

祷告操练分享集（十八）



联合祷告训练中心

禱告操練分享集的目的是從把「禱告操練與傳遞」一書，或該書的錄影課程 20 卷學習禱告操練後的感受寫成短文，和一些別的禱告操練和見證。我們把這些短文搜集起來變成禱告操練分享集。每一集以不超過 10 篇文章，期盼將來不斷的有分享文集出現。

每集的作者可以相同，但每集出版的日期前後不同，以顯示出我們操練的過程，有高有底，有不同的處境，但一直往前走。這些電子板的分享集就成為我們帶領弟兄姊妹并彼此鼓勵去學習禱告的生活往前走的激勵和動力，對作者本人也有自省的作用，省察我們自己的禱告生活在那方面有需要進步的地方去努力。這二方面對訓練達到禱告勇士 300 的目標有極大的幫助！

謝謝每位提供文章的禱告同工們，願神祝福你們，使用你們！

禱告訓練中心主任
黎廣傳 敬上
2024 年 3 月

牧者和同工对书本和书本录影课程的回应

对「祷告操练与传递」一书：

（黎）牧师的【祷告操练与传递】一书，我又读了两遍，得到极大、极大的帮助，感谢主，谢谢牧师。

对「祷告操练与传递」21 个视频：

黎老师好，平安！圣诞新年快乐蒙恩！仔细听了前面 5 课，也大致一直翻到最后，[Thumbs Up]非常不错！佩服您忠心的负担、信息、组织与毅力。正在思考如何应用在国内家中。。。[Heart]—

Thanks, John, for the links re: several video recordings.

I watched some of them and found that you have a very unique way to contribute to Chinese churches, beyond the Bay Area.

This is a missing aspect of Chinese churches: spiritual discipline and congregational mobilization in deeper life.

I pray that you will be able to mobilize the entire team locally and with video recording available to others globally.

激發禱告熱情，培植禱告同工使教會成為萬國萬民禱告的殿。

《禱告的操練與傳遞》這本書是一個火種。我們各位同工應該是把這個火種燒旺起來。實踐這個使教會成為萬國萬民禱告的殿。

先從我們同工開始。經過參加黎牧師這本書的操練課程，畢業后，可以分成二人一組，到各個教會去教導弟兄姊妹一起來學習禱告的操練。

禱告勇士 300 異象的實行計劃

我的禱告為何不蒙神答應？

我如何在很短的時刻（quality time）在禱告中與神相遇？

我如何使我的教會熱愛禱告？

如果上面是你的問題，這個計劃就適合你來參加！

內容

徵召並訓練全球禱告勇士 300 人，和徵召 300 篇个人祷告操练分享文章，使参与者每天有固定半個小時的禱告操練生活，使禱告的生命有長進，影响教會，实现主耶稣的异象：使教会成為萬民禱告殿！

報名可點擊以下鏈接：<https://forms.gle/gV9XVYiizVgrUfpz6>

为何要祷告半个小时？

主耶稣的教导

得着能力

祷告是互动

匆忙等于祷告死亡

四种方法

基本操練方式

主禱文的模式

讀禱慢板方式

讀禱快板方式

分工

小組人數 小組數目 達到目標

2 x 150 = 300

3 x 100 = 300

4 x 75 = 300

5 x 60 = 300

策略

四命：分享生命，扶持生命，影響生命，傳遞生命。

六動：與神互動，與人互動，大家來動，一直要動，靠神去動，必然轟動。

基本操练方式的訓練材料（推荐）：

为了配合上述的异象，黎廣傳牧師所著的「禱告的操練與傳遞」一書（繁體和簡體）可以在網上購買。並且有該書的國語和粵語視頻 20 課可以在 YouTube 免費下載，有教會已經開始採用這本書和視屏作為主日學，小组培训教材之用。目的用來推動信徒每天禱告 30 分鐘的操練之用。歡迎大家使用！

購書鏈接：

<https://app.thebookpatch.com/BookStoreResults?search=Carol%20Ma&ddl=authors>

該書的國語 YouTube 視頻：

<https://www.youtube.com/watch?v=HaVdAGaQpgQ&list=PLi5apS71jX3C8PP0bSPEP4EibuanKVB8b>

粵語 YouTube 視頻：

https://www.youtube.com/playlist?list=PLi5apS71jX3D-7akoiPx99Xl_x4CF-w6k

動力

（熱）情，（深）入，（廣）泛，（恆）久。

榜樣

（主耶穌，使徒保羅，但以理）

啓動

鼓勵弟兄姊妹參與每星期一禁食一餐來操練半個小時的禱告的時段。換句話說起碼一個禮拜有一天操練半個小時禱告，然後慢慢地在其他每天的禱告時間裡面有進步，成為每天有固定的半個小時禱告生活。

個人啟動：

禱告四操練（ACTS）：

敬拜讚美（五分鐘）+ 認罪自省（五分鐘）+ 感謝主恩（五分鐘）+ 代禱（十五分鐘）= 三十分鐘。

早上不同時刻（二個五分鐘）+ 中午不同時刻（二個五分鐘）+ 晚上不同時刻（二個五分鐘）= 三十分鐘。

早上或中午不同時刻（十五分鐘）+ 晚上不同時刻（十五分鐘）= 三十分鐘。

小組啟動：

另外開始禱告去尋找有心去學習禱告的肢體把們組合成一個門徒小組。這個小組（可以從只有二人到五人都可以）在不同的在大家許可的日期，時間，方式去學習「禱告操練與傳遞」這個視頻的課程，和閱讀「禱告操練分享文集」，彼此激勵，互相關懷，和彼此代禱，達到「兩訓啟動，心里跳動，必有行動」的境界！兩訓就是門訓（關心同工），和教訓（分享主話），像主耶穌帶領以馬忤斯兩個灰心的門徒，使他們生命有翻轉一樣（路 24:13-35）。

完成了這 20 個課程后，大家的禱告生命以及禱告時間的操練上定必有進步，往前邁進，會到達每天能夠用半個小時的時段去禱告，而且禱告的生命會越來越豐盛，滿足，和盈溢！

