

旋風中的靜語 — 安慰禱文集

編譯者：賴若瀚

封面設計：陳克儉

出版：腓利門出版社

14675 Midway Road, Suite 101

Dallas, Texas 75244-3115

版次：一九九六年五月初版

一九九七年五月初版二刷

© 腓利門出版社 一九九六年

國際書號：0-9649885-1-8

【版權所有】

**Silent Words in the Whirlwind**

— Prayers of Consolation

**Compiler/Translator:** Dr. Johann Lai

**Cover Design:** Harkim Chan

**Publisher:** Philman Publishing, Inc.

14675 Midway Road, Suite 101

Dallas, Texas 75244-3115

**Edition:** First edition, May, 1996

First edition, Second printing, May, 1997

**ALL RIGHTS RESERVED**

**ISBN 0-9649885-1-8**

## 滕 序

在父神所創造的大自然中，有多種美妙的聲音，我們稱之為「天籟」：風聲颯颯，溪水潺潺，鳥啼蟲鳴，雷轟浪嘯……在那裡各按其時，各呈其韻，各循其節的以宇宙大合唱來頌讚奇妙偉大的造物主宰。

世上千千萬萬蒙基督救贖的人，從其心靈深處發出「靈籟」來回應那無限的慈愛，就是眾聖徒的祈禱。他們在歷世歷代以來，嚐受父神萬般恩惠，各有特殊經歷，以無限的繽紛向祂獻呈心聲。

本書採集各代聖徒的祈禱，如同一串串的珍珠寶石，集成神的寶座（詩廿二3），作者中也有華人知名的弟兄姊妹：杏林子、滌然等，倍感親切。

英國桂冠詩人丁尼遜（Lord Tenneyson）說：「耶穌基督是我心靈的陽光，使心園內的花蕊一朵朵的綻放。」我相信，本書內的麗葩也能引發讀者心靈中的漣漪盪漾，獻上給父神。阿門。

滕近輝

一九九六年四月

## 王 序

對我來說，禱告並不是容易的事情，不像有些人說的「禱告像呼吸」那麼自然和隨意。

禱告要求我誠實朝見神和面對自己，或許這就是為何我常常捨難取易，以很多其他活動來取代禱告，又用種種藉口來解釋疏忽禱告的原因。缺乏禱告的榜樣，相信也產生一定的負面影響，我愈來愈肯定榜樣對生命塑造的重要性。

在自己成長、受訓和事奉的環境中，有「學者型」的榜樣，其淵博的知識激勵我發奮讀書；也有「事業型」的榜樣，其捨己的事奉感染我忠心事主；但禱告的榜樣卻屬不可多得。

陶恕（A.W. Tozer）的一位同工回憶與他一起禱告的經驗：「陶恕跪在椅旁，脫下眼鏡放在椅上，他跪在地上，雙手合攏，抬頭閉目說：『神啊，我們在你面前。』我感到神的同在湧流充滿整個房間。我永不忘記那一刻，也不願忘記那一刻。」另一位同工說：「能夠認識陶恕是極大的福份，能與他一起禱告則如身處聖所。」陶恕禱告的榜樣就這樣潛移默化，影響塑造別人。

若我們身邊有美麗的禱告榜樣，我們當把握機會，多點與他一起禱告，向他學習禱告的功課，這是最有效和蒙福的方法。而好的「禱文集」也能發揮榜樣的影響。當我們閱讀敬虔的人之禱

文，便猶如置身施恩座前，聆聽他們向神的傾心吐意，從而挑旺我們內在禱告的靈。

因此若瀚兄以牧養的情懷，編譯禱文集，便有重要的屬靈意義。深願讀者不單單停留在閱讀禱文的階段，而是隨著聖靈的感動，把閱讀轉化成禱告，更可嘗試學習把你的禱告寫下來，錄於靈程札記中。將來翻看，當能處處見到與主同行的足印。

王志學  
於大使命中心  
一九九六年四月三日

## 自序

「沒有任何對祈禱的講解比祈禱本身更為有效！」（"Nothing we can say about prayer is as profitable as prayer itself"）。要學習祈禱，當然可以從祈禱的原則、方法與理論入手；但較簡單的方法是直接去體會、瞭解別人——特別是屬靈偉人——如何祈禱，從而實際地進入他們祈禱的世界裡。這種潛移默化，藉經歷而學習的過程，為我帶來莫大屬靈的收獲。

幾年前，偶然一次翻閱德國神學家潘霍華（Dietrich Bonhoeffer）所著的【獄中書簡】（英文本），讀到他在牢獄中向神發出的祈禱，我的心靈大受震撼，深切體會祈禱所發的力量，實在是大有功效的（雅五16）。當時腦海中忽然起了一個意念，就是要開始尋索、搜集一些屬靈偉人的禱文，藉此操練自己祈禱的生活。過去兩年間，在一些半價書局中，至少搜購了一百多本的禱文集，有古代的、亦有近代的，無意之間驚訝地發現這個屬靈的大寶藏。後來決定挑選一些較有深度又最能感動自己的禱文，繙譯成中文刊載在達城基督徒中國教會主日秩序單的「默想欄」中，眾多弟兄姊妹都表示從其中得到屬靈的幫助，並且鼓勵出版。

讀偉人的禱文，就如讀舊約【詩篇】一

樣，可以親身體會作者在人生旅途上各式各樣的經歷，並且瞭解他們如何在不同的環境中，向神傾心吐意，流露真情。許多時候我們並不知道怎樣禱告，聖靈就用「說不出來的歎息，替我們禱告」（羅八26）；聖靈亦可以借重屬靈偉人的禱文，作為我們禱告的範本，充實我們的禱告生活，讓我們再次來到神施恩的寶座前，領受恩典、力量與安慰，重新得力。

