

# 靈修禱告手冊之用法

## 壹、 引言：

教會的功能就是「教會—教會」。目的在於教導之後能讓受教者領會所學習的。為此我們到教會的動機就不只是參加聚會而已，更是存著一個學習的心態，好從知識的領受到生活的實踐中，成為基督的真門徒。

事實上，耶穌在馬太福音 28 章:19-20 頒佈的大使命中，以及保羅在提摩太後書 2:2 節這兩處的經文裡，都分別教導門徒不止自己去教導，且要去傳遞這個教導的生命，以產生更多傳承生命的功能。

為著這個緣故，我們今年繼續出版「禱告靈修手冊」。教大家領受，也鼓勵大家作真門徒去學習神的話語、操練禱告，藉此來領會、體驗神真實的大愛與大能。

另一方面，為達成傳承的目的，我們將之編為一本手冊，方便我們能按步就班的帶領新門徒學會靈修、讀經與禱告。我們也在這教導的過程中更臻成熟，作一個基督的傳人。

耶穌說：末世近了，我們要愛惜光陰。所以這本手冊也以行事曆的方式編排訓練大家做好時間管理，以致我們能成為一個儆醒禱告、迎主再來的精兵。

如果你覺得這本手冊對你有幫助，我也鼓勵你與其他人分享，幫助更多人成為「教會—教會」—教而學會、為要出去、教而傳遞、使更多人都能領會的真門徒。

## 貳、 靈修：

### 一、 何謂靈修？

- a、 每天定時親近神，與祂產生雙向溝通(聽與講)的時間，造就自己的靈性。
- b、 等候神藉聖經及聖靈的感動來愛我，鑒察我及指示我的時候(詩 139:23-24)
- c、 藉著敬拜、讚美、認罪、感恩和代求等的方式來表達自己對神之愛及倚靠。

### 二、 如何靈修？

- a、 先存正確的態度—真誠坦露，敬畏等候，定意順從。
- b、 找到一個安靜、不受打擾的地方。
- c、 選擇一易於保持清醒的時間—要早睡及有優先次序地用時間。
- d、 擬定計劃，分配好各項時間，有系統地讀聖經及禱告。
- e、 邊讀經邊默想禱告，邊禱告邊引用聖經為部分禱告的言辭。
- f、 (禱讀)作筆記，將神感動自己的話(如讀經心得，或禱告後的思想印象)有系統地記下來。
- g、 建議：每天最少 5 分鐘讀 1-2 章聖經，10 分鐘禱告：(向神、為自己、為家人，為親友信主、為小組、為教會，為國家)但最好能每天讀 4 章(如此一年就能讀完聖經一遍)，60 分鐘禱告(參考禱告指引欄)。

### 三、 何時靈修？

#### 1、 最好用哪個時段？

- a、 用最能讓自己安靜下來的時間；一般來說，早上較晚上為佳，因可將新的一天的開始交給神。
- b、 靈修需要一個固定的時間，但與主耶穌或聖靈交通則是在靈修時段外隨時進行。

#### 2、 靈修生活很枯燥，怎麼辦？

- a、 自我省察，求神顯明病因
- b、 求神更新自己向神「起初的愛心」，並給「飢渴慕義的心和謙卑受教的靈」。
- c、 要超越感覺來推動自己保持每天最少 5 分鐘讀經，10 分鐘禱告的操練，日久就會得到改善。
- d、 改變一下方法，或找屬靈同伴一起讀經或禱告，讓神在各種聚會中奮興自己。

- e、要切實行道，否則，自己變成一直吸水飽和的海綿，自然不會有胃口及有感覺需要再去吸收。
  - f、要用腦默想聖經真義，學習隨時與聖靈溝通，將心中的話向祂傾訴，等祂回話。
  - g、把握神所興起的每一個困難或不如意的事宜，成為自己向神禱告，更新鮮地經歷神的機會。
- 3、每天靈修之後是否就不必要再禱告親近神了，已經可以向祂「交代」、「下班」了嗎？靈修只不過如公司中下屬對上司每天有固定的「當天工作簡報」，並不表示其它時間兩人就不再見面。
- 靈修以外我們若遇上任何困難可向神馬上禱告；平時也要保持與聖靈「聊天」的時刻，溝通心聲。

### 參、讀聖經：

#### 一、熟讀聖經的途徑：

為什麼要多讀及熟悉聖經？

熟能生巧，貫穿認識整體及全面性的聖經原則。

認識聖經的知識及認識聖經的原則。

有更多神的話語在我們裡面，就讓神有更多與我們溝通的語言工具，使我們能更認識祂。

#### 二、如何讀聖經？

- (一) 靈修性讀經—一定時定量讀，注重主觀地領受神今天藉經文傳遞予我的信息。
- (二) 速讀式讀經—務求在一段時期內能快速地讀完聖經，以便取得全面性的鳥瞰認識。
- (三) 系統式查經—作學術解經式的深入研究，是客觀地入門考察經文的原意。  
視依上述那種目標，每天可花5分至15分鐘來讀聖經。  
無論照上述那種方向來讀聖經，有系統及紀律地讀是十分重要，如新舊約的書卷交替著來讀，不要讀得太慢，以致失卻經文前後連貫的印象記憶。  
以上三種方法可輪流或同時作其中兩項的採用：（通常是(二)或(三)作選擇）。
- (四) 要持正確的態度來看聖經；因它並非一本神秘經書或算命的手冊謹記要避免斷章取義的解經錯誤。
- (五) 可採用「啟導本」或「助讀本」等有註腳解說的聖經，聖經字典、解經書等協助參考。
- (六) 選定時間、地點來靈修較好。
- (七) 要先禱告聖靈幫助自己能進入真理，明白當天讀經中聖靈要自己領取的教訓。
- (八) 可大聲誦讀以助自己的專心，並增加由聽覺及感受內容氣勢之情緒反應所帶出來的刺激與領會的果效。
- (九) 作筆記，將心得記錄下來，並適時與小組裡或其他人分享自己當天的領受熟讀聖經的途徑。

#### 三、讀聖經最容易取得亮光的途徑：（與默想聖經之步驟同）

- (一) 不住禱告求問聖靈幫助明白本段經文
- (二) 理出經文中神藉作者帶出的想法、思路。
- (三) 將經文化為動感的影畫，自己跳進去取得「設身處地」的感受，融會進入當時的文化和歷史背景之衝擊。
- (四) 反覆的詢問「為什麼」，藉此激起對經文有深度的透視，帶出讀經之亮光。
- (五) 將神的話語個人化，加以記憶。
- (六) 逐字，逐段重覆神的話，每次留意不同的重點。

#### 四、讀完後面即忘記了前面，怎麼辦？

- (一) 這是正常的現象，通常需要重覆讀過幾次之後，才会有較具體實在的印象。
- (二) 讀故事敘述文比讀書信教義性體裁更易記得。

(三) 若能多默想經文，以經文為禱告的言語，或將經文的真理在日常生活中運用出來，則我們對讀過的經文就會有記憶，甚至能前後貫穿地認識原則。

(四) 因此，解決方案為：

- 1、不要緊，頭幾次讀到某一段經文常會出現如此的現象，以後再遇到幾次，便會經由我們的潛意識記憶在腦海裡。
- 2、要多讀經，換言之，除了每天的固定靈修外，還要保持速讀的操練。
- 3、邊讀邊作筆記會有助於記憶。
- 4、學習用一些簡易的方法來讀經，並作分類記憶，如此會有助改善情況。
- 5、讀聖經是我們的責任，也是我們在悟性上的作用。然而能否在有需要時記得這些聖經確是聖靈的工作；而這種「忽然想起」的情況正是靈的功用、而非純粹受魂的不足之影響。

肆、靈修步驟

一、禱告開始：

(一) (半分鐘) 請聖靈帶領我進入真理裡面，真認識基督耶穌，明白父神的心意。靠著聖靈的能力，使我作個討父神喜悅的兒女。奉主耶穌基督的名祈求，阿們！

(二) 恭讀經文：(1分鐘) (開聲誦讀及用筆做圈圈或劃線，都有助於集中精神。)

(三) 默想經文：(2分鐘) 求聖靈安定我的心思，集中注意力在主耶穌的身上。

(四) 求主對我的心說話。

- 1、先理出經文中，神藉作者帶出的想法、思路。
- 2、將經文化為動感的影像，自己跳進去取得「設身處地」的感受，融會進入當時的文化和歷史背景之衝擊裡。
- 3、反覆的詢問「為什麼」，藉此激發起對經文裡深度的透視，帶出讀經之亮光。
- 4、將神的話語個人化，加以記憶。
- 5、逐字，逐段重複神的話，每次留意不同的重點，(禱讀式)並思想不同字辭之意義。
- 6、以所讀到的經文，引申出給個人之應用：. 有哪些啟示、神的屬性及作為，是我可以讚美及感恩？
- 7、在那些知識及價值觀念上有新的領受，或我要作的改變？
- 8、有何提醒，警惕，應許，勸勉，榜樣或原則，是我要依從？
- 9、我該產生何種的新行動？

二、禱告回應

(一) (將今日所默想的以祈禱作結，回應神的感動感謝聖靈帶領我進入你的心意裡，使我真認識基督耶穌)

(二) 向神敬拜我讚美敬拜你，因你是...讚美

(三) 向主感恩---為著你在我生命中所作的...來感謝你--感謝

(四) 求神赦免主，求你赦免我...認罪

(五) 求神更正我如今悔改，求聖靈引導我、修正我的腳步悔改

(六) 向神順服我願意順服...因這是你的心意祈求

(七) 求神幫助求你按著你的應許來幫助..代求

伍、什麼是禱告？

一、禱告就是與神傾談。只不過因為不能以肉眼看見神，所以我們可比喻這種溝通如同電話上的傾談。(來 4:16)

二、一般將禱告歸類為向神說話，讀經是讓神對我們說話。不過，這往往帶來一些誤解，常常使人錯認為：若要聆聽神的說話，就唯有讀經一途。其實依聖經記載神與人交通的典範中還有其他的途徑呢！

三、若我們真誠地面對聖經的記載，就不難按字意解經的方式讀出神其實也喜歡直接感

動人心，對人”說話”。如此說來，我們也當接受 這種聖經模式，期待神除了透過聖經外，也在禱告過程中向我們說話。因為定義禱告就是與神傾談時，這傾談就意味著雙向的溝通：在禱告中，我對神說話，神也在禱告中向我說話。

四、這就引我們進入「如何聆聽神的聲音」和「如何辨識這是從神而來的感動」等之領域了。

陸、我們該向誰禱告？

一、主耶穌在地上常向神以「天父」稱呼，意即向聖父來禱告。主禱文中耶穌教導門徒也是向聖父禱告(太 6:9)。保羅在書信中，亦是留下向天父禱告的榜樣(弗 1:17)。

