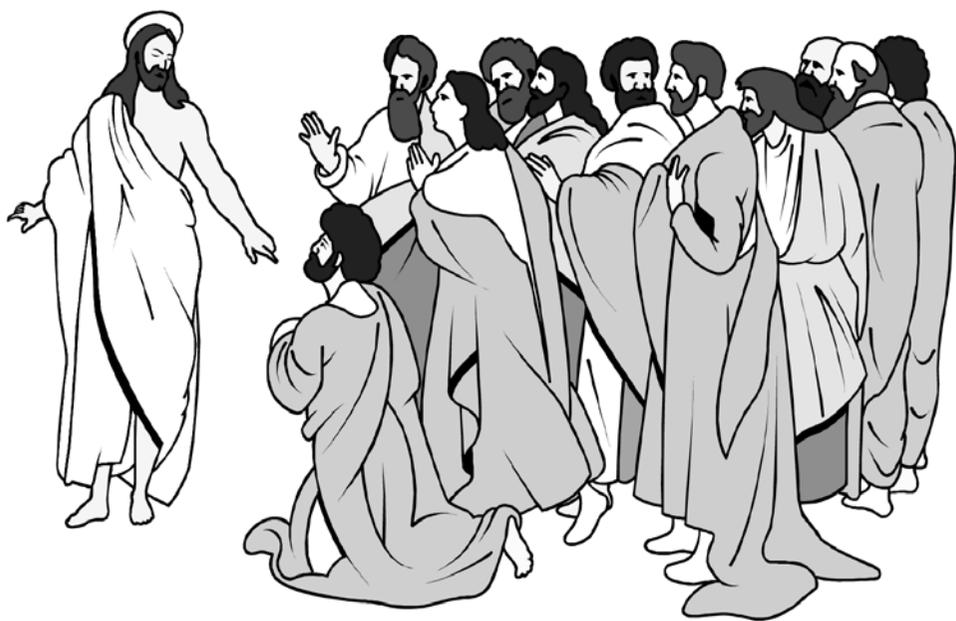


# 祷告复兴报

第七期

## 门徒训练



## 编者的话

如果我们只是一个坐礼拜的信徒，我们就没有完成主耶稣复活升天前所吩咐使万人作主门徒的大使命。唯有当信徒成为门徒，遵行神的教导，让信仰和生活结合在一起时，教会才会复兴。本期季刊主题是「门徒训练」。三篇文章作者从不同的角度去看门徒训练。一篇文章是对门徒训练的补充，强调门徒在情感方面的健康；另两篇作者则现身说法，门徒是委身基督，又如保罗与提摩太的关系；门徒如基督的实习生，当中经过生命的破碎和成长。

本期见证文章包括「我想和你一起去服事」，作者领悟到我们服事主，最重要的不是恩赐，而是忠心和谦卑；而「探访中的经历」作者是在探访服事的过程中经历圣灵的工作和释放，生命得以复兴。每个门徒都当服事主，但是要有生命的服事就需要谦卑，本期属灵书籍介绍是慕安德烈的著作《该怎样谦卑》，对我们学习谦卑有很好的提醒。

至于本期复兴人物的介绍是带动十七世纪德国敬虔运动的施本尔，他对改革教会是何等注重圣经实践的敬虔生活，正是我们这世代所需要的。而本期祷告指引介绍欧洲的西班牙，西班牙已实施同性婚姻合法，这个国家在抢夺、卖淫和犯毒的罪恶上十分严重，实在需要代祷，福音的真光照耀。让我们在这黑暗时代参与祷告复兴吧。

祷告指引.....	1	施本尔.....	6
情感健康.....	2	我想和你一起去服事.....	8
委身基督.....	4	该怎样谦卑.....	9
基督的实习生.....	5	探访中的经历.....	11

本刊物欢迎大家投稿。内容主要有关祷告与复兴。无论是生命见证、属灵阅读分享，字数以 600 字为限，可附上有关图片。首次投稿时请注明真实姓名（笔名自便）、联系地址、电话、所属教会等。

因《祷告复兴中心》为非营利信心机构，作者均无稿酬，请以事奉心态投稿，本刊保留编辑及删改权。

请把稿件电邮至：[prayerrevival@ymail.com](mailto:prayerrevival@ymail.com)



# 安息日

岚思

一次，我有机会去以色列的耶路撒冷，适逢遇见犹太人的安息日，他们的安息日是在周五傍晚至周六傍晚。在那段时间，我走在街上，看见犹太人的店铺都关门了，连食店和超市也关了。若不是身上还有一点食物，就要到处寻找可吃的地方，或是饿着肚子过一天。

