

与清教徒一同祷告

目录

1.异象谷	9
2.三一真神	10
3.神是一切	11
4.神，一切美善的源头.....	13
5.伟大的神.....	15
6.全然良善的神	17
7.推动的神	19
8.神的旨意	20
9.神的怜悯	22
10.享受神	24
11.随时的拯救.....	26
12.人的最大目的	28
13.神得尊荣	29
14.赞美和感谢.....	31
15.赐恩赐的恩赐	33
16.基督，道	35
17.基督是一切.....	37
18.在基督里的完全	39
19.与基督联合	41
20.耶稣的名	42

21.唯独基督	44
22.耶稣我的荣耀	46
23.耶稣的爱	48
24.爱主耶稣	50
25.第二次再来.....	52
26.圣灵	54
27.圣灵神	56
28.耶稣的灵	58
29.圣灵的工作.....	60
30.圣灵作先生.....	62
31.福音的道路.....	64
32.被唤醒的罪人	65
33.让人知罪的圣灵	67
34.一位知罪罪人的呼求.....	69
35.神和我自己.....	71
36.中保.....	72
37.宝血.....	74
38.爱在加略山上发光.....	76
39.救主.....	78
40.和好.....	80
41.拯救.....	82

42.重生.....	84
43.复活.....	86
44.拣选.....	88
45.基督徒的蒙召	90
46.确据.....	91
47.一个归信之人的第一次祷告.....	94
48.一看就得生命	95
49.得胜.....	97
50.自由.....	99
51.属于耶稣	101
52.为耶稣而活.....	103
53.蒙神保守	105
54.基督徒的祷告	106
55.奇异恩典	108
56.伟大的发现.....	110
57.一位新归信之人的敬拜	112
58.福音的“决不要”	113
59.真信仰	115
60.认识自我.....	117
61.然而我犯罪.....	118
62.黑暗的住客.....	120

63.似非而是	122
64.内心的败坏.....	124
65.进深.....	126
66.不断悔改	128
67.认罪与恳求.....	129
68.懊悔.....	131
69.降卑受辱	133
70.罪的治死	135
71.洁净.....	136
72.责备.....	138
73.破碎的心	140
74.倒空自我	142
75.亏缺.....	144
76.后退.....	145
77.罪	147
78.骄傲.....	149
79.狂暴的怒气.....	150
80.悔改.....	152
81.人一无所是.....	154
82.呼求拯救	156
83.怜悯.....	157

84.钉十字架与复活	159
85.新的开始	161
86.支持依靠	162
87.需要恩典	164
88.争战.....	166
89.危险.....	167
90.需要耶稣	169
91.软弱.....	171
92.无限的和有限的	173
93.选择.....	174
94.愿望.....	176
95.信心与世界.....	177
96.继续旅程	179
97.灵里成长	181
98.生命航程	182
99.一年终了	184
100.新年.....	186
101.家庭.....	188
102.看顾的爱	189
103.神的支持	191
104.活的恩典	192

105.早晨.....	194
106.清晨的需要.....	196
107.清晨委身.....	198
108.晚祷.....	199
109.夜间的赞美.....	201
110.夜晚的更新.....	203
111.渴慕神.....	205
112.归圣与圣洁.....	207
113.以神为安息.....	208
114.委身.....	210
115.亲自的触摸.....	212
116.神的应许.....	214
117.灵里帮助.....	216
118.避难所.....	217
119.敞开.....	219
120.像基督一样.....	221
121.基督徒的爱.....	223
122.神的爱浇灌在我心里.....	224
123.为神作好预备.....	226
124.信心.....	228
125.立约.....	230

126.来到主面前.....	232
127.在祷告中	233
128.依靠祷告而活	235

1.异象谷

至高圣洁，谦卑低微的主，
你把我带到异象谷，
我活在深处，却得见高处的你；
被困在罪的山中，得见你的光荣。
让我从看来像是矛盾的学会
往下的道路就是高升的道路，
降卑就是升高，
内心破碎，就是心得医治，
痛悔的灵就是喜乐的灵，
悔改的心就是得胜的心，
一无所有就是拥有万事，
背负十架就是戴上冠冕，
施就是受，
山谷就是得异象之处。
主，星星白天从最深的井里可以被
看见，
井越深，你的星烁得更加明亮；
让我在我的黑暗中看见你的光，
在我的死亡中看见你的生命，
在我的忧伤中看见你的喜乐，

在我的罪中看见你的恩典，
在我的穷乏中看见你的丰富，
在我的山谷中看见你的光荣。

2.三一真神

三位一体，一体三位，
救我的神，
天父，配得颂赞的子，永在的灵，
一体，一质，存在于三个不同位格的神，我赞美你，
你让罪人认识你，进入你的国度。
哦父，你已爱我，差遣耶稣来救赎我；
哦耶稣，你已爱我，取了我的人性，
流出你自己的血，洗去我的罪，
作成义，遮蔽我的不配；
哦圣灵，你已爱我，进入我心，植入永远的生命，
向我启示耶稣的荣耀。
三位一体的神，我称颂你，赞美你，
为这如此不配，如此无法言说的爱，
这爱如此奇妙，如此大能，拯救失丧者，
使他们复活得荣耀。
哦父，我感谢你，你用完全的恩典

把我交给耶稣，作他的羊，
珍宝和产业；
哦耶稣，我感谢你，你用完全的恩典
接受了我，将我迎娶，抓紧；
哦圣灵，我感谢你，你用完全的恩典
向我显明耶稣为我的拯救，
在我里面种下信心，
制服我顽梗的心，
使我永远与他合为一体。
哦父，你在宝座之上垂听我祷告，
哦耶稣，你伸手接过我的恳求，
哦圣灵，你愿意帮助我的软弱，
指出我的需要，
供应话语在我里面祷告，
给我加力，使我不在于祷告灰心。
哦，三一的神，你统管宇宙，
你命令我求那关乎你的国度，我的灵魂的事情。
求你使我活着祷告，受洗归于你三一的名。

3.神是一切

哦，旨意征服万有的神，
除享受你，投身事奉你以外，
万物都不能给我安慰；
你是万物之主，一切享受都是按你所赐，别无其他。
我以你的旨意大大欢喜，
不管它是怎样，在一切方面将会如何，
如果你命令我在任何事上自己决定，
我要选择把一切交给你，
因为你是无限智慧，不能出错，
不像我，总有犯错危险。
想到万事都在你的调遣之下，我就欢喜，
我所喜悦，就是把它们交给你。
这样，祷告就完全变为赞美，
我所做的一切，就是赞美和感谢你。
对你所赐一切恩惠，我有什么能给你的呢？
我在两难之间，不知如何去行；
我盼望能有所回报，但没有任何可以献上，
只能欢喜，你成就一切，
天上地下，没有一物能分享你的荣耀；
我自己不能行任何事来荣耀你的尊名，
但我能靠着恩典，欢喜把灵魂和身体降服于你，

我知道，你是给信心创始成终的那一位，
唯独由你作成，救赎工作的一切，
我身上任何的善行，好思想
是你能力和恩典的果效，
你在我身上作工，让我渴望，让我去行，
这都是为了你的美意。
哦神，多么奇怪，人竟能如此夸夸其谈
人作为受造之物的能力和良善，
你若不拦阻我们片刻，
我们都会变成魔鬼的化身。
你用苦涩的经历，教导我这关于我自己的这一切。

4.神，一切美善的源头

哦身居永恒的耶和华神，
诸天述说你的荣耀，
大地宣扬你的丰富，
宇宙是你的殿宇；
你的同在充满一切，
然而，你却按你所喜悦的
创造出生命，把幸福传递；
你将我造作成我的为人，

赐我我所有的一切；
在你里面，我生活，走动，得以存在；
你的护理立定我居住的疆界，
满有智慧，将我一切之事管理。
为着你在耶稣里赐我的丰富，
为着你的话语毫无遮蔽将他启示，
我在当中可以瞻仰他的为人，品格，恩典，荣耀，
降卑，受苦，受死和复活，
我感谢你；
让我体会，知道我需要他不断作我的救主，
让我和约伯一道呼喊，“我是卑贱的”，
和彼得一道说，“我丧命啦”，
和税吏一道说，“可怜开恩我这个罪人”。
治服我里面对罪的爱，
让我知道，我既需要赦免，
也需要更新，
好使我永远事奉你，享受你。
我奉胜过万有的耶稣的名来到你面前，
我自己的，没有一样可以为我辩护，
没有行为，没有配得，没有承诺可以。
我常常偏行己路，

常常明知故犯，违背你的权柄，
常常滥用你的良善；
我极多的罪过出于我在信仰上所得特权，
我对它们的轻看，不能使用使我得益，
但我对你的恩典并非不以为然，
也并非不顾你的荣耀；
用你的无所不在深深打动我，
让我知道你是我的途径，
我的道路，我的归宿，我的目的。

5.伟大的神

哦，一切美善的源泉，
请把我里头一切高傲思想摧毁，
把骄傲破碎，扬在风中，
除灭每一件纠缠我的自义破布，
在我里面植入真正谦卑的灵，
使我降卑，自恨，厌恶自己，
在我身上开一口忏悔泪水的泉，
将我破碎，然后将我包扎；
这样，我的心就被预备，成为我神的居所；
然后父可以我身上建立他的住处，

然后，配得颂赞的耶稣可以来，触摸医治，
然后，圣灵可以降临，带给我成圣的恩典；
哦圣洁的三一真神，三位一神，
住在我里面，让我成为归你荣耀为圣的殿。
当你与我同在，邪恶不能住在我里面；
与你相交，这是满足的喜乐，
在你笑脸之下，是良心的平安，
在你身旁，没有眼泪可以打扰，
没有恐惧，使我心不安宁，
和你一道，我心要芬芳绽放；
让我悔改，预备好作你的居所。
没有什么能胜过你的能力，
没有什么大事，是你不能做的，
没有什么太好，是你不能赐予。
你的大能无限，你的慈爱无边，
你的恩典无限，满有荣耀的，是你拯救之名。
让天使歌唱，因为
罪人悔改，浪子回头，
后退的人被得回，撒但的俘虏得释放，
瞎言得开，破碎的心得缠裹，
灰心的人得鼓舞，自义的人被剥夺，

形式主义者被赶走，离开谎言的营垒，
无知的人得光照，
圣徒神圣的信心得建立。
我要向一位伟大的神求大事。

6.全然良善的神

我的神，
你已帮助我，使我看见，
无论名誉，喜乐有何美名，
那赐下这些，也能把它们收回的他，
是何等地美；
从你那里，在你里面领受福分，
却比不上彰显你的荣耀和美德更为有福；
何等奇妙，得见神住在人内，
说话，行事，
完全充满，发出光辉；
除你以外，没有什么是善的，
当我亲近你，我就是在亲近善，
与你相象，这是何等荣耀的事情：
这是我的磁石，我的吸引。

你是我平安时一切的美善，
我受苦日子唯一的依靠，
生命终结时独一的满足。
帮助我看到，在一切事上你的旨意是何等地美，
即使它与我的心意抵触，
也教导我以它为乐。
使我在取暖，食物和各样的护理上感受你，
得见你许多的恩赐和造物，
不过是你的手，你的指头，将我把握。
你是一切美善无底的源泉，
出于爱，我将自己献给你，
因为我所有，我所得的一切都是你的，
我的器物，家庭，教会，自己，
请按你的旨意安排，
使用我，使用我的一切来荣耀你自己。
如果这是与你永恒的旨意，
你恩典的计划，
你荣耀的伟大目的相符，
那么请在我身上赐下你安慰的祝福；
如果不是，让我把自己交托于你更智慧的决定。

7.推动的神

哦至高无上的动因，
愿我总是顺服于你，
倚靠你，
行在你走的路上，
行在你灵走动的道中，
小心不要与你远离，
对你的爱失去感觉。
你推动人，不象推动石头，
而是赐他们生命，
不是为了让他们脱离你而动，
而是顺服你，第一的推动者。
哦主，我实在惊讶，
我所领受和我配得的，
我现在的的光景和我过去的不知感恩，
我要上的天堂和我配得的地狱，
反差是何等之大。
除了你，还有谁使我与人不同？
因为我曾经和别人一样，不愿接受基督；
如果你不先爱我，我是不能开始去爱你，
除非你首先使我情愿，否则我是不会愿意。

哦，如此的冠冕，竟会戴到我这么一个罪人的头上！

一个如此不结果子之人，竟会有如此的高升！

有如此的喜乐，给如此恶毒的叛党！

无限的智慧将拯救的计划，

铸成买赎和自由；

让配得的怒气写在地狱的门上，

但恩典白白的恩赐，写上天上的大门。

我知道，我受苦是因为我犯罪，

但在天上，两样都要止息；

让我抵达这港湾，结束航行，

愿你怜悯的大风，吹送我安全进入港湾。

让你的爱把我更拉近你自己，

让我脱离罪，使我向这世界死，

使我为我的离去作好预备。

当我航行驶过这怒海，用你的恩典将我保全。

8.神的旨意

哦主，我依靠你；

当你旨意，而非我意思成就时，

我就看见，相信，活过来了；

对于任何配得和恩典，

我不能以任何我自己里面的为恳求；
对你的护理和应许，
我只能归于你的美意。
如果你的怜悯使我穷困，受人蔑视，我要感谢你！
出于我需要的祷告，是为将来蒙恩作的预备；
帮助我在感觉之前就相信，以此来荣耀你，
因为若以感觉为相信的理由，这就是一件大罪。
让我知道是什么罪使你隐藏离我而去，
把你的爱遮蔽；
帮助我，为过去所犯罪恶降卑自己，
定意更谨慎行事为人，
因为如果我不在你面前行事为人圣洁，
我怎能确信我已得救？
温柔谦卑的人，你让他们得见你的约，
明白你的旨意，得赦免，得医治，
凭信心以恩典为依靠，为安息，
得以成圣，苏醒，
彰显你的慈爱。
帮助我凭信心祷告，
大大依靠你丰富无条件的恩典，
相信你要赐下你所应许的，

以此明白你的旨意；
加我力量，使我带着确信祷告，
任何我所得的，皆是你的恩赐，
这样，我就能祷告，直到祷告蒙应允；
教导我相信，所有的蒙恩，
都是出于几分的祷告，
信心开始的时候，它不完全，必定要成长，
正如干裂的土地开裂越来越大，
直到雨水降临。
这样，我要等候你的旨意，求它得到成就，
靠着你的恩典，成为全然顺服。

9.神的怜悯

亘古到永远的神，
你有超越一切的伟大，无法言说的良善，
至为丰盛的恩典；
要是我能数算你对我的恩惠，我就能计算海边的沙粒了；
我只认识一部分，但这部分已经超越一切赞美。
我感谢你，为着我所得的怜悯，
所得的健康，身体得保守，

住处和家的安慰，衣食充足，
思想保持有力，
我的家人，他们互相的帮助和支持，
家庭的和睦与平安，
那本可能空着，但现在有人的座位，
我的国家，教会，圣经和信心。
但是，哦，我是何等为我的罪，不知感恩，恶毒，
加增我的定罪的日子，
见证我犯罪的口舌的场景而痛悔；
天地，四周，里外的一切都定我有罪 -
看见我错失的日头，
你能看透的黑暗，
正当控告我的那残酷控告者，
被我冒犯要离我而去的善良天使，
细细察看隐藏之罪的你的面容，
你公义的律法，你圣洁的话语，
我被罪玷污的良心，我私下和公开的生活，
我的邻舍，我本人 -
都陈明我的污秽，与我反对。
对此我不否认，不找借口，而要认罪，
“父，我得罪了你”；

然而我还活着，悔改奔向你伸出的臂膀；
你没有将我弃绝，因为耶稣把我拉近，
你不定我的罪，因为他已经代我而死，
你不看我如大山一般的罪，
因为他已经将一切推平，
他的美丽将我的残缺遮盖。
哦我的神，我紧紧抓住他的十字架，
与罪说再见，
藏在他的伤口中，以他的肋旁为遮蔽。

10.享受神

你这无法识透，但垂听祷告的神，
你被人认识，但超越认识之外，
启示出来，但不可揭示的神，
我的缺乏和福祉把我带到你面前，
因为你从来没有说过，“你寻求我也是枉然”。
我在困难，急迫，困苦中来到你面前；
请用你自己把我得着，
赐我恩典和恳求的灵，
祷告的心意态度，
进入与你温暖的相交，

好使我在生活日常的事上，
我的思想和渴慕能上升到你的高处，
在成为习惯的敬拜中，我能找到一处源头，
抚慰我的忧伤，
圣化我的成功，
在我与同胞各样的相处上把我坚固。
我感谢你，你使我能够
认识你，这位万有的创始者，
与你相似，一切卓越的完全者，
享受你，你这一切幸福的来源。
哦神，在我艰难磨练路程的每一处在我同在；
我需要在我开始时候得到的同样指导，保护和安慰。
让我的良心更敏感我的信仰，
身边的人更容易看出它来。
耶稣在天上代表我，
愿我在地上代表他，
他为我恳求，愿我能赞美他。
继续你对我良善的温柔，
不管我是醒是睡，让你的同在与我一处，
你的祝福伴随着我。
你一直带领我，我知道你的应许实在，

我曾忧伤，但你是我的帮助，
我曾胆怯，但你救拔了我，
我曾绝望，但你将我高举。
你的誓言与我同在，
哦神，我要把你称赞。

11.随时的拯救

创造救赎的神，
一切存在的创始者，各样祝福的源头，
我敬拜你，因为你使我能够认识你，
赐我理智和良知，
引导我来渴慕你；
我赞美你，因为你在福音中启示你自己，
你的心是怜悯的居所，
你的意念是要赐我平安，
你满有忍耐和恩慈，
你的怜悯是何等广阔。
你感动我的良知，让我知道
有罪的可以得赦免，
不圣洁的可以得成圣，

贫穷的可以得丰富。
愿我总是和这样的人在一起，
不仅听见你，而且认识你，
在你里面行走大有欢喜，
按你的话语接受你，在其中得着生命。
保守我，让我总是渴慕你，
渴慕在圣灵的安慰和喜乐中得随时的拯救，
渴慕灵里的恩典和祝福，
渴慕你的帮助，使我珍视我的责任，我的特权。
愿我珍惜品格的单纯，敬虔的真诚。
帮助我，真实地活在你面前，
就像我真实活在人面前一样，
认信之前就已敬虔，
进入教会之前就已撇下世界，
让我看重天上的事，
逃避你所禁止的愚昧和虚妄，
既领受恩典，也传播恩典，
预备行善，也预备受人苦待。
哦神啊，使我配得这呼召，
让耶稣的名在我里面得着荣耀，
我在他里面也得着荣耀。

12.人的最大目的

万有的主，
有一件事，值得我最大的关注，
引发我热烈的渴慕，
这就是，我能达到我被造的最大目的 -
荣耀赐我生命的你，
尽我一切所能服事我的同胞；
确确实实，如果生活不是为了追求这个崇高目标，
它就不值得拥有。
但是主啊，想起这点的人是多么的少！
绝大多数人看起来是为自己而活，
不大想起，或者根本不顾你的荣耀，
以及其他人的益处；
他们热切渴求，迫切追求
今生的富足，荣誉和快乐，
仿佛以为财富，地位和欢乐，
能使他们不灭的灵魂得到满足；
但是，哎呀，这些是何等虚幻的梦想！
沉睡其中的人，他们的悲惨多么快快临到，
因为我们一切的幸福都在于去爱你，
成为圣洁，像你是圣洁的一样。

哦，愿我永远不落入现今世界的思想和虚妄，
它的声色之乐和愚昧当中！
这世界是一个说不出的悲伤，巨大空虚虚无之处；
时间只是片刻，一团雾气，
它一切的享乐不过是空空的泡沫，
大风快快的吹拂，
从中，人找不到任何的满足；
赐我恩典，使我永远向你守约，
拒绝现在和身后的美名，
以及一切罪中之乐和好处，看这一切为虚幻。
请帮助我，使我不断记得
除了活在你的爱子中，为他而活以外，
世上没有真正的幸福，
也不能实现你为我定的目标。

13.神得尊荣

哦神，
赞美要等候向你发声，
献上赞美，这是我最崇高的作为；
你配得从你一切所造而来的赞美，

你所有的大工都彰显你的属性，
成就你的目的；
大海，旱地，冬天的寒冷，夏天的热力，
晨光，夜色都满了你，
你把它们丰丰富富赐我享受。
你是万王之王，万主之主；
按你乐意的，帝国起衰；
你一切的作为都赞美你，你的圣徒称谢你；
让我与你的圣者同列，
效法他们的品格和光景，
与他们一道坐在耶稣脚前。
愿我的信心永远坚固扎根在你话语之中，
我的心思得神的启明，
我的感情圣洁属天，
我的动机单一纯洁，
我的心永不得罪你。
救我脱离我自己心思本性的黑暗，
我心的败坏，
我所遇见的试探，
每日跟随我的网罗。
我今生不断身处危险当中，

求你警醒的眼睛总是看顾我，作我的保卫，
救我脱离我世上和灵界的仇敌，
脱离我自己落入的一切痛苦的罪恶。
让我与耶稣的相交不受限制，
直到生命的日子从上发出晨光；
求你使我享受我产业的凭据，
以及圣灵初结的果子，
直到我全然结果；
在我欢喜走完我的道路以先，
愿我能努力追寻我的道路，
在每一方面显出基督徒的本色，
在万事上称谢我神你的教训。

14. 赞美和感谢

哦我的神，
你是万有中最美，最伟大的第一位，
我的心羡慕，赞美，爱你，
我小小的器皿盛到满处，
我要在你面前把这盛满倾倒而出，
毫无止息。
当我想起你，当我与你倾谈时，