啟動的果效：

「活水江河」和「丰盛」的屬靈生命，就會呈現在我們的生活里，包括：神迹奇事，靈命提升，危機突破，宣教異象。

透過上面從個人的禁食禱告操練到尋找成為立門徒小組的建立，全球禱告勇士 300 的異象，定必有靠著主的恩典，假以時日能夠達到！

谢谢黎牧师的邀请。要我写一篇关于祷告的文章。我想引用帖撒罗尼迦前书第五章，其中提到要“不住地祷告”。我第一次听到这节经文是我信主大概一年的时候，当时我在大学生团契分享如何祷告。我记得，听完一位讲员关于灵修的讲章后，我以此为蓝本，准备讲解如何进行 15 分钟的祷告。但是，分享结束后，我们团契的辅导用这节经文告诉我：15 分钟并不是我们祷告的目标，神的心意是让我们不住地祷告。当时我心里在想，不住地祷告怎么可能呢？与神交流难道会有那么多内容吗？我认为他在夸大其词。因为在我自己的经历中，每当我早上闭上眼睛祷告的时候，往往会想到各种杂事，很难集中注意力。过了一会儿，圣灵才会提醒我：“你都还没有开始祷告呢！”那时，我认为能够祷告 15 分钟已经很不错了。

现在，时间已经过去二十多年。再思想这节经文，我仍然相信没有人可能一天 24 小时都在祷告，但我们应该不断地与住在里面的圣灵对话。我们属灵生命的实质就是与神相交，就是祷告。有属灵前辈说过，祷告就好像是属灵的呼吸。作为一位牧者，这句圣经再真实不过了，因为神呼召我来祷告和传道。

圣灵教导我天还未亮时就睁开眼睛；一天之中，我要做的第一件事就是专注于神，即便已经有许多事在等待我去做。但是神提醒我，他才是我侍奉的主，我最美好的服饰就是来到他面前。这个时候，我要再次认罪，承认主耶稣基督是我的救主，他为了我的罪在十字架上舍命，第三天从死里复活。只通过主耶稣我才能来到天父面前，称神为我的阿爸父。此时我的祷告重点不是祷告事项，而是享受父神对我的爱，我知道父神会因我来到他面前而欢喜，我单单与他亲近，默想他的美好而敬拜他，并且持续将我的心思意念放在耶稣基督身上。

当时间允许时，我会跪在主面前，平静自己的心，静默等候主耶稣基督在圣灵中对我说话。很多时候，圣灵的声音是非常微妙的，我便学着在他面前同样静默，因为我知道只要奉主耶稣的名，我就可以进入父神的面前。而圣灵常常用极其微小的声音对我说话，有时一些圣经的话语会在我心头浮现。这些圣经的话对我也都是非常宝贵的，让我能对神的话语有更深入的认识。我也会根据这些圣经，在神面前默想一段时间。这些思考常常帮助我预备讲章，或者在中学圣经课上教学。然而，很多时候即使不拿这些经文去讲道或教课，单纯思索也使我感受到主恩的滋味，理解他的美善和可喜悦的旨意，心灵已经感到满足。

之后是我与妻子共同祷告的时间。我们轮流开口祷告，这时我会以主祷文作为祷告的框架。如果想到需要代祷的事，也会记得主耶稣教导我们先求神的国和神的义。当然，基于我现在的角色，需要祷告的事情很多。例如为妻子的工作和属灵成长祷告，为两个在大学的孩子祷告，特别求神让他们心里敬畏神，学业和其他都是次要的。求圣灵在年轻人心里动工，使他们信心坚定地跟随主，认识他是真神，并渴慕神。

作为父亲，我深知孩子们生命中的软弱，我需要经常为此祷告，求圣灵特别保守他们。作为人子，我要为年迈的父母祷告，他们的身体往往需要照料，也要祷告还未信主的母亲得到救恩。在教会中，我们是一个很小的群体，但很感恩的是我们都知道每个弟兄姊妹的需要。不管是我的妻子还是我自己，每天都会逐一为几乎所有的弟兄姊妹祷告，将他们的需要交托神手中。有的人身体不适，有的人孩子找工作，有的人的先生还未信主，有的人的孩子远离神.....所有的需要我们都带到神面前。这是神给我们的负担。每当觉得事情繁多时，我会想起旧约大祭司身披以弗得，胸前镶嵌着代表以色列十二支派的宝石，意味着要将所有的百姓在神面前代求。我们也确信圣灵听我们的祷告，我们的祷告像香气蒸腾到神面前蒙悦纳。没有比这更美好的事奉了。

早上祷告结束后，我就要投入到忙碌的一天生活中。但圣灵经常提醒我，要以祷告为重。在学校里，我会遇到大批学生，虽然无法深交，但在与他们问好后会尽力在心里为他们祷告，求神在一天中保守带领。我教的一个圣经班有 30 个学生，上课前我会为每个学生祷告。上课时也会询问他们的祷告事项，虽然不是每个人都会开口，但我会认真地把他们的需要带到神面前，甚至记住学生的宠物和生病情况。一些大事也会天天纪念。例如这个月一个学生的牧师父亲过世，我每天为神安慰他的家人祷告，也尽力帮助他们，参加追思会，为家人准备晚餐。

作为教会和学校牧师之一，我的祷告小组有 12 位老师，每周一收到他们的祷告事项后，我会花时间为每个需要祷告。在教会事工中，圣灵也提醒我在回邮件、计划事工、探访弟兄姊妹时要祷告。讲章的准备更离不开祷告。求神帮助我明白神的真理，让信息成为听者的帮助。在各种聚会前，我也会为要来的参与者祷告。在聚会的开始和结束当然也离不开为参与者祷告。如果是听别人讲道或分享，也不能忘记求神使用这些信息成为听者的祝福。