本書取名【旋風中的靜語】，是取意自神在旋風中向約伯陳明祂的心意（伯卅八1）。本書是【禱文集】系列中的第一冊——全屬安慰與鼓勵的禱文。主若許可，將會繼續出版有關屬靈品格的禱文，以及讚美感恩的禱文等。

本書能順利的出版，首先要感謝滕近輝牧師與王志學弟兄在百忙中賜下序言，使本書實在生色不少。其次要感謝下列的幾位弟兄姊妹：腓利門出版社的謝建新弟兄在出版的總籌、林秀芬姊妹在編輯上的協助，以及向各出版社索取版權的事上所擺上的苦心與努力；蔡芷蕊姊妹在譯文上提供極寶貴的意見；以及陳克儉弟兄封面的精美設計等。

願神的兒女因閱讀這些禱文而帶來靈命的更新，神無窮盡的祝福亦與你們同在！

賴若瀚於美國德州達拉斯城  
一九九六年四月



## 只要認識您

我將我眾多的「爲甚麼」獻陳在您十架前，  
雙膝跪下，俯伏敬拜，  
我腦海一片空白，  
我心靈全無感覺。

在敬拜中我體會：  
只要認識您，  
我再不需問：「爲甚麼」！

Ruth Bell Graham  
*Sitting by My Laughing Fire*

## 您在我身旁

那倍增的黑暗如濃霧一般

籠罩我，

像蔓延的恐怖 —

直到我領會：

「黑暗不能在您面前躲藏！」

「地是空虛、混沌，」

淵面都是黑暗；

創造昔日光芒的聖光啊，

求您今日再造一次吧！

在漆黑的房間裡，

雖眼不能見，但仍可感到有別人同處一室，

因這緣故，我確知在黑暗中，

您仍與我同在，

那令人寒慄，

無形而渾沌的絕望，

早已消沒於溫和的榮光中。

像一個驚懼黑暗的小孩

在母親懷中安然躺臥，

沒有任何驚懼

可以折磨軟弱的我。

黑暗 — 黑暗仍不斷地籠罩著我，

但您亦在我身旁！

Ruth Bell Graham

*Sitting by My Laughing Fire*

## 終於 - 立刻！

主啊，

您曾溫柔卻又堅定地對我說：

「將你的重擔卸給我，

我要使你得享安息。」<sup>1</sup>

我 - 終於 - 交出來了，

您 - 立刻 - 就賜予了。

於是我希奇，

為甚麼我要久候到如今？

Ruth Harms Calkin

*Lord, I Keep Running Back to You*

## 事在人為

主啊！每當我低頭觀望，

只看見自己的不幸和軟弱，

流血的創口，

受傷的心，

我就自哀自憐，訴苦埋怨。

主啊！每當我轉頭向四週觀望，

只看見別人的歡笑和成功，

也不管他們曾經付出多少心血努力，

只覺得又嫉妒又懷恨。

主啊！每當我回頭向後觀望，

不是為過去的得意而沉醉，

就是為過去的失意而追悔，

蹉跎了大好時光。

我的主，求您不叫我看這些，

只抬頭一心仰望您，

透過漫天風暴，層層陰霾，

深知您的慈愛，

必如雲上的太陽永不消逝。

杏林子  
【生命頌】

1. 太十一 28



## 不為明日憂慮

求您助我盡上最大的努力，  
專心解決今日的煩惱，  
不為明日憂慮。<sup>1</sup>

救我脫離憂慮的罪，  
免得胃潰瘍成為我們不信的表徵。

Peter Marshall  
*Prayers of Peter Marshall*

## 不是在遠處

不必走得遠，  
因您在我身邊；  
不必走得遠，  
因您在我眼前。  
主啊，人要親近您，  
不必穿山越嶺，  
乃藉著愛的道路。  
主啊，我愛您！

Amy Carmichael  
*Edges of His Wings*  
cited from *Eerdman's Book of Famous Prayers*

---

1. 太六 34

## 賜我信心

求賜我信心，不問「為甚麼？」  
我將會逐步瞭解神的計劃。

求賜我信心，能面對苦痛  
並宣告說：「一切將會回復正常！」

求賜我信心，能謙卑低頭  
信靠等候神的引領

求賜我信心，迎接生命中  
一切的痛苦、不幸與困惑，

當日影西斜、一日將盡，  
人生終局來臨的時候，我闔閉雙眼。

我的靈魂將會得著安息，  
因我知道神等候在那裡。

佚名

## 沒有難成的事

噢，主我的神！  
我的生活存留都在乎您。<sup>1</sup>  
求開我的眼睛，  
讓我看見您不間斷的、為父一般的同在。  
使我的心，因您慈愛的大能，  
更加親近您，

求教導我學會一無掛慮。  
當我竭盡所能，  
完成您所交付的聖工之後，  
神啊，我的救主，讓我將事情的結局  
完全信靠在您全智的判斷之下。  
除去我一切的疑惑與不信，  
使我的心思轉向屬天的事，  
讓我知道，在聖子耶穌我們救主的身上，  
沒有任何難成的事。