万般甜美的思念就涌出，
万个喜乐的源头就得开启，
万般振奋的喜乐就充满我心，
在幸福的每一刻汇集。
我赞美你，因着你造灵魂，
使之得装饰，得成圣，
尽管它还留在这荒芜的土地；
为着你赐我的身体，
保守它的力量和精力，
给它知觉享受快乐，
为着我肢体的灵活和自由，
为着听从你命令的手，眼，耳，
我要赞美你；
为着你君王的丰富供应我每日的力量，
为着丰盛的餐桌，满溢的杯，
为着食欲，品位，甜美，
为着家人和朋友的交往快乐，
为着服事他人的能力，
为着能感受悲伤和缺乏的心，
为着顾念我同胞的心思，
为着在四周传播快乐的机会，

为着在天堂之乐中我所爱的人，
为着我自己清楚得见你的盼望，
我感谢你。
我爱你，胜过语言所能表达，
为着你如此恩待你所造的人，我赞美你。
哦我的神，加增我的爱，
贯穿时间之中，直到永永远远。

15. 赐恩赐的恩赐

哦，一切美善的源头，
为了那赐恩赐的恩赐，
你自己的爱子，为你所生，非被造的那一位，
我该如何感谢你；
他是我的救赎主，我的代表，担保，代替，
他的自我倒空令人无法测透，
他无限的爱超过人心所能把握。
这真是奇妙的奇妙：
他降下，为要使我升高，
降生像我，好使我可以像他。
这就是爱：

当我不能起来到他面前，
他乘着恩典的翅膀来就近我，
拉我起来，就近他自己。
这就是大能：
神性和人性原本无限分隔，
他把两者，非被造的和被造的，
联合，使之不可分开。
这就是智慧：
当我犯罪有祸，不愿向他回转，
无法想象该如何复原，
他来到，神成肉身，来拯救我，
拯救到极处，
成为人替我死，
代替我流下满足神公义的血，
为我作成完全的义。
哦神，把我灵带到夜间守着更次的牧羊人那里，
开启我的思想，
让我听到大喜的好消息，
使我听见，相信，欢喜，敬拜，
让我的良心沐浴如海洋浩大的宁静，
我的眼睛被抬举，看见一位已经得和好的父；

把我和牛，驴，骆驼和羊放在一起，
和它们一道仰望我救赎主的荣面，
在他里面看自己是脱离了罪；
让我和西面一道抱着这新生的婴孩
贴近我心，
用不死的信心接受他，
因他属我，我属他而大大欢喜。
在他里面你已赐我如此之多，
就连天堂也不能再有所加添。

16.基督，道

我的父，
在受造多变之物的世界，
唯有基督和他的话语不被摇动。
哦，求让我弃绝一切受造之物，
以他为安息，如同石头安息在根基上，
住在他里面，被他承托！
因为我一切的恩惠都藉着基督而来，
他定旨，买回，应许，
成就这些恩惠。
就近他这羔羊，这是何等甜美，

我是被神圣之爱充满！

当我得罪你，背逆你的旨意，爱和生命，
我就没有安慰的人，没有受造之人可以投靠。

我的罪不单是这事或那具体的邪恶，
而是我不断与你分隔，与你脱离，远离你，
用松懈的灵待你。

但你已经赐我一件礼物，就是你的儿子耶稣，
作你自己和我灵魂之间的中保，
作为中间人，在坑中抓住在他之下，在他之上的人，
因为只有他能跨越因罪而生的壕沟，
满足神公义的要求。

愿我永远抓紧这位中保，
作我信心实在的目标，
只有靠着他的爱，跨过这深沟。

让我明白，藉他的话语他对我为亲爱；
在他那面因着这道，在我方面因着信心，
我与他成为一；

如果我对抗这道，我就是在他最亲近时，
对抗我主；

如果我领受这道，我就是在他靠近时，
接受我主。

哦，万人的心都掌管在你手中，
请按这道，按你儿子的形象塑造我心，
好使基督这道，和他的话语，
成为我的力量和安慰。

17.基督是一切

哦，爱我到极处的主，，
愿我能看到你的心为我融化，
看到你在马槽中降生，
在花园中忧愁，
在十架上受苦，
在坟墓里复活，
在天上代求。
想起这些我就勇敢与我仇敌争战，
践踏他的试探，
抵挡他的诡计，
弃绝这个世界，
为真理放胆。
在我里面，使我对与你神圣关系的认识可以加深，
认识你是我灵里的新郎，

耶和华的同伴，
罪人的朋友。
我想起你的荣耀，我的恶毒，
你的威严，我的卑鄙，
你的美丽，我的残缺，
你的纯洁，我的污秽，
你的义，我的不义。
你用永远不变的爱爱我，
愿我爱你，如同我被爱一样；
你把你自己赐给了我，
愿我把自已交给你；
你已经为我死，
愿我时间的每一刻，
我心思的一举一动，
我每一次的心跳，
我都可以向你活。
愿我永远不向这世界，
和它的吸引调情作弄，
而是在你身边与你同行，
聆听你的声音，
披戴你的恩典，

被你的义装饰。

18.在基督里的完全

哦神，

你已经教导我，

基督有圣灵一切的完全，

一切的丰富，

我自己所缺的完全都在他里面，

这完全不单独留给他自己，也是给他的百姓，

他有完全的知识，恩典和义，

使我看见，

使我成义，

赐我完全；

因着认识自己一无所有，我的责任就是

到基督面前，得着，享受他的完全，

把这当作我的，

仿佛在我自己里面拥有这一切，

因为这一切是在里面为我存留；

当我如此行，我是被圣灵充满，

就像一条鱼儿，离开岸边进入大海，

游进水的充满；
因为当信心充满我，那时我就得完全；
这是被圣灵充满的方法，
就像司提反，首先相信，然后充满，
因为这样，使我最倒空自己，
就最是预备好，被圣灵充满。
你教导我，
在基督的田地里找到这一切恩典的宝藏，
就生出力量，喜乐和荣耀，
使一切恩典焕发活力。
帮助我，使我更加欢喜我从基督领受的，
更加欢喜在他里面的那丰富，
他一切荣耀的源头。
让我不要把从他领受的圣灵当作“事情”一桩，
与找到他，饮于他，被他充满分割来看。
神啊，为此目的，
请在基督里建立我，
使我立定，人在其中，
赐给我确信，这一切都是我的，
因为只有这才能使我心充满平安喜乐。

19.与基督联合

哦父，
你造人是为了你自己的荣耀，
当人不是这荣耀的工具，
他就是一无是处之物；
没有罪比不信的罪更大，
因为，如果与基督联合是最大的善，
不信就是最大的罪，
因为它违背了你的命令；
我认识到，不管我犯了什么样的罪，
却没有罪可以和因不信与基督分离相比。
主，保守我，不要让我犯下离开他这最大的罪，
因为在今生，我是决不能完全顺服基督，
与他连为一体。
当你把我外在的福气夺走，
这是为罪的缘故，
因我不承认我所有的一切都本于你，
不用我所有来事奉你，
我使自己安逸，刚硬。
合法的祝福成了秘密的偶像，
给我最大的伤害；

最大的伤害在于拥有，
最大的益处在于失去。
请用爱赐我祝福，使我可以更加荣耀你；
把煽动我犯罪的挪开，
使我看重多得一点点的圣洁，
胜过我一切的失去。
我越发用真正本乎恩典的爱来爱你，
我就越发渴慕爱你，
就越发因着缺乏爱而伤心；
我越饥渴羡慕你，
越发软弱找不到你，
我的心越发因着罪破碎，
我就越祈求它被更加破碎。
我的大罪就是忘记我年幼时的罪，
记起一日的罪就忘记下一日的罪。
保守我，使我脱离任何引至不信，
或者不能感受到与基督联合的事情。

20.耶稣的名

察验一切的神，
你察看人心，

察看行为的原则和动机，
比我在我任何一件罪上看到的，
看到我尽责中更多污秽的东西。
在你眼前天也不洁净，
而且你指你的使者为愚昧；
因着我的可憎，我要逃离自己；
然而你没有厌恶我，
而是想出办法，使我向你回归，
就是靠着那死了，为要赐我生命的你的儿子。
即使我逃跑回避你的警告，
你的荣耀也得稳固，彰显，
靠着耶稣，
在他身上，慈爱和诚实,彼此相遇；
公义和平安,彼此相亲。
在他里面，为奴的得赎，
有罪的得赦，
不圣洁的得到更新；
在他里面，软弱之人得到永远的力量，
穷乏的人得着测不透的富足，
无知的人得到智慧和知识的宝藏，
空虚的人得着丰富。

靠着你的恩召，我听见，接过，就近，应用，
领受他的恩典，
不仅就近，而且顺服他的恩典，
不仅以十字架，还以被钉被杀的他为夸口，
不仅以赦罪，还以赎罪藉此而来的他为欢喜。
你的祝福既是荣耀也是稳固，
你已经供应我的安全和我的兴盛，
并且应许我要坚立，成长强壮。
哦耶和华神，我的罪不得赦免，
我就不能满足安歇；
没有恩典更新我的本性，
我就永不得歇息，
没有天堂的盼望，
我就永远不得平静。
所有这一切，我都在你儿子耶稣里得着，
我要赞美他的名。

21. 唯独基督

哦神，
你最大的计划，你旨意的目的，
就是基督在他现在已经升上的天上，

得着荣耀和敬爱，
有一天，所有的选民都要仰望他的荣耀，
爱他，荣耀他，直到永远。
尽管在这地上我只是爱他一点，
愿那成为我最终的份。
在这个世界你已给我一个开始，
一天，在上面它要得到完全。
你已经帮助我，让我看到、认识基督，
尽管还是模糊不清，
让我抓住他，接受他，
得到他，爱他，
用我的心，口，生命赞美他。
让我学会，操练受教，
以及各样的敬拜，
都是出于对基督的爱；
表明我的感恩；
在爱中寻求认识他的旨意，
在爱中持定它，
每日照管保守这心。
你已经带领我，
让我把我的全人和幸福，

交托在与基督合一上，
让我的心思单单专注于他，
对别人行善，像他一样；
这是我在地的天堂，
但我需要你灵的力量，能力和催逼，
支持我走在通往我的耶路撒冷的路上。
这是我的责任，
在这个世界上像基督一样，
行他所行，
像他一样生活，
行在爱和谦卑之中；
然后他要得到彰显，
我在死时，得着平安。

22.耶稣我的荣耀

哦我主我神，
你命令我相信耶稣；
我是不愿奔向别的避难所，
洗于别的源泉，
在另外的根基上建造，
领受别的丰富，

安息在别的帮助里。
他的水和血在十架上没有停，
愿它们永远不与我的信念和经历分离；
愿我同样深信罪的定罪和污染，
让我体会我需要一位王和救主，
恳求他既赦免，也赐我悔改的心，
使我爱慕圣洁，内心洁净，
有耶稣的心，跟从他的脚步行。
让我不独自作主，
而是因在一位看顾之下欢喜，
他智慧，不会出错，
良善，不会伤害，
温柔，不会压伤。
愿我不因脾气行为给人留下中伤的把柄，
而是向身边一切的人举荐基督，让他们爱他，
条件许可，向每一个人行善，
不回绝助人的机会。
使我珍惜我的器物，
不是看作骄傲和奢华的手段，
而是支持我，作好管家的途径。
帮助我智慧引导我的感情，

对人无所亏欠，
有能力给他所需要的，
认识怜悯和原谅是我的责任和乐事，
向世人表明耶稣的形象。

23.耶稣的爱

哦耶稣的父，
帮助我，让我带着最深深的敬畏来就近你，
而不是带着自以为是，奴仆的恐惧，
而是带着圣洁的勇敢。
你是超过我认识所能把握，
但不在我爱的把握以外。
你知道，我是至为爱你，
因为你是至为可爱，良善，完全。
我的心因耶稣的爱而融化，
他是我的兄长，我骨中的骨，我肉中的肉，
与我联合，为我而死，为我复活；
他属我，我属他，
他为我被赐下，也是被赐予我；
当我属他，我最是成为我自己，

除非在他里面失去自我，否则我就是最自我迷失；
然后，我要找到我真正的人格。
但我的爱结霜冰冷，如冰雪一般；
让他的爱温暖我，
除去我的重担，
成为我的天堂；
愿它的影响更向我启示出来，
使我对他的爱更加火热，发光；
让他直到永远之爱的巨浪，
淹没我罪和忧虑的礁石；
然后让我的灵凌驾在这些本要毁坏我生命的礁石之上。
使我向着爱活，多结果子，
我的品格每天更加美好。
如果基督之爱的笔触落在我身上，
愿他使用他神的画笔动工，
直到他得到完全的形象，
直到我被改变，成为我主他完全的抄本。
哦主耶稣，请到我这里来，
哦圣灵，请安息在我身上，
哦圣父，为你爱子的缘故，
请把我看顾，多施怜悯。

24.爱主耶稣

主耶稣，
如果我爱你，我的心要寻求你，
但若不是我对你的爱为此目的得你保守，
我又怎么可以寻求你？
是否因为你为良善，唯有你能赐我良善，
我才会爱你？
你本不必把我理会，这是当然，
因为我是恶毒，自私；
然而我寻求你，
当我寻见你，你没有发怒，
将我吞噬，
对我，你只有爱的甜蜜。
你像磐石，挡在炙热日头和我灵魂中间，
作为选民，我活在阴凉的遮蔽之处。
当我思想，如果没有你，
除了欺骗和虚幻，我就一无所想；
当我感情发动，如果没有你，
除了死的行为，就一无表现。
我是何等需要你住在我里面，
因为我的肉眼不能见你，

但我凭着对一人的信心活着，
对我来说，他的荣面更为灿烂，
胜过千个太阳！
当我看见我里面一切的罪，
看到属于我那一切的羞耻，
请让我明白，所有美善都在你里面，
一切荣耀都属于你。
保守我，当一些怪异的光充满我心，
不要让我错以为你是满有荣耀的显现，
以为那是恩典荣耀的作为，
而是当你掩盖过我自己一切的荣耀，
胜过这个世界一切的荣耀，欢乐和好处，
让我看到你自己最真实的启示。
当子显现自己，表明自己发光胜过一切被造之物，
子就在荣耀中突然显现，
让人灵里谦卑，
帮助他们在他里面找到自己的富分。
请让我不要信靠自己，而是看见，
我的一切都在你里面。

25.第二次再来

哦神的儿子和人子，
你为我道成肉身，受苦，复活，升天；
你的离开并非表明分离，
而是回来的保证；
你的话语，应许，圣礼，为要表明你的死，
直到你的再来。
那日不是我的恐惧，
因为你已经把我救赎，
你的灵充满了我，
你的爱赐我生机，
你的话语掌管着我。
我信靠你，你没有辜负我的信靠；
我等候你，我没有徒然等候。
你要来，
用无限能力和爱的奇妙大工，
使我身体从尘土中复起，
重新与我的灵魂合一。
这大工是胜过你限定海洋之水，
控制潮涨潮落，

保持众星行经轨道，
赐生命给一切被造之物的大工。
这必朽坏的总要穿上不朽坏的，
这必死的总要穿上不死的，
血气的，要穿上灵性的，
羞辱的，要穿上荣耀的，
软弱的，要穿上强壮的。
现在，我以你的应许夸胜，
正如我相信它们的实现，
因为如果肢体是死的，头必不能活着；
超越坟墓的是复活，审判，
宣告无罪，作王掌权。
我生命的每一件事，每一个经历都要得到对付 -
我年轻时的罪，我隐藏的罪，
滥用你的罪，不顺服你话语的罪，
忽视牧师警告的罪，
违背我良心的罪 -
这些都要受到审判；
审判之后，有平安和安息，生命与服事，
做工和享受，为你的选民存留。
哦神，保守我在这信心中，

不停盼望基督的回归。

26. 圣灵

哦圣灵，

如太阳充满光明，

海洋充满水，

天堂充满荣耀，

同样，愿我的心充满了你。

若非你在里面动工，

用你的大能重生，

赐我眼睛能见耶稣，

把眼不能见世界的真相向我显明，

否则神一切爱的计划，

耶稣作成的救赎，

均是枉然。

把你自己无可限量地赐给我，

像不竭的源泉，

不尽的丰富。

我为我的冷淡，贫穷，一无所有，

不完全的看见，无精打采的事奉，

没有祷告的祷告，没有赞美的赞美

而哭泣。

请不要容我使你担忧，抵挡你。

请来，作为能力，

赶走各样的私欲，高高在上掌权，

保守我，让我属于你；

请来，作为教导我的，

带领我进入一切的真理，

用各样的智慧充满我；

请来，作为爱，

使我能敬拜父，爱他，以他为我的一切；

请来，作为喜乐，

住在我里面，在我里面把我感动，激发我的活力；

请来，作为光，

照亮圣经，用它的律法塑造我；

请来，使我成圣，

让我的身体，内心和灵完全属于你；

请来，帮助我，

加力量祝福我，保守，指引我的每一个脚步；

请来，使我美丽，

从迷糊中带出秩序，混乱中带出可爱。

在我身上大得彰显，以此向我彰显你的荣耀，
使我充满你的香气。

27. 圣灵神

哦主神，
我宁愿求得到圣灵他自己，
胜过得多多的恩典，
因为我感受到他不与我同在，
在每一件事上，我都是凭自己的灵行。
请不要赐我软弱无力的愿望，
而是赐下他同在的大能，
因为这是得到他一切恩典最确定的方法，
当我得到凭据，我也得到印证；
他能突然轻易地医治，帮助，使人复活，使人降卑，
能有效作成恩惠和生命，
他直到永远，能赐下恩惠直到永远。
救我脱离极大的拦阻，
使我不满足于圣灵小小的限量，
不要让我以为你不会赐我更多。
当我感受我缺少他，请点亮我的生命和信心，

因为当我失去了你，我就落在黑暗中，
不能见你，
撒但和我血气的力量，就用小小的光使我满足，
让我不再继续求赐生命的圣灵。
请指教我该如何行，
我是应当仅仅降卑自己，
而不激发起我的心？
我是否应当默想，用各样的方法把他拉近，
不满足于一种方法，
而是信靠他，通过使用各种的方法赐我祝福，
抑或只是依靠，总是等候你的光，去使用手段？
祷告求，等候圣灵在我里面充满，
这是责任，还是错误？
因为我感受不到他在我里面的同在，
在大多数时间里我最是空虚，
而凭对基督的信心可以更得充满，
我就感觉自己空荡荡，没有圣灵，
我这样是否有错？
使徒身上圣灵的充满是否主要是一种能力，
见证他们身外的基督
是他们的喜乐和生命？

指教我去看见，去明白，
圣灵的充满只是在耶稣里。

28.耶稣的灵

主耶稣基督，
请用你的灵充满我，
使我能被他的同在占有。
我是瞎眼的 - 请派他来使我看见；
我在黑暗中 - 请让他说，“要有光”！
愿他赐我信心，使我看见
我的名字是刻在你手上，
我的灵魂和身体被你的血买赎，
我的罪性被完全顺服的生命遮盖。
用他启示的恩典把我充满，
使我认识我与你不可分的合一；
让我可以知道，
你已经用义，爱，怜悯和信实，
把我永远许配给了你自己；
我与你已为一，
像枝条与树干，

房屋与地基一般。
愿他安慰，在我忧伤时把我鼓励，
他加力，在我受试炼时将我维持，
他祝福，在我疲倦时将我复兴，
他与我同在，使我多结圣洁的果子，
他的大能建立我，使我得平安喜乐，
他激励，让我不住祷告，
他赐生命，点燃我不死的敬拜。
请赐下他察验我的内心，
让我看到我自己更多的败坏和无助，
好使我快快奔向你，
紧紧抓住你，
以你为安息，
看你是为我的救恩创始成终。
愿我永远不用我的无动于衷和偏行己路
使他忧伤，
用我冷酷的态度让他担忧，
用我刚硬的背逆将他拦阻。
哦主，请为你自己伟大的名的缘故，
答应我的祈求。

29.圣灵的工作

哦圣灵神，
你从父和子而出，
请施恩于我。
当你第一次在混沌之上运行，
秩序就得以诞生，
美丽披戴这个世界，硕果累累由此而生。
我祈求你运行在我失去秩序的心上；
挪开不定愿望，怀恨私欲的病态；
吹散不信的迷雾和黑暗；
用真理纯净的光照亮我的灵魂；
使它像乐园里的那园子一般芳香，
多多结满各样美好的果子，
美好充满天上的恩典，
灿烂散发神光的照耀。
在我身上实现你神职份的荣耀；
安慰我，光照我，引导我，使我成圣；
带出基督的事，向我心显明；
藉着你，使我每天认识他的爱，
恩典，怜悯，信实和美好；

带我到十架前，把他的伤口，
罪憎恨的本性，撒但的权势指给我看；
让我在那里可以看见我的罪，
是那钉他的钉子，
捆绑他的绳索，
撕裂他肌肉的荆棘冠，
扎他的刀枪。
帮助我，在他的死里看见
他爱的实在和强烈。
为我打开在他“成了”这句话里真理奇妙的书卷。
加增我的信心，让我清楚认识
达成的挽回祭，成全的赎罪祭，
公义的要求得满足，定罪被除去，
我的债已经偿还，我的罪得到赦免，
我的人得到救赎，我的灵魂得到拯救，
地狱被征服，天堂被打开，
永世已经属于我。
哦圣灵，在我里面加深这些拯救的教训，
在我的心上将此书写，
使我行事为人恨恶罪，
逃离罪，爱基督；

