

30堂 私房禱告課 Growing /下/ in Prayer

與神交談的實用生活指南

雷克·喬納、達屈·席茲、
傑克·海福德、但恩·賈斯特
火力推薦

畢邁可 著 By Mike Bickle
吳美真 譯



推薦序

我以為自己已讀遍所有關於禱告的偉大經典了，然而本書卻是我讀過最好的一本。充滿著啟示與洞見，更重要的是，它驅策你想去禱告。別被本書的分量嚇著了。一旦開始讀，你會停不下來的。

雷克·喬納 (Rick Joyner)

晨星事工 (Morning Star Ministries) 創辦人

畢邁可的牧養領導一直有個「優勢」：穿越表象，直探先知性洞見的本質，懷著神所賜對人的愛來傳達轉化人心的真理。我敬重他的品格，也尊崇這位神恩典和良善的管家，所帶來不斷禱告又實際的服事。

傑克·海福德 (Jack Hayford)

洛杉磯道上教會 (The Church on the Way) 創始牧師

享受神並和祂一起管理地球，是生命的最大殊榮，也應是我們最高的目標。四十年來，畢邁可不屈不撓地追求這種樂趣，拒絕像許多人那樣維持現狀。如果你已經展開禱告生活，本書提供的洞見，會將你提升到新的高度，使你立足於新的深度。如果你才剛剛開始，這些洞見可以幫助你省去多年的試煉和錯誤。《30 堂私房禱告課》是一部不同凡響的著作！

達屈·席茲 (Dutch Sheets)

達屈·席茲事工 (Dutch Sheets Ministries)

DutchSheets.org

神的子民在一個國家展開信仰之旅不是一件容易的事。我們歷經許多掙扎，但終究得勝。神在印尼的子民明白，惟有透過禱告的大能，印尼才能站立在公義和公平之中。畢邁可是一位大大啟發我們的代禱者，因為他教導我們24/7（一天廿四小時每週七天）禱告的重要性，而如今在印尼，我們看到許多城市都投入這種禱告。本書將幫助你實現神的呼召：藉著在禱告和敬拜中成長，進入新的層次。

丹尼爾·潘吉 (Daniel H. Pandji)

印尼全國禱告網 (National Prayer Network)

我認識畢邁可將近廿五年了。我觀察他和堪薩斯國際禱告殿 (IHOP-KC) 緊密相連的生命和事工，我不意外他會寫出這本書。它確實呈現了邁可的生命、他是誰、他做什麼。這是一本無可比擬、內容豐富的禱告手冊，不但深刻、忠誠、真實，也富有挑戰性。這本手冊反映了國際禱告殿事工的教導。如果你花時間在堪薩斯國際禱告殿，會看到本書闡述的原則已化為行動，而當你觀看一千多名年輕人投入全年無休的禱告，你的生命會得到真實的改變。本書提出屬靈爭戰的關鍵，絕不導入聖經無法證實的奇怪方向。我極力推薦這本書。

但恩·賈斯特 (Daniel Juster)，神學博士

提昆國際事工 (Tikkun International)

以色列耶路撒冷

畢邁可是我們當代偉大的禱告領袖之一。主在24/7禱告運動中，大大使用他和他的團隊。我求神讓本書成為一部提升禱告果效、充滿真知灼見和指引的經典。我期待邁可的洞見對我自己的禱告生活和事工大有助益。

保羅·希達（Paul Cedar）

美國宣教聯盟（Mission America Coalition）主席

對我們這個世代而言，這真是美好無比的禮物啊！不論去哪裡，我將隨身攜帶這本內涵豐富的手冊。對於致力訓練他人的領袖而言，本書提供了必不可少的幫助。然而，本書也值得作為滋養靈魂、需要細細咀嚼的靈修讀物。我發現自己竟然對著十七歲的女兒讀本書的摘錄。或許你和她一樣，正在尋求、探索神的道路。對於渴望親密認識神的人，這是一本完美的工具書。我和內人茱莉（Julie）都很喜歡一天讀一章，作為我們一起禱告的啟發和指引。本書既是開啟改變世界運動的關鍵，也是開啟喜樂滿溢之心的關鍵。

