆之境做準備；少為那必壞的食物勞力，多為那存到永生的食物勞力，如同那些思念上面之事、不思念地上之事的人一樣，因為地上之事無足輕重、轉眼即逝。

願我們能看到：相較於永恆與關乎永恆的事，時間和暫時之事已無足輕重；願我們的心多思念永恆，眼常定睛於永恆；願信心掌管我們，這信是所望之事的實底，是未見之事的確據；不斷地定睛於未見的永恆之事。

求你賜恩，使我們有聖潔的關切之心，看重另一個世界，藉此，我們就能以聖潔的冷淡之心，輕看這世界，如同那些暫時寄居在此地、但卻要永遠活在某處的人一樣；叫我們快樂的，要像不快樂的；哀哭的，要像不哀哭的；買了東西的，要像一無所得的；享用世上百物的，要像沒有享用的一樣，因為這世界的樣子將要過去，我們也要隨之而去。

願你的恩典在我們裡面顯為大，且夠我們用，好預備我們面對那鐵定會來、且馬上就來、甚至是突然來到的巨大改變，把我們從感官世界移到屬靈世界，從試煉和緩刑之境，移到報償和報應之境；使我們能繼承眾聖徒在光明中的基業；這樣，當我們軟弱無用時，可以被接到永存的帳幕裡去。

懇求你預備我們，使我們能面對此刻到死亡之間將要發生的一切事情。我們不知道未來會如何，因此也不知道

該做什麼預備，但你是知道的，因此我們懇求你用你的恩典裝備我們，使我們能面對你隨時要我們面對的一切服事 and 苦難。裝備我們，以抵抗那隨時都可能攻擊我們的各樣試探；這樣，我們便能隨時隨處榮耀神，常存無虧的良心，隨時盡自己的本分，在基督裡持守盼望和喜樂，相信將來有永生，並欣然接受神聖潔的旨意。

求你賜下恩典，好叫我們在你的律例和護理中，一生都與你相交，常將你擺在我們面前，時常仰望你，一生倚靠你的大能、護理和應許，時時信靠你，在你面前傾心吐意；又活出盡心獻給你的生命，盡心求你的尊貴榮耀，以尊崇榮耀你為我們的最高目的。願信仰不只是我們的職責，更是我們的喜樂，因此，懇求你使我們在你裡面有滿足的生命，常常靠你喜樂；使神成為我們心裡的喜樂，好叫我們得到心裡所求的，就是認識神、愛神、向神而活，討祂的喜悅，以祂為樂。

懇求你保守我們一生秉持正直；使我們永不離棄你，緊緊跟從你，立定心志恆久靠主，不以性命為貴，只要喜樂、真實純正地行完我們的路程。

願你良善的護理能安排我們臨終的一切景況，幫助我們安適地移居更美好的世界；到時願你的恩典夠用，使我們能有美好的終局；願我們進入救主耶穌基督永恆的國度時，能享受豐盛的服事。

我們在世的年日，求你天天加增我們的智慧良善，使我們更勝於他人，更願離開、棄絕這世界，也更聖潔、屬天和屬靈；叫我們在世上越長壽，就越配得另一個世界；願我們末後的年日、末後的工作、末後的安慰都是最美好、最甜美的。

我們謙卑禱告，求你在末後的日子中，成就關乎教會的所有應許；願全地充滿你的榮耀。願外邦人的數目添滿，

願以色列全家都得救。願耶和華殿的山堅立，超乎諸山，高舉過於萬嶺；願萬民都流歸這山。

求你在新屯懇地傳播福音；願貿易和商業的開發有助於教會的開拓。願基督的國度普遍地建立在魔鬼國度的廢墟上。

求你加速罪人的衰敗，在遍地復興、興旺起初的基督教，就是在神我們的父面前，那清潔沒有玷污的虔誠；願敬虔的大能得勝，在一切敬虔的樣式上拓展根基。

願教會的和平終止列國的戰爭，教會的建立終結列國的震盪；願神國度在世人中的奠定與拓展，結束國家和王國的動亂與革命；因神的國度不可動搖。

願英國和愛爾蘭的各種公眾利益昌隆；願你永遠的福音常是我們當中的榮耀，你的護理是我們四圍的火牆；請不要毀滅我們，求你在我們當中留下餘福，就是留下獻給耶和華——我們神的素祭和奠祭。

求你特別恩待我們的國王陛下，保護他的人身安全，使他身體健康，足享長壽；引導他的顧問，幫助國王的治理興旺，有圓滿的政績，使全民蒙福。

賜福樞密院王室顧問、貴族、以及各郡、各市政會的執法官和法官，使他們在各自的崗位上，信實地服事國家利益，在一切事上成為眾人的祝福。

賜福所有教導聖經和執行聖禮的傳道人，使他們燃燒發光，忠於基督和人的靈魂；讓你所有的僕人和百姓在真理中合一，彼此真心相愛；將醫治的靈，就是愛、慈惠、互相包容和屈就的靈，澆灌在他們身上，使他們都攜手並肩，同心努力地提升攸關我們偉大主的廣泛事務，及對寶貴靈魂的廣大救贖。

求你繁榮國家的經濟和沿海的貿易，使敵人的詭計破滅，保全大眾的平安，保守這些土地上的居民之間得享安

寧，使他們合宜順服神設立是我們之上的權柄：願主喜悅住在我們當中，造福我們。

賜福土地的出產，使我們常享豐足，使我們有豐富的供應，讓我們的窮人飽足。

我們為你聖日的一切憐憫稱頌你；我們有理由說：在你的院宇住一日，勝似在別處住千日。萬軍之耶和華啊，你的居所何等可愛！祝福我們今天所聽見的道，和所有聽見這道的人；求你聽我們的禱告，悅納我們的讚美；當你清亮的眼目看到我們心裡和行為上的過犯時，求你赦免我們。

求你今晚保護我們，在結束與你同在的一天之後，使我們安然躺臥，睡得香甜。在接下來的這個星期中，求你在凡事上與我們同在；原諒我們上星期把許多事帶進安息日，求你使我們將安息日的一切帶進這個星期中，好叫我們更配得進入下一個安息日——如果我們還存活的話。

時間和日子結束後，求你使我們配得那永遠的安息日，我們盼望能在幔子內守那安息日：願這一日帶來使我們更接近天堂的的安息日旅程，又使我們在經歷一個安息日之工後，更配得天堂。

我們喜樂地以紀念基督復活來展開主日，我們也渴望結束主日時，能喜樂地期盼基督的再臨、自身的復活、進入不朽的有福生命，並在神榮耀的盼望中得勝。

我們的心哪，你要稱頌耶和華！愛慕耶和華！凡在我們裡面的，也要稱頌愛慕祂的聖名，因祂本為善，祂的慈愛永遠長存。我們渴望多有時間讚美神，讓天堂從此刻開始，因我們盼望在這美事上，享受喜樂永恆。

但願尊貴、榮耀、權能、讚美歸與那不能朽壞、不能看見、永世的君王、獨一的神——具有父、子、聖靈三位格的神——從今時直到永永遠遠。阿們。



八、適合父母為兒女獻上的禱告

耶和華我們的神啊，你是凡有血氣者靈魂的神！所有的靈魂都屬你，父母的靈魂和子女的靈魂都屬你，你的恩典夠他們用。

你是我們先祖的神，因此我們要尊崇你；你是我們子女的神，你給我們和我們的兒女應許，我們也要為這些應許向你祈求；你是與信徒和信徒子孫立聖約的神。

主啊，你良善的護理建立了我們的家庭，感謝你慈愛地賜給你的僕人孩子；主啊，你藉孩子賜福我們，使孩子成為我們真正的祝福，好叫我們不至寧願自己膝下無子。

我們悲嘆自己的孩子在罪孽裡懷胎出生，也悲嘆他們敗壞的本性是從我們而出。

但我們稱頌你，因有一泉源可以洗淨他們原本的污穢；他們藉著洗禮及時獻給你，進入你的聖約關係中，處在你的聖約祝福下；他們在你家中出生，也成為你地上家庭的一份子。

我們想到他們的受洗便覺得安慰；我們要謙卑地懇求你：他們是屬你的，求你拯救他們；在他們有能力決志時，使他們出於自願用行動來與耶和華聯合，使他們在你所定的日子歸屬於你。

賜他們美好的智能和性情，使他們和藹可親、溫良受教；使他們及早歸向信仰和美德；主啊，賜他們聰明智慧，驅逐捆鎖他們心靈的愚蒙。

救他們脫離孩提和年輕時的虛妄，給他們全方位的裝備，能在世上過豐富、有價值的生活。我們不為他們求世上的大事；你若喜悅，求你賜他們強健的身體，保護他們免於一切不幸的意外，按他們等次賜給他們需用的飲食。

但我們主要是要向神祈求：願你將你的靈澆灌我們的

後裔，將你的福——福中之福——澆灌我們的子孫，使他們作服事你的後裔，向後代述說主所行的事；賜他們那上好且不能奪去的福分。

賜我們智慧恩典，使我們以敬畏你的心，照著主的教訓和警戒，溫柔和平地養育他們，使他們凡事端莊順服。教我們如何按他們所能領會的，教導他們關於神的事；教我們如何責備、告誡他們，也教導我們何時必須用正確的方式糾正他們，教我們如何在一切有美德和值得讚美的事上，都作他們的榜樣，好叫我們向他們推薦信仰，這樣，我們便能教養他們走當行的道，使他們到老也不偏離。

我們懇切地祈求，讓基督及早成形在他們心裡，使恩典的種子在他們年幼時就撒在他們心裡；我們看到他們按著真理、朝向天堂而行時，我們的心就得滿足。讓他們現在就聆聽勸戒，領受教導，好叫他們將來更有智慧；他們若有智慧，連我們的心也要喜樂。

求你興旺他們受教的管道；願我們的兒女都受耶和華的教訓，好大享平安；使他們真正認識你——獨一的真神，並且認識你所差來的耶穌基督，因這就是他們的永生。

願他們及早得智慧聰明，勞記自己所學的；他們領受了多少耶穌的真理，就把所學的都存在心裡。

我們誠心的渴望和祈求，當我們離世，到天堂讚美神時，我們的子女會在地上讚美神；願我們能永遠和他們在一起，日夜在神的聖殿服事祂。

若你的旨意是要帶走我們當中年幼的兒女，求你賜恩使我們順服地將兒女交託給你，使我們面對兒女的死亡時仍有盼望。

若你在他們年幼時，就使他們失去我們，求你親自作他們的父親，教導他們，供應他們，因為孤兒在你那裡得蒙憐恤。

你知道我們擔憂子女，我們將這憂慮卸給你，把自己和子女交託給你。

求你不要讓我們家庭的信仰之光，隨我們的去世而熄滅，也不要讓這寶貝與我們同入墳墓；願我們的後代子孫對你有更多、更好的服事，遠勝於我們這一代所做的，好使你得名聲、得頌讚。

我們的禱告是以你的榮耀為目的：父啊，願我們家人都尊你的名為聖，願你的國降臨我們家，願你的旨意行在我們和兒女身上，如同行在天上的天使當中；這是為了基督耶穌的緣故，祂是我們當稱頌的救贖主，祂的後裔要存到永遠，祂的寶座如天之久。我們和兒女們是奉父、子、聖靈偉大神聖的名受洗，此刻願尊貴、榮耀、權柄、頌讚歸與這名，從今時直到永永遠遠。阿們。



九、個人領聖餐前的禱告

最聖潔、最配得稱頌、最慈愛的耶和華神啊，我在此全然謙卑虔誠地來到你面前，尋求你的面，懇求你的恩惠；為顯明你向我所懷的善意，懇求你讓我經歷你在我裡面的善工。

我承認自己不配、完全不配這項榮幸，沒有資格、完全沒有資格蒙召來服事你。我能蒙應允常常得聽你的話語，且能向你禱告，這實在是莫大的恩典；然而在你的恩典中，這還不算什麼，我此刻竟然還受邀來到你的聖餐桌前與你相交，紀念我救主的死，憑信心領受從中湧流而出的寶貴福氣。我連碎渣兒都不配吃，竟然還能蒙召領用兒女的餅。

主啊，感謝你設立這神聖的聖餐儀式，這聖禮是寶貴的遺產，是愛的標記，是主耶穌為祂的教會存留至今，並施行在地上的；我蒙應允得以領受聖餐，此刻眼前就有機

會參與這聖禮；主啊，求你不要使我徒受你的恩典。

你呼召我赴羔羊的婚筵，求你也賜我禮服；在我裡面做工，使我有各樣虔誠熱切的情操，能和這聖禮的莊嚴儀式相稱，使我用蒙悅納、領受益處的方式來參與聖禮。請看，火與柴都有了，現在一切都準備好了，但燔祭的羊羔在哪裡呢？神啊，求你自己預備羊羔，在我裡面做工，成就你此刻對我的各樣要求。心的預備和舌頭的應對都來自於你；主啊，預備我的心，好使我與你相交。

主啊，我承認自己得罪了你，我所行的愚昧，且甚是愚昧，因為愚昧迷住我的心，我犯了罪，無法與你同得榮耀。我終日所思想的都是惡，我敗壞的本性極強烈地偏愛這世界、肉體、以及感官的滿足；在朝向上帝、基督與天堂的路上，我行進緩慢，也常常裹足不前。不僅如此，我體貼肉體的心還厭惡屬天和屬靈的事。我濫用時間，虛耗機會，跟隨虛無之神，離棄憐愛我的主。神啊，開恩可憐我這個罪人！神差我來世上為要成就大事，但直到今日，我所做的事少之又少！

你把我納入你的聖約中，因我是受洗、分別歸與你的基督徒，也受印記歸屬你；你賦與我責任，我也要求我自己，要全然地愛你、服事你、向你而活。但我改變如同翻背的弓，沒有履行與你所立的聖約；我的思緒心態和言談，都不符合我所宣告的聖潔信仰，不符合你對我的盼望，也不符合我對你的承諾。我執意背道，離開永生神；我若在律法之下，就必滅亡；但我是活在有悔改空間的恩典之約下，應許人若悔改就必得赦罪；這約甚至邀請背道的兒女回來，應許他們背道的病必得醫治。主啊，我持守這約，求你在餐桌上向我印證這約。願我在那裡看到自己的心因罪而真正謙卑下來，依著神的意思為罪憂愁；願我在那裡仰望我所扎的人，心裡哀慟，為祂愁苦；願我在那裡流淚

撒種，接受那為我們破碎的基督進入我破碎的心；基督之血所說的比亞伯之血所說的更美，願這血灑在我的良知上，潔淨、撫慰我的良知；使我在那裡得以確信你已和我和好，我的罪已得赦免，我不會被定罪。求你在那裡對我說：放心吧！你的罪赦了。

為了讓我配得領受這聖禮，我懇求你帶領我更親密地經歷、認識耶穌基督與祂釘十字架，認識耶穌基督與祂得榮耀；認識基督與祂復活的大能，曉得和祂一同受苦，並且在祂復活和受苦的形狀上與祂聯合，這樣，我便能分辨主的身體，並且表明祂的死。

主啊，我渴望藉著又真又活的信心領受耶穌基督，全心接受祂作我主、我神；我在此降服在祂面前，祂是我的先知、祭司和君王，掌管、教導和拯救我；祂是我的良人，我的朋友。除基督之外，別無他人；除祂之外，別無他人。主啊，增加我的信心，成全這信心的不足；賜我力量，使我在領餅和杯時，能用活潑的信心接受主耶穌基督。求你在这聖餐中，表明基督受死以拯救罪人的偉大福音教義，願這教義成為我靈魂的飲食，是真可吃、真可喝的。願這教義滋養我、更新我，成為我的力量、我的詩歌，作為我的聖潔和安慰之泉。願我實際紀念這教義時，這些深刻的印象能烙印在我心，好叫它常存我心，影響我的一切言行，叫我如今在肉身活著，是因信神的兒子而活；祂是愛我，為我捨己。

主啊，求你使我的思想專注，使我的心全然向你，好叫我心無旁騖地服事你。吸引我來渴望你；使我飢渴慕義，以得飽足，且存著誠心和充足的信心來到你面前；你並沒有用小量器來衡量我，願我自己也不要心胸狹窄。

主啊，願你吸引我，我就快跑跟隨你；求你發出你的亮光和真理，好引領我；將你的靈澆灌在我身上，把你的

靈放在我心裡，好在我裡面運行，使我立志行事都是為了成就善事，不憑己意而行。北風啊，興起！南風啊，吹來！吹在我的園內；配得稱頌的恩典之靈啊，請來！求你啟示我心，使我真知道基督；折服我的心意，使其順服基督的旨意；用基督的愛充滿我心，堅固我與祂同生共死的決心。

求你在我心裡成就聖潔的愛，能慈善地對待眾人，饒恕仇敵（靠著恩典真心地饒恕），在信、望及聖潔的愛中，與各處求告我們主耶穌基督之名的人保持屬靈交通。主啊，求你賜福眾人，尤其是此刻要和我共同參與這莊嚴聖禮的會眾。凡專心尋求神，就是耶和華——他們列祖之神的，雖不照著聖所潔淨之禮自潔，求至善的耶和華也饒恕他們。求你聆聽我的禱告，醫治這些百姓。

主啊，求你賜福，使我在你的聖餐桌上得著父的祝福；願你的同在光照你所設立的聖餐；在我裡面成就你一切良善的美意，以大能成就信心之工；因耶穌基督——我神聖的救主之故，願讚美歸與祂、父及永遠的靈，直到永遠。阿們。



十、領聖餐後的禱告

主啊，我在耶穌基督裡的父神啊，再大的讚嘆都永不足以表達你向我俯就的恩典；世人算甚麼，你竟如此看重他！世人算甚麼，你竟如此眷顧他！我是誰，我的家算甚麼，你竟使我到這地步呢？你帶我進入筵席，以愛為我的旌旗。我要說：在你的院宇住一日，遠勝過在別處住千日；在你的餐桌旁待一時，遠勝過在別處待萬時；我親近神是與我有益；神配得稱頌，因祂的殿中滿有恩惠，祂在禱告的殿中，用各樣安慰使屬祂的百姓喜樂。

但我要因自己而抱愧蒙羞，因為我沒有讓擺在眼前聖

餐桌上的偉大飲食更深地改變我。我的心多麼虛妄、愚昧和輕浮！我願意為善的時候，便有惡與我同在；至善的主啊，憐憫我，饒恕我干犯聖物條例的罪孽；求你不要因我服事上的諸多缺失而控告我，也不要使這些缺失攔阻我從這聖餐中得益處。

此刻我已紀念基督的死；主啊，求你藉這聖餐，使罪在我裡面釘十字架；就我而論，世界已經釘在十字架上；就世界而論，我已經釘在十字架上；賜我力量，使我身上常帶著耶穌的死，使耶穌的生也常顯明在我必朽的身上。

此刻，我已從基督的死領受了寶貴的福祉；主啊，求你使我永不喪失這些福祉；我既然接受了主基督耶穌，你就賜恩使我遵祂而行；使活著的不再是我自己，而是用重價買贖的、一個可以榮耀神且屬於神的身心靈。

此刻我已更新了你我的聖約，重新和你約定，要作屬你的人；主啊，現在求你賜恩，使我能履行我的願，也常把它放在我的心思意念中，使我的道路在你面前堅立。主啊，用你的恩典保佑我，好叫我絕不再轉向愚妄；願在神應許賜平安後，我的行事為人不再散漫草率，免得我今天所行的失效；在神的安慰開廣我心後，求你使我甘心堅定地往你命令的道上直奔，持定我的正直。

我寶貴的靈魂是你手中的工，是你兒子的寶血買來的；我把靈魂交託在你手中，你的聖靈和恩典要使我的靈魂成聖，造就我的靈魂，使其凡事服從你聖潔的旨意；主啊，在我心中建立你的寶座，寫下你的律法，廣佈你的愛，使我心中所有的意念都順服你，順服你律法的命令，以及你愛的激勵大能。以你自己的名保全我所交付你的，直到被召的那日；願我蒙保守，在你榮耀降臨的時候，完全無可指摘，能無瑕無疵、歡歡喜喜地站在你面前。

我把自己所有的外在事務，交託在你明智慈愛的調度

護理中；主啊，拯救我的靈魂，至於其他的事，則按你的心意對待我；但願所有的護理共同成就我屬靈和永恆的益處。願一切對我而言都是潔淨的，使我在普遍恩惠中體驗聖約之愛；使我藉你的恩典受教，學習如何處缺乏，如何處豐富，如何享豐足，如何用基督徒的樣式忍受困苦；願你的恩典隨時夠我用，在我裡面有大能運行，使我立志行事都是為要成就你的美意。

願我凡事盡本分，站立得穩；願我愛耶穌基督的心得以增長，願祂長闊高深的愛影響我心，遠超過所有的思想和言語。

願我口充滿對祂的讚美，以見證祂的愛。曾被殺的羔羊是配得頌讚、尊貴、榮耀、權柄的；因為祂曾被殺，用自己的血買贖受揀選的餘民，叫他們歸於神，又叫他們成為國民，作祭司歸於神。我的心哪，你要稱頌耶和華！凡在我裡面的，也要稱頌祂的聖名！祂赦免我的一切罪孽，醫治我的一切疾病。祂救贖我的命脫離死亡，以仁愛和慈悲為我的冠冕；祂動了善工，也必成全這工，直到基督的日子。我一生要稱頌耶和華，我還活的時候要讚美我的神；當我在地上的生命結束後，我盼望能活在天上，獻上更美好的讚美。願神永久的膀臂扶持我，背負我，使我力上加力，直到我在錫安朝見神；這是為了耶穌的緣故，祂替我死而復活，我渴望或生或死都在祂裡面。此刻願國度、權柄、榮耀歸與神——父、子、聖靈，從今時直到永遠。阿們。



十一、飯前的禱告

耶和華我們的神啊，我們生活、動作、存留，都在乎你，我們從你那裡領受生活上所有的支持和安慰；你為我們擺設筵席，倒滿我們的杯，日日用你豐盛的恩賜安慰我

們。我們承認自己倚靠你，承認我們欠你的債，求你赦免我們的罪；使你使美好的受造物成聖，好讓我們使用，並賜恩使我們慎重感恩地領受，好叫我們吃喝不是為了自己，乃是為了你的榮耀，且都是藉著我們神聖的救主耶穌基督而行。阿們。

十二、另一種飯前禱告

恩慈的神啊，你護佑且保守所有的受造物，你賜給我們一生所需用的飲食，直至如今，雖然我們既邪惡又不知感恩。求你赦免我們所有的罪，我們因罪已喪失你一切的憐憫，求你使我們看見自己所失去的權利已在基督耶穌裡得以恢復；求你讓我們在普遍恩典中體驗聖約之愛，且用這些恩惠和我們這受造物所擁有的一切舒適，來榮耀我們偉大的造福者，而這一切都是藉著我們偉大救贖者的恩典而行。阿們。

十三、飯後的禱告

天天背負我們重擔的主，是應當稱頌的！祂厚賜百物給我們享受，雖然我們沒有好好服事祂。主啊，我們為眼前的餐點感謝你，你讓我們享用你美好的受造物；感謝你在耶穌基督裡愛我們的靈魂，這使一切都變為美好；求你赦免我們的罪，持續善待我們，供應那些沒有日用飲食的窮人；裝備我們，使我們合乎你全備的旨意；求你作我們的神，作我們的引導和福分，直到永遠，這一切都是藉我們的救主耶穌基督而成。阿們。



十四、另一種飯後禱告

父啊，天地的主，我們感謝你，因你的護理和恩典帶給我們一切的恩賜；感謝你賜下關乎今生和來生的祝福，又使我們當下得享用你美好的受造物：神啊，成全關乎我們的事，用生命的糧養活我們，直到永生，使我們成為在父國度裡吃餅的人。這是為了我們的救主基督耶穌之故。阿們。

致讀者 (關於三篇講道)

在這三篇講道中，前兩篇是我在拜諾格林 (Bednal Green) 的早訓中傳講的 (大部分的內容)；第一篇是在 1712 年八月十三日，第二篇在八月二十一日。很多人聽了第二篇講道後，都極力懇請我出版這篇講章。當時我完全沒考慮這麼做，因為已經有先進提供了許多相同本質與旨趣的實用論述，可以做為大家極好的指導。但再次斟酌之後，我認為若把這兩篇講章 (「如何與神開始每一天」和「如何與神共度一天」) 放在一起，對於手上沒有上述長篇論述的人來說，或許會有一些用處。事實上，如果這幾篇講道的內容能為讀者帶來一些益處的話，那將會有普遍且持久的幫助。因此，我懷抱這個想法，按著神賜給我的能力，把這幾篇講道寫下來，並大量補充其內容，以利出版。與幾位朋友溝通這個想法之後，他們都非常鼓勵我這麼做，且建議我加上第三篇講道：「如何與神結束一天」；所以，我就用第三篇作為九月三日晚訓的講道主題，同樣地，我也大幅增修了當天的講道。這就是這三篇講道的由來。