不容魔鬼的诡计把我迷惑欺骗。

30.圣灵作先生

哦圣灵神，

我不认识的，请你指教我，

让我作一个谦卑的门徒，在基督的学校；

每天认识在自己里面我是怎样的人，

不过是堕落有罪的被造之人，

完全配得直到永远的灭亡；

哦，让我永远不要失去对需要救主的看见，

不要忘记除他之外我一无所是，

一无所成。

打开我的认识，使我明白圣经；

向我的心启示配得称颂之三一真神的旨意和作为；

在我昏暗的头脑中注入对耶稣的认识，使我得救；

让我明白他的立约，

以及他已将这一切完全成就；

使我明白，安息在他成就的工作上，

我能在子身上看到父的爱，

他的父就是我的父，

因着你的作为，我被带领进入
与三位一体神的相交。
哦，你这智慧和启示的灵，
带领我进入一切的真理，
让我明白那属于我平安的事，
藉着你已得更新。
像你在圣经里启示的那样，
把父的爱实际放在我的心里；
有效不断，把基督的血施加在我灵魂上，
帮助我相信，
使我良心得安慰，
得洗净，离开一切的罪；
带领我，使我本于信以至于信，
相信一切时候我都能自由来到已得和好的父面前，
能保持与他的和好，
抗击怀疑，恐惧，败坏和试探。
你的职份是教导我与基督相近，
带着一颗洁净的心；
牢牢相信他的爱，
带着信心完全的确据。
求你让我在这路上永不跌脚。

31.福音的道路

配得称颂的主耶稣，
没有人的思想能设想、发明出福音。
你的恩典永永远远，你是它的信使，
也是它的信息，
你活在世上，有无限的怜悯，
将你生命置于侮辱，伤害和死亡之下，
使我能得救赎，赎回，释放。
哦父，感谢你设计出这条道路，
哦神的羔羊，我要永远称谢你，
是你开辟这条道路，
哦圣灵，永远的赞美归于你，
你把这条道路放入我心。
荣耀的三一真神，请把福音印记在我心，
直到它的功效遍满我的全体；
让我可以听见，承认，宣信，感受。
教导我去抓住这极大的福气；
帮助我，使我放弃每一样我钟爱的私欲，
把我心和生命服在它的命令之下，
使之在我意识里，
控制我的感情，

塑造我的理智；
去严格跟从真信仰的原则，
任何时候都不偏离，
不为逃避邪恶，不便，危险而放弃。
请带我到十字架前，
从它的恶名寻求荣耀；
夺去我各样讨人欢喜凭己作为义的假冒。
哦，满有恩惠的救赎主，
我忽视你已经太久，
常常钉你上十字架，
用我的不思悔改重钉你十字架，
明明地羞辱你。
我感谢你对我如此长久以来的忍耐，
以及现在使我愿意属你的恩典。
哦，我的主，我的救主，
请用不可分开的绳索把我和你自己绑在一起，
以致没有什么能吸引我离你而去。

32.被唤醒的罪人

我善忘的心啊，
请从你游荡的梦中清醒；

离开对虚空的角逐，
朝内，朝前，朝上，
看你自己，
反省自己，你是谁，是什么样的人，为何在此，
你快快的结局。
你是神所造，
由他造作，装饰，
被置于身内，如牧人在帐篷里；
你岂不想认识神的道路吗？
哦神，你这位受伤害，被忽视，被激怒的恩主，
当我想起你的伟大和良善，
我就对我的麻木不仁感到羞耻，
我不敢抬头，
因为我是愚昧犯错。
你所造每一位理智之人都当爱你，
都当尽力讨你喜悦，
我岂能继续忽视你？
我承认，我不是时刻思想你，
不知怎的，我忽略了你是我存在的目的，
我从来没有认真想过我心的需要。
但尽管我头脑混乱，注意不定，

我的本性败坏，
然而我内心深处仍渴慕你。
不要让我拖延来就你；
击碎那捆绑我邪情的致命迷惑，
给我一颗以你为安息的快乐的心，
因为你造了我，不能把我忘记。
请你的灵教导我基督至关重要的教训，
因为我是领受迟钝；
请你垂听我泣不成声的呼吁。

33.让人知罪的圣灵

配得称颂的圣灵，一切恩典和安慰的创始者，
请来在我心中动悔改的工；
把罪可怕的本相显给我看，使我好恨恶它；
用神的威严和怜悯将我的心融化；
给我看到我败坏的自我，和在他里面的帮助；
教导我仰望我的创造主，仰望
他拯救的能力，
他伸出的臂膀，
他为我切切发动的心。
使我能相信他的能力和慈爱，

毫无保留把我的灵魂交托给他，
承担他的形象，遵守他的律法，
追求去事奉他，
在时间里，在永恒中，
作他恩典果效的纪念碑，
他得胜的奖杯。
使我愿意按他的方法得拯救，
看不到我自己里面的一切，而是看到耶稣的一切；
帮助我，不仅仅接受他，
还在他里面行事为人，
依靠他，
与他相通，
与他形象相符，
跟从他，
虽不完全，但仍然奋力向前，
不抱怨劳苦，但珍惜安息，
不在试炼中发怨言，而是为我的处境感恩。
赐我那是得救方法的信心，
还有一切敬虔的原则和途径；
使我可以本乎恩、因着信而得救，
凭信心而活，

经历信心的喜乐，
行出信心的工作。
看不到自己的一切，使我能在基督里
找到智慧，公义，成圣，救赎。

34.一位知罪罪人的呼求

你是公义圣洁主权的神，
我的生命，我一切的道路都掌管在你手里，
保守我，不要让我在信仰上三心二意；
让我坚立其中，
因为我决心不够；
我的决心就像烟雾，
我也没有荣耀你，
按照你的旨意而行；
不要把我砍下，
使我的心思可以成熟，作出回应，
我心的花蕾可以完全绽放，
因为你是忍耐并且良善，
耐心，善良，
救我脱离我自己，
脱离罪的诡计和欺骗，

脱离我败坏本性的狡诈，
不让我否认对我罪的控告，
救我脱离一生对你不断的叛逆，
脱离错误的原则，观点和目的；
因为我知道，我一切的心思，感情，
愿望和追求都是偏离了你。
我行事为人，仿佛是憎恨你，
尽管你就是爱的本身；
我试图试探你，去到极处，
为要耗尽你的耐心；
言语和行为上都作恶。
如果我是一位君王，
我老早就粉碎了这样一位叛党；
如果我是一位父亲，
我大早就不认这样的孩子。
哦，你是我灵的父，
你是我生命的王，
不要把我投入灭亡，
不要赶我离开你的面，
而是击伤我的心，使之可以得痊愈；
亲手破碎它，

使它可以完全复原。

35.神和我自己

大能的耶和華神，
你的心意不可測度，广阔无限，
你的臂膀不可阻拦，
你的作为贯穿无限的空间，
一切的工都悬于你的看顾之下，
对你来说时间就是现在眼前。
你的智慧，能力，怜悯，道路，作为都是圣洁。
带着数不清大大的过犯，
我怎能站立在你面前？
我过去常常喜爱黑暗，
留心骗人的虚妄，
弃绝你赐下的怜悯，
把你的爱子践踏于脚下，
嘲笑你的护理，
用嘴唇赞美你，
却对你背约。
是因为你的怜悯，我才不致被消灭。
引导我悔改，救我脱离绝望；

让我到你面前责备，痛恨自己，定自己的罪，
但把指望放在那连罪魁也流到的恩典之上。
在十字架前，愿我能思想罪的邪恶，痛恨它，
仰望我扎的那一位，
他是为我被杀，也是被我所杀。
愿我永不因着怀疑他死拯救我的功效，
而轻看他的死亡。
无论你要我背什么样的十字架，
让我看到他背负的十字架更为沉重。
教导我在健康时思想疾病，
在最光明的时候预备黑暗；
在活着的时候预备我迎接死亡。
这样，我的灵魂可以以你为安息，
哦你是永生超越一切的神，
在罪人的朋友，你的儿子身上，和他的作为里，
你把自己启示。

36.中保

永在的创造主，永在的父，
我毁了自己，

我的人性和玷污，
我灵魂的能力被降级；
我是恶毒，可悲，无力，
但我的指望在于你。
我若得救，这是靠你的良善，
这是我不配，令我惊奇，
不是唯独靠着怜悯，而是丰盛的怜悯，
不是靠着恩典，而是极其丰富的恩典；
你已启示，应许，表明这些，
你有赐平安，而不是降灾祸的意念。
你定出方法，
救我脱离罪的灭亡，
使我重新得回幸福，荣耀，安全。
我为永约称颂你，
为你设立一位中保赞美你。
我欢喜，他没有失败，没有失望，
而是成就你交给他的工作，
在十架上说，“成了。”
我大大欢喜，因我想起
你的公义得到满足，
你的真理得到建立，

你的律法得到高举，
有一根基为我的盼望得到立定。
我看眼前自己在基督里有份，
我说，
他诚然担当了我的忧患，
背负了我的痛苦，
为我得到平安，
把我灵魂医治。
我被他血称义，被他生命所救，
以他的十字架为荣耀，我服在他权杖之下，
有了他的灵，我明白他的心。
主，让我的信仰不是一时部分之举，
而是完全，有影响，有果效，
使我持守在你作为中，
也在你的话语里，
这样，我就能平安抵达我的终点。

37. 宝血

当得称颂的主耶稣，
我在你的十字架前下跪，
看见我的罪大恶极，

我的不义使你“成了咒诅”，
我的邪恶激发起神大大的忿怒。
请用那荆棘的冠冕，
被钉的手脚，
被击伤的身体，
临终前的呼叫，
向我表明我罪的极恶。
你的血是道成肉身之神的血，
它的价值无限量，它的价值超过人的想象。
要求如此赎价的邪恶罪孽必然是无限之大。
罪是我的疾病，我的怪物，我的敌人，我的毒蛇，
在我出生之时就生出，
在我生命中活跃，
在我品格中强壮，
统治我各样的感官，
如影子一般把我跟随，
混杂在我一切思念之中，
是把我锁在我灵魂国度里的锁链。
像我这样的罪人，
为何日头仍向我发光，
空气供应我的呼吸，

大地承托我的脚步，
它的果实将我滋养，
它的受造物还供我使用？
然而你的同情为我呼吁，
你的心快快奔向我的拯救，
你爱忍受了我的咒诅，
你的怜悯承受了我当受的鞭伤。
让我谦卑行在降卑的最深处，
沐浴在你的宝血中，
良心苏醒，
荣耀夸胜，
承受你的救恩。

38.爱在加略山上发光

我的父，
请开我的心，激发我的感情，开我的嘴唇，
给我言语去宣告，“爱在加略山上发光。”
在那里，恩典除去我的重担，把它们堆积在你儿子身上，
他为我成了罪犯，咒诅和罪；
在那里，你公义的刀剑把与你同等的这人击打；
在那里，你无限的属性得大大彰显，

无限的赎罪得以成就；
在那里无限的惩罚得作出，
无限的惩罚被忍受。
基督受一切的痛苦，好使我可以欢乐，
被剪除，好使我可以被接上，
被当作仇敌受践踏，
好使我可以成为朋友受欢迎，
被交给最可怕的地狱，
使我可以得到最美的天堂，
被剥去衣裳，使我可以穿上衣裳，
受伤，使我可以得医治，
渴了，使我可以饮，
受折磨，使我可以得安慰，
成为羞辱，使我可以继承荣耀，
进入黑暗，使我可以得着永远的光。
我的救主哭泣，使我眼泪可以被擦干，
呻吟，使我可以得着无穷的歌唱，
忍受一切痛苦，使我可以得着不消退的健康，
戴上荆棘冠冕，使我可以得着荣耀的冠冕，
低下他的头，使我的头可以高举，
经历责难，使我可以得到欢迎，

闭上眼睛死去，使我可以定睛没有遮蔽的光明，
气绝而亡，使我可以永远活着。
哦父，你不爱惜你的独生子，
好使你可以爱惜我，
你安排成就的这爱改变了这一切；
帮助我用嘴唇和生命称颂你。
哦，让我的每一个呼吸可以成为极欢喜的赞美，
我每一步因欢乐跳跃，
因为我看见我的敌人被击破，
撒但受挫，被击败，被摧毁，
罪被埋藏在使神人和好的血海中，
地狱的门被关上，天堂的门大开。
哦，征服一切的神，请显明你自己，
向我表明那十字架，
有大能胜过，安慰和拯救。

39.救主

你是赐各样恩典的神，
你已经赐我一位救主，
在我里面作成信心，
让我靠他而活，

让他作我一切的心愿，
我一切的盼望，
我一切的荣耀。
愿我进入他里面，以他作我的避难所，
在他之上建造，以他作我的根基，
在他里面行走，以他作我的指引，
与他形象相符，以他作我的榜样，
接受他的指教，以他作我的先知，
依靠他的代求，以他作我的大祭司，
顺服他，以他作我的君王。
愿我永远不以他或他的话语为耻，
而是欢喜顺服他的责备，
决不因为不圣洁，不谨慎的作为而令他不悦，
因犯错受击打，我若忍耐承受，
决不以此为夸口；
决不以大众作我的榜样，
当你话语邀请我向前，决不耽搁。
愿你的爱子保守我，
救我脱离现今这邪恶的世界，
让它的微笑绝不能把我吸引，
它的责备也不能让我惧怕，

它的罪恶不能把我玷污，
它的谬误也不能欺骗我。
让我知道在世上我是外人，是客旅，
明明宣告我在寻找一个国，
我得到它的权利日日更加清楚，
我更完全与它配合，
先尝它的滋味，更加丰富；
无论我做什么，
都是奉救主的名去做。

40.和好

大能之耶和华神，
你比人先行，
因为你已经藉着十架使自己与世人和好，
并恳请人接受这份和解。
我的责任就是抓住恩典的提议，
因为你，这被冒犯的一方，
首先发出和解的言语，
我不需要质疑你是否愿意拯救，
而是一定要谴责我自己愚昧的敌意；
如果我不到你这里来求你施恩，

我就是活在藐视，怒气，恶毒，自我满足中，
而你确实把这称作与你为敌。
你已经教导我中保的必要，
必要有一位弥赛亚，
我要带着爱全心接受，
必要有一位君王统治我，
一位先知给我指引，
作为祭司除去我的罪与死亡，
这要靠着对你爱子的信心，
他教导我不要自我引导，
不要顺服自己，
不要尝试去管理、胜过罪，
而是紧紧抓住愿意为我成就这一切的那一位。
你已向我显明，
拯救我，这是基督的工作，
但用信心把他紧紧抓住，这是我的工作，
我每日的悔改，必须需要这份信心，
以此懊悔基督用恩典已经除去的罪。
哦神，请继续指教我，
信心抓住基督的义，
不仅仅为了满足你公义的要求，

还是毫无遮拦地显明你对我的爱。
帮助我，用他拯救之工
作我得平安，
你向我施恩，把我这罪人接纳的根据
好使我可以永远在十字架旁活着。

与清教徒一同祷告 II

41.拯救

哦神，你有不可测透的伟大，
在你面前除了虚妄，不义，灭亡，我一无所是；
罪已经剥夺了你对我的眷顾，
剥去了我身上你的形象，
拦阻我来到你面前，
把我暴露在你律法的咒诅之下；
我不能自救，深陷绝望。
但在你里面找到一个源头，
不用我的功德或愿望，
你就设计出一个永远的计划，
尊荣你的完全，

天使也乐意察看。
宣告这恩典一切荣耀的你的道，
离我不愿，邀请我，恳求我。
愿我这知罪，自我绝望的罪人，
看到耶稣是拯救的大能，
他的死亡是所有拯救的中心，
一切福音祝福的源头。
帮助我来就近那十字架，
在它上面向这个世界钉死，
在它里面找到
最深深的降卑，
忍耐和舍己的动机，
积极行善的恩典，
抓住永生的信心，
抬起头来的盼望，
永远的爱，
将我与为我死，为我复活的他一道捆绑。
让我更感恩你的怜悯，
更谦卑在你的管教之下，
更热心事奉你，
更警醒防备试探，

更满足我的境况，
对他人有更多服侍。

42.重生

哦，在至高天上的神，
请你占据我心的宝座，
完全占有，作至高之王，
击倒各样叛逆的私欲，
让邪情无法抵御你的圣战；
显出你的大能，
让我属于你，直到永远。
你配受我每一个气息的赞美，
配受我全心的爱，
配得我生命每一个作为的事奉。
在我毫无价值，恶毒，肮脏，污秽的时候，
你已经爱上我，迎娶我，接纳我，
把我买赎，洗净，施恩于我，
给我衣服披上，把我装饰。
我死在罪中，
没有眼睛能见你，
没有耳朵能听你，

没有味觉品尝你的喜悦，
没有理智认识你；
但你的圣灵使我复活，
带领我这新造的人进入一个新世界，
赐我灵里的看见，
向我打开你的话语，
作我的光，引导，安慰，喜乐。
你的同在是我无尽平安的宝藏，
没有触犯能使我与你的同情分离，
因为你已经用爱索吸引我，
每日，每时赦免我。
哦帮助我，使我行事为人与你的爱，
我的盼望，我的圣召相称。
保守我，因为我不能保守自己；
保护我，不要让邪恶落在我身上；
让我抛开如此多人羡慕的罪；
帮助我行走在你身边，依靠你的臂膀，
与你交谈，
因此我能作世上的盐，
万人的祝福。

43.复活

哦，带我出埃及的神，
当埃及死在岸边，
以色列众子的喜乐是大的；
救赎主的仇敌被压在尘土中，
这喜乐更是浩大。
耶稣出击得胜，
征服死亡，地狱和一切对抗的权势；
他挣破死亡的捆绑，
践踏黑暗的力量永远活着。
他是我满有恩典的替代，
为偿还我的债被拘禁，
从坟墓的监狱出来，
自由，胜过罪，撒但和死亡。
向我表明他代替的献祭蒙悦纳，
公义的要求得满足，
魔鬼的权杖被击碎，
他邪恶的宝座被推平。
给我确据，
在基督里我死了，
在他里面我得复活，

在他生命里我活着，
在他得胜中我得胜，
在他升天中我要得荣耀。
佩得颂赞的救赎主，
你曾被挂在十字架上，
你已经升上至高天上。
你饱经困苦，
被戴上荆棘冠冕，
现在为生命之主，
有荣耀的冠冕戴上。
曾经，没有羞辱大于你的羞辱，
没有痛苦比你的更为苦涩，
没有死亡比你的更为残忍。
现在，没有高升比你的更高，
没有生命比你的更为荣耀，
没有代求者比你更为有效。
你乘着得胜的战车，
在你身后牵引被虏的仇敌。
还有什么可以超过你所成就的一切！
你的死亡是我的生命，
你的复活是我的平安，

你的升天是我的盼望，
你的祷告是我的安慰。

44. 拣选

圣洁之三一真神，
为着你拣选我得到救恩，
一切的颂赞都归于你，
因着父神的预知，
藉着圣灵的洁净，
让我进入耶稣的顺服和流血；
我要赞美你屈尊俯就之爱的奇妙，
惊奇相信之人极大的特权，
在其中汇集了天上的一切，
得住在神里面，神住在他里面；
我相信这一切，请帮助我完全经历这一切。
请继续教导我，
基督的义满足公义的要求，显明了你的爱；
帮助我凭信心用它作为我得平安，
蒙你垂顾和接纳的根据，
好使我能永远就近十字架而活。

证明我已得救的不是我感受到圣灵，
而是基督完全为我成就一切的真理；
他里面一切的圣洁，因着信心成了我的，
仿佛是我自己成就；
所以我看用他的义，
满足神的公义，使我为义。
不是我内在的感觉，使得基督的死成为我的，
因为没有你的话语，这感觉可能是欺骗，
而是我信心所领受，
你的话语和圣灵如此见证他的死。
为着我能活泼运用信心，
为着那属于我，在耶稣里的义，
为着把我的意志降服于你的恩典，
我要称颂你；
想起万事都在你掌管之下我就欢喜，
我喜悦把一切交给你。
然后祈求完全变为赞美，
我所能做的，就是敬拜你，爱你。
我不要倚靠人的眷顾，
因为我认识到
你拣选的恩典更是好得无比。

45.基督徒的蒙召

哦主神，
呼召的第一个作为是凭你话语中你的命令，
“到我这里来，你当归向我”；
第二个作为是带进光照，
使我看见我是特别蒙召，
看到这命令的真实，也看到它的甜美，
看到你对罪人的大爱，
他尽管邪恶，却邀请他来；
看到这命令的目的，
就是与你相交；
看到福音中你的应许，
它全是恩典。
所以主，
我不需要苦苦寻求，
看我是否是被拣选，是否蒙爱，
因为如果我回转归向你，你就到我这里来；
如果我接受基督，他就应许与我相交，
圣灵要浇灌在我身上，
废掉罪和惩罚，
保证加我坚忍的力量。

你欢喜帮助一切求恩典，
到你这里来得恩典的人。
当我心因罪，忧伤，黑暗和地狱而麻木，
只有你无条件的恩典能助我行，
认识到不配，深深地降卑。
让我忧伤，因为我忘记每天来到你面前，
把我洁净，使我脱离我心尽责，
是因为这讨我喜悦，或者合乎理性
这样的欺骗。
使我能因合适我灵魂的各样受苦，
完全合适我后背的各样杖打，
如在盐里腌过，
管教我，使我降卑，把我破碎。
不要让我看不到那握着这杖的手，
正如你不让我忘记
是那落在基督身上的杖打，
把我拉近到他身边。

46.确据

大能的神，
我蒙永远之爱所爱，

得披上永义，
我的平安如大河涌流，
我的安慰多而浩大，
我的喜乐和得胜无法言说，
我心活泼，明白救恩，
我知道我得称义，认识清楚。
我几乎没有任何事情好祈求，
耶稣对我心微笑，投下如天上明光，
我的恳求就在赞美中被淹没。
荣耀之拣选真理，
当建基在你话语之上，
成就在我内心时，它是何等甜美！
我赞美你，你必保守你已经爱上的罪人，
已经保证他不会离弃你，
否则我永远无法去到天堂。
如果我否认我的新本性和我的永生，
我就是诋毁在我心中恩典的动工。
如果耶稣不是我的义，不是我的救赎，
我就要因我的错失，短处，不信，无爱，
而沉入最深的地狱了；
如果耶稣不是靠他灵的大能成为我的圣洁，