約翰·道生（John Dawson）

國際青年使命團（Youth With a Mission International）

榮譽主席

目錄

part 4 深入地禱告

第 18 章 要禱告，也要禁食	9
第 19 章 在聖靈裡禱告	39
第 20 章 領受禱告的靈	59
第 21 章 投入公義事工	81

part 5 禱告與敬拜水乳交融

第 22 章 禱告殿是教會永恆的身分	91
第 23 章 在神寶座前的禱告	115
第 24 章 禱告和敬拜：在地如在天	131

part 6 末世的全球禱告運動

第 25 章 末世禱告運動的七個特質	153
第 26 章 以大衛帳幕的精神禱告	175
第 27 章 歷史上的晝夜禱告	193
第 28 章 當今全球禱告運動	203
第 29 章 宣教與禱告運動的結合	223
第 30 章 成為全職代禱宣教士的呼召	235
附錄 A 什麼是堪薩斯國際禱告殿？	250
附錄 B 如何培養禱告文化？	255
附錄 C 成立並參與禱告會	256
注釋	260

part 4**深入地禱告**

.....

我們不會高估禱告的力量……

如果一個人可以禱告，這人什麼事都能做。

明白如何在禱告中和神一起得勝的人，
有天上和地上的一切資源供他們隨意支配。¹

司布真

(Charles Spurgeon)



要禱告，也要禁食

禁食有助於表達、加深、證明我們準備犧牲一切——甚至自己——的決心，為要得著我們所追尋的神國。¹

——慕安得烈（Andrew Murray）

在本書第四部，我把「深入」二字放在標題，但不確定在禱告這事，使用這二字是否精確。然而，有一些和禱告相關的操練，似乎對我們有更多的要求，在聖靈裡也帶來更大的衝擊，其中一項操練就是禁食。

當我年輕時剛認識主，壓根兒不喜歡禁食。事實上，我對禱告也興趣缺缺！我喜歡教會聚會時的敬拜和教導，也喜歡查經，卻一點也不想禱告和禁食。當我開始讀這方面的書，才明白神早已明令，當祂的百姓禁食禱告，祂的國度才能運作得淋漓盡致。但我就是不喜歡這個概

念。當時的我不可能相信，有一天，我竟然會傳講、撰寫這樣的主題。

那些日子，我多次立志整天禁食禱告，但過不了幾個小時，我就打退堂鼓了。我抱怨道：「爲什麼祢要用這種方式來建立自己的國度？爲什麼祢要我枯坐著，什麼事也不做，也不能吃，就只是把祢已經知道的事告訴祢？這到底有什麼意義？主啊，如果祢讓我做點什麼而不是把我的生命浪費在禁食禱告上，我可能會影響更多的人！」對我而言，沒有什麼比這更浪費生命的。但神是在教導我，祂的道路高過我們的道路，祂的智慧勝於我們的智慧。

神以此方式統管祂的國度，是人看爲軟弱無能的，實際上在祂面前卻是大有能力的。在我們天然的思想裡，可能會抗拒花時間禁食禱告，但神渴望我們明白這是祂在我們內心和服事中最有效釋放能力的方式。

禁食的基本原則

當你開始操練禁食時，要留意一些關於禁食的聖經原則。這些原則說明禁食是一種邀請、看似矛盾、恩典，以及謙卑的表現。

禁食是一種邀請

神沒有要求我們一定要禁食，但會報答那些選擇禁食的人：「你禁食的時候……只叫你暗中的父看見；你父在暗中察看，必然報答你。」（馬太福音六章17~18節）天父報答的方式之一，包括看見祂的國更多彰顯在我們的生命和環境中，以及看見我們屬靈能力的擴張，更加體會祂的心意（當然，因而經歷祂更多的祝福）。禁食雖是出於自願，但在新約的時代，它被視爲信徒生命的常態。請注意，耶穌沒說，「如果」你禁食，天父會看見並獎賞你。祂說，你禁食的「時候」。