甚願神祝福這項努力，透過祂的恩典，使這些講章能幫助平民百姓，提升他們莊嚴敬虔的態度，這是我希望達成的目的。然而，我承認我原本無意出版這些講道，只是想把它設計成一份禮物，送給最近剛和我分開的鄉間摯友。

我要將此書獻給他們，以表達我對他們最溫柔的愛和最誠摯的敬意，並見證我恆切關心他們的屬靈爭戰。我盼



禱告的方法

望並禱告：他們的言行舉措都能符合基督的福音；這樣，不論我去探訪他們，或不在他們當中，我都能欣慰地得悉，他們一心一靈，堅立穩固，共同為福音的信仰奮鬥。

馬太·亨利
衷心摯愛他們的祝福者
1712年9月8日

講道一

如何與神開始每一天

「耶和華啊，早晨祢必聽我的聲音；早晨我必向祢陳明我的心意，並要警醒！」

——詩篇五篇 3 節

我要問各位一個問題，大家可能會覺得這是一個無禮的問題，但我還是要懇請你們認真地問自己：你們今天為什麼這麼早來到這裡？你們來這裡做什麼？我們每次來到聖會中服事神時（其實，不論我們在何處服事神），都應該好好回答神問先知以利亞的問題：「以利亞啊，你在這裡做甚麼？」（王上十九 13）同樣地，我們結束聖會返家時，也應該要好好回答基督的問題，祂問那些觀看施洗約翰服事的人說：「你們從前出到曠野是要看甚麼呢？」（太十一 7）

我很驚訝這麼多人聚集在這裡：莊稼確實已經熟了。我盼望你們來這裡，不只是為了在這宜人的早晨出來散步，也不是為了好奇心，因為過去這裡從未舉辦過早訓；你們來這裡，不是為了呼朋引伴，而是帶著虔誠的目的前來，要歸榮耀給神，從祂領受恩典，並藉此保持與神的相交。若你們問我們這些牧者：「你們的任務是什麼？」我們希望能真誠地說：「我們的任務是（按神所賜的能力）在上述這些事上幫助、推動你們。」伯利恆城裡的長老問撒母耳：「你是為平安來的嗎？」也許你們也會問我們同樣的問題。我們的回答也和先知撒母耳一樣：「為平安來的，我們是給耶和華獻祭，請你們來同吃祭肉。」（撒上十六

4-5)

當各位繼續參加早訓時，就有機會增加自己雙倍以上的早晨靈修時間。早訓之外，你們已有私下的敬拜和在家的敬拜，這是早訓不能取代或排擠的，然而你們要在早訓這嚴肅會中求告神的名。在这一切的禮拜中，一起禱告和聽道都很重要。據說這早訓原本是禱告會，那時我們的國家正遭逢可怕的審判，在內戰的蹂躪下呻吟。早訓也使你們有機會與神的道對話；這裡有一條一條的訓誡，一行一行的經文。藉這機會每天早晨讓你們得以甦醒，願你們的耳朵也同樣得以開通（如先知以賽亞所言），使你們能聽見、受教。（參賽五十四）

不僅如此，我們渴望透過這些機會，能給大家深刻的印象，好使各位常活在其影響中。願今天的早訓能使你們將來更願意參與早晨的敬拜，願這些頻繁的靈修活動，能大大堅固你們的靈修習慣，好叫各位今後的每天敬拜都變得更加容易，甚至成為自然而然的習慣。

為了幫助大家，我要推薦聖經中大衛聖潔的榜樣。大衛堅定決心（詩五十二），要充分盡禱告的本分，且持續這本分，「我向祢祈禱」。他在此定了一個適合禱告的時間——早晨。「早晨祢必聽我的聲音」，但不只是在早晨而已。大衛嚴肅地立定自己的目標，要像但以理一樣，一天盡三次禱告的本分，「我要早晨、晚上、晌午禱告，哀聲悲歎。」（詩五十五17）而且大衛認為這還不夠：「我一天要七次讚美祢」（詩一一九164），特別是在早晨。



教義：與神開始每一天，是我們的智慧和本分。

我們從經文中看到：

第一、這是我們當做的善工。神一定聽我們的聲音，我們

一定要向祂陳明自己的心意，並要警醒。

第二、安排在特定的時辰做善工，也就是早晨。他再次提到早晨，意思就是說，每天早晨都按時晨更，如同每天早晨都按時破曉一樣。

第一、大衛的榜樣首先教導我們要做善工，總之就是禱告。禱告是自然之光和自然之律所定的，它們清楚大聲地說：「百姓豈不應求問自己的神嗎？」然而，基督的福音對禱告所提供的教導和鼓勵，遠超過自然界所賦與的，因為基督的福音告訴我們，禱告必須求什麼，必須奉誰的名禱告、藉誰的幫助禱告，而且邀請我們坦然無懼地來到施恩寶座前，藉基督的寶血進入至聖所。我們不只要在早晨做這工，也要在其他時辰、隨時做這工。我們在經文中看到「不得時的傳道」，卻沒讀到「不得時的禱告」，因為絕對沒有「不得時的禱告」。施恩寶座隨時敞開，隨時歡迎謙卑的祈求；謙卑的祈求不會不得時。

不過，我們要來看大衛如何表達他堅守這項本分的虔誠決心。

一、祢必聽我的聲音。在此可用兩種方式理解大衛。

(一) 大衛告訴自己，他會蒙神恩慈地悅納。我在早晨向祢陳明我的心意時，「祢必」，就是指「祢會」聽我的聲音。所以這是大衛信心的語言，立基在神的應許上。神應許祂的耳朵會隨時打開，聽祂百姓的呼求。大衛禱告說：「耶和華啊，求祢留心聽我的言語」（詩五1），「求祢垂聽我呼求的聲音」（詩五2）。這樣的祈求在此得到回應：祢會聽，我毫不懷疑祢會聽；雖然現在我沒有得到我所祈求的事，但我確定我的禱告蒙聆聽，蒙悅納，且已達到神面前蒙記念，如同哥尼流的禱告一樣。我的禱告已存檔，不會被忘記。若我們檢視內心，且能憑著經驗認定神已預備了我們的心，那麼，我們就可以往前看，有信心

地說，神會側耳聆聽。

我們確信神會聆聽，禱告時一定要確信這點，要完全相信大衛的信心：只要神發現禱告的心，祂就在那裡作聽禱告的神。縱使禱告的聲音低沈微弱，但若是出自正直的心，神就聽，且是喜樂地聽，這是祂所喜悅的，祂也會慈愛地回應。祂已聽到你的禱告，看到你的眼淚。因此，我們的禱告一定要站在這個根基上，一定要堅守這個原則，不要疑惑，不要動搖，也就是當我們奉中保耶穌基督之名，按聖經中啟示的神的旨意祈求時，不論向天父求什麼，祂若不是按我們所求的賜予我們，就是按祂的慈愛來應允我們。這是約翰福音十六章 23 節的應許，歷代聖徒一致的經驗也印證這項應許是真實的。從人開始求告耶和華的名後，雅各的神從未向雅各的後裔說：「你們尋求我是徒勞的」；祂現在也不會這麼說。我們藉禱告來到神面前時，若前來的方式是對的，我們就能確信：不論天離地有多遠，我們多麼不配得著注意或施恩，然而神確實會聽我們的聲音，絕不會拒絕我們的禱告，也不會轉移祂的憐憫。

（二）我們也可以說，大衛是向神承諾，他會以神所指定的方式隨時服事祂。「祢必聽我的聲音」，也就是說「我必向祢說話」；因為祢多次側耳聆聽我，所以我下定決心要隨時求告祢，直到我結束地上的日子。每一天都不例外，每天祢都必聽到我禱告。神重視的不是禱告的聲音，雖然那些禱告時使聲音聽聞於天上的人，似乎認為神在乎的是禱告的聲音（賽五八 4）。哈拿禱告並且得勝，但她禱告時不出聲音；這裡指的其實是心靈的聲音。神對摩西說：「你為甚麼向我哀求呢？」但我們在此處經文中沒看到摩西說隻字片語（出十四 15）。禱告是心靈仰望神，在神面前傾心吐意。但是，用語言表達心中的誠摯情感若能有助於集中思考，且能引發、激勵渴望，那麼，我們不但該用清潔

的心來親近神，也該用謙卑的聲音來親近神，因為這是好的。這樣，我們必把嘴唇的祭代替牛犢獻上。

神瞭解心的語言，我們必須用心的語言向神說話。大衛在第一節這裡不但祈求神留心聽他的言語，也求神顧念他的心思。大衛在詩篇十九篇 14 節禱告說：「願從我心裡意念發出的口中言語，能在祢面前蒙悅納。」

所以，我們每次禱告時，一定要向神說話，一定要寫信給祂。我們收到朋友的信時，會說我們聽到朋友的消息。我們一定要確保神每天都聽到我們的消息。

1. **神期待且要求我們禱告。**雖然神不需要我們和我們的服事，我們的服事也不能造福神，但神要我們時常向祂獻上禱告和讚美的祭。

(1) 神藉此保持祂對我們的權柄，使我們能持續地提醒自己，要降服於祂——這點是我們很容易忘記的。神要求我們藉著禱告，莊嚴地向祂致敬，歸榮耀給祂的名，好叫我們常常藉著自動自發的禱告，強化我們守神律例、遵神律法的責任，且更明白它們的重要性。祂是你的主，你要敬拜祂，透過常常謙卑仰望祂的完美，讓自己更容易向祂的旨意謙卑順服。我們可以透過崇敬神的行為，來學習順服神。

(2) 神因此向我們見證祂的愛和憐憫。神若說：「有機會隨時讓我聽到你的消息」，這已充分顯示祂對我們的關切和慈愛；神若對我們說：「有困難或有需要時求告我」，這對我們已經很足夠了。但神為了表達對我們的滿意，如同父親在送孩子出國時所表達的情感，祂要求我們：「讓我每天都聽到你的消息，每天都收到你的來信，縱使你沒有甚麼特別的事。」這顯示正直人的禱告是祂所喜悅的，是祂耳中的音樂。基督對祂的鴿子說：「求你容我得見你的面貌，得聽你的聲音；因為你的聲音柔和，你的面貌秀

美」（歌二 14）。基督在雅歌結尾時，對祂的配偶——教會——說：「你這住在園中的（原文中的「你」是陰性詞），同伴都要聽你的聲音，求你使我也得聽見。」神樂意聽我們的禱告，祂也隨時預備要聽禱告的心意，遠大於我們要向祂禱告的意願，這點讓我們深感慚愧。

2. **我們每天都有話要向神說。** 很多人不明白這點，這正是他們的罪惡和悲哀。他們在世上的生活沒有神，以為自己沒有神也可以活；不覺自己要依靠神，且欠神的債。因此，他們對神無話可說，神從來沒聽過他們的禱告，就像浪子在外頭週而復始地流浪，他的父親從沒有得到他的隻字片語。這些人輕蔑地問：「全能者能為我們做什麼呢？」若他們接著說：「我們向神禱告能得什麼好處呢？」這一點也不足為奇。最後，他們會向全能者說：「離開我們吧」，這也正是他們的厄運。但弟兄們啊，我盼望你們的景況並非如此，願你們不像他們那樣毫無敬畏之意，且在神面前不禱告；而是隨時承認全能者能為你們成就諸事，向祂禱告是有益的；因此你們就下定決心親近神，這樣神也必親近你們。

我們每天都有話向神說。

（1）正如與所愛的、且能自在相處的朋友說話一樣。當我們路過這位朋友家時，絕不會過門不入，即便沒甚麼特別的事，我們也會拜訪祂，跟祂說說話。我們會向「這位朋友」傾心吐意，表明我們的愛和敬意，樂於跟祂溝通自己的想法。亞伯拉罕得稱為神的朋友，所有的聖徒也都有此榮幸得稱為神的朋友。基督說：「我不稱你們為僕人，乃稱你們為朋友。」（參約十五 15）因祂與正直人親近，我們受邀和祂熟識，與祂同行，就像與朋友同行一樣。經文說信徒乃是與父相交，與祂兒子耶穌基督相交。這樣一來，我們對祂豈會沒話可說？

我們豈不該來到施恩寶座前，仰慕祂無限的完美，而祂的完美豈是我們能全然理解的呢？但我們卻從未充分思考並滿足於祂的完美。我們豈不應以瞻仰耶和華的榮美為樂，把屬祂名的榮耀歸給祂？我們感謝祂向我們俯就的恩典和恩惠，感謝祂向我們而沒向世界顯明祂自己，並表明我們對祂的愛慕和順服；主啊，祢知道萬事，祢也知道我愛祢。

神是我們的朋友，每天都有話對我們說。祂藉聖經向我們說話，我們必須在聖經中聽祂的聲音。祂藉著護理及我們的良知向我們說話，也傾聽我們是否回應祂，是否有話對祂說。如果我們對祂無話可說，那我們是極不友善的。祂對我們說：「你們當尋求我的面」時，我們的心難道不該回應祂，如同回應所愛的人嗎？我們難道不該說：「耶和華啊，祢的面我正要尋求」嗎？當祂對我們說：「你們這背道的兒女啊，回來吧！」我們難道不該即刻回答說：「看哪，我們來到祢這裡，因祢是耶和華——我們的神。」如果祂用使我們知罪、責備我們的方式向我們說話，我們難道不該用認罪和順服的方式回答祂嗎？若祂以安慰的方式向我們說話，我們難道不該用讚美來回應嗎？你若愛神，就一定有話對祂說，神的恩典早已把這些話放在我們心裡，讓我們可以向神傾心吐意。

(2) 正如對我們所服事的、且關係到日常生活的主人說話一樣。你若想到我們和神之間的事是這麼多、這麼重要，就會立刻承認你有許多話要向祂說。我們隨時都得倚靠神，所有的盼望都從祂而來。我們隨時都要面對祂，祂是與我們有關係的神（來四 13）。

豈不知我們的快樂與神的恩惠有密切的關聯嗎？祂的恩惠是生命，是靈魂的生命，又比生命更好，且勝於身體的生命。我們與神的關係豈不是尋求祂的恩惠，全心懇求

祂，如同乞求生命那樣乞求祂仰臉光照我們？我們豈不是要祈求基督的公義，因為唯有藉祂的公義，我們才有盼望得著神的慈愛良善？

我們豈不知自己得罪了神，因著罪而惹神的忿怒和咒詛？我們豈不知自己每天沾染罪惡？我們必須承認自己的錯誤和愚昧，祈求基督寶血的赦罪，在祂（祂是我們的平安）裡面與神和好，更新和祂所立的約，靠祂的力量往前走，不再犯罪。這樣看來，我們要求神處理的事難道不夠多嗎？

豈不知我們每天都有要為神、為自己的靈魂而做的工，且要今日事今日畢嗎？既然這樣，我們豈不該與神交通，求祂顯明祂要我們做什麼事，求祂在這些事上引導我們，並給我們力量？我們豈不該求祂幫助和悅納我們，求祂在我們裡面做工，使我們立志行事都是為了成就善事；然後再求祂贊同、承認祂自己的工？這正像僕人和主人之間的往來相處一樣。

我們豈不知危險隨處可見？我們的身體、存活與安舒都面臨威脅，疾病和死亡隨時包圍我們，它們的亂箭不論晝夜地四處飛射；既是如此，我們的出、入，躺下、起來，豈不都跟神有關，豈不都當把自己放在祂護理的保護下、受祂聖天使的看顧嗎？我們靈魂的存活與安舒，更是我們的仇敵、那強壯又狡猾的魔鬼，所要攻擊且企圖吞吃的對象。既是如此，我們豈不該與神交通，把自己放在祂恩典的保護下，穿戴神的軍裝，好叫自己能抵擋撒旦的詭計和暴行？這樣，我們才不會因突然的試探而驚嚇犯罪，也不會被強者所勝。

豈不知我們每天都走向死亡，死亡在我們裡面運作，且急速地迎向我們，要領我們去受審判，而這審判將會決定我們永恆的景況？因此，為了迎接前面的審判，我們豈

沒有話要向神說？我們難道不該說：耶和華啊，求祢叫我們曉得自己人生的終局！主啊，求祢教我們數算自己的年日！我們豈不該與神交通，好好檢視自己，叫自己不受將來的審判？我們豈不該與神交通，以確保自己的行事都正直良善？

豈不知我們是肢體，基督是這身體的頭？難道我們不想證明自己是活的肢體嗎？既然如此，我們不該為了神的百姓與神交通、替祂的教會代求嗎？我們不為錫安說話嗎？不為耶路撒冷毀壞的城牆代求嗎？不為自己出生地的平安福祉代禱嗎？我們不是這家庭的成員嗎？或者，我們只是家中的嬰孩，不關心這家庭所關切的事？

我們沒有所愛的、一起同甘共苦的親戚朋友嗎？我們不為他們向神祈求嗎？他們沒有苦情要申訴、也沒有需要陳情的事嗎？他們當中沒有生病或沮喪的人嗎？沒有受試探或憂傷的人嗎？我們豈不該來到施恩寶座前，懇求神安慰和幫助他們？

總括這一切後，你想想看，你豈不是每天都有話要向神說；尤其是在困苦的日子，你應對神說：「這是我當受的責罰」；這時你若明白自己的種種，你就會向神說：「請不要定我的罪。」

3. 如果你有這麼多事要向神說，那到底是什麼攔阻你，使你沒辦法向神禱告，無法天天向祂說話呢？你有這麼多任務要帶到祂面前，祂怎麼可能不聽你的禱告呢？

(1) 距離不能攔阻你向神禱告。若你有事要跟朋友說，但他離你好遠，你無法聯絡到他，也不知道去哪裡找他、如何把信送到他手中，那你跟這位朋友就無從往來了。但距離不會阻擋你跟神說話，雖然神確實在天上，我們在地上，但是，當神的百姓在凡事上求告祂時，祂就親近他們，不論他們身在何處，祂都聽他們的聲音。大衛說：「我

從深處向你求告！」（詩一三〇1）「我要從地極求告你」（詩六一2）。不但如此，約拿說：「我從陰間的深處呼求，你就俯聽我的聲音。」我們在任何地方都能找到通往天上的道路。感謝祂，祂用自己的寶血為我們聖化了一條又新又活的路，通入至聖所，祂安排了一條天地間的通路。

(2) 恐懼不能阻擋你向神說話的決心。也許你有事要找一位大人物談，但他居高位，或他對下屬極嚴厲苛刻，所以我不敢跟他說話，也沒人為你引見，為你說句好話，因此你寧可打消自己的念頭。但你們若跟神說話，就不會遇到這種令人喪氣的事。你們可以坦然無懼地來到祂的施恩寶座前，你們在那裡有說話的自由，可以傾心吐意。神以極大的憐憫來對待謙卑的懇求者，甚至祂的威嚴也必不使他們害怕。若你們害怕，那就違反了神的心意。祂要你們鼓勵自己，因為你們所受的，不是奴僕的心，仍舊害怕；你們所受的，乃是兒子的心，藉此得以進入神兒女榮耀的自由當中；不只如此，我們在父那裡還有一位中保。兒女在父那裡還需要中保嗎？但藉這兩件不更改的事，顯明神決不說謊，好叫我們大得勉勵，因我們不但可以倚靠父的關係，還有一位中保的關心和代求；這位中保是神家的大祭司，我們奉祂的名可以篤信不疑地來到神面前。

(3) 不要因為祂知道你的事、你想說的話，就讓你不用禱告；你有事要找這樣一位朋友，但你認為不用為此事費心，因為這位朋友已經知道你想說的話。祂知道你要什麼、渴望什麼，因此就沒必要跟祂說話了。沒錯，你的心願都在神面前，祂知道你的需要和負擔，但祂要你告訴祂這些事。祂應許要救助你，但一定要用「你祈求」的方式，來成就祂的應許；祂要以色列家為這事向祂求問，祂要給他們成就（結三六37）。雖然我們無法藉著禱告給祂任何訊息，但我們一定要藉著禱告歸榮耀給祂。沒錯，我們所說

的話，沒有一句能對祂造成絲毫影響，或驅使祂向我們施憐憫，但卻能影響自己，幫助自己進到適合領受憐憫的心境。要得到祂恩惠的條件很容易、也很合理：「你們祈求，就給你們。」為了教導禱告的必要性，使我們領受恩惠，基督問了瞎子一個奇怪的問題：「要我為你們做甚麼？」基督知道這些瞎子要什麼，但摸金杖頭的人，必須願意說出自己所求所要的是什麼。

(4) 不要讓其他事攔阻我們向神禱告。我們也許有事要找一位朋友，但因為沒空，就算了。我們認為有其他更迫切的事要做。但在與神交通這件事上，我們不能這麼說，因為它無疑是最重要的一件事，其他事與其相較，都必屈居下位。成為舉世的大人物或締造事業高峰，對我們的福祉來說都不是必要的；但絕對必要的是：與神和好，得到祂的恩惠，並保守自己在祂的愛中。因此，世上沒有任何事能成為我們不服事神的藉口。相反地，世界上越重要的事，我們就越需要藉著禱告，求神在這些事上賜福，讓神在這些事上與我們同行。我們越是密切地禱告，越是在禱告中親近神，我們的一切事務就會越發興旺。

此刻我當勸服你們，要讓神常常聽到你們的禱告；讓祂聽你們的聲音吧，即使只是呼吸的聲音也好（哀三 56），那也是一種生命的跡象；就算是極軟弱、說不出來的嘆息也行（羅八 26）；向祂說吧，縱使用破碎的語言，像希西家一樣：「我像燕子呢喃，像白鶴鳴叫」（賽三八 14）。向祂說吧，祂隨時都聽得到你們的聲音。你們也要聽祂向你們所說的話，留意祂對你每一項禱告的回應，就像你們回覆商務書信時，會把原本的來信擺在面前一樣。神的話是你們渴求的指引，是你們在禱告中所期待的基礎。如果你們對神的話充耳不聞，就不能期待神會慈愛地聆聽你們的禱告。

你們知道自己可以時常跟神說話，也因此更想認識神，留心不做任何觸怒神的事，且加增對主耶穌的關注，唯有藉著祂，你們才能坦然無懼來到神面前。請隨時保持禱告的聲音，使所有的言語都是清潔的言語，好使自己配得求告耶和華的名（番三9）。在每次的禱告中，要記得自己是在向神說話，你們靈裡要顯出敬畏神的心。願我們在神面前不冒失開口，也不心急發言，但要仔細衡量每個字，因為神在天上，我們在地下（傳五2）。若不是因為神已邀請、鼓勵我們禱告，那麼，我們這充滿罪惡的蟲向榮耀之主說話，乃是一種不可赦免的冒犯（創十八27）。我們要打從心底向神說話，因為我們乃是為了自己的生活和靈命來向神禱告的。

二、我們必定要向神陳明心意。祂不但聽到我們的聲音，也要我們思量、有計畫地向祂陳明自己。經文原文只說「我必向祢」；這裡也許可以加上「我必向祢陳明我的心意」，正像詩篇二十五篇1節所說的：「耶和華啊，我的心仰望祢。」或說，「我必愛慕祢」；既已專心愛祢，就要向祢釋出愛。我們的譯本補充的非常好，說：「我必向祢陳明我的心意」，意思為：

（一）當我向祢禱告時，我要陳明自己的心意。經文強調要以專注思考，並緊密地運用心智，來盡禱告的本分。我們的禱告一定要嚴肅，要像心頭掛念著要事一樣，常常檢視，不敢輕忽。禱告時絕不可獻愚昧人的祭，他們既不思考該做什麼，也不思考該得著什麼。我們要說智慧人的話，他們要藉著所說的話，成就一些良好的目的，而且他們是有目的而說的。我們一定要看重神的榮耀和自己真正的福樂。恩典之約的安排是如此美好，以致神喜悅在其中與我們共創利益，使我們在尋求祂的榮耀時，也正是有效地在尋求自己的真利益。這種禱告的引導，就像射箭的人

把箭導向箭靶一樣，他的眼睛要專注，手要穩，瞄準目標；這就是專心親近神，若要做到這點，就得心無旁騖；他要閉上一隻眼，用單眼瞄準靶子；若要向神禱告，就一定要心無他物，收斂自己散漫的思想，集中所有的心思來親近神、服事神，因為禱告需要（也很值得）全心全意的投入。這樣，我們必能像詩人那樣說：「神啊，我心堅定，我心堅定。」（詩五十七7）