我就没有一样罪，是我不会犯的。
哦，什么时候我才会以他的心为心！
什么时候我才会与他的形象相符？
和他的爱相比，得以一见你拣选的恩典，
今生一切的好处就比虚空还要虚空。
百万个世界所有的宝藏都不能使我
更富足，更快乐，更满意，
因为他不能测透的丰富都是属我。
与他相交一刻，得一见他的恩典，
就是难以形容，无法估量。
但是，哦神，如果我不认识你同在的甜美，
我就不能盼望得你的同在；
除非靠着你在你心中的灵，
这些我就不会晓得，
我也不能去爱你，除非你已经
拣选我，
呼召我，
收纳我为儿子，
把我拯救。
我为恩典之约赞美你。

47.一个归信之人的第一次祷告

我的父，

要不是你首先爱上我。

我是永远不会在你爱中把我的幸福找寻。

你的灵已经鼓励我靠着恩典来寻求你，

已经向我显明在耶稣里你与我和好，

已经教导我相信这点，

已经帮助我以你作我的神，我的份。

愿他让我在对你爱的认识和经历上增长，

在这爱中行走，一直进入荣耀。

我要永远赞美你父亲般的爱，

它拣选我因信耶稣成为你儿女中的一员：

我感谢你赐我心愿要像儿女般生活。

在耶稣，我的兄长里我得到新生，

各样约束我不犯罪的能力，

各样更新的恩典。

靠着你的灵我称你作父亲，

相信你，爱你；

加我内在力量，达至我基督徒人生各样的目的；

让圣灵继续向我启示我在基督里的福份，

向我打开在他里面你爱的丰盛；

愿他常住我里面，使我知道我与耶稣的联合，
进入与他不断的相交；
靠着你的灵，让我每天向你活着，
在你的爱中欢喜，
看到你爱我，正如你爱你儿子一样，
在这爱中扎根建造，
如同房屋在磐石之上；
我只认识一点 -
求你加增我对你在耶稣里的爱的认识，
让我继续追求对此更清晰的发现，
使我可以找到它永远的完全；
按照你爱的伟大向我彰显你的爱，
而不是按照我的功劳或祷告，
不管你赐下何等的加增，
都让它引发我更加爱你。

48.一看就得生命

哦神，
为那有福的一刻，
我第一次看见律法成就在基督里，
你的忿怒得平息，死亡被摧毁，

罪得赦免，我的灵魂得拯救，
我要赞美你。
从那时起，你就一直以诚实待我：
每天我验证耶稣之血的大能，
每天我认识圣灵的力量，
他是教导我，指引我，使我成圣。
除我现在所有的，我不要在其他磐石上建造，
除了福音真理，我不渴求其他希望，
除了那定睛十字架的看见，我不需有其他看见。
如果我曾想在那唯一根基上加添什么，
如果我不经意就依靠了我的知识，
经历，行为，却没有看它们如破布一般，
如果我曾试图使那在基督里的完全更为完全，
神啊，请把我赦免；
愿我的呼求永远是，唯独耶稣！唯独耶稣！
在他里面有免于被定罪的自由，
在他的义中有完全的丰富，
在他所赐生命中有永远的活力，
在与他相交中有不可分开的联合；
在他里面我有我能承受的一切；
请使我宽广，领受更多。

如果我后退，
让我像彼得一样，痛哭，向他回转；
如果我受试探，没有智慧，
请赐我足够的力量来信靠他；
如果软弱，
愿我倒在他永远之爱的怀中；
如果我落入险境，
让我知道他能把他拯救；
如果我被驱使到盼望的边缘，
落入绝望的坑中，
请赐我恩典投入他的怀中。
哦神，请听我的祷告，为我成就，
超过我所思，我所梦想，我所恳求。

49.得胜

哦神圣的救赎主，
你的良善何等伟大，
你定意把我拯救，
情愿为我成为罪，
征服我一切的仇敌；
你的力量何等伟大，

为我忍受神极尽的忿怒，
挪开我不义的重担；
你的爱是大的，
显明你自己活着，
把你神圣的伤口指给我看，
让我一切的恐惧尽都消失，
各样的怀疑全被除去；
你的怜悯浩大，
你升到天上，
在那加冕作王，
为我代求，
在那里帮助受试探的我，
在那里打开永生的册子，
在那里最终接我到你自己里面；
你的智慧是大的，
设计出这拯救之法，
让我灵魂沉浸在你复活生命丰富的安慰之中；
你的恩典是大的，
命令我与你手拉手来到父前，
与他永远联合，
在他里面找到我的安息，

在他里面发现我的平安，
得以瞻仰他的荣耀，
荣耀他，唯他是配；
你赐我圣灵，
指教我，引导我，加我能力，
使我可以活着为罪懊悔，
胜过撒但，
在生命中得到胜利。
当你离开，这里全是忧伤，
当你与我同在，所有祝福都是我的。

50.自由

哦圣父，你无条件赐下你的儿子，
哦神子，你无条件还清我的罪债，
哦永在的圣灵，你无条件地把我召来，
哦，三一真神，你无条件地用拯救使我蒙恩。
祷告和眼泪都不足以赦免我的罪过，
除了赎罪之血，任何都是不能，
但我的相信就是我的领受，
因为感恩的领受就是不必把债偿还。

你在我身上看到什么？

我这个可怜，染病，受人蔑视的罪人，
竟要披戴你光明的荣耀？

一条爬虫，

竟要被高升至如此高尚的光景？

一个刚才还呻吟，痛哭，垂死的人，
竟然要满得我心所能装载的喜乐？

一个本来是尘土和黑暗的人，
竟然要像末底改一样被脱离囚禁，
被安排坐在君王一侧？

像但以理一样被拉出兽穴，
管治王子和各个省份？

有谁能测透这不可估量的爱？

正如理性之人超越感觉，
同样灵超越理性，得到对你的认识。

你赐我悟性去测量全地，
衡量日月，众星和宇宙，
但最要紧的，你使我认识你，这唯一的真神。

我惊奇，有限的竟然能认识无限的，
现在认识一点，以后要认识全备的真理；
现在我只知道我当知道的一小部分，

在这里是部分，到那里要完全知道，
这里只是一瞥，那里得见荣耀。
享受你，这就是永生，
享受你，就是把你认识。
请保守我在不断经历你救恩的自由中。

51.属于耶稣

哦天父，
你教导我看到，
如果基督已经平息你的怒气，
满足神的公义，
他也能救我脱离我的罪；
基督不愿我现在得称为义，
就靠我自己的力量活在自信中，
而是赐我赐生命之灵的律，
使我有能力来顺服你；
因着安歇在基督的死上，
圣灵和他的能力都是我的；
我里面赐生命的灵
回应在我外面的律法；

如果我不犯罪，我要为此感谢你；
如果我犯罪，我要每天在它之下降卑；
我要比别人更为罪忧伤，
因为当我看到因犯罪我要死，
这要使我忧伤；
当我看到罪是如何与你为敌，
这使我忧伤；
当我看到罪使得基督死，
这使我忧伤；
让我看到成圣是和好的证据，
证明信心已经真正把基督抓住；
你已经教导我，
信心不是别的，正是接受你的慈爱；
它是紧靠基督，以他为安息，
爱靠紧他，正如枝子接入一棵树，
从他得着生命和力量。
我感谢你，你让我看到
凭理性认识事物和靠信心的灵认识它们
之间极大的不同。
凭理性我看到事情是这样；
凭信心我看到事情的真相。

凭理性我曾看见你，并不以此为然，
我在你儿子看见你，
满心欢喜来仰望你。
我赞美你，
在我救主耶稣里，我属于你。

52.为耶稣而活

哦罪人的救主，
你的名超越，
你的荣耀至为高，
你的同情永在，
你的屈尊俯就实在奇妙，
你的怜悯何等温柔。
为着福音的光照，邀请和应许，
我感谢你，
因为在其中有给叛逆之人的赦罪，
给被掳之人的自由，
给有病之人的健康，
给失丧之人的拯救。
我奉你爱子耶稣的名来到你面前；
请重新把你的形象印在我灵魂之上；

高举我，让我脱离世界的赞许或轻蔑，
看被人判断为小事一桩；
愿你的赞许成为我唯一的目标，
你的话语作我唯一的准则。
让我厌恶那令你圣灵担忧的东西，
怀疑那属世界的安慰，
逃避漫不经心的生活，
责备罪，
带着温柔指教那些反对我的，
对众人温柔忍耐，
不仅承认相信，还作福音的榜样，
在一切人际关系，职分和光景中，
彰显它的卓越，可爱和好处。
我是何等少表明我的原则，善用我的特权！
我是何等少去服事我的同胞！
我是何等经常伤害，而不是举荐我的救赎主！
藉着我得到祝福的人是多么少！
在许多事上我多有冒犯，
在一切事上我亏缺了你的荣耀；
请赦免我的罪过，因为它实在是大。

53.蒙神保守

耶和华神，
你创造，维持，拥有万有，
我无法逃离你的面，脱离你的掌控，
我也不愿意这样做。
我的特权就是在全能，公义，智慧，
忍耐，怜悯和恩典的掌管之下。
你爱我，胜过父母的爱，
我称谢你的心肠，赞美你的智慧，
在你能力的面前我惊叹不已，
在你纯全的面前我自我降卑。
唯有看见你的良善，
才能打消我的恐惧，
把我吸引到你面前，
帮助我为罪痛哭，认罪。
当我回首我过往的罪过，
认识到我现在的配，
我就颤抖，害怕来到你面前，
我的根基不过是尘土，
我曾谴责你的良善，
对抗你的全能，

践踏你的慈爱，
使我自己配得永远的死亡。
但我的挽回不能出自我里面任何的原因，
我自能把自己毁灭，却不能自己救自己。
然而你藉大能者给我帮助，
因为在你满有怜悯，
藉着耶稣你你有慈爱极大的丰富。
愿我永远能体会到我对他的需要，
让你给我重拾的喜乐作我的力量；
保守我，不让我贪爱世界，
在没有安慰的时候支持我心我想，
在死荫的幽谷给我生命，
在我里面作成属天的形象样式，
让我享受天使和逝去圣徒所认识的灵里初熟果子。

54.基督徒的祷告

当得称颂的神，
我里外有上万网罗，
请你保守我；
当散漫懒惰抓住我，
请让我能得见天上；

当罪人引诱我，
让我厌恶他们的道路；
当感官之乐试探我，
请洁净我，把我炼净；
当我羡慕世上的事物，
帮助我对你富足；
当世上的虚妄缠绕我，
不要让我扎进新的罪过和败坏。
让我牢记我灵性得释放的尊严，
决不要让我过分忙于专注自己，
迷恋时间之内的事，
免得我疏忽了永恒的事物；
使我不仅可以活着，还向你成长。
塑造我的心思，使我对信仰有正确的看见，
好使我不致用错误的观念衡量恩典，
也不用我本来自我的努力量度灵里的进步。
愿我能追求对你神圣之爱的加增，
追求无保留对你旨意的降服，
追求对我同胞的博爱，
追求内心的忍耐和坚固，
追求属天的品性，

追求在人前，在私下能讨你喜悦。
在我灵魂之上描绘基督的形象，
每一线，每一特征都为你喜悦，
因为我是你的工作，在基督耶稣里作成，
我是你用圣灵的笔所写的书信，
是你耕耘的土地，预备撒种，然后收割。

55. 奇异恩典

哦你这赐予的神，
我的心感恩，被吸引归向你，
因你有奇妙的恩典，对我屈尊俯就，
赐下你圣灵的影响和帮助，
在祷告中给我特别的帮助，
让我体会基督徒事奉的甘甜，
想起到达天上，
想起你总是赐下我所需要的供应，
使我在还像死人一个的时候，
就让我复活得新生命，
我要感谢你。
我不要倚靠人的看顾，
因为你的眷顾是无限更好。

你用永远的智慧待我，
只要我被你预备做你的工，行你的旨意，
我何时，何地，如何事奉你，
我要受如何的试炼，这一切都不重要。
没有可怜人比我更需要神的恩典，
然而也没有人比我过去，现在更滥用这恩。
我是多么无心，消沉！
因我没有爱你更多，请把我降卑在尘土中。
每次我重新使用任何恩典，
我就再次对你发出感恩，
赐各样恩典的神，求你给我特别帮助。
当我想起我是多么依赖你生存蒙恩，
我就不能夸口；
除了离你而去，我是什么也不会做，
如果我到达天上，这是因为
你定意此事，别无其他理由。
我软弱，受苦，遭人蔑视，
我喜爱把自己投身在你无限的恩典良善之上，
除了从你这里，我不指望得任何幸福；
赐我特别的恩典，装备我作特别的事奉，
保守我一切时候平静交托，

谦卑，庄重，治死己罪，
服从你的旨意。

56.伟大的发现

荣耀的神，
为着我能认识你，我感谢你。
我曾经活在世界上，却不认识它的创造者，
在你的护理中有份，却不晓得护理者，
享受阳光，却是盲眼，
各样声音在我周围，却听不见一切属灵的事情，
明白许多事，却不认识你的道路，
看见世界，却唯独看不见耶稣。
哦，快乐日，你用爱的主权
确实看顾我，用恩典呼召我。
那时，死的心开始跳动，
蒙闭的眼睛闪耀光辉，
聋的耳朵捕捉到你的回响，
我转向你，发现你，
是预备垂听，乐意拯救的神。
然后我发现我的心与你为敌，

使你的灵忧伤；
然后我服在你脚前，听到你雷鸣般的声音，
“犯罪的,他必死亡，”
但是当恩典使我认识你，
羡慕一位恨恶罪的神，
你威严的公义使我心意顺服。
那时我的心思如刀割我头。
那时，你披着爱之袍临到我，
我看见，你儿子死了，使我可以活，
在那死中我发现我的一切。
我心想起那平安，就确实歌唱；
福音的号角带来我从前不知的声音，
它还没有进入我心，我就活了，
永远不再失去我对基督，他对我的把握。
赐我永远能流泪赞美我所发现的怜悯，
只要我还活着，就对别人诉说，
你是一位赦罪的神，
接纳褻渎和不义的人，
洗净他们最深的污迹。

57.一位新归信之人的敬拜

荣耀圣洁的神，
我一生满是对你神性威严的挑战，
我的过犯无数，深重。
良心责备我，
朋友警告我，
他人的榜样训斥我，
你的杖管教我，
你的爱吸引我。
你看见，恨恶我一切的罪，
你本能轻易公义地惩罚我，
然而你却让我存留，
恩待我，
赐我你的帮助，
邀请我到你的桌前。
主，我感恩服从你的呼召，
接受你的美意，
认同你福音的安排。
我相信你的儿子耶稣有浩大的救赎，
我求他赐他成就的益处，
出自内心降服我的思想，听从他的指教，

信靠他的牺牲，以此为我的荣耀，
敬畏，爱慕他的权威，
祈求他的恩典在我生命中掌权。
我不要爱一个钉他十字架的世界，
也不爱慕、忍受令他忧伤的罪，
不容得他被别人伤害。
在释放我良心的十字架前，
让我学习舍己，饶恕和服从的功课，
体会顺服的动力，
发现属神生活所需的一切资源。
请让我成为我认信要作的人，
对信仰既教导也行出，
既听到也活出。

58.福音的“决不要”

哦主，
请让我决不要不能认识真理，
决不要满足于一套教训，不管多么符合圣经，
却不能导致拯救，促进拯救，
或者不能教导我去舍弃不义和属世的私欲，
不能帮助我认真，公义，敬虔地生活；

决不要让我依靠自己的看见和决心，
而是在你里面，在你的能力里面刚强；
决不要让我不再看到，
在我一切的责任，试炼和冲突中，
你的恩典是足够我用；
在我一切灵里的困惑，外在的苦难中，
经历物质安慰给我带来的一切不满足中，
让我决不要忘记常常来亲近你；
让我决不要不能回到他面前，
他是满有恩典和真理，
在所有时候都爱我的朋友，
他感动，能感受我的软弱，
能为我充充足足成就大事；
请决不要让我把信仰局限在某些异乎寻常的场合，
而是让我在我一切道路上都仰望你；
让我决不把我的敬拜局限在特别的时候，
而是终日都活在对你的敬畏中；
让我决不要只在安息日，或在你家中的时候才敬虔，
而是每天，在里在外都是如此；
让我决不要把敬虔变成一件衣妆，而是一种习惯，
不仅是一种习惯，还是一种本性，

不仅是一种本性，还是一种生活。
在你一切待我的作为中，
在一切的蒙恩之道中，
在敬拜，祷告，赞美中，
请你恩待我，
到了最后让我进入那世界，
在其中没有圣殿，只有你和羔羊的荣耀。

59.真信仰

大能之耶和华神，
我不求列入地上伟大富足之人的行列，
只求身列灵里得福之人的当中。
求你使我现在，至大，坚持下去的关切，
就是要得到这些福气，
它们本性是属灵的，
持久直到永远，
得着使人满足。
保守我，不要虚假估计我品格的全部或部分；
愿我既关心举止，也关注原则，
既关心动机，也关注行动。
帮助我，

决不要错把我情绪的激动，
看作是圣灵的更新，
决不用偶然的印象或冲动，
而是用我不断和主要的品性，
来判断我的信仰。
愿我的心在你面前为正，
我的生活与福音相称。
愿我保持对另外一个更美世界的至大渴望，
认识，承认在这里我是一个外人，一位过客。
请赐我旅程所需的一切指引，保守，支持和安慰，
让我的心思仰望在你身上。
赐我耶稣的灵大而丰富的供应，
使我预备尽各样的责任，
在我蒙的各样怜悯中爱你，
在我受的各样试炼中顺服于你，
在黑暗中行走时信靠你，
在生活的变迁中以你为平安。
主，我信，但我信不足，不定，
请给我帮助。

60.认识自我

察验人心的神，
当你让我一瞥自己，这对我是何等造就；
罪是我最大的恶，
但你是我最大的善；
我有理由恨恶自己，
不求自己的荣耀，
因为没有人愿意表扬自己的粪土。
我的国家，家庭，教会，
因着我的罪受亏损，
因为罪人以为罪是小事，
或者神不向罪发怒，
他们就是招惹审判。
让我不要以其它的好人为榜样，
以为因为我像他们，我就是好人一个，
因为所有的好人都不似你所愿的那样好，
并不总是前后一致，
并不总是追求圣洁，
在痛苦的磨练中认识到永远的益处。
请指教我，让我知道，
什么时候我以为是对是好的事，却是恶事，

让我知道什么时候，那合法的结果，
却是出自邪恶的动机，比如
那篡夺名利的心愿。
赐我恩典，使 I 想起我的需要，
我缺乏对圣经中你旨意的认识，
缺乏引导别人的智慧，
我没有每天的悔改，
没有这点，我是把你拒之门外，
我缺乏祷告的灵，有话语却没有爱心，
缺乏为你荣耀所发的热心，只是追求我自己的目的，
没有以你，以你的旨意为乐，
没有对他人的爱。
不要让我铺设我的管道，
却是太短不能接到源头，
碰不到那永恒的源泉，
不能从上头取水。

61.然而我犯罪

永在的父，
你的美善超越一切想象，
但我是恶毒，败坏，可悲，瞎眼；

我的嘴唇预备好承认相信，
但我的心却感觉迟钝，
不愿修正我的道路。
我把心带给你面前，
请把它破碎，击伤，包裹，塑造。
向我揭露罪的可憎，
让我可以恨它，厌恶它，逃离它。
我身体的各个部分成为对抗你的武器，
作为叛党，我是错用了我的力量，
服事了你国度的仇敌。
赐我恩典为我麻木的愚昧哀哭，
让我晓得罪人的路是苦，
邪恶的道是恶，
偏离你，就是失去一切的好处。
我已经看见你完全律法的纯全和美好，
它所统治的人心里的快乐，
它所要求人行事为人的平静尊贵，
然而我还是每天违反，蔑视它的诫命。
你爱的灵在我里面与我相争，
带给我圣经的警告，
在令人震惊的护理中说话，

用隐秘的低声把我吸引，
然而我选择诡诈和私欲，让自己受伤，
邪恶地恨他，令他伤心，
惹动他的怒气，要他把我抛弃。
对所有这些罪，我是伤痛，哀叹，
我为它们呼求赦免。
请在我里面作成更深入持久的悔罪，
赐我一种完全的义的忧伤，
这忧伤颤惊惧怕，
却也信靠和爱慕，
强烈，却也相信。
让我透过悔改的眼泪，
能更清楚看到拯救十架的光明和荣耀。

62.黑暗的住客

哦主，
绑起我的双手，把它们砍掉。
因为我常常偏行己意背逆你，
这手本应凭信心接受你。
我还没有摆脱一切造物的虚荣，

仍追求他人的尊崇，智慧和看重，
因为我有一个秘密的动机，就是
在我所做一切上定睛我的名字。
让我不仅仅说出罪这个字，
还看见罪它本身。
让我看到被揭露的罪性，
知道尽管我的罪被钉了十架，
它们还没有完全被治死。
仇恨，恶毒，恶意，
渴求追寻人的认同和鼓声的虚荣，
全都被钉十架，得赦免，
但它们在我有罪的心中又起来了。
哦，我这被钉，但从未完全被治死的罪性！
哦，我一生的伤害和每天的羞耻！
哦，我内住和不断缠绕的罪！
哦，一颗罪心折磨人的奴役！
哦神，请你摧毁我里面那黑暗的住客，
他隐藏的存在，把我的生命变成地狱。
然而你没有撇弃我在地上，不施恩典；
十架仍然竖立，满足我灵魂最深处的需要。
我感谢你，我想起十架，

