

活水

2012年01月08日(第276期)

三一国际礼拜堂/北辰基督教会周刊

人人委身 人人侍奉 相爱合一 离罪成圣

牧者心声

祷告与禁食

文/里程

编者按：本期主题为“禁食祷告”，通过采访本堂参加12月31日及2012年1月1日两天禁食的弟兄姐妹的亲身经历及相关文章，让我们更加明白禁食祷告的属灵意义。

经文：太6：5-8，16-18

你们祷告的时候，不可像那假冒为善的人，爱站在会堂里和十字路口上祷告，故意叫人看见。我实在告诉你们，他们已经得了他们的赏赐。你祷告的时候，要进你的内屋，关上门，祷告你在暗中的父，你父在暗中察看，必然报答你。你们祷告，不可像外邦人，用许多重复话。他们以为话多了必蒙垂听。你们不可效法他们。因为你们没有祈求以先，你们所需用的，你们的父早已知道了。你们禁食的时候，不可像那假冒为善的人，脸上带着愁容。因为他们把脸弄得难看，故意叫人看出他们是禁食。我实在告诉你们，他们已经得了他们的赏赐。你禁食的时候，要梳头洗脸，不叫人看出你禁食来，只叫你暗中的父看见。你父在暗中察看，必然报答你。

一、祷告不是为了讨人的称赞，而是为了与天父在灵里相交（太6：5-6）。

1. 假冒为善的人，祷告时故意叫人看见，“他们已经得了他们的赏赐”：别人的赞赏就是他们得到的全部赏赐。

2. 陈终道牧师说，他曾在南洋参加过一个祷告会；虽然天气很热，大家仍先把门关上，然后又把灯熄了，才开始祷告。会后，陈牧师会后不解地问其缘由，他们说，太6：6是这样吩咐的。其实，主耶稣教导祷告时要进内屋，关上门（太6：6），是针对假冒为善的人在人

前炫耀自己的敬虔说的。并不是说，不在内屋、不关门就不能祷告。

按照《圣经》的记载，信徒随时随地都可以祷告，也可以在公共场合（如聚会中、圣殿、教堂里）祷告，“我愿男人无忿怒，无争论，举起圣洁的手，随处祷告”（提前2：8）。关键是祷告的动机和心态。

“祷告你在暗中的父”（太6：6）的“暗中”，并不是指光线的明暗，因为神“住在人不能靠近的光里”（提前6：16），不住在黑暗中。“暗中”是指人所看不见的隐秘处。

3. “重复话”（太6：7）：主耶稣并不反对情词迫切、有内容的重复祷告；主鼓励门徒恒切地祷告（路18：1-8，不义的法官）；主自己也用重复的话祷告：“耶稣又离开他们去了；第三次祷告，说的话还是与先前一样”（太26：44；参太26：36-44）。

主所反对的，是像拜偶像的人，用念经、念咒般的、有声无心的话来拉长祷告。

二、祷告不是只为了求自己所需要的，“因为你们没有祈求以先，你们所需用的，你们的父早已知道了”（太6：7）。如果只为了求自己的事，就没有必要祷告了。

1. 祷告就像孩子与父亲说话，是信徒在灵里与三一神交通；在圣灵的感动下，奉圣子的名，与圣父说话。

2. 祷告包括敬拜、赞美、感恩、忏悔、代求和为自己祈求，而不是一张购物清单。

3. 祷告是以神为中心，而不是以人为中心的。

祷告不是要神明白我们的心意，而是要我们明白神的心意。

祷告不是要改变神，而是要改变自己；

祷告不是要神成全我们已定好的计划，而是要竭力把我们放入神的计划。

由于人的有限和有罪，有时我们自己都不知道我们在求什么（参太 20: 22）。爱我们的神绝不会永远按我们的要求办。只有他给我们的，才是最好的。否则，神就成了效忠我们的仆人，而不是受我们敬拜的主了。以自己为中心的祷告，会使我们陷入短视和肤浅之中，与拜偶像没有什么区别。只有把我们融入神的计划中，我们才可能真正经历神的丰盛。

主耶稣在他三年多的事工中，常常祷告：

“那时，耶稣出去上山祷告；整夜祷告神。到了天亮，叫他的门徒来，就从他们中间，挑选十二个人，称他们为使徒”（路 6 12-13）。

上十字架前夕，主耶稣在客西马尼园恒切祷告（太 26: 36-46）。

神的儿子都需如此祷告，何况我们一般信徒呢？

“然而不要照我的意思，只要照你的意思。……愿你的旨意成全”（太 26: 39, 42）。主的祷告，应该成为我们每一个信徒的祷告。

4. 祷告是为了在灵里接通一根天线。祷告是最容易、也是最难的。难在持之以恒。我们要抓住神的应许，用信心托住祷告。

与神在灵里的相通是需要操练的。

酒政尼希米在为波斯王亚达薛西斟酒的俯仰之间，“默祷天上的神”，被允准回到耶路撒冷重修圣城（尼 2: 1-5）。

“‘父啊！愿你荣耀你的名。’当时就有声音从天上来说：‘我已经荣耀了我的名，还要再荣耀。’站在旁边的众人听见，就说：‘打雷了。’还有人说：‘有天使对他说话。’”（约 12: 28）

当主耶稣在大马色的路上向扫罗显现的时候，他听见神用希伯来语对他说话（徒 26: 14），但保罗说：“与我同行的人，看见了那光，却没有听明那对我说话的声音”（徒 22: 9）。