二、主耶穌回到天上之後，祂就成為我們與神之間的中保(中間人)，且為我們向聖父代求(羅 8:34)，主又說我們要奉主的名來禱告(約 16:23-24)，所以我們也可來到聖子面前，向祂來禱告，正如四福音書中許多人直接向主禱告的榜樣一般。(太 8:2-17:15)

三、我們向三位一體的真神禱告時，也包括向聖靈的禱告，因為祂是三位一體真神的第三位格。然而，聖經中提到聖靈時所強調的並非基督徒向祂禱告，而是與祂有交通(林後 13:14)，這是更親切如朋友相交的關係，因為祂本來就是受聖子耶穌所差來住在我們心中，作我們的保惠師，真理的指引者(約 14:16-17)。為此，以傾談的方式與聖靈交流是完全符合聖經的模式(與神傾談，其實就是禱告)。

四、結論是：基督徒一般是向天父和主耶穌禱告，也可多與聖靈交流作心靈的相通。

柒、為什麼要禱告？

一、為尊崇神，這是神的心意，對人的命令。

二、與神愛的交流。

三、得著過得勝生活及有效事奉的能力。

四、支取神給我們的各種供應。

捌、禱告對人有什麼好處，尤其在實際生活上對人有何幫助？

一、尊重神的必被神所看重。(撒 2:30)

二、神必指引我的路，作對的決定。(箴 3:5-6)

三、神會顯明我所不知的事，且應允我。(耶 33:3)

四、神改變環境。(雅 5:16-18)

五、神能改變人的心。(箴 21:1)

六、神會保護我。(詩 34:4-7)

七、屬靈上的成長。(猶 20:2)

八、病得醫治，心靈得釋放。(雅 5:14-15)

九、罪得赦免。(雅 5:15)

十、別人因我的代禱也可蒙受上述的祝福與好處(雅 5:16)

玖、如何才能帶出有效的禱告

一、追求過聖潔的生活。(來 12:14)

二、喜愛公義，恨惡罪惡。(詩篇 45:7)

三、持信心來禱告。(約一 5:14-15)

四、帶順服的心來禱告。(撒 15:22)

五、存謙卑的心來禱告。(詩 10:17)

六、帶著感恩的心禱告。(帖前 5:18)

七、隨時隨地禱告。(提前 2:8)

八、要做醒地禱告。(太 26:4)

九、要恆切地禱告。(西 4:2)

十、使用屬靈權柄來禱告。(太 18:18)

- 十一、 禁食的禱告。(太 17:19 2 )
- 十二、 不單單為自己禱告，也為別人代禱。(提前 2:1-3)
- 十三、 有同心合意的禱告。(太 18:9)
- 拾、 為什麼有時禱告不蒙垂聽？
  - 一、 神不一定叫每一個禱告都按祈求者的心願成就，
    - (一) 假如祂有更高的旨意，更遠的計劃，或預知這事之成就反會帶給祈求者日後有負面的結果，神就不成全所求的
    - (二) 或是延遲應允成就的時機；好讓祈求者在這過程中有更深的生命成長
    - (三) 神也有時轉變禱告應允的方式，不全是按祈求者所求的來成就
  - 二、 除此之外，還有以下禱告不蒙應允的原因
    - (一) 人轉耳不聽真道。(箴 28:9
    - (二) 人心中懷疑，心懷二意。(雅 1:6 7
    - (三) 人沒有敬虔的心。(伯 27:8 9
    - (四) 人夫妻不合。(彼前 3:7
    - (五) 人不肯憐恤困苦的人。(箴 21:13
    - (六) 人不肯饒恕別人。(可 11:25 26
    - (七) 人存心虛空妄想。
    - (八) 人假冒偽善地禱告。(太 6:5
    - (九) 人重複無心的禱告。(太 6:7-8
    - (十) 自私自利的禱告。(太 20:21-23
- 三、 禱告有哪些的種類？
 

通常用 ACTS 來總括四大種類：

  - A 敬拜(Adoration)(詩 145:2
  - C 認罪(Confession)(約一 1:9
  - T 感恩(Thanksgiving)(弗 5:20
  - S 祈求(Supplication)(太 7:7-1 ； 撒下 12:23
- 四、 為什麼人不想或不喜歡禱告？
  - (一) 生了屬靈的病，缺少了屬靈的胃口，與神之關係疏遠了(啟 3:17
  - (二) 覺得自己不必太倚靠神，天助不如自助… (耶 2:13
  - (三) 禱告過幾次之後沒有馬上應驗或果效，所以灰心了。(路 18:1-8
  - (四) 禱告的對象又看不見，好像對空氣說話一般…(雅 1:6
  - (五) 不懂如何禱告，不知如何打發那十分鐘的時間… (羅 8:26 27
  - (六) 心情不好，更不想禱告…… (彼前 5:7
  - (七) 禱告時胡思亂想，花了時間都沒有成就感，不知神聽了未(太 7:7
  - (八) 太太代替我禱告就好了，我專心作我的事… (提前 2:8
  - (九) 我很忙，煩我的事又多，無法靜下心來禱告… (賽 37:3
  - (十) 落在物質世界的追求享樂或停留在犯罪的生活中心… (雅 4:4
  - (十一) 覺得自己不配來到神的面前… (帖前 5:17
- 五、 禱告該怎樣結束？
  - 一、 要奉主耶穌基督的名來結束禱告，
    - (一) 因為我們能到父神面前禱告，以及得蒙神應允祝福、赦罪，全是由於主耶穌再地上所擺上的救贖。在這樣犧牲及得勝的基礎下(主的代死而復活)，神垂聽允准我們的祈求。
    - (二) 因為主耶穌是我們與神之間的中保(中間人)，所以每次都要靠祂的名來到神面前。
    - (三) 當那人不親身在場時，就是使用他的名字作代表。我們的禱告要蒙神悅納，對魔鬼爭戰要能得勝，全都是靠這「基督的名」所帶出的同在與權柄。

二、 以「阿門」來最最後的結束。

(一) 也有基督徒用「誠心所願」。

(二) 「阿門」是希伯來語的「真實」，或譯作「我誠心實在地同意」，與「誠心所願」同義。

#### 拾壹、 家庭崇拜的步驟

一、 申命記(6:4-9)記載神的心意—要人全心全意去愛祂；且要將神的話存記在心上，不止如此，還要殷勤教訓兒女，作討論，作紀念，作記憶，作遵行。其中，最首要的一環，莫過於在家中的教導，學習對神的崇拜、敬畏，及對於神話語的領會、遵守。家庭崇拜的目的，就是將這精神發揚在家中。除了主日教會的崇拜外，還有在家中設立祭壇，好建立一個愛神及行道的環境，在家中讓父母與小孩一起成長。

二、 家庭崇拜的步驟：

(一) 每週安排一個晚上，如週日晚飯後，全家成員都參與(若有未信者則可容許自由參加，然而未信之幼童家長最好不要予其選擇之餘地，因為教導他們愛神是父母的責任)。

(二) 先由父親母親或兄姊以禱告開始，再由預先分配好選詩歌的家人來領唱，或是輪流翻詩歌集來點唱(本週崇拜結束前預定下次的負責人選)。但重點不在唱歌，而是領大家進入靈裡的敬拜。

(三) 之後可有方言或悟性的敬拜，感恩禱告，再有一段時間安排，問各人從神有何感動、領受；彼此分享。

(四) 由家主(父親或因丈夫未信而兼職帶領之母親)帶領讀經，然後眾人可有簡單一、兩個主題，三、四條問題的查經，或是講經教導。

(五) 讓大家有點時間發問，回應；或是討論。f. 有關查經內容也可改為從主日教會講道信息之回應等。

(六) 最後有彼此認罪，互相按手禱告服事及為宣道、外展禱告。

(七) 結束前先交代好下週聚會之各項負責人。

#### 拾貳、 聖靈充滿的認識：這是一個比較複雜且具爭議性的題目，這裡只是簡單介紹一下有關的內容大概而已。

一、 自從主耶穌升天之後，按祂所應許的(徒1:8)聖靈降臨下來，首先在使徒的身上，帶來第一次的聖靈充滿經歷(徒2:4)；對使徒來說，這可算作受聖靈的洗(徒1:5)(頭一次領受聖靈的經歷，有別於以後繼續不斷該有的聖靈充滿、再充滿——查考使徒的經歷(弗5:18)之命令)。另一方面，我們也可從聖靈的角度來看是項的工作稱為「降臨」(徒1:8)或是「澆灌」(徒2:17-33)；由神所引發，成全在人身上的事工。

二、 當聖靈充滿在使徒身上，會帶給使徒能力，來為主作見證；(徒1:8更有智慧的言語(徒4:8-13)，更有膽量(徒2:4)，滿有神蹟奇事(可參考徒6:5-8，甚至能看見神的榮耀(徒7:55))。

三、 聖靈外在的工作果效，也會使人得著服事的恩賜(如徒11:28之預言林前12:4-1)。

四、 聖靈除了帶來一些可看得見外面現象表徵外，還有在人生命裡作內在的工作，就如「叫人為罪，為義，為審判，自己責備自己。」(約16:8)，引來悔改，且領受、明白真道(約16:13)，使人更愛基督(約16:14)，又得著安慰與指引(約14:26)，領受平安(約14:17)，持守合一(弗4:3)，帶進凡信靠基督的人生命本質之改變。

五、 至終，神的心意要藉著聖靈在人裡、外的工作，成全基督品格的再造(參考羅8:5-6；加5:16-18與太16:23-24)，是為十字架的破碎，跟進聖靈果子之結出(加5:22-23)。

六、 總括來說：

(一) 受聖靈的洗：當人信主，第一次與聖靈產生交會時(或說：當基督的靈進入初信者的

心中內住時)，叫做靈洗(羅 8:9；弗 1:13-14 徒 11:16)。這是一次的經歷！只要信主就已客觀地領受到，且被聖靈施洗進入基督的身體內(林前 12:13)。

- (二) 被聖靈充滿：這是信主的人客觀地領受聖靈以後繼續不斷有的主觀經歷；也是基督徒被吩咐該常去追求的，好得著生活的能力，恩賜的流動，和事奉的果效。(徒 1:8)
- (三) 要滿有聖靈：這是當人的生命讓聖靈自由運行管治到一個地步，所產生出來那信心，愛心，膽量與成長的狀態，以致愈來愈「像基督」。