（二）當我要陳明心意時，我是要向祢陳明。此話的意思是：

1. 禱告是出於真心誠意。我們絕不要向人禱告，為了贏得人的讚美和掌聲，像法利賽人一樣。法利賽人在施捨時，大聲祈禱，好贏得名聲。他們知道如何贏得名聲，也確實得到了他們的賞賜，因為人讚美他們，但神憎惡他們的驕傲和虛偽。我們絕不能像某些人那樣，漫無目的地禱告說：「誰能指示我們甚麼好處？」我們也不能向著世界禱告，討世界的歡心，追求世上的財富，像某些人那樣，不誠心哀求神，而是為了求五穀新酒而聚集（何七14）。別讓自我——屬肉體的自我——成為禱告的泉源和中心，反要讓神成為禱告的泉源和中心。向神祈求時，要讓心靈專注在神身上，以祂為最高目的，且以此為你心靈常有的氛圍，好叫你們的神得名聲，得稱讚。你們要全力企求：願神得榮耀，藉此引導、決定和聖化你們所求的一切事，甚至制服你們的渴望。救主在主禱文的首項祈求中，已清楚教導我們這點。首項祈求是：「願人都尊祢的名為聖」。我們在這項祈求中確立目標，所渴望的一切事也都是為了成就這目的。在這項祈求中，禱告導向神的榮耀，神在一切顯明祂自己的事上得榮耀時，祂榮耀的聖潔就顯明了。我們留意尊祂的名為聖時，就渴望祂的國降臨，祂的旨意行在地上，且願自己得餵養、得保守、得赦免。因為福音

使我們成聖、成為完全，因此，我們心中誠摯地渴望以神的榮耀作為慣常的目標。我們的眼目定睛在此，全身、全心就光明，因此禱告就導向了神。

2. 這節經文說禱告時要**確實、堅定地關注神**。一定要把禱告導向神，意即必須時常想到祂，因祂是我們禱告時，和我們有關係的那位。我們的禱告一定要像和共事的對象說話一樣。聖經是神寄給我們的信，禱告是我們寄給神的信。現在你們知道信送出去是必要的，而且重要的是要送對地方，否則可能會導致有害的後果。每天禱告就是寄信給神，信若沒有送達，你們不知道自己會失去什麼。所以，你們願不願意接受教導，學習如何把信寄給神？

(1) 你們與高官顯貴說話時，會稱呼他們的頭銜，同樣地，你們向神說話時，要稱呼祂為偉大的耶和華，萬有之上、永遠當得頌讚的神，祂是萬王之王，萬主之主，祂是有慈愛、有憐憫的耶和華——神。使你們的心和口充滿對祂的聖潔崇拜和讚美，專注在祂的頭銜上，這些頭銜能合宜地激發你們心裡對祂的聖潔敬畏，好叫你們能虔誠敬畏地敬拜祂。把你們的禱告導向祂，祂是榮耀的神，在祂那裡有可怕的威嚴，祂的偉大無法測度。這樣，你們對祂說話時，就不敢怠慢或嘲笑祂。

(2) 注意你們跟祂的關係，你們是祂的兒女。你們敬畏崇拜祂的榮耀時，不要忽視或忘記你們跟祂的關係。我聽說過一個好人的故事，他過世後，人們在他的日記中讀到他的一項經歷：他私下禱告、開始盡這項本分時，心靈大為開展，因他用神大而可畏的頭銜稱呼祂，稱祂為偉大、全能、可畏的神。但他繼續這樣稱呼神時，有個想法讓他停下來，他想：「為何不稱神為我的父呢？」基督已藉祂的訓誡和榜樣，教導我們稱呼神為父。兒子的心教我們呼叫：「阿爸！父！」兒子縱使成為浪子，但他悔改時，

仍可去找父親，告訴父親說：「父啊，我犯了罪。」雖然他不再配稱為兒子，但仍謙卑勇敢地呼叫父親。以法蓮為自己悲歎，說自己像不慣負軛的牛犢一樣時，神也悲嘆以法蓮，說以法蓮是愛子，是可喜悅的孩子（耶三一 18、20）。神若不以這關係為恥，我們也不要怕承認這關係。

（3）把禱告導向天上的祂。這是救主在主禱文前言中的教導：「我們在天上的父」。這不是說神侷限在天上，彷彿天或天上的天才能容納祂，而是說神在天上預備祂的寶座；不只是祂藉以治理萬有的國度寶座，還有我們必須藉信心親近的施恩寶座。我們一定要視祂為天上的神，與異教徒的神完全不同，異教徒的神是住在人手所造的殿裡。天是極高的地方，我們向神說話時，一定要視祂為無限高於我們的神；天是光之泉源，我們向神說話時，一定要視祂為眾光之父；天是眺望遠景之處，我們一定要看到神的眼睛注視我們，祂從那裡看到世人所有的兒女；天是清潔的地方，我們在禱告中一定要把神視為聖潔的神，用感恩來記念祂的聖潔；天是神大能的穹蒼，我們一定要倚靠祂，因大能屬於祂。主耶穌禱告時，抬眼注視天，以指示我們該從何處期待所需的祝福。

（4）指定這封信要留給主耶穌，祂是神和人之間唯一的中保。信若沒送到祂手中，就一定無法送達；祂就是那位把許多香氣放在眾聖徒禱告上的天使，然後把禱告獻給父（啟八 3）。我們向父祈求時，一定要奉祂的名求。我們期待父的賜予時，必是藉祂的手賜給我們，因祂是我們信奉的大祭司，奉派替人獻上禮物（來五 1）。指定信要給祂時，祂就會小心迅速地寄信，使我們的服事蒙悅納。赫伯特（George Herbert, 1593-1633）在〈袋子〉（The Bag）這首詩中，悲傷地描述十字架上基督肋旁的傷口。之後詩人寫到基督上天堂時，向所有的信徒說：



如果你們有東西要送到天父手上，
有信要寄到天父面前，
我沒有袋子，但我這裡有空間，
相信我，它們會安全抵達；
我全力照管你們所交付我的，
看哪，你們置放之處，貼近我心；
此後若有任何朋友要我代勞，
這門仍然敞開，
我將遞上他的信息，且遞上更多，
不會傷害他，
嘆息也能傳遞一切信息給我；
聽哪，絕望，離開吧。

三、我們必須仰望

（一）我們必須在禱告中仰望，如同和在上位者說話一樣，祂在無限之上、是住在永恆的至高聖潔者；如同人期待從上頭、從眾光之父那裡，降下各樣美善的恩賜和各樣全備的賞賜；如同人渴望在禱告中進入至聖所，用真誠的心親近神。要有信心的眼睛，眼光一定要超越世界和世上萬事，超越暫時之事。人若懂得衡量藉耶穌基督所賜的天上各樣屬靈的福氣，那麼，這世界和地上萬事對他來說，哪算得了什麼呢？人死後的靈是往上升（傳三 21），要歸回到賜下靈魂的神那裡；因記得自己從何而來，所以每次禱告時，靈一定要仰望，仰望自己的神、自己的家；因靈思念上面的事，已積攢財寶在天上。因此，我們當誠心向天上的神舉手禱告（哀三 41）。古代有些教會的牧者常激勵會眾用 *Sursum Corda* 這個字禱告，意思是「用心仰望」；耶和華啊，我們的心仰望祢。

（二）禱告後一定要仰望

1. 用滿足喜樂的心仰望。仰望是喜樂的象徵，就像垂

眼是憂愁的象徵一樣。我們一定要仰望，如同那些已在禱告中向神求助的人一樣，輕鬆喜悅，全然相信神的智慧和良善，並以這樣的信心，耐心地期待結果。哈拿禱告完後，抬眼仰望，面容喜悅。她走去吃飯時臉上已不帶愁容了（撒上一18）。禱告使良善基督徒的心得以輕省自在；禱告後，我們應當仰望，像那些藉著恩典在禱告中得寬心的人一樣。

2. 要留心觀察神如何回應禱告。一定要仰望，如同人射出箭後，留心看離標的有多近。一定要檢視內心，察看自己禱告後的心境如何。要察看自己的心在神的旨意中有多少滿足，自己的心有多麼順應神的旨意。一定要環顧四周，觀察神的護理如何為我們運作，這樣，禱告若蒙應允，我們就能回到神面前感恩；禱告若未蒙應允，我們也能挪走阻礙，繼續等待。一定要這樣立在望樓上，觀看耶和華對我們說甚麼話（哈二1），也一定要準備好聽神所說的話（詩八五8），期待神用平安的話回應我們，也要下定決心，不再回頭行愚妄的事。一定要這樣保持和神的交通，盼望我們只要一仰望祂，祂也立即仰起臉來，光照我們。有時禱告很快就蒙應允，「他們正說話的時候，我就垂聽」，神的回應比你們收到回信的速度還快。但禱告若沒有迅速蒙應允，我們禱告後就一定要等待。

我們當這樣禱告，也當這樣仰望。做每一件事時，內心都要與神同在，是一種心靈的工作，不然就徒勞無益。我們得到命令和鼓勵，要進到幔子內時，就不要留在外殿中敬拜了。

第二、在這句經文中，禱告特定的時間是在早晨。詩人似乎特別強調這點，是「早晨」，而且他兩度說「早晨」。不只在早晨禱告，而是從早晨就開始禱告：早晨是禱告的時辰之一。我們看到，在律法之下，每天早晨都要獻一隻

羊羔為祭（出二九 39），祭司每天早晨都要燒香（出三十 7），歌手每天早晨都要站立稱謝耶和華（代上二三 30）。在以西結的聖殿中，也是這樣指定（結四六 13、14、15）。這些安排清楚地指出，屬靈祭司定時於每天早晨獻上屬靈的祭，就像早晨定時來到一樣。每個基督徒都當私下禱告，一家之主也當每天早晨和家人一起禱告。這麼做有很好的理由。

一、早晨是一天之始，居首位的神當擁有一天之始，作為我們最先服事的對象，這是合宜的。連異教徒都說，*A Jove Principium*，意即「不論做什麼，都要與神一同開始」。世界的起源來自於神，我們的起源來自於神，所以，不論我們開始做什麼事，都要使神和我們一起同行。理智的日頭在靈裡一旦升起，我們就要把生命的日子獻給神、服事神；基督當擁有少年光耀如清晨的甘露（詩一一〇 3）。初結的果子總是屬耶和華的，羊群中頭生的也是。我們用早晨和夜晚的禱告，把榮耀歸給祂；祂是阿拉法，祂是俄梅戛；祂是初，祂是終。我們一定要和祂一同開始和結束白天，一同開始和結束夜晚。祂是首先的，祂是末後的；祂是最初的源頭，也是最後的終點。

智慧說：「早晨懇切尋求我的人，必尋得見。」要年少時尋求，早晨時尋求，因我們藉此可把神當得的獻給祂，祂是超越諸事的優先者。我們藉此可顯明自己用心取悅神，要蒙神稱許，也可顯明自己勤勉尋求神。經文說，迫切的事要在早晨進行（例如詩一〇一 8），勤奮的人一早便起床。大衛說：「神啊，祢是我的神，我早晨要切切地尋求祢」（詩六三 1）時，就表達了他敬虔的力量和熱度。

二、早晨時，我們清新有活力，處在最佳狀態。夜晚的休息和睡覺使心靈復甦，我們又能活出新生命，忘卻昨天的疲憊。以色列的神不打盹也不睡覺，但祂替百姓特別奮力

做工時，經文說祂「像世人睡醒」（詩七八 65）。我們若能成就什麼好處，時間就在早晨，所以這成了一句格言，*Aurora Musis Amical*。^{註1}早晨若是沈思的朋友，我相信早晨也同樣是恩典的朋友。居首位者當擁有一天之始，同樣地，最好的那位也當擁有最好的時辰。我們當在最適合做事的時辰，致力做最必要的事。

敬拜神需要有最佳的精神狀態，要在心力最好的時候。敬拜神這件事配得最好的心力。我們還有更好的方式來使用心力嗎？還能用這些心力成就更好的益處嗎？大衛說：「凡在我裡面的，要稱頌祂的聖名！」我們裡面的一切是微乎其微的。若我們裡面有任何能榮耀神的恩賜，那麼，把它如火挑旺起來的最適當時機就是早晨（提後一 6），那時心靈得到更新，得到新的活力。「我的榮耀啊，你這時當醒起！琴瑟啊，你們當醒起！因我自己要極早醒起」（詩五七 8）。這時我們當激勵自己來親近神。

三、早晨我們最不受人和事務的干擾，這時通常也是獨處和退休的最佳機會，除非自己是賴在床上的懶惰人，再睡片時，打盹片時，直到他們的工作叫他們起床，說：「懶惰的人啊，你還要睡多久呢？」有些人的世事繁重，整天都沒有自己的時間，但他們在早晨事情尚未蜂擁而至時，先將時間投注在信仰上。這是他們的智慧，使他們可以全心全意在信仰上，因此也對信仰更加熱切。

我們既然想敬拜上帝，那麼，就要趁內心變得無精打采和遲鈍之前，趁自己尚未受外務干擾或分散注意力之前。使徒指出我們必須殷勤服事主，沒有分心的事（林前七 35）。因此七天中有一天派定做聖工（這天也是頭一天，是一週的早晨），這天要休息，歇了其他的工。亞伯拉罕上山敬拜神時，把諸事都留在山腳下。所以，我們當在早晨和神說話，在尚未受俗事纏擾時，先致力於來生之事。

主耶穌在這事上為我們設立了榜樣，祂整天為了神和為了人的靈魂忙錄，祂在天未亮時就起來，在群眾來到前，就到曠野地方去，在那裡禱告（可一 35）。

四、早晨我們從神領受新的憐憫，要以感恩的心來讚美祂。祂時常成就我們的益處，使我們滿載祂所賜的福氣。我們每天都有理由稱頌祂，因祂每天都賜福我們，特別是在早晨。所以，祂厚待我們，經文說這些恩典的果子「每早晨都是新的」（哀三 23），因為我們昨天早上雖然已領受同樣的果子，但我們仍會失去它，我們仍然需要這果子；因此這果子仍可說是新的。所以，我們仍當感謝上帝，並表達虔誠衷心情感，就像壇上的火一樣，一定要每早晨都是新的（利六 12）。

我們是否一夜好眠？難道我們不應來到施恩寶座前，為此事獻上感恩嗎？要同時獲得多少憐憫才能讓我們安睡一夜啊！要認清神賜給我們、卻沒有賜給他人的憐憫。很多人沒有地方枕頭，我們的主自己就沒有地方枕頭。狐狸有洞，天空的飛鳥有窩，只是人子沒有枕頭的地方。但我們有房子住，有寧靜平安的居所，也許還有豪宅。我們有溫暖舒服的床可躺臥，也許還有上好的象牙床，像在錫安安舒無慮的人所躺臥的床一樣。我們沒有被迫在曠野、山嶺、山洞、地穴間飄流無定，如同一些神最好的聖徒一樣。這些聖徒被迫這麼做，他們本是世界不配有的人。很多人有床躺，卻不敢躺，或無法躺在床上，因朋友生病或害怕仇敵，而無法入睡。但我們躺下，無事使我們害怕：沒有刀劍、戰爭或迫害的喊聲。很多人躺下卻無法睡覺，因身體的病痛或心靈的劇痛，而輾轉反側直到天亮。夜間的疲乏為他們而定，他們不能闔眼。但我們躺下睡覺，毫無干擾，一覺甜美，令人神清氣爽，在憂慮勞苦中得享片刻安樂的歇息；是神賜我們睡眠，就像賜給祂所愛的人一樣。

很多人躺下睡著後，就不再起床，沈睡至死，床是他們的墳墓。而我們能睡能醒，得著休息，恢復了精神，身體重新啟動一如往常，因為主保佑我們。祂若沒有扶持我們，我們的重擔就會使自己沉睡不起（詩三 5）。

我們有愉快的早晨嗎？我們喜悅光嗎？包括日光及眼光都使心歡樂嗎？祂開了我們的眼，又為我們開啟了清晨的眼臉，難道我們不該向祂感恩嗎？我們早晨有衣服穿嗎？衣服保暖嗎？（伯三七 17）我們換衣服，是否不只是為了需要，也為了裝飾？衣服來自神，祂賜羊絨和麻，來遮掩我們的赤身露體。早晨穿衣服時最應感謝賜衣服的神。但我懷疑我們並沒有時常這樣感謝神，像在餐桌前謝飯那樣。但是，為衣服感謝神和為食物感謝神是一樣重要的。我們豈不是享受健康安舒嗎？豈不是長保安康嗎？當為一連串的憐憫感恩，為其中特別的事感恩，尤其當想想有多少人為疾病所苦，想想自己原本該受那樣的遭遇。

也許我們或家人經歷了一些神特別的憐憫，免受祝融或盜賊之災，已知的危險和更多看不見的危險。一宿雖然有哭泣，早晨便必歡呼，這使我們不得不承認神的良善。毀滅的天使也許遍行四境，箭在午夜飛射、在黑暗中殺害，擊中別人的窗戶，卻越過了我們的房子；感謝神，因為聖約之血灑在我們的門楣上，我們倚靠良善的天使在周遭服事我們，免遭邪惡天使的危險，他們是這世界的黑暗掌權者，製造四周的黑暗，像掠食的野獸般在暗中匍匐前行。願一切榮耀歸與眾天使的神。

五、每早晨我們都經歷新事，使我們頌讚神的偉大和榮耀。我們當留意的不只是神慷慨的恩賜所帶來的安慰和福分（心胸狹窄的人才會小看這些恩賜），還應當察看神在祂護理中的智慧和偉大，如何彰顯在更大的環境中，這些更增添祂的榮耀和宇宙的普遍益處。詩篇十九篇似乎是一

篇「清晨默想」，引導我們觀察諸天如何述說神的榮耀，穹蒼如何傳揚祂的手段；不但使我們承認自己從諸天穹蒼的光明和影響力中得益處，更讓我們看見諸天穹蒼彰顯神的榮耀；祂鋪張穹蒼，如鋪幔子，立定它們的柱子，建立它們的規律，使它們得以延續至今，因它們都是神的僕人。這日到那日發出言語，這夜到那夜傳出知識，宣揚偉大創世主的永恆大能和神性，和祂偉大的統治。光暗持續地按時更替，一如它們起初所約定的那樣，輪流掌管日夜；這正足以幫助我們堅信神創世歷史的啟示，神給挪亞和他子孫的應許（創八 22），以及祂所立白日黑夜的約（耶三三 20）。

早晨抬眼仰望，觀看黎明的曙光如何確實知道且持守其本位和時辰；看這光如何普照天地的四極；因這光，天地改變如在泥上蓋上印，瞬間便蒙受光之烙印（伯三八 12、13、14）。我很高興最近聽到一位可敬的好牧師表達他感謝神在早晨的憐憫。他說，日頭昨晚不知行經幾千萬英里，才把清晨之光帶給我們這些可憐悲慘的罪人——這些理當埋葬於黑夜中的罪人。抬眼看看太陽，太陽如新郎盛裝打扮，歡天喜地，出了洞房，又如勇士歡然奔路。看它的光線多明亮，笑容多甜美，影響力有多大。這些自然界不朽的傳道者，在世界各地傳揚神榮耀的聲音和言語；敬拜神的人若沒有在各地加以響應，也沒有把榮耀歸給叫早晨夜晚歡樂的神，那就太可惜了。然而，不論別人如何，我們都當讓神在早晨聽到我們響應的聲音；願我們在早晨向祂獻上讚美。

六、早晨對神有新鮮的思想，甜美地默想神的名，並在禱告中獻上神所當得的一切。我們有沒有按大衛的榜樣，在床上記念神，在夜更的時候思想祂？我們睡醒時，能不能也和大衛一樣說：「我們仍有神的同在」？若是如此，我

們就有十足的理由，來到施恩寶座前，用言語把心中的思念向神獻上，這對神而言是馨香的祭物。心裡若湧出美辭，就當立刻以舌為筆，在神面前傾心吐意（詩四五1）。

我們擁有神的話，可以與之對話；每天早晨都當讀一段聖經，神藉聖經向我們說話，我們也當日夜默想神的話。藉此，我們便能來到施恩寶座前，在那裡讓自己擁有美好的任務。如果神在早晨施恩，向我們說話，用祂的話觸及我們的心，這就會吸引我們向神禱告。

七、早晨，我們恐怕得反省夜間存在心中許多虛妄和罪惡的思想。因此，我們要在早晨藉禱告向神求助，求神赦免。從主禱文的字裡行間看來，這篇祈禱文似乎主要是為早晨設想的，因為主禱文教我們今天為日用的飲食禱告，但接下來我們要祈求：父啊，赦免我們的過犯。因在一整天的匆忙行事中，自己總有不好的言語和行為，使我們犯罪；同樣地，我們在夜晚獨處時也犯罪，心中有敗壞的想像，有渙散、不聖潔、不受管轄的妄念。愚妄人的思念確實是罪惡（箴二四9）。愚妄的思想是罪惡的思想，是始作俑者、萬惡之始。不論我們在哪裡，都有許多虛妄的思想住在我們裡面，它們名叫「群」，因為它們多的緣故。誰能明白這些過錯呢！這些過錯比我們的頭髮還多。我們在聖經中看到，有人在床上造作奸惡，因他們在床上圖謀罪孽，天一發亮，他們就行出來了（彌二1）。心在夜間常因不信而憂慮，煩躁不安、分心；心受不潔、放肆的思想污染；被驕傲、野心勃勃的思想所陶醉；有惡意的復仇思想在心中播種、發酵；就算在最好的狀況下，也有千般傲慢使我們分心和偏離虔敬的思想：惡念從心裡發出，和我們一同躺臥，一同起身，因為從這敗壞的泉源中，自然流出惡念的河水，不論我們到哪裡，都帶著這泉源同行。的確，多夢和多言，其中多有虛幻（傳五7）。

我們日日夜夜犯罪，因此必須悔改，在沒有重新悔改前，我們豈敢出門呢？神知道我們的心遊蕩偏離了祂，反抗悖逆，執意墮落；我們豈不願向祂認罪，在基督的寶血裡與神和好，祈求心中的意念得赦免？若尚未悔改或未得饒恕，我們就無法在罪惡感下，安然步入一天的工作。

八、我們從一早就需要面對當天的工作，所以要藉禱告尋求神的同在和賜福；我們坦然無懼地來到施恩寶座前，不但要祈求神憐憫、赦免我們的過錯，也祈求神施恩，提供我們隨時的幫助，我們有哪一刻不需要幫助呢？所以，有哪個早晨是不需要晨禱的呢？我們從經文中看到這是我們每日當盡的本分（拉三4）；有鑑於此，我們必須每天早晨來到神面前，祈求神慈愛地護理著我們，且求祂的聖靈慈愛地在我們身上運作。

也許我們有家人要照顧和供養，也想用心好好為他們做這些事。既然如此，就當每天早晨藉著禱告把他們交託給神，把他們放在神恩典的引導和治理下，這樣就是有效地把他們放在神的護理和保護下。聖潔的約伯清早起來，為孩子獻燔祭，我們也當如此行，按所有孩子的數目，為他們獻上禱告和祈求（伯一5）。這樣，福氣就必臨到我們的家。

也許我們有蒙召要做的工作。開始做事時當仰望神，求神賜智慧和恩典，讓我們用敬畏神的心，好好處理這些事，工作中常有神的同在，因此憑信心懇求神使我們在事業上興旺成功，賜我們力量把工作做好；求祂在我們疲累時扶持我們，指引我們做好規劃，且讓我們從工作中獲利、得安慰。也許我們得出差旅行，要仰望神，求祂同行；任何無法憑信心求神同往的地方，我們就不要去。

也許我們眼前有工作及獲利的機會；當仰望神，使我們留心掌握手中的本錢，賜我們技巧、意願和勇氣來善用

機會，不讓我們做愚昧人，浪費資材。每天也都有試探，有些是可預見的，也有些是意想不到的，因此要認真面對神，好叫自己不過見試探，而是能防範各種試探。不論和哪種人合作，願我們都有智慧成就他們的益處，不傷害他們，且能藉他們得益處，不被他們傷害。

我們不知道每天會發生的事。早晨我們想不到今天會聽到什麼消息，天黑前會遭遇何事，因此當懇求神施恩，背負我們走過可見的與不可見的任務和困難，使我們在神一切的旨意上得以完全，能站立得穩。我們的日子如何，我們的力量也必如何。我們會發現，一天的難處一天當就夠了，憂慮明天的事是愚昧的，思考今天的任務才是明智的。神供應的恩典天天夠用，使我們足以完成當天的任務，裝備我們說各樣好話，行各樣善事，而且能完全堅固我們，以防備各樣惡言或惡事。這樣，晚上思考自己一整天的思想、言語和行為時，就不會有任何理由希望自己不曾有過某些思想、言語和行為。