仿佛就像大卫看见歌利亚的刀，
它诉说着你的拯救。
想起我的大罪，我许多的试探，我的跌倒，
这又让我重新想起你极大的帮助，
你从天而降的支持，
那救我这么一位罪人的浩大恩典。
没有宝藏能像不断经历你的恩典那般奇妙，
唯有你赐我的恩典能治服里面罪的兴起，
求你赐我更多的恩典。

63.似非而是

哦不变的神，
你的灵让我知罪，我认识到
我做得越多，我更是恶劣，
我认识得越多，我就知得越少，
我越圣洁，我就越有罪，
我爱得越多，要爱的就越多。
哦，我真是苦啊！
哦主，
我有一颗狂野的心，

不能在你面前站立；
我就像人前的鸟儿惊慌不定。
我爱你的真理和道路是多么的少！
以为我已经祷告够多，够恳切。
知道你已经拯救我的灵魂，
我就忽略祷告。
在一切假冒为善的人中，
请决不要让我成为一个福音的伪君子，
这等人因为恩典显多就更放肆犯罪，
对自己的私欲说，基督的血已经把它们洁净，
以为因为他得救，神就不能把他投进地狱，
他爱福音传道，教会，基督徒，
但是生活不圣洁。
我的心思是一个无底的水桶，
没有属灵的认识，
不渴慕主日，
终久学习却不明白真理，
总是在福音的井边，但永远装不了水。
我的良心没有知罪痛悔，
没有任何要悔改的东西。
我的意志没有决定决断的能力，

我的心没有爱，满是漏洞。
我的记性不能留住认识，
所以轻易忘记学到的教训，
你的真理就渗漏而去。
请赐我一颗破碎的心，
虽是破碎却能带回恩典之水。

64.内心的败坏

哦神，
求你的灵在我里面说话，使我可以对你说话。
我并无功德，让耶稣的功德为我而立。
我不配得，但我仰望你的温柔怜悯。
我满是软弱，缺乏，罪；
你是充满恩典。
我承认我的罪，我经常的罪，我故意的罪；
我身体和灵魂的能力全被玷污：
污染的源头深深植入我的本性。
我人里面是污秽偶像的内室；
我从一个污秽房间走到另外一间，
走在危险幻想的无人之地，
窥探我堕落人性的秘密。

我为自己的本相全然羞愧；
我没有青绿的枝条或果子，只有荆棘和藜棘；
我是一片凋零的叶子，被风吹去；
我就像冬天赤裸不结果子的树，
无益，只配被砍下烧掉。
主，你愿意向我施恩吗？
你已经沉重打击我的骄傲，
打击我自己这假神，
在你面前我支离破碎。
但你已经给我另外一位主人，主，
就是你的儿子耶稣，
现在我的心被转向圣洁，
我的生活就像离弦的箭，
奔向对你完全的顺服。
帮助我，在我一切作为中压制罪，
降卑我的骄傲心。
救我脱离对世界的爱和今生的骄傲，
脱离一切合乎堕落之人本性的东西，
让基督的本性一天一天在我身上彰显。
赐我恩典，顺服你的旨意，
不发怨言，而是乐意

不仅被雕凿，塑造，
还被分割，脱离我身陷其中如此之久的古老顽石，
脱离石场进入天上，
在基督里得建造，直到永远。

65.进深

主耶稣，
赐我更深的悔改，
对罪的厌恶，
对它作为的惧怕；
帮助我贞节地逃离罪，
热切定意我心唯独属于你。
赐我更深入的信靠，
使我失去自我，在你里面找到自我，
以你为我安息的根基，
我存在的来源。
赐我对你自己更深的认识，
以你作我的救主，主人，主和君王。
赐我一个人祷告时更深的力量，
在你话语里得到更多的甘甜，
更牢固抓住它的真理。

赐我在言语，思想和行为上更深的圣洁，
让我不要离开你去寻求德行。
伟大的主，天上的栽培者，
请在我身上更深耕耘，
让我可以成为一片得耕耘的土地，
有恩典的根四布，
直到唯独你在我身上显明，
你的美丽如金黄的夏收，
你的果子如秋天的丰富。
除你以外我无他主，
除你旨意我别无他法，
除你所赐我别无财富，
除你祝福我别无其他好处，
除你所施我别无平安。
除你造作我而成的，我是一无所是，
除了从你领受的，我是一无所有，
除了你恩典把我装饰，我是一无所成。
亲爱的主，请深深把我雕凿，
然后使我承装活水，满载溢流。

66.不断悔改

哦满有恩典的神，
你已经把我的罪归给那代替我的，
把他的义归给我的灵魂，
给我披戴新妇的衣袍，
给我戴上圣洁的装饰。
但是作为基督徒，
我行事为人仍是披戴破布；
我最好的祷告仍是被罪玷污；
我悔改的泪水是如此不纯；
我的认罪是又增添了如此多的罪；
我领受圣灵，这沾染着自私。
我需要悔改我的悔改；
我需要洗净我的泪水；
我没有衣服遮盖我的罪，
没有织机编织我自己的义；
我总是穿戴肮脏的衣服，
靠着恩典我总能得到更换的衣裳，
因为你总是称不义的为义；
我总是去到远方，
总是浪子回家，

总是说，父啊，求你赦免我，
你总是拿出最美的衣裳。
每天早上让我把它穿上，
每天晚上穿着它回家，
穿着它嫁娶，
穿着它去死，
穿着它，站在白色大宝座前，
穿着它进入天堂，如日头发光。
求你让我永远不要看不到
罪超然的罪性，
救恩超然的义，
基督超然的荣耀，
圣洁超然的美丽，
恩典超然的奇妙。

67.认罪与恳求

圣洁之耶和华，
我曾犯罪无数，
我有罪了，我骄傲，不信，
没有在你话语里寻找你的心意，
疏忽在我每天生活中寻找你。

我的过犯和短处，
给我列出定罪的清单，
但是我感谢你，
这不能定我为有罪，
因为这一切已经被加在基督身上；
请你继续治服我的败坏，
赐我恩典离开它们而活。
不要容肉体的情欲，
心里的私欲捆绑我的灵，
而是请你在自由和能力中把我管治。
我感谢你，我许多的祷告被你拒绝 -
我曾错误祈求，所以得不到，
我曾出于私欲求，因而被拒绝，
我曾求埃及，你给我一片旷野。
请你继续你忍耐的工作，
对我错误的祈求回答“不”，
让我对此加以接受。
洁净我，让我脱离各样虚假心愿，
各样卑贱渴求，
脱离任何与你原则违背之事。
为你的智慧，为你的慈爱，

为我服在你之下的一切管教，
为着你有时候把我放在火炉中，
炼净我的精金，除去我的杂质，
我要感谢你。
没有试炼像自知有罪那样难以承受。
如果你给我选择，
让我保留自己的罪，活在快乐中，
或者用试炼将这些烧去，
那么请赐我归为圣的苦难。
救我脱离各样恶习，
各样与我从前的罪相连之事，
各样遮盖在我身上你恩典之光，
拦阻我以你为乐的事情。
然后，我要感谢你，你这耶书伦的神，
因为你保守我，让我成为正直。

68. 懊悔

哦你这至高的神，
在你面前我为卑微，这本是合宜的。
与你相比我一无所是；
我没有天使的地位和能力，

但是你造我，让我成了现在的我，
把我置于现在我处之地；
请帮助我，让我以你主权之乐为乐。
我感谢你，在我无尽存活的萌芽阶段，
靠着你的帮助之恩典，
我得以承受你的形象样式，
这不是出于顺服，而是出自计划，
你使我能与你同工，促进你的目标与荣耀。
但是，哎呀！冠冕从我头上滑落：
我犯了罪，
我不认识你；
我满脑是欺骗和邪恶，
我的心思与你的律法为敌。
然而，我失丧的时候你把帮助加在大能者身上，
他来，把手放在我们两者之间，
作听讼的，向我们两造接手，身为中保，
他的血成了我的平安，
他的义成了我的力量，
他的定罪成了我的自由，
他的灵是我的能力，
他的天堂是我的产业。

请让我更能体会你恩典的力量，让它
治服我本性的邪恶，
释放我脱离现今这邪恶的世界，
在生活的试炼下给我支持，
加我力量在我的幽谷中常与你同在，
操练我，让我良心在你在人面前无伤。
在我一切事上愿我能分辨责任和焦虑，
愿我首要关注的是我的品格，而并非我的环境。

69.降卑受辱

掌管主权的主，
当黑暗，无神论和不信的云临到我，
我看到你收回圣灵的爱的目的，
是要我对他更加珍惜，
因为我信靠过去的成功，所以你管教我，
让我不信神的秘密伤口可以得到医治。
帮助我在你面前降卑，
看到名声的虚空，人心的诡诈
拦阻我到你的面前；
让我看到在给和不给灵里享受方面，
唯独你的旨意要得成就；

让我看到心思，嘴巴，生命没有了你，
我的心除了邪恶以外便一无是处；
让我看到罪和撒但得容许在我身上掌权，
为的是让我能认识我的罪，降卑，
因此得力；
让我看到不信把你拦阻在我之外，
我就不能认识你的威严，权能，怜悯和爱。
然后，请得着我，因为唯独你是良善，唯你是配。
你让我知罪，这不是一场游戏，
撒但试探我去犯罪，这不是一场游戏，
当我深陷淤泥，这不是一场游戏，
因为罪不是游戏，玩具，不是小玩意；
请让我永远不要忘记，
罪的可恶主要在于得罪伟大的那一位，
胜于所犯之罪的本身。
当我害怕那要临到的恶，请安慰我，
让我看到在我自己，
我是一个垂死，被定罪的罪人，
但在基督里我已经与神和好，活过来，
满足了神的公义；
我是软弱，无力行任何善事，

但在他里面我能行万事；
现在我在基督里所得的不过是部分，
很快我在天上要得到完全。

70.罪的治死

哦神圣赐下律法的神，
为着我公然违反你的律法，
我隐秘的过犯，
我不尽职守，
领受蒙恩之道时的无益，
敬拜你时我属肉体，
在我圣事上各样的罪，
我自行惭愧。
我的罪孽在我头上加增，
我的过犯闻达上天，
基督也到天上，
他在父前为我代求，
为我的罪作了挽回祭，
我听到他赐平安的话语。
现在我的事为小，
但有足够的光，能看见我的黑暗，

有足够的知觉，感受到我心的刚硬，
有足够的灵性，为缺乏思想天上之事的心思哀痛；
但我本来可以有更多，
我应该可以有更多，
在你里面我从未受限制，
你总在我面前表明你无限的丰富，
我却没有取之受用。
我为我的亏欠和后退认罪痛哭；
我为我数不尽的失败，
斥责下的不思悔改，
恩典定规下的不受益，
疏忽为你所用的机会而哀痛。
我起初的爱不像过往岁月那样与我同在，
哦，把我召回到你这里，使我能够感受我起初的爱。
愿我的进步和我的特权同步，
愿我的心意接受我判断的决定，
我的选择为我的良心认可，
愿在我容许的事情上，我永远不定自己的罪！

71. 洁净

主耶稣，

我犯罪 - 请让我
为此不住忧伤，
决不自我满足，
决不以为我已达到完全。
杀灭我的妒忌，勒住我的舌头，
践踏我的自我。
赐我恩典，使我能圣洁，有爱心，
温柔，纯洁，与人无伤，
为你而活，不为自己，
效法你的言语，作为和灵，
使我得改变，能与你相像，
完全归圣于你，
完全为你荣耀而活。
救我脱离对不洁事物的依附，
脱离不良的朋友，
离开邪情恶欲的控制，
离开罪的愁苦与甘甜，
让我带着自恨，深深的痛悔，
诚恳的内心反省，
使我能来到你面前，降服于你，
信靠你，向你呼求，

被你拯救。
哦神，永远的神，帮助我，让我知道
万事都如影儿，唯有你是实在，
万事都如流沙，但你是大山，
万事都在改变，但你是稳定的锚，
万事都是无知，但你是智慧。
如果我的日子如燃烧热力中的熔炉，
让它如此，
但请你坐在炉前，
看着熔炼的矿物，不要有任何失去。
如果我故意犯罪，忧伤，受折磨，
请施恩除去我的忧伤，
赐我音乐；
除去我的麻衣，
给我披上美丽的衣袍，
让我口出诗歌，
赐我基督徒盛夏般的经历。

72. 责备

哦，满有怜悯的神，
当我在基督徒当中听到意见不合的事，

这让我灵负担更重；
我在愁苦和可悲的怨叹中来到你面前；
请教导我如何听从朋友的责备，
尽管我认为我并不配；
使用这些责备，使我对罪更敏感害怕，
更自我恨恶，
更关心保守内心和生命无可指摘；
让这些责备帮助我
思想我灵性的缺乏，
让我恨恶自己，
看自己为不配，
使它们对我灵魂有益。
愿所有你的百姓都知道我是何等渺小，卑贱和恶毒，
让他们可以看到我一无所是，
比一无所是更加微小，
被看作一无所是，
使他们能正确为我祷告，
对我没有一丝的依赖。
一无所是，一无所有，这是何等甜蜜，
让我吃到从你手中落下来的饼碎。
为着生命带来的一切我要感谢你，

那些感受不到你爱约束的大力，
与你交通甘甜的可怜人是怎样生活，
他们无助的时候，没有神可去倾诉。
哦，你俘虏人心，
让一切愿望和感情集中在你身上，
这是何等令人羡慕！
赐我信仰上如此的乐意，
使我能够从别人领受一切的责任，
仿佛是从你手中领受，
因着感受到你良善的爱，
出于摧毁我的骄傲的需要，
我要为这些责备赞美你。

73.破碎的心

哦主，
我生命中没有一天过去，
不见证我在你眼前为有罪。
祷告从一颗没有祷告的心发出；
赞美通常是没有赞美的声音；
我最好的事奉是肮脏的破布。
感谢耶稣，让我在你令神息怒的伤口中找到藏身之处。

尽管我的罪上达于天，
你的功德高升，超过它们；
尽管不义把我压下地狱，
你的义把我抬举到你宝座前。
我里面的一切都控诉，要把我排斥，
你里面的一切都为我恳求，使我得接纳。
我从完全的义的宝座呼求，
向你无尽恩典的宝座呼求。
赐我得聆听你的声音，安慰我：
因着你的鞭伤我得医治，
你为我的不义受击打，
你为我成为罪，
使我在你里面能成为义，
我大大的罪，我多重的罪，
全部都得赦免，
埋葬在你遮蔽之血的大洋中。
我有罪，但蒙了赦免，
失丧，但被拯救，
游荡，但被寻回，
犯罪，但被洁净。
赐我不住内心破碎，

保守我永远抓住你的十字架，
每一刻用浇灌的恩典把我淹没，
向我打开对神认识的源泉，
让它晶莹发光，
清澈长流，
贯穿我生命的旷野中。

74.倒空自我

哦主，
帮助我带着对你本性，关系和目的的正确认识
来就近你。
你住在永恒中，在你面前我的生命显为虚无；
你住在最高的天上，它不能把你容下；
我是住在泥土的房屋中。
你的能力浩大，
飞蛾都能把我压垮。
你的智慧无限，
按我当知道的，我什么也不知道。
你不能眼看邪恶，
我却是恶毒。
在我的无知，软弱，惧怕和沮丧中，

求圣灵帮助我的软弱，
供应我智慧，力量和安慰。
让我忠心察看我的品格，
愿意把它带到光中，
在我受的试炼中观察自己，
判断我恩典的实在和程度，
思想我是如何被陷网罗或胜过。
让我决不信靠我的内心，
依靠任何过往的经历，
夸大任何眼前的决心，
而是在耶稣的恩典中刚强：
使我能晓得如果得安慰脱离罪疚的良心，
却不向我的不完全妥协。
请在我的试炼中给我支持，
使用它们使我得益处；
赐我恩典在你里面得安息，
让我确信我得拯救。
愿我总是把你的威严和怜悯联系在一起，
把你的良善和你的伟大相连。
然后我的心要永远喜乐，
向你发出赞美。

75. 亏缺

哦，永生的真神，
我感谢你，因为
我既看到我心最美之处，也看到它最恶劣的地方，
我能为那些把我从你那里带走的罪忧伤，
你发出威胁的警告，是你深深和宝贵的怜悯，
为的是使我能够回转，祷告，存活。
我的罪是看到我的过错而灰心，
或者看到我的好处而自傲。
我每天虚度光阴，亏缺了你的荣耀，
以为我所行的是善，
而我做这些，并不是为你而做，
也不是出于你话语的原则。
我的罪就是惧怕永远不会成为事实的东西；
我忘记顺服在你旨意之下，没有安静留在其中。
但是圣经教导我，你主动的旨意
启示你对我不动摇的目的，
这安静我心，
让我来爱你。
请让我永远知道，
圣徒比其它人更为罪忧伤，

因为当他们看到你对罪所发怒气是何等之大，
为何只有基督的死才能平息这怒气，
这就使他们更为忧伤。
帮助我看到，尽管我身处旷野，
它却不全是荆棘和荒芜。
我有天上来的粮，磐石流出来的水，
白天有光，夜晚有火，
有你的居所和你的施恩座。
我有时候为着道路感到灰心，
但是尽管它曲折，试炼人，却是安全和短暂；
死亡让我害怕，但是我那位大祭司
站在它的河水中，
要为我开一条通道，
在它那头是一个更美的国度。
我活着的时候，让我的生命作好榜样，
当我死去，愿我的终点就是平安。

76.后退

哦主，
当全世界不信的人拒绝你，
因此被你弃绝，

你不再呼召他们的时候，
你是转向属于你自己的人，
因为在这普遍背道的时候，
他们也随从世人，多少有所后退。
哦，你的恩典是何等白白赐下，
提醒他们所面对的危险，
敦促他们坚持紧靠你自己！
我感谢你，那些走偏路的人能立刻归向你，
没有什么值得夸耀的地方，也能受欢迎归回，
尽管他们从前后退。
我承认这正是我的情形，因为最近
我发现我是大大缺乏，
缺乏对神恩典的认识；
我心里大大忧愁，
因为我没有恰当来到那洗净一切罪的泉源；
我靠自己的力量，
为属灵生命，良心平安，前进的成圣过度操劳。
我求你，向我显明你大能的膀臂；
让我相信你为我做的，超过我所想所求，
尽管我后退，你的爱却永远不让我离开，
而是用直到永远的慈绳爱索吸引我归向你；

你在旷野确实供应恩典，
能把我带出，让我依靠在我所爱的臂膀上；
你能让我与他同行，
使我在河水旁走正直的路，
在其上不致绊跌。
保守我严肃，敬虔，信实，
安息在白白的恩典之上，
为得帮助，接纳，良心平安。

77.罪

满有怜悯的主，
赦免我今天，这个礼拜，今年一切的罪，
赦免我生命中一切的罪，
早年，中年，晚年当行不行和过犯的罪，
嘴唇，生活，行事为人忧郁，怪癖，怒气的罪，
心硬，不信，自以为是，骄傲的罪，
对人灵魂没有忠心的罪，
在基督的事工中缺乏大胆决断的罪，
缺少为他荣耀表明立场大发热心的罪，
给你的大名带来羞辱的罪，
在我与人交往中欺骗，不行公义，不真诚的罪，

心思，言语和行为不洁的罪，
那和拜偶像一样贪婪的罪，
不当积存，不慎浪费，不归圣，
不归荣耀给你这位伟大赐万物的主的罪；
私底下，在家中的罪，
在学习和娱乐，在人多繁忙之处的罪，
在学习你的话语，在对它疏忽上的罪，
在不敬献上祷告，冰冷不祷告上的罪，
在时间使用不当上的罪，
在中了撒但诡计上的罪，
在向他的试探打开我心的罪，
我知道他在我身边却不警醒的罪，
消灭圣灵感动的罪；
违抗光照和知识的罪，
违背良心和你的灵约束上的罪，
违抗直到永远爱的律法的罪。
请赦免我一切的罪，我知道和不知道，
感觉得到和感觉不到的罪，
承认和没有承认的罪，
记起和被遗忘的罪。
良善的主请听，请你听了，就施行赦免。

78.骄傲

哦你这极为温柔的主，
请不要容骄傲充满我心。
我的本性就如我脚下的淤泥，
我必然要回归的尘土。
按身体，我超不过最卑贱的爬虫；
我一切身体和智力的不同，
都是你良善白白的赐予，
我身体和思想各样的机能，
都是从你而来我所不配的恩赐。
作为被造的，我是低下，作为罪人，我是更低；
我践踏你的律法，次数无法计算；
罪的畸形烙印在我身上，
使我眉间昏暗，用败坏把我玷污；
我怎能如此骄傲炫耀自己？
最低的降卑是我的本位，
因为在你面前，我比一无是处还一无是处。
帮助我在你的中看到我自己，
然后骄傲必然要枯萎，朽坏，死去，灭亡。
请让我的心在你面前降卑，
用你最美的恩赐把它装饰。

正如水不会停留在荒芜的山头，
只会留下来滋润最低的山谷，
同样把我变成低处最低的，
让我灵里的丰富可以极其加增。
当我撇下责任没有完成，
愿定我罪的念头夺去我的骄傲，
在我里面加深对你事奉的委身，
让我苏醒，更守望认真。
当我受到试探，自以为是，
让我看到我的灵界敌人狡诈的能力；
帮助我在信心的守望台上眼目警醒，
定意紧紧抓住我降卑的主；
如果我跌倒，让我隐藏在我救赎主的义中，
当我得以逃脱，让我把一切的拯救归与你的恩典。
保守我谦卑，温和，卑微。