#### 拾叁、聖靈充滿的條件

- 一、這純是神的恩典，但又是神的心意，只要人願意領受，就必得著，我們要有這確據。
- 二、要對付已知的罪，並破除從祖先而來的咒詛，或過往與邪靈偶像有過的關連。
- 三、不只被動，消極，中立地等待，而是積極地渴慕追求(參考徒 1:4 之等候並非被動地坐在那裡，而是主動地藉徒 1:14 之同心合意，恆切 禱告來尋求主應許之成全)。要切求！(路 11:13)
- 四、最易被聖靈充滿的時刻是在禱告的時候，尤其滿有聖靈膏抹同在的 禱告會。領受的時間不一，視神的主權作為，人的信心配合，以及 各人之屬靈體質而定。
- 五、也可邀請在這方面有經歷的基督徒或傳道人為我們按手禱告。然而 這事要小心進行；若進入一個不熟悉的教會，小組環境，未知按手 者的屬靈狀況及生活品質，最好要多加分辨，奉主的名宣告，禱告 只接受真理的靈之充滿。
- 六、此外，也有許多各種場合中人被聖靈所充滿的例子。
- 七、領受時人身外可有呈兩極化的表現，如哭泣或歡笑，但也有平穩安靜或感覺觸電麻痺的可能。神實在太偉大了，可以有不同的方式來 帶領我們進入聖靈充滿的經歷中。
- 八、另一種有效領受聖靈充滿的時刻是在敬拜，安靜親近主，或默想聖 經的時候。

#### 拾肆、以耶和華的名禱告：

聖經中因著神不同的屬性及作為而記載了神許多不同的名字。我們可以依個人所在的景況中，以耶和華的名向神呼求。信實而又公義的神必按他自己名的緣故來成就我們的禱告。

- 一、清早起來敬拜、讚美與交托時耶和華神，創造與掌權者(以羅伊)(全能的創造主)(創 2:4)

我宣告耶和華以羅伊是全能的創造主，也是我的阿爸父。你按照你的旨意創造萬物。你說有就有，命立就立，你使無變為有，諸世界是由你的話語 被造的。你起初立了地的根基，天也是你所造的。天地都要滅沒，你卻要長存。唯有你永不改變，你的年歲沒有窮盡。我受造奇妙，我乃是按照你的形像樣式而被造的。我宣告我滿有神的形像性情，我尊貴榮美。因此，我棄絕一切的自卑、自棄、自我拒絕和一切的自我負面思想。我活著為要彰顯神的形像，神的榮耀。

因為萬有都是靠他造的，無論是天上的，地上的；能看見的，不能看見的；或是有位的，主治的，執政的，掌權的；一概都是藉著他造的，又是為他造的。」(西 1:16)

- 二、遇不平的事或自己想惡待人時耶和華施行報應 (加摩拉)(耶 51:56)

#### (一)、耶和華施行報應：

- 1、公平和公義是你寶座的根基，慈愛和誠實行在你面前。
- 2、你的公義好像高山，你的判斷如同深淵。你要使你的公義如光發出，使你的公平明如正午。你要審判全地，要按公義審判世界，按你的信實審判萬民。
- 3、唯獨你是可畏的，你怒氣一發，誰能在你面前站得住呢？
- 4、耶和華在列幫中刑罰惡人，在多國中打破仇敵的頭。
- 5、那偏行彎曲通路的人，耶和華使他和那作惡的人一同出去受 刑。
- 6、我們當默然等候耶和華，耐性等候祂，不要因那道路通達的和 那惡謀成就的，心懷不平。

- 7、 當止住怒氣，離棄忿怒，不要心懷不平，以致作惡。因為作惡的，必被剪除。
  - 8、 主說，伸冤在我，我必報應。
  - 9、 我們不可為惡所勝，反要以善勝惡。
  - 10、 祂必照各人的行為報應各人。
  - 11、 凡恆心行善，尋求榮耀、尊貴、和不能朽壞之福的，就以永生報應他們。
  - 12、 惟有結黨，不順從真理，反順從不義的，就以忿怒，惱恨報應他們，將患難困苦加給一切作惡的人。
  - 13、 行善的復活得生；作惡的，復活定罪。
  - 14、 我們眾人必要在基督臺前顯露出來，叫各人按著本身所行的，或善或惡受報。
  - 15、 看哪，我必快來！賞罰在我，要照各人所行的報應他。」(啟 22:12)
- (二) 受到邪靈干擾或被人情所困時至高的耶和華(創 14:19)
- 1、 耶和華海里翰是至高的神，你被高舉，超乎萬神之上。你的權柄是永有的。
  - 2、 你的國度存到萬代。憑你的旨意行事，無人能攔住你的手。天上地下一切的權柄都歸乎你 你的道路高過我的道路。你的旨意高過我的意念。
  - 3、 不管環境如何，至高的神必在我身上成就祂的道路，成就祂的意念。我要宣告耶和華海里翰至高的神，必全然成就祂在我身上一切的美意。我宣告至高者是我的居所，一切的禍患、災難必不臨近我，因此我棄絕一切的懼怕、不信和操縱的靈。我宣告我是至高神的兒女，我必住在全能父神的蔭下。
  - 4、 所以，神將他升為至高，又賜給他那超乎萬名之上的名，叫一切在天上的、地上的，和地底下的，因耶穌的名無不屈膝，無不口稱耶穌基督為主，使榮耀歸與父神。」(腓 2:9-1)
- (三) 歌頌感謝神或自卑自暴自棄時造我們的耶和華(詩 95:6)
- 1、 耶和華何西紐是塑造我們生命的神。我們原是祂手中的工作，在基督裡造成的，為要預備我們行各樣的善事。我們落在百般的試煉中，都要以為大喜樂。因為知道我們的信心經過試驗，就生忍耐。但忍耐也當成功，使我們成全完備，毫無缺欠。
  - 2、 我們是神所耕種的田地，所建造的房屋。我們來到主的面前，也就像活石，被建造成為靈宮。我們立志行事，都是神在我們心裡運行，為要成就祂的美意。凡所行的都不要發怨言、起爭論。使我們無可指摘，誠實無偽，在這彎曲悖謬的世代，作神無瑕疵的兒女。我們顯在這世代中，好像明光照耀，將生命的道表明出來。
  - 3、 我們原是他的工作，在基督耶穌裡造成的，為要叫我們行善，就是神所預備叫我們行的。」(弗 2:10)
- (四) 遇各種缺乏或未獲心中所求時(耶和華必看見、必預備)(以勒)(創 22:14)
- 1、 耶和華以勒是為我生命有豐富預備的神。你預先看見我的需要，就預先為我有所預備。你必照看你榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使我一切所需要的充足。
  - 2、 你的信實是我大小的盾牌，你的應許永不落空。你為愛你的人所預備的，是眼睛未曾看見，耳朵未曾聽見，人心也未曾想到的。你叫我們領受各樣的試煉，為要叫我們領受各樣的獎賞與祝福。
  - 3、 你的恩典夠我用，你的能力在我的軟弱上顯得完全。
  - 4、 謝謝你有說不出的恩賜。少壯的獅子且缺食忍餓，但尋求耶和華的，什麼好處都不缺。因此，我棄絕一切今生的憂慮。我要先尋求神的國和神的義，我一切所需要的都要加給我了。
  - 5、 因為神本性一切的豐盛都有形有體的居住在基督裡面，你們在他裡面也得了豐盛。他是各樣執政掌權者的元首。(西 2:9-10)
- (五) 在試探中警惕自己免於行惡時耶和華要擊打(結 7:9)
- 1、 不可為自己雕刻偶像，也不可做什麼形像彷彿上天、地下和地底下水中的百物。不



- 可跪拜那些像，也不可事奉它。因為我耶和華你的神是忌邪的神。恨我的，我必追討他的罪，自父與子直到三、四代；愛我守我誡命的，我必向他發慈愛，直到千代。
- 2、這書上所寫律法的一切話是叫你敬畏耶和華你神可榮可畏的名。你若不謹守遵行，耶和華就必將奇災，就是至大至長的災，至重至久的病，加在你和你後裔的身上。
  - 3、凡偏離你律例的人，你都輕棄他們。
  - 4、凡地上的惡人，你除掉他好像除掉渣滓 因此我愛你的法度。
  - 5、這是耶和華降罰的日子，因人廢了你的法度。
  - 6、我受苦是與我有益，為要使我學習你的律例
  - 7、莫想我來要廢掉律法和先知，我來不是要廢掉，乃是要成全。
  - 8、我實在告訴你們，就是天地都廢去了，律法的一點一畫也不能廢去，都要成全。
  - 9、不要自欺，神是輕慢不得的，人種的是什麼，收的也是什麼。順著情慾撒種的，必從情慾收敗壞。順著聖靈撒種的，必從聖靈收永生。
  - 10、至於淫亂並一切污穢、或是貪婪，在你們中間連提都不可，方合聖徒的體統。淫詞、妄語、和戲笑的話都不相宜，總要說感謝的話。因為你們確實地知道，無論是淫亂的、是污穢的、是有貪心的，在基督和神的國都是無分的。有貪心的，就與拜偶像的一樣。
  - 11、我兒，你不可輕看主的管教，被祂責備的時候，也不可灰心，因為主所愛的，祂必管教，又鞭打凡所收納的兒子。
  - 12、惟有父管教我們，是要我們得蒙愛，使我們在祂的聖潔上有分。
  - 13、他誠然擔當我們的憂患、背負我們的痛苦，我們卻以為他受責罰、被神擊打苦待了。
- 賽 53:4

(六) 面對軟弱罪過而覺力不能勝時耶和華叫人成聖 (出 31:13)

- 1、耶和華參加達在基督裡使我成聖。祂在創世以前，在基督裡揀選了我，使我成為聖潔，無有瑕疵 我因耶穌的寶血，分別為聖，歸主所用。祂使我心意更新而變化，我的內心一天新似一天。我要將身體獻上，當作活祭。我要自潔，脫離卑賤的事，作神貴重的器皿，成為聖潔，合乎主用，預備行各樣的善事。我是被揀選的族類，是有君尊的祭司，是聖潔的國度，是屬神的子民，為要宣揚神的美德。
- 2、何況基督藉著永遠的靈，將自己無瑕無疵獻給神，他的血豈不更能洗淨你們的心(原文是良心)，除去你們的死行，使你們事奉那永生神嗎？」(來 9:14)

(七) 受情慾的引誘或魔鬼的攻擊時耶和華是我旌旗(出 17:15, 16)

- 1、耶和華是我的力量 我的詩歌，也成了我的拯救
- 2、耶和華是我的盾牌，我心裡倚靠祂就得幫助。
- 3、祂教導我的手能以爭戰，我的膀臂能開銅弓。
- 4、你以力量束我的腰，使我能爭戰。
- 5、使我的仇敵在我面前轉背逃跑。
- 6、我要追趕我的仇敵，直到把他們滅絕。
- 7、我們要因你救恩誇勝，要奉我們神的名豎立大旗。
- 8、有人靠車，有人靠馬，但我們要提到耶和華神的名。
- 9、把旌旗賜給敬畏你的人，可以為真理揚起來。
- 10、耶西的根立作萬民的大旗。
- 11、以愛為旗在我們以上，十字架就是你愛的旌旗。
- 12、十字架是神的大能，是我們得勝的旌旗。
- 13、耶穌是救我們的元帥，是我們永遠得救的根源。
- 14、耶穌藉著死，敗壞那掌死權的，使我們因信得著永生。
- 15、我們已經與基督同釘十字架，現在活著的，不再是我，乃是基督在我裡面活著。