應用

第一、願這些信息使我們留意自己的疏失，因為疏失就是犯罪，必要接受審判。我們是否常常忽略或敷衍早晨的敬拜呢？若不是完全沒有早晨的敬拜，就是虛應形式；若不是完全沒帶祭物，就是獻上搶奪的、瘸腿的、有病的；若不是沒禱告，就是禱告不正確，也沒有將其高舉獻上。我們在早晨就蒙神的憐憫，神是我們的父，祂的憐憫和照顧從未短缺；而可恥的是，我們卻沒有在早晨服事神，虧缺了作為神子女的本分。

今早我們當為自己的罪和愚昧，真正在神面前謙卑下來，就是我們常常剝奪神在早晨當得的榮耀，也剝奪了自

己在早晨敬拜中當得的福氣。神已來到我們的密室中尋找這果子，卻找不著，找著的也幾乎不算是果子。神已一聽再聽，但我們要不是完全不向祂說話，就是用錯誤的方式向祂說話。我們一度用瑣碎之事為藉口，把早晨敬拜擱在一旁。這良好的習慣一旦遭到破壞，我們的良心就受了傷，變得軟弱無力，我們對早晨敬拜就越來越冷淡，也許漸漸地就完全離棄了。

第二、在這事上，我懇求各位容忍我的勸誡。我知道各位若能持之以恆、真誠地落實私下的敬拜，將會帶來心靈的興旺，所以，請大家允許我以最認真、迫切的心，極力敦促你們這麼做：讓神每天早晨聽你們說話，你們每天早晨當向祂禱告，仰望祂。

一、要謹慎用心，努力維持私下的敬拜，要持續這麼做，因這不但是你們按傳統、從先祖領受的習慣，更是一種本分，是從主那裡所領受的命令。要保持定時禱告的做法，且忠心地落實。願那些至今仍完全忽略禱告、或經常忽略私下禱告的人，能接受勸勉，從今以後，把禱告視為一天中最必要的事，每天最大的欣慰，因此能持續用心地禱告，且在禱告中常有喜樂。

凡有理智的人，都不可免於這項本分。「禱告、禱告、持續禱告，在禱告中警醒」，這話是對某些人說的，也是對所有人說的。富人不像窮人一樣，得靠雙手勞力；窮人不像富人一樣，得廣施賙濟。但富人和窮人同樣都得禱告。富人不能免於這應盡的本分，窮人在這本分上，也必得神悅納。從孩提就開始禱告也不嫌早。那些曾得著多年的智慧教導，卻認為自己現在沒必要再禱告的人，他們到了晚年就會成為愚昧人。

任何人都不當推說自己不會禱告。如果你們快餓死了，

就會禱告、乞求有食物吃。如果你們看到罪毀滅了自己，難道不會乞求神的憐憫和恩惠嗎？你是基督徒嗎？不要因為羞慚，就說「我不會禱告」，這跟士兵說：「我不會使劍」，或木匠說：「我不會用斧頭」，是一樣荒謬的。你們蒙召和基督相交，就是為了藉著祂和神相交。就算你們的禱告不像別人那麼好，也要盡己所能地禱告，這樣神就會悅納你們。

任何人都不要推說早晨沒時間禱告。我敢說你們一定有時間做那些次要的事情。若說沒時間禱告，你寧可減少睡眠，挪出時間禱告。還有比這更好的時間管理嗎？在時間運用上，還有比禱告更能滿足和造福自己的事情嗎？整天的事都會因晨禱而更加興旺，因為你們以禱告和神開始這一天。

任何人都不要推說沒有合適的私密禱告場所。以撒退到田間禱告，詩人可以在房頂的角上與神獨處。如果無法照自己所願的、以隱密方式來禱告，你們還是要禱告。賣弄禱告是不對的，但是無可避免的時候，在別人的注視下禱告並沒有錯。我記得我年輕時，有一次坐驛馬車上倫敦，當時是詹姆士王執政。車裡碰巧有位男士，他坦承自己是耶穌會教士。一路上我們有多次的交談，其中談到一件事：他讚許天主教國家隨時敞開教堂大門的慣例，讓人隨時進去禱告。我告訴他這看起來太像法利賽人在會堂中禱告，不符合基督的命令，也就是說，人不應進到大門敞開的教堂禱告，反該進到內室，關起房門。面對這個論點，他的回應有點激烈：「我相信你們這些新教徒到哪都不禱告的，因為我常跟新教徒同坐一輛馬車旅行，常與他們同住一個客棧、同處一室。我仔細觀察他們，卻從來沒看到任何人進行晚禱或晨禱，只有一個人除外，而那人是長老會信徒。」我希望他說這話是惡意多過事實，但我提這件事是

要提醒大家：我們也許無法以隱密的方式來靈修，但我們絕不能忽略禱告，以免這樣的疏忽不但顯為罪，還成了醜聞。

二、把私下敬拜當作正事，殷勤不可懶惰，要心裡火熱，常常服事主。要警醒，以免私下的敬拜惡化為形式，在慣常的服事中逐漸習以為常。要嚴肅地盡這本分，禱告時內心要與神同在。說出禱告還不夠，一定要真正地為所祈求的事禱告，要懇切祈求，像以利亞一樣（雅五 17）；學習時常竭力地祈求，像以巴弗一樣（西四 12）。我們會發現，凡勤勉盡這本分的人，會帶來豐富。神不看禱告的長度，你們也不會因為禱告時話多，或用美辭禱告，就蒙神垂聽。神所要求的是內裡誠實，祂喜悅正直人的祈禱。若你下了功夫禱告，自己便會因此受鼓勵，想要來服事神、信靠神。願各位早晨靈修的安舒和福氣，不會像清晨的雲一樣消散，反而會像晨光一般，越照越明。

注解：

1. 直譯是：「奧羅拉（曙光女神）是謬思女神的朋友。」所以：「早晨是沈思的朋友。」換言之，早晨若是帶來創意靈感（詩）的時間，那早晨也是進行屬靈操練（靈修）的時間。

講道二

如何終日與神同在

「我終日等候祢。」

——詩篇廿五篇 5 節

我們當中誰能真心說「我終日等候祢」這句話！與神相交是一件大事，也是大福，但誰真的活出與神相交的生命呢？中保基督已帶來更清楚的啟示，幫助我們認識神，我們比大衛時代的聖徒擁有更多的幫助，但我們卻遠不及大衛聖潔的精神。不過，軟弱真誠的基督徒不必因此沮喪，請記得大衛自己也不是隨時處在這樣的心境中，所以他也無法說自己終日等候神。大衛有軟弱之處，但仍是合神心意的人。我們有軟弱之處，但我們若真心痛悔並力抗自己的軟弱，一心朝向神和天堂，就能因基督蒙悅納，因我們不是在律法之下，乃是在恩典之下。

大衛在這句經文中的宣示，指出了我們當有的做法：一定要終日等候神。這句話強調兩點：耐心期待和持續的關注。

一、這句經文是說，要耐心期待神以憐憫的方式臨到我們；還有，我們要把「終日」看作一種比喻，指的是憐憫尚未來到的這段時間。在這句經文前半句中，大衛祈求神的引導和教訓：「求祢以祢的真理引導我，教訓我」，他覺得徬徨，很想知道神要他做什麼，也會馬上去做神要他做的事。但神使他懸而未定，他還不清楚神的心意為何，不知自己該往哪條路行，也不知該如何做決定。所以他要在沒有神引導的情況下前進嗎？不，「我要終日等候祢」。就

像亞伯拉罕問神關於自己後裔的問題，神給亞伯拉罕答案前，亞伯拉罕就從早晨到日落一直照料祭物（創十五 5、12）；又像哈巴谷請教神的默示時，站在守望樓上，看神會給他什麼答覆；神的答覆雖然沒有馬上臨到，但快要發聲，並不虛謊。

大衛在其前一句經文中，已稱神是救他的神。他倚靠神得拯救，得暫時和永恆的拯救。他期待神救他脫離眼前的禍患，他心裡的愁苦甚多（17 節）。他也期待神救他脫離仇敵之手，因仇敵快要向他誇勝（2 節），且深深地痛恨他（19 節）。大衛盼望神作他的救主，所以下定決心終日等候神，如同雅各真正的子孫一樣。雅各臨終時宣告：「耶和華啊，我向來等候祢的救恩」（創四九 18）。有時神先用良善的祝福賜福百姓，百姓呼求前，祂已回應他們，且已來到教會當中，及早地幫助教會（詩四六 5）；但有時神似乎站在遠處，延遲拯救，使百姓長久等待，甚至還使百姓掛慮，一整天既不明亮也不黑暗，是多雲陰暗的白天。直到晚上，百姓終日等候的安慰才來到。更有甚者，安慰可能深夜才來到，半夜才有人喊著說：「新郎來了」。我們一定要等候神拯救教會脫離愁苦，使教會成功勝過爭戰，脫離爭戰得安息；要等候神救教會脫離惡人的杖，成就祂在此事上的一切應許；要持續謙卑地等候這一切，不能有不信或不耐煩，必須終日等待。

（一）雖然這是漫長的一天，我們等待的時間已遠超過自己的估算。我們雖等待已久，神還要我們繼續等。在我們看到些微神賜憐憫的跡象前，神要我們上去七次，就像先知以利亞叫他的僕人上去七次一樣（王上十八 43）。我們期待這人或那人是以色列的拯救者，但卻都失望了。收割期已過，夏天也結束，但我們仍未獲救（耶八 20）。時間延長，甚至錯過了機會，我們本以為可在夏令和秋收

之際，收割一切禱告和勞苦的果實；耐心已逝去了、用盡了，我們離拯救還是一樣遙遠。約櫃停留在基列·耶琳許久，遠超過人們所預期的時間。約櫃在那地二十年，所以以色列全家都痛悔尋求耶和華，也開始害怕約櫃會永遠留在那隱晦之地（撒上七2）。

雖是漫長的一日，但仍只是一日，僅僅一日而已，這日必是耶和華所知道的（亞十四7）。我們等待的這日似乎很長，但快樂的結果會讓我們在回想時，覺得這日短暫，不過是一時而已。這日不會比神命定的時間還長，我們確信祂的時間是最好的時間，祂的恩惠值得等待。這段時間確實很長，但和永恆的日子比起來就不算什麼，長久忍耐的人，必因耐心得報償，得到永恆的救贖。

（二）雖然這是黑暗的一天，我們仍當終日等候神。雖然在等待祂的作為時，我們完全不知道神此刻正在做什麼，也不知道自己該怎麼做，但我們當知足地在黑暗中等候。雖然沒看到跡象，也沒人告訴我們該等多久，然而我們當決心等待，不管多久都要等。我們現在雖然不知道神做的事，但將來當神的奧秘結束後，我們就會知道了。

沒有人比可憐的約伯更不解神對他所做的事：「我往前行，祂不在那裡，往後退，也不能見祂。祂在左邊、在右邊，我也不能見祂」（伯廿三8、9），但他坐下來（10節），決心終日等候神，因有一點使他知足：「我雖然不知道祂所行的路，然而祂知道我所行的路，祂試煉我之後，我必如精金，得稱許、得改善。」神坐在一旁，如同煉金者，照料熔爐裡的黃金，黃金待在熔爐裡的時間，不會超過煉金所需的時間。神的道在海中時，人無法追蹤祂，但我們確信神的道路是聖潔的，因此我們能信靠祂（參見詩七七13、19）。即使密雲和幽暗在祂的四圍，公義和公平仍是祂寶座的根基。


(三) 雖然這是狂風暴雨的一天，但我們一定要終日等候神。我們不但停滯不前，風還逆向吹來，使我們倒退，更甚者，這風還狂暴猛烈，暴風雨使教會顛簸搖擺，快要沈沒，但我們仍要盼望最好的結果，仍必須等待，耐心度過暴風雨。我們心中安慰，因為基督在船上，教會的事就是基督自己的事，和基督密不可分，是屬祂的，祂和祂的百姓同船，所以你們為何害怕呢？不要懷疑，船會安全靠岸。雖然基督現在似乎在睡覺，但門徒的禱告會喚醒祂，祂會斥責風浪。荊棘雖然燃燒，但神若在裡面，荊棘就不會焚燬。不只於此，基督不但在船上，而且還掌舵。不管教會受到什麼威脅，一切都是主耶穌的安排，為要成就教會的益處。詩人赫伯特說得極好：

離開吧，沮喪！慈愛的主已聽見，
風浪雖襲擊我船，看似要翻覆。
但祂保佑、祂掌舵，
暴風雨是祂的藝術傑作，
祂或許閉上雙眼，但絕不關上心門。

這話很適用於暴風雨之日。我們看不出神在這一天中要對我們做什麼，但我們確定祂是公平的神，有無盡的智慧公義，所以凡等候祂的都是有福的（賽三十 18）。神會按祂的時間，用祂的方式做工。我們還以為自己已到了迦南邊界，卻又匆匆被趕回曠野中；我們正因不信和埋怨而受苦。但神的作為滿有智慧，顯出祂忠於自己的應許。神看到百姓失去力氣時，就為他們施行審判，為自己的僕人感到後悔。在古時耶和華的聖山上有這事，將來也必再有。因此，我們當維持等候的心，持守信心和耐心，因為人安靜等待並盼望神的拯救原是好的。

二、這句經文是指，人要如盡本分那樣地時常注意神，所以我們可按字面來理解「日」這個字。大衛的做法是「終

日等候」神。這意味著要每天等候神，並整天等候神，與「要終日敬畏耶和華」（箴廿三 17）的命令一樣。



教義：與神開始每一天還不夠，必須天天等候且終日等候神。

我要先說明（I）等候神是什麼意思；（II）我們必須天天等候神，且終日等候神。

一、首先，我們當問等候神是什麼意思。你們已經聽到，在早晨的禱告中向神說話是我們極重要的本分，但我們和神一整天的關係就只有這樣嗎？不是的，仍必須等候神，如同等候我們極密切的人，我們深切感激祂。等候神就是活出渴慕神的生命，以神為樂，倚靠祂，對祂忠實。

（一）等候神是活出渴慕神的生命。要像乞丐等候施主般等候神，迫切渴望從祂那裡領受供給。也要像畢士大池子旁的病人一樣，等候池水攪動，又在廊子邊等待，渴望有人抬他們下到池子裡得醫治。先知說：「耶和華啊，我們在祢行審判的路上等候祢」，之後他用以下的話解釋自己所說的：「我們心裡所羨慕的是祢的名，就是祢那可記念的名……我心中羨慕祢」（賽二六 8、9）。不但要渴慕神所賜的美物，更要渴慕神本身，渴慕祂的恩惠和慈愛，渴慕祂的名向我們彰顯，渴慕祂恩典對我們的影響力。我們的心切慕神和祂的恩惠，又渴想這位永生神時，就要等候祂：「願我能瞻仰耶和華的榮美！願我能嘗嘗主恩的滋味，便知道祂是美善！願我能擔負祂的樣式，完全順從祂的旨意！我愛慕祂，天上地下沒有可相比的。願我能更認識祂，更愛祂，更親近祂，更符合祂的心意。」這樣，我們的心就乘著聖潔渴慕的翅膀，不斷朝著神上騰，不斷朝天堂直奔。

我們不但要在早晨嚴肅地禱告，也要渴望我們禱告的生命和靈魂能如壇上之火一樣，時常燃燒，為即將獻上的祭預備妥當。心中的愛好、一切的意願都朝向神，在所做到的一切事上都要服事祂，在所擁有的一切事上都要以祂為樂。這便是神主要的心意，所以祂總是命令我們要常常祈求，不住地禱告，恆切禱告。即使不是實際地在向神說話，心中的意念也一定要習慣向著祂，就像健康的人雖然不是一直吃東西，但心裡一直有意要滋養身體，使身體愉快。我們也一定要這樣隨時等候神，祂是我們主要的好處，我們要向著祂而行。

（二）等候神是活出以神為樂的生命，如同新郎等待新婦一樣。渴慕是指付諸行動的愛，如同鳥兒展翅而飛。喜樂是安息中的愛，如同巢中的鳥。現在我們仍要大大渴慕神，彷彿神還可以再賜給我們多一些；但我們也須大大地以神為樂，彷彿神所賜的已足夠，我們已別無所求。要相信神是凡事足夠的神，我們一定要在祂裡面完全滿足。願我擁有神，這樣我就足夠了。我們樂於愛神嗎？這是我們的喜樂，就是思想有一位神，祂是一位自我啟示的神，祂是創造我們的神，可隨己意待我們，祂是與我們立約的神，祂調度萬事，以成就我們最好的益處。這就是等候神，隨時喜樂地仰望祂。

人心會用甚麼事物來衡量自己的價值，作為生命的寄託呢？是神還是世界？我們以什麼為傲？我們誇耀何事？世俗的人自誇錢財多（詩四九6），誇耀自己的力量和手中的權力，認為這些創造了他們的財富；敬虔的人則是終日因神誇耀（詩四四8）。這就是等候神，有內在的滿足，眼目時常仰望祂，如同仰望自己的榮耀、且以這榮耀為傲。

我們以何事為樂？擁有何事是我們最大的滿足？什麼事讓我們埋首其中？擁有何事就沾沾自喜，彷彿擁有了一

切？當世俗人的倉房裝滿穀物時，他們說：「靈魂哪，只管安安逸逸地吃喝快樂吧！」敬虔人絕不會這麼說，除非知道自己心裡已充滿神、基督和恩典；他會說：「我的心哪！你要仍歸安樂，在此安息。」敬虔的心靈住在神裡面，以神為家，在那裡安居，永遠以神為樂，不論在世上遭遇什麼不安的事，他發現在神裡面都是足夠的，足以平息一切的不安。

（三）等候神是活出倚靠神的生命，如同孩子等候、相信父親，把一切憂慮卸給父親。等候神，就是期待所有的好處皆從神那裡臨到我們，祂為我們、也在我們裡面成就一切益處，賜我們一切好處，保護我們免於一切禍害。因此大衛這樣解釋自己的情況：「我的心哪，你當默默無聲，專等候神」（詩六二5），仍要恆切等候神，「因為我的盼望是從祂而來」，我不指望自己得其他的好處，因我知道受造物對我的意義，不會多過神賦予受造物的意義；並且定人事乃在耶和華。要向山舉目嗎？我們的幫助從那裡來呢？滋潤山谷的露水豈不是來自比山頂更高的地方嗎？我們豈不該往更高的地方行，舉目望天、望雲嗎？天或雲能自己降雨嗎？不，神若不聽天，天就不聽地，因此我們的眼光一定要超越山，超越天，因一切幫助都來自於神。以下的話是一個王所承認的，這王也不是好王，他說：「耶和華不幫助你，我從何處幫助你？是從禾場，是從酒醉呢？」

我們的盼望是從神而來，這些盼望若是受神的話引導，且立基於神的話之上，那麼，我們當謙卑安穩、有充足的信心。一定要明白與確信，神所說的話一句都不落空，困苦人的指望必不永遠落空。世俗人對他們的黃金說：「你是我的指望」，對精金說：「你是我的倚靠」；富足人的財物是他的堅城。但神是敬虔人在活人之地唯一的避難所

和福分。敬虔人只會聖潔、坦然無懼地對神說：「祢是我所盼望、所倚靠的。」萬有都舉目仰望祂，因祂善待萬有。但聖徒尤其要舉目仰望祂，因祂用特別的方式善待以色列和其百姓。百姓知道祂的名，所以信靠祂、因祂歡呼，知道自己的盼望必不致羞慚。

（四）等候神，就是將生命獻給神，如同僕人等候主人，準備遵從主人的旨意，做主人的工，凡事顧及主人的榮譽和利益。等候神，就是完全且毫無保留地求助於神，蒙神明智聖潔的引導和調度，且甘心同意和順服。等候主人的僕人不會選擇自己的道路，而是一步步跟隨主人。我們也要這樣等候神，像沒有自己意思的人一樣，神的旨意是我們唯一的心意，因此要竭力使自己順應神的旨意。得耶和華救贖之人的特性是：無論羔羊往哪裡去，他們都用絕對的信心和順服跟隨羔羊。僕人的眼睛怎樣望主人的手，使女的眼睛怎樣望主母的手，我們的眼睛必也照樣望向耶和華，要做祂派定的事，領受祂所量給我們的。父啊，願祢的旨意行在地上；主人，願祢的旨意成全。

僕人等候主人，不只是要服事主人，更是要榮耀主人。因此一定要等候神，好叫我們使祂得名聲，得頌讚。祂的榮耀一定要成為我們最終的目的，我們一定要把全部的自己、自己擁有的一切、還有自己所能做的一切，都為祂的榮耀獻上。一定要穿主僕的制服，在祂殿裡服事，像祂的僕人一樣跟隨祂的動作，而這一切的目的是要使祂凡事得榮耀。

等待神，就是以神的旨意為我們的準則。

1. 以祂訓詞中的旨意作為我們行事的準則，並在盡每項本分時，都留心這點。一定要等候神，領受並決心順服祂的命令，不論祂的命令和我們的敗壞傾向或世俗利益有多少的抵觸。一定要等候祂，如同聖潔的天使那樣，時常

注視父的面容，聽祂吩咐，只要父稍微示意，即使只是眨個眼，他們就隨即行動，去任何父差遣他們去的地方。天使怎樣行神的旨意，我們也必須怎樣行神的旨意。天使服事神，行神喜悅的事，隨時都在祂寶座旁，為要服事祂，且從不離此道。

大衛在此祈求神將祂的道指示他，引導、教訓、保守他，使他在盡本分的道上前進。所以這句經文出現時，是作為請求，以加強之前的祈求：「因我終日等候祢」，已預備好從祢口中領受律法，凡事遵守祢的命令。這句經文暗示一點：只有樂意準備行出神教導的人，才能盼望神會教導他們。人若願意行神的旨意，堅決靠神恩典的力量來順服神的旨意，那麼，他就會知道神的旨意為何。大衛禱告說：「主啊，求祢賜我悟性」；接下來他自己起誓說：「我要遵守祢的律法，是的，我要遵行祢的律法」，如同僕人等候主人一樣。登耶和華殿的人，盼望主將祂的道教訓他們，他們必是下了謙卑的決心，要行祂的路（賽二3）。主啊，願雲柱和火柱在我前頭行，因我決定全心全意跟隨雲柱、火柱，且終日等候我的神。

2. 以祂護理的旨意作我們忍耐的準則，忍受一切苦難時，都要留心這點。我們確信神是為我們成全諸事的神，祂也成全派定給我們的事。我們確信神所做的一切都是好的，是為了成就所有愛祂之人的益處，因此我們當同意並順應神完全的旨意。等候神就是：祂是主，願祂按自己看為好的方式對待我，因為在祂眼中看為好的，必定是極好的。當神的工全然顯明時，我們就會看到這點。等候神就是說：「不要照我的意思，只要照祢的意思。」豈能照我的心意呢？等候神就是在凡事上明白自己的處境，不管發生了什麼困難，都保持平靜安適。

因此，一定要忍耐苦難，不論是什麼苦難，因為苦難

是神的旨意。苦難是神指派的，祂按自己的旨意行萬事。這是基督徒的耐心：我默然不語，不是因為抱怨沒用，而是因為我所遭遇的是出於祂，所以我沒有理由抱怨。這點能使我們順從任何苦難，不論怎樣的苦難，因為不論是哪一種苦難，都是神的旨意。順從神的旨意時必須沈默，因為那是神主權的旨意；禍哉，那與造他的主爭論的！不但如此，我們也一定要滿足，因為神的旨意智慧良善。不論神的護理如何調度，對於等候神的人，我們都確信神所做的對他們沒有惡意，祂並非要傷害他們。甚至，他們可以跟詩人一樣說：「不論如何，神仍是良善的」，即使詩人當時終日遭災難，每早晨受懲治。所以祂雖殺我，我仍要信靠祂，仍要等候祂。

我們剛開始談等候神這項本分時，會引用其他的經文，那些經文跟這個主題一樣，大大顯明我們當崇敬神，顯明與神交通對我們有益。我們乃是與父並祂兒子耶穌基督相交。

等候神就是將耶和華常擺在我們面前（詩十六8），仰望祂，如同祂隨時在身邊，隨時在我們右手邊，看著我們，不論我們在哪裡，不論我們做什麼。甚至，我們是在祂裡面生活、動作、存留，祂是和我們息息相關的神，我們要向祂負責。「你們當在我面前作正直人」，此話要印在我們心上，當作順服新約福音的偉大原則。這當中的正直是我們傳福音時的完全，要隨時行在神面前，竭力在神面前得稱許。