有时，我们的祷告不蒙应允，原因之一就是灵里不通。灵里相通，就容易明白神的旨意。

与神灵里相通，不是少数人的特权，是每个信徒都可以做到的，只要我们敬畏神、亲近神、顺服神：

“谁敬畏耶和華，耶和華必指示他当选择的道路。”“耶和華与敬畏他的人亲密，他必将自己的约指示他们”（诗 25: 12, 14）。

三、关于禁食

1. 主耶稣教导说，禁食时，不要把脸弄得难看，“故意叫人看出他们是禁食”（太 6: 16），而“要梳头洗脸”（太 6: 17）；其精义与祷告时要进内屋、关上门一样。其实，旧约时代，人们禁食时，不仅面带愁容，而且常常号啕大哭，不仅不洗脸，而且常披麻蒙灰：

当波斯王亚哈随鲁的杀戮灭绝犹太人的命令下达后，“王的谕旨所到的各省各处，犹太人大大悲哀，禁食哭泣哀号，穿麻衣躺在灰中的甚多”（斯 4: 3）。

但以理也是如此：“……我便禁食，披麻蒙灰，定意向主神祈祷恳求”（但 9: 3）。

犹太人在重大、紧急关头，常常会禁食，难免面带愁容、灰头鼠脑的，神不会因此责备他们。因为他们不是故意装出来给人看的。

2. 到了新约时代，法利赛人除了在犹太人的禁食节（亚 7: 5, 8: 19; 利 16: 29; 赛 58: 3-8）禁食外，每个礼拜还禁食两次（路 18: 12）。但是，耶稣的门徒倒不怎么禁食：

“那时，约翰的门徒来见耶稣说：‘我们和法利赛人常常禁食，你的门徒倒不禁食，这是为什么呢？’耶稣对他们说：‘新郎和陪伴之人同在的时候，陪伴之人岂能哀恸呢？但日子将到，新郎要离开他们，那时候他们就要禁食’（太 9: 14-15）。

3. 所以，主耶稣关于禁食的教导不多，但福音书中也曾提及：

在事工开始之前，主耶稣曾在旷野禁食四十天：

“当时，耶稣被圣灵引到旷野，受魔鬼的试探。他禁食四十昼夜，后来就饿了”（太 4: 1-2）

“至于这一类的鬼，若不祷告禁食，它就不出来”（太 17: 21; 参 17: 14-21）。

这表明，对耶稣和他的门徒，在重要的事工中，或寻求神的特别带领时，禁食是必要的。

4. 禁食的目的，不是要用我们的敬虔换取神对我们祷告的垂听，而是为了使我们能更集中时间、心意，定睛在神的身上，以明白神的旨意。

5. 禁食需要有人指导，需要操练。适当禁食，不仅操练敬虔，对身体也有好处。

“操练身体，益处还少；唯独敬虔，凡事都有益处；因有今生和来生的应许；这话是可信的，是十分可佩服的”（提前 4: 8-9）。让我们以此共勉。

（摘自《基督网》）



9. 差遣使徒（太 10: 1~11: 1）

这时天国的王要差遣他的使者为他的国度开路，和作见证，他们是主经过整夜的祷告才从众门徒中挑选的十二个人，他们称为使徒，是奉差遣的意思（路 6: 12-16），他们是天国的大使、教会的柱石和圣殿的根基，将来在新耶路撒冷的城墙根基上也有他们名字。他们原来只不过是一些打鱼的人和无学问的小民（徒 4: 13），但因着肯撇下一切所有的跟从主，将来要坐在十二个荣耀的宝座上，审判以色列十二个支派（太 19: 27-28）

主差他们出去就给他们权柄，带着天国的权能赶鬼医病，这时耶稣尚未钉十字架，中间隔断的墙尚未拆毁（弗 2: 4）。应许首先是给以色列人的（罗 9: 4-5），天国的福音也是先传给犹太人，到主复活后就吩咐他们往普天下传福音给万民听了（可 16: 15；徒 1: 8）。他们出去毫无装备，只带着主所赐的平安，分给接待他们的人，若不接待王的使者，不听所传的话，后果严重。他们如羊入狼群一般地危险。可虑。所以要灵巧像蛇，驯良像鸽子，但仍难免受逼迫，不过有圣灵同在，到时必赐当说的话，而遇到逼迫的可以逃避到别处去。

“人子就到了”这一句话虽有不同的解释，但可能是指将来在灾难初期，传天国的福音，要遇见逼迫，但要忍耐到底，因为人子就到了（太 24: 8、13-14。路 21: 12、19、28）。使徒们在世所受的逼迫不能高过主，信徒也是如此，所以不要惧怕，因为世人最多只能杀身体，唯有神能灭灵魂在地狱里。神若不许可，连一根头发都不能落地，不过若因惧怕在人面前不认主，主再来时也不认他（可 8: 38）。

主来到世上本是叫地上太平（路 2: 13-14），但因人的不信、敌对可能引起战争，

但绝不是基督徒所发起的。也由于信仰的不同，家人可能生疏或作对。信徒受反对是必然的，因此不能为讨好父母、怜恤儿女而放弃主，乃要背起十字架来跟从他。得着属肉体的生命，将丧失属灵的生命，今生为主舍掉的，将来必有所得着。接待主所差遣的就是接待主，接待先知和义人必得赏赐，为门徒的名把一杯凉水给一个小子，也不能不得赏赐，但为人们自己的名接待人的，只能得到人的报答，而不能得主的赏赐。