- 16、 凡屬基督耶穌的人，是已經把肉體，連肉體的邪情私慾，同釘 在十字架上了。
- 17、 凡從神生的，就勝過世界。
- 18、 靠著愛我們的主，我們在一切的事上已經得勝有餘了。
- 19、 我們奉主的名無論求什麼，主必成就，叫父因兒子得榮耀。
- 20、 感謝神，常帥領我們在基督裡誇勝」(林後 2:14)
- (八) 求保護、安慰、指引獲救贖時耶和華我的牧者(詩 23:1)
- 1、 我們是祂的民，也是祂草場的羊。
  - 2、 耶和華必像牧人牧養自己的羊群，用膀臂聚集羊羔抱在懷中， 慢慢引導那乳養小羊的。
  - 3、 主耶和華說：  
我必親自作我羊的牧人，使他們得以躺臥。 喪失的，我必尋回  
受傷的，我必纏裹 有病的，我必醫治只有肥的壯的，我必除滅，也要秉公牧養他們
  - 4、 耶穌說：  
我是羊的門。 凡從我進來的必然得救，並且出入得草吃。 我是好牧人，好牧人為羊捨命，我認識我的羊，我的羊也認識我。 我另外有羊，不是這圈內的，我必須領他們來。
  - 5、 他們也愛聽我的聲音，並且要合成一群，歸一個牧 人。 我的羊聽我的聲音，我也認識他們，他們也跟著我。 我又賜給他們永生，他們永不滅亡，誰也不能從我手 裡把他們奪去。 我父把羊賜給我，祂比萬有都大，誰也不能從我手裡 把他們奪去。
  - 6、 我來了，是要叫羊得生命，並且得的更豐盛。」(約 10:10)
- (九) 有身、心、靈各類疾病軟弱時耶和華醫治 (出 15:26)
- 1、 耶和華拉法是醫治我的神。 赦免我一切的罪孽，醫治我一切的疾病。 叫被擄的得釋放，叫受壓制的得自由。 醫好傷心的人，裹好我們的傷處。 誠然擔當我們的憂患，背負我們的痛苦。 因祂受的鞭傷，我們 得醫治。
  - 2、 保守我們的靈、魂、體，使它們全然興盛。 因此，我宣告我的心歡喜，我的靈快樂，我的肉身也要安然居 住。
  - 3、 到了晚上，有人帶著許多被鬼附的來到耶穌跟前，他只用 一句話就把鬼都趕出去，並且治好了一切有病的人。這是要 應驗先知以賽亞的話，說：他代替我們的軟弱，擔當我們的疾病。」(太 8:16-17)
- (十) 當焦慮不安或困難環境四起時耶和華賜平安 (士 6:24)
- 1、 耶和華沙龍是賜平安的神 祂是我的拯救，我要倚靠祂，並不懼怕。 祂是我四面的盾牌，祂必保佑我。 我必安然躺下睡覺，因為獨有你耶和華使我安然居住。 耶和華是我的巖石、我的山寨、我的救主、我的神、我的磐 石，是我所投靠的。 你救我脫離仇敵，又把我高舉起，高過那些起來攻擊我的。 耶和華必救我脫離一切的網羅和毒害的瘟疫，禍患、災害必不 臨到我。
  - 2、 我要將一切的憂慮卸給神，因為祂顧念我。 我應當一無掛慮，因為神所賜出人意外的平安必在基督耶穌裡 保守我的心懷意念。 祂的名稱為和平之君，祂的政權與平安必加增無窮。 我們既因信稱義，就藉著我們的主耶穌基督得與神和好。
  - 3、 祂是我們的和睦，祂已拆毀了中間隔斷的牆，又以自己的身體 廢掉冤仇，使我們在祂裡面成為一個新人。
  - 4、 我留下平安給你們。我將我的平安賜給你們。(約 14 27)
- (十一) 感到孤單、恐懼或聚會服事時耶和華的所在 (結 48:35)
- 1、 耶和華本為大，在我們神的城中，在祂的聖山上，該受大讚 美。
  - 2、 以稱謝進入祂的門，以讚美進入祂的院。
  - 3、 我要尋求耶和華，一生一世住在他的殿中，瞻仰祂的榮美，在 祂的殿裡求問。

- 4、 我渴想耶和華的院宇。
- 5、 我們在你的殿中，想念你的慈愛。
- 6、 你所揀選，使他親近你，住在你院中，這人便為有福。我們必 因你的居所，你聖殿的美福知足了。
- 7、 我將耶和華常擺在我面前，因祂在我右邊，我便不至動搖。
- 8、 在你面前有滿足的喜樂，在你右手中永遠的福樂。
- 9、 道成了肉身住在我們中間，充充滿滿的有恩典有真理。我們也 見過祂的榮光，正是父獨生子的榮光。
- 10、 祂的名稱為以馬內利，就是神與我們同在。
- 11、 從祂豐滿的恩典裡，我們都領受了，而且恩上加恩。
- 12、 神本性一切的豐盛，都有形有體的居住在基督裡面，我們在祂 裡面也得了豐盛。
- 13、 我們是神的殿，神的靈住在我們裡頭。
- 14、 我們靠著基督同被建造，成為神藉著聖靈居住的所在。
- 15、 我們來到面前，也就像活石，被建造成為靈宮。作聖潔的祭 司，藉著耶穌基督奉獻神所悅納的靈祭。
- 16、 教會是基督身體，是那充滿萬有者所充滿的。
- 17、 看啊·神的帳幕在人間，神要與人同住。他們要作祂的子民， 神要親自與他們同在，作他們的神。
- 18、 我又看見聖城新耶路撒冷由神那裡從天而降，豫備好了，就如新婦妝飾整齊，等候丈夫。」(啟 21:2)

(十二) 屬靈爭戰或求神審判或祝福時萬軍之耶和華 (撒 1:3)

- 1、 耶和華是戰士，祂的右手施展能力，摔碎仇敵
- 2、 耶和華是全地的王，祂坐在祂的聖寶座上，治理萬國。
- 3、 祂的權柄統管萬有，祂的榮耀存到永永遠遠。
- 4、 地的四極都要想念耶和華，並且歸順祂。
- 5、 列國的萬族要在祂面前敬拜。
- 6、 我們都要拍掌，要用誇勝的聲音向神呼喊。
- 7、 誰敢不敬畏你，不將榮耀歸與你的名呢？
- 8、 眾神之中，誰能像你？
- 9、 誰能像你，至聖至榮、可頌可畏，施行奇事。
- 10、 唯有你是萬王之王，萬主之主。
- 11、 你是昔在、今在、以後永在的全能者。
- 12、 你是各樣執政掌權者的元首。
- 13、 你是教會全體之首。
- 14、 你是元始，是從死裡復活的，你在凡事上居首位。
- 15、 我們要靠主，倚賴祂的大能大力爭戰。
- 16、 我們並不是與屬血氣的爭戰，乃是在神面前有能力，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！又將所有的心意奪回，使它順服基督。
- 17、 神的兒子顯現出來，為要除掉魔鬼的作為。(約一 3 8)

(十三) 當認罪悔改或求神伸張公義時耶和華我們的義(耶 23:5, 6)

- 1、 耶和華示肯紐使我在基督耶穌裡成為義人。我蒙神的恩典，因基督耶穌的救贖得以白白稱義。我靠著耶穌的血稱義。祂為我的罪作了挽回祭，免去神的忿怒。
- 2、 如今我在基督裡就不定罪了。誰能控告神所揀選的我呢？有神稱我為義了。誰能定我的罪呢？有基督耶穌已經死了，而且從死裡復活，現今在神的右邊，也替我祈求。

我若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我的罪，洗淨我一切的不義。我領受神的赦免，棄絕一切的控告，以謙卑痛悔的心與神同行。我宣告耶穌基督是我的智慧、公義、聖潔、救贖。現在活著的，不再是我，乃是基督在我裡面活著。

- 3、神使那無罪（無罪：原文是不知罪）的，替我們成為罪，好叫我們在他裡面成為神的義。」（林後 5:2）

#### （十四）以神各種名字作宣告禱告

- 1、出人意外之平安者、自有永有、阿拉法、俄梅戛、是始是終、全能的神、愛、行神蹟奇事之神、創造天地的主、無限的、靈、無所不能、無所不知、無所不在、永不改變、耶和華、立約的神、永在的父、聖者、眾光之父、憐憫和安慰人、拯救的元帥、滿有能力、使死人復活、造物者、天上的父親、平安王、叫人活的、稱信主者為義的、拿撒勒人耶穌、恩膏人服事祂、生命之糧、滿足人需要、道路、真理、生命、萬王之王、萬主之主、使我們得益處、走當行的道的羔羊、明亮的晨星、世界之光、以馬內利、奇妙的策士、羊群的大牧人、教會之頭、耶穌基督、昨日今日直到永遠都不改變者、替我們承擔事、內住在我們裡面者、能體恤我們之軟弱、用權能托住萬有者、留意成全關乎我們之事者、誠信真實、穩固的根基、真光神的名是大有能力的！
- 2、請弟兄姊妹大聲地憑信心宣讀，宣告神的名及祂的屬性。你將會發現，你靈裡的力量就慢慢強壯起來囉！
- 3、我們的新郎、忠信的大祭司、榮耀的盼望、裝備我們的道、我的中保、我的平安、我們的義、我的力量、使我稱義者、拯救者、我們的復活、我們的師傅、醫治者、地上列王之掌權者、常帶領我們在基督裡誇勝者、信實者、我生命、不以貌取人者、賞賜那尋求祂面者、新約的中保、我們信心創始成終者、救贖主、在我們心裡運行者、羊的門、在我們裡面的比在世界中的更大者、永不丟棄我們者、是我們的智慧、稱義和救贖、我救主的君王、以屬靈的智慧充滿人者、那位阿們、成全在我們身上所開始之善工者、賜下啟示的知識、賜下祂的名、配得一切的讚美、賜下聖靈、稱讚我們是忠心良善的僕人者、賜給我們天使、得著一切的榮耀、賜百物給人享受者、給我們天國的鑰匙、賜人智慧與啟示的靈、樂意賜下祂國度、滿有憐憫。