禁食是給那些渴望的人——他們渴望與耶穌建立關係並經歷更多，他們渴望看見祂的國更多彰顯在他們的生命中，或透過他們的生命表現出來。禁食是在表達，我們渴望更多經歷祂。有些屬靈福氣惟有在靈裡渴慕的情況下，才能釋放出來：「飢渴慕義的人有福了！因爲他們必得飽足。」（馬太福音五章6節）

禁食是看似矛盾的事

第二個原則是：禁食看似互相矛盾。當我們禁食，我們的肉體既軟弱又飢渴，但我們的心變柔軟了，對聖靈也更加敏銳。有時，當我們暫時割捨自然界那些能增強我們

體力、刺激我們身心的事物時，我們在神的面前會有「邈遠、不光彩」的感覺，因為我們更加意識到自己的破碎、貧乏、罪惡的動機，以及不正當的慾望。禁食矛盾的地方在於：我們一方面感受著身體的虛弱，一方面靈裡變得剛強；而伴隨難堪的感受而來的，是我們的心在神面前變得柔軟，也準備好要領受更多力量。

禁食是一種恩典

我們無法靠自己的力量，維持禁食的生活方式，惟有藉著神的恩典才能。我鼓勵你祈求恩典，透過禁食，進入與神連結的奧祕中。神確實會賜予禁食的恩典，即使是活在現代西方文化的人也能得著。每當神要求我們做某件事，祂會應許要加添我們力量，使我們能靠著祂的恩典，忠實地行出來。

我想要揭穿一個謊言：廿一世紀的信徒，無法像古代聖徒那樣禁食，或者在步調極快的現代生活中，規律禁食簡直不切實際。這種謊言使人對大有能力的禁食恩賜產生消極心態。在現今的西方世界，就生理上而言，日常生活絕不會比以往更辛苦或吃力！相較於先前的世代，現代生活的便利，使我們得以過著相對輕鬆、毋須太多勞動的生活。

我們告訴自己，禁食太辛苦了，我們會太累、會很不

舒服；但事實上，害怕禁食比禁食本身更糟。我們的身體被創造，是在規律禁食的情況下，才能有最好的運作。禁食原本就對身體有好處，因為我們的身體在禁食期間能得到潔淨。我推薦我稱之為「禁食的生活方式」（包括每週禁食一天），而非偶爾進行短期或長期的禁食。每週規律禁食的操練，會幫助你在禁食禱告的恩典中，產生在神裡面的個人經歷。

禁食是謙卑的表現

大衛提到，禁食是在神面前謙卑自己（參考詩篇卅五篇13節，六十九篇10節）。禁食的時候，我們的身體容易疲倦，我們的心智或許不清楚，我們覺得無法施展全力，而我們所經手的一切，全身似乎使不上勁兒。我們自覺無法把事情做好。禁食讓我們謙卑，而這正是神的用意。聖經把禁食形容成「謙卑」，或「刻苦」己心（參考以賽亞書五十八章3、5節）。惟有絕望的人——意識到自己有極大需要、想要向神表明這需要的人——才會禁食禱告。

聖經的七種禁食

我從聖經裡找到七種禁食。請注意，這幾類有些許的重疊，而禁食也可以有其他的歸類方式。

1. 為了在個人服事中，經歷神更大的能力而禁食

爲了讓神的能力更大地釋放在我們的生命和服事中，我們可以禁食。當門徒無法讓一個被鬼附的男孩得釋放，耶穌便提到這種類型的禁食。祂告訴門徒：「至於這一類的鬼，若不禱告、禁食，牠就不出來（或譯：不能趕牠出來）。」（馬太福音十七章21節）施洗約翰講道的大能，無疑和他禁食的生活方式有關（參考馬太福音十一章18節）。使徒保羅服事的大能也是同樣的情形。禁食是保羅生活的常規。