10. 施洗约翰（太 11: 2-19）

施洗约翰在监里打发门徒去问耶稣，“那将要来的是你吗？还是我们等候别人呢？”这表示约翰是怀疑呢？还是抱怨，或以此激励，为的是让耶稣快来救他呢？耶稣说：“凡不因我跌倒的就有福了。”这暗示约翰有些软弱，主所作的事证明了他不是弥赛亚（赛 35: 5），然而时候还没有到。约翰本不是风吹动的芦苇，也不是穿细软衣服的人，乃是一个先知，但比先知大多了，是行在主面前的使者，他见证基督已来到；但在天国里最小的比他还大，因为他不能见证那完成救赎、死而复活的基督，他只宣告天国近了，这是时代的关系。约翰劝人必须信那在他以后来的（徒 19: 4, 13: 25），不过主已经开始传天国的福音，人可以排除困难努力进窄门（路 13: 24）。律法和先知到约翰为止，恩典和真理是由耶稣基督来的（约 1: 17），约翰不过是新郎的朋友，新郎是基督，教会是新妇（约 3: 28-30）。约翰有以利亚的心志和能力，行在主面前，预备道路（路 1: 17、76），但在那大而可畏的日子未到以前，以利亚穿毛衣传道、作见证（启 11: 3-5）。

这世代无论约翰举哀、耶稣吹笛，都很少有人响应，唯独有属天智慧的人才能接受基督的智慧。

（摘自《圣经要义》未完待续）

(本堂周五晚上 7:30 查经内容 约 12: 14-15)



就从这“驴驹”的角度看：“你们往对面村子里去；进去的时候，必看见一匹驴驹拴在那里，是从来没有人骑过的；可以解开牵来”（路 19: 30 节）。“是从来没有人骑过的”，分别为圣归上帝使用的动物，必须是没有人使用过的（参民 19: 2；申 21: 3；撒上 6: 7）。“必看见一匹驴驹拴在那里”，“驴驹”，是尚未长成的幼驴。在这里让我们看到：“驴驹”，代表世人。他们被“拴在那里”，预表世人被生活、家庭、工作等“拴”住，不得自由。拴住牠们的地方是“对面村子里”，预表“在世界上”。主打发祂的门徒去“解开”，预表主差遣祂的仆人，将我们从世界和罪恶里释放出来。他们是被“解开牵来”，预表我们得救乃是被带到主的面前。而主拯救我们的目的，乃是“主要用它”，预表主盼望我们得救以后，奉献自己归祂使用。

故此，主的话里带着权柄，只有那些得着主话的人，才能被“解开”，被释放出来。主能骑一匹“从来没有人骑过的”驴，主也能对付一个从来未曾顺服过祂的人；我们在上帝面前无论是多么刚硬，主都能对付我们。献给上帝的果子是初熟的，献给上帝为祭物的牛是没有负过轭的，给主骑的驴也是“从来没有人骑过的”；我们应该保留最好的，分别为圣献给主用。一个得着释放的人，必须被带到主这里来——“解开牵来”，主才能用他。

若有人问为什么解它，你们就说：“主要用它”（路 19: 31 节）。我们信徒原来是在这世界的主人手下，被世上的事和罪恶捆绑住了，但有一天，主那权能的话临到我们身上，我们立刻就从黑暗的权势底下得着释放，而归

给主用。我们的身体、智力、财物等，都是属于主的，当主要征用时，应当立时欢喜献上。主的门徒只因着主的一句话：“主要用它”，就把事情办成功了。可见这件工作，在表面看，好象是门徒作的；实际却是主的话负他们的责任。同样的，我们今天事奉主，无论是传福音，或是看望圣徒，外面好象是我们在作，其实里面也是靠主的话来负一切的责任，才会有成果。

“打发的人去了，所遇见的，正如耶稣所说的”（路 19: 32 节）。我们对主的话，也应当信而顺服，不可怀疑。主怎样吩咐，我们只要遵行，事情就怎样成就。因此，他们解驴驹的时候，主人问他们说：“解驴驹作什么？”（路 19: 33 节）。他们说：“主要用它”（路 19: 34 节）。驴驹的主人一听“主要用它”，就让他们牵走，可见他也是一个敬畏主的人。

是的，“主要用它”。当我们接近日暮之年，我们可能会问自己：“我还能为主所用吗？我是否还能参加事奉，好让我的余生充满意义？我还是个有用的人吗？”答案当然是肯定的！上帝需要你，如同祂需要那头驴子驮祂进入耶路撒冷的街道，祂总需要一些人或物来完成祂的工作，祂有许多你可以做的工作。或许你仅有一项简单的任务要做，就像那头驴子，只为祂跑一趟路；或者你可以参加一项长期的事奉，在有生之年一直做下去，直到主召你回天家。你也可以和他人分享信仰；为他人代祷；或是藉着默默地助人、探访以表达爱心；或是伸出援手等等。总之，你可以做的事多着呢！在眼下的此刻，你我必须坚定、耐心等候，藉着祷告、读经及倾听，让自己做好准备，好让主随时能使用我们。当他需要你时，你准备好了吗？——天父我已准备好，无论何时将我召；竭诚为主传福音，余生只为你燃烧。

(未完待续)