等候神就是眼目時常仰望耶和華，如同接下來的經文所說的（詩廿五15）。雖然目前的距離和黑暗使我們無法看到祂，但我們一定要仰望祂，仰望祂榮耀的居所，像渴望認識祂和祂旨意的人一樣，也要把一切導向祂的榮耀，以祂的榮耀作為我們的目標，為其勞力。我們在當中立了

志向，無論是生、是死，總要得主的喜悅。等候神，就是定睛在一切神樂意彰顯自己的事上，專心跟隨祂，並承認自己看到了祂的本質和完美。

等候神，就是在一切所行的事上都認定祂（箴三 6）。要在生活的一切行動和事務上，行在祂手中，立志跟隨祂的腳步。在一切工作上，一定要等候神，以得引導和成功；靠著信心和禱告，把事情交託給神，讓祂為我們做事。不論去哪裡，都要與神同行。「祢若不親自和我們同去，就不要把我們從這裡領上去。」我們看到一切的安慰都是神所賜的，同樣的，一切的苦難也是出自神的手，好叫我們學習得福和受禍，學習在耶和華賞賜和收取時，都稱頌祂。

仰望神就是專一跟從祂，像迦勒一樣（民十四 24）。仰望神就是照神的話而行，看重祂的一切命令，竭力在神一切的旨意上得以完全，站立得穩。神在前頭行，不論祂帶領我們去哪裡，我們都要像蒙愛的孩子般跟隨祂。羔羊不論去哪裡，我們都要跟隨祂。我們不論去哪裡，都要以祂作嚮導。

這就是等候神，等候神的人可以喜樂地等待祂，因為祂一定會適時顯現，使他們喜樂，所羅門的話也會在他們身上成真：「敬奉主人的，必得尊榮」，因為基督說：「我在哪裡，服事我的人也要在那裡」（約十二 26）。

二、我已向各位說明等候神是什麼意思，接下來我要闡明的是：一定要每天等候神，終日等候神。

（一）一定要每天等候神，這是每天的工作，要每天做，因為這是每天的本分。君王殿中的僕人要為派定的時間等上幾週或好幾個月，只能在特定的時辰進行服事。而神的僕人不能不等候所派定的一切日子，在地上勞苦和爭戰的日子中等待（伯十四 14），不要渴望或期待卸下服事，直到我們上天堂，跟天使一樣，更親近、更持續地等候神。

我們一定要每天等候神。

1. **要在安息日和週間的日子等候神。**神設立和指定主日的目的，是為了讓我們在祂殿中的內院服事祂。我們一定要在那裡等候祂，把榮耀歸給祂，從祂那裡領受命令和恩惠，作執事的，就當這樣專一作執事（羅十二7）。人們也一定要等待恩賜和呼召，像哥尼流為自己和朋友說：「現今我們都在神面前，要聽主所吩咐你的一切話」（徒十33）。為了神的榮耀，我們要幫忙使神寶座前的聚會人數完全，並增添這些聚會的人數。在安息日中，除了必要之事和慈善之事外，其餘整天的時間都要用來等候神。基督徒是屬靈祭司，因此他們的任務是在指定的時間於神的殿中等候。

但這還不夠，我們一定也要在週間的日子等候神，因為我們週間每天都需要從神而來的憐憫，也都要為神做工。我們於一週頭一日在公開的儀式中等候神，這樣的設計是為了讓我們在接下來的一週中，能專心與神相交，並使我們適合與神相交。所以，除非安息日的影響常在我們身上，和我們一同進入一週的事務中，且常存於心思意念裡，否則我們就沒有達到安息日的目的。這樣，從這個安息日到下個安息日，從這個初一到下個初一，我們一定要保持聖潔敬虔的心境，主日一定要在聖靈的感動中，好在接下來的一週都順著聖靈而行。

2. **不論閒散或忙碌的日子，都要等候神。**生命中有些日子勞苦忙碌，個人的事業要求我們嚴格勤奮地工作，但我們絕不能以此為逃避隨時服事神的藉口。即使雙手做世上的工，心也能等候神，要習慣看重神，處理世事時要以祂的護理為引導，以祂的榮耀為目的；這樣，我們處理世事時，必定與祂同在。人雖勞心世事，清晨早起、夜晚安歇、吃飯時心懷憂慮，但仍然關心等候神，因為若不等候

神，他們一切的憂慮和勞苦就毫無意義，都是枉然勞碌（詩一二七 1、2），且是火中的勞碌。

生活中，我們有幾天會放下工作，放鬆自己，讓自己休息。你們很多人都有休閒時間，但你們把其他工作擺一旁時，等候神這件事絕不能擺一旁。你們像所羅門一樣，以喜樂試試自己，說：「我們享一點福」時，仍要讓智慧與你們同在（傳二 1、3），這時你們的眼目當仰望神。你們說自己和朋友愉快地聊天時，也要留心不要中斷了和神的交通。不論是工作或休息，我們都會發現，等候神最能減輕工作的勞苦，也最能使我們有愉悅的休息。所以，在世上不論事多事少，都要等候神，以避免事多事少時都會臨到的試探。

3. 不論逢興旺和遭患難的日子，都要等候神。世界在對我們微笑且引誘我們嗎？但我們不應轉開，離棄對神的事奉，汲汲營營地去追求世界。即使我們世上的財富達到顛峰，我們還是不能說自己不需要神，或再也不用祈求祂了，就像大衛凡事平順時，快口說自己永不動搖，但神掩面時，他便驚惶（詩三十 6），很快就明白自己那樣說不對。事業興旺、神將豐富的財物送到我們手中時，我們必須等候神，如同等候我們的大地主一樣，承認自己欠祂的債。要懇求祂賜福、恩待我們所擁有的一切，並且倚靠祂延續這一切，讓我們因而得安慰。要等候神賜智慧和恩典，神在世上交託給我們的一切是有目的的，我們要使用自己的一切來成就這些目的，就像那些隨時要向神交帳的人一樣。不論在世上擁有多少東西，不論神豐盛賜予多少東西以供我們享受，我們仍須等候神賜下更美好的事，這些事不但比世界所給的更好，也比神自己所賜的世上之物更好。主啊，不要把我撇在一旁，叫我只得這世界的好處。

當這世界對我們皺眉、諸事不順時，我們絕不要因此

焦慮、驚慌，以致不再等候神，反要讓困境驅使我們來等候神。神允許苦難的來到，是要帶我們來到施恩寶座前，教我們禱告，並覺得神恩典的話語寶貴。悲傷的日子中，一定要等候神賜安慰，這些安慰足以緩和悲痛。約伯流淚伏在地上敬拜神，不論神賞賜或收取。恐懼的日子中，一定要等候神賜鼓勵，這些鼓勵足以平息恐懼。約沙法困苦時等候神，他的等候不是徒然的，他的心得堅立。大衛的心也常因此得堅立，這讓他下定決心：「我懼怕的時候要倚靠祢」，這決心是他的心靈之錨。

4. 不論年幼或年老，都要等候神。少年人再怎麼早開始服事神都不嫌早。孩童撒母耳服事神，這個聖經故事為此立下了一個特別的榮耀記號。基督光榮進耶路撒冷時，極喜悅那些等候祂的孩子們喊著說：「和散那！」所羅門年幼登基作王時，他要等候神賜智慧，聖經說所羅門這話討神的喜悅。神對以色列說：「連你幼年的恩愛……你怎樣在曠野跟隨我，我都記得。」（耶二2）等候神，就是記得創造主，而年幼的日子是記念主的適當時候（傳十二1）。若想正確地等候神，就必須及早學習等候神。最成功的朝臣乃出生於朝廷。

服事耶穌的年老僕人會被遣散，以致無法等候祂嗎？不會的，耶穌仍需要、也悅納他們的服事。這位主人不會在僕人年老時拋棄他們，因此他們不該在年老時離棄服事耶穌。他們因年邁虛弱，無法在神家中做工時，仍可作等候的僕人。人像巴西萊（參撒下十九）這樣，不適合接受世上君王殿中的款待時，仍可如往常一樣享有神殿中的福樂。利未人超過五十歲後，就卸下服事中勞苦的部分，但仍需等候神，仍需安靜等候祂，歸榮耀給祂，從祂那裡領受安慰。人行神的旨意，自己的工作也結束後，就需要耐心，好叫自己能等候，直到繼承應許：等候的喜樂越接

近時，他們也會更愛慕自己所等候的神，盼望能快快與神同在，永遠與神同在。

(二) 必須從早到晚、終日等候神。不論所做之事怎麼改變，一定要有持續等候神的心，服事神，眼目時常仰望祂。任何時候都不能允許自己偏離神，或關照神以外的事，單要照料神的事情。要服從祂的旨意，服事祂的榮耀。

1. 必須把每天的憂慮卸給神。打從我們清晨一睜開眼睛，或多或少就得面對每天都會有的憂慮。不需往前想，為明天的部分擔憂，一天的難處一天當就夠了。你們在世上做大生意的人，整天都有憂慮在心上，雖然你們把它擔在自己心裡，但你們或坐、或立，或出或入，憂慮仍然如影隨形，旁人無法瞭解你們的擔子有多重。有些人因為心靈軟弱，幾乎每次都是恐懼戰兢地做決定。

當把重擔卸給主，相信祂的護理涵蓋你們的一切事務，涵蓋你們的每一件事、每一個處境，甚至涵蓋了最枝微末節、看似偶然的情況。終身的事在祂手中，所有的事都由祂調度。要相信祂的應許，就是萬事都互相效力，叫愛神的人得益處，凡事求助於神，求祂按祂眼中看為好的，來對待你們和你們所有的。如此相信之後，你們就安息滿足，定意要讓自己從容以對。晨禱時，把憂慮帶給神，攤在神面前，然後藉心靈的沉著和喜樂，顯明自己終日把憂慮卸給神，像哈拿一樣，她禱告完後，走去吃飯，面上再不帶愁容了（撒上一 18）。把你們的事交託給神，然後順服祂對這些事的調度，雖然祂的調度也許會和你們的期待相反。要用神所給的確據，來使自己堅忍下去，神所給的確據就是，祂會照顧你們，如同溫柔的父親照顧孩子一樣。

2. 我們一定要為神管理每天的事，留心祂的護理，把自己放在所處的呼召和工作中；留心祂的訓詞，以勤勉遵守為本分；留心祂的祝福，因為那是我們盡本分時，得喜

樂、得成功所不可或缺的；留心祂的榮耀，凡事以祂的榮耀作為最高目的。這能使我們平常的行事在神面前成為聖潔，使其成為甘甜，也成為我們的欣慰。該猶和朋友分手時，若帶朋友走一程，也只是一般禮貌性的做法而已，然而他以敬虔的方式做這件事；他為基督之故敬重朋友，因這些朋友屬基督。他這麼做便能與朋友有更有益的溝通，是一種基督徒虔誠的作為（約參 6）。這是普遍的準則，我們可按此管理自己每天的事務。無論做甚麼，或說話或行事，都要奉主耶穌的名（西三 17），這樣，我們就是在基督裡、也藉著這位中保等候神。

我也要特別向那些為僕的人推薦。雖然僕人的工作盡是卑微，又得聽從肉身的主人的命令，但他們當做自己卑屈的工作，如同基督的僕人一樣，像是給主做的，不是給人做的。當用誠實的心做工，像是給基督做的；他們會蒙祂悅納，從祂那裡必得著基業為賞賜（弗六 5、6、7、8；西三 22、24）。做一天的工時，當忠心仔細地做，以此終日等候神。這樣，即使在平凡的工作中，也以祂的榮耀為目的，並以此尊榮我們救主——神的道：工作是為了得糧食，必須得糧食才能生活，活著不是要為自己而活，也不是要取悅自己，而是要向神而活、取悅神。工作是為了填補時間，並填滿世上的職位，因為創造和扶持我們的神命令我們要安靜做工，辦自己的事。

3. 一定要從祂那裡領受每天的所需，等候祂這位施恩者，如同萬有都舉目仰望祂所賜的食物。有祂的賜予，他們便能收聚。一定要仰賴祂，如同仰賴父親賜日用的飲食一樣，祂命令我們要向祂求飲食，雖然家裡和桌上已有食物。一定要仰望祂，因祂的聖約應允我們有權利享用飲食、使用飲食，也要求祂祝福飲食，使我們從中得滋養、得安慰。我們在神的道及禱告中等候神，保持和神的交通，這

樣，凡神所造之物都因此成為聖潔（提前四 4、5），也改變了性質。在潔淨的人，凡物都潔淨，都是從聖約而來，不是從普遍護理而來，因此一個義人擁有的雖少，卻強過許多惡人的富足，而且更有價值、更令人安慰。

凡所擁有的，都要以誠實的方式獲得，且要謹慎使用，把神當有的那分歸給祂。我們這樣做最大的理由是：我們所擁有的一切都來自神的手，神把這一切交託我們，如同交託給管家，所以我們要負責任。若我們把這種想法當作金縷線一般貫穿每天所有的需用，視這些安舒為神的恩賜，所吃的每一口食物、所喝的每一滴飲料、每一口呼吸、每一個腳步都為神的憐憫，那麼，我們就會時常等候神，如同驢子在主人的食槽邊等候一樣，而且我們所領受的將會加倍甜美。從神的憐憫而來的恩典都是新的，因此經上說神的憐憫每早晨都是新的。所以，不能一週等候神一次，好像人們去市場買一整週的必需品一樣。一定要每天等候神，終日等候神，如同那些僅能餬口、卻活得安舒的人一樣。

4. 必須抗拒每天的試探，靠神恩典的力量盡每天的本分。 每天都有每天的試探；主知道這點，祂教我們要按時祈求日用的飲食，也要按時祈求神不叫我們遇見試探。我們每一項工作和享受都有陷阱在其中。撒旦藉此攻擊我們，極力拖我們進入罪，「是要叫我懼怕，依從他犯罪」（尼六 13）。罪是大惡，當隨時防範罪，像尼希米一樣。除了終日等候神外，別無他法保護自己，不但早晨要把自己放在神恩典的保護下，更要終日保守自己在神恩典的庇護下。不但往前行，更要倚靠神的恩典和照顧；神說祂的恩典是夠我們用的，在祂的照顧下，必不叫我們受試探過於所能受的。等候神提供我們十足的理由來抵禦試探，並且天天得力。要靠著主，倚賴祂的大能大力作剛強的人，且要終

日等候神。

我們有本分要盡，有許多機會說善言、行善事，我們必須明白並承認自己沒有能力做到，甚至也沒有良善的思想。所以一定要等候神，尋求神，倚靠神，求神賜善盡本分所必需的光和火、智慧和熱心，使我們因靠祂的恩典，不但得鞏固以防範各種惡言惡事，更能得裝備來說各種善言、行各樣善事。耶穌基督裡有完全的豐盛，一定要藉信心時常從那裡汲取一切所需的恩典，行各樣敬虔之事，作隨時的幫助。要等候這恩典，跟隨恩典的引導，順服恩典的運作，面向恩典，如同封蠟之於印信一般。

5. 以順服神旨意的心來忍耐每天的苦難。肉身的苦難並非預料之外的事，每天都有令人悲痛的事，包括人際關係、工作、處境、家人、朋友，都會叫人傷心；也許每天都有身體的病痛，或者遭遇挫折和失望。一定要在這些事上等候神。基督要求所有的門徒每天背起十字架（太十六24）。絕不能隨性地扯下身上的十字架，而是要背起神放在我們路上的十字架。不要偏離本分去搶背十字架，或避開十字架。忍耐十字架還不夠，一定要背起十字架，順應十字架，同意神在十字架中的旨意。並非因為惡事無法避免，所以非要忍耐不可；乃因為這是出於神的旨意，我便要忍耐。

要把每項苦難看作是天父分配的，也一定要在苦難中看見神糾正的手，因此一定要等候神，好明白神為何事與我們相爭，明白自己是為了哪項過錯，而在苦難中受管教，並瞭解這苦難是為了治癒哪一種病，好叫自己達成神使我們受苦的目的，這樣就能在祂的聖潔上有分。一定要注意護理的動作，天父皺眉時，我們要仰望祂，好發掘祂的心意為何，明白祂要我們為所受的苦難，學習什麼樣的順服。在重擔之下時，一定要等候神的扶持，把自己放在神永久

的膀臂中，留在那膀臂中。神的杖落在祂兒女身上時，祂的膀臂就在祂兒女之下扶持他們。一定要等候祂的拯救，絕不能用任何罪惡、間接的方式脫身，也不能依賴受造物的救助，仍要等候神，直到祂向我們施憐憫。要心甘情願地背負重擔，直到神按著憐憫挪去重擔（詩一二三 2）。苦難的日子若延長，仍要等待耶和華，即使祂掩面時，也要等待祂（賽八 17），盼望祂怒氣漲溢不會超過片時（賽五四 7、8）。

6. 要樂意且完全順服神的護理，等候每天的消息和事件。我們在世總是期盼好事，害怕壞事。我們不知道一日、一夜或一時辰會發生何事（箴廿七 1），總覺得有大事要發生，我們太容易杞人憂天，而未來總是出乎我們的想像。一定要在一切展望中等候神。

我們正在盼望好消息、好結果嗎？當等候神，是祂賜下所盼望的好事，我們要隨時預備從祂手中領受好事。以合宜的情感迎接祂的憐憫，與祂相遇。不論盼望的好事為何，要唯獨仰望神和祂的智慧、大能和良善。因此，盼望必須謙卑適度，受神的旨意規範。我們確信神的允諾，但不能超過神的應許。若如此在盼望中仰望神，盼望延遲時，心就不會憂傷，也不會失望，因為我們所等候的神會支配萬有，成就最好的事。若在此等候中，所願的事成就了，我們便知道它是出自神的愛，所願的來到就好比生命樹（箴十三 12）。

我們是否害怕壞消息、悲傷之事或傷心的結果？當等候神救我們脫離一切恐懼，救我們脫離所害怕的事，與其所引發的一切駭人、折磨人的恐懼（詩三四 4）。

當雅各確實害怕哥哥以掃時，他就等候神，把恐懼帶到神面前，和神摔跤，摔跤勝了，得拯救！大衛說：「我懼怕的時候要倚靠祢、等候祢。」等候神會使心堅立穩固，

好叫心凌駕壞消息的恐懼。

我們是不是擺盪於盼望和恐懼之間，有時盼望佔上風，有時恐懼佔上風？當等候神，因生死和善惡之事都屬神，我們和眾人的審判都從神而來。要沈著安靜地期待，決心順應一切的結果。盼望最好的，也為最壞的做準備，然後領受神差來的任何事。



應用

第一、我要進一步敦促各位，要盡終日等候神的本分，不論是在某些特定的情況，或是一般日常的例行事務。我們既軟弱又健忘，必須有人時時提醒我們，好叫自己在任何場合都能善盡本分。所以，我決定要詳細分述，好作大家的提醒。

一、早晨向家人問安時，要等候神賜福他們，用感恩的心感謝神昨晚使你和家人一起領受恩典。你和家人一定要服事神，等候神。要明白全家能共聚一堂是出於神的良善，喜樂和救贖的聲音也在你們的會幕中，神建造義人之家，並做他們的父，因此要等候祂，求祂繼續讓你們團聚，使家人成為彼此的安慰，賜你們力量盡各項關係中的本分，好延長你們安寧的日子。我們和家人互動的一切言行、給家人的供給和吩咐，在在都要等候神，因祂是以色列各家的神（耶三一1），也要仰望基督，因地上萬族都因祂得福。

每個分享家庭恩惠的成員，一定要等候神賜恩典，好委身於家庭。不論家人之間有什麼不愉快，都不要成為心裡的重擔，也不要因此發怒，反倒是激勵我們等候神，祂能挪去憤怒，平靜怨懟，賜恩使我們能忍耐。

二、你們追求子女的教育，或教養年幼的孩童時，要等候神賜恩，使教育方式成功。不論是教導他們日常生活或敬

虔之事，普遍呼召或特別呼召，早晨送他們去上學，或指示他們每天當做的事，你們都要等候神賜他們悟性和良好的做事能力，尤其是在其主要的課題上，因為賜智慧的乃是神。如果他們比較遲鈍，進展的速度不如理想，你們仍要等待神帶他們前行，等待神按著祂的時間賜他們恩惠。一旦你們耐心等候神，便會鼓勵你們為他們付代價，也讓你們能耐心溫柔地對待他們。

孩童和年輕人每天都當在學習或工作中，盡全力等候神，裝備自己，好在自己的世代服事神。你們若渴望成為家人的安慰，並在世上造就一些益處，那麼，你們豈能不學所羅門向神求聰明智慧呢？並要終日等候神賜聰明智慧，好叫你們的智慧 and 身量，並神和人喜愛你們的心，都一齊持續增長。

三、你們若經營自己的商店，或者投身特別呼召性質的事業，要等候神與你們同在。事業需要每天、全天候的照料。經營你的店，它就會供應你的所需。然而，在工作中當不斷地注意神，如同不斷地照料工作一樣，在工作中看見神的護理。開店門時心想：「我正在盡我的本分，要倚靠神在這當中祝福我。」在等待顧客時，要等候神在你蒙召所從事的行業中，明白祂要你做甚麼事。那些所謂「碰巧出現的顧客」，你應該稱他們為「神護理所帶來的顧客」。對於這些顧客所帶來的利潤，你當說：「這些是主、我的神給我的利潤。」

做買賣時，要知道神的眼目注視你，觀察你做生意是否誠實公平，童叟無欺。你的眼當仰望神所教導的正確方法，因為祂不但教導怎樣務農，也教導如何經商（賽廿八26），也要仰望神所賜的聰慧，祂應許良善之人必藉此妥善地安排事務，因等候神使人富足，並不加上憂慮，而且，誠實勤勉做事的，就可期望實在的利潤。

不論做哪一行，在鄉下、在城市、在海上，或只是家管，都要用敬畏神的心做事，倚靠神使工作愉快成功，興旺你手中的工。藉此，你們便能裝備自己，防備世俗周遭的許多試探。等候神，你們就能從工作的憂慮和重擔中得釋放，心靈得以提升，凌駕感官和暫時的瑣事；即使是世事最繁忙的時候，仍能服事神；在雙手為世事忙得不可開交時，仍然心懷上帝。

四、讀書時，不論讀的是聖經或是其他的好書，都要等候神賜恩，使你能好好使用這書。你們有些人每天會花好多時間看書，而我希望各位每天都能讀幾段經文，不論是自己讀或與家人一起讀。小心不要讓閱讀的時間變成浪費。如果讀無用、虛空、無益的書，就是浪費時間；即便讀好書，甚至讀聖經，卻不專注，不順服所讀的，不致力從書中受益，也是浪費時間。要等候神，因為祂賜這些書幫助心靈，也確實地幫助你們。太監在車中讀以賽亞書時，他等候神，神很快就差人到他那裡，使太監明白所讀的經文。

也許你們偶爾會讀歷史。在熟悉過去所發生的事時，一定要留心上帝和祂智慧、慈愛的護理，祂治理我們出生前的世界，保存了教會，因此我們仍可倚靠祂，神行萬事都是為了成就最好的事，因祂是以色列古早的君王。

五、在筵席上要等候神，知道不論是在仇敵面前，或是置身在朋友當中，祂都為你擺設和預備筵席。要經常回想神將地上的產物賜給先祖亞當，並在亞當裡也賜我們這一切（創一 29）。神說：「看哪，我將遍地上一切結種子的菜蔬——尤其是五穀——全賜給你們作食物。」接著，也要紀念神賜給第二先祖挪亞的一切，祂在挪亞裡也把這一切賜給了我們（創九 3）：「凡活著的動物都可以作你們的食物，如同菜蔬一樣。」要看見祂是如何豐足地造福人類，並且要等候祂。

我們或吃或喝，都要為榮耀神而行，要在吃喝時等候神。要領受身體的滋養，受裝備，好讓我們在服事神時，能服事人的靈魂，叫神在世上得榮耀。要在普遍憐憫中體驗聖約之愛，在使用受造物時，以造物者為樂。要仰賴神口中所賜福的話語，使我們從食物中得滋養。食物若又壞又少，我們一定要信靠神的應許，以此來彌補食物的缺乏。雖然無花果樹不發旺，葡萄樹也不結果，我們仍要在祂裡面喜樂，因祂是救贖我們的神。

六、與朋友交誼往來時，都要等候神。要仰望神，感謝神讓你在朋友和熟識的人當中得安慰。祂沒有讓你們以曠野為居所，也沒有讓你們以偏僻孤寂之地為住家。感謝神不但讓你們在自己家中，也在鄰舍中享受安舒，與鄰居自由往來。感謝神，你們沒有從人群中被趕出，也沒有成為周遭人的重擔和恐懼。你們出門時，不只是身著衣物，還加上裝飾打扮，這是神的憐憫；我們不可以此自誇，反要在這事上留意神，神說：「我用妝飾打扮你，將耳環戴在你耳朵上」（結十六 11、12）。你們有房子、家具、娛樂，不但可自己享用，也可讓親友享用，這是神的憐憫。要在這事上感謝神。

