

祈禱學校：像尼希米那樣禱告－禱告與領導力訓練課程

陳曉東牧師 (北美基督燈台協會)

第一課：從廢墟到復興：操練悔改的禱告以迎接大覺醒

日期：2025年3月21號 (週六)

時間：10:00-11:30

時長：90分鐘

一、引言 (5分鐘)

導言：參與者透過聖經中的悔改禱告，為屬靈復興做準備。

關鍵詞：「復興始於悔改的火爐。」

今日的光景：末世徵兆，屬靈冷淡，道德敗壞，人心飢渴——但正是復興的時刻！

二、聖經中的悔改禱告（默想二段經典悔罪祈禱）（20分鐘）

1. 以斯拉記第9章：聖潔的羞愧與余民的盼望

以斯拉撕裂衣服、禁食哀哭 (9:3)

以「我們」的罪認罪，而非「他們」的罪

沒有直接祈求，只是站在神面前悲傷

屬靈洞見：真正的悔改不是急著祈求，而是先在神面前破碎

2. 尼希米記第1章：代求中的悔改與對神應許的信靠

這是一段結構嚴謹、情感真摯、內容深刻的禱文，結合了敬畏神的頌讚、深刻的認罪悔改、對神應許的信靠，以及代求的呼籲。

 尼希米記 1:5-11 原文分析與禱告要義

◆ 1:5 敬畏神的頌讚與認信

"我說：耶和華一天上的 神，大而可畏的 神啊..."

希伯來文關鍵詞：

- יְהוָה אֱלֹהֵי הַשָּׁמַיִם (YHWH Elohei HaShamayim) – 「耶和華，天上的神」
- הַנּוֹרָא (ha-nora) – 「可畏的」：表示神的聖潔、威嚴與審判權柄

✓ 要義：

尼希米一開始就高舉神的屬性，稱祂為「大而可畏的神」，這是一種敬畏中帶有信靠的姿態。悔改的起點不是自我懲罰，而是對神真實的認識。

◆ 1:6-7 認罪與代求

"我們向你所行的甚是邪惡..."

關鍵原文詞語：

- חָטָאנוּ (chatanu) – 「我們犯罪了」
- וְהִרְעָנוּ (ve-heranu) – 「我們行了惡」
- חָבַלְנוּ (chavalnu) – 「我們敗壞了 / 腐敗了」
- וְלֹא שָׁמַרְנוּ (velo shamarnu) – 「我們沒有遵守」

✓ 要義：

這段使用四個不同的動詞來描述以色列的過犯，顯示出罪的多重層面：道德墮落（ra）、內在腐敗（chaval）、行動悖逆（lo shamarnu）、違背誠命（chatanu）。

尼希米不推卸，不指責他人，而是與百姓認同，帶來代求式的悔改。

◆ 1:8-9 呼求神的話語與應許

"求你記念所吩咐你僕人摩西的話..."

關鍵詞：

- זָכַרְנָא (zekhar-na) – 「求你記得 / 求你記念」：帶有懇求的語氣
- אִם־תָּשׁוּבוּ אֵלַי (im tashuvu elai) – 「你們若轉向我...」
- אֶקְבְּצֵם (akabtsem) – 「我必招聚他們」

✓ 要義：

尼希米並非情感性的呼喊，而是以神自己的話為依據禱告。他熟悉律法書，知道神雖審判，卻樂意赦免與恢復。這種禱告是「基於神的約」，具有信心與盼望。

◆ 1:10-11 代求與行動的預備

"主啊，求你側耳聽你僕人的祈禱..."

關鍵詞：

- תְּפִלַּת עַבְדְּךָ (tefillat avdekha) – 「你僕人的禱告」
- וְהִצְלִיחָה נָא (vehatsliha na) – 「使他亨通 / 賜他成功」
- לִרְאוֹת אֶת־פְּנֵי הַמֶּלֶךְ (lir'ot et penei ha-melekh) – 「見王的面」

✓ 要義：

悔改禱告最終走向「回應與行動」：尼希米不只是禱告，更預備進入使命。他求神使他「得人心」、「有智慧」，為後來建城作預備。

🕒 總結：尼希米記第1章悔改禱告的5個層次要義

層次	內容	禱告操練應用
1 認識神	頌讚神的屬性與約	以敬畏與信靠之心開始禱告
2 深刻認罪	用多個動詞表達罪的本質與後果	認罪時進入全人省察與認同
3 倚靠應許	抓住神對摩西之應許	在神話語中找到盼望與動力
4 代求與委身	代表百姓求赦免與復興	代禱中承擔責任與委身使命
5 禱告後行動	求見王面、進入神使命	禱告不是結束，而是新的行動起點