Brooke Foss Westcott  
*Oxford Book of Prayer*

1. 徒十七 28

## 您愛我

神啊，昨天我如飛鷹一般，

展翅上騰—

您愛我！

今天我卻像污水一滴—

您還是愛我！

明天或許我會問：

「昨天到底是甚麼事情攪擾我呢？」

但無論怎樣，您仍然愛我！

神啊，有無數的事情

我無法理解；

但在我生命中，

有一件確實不變的事：

「我知道您愛我！」

Ruth Harms Calkin

*Lord, I Keep Running Back to You*

## 請不要理會我

神啊，在人生的旅途中，

有許多事我不喜歡，

有許多人我不中意，

但有許多事情我又不想更變，

有不少朋友我不能失去。

因此當我向您訴怨的時候，

請不要理會我，

其實在我毫無感恩的心底裡，

仍然每日常存感恩。

阿門！

佚名

*Treasury of Joy and Enthusiasm*

## 生命的聖禮

神啊！求您接納我的憂愁，

藉它們顯示您喜樂的特質，  
接納並赦免我的罪，

用它們引我走向真正歡愉  
與平安的道路；

接納我失敗的嘗試、破滅的願望，

用它們作成您彩虹的圓拱；  
接納我的愁雲慘霧，

用它們造出榮美的晚霞；  
接納我的黑夜，

藉它顯示閃耀的星光；  
接納我的痛苦與病患，

直等到它們成全您的旨意，  
像康健的身體所能成全的一樣；  
接納我的衝動、掙扎與渴求，

因我經常感到困惑與挫敗。  
求用這些破碎不完全的事物，

讓您的異象得以實現，  
因為您創造生命，以它為一個聖禮——  
藉著主耶穌基督  
以荊棘為冠冕，  
以十架為寶座。

Leslie D. Weatherhead

## 昨晚我失敗了！

他心靈受創，痛苦難當，  
需要有人聽他細訴，  
分擔他的傷痛...

我卻疲憊萬分，  
對他全不理會，  
只希望有一點安靜的時間。  
不久他離開了...

這不是第一次了 —  
我封閉自己，  
拒人於千里之外；  
我親眼目睹自己這樣對待別人，  
卻無法控制...

... 因我無力關心別人，  
我是否真心關愛他人呢？  
或者我的愛只是出於無奈，  
又或者我以它為一項投資，  
希望將來得到回報？

主啊，無論如何，  
當我藉詞不願關心人的時候，  
求您赦免我！

Robert Raines  
*Lord, Could You Make It a Little Better?*

## 神的照明燈

神啊，倘若您在我毫無防範的時候，  
 向我的家人、我的朋友、我的鄰舍，  
 揭露我每句好話背後的動機；  
 或在我伸出友善的手的時候，  
 顯示出我另一隻緊握著的手。

倘若您將我每個虛偽的動機，  
 每項自私的行動，  
 都暴露在您的光中，  
 我會畏縮地無地自容，  
 哀求您將這啓示的光挪開。  
 但是主阿，當您聖靈的照明燈發出，  
 光照我本相的時候，  
 我本能地將眼睛緊閉，  
 背向著您，  
 狂亂地逃避您那洞察一切的目光，  
 但我知道我是逃不了的。