2012年元旦期间，三一堂继续带领信徒禁食祷告，时间从2011年12月31日至2012年1月1日。在辞旧迎新的这两天时间里，弟兄姊妹以禁食祷告刻苦己心、谦卑自己，定意专心寻求神的带领，为过去的一年向神献上衷心的感谢，为着新的一年祈求神的祝福和引领。两天的禁食祷告中，教会安排了五场礼拜提供弟兄姊妹灵修聚会，并在每天上午和下午的礼拜结束后，把所有参加禁食祷告的弟兄姊妹分成6个小组，分别在一至三楼，由6位传道人带领进行集中祷告。祷告的内容有：为中国教会的复兴祷告；为昆明教会的复兴，包括锡安堂的重建、云南神学院的建设、北辰教堂的新建以及更多优秀传道人进入教会服侍而祷告；为全国各神学院培养合神心意的人而祷告，为不认识主、有罪的人祷告；为所有弟兄姊妹的家庭和睦祷告；为弟兄姊妹的禁食祷告等诸多内容，最后是为每一个人的需要彼此代祷。在祷告中，传道人还经常带领大家唱起《大山可以挪开》、《神爱世人》、《父在我们中间》等短歌。整个教会中祷告声、唱诗声此起彼伏，主的圣灵充满圣殿。

每个小组的弟兄姊妹约20-50人，在传道人的引领下围成圈，在一个多小时的祷告中，大多虔诚地跪在地上，在祷告的过程中，有的表情庄重，有的热泪涌流。大家都用一颗真挚赤诚的心，用律己禁食的行动，向主献上馨香之祭，场面令人感动不已。

元旦的禁食祷告会结束后，我们首先采访了一位一直在流泪深情祷告的张世珍老姊妹。张姊妹在本堂马大团契和圣餐组服侍，两个月前左

脚被意外严重烫伤，虽然尚未康复，她依然来到教会参加禁食祷告。她说自己以前也经常禁食祷告，认为禁食祷告是满有能力、大有果效的，并说只要灵性提高了，身体也会健康。

在洗圣杯组服侍的陈鸿老姊妹是个开朗喜乐的人。她说自己从昨天一早就开始禁食祷告了，以前她很容易饿，但现在禁食快两天了，只喝一点水，却一点也不觉得饿。家里孩子们都一个劲劝她吃点食物，可她意志非常坚定，一直坚持禁食祷告。她笑容满面地大声对我说：“你看我是否还很精神的？有主的保守，禁食也不会失去力气！”

有一位刘弟兄，因为前一天要工作，就在元旦清晨来到教会参加禁食祷告，此后一直坐在同一个地方几乎没有挪动，连续听了三场讲道，不停地恒切祷告。他认为在新年第一天来到教会参加禁食祷告意义重大，能减少干扰，更加清心地感受圣灵的带领，和神建立更密切的关系，使自己的工作和生活在新年里由神的引导下有一个良好的开始。

另有一位张姊妹看上去面色红润，一头乌发，她告诉我们：2005年她得了甲状腺癌，医生说做了手术也只能活三年。由于她家在农村，经济很困难，手术后没钱再做化疗。在极度痛苦悲伤中，有个姊妹把她带到了神的面前，她全心归向了主，每天不住的祷告，参加了守望团契（24小时不间断祷告）、晨祷、禁食祷告。她遵从了神的话语，渐渐的她的病得了痊愈。由于没做化疗，头发也完好无损。后来有位姊妹给她介绍了一份工作，让她的生活开销也有了着落。她还说：“我们大家一定要好好祷告，把所有的事完全地交给神，像我一样，神把我所要的都赐给我啦！”

是啊，短短两天，来教会禁食祷告的弟兄姊妹约800人之多。通过禁食祷告使我们更贴近神的心意，这实在是一种属灵的操练和得胜的武器！那么多人一起禁食祷告还说明了人心正日益向神回转，我们的教会正日益复兴。求神在新的一年里垂听我们的祈求祷告，赐福给我们这个教会、这个城市、这个国家，赐福给所有的弟兄姊妹！（作者为本堂香草山团契成员）

信主多年，因为有各种顾虑，我从来没有做过禁食祷告，后来在牧师的传讲中，让我明白我禁食祷告的意义是让人和神有更加亲密的关系，让我们能更好地明白神的旨意，于是在今年元旦前夕，我有了想参加禁食祷告的感动。在禁食前几天，我开始思考自己需要求告上帝的各种事项，预备自己的心。

在12月31日上午我到办公室就开始祷告禁食，然后做自己该做的工作，单位刚好下午开始放假，于是我有机会到教堂参加了分组的禁食祷告。在郑牧师关于主祷文的分享后，所有信徒分成4个组在不同地点，跪在垫子上，围成一圈，在传道人带领下开始祷告。虽然两餐没吃饭，但藉着祷告和神添加的力量，腹中也没有饥饿的感觉。我以为自己是



有所预备的，可当传道人一段祷告一首短歌带领我们祷告时，我才感到自己心胸的狭隘，之前我所预备的祷告全是与自己有关的事项，在传道人的带领下，为我们的国家基督化祈祷，为昆明的各个教会的复兴、教堂重建祈祷，为我们的牧师及传道人祈祷，为我们一年以来所得到的恩惠感恩祷告，为我们的罪祈祷……我才知道原来我们有那么多的事要向神祷告，可我却从来没想到这么多的事。这些祷告让我再次回顾了神的大能，我们常常只为个人祷告却忽略了求神拯救一座城市甚至一个国家的祷告，在传道人的代祷中，对照出自己的亏缺。

虽然我们组参与祷告的人只有20个左右，可祷告的声音却彼此起伏，不绝于耳。起初，我觉得小腿跪得有些酸胀，有些挣扎，可身边几位年老的姊妹却声泪俱下，如泣如诉地祷告，让我顿生愧意，我不禁在心底发问，自己来干什么，凑热闹吗？这样思索着我开始求神