#### （十五）宣告式禱告

- 1、用以下列出的各項好品格來為自己、家人及他人有信心的大聲向神宣告代禱，使我們能滿有神兒女的性格及特質。
- 2、真實、機警、節制、而非隱瞞、而非粗心、而非放縱。
- 3、正確的報告過去的種種事實以留心我周遭發生的一切情況以立刻順服聖靈的感動換得未來的信任便有正確的回應。（以弗所書 4:25、馬可福音 14:38、加拉太書 5:24-25）
- 4、順服、好客、敬重、而非任性、而非孤獨、而非無禮、在神設立的權柄保護下得到可樂意與神帶入我生命的人分享明白神如何藉著人生中和以發揮的自由食物，住所，及屬靈亮光事，使我裡面生出基督的德行。（哥林多後書 10:5、希伯來書 13:2、箴言 23:17-18）
- 5、誠懇、慷慨、勤奮，而非虛假、而非吝嗇、而非怠惰。
- 6、渴望在正大光明的動機下，正瞭解我所擁有的都屬於神，並視每件職務都是神特別的委確行事都使用在達成神的目標上任，因此全力以赴。（彼得前書 1:22、哥林多後書 9:6、歌羅西書 3:23）
- 7、德行、喜樂、仔細，而非不潔、而非自憐、而非草率，因順服神的話，從生命中散發、當我的魂與主相交時，知道忽略何種因素就會減低工、出的端正品行及純淨心靈、我靈裡自發的熱心、作或言語上的果效（彼得後書 1:3、詩篇 16:1、箴言 18:15）

- 8、 勇敢、能變通、可靠、而非膽怯、而非抗拒、而非無常，有信心自己的言行在神眼中都，不把自己的情感放在可以被神，即使有意想不到的犧牲也如期。真實，正確及公正或他人改變的意念或計劃上完成我所同意作成的事。(使徒行傳 4:29、歌羅西書 3:2、詩篇 15:4)
- 9、 饒恕、隨時待命、安穩、而非排斥、而非顧己、而非焦慮，不記恨得罪過我的人，把自己的時間表和優先次序視，把生命建立在有永恆性而且不並容許神藉著我愛他們，為次於被我服事對象的需要，能被毀壞或奪去的事物上。(以弗所書 4:32、腓立比書 2:20-2、約翰福音 6:27、)
- 10、 勸導、持守、耐心、而非爭競、而非放棄、而非浮躁、以純正的真理引導人破除心，有內在能力承受為要成就最合，接受神允許的難關而不給祂理障礙，神旨意所帶來的壓力期限挪去。(提摩太後書 2:24、加拉太書 6:9、羅馬書 5:3-4)
- (十六) 為教會禱告：
- (1) 為教會宣告祝福禱告內容：為傳道人及其家庭禱告，聖靈更多充滿，啟示有力量及謀略來事奉 為教會會眾及福音豐收禱告 更多人才配搭事奉禱告  
奉主耶穌的名宣告：聖靈要在悔改、被聖靈充滿。教會有大復興，人人都要湧進教會聽福音。全地教會在主裡同心、教會大大動工，基督徒認罪教會要充滿禱告的彼此搭配、成為主大能的軍隊。
- (十七) 為世界各地禱告為國家領導人、國會、及行政首長禱告：
- 1、 為國家祝福內容：
- (1) 求賜下平安，屬靈大復興臨到為自己之原出地的政府首長，當地福音大爆炸，多人信主禱告 為所在城市能經歷大復興禱告，異教徒為罪悔改，教會大有更新 為其他在新聞時事得悉有需要如災難、爭戰、餓荒) 等我們在天上的父，願人(我)都尊你的名為聖。
- (2) 奉創造天地萬物的父神和耶穌基督的名，向東、西、南、北、對凡有血氣的說話：造你的主，要你歸向祂、認識祂、敬拜祂、事奉祂。
- (3) 奉主名宣告至高者萬軍的耶和華在美國坐著為王掌權，治理一切。
- 2、 祝福美國成為敬畏神的國家，各人都要在神的光裡行走，成為聖潔 公義的國民。  
奉主耶穌的名宣告，一切在位、各層執政掌權的基督徒首長都被聖靈充滿。耶和華的靈必在他們身上，使他們有智慧、謀略、能力、知識、敬畏耶和華的靈、以敬畏耶和華為樂、行審判、斷是非、不 憑眼見和耳聞、存謙卑、好憐憫、行公義、有正直、與上帝同行，身、心、靈，家人都平安、健康，天天與主親近，成為神忠心良善的僕人。
- 3、 奉主名宣告祝福國家各層首長，各部部长、各縣市長、各層民意代表及各行各業、各家首長領袖們都經歷神的大能，信耶穌得救，認罪悔改被聖靈充滿，成為天國福音和屬靈影響力的出口。
- (十八) 其他宣告禱告
- 1、 認定天上的爸爸，我現在來親近你
- 2、 用讚美、敬拜、歌唱開始
- 3、 宣告神的名在我生命中成為真實：如耶和華以勒-必有預備，耶和華尼西-必勝的主…
- 4、 宣告神的屬性：慈愛、公義、大能…
- 5、 宣告神的作為，凡事謝恩
- 6、 宣告要中、港、台及北美的華人、尊主的名為聖
- (十九) 用主禱文禱告
- 1、 願你的國臨到
- (1) 神的國王權臨到中、港、台及北美

- (2) 神的國有公義、和平 喜樂、健康及大能
- (3) 為在位執政的禱告
- (4) 為教會合一，尊主第一
- (5) 綑綁敵人，釋放主的大能
- 2、 願你的旨意行在地上，如同行在天上
  - (1) 主的旨意成就在我生命中，放下己意(工作、時間、金錢、興趣)
  - (2) 主的旨意在我家中(兒女、父母、夫婦、工人等等)
  - (3) 主的旨意在教會增長愛心、與人同在、顯明恩賜
  - (4) 主的旨意在小組(代禱、同心、保護、事奉、倍增)彰顯
- 3、 我們日用的飲食，今日賜給我們
  - (1) 為自己的需要禱告 (屬靈、異象、生活、身體)
  - (2) 為家庭、工作、事奉所需禱告 (要具體、宣告結果、有恆心)
  - (3) 每天經歷主，傳福音禱告
- 4、 免我們的債，如同我們免了人的債
  - (1) 承認所犯的罪，求主赦免，悔改
  - (2) 寬恕他人，(無條件)祝福愛你的對頭
  - (3) 靠主處理你心中所有的不安
- 5、 不叫我們遇見試探，救我們脫離凶惡
  - (1) 請主用籬笆環繞，天使的保護行公義，正直
  - (2) 請主的寶血覆蓋，脫離試探，遠離凶惡
  - (3) 住在主裡
  - (4) 穿上全副軍裝
- 6、 國度，權柄，榮耀，全是你的，直到永遠。阿們
  - (1) 開聲將榮耀歸給神
  - (2) 感謝主垂聽禱告
  - (3) 祝福祂的國度，並樂意參與
- (廿) 範例
  - 1、 我們在天上的父願人都尊你的名為聖
 

父神，你是至高、公義、慈愛、善良、信實、全能、全知、全在的獨一真神，願我每天的生活都尊你的名為聖，也願我們教會附近 社區的百姓都來認識你，尊崇你、敬拜你，尊你的名為聖，將你的名應得的榮耀歸給你。因為你的名是美好、可畏的，是我們的牧者，是醫治者，是賜平安者，是供應者，是得勝者，是保護者，是宇宙萬有的主宰，阿們。
  - 2、 願你的國降臨
 

主啊，你的國度是全然正直、光明的，願你的國度降臨在我的生命中，使我能夠尊主為大，以神為樂。也降臨在我們教會附近社區的每一個角落，讓這地的許多百姓能夠從黑暗歸向光明，從撒但的權下歸向真神，阿們。
  - 3、 願你的旨意行在地上，如同行在天上
 

願主你一切美善的旨意，行在我的身上，如同行在天上，使我每天能靠著聖靈過聖潔、敬虔、得勝、剛強、正常、合神心意、討主喜悅的基督徒生活 也行在我們教會附近社區這片土地和許多百姓的身上。使萬民能夠因信稱義、得著救恩，因你的旨意是願萬人得救、明白真理，不願有一人沉淪，乃願人人都悔改。你的旨意是要那一切偶像假神從地上、從天下被除滅，阿們。
  - 4、 我們日用的飲食，今日賜給我們
 

求你將我每天生活所需要的一切賞賜給我，包括物質和身體的方面，就是食、衣、

住、行的需要，更求你供應我心靈上的需要，使我的心靈 每天都被聖靈充滿，能夠得到飽足，滿有愛心、信心、喜樂、平安、盼望 也願你帶領我們教會附近社區中那些在身體、心靈、精神、家庭、婚姻、工作各方面受苦難 無所依靠的百姓，能夠有機會來尋求你的恩典，得著你的幫助，阿們。

5、 免我們的債，如同我們免了人的債

天父，謝謝你這樣愛我，藉著耶穌基督在十字架上所流的寶血，洗淨、赦免我一切的罪債，使我得以脫離詛咒和刑罰 願主賜給我一顆樂意饒恕、赦免人的心，使我能從心裡去饒恕那些曾傷害、得罪我的人，因為主耶穌說，我們若不饒恕人的過犯，天父也必不饒恕我們的過犯 求你也將悔改的心與赦罪的恩，賜給許多我們教會附近社區的百姓，使他們為罪、為義、為審判，自己責備自己，好得著主耶穌的救恩，阿們。

6、 不叫我們遇見(落入)試探，救我們脫離凶惡(惡者)

主耶穌，你在世上的時候，也曾遭遇那惡者撒但魔鬼的試探，但你勝過了他，求你也幫助我靠著你的寶血和聖靈的能力，勝過他的詭計、作為，使我不致落入試探中。求你救我脫離那惡者一切的攻擊和攪擾，阿們。

7、 因為國度、權柄、榮耀、全是你的，直到永遠

天父，我為著你的國度興奮，因為你的國是永恆的、美好的且滿有福樂。沒有任何政權能在你面前站立的住，因你的權柄高過諸天，萬有都要伏在你的腳下。所以至高的榮耀該歸給你，單單歸你，且全是你的。不但在天上，你的榮耀也要彰顯在全地之上 我奉主耶穌的名讚美你、稱頌你。阿們。

(廿一) 經文選禱

1、 馬太福音 6:9-12

所以你們禱告，要這樣說，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。

2、 路加福音 2: 32

是照亮外邦人的光，又是你民以色列的榮耀

3、 以弗所書 1:15-23

因此、我既聽見你們信從主耶穌、親愛眾聖徒、就為你們不住的感謝神、禱告的時候、常提到你們。求我們主耶穌基督的神、榮耀的父、將那賜人智慧和啟示的靈、賞給你們、使你們真知道他。並且照明你們 心中的眼睛、使你們知道他的恩召有何等指望。他在聖徒中得的基業、有何等豐盛的榮耀。並知道他向我們這信的人所顯的能力、是何等浩大、就是照他在基督身上、所運行的大能大力、使他從死裡復活、叫他在天上坐在自己的右邊、遠超過一切執政的、掌權的、有能的、主治的、和一切有名的。不但是今世的、連來世的也都超過了。又將萬有服在他的腳下、使他為教會作萬有之首。教會是他的身體、是那充滿萬有者所充滿的。