主啊，這是多麼矛盾，  
 又是多麼虛偽的行爲呢！

我知道離開您的恩典，  
 我會一敗塗地。  
 懇求您在我痛悔心靈的深處，  
 徹底改造我，  
 洗滌我，完全潔淨我。

每當我回到您那粗糙的十字架前，  
 感謝您賜我無止息的確據；  
 因您的慈愛，我成爲您的兒女，  
 因您的恩惠，我至今仍是您的兒女。

Ruth Harms Calkin  
*Lord, I Keep Running Back to You*

## 求主提醒

永恆的神，生命的主啊！

我這善忘的孩子，

再度提醒自己，

我要全心倚賴您的恩惠。

我祈禱的時候經常說：

「神啊，記念我！」

「主啊，現在聽我的禱求！」

「求您施恩給我！」

這些真是愚昧的話！

在我善忘的時候，您記念我；

在我正要啓齒的時候，您早已聽聞；

在我不能接納自己的時候，您已施恩給我。

其實事情剛好相反，

是我需要別人經常的提醒，

不是您撇棄了我，是我轉離了您！

您沒有忘記我，是我忘記了您；

當我犯錯走迷的時候，您沒有厭棄我

是我厭棄自己。

褪色的昨日煩擾我，縈繞於心，  
過去的疼痛，古舊的傷痕使我痛苦。  
求讓我支取您不變的應許，

因您曾說：

「你們一切乾渴的都當就近水來，

沒有銀錢的也可以來，

你們都來，買了吃！」<sup>1</sup>

主啊，我枯乾、我焦透了，

我飢渴地等候別人的肯定，

我暫時來了，

心中想望卻不願真心相信，

但我已經來了！

阿門！

Kenneth G. Phifer

*A Book of Uncommon Prayer*

---

1. 賽五十五 1

## 絕境心曲

我淚水向您湧流，主啊！

我泣不成聲。

我無言以對，因我正落在

驚懼、

痛苦、

憂愁、

損失、

受創的光景中，

我只能用眼淚來替代。

您最瞭解我無言的默禱，您聆聽著。

主啊，求您擦乾我的眼淚，一切的眼淚。

不是在將來，

乃是在今天，就在這裡。

Joseph Bayly  
*Psalms of My Life*

## 您是我的主

您是我的主 — 您曾在驚濤駭浪中，

安枕無憂地睡著，

又使風浪得以平靜；

只要有您在我船中，

任憑風無情擊打、

浪繼續翻騰吧！

雖然狂風在怒哮，但您卻處之泰然，

求使我在漫長的等待中，能寧靜地渡過；

有您同在船中，船豈會沉沒？

安穩在您的旨意中，我又何懼之有？

Amy Carmichael  
*Edges of His Ways*

**BSOP LIBRARY**



## 我又回奔到您的身旁！

主啊，您最認識我的本相！

我經常身陷困境，爲自己找麻煩——

我批評苛刻、

我吹毛求疵、

我頑固倔強、

我浪費時間力量、

我推卸責任、

有不少人我故意避開、

有許多事我不願盡力、

當事情不如我意的時候、

我會躲到自己的角落中、

鬱鬱不樂、

我甚至轉背向您，主啊！

爲要逃避您洞察一切的目光。

直等到我對自己感到失望、

那無比的孤單令我戰慄、

我抵受不住我內心的愧疚。

主啊，您猜對了、

我又回奔到您的身旁！

試問，我又可以往那裡去呢？

誰比您更明白我的心境？

誰能完全赦免我的罪？

誰可以救我脫離愚昧的驕傲呢？

沒有別人，主啊，只有您！

感謝您樂意接納我、

愛顧我、

歡迎我。

主啊，我真的不由自主、

又回奔到您的身旁了。

Ruth Harms Calkin

*Lord, I Keep Running Back to You*

## 有求不應？

我求神賜我力量，爲要有所成就；

祂卻使我無助，要我謙卑順服。

我求健康，爲要力盡偉業；

祂卻使我衰弱，要我事奉更美。

我求財富，爲要使我快樂；

祂卻使我窮困，要我得著智慧。

我求權勢，爲要得人稱羨；

祂卻使我軟弱，要我倚靠真神。

我求世上的萬物，爲要享受人生；

祂卻賜我生命，要我享受萬物。

我所求的，沒有一項蒙主應允，

但卻得著一切所冀望的。

除了我爲自己所求的，

我未說出的禱告，皆蒙應允，

我是在世上最有福的人中了。

一位佚名的南方軍人

## 祂帶領我！

「祂帶領我！」

這首詩歌我十分愛唱，  
經常在我腦海中盤旋。

主啊，其實這並不盡然。

您帶領我——條件是我讓您來帶領；  
這樣我們才可以向前邁進。

但我卻像一個不耐煩的小孩，

經常離群獨往，  
走在您面前。

我自以為知道要去的地方，

（其實私心害怕在等候的當兒，  
您會攔阻我走我的路）。

我向前直奔，

結果是到處碰壁。

主啊，這首詩歌應加上另一節：

「祂跟隨我！」

當我像小孩偏行己路的時候，

您像父母一樣——

耐心地、慈愛地跟在後面。

主啊，您會搖頭嘆息嗎？

您會希奇像我這樣的人，

要到甚麼時候才學會不亂撞亂碰呢？

主啊，我若讓您引路，

您必定會帶領我。

但希奇的是：

當我不願意跟隨您的時候，  
您卻跟著我。

您跟上來——

找著我，掃除我身上的塵垢，  
安慰我，將我扶持在懷中，  
鼓勵我，又牽著我的手。

Jo Carr & Imogene Sorley  
*Too Busy Not To Pray*

## 我正像別人一樣

神啊！我感謝您！

因為我正像別人一樣犯罪作惡，  
污穢不義。

我是在罪孽裡生的，

在我母親懷胎的時候就有了罪。  
我是嘴唇不潔的人，

又住在嘴唇不潔的民中。

因此我飽受罪惡的壓制、捆綁、

追趕、威脅；

而轉頭仰望您，

您便拯救了我像拯救別的罪人一樣，

使我得到自由、平安、喜樂。

神啊！我感謝您！

因為我正像別人一樣軟弱，

常常跌倒，

又喜歡偏行己路，

走在您的旨意之外；

因此我遍體鱗傷，頭破血流，嘗盡苦味；

而漸漸學習跟隨您，握牢您的手，

您便保守我在您的愛中，引導我走義路，

使我得到安息、豐盛、滿足。

神啊！我感謝您！

因為我正像別人一樣，  
是您用塵土造的，

是滄海中的一粟，是微不足道的砂粒，

是平凡中的平凡者，

是普通的普通人，

是一般的一般人。

因此我感傷自身的渺小，人生的短促；

而舉目驚嘆您的偉大，您的深愛，

您便指示我每顆靈魂在您眼中的寶貴，

使我得到勇氣、安慰、信心。

滌然  
【滌然文選】

## 苦水變甜

噢，瑪拉的水泉！處在曠野無人之境，<sup>1</sup>

我怎能喝，怎能喝你的水呢？

但摩西呼求，一棵樹就現在眼前，

試問有那一顆心向您求恩典而落空呢？

因那棵樹的觸碰，苦水變為甘甜。

滿有慈憐的主啊！在我瑪拉的日子裡，

讓我看見那棵樹，思想加略山的十架，

使苦水變甜，在敗中求勝。

在久遠的時代中您曾說：

「你們心裡不要憂愁！」<sup>2</sup>

在今天您仍對我說同樣的話！

Amy Carmichael  
*Edges of His Ways*

1. 出十五 22-26；

2. 約十四 1

## 為刺感恩

我的神啊！

我從來沒有為我的「刺」<sup>1</sup>向您感謝；

為我的玫瑰我曾感謝過千百次之多，

但為我的「刺」，

我一次也沒有感謝過。

我切切盼望永世的來臨，

在那裡我所背的十字架可以得到報償；

但我從未想過十字架就是現今的榮耀。

求您將十字架的榮耀教導我，

將「刺」的價值亦教導我。

願您指示我，

我已從痛苦的路徑攀登到您面前；

願您指示我，

我的眼淚已變成榮美的彩虹！

馬得勝（蘇格蘭著名的替目佈道家）

1. 林後十二 7-10

## 不蒙應允的禱告

神啊！為禱告不蒙應允，我感謝您！  
感謝您沒有垂聽我愚昧的祈求——<sup>1</sup>

我為著一己的舒適，

求住在一個無憂慮、

無痛苦的地方，

我奢望得著：

世上的尊榮、財富、

優越感與自尊心，

別人的讚賞源源不絕而來，

穿上紫色尊貴的袍，聞名於世。

您是何等慈愛的天父！

我是何等幼稚的小孩！

經常索取對我毫無益處的甜點，

然而，您從沒有將好東西留下不給我，

您在我四週圍上籬笆，保護我免遭災害，

神啊！我屬地的禱求經常充滿引人跌倒的陷阱，

求您赦免我，不要答允這樣的禱告。

佚名

1. 雅四 3

## 危機？轉機？

天父啊，

當我嚮往一個以逸代勞，

無災病、無痛苦的人生的時候；

求您藉困難提醒我——

橡木在勁風之中，才得堅實，

鑽石在高壓之下，方能製成。

求堅定我的心志，

在危機背後看見轉機。

不向悲觀主義者低頭，

因他們將每個轉機都看成危機。

讓我知道您仍坐在寶座上，

使我盡力完成現有的工作，

並將成果交在您的手中。

助我成為無愧的工人，

按著正意分解真理的道。<sup>1</sup>

奉主的名求，

阿門。

Peter Marshall

*The Prayers of Peter Marshall*

1. 提後二 15

## 絕望中的安息

當我裡面充滿對世界絕望的情緒，  
在人靜夜闌中忽然驚醒，  
為自己與兒女的生命擔憂的時候，  
我就走到林中，躺臥著，  
靜觀野鴨安坐水面，  
蒼鷺餵飼的美景，  
在野生之物當中，我找到了安息，  
牠們從不用預知的憂慮  
來壓迫自己的生命。  
我到安歇的水旁，  
體會在我以上含歛未現的繁星  
依然閃爍等候，  
在這時候，我安息在大地的恩惠中  
得著釋放。