作为一个小教会的负责牧师，需要我祷告的事情确实很多。但是我还没有做到

完全不住地祷告，常常还是会忘记，求神赦免。我知道我的救主永活，主耶稣基督用他宝血天天洗净我的罪过。我明白自己还远未达标，只是刚刚起步向目标直跑。神向我们应许天上荣耀的赏赐，我们的道路也必然经过苦难，这样才能更深体会主在客西马尼的祷告和他的十字架。

《祷告操练及传递》一书的学习及操练心得 Holly

疫情后我来到了一个新教会，非常荣幸地参与了黎牧师的《祷告操练及传递》一书的学习。当我重新学习 ACTS (Adoration-Confession-Thanksgiving-Supplication)时，书中推荐了5-5-5-15 分钟 ACTS 法。在操练中，我的 T(Thanksgiving，感恩)部分不容易做到5分钟。神让我看到这也是我缺乏喜乐的原因。

感恩要为神救恩的特殊恩典及身边一些祷告的事情感恩。感恩不是只为已成就的是，更要为正在祷告神将要成就的事来感谢。正如在五饼二鱼的神迹中，“耶稣就拿起饼来，祝谢以后，分给那些坐着的人，把鱼也如此分了，他们要多少就给多少。”(约6:11). 诗篇50：23 也告诉我们“凡以感谢献上为祭的，便是荣耀我。那按正路而行的，我必使他得着我的救恩。”就是说，感谢是能打通我们与神之间的正路，此路使神能将救恩赐给我们。在那三个月学习过程中，我就要求自己每次祷告时要感恩5 分钟，经过一段时间后，我发现自己比以前更喜乐，更有盼望了，也更能明白祷告时圣灵的带领。谢谢黎牧师所给出的可行有效的时间分配方法。

我也非常赞同黎牧师所提的【二人四要】门徒训练方法，这正是主耶稣如何带他的门徒“Come and you will See” (约1：39)。去年，我和两个新来的姊妹开始了这段分享生命，扶持生命，影响生命，传递生命的伙伴关系。在那几个月中，我们每周一次聚1小时，分享几节经文，一起祷读，再用那经文彼此代祷祝福。不久，每个人都不再害怕开口祷告，祷告的内容也更靠近神的心，有时神的灵充满我们，引导我们进入认罪，悔改中。后来，我们就开始为下一代，家中尚为信主的家人祷告。之后，家人就从不去教会任何活动到慢慢可以来参加一些的活动和营会。伙伴们对祷告有了新的信心，读经也更有开启。感谢牧师的推广，使神的家有更多的门徒兴起发光，借着祷告，使神的旨意能够行在地上，如同行在天上。

感谢赞美主，愿颂赞、尊贵、荣耀、权势，都归给坐在宝座上的那位和羔羊，直到永永远远！（启5：13）阿门！

只要信就能得着的见证 丁大建 姐妹

通过学习圣经，马太福音第 7 章第 7 节，圣经上说：你们祈求就给你们，寻找就寻见，叩门就给你们开门。马可福音第 11 章第 24 节，圣经上说：所以我告诉你们，凡你们祷告祈求的，无论是什么只要信是得着的，就必得着。

我通过以上二段经文的学习，抓住了我们神的应许。在 17 年前，我儿子到了谈婚娶妻的时候。我每天伏服在神的面前祈求上帝，赐给我一个有爱心，勤劳的媳妇。经过二年在神面前迫切的祷告，我们的上帝听了我的祷告和呼求，为我预备了一个合我们心意的儿媳妇。感谢主！赞美主！我们的神是应称颂的。他没有推却我的祷告，也没有将他的慈爱离开我。我真是满心的感谢我们神，赞美我们的神。

自从我儿子结婚 17 年以来，我们四代同堂，何等的善，何等的美。我们的神为我预备的是最最好的。我家里是四世同堂，母亲已经 93 岁了。全家人 17 年来从来没有吵过一次，彼此相爱，互相谦让，尊老爱幼。哈利路亚赞美主！唯有喜爱，遵守，听从耶和华的这人便为有福。将一切的荣耀，尊贵，权柄都归给我们的神。

我和妈妈每天早晨 5 点钟起来祷告。

1.感谢赞美神，唱二首赞美诗歌。

2.先求神的国和义，求上帝拯救世界上所有的还没有相信神的人，因为神的旨意是愿人人都悔改得救。为家人，丈夫，儿女还没信主的人，亲戚朋友，邻舍们祷告，祈祷他们都能认识我们独一的真神，走出黑暗进入光明，成为上帝所喜悦的子民，孩子，愿人人都悔改得救。

3.认罪悔改，天天有想错，做错，讲错，有隐而未现的罪，骄傲的罪，论断别人的罪等，求神赦免。

4.为国家君王祈祷，为教会牧师，长老祈祷：求主赐下圣灵恩膏，膏抹上帝亲自拣选忠心又良善的仆人，赐给他们属天的智慧和合而为一的灵，忠心牧养教会中神的儿女；求神复兴中国教会，让教会成为一盏金灯台，愿教会得救的人天天加增，将荣耀归给我们的上帝。

5.为教会软弱的肢体提名祷告。有疾病的，有难处的弟兄姊妹，仰望在上帝手中。

6.也为这世代有许多的战乱，饥荒之地祷告，求主和平的曙光能照耀在世界的各地各处，求主播种忍爱和宽恕，也让我们每一位家人都能来播撒光明和喜乐，愿主圣灵做工与我们同在。天父是我们心里的力量，是我们性命的保障，是我们的避难所，是我们忧患中的安慰，求你按你丰盛的慈爱和怜悯医治教会中有疾病的，安慰有难处的弟兄姐妹，求主帮助，引领，释放他们。

7.为教会的肢体和自己灵命长大，求圣灵帮助改变我们的行为祷告。求神带领，使神的儿女行事为人与蒙召的恩相称，荣神益人，当主再来的时候不撇下我们任何一个，选择神赐给我们上好的福份，努力学习成为聪明的童女。

禱告操練 - 孫慈俠

禱告對每個基督徒來說，就像呼吸一樣重要，是屬靈生命的根基，更是每日生活不可缺少的操練。我曾經因為把時間浪擲在一些沒有意義的事情上而後悔，但卻從未後悔把時間花在禱告上面，因為禱告不僅讓我的屬靈生命得以持續成長，心靈得著滿足與甘甜，更是一個直接服事在神身上，蒙神喜悅的事。