📌 應用挑戰：

提醒神祂對摩西的應許：『你們若犯罪，我就把你們分散在萬民中。 9 但你們若歸向我，謹守遵行我的誡命，你們被趕散的人雖在天涯，我也必從那裡將他們招聚回來，帶到我所選擇立為我名的居所。』（1:8-9）今天我們也需要這樣的悔改禱告——既誠實面對墮落，也堅定倚靠神的信實，從認罪走向重建。這正是參與21世紀大覺醒的起點。

屬靈洞見：我們今天在悔改禱告中承認「邪惡」時，我們也應該像尼希米那樣：不推卸責任，說「我們敗壞了」，不輕描淡寫，而是直面我們的「Ra」——違背神聖潔的行為與動機。在禱告中承認內心與行動的墮落，轉向神的憐憫與約的應許。帶著對神信實的信靠來悔改，使我們得著異象

禱告操練手冊：尼希米記第一章的悔改之路

導言：從認罪到覺醒的復興之門

在歷代的屬靈復興運動中，悔改禱告總是站在第一線。尼希米記第一章所展現的悔改禱告，深刻反映出一位屬靈領袖如何以敬畏、認罪、抓住應許，進入代求與行動的實踐。這不只是歷史記錄，更是當代教會進入屬靈覺醒的重要模範。

本手冊引導你以五個階梯來操練悔改禱告，讓我們成為跨世代，大覺醒運動中貴重的器皿。

第一層：認識神——敬畏與信靠的起點

默想經文：尼希米記 1:5

「耶和華—天上的 神，大而可畏的 神啊...」

操練重點：

- 在禱告中先對準神，宣告祂的屬性（聖潔、公義、信實、全能）
- 將焦點從自我移轉到神的榮耀與祂的主權

禱告引導：

主啊，你是大而可畏的神，是守約施慈愛的主。你的榮耀充滿天上地下，我當向你屈膝。求你使我從敬畏你開始悔改的旅程。

第二層：深刻認罪——與神對齊的省察

默想經文：尼希米記 1:6-7

「我們向你所行的甚是邪惡，沒有遵守你的誠命...」

操練重點：

- 使用多種詞彙表達罪的深度（敗壞、行惡、悖逆）
- 為個人、家庭、教會和國家的罪代求
- 不推卸責任，而是以「我們」來認同群體的墮落

禱告引導：

主啊，我承認我與我的家、教會、這地的人向你行了敗壞的事。我們忽略你的誠命、悖逆你的道，心裡剛硬不肯悔改。主啊，求你赦免我們，醫治我們的地。

第三層：倚靠應許——在約中尋回盼望

默想經文：尼希米記 1:8-9

「求你記念所吩咐你僕人摩西的話...你們若歸向我...我必招聚你們。」

操練重點：

- 在禱告中引用神的話語與應許
- 抓住神不改變的約，對齊祂的救贖計畫

禱告引導：

主啊，你曾應許過：我們若回轉歸向你，雖被擄到天涯海角，你也必招聚我們回歸。今天我抓住這應許，為我自己，也為你的教會禱告。主啊，興起我們歸回你面前。

第四層：代求與委身——站在破口之中

默想經文：尼希米記 1:10-11

「求你側耳聽你僕人的祈禱...使僕人亨通，得在王面前蒙恩。」

操練重點：

- 為教會、領袖、國家呼求神的介入與恩典
- 成為代禱者與復興的器皿，預備參與神的行動

禱告引導：

主啊，我在你面前為你的子民代求。求你垂聽我這僕人的禱告，求你使你的教會甦醒，使你的僕人剛強。主啊，使用我，讓我成為你計劃中的一份子，在這世代站立得住。

第五層：禱告後行動——重建的開始

默想經文：尼希米記 **2:5**（延伸應用）

「僕人若在你眼前蒙恩，求你差遣我...」

操練重點：

- 悔改之後即進入行動與回應
- 預備自己承擔使命：在家庭、職場、教會、城市中實踐復興

禱告引導：

主啊，我不願只是哭泣認罪，而要起來回應你的呼召。求你差遣我，重建你呼召的城牆，回應你大覺醒的時代工作。從我開始，復興這地！

結語禱告：

耶和華，三位一體的真神啊，求你垂聽我們的禱告，如你昔日垂聽尼希米的祈求。使我們在敬畏中回轉，在認罪中得潔淨，在應許中得信心，在代求中得火熱，在行動中得轉化。願你使用我們，引領這世代進入屬靈的大覺醒。奉主耶穌基督的名，阿們。