4、 以弗所書 3:14-20

因此，我在父面前屈膝、求他按著他豐盛的榮耀、藉著他的靈、叫你們 心裡的力量剛強起來、使基督因你們的信、住在你們心裡、叫你們的愛心、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、充滿了你們。神能照著運行在我們心裡的大力、充充足足的成就一切超過我們所求所想的

5、 腓力比書 2:14-16

凡所行的、都不要發怨言、起爭論、使你們無可指摘、誠實無偽、在這 彎曲悖謬的世代、作 神無瑕疵的兒女。你們顯在這世代中、好像明光 照耀、將生命的道表明

出來、叫我在基督的日子、好誇我沒有空跑、也沒有徒勞。

6、 腓力比書 1:9-11

我所禱告的、就是要你們的愛心、在知識和各樣見識上、多而又多、使你們能分別是非、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。

7、 歌羅西書 1:9-14

因此、我們自從聽見的日子、也就為你們不住的禱告祈求、願你們在一切屬靈的智慧悟性上、滿心知道神的旨意、好叫你們行事為人對得起主、凡事蒙他喜悅、在一切善事上結果子、漸漸的多知道神、照他榮耀的權能、得以在各樣的力上加力、好叫你們凡事歡歡喜喜的忍耐寬容、又感謝父、叫我們能與眾聖徒在光明中同得基業、他救了我們脫離黑暗的權勢、把我們遷到他愛子的國裡、我們在愛子裡得蒙救贖、罪過得以赦免。

8、 詩篇 1:1-3

不從惡人的計謀、不站罪人的道路、不坐褻慢人的座位、惟喜愛耶和華的律法、晝夜思想、這人便為有福。他要像一棵樹栽在溪水旁、按時候結果子、葉子也不枯乾、凡他所作的、盡都順利。

9、 以賽亞書 1:2-3

耶和華的靈必住在他身上、就是使他有智慧和聰明的靈、謀略和能力的靈、知識和敬畏耶和華的靈。他必以敬畏耶和華為樂、行審判不憑眼見、斷是非也不憑耳聞

(廿二) 以聖經的話來為人代禱

1、 使用以弗所書 1:16-22 & 3:4-20 節來為當得平安的人禱告

不停為被代禱者提名作這禱告 我們在天上的父、為著當得平安之人\_\_\_\_\_、我們來到父神的面前、不住感謝你在當得平安的人身上所作的美好引導、我們為\_\_\_\_\_禱告、求我們的主耶穌基督上帝、榮耀的父、將那賜人智慧和啟示的靈、賞給\_\_\_\_\_、使他知道(認識)主耶穌、並照明的眼睛、使他知道主耶穌的恩召有何等指望、並知道主耶穌向我們這信的人所顯明的能力是何等浩大、就是照祂在基督身上、所運行的大能大力、使主耶穌從死裡復活、叫祂在天上坐在自己的右邊、遠超過一切執政的、掌權的、有能的、主治的、和一切有名的、不但是今世的、連來世的也都超過了、又將萬有服在祂的腳下、使祂為教會作萬有之首。

因此、父神我們要在你面前屈膝、求父神按照祂豐盛的榮耀、藉著祂的靈、叫心裡的力量剛強起來、使基督的信、住在他心裏、叫他的愛心有根有基、能和其他基督徒一同明白基督的愛是何等長闊高深、並知道這愛是勝過於人所能測度的、便叫上帝一切所充滿的滿了父神、求你照著運行在我們心裡的大力、充充足足的就一切、超過我們所求所想的、阿們

2、 根據以賽亞書 61:1—3 來為當得平安的人禱告

主的靈在我身上、因為耶和華用膏膏我、叫我傳好信息給謙卑的人(傳福音給貧窮的人)、差遣我醫好傷心的人、報告被擄的得釋放、被囚的出監牢(受壓制的得自由)、報告耶和華的恩年(報告神悅納人的禧年)

3、 安慰一切悲哀的人(給憂傷的人極大的喜樂和安慰)、喜樂油代替悲哀、讚美衣代替憂傷之靈(使沮喪的人披上讚美的衣裳)、使他們稱為公義樹、是耶和華所栽植的、叫祂得榮耀(顯明祂的榮耀)。

(1) 主啊! 你要我為誰禱告、使他能聽到求恩的好消息

(2) 主啊! 你要我為哪些人禱告、而這些人是關係已破裂的、心裡有上傷口的百姓?

(3) 主啊! 哪些被捆綁的人、如今你要叫他得自由?

(4) 主啊! 求你顯明我自己的盲點和隱蔽我的人/事/物、以至我可以為這些來禱告、教我



心靈的眼睛真能看見。

(5) 主啊！你要我為那些被壓制及擔很大重擔的人來禱告？且教導我如何禱告。

(6) 主啊！誰是你所悅納要以特別的方法來祝福的人？你要我為他如何祝福？

(7) 主阿！誰是你來安慰他們？求你把她們的名子放在我的禱告中

(8) 主啊！你要我為哪些人禱告，因這些人正處於灰心、沮喪景況中

(9) 主啊！像我顯明你自己的榮耀，榮耀你的名。

4、以聖經的原則來為人代禱

(1) 願他們得上帝的恩惠(聖潔、啟示、恩膏) 主啊！你是聖潔的主，求你使在一切所行的事上聖潔(彼前 1:15-16)，使他能得以看見(來 12:14)主的恩惠。求榮耀的父，將賜人智慧和啟示的靈，賞給，使他更知道你(弗 1:17)，領受從你來的啟示，與眾肢體一起建造榮耀的教會，預備你的再來(啟 19:7)。

(2) 主啊！求你的靈，恩膏的事奉和禱告，使貧窮有福音聽，有病的得醫治，受壓制的得自由(路 4:18)，成為好的領路者，使眾肢體歡喜付代價同心遵行大使命，使萬民作主門徒(太 28:19)。

5、願他們得眾人的喜悅(同心、會眾、未得救者)

主啊！讓有一顆智慧的心，能安排一天時間的先後順序(詩 90:12)，讓我的帶領者時常敏銳於聖靈的引導，留意你在他週遭的人、事、物上的工作，樂意付代價與你同工，享受與你同工的果效，常得同工、會眾及未得救者的喜愛。

6、願主加增他們異象(智慧、亮光、動機、指引)

求主時常吸引與你親近，當他親近你時，請你親近他(雅 4:8)，並用你的愛澆灌他的心，讓他知道你有多愛他(羅 8:35-39)，請你鑒察，煉淨他的心思意志，使你樂意光照指引他(詩 139:23-24)

祝福常存敬畏的心，不斷領受從你而來的異象，並賜下謀略的靈，清楚你的策略、方式、時間及人選。

求主保護親近你的質與量、渴慕的心、合適的場所，奉主的名斥責一切使無法專心親近主的攔阻都要離去。

7、願主保守他們靈、魂、體的健全—健康、外貌、態度、靈性

願主祝福凡事興盛，身體健壯，正如他的靈魂興盛一樣(約 3:2)，願主祝福或吃、或喝，無論做什麼都為榮耀神而行(林前 10:3)，使他在日常生活、各樣場合有主賜智慧、喜樂及平安，能行得合宜，蒙主喜悅，使人得福

8、願主保護他們遠離試探、欺騙和仇敵願頌讚歸給榮耀的主！

(1) 求主保守不遇見試探，救他脫離凶惡(太 6:13)，奉主耶穌的名，命令教會中不當的批評、過度的期待都離開。求主敗壞罪惡的權勢，使它在的身上毫無影響力(約 10:28)。求主成就“屬靈的人能參透萬事”這話在身上，使他有智慧不受欺騙，被你保護隱藏(林前 2:15)，並靠主能站立、抵擋仇敵而得勝(雅 4:7)。

(2) 願主供應他們經濟需要，知道分配的優先順序，蒙主祝福願主使常常經歷“先求你的國和你的義，這些東西都要加給你們”的喜樂(太 6:33)。能分辨凡物是否出於耶和華所賞賜的，有清潔的手，得享主的富足，並不加上憂慮(箴 10:22)。求主祝福金錢的使用、有智慧與愛心，成為眾人的榜樣(提前 4:12, 16)。

9、願主護衛他們的家庭(親屬、配偶、兒女)

願主賜福身為丈夫(妻子)、父親(母親)、兒子(女兒)的各樣角色，能用心稱職，勝任有餘，成為他們蒙神祝福的管道。使敬畏你的人，一點好處都不缺(詩 34:29)。當他專心事奉你時，求你以盾牌四面護衛他及他的親友(詩 84:1)，使他沒有後顧之憂。

願主賜福單身(單親)的生活與角色，使他有健康、富創意及美好的起居與人際關係

(詩 34:29)。

10、 為個人作屬靈認領的禱告

- (1) 反覆用以下禱告來為人代禱 親愛的救主，感謝你為世人的罪死在十字架上 我相信你不只是我的 救主 更是萬人的救主。 主！你不願有一人沉淪乃願人人都悔改得救 因此我要奉主耶穌基督的名宣告已被你的寶血贖回來不再屬於撒旦他的生命原本就屬於你 並且理當單單屬於你敬拜事奉你。
- (2) 親愛的聖靈！我求你不斷在的生命中動工開啟醫治他的心眼拿去一切黑暗權勢的矇蔽與攔阻 掃除他生命中一切的世俗纏累 使他能快快認識到耶穌是他的救主奉耶穌的名我要斥責捆綁那 面作邪靈不容許任何黑暗的權勢繼續殺害、毀壞的生命，福音的真光要臨到，無所不在的主！我求你在他的環境中向他說話 讓他無法拒絕你的邀請也讓他的心漸漸向你開放向教會的弟兄姊妹敞開向神的真理敞開求你透過環境來柔軟他的心田除去他的石心賜給他新心、新靈能早早認識基督的奧秘。神！我也求你膏抹我的生命恩待我和之間正在發展建立的關係求主幫助我在他面前一直有美好的見證能吸引他渴慕來認識你求你賜給我你的愛並指教我如何來愛他 求你賜給我傳福音的恩賜 使我能把握住合適的機會帶領他信主，我把我自己及都帶到你的施恩寶座前求你垂聽孩子的禱告 奉耶穌基督的名 阿們！