为我添加力量，唱着《父在我们中间》、《神啊求你鉴察我》等短歌时，我渐渐泪流满面，神为救我们罪人不惜舍去生命，可自己参加一次禁食祷告却要犹豫再三，跪下祷告却连小腿的酸胀也不能忍受，我为天父的大爱感动，也为自己的软弱惭愧流泪……

在弟兄姊妹彼此交流代祷事项时，有的弟兄姊妹需要为疾病得医治代祷，有的要为还未信主的家人祷告，有的为自己的团契祷告，还有一位姊妹要求神为自己所在的聚会点差

派牧者……各种各样的代祷需求，让我看到了祷告的高度与广度；那么多人为自己的家人信主代祷，让我也为自己丈夫的信仰感到急迫，一直以来我丈夫都说他要到老才来受洗，我就心安理得地

等待，可今天我却为他一天天错过神的大爱感到从未有过的惋惜，我也请大家为神捡选我的丈夫代祷，说完，我的泪又忍不住流了下来。代祷中，每一位肢体的难处大家都共同承担，在彼此的代祷中一点点分解，信心与力量，平安与喜乐渐渐充盈心间，正如《诗篇》所说：“**耶和華是我的牧者，我必不至缺乏**”。（诗23：1）

“父在我们中间，垂听我们祷告，应允我们所求，超过我们所想……”虽因流泪，我没能把这首诗唱完，可我心中却充满感动，真的为自己找到这位数算我们头发、担当我们重担的天父感到骄傲，这在日常的忙碌中是没有如此深刻体会的，可今天我真的觉得是对天父倾诉衷肠，祷告结束时，已忘了小腿的酸胀。在新的一年里开始的时候，让我们藉着祷告，预备一颗清洁的心，感谢天父上帝给我们这样的感恩典。（作者系本堂执事，香草山团契成员）

2011年12月30日晚，香草山团契在喜乐和谐的气氛中召开了年终感恩总结会。香草山团契自2011年3月成立以来，团契成员积极为本堂《活水》周刊撰写主题文章，做好教会各次洗礼、主日学、敬老院、圣诞晚会及一些重要事件的采访、摄影报道等工作，为宣传教会各项事工、传播耶稣基督的爱起到积极的作用。在会上，大家首先回顾了2011年的工作，查找存在的不足，讨论并确立了2012年的服侍方向、工作重点，决定在新的一年里重点对三一堂的网站建设进行更新建设，大量充实文字内容、图片展示等，同时继续为《活水》周刊提供高质量的原创作品。会上还根据2011年在《活水》周刊上发表作品的数量，评选出了一、二、三等奖以及鼓励奖若干名。昆明市基督教三自爱国会主席靖玖玮牧师到会对团契成员进行了热情洋溢的勉励，充分肯定了香草山团契已有的成绩，希望大家同心合意，不断完善团契工作，使我们的教会越来越复兴。靖牧师还向到会成员每人赠送了精读本《圣经》，鼓励大家多看书、多装备，使香草山团契成为教会的祝福。随后，靖牧师、江海容老师、靖义成、王继荣、李晓艳三位传道向所有获奖人员颁发了奖状和奖品，使弟兄姊妹们大受鼓舞和感动。



会上，还选举通过了香草山团契会长、副会长，以及文字、摄影、网络组组长，完善了香草山团契的组织机构，明确分工，便于今后更细致有效地开展工作。大家还对写作、摄影的经验体会进行了交流总结，彼此启发和激励。希望更多在文字、摄影、网络方面有恩赐的弟兄姊妹加入香草山团契，把对主的感恩体现在勇于担当责任和使命的行动上来，在得到上帝恩典的同时，将自己

完全地摆上，加入服侍团队，回报上帝的恩典，一起为主作光作盐。

(作者系本堂会友，香草山团契成员)



教会公告

关于香草山团契呼召成员的通知

香草山团契自2011年3月25日成立以来，为更好地推动三一堂文字事工的发展作了积极、有效的努力，团契成员积极撰稿，为《活水》周刊提供了大量优秀的原创文章及摄影作品。因文字、摄影、网络各项工作的开展，需

呼召新的一批弟兄姐妹，要求参加该团契的弟兄姊妹擅长写作、热爱新闻报道工作或摄影爱好者、网络爱好者，信主一年以上。请符合上述条件的弟兄姊妹踊跃报名。报名接待处：一楼咨询台；报名截止时间：2012年2月1日。

每年圣诞节，看着各个团契的介绍与节目展示，我很希望自己也能加入一个团契，但哪个团契适合自己，要如何加入我却一无所知。直到教堂呼召成立文字事工团契时，我终于找到了适合自己的团契，加入了香草山团契，同工们的爱与敬虔潜移默化地影响着我，让我属灵的生命如沐甘露，得到浇灌。

一、认真读经从这里开始

虽然我跟着父母信主多年，但我很少读经和祷告，只在周末去做礼拜，礼拜结束，《圣经》一合就什么都忘了，虽然信主多年但少了敬虔的心。在参加香草山灵修时，传道人带领我们查考《圣经》，我旁边的老姊妹都读出经文了，可我却连这段经文出自《新约》还是《旧约》都不知道，虽然没人批评我，可那时我真的巴不得有条地缝钻进去，觉得自己真的愧对我们的天父。那次以后，我终于发自内心想读《圣经》了，虽然我不能一口气读完，但我从熟悉目录开始阅读《圣经》，以便在我查考《圣经》的时候能找到方向。