「在各樣的事上表明自己是神的用人，就如在……不食……」（哥林多後書六章4~5節）

「他們是基督的僕人嗎……我……多次不得食……」（哥林多後書十一章23、27節）

「（掃羅）三日不能看見，也不吃也不喝。」
（使徒行傳九章9節）

歷史學家證實，初代教會爲了經歷神更大的能力，他們一週禁食兩次（每週三和週五）。教會歷史上，許許多

多帶領大復興的受膏僕人使女，都操練定期禁食。約翰·衛斯理（John Wesley）不願按立不承諾要每週禁食兩天的傳道人。²南非著名的教會牧師慕安得烈，他在評論歷史上的復興運動領袖時，敦促我們多多向這些委身於神的受膏領袖學習，因爲他們透過經常性的禁食禱告，將自己從世界的風氣及宴樂中分別出來。他顯然是從自身的經驗說這番話的：「禱告是我們用來抓住看不見事物的一隻手，禁食是我們用來放開並摒棄可見事物的另一隻手。」³

查理斯·芬尼（Charles Finney）是美國歷史上最有效果的佈道家之一。他的講道充滿了極大的能力和知罪恩膏。據說在一八五七年的紐約大復興中，他在八週期間，就帶領五十多萬人信主。芬尼寫道，當他講道的能力似乎減弱時，他會花幾天的時間禁食禱告，直至禱告的靈回來，他的講道再度充滿大能的恩膏爲止。他承認，他講道的能力和規律的禁食禱告有關。芬尼寫道：「在聖靈的帶領下，我也曾對自己缺乏穩定的信心和愛感到極度不滿……面對試探時，我經常感到軟弱，常常需要禱告禁食數天，花許多時間全面檢視自己的信仰生活，才能維持與神的那種親密交通，以及對神聖真理的領悟，這使我能有效地致力推動屬靈的復興。」⁴

許多過去知名的傳道人，都親身示範了這個原則。他們蒙神祝福，領受聖靈某個非比尋常的膏抹，而其中一

種恩膏，就是講道時總帶著特殊的能力，使靈魂得救。在某些情況下，他們行神蹟和異能的恩賜也受到膏抹。這些典範包括喬治·懷特腓（George Whitefield）、約拿單·愛德華滋（Jonathan Edwards）、大衛·布萊納（David Brainerd）、查理·衛斯理（Charles Wesley）、瑪麗亞·伊特（Maria Woodworth-Etter）、麥艾美（Aimee Semple McPherson），以及其他許多人。

約翰·雷克（John G. Lake）是很優異的榜樣，他體現了禁食禱告生活和神蹟奇事釋放這兩者之間的關係。雷克在一九〇〇年代初期獻身事奉，他原是芝加哥一名保險業務員，神感動他持續禱告和禁食，直到在講道和醫治服事中，經歷了大有能力的突破。有許多年，神透過他釋放了不尋常且大能的神蹟。從一九〇八～一九一三年，他在南非建立了數百間教會，目睹了估計五十多萬起醫治神蹟，包括死人復活。在那短短五年間，他帶領了成千上萬的人歸信基督。⁵

麥海士（Mahesh Chavda）是當代的典範，大約十年的時間，他每年進行兩次為期四十天的禁食。主在他的服事中，釋放了不尋常的神蹟，好幾次使用他使死人復活，讓瞎眼得看見。麥海士在趕鬼方面是眾所周知特別有恩膏的一位，他告訴我，神透過他的服事，不斷釋放更多大能顯然和他經常禁食有關。

2. 為了尋求指引而禁食

我們最深的渴望之一，就是明白神對我們生命的指示，而禁食能讓我們預備好更多領受神的指引。透過新約我們看到，初代信徒正是為了這個目的而禁食。保羅在通往大馬士革的路上信主之後，立刻不吃不喝三天，等著要領受從主而來的清楚指引（參考使徒行傳九章9節）。幾年後，保羅和安提阿教會的領袖們為了尋求指示而禁食禱告。神很清楚地說話，派給他們一項戰略性的宣教任務：差遣巴拿巴和保羅，向外邦人傳福音：「在安提阿的教會中，有幾位先知和教師……他們事奉主、禁食的時候，聖靈說：『要為我分派巴拿巴和掃羅，去做我召他們所做的工。』」（使徒行傳十三章1～2節）於是，保羅的第一次宣教之旅，是集體禱告、禁食和尋求神的直接結果，而這件事改變了歷史。

在揀選、任命路司得、以哥念和安提阿新教會的長老時，保羅和他的團隊也禁食禱告。「二人在各教會中選立了長老，又禁食禱告，就把他們交託所信的主。」（使徒行傳十四章23節）