79.狂暴的怒气

圣洁的主，
世界上的悔改是多么的少，
我要悔改的罪是何其的多！
我为我大大动怒的罪而苦恼，

因为它的羞耻和可怕实在是恶；
我定意不再给它留地步，
为此我来到你面前求力量。
大多数人常常发泄愤怒，
被愤怒征服，
为此有许多掩饰和借口，
就是它突然临到，
他们不喜欢这样，
他们后来后悔了，
连敬虔的人都发怒。
就这样，他们在怒气爆发后寻求平安，
完全把它忘却，
或者跳过他们的伤口，
他们希望得到医治，
却不没有在基督血里的平安。
主神，我知道当事情逆我的意，我就突然愤怒，
我只希望讨自己喜悦，而不讨基督喜悦；
在一切错误和得罪中有一种双重的得罪，
是得罪我，也得罪你的；
在一切美事中，有一些
是令我喜悦，也令你喜悦的；

我的罪就是按着事情让我高兴或愁苦的，
我的心就高兴或愁苦，
却没有想到基督；
这样，我就好像以利，
因着不斥责罪，而成为惩罚的对象；
而我本应谦卑承认我的罪，
快快奔向基督的血求赦免和平安。
那么，请赐我悔改，真正的内心破碎，持久的懊悔，
因为尽管我犯罪，这些事情你却不轻看。

80.悔改

哦，满有恩典的主，
我一个人祷告的时候总是急促，语言短少，
哦，请让我的良心苏醒，认识这样的愚昧，
为这种忘恩负义哭泣；
我一天开始的罪引发其他的罪，
你收回你的同在，离开那无心事奉你的人，
这样本是公义的。
在一切时候保守我，不让我抢夺你，
不要让我心灵没有了对你的敬拜；
让我永远不要忘记，

我有一个直到永远的责任，
去爱你，荣耀你，顺服你，
你是无限配得这一切；
如果我不去荣耀你，
我是犯了无限大的罪，配得无限大的惩罚，
因为罪就是对一种无限责任的违背。
哦，如果我没有荣耀你，请你赦免我，
融化我的心，医治我后退的病，
打开在爱中的相交。
当你的爱火温暖我里面，
你灵的浇灌充满我心，
然后我能体会，惊奇我自己的败坏，
深深恨恶自己；
然后你的恩典有力激励我悔改，
它是促成内在圣洁不可抵挡的动力。
愿我永远不要忘记你手中掌管我心，
每次我犯罪，请把把基督赎罪之血的功劳加在它上面。
让你的怜悯把我带到你自己这里。
切断我与一切罪的联系，治死我，让我对世界死，
让我被悔改之爱的谦卑触动，
因此愿意离去。

我的心常常就像没有轮子的战车，
陷在罪的污泥中受阻；
请把它安放鹰的翅膀上，
让它高升，升向你自己。

与清教徒一同祷告Ⅲ

81.人一无所是

哦主，
我是一个躯壳，充满尘土，
但得到一个看不见的有理智的灵魂而活过来，
被不能看见的恩典大能更新；
然而，尽管从亘古就被你拣选，
交给基督，得以重生，
我却不是无价的宝物，
只不过一无所有，一无所是；
我深深知道
罪恶光景的邪恶可悲，
被造之物的虚空，
但也知道基督完全的能力。

当你要指引我，我控制自己；
当你要作主权的主，我掌管自己；
当你要看顾我，我以自己为满足；
当我应当依靠你的供应，我自我供给；
当我应当服在你护理之下，我随从我的意志；
当我应当认识，爱，荣耀，信靠你，我服事我自己；
我冒犯，篡改你的律法迎合自己；
不是仰望你，我却看人的赞许；
按着本性我是一个拜偶像的人。
主，我最大的心愿就是让自己的心重新回归于你。
让我晓得我不能作我自己的神，
不能使我自己幸福，
也不能作我自己的基督，重拾我的喜乐，
不能成为我自己的圣灵，把自己教导，指引和管束。
帮助我看到恩典通过神护理所加的责打作成这一切，
因为当我在人看为好，你把我降卑为更低，
当财富成为我的偶像，你让它们展翅飞去，
当欢乐成为我的一切，你把它变成苦涩。
夺去我四处张望的眼，爱打听的耳朵，
贪婪的食欲，充满私欲的心；
向我表明这些事情没有一样能医治受伤的良心，

支持脚步蹒跚的身体，
坚固一个要逝去的灵；
然后，把我带到十架，
留我在它下面。

82.呼求拯救

天父，
救我完全脱离罪。
我知道藉着另外一位的义我成为义，
但我仍渴求盼望与你自己相似；
我是你的儿女，应该有你的形象样式。
求你使我能意识到我向罪已死；
当它试探我，愿我能充耳不闻它的声音。
救我脱离罪的统治，罪的入侵。
让我能像基督一样行事为人，
活在他生命的新样式里，
过爱的生活，信心的生活，圣洁的生活。
我恨恶我这取死的身體，
恨恶它的懒惰，妒忌，卑贱，骄傲。
赦免，杀灭这些罪，
怜悯我的不信，

怜悯我败坏和游荡的心。
当你的祝福临到，我开始以它们为偶像，
把我的爱情放在一些亲爱对象 -
儿女，朋友，财富，荣誉之上；
请洁净这灵里的淫乱，赐我贞洁；
除你以外，关闭我心不看一切。
罪是我最大的咒诅，
让你的得胜向我显明，在我生命中彰显。
帮助我总是委身于你，相信，顺服，
交托，如孩子一般信靠你，
尽心，尽意，尽行，尽力爱你，
爱我同胞，如同爱我自己，
得拯救脱离未得重生的脾气，
严酷的思想，诽谤的言词，刻薄，没有爱心的态度，
掌管我的舌头，保守我嘴唇的大门。
每天用恩典把我充满，
让我的生命成为甜水的源泉。

83.怜悯

税吏的神，
请怜悯我这个罪人；

按着本性和行为，我是罪人，
你的话语宣告，我是罪人，
我希望我能感受到我是罪人；
然而你没有撇弃我，让我绝望，
因为在你的恩典中没有“也许”；
我有我需要的一切确据，
就是你有丰盛的救恩。
尽管我罪众多，险恶，
你却已经给我一个恩待的兆头；
黄金的权杖伸出，
你说了，“摸它就活”。
愿我认识你的全能，
凭信心相信你的应许，
看到别人的经历，
以此鼓励自己。
愿我奔向那宝贵避难所，
如此多人已经以此遮挡每一场风暴；
在那总是白白为洗罪而开的源泉里，
愿我得洗净各样的污秽。
罪是你心所恨的恶事，
有这一样，已经把你我分隔。

你不能违背你本性根本的完全；
除非你使我如你一般圣洁，
否则你不能使我以你自己为乐。
哦圣洁的神，把我变成你所喜悦的人，
把我变成以你为我喜乐的人。
使我按照里面的人，
服从你的律法，以此为乐，
决不抱怨你要求严格，
而是因着没有与之相符而伤痛；
让我决不质疑你的诫命，
而是敬重它们为正。
靠着在我里面你的灵，
愿我的行为出于原则，
我的性情坦然面对责任。

84.钉十字架与复活

主啊，
我惊奇你竟道成肉身，被钉十架，死亡，被埋葬。
你的坟墓引发出我赞美的惊叹，
因为它是空的，你已复活了；
四福音验证此事，

活着的见证人证明此事，
我心经历明白这事。
让我与你同死，使我可以复活得新生命，
因为我希望对罪，对自私，对世界，
我是死了，被埋葬；
好让我不听那迷人的那一位的声音，
可以得拯救脱离他的私欲。
主啊，我身上有如此多恶行 - 请把它钉十架，
我里面有如此多属肉体的东西 - 请治死它。
洁净我，让我脱离自私，
对人的惧怕，对赞扬的爱慕，
对被别人认为古旧而感到的羞耻，
对有教养，思想现代的渴望。
让我看我旧生命因着钉十架已经死了，
永远不再以它为活的，迁就它。
赐我与死去的主同一立场，
心甘被人弃绝，
愿意接受不受人欢迎的真理，
坚守遭人蔑视的教训，直到死亡。
帮助我心意坚定，在基督里。
请绝不让我游荡离开顺服你旨意的道路。

为前头的争战加我力量。
为各样的试炼赐我勇气，
为各样的喜乐赐我恩典。
帮助我成为圣洁，喜乐，
脱离各样错误的心愿，
脱离各样与你心相违背的事物。
赐我越来越多复活的生命：
愿它掌管我，
愿我依靠它的大能行事为人，
通过它的作用力量刚强。

85.新的开始

不可测透，大而荣耀的神，
我敬拜你，降卑我自己。
我来到你面前，明白我比虚空还要虚空，
我是一个比虚空还要糟的人。
我的思想不能挡住你的目光，
在你的面前我隐藏的罪发出火光。
请让我能够记住那洗净我一切罪的血，
相信那胜过一切不义的恩典，
把我自己交托在那能救我脱离败坏捆绑的作为，

进入神众子荣耀的自由。
你已经在我里面开始动善工，
唯有你能继续把它完成。
请让我越发明白我犯错的倾向，
我是如何暴露在罪之下。
帮助我更加认识信仰洁净、软化之工，
更感受它的同情，爱，怜悯和友情。
请使用我作祝福他人的工具，
使我能够分辨
仅仅敬虔的外表和它的大能，
生命和有名无实的活着，
欺骗和真理，
虚伪和能经受你察看的信仰之间的分别。
如果我不正，请纠正我，让我留在正道中；
让我最终能进入你家，满有平安。

86.支持依靠

我的父，
当你为我的过犯对我发怒，
我试图避免将来犯罪，以此平息你的怒气；
但请你教导我，让我知道

我不能满足你律法的要求，
这样的努力是满足于我的义，
唯有基督的义，随时预备，已经成就，
才能达到这个目的；
你为我的罪管教我，
不是让我试图改革自新，
而只是让我更降卑，受击打，离开罪，
与你和好，凭信心在基督里为义；
让我认识在他里面我得满足，有能力，
这是让我不摇动的一个方法；
使我永远不满足于我自己的信心，
而是凭信心信靠你作我唯一的支持；
让我知道如果我抛弃我的信心，我就是弃绝你，
因为我是靠信心认识你，
因为你实在非常宝贵，
同样我的信心对我来说非常宝贵；
我亏缺了你所要求的纯洁，
因为我以为自己圣洁，我就不追求圣洁，
或者相信我是无能，我就不再努力。
请让我降卑，因为我不像理当那样圣洁，
没有靠着基督所能达到的圣洁，

因为你就是一切，得着你，就是得着一切。
但是把被造物当作重要，
就是让它在你我之间成为拦阻，
所以我就不谦卑圣洁行事为人。
主啊，请赦免我这罪。

87.需要恩典

主啊，
你是知道我大大不合适事奉，
知道我目前如死一般，
我没有能力行任何事来荣耀你，
我的心烦乱冷冰。
我是软弱，无知，无用，
我厌恶痛恨自己。
我全不知道你要我如何行，
因为我惊奇感觉被你离弃，
几乎无法感受你的同在；
你让我记起我年轻所犯的罪，
我本性可怕的罪，
这样，我感到一切的罪，
我不能思想，不能行动，

每一个动作都是罪。
请再次用归正之恩浇灌
我这可怜滥用福音的罪人。
帮助我心呼吸渴求圣洁，
追求不断对你委身，
追求每天在恩典里更大大长进。
主啊，我在追求这福气时迷失了道路，
要沉没了，因为我达不到我所想的；
帮助我再坚持一会儿，
直到解救的快乐时刻来临，
因为如果你的恩慈不把我拉近，
我就不能把我心举起归向你。
帮助我小心，警醒，温柔，
免得我在思想和行为上
得罪我那配得称颂的恩友；
我相信你，依靠你，
需要你无时不帮助我，带领我。
哦，愿我一切的不安和忧虑
都证明是基督的学校，
教导我谦卑的极大功课，
为的是装备我做更大的服侍。

88.争战

哦主神，
你是保护我的臂膀，
是我的山寨，避难所，盾牌，
你是给我束腰的。
为我争战，我的敌人必然逃逸；
把我举起，我就不能跌倒；
加我力量，我就站立不摇动，不可摇动；
给我披戴军装，我就不会受伤；
在我身旁，撒但就要离去；
请用救恩的歌膏我的嘴唇，
我就要高声颂扬你的得胜；
让我恨恶一切的罪，
看它是邪恶的怪物
违抗你的律法，挣脱你的轭，
污秽我的本性，散布愁苦。
教导我去看十架上的基督，
好让我知道在你眼中罪的可憎。
除了你儿子的死，别无赦罪，
除了他的宝血，别无洁净，
除了他的赎罪，别无赎罪。

让我看到道成肉身的神的羞辱，痛苦和鞭伤，
好让我看到在无边的赎价中那无边的罪孽；
愿我能分辨那致命毒蛇的真正恶毒，
用发自我心的神圣愤怒将它撕碎，
坚定离开它的各样网罗，
拒绝与它有染，以致玷污。
配得称颂的主耶稣，
愿从你的十架我得教导，
知道我被拯救脱离的那可怕苦楚，
思想“失丧”的含义，
看到永远灭亡的火；
然后我能更紧紧抓住破碎的你，
用更坚定的信心把你跟随，
全人向你委身，
强烈恨恶罪，如同你对我爱的强烈，
愿圣洁如我居住期中的空气。

89. 危险

全宇宙主权的司令，
我感到灵里黑暗，
被怀疑，恐惧，不信骚扰，甚是伤心。

我心充满邪恶的臆度和动荡，
我根本不能凭信心而行。
我天上的领路人失去踪影，
我失手，抓不住那万古磐石；
在风暴和大浪下我沉没在深深的淤泥中，
恐惧，愁苦，无法言说。
主啊，请帮助我，
是好，是坏，不得安慰，或是弃绝无望，
都让我把自己坚定全然投向你。
赐我内心平安，信心，心思宽广，
夜晚沉重之后，有早晨的欢欣；
用属神的祝福丰富浇灌我的心灵；
让我一个人时谦卑欢迎你，
好使我在众人面前能享受你；
既有深谷，也让我登上高山。
你的恩典能融化最坏的罪人，
我是和他一样恶毒；
然而你把我变成怜悯的标本，
救赎大能的奖杯；
在我的愁苦中，请不要让我把这忘记。
全然智慧的神，

你永不失败的护理立定每一事，
让每一畏惧变为甘甜，
揭露隐藏在看为好事中的恶，
从看为坏之事中带出益处，
让我心所爱的不能使我满足，
向我表明我是何等短视之人，
教导我凭信心依靠配得称颂的你自己而活。
带我出忧伤和黑夜，
赐我拿弗他利这个名字，
得你恩待心满意足；
帮助我像你孩子一般爱你，
行事为人与我天上的家谱相称。

90.需要耶稣

主耶稣，
我是瞎眼，求你作我的光，
我是无知，愿你作我的智慧，
我自以为是，愿你作我心思。
打开我的耳朵，让我快快听到圣灵的声音，
欢喜快跑跟从他呼召的手；
软化我的良心，不留下一点刚硬，

使它敏感邪恶丝毫的接触；
当撒但接近，让我快快奔向你的伤口，
在那里不再颤抖惧怕一切的威吓。
作我的好牧人，
带领我进入你话语的青草地，
让我躺卧在它安慰的水边。
让平安充满我，世上令人不安的风暴
都不能打扰我心的平静。
你的十架竖起作我的避难所，
你的血流出把我洗净。
你死去，作我的担保，
你的名为我所有，把我拯救。
靠着天堂一切都倾注入我心，
但它太过狭窄，不能领会你的爱。
我曾不认识你，被排除在外，是一奴仆，一名叛党，
但你的十字架已经把我拉近，
已经软化我心，
让我成为父的儿女，
接纳我进入你的家庭，
使与你自己同作后嗣。
哦，愿我爱你，如同你爱我一样，

愿我行事为人配得上你，我的主，
使我可以反映天上头生之子的形象。
愿我永远可以用清晰的信心眼睛看见你的美好，
在我心中感受你圣灵的能力，
因为除非你在我里面大能行事，
就不会有内在的火得以点燃。

91.软弱

神的灵啊，
当我被忧愁的重担压倒，
迷惑不知如何行，
受人毁谤逼迫，
感受到十字架的沉重，
请帮助我的软弱。
我祈求你给我帮助。
如果你在我身上
看到任何错事受鼓动，
任何邪恶欲念被珍藏，
任何欢喜不是你所喜悦，
任何习惯让你担忧，
在我心中有任何对罪的窝藏，

那么请赐我赦罪之吻，
教导我按你所命令的道路而行。
救我脱离痛苦的焦虑，
让我成为一个欢喜圣洁的人。
帮助我过分别的生活，
脚步勇敢，坚定。
与软弱争战得胜，
教导我用天上的音乐
歌颂，赞美和尊崇你，
让我对你成为赞美感恩的香气。
我不是像暴君面前的奴隶伏在你的脚前，
而是身为有父亲的儿女在你面前得高举。
赐我能力，在我一切行动中像你儿女一般生活。
通过征服自己行使作儿女的权利。
保守我脱离从兴旺而来的沉醉，
当我因不是由你而来的快乐高兴时，
让我冷静下来。
带领我安全进入永恒的国度，
不问道路是艰难，抑或顺利。
我只求能见我所爱的他的面，
如果我能平安被带进你的家，

有衣有食我便满意。

92.无限的和有限的

你这伟大自有永有的神，
当我想起有一位神，在他一日如同千年，
千年如同一日；
有一位大能的神，
在世界的动荡中，帝国的变更中，
却不改变，而是永在，满有荣耀，
就让我心充满欢喜和敬畏。
当我想到人死，主却活着；
一切被造之物都是折断的芦苇，
空空的水池，
凋谢的花朵，
枯干的野草，
而他却是万古磐石，活水泉源，
就让我大大欢喜。
让我心离开虚妄，
离开不满，
离开现今世界的不定，
转向在基督里永恒的分。

让我记住生命短暂难测，
只是尽力为你所用的机会；
赐我一种圣洁的渴求去爱惜光阴，
你每次呼召我去怜悯敬虔，我都能警醒，
好让我能给饥饿之人吃，
给赤身露体的人穿，
指教无知的，
挽回邪恶的，
饶恕冒犯人的，
传扬福音，
向每一个人表明邻舍之爱。
让我活着，不相信自己，
依靠的是你自己，
治死我的罪，
钉死在十架上，
过祷告的生活。

93.选择

神啊，
尽管你容许我靠近你，
我却不是不晓得我的罪，

我不否认我的罪过，
我承认我的邪恶，真心恳求赦免。
愿我能像摩西一样选择受苦，
而不享受罪中之乐。
帮助我总是让自己接受你的引导和护庇关心，
更牢牢抓住那把我与你联系在一起的确凿之约，
更体会到我所承认信仰那洁净人，
赐人尊贵，软化人心的作用，
更有怜悯，爱，同情，待人有礼，
看被你使用，作你手中的工具为荣耀，
预备好抓住每一个被你所用的机会，
愿意献上我一切的才能服事你。
你为我成就的一切均为美善，
你纪念我，把我分别出来，给我恩待。
不是我一切所求的都得满足，
而是若我所求的得以实现，
会成为我的败坏，伤害，
你的爱就不容许这些给我实现。
我所受的试炼比我的罪要少，
当我亲吻从你手加在我身上的杖，
你就常常擦去我的眼泪，

让我悲伤的心重新得到安宁，
你为我的益处管教我，
你为我所做的一切均是至好，
我要称颂你。

94.愿望

你这垂听祷告的神啊，
请教导我该如何祷告。
我承认在信仰操练中，
我嘴唇的言语和我心里的感情并不总是一致，
我常常口舌随意说出
那在天上不带着敬畏和谦卑就决不说出口的名，
我常常希望得到会伤害我的事，
我贬低了我所受的一些最大怜悯，
在我盼望以及恐惧的两边我都犯错，
我不合适为我自己作出选择，
因为指引我的脚步，这不由得我。
让你的圣灵帮助我的软弱，
因为我不知道应当如何祈求。
让他在里面生出明智的愿望，
藉此我能求正确的事情，

然后我就知道你是听我。
愿我永远不苦苦求物质上的祝福，
而总是把它们交托给你为父的良善，
因为在我求问之先，你已经知道我的需要；
除非我的灵魂兴盛，否则愿我决不以为我是兴盛，
除非我向你富足，否则不要以为我是富足，
又或者除非我得到得救的智慧，否则不要以为我有智慧。
愿我先求你的国和它的义。
愿我看重和永世相关的事。
愿我属灵的益处成为我首要所求。
愿我贫穷，受苦，遭人蔑视，得到你的祝福，
而不是在事业上成功，或者随心所欲，受我同胞羡慕，
如果这些事情让我把你忘记。
愿我看这世界是梦，谎言，虚空，灵的烦恼，
愿意离它而去。
愿我能在你的恩待，样式，同在和事奉中
寻求我的幸福。

95.信心与世界

哦主，

这世界善于陷人于网罗，
带着迷人的伪装靠近人，
伸出镀金的诱饵，
摆出大大迷人的笑脸。
请你让我的信心审察各样粉饰的华而不实，
逃脱各样迷惑人的陷阱，
让我得胜胜过一切，
在我尽责时赐我坚定，力量，热心，
委身你的事业，
以你的名为鼓励，
以你的爱为动工的恩典，
用我的信靠使一切完全。
让信心大力迈步向前，
在各样作为中让爱带着能力回应。
我常常因我所爱的主离去而伤心，
他的笑脸让地上成为天堂，
他的声音是最甜美的音乐，
他的同在给各样恩典加力。
但因为不信，我常常把他拒之门外，
让信心给他进来，
使他可以与我永远同住。