安息日当晚，只见犹太人外出，男人穿上黑色长衣，头上戴上小圆帽或是黑色高帽，通常他们手上拿着圣经，各人脸上都是留着长长的胡子；而女人穿上端庄的衣群，裙子长至过膝。他们一家大小或是一个人步行去会堂祷告。

周五傍晚，街道上已没有公车，轻铁也不开行了。因此，我们都能在轻轨上任意行走。安息日真安静啊，平常晚间热闹的夜市也默然无声，让犹太人遵守安息日。在耶路撒冷看犹太人，看到他们的衣着和节日，都是特别显出他们的信仰生活。

第二天是周六白天，仍是安息日。我在路上遇见一个犹太男子，我向他问路，他正走去西墙要祷告，从他家走去要一个小时啊，原来安息日是不驾车，不坐车，犹太人都是常常要走路的，他们的身材大都自然地是瘦长的。我想安息日更重要的是在神里面，将一切劳苦重担交给神，真实地得着心灵的安息。

 祷告复兴报 ★ 第 7 期 ★ 2013 年 12 月出版  
出版 ★ 祷告复兴中心 (PRAYER AND REVIVAL CENTER)  
非营利机构注册号码 ★ W942003494  
中心地址 ★ 24 Rue du Buisson Saint Louis 75010 Paris, FRANCE.  
电话 ★ 0033-(0) - 6 24 83 02 40  
电邮 ★ prayerrevival@ymail.com  
网站 ★ <http://parc.eucnt.com>  
总编辑 ★ 欧耀强  
发行 ★ 祷告复兴中心

欢迎各界朋友/弟兄姐妹了解及关心本中心事工。

### 本中心定期活动

每星期二中午 12 点有溪水旁团契

每星期六下午 2 点半有中心祷告会

每主日上午 11 点有尼西聚会点崇拜

### 耶路撒冷旧城市集新貌



免费增阅, 欢迎索取及分担制作费与邮费。作者文责自负, 立论不代表本刊。版权所有, 欢迎转载, 请来信通知。

(1) 支票抬头请写「PRAYER AND REVIVAL CENTER」

寄至: 29 Grande Rue Charles De Gaulle, 94130 Nogent Sur Marne, FRANCE.

(2) 银行名称: 「MEGA INTERNATIONAL COMMERCIAL BANK」

银行账号: 「FR76 1878 9002 0000 0410 0580 103」code swift: ICBCFRPP 并电邮通知本中心

# 祷告指引——西班牙

编辑部

西班牙位于欧洲西南部，是君主立宪制国家。首都为马德里。领土包括地中海巴利阿里群岛，大西洋的加那利群岛，和非洲的休达和梅利利亚。15世纪正式建国。官方语是西班牙文。全球5亿人说西班牙语，是第三大世界语种。主要信仰是天主教。

西班牙是世界最大造船和最大汽车生产国之一。2013年3月底，620万人失业，失业率高达27.2%，为近19年来最高，急需降低财政赤字。2005年7月3日，西班牙成为全球第三个将同性婚姻合法化的国家。<sup>1</sup>

祷告要项：

1. 为福音派教会增长感恩。特别吉普赛人归主；另马德里教会约有200间。<sup>2</sup>
2. 抢窃集团犯案率最高、最猖獗之城市为马德里、巴塞隆纳、塞维利亚和瓦伦西亚市；抢窃案件频传，最易遭窃或被抢是来自亚洲的观光客。
3. 西班牙现有四十万娼妓，其中九成（即三十六万人）受控于犯罪集团，天天被迫接客卖淫。祷告警方将集团瓦解，受害者认识主耶稣，经历圣灵医治，恢复神女儿的尊严。祈求西班牙的嫖妓文化被转化，人心的渴望转向神。
4. 30万人沉迷于海洛因和可卡因，是西班牙的艾滋病疫情的主要因素。现在有更多的艾滋病感染者。为不同的组织和基督教部委，关心吸毒者康复祈祷。<sup>3</sup>
5. 超过1300万人口住在未有福音派教会的城市和乡村。为福音遍传祷告。
6. 近年北非、中南美及东欧前社会主义国家之移民以各种渠道偷渡入境西班牙。留在当地的非法移民人数过25万，他们的工作和权利都被剥削。
7. 不少宣教士需要被指导和鼓励才能发挥作用，开荒植堂。开荒布道不少，但植堂的果子却不多。