在后来的写稿过程中，我先把文章的主要内容写出来，再根据自己所写的内容来穿插经文，每次都要花很多时间去查找合适的经句，我阅读《圣经》的数量和质量都比以前大大提高了。为了方便写稿，我学着将《圣经》的经句按宽容、慈爱、信心等类别分类整理摘抄，在我需要的时候就可快速找到经文，这一个过程让我深刻感到《圣经》的博大精深与奇妙，也让我感到《圣经》的话语真的是可以浇灌生命的活水，让我的生命得到更多的喜乐与平安。

二、祷告的力量在这里添加

从我记事起，我每天晚上都能听到母亲为我的学习、工作生活祷告，我就觉得有母亲为我祷告，上帝会保佑我的，自己反倒疏于祷告。但是到了这个团契，我看到自己的渺小，当我读到“各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事”（腓 2：4）这段经文时，我的内心深

受触动，我也学着为我们的团契祷告，为我们的每一次活动祷告，内心就有了走近神的亲切感。特别是在我为《活水》写稿时，有时上午知道主题下午就要交稿，从构思到完稿时间都很紧迫，可又没灵感，不知自己该写什么，这时我就祷告，求神赐给我智慧和力量，让我能按着神的心意把稿件写出来，祷告完了我就读《圣经》，写作的思路慢慢就出来了，我做不

到的事，只有靠神赐给我们的力量来完成。此前，我从来没有在一天之内完成过一篇稿件。

还有一次，我的母亲要做手术，我是独生女，觉得压力很大，在团契聚会时，我忍不住对弟兄姊妹诉说心中的压力，大家一起为我祷告，祷告完了，我觉得如释重负，母亲的手术也很顺利，这再一次让我感到了祷告的

力量，也让我学会大事小事都完全交托与祷告。

三、流动的爱在这里彰显

在香草山的每次采访中，我都能感到流动的爱。主日学的老师用无私的爱塑造着孩子们属灵的生命；马大团契的那些年老的弟兄姊妹用自己默默无闻的付出保持了我们的教堂洁净的环境；守望团契的成员以不住的祷告托住我们教会的各项事工；诗班的弟兄姊妹用自己的休息时间认真练唱，让我们能欣赏到那美妙动听的赞美诗……以前我不知道我们的教堂会有这么多人坚持不懈地奉献，当我亲眼所见弟兄姊妹们各种各样的奉献时，我的内心深受感动，记得在Q群上经常看到“新闻联播是童话世界”的转载，我觉得我们的教堂更像是一个的童话世界，充满了真、善、美。当我把这些不计报酬的奉献讲给没信主的朋友听时，他们总觉得无法理解，甚至觉得这些人头脑有问题。是啊，离开主的爱，在这个充满诱惑和罪恶的现实世界中，哪里还有这样的真、善、美呢？

在今年圣诞节节目准备中，我们团契是第一次准备节目，虽然没有经验，但大家群策群力，



最终让节目能顺利演出。排练期间，有几位同工因为参加几个团契的排练，连吃饭时间都没有，经常是空着肚子就来排练；丁姊妹才做了手术，病假都没休完就参与到节目的策划排练中来；我们节目的指挥张姊妹，排完节目还要把住得远的姊妹送回家；还有我们一位团契成员的男友，起初只是旁观我们排练，后来却主动为我们的节目出谋划策，跑上跑下找音响、找道具，组织拍练，在我们演出时，他到音响室协调录音和画面的控制，这可是精确到秒的压力活，演出结束大家在碰面时，我看到他也满面红光，做着深呼吸。有时也会因为节目的表现形式发生一些争执，但大家都能彼此包容……这些点点滴滴的爱，让我们这段忙碌而紧张的日子充满温暖，也让我们在演出中有了发自内心的微笑。我明白，真正的爱并不需要任何的修饰来表演。以前我在单位或是社会的各种演出中，每次都要练习微笑，可到台上还是笑不出，可这次，却因为有着这些温暖的爱，我觉得这笑不是礼节性的，也不是为表演才有的，乃是出自内心的微笑。

四、侍奉的技能在这里提高

不管文字还是摄影的侍奉，都是技术活儿，除了有敬虔的心还要有相应的技能才做

好。如果我们几个月写不出稿件，或是写的稿件质量达不到《活水》的用稿标准，或者我们拍的照片总是没有亮点，那我们的侍奉有什么效果呢？所以，在香草山团契，我们不只有灵修敬拜，还有写作、摄影和网络相关知识的培训。我们文字组的成员，经常与其他的成员交流创作的感想，相互点评作品，取长补短，让自己不断提高；同时也对其他组的成员进行写作方面的培训，比如新闻写作入门，标点符号的使用等内容；摄影组的成员又向我们讲解一些摄影的基本常识、照片的构图等内容；网络组则向我们介绍些非常实用的电脑操作技巧或图片处理技巧，这样相互的学习让我们各小组侍奉的效率不断提高。特别是我们的文章，有《活水》编辑江老师的直接指点，又在相互讨论中改进，我觉得每写一篇文章，自己的写作水平都有所提高。

回顾这一年我觉得自己最大的收获就是加入了香草山这样美好的团契，让自己生命的根基仿佛从荒漠迁到了沃土上，得到浇灌，茁壮成长。求神带领每一位信徒找到自己属灵的伙伴和生命的沃土，也求神看顾保守我们的每一个团契！