Wendell Berry

## 別無他求

主啊，我不知道要向您求甚麼，

唯獨您最瞭解我的需要。

您愛我，比我更知道怎樣愛我自己。

噢，父啊，求賜給您的孩兒，

他根本不懂得祈求的事物。

我不敢求十字架，或是求您賜下安慰，

我只將自己獻給您，

將心向您敞開，

願您看見我所需要的，

然後照著您的慈悲憐憫來成全。

無論是責打或醫治，降卑或升高；

我願尊重您的旨意，

雖然現在仍不曉得是甚麼，

我默然等候，獻上自己當活祭

完全降服在您面前。

除了成全您的旨意以外，

我別無他求，

教我禱告，並賜我您自己。

佚名

## 您看顧

主耶穌基督啊！

您是在疲乏之地大磐石之蔭庇所，

您看顧——

因勞苦而困倦，

因歡樂而疲憊，

因盼望破滅而灰心，

因自我而困乏——

我們這些軟弱無助的受造物。

在您豐盛的慈愛裡，

與我們感同身受，

以無以言喻的仁慈，

引我進入您的安息中。

Christina Rossetti

cited from the *Eerdman's Book of Famous Prayers*



## 定睛看您

主耶穌，  
在敵人環伺、朋友呼喊的情況下，  
您踏進這世人的城邑。

求使我定睛看您，  
讓我對您所發膚淺的讚美得以靜止，  
我承認我有不認主、背逆主的本性，  
在寂靜中，求犁耕我剛硬的心田，  
我願謙卑等候。

讓我今日在您面前赤露敞開，  
像您光明磊落一樣。  
讓別人的排斥不能毀我，  
失敗不能滅我。  
除去我一切的虛偽，  
用真理束我的腰。

正如您溫柔地散發力量，  
將信心單單建立在神的身上。

求賜我這樣的力量，完成您的心意，  
不因責難而退縮，  
不受宴樂或利益所動搖，  
離開您為我與對我所作正義的判斷。  
正如您為列祖的城而哭泣，  
因他們不肯承認自己的不義，  
求使我為我列祖的城哭泣，  
為那些無力行善的人，  
那些不願使用權力，藉詞推卻  
只站在一旁說：  
「我真願意幫忙！」的人。