我的日常禱告很簡單，每天早晨跪在主面前，放一卷「晨間默禱」敬拜音樂，先有半小時的安靜禱告，感謝主在生活上豐盛的供應，包含陽光、空氣、雨水，有地方住、有豐盛的飲食和健康的身體，也為家庭、教會感恩；然後來到心中的十字架前面，面對十字架上的主，操練與主同在，感謝祂為我釘十字架受痛苦和羞辱，安靜瞻仰主的榮美，並且求問，有甚麼話祂要對我說，那是我聆聽的時刻，也是我向祂傾心吐意的時刻，有時主會提醒我哪些事還沒弄，哪些事要謹慎，甚至做得不好，要改過來等等；很快地半小時過去，我就進入第二個半小時，讀主的話，用一段時間默想，從主領受當天的嗎哪，並禱讀所領受的經文，從話語中得著智慧和力量。接下來再用十幾二十分鐘或更多時間為家人和教會弟兄姊妹代禱，有時也會花較長時間為區域復興禱告，盼望全地回歸真神。

除了每日早晨固定的禱告，我也操練時常仰望心中的十字架，如同枝子連於葡萄樹的生命狀態。這是更深的屬靈追求，這方面我仍在努力當中，盼望能學習許多前輩的經驗，讓禱告生活更上一層樓！感謝讚美主！

路加福音第 10 章 38-42 節這樣說：耶穌和門徒繼續他們的旅程，來到一個村莊。那裡有一個名叫馬大的女人，接待耶穌到她家裡。馬大有一個妹妹叫瑪麗亞，瑪麗亞來坐在主的腳前，聽他講道。可是馬大因為要做的事情多，心裡忙亂，就上前說：「主啊，我妹妹讓我一個人做這許多事，你不介意嗎？請叫她來幫幫我吧！」主回答：「馬大！馬大！妳為許多事操心忙亂，但是只有一件是不可缺少的。瑪麗亞已經選擇了那最好的；沒有人能從他手中奪走。」

我常常讀這一段話，也常常感嘆自己沒有養成習慣，沒有每天實行這一件不可缺少的事：坐在主的腳前，聽他講道。因此，我身上一直很缺乏「仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制」這些聖靈的果子，無法多多的榮神益人。感謝主，最近聽了兩次黎廣傳牧師關於禱告的信息，我終於下定決心，要每天有半個小時的個人靈修時間，免得繼續的像馬大那樣為許多的事忙亂操心，卻失去那不可缺少的一件事。

今後，我要每天倚靠聖靈的大愛，每天早上 5:30-6:00 坐在主的腳前，聽主講道，與他談心。我要每天按照教會的讀經進度讀一段聖經，邊讀邊禱告；按照經文或感謝、或讚美，或認罪或祈求，或為個人、社區、國家代求。願主憐憫我，使我成為屬靈的瑪麗亞，能多多榮神益人，蒙主稱許。

祷告的体会和感想 Grace

我是一名新基督徒，圣经还没有学完。对祷告的体会和练习还不多。我对祷告的理解，就是我要和神讲的话。

我个人把祷告分为集体行为或者叫公开行为和个人行为。

公开行为，一般多是随想。随时随地，有感而发，有自己自言自语的，也有和大家一起的。都比较随意。

个人行为比较私密，才是真正意义上和主的交流。向主说话。

一般开头我都要做一个大概提纲。包括感谢什么赞美什么。祈求什么。这两点我都会讲清楚。然后静心，闭上眼睛，放一些安静的音乐，或等候神的音乐。这个音乐有 60 分钟。闭上眼睛完全沉浸在音乐中，完全。等候神的到来。

第一讲赞美主的话。讲过去一个时间一个阶段，神给的应许。这些都是提前想过的。我知道主是喜欢这些的，养成习惯后在和别人交流时，也会先讲一些赞美的话语。慈爱的神，我们感谢你，你是爱我们的天父、我知道天上地上都是你的国，感谢赞美你。感谢你在某事上给我的应许。

第二部门向主汇报工作。我最近都做了哪些工作，学习了那些圣经的文章，有哪些启示感动理解。同时求主原谅赦免我知道和不知道的罪。

第三部门，讲出自己所求的事。讲出问题，讲出自己的想法。全部的讲就像对自己的父亲讲一样。慢慢的讲出来。当然神也可能答应也可能不答应，在祷告时基本不想这些，只是慢慢的讲出来。这部份上次老师给我们的上课给我很大的启发，为了荣耀神的国，求神施恩，无论怎样的是神的作为。这些所求都奉是主基督所求。阿门。

第四部分最后我会感觉圣灵的感应。经常会有的。感觉一下神的启示。自己私人通常祷告的时间基本上是 60 分钟。

遇到特别大的事情我也会邀请特别好的姊妹一起祷告。感谢神，2023 年我用这种祷告方法神给了我许多应许。感谢神。哈利路亚。

这些就是我祷告的方法。请黎牧师给予指教。

初学祷告心得 Wei Wei

黎牧师您好！

我并没有忘记您布置的作业，在这期间我读了您发来的祷告见证并每日实习。

信主以来一直不知道如何祷告，每次祷告的时候总是在想该说什么不该说什么，到后来我干脆祷告说：神啊求你赐我智慧教我如何向您祷告。

正当我为如何正确的祷告困扰的时候，我相信是神将您带到了我面前，来邀一位不知如何祷告的人写一篇祷告心得。

感谢神的引领，我跟您要了其他牧长及弟兄姊妹们写的范文，认真研读并在每日的祷告中实习，使我越来越能感受到祷告能量。

我现在的祷告有每日的日常祷告、随时感谢祷告和遇事恳求祷告。日常祷告我学习到四部：赞美主、感谢主、认罪并求赦免以及代祷求主赐福；提醒自己随时感谢神；遇事不忘求主帮助。