與人相處時，要仰望神賜智慧，好讓我們舉止合宜，能為人多多成就益處，也叫自己不因他們受損。等候神賜下和氣，好叫我們的言語常常帶著和氣，好像用鹽調和，以避免污穢的言語，且多行各樣善事，帶來教誨的作用，為聽道的人帶來和氣，好叫我們的口能餵養多人。

七、賙濟或行任何善事時，都要等候神，如同做在神身上。要以門徒之名，施予其他門徒，也要施予窮人，因他們屬基督。不要為了人的讚美，乃要為神的榮耀行善，以明亮的眼和正直的心，為神做些事，這樣，你們的禱告和賙濟，就會像哥尼流的一樣，達到神面前，蒙記念（徒十 4）。

懇求神悅納你們為別人益處所做的事，好叫你們的賙濟確實成為供獻的祭品（徒二四 17），成為極美的香氣，成為神所悅納的祭物（腓四 18）。

要渴望神祝福我們所施予人的物品，好叫領受的人得安慰。就算能給的極少，就像寡婦的兩個小錢，然而，靠著神的祝福，你們所給的可以加倍，且能長久使用，如同寡婦罐內的麵和瓶裡的油一樣。

要仰賴神補償你們行善時所付出的，祂會在義人復活時，豐富地回報你們。不但如此，神還鼓勵你們等候祂在今生回報你們。你們所給出去的東西，像是拋在水面上，過一陣子後必再得著。當仔細觀察神的護理，看其是否按著祂的應許，豐富補償你們，好叫你們明白耶和華的慈愛，明白祂信守自己所說的話。

八、詢問局勢時，要等候神，留意神的作為，因為你們真心關切神國度的利益，時刻放在心上；因為你們憐憫世人，憐憫人的生命和靈魂，尤其憐憫神的百姓。當你們詢問時事時，你們並不像雅典人那樣，只想滿足虛妄的好奇心，打發無聊的時光。你們詢問時局乃是想知道如何禱告和讚美，如何在盼望和恐懼間取得平衡，並深入瞭解這個時代，好知道自己和別人該怎麼做。

若時局光明太平，就要等候神持續且成全祂自己的工，不要倚靠任何人的智慧、力量或工具。若時局黑暗、令人沮喪，就要等候神遏止百姓的恐懼，在百姓的力量消逝時顯現。當教會興旺成功、各項事工順遂時，我們絕不能認為沒必要等候神；當教會極度沮喪，又衰敗到極點時，我們等候神也絕非徒然，因為受造物若沒有神，就不能提供幫助，而神不需受造物就能幫助人。

九、在外旅行時要等候神，把自己放在神的保護下，由神來照顧，倚靠祂吩咐使者照顧你們。在你們遷移時，祂吩

咐使者把你們背負在膀臂中；你們休息時，祂吩咐使者在四周安營。要明白自己在旅途中，因著神良善的護理而得著種種安適和方便。神賜我們一塊安居的土地，使我們不必在曠野流浪，如同人在阿拉伯荒漠裡流浪一樣；我們有安全平坦的道路，雖然路上有可怕的戰爭，但此大道依然暢通。次等受造物可供我們使用，我們出入受保護，不是因被放逐而出國，所以還能自由返國，在家時也不受拘禁，仍可自由出入——這一切都要歸功於神。

因此出發時要仰望神，說：「主啊，我所到之處，求祢都與我同行。」要在祂的庇護下旅行，信靠祂的照顧，遇到任何危險時，都以祂的看顧來鼓勵自己。回家時要承認神的良善，我們所有的骨頭都要說：「耶和華啊，誰能像祢？祂保全我們一身的骨頭，連一根也不折斷。」

十、當退隱獨處，在野外散步，或退居密室休息時，仍要等候神。與自己的心靈對話時，仍要與神對話。我們獨處時絕不是單獨一人，因為父一定與我們同在，我們也與祂同在。我們發現，即使獨處時也會有試探，我們必須小心防範。撒旦趁救主獨自在曠野時攻擊祂。然而，我們若知道如何善用獨處的時間，就有機會虔誠默想神，那將是最好的對話。這樣一來，獨處時反而不覺孤單無聊。獨坐、保持安靜、遠離工作和塵囂，有技巧地、用心地虔誠默想神，以此度過空閒，那麼，我們就能善用、不浪費這些零碎的時間，也就能終日等候神。

第二、我要用一些理由來說服各位，藉著終日等候神，活出與神相交的生命。

一、請思想：神定睛在你們身上。當我們發現上司在看我們時，我們也必會專注地看他。我們難道不該仰望神嗎？祂的慧眼隨時察看世人。

祂察看我們心中所有的思念，喜悅看到我們的心思朝祂。這足以讓我們將神擺在我們面前。

僕人或許有漫不經心的時候，但在主人的注視下，他就會站在自己崗位上等候，寸步不離。若要使自己勤勉做事，莫過於在服事祂時，注視著祂的眼目。因主人隨時察看我們，所以我們的目光也不離開主人。

二、所等候的神是那與你們有關係的主（來四 13）。萬物在那與我們有關係的主眼前，都是赤露敞開的，甚至連心中的思想和意念也是。我們和祂有往來關係，祂有話要對我們說，我們也有話要對祂說。正像有些人對這句經文的解讀：我們要向祂交待，我們和祂之間有帳要結算，有日常的流水帳。不久之後，每個人都必須向祂交待自己，交待自己肉身所做的每一件事。因此要等候祂，好叫我們和祂之間所有的帳目，能天天靠著基督的寶血來打平，因祂的寶血能平衡帳目。我們若思考自己每天與神有多大的關聯，就會更勤勉、更持續地注意祂。

三、我們所等候的神，一直等著要賜恩給我們。祂總是造就我們的好處，以美福迎接我們，天天使我們裝載福氣。我們身陷險境時，祂毫無漏失地彰顯對我們的照顧；在我們缺乏時，祂彰顯對我們的慷慨；在我們悲傷時，祂彰顯對我們的溫柔。祂良善的護理終日服事我們，保護我們出入（詩一二一 8），適時給予慰藉和幫助，在耶和華的山上必有預備。是的，祂的恩典也終日服事我們，在需要時隨時幫助我們，按著每一天所發生的事情，來堅立我們。神如此積極成就我們的益處，難道我們要退縮、怠慢地服事祂嗎？

四、我們若服事神，祂就吩咐聖天使照顧我們。神命定他們都作服役的靈，為那將要承受救恩的人效力，造就這些人的益處。天使每天提供我們許多美好的服事，是超過我

們所知道的。聖天使服事我們，用膀臂托著我們，在我們四圍安營，這是我們多大的尊榮和特權啊！這些良善的靈服事我們，以抵擋邪靈的惡謀，這是多麼安全、多麼穩固啊！每個終日等候神的人，都有這樣的尊榮。

五、與神相交、隨時留意神，這樣的生命是人間的天堂。這樣的生命是在做天堂的事，行神的旨意，如同天上的聖徒所做的，他們的工作是隨時仰望天父的面容；這樣的生命是領受天堂福氣的憑據，也是為領受天堂福氣所做的預備，是天堂福氣的前奏；這樣的生命是在天堂的生活模式，我們要在那裡尋求救主。要尋求祂，祂是救主；要仰賴祂，祂是引導者。藉此，我們能彰顯自己的心在那裡，給自己美好的憑據，期待自己不久之後就能去那裡。

第三、我要以幾項說明作總結，告訴各位必須做什麼，才能那樣終日等候神。

一、在各種受造物中大大看見神的作為，看見神創造、安排萬物的智慧和大大能。受造物可供我們使用，我們要在當中看到神的良善。要張眼四顧，看周遭充滿各式各樣的奇事，有各樣的舒適圍繞我們。讓這一切帶你們到神面前，祂是存在的泉源，是祂賜下一切的美好。我們的泉源都在祂裡面，我們所得的都來自於祂。讓我們專心等候祂，因為凡受造物都按祂所造的樣式，和我們產生關係。因此，同樣的受造物可以吸引體貼肉體的心離開神，也能把敬虔的心帶到神面前。凡神所造之物都讚美祂，因此神的聖徒也能從受造物中，時常稱頌神。

據說古代虔誠的猶太人有項傳統：他們不論從受造物中得到什麼喜樂，都把榮耀歸給神。他們聞到花香時說：「神使這花芬芳，願祂得稱頌。」吃一口麵包時說：「神指定用糧食滋養人心，願祂得稱頌。」我們若能如此凡事

體會神的慈愛，從祂慷慨的懷中汲取一切滿足，就能常常全力倚靠祂，如同小孩緊抱母親的胸懷一樣。

二、明白任何受造物若沒有神，就什麼都不是。我們越認清世界和世上一切享樂的虛妄和空虛，越認清它們完全不足以使我們快樂，我們就會更緊抓住神，更親密地與神對話，好在萬靈之父裡找到滿足。我們已在感官之事中尋求滿足，但是徒勞一場。向受造物求愛，在它們門口獻殷勤，這是多愚昧的做法啊！我們一定會空手而返。我們大可到造物主那裡去，祂對求告祂的人有豐富的憐憫，祂充分地、白白地且信實地賜憐憫。我們對虛無之神能有什麼期待呢？為何要信奉虛無之神，漠視憐愛我們的主呢？既有萬古磐石作為盼望的根基，為何還去信靠折斷的蘆葦呢？既有賜各樣安慰的神作為喜樂的根基，為何還要從破裂的池子中汲水呢？

三、靠著在主耶穌基督裡的信心而活。除非我們在中保裡、並倚靠祂，不然就沒有信心等候神，因為神是藉祂兒子向我們說話，也藉祂兒子聽我們說話：公義之神和可憐罪人之間的所有溝通，都要經過這位神聖的仲裁者之手，祂已向兩造接手。我們一切的禱告都是經由這手，達到神那裡；神一切的憐憫也都是經由這手，臨到我們身上。神注視我們時，看到的是受膏者的面容；我們則是在耶穌基督的面容中，看到神光亮的榮耀和恩典。藉著基督，我們得以親近神，成功向神禱告，因此我們要提到基督的公義，甚至只提祂的公義。要習慣終日注意神，在這樣的服事中，要習慣倚靠基督，祂總是在神的面前，隨時留意，準備好要為我們引見。

四、常向神發出認真、虔誠的隨機性言語。等候神時，要常向祂說話，把握所有機會向祂說話。當我們沒有機會做鄭重的禱告時，祂也會悅納我們偶發的話語，只要這話是

出於誠實。大衛就是在這種情況中終日等候神，如同第一節所顯明的：「耶和華啊，我的心仰望祢。」我心定在祢身上，心中一切虔敬的氣息也都隨著祢。當用聖潔的偶發之語，求神赦免罪，求神賜力量抵擋敗壞，求神賜勝利克服試探；這樣的偶發之語不會是徒然的。這就是常常祈求，不住地禱告。神看的不是禱告的長度或用語，而是禱告時心靈的真誠：即使禱告極短，又是發不出來的嘆息，但真誠的心必蒙悅納。


五、以面對最後一天的態度來看待每一天。在想像不到的時辰，人子就來了，因此我們每天早晨都無法確定自己能否活到晚上。最近聽說很多人突然就過世了，所以，我們當作敬虔、有聖潔言行的人。雖然我們無法說自己真的就只剩最後一天，但確定的是，每天都有可能是我們的最後一天，而我們當以這樣的心態來過活。也寧可用這樣的心態生活，因為知道主的日子早晚會來到，所以要等候祂。臨死的可憐受造物若不等候神，還能等候誰呢？

死亡會把所有人帶到神面前，受神審判，也會把所有聖徒帶到神面前，使他們得以見神，成全因神而得的喜樂。我們快要去祂那裡，且盼望與祂永遠同在。祂是我們要等候的那位，我們要增進對祂的認識。我們更多思考死亡時，就會與神有更多對話。我們每天漸漸死去，這是叫我們天天敬拜的好理由。所以，不論身在何處，都要留在神身邊，因為不知道死亡會在何處與我們相遇，這樣便能改變死亡的性質；與神同行的以諾被接去，不至於見死。這樣才能裝備我們，使我們在進入死亡和墳墓之前，能站立得穩。若每天持續等候神，終日等候神，就會在與神相交這極大的奧秘上，變得更熟練、更專精。這樣一來，我們最後的日子就成為最美好的日子，最後的工作就成為最美好的工作，最後的安慰就成為最甜美的安慰。各位思考這事時，



禱告的方法

請接受先知的勸告：「你當歸向你的神，謹守仁愛、公平，常常等候你的神。」（何十二 6）



講道三

如何與神結束一天

「我必安然躺下睡覺，因為獨有祢——耶和華使我安然居住。」

——詩篇四篇 8 節

這句經文可當作比喻來理解，指的是心靈安息在神恩典的確據中。也可照字面的意思來理解，指的是身體在神的護理下安息。我喜歡讓經文呈現其全然的廣度，所以這兩種詮釋我都喜愛。

一、詩人喜愛神的恩惠遠勝其他一切好處。他已選擇神的恩惠，並以其作為他的好處，他在此表達極滿意自己所做的選擇。他看到許多人徒勞地詢問：「誰能指示我們甚麼好處？」不斷把自己弄的惶惶不安，為虛空之事使自己疲累不已。但詩人使自己全然安適，因他把自己交託給神良善的旨意：「耶和華啊，求祢仰起臉來，光照我們。」任何好處若虧缺了神的恩惠，對我們就沒有助益，但我們有神的恩惠就足夠了，即使世界不對我們微笑。若沒有日頭，月亮星辰和世上所有的火焰蠟燭都無法造就白天，但若沒有月亮星辰和世上所有的火焰蠟燭時，日頭仍然可以造就白天。這是大衛的感受，所有的聖徒也都同意他的感受。就像挪亞的鴿子，在洪水淹沒的污穢世界中找不到安息之處，所以就飛回方舟，方舟是預表基督。我的心哪！你要仍歸安樂（rest），要歸回挪亞（原文的用字就是「挪亞」，因為「挪亞」這名字的意思是安息（rest），詩一一六 7）。

神若仰起臉來，光照我們，祂就用聖潔的喜樂充滿我

們，使我們心裡快樂，勝過那豐收五穀新酒的人（詩四7），因此我們可以穩固在聖潔的安息中，我必安然躺下睡覺。神是我的神，我心裡快樂、滿足，沒有其他可尋求和渴慕的，我安然居住，住在信心裡。我行在耶和華的光中，什麼好處都不缺，也沒有什麼缺乏，所以我不怕遭害，也不擔心危險。耶和華神是我的日頭，我的盾牌；這日頭光照我、安慰我，這盾牌保護我、捍衛我。

所以你們要知道，那些確信神對他們施恩的人，可以享受、也竭力追求聖潔的寧靜和心靈的安全。寶貴的應許把這兩者放在一起（賽三二17）——公義的果效必是平安，行善時必常有滿足；公義的效驗必是平穩，直到永遠。平安就是享受美善，穩固就是免於遭害。

（一）聖潔的寧靜是神恩惠的神聖果實：我必安然躺下睡覺。我們處在神的怒氣下或懷疑神的恩惠時，怎麼可能靠自己快樂呢？這件極憂心的事尚未解決時，心靈絕對無法滿足。神和你有衝突嗎？不要容你的眼睛睡覺，不要容你的眼皮打盹，直到你解決這件使神不悅的事為止。你要自卑，去懇求你的朋友——你最好的朋友（箴六3）。你與神和好，有安慰人的確據證明神悅納你後，就要明智公正地說：靈魂啊，只管安逸，因為你在神和恩典之約裡，有許多財物積存，可作多年的費用，可作永恆的費用（路十二19）。這句話從體貼肉體的世俗人口中說出時，不但愚昧，而且無憑無據。你罪得赦免了嗎？基督是否成為你的中保？神如今在基督裡悅納你的作為了嗎？若是，你只管去歡歡喜喜吃你的飯，心中快樂喝你的酒，（傳九7）。讓蒙神悅納的確據平靜所有的暴風雨和控告，在你心中產生平靜。

神透過聖約作我們的神，我們已滿足、已擁有一切。敬虔的心雖仍渴慕更多擁有神，但不會渴慕擁有神以外的

東西。敬虔的心在神裡面休息，全然滿足。我們若以祂的慈愛為滿足，便有豐盛的滿足，那麼，敬虔的心就能以神為家，在神裡面安息；這足以使疲乏的人飽飫，使愁煩的人知足（耶三一 25），甚至叫飢餓的得飽美食，得飽食最好的珍饈。他們飽食後，必可安息，永遠安息，必有美好的睡眠。

（二）聖潔的安全是神恩惠的另一樣神聖果實。是祢——耶和華使我安然居住，祢的臉光照我時，我就安全，我也知道自己安全，所以感到安適，因祢必用恩惠如同盾牌四面護衛我（詩五 12），把我放在神恩惠的保護下。雖有仇敵的軍兵安營攻擊我，我的心也不害怕……我必仍舊安穩（詩廿七 3）。神不論給我什麼應許，我都能向自己保證，祂的應許足以保障我，毫髮無傷地拯救我，不管在盡本分的路上我遇到什麼困難和危險。地雖改變，我們也不害怕（詩四六 2）。在死蔭的幽谷中，在恐怖君王的領土中，我都不怕遭害，因為祢與我同在，祢的杖，祢的竿，都安慰我。富足人心想他的財物是他的堅城，猶如高牆，但好人的堅城和高牆是神（箴十八 10、11）。全能者必為你的金塊，你的保護（伯廿二 25）。

以罪惡的方式所得的安全是最危險的。人對自己呼喊說：「平安了！平安了！」卻仍繼續處在虛妄、體貼肉體之心的掌權下，這是最危險的。願安逸的罪人戰兢！把安全建立在世上和世界的承諾上是最愚蠢的，因為世上的承諾都是虛假和謊言。然而，最明智、最有益的，是那些良善之人用信心在良善之神的應許上建造，是那些持守本分的人安靜不怕遭害，他們知道禍患必不臨到他們，真正的禍患必不臨到他們，所臨到的，都是為了成就他們的益處；又因他們知道只要自己繼續忠於神、以神為王，他們就會在神的保護下，在全能者的保護下，而全能者使他們勇於

反抗所有邪惡的勢力。神若幫助我們，誰能敵擋我們呢？連異教徒都認為，每個誠實正直的人應當擁有這樣的安全，就算周遭的世界變得支離破碎，也不必害怕迷失在世界的廢墟中。而持守純正的基督徒更有理由擁有這樣的安全。我們若在神的良善中，並跟隨良善的神，誰能傷害我們呢？有什麼能傷害我們呢？

1. 好，安適滿足既是良善之人的特權，神賜給他們聖潔的寧靜和心靈的安全，給他們喜樂；不但如此，神還應許他們，要將平安賜給祂的百姓——祂的聖民，祂要因他們的信，將諸般喜樂、平安充滿他們的心，祂的平安要保守他們的心懷意念，保守他們的安全和安靜。甚至，神還為他們指定了一種方法，使他們可以得到祂所應許的寧靜和安全。聖經是為他們而寫的，好叫他們的喜樂得以滿足，叫他們因聖經所生的忍耐和安慰可以得著盼望；神設立律例，作為救贖之泉，使他們可以喜樂地從這泉源中汲水；神設立執事作他們的安慰者，幫助他們喜樂。神願意為那承受應許的人顯明祂的旨意是不更改的，好叫這些人可以大得勉勵（來六 17、18）。

2. 良善之人的本分，是竭力地、用神指定的方法追求聖潔的安全和心靈的寧靜，不屈服於撒旦擾亂人心的建議，也不屈服於自己心中那折磨人的懷疑和恐懼。竭力安靜下來，責備自己的不信，吩咐自己要相信，要仰望神，好叫自己讚美祂。你們不知道自己的狀況如何時，要像保羅船上的水手一樣，拋下錨，盼望天明。可憐顛驚的基督徒啊，你因暴風雨而顛簸搖晃、不得安慰，你要試著使自己平安躺下睡覺，使自己平靜下來，進到沈穩平和的心境中。風和海都服從祂的名，你要奉祂的名命令自己混亂的思想平靜下來，說：「住了吧！靜了吧！」主耶穌所愛的門徒把頭枕在祂懷裡，你也要這麼做。你若還無法這樣坦然無懼

來接近祂，那就把自己疼痛發顫的頭枕在主耶穌腳邊，完全順服、聽任祂，說：「我若死，就死在這裡吧！」完全相信耶穌，把疼痛發顫的頭放在祂手中，由祂來運作和調度，祂知道如何向心靈說話。如果你尚未像經文（來四9）所說的那樣進入安息日，那是當今為神子民存留的安息日，你仍可把這安息日視為應許之地。所以，雖然安息日延遲，你仍要等候，因為這異象有一定的日期，快要應驗，並不虛謊。光是為義人撒下的，所撒的最後要再度長起來，在喜樂中收割。

二、詩人已做完一天的工，也許工作已使他疲憊，現在是就寢時間了，他已向人道晚安，並吩咐他們在上床後要心裡思想，獻上夜晚公義的祭（4、5節）。現在他要回自己的寢室，他說：「我必安然躺下睡覺。」我選擇這句經文是要讓自己按字面的意思來理解它，就像主耶穌說：「拉撒路睡了」時，門徒以為主指的是拉撒路照常睡了（約十一12、13）。所以，我們這裡看到的是大衛就寢時虔誠的思想；大衛清醒時與神同在，同樣地，他就寢時也與神同在。他開始和結束一天時，都默想上帝，和神有美好的交通。

看來大衛是在仇敵使他愁煩、迫害他時，寫下這首詩篇的。也許這和前一首詩篇是在同一個情境下寫成的，前一首詩篇是大衛逃避他兒子押沙龍時所作的。外面有戰爭，難怪大衛心裡恐懼。然而他深信神的保護，因此照常懷著安靜喜樂之心，按時就寢，像素常一樣叫自己沈著下來。他知道仇敵沒有能力反對他，除非神給他們力量；就算神給仇敵任何力量，祂也會加以限制和約束。神也不會容許他們過度施展勢力，以致真的危害到大衛。因此大衛退到至高者的隱密處，住在全能者的蔭下，心中極為安靜。世俗人的心遇到這種情況必定會破碎，但這種情況無法破壞

敬虔之人的睡眠。大衛說：「讓他們極盡使壞吧，我必安然躺下睡覺。願耶和華的旨意成就。」現在，請留意幾點：

(一) 大衛對神的信心；祢——耶和華使我安然居住。 祂不但保護我的安全，也使我有安全感；祂使我懷著美好的信心居住。「行正直路的，步步安穩」（箴十9），在原文中，「正直」和「安穩」用的是同一個字。他坦然無懼地行路，同樣地，大衛也坦然無懼地上床。大衛的安穩與在拉億安居無慮的民不同（士十八7），他是安適居住在神裡面，如同錫安之子在他們守聖節的城中，那時他們看見聖城是安靜的居所（賽三三20）。

在這經文中，有個詞值得注意：祢——耶和華「唯獨」保護我 [譯註：此句為詩篇四篇8節原文直譯]。有人認為「唯獨」指的是「孤獨」的大衛，意即大衛說：「即使我獨自一人，沒有任何私人顧問在身邊提供諮詢，也沒有侍衛護衛我，然而只要神與我同在，我就不擔心危險。」大衛的子孫也是以此安慰自己：所有的門徒都離棄祂，留下祂獨自一人時，祂並不孤單，因為父與祂同在。有些軟弱的人害怕獨處，尤其是在黑暗中，但若他們堅信神隨時隨地都與我們同在，且所有良善之人都在神的保護下，那麼，他們就能平息那些恐懼，並為自己的恐懼感到羞愧。不但如此，我們是一批「獨有」的特殊子民，是神為祂自己所分別出來的，這點就是我們的安全（如8節所示）。我們若清楚地意識到這點，這便是我們的安全和滿足了，就像遠古世界中的挪亞一樣。以色列是獨居的民，不列在萬民中，因此應對抗列國，除非以色列愚昧地和列國摻雜在一起（民二三9）。以色列當如此獨自安然居住（申三三28）。我們越能獨自居住，就越能安然居住。但我們的譯本把這句經文中的「唯獨」詮釋成「唯獨」神：唯獨祢——耶和華使我安然居住；這完全是祢獨自成就的！神不需任何協助

就能保護祂的百姓，雖然祂有時會使用器皿：大地幫助婦人，但神幫助人時不需器皿。所有其他的避難所都無用時，神自己的膀臂會施行拯救。耶和華獨自引導他，並無外邦神與他同在（申三二 12）。但還不只這樣，我唯獨倚靠祢成就這事，因此我心裡安適、有安全感，不是因為我身邊有軍隊，而純粹是因萬軍之耶和華在我身邊。