求使我不羞愧於您所受的羞辱，  
亦不因譏諷者的笑罵感到困窘。

讓我與您同行在屈辱谷，  
深信每個山谷都會引往高處。

Robert Raines  
*Lord, Could You Make It a Little Better?*

## 一次總反省

神啊，我要在您面前陳明我一切的過犯，  
我要靠著您的恩惠作一次總反省。

有甚麼事是您以為「是」，

我卻竊以為「非」的？

有甚麼事是您所恨惡，

卻是我所戀慕的？

有甚麼藏在心中的不良意念，

是我口裡不肯承認的？

有甚麼壞習慣是我不敢告訴人，

卻是我暗中追求的？

有甚麼話是我怕人聽見，

但仍在竊竊絲語的？

有甚麼事是我怕人發現，

而仍在繼續進行的？

有甚麼人是我所憎厭，

但卻在外表假意奉承的？

有甚麼真理因我不願意遵行，

而企圖將它貶值的？

有甚麼虛妄的事因合乎我意，

而願意大力支持？

神啊，我願意在您面前誠心悔改，

在您的臺前自白。

真理的神啊，我不求您盲目地寬恕我，

但求您因著耶穌基督的寶血赦免我。

阿門！

佚名

## 主啊，救我！

主啊，我在困惑的海洋中浮沉，

快被淹沒了！

擾人的波浪，

撲面而來，

我實在太柔弱了，

不知如何呼救才好。

求您平靜我心中的風浪，

不然，就將我提昇在風浪之上，

現在要學游泳，

已是來不及了！

佚名

## 及早援助

主啊，我曾嘗試著要祈禱，

卻無法感受您的同在。

我不希望這樣繼續下去，

求您幫助我，在我心中感到死寂的時候，

仍不忘禱告。

我不確定我是否想要祈禱，

求使我不斷嘗試。

在適當的時候，讓我感受您的同在。

因為沒有您，我很難維持下去。

我十分軟弱，

我不知道可以支撐多久，

親愛的主啊，求您及早援助。

Michael Hollings & Etta Gullick

*It's Me, O Lord!*

## 主啊，這是您的十字架！

主啊，當日在各各他山上，

您的門徒必定充滿了

灰暗與挫敗。

您是否亦有同感呢？

您的手——那木匠的雙手，

撫摸癱瘋病者、祝福孩童的手，

被人扭曲、被釘戳破。

您的身體——那神的聖殿，

被人撕去衣裳，

如弓一般地被拉開來。

主啊，這是您的十字架。

您的十字架！好像是您的十字架！

其實您沒有十字架，

您來是要背負我們的，

您的一生，

直到您走在各各他的路上，

一個又一個地

背負著世人的罪孽。

您必須向前行，

彎身曲背，

忍受屈辱。

這十字架必須背負。

主啊，您默然行走，

是否真的說話有時，

沉默亦有時？

是否真的掙扎有時，

默然背負罪孽——世人的罪孽

——亦有時呢？

主啊，我寧願掙脫十字架，

因背負十字架是件難事。

當我愈長進，

就愈看見世上的邪惡，

在我肩上的十字架亦愈加沉重。

主啊，讓我知道，

世上最美的善行，

若不是靜默無聲、帶有救贖性的，

就沒有任何意義。

既然您要我背負十字架，行走遠路，

求您在每天的清晨，助我前行！

Michael Quoist

*Prayers*

## 塵灰的美麗

我不求走在黃金的霧中，  
或在玫瑰的花徑上，  
我不奢望能在我的頭上，  
盛開著小花一朵。

我不求名利或財富、  
安逸或愛情；  
更不求閃爍華貴的禮服，  
能披在我軟弱的心靈上。

我只求您助我承擔  
人生的痛苦、憂患與恐懼，  
將每項的重擔、每滴的眼淚，  
化成您榮耀的祝福。

我只求您使用我  
這破碎不全的生命，  
讓我獻上的塵埃與灰燼，  
顯出屬您的美麗！

Martha Snell Nicholson  
*Sourcebook of Poetry*, ed., Al Bryant

## 被主破碎

主啊，您在加利利的海旁，將餅祝謝後擘開，  
五塊破碎的餅竟餵飽五千人，  
眾人本欲打發群眾空手離去，  
但您那天卻用碎餅滿足人的需要。<sup>1</sup>

一個破碎的玉瓶，散發著馥郁的香氣，  
在敬拜中，無價的香膏倒在您頭上，  
可愛的器皿就此打破——  
人心想那是多麼的枉費啊！  
但馬利亞的愛卻獲取您的歡心。<sup>2</sup>

在十字架上您破碎自己，為使靈魂得著釋放，  
您忍受痛苦的煎熬，還清世人的罪債，  
罪惡可怕的刑罰——皮肉撕裂、血流與痛苦，  
被壓的羔羊，您竟付上這救贖的代價！  
噢主啊！若是您的旨意，求破碎我！  
願將生命全獻在壇上，不再歸自己，  
噢，求破碎我的意志，蒙您悅納；  
因我知道破碎之後，您的祝福將加倍臨到。

Bob Jones, Jr.

*Sourcebook of Poetry*, ed., Al Bryant

1. 太十四 15-21；可六 30-44；路九 10-17；約六 1-14.

2. 可十四 3-10

## 智者的禱告

主啊，我不求從險惡中得庇護，  
但求您賜我勇氣，  
無畏地面對它們。

我不求痛苦會靜止，  
但求您賜我毅力，  
能予以忍受。

在人生的戰場上，  
我不求人的幫助，  
只單一依靠您。

我不求在憂慮的恐怖中渴望得解救，  
但求您賜我夠用的力量，  
去征服這一切。

主啊！原諒我，  
我雖是一個懦弱，  
只在成功的時候感受您的同在，  
但求您讓我在失敗中  
能緊握著您的手！

佚名

## 無人體會

主啊，我的神！我不求痛苦離我而去，  
我為這事祈求過千百次了，  
但我的痛苦仍然存在。

我沒有為此懷恨於心，  
我亦不再失望，  
因我已接納我痛苦的事實。

不！我的祈禱極其簡單！  
神啊，懇求您助我渡過今天，  
我感到十分吃力，  
因我已失去愛人的力量了！

神啊，我最感到困惑的是：  
沒有人體會我受苦的經歷。  
我若跌斷了腿，  
他們可能會明白；  
但我的痛苦太隱蔽了，  
是他們無法瞭解的。  
因為他們無法瞭解，  
他們竟懷疑我的經歷，  
當他們懷疑我的經歷的時候，  
他們連我亦懷疑起來。