在接下来的学习操练中，我计划多读经，引用圣经中的话祷告，求主赐更多的智慧，更多的亲近神。

再次感谢黎牧师的指点！

感谢主！让我能够在这里分享我学习祷告的经历和见证！

我是一个反应迟钝、语言表达能力很差的人，信主后，开始不知道怎么祷告，每次祷告的时候脑袋里一片空白，一个祷告词都没有跳进头脑里，根本开不了口，就想象上帝穿着白色沙衣从天上向我飘来，我的手迎过去，他就牵着我的手，把我搂在怀里，想象到最后，就说一句奉耶稣基督名，阿门！就算祷告完成了！

以后我也在网上收集一些祷告词，可是总是记不住，祷告的时候，脑海里还是一片空白，又开始想象，经过了很多次这样的情形，终于开口祷告了，但是我是一个字一个字说出来的，而且祷告的时间也很短，每次去聚会，我非常的认真听牧师或主持人的祷告，但是所记住的祷告词汇不多。我就想与神有一种亲近的关系，就对他说话，不住地赞美祂，敬拜感谢祂，然后认罪，最后为我的家人或好朋友代祷，随着属灵生命的成长，以及每天读圣经、听讲道，祷告的时间也慢慢地增加了，虽然词汇量还是很贫乏，每次祷告都会使用反复的语言，但是感觉比以前顺畅多了！

我喜欢带着我的八岁和五岁的两个孙女一起祷告，我把自己变成小孩子，我对神说的话，就像是他们对神说话一样，比较幼稚，两个孙女非常的喜欢听我祷告，晚上我和小孙女睡在一个床上，她就会主动叫我给阿爸天父说话，她会很安静的听，还会依偎着我，感到很满足很甜蜜，听着听着就睡着了，在一起用早餐的时候为她俩祷告。

我离开了半年回来后发现小孙女比较自我，比较好强，总是要和姐姐争东西不服输，经常哭闹，就开始针对性地带着她俩一起祷告，让她感受到了神的爱环绕着她充满着她们，神的爱比整个世界还大，比世界上的所有东西都宝贵，谁也不能夺走阿爸天父对她的爱，她们有了这样的爱就是大赢家，就不会去给姐姐或者是其他小朋友争东西，不再去顾念世界上的事，这种祷告非常有果效。

小孙女改变了很多，不再经常和姐姐争执而哭闹，开心了很多，而且经常对我讲阿爸天父很爱她，即使爸爸妈妈或者奶奶不在的时候，阿爸天父和她永远在一起，她还画画要送给阿爸天父，我就让她闭上眼睛，一起祷告！祷告完后告

诉她：“阿爸天父是一个灵，我们和祂是在灵里相通，你用心灵告诉祂，就会收到你的礼物！”（不知道这样说对不对）她还在幼儿园或在公园里去问小朋友认不认识上帝，并告诉他们，上帝创造了天地万物，这让我体会到，祷告可以让孩子们的属灵生命得到成长！

我的大孙女有一个不良嗜好，就是不断地撕扯大拇指甲旁的皮肤，伤口总是血淋淋的无法愈合，持续了近半年时间，她父母和老师采用了打骂说教都没制止住！我离开了半年回到这家里，看到这样的情形，心里很着急，与他谈心，告诉其危害，她告诉我说，自己也无法控制，上周五晚上在磐石查经小组查经时，请弟兄姊妹们为她代祷，星期六晚上我领着她和小孙女一起祷告，我哭着求告上帝能赐给她能力，让她能够控制住自己，不要再去撕扯自己的伤口，求主医治她的心和大拇指上的创伤，祷告以后就没有见到她的手指血淋淋的，特别留意，她不再去撕她的手指，今天早上观察她的伤口几乎愈合了，我满心的欢喜！让我看到了祷告的果效，看到的神的大能！在人不能的，在神那里一定能，凡事都要依靠神要信靠神！神是我们的磐石、盾牌、力量、随时地帮助！

我们要凡事祷告，无论遇到什么事情，第一时间就要想到神，只要向祂求告，才能在他面前站立，才能得胜得胜有余！我要好好的学习祷告操练的这个课程，不断地操练祷告，不仅要为家人祷告，更要为国度、教会和弟兄姊妹们和还没有信主的人代祷！求主赐给我智慧、赐给我能力？赐给我口才，让我能够在祷告当中能够更快地成长，感谢赞美神，一切荣耀归于神，阿门！

紐約會幕教會之旅心得分享

黎廣傳 牧

師

我去了这个祷告的教会以后，我回来有个感想，假如我还有机会重做主任牧師的话，我真的是希望像會幕教會的主任牧师一样，带领整个教会的祷告会。

他带领教教會的祷告会有几个特色，第一，他们教會的敬拜团队能够把歌带给會眾，让會眾有一个感受，就是感到天父是何等的伟大，何等的崇高，有智慧，有能力。每个人来到教會参加这个祷告会的时候，好像朝见这位伟大，可爱，可亲近的上帝，欢喜快乐！还有，当牧师正是为会众祷告的时候，我们可以感受到圣灵把神的爱，借着牧师的祷告流入到每當人的心中。還有當牧師為社區的需要禱告時，他能够把教會附近的社區的需要跟教會连在一起，使大家有感受到社區就是我們一家人的親切感，这点实在是非常的成功。

第二個特点：我参加过两个祷告聚会，一个是礼拜二晚上，礼拜二晚上是充满了人潮，但是礼拜二早上那个祷告聚会的人数稀少，人并不是那么多，他们的牧者告诉我们说这 30 年来礼拜二早上的祷告聚会，不論人有多少，也照樣舉行。甚至只有五六个人，他们都舉行，教會愿意一直的开放这样的一个祷告聚会，目的是方便弟兄姊妹来参加祷告聚会。这种忠心是在令我感到非常的惊讶！

第三：他们把教會每一个会友的需要都有机会让他们写在一个祷告的卡片里面。把这个卡片就交给教會，然后让教會的牧者和弟兄姊妹来去为他们祷告。不管在私禱，或是在公禱里面為他們禱告，这样的一个做法是在照顾到教會每一个會友的禱告需要。