11、 五祝福、禱告

- (1) 認領5個人
- (2) 連續5週
- (3) 每週5天
- (4) 每天5分鐘

12、 身體狀況

- (1) 求主賜他(她)健康的身體
- (2) 求主醫治他的疾病
- (3) 求主供應他日用的需要
- (4) 宣告神是他在危難中的保障

13、 工作情形

- (1) 忠心勤奮的工作，敬重雇主
- (2) 成為工作的主人，善用時間
- (3) 為主在工作地方作光作鹽，見證
- (4) 成全別人，顧念他人的需要

14、 內心世界

- (1) 有一個知足常樂的心
- (2) 不憂慮，凡事交託給神
- (3) 不存惡念，卻樂於作美善的事
- (4) 常饒恕人，不以怒氣成就神的義

15、 人際關係

- (1) 求主使他對神對人有信心和愛心
- (2) 求主的恩慈常引領他回到主面前
- (3) 求聖靈開他的眼耳心，常倚靠神
- (4) 求聖靈教導他一切所行的事

16、 屬靈方面

- (1) 求主祝福他和神及各種人際關係
- (2) 求主為他預備屬靈同伴一起禱讀
- (3) 求主醫治他在破裂關係中的傷害

(4) 求主使他成為一個使人和好的器皿

(廿三) 給父親的七個能力：偉大的爸爸，擁有神賦的權柄，怎能不運用出來呢？你需要從上頭而來的祝福與能力！透過宣告、依靠獨一的 真神你可以支取、行使以下的七個祝福與能力：

- 1、 耶和華加摩拉：執行公義持守公平的能力。
- 2、 耶和華海里翰：敬拜真神順服聖靈的能力
- 3、 耶和華以勒：提供資源調濟窮人的能力。
- 4、 耶和華麥基：管教兒女敬畏天父的能力。
- 5、 耶和華尼西：發揚真理得勝情慾的能力。
- 6、 耶和華沙巴奧：統領全家行使權柄的能力。
- 7、 耶和華示肯紐：傳揚救恩見證基督的能力。

(廿四) 給母親的七個祝福偉大的媽媽，不斷的付出…如何能不疲累呢？

妳需要從上頭而來的祝福與能力！透過敬拜認識獨一的 真神，妳可以支取以下的七個祝福與能力：

- 1、 耶和華以羅伊：滿有創意與生命的活力
- 2、 耶和華何西紐：建立兒女品格的塑造力
- 3、 耶和華麥加達：精鍊辨明是非的洞察力
- 4、 耶和華羅以：領受安慰得鼓勵的心力
- 5、 耶和華拉法：重建身心靈健康的體力
- 6、 耶和華沙龍：享受家庭關係的親和力
- 7、 耶和華沙瑪：平伏人生波折的穩定力

(廿五) 為孩子祝福

- 1、 敬畏神：奉主耶穌基督之名：我祝福你全心敬畏神，尊崇主為大。你必因遵守主道而歡喜。你必不懼怕人——無論老少——及他們反對你的話語及行為。只要你敬畏神和順服祂的話，環境必不能使你動搖。我祝福你，願你以高度的警覺性，恨惡神所恨惡的事：高傲的心、撒謊的舌、無節制的口，和圖謀惡計的心。祂的旌旗必在你 以上，因你認識祂是真理和公義的神。
- 2、 清楚指引：奉主耶穌基督之名：我祝福你，願耶和華保護你，從今時直到永遠。願你謹慎腳步，走在神所為你定的道路上，不偏左右。願神引導你立定你的腳步，喜愛你的道路。願你在神允許發生的事上，學會祂所教導的功課。若你定睛在祂身上，生命必充滿歡喜快樂。
- 3、 確信：奉主耶穌基督之名：我祝福你確實相信：當你迷失，神必尋找你；當你受傷，祂必纏 裹你的傷處；當你生病，祂必剛強你。是的，祂必如同牧人尋找 羊群般尋找你。你若偏離正路，祂必領你到平坦之地。祂永不撇下你，也不丟棄你；主是幫助你的，你必不懼怕。主所親愛的，必在祂裡面安然居住。因祂以慈愛保守你，免於各樣傷害。你可以確信，神必成就祂所應許的。
- 4、 智慧：奉主耶穌基督之名：我祝福你得著屬天的智慧和辨識力。願你常存敬畏神的心，謹守 祂的道，因這是智慧的泉源。願你在屬靈的知識和悟性上不住長進，使你能分辨是非。如此必 能保守你內心的清潔，無可指摘，直到主再來的日子。智慧必保 守你免於災殃，得享喜樂。願你常存智慧之心，以善行來表明你是神的孩子。使榮耀、讚美 多多歸給神。
- 5、 聖潔：  
奉主耶穌基督之名：我祝福你眼目不看虛妄的事，也不隨從愚妄的人。願神開你的眼，使你看見因遵行祂律法所將產生的奇妙之事，明白祂的道是完全的。惟有耶穌基督所灑的寶血，能使人完全聖潔。你若手潔心清，過討神喜悅的生活，神就必賜

福與你。

6、 基督的心：

奉主耶穌基督之名：我祝福你以基督的心為心。你必有清晰的頭腦，能公平的判斷 願你今天以智慧在世上榮耀神。願你的心充滿神的話，常常讚美神。我祝福你有智慧和聰明的靈，並知識的靈。因著你的思想方式，今天你必蒙福。因你的智慧超過實際的年齡，你的老師必稱讚你。

7、 才能：

奉主耶穌基督之名：我祝福你清楚看見神所賜給你的才能；在神賜你的工作崗位上，勝任愉快。願你看出自己是個充滿潛力的人。聖靈隨時願意幫助你，使你能發揮自己的恩賜。所以只管求助於祂 願聖靈的恩賜和果子在你身上顯明，叫他人得幫助。我祝福你，願神的恩膏多多加給你，好叫神在你一生中的計劃得以成就。

8、 服事：

奉主耶穌基督之名：我祝福你，願神成就在你身上的計劃，祝福你的工作和服事。神已按著祂的旨意恩膏你，好成就祂所交付你的工作。祂曾說，你們要去結果子。所以，興起，發光罷 讓祂的光和榮耀臨到你。尋求祂清楚的指引，知道該怎樣預備自己(包括方法、時間、地點)，接受祂所預備的工作和服事，成就祂在創世前的計劃。

拾伍、 40 天禁食禱告

- 一、 目的：禁食的動機要純正，不是為了屬靈的驕傲，要尋求神啟示禁食的目標，要有具體且重大的目標。
- 二、 思想：不是為了忍受飢餓，乃是為著神的國快樂地進行。
- 三、 日記：寫屬靈日記，記錄身體及靈性的歷程，禱告得應許的情形，四周的神蹟奇事，所見的異象……
- 四、 禱告同伴：讓有些人知道，可以與你一同爭戰，扶持你，特別在你身體軟弱時或受到仇敵攻擊時，找人一起禱告很有幫助。
- 五、 敬拜讚美：多讚美，唱敬拜詩歌，用方言禱告，身體的力量會復原，容易得勝。
- 六、 喝水與果汁：多喝水與果菜汁，要用新鮮的蔬菜與水果的榨汁，罐頭不好。若排便有問題，可吃點水果增加纖維素。
- 七、 照常作息：生活可以照常，不可過度運動、勞力或閱讀；散步、讀經、輕鬆工作都是好的，不影響開車，睡眠足。
- 八、 疾病：書上寫精神病，注射胰島素的糖尿病，孕婦等不可禁食，其實禁食是最佳的治療法。
- 九、 分段進行：禁食前有兩天得預備，採三天、七天、十天、二十一天、三十天、四十天的禁食漸進法。
- 十、 清潔：經常沐浴，不可用過熱的水，經常刷牙，以防口臭，不宜吃口香糖。
- 十一、 禱告山：如能分出幾天去禱告山會更容易，居家禁食，要防備從家裡來的試探引誘。
- 十二、 禁食後：學習節制的功課，才能承受住祝福，剛開始時不吃固體，不吃油膩，避免吃過多。

拾陸、 1 小時為 30 事項禱告(每項只要 2 分鐘!)

序號 時間 禱告內容

- 1、 01-02 分鐘 各種關係 - 與神, 夫妻, 親子, 同事, 弟兄姐妹, 親人, 鄰居
- 2、 03-04 分鐘 敬拜 - 個人的, 小組的, 教會的敬拜氣氛
- 3、 05-06 分鐘 禱告 - 方言禱告, 個人, 小組及全教會禱告的提昇
- 4、 07-08 分鐘 讀經 - 默想 相信, 研讀, 傳講, 聆聽神的話 以致能行出神的話
- 5、 09-10 分鐘 主日崇拜, 小組聚會, 各類聚會在聖靈中的品質