他們對我的質疑，使我亦開始自疑，  
一當我質疑自己的時候，  
一天就十分難渡過了。

主啊，是否正如別人所說，  
我的痛苦只在我的想像中呢？  
連我最親近的人亦這樣認為，  
只是他們學會不說出來罷了。  
耶穌啊，您是否亦是這樣想呢？

我生命的意義早已不復存在，  
在這痛苦之中，生命又有甚麼目標呢？  
我甚麼時候來到這世間？  
我要為自己的生命成就甚麼呢？  
這些問題都在愚弄我！

我已不再知道我是誰了，  
但無論我是誰，主啊！  
您知道我是屬您的人。  
阿門！

Richard J. Foster  
*Prayers from the Heart*

## 更新的禱告

天父啊，我已不再感到您的同在了。

但我深知道，

不是您已經離棄了我；

而是因為我四處遊蕩，遠離了您。

「我們都如同羊走迷，各人偏行己路。」<sup>1</sup>

我承認這條路疲累難行，

我的雙腿告訴我：「不要再遊蕩了！」

我的心亦不願再度迷失了。

我願意再次歸向您，

讓您引領我行在您的旨意中；

使我能再度擁有方向感，

讓您的光指引前路。

我的父啊，求您收納我這個浪子—

因我曾任意妄為，遠遠離開您；<sup>2</sup>

因我經常忘卻了您；

又因我從不珍惜您賜給我眾多的福份。

父啊，我如今迷途知返，

我要起身回到您的面前，

深信您會跑來迎接我，

將您慈愛的袍子披在我身，

將您赦罪的戒指戴在我手，

並賜我神聖慈愛的一吻，<sup>3</sup>

這愛是永不止息的，

是在我還作罪人的時候已經顯明，<sup>4</sup>

是領耶穌甘願上各各他山的愛。

為著這份愛，我感謝您！

為著這次靈裡的更新，

我感謝您！

感謝您仍作我的慈父，

我仍作您的兒女！阿門！

Peter Marshall

*The Prayers of Peter Marshall*

1. 賽五十三 6

2. 路十五 11-14

3. 路十五 18-22

4. 羅五 8



## 在門外

一個男孩被推跌在地上，  
 在他後面的門立時關上，  
 他正受責罰。

他忽然察覺到自己的羞恥，  
 氣忿忿地跑到冰冷的門前，  
 敲擊、重打、  
 踩腳、尖叫；  
 但木門對這一切的行動，  
 沒有絲毫的反應。

孩子看見鎖匙洞 —  
 是陰沉譏諷木門的洞眼；  
 他從洞隙觀望，  
 卻發現洞被堵塞著，  
 失望之餘，他坐下痛哭。

主啊，這一切我都看在眼裡、  
 我微笑著，領會一項真理 —  
 我常在關閉的門前消耗精力。  
 希望我的意見受到肯定與贊同

我說話揮舞著駁辯，  
 我極力要引發別人的想像力、  
 訴諸於人的感情，  
 但都被您輕輕地、或無情地化解了。  
 我在浪費精力 —  
 多麼愚昧的我！

主啊，教我虔誠地等候，  
 敬愛你，默然地向您祈求，  
 站在門前，直等到您將門打開。

Michel Quoist  
*Prayers*

## 屈膝向您

主啊，當我的靈困倦，

心中疲乏疼痛的時候，

我感到挫敗，

我不能再繼續承擔下去了。

那時您讓我體會

單純、像小孩一般的祈禱，

可帶來更新，

那時屈膝向您的心靈確實知道

聽禱告的主就在我身旁。

Ruth Bell Graham

*Sitting by My Laughing Fire*

## 願作聽命的奴僕

求主使我作您的奴僕，  
 讓我至終得著釋放，  
 求主迫我繳出軍械，  
 我才會得勝有餘，  
 當我依賴自己，  
 就會浮沉於人生的駭浪中，  
 但主的膀臂若將我環繞，  
 我才會重新得力。

我的心若未尋見主，  
 會是軟弱貧困，  
 行事全無定見，  
 隨風飄忽不定，  
 主若不加上銬鎖，  
 我就難以進退，  
 求主用無比大愛將我征服，  
 使我與您同掌永恆。

我的意志不再屬我，  
 直到您將它據為您所有，

我若要接近君王的寶座，  
 就得放下自己的冠冕，  
 在世上的掙扎與困苦中，  
 我能堅立不妥協，  
 當我投靠在您懷抱中，  
 就發現您是生命的水泉。

George Matheson  
*Sourcebook of Poetry*, ed., Al Bryant

## 轉角之處

主啊，我祈望能看見轉角之處。  
但我知道這不是我所需要的，  
    我需要您引導我前行的光，  
求賜我這光。

求您赦免我常竊取他人的想法，  
    將功勞歸給自己，  
    將過錯卸給別人，

求您挑旺我們家中各人的愛意，  
    幫助我尊重孩子的感受，  
讓他們自動自覺地與我親近。  
    不須我強迫他們（甚至是輕柔的強迫），  
    要照我的意思行，  
助我劃定語言與行為的規範，  
    同時容讓別人有表達感情的自由—  
    甚至是憤怒與不滿。  
讓我對友情胸懷廣闊的心，  
    不因我的朋友善待別人而心存嫉妒。

讓我不排斥別人，  
    教我知道當在何時、何處、  
    並如何在別人敵視的時候，  
    仍心存盼望接納他。  
賜我勇氣能說：「對不起！」  
    又賜我恩典去說：「沒有關係！」

讓我對自己的信念持堅定的立場  
    但卻尊重那些持有不同信念的人

讓我在背誦主禱文，  
    在懇求天父賜下日用飲食的時候，  
    同時為所居住的城鎮，  
    謀求公義，  
讓我實行我所祈求的事。

讓我與邪惡爭戰的時候，  
    為我所擁有的良善感到欣喜，  
求您祝福那些因別人犯罪而受害的人，  
求您審問那些為自己利益而危害他人的人。  
    求您祝福我，  
    亦求您審問我！

## 讓我倚靠您

主啊，試驗我，賜我力量，  
去迎接每個考驗。  
不畏縮，不懼怕。  
讓我不要為達到完美而過度緊張；  
不自以為是，不隨意輕率，  
像是開玩笑似的；  
讓我倚靠您的扶助。  
主啊，潔淨我，賜我恩惠，  
承受您潔淨人火煉的煎熬，  
不為卑微的際遇而心懷不平。  
讓我承擔我份內的苦痛  
有甜美的生命，  
靠主耶穌的名。

Ruth Bell Graham  
*Sitting by My Laughing Fire*

## 我們的希望

天父，我逐漸瞭解這世界的問題了。  
其實這世界的問題，  
是我們每個個人的問題  
加起來的總和。  
您按您的形像創造我們，  
我們無法得著安息，  
除非安息在您裡面，  
  
我們這些作基督徒太久的人，  
相信不會沉醉在罪中之樂，  
反過來說，若是真正喜愛犯罪的人，  
亦不會享受基督徒信仰所帶來的樂趣。  
我們大多數都知道該作甚麼，  
但問題是我們不願意去作而已。  
唯有您是我們的希望，  
求您幫助我們，樂意走在正路中，  
並賜我們力量去實行出來。  
奉主基督的名求，阿門。