第四：面对过去 30 多年来教會所遭遇的许多挑战和發展，他们解决的办法就是靠祷告，不是不只是一个人祷告，那是整个事奉团，彼此同心祷告！把挑战帶到神面前，他们就看见上帝的开路和祝福！

谢持德长老

紐約市的布魯克林會幕教會一向以他們的禱告會為人所津津樂道。在今年 2023 年的 9 月 5 號和幾位牧長和弟兄姊妹們一起拜訪了他們。希望能夠親身的去感受一下他們週二中午和晚上的兩個禱告會。

中午 11 點開始的禱告會,是給來參加的弟兄姊妹有一段安靜與神相交的時間。在輕柔的音樂下前來參加的弟兄姊妹可以用站著、跪著、或座著的方式來到神的面前傾心吐意。也有人時而舉手,時而低頭,有人淚流滿面輕聲低述,也有人臉上表露出平安和滿足。當我在安靜的時候可以明顯的感覺到神同在的那一種平安,並且知道神已垂聽了每一個禱告,有一種交託後釋放的感覺。

在中午的禱告會結束和晚上 6 點的禱告會中間,會幕教會負責禱告的牧師和同工帶領我們參觀了他們在地下室的禱告房間。那是一個每天有 8 到 9 個小時,不斷有弟兄姊妹為他人禱告的地方。那些代禱的勇士他們將一部分的時間分別出來,進入禱告室,進入屬靈爭戰的前線,拿著代禱的卡片,將每一個需求帶到神的面前。這是這一個教會所有動力的來源,從教會的各項事工到關心社區的需要,一切的能力和資源都從這裡向神來支取。

晚上 6 點開始的禱告會,在敬拜讚美的詩歌中開始。簡單的歌詞和優美的旋律一遍一遍頌讚著耶穌為我們所行的奇事,也唱出我們的感謝。在歌唱中感謝的心充滿了在場的每一個人。

在 9 月 5 號晚上我們遇上了他們的特別禱告會。那是一個為所有學生在開學之前的一個特別禱告會。牧師按著年齡讓一批一批的學生在家長的帶領下站在台上,接著負責他們年齡層的教牧同工為即將開始的一個學期來禱告。孩子們是我們的希望,在教會的這個大家庭中,所有的用姐妹一起來將他們交在神的手中,求主引導和保護。多麼溫馨的大家庭。

這一次的拜訪讓我深深的體會到教會的禱告會不只是教會的一個事工,應該是所有事工的基礎。並且禱告也是我們一切生活的基礎。藉由禱告感謝神向神想支取能力。這是何等的美好。

布魯克林會幕教會的禱告,讓我反思自己和教會的禱告。求主幫助我和教會在禱告上更多的經歷神。

崔雨生長老

去年(2023)9月5日,有機會和幾位牧長、弟兄姊妹一起到紐約參訪「紐約布魯克林會幕教會」;對我而言,此行的主要目的,和過去許多人拜訪這個教會的目的,就是希望從「布魯克林會幕教會」學習「禱告」。

很多年前讀這個教會的主任牧師(Pastor Jim Cymbala)所寫的「疾風烈火 - Fresh Wind, Fresh Fire」,就對這個重視禱告的教會,留下深刻的印象。在中文翻譯版本的序文中,甚至還提到「會幕教會」的週二晚上禱告聚會非常興旺,晚到的人甚至沒有座位。對於多年在教會聚會的弟兄姊妹來說,會覺得不可思議;因為自己所待過的教會和周遭所看見的教會,似乎都不是這樣的光景;而且禱告會常常不是很多人參加的聚會。

9月5日是週二,參加了會幕教會中午的禱告聚會,下午也到會幕教會的禱告室(到的時候,已經有一些弟兄姊妹在那裡禱告);之後有一段時間(也是一個難得的機會),在接待我們到訪的一位姊妹安排下和會幕教會的一位副牧師(Pastor Lincoln Fritz)見面。見面過程當中,這位副牧師和我們分享會幕教會關於禱告方面的事工,也回答我們在教會的禱告事工上想要問的問題。晚上參與了會幕教會晚上的禱告聚會,那是一個超過千人的禱告聚會。

雖然時間很短,只有一天(當然,如果有機會,我想我還是會再去,相信會有更深的感受跟體會),但還是對於「會幕教會」「重視」禱告,留下深刻的印象。中午的禱告聚會,其實人並不多(大多數人都在上班),但是他們仍然開放整個教會聚會的場所;而且當天主任牧師也在場分享信息。我心裏想,對一個人,如果我當天沒有辦法參加教會晚上的禱告聚會,而我中午那個時段能夠騰出午飯的時間,教會有一個中午禱告的聚會是件很棒的事。對於會幕教會的禱告室,空間相當寬敞而且非常的乾淨。在紐約這麼貴的地方,教會願意有這麼大的空間作為一個禱告室,難道不是對「禱告」的重視嗎?晚上的超過千人禱告聚會,是一個很棒的聚會。在禱告聚會的時間還沒有到之前,就有不少早到的人去到台前跪著禱告;此時也有教會的同工在台前,一對一帶領著一些有需要禱告的弟兄姊妹個別禱告。聚會當中,台上聖詩的帶領,台下眾弟兄姊妹的禱告,讓人能在這樣禱告的聚會當中去享受禱告,也能夠激勵人禱告。

另外值得一提的事,就是在進入禱告聚會的大廳之前,在入口處有一個籃子,裡面放著一堆卡片。每一張卡片都有一個禱告事項,是來自許多不同地方需要的禱告

事項。所以他們的禱告聚會,不僅是為自己、自己的教會,也為著許許多多不同地方的需要禱告;而且是非常具體的事項。

一個教會有興旺的禱告聚會,是一件非常不容易的事,更何況能夠持續很長的時間。「會幕教會」經過這麼多年,如今仍然如此重視禱告,像許多年前一樣,這是一個值得我們去學習的一個禱告的教會。為他們感恩,也為他們讚美神。