---

<sup>1</sup> <http://zh.wikipedia.org/zh-tw/西班牙>

<sup>2</sup> 普世宣教手册，大使命中心，2003年11月出版，页548-550

<sup>3</sup> <http://www.operationworld.com>, 1/1/2003





欧耀强

我们知道主耶稣向门徒所颁布的大使命的重点是：“使万民作我的门徒”。于是一套套的门徒训练课程出现，好叫信徒可以被装备成为门徒。一般的门徒训练课程都是真理性的教导，有关读经、祷告、灵修、传福音、恩赐运用、门徒的生命、家庭、人际关系、各样的服侍等等。这些课题都很好，可是仍然缺少了重要的一环，就是情感的健康，这是门徒训练的补充。

其实，我们看耶稣的门徒训练，他不是课堂里作教师，他是在生活中、实习中，环境里向门徒作出活动教学和示范。我们留意到耶稣的教导重点不只是看门徒能作到什么，更是看门徒不断更新自己的生命，更像基督。然而，我们往往会忽略灵性的成熟与情感的健康有关。同样地，耶稣在带领门徒时，不单处理他们思想上的偏离，也会针对他们的情感方面的健康成长。

耶稣是完全的人，他就成了所有人的榜样。他不但在灵性上与父神有亲密的关系，他更是一个情感健康的人。门徒的重点就是跟随耶稣，需要是真我的表现，不是活在虚假、外在、属灵装饰、假冒为善的言行里。因此，门徒必须认识自己真实的内心世界，并且坦诚面对自己所有的软弱，而人的深处莫如自己内里真实的情感感受。我们的所是，重于我们的所作。

耶稣从不掩饰自己的真实情感，他活在真我中。记得耶稣在客西马尼园的情景，他忧愁，极其难过，他还向门徒表达：“我心里甚是忧伤，几乎要死。”我们看见耶稣没有防御自己，没有装作表现他是何等刚强属灵。当人真实地接纳自己的实况，特别在情感的表达和需要上，他的灵性会因而成长，并迈向成熟。耶稣的门徒训练包括处理门徒的情感健康，因为他所重视的是人，胜于工作，这不能本末倒置。

健康的门徒会继续带出更多健康的门徒。跟随耶稣的门徒都要被转化成为情感健康的人。雷子约翰后来成为爱的使徒；冲动的彼得在三次不认主后的痛哭，他情感的伤痛却被主医治，主以三次查问彼得爱主的心去坚定他；多马刚硬不信的心被主复活的话软化了。原来情感健康需要有一个破碎自己的过程，门徒训练也是一个生命经历的过程，这往往会有一些处境显露需要更新的地方。从来没有快餐式的门徒训练，这是一生之久的学习。

在门徒训练的补充里，我们要加上一个重点，就是注意情感健康的一环。一个人的性格和情感特征不是一朝一夕的事，乃是在人生的成长背景里所形成。每个人都受着原生家庭的影响，每个人或多或少都有过去的情绪伤害，若发现有些妨碍我们灵性的提升，我们就需要面对和处理，除去过去负面的影响，更正偏差的思想，医治受伤的情感，接纳自己的有限和过去悲伤经历的事实，将自己的情感和心思让主来重新调整和建立，才会在灵命上有所突破。

门徒训练要活在一个真实的处境下，不是在书本里，课室内，这些只是提供一些知识上的教导，真正的考试是在生活里。真实发生变化的要在内心的深处，情感不能被包装，不能释放的情感不能发出门徒的力量。与主的相遇是在内心的相遇，唯有在内心才会产生真实的变化和更新。当主耶稣为耶路撒冷哀哭，因为他的内心情感体会了父神的心。门徒跟随主，以基督的心为心，岂不是要深入于情感的层面吗？

今天，我们说要门徒训练，愿意更多主的门徒出来，我们要承认其实我们本身的情感是何等的脆弱，我们需要真实的面对，需要活在一个彼此相爱，坦诚真实接纳彼此软弱的群体里。主耶稣会更新我们，因为他是何等爱我们，正如他何等爱当时代的门徒。今天主耶稣还在训练我们这时代的门徒，让我们开放自己的情感，真实来到主面前，让圣灵的作为在我们身上。



# 委身基督

欧谢真珠

我七岁去一所基督教学校就读，就有机会听福音、圣经。我听到了耶稣的救赎、人的罪、听到有不同的人信耶稣、勇敢为耶稣作见证，不怕危险、受迫害依然信耶稣。这些深印在我的脑海里。直到毕业前的周会，我终于鼓起勇气举手，表示我要相信耶稣，接受祂作个人救主。我告诉自己要认真信，并要作有见证的基督徒。