（作者系本堂执事，香草山团契成员）

教会新闻

世纪城教会的新年感恩

文/林爱琼

光阴似箭，岁月如梭，转眼间又迎来了2012年，在这新春佳节即将到来的美好时刻，世纪城教会的全体同工们充满了无限的感恩，回想三年走过的路，每一步无不是主的恩典。

世纪城教会租用在一个地下车库，由于空气流通不好，常使人有胸闷气短的感觉。三年了信徒人数一直维持在40至50人左右，在这艰难窘迫的环境下，信徒面临信心动摇的光景。于是在2011年1月教会呼吁弟兄姊妹与三一堂一起三天同心合意禁食祷告，不住向神祈求，神的灵托住圣工，在三一国际礼拜堂靖牧师的带领下，2011年5月8日，世纪城聚会点正式开堂，并开始主日崇拜。自从开堂以来神将得救人数不断加给教会，每次参加礼拜的人都挤得水泄不通，堂门口坐满了弟兄姊妹，特别在平安夜和圣诞节，本堂的弟兄姊妹，全部让位站在外面，尽管受环境严重的制约，大家仍然充满感恩，侍奉之心坚如磐石。精彩纷呈的圣诞节目，使每个弟兄姊妹感到神家的温暖，感受神无数的恩典与祝福。

回想世纪城教会的发展历程，从40-50人到100-200人，这样的成绩不是某个人的能力所取得的，而是众弟兄姊妹同心合意祷告、彼此配搭、彼此服侍的结果，是每位弟兄姊妹按

各人恩赐发挥各自的功用密不可分的，也是三一国际礼拜堂各位教牧同工辛勤牧养的结果。

2012年伊始，世纪城教会决定在元月2-4日三天禁食祷告，旨在展望新一年的计划，建立新教堂，添置新设备，建立健全侍奉队伍等目标。求主帮助我们，使我们所作的一切都是忠心于自己的使命和仆人的职份，求主把爱与恩赐放在我们教会当中。圣经中记载使徒保罗担心信徒只追求恩赐而忽略追求爱，（林前14:1）所以保罗说：你们要追求爱，也要切慕属灵的恩赐；他把爱放在恩赐的前面。因为爱是联络全德（太22:37-40），爱神、爱人是律法和先知一切道理的总纲。如果教会失去爱，就成了“鸣的锣、响的钹”一般，就没有属灵的实际价值，求神赐下智慧的灵放在我们教会当中，让每个弟兄姊妹都在爱中运行恩赐，在爱中彼此服侍，传扬福音，在爱里彼此配搭，建造教会，用感恩的心仰望创始成终的主耶稣基督，为世纪城教会建造一所美丽、宽敞的礼拜堂，让信徒过着正常、稳定的宗教生活而齐心协力。相信在神的带领下，经过大家的努力，世纪城教会，将会越办越好，日后的荣耀必大过先前的荣耀。

经文：太 6：16-18，提前 4：8

圣经里提到禁食祷告约有一百多处，而在今日的基督生活中却很少有这样的操练。今天有些人也会禁食，但他们目的是为减肥，只有禁食却没有祷告。也有相当一部分基督徒，我们只有祷告却没有禁食。祷告与禁食就像手与手套那样是套在一起的。它们各具非常的能力，加起来更有极强的能力。保罗说“操练身体，益处还少，惟独敬虔，凡事都有益处。”（提前 4：8）很显然，禁食祷告是基督徒生活的一部分。但愿能藉今天的分享，提醒大家能这方面操练自己。

一、何谓 (what) 禁食祷告

有人以为禁食就是绝食，不吃不喝。禁食祷告就是以绝食的方式，来强逼神按我们的意思供应我们的需要。用我们的绝食来换取神的祝福。也有人把禁食当作一种宗教仪式，以示自己的敬虔。这些看法都是不正确的，所以我们对禁食祷告要有一个正确的认识。禁食，是信徒向神表示敬虔专一、自我谦卑、刻苦己心而部分或完全停止进食。我们必须付出代价来恳切祷告。这与节食以求减肥或操练意志不同，与绝食以求达到某种政治或理想目的而引人注目也不同，禁食与神有关，节食与绝食只与人有关。禁食通常伴随着祷告，而禁食祷告简单地说，就是为着特定的属灵目标，在一定的时间段内禁食，以便更迫切、专一的祷告，亲近神，全然仰望主，并从神那里支取侍奉的力量和胜过罪的能力，调整自己与主的关系。

圣经中的但以理、以利亚、保罗等，甚至连主耶稣都时常禁食祷告。

二、为何 (why) 禁食祷告

那么在我们基督徒的信仰生活中为什么需要禁食祷告呢？我们祷告不就可以了吗？为何还要禁食祷告呢？因为禁食祷告这不仅是

对神敬虔的操练，这更是神赐福与能力的管道。圣经中提到在很多情况之下人们需要禁食祷告：

(1) 当为罪悔改求神赦免时；如大卫和尼尼微人。(2) 为寻求神特别的带领时；如但以理为尼布甲尼撒解梦。(3) 为个人和教会重大事件时；如初期教会、尼希米。(4) 为抵抗属灵的敌对势力时，如赶鬼。(5) 操练个人敬虔与神亲近时。如亚拿和摩西。圣经虽然没有命令我们去禁食祷告，但从圣经的教导中看到禁食祷告是神施恩典的特别管道。

三、如何 (how) 禁食祷告

禁食祷告对犹太人来说非常普遍，连法利赛人每个礼拜都有两次禁食。耶稣教导门徒禁食祷告时不可效法法利赛人的样式，把自己的外表弄得非常狼藉，故意让人知道他们在禁食。所以耶稣教导门徒要照常梳洗，而且要进入内室，不要让别人看出他在禁食祷告。这告诫我们禁食祷告不是做给人看的，而是要专心寻求神的面。这是我们对禁食祷告要有的态度。