顏一品牧師

感謝主，讓我有機會和基督之家聯合禱告中心的幾位同工，在 2023 年九月五日參加紐約布魯克林會幕教會禱告觀摩之旅，廿幾年前讀過《疾風烈火》之後，就一直想拜訪這間教會，在黎廣傳牧師推動與謝持德長老籌劃下，終於如願以償，親身經歷並見證聞名世界的週二禱告會，對我的確是一件很震撼的事。

中午禱告會在輕聲播放有關神的屬性與禱告音樂下，讓人獨自與神禱告，向神傾心吐意，或按代禱卡的禱告事項祈禱，雖然人不很多，可能也有一百人左右，分散在有三千人座位的兩層古典百老匯歌劇院，有好幾位在舞台前階梯跪著禱告。當我有感動也往前到舞台前的階梯跪下禱告的時候，瞬間莫名其妙眼淚不停的流下來，濕透了我的手帕，也不曉得過了多久，剛好為教會的每一位會友及親朋好友的需要逐個提名禱告完畢以後，突然聽到麥克風聲音，才驚覺創會牧師 Jim Cymbala 已經開始講道，只剩下我獨自一人還跪在舞台前的階梯上，在眾目睽睽下，不好意思的跑回到自己的座位，這是我自己奇特的經歷。

下午蒙執行牧師 Lincoln Fritz 和禱告團主任 Sharon O'Kane 接待，參觀並解釋禱告室或禱告房間的運作，也參與了他們禱告室的禱告，禱告房間有不同的人在不同的時段為國家執政掌權者，社會，教會同工，以及世界各地有需要的人禱告，禱告團的主任說：星期天禱告室的禱告，有一群人為當天的主日崇拜迫切禱告，以至人能夠真心與專心的敬拜上帝，為敬拜團及所有服事同工，更特別為牧者講道禱告，讓神的話語大有能力的改變人的生命。禱告是一切事工的動力與能力來源。

當我們參加晚上的禱告會時，開始前有好幾位牧長同工在舞台前接受有需要的人禱告，很多人排隊等候前往接受接手禱告，我也上前請其中一位牧師為我接手禱告，當他為我禱告完畢後，卻沒有什麼感覺。

等到「服事」禱告結束後，轉身一看，會場已經坐滿人，似乎座無虛席。至少有兩千多人。幼、少青、中、老各年齡層都有。

詩歌敬拜之後，Jim Cymbala 牧師請所有在學校上課和教育工作者，按不同年級，幼稚園，小學，中學，大學，研究院，一組一組的到舞台上接受禱告，看

到舞台上擠滿這麼多的年輕人，我只有讚嘆與羨慕神在布魯克林會幕教會奇妙作為。

接著逐一為代禱事項熱情懇切的祈禱，為每一件提出的需要，一件一件同聲開口禱告，其實會幕教會的禱告方式也沒有什麼特別之處，不少教會也有類似的作法，只是我們卻沒有他們迫切禱告的熱情，希望我們教會也能有如此熱切的禱告會。

為我按手禱告的那位牧師告訴我，你們不可能複製布魯克林會幕教會的，你們必須自己尋求神在你們教會獨特的帶領，需要持續不放棄的禱告。他也說你看到我們今天這麼多人禱告是多年的成果，你並沒有看到我們當初開始禱告聚會的時候也是很少人，要堅持禱告，不要放棄，直到主彰顯在你們中間。他的勸勉帶給我很大的信心與鼓勵，求主幫助突破我自己禱告的瓶頸，也巴不得我們教會有更多的人熱切參加禱告會，並經歷神聽禱告的神蹟，我相信神並不偏待人，當我們專心尋求主，就必尋見，叩門就必開門，親近祂祂就必親近我們，願我們教會是萬民禱告的殿，阿們。

紀明新弟兄

感谢主！在这次参加纽约会幕教会祷告之旅活动前，黎牧师邀请我参加，我与黎牧师说，我听不懂英文名不会有得着，黎牧师鼓励我说，没有关系，你们就大胆去，肯定有得着，我就毫不犹豫的去了，当看到晚上这么多会众参加的祷告会，高举双手敬虔的敬拜，是我没有经历过的，随说我听不懂他唱的什么，但音乐没有国界，使我融入到敬拜和祷告中，感谢主！

常青之家 陳彤牧師

弟兄姐妹，平安！

很感恩這次能和基督之家聯合禱告中心的牧長同工們一起飛到紐約會幕教會訪問學習。以前曾讀過他們的主任牧師辛傑米牧師所寫的書《疾風烈火》，當時的印象就非常的深刻，辛牧師強調教會必需是一個敬拜的教會，同時必需是一個禱告的教會。在這次會幕教會之旅，我就體驗到了他們周二早晚可以有兩場不同風格的禱告會，早上是輕柔舒緩的音樂中會眾完全靜默的禱告，50 分鐘後牧師才上來簡短地分享並帶來大家開聲禱告；而晚上的禱告會也一樣先有 30 分鐘主前靜默，之後就是火熱傾傾熱情洋溢的詩歌敬拜和禱告呼求，我發現原來這兩種禱告的方式是可以同時配搭使用的。

之後我多留幾天參加了他們的主日敬拜。他們有一個 20 多人的敬拜團隊帶領全體會眾長達 50 分鐘的詩歌敬拜，敬拜的歌聲中穿透著聖靈的能力，震撼人心，以致眾人都是神情專注，全心投入敬拜，有的更是高舉雙手，淚流滿面。當中穿插了一些感性的禱告和呼求，我們都能感受到聖靈強烈的同在，因為我和我同行的姐妹也都是熱淚盈眶。辛牧師在書中說過：音樂的生命來自禱告。所以他們非常注重禱告：周二我們在訪問他們的 prayer director 時，她說，他們的禱告同工會在主日敬拜的同時不停的在為敬拜團隊，牧者和會眾禱告！呼求聖靈在所有的人心中作工。