步入青年，我重新回到教会并有团契聚会。我非常渴慕出席各种聚会，只要我的时间可以安排，甚至宁可放弃加班费也要去聚会。我参加社区布道、祷告会、团契、退修会、培灵会、宣教年会，主日上午上主日学，晚上再来教儿童主日学。我相信圣经的应许耶稣给我丰盛的生命。我渴望活出美好的人生！

教会注重布道和栽培。传道人找我上门徒训练课程。门徒训练不仅是一个课程，更是一个生命课程，一生受用不尽。透过这个课程，我知道什么是门徒、如何过门徒生活、为耶稣活和作祂的见证人。当时，共三个人一起接受传道人培训。如今，一个作了长老、一个成为传道而另一个依然坚持有纪律的门徒生活。我们三个又分别去栽培他人。其中我栽培的姐妹成为师母。今天，她的生命影响很多周围的生命。门徒的关系就如保罗和提摩太。每逢我回新加坡，会去找我的保罗（传道）进行生命交流，我也安排时间跟我的提摩太见面和代祷。

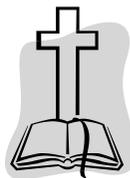
自从上完门徒课程，我如获珍宝。我开始操练门徒生活，这也就是与神同行的生活。从这二十多年来日夜累计的操练，一步一步带领我从粗浅委身基督，为耶稣活，进一步献上自己成为传道，如今只愿被主成全、不枉此生！与此同时，我热衷于寻求带领门徒。因为，我相信门徒是耶稣脚踪的跟随者和见证人。教会需要有门徒齐来建造、荣耀基督！

门徒生命的进深视乎每一天如何操练门徒课程的内容。越多操练过门徒生活，就越多委身基督，也越多得着基督应许的丰盛。越发的效法基督，越发的看见基督的荣美！

门徒训练是透过课程，让信徒学习和实践过委身基督的生活、效法基督，认真过上帝所赐的每一天。‘基督’我委身，你呢？



## 基督的实习生



谢思诺

我过往的人生经历中已有三次做门徒实习的经验：大一读基督书院却辍学，跑去跟我同学做室内设计学实地经验；几年后因父亲转职报界，就把我带著、在另一全新的领域中从新学习；来到巴黎在鑽石店工作，又被犹太师傅相中亲自将她五十多年的一身工夫传给我，成了她的接班人。我饱嚐被师父保护、带领和教导的一切好处。所以最后在信仰上耶稣基督的门徒训练时，我已预备好跟随并享受！

可是这回我的师傅和我既不沾亲又不带故，她是一个不讲情面、直来直往但爱主的姐妹。我以前在世界裡习惯的门面话、当给人留的馀地，这回全没用。十架的道路非世界的路。圣经说破碎！那就得真碎。刚开始真疼哪！上门徒训练「新生命」，我的老师常在我答题时严严的对我说、她不要「标准答案」。弄得我一头是雾又一肚子的委屈，我听了十多年的道也用功读圣经，而且明明也答对了嘛！和我一起上课的另一位姐妹，她初信主没听过几堂道，圣经也没读多少，所以她会用自己的话来答，才怪！居然都对。

几堂课下未摸出基督门徒的“道”，是一条生命之道。要自己去活、去用、去体会、以至于明白到底主的心意为何，因为答题答的对，不表示我有遵行、更不代表我“信”。而这个姐妹是这麼单纯的信。也因她以为自己不懂，所以她谦卑的去体会耶稣所讲的话、所用的比喻，并用自己的生活去比照。瓶中没有老酒只有耶稣生命的汁液涌出。她常得医治、每天蒙爱、天天把耶稣当珍宝。因她实在嚐到被爱的真实及神话中实际带出的大能。

而我这隻老鸟反倒在小鸟身上感同身受，过住的属灵术语没能叫我成为耶稣的门徒，但今天简单的十二课「新生命」却清楚的将神、人、耶稣、救恩及救恩的福份陈明，并且老师最注重的是课后应用，这堂课与我今天的生活有何关联，有何帮助。我们三人各不相同但却同为女儿、人妻、人母、各有各的软弱、挣扎、失败，当然也彼此分享生活中的喜乐，与家人关系实际的改善、对世界的价值观更新、面对困难的处理方法、在在都得益处，并且愈来愈爱神、爱人、也爱自己。

谢谢神借姐妹碎掉我一身宗教的外衣，用最踏实的方法带我实践爱神、敬畏神、读神的话的心、活用神的道。更要谢谢我的耶稣曾来过、活过、死过、复活昇天。我不单愿为基督活、更愿活得像基督。



# 施本尔

史途

施本尔 (Philip Jacob