祢使我安然居住。這句經文若不是回顧過去，就是前瞻未來，也能同時兼具兩者：祢已使我在白天安然居住，所以白日太陽不傷我；這樣的詮釋是指大衛的感恩，他感謝自己所領受的憐憫。或者也可以解釋為：祢會使我整晚安然居住，叫夜間的月亮不害我；這是指大衛倚靠神賜下更多憐憫。這兩種詮釋應當並重，我們的眼一定要恆常地仰望神，祂昔在、今在、將來也在；祂已拯救，正在拯救，將來仍要拯救。

（二）我必安然躺下睡覺。從這句話可推斷大衛心中的沈著冷靜。豐收五穀新酒、在世上有豐足財富和享樂的人，他們躺下，滿足地睡覺，如同睡在麥堆旁的波阿斯一樣（得三 7）。我雖然不像他們那樣，但我仍可安然躺下睡覺。此處的安然指的是「安然躺下」和「安然睡覺」。我不但渴望像鎮靜的人一樣躺下，還要真正像鎮靜的人一樣睡覺。有人認為，這句經文指的是大衛躺下後馬上睡著，因為當天的工作使他非常疲累，他心中也沒有任何讓他睡不著的擾人思想。

現在，我們也要使用這幾句經文，讓我們晚上就寢時可以平靜。我們當終日以此留意自己，特別是在夜晚將近時，免得自己無法或無心進行夜晚靈修；我們一方面不要受貪食、醉酒的轄制，像那享樂者的心一樣，另一方面也不要受今生的思慮所纏累，像生意人的心一樣。我們倒要善於掌管自己的思想和時間，好叫自己能好好完成每天的

工作；如此才能確保我們可以好好完成一生的工作，使得凡事都美好，有永遠美好的結局。



教義：一定要與神開始一天，終日等候神，也同樣要竭力與神結束一天。

要向各位講解「用美好心境與神結束一天」這項本分時，最好的方法是依序查考經文細節，也要向各位推薦大衛的榜樣。

一、我們當躺下睡覺：人天生需要休息和食物。人出門工作，為工作奔波勞苦到日落，之後就該睡覺了。我們讀到伊施波設睡午覺，但他在睡午覺時被殺死了（撒下四5、6）。大衛自己有一天午覺睡到太陽平西才起來，接著就犯了罪，這比被殺死更糟糕（撒下十一2）。趁著白日，我們必須做那差我們來者的工；夜晚來臨、無人能工作時，我們會有足夠的時間睡覺。夜間睡覺是合宜合時的，那是神的應許（番二7）：他們晚上必須躺臥。我們要順服這項應許，在指定的時刻休息，不要像許多人因一些惡劣的理由，把日夜顛倒了。

（一）有些人熬夜向鄰居作惡，要殺害、偷竊、毀滅。盜賊黑夜挖窟窿，白日躲藏（伯二四16）。大衛抱怨他的仇敵，說他們晚上圍城繞行（詩五九6）。作惡的人恨惡光明。猶大在應當上床睡覺的時刻，帶著一群人來追捕他的主。惡人煞費苦心圖謀不軌，一心一意要達成邪惡的計畫，以致他們若不行惡，不得睡覺（箴四16），這點更加重了他們的邪惡。有些人聲稱要致力行善，但心中卻無意為此放棄任何感官的滿足，這是他們的恥辱。所以我們要說：別人熬夜等待作惡的機會時，我要躺下安靜，不傷害任何人。

(二) 有些人通宵達旦地追求世界和其上的財富，從大清早到深夜，汲汲營營，貪婪追求（詩一二七2），若不是為了巧取，便是吝嗇，剝奪自己最需要的睡眠。這就是他們的愚昧，因為他們為此無法安享自己所擁有的，而「享受」原是目的；他們藉口說要盡心竭力獲取更多，但「獲得」不過是手段。所羅門談到有人晝夜不睡覺不合眼（傳八16），這等人完全變成了世界的奴隸和苦力，再也沒有比世界更殘酷的工頭了。這樣，這等人讓本為虛空的事，成了他們所捕的風，因為他們由勞乏而得的歸於虛空（哈二13）。他們極悲慘地愛戀自己的枷鎖，以致他們不但拒絕恩典之神所提供的屬靈安息，還拒絕創造主所提供的生理休息。這是罪人傷害自己身體和靈魂的事例之一。我們當看清這種做法的愚昧，不要這樣為那必壞的食物勞力，也不要追求那叫富人失眠的富裕。我們當為那存到永生的食物勞力，那是使我們得榮耀的恩典，這豐盛的恩典使我們有愉悅的睡眠。

(三) 有些人熬夜是為了縱情享樂。他們不按時就寢，是因為心裡不想離開空洞的娛樂、消遣、音樂、跳舞、戲劇、牌局和賭博；更糟的是，他們荒宴放蕩，因為醉酒的人都是在夜晚沉醉。這些滿足卑劣慾望或虛榮心的事，可以輕易、無情地吞沒整個夜晚，進而掠奪整個心靈。這樣一來，人就沒時間也沒心情，在密室裡或與家人進行夜晚的靈修；更糟的是，這些事通宵達旦，這樣一來，當然就傷及接下來的早晨，竊取原本該用來做信仰操練的時間。這些人可以興高采烈地選擇熬夜，徹夜荒誕作樂，把時間都花在淫詞、妄語、打趣這些不合宜的話上。但你若叫這些人利用半小時的就寢時間，來盡一些良善的本分，他們就感到委屈。看到可敬的保羅有次在特殊情況下，講道直到半夜（徒廿十7），他們會說保羅是廢話連篇的講道人，



指責他不識大體。他們會極厭惡像大衛那樣在午夜起身，稱謝上帝。他們也極厭惡和主耶穌一起整夜向神禱告。

當治死這些橫行和犯罪的敗壞性情，不要滿足它們。那些縱容自己陷落在其中的人，若能公平地自省，就一定會明白這些事是不相宜的，也會明白這些事不斷傷害心靈的福樂，因此他們當為自己的益處而克制自己。妥善地結束一天的準則之一，就是早睡早起：凡事按時皆為美好。很久以前我聽過一句話，現在請容我覆述一遍：

早睡早起，

是健康、富裕、睿智的不二法門。

除非有一種情況，因為某些必要之事、慈善事工、或非比尋常的靈修活動，導致你們無法按時就寢；不然的話，你們當定意要按時睡覺。躺下時當稱謝神，思想死亡，以悔過之心反省當天所犯的罪，並謙卑懇求神賜下當夜的憐憫。

1. **懷著感謝神的心入睡。**不論何時就寢，當進到臥房或密室時，要誠心對神、對那位向我們發慈悲的神發出讚美。我確信只要我們有心，一定就有讚美神的理由。因此當努力地盡這項喜樂的本分，夜間的頌讚本身就是報酬。夜晚的祭當是頌讚的祭。

(1) 我們要感謝神在這一天的所賜予的諸多憐憫，那是我們要特別回顧的，並且說：「天天使我們滿載福氣的主，是應當稱頌的。」要仔細察看神那從未間斷、日日穿流不息的憐憫。要察看神賜特別的憐憫，而使我們擁有一些顯著不凡的日子。是祂賜生命和慈愛，是祂眷顧保全我們的心靈。思想祂每天保護我們免除多少的災難，包括人可以覺察到的危難，祂為我們排難解急，也包括那些隱而未現的災難。很多災難本是我們應得的，也有一些比我們良善的人，他們在諸多災難中嘆息。我們全身都有理由說：「耶

和華啊，誰能像祢？」神保全我們一身的骨頭，連一根也不折斷。我們不致消滅，乃是出於祂諸般的慈愛。

想想每天有多少安適圍繞著我們，這一切都要感謝神慷慨的護理。我們吃的每口食物，喝的每口飲料都是憐憫；我們行走的每個腳步，呼吸的每口氣息都是憐憫；我們在親戚的溫情中、在朋友的陪伴幫助中享有的滿足，都是憐憫；我們在事業和工作上的成功和喜悅，也都是憐憫；西布倫出外的一切歡喜，還有以薩迦在帳棚裡的一切快樂（參申卅三 18），都是我們感恩稱謝、讚美神的理由。

然而，可能一天當中會發生一些攪擾的意外，一些叫我們痛苦失望的事。若真是這樣，也絕不要因此厭惡讚美。不論景況如何，神仍是良善的。凡事謝恩是我們的本分，在耶和華賞賜和收取時，我們都當稱頌祂的名，因為比起我們當受的千倍苦難，我們的苦難甚少；而我們承受的憐憫極多，大過於我們喪失的憐憫千倍。

（2）我們要感謝夜晚的陰暗，它叫我們就寢安眠。那歡慶早晨的智慧、大能和美善，同樣也使夜晚歡喜；感謝夜幕低垂，幫助我們休息，也感謝早晨的眼臉向我們張開，以利我們做事。神分開光明和黑暗，分配兩者的時辰交互更替，祂看這是好的，應當這樣行；在混合變化的世界中，這是再好不過的了。所以我們當稱謝造光、又造暗的神，而且相信時光荏苒，世事與時並進；我們或許適時的需要苦難黑暗，如同我們也適時的需要福樂光明。雇工切慕黑夜來到，也感謝其確實降臨，因為白天的重擔和炎熱不是永遠的。

（3）我們要感謝有安靜的居所可以躺臥，不像尼布甲尼撒一樣，被趕出離開世人，與野地的獸一同躺下（參但四 33）。我們出生在世好像野驢的駒子，但我們沒有和野驢一樣以曠野為居所，也沒有棲息在乾旱荒廢之地。我們

沒有被迫在曠野、山嶺、山洞、地穴間飄流無定，像許多神親愛的聖徒和僕人一樣，他們本是世界不配有的人。好牧羊人使我們躺臥在青草地上，我們沒有像雅各一樣，以冰冷的地為床，以石頭為枕；而即便在那種情況下，若能像雅各那樣作夢，也是叫人滿足與令人渴望的。

(4) 我們要感謝，因為我們沒有被迫熬夜。主不但允許我們躺臥，還命令凡事都不應阻止我們睡覺。很多人上了床，卻因病疼痛無法安然入睡，他們躺下時無法呼吸。我們的身體同樣是出於塵土，我們不受那樣的病痛所苦，是出於神的憐憫。很多人因家人生病，而必須熬夜。小孩生病時，他們必須照顧小孩。神若從我們當中除去病痛，使之遠離，叫災害不接近我們的帳棚，使我們闔家平安，我們就一定要非常感謝神的憐憫；與那些瘟疫流行地區的苦難相較之下，我們應更加珍惜神的憐憫。很多人熬夜，是因為害怕仇敵、士兵或竊賊。家中男主人守望這家，是為了不讓盜賊入侵。但我們在睡眠中，可以不受戰爭警報的妨礙或干擾，安歇之處能遠離弓箭的呼嘯聲，因此，我們當述說耶和華公義的作為，就是祂在以色列村民中所行的公義。在祂的保護下，這些村莊就像有城郭圍繞、有城門柵欄保護的城邑一樣安全。就寢時，當感謝神讓我們可以安然躺臥。

2. 躺下時當思考死亡，思考死亡時所必經的巨大改變。
每天的結束都當讓我們想到一生的結束。夜晚降臨、長夜為工作劃下句點，這叫誠實的工人得休息與工資。經常思考臨終那一刻是好的，就寢時要盡量思想這事，幫助我們治死心裡的敗壞，它是每天的重擔；思考死亡能裝備我們抵抗世上的試探，它是我們每天的陷阱；思考死亡使我們避免依賴每天的安適，在每天的十字架和疲累下仍得輕省。經常思考以致熟悉臨終之事是好的，要把死亡想作是就寢，

這樣，我們便能超越對死亡的恐懼。

(1) 把死亡當就寢，如同上床睡覺一樣，要暫時隱蔽，直到那大日子來臨時，便出現在眾人面前。人躺下等到天沒有了，仍不得復醒，也不得從睡中喚醒（伯十四 12）。我們現在出國是為了看世界、被世人看。有些人度日、過一生，也沒有更崇高的目的。而死亡臨到時，這兩件事都沒了：那時我們必不再看見世界，我們必不再看見世人（賽三八 11）。那時人必不再看見我們，觀看我的人，他的眼必不再見我（伯七 8）。我們隱藏在墳墓裡，從活人當中被剪除。死亡就是向所有朋友道晚安，為我們和他們的對話劃下句點。我們向他們道別，然而願神得稱頌，因這不是永遠的道別。我們盼望在復活的早晨和他們再相見，不再分離。

(2) 去世時當脫下身體，如同躺下時脫去衣服一樣。靈魂是人，身體不過是衣服。死時當卸下衣服，這地上的帳棚當拆毀，身體的衣服當置於一旁。死亡脫去我們的衣服，差我們赤身露體地離開這世界，就像我們進入這世界時的景況一樣。靈魂顯現在人面前時，有種種偽裝，死亡則脫去靈魂所有的偽裝，叫靈魂赤露敞開地顯現在神面前。我們在墳墓裡穿的衣服，就是夜間穿的衣服。

當我們又倦又熱時，衣服是負擔，我們很樂意丟開衣服，衣服脫了才覺得舒服：因此，我們在這帳棚中背負重擔時，確實會嘆息。一旦死亡使靈魂從身體的負擔和累贅中得釋放時，還有什麼能阻撓靈魂在屬靈的滿足中安息呢？靈魂將多麼安適啊。當以極喜樂的心來思想，死亡時脫去身體，就像我們晚上以極喜樂的心脫下衣服一樣。我們輕鬆脫下衣服，也當輕鬆放下身體。當以此為安慰，就是我們死亡時雖脫去衣服，若穿上基督和祂的恩典，就不會顯得赤身露體，反要穿上那不能朽壞的。我們的新衣正

在製作，隔天早晨就能穿上，那是榮耀的身體，如同基督的身體，而不是像野獸那種卑賤的身體。

(3) 死後要躺臥在墳墓中，以墳墓為床；要躺臥在塵土中（伯二十 11）。對那些死在罪中且不悔改的人而言，墳墓是牢獄。他們的骨頭有自身的罪孽，這些罪孽和他們一同躺臥，使他們的墳墓成了牢獄。但對那些在基督裡、在信心裡死去的人而言，墳墓是休息的床，我們不會在這床上翻來覆去，直到天亮，像有些人睡在世上最舒服的床上，卻翻來覆去，直到天亮。在墳墓這床上，不會被夢驚嚇、被夜間的異象恐嚇。在這床上不會被懲治，骨頭中不再有疼痛。活著時素行正直的人，他們的特權是死時得以進入平安，各人在墳裡（原文是床上）安歇（賽五七 2）。

聖潔的約伯極痛苦時，以一事安慰自己，就是他很快就要下榻在黑暗中，在那裡他便能安適。自從祂——沙崙的玫瑰花，谷中的百合花——躺臥在那裡後，那裡對所有信徒而言，便成了玫瑰園、香花畦。

這樣，你談到墳墓時，要像談到晚上睡覺的床榻一樣，說：「困乏人在那裡得享安息。」此外還有更多的安慰，因為你不但要在那裡安息，不久後還要從那裡起身，得到豐盛的更新。你要受召和你靈魂所愛的那位見面，要永遠與祂同在。你起身的那日不會再有新的憂慮，不像在世上天天都有新的憂慮。你起身的那日必保障你得到純然、永恆的喜樂。晚上躺下時，這些想法若和我們一同躺臥，我們會多麼安慰地入睡啊！我們若已讓自己習慣這些想法，那麼，臨終躺下時，將多麼安慰啊！

3. 就寢時，當以悔改的心反省這一天所犯的罪。讚美神、以神為樂是如此喜樂，是天使所做的事，而可惜的是，除此以外，我們還有別的事要做。事實上，這是我們因自己的愚昧所招致的工作，這工作不是很愉快，但絕對必要，

那就是悔改。我們晚上在神的良善中得安慰時，也必要夾帶著為自身的邪惡痛悔。這兩者都當存在我們心裡，且彼此相容，因為我們一定要持續地悔改。

(1) 一定要堅信自己仍在犯罪。我們到哪裡都帶著敗壞的本性，這本性是苦毒的根，生出苦菜和茵陳來。凡我們所說的話、所做的事，都因它們而變苦了。我們都在許多事上犯罪，到一個程度，就是世上沒有一個行善而不犯罪的義人。我們處在敗壞的世界中，無法保守自己完全不受這世界污染。我們若說自己無罪，或說自己過了完全沒犯罪的一天，便是自欺，因為我們若知道自己真實的景況，就會明白自己有理由呼喊：誰能知道自己的錯失呢？願祢赦免我們隱而未現的過錯，就是我們自己沒意識到的過錯。

(參詩十九 12) 當以無罪的完美為目標，嚴格看守自己，彷彿我們可以達到這目標。但是，到頭來，我們必須承認自己虧缺了這目標，尚未達到這目標，也並非已經完全了。持續不斷悲傷的經驗讓我們明白這個事實，唯一可以確定的是，我們每天犯的罪，多到足以讓我們晚上跪在神面前。

(2) 必須檢視自己的良知，好找出自己這一天所犯的特別過錯。每晚當深深考察自己的行事、思想、言語、行動，用聖經的準則來加以對照，用這面鏡子來看自己的臉，好看清自己的污點，並詳細承認這些污點。我們應當要問：我們今天做了什麼？做錯了什麼事？疏忽了哪些本分？用了什麼不實手段？如何進行工作和社交？是否盡了各項人際關係的本分？在每個神所護理的事件中，都順應神的旨意嗎？經常這麼問，就能更認識自己，也最能促進自己的心靈福樂。

(3) 不論發現自己裡面有何過錯，說錯什麼話、做錯什麼事，一定要為這些過錯再次悔改。一定要感到悔恨、悲嘆，為這些過錯自慚，藉著懺悔歸榮耀給神。若有不尋

常的過犯，就一定要為此特別的哀痛。總的來說，我們必須治死自己每天出於軟弱所犯的罪，而不可輕看，因為這些罪每天都會回來。我們反當更為這些罪感到慚愧，為湧出這些污水的泉源感到羞恥。

在被罪迷惑、心裡剛硬前，快快重新悔改是好的，延遲會有危險。新傷口若及時照料，可以很快痊癒，但若像詩人所抱怨的那樣發臭流膿（詩三八5），那便是我們的過錯和愚昧，傷口也難以治癒。我們因肉體的軟弱，每天都會陷入罪中，但若靠著每晚重新悔改，而再度站起來，我們就不會、也不該覺得自己被完全打倒了。叫我們自卑的罪不會毀滅我們。

（4）一定要重新把基督的寶血應用在自己的靈魂上，以赦免我們的罪，使神慈愛地悅納我們的悔改。絕不能認為自己只有在剛信主時需要基督。不是這樣的。我們每天都需要基督，祂是我們在父那裡的中保，因此，作為中保的基督隨時為我們現身在神面前，注意我們的需要。祂若沒有補贖罪，沒有繼續為我們代求，那連我們每天因軟弱所犯的罪都會毀了我們。人在洗滌後，仍需洗自己的腳，把每一個腳步沾染來的污穢洗淨。神是當稱頌的，因有一泉源為我們而開、且永遠敞開，使我們可以在裡面得潔淨。

（5）我們必須致力向施恩寶座求平安和赦罪。懊悔的人一定要禱告，好叫心裡的意念可得赦免（徒八22）。祈求赦罪時，詳細禱告是好的。正如哈拿提到撒母耳時，說：「我祈求為要得這孩子。」同樣地，我們也可以說：「我要為這項罪祈求赦免。」然而，一般來說，稅吏的禱告很適合做為每個人就寢時的祈求：「神啊，開恩可憐我這個罪人！」

4. 就寢時應謙卑懇求當晚的憐憫。夜晚禱告和早晨禱告一樣重要，因我們同樣都需要用神的恩惠和恩典，使日

出之地更美，也使日落之地歡呼。

(1) 必須祈求自己的身體能得神的聖天使的照顧。聖天使為神的護理效力。神已應許，對那些以至高者為避難所的人，祂要為他們吩咐祂的使者，在他們周圍支搭帳棚，拯救他們。我們可以、也一定要按著神所應許的來祈求。神並非需要使者的服事，祂也不是完全放棄照顧自己的百姓，把此事交給使者，而是有很多經文證明，神用天使圍繞自己特別照顧的百姓；天使雖不可見，但那是為了榮耀那吩咐他們的神，也為了榮耀他們所照顧的聖徒。所羅門之轎的榮耀，是四圍有六十個勇士，都是以色列中的勇士，手都持刀，防備夜間有驚慌（歌三 7、8）。然而，所有真信徒受到的服事，遠比所羅門之轎更加榮耀、更加安適，因為他們的躺臥之處雖極卑賤，天使諸軍仍圍繞他們的床，有善靈服事、保護他們遠離惡靈。以色列家必須為這事懇求耶和華，基督自己也必如此祈求父，父就差遣多營的天使來救助祂（太二六 53）。那麼，我們更有理由向神求，好叫神賜下幫助。

(2) 要祈求自己的內心能處在神聖靈的影響下，祂是神恩典的創始者和泉源。公眾禮儀（編按：包括主日、聖禮、公禱會）是聖靈在人心中做工的機會，因此，參與公眾禮儀時，一定要祈求聖靈的運行。私下也當如此，所以我們就寢時，一定要獻上同樣的禱告。我們得知，人躺在床上沉睡的時候，神就開通他們的耳朵，將當受的教訓印在他們心上（伯三三 15、16）。大衛也有同樣的經驗，他發現神在夜間鑒察他、熬煉他，以此讓大衛認識自己（詩十七 3）。大衛發現神指教他，他的心腸在夜間也警戒他，所以他向神承認自己的軟弱（詩十六 7）。他發現夜間是記念神、默想神的合適時間。為了充分利用這個單獨和神對話的良辰，我們需要聖靈的大能與慈愛，因此，就寢時，我們要

切切地祈求，在聖靈裡謙卑、俯伏。在睡覺中，我們不知道神的恩典如何運行在我們身上。這時候靈魂是在和身體分開的情況下運作，我們不知道身體的感官鎖住時，靈魂本身能運作到什麼地步，但我們確定耶和華的靈不受捆綁。我們不但要祈求心不被邪惡的夢干擾或污染，就我們所知，惡靈有時會侵入惡夢中；也要祈求好夢來教導和平靜自己的心。布魯達克（Plutarch）認為，作好夢能證明我們有更多的美德和嫻熟。在好夢上，善靈有其影響力。我曾聽說有個好人晚上祈求做好夢。

二、就寢時，要專注而努力地使自己平安入眠。神應許亞伯拉罕當平平安安地進到墳裡（創十五 15），這應許也同樣給亞伯拉罕所有的屬靈子孫，因為正直人的結局是平安。約西亞雖死在戰場上，但他平安地死去（參代下卅五）。這就是我們如今能夜夜平安入睡的憑據。惡人所怕的是，他們必躺在悲慘之中（賽五十 11）。義人得到的應許是：他們躺臥，無人驚嚇（利二六 6；伯十一 19）。既然如此，我們當休息，進入神聖的安息，並留意不要錯過這安息。

（一）躺下時當與神和好，若不與神和好，就沒有任何平安。我的神說：「惡人必不得平安！」神與惡人爭戰。罪的景況就是與神為敵的景況。人繼續留在罪中時，就是處在神的忿怒和詛咒下，無法平安地躺臥：他們與平安有何相干呢？因此罪人當盡快靠著悔改和信心，在耶穌基督裡與神和好，緊緊地倚靠祂的力量，好叫自己與祂和好。你必能得平安，因為在祂沒有忿怒。祂已提供了平安的條件，你當同意這些條件。接受祂，因祂是我們的平安。照著基督一切的條件來領受基督。這事不可耽擱，不要斗膽在怕死的景況中入睡。逃命吧！不可回頭看（參創十九 17）。現在就認識祂，就在此刻，與祂和好，藉此這好處就會臨到你：你便能平安躺臥。

罪會不時在神和我們之間作惡，惹神向我們生氣，使我們疏遠神。所以我們必須每晚與神和好，靠著祂聖靈在我們身上的運行，使自己與神和好，順從祂聖潔的旨意。並懇求神藉祂兒子為我們的代求，與我們和好，好叫我們和神之間沒有距離，沒有生疏，也沒有烏雲遮蔽，阻擋祂的憐憫降臨在我們身上，或阻擋我們的禱告達到祂面前。我們既因信稱義，就藉著我們的主耶穌基督得與神和好，這樣，我們不但能平安躺下，更能歡歡喜喜盼望神的榮耀。我們首當關心的是，讓神與我們、我們與神之間沒有嫌隙。