那对我们今天的基督徒具体如何来禁食祷告呢？禁食祷告可以分为三类：(1) 在一段时间内完全不饮水也不进食。（建议不超过一天）(2) 禁止所有的固体和流质，但不禁止水。（建议不超过七天）(3) 不同长度的时间。只是一些指定的时间内进食，禁食一餐或两餐。圣经中并没有规定基督徒多长时间禁食一次或多次，我们各人可以根据自己的身体状况自愿地去禁食。切记我们不是为了禁食而禁食，

而是把我们的心思从食物转移到主的身上，同时藉着禁食多花时间来亲近神、祷告神，多默想神的话，这才是禁食祷告时当做的。

但愿我们每位基督徒能在圣灵的帮助下，在禁食祷告上操练对神的敬虔。



2012年01月08日

三一崇拜程序

上午 8:00

10:00

- 第一场: 主领: 杨静老师 证道: 罗舒引牧师 诗班指挥: 张雅丽老师 司琴: 张雁翔老师
 第二场: 主领: 安吉超传道 证道: 靖玖玮牧师 诗班指挥: 张雅丽老师 司琴: 张雁翔老师
- 序 乐: -----《主在圣殿中》会众默祷 以心灵和诚实敬拜神 -----众 立
 - 问 安 礼: 主礼人: “愿主的平安与你们同在。” -----众 坐
 会众应: “愿主的平安也与你同在。” -----众 坐
 - 宣 召: -----诗 30 篇 -----众 立
 - 宣 信: -----《使徒信经》(赞美诗新编 395 首) -----众 立同诵
 - 唱 诗: -----《赞美诗》新编 133 首 -----众 立同唱
 - 祈 祷: -----众 立
 - 唱 诗: -----《赞美诗》(新编) 392 首 -----众 立同唱
 - 启 应 经 文: -----诗 25 篇 -----众 坐
 - 诗 班 献 诗: -----咏 恩诗班《求主来到我们中间》《赞美诗》新编 237 首 -----众 坐
 - 读 经: 第一场: 利 1: 3-9 -----第二场: 太 13: 24-30 -----众 坐
 - 证 道: 第一场: 罗舒引牧师 讲 题: 《完全献上的祭》 -----众 坐
 第二场: 靖玖玮牧师 讲 题: 《容稗子一起长》 -----众 坐
 - 唱 诗: 第一场: 《赞美诗》(新编) 343 首 -----众 立同唱
 第二场: 《赞美诗》(新编) 362 首 -----众 立同唱
 - 欢 迎: -----慕道友(第一次来教会的朋友们起立, 鼓掌欢迎) -----众 坐
 - 祈 告: -----为慕道友和第一次来本堂的弟兄姊妹祝福祷告 -----众 坐
 - 问 安 礼: -----请与你前后左右的弟兄姊妹握手问安, 说: “愿你平安, 耶稣爱你” -----众 坐
 - 报 告: -----报告教会的事工 -----众 坐
 - 奉 献 礼: -----《赞美诗》(新编) 393 首 《献礼文》 -----众 立
 - 祈 告: 第一场: 靖玖玮牧师 -----第二场: 闫大卫牧师 -----众 立
 - 主 祷 文: -----众 立同诵
 - 祝 福: 第一场: 靖玖玮牧师 -----第二场: 闫大卫牧师 -----众 立
 - 阿 们 颂: -----众 立同唱
 - 殿 乐: -----默 祷 散 会

2012年01月08日

三一崇拜程序

下午 2:00

- 主领: 李晓燕传道 证道: 张再亮老师 诗班指挥: 张雅丽老师 司琴: 周赐福老师
- 序 乐: 《主在圣殿中》 会众默祷 以心灵和诚实敬拜神 众 立
 - 问 安 礼: 主礼人: “愿主的平安与你们同在。” -----众 坐
 会众应: “愿主的平安也与你同在。” -----众 坐
 - 宣 召: -----诗 16 篇 -----众 立
 - 宣 信: -----《使徒信经》(赞美诗新编 395 首) -----众 立同诵
 - 唱 诗: -----《赞美诗》(新编) 28 首 -----众 立同唱
 - 祈 祷: -----众 立
 - 唱 诗: -----《赞美诗》(新编) 399 首 -----众 立同唱
 - 启 应 经 文: -----诗 9 篇 -----众 坐
 - 诗 班 献 诗: -----圣 爱诗班《怎能如此》《赞美诗》(新编) 312 首 -----众 坐
 - 读 经: -----赛 42: 1-9 -----众 坐
 - 证 道: -----张再亮老师 讲 题: 《我的仆人, 我所扶持的》 -----众 坐
 - 唱 诗: -----《赞美诗》(新编) 243 首 -----众 立同唱
 - 欢 迎: -----慕道友(第一次来教会的朋友们起立, 鼓掌欢迎) -----众 坐
 - 祈 告: -----为慕道友和第一次来本堂的弟兄姊妹祝福祷告 -----众 坐
 - 问 安 礼: -----请与你前后左右的弟兄姊妹握手问安, 说: “愿你平安, 耶稣爱你” -----众 坐
 - 报 告: -----报告教会的事工 -----众 坐
 - 奉 献 礼: -----《赞美诗》(新编) 393 首 《献礼文》 -----众 立
 - 祈 告: -----郑 慧牧师 -----众 立
 - 主 祷 文: -----众 立同诵
 - 祝 福: -----郑 慧牧师 -----众 立
 - 阿 们 颂: -----众 立同唱
 - 殿 乐: -----默 祷 散 会