- 6、 11-12 分鐘 對主的感恩 - 能凡事謝恩, 在每件事中都能看見神的恩典
- 7、 13-14 分鐘 認識神 - 對天父, 耶穌, 聖靈更深的認識, 明白祂的心意
- 8、 15-16 分鐘 經歷主 - 在工作, 生活, 服事中更多經歷神的大能
- 9、 17-18 分鐘 委身 - 不計代價向配偶, 家人, 小組, 教會, 基督委身
- 10、 19-20 分鐘 事奉的心志及在小組職份的提昇 - 組員, 核心同工, 實習 組長, 實習區長, 區長, 區牧, 人人服事總動員
- 11、 21-22 分鐘 屬靈恩賜操練使用, 並求主更多恩賜
- 12、 23-24 分鐘 權能事奉, 小組, 教會, 與聖靈同工, 彰顯神的權能
- 13、 25-26 分鐘 經歷神更深的醫治 - 肉身, 心靈, 饒恕, 釋放, 拆毀, 重建
- 14、 27-28 分鐘 渴慕主, 愛慕真理, 做主工
- 15、 29-30 分鐘 奉獻 - 生命主權, 時間, 才幹, 金錢, 家庭開放
- 16、 31-32 分鐘 順服的美德, 由願意的心到行動, 由掙扎到甘心樂意順從
- 17、 33-34 分鐘 合一 - 同心合意, 夫妻, 家庭, 同工, 小組, 教會, 眾教會在 主裡合一
- 18、 35-36 分鐘 結出聖靈的果子(仁愛, 喜樂, 和平, 忍耐, 恩慈, 良善, 信實, 溫柔, 節制)
- 19、 37-38 分鐘 領人信主 - 個人, 小組, 教會的宣傳動力, 策略, 人力
- 20、 39-40 分鐘 社區關懷 - 福音行動, 有創意的佈道並人人創建新關係 福樂社區及教育中心能按神的心意多有發展並結出福音 果子
- 21、 41-42 分鐘 牧養的落實, 肢體彼此牧養, 新人關懷
- 22、 43-44 分鐘 宣教 - 國內外植堂, 海內外, 大陸宣教, 福音隊
- 23、 45-46 分鐘 裝備門徒 - 一對一守望裝備, 生命傳承帶出門徒
- 24、 47-48 分鐘 門徒訓練, 各種同工訓練, 人人受訓練, 更有果效服事主
- 25、 49-50 分鐘 小組和教會有親切, 活力, 不斷增長的屬靈氣氛
- 26、 51-52 分鐘 求主多加添信主受洗人數, 小組數目, 全職獻身人數, 小組 聚會人數, 投入服事行列的人數, 在質、量、及靈命上不斷 增加
- 27、 53-54 分鐘 青少年的福音事工, 投入此項事奉的同工質與量的提昇
- 28、 55-56 分鐘 兒童的福音事工, 同工的委身, 質與量均提昇
- 29、 57-58 分鐘 老年人的福音事工, 同工的委身, 質與量均提昇
- 30、 59-60 分鐘 專業人士的福音事工, 同工的委身, 質與量均提昇
- 拾柒、 謝飯時為教會禱告: 請會眾每天在謝飯禱告時分類為教會禱告
- 一、 為神過去多年建造(你所屬之教會)到如今感謝神。為神感動一批同工 參與教會中國度的事奉來稱頌神
- 二、 請為牧者及教牧團隊提名代禱:
- (一) 求主賜給主任牧師及教牧團隊智慧、啟示謀略、知識、能力和敬、畏神的靈來帶領教會;更多經歷神的同在, 見證聖靈的權能讓會眾靈命得著更深的造就整體基督的身體有體質和數量上的增長
- (二) 奉主耶穌基督的名宣告(你所屬之教會)是一個生養眾多的教會也是生養眾多的教會之母教會
- 三、 請為區長及統籌主任提名代禱:神祝福他們的事業靈命成長及健康平安, 耶穌基督的恩惠和品格, 藉更多生活體驗顯揚來塑造他們的生命 聖靈恩膏他們在生活和職場中, 大有能力地見證主、帶人信主、愛主; 小組, 教會中多得關愛和造就從上領受教牧團隊之門徒訓練彼此間能多交流支持向下常為下屬同工做禱告遮蓋和牧養關懷。
- 四、 請為組長和部門主管, 任務組長題名禱告:神祝福他們的事業靈命成長及健康平安, 耶穌基督的恩惠和品格藉更多生活體驗顯揚來塑造他們的生命聖靈恩膏他們在生活和職場中, 大有能力地見證主帶人信主愛主; 小組教會中多得關愛和造就每個小組的組員天天能禱讀靈修多親近主。組員渴慕多受裝備得著守望靈命多有成長; 各個小組

一年內都 有質與量的倍增分組。

- 五、 使用「雅比斯的禱告」(代上 4:10) 為教會全體會眾代禱：神祝福予全體會眾。神擴張我們個人小組和教會的境界(影響力、質與量的倍增) 神常與我們同在神保佑我們不遭患難，不受艱苦。
- 六、 奉耶穌基督的名宣告：神在教會中建造更深廣的宣教植堂文化：每位會眾都以「我的生命就是宣教我的生活就是福音」為人生目標的主導全體會眾與牧師一心一意同聲同氣地建造教會成為一個靈命健壯滿有聖靈來遵行神的道路之教會全教會與牧師一心一意同聲同氣地成為積極主動投身愛家庭愛小組愛教會愛社會(負責任常代禱)的會眾 教會能開拓新教會邁進神賦予教會普世宣教、植堂的使命呼召。

附錄一：靈修心得紀錄

經文：	日期	起床	睡眠
神對我說了什麼？			
我對神說了什麼？(禱告回應)			
今天應當採取的行動？(應用)			
神對我說了什麼？			
我對神說了什麼？(禱告回應)			
今天應當採取的行動？(應用)			

附錄二：重要經文背誦 (過新生活)

序號	經文出處	重點
1、	加拉太書 2:20	基督是中心
2、	羅馬書 6:4	基督是中心
3、	羅馬書 14:7-8	基督是中心
4、	提摩太後書 3:16	神的話
5、	約翰福音 16:24	禱告
6、	約翰一書 1:9	禱告
7、	以弗所書 2:19	合一
8、	加拉太書 3:26-28	合一
9、	希伯來書 10:24-25	交通
10、	傳道書 4:9-10	彼此守望
11、	約翰一書 2:13	彼此守望
12、	馬太福音 4:19	見證
13、	路加福音 9:23	以基督為首
14、	路加福音 6:38	慷慨的捐助
15、	瑪拉基書 3:10	慷慨的捐助
16、	馬太福音 28:18-20	福音傳遍世界
17、	提摩太後書 2:15	盡心
18、	哥林多前書 9:22-23	接納他人
19、	以弗所書 6:12	屬靈爭戰
20、	哥林多後書 10:3-4	屬靈爭戰

- 21、 加拉太書 5:16-17 屬靈爭戰
- 22、 以弗所書 6:17-18 屬靈爭戰

附錄:重要經文背誦 (傳揚基督)

- 1、 以賽亞書 53:6 人人有罪
- 2、 希伯來書 9:27 罪的刑罰
- 3、 彼得前書 5:5-6 謙卑
- 4、 約翰福音 3:16 基督代付贖
- 5、 以弗所書 5:3 聖潔
- 6、 彼得前書 2:24 基督代付贖價
- 7、 利未記 19:1 誠實
- 8、 以弗所書 2:8-9 救恩不在行為
- 9、 希伯來書 11:6 信心
- 10、 約翰福音 1:12 必須接受耶穌
- 11、 羅馬書 4:20-2 信心
- 12、 約翰福音 10:10 必須接受耶穌
- 13、 加拉太書 5:22-23 結果子
- 14、 路加福音 19:10 必須接受耶穌
- 15、 約翰一書 5:11-12 得救的確據
- 16、 羅馬書 10:9-10 得救的確據
- 17、 約翰福音 3:34-35 愛心
- 18、 詩篇 119:1 我將你的話藏在心裡、免得我得罪你。

附錄:重要經文背誦 (依靠神的資源)

- 1、 約翰一書 4:13 祂的靈
- 2、 以弗所書 2:21-22 祂的靈
- 3、 羅馬書 8:38-39 祂的愛
- 4、 約翰一書 4:17 祂的愛
- 5、 提摩太後書 1:1 祂的信實
- 6、 哥林多前書 10:13 祂在試探中幫助
- 7、 彼得後書 3:9 祂的寬容
- 8、 以西結書 18:23 祂的寬容
- 9、 腓立比書 3:20-2 祂的盼望
- 10、 路加福音 17:20-2 祂的同在
- 11、 耶利米書 33:3 祂的引導
- 12、 箴言 3:5-6 祂的引導
- 13、 帖撒羅尼迦前書 5:23 祂的保守

- 1、 默想經文, 參考上下文, 明白所指真義
- 2、 將全段出聲唸多遍, 每次將主題章節出處經文, 一口氣唸完
- 3、 開始背誦, 先開聲邊唸邊記, 由主題, 章節出處, 及首句經文成為一組來記, 之後再逐漸多加第二句, 第三句等
- 4、 選容易集中精神的時間, 如睡前或起床時
- 5、 在腦海中將經文情節化或圖畫化, 或是將有關內容, 細節連接, 定位於一組的事物上 (如一個房屋內的各種擺設, 或 經文名字在聖經書的排列位置等), 這些都有助我們更容易記憶
- 6、 背唸時, 多思想如何將所背經文應用在日常生活, 或與生活拉上關係

- 7、 把握時間空檔如等人, 行路和駕駛時去記憶和重溫
- 8、 默寫有助於找出不易察覺的錯誤來. 背聖經必須一字不漏、一字不錯, 完全準確
- 9、 開始背經後, 必須每天溫習至少一次, 連續溫習七天。然後, 第二週起至少一星期兩次, 最後第三週至少一星期 一次
- 10、 建立在不斷重覆溫習與常常默想(可以邊默想邊入睡

幫助解決情緒困惑的經文 (疑難時的幫助)

冷淡時	約壹 1:4-9	恐懼時	太 10:28
苦惱時	林後 1:5-7		提後 1: 7
失意時	羅 8:31-39		來 13:5-6
患難時	路 8:22-25	憂慮時	太 6:19-34
信心失落時	來 11:32-34		腓 4:6
孤獨時	來		彼前 5:7
需要神保護時	腓 4:19	灰心時	太 5:11-12
生活需要規律時	羅 12:9-16		林後 4:8-18
懷疑時	羅 4:17-2		腓 4:4-7
離家時	約 20:24-29	朋友背棄時	路 17:3-4
	來 11:8-10		羅 12:14-2
悲傷時	來 15-16		提後 4:16-18
面臨危機時	太 5:4	祈禱時	羅 8:31-39
	林後 1:3-4		路 11:1-13
愁煩時	太 6 25-34		需要平安時
	來 4:16	約壹 5:14-15	
有困難時	約 16:20-22	病痛時	
	彼前 5:7-1		約 16:33
感恩時	約 14:1-4		受試探時
	來 7:25	腓 4:6-7	
得勝時	帖前 5:18	受試探時	
厭倦時	來		羅 5:3-5
	羅 8:31-39		林後 12:9-10
哀慟時	約壹 1:4-5	受試探時	可 9:14-29
	太 11:28-30		太 26:4
	林前 15:57-58		林前 10:12-14
慾望時	加 6:9-10	受試探時	腓 4:6-7
	太 5:4		雅 1:12-18
	約 14:1-4		彼後 2:9
	林後 1:3-4		
	帖前 4:13-18		

幫助解決情緒困惑的經文 (生活中的引導)

仇恨時	太 5:43-48	自誇時	路	18:9-14
論斷時		自負時	路	3:7-9
奉承時	太 7:1-5	貪	可	7:21-23
	太 7:2	婪時		
慾望時	可 4:18-19	污穢時	太	15:17-20



驕傲時	約壹 2:15-17	死亡時	約	11:25-26
報復時	羅 12:17-2	虛偽時	太	23:27-28
自高時	路 14:1	墮落時	約	3:19-2
自義時	路 18:11-12	離異時	可	10:2-12
犯罪時	約 8:34-36	疑惑時	太	14:28-3
順服時	彼前 2:13-17	酗酒時	路	21:34-36
咒罵時	西 3:8	仇敵時	太	5:43-48
試探時	林前 10:13	推辭時	路	14:15-24
苦難時	約 16:33	浪費時	路	5:11-24
情慾時	約壹 2:15-17	說謊時	啟	21:8
姦淫時	太 5:27-32	挑剔時	太	7:1-5
逆境時	太 10:16-39	害怕時	路	12:5-9
動怒時	太 5:22-24	私慾時	羅	13:14
憂慮時	太 6:19-34	貪心時	路	12:15-2