你的话语充满应许，
当用信心收取，
它们就是芬芳的花朵，
沁人心肺甜美的果实。
愿我靠它的丰盛得丰富，
靠它的能力得坚强，
靠它的喜乐为欢喜，
住在它的甜美中，
以它的宝贵为盛宴，
从它的吗哪得力量，
主，请你加增我的信心。

96.继续旅程

云柱和火柱的主，
我是寄居的，带着寄居人的冷漠；
我手握着天路客的杖，
我行走，朝向锡安，
我所眼望的是主的再临，
我心在你手中，毫无保留。
你造了我的心，

将它救赎，
把它更新，
俘虏了它，
把它征服。
保守它远离各样反对它的仇敌，
压碎它各样反叛的私欲，
治死各样阴险的情欲，
消灭各样出于地上的愿望。
我人各样的能力被你触动激活，
我是尽我全心，全意，全力，
尽我一切感情，意志，愿望爱你。
你是各样完全的完全，
一切知识都源自于你；
我少水的小河从你不可测透的源泉流出。
和你相比日头都是黑暗，
一起美丽都是畸形，
一切智慧都为愚昧，
最大的善都有错失。
你配得远超我沉闷之心所能献上的敬拜，
请让我的爱充满活力，使它能配得升上你处，
请紧紧让它把你环绕，

被你吸引，
然后我的行事为人，
要成为无尽的赞美。

97.灵里成长

你这至高的神啊，
按你所定的道路我等候你，
我所渴慕的是你的名，
我思想记念你。
我是一个罪人，但并不是不晓得我的光景。
我的罪过极大，数之不尽，
但你足以把我拯救，因为你有丰富的怜悯；
你儿子的血能洗净我一切的罪；
你圣灵的动工能制服我最强烈的恶念。
请赐我一个柔顺，觉醒的良心，
当我犯罪，能击打我，使我不宁。
愿我言谈举止一致，
在人面前，孤身独处都是一样，
在兴旺时，在逆境中，
接受你一切的命令，以之为正，
恨恶各样的假道。

愿我永不满足我目前的属灵进程，
而是有了信心，又要加上德行，知识，节制，虔敬，
爱弟兄的心，爱众人的心。
愿我决不疏忽构成基督徒品格所必要的，
成全它所必需的。
愿我培养正当的，
培植可爱的，
把福音装饰，
举荐耶稣的信仰，
让自己服从你的护理。
保守我，免得我在邪恶的日子沉没，犯罪；
帮助我把神真理的各部分带入日常生活，
在合宜的时候运用，好使
它的教训给我知道，
它的警告给我提醒，
它的原则把我引导，
它的应许把我安慰。

98.生命航程

哦，众海洋的主，
我的小船航行在汹涌的海上，

愿耶稣掌舵，给我安全领航；
请不要容逆流拦阻我驶向天上的航程；
不要让我的信心在暴风和浅滩中搁浅败坏；
带领我进入港湾，旗帜飞舞，
船身无损，
货物没有失灭。
我求大事，
期待大事，
也要领受大事。
我全部，完全委身于你，
你是我的风，阳光，锚，保障。
航程漫长，波浪甚高，
风波无情，
但我的船舵被牢牢把持，
你的话语保证航程安全，
你的恩典吹动我向前，
我的港湾得到保障。
今日要让我更接近家。
在我一切行事中赐我圣洁的连贯一致，
让我的平安如波涛流动，
我的义如追逐的浪头汹涌。

帮助我生活谨慎，
能把各样挂虑变成祷告，
用温柔和爱把我道路环绕，
抚平我脾气各样的粗暴；
让我不要忘记它是多么容易生出忧伤；
愿我能努力包扎每一处伤口，
把油倾倒在一切苦水之上。
愿这个世界因我活着，
变得更为快乐，更为美好。
让我前头的桅杆是救主的十字架，
每一个迎面而来的浪头，
是他肋旁的源头。
在这汹涌的海上帮助我，保护我，
直到我抵达不住赞美的彼岸。

99.一年终了

啊，你的爱无可比拟，
当你赐下，当你收取，
当阳光照耀在我身上，
当黑夜笼罩着我，
你都显为良善。

在创世以先你已经爱我，
在爱中把我灵魂救赎；
尽管我心刚硬，没有感恩，不信，
你仍爱我。
你的良善伴我又过一年，
带领我走过迂回的旷野，
我退步，你帮助我前进，
当我受到打击后退，你让我有进步。
你的良善要伴随我走过前面这一年，
我扬帆起锚，
如过往，也为将来，
有你作我配得颂赞的领航。
我感谢你，你不让我看到前面的洋面，
如果你命定苦难的风暴，
你要与我共同经历；
如果我要经过逼迫和试探的风暴，
我必不至沉没；
如果我要死去，
我会更早见你的面；
如果痛苦的结局是我的分，
请赐我恩典，让我信心不致失落；

如果你要我离开我所爱的事奉，
我不会固执己见；
只求你在我的安慰或试炼中荣耀你自己，
让我作蒙你拣选的器皿，随时为你所用。

100.新年

主啊，
除非日子度过有你同在，是对你的事奉，为了你的荣耀，
否则年岁长久对我并无益处。
赐我恩典，在每一刻的前后，引导我，扶持我，使我成圣，给我帮助，
使我一刻也不离开你，而是依靠你的圣灵
让我有每一个想法，
说每一句话出口，
指引我的每一步，
在各样工作中顺利，
建立起每一点小小的信心，
并赐给我愿望，
表明对你的赞美，
见证你的慈爱，
扩展你的国度。

我驶入今年未知的水域，
有你，父啊，作我的港口，
有你，子啊，给我掌舵，
有你圣灵，吹满我的风帆。
引导我走天路，
让我束腰，
我灯点燃，
我的耳朵开启听你呼唤，
我心充满爱，
我灵得自由。
把你的恩典赐我，使我成圣，
你的安慰把我鼓舞，
你的智慧把我指教，
你的右手把我引导，
你的旨意给我教导，
你的律法助我判断，
你的同在让我镇定。
愿你的可畏作我的敬畏，
你的得胜作我的喜乐。

101.家庭

哦掌管主权的主，
你是创造主，万人的父，因为你造作了他们，确确实实扶持他们；
那些认识你，爱你，荣耀你，
发觉你的轭是容易,你的担子是轻省，
你的作为尊贵，你的诫命荣耀的人，
你是他们特别的父。
但我受我不配，从你而来的恩的感动是多么的小！
我是何等不完全来善用我信仰的特权！
我是多么疏忽向他人行善！
在你面前我是在过犯与罪中，
求你怜悯我，
愿你的恩慈领我悔改。
帮助我恨恶离弃一切的假道，
留心我的光景和品格，
勒住我的舌头，
切切保守我的心，
警醒祷告对抗试探，
治死罪，
关心别人的得救。
哦神，我不忍看到我家人遭毁灭，

求你让那些与我在爱中结联的人，
在你眼中被看为宝贵，归于你的荣耀。
请让我的家庭敬拜，教训，管教，榜样成圣兴盛，
使我的家庭可以成为为天上作预备的苗圃，
我的教会成为主的花园，
为了你的荣耀,栽满你所种的义树；
不要让我那些和蔼，讲道德，吸引人的家人，
最终却与天堂失之交臂；
求你让良心敏感，内心软化，
被你话语惊醒，以此为乐等这些有盼望的表现，
最终不致被涂抹干净，
而是在我所爱的一切人身上施行公理。

102.看顾的爱

全能全有的君王，
当我来到你面前，我看到
你完全的荣耀，
你直到永远普世国度的宝座，
千千万万敬拜你的人。
让我认识你的伟大，以此打动我的思想，
不是把我从你面前赶走，

而是鼓励我来把你靠近；
不是打消我对你的信心，
而是让我称羨你伟大的屈尊俯就。
你已经思念我，眷顾我，
自我出生就把我看顾，
在各样光景中照看我，
在你桌前使我饱足，
用爱的帐幕把我环绕，
每日清晨赐我新的怜悯。
请不要让我忘记，我是在求更大的祝福，
一种超越坟墓之外的盼望，
永生的质，先尝的滋味，
圣洁，智慧，力量，平安，喜乐；
这些都是你在基督里为我供应。
想起我对你权柄宣告，
你爱的宝贵的无知，
我就满心悲伤；
我多么少去认同你的真理，
信靠你的应许，
畏惧你的警告，
服从你的命令，

善用我的优势，
欢迎你的提醒，
回应你的恩典；
尽管有这一切，我却仍然活着。
愿你的良善总是引领我悔改，
你的忍耐证明我的得救。

103.神的支持

你是配得称颂的神，
你以自己为乐，
你是你受造物幸福的源头，
你造我，施恩给我，拥有我，给我支持。
你造作了我，扶持了我，
支持我，给我满足，
拯救我，把我保守；
在各样境况中你能满足我的需要，解除我的愁苦。
愿我靠你而活，
为你而活，
除了我与基督相符，否则不以我作基督徒的进步为满足；
愿我与他的原则，品格和作为相符，
这种相符在我生命中与时俱增；

让你无可比拟的爱规劝我有圣洁的顺服，
让我尽责，成为我的喜乐。
如果其他人看我的信心为愚昧，
我的温柔为软弱，
我的热诚为疯狂，
我的盼望为虚幻，
我的作为为装假，
愿我以为你名受苦而欢喜。
保守我，让我稳步迈向永远欢乐的国度，
那是我真正产业的乐园之处。
用天上的力量把我支持，
好使我永不回头，
不羡慕那要凋谢，消失成一无所有的虚假快乐。
靠着你的恩典我走天路，
让人知道，除了燃烧向你，
为我同胞益处和得救的心愿，
我是别无所求。

104.活的恩典

主耶稣，伟大的大祭司，
你已经开了一条又新又活的路，

靠着它堕落的人能就近你，被你接纳。
帮助我思想你位格的尊贵，
你牺牲的完全，
你代求的有效。
当我落在一切试炼之下，全然疲倦，
忧虑侵蚀我，
恐惧惊动我，
软弱压制我，
我能在我需要中到你面前，
感受超越理智能明白的平安，
我敬拜你，你就赐下何等的福气！
我需要把我挽回的恩典，
来保守，带领，保护，供应，帮助我。
在这方面你的圣徒鼓舞我心存盼望；
他们曾经贫穷，现在富足，
曾经受捆绑，现在得自由，
曾经受试炼，现在已得胜。
每一样新的责任，都要求比我现在拥有更大的恩典，
但这不会超过在你里面的，
一切的丰盛，都居住在你这神的宝库里。
我向你求，要得恩上加恩，

直到罪带来的各样空虚都被你的丰盛填满，
我被你一切的丰盛充满。
愿我心愿扩张，我的盼望更大，
好让我用我全然的依靠，我极大的期盼荣耀你。
求你与我同在，预备我面对一切
顺利的微笑，逆境的冷眼，
物质的损失，朋友的死亡，
黑暗的日子，生命的改变，
还有最后一切的大改变。
愿我看到，你的恩典足够我一切所需。

105.早晨

怜悯的主，
你的怜悯带我进入另外一天的黎明。
除非我在恩典中长进，
在知识中增长，
成熟，在灵里可以有收成，
否则它的赐与均为徒劳。
让我今日晓得你是自有永有的神，
让我超越一切地爱你，

全然服事你，
完全赞美你。
让我的心意藉着恩典回应你，
知道顺服的能力不在于我，而是因为
唯独你无条件的爱使我能够来事奉你。
这是我空洞的心，
请你你最美的恩赐将它充满；
这是我瞎眼的心思，
请驱散它无知的迷雾。
哦，永远警醒守望的大牧人，
今天请你带领我，引导我，看顾我；
没有你约束的杖，我要犯错，行路偏离。
在我路两旁圈起篱笆，
免得我游荡进入无益的欢乐，
饮它有毒的溪水；
指引我的路，
好使我不被撒但隐秘的网罗缠绕，
不落入他隐藏的陷阱。
保守我脱离攻击的敌人，
邪恶的环境，
保守我脱离我自己。

我的敌人就是我本性的方方面面；
它们就像皮肤一样把我紧紧吸附；
我不能逃脱它们的接触。
我起来坐下，它们紧紧缠着我；
它们用不断的诱饵吸引我；
我的敌人潜伏在内心。
请你来，用大能将它赶出，把它刺死，
今天就在我身上废除属肉体生命的一点点。

106.清晨的需要

创造一切美善的神啊，
我来到你面前，为新一天的责任和发生之事恳求你的恩典。
我踏进一个邪恶的世界，
我有一颗邪恶的心，
我知道没有你，我不能做什么，
每一件与我有关的事，
不管它自己是多么无害无伤，
除非我得到你能力的保守，
都能成为我犯罪，显为愚昧的机会。
请你把我抱起，我就安全。

保守我的心思脱离细微的谬误，
保守我的感情脱离对偶像的爱，
保守我的品格脱离罪的玷污，
保守我的信仰脱离各样的恶事。
请让我不要在任何我不能求你祝福，
不能求你察验的事情中有份。
在一切合宜的工作中，请赐我顺利，
或者让我预备好面对失望。
使我也不贫穷,也不富足，
赐给我需用的饮食，
恐怕我饱足不认你说：“耶和华是谁呢？”
又恐怕我贫穷就偷窃,以致亵渎我神的名。
愿藉着祷告和你的旨意，每一件事对我都变为美好；
教导我如何使用，而不是滥用世物，
善用我的才能，
爱惜我的光阴，
以智慧行事为人，对待那些没有智慧的人，
用爱心对待那些有爱的人，
向众人行善，
对我基督徒同胞更是如此。
愿荣耀都归给你。

107.清晨委身

大能的神，
当我跨越今天的门槛，
我要把我自己，我的灵魂，身体，事务，朋友，
交在你的看顾之下。
请你守望，保守，引导我，使我成圣，赐我祝福。
让我的心回归你的正道。
塑造我全然与耶稣的形象样式相符，
就像窑匠塑造泥土。
愿我的嘴唇如调音正确的琴，
歌颂对你的赞美。
让我身边的人看到我是靠着你的灵而活，
脚下践踏世界，
不从骗人的虚妄，
因着心意更新被你改变，
披戴神的全副军装，
如同永不变暗的光照耀，
在我一切所行中显为圣洁。
请不要容罪在今天玷污我的思想，言语和双手。
愿我行走在一条泥泞道路上，
生命却是纯全，没有斑点污迹。

在我必须要做的事情上，
让我所爱的是在天上，
我的爱在火焰中上腾，
我定睛在眼不能见的事情上，
我的眼睛睁开，
看到地上及其虚荣的空洞，一碰即碎和欺骗。
愿我能以永恒为镜看待一切，
等候我主的再临，
倾听末次号筒的吹响，
快快进入新天新地。
请在今天按你的智慧定规我一切的相交，
以致我与人能互相得益。
禁止我不愿让人从我身上得益，或者对人显为有益。
愿我所讲每一句话，仿佛都是我的遗言，
愿我所行每一步，仿佛都是我的最后一步。
如果我的生命今天结束，让今日成为我最美好的一天。

108.晚祷

哦，爱你百姓的神啊，
你把我全人放在耶稣手中，
他是我的救赎主，我的元帅，我的丈夫，我的朋友，

你在他里面把我看顾。
请你保守我圣洁，与人无伤，不受玷污，与罪人分别出来；
愿我不认得生人的声音，
而是他在哪里，我就去到哪里，
他带领我在何处，我都跟从。
你已经一次彻底在除罪的泉源里把我洗净，
洁净我，让我脱离当今的玷污，
脱离它的错失，美德的不足，有害的极端，
使我能显明在耶稣里完全的品格。
哦，洗门徒脚的主，
愿你对我多加忍耐，
宽容我的过错，
继续改变我，直到你在我身上的大工完全成就。
我渴慕在每一方面都把自己征服，
胜过肉体的邪情私欲，
压制我的肉体，
保守我的全人离开各样大罪，
制服我本性心思微妙的势力，
完全为了你的荣耀而活，
不听没有道理的指责，还有人的赞扬之声。
没有什么能伤害我里面新生的人，

他不能受到打击或死；
没有什么能破坏你灵在我里面掌权；
有你的赞许，有我良心的赞许，这已经足够。
保守我，让我谦卑，依靠，大大喜乐，
如吃奶的孩子一般平静安详，
然而却也热心，积极。
我希望有好行为，更希望做一个端正的人，
我是盼望与基督相符；
如果你使我成为正直，我就真正直了；
主啊，我属于你，请让我配得你自己。

109.夜间的赞美

赐万物的神，
另外一天又结束，
我回到我伟大救赎主的十字架下，
在那里，医治的流水不断倾下，
主用膏药涂抹我每一处伤口，
我在洗净一切的血中洗了，得到更新，
相信你在我身上看不到罪的污点。
然而一阵功夫，我要去到你家，不再被人看见；
求你帮助我，给我的心思束腰，

加快我的脚步，
仿佛每一刻都是我的最后一刻，
让我的生命成为喜乐，
我的死亡成为荣耀。
我为这世界物质的祝福感谢你—
让人焕然一新的空气，
太阳的光照，
更新力量的食物，
给人遮体的衣裳，
庇护的住处，
赐安息的睡眠，
夜晚星光灿烂的天幕，
夏日的微风，
花朵的甜美，
流水潺潺的音乐，
家庭，血亲，朋友的亲爱。
能动的事，不能动的事，都加给我安慰。
我的福杯满溢，
请不要容我对这些每天的怜悯视而不见。
你手赐下祝福，
你的大能扭转邪恶。

为灵里的恩典，
信心全然的安慰，
你的灵让人欢喜的同在，
你控制的旨意的大力，
你击破地狱的兵器，
我要献上感恩，
称颂归于我主权的主！

110.夜晚的更新

我的爸父，
如果你的恩典是有界限，
哪里是我逃离公义忿怒的避难所？
但你在基督里的爱是无可限量。
所以，我把自己交到你面前，
我是带着不该行而行，该行而不行的罪，
得罪了你，我的爸父，
得罪了你，配得称颂的救赎主，
得罪了你，圣灵，违背了你的教训，
干犯了我良心的命令，
违反了你话语的命令，
得罪了我的邻舍，还得罪了我自己。

请不要定我的罪，
因为我没有义，可以为自己辩护，
没有遮盖，可以掩盖罪过。
赦免我白日乌黑的罪恶。
今天晚上我要更新我的懊悔。
每天早上我誓言要爱你，更加热切，
事奉你，更加真心，
在我生命中更加委身，
全然归于你；
然而我很快跌倒，退步，
我要承认我的软弱，可悲和罪恶。
但我感谢你，基督成就的工作不需我行为的加添，
他的献祭足以为我的罪满足你公义的要求。
如果我还有将来的时日，帮助我改正我的生活，
帮助我厌恶邪恶，
逃离我所认的罪。
让我更加有决心，更加惊醒，更多多祈求。
不要让我手种下的邪恶种子生出恶果；
不要让我的邻舍因着我的不慎，在虚妄和愚昧中内心刚硬。
如果我在今天以基督和他的话语为羞耻，
或者表露出恨，恶毒，嫉妒，缺乏爱心，

言语不慎，脾气火爆，
请不要让这成为别人的绊脚石，
或者把你的名羞辱。
哦，帮助我树立正直的榜样，
斥责恶，吸引人向善，
表明基督之道全然可爱。

111.渴慕神

我亲爱的主，
我只能告诉你，
你是知道，
除你自己以外，
除了圣洁，
与你旨意相符以外，
我别无所求。
你已赐我这些心愿，
唯有你能赐我所愿。
我心渴慕与你相交，
治死内住的罪，
特别是属灵的骄傲。

敏感认识、清楚看见敬虔的奥秘，
认识真正的圣洁，
这是何等宝贵！
按着受造物与造物主可以相象的最大程度，
能够与你相似，
这是何等蒙福！
主，请让我更加像你，
扩张我的心，容下圣洁的丰满；
吸引我更加为你而活。
当我经历甜美相交，感到安逸，
帮助我不以我灵里经历为满足，
让我知道我所认识，我所做的实在太少。
配得称颂的主，让我更与你接近，
爱你、渴慕你、向你恳求，与你摔跤，
渴望脱离犯罪的身体，
因为我心游荡，没有生命，
想起它会失去对它所爱的看见，
我心就甚悲伤。
以神的爱环绕我的生命，
让我永远渴慕你，
永远谦卑，顺服你的旨意，

更加定睛在你自己身上，
使我越发预备好行善受苦。

112.归圣与圣洁

我的神，
我感受到讨你喜悦，
在你要我所在地方，
这就是天堂。
哦，愿我能像你一般圣洁，
像基督一样纯全，
像你的圣灵一般完美！
我感受到这些是你圣经中最美好的命令，
我要违反这些命令吗？
我一定要违反吗？
只要我在地上活着,我就非得如此吗？
我是一个罪人，
我让这位有无限良善和恩典，配得称颂的神担忧，
我有祸了，我有祸了！
哦，如果他要为我的罪把我惩罚，
我得罪他，内心也不会如此伤痛；
但尽管我不断犯罪，他仍继续向我显明他的慈爱。

有时我感觉我能承受任何苦楚，
但我怎能羞辱这位荣耀的神？
我该如何行，来荣耀和敬拜这一切当中至好的？
哦，愿我能把我的灵魂和身体归圣作他的服侍，
永远毫无保留！
哦，愿我能向他交出自己，
永远不再试图作我自己的主！
或者保留任何不与他的旨意，他的爱完全相符的意志或感情！
但是，唉呀，我却不能活着不犯罪。
哦，愿天使荣耀他，没有尽头；
如果可能，在天上配得颂赞的君王面前更低俯服！
我渴慕与他们一道，发出无尽赞美；
但当我尽我所能直到永远，
我还远不能够献上荣耀之神当受敬拜的一点点。
请赐给我一颗心，充满属神，来自天上的爱。