Peter Marshall  
*Mr. Jones, Meet the Master*

## 再不多時了

再不多時了 —

落日緩緩地在眼前消失，  
那伸延的影子亦遁入昏暗薄暮中  
靜風低鳴  
一切都變得寂靜：

再不多時了 — 入夜了。

再不多時了 —

倦眼闔閉，  
精力耗盡，  
那服事多人柔弱的雙手  
安定靜止地擺放著。

光從另外的世界照進來！  
憂傷的人，抬起頭來吧！  
再不多時 — 晨曦將會出現！

Ruth Bell Graham  
*Sitting by My Laughing Fire*

## 得勝

主耶和華尼西啊！<sup>1</sup>

求使您古時的仇敵受挫，  
因他褻瀆您的寶座。  
我們藉著被釘十架的主，  
要宣告得勝。

那可怕的敵人

掌握手中的掠物，  
神的羔羊啊，求您發令，  
差遣光明的軍團，  
向這「亞瑪力人」挑戰，  
您的旨意就在您手中。

讓我挺起雙手，

直到日影西沉，  
最後雲際天邊，晨曦破曉，  
凱旋之歌高唱，  
我們亦同奏凱歌。

Amy Carmichael  
*Edges of His Ways*

<sup>1</sup> 出十七 8-17

## 我爲甚麼會這樣？

主啊，有時候我會感到無人愛我，  
但說句實話，

我真想不出我有甚麼地方值得他們愛！

多半的時候我行動笨拙，

頭髮極其散亂，

我的皮膚有毛病，

我吃得太多，有時暴食得連我都感到羞愧。

我說話愚拙，行事魯鈍。

我無緣無故哭啼，

我痛罵別人，

我對自己感到失望。

噢，神啊！我爲甚麼會這麼糟呢？

請聽我困苦的呼求，

求您幫助我！幫助我！

使我站起來，再次爲我的生命感到自豪，

讓我知道您仍不斷地扶持我，

直到我能站得堅挺。

讓我想到 —

您醫治潔淨的能力使我皮膚康復，

使我的頭髮柔滑光潤。

讓我想到 —

您如何用喜樂與慈愛充滿我，  
使我不須經常搜尋家中的雪櫃。

主啊，讓我緊記，

在您沒有難成的事！

我若放鬆自己，停止掙扎，

靠您能多歡笑、多歌唱、多歡愉與人交談，  
或只是保持平靜的沉默。

讓我緊記，別人不會蓄意傷害我 —

若真的有，亦不是那麼重要。

因爲沒有人能傷害我，

比我對自己的傷害來得更甚。

親愛的主，我感謝您！

雖然我不成器，您卻沒有鄙視我。

我感謝您，因您愛我，

並幫助我成爲一個可愛的人。

Marjorie Holmes

*Nobody Else Will Listen*

## 救我脫離

教我不求躲避

那擊打在您身上的風雨，  
賜我雄心大志，無所懼怕；

攀行於高處，不致失足。  
噢，統帥，求使追隨您的軍兵，  
脫離軟弱的自我。

教我不戀慕令人意志軟化的事物，

擺脫易走的捷徑、不再猶豫不決，  
(因這不能強固心靈，

亦不是釘十字架的主所走的路)，  
噢，神的羔羊！求您救我脫離  
任何使加略山黯淡的事物。

賜我引領前路的愛，

賜我毫不沮喪的信，  
賜我沒有褪色的望，  
賜我如火焚燒的熱情，  
莫讓我掉進污泥中，

噢，神的火焰！求使我成為您的燃料。

Amy Carmichael



## 面對恥辱

主啊！有時候我並不是不能承受失敗，  
只是不能承受隨著失敗而來的難堪。  
別人的奚落或嘲弄，  
甚至一個同情憐憫的眼光，  
都令我的自尊受到傷害，  
我懊惱、羞辱，  
自覺成爲別人的笑柄。

我其實不知道，  
別人對我的傷害有限，  
唯有這種陷我於低潮的情緒，  
才是最大的阻礙，  
致命的敵人。

哦，主。幫助我從失敗中重新調整腳步，  
以靜制動，  
以少勝多，  
以退爲進，  
以守爲攻。

讓 — 每一滴眼淚都化成珍珠，  
每一道傷痕都凝成花朵，  
每一塊絆腳石，  
都變成攀向生命高峰的墊腳石。

我的主。我不求無知的快樂，  
未經淬煉的剛強；  
我只求力量和勇氣，  
走過崎嶇的路程。  
教我面對自己，  
如同面對您一樣的坦然無懼。

杏林子  
【生命頌】

## 一個神聖的委託

### - 給天下所有的父母

祂說：「我將我的孩子暫時託付你們一段時間，

生時討你們喜愛，

死時使你們悼念。

可能是六、七年，或廿來載，

你是否願意為我好好照顧他，

直到我召他回家？

他處處迷人，

帶給你們歡樂的時光，

縱使時間短促，

你們所擁有那美麗的回憶，

堪作離別傷痛的慰藉。

我不能答應他會久留，

因世人都會歸回塵土。

但這孩子來到世間，

是爲了我有功課需要他學。

我天涯海角爲他遍尋良師，

在茫茫人海中，我選召了你。

你是否願意傾力愛他，不以此爲白費氣力。

即使在召他回家時，不要怨恨我。

我彷彿聽見他們在說：

「親愛的主，願您的旨意成就，

爲您的孩子所帶來的喜樂，

我們願意冒傷痛的風險，

我們將會細心照料他，

盡一切所能愛護他，

爲過去所經歷的歡愉，

將以感戴的心銘記。

但如果天使要提早接他回去，

我們將勇敢地克服離別的悲愁，

並嘗試著去接受。」

佚名

# 這正是時候了！

這正是時候 —

是重建信心與盼望的時候了！

求您在我冰寒的體內賜下春天的活力，

讓我從冬眠中復甦過來，

主啊，看那旭日初昇 —

它那未曾間斷過的微笑！

感受到它的熱力，

相信您我都會一同歡笑。

看！整個世界都在蠢蠢欲動，

要從冰雪中冒出頭來，

顯露出淡黃、紫羅、與純金的色彩。

聽！那些狂熱啼叫的雀鳥，

好像一個無人指揮的交響樂團！

我渴望知更鳥的來臨，

為著一個夢想、甚至是一項責任，

伸展自己，心存驚嘆。

您召喚我，

從自我冷酷的牢獄中出來，

進到您溫暖的世界裡！

主啊，我已聽見了，

我要邁步而出，

因為這正是重建信心與盼望的時候！

Robert Raines

*Lord, Could You Make It A Little Better?*