3. 為了實現神的應許而禁食

主為世界上的每一個城市，預訂了計畫和應許。祂也

30堂私房禱告課（上）

Growing in Prayer

畢邁可 著

By Mike Bickle



充滿熱情的禱告生活，就從今天起！

禱告是崇高的呼召，也是令人驚奇的特權，而成為禱告的人，是你生命中最重要呼召之一。只需花些時間思考這件事：我們竟能和創造宇宙的神交談！祂不只專注深情地傾聽，還會藉由顯明祂的心意、賜下指引、祝福環境、釋放公義等方式回應我們呢！

身為國際禱告殿的總監，畢邁可一生致力於明白並活出禱告的原則和大能。他在書中結合了聖經研究和擷取自身豐富歷練的菁華，給你所需的工具，使你的禱告生活變得積極又充實。

今天就開始吧！神正等著和你談心。祂不只愛你，也真的很喜歡你，樂於回應你的禱告——即使你處於軟弱之中。祂的恩典是何等強大啊！你可以滿懷信心，相信你的禱告是神所看重的，也必會為你的世界帶來改變！

30堂私房禱告課（下）

原 著／畢邁可

譯 者／吳美真

編 輯／以琳書房編譯小組

版面編排／曾淑真

封面設計／MGA Studio

創 辦 人／章啓明

發 行 人／鍾聲揚

出版總監／黃聖志

出 版 者／財團法人基督教以琳書房

地 址／臺北市10686忠孝東路四段210號B1

網 址／www.elimbookstore.com.tw

讀者信箱／reader@elimbookstore.com.tw

臉 書／www.facebook.com/elimfb

電 話／(02) 2777-2560 轉211、215

傳 真／(02) 2711-1641

郵政劃撥／0586363-4 財團法人基督教以琳書房

登 記 證／局版臺業字第2854號

版權所有·請勿翻印

出版日期／2020年12月一版一刷

再版年份／28 27 26 25 24 23 22 21 20

再版刷次／18 17 16 15 14 13 12 11 10 09 08 07 06 05 04 03 02 01

原著書名／Growing in Prayer

Copyright © 2014 by Mike Bickle

Originally published in English by Charisma House, Charisma Media/Charisma House Book Group, 600 Rinehart Road, Lake Mary, Florida, 32746 under the title "Growing in Prayer" Copyright © 2020 in Chinese (Complex and Simplified) by Elim Christian Bookstore. Printed in Taiwan. All rights reserved.

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本書房更換。

ISBN 978-957-9209-66-3（精裝）

禱告吧！神正熱情地等著與你談心！

在《30堂私房禱告課（上）》，畢邁可這位透過24/7晝夜與神親密而影響整個世代的祈禱使徒，和我們分享了：

- 第1部 禱告的基礎；
- 第2部 代禱；
- 第3部 靈修式禱告。

在這本接續的下冊中，邁可想更進一步與我們分享的，更是關乎新郎耶穌再來之前，祂渴望透過我們完成的榮耀使命：

- 第4部 深入地禱告；
- 第5部 禱告與敬拜水乳交融；
- 第6部 末世的全球禱告運動。

今天就開始用禱告與祂親密談天，回應祂的心吧！祂真的很喜歡你，更等著回應你——即使你處於軟弱之中，祂愛的恩典卻強過這一切，也必會用你的禱告為世界帶來改變！



【作者介紹】

暢銷作家畢邁可 Mike Bickle

是美國堪薩斯市國際禱告殿（IHOP-KC）的總監，也是國際禱告殿大學的創辦人。IHOP是福音性的宣教機構，約有二千名服事同工，由敬拜團主領的24/7禱告，自1999年起就不曾間斷過！邁可的教導強調：末世、與神親密，以至於對耶穌的熱情不斷增長、由晝夜禱告之處展開傳福音和宣教的工作。他的著作包括：《365愛慕神手札》、《為耶穌

重燃愛火》、《先知訓練學校》（以上中文版皆由以琳書房出版）等書。


以琳書房

屬靈甘泉·來自以琳

ISBN 978-957-9200-66-3



9 789579 209663



00320
EP110