113.以神为安息

至高，至荣耀的神啊，
想起你无限的平安，这就要给我鼓励，
因为我劳碌做工，困苦愁烦，

但你是永远全然的安息。
你的计划不会让你害怕，或者担心无法成就，
它们就像永远的山一样竖立。
你的全能不受约束，
你的良善没有局限。
你从混乱带出秩序，
我的失败是你的得胜：
全能的耶和华神作王掌权。
我到你面前来，我是罪人，带着忧虑痛苦，
要把各样忧虑完全交给你，
各样罪都呼求耶稣宝血洁净；
请重新兴旺我心中深深的灵性；
让我亲近那大牧者而活，
听他的声音，知道他的语调，跟从他的呼召。
让我常在真理中，保守我不受欺骗，
帮助我靠圣灵能力而行，使我不受伤害。
赐我更大信心相信永恒的真理，
让我经历我所知道的，把这信心烙进我这人里；
让我永远不以福音真理为耻，
使我能背负对它的责备，
证明它的确实，

看耶稣是它的实质，
靠着圣灵的权能把它认识。
主，帮助我，因为我常常不冷不热，以及冰冷；
不信破坏我的信心，
罪让我把你忘记。
请把我心里长出的杂草连根拔掉；
让我知道只有向你而活，我才是真正活着，
其余一切都无价值。
唯有你的同在能使我圣洁，敬虔，刚强，喜乐。
满有恩典的神，请住在我里面。

114.委身

神，你是我的目的，
认识你，认识我那有理性，不灭的灵魂，
这是我最大，最崇高的乐事；
当我一切的能力与激情，
都联合起来追求你，
当我心盼望，激情渴望与你相符，
完全享受你，
这是何等甘甜，何等充满乐趣。
没有一刻带来的欢乐，

能胜过那与你相交，那与我心相处的时候。

啊，圣洁守望的灵，

为自己大发神圣的热心，

除了害怕让你担忧，把你得罪，

我心一无所惧，

配得称颂的神，我的父，我的朋友，

我不要去我自己为乐，

你是我所爱，盼望讨你欢喜的神，

这一切，对基督徒的生命是何等

值得羡慕，何等有益！

正如我确实知道，这是敬虔品格，

值得理智之人和神圣的基督徒，

以此为最高理想，至为紧紧追求。

愿我的喜乐来自荣耀你，以你为乐，

我盼望把我所有时间，

不管是在家里，还是在路上，

都为你使用；

把我一切忧虑交在你手中，

没有我自己的意志或喜好，

完全听从你的调遣。

帮助我永远为你而活，

把你作为我最终，我唯一的目的，
使我不再有一刻，爱上有罪的我自己。

115.亲自的触摸

你这伟大自有永有的神啊，
我知道，承认一切皆是来自于你 -
生命，气息，幸福，高升，
视觉，触觉，听觉，
良善，真理，美丽 -
一切使生存变得美好之事，
都是出自于你。

在灵里的世界，我也是完全依靠你。
赐我恩典，让我知道我更需要恩典，
让我看到我的罪，使我愿意认罪；
向我表明我的软弱，使我能知道
我的力量全在于你。

我要为任何懊悔的迹象感谢你，
请把这赐我更多；
我的罪乌黑深重，
出自一颗石头一般，骄傲，自义的心；

帮助我忧伤，痛悔，自我厌恶，承认这些罪，
不要假装可以换取功劳，找到借口；
我需要医治，
良善的大医生，这是你的目镜，
请来彰显你的能力；
我需要信心；
你已经把信心赐给我，请你维持，加力，加增，
使它以救主的作为，
父的威严，
圣灵的动工为中心；
现在就在我身上让这信心做工，
使我永远不再怀疑你是真实，大能，信实的神。
然后我能把我的心，
满有爱，感激，盼望和喜乐地交给你。
使我能把在你园子生长的果子献在你的脚前，
用永不冷却的激情来爱你，
用永不动摇的信心来相信你，
用永不昏暗的期待对你生发盼望，
用永不能被扑灭的喜乐以你为乐，
用我最大的能力荣耀你，
点着，燃烧，发光，照耀，

仿佛出自你自己的荣耀。

116.神的应许

荣耀之耶和华，我立约的神，

你一切在基督里的应许都是是的，都是阿们的，
都要实现。

你说话，它们要得成就，

你下令，它们就要实现。

然而我常常怀疑你，

有时活着，仿佛没有神。

当我离开你找一些事情，

当我满足那些一瞬即逝的事，

我活着，就是死了，

主啊，请你赦免这罪。

但我是靠着你的恩典悔改；

你让我看到，在耶稣的伤口中我得赦免，

我心信靠他，道成肉身的我的神，

他是我生命的根基，我盼望的缘由。

教导我把自己完全交托给你的旨意，

喜悦你的律法，

除你旨意以外别无旨意，
相信你所做的每一件事，都是于我有益。
帮助我把我的忧虑交在你的手中，
因为你有能力胜过邪恶，
从中带出良善无限的进步，
直到你的旨意得到成就。
祝福我，赐我亚伯拉罕一般的信心，
不会因着不信怀疑应许。
求你让我在愁苦中不去把你指教，
而是在我的试炼中把你荣耀；
赐我在属神生命中取得可以看见的进步；
使我能到达更高的境界，
撇下这山谷中怀疑和恐惧的迷雾，
让我单纯相信他不能说谎，
或者离开他的定意，
从而登上在基督里永远安全的山峰。
赐我对他当有的信心，
他是配得赞美，
他是永永远远配得称颂。

117.灵里帮助

永在的父，
何等奇异的爱，就是
你差遣你的儿子代替我受苦，
你加圣灵来指教，安慰，引导，
你让天使服侍我，在我身边筑起围墙；
整个天上为一条可怜虫子的福祉服务。
请让你那看不见的仆人不断代我做工，
恩典在我里面扩张的时候，为我欢喜。
不要容他们歇息，直到我的争战结束，
我得胜站立在救恩的岸上。
求你不要让我容易犯罪的倾向，对良善的死寂，
对圣灵工作的抵挡，
触发你的怒气，让你把我抛弃。
愿我刚硬的心唤醒你的怜悯，而不是你的忿怒，
如果敌人因着我的败坏得势，
求你让我看见，天堂比地狱更大有能力，
支持我的，比反对我的更大。
求你起来，用立约祝福的丰富帮助我，
保守我在你加力话语的草地上觅食，
查考圣经，在其中寻找你的面。

如果你用打击对付我的背道，
求你加我力量，谦卑领受管教，
赞美你责备的手，
分辨你训斥的动机，
快快回应，首先做好我的本份。
求你所有像父亲待我一般的作为，
都使我在你的圣洁中有分。
让我每一次跌倒，我都跪下，更加卑微，
当我起来，使我进入更高的敬拜。
愿我的每一个十字架都得以归为圣，
每一个损失都是得益，
每一个不许都是灵里的益处，
每一个黑暗日子都是圣灵的光照，
每一个试炼的夜晚都使我在其中歌唱。

118.避难所

主啊，
你的能力无限，你的智慧用不落空，
你命定事物，使它们不能拦阻我，让我灰心，
也不能妨碍你国度的前进；
请阻隔我脱离一切纷争，不要容邪恶临到，

不要容罪败坏我的恩赐，热心和得着；
让我尽责，而不是跟从我自己愚蠢的打算；
不要让我劳苦去做你不会祝福的工作，
好使我可以事奉你，没有羞耻，没有亏欠；
让我安住在你的遮蔽下的至隐秘处，
得安全，不可击破的保护，
脱离白日飞动的毒箭，
黑夜行走的瘟疫，
口舌的纷争，
恶意的苦毒，
没有爱心谈论的伤害，
不良同伴的网罗，
少年的危险，
中年的试探，
老年的悲伤，
对死亡的恐惧。
我完全依靠你，求得你的支持，
心意和安慰。
用你自由的灵把我扶持，
愿我不以蒙保守不失落为满足，
而是总向前，总坚守你让我去做的工。

用你的圣灵在我里面给我加力，
达至我基督徒生活的每一个目的。
我把我一切的珍宝，
我在基督里更新的名，
我的身体，灵魂，才干，品格，
我的成功，妻子，儿女，朋友，工作，
我的现在，我的将来，我的目的，
都交在那在你里面的安全庇护下，
请接过这些，它们是属于你的，我是属于你的，
现在，直到永远。

119.敞开

永活的主，
在你面前天使下拜，天使长要遮盖其面，
请你加力，让我带着尊敬和属神的敬畏来事奉你。
你是灵，要求在人里面有真理，
帮助我用灵，在真理里敬拜你。
你为公义，
不要容我在心中窝藏罪，
或者沉迷在属世的品性中，

或者在消亡的事情中寻求满足。
我奔向一个时刻，那时
地上的追求和得着都要显为虚空，
无论我是贫是富，
成功或失望，
受人羡慕或遭人蔑视，
这一切都不再重要。
但当我为罪忧伤，
饥渴慕义，
真诚爱主耶稣，
以他的十字架为荣耀，
这一刻就归为永恒。
愿这些目标成为我首要的追求！
在我里面生成那些原则品性，
让我完全自由向你事奉。
从我脑里赶出一切有罪的惧怕和羞耻，
使我能用坚固和勇气，
在人面前承认救赎主，
与他同行，承担人对他的辱骂，
热心，带有他的知识，
充满他的智慧，

带着他的谨慎行事为人，
在一切事上求问他的旨意，
为他的命令回到圣经里面，
用他的平安使我心镇静，
知道没有他的许可，
命定和治理，
就没有什么能什么临到我。

120.像基督一样

耶稣的父，
黎明又到，但没有你内在的光，
外面的光也与我无益；
赐我你灵拯救的光，使我看见你，
看你是救我的神，我心的欢喜，
你在爱中将我悦纳。
我把我心交给你警醒看顾，
因我知道它的狡诈和势力；
请守卫它各个入口，不让那狡猾敌人入侵，
让我快快分辨他置人死地的伎俩，
帮助我看出他大胆扮作光明的天使，

命令他退下。

让我的言语行为吸引别人，

全力在信心和爱中为人行事！

让懒惰的人因着我的榜样苏醒，大大发奋！

愿爱世界的人被争取过来，以认识你为欢喜！

愿胆怯犹豫的，因我为耶稣发的热心，

得到警告，晓得那将临的毁灭！

让我作一面镜子，映照你的恩典，

让别人看到，事奉你是何等欢喜，

愿我的嘴唇是正确调音的钹，发出对你的赞美，

让顾念天上之事猛烈的火花环绕我，

爱的灯如阳光照在我所行的路上。

教导我用关注永恒事物的心态去做世上工作的美好艺术。

差遣我，让我同情无知和困苦的，

帮助我行事为人，就像耶稣一样，

他是我唯一的救主，完全的榜样，

他的心意住在我里面，

他的温柔是我外在披戴的衣袍。

让我欢喜与虚心的人同住，

喜悦与温柔的人和平同列。

让我总是看别人比我自己强，

明白真正的谦卑，使我可以继承两个世界。

121.基督徒的爱

啊，你这爱那不可爱之人的神，

你的旨意就是我当尽心、尽性，尽意、尽力爱你，

也当爱人如己。

但我没有能力作成这些。

按着本性我心里没有爱，

我里面各样爱情都离你而去；

我像奴隶一般，被私欲捆绑，

除非你释放我得自由，

我是不能爱你，尽管你是全然可爱。

靠着恩典我是你的自由人，我要服事你，

因为我相信，你是在耶稣里我的神，

藉着他我得救赎，

我的罪得赦免。

有了这自由，我要永远顺服于你，

但正如靠我自己不能首先得着自由，

我也不能在自由中行事为人。

愿你的灵吸引我，使我和你并你的道路更加接近。

你是一切道路的总结，

因为如果它们不指向你，
我就空手而去。
用你圣洁话语命定我一切道路，
让你的诫命成为我心的喜乐，
使我靠着能与你快乐相交。
愿我在你的爱中成长，
把这爱向人显明。
爱的灵，让我像满有爱的耶稣一样，
赐我他良善的脾气，
他助人的行为，
使我可以在人面前发光荣耀你。
你越多在我里面，通过我去爱，
就越让我谦卑；
让我继续柔和，甘于低微，
总是乐意把荣耀归给你。

122.神的爱浇灌在我心里

满有恩惠的神，
为着你在耶稣里爱的奇妙我心赞美你；
他是天之骄子，但却为我道成肉身，遭人蔑视，拒绝，

背负罪，被钉在十字架上；
在他身上你的恩典与自己相比几乎失色，
在他身上你对叛党的爱达到峰巅；
哦，愿我能用像这一般的爱来爱你！
我的心如石头一般，被你的爱融化，
我的心被紧锁，让你的爱成为钥匙，把它打开；
哦父，为着你赐下耶稣的大爱我称颂你，
哦耶稣，为着你为我舍命，我感谢你，
哦圣灵，为着你向我启示这奥秘，我感谢你；
伟大的神，让你儿子在我身上看到他劳苦的功效！
救我脱离虚假的信靠，
让我以他为安息，只以他为安息。
不要让我对他的功德如此无动于衷，
以致我不爱他；
把他的血视为平常，
以致不渴慕得洁净。
主耶稣，主，救赎主，救主，
来把我全然得着，
这是你买赎当得的。
请用爱的臂膀把我拥抱，
制服我任意妄为的灵。

得着我各样的能力，使之成圣，加以使用。
我对我的盼望不以为耻，
我的信靠也不使我变为混乱。
对我数不尽的罪，我信靠了你，
你已经把它们抛在你的背后。
当罪恶环绕我，我信靠了你，
你把我救出，带领我进入丰盛之地。
在急难时候我信靠了你，
你没有让我羞愧，尽管我的信心摇动。
哦，亘古就拣选的神，
哦，在木头上买赎，重新得回的神，
哦，有效呼召的神，
父，子，圣灵，
我要赞美你的荣耀，尊荣，威严，权柄，管治，
直到永永远远。

123.为神作好预备

你造万有，维持万有，
日夜都是你的，
天地述说你的荣耀；

但我，你能力和丰富所造的人，
却是抵挡良心的指令，
律法的要求，
你福音的呼召，
我是得罪了你；
然而我活着，还有你所赐的盼望。
救我脱离爱世界的心，
因为我是由上头所生，要进到荣耀里。
愿我看待，盼望圣洁，
以它为灵魂的美好和尊严。
让我决不沉睡，决不失去我得救的确据，
穿越敌人阵地时决不忘记披戴军装。
预备我去面对各样场面和环境，
让我思想集中在你身上，把我的试炼变成祝福，
好让我看到它们的目的和果效，
使我发出感恩和赞美。
让我顺服你圣洁、理当被人顺服、令人欢喜的旨意。
用神圣真理清晰，连贯，满有影响观点修正我的原则。
让我决不轻看忽视你任何显明出来的旨意。
让我能合宜看待福音的教义和行为，
既看重它的应许，也看重它的命令。

在生活的各样关系，职分，交往和光景中使我成圣，
如果我兴旺，使我不致高兴不当，
如果我受苦，使我不致过度忧伤。
在各样变换的环境中平衡我的思想，
帮助我养成一种品性，
看各样责任都是灵里的特权。
这样，我就能满足，
归荣耀给你，
成为别人的榜样。

124.信心

神啊，你太伟大，
我要做的，就是带着敬虔的敬畏，谦卑的信心
来就近你，
因为你的屈尊俯就是你的伟大，
你的良善是你的荣耀。
我不配，但你欢迎我；
我有罪，但你有怜悯；
我贫穷，但你有测不透的丰富。
你不爱惜你的儿子，

把万物和他一同白白赐给我们，
以此向我显明你无边的怜悯；
这是我盼望的根基，
我安全的避难所，
通向你又新又活的路，
让我知罪的手段，
就是破碎的心，对自己的绝望，
要使我珍爱福音。
在基督里的人有福了，
在他里面，能与你相和，
称义脱离一切的控告，
被拯救脱离将来的忿怒，
承受将来的荣耀；
赐我如此对世界的死，
如此对救主的爱，
如此对他家的依恋，
如此对他事奉的委身，
以此证明我是承受他救恩的百姓。
愿我品格行为的每一部分，
给别人留下严肃和蔼的印象，
促使他们来求问通向主的道路。

不要让生活中的事，无论欢喜还是痛苦，
伤害了我灵魂的兴盛，
而是令它加增。
把你的帮助赐给我，
因为你所命定的，
不是让我独立于你之外，
没有你多而又多的祝福
最好的手段也都枉然。

125.立约

主耶稣，
让我蒙恩，
在你护理和你话语的引导下，
得你的带领。
遇到苦涩之事，求你赐福，
使我高兴，苏醒，
不要让我消沉，没有生机；
像古时候的基甸，赐我记号，
除去令我灰心的事情；
当我受到试探，

让我在你同情的荫蔽下得帮助。
接受我不住的感谢，
因我不像昏暗的星，无舵的船，
从你手中被弃绝。
不要容我的生命延长，超过被你所用的界限；
不要把我抛在骄傲，不义，财富，世界的伟大，
人自私的压迫之下；
帮助我忍耐，安静等候你，
不要发怒，说话没有理智。
在我活着的年间，让你的怜悯把我跟随，
赐我帮助，让我把自己交在你的旨意之下。
夺过我心，掌管在你手中；
用时间和永恒都不能抹去的题字，
在我心上刻下对你的敬畏。
无论是疾病，是健康，
我把自己交托在你的恩典和你立约的看顾中，
因为你已经胜过世界，
守尽了律法，
成就了称义的义，
在得胜中把死亡吞灭，
夺过各处的权势。

用你自己的血，
在赦免之恩的法庭上，
表明这约；
用我所相信的你的名字，与这约相联，
用我不配，受造之人的手，把这约印证。

126.来到主面前

仁慈的主，
你不断容许我就近你的施恩座，
把我的缺乏表明，在你面前陈明心愿，
我要为此感谢你。
我不配得你的祝福和怜悯，
因为我远离了起初的义；
我败坏的本性在不顺服和叛逆上显明；
早年我暴露不满，骄傲，嫉妒，仇恨。
求你不要记念我幼年的罪愆，和我后来加增的过犯，
不要纪念我没有善用时间和能力，
滥用恩典和蒙恩之道，
虚度安息日，
败坏蒙恩的日子，
长久忽略你这如此大的救恩，

不顾罪人的朋友。

我承认我的罪，求你帮助我深深感受到我的罪，

恨恶自我，对自我绝望，然而

记得在你里面有盼望，看到那除罪的羔羊。

藉着他我能回转归向你，

聆听你的话语，

信靠你，

以你为欢喜，

顺服你，

被你坚立。

保守我的心思脱离谬误，

我的情感脱离爱慕偶像，

我的嘴唇脱离说话虚谎，

我的举止脱离罪的玷污，

我的品格脱离邪恶的表露，

使我可以与人无伤，无可责备，不受训斥，

成为榜样，被你使用，发光，谨慎，

为你的荣耀，我同胞的好处大发热心。

127.在祷告中

主啊，

在祷告中我驶向永恒的世界，
在那广阔的洋面上，
我心胜过朽坏岸边各样的邪恶。
时间嘻笑的娱乐，残酷的失望，
没有比在此时更显为无足轻重。
在祷告中我看自己一无所是，
我发现，我心强烈追求你，
大大渴慕向你而活。
感谢圣灵的强风，
吹送着我驶向新耶路撒冷。
在祷告中地上一切都消失，
除了内心圣洁，别人得救，
没有一样显为重要。
在祷告中我一切世上的挂念，恐惧，焦虑都消失，
如一阵风，根本毫不重要。
在祷告中我的灵魂在人里面大大欢喜，
生动想起你正为你教会所行的一切，
我心所愿，就是你从回归锡安的罪人身上，
为你自己得到尊名。
在祷告中我被你牵引，离开今生人的蔑视与奉承，
尝到属天的喜乐；

进入永恒的世界，
我能全心把自己献给你，
与你同在，直到永远。
在祷告中我能把我一切忧虑放在你的手中，
完全交由你来处置，
并无自己的意愿与喜好。
在祷告中我能为我的朋友，牧师，
教会，你将临到的国度代求，
我有最大的自由，有强烈的盼望，
就像儿子对父亲，爱人对所爱的一样。
帮助我全然在祷告中，决不停止祷告。

128.依靠祷告而活

哦，打开耳朵听祷告的神，
教导我为我自己，灵魂，身体，儿女，家庭，教会，
既靠你的护理，也靠祷告生活；
赐我一颗服从你旨意的心，
好使我能活在祷告中，
荣耀你，
得蒙保守脱离我知道和不知道的恶事。
帮助我看见那伴随着我所做一切事的罪，

以及从每一件事上我能提取出来的善。
让我明白，祷告就是让我的意愿服从你的旨意，
没有这点，祷告就是全然愚昧；
当我试图让你的旨意迁就我的意志，
这就是向基督发号司令，
超越在他之上，比他更加聪明：
这是我的罪，我的骄傲。
只有当我按照你的命令和应许祷告，
按你喜悦的，
按你主权的旨意盼望祷告成就，
我才能取得成功。
当你命令我祷告，
求赦罪，平安和破碎，
这是因为你要赐我所应许之事，
为的是你的荣耀，
也是为了我的益处。
帮助我不仅求小事，
还带着圣洁的勇敢求大事，
为了你的百姓，为了我自己，
好使他们和我能为彰显你的荣耀而活。
教导我一

出于爱，心甘情愿，不是出于迫不得已，
来求我所有的一切，
好使我能随时来到你面前，
按你悦纳的敞开我的需要，
这就是智慧；
我的大罪在于不守你的道路；
记起这个真理，这是认识你同在的一个方法；
没有怒气比得上，
为我自己目的，被我自己私欲控制而来的怒气。