(二) 躺下時當與眾人和好。我們不但要在愛中入睡，也要在愛中死去。與世界往來頻繁的人，幾乎每天都會受人惱怒、侮辱和傷害——至少他們是這麼想的。他們晚上思考這些事時，很容易誇大所受的冒犯，一想到這些事就怒火中燒，越想越憤怒，就說：「人怎樣待我，我也怎樣待他」（箴廿四 29）。這時憤怒就成為根深蒂固的惡毒，也盤算如何復仇。所以，這一刻當讓智慧和恩典運行，趁地獄之火尚未得勢前，就撲滅它，消滅、拔起這苦毒之根。心裡當願意赦免別人造成的傷害，對傷害你的人心懷善意，並且祝福他。別人若想跟我們吵架，我們仍當下定決心不和他們爭吵。要下定決心，不論受到什麼侮辱或傷害，都不應使我們心情不安或心懷不平。毗尼拿激動哈拿的目的，就是要使她生氣（撒上一 6）。我們不當為這些事感到心情惡劣或苦毒，也不當暴躁、心懷惡意。我們仍當愛自己，且愛人如己。所以不應心懷惡意，傷害自己或鄰舍。我們會發現，饒恕傷害二十次，比復仇一次更輕省，也更令人喜樂。

晚上必須特別用心與傷害我們的人和好，不可含怒到日落（弗四 26），這是對我們的命令。如果你的怒氣高漲，就當利用傍晚的涼意緩和你的怒氣，讓它在日落時消失殆

盡。這樣，你便可上床睡覺。你躺下時，若還有未平息的憤怒在心中沸騰，你的靈魂便是落在獅群中，你會如臥針氈、如臨蠹窟。不但如此，接下來這句經文是：也不可給魔鬼留地步（弗四 27）。也就是說，心懷惡意上床的人，就是與魔鬼同床。除非我們與人和睦，不然我們入睡時就無法與神和好；除非我們饒恕，否則，就算靠信心祈求饒恕，也得不到饒恕。因此，為了自己心靈平安之故，我們當思索使人和睦之事，盡己所能與眾人和睦。他們雖要爭戰，我仍願和睦。

（三）躺下時，當與自己和自己的心和好，有愉悅平靜的心，以自己為樂。我的心哪！你要仍歸安樂，要安適。任何事都不當擾亂我的靈魂，我的生命。

當在何時平安躺臥呢？答案是：晚上。

1. **我們若靠著神的恩典，做了一天的工，盡了一天的本分，晚上便能平安入睡。**以自己的良心在神的聖潔和誠實中為證，證明我們這天處世為人不靠人的聰明，乃靠神的恩惠，在自己的崗位上善盡本分，完成了神看為美善的事。良心不會責備自己，說：「唉，我失去了一天」，甚或斥責自己把當服事神的時間，拿來服事罪；相反的，我們是與神同住，敬畏祂，終日等候祂，那我們就能平安地躺下，因為神說：「好，你是又良善又忠心的僕人。」勤奮的人和勤奮的基督徒能享受極甜美的睡眠，因他們能說：「我的旅程又往終點推進了一步，這一天的工作使我更適合進天堂。」最能使人安枕無憂的，是聖靈與我們的心同證，我們往天堂邁進。良心若坦蕩無罪，那不但是持續的盛宴，更是持續的休息。

2. **靠著信心、耐心、以及對神旨意的順服，安然接受這天發生的一切事，對神所成就的一切都覺得自在，那我們晚上就能平安躺臥。**不論什麼苦難都不當使我們不安，

反要甘心受難，背起十字架說：「神所做的一切都是好的。」要耐心地掌管自己的心靈，不要因任何苦難而失控。我們會遭遇失望，無論是在農業、貿易、航海方面，或遭人積欠債務，或被債主窮追猛討，但這一切都是從神而來，其中都有神的護理，凡受造物都是按神所要的樣式存在，因此我就默然不語：凡神喜悅的事，都不會使我生氣。

3. 再次為所犯的罪懺悔，重新把基督的寶血應用到自己的靈魂上，潔淨自己的良心，那就能平安入睡。除了罪之外，沒有其他事能破壞我們的平安，罪擾亂住所。罪若挪走，就沒有禍患會臨到我們。城內居民的處境雖不好，但他們必不說：「我病了」，也必不抱怨病痛，因為其中居住的百姓，罪孽都赦免了（賽三三 24）。「罪得赦免」本身就足以平衡所有的悲痛，因此也能平息所有的抱怨。癱瘓的人仍有理由安適，甚至他還要歡呼，若基督對他說：「你的罪赦了，我是你的拯救。」

4. 若當夜把自己放在神的保護下，就能平安躺眠。若藉著信心和禱告，以耶和華的名作為堅固臺，逃到祂翅膀的蔭下得庇護，以耶和華為避難所和居所，我們就能向自己承諾平安，因為神在祂的話語中應許將平安賜給我們。經文說神居住在基路伯當中，當大衛說：「我要投靠在祂翅膀的蔭下」（詩五七 1）時，他想到了基路伯；當他說：「祂必用自己的翎毛遮蔽你，你要投靠在祂的翅膀底下」（詩九一 4）時，心裡也必定想到類似基督所用的比喻：談到母雞把小雞聚集在翅膀底下，在母雞翅膀底下的小雞不但安全，而且溫暖愉快。

5. 若把明天所有的憂慮都卸給神，就能平安躺下。為明天憂慮會嚴重地擾亂夜晚的平安。當學習無掛慮地過生活，把一切的結果交託給神，祂可以、也有能力按祂的旨意行，也為愛祂、敬畏祂的人成就最大的好處。要說：「父

啊，願祢的旨意成就」，然後讓自己享安適。我們的救主極力敦促門徒：不要困惑、不要憂慮吃甚麼？喝甚麼？穿甚麼？因為他們需用的這一切東西，他們的天父是知道的，也會確保他們得到供應。因此，當免除自己這項重擔，把這重擔卸給祂，因祂顧念我們。祂若顧念我們，我們何必再擔憂呢？

三、平安躺臥，一定要使自己安靜入眠。我必躺下睡覺。若因貪睡而睡覺，這是懶惰人的特性。然而，由於睡覺是讓我們在疲倦中恢復力氣的自然方式，我們當把睡覺視為神的憐憫，和食物一樣，當適時以感恩的心領受。

我們可以懷著這些想法入睡。

（一）我們的身體真是可憐，要常休息和舒緩。即使沒做什麼事，或只做一點事，身體很快就累了。人能直立行走，超越野獸的榮耀。而蛇所受的部分咒詛是：「你必用肚子行走」。然而，我們無法誇耀這項榮耀，它很快就成為重擔，因為發現自己能挺立的時間極短，以致不得不躺下來。心靈的能力和身體的感官是我們的榮耀，但經過數小時的使用後，它們就完全失去能力，這是必然的景況，想到這點就令人慚愧。智慧人不要因他的智慧誇口，勇士不要因他的勇力誇口，因為兩者一生有四分之一的歲月都是躺臥著，完全喪失力量和智慧，和軟弱、愚昧的人一樣。

（二）睡覺必定要浪費很多寶貴的時間，這真令人難過。每天二十四小時中，我們得躺臥這麼多小時，完全沒能力服事神或鄰舍，也不能做任何敬虔或慈善的事工。人只要想到自己的一生如此短暫，該做的事很多，向神交帳的日子已迫近，他們就一定捨不得花這麼多時間睡覺，希望睡覺的時間越短越好，也一定會激勵自己，要趁醒著的時候愛惜光陰，且渴想到達那不需睡覺的地方，與神的天使一樣，晝夜不停地讚美神。

（三）我們所服事的主何等良善，祂給我們時間睡覺，提供我們種種舒適，且更新、恢復我們的體力。由此顯示，耶和華顧念我們的身體，這也告訴我們，當把身體獻給神，當作活祭，用身體來榮耀神。不但如此，經文說睡眠是神應許賜給聖徒的（詩一二七2），所以神必叫祂所親愛的人安然睡覺，安靜順服神。這是世俗人求之不得的，他們在世界中汲汲營營，卻是枉然勞碌。罪人的睡眠和聖徒的睡眠多麼不同啊！罪人睡覺時，不知自己離地獄只有一步之遙；聖徒睡覺時，藉恩典有美好的盼望，期盼天堂只在咫尺之間。那是一種神賜給祂所親愛的人的睡眠。

（四）那些因身體病痛或心靈愁苦而無法合眼，視夜晚為夢魘的人，是多麼令人同情啊！他們躺下時說：「我什麼時候才起得來呢？」因此他們感到驚惶。據說，法國國王用各種不人道的手段，強迫新教徒宣告放棄信仰，其中最有效的就是虐待人長時間不准睡覺。我們明白人的生理多麼渴望睡眠，並藉其恢復精力，因此當以憐憫的心，顧念那些無法像我們一樣安睡享福的人，並為他們禱告。

（五）神賜睡眠原是為了支撐、安慰我們，若我們容讓睡眠妨礙了應盡的善行，例如，出於怠惰和懶散的睡覺，以致錯過晨禱的時辰，使我們輕慢晚上的禱告；或者我們不當地在敬拜神時睡覺，像猶推古在保羅講道時睡著一樣；又或者像門徒在基督傷痛禱告時睡著了，那我們就太不知感恩施憐憫的神了！我們舒服的睡眠應當被吵醒，也該受神的責備：「怎麼樣？你們不能同我警醒片時嗎？」被吵醒就是因為之前沒有保持警醒。那些想睡卻不能睡的人，必須想想他們有多少時間是應該保持清醒卻沒有保持清醒的。

（六）此刻比起今早，我們又少了一天。韶光似箭，時間的沙漏飛速而下；光陰飛逝，永恆將至；日月如梭，

霎那間來去。我們如何善用光陰做工呢？如何積極預備向神交帳呢？但願我們就寢時，總是能思考死亡，這能大大激勵我們更善用時間！思考死亡不會減少睡眠的吸引力，但會大大減少死亡的可怕。

（七）神啊，我現在要為祢的榮耀而睡。我們無論做甚麼，或吃或喝，甚至睡覺（因為睡覺也是我們日常的作為），都要為榮耀神而行。我現在之所以睡覺，是要叫身體能聽心靈的使喚，好在明天心靈服事神時，身體能有一段時間之內配合心靈的步伐。這樣，平凡的行為就能導向偉大的目的，也能按神的意思行，且為我們添加善行。同時，我們藉平凡行為而得的益處，就能產生屬靈功效。在潔淨的人，凡物都潔淨；無論我們醒著、睡著，都與基督同活（帖前五 10）。

（八）神啊，如今我要將自己交託在祢的恩典和祢的恩典之道中。入睡時，能重新把全部的自己（身心靈）降服於神是美好的。「我的心哪！你現在要仍歸神，作為你的安樂，因為耶和華用厚恩待你。」當這樣把心靈交託給神來保守，入睡時，當和大衛有同樣的做法：「我將我的靈魂交在祢手裡」（詩三一 5）。也當和司提反一樣，說：「求主耶穌接收我的靈魂！」睡覺不但很像死亡，而且有時是通往死亡的入口。很多人入睡後，再也沒有醒來，沈睡至死，這就是我們當抱著死亡的想法入睡的原因，當把自己放在永生神的保護下，這樣一來，突然的死亡就不會讓我們感到意外。

（九）願我睡醒的時候，仍和神同在。睡眠的插曲雖長，願這插曲不會中斷我與神的相交，而在醒來時，能馬上恢復與神的相交。願我在夜間醒來時，心能轉向美善的思想，在床上記念神，祂那時在我右手邊，晝夜對祂而言都是一樣的。願我能愉悅地在夜更的時候思想祂，這樣，

我們便能愛惜、善用夜更的時間，成就最大的益處。不然的話，我們就有可能把時間浪費在虛妄和不良的思想。願我清早醒來，首先想到的就是神，也願跟神有關的想法終日調和我心。

（十）願我進入一個比睡眠更美好的安息！使徒提到有一種即使在世上也能進入的安息，也提到另一個安息日的安息，是在另一個世界為神的子民存留的（來四4、9）。信徒不被罪和世界擾亂，在基督裡安息，也藉基督在神裡面安息。他們享受恩典之約裡的滿足，以及在這約裡的益處，而這才是我永遠的安息，我要在這裡居住。他們進入這方舟，當中安全又舒適。願我如今活著時能享受這安息，將來死後能進入更美好的安息，就是從主而得的喜樂，是滿足的喜樂。

四、在这一切的事上，都要信靠神和祂的大能、護理及恩典。因此我便安然躺臥，平靜入睡，因為祢、耶和華保守我，且使我確知祢會保守我；祢、耶和華使我安然居住。在詩篇一三九篇3節中，大衛注意到自己行路和躺臥神都細察。他看到自己在寢室、在黑暗中獨處時，雖無人看到他，神的眼仍注視他。神在此留意大衛，細察他躺下，作他的保護者；神的手環繞大衛，保護他免受禍害，保守他的安全。神的手托住大衛，使他安適。

（一）我們能在夜間得平安，都是靠神護理的大能，也必定要持續地倚靠神的護理。神救護人民和牲畜（詩三六6），常用祂權能的命令托住萬有。死藉著罪進入世界，神若沒有庇護祂的受造物，抵禦那不斷四處飛散的死亡之箭，一切都會迅速地荒蕪。我們不得不看到自己夜晚是暴露在險境中。我們的身體隨時帶著各種疾病的因子，死亡隨時在我們裡面做工，小小的事故就能阻斷血液循環或呼吸，我們就死了；我們要不是永遠醒不來，就是醒來時面

對死亡的威脅。人因罪而彼此傷害，很多人在床上被謀殺，也有很多人在床上被燒死。我們面臨的最大危險來自邪靈，牠遍地遊行，尋找可吞吃的人。

我們無力幫助自己，朋友也無法幫助我們。我們不知目前自己面臨哪些特別的危險，也無法預見將來危險會從何處出現，因此不知該從何處去防守，就算知道了，也不知該如何防範。掃羅睡著時，丟了他的槍和水瓶，且大有可能丟了自己的頭，如同西西拉睡著時，死在女人手下一樣。我們是多麼可憐無助的受造物，當睡眠勝過我們時，我們多麼容易被擊敗啊！朋友也需要睡覺，無法幫助我們。疾病可能在夜晚發作，就算把朋友叫醒到我們身邊來，也無法幫助我們抵抗病痛。連醫術最好、最體恤的醫生也幫不上忙。

所以，夜復一夜保護我們的，是神的護理、照顧和良善。神的護理圈上籬笆圍護約伯和他的家，並他一切所有的（伯一 10）。撒旦雖在籬笆四周來去細查，仍無法突圍或找到缺口。神的百姓置於特別的保護下，藏在祂亭子裡，藏在祂帳幕的隱密處，處在祂應許的保護下（詩廿七 5）。他們是神所擁有、所親愛的，神保護他們，如同保護眼中的瞳人（詩十七 8）。眾山怎樣圍繞耶路撒冷，神也照樣圍繞祂的百姓，從今時直到永遠（詩一二五 2）。祂保護他們的居所，如同祂在曠野保護以色列的帳棚，因祂應許必在錫安全山之上，使白日有雲柱，可以得蔭避暑，且使黑夜有火焰的光，可以躲避寒冷（賽四 5）。神如此賜福義人的居所，叫真正的禍患必不臨到，災害也不挨近他們的住處。

要倚靠神對我們和我們家的護理和照顧，若沒有神的護理，我們自己所做的安全防備都是不足夠的。若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然警醒。即使蓋了最好的房

屋，門窗以最完善的方式拴上，又有最小心警醒的僕人，一切仍是毫無用處，除非保護以色列、不打盹也不睡覺的神著手保護我們的安全。神若作你的保護者，即便你遇見災害饑饉，也必嬉笑，必知道你的帳棚平安（伯五 22、24）。

（二）我們唯有倚靠神恩典的大能，才能有安全感，也必須持續地倚靠這恩典。人對於危險的恐懼雖然是毫無道理的，但它確實是我們的煩惱，彷彿害怕是理所當然的。所以，若要全然地在神的憐憫中安然居住，就必須靠神的恩典救我們脫離一切恐懼（詩三四 4），並脫離所害怕的那些事，使我們不落在恐懼的陰影下，正如我們不會遭遇實際的禍患一樣。

倚靠神的恩典，使良心坦蕩無罪，保有正直，遠遠除掉罪孽，不容非義住在我們帳棚之中，那時我們必仰起臉來毫無斑點，也必堅固，無所懼怕（伯十一 14、15），因為恐懼和罪同進同出。如果我們的心不責備我們，那麼向神、向人都能坦然無懼，得以安然居住，因我們確信除了罪之外，沒有其他事能傷害我們；而不論傷害我們的是何事，罪都是其中的毒鉤。所以，罪若得赦免，且能不再犯罪，我們就不需害怕任何患難。

若靠神的恩典因信得生，這信心便把神常擺在我們面前，把神的應許應用在自己身上，且把它放在施恩寶座前來懇求。這信能潔淨心，勝過世界，滅盡那惡者一切的火箭；能實現未見之事，是未見之事的實底和確據。神的恩典若運行、治理我們，我們就得以安然居住，對抗死亡本身，對抗死亡所有的預兆和恐懼。死啊！你的毒鉤在哪裡？這信心不但能平息恐懼，更能在神聖的勝利中打開我們的口，使我們說：「神若幫助我們，誰能敵擋我們呢？」

當安然躺下睡覺，這並非倚靠人抵抗恐懼的本能和決

心，也不只是倚靠理性的論據，雖然這些也頗有用處。我們所倚靠的，是在我們裡面造就信心的神恩，是神的恩典在我們裡面成全信心的工夫。如此便能入睡，像基督徒在神翅膀的蔭下一般，在信心中睡著。對我們而言，這樣入睡是能存著信心而死的美好憑據，因為背負我們欣然行過這短暫死亡（睡眠）的信心，同樣也要背負我們行過漫長的睡眠（死亡）。



應用

第一、不論到哪裡，都要帶著信仰，把信仰時常擺在右手邊，這是多麼重要的事；因為任何時候，無論躺下、起床、出門、進門，都有機會應用信仰。真正的基督徒不會把信仰侷限在月朔和安息日，反而會把信仰的影響力帶入人生中所有平凡的動作和事件裡。坐在桌前、起身，睡覺、起來，一定要留意神的護理和應許。一定要這樣活出與神相交的生命，即使與世界往來時也需如此。

為了做到這點，心中必須有永活的原則，即恩典的原則，這原則就像活水的泉源一樣，直湧到永生（約四14）。同樣地，我們也必須警醒、留意自己的心，切切保守自己的心，嚴格看管心的動作，掌管自己的思想——恐怕大部分的基督徒都沒有這樣掌管自己的思想。要明白我們多需要神恩典隨時的供應，多麼需要與基督聯合，好叫自己能因信，時常共享好橄欖樹根的肥汁。

第二、良善基督徒的生命是多麼隱密的生命，這生命不是世人的眼目所能看見的。他們做事時，其中最重要的部分，是在於神和他們心靈之間，是存在他們的心靈裡，是在他們隱退獨處時心靈的運作中，除了明察萬有的神外，沒有其他人能看到。稱聖徒為「神所隱藏的人」是十分恰當的；

經文說神的奧秘是向聖徒顯明，因聖徒有食物吃、有工作做，是世人不知道的。陌生人無從干涉聖徒的喜樂、悲痛和憂慮。真誠的敬虔是極大的奧秘。

這正好告訴我們，要知道自己沒有能力論斷別人，因為我們不知道別人的心，也沒有看到他們私底下獨處的生活。恐怕很多人的信仰都僅流於外表，他們看起來很活躍，或許聲勢浩大，但在與神相交一事上，卻是完全陌生。然而敬虔的力量大多在於與神相交。另一方面，我們盼望有許多人，雖然他們沒有引人注目的信仰宣告，在世的日子也默默無聞，但卻以平穩堅定的步調，經常在獨處時靈修、與神對話。神的國度不是在眾目睽睽下降臨。很多商人暗地裡做貿易，事業興旺，在世上卻完全不喧嚷。因此，每人的審判都當來自神，這是合宜的。神知道人心，且在暗中察看。

第三、那些持續活在虛妄、體貼肉體之心的權勢下，在世生活沒有神的人，他們就是自己最大的敵人了。我怕大多數人都把這一切關於「與神私下相交」的講道視為怪事；當牧師講到這點時，他們情願說：「牧師是在講寓言嗎？」他們在起臥、出入之間，要不是追求世上的利益，就是追求感官的享樂；他們的一切思想中都沒有神，完全沒有。他們日復一日靠神而活，靠神慷慨的恩賜而活，卻完全不在乎神。從不承認自己倚靠神，也完全不用心去獲得神的恩惠。

過這種純動物性生活的人，不但大大輕蔑神，也大大傷害了自己。他們損害自己的利益，剝奪了自己在進入天堂前，所能享有的最寶貴安慰。與神不和睦的人，能有什麼平安呢？他們沒有把盼望建造在神這永恆的根基上，這樣，他們能從自己的盼望中得到什麼滿足呢？他們的快樂不是來自神這生命之泉和活水，這樣，他們能從自己的快

樂中得到什麼滿足呢？願他們終能為自己得智慧，記念他們的創造主和造福主。

第四、若不是因自己所犯的過錯，神百姓的生活該有多麼輕省愉快。有些人敬畏神，行公義，蒙主悅納，卻日復一日垂頭喪氣、悲傷不已，充滿憂慮、恐懼和抱怨，把自己搞得終日惶惶不安。那是因為他們本應活出以神為樂、倚靠神的生活，但他們卻沒有；神的供應足以讓他們安然居住，但他們卻不用神為他們所預備的供應。

願所有持守良心、懼怕罪的人，都享有喜樂、無所懼怕。願所有呼叫神為父、用心取悅神、且保守自己常在神愛中的人，都能學習把一切憂慮卸給神，把自己的事交託給祂，如同交託給父親一樣。祂必為我們選擇基業，祂比我們更清楚什麼對我們最好。主啊，祢會為我預備。這是我常說的，也是我所信守的：人在世上所能活出最喜樂、最愉快的生命，就是一生服事神、與神相交的屬天聖潔生命。

第五、我們為此刻擺在眼前的變動所能做的最佳準備就是：持續不斷地認識神、與神相交，天天和祂對話，保持在固定的時間求告神；這樣，即便患難來到，禱告的輪子仍持續在運轉。我們平時若對神不陌生，在平安興旺時常常仰望神，那麼，當患難來時，便能以謙卑、坦然無懼、安適的心來到神面前，盼望快快遇見神。

即使我們到達聖潔安全和寧靜的頂峰，能安然入睡，我們仍需預期肉身的苦難。安適絕不能立基於受造物的穩定上，我們若這麼做，就是欺騙自己，為自己積蓄更多、更大的痛苦。安適一定要立基在神的信實上，神的信實是不可改變的。主已告訴我們：「在世上你們有苦難，有許多苦難，這是一定的。只有在我裡面，你們才有平安。」所以，如果每天對我們而言，都像在神裡面休息的安息日，

與神相交，那麼，每一天所發生的事，不管再怎麼痛苦，都不會是我們身上造成錯誤的結果。

第六、面對前面永不改變的世界，我們要明白自己能做的最佳準備是什麼。我們知道神會使我們面臨死亡，那是我們非常關切且需做準備的事。每一天都要為最後一天做準備；而面對可見的死亡時，最好的做法是，經常私下與神相交，更加疏離我們一死就要離開的世界，也更加熟悉我們一死就要遷入的那個世界。走向床榻如同走向墳墓，我們可藉此熟悉死亡；這樣一來，安然闔眼死去就與安然闔眼睡覺一樣容易。

我們盼望神會帶我們進天堂。藉著每天持續與神相交，我們會越來越配得到那份基業，作天上的國民。無疑地，將來會上天堂的人，他們的天堂此刻就已開始，他們的心也在那裡。若我們每晚都這樣進入屬靈的安息，那將是我們死後蒙福安息、進入神愛懷抱的保證；在那個世界中，日夜已盡，我們要永不停息地讚美祂，祂是我們現在和永遠的安息。

BV209.H46 2017C

國家圖書館出版品預行編目資料

禱告的方法：如何使用經文禱告 / 馬太·亨利 (Matthew Henry) 著；

里根·鄧肯 (Ligon Duncan) 編；

陳主欣譯。-- 初版。-- 臺北市：改革宗，2011. 11

面；公分。--

譯自：Method For Prayer

Freedom in the face of God

ISBN 978-986-6687-33-4 (平裝)

1. 基督教 2. 祈禱

244.3

101006934