在整個主日敬拜中，我看見聖靈的工作和人盡心盡力的配搭。整個主日敬拜有一個設計完美流暢的程序，在敬拜下半場，電視螢幕上又插播了在另一棟樓舉行的洗禮剪輯的畫面，讓我們看見一個又一個從水裡起來，重生得救的新生命，他們與基督同死同復活，我們四周都在高唱哈利路亞，天上人間，天使天軍也都在高聲呼喊稱讚神，願一切的榮耀頌讚都歸給那愛我們賜我們新生命的主！洗禮和掌聲，歌聲和歡呼聲把整個主日的敬拜推向了高潮。

接者，他們的女牧者上台，居然用唱歌的方式把聖經的經文唱出來，而且唱得非常的感人。20 分鐘的主日講道後又有嬰兒奉獻禮。讓我的心深深感動的是這個主日，就有 25 人受洗，還有這麼多父母願意奉獻自己的孩子一生來跟隨主。相比之下，為什麼我們有些教會卻好像人心有些冷淡，或是服事徒勞無功呢？我又想起辛牧師書中所說的，“我們要照照鏡子，為自己徒勞無功的想做聖靈的工作而悔改，要回歸膝蓋上的功夫，讓神用超自然的方法，完成祂對我們的事工和生命的計劃。”

我很感恩黎牧師和眾牧長同工們有四處推動眾教會興起禱告的異像。感謝神讓我們也有份參與其中，願我們在事奉中能彼此分享，不斷的學習，操練和進深。願神挑旺我們禱告的熱情，願神復興祂的教會！

“禱告的學習”對我來說不是一個過去式或過去完成式，而是一個現在進行式。生長在基督教家庭，從小就「會」禱告。但是，到現在做傳道人 36 年了，還在學禱告。而且我也極願與門徒們一樣對主說：「求主教導我禱告。」

我以為禱告既是向神說話，話語最為重要，所以話語要操練。那該用什麼話禱告呢？當然最好是聖經上的話，既有力量又切合神的心，那就多讀聖經吧！消極方面就是在口中剷除不好的話，包括謊言、妄語、穢語，都當從生活中除掉，否則必定影響禱告中的話語，也影響禱告的力量。而我禱告方向是甚麼？小時候禱告的方向，不外乎「我的」身體、學業、友情、愛情、信仰問題等。慢慢地開始加入“代禱”的親人朋友或當時重大的事。幾經成長與被教導，學習少為己，多為主，禱告要盡量“大”，禱告要儘量“高”，也開始為自己教會、自己國家、世界局勢等禱告。其實，礙於當時的眼界與見識，高與大還是圍繞自己，或不切實際，或不著邊際。直到開始進入屬靈爭戰的禱告，才開始有了神的喜好和眼光，也更小心於周遭的微小事物，免得讓仇敵見縫插針，靠主警醒，也堵住所有破口。

要盡心盡性盡意盡力愛神，自然當表達對神的愛，學習大衛愛神，就說「耶和華我的力量啊！我愛你」，向上帝訴說我的愛，常常宣告「主！我愛你」這是我情感的操練。不只口中說，而是當有所犧牲，有所放下時，才顯出對主的愛是虛是實。我必須常常來到摩利亞山，獻出心中的以撒。甚至被帶到毘努伊勒，讓心中的老我被摔跤腿瘸。除了正面對神的愛要增加，負面對人的厭惡、怨恨、定罪都要除去。每次禱告心中浮現那些辱罵、霸凌、抹黑我的人物時，馬上運用主的饒恕去原諒，有時無法去除心中的埋怨或恨意，就刻意為他們祝福禱告。此時方識，主所說七十個七，一點都不為過，不平的惡意以為對付過了，那知春風吹又生，必須一直一直一直地求主幫助，再次地饒恕。

心裡所想的，口裡就說出來，所以操練話語，還得一併操練心思。心思常操練的時候，很快就能進入禱告的情境當中，心思疏於操練的時候，跪在那裡一小時，一大半時間還是魂遊世界，思想真如奔騰的野馬，怎能降服於主呢？我就常常借助於禱讀、默想、背誦聖經等來操練。沒聖經在手邊時就用主禱文，詩 1、2、8、16、23 篇，林前 13、八福等章節默想來操練。有時或借助於心中哼出的詩歌，也很有幫助(傳統聖詩如果能熟唱背誦百首，每天都會有詩歌

浮現)。默想時或伴隨重複不需思想的動作(如散步、洗碗、掃地)，也是很好親近主的方式。處理雜亂無章的思緒，用手記法也很有用：一張紙（或手機）記錄所有干擾的人事物，除了可用幾秒鐘處理的，立即處理，剩下的先記錄以後再處理。用以上數種方式，我就較能安靜、安心地禱告了。

現階段最磨我的可算是堅持的操練。從小就羨慕那些一次能禱告幾小時，連續不間斷禱告四十年的屬靈前輩，在我身上常是構不到，但我屢敗屢戰，仍不灰心。甚至發現幾次、幾個月、甚至幾年的禱告良辰，也不能保證可以擁有今天的禱告順暢。這裡學習的一方面是對付隨便的墮性，不讓任何的急事、重要事、公事、瑣事、趣事來打斷禱告的習慣，取代與神約定的傾吐。另一方面也勿過分定罪自己，以致一直關注自己，不注視為我們信心創始成終的耶穌。我學習及時的認罪，與經常的奉獻。懊惱、自暴自棄、自義不再干擾我，現在學習心意更新、時時靠主奉獻活祭。也稍微能明白禱告不只是宗教活動，禱告是時時的生活，才能如經上所記：不住的禱告。越久也越發現，真的，也必須不住的禱告，因為禱告是呼吸！離了主，我就不能做甚麼？希望我在規律與自由間能留空處，讓祂製作我，因為祂是規律的神，也是自由運行的神。

求主繼續教導我禱告，教我悟性禱告，也隨靈禱告。教我情詞迫切禱告，也教我神學架構嚴謹的禱告。願我心思、情感、意志都歸祢掌管，真的能按祢心意網綁與釋放，讓祢國度降臨。奉主耶穌基督的名禱告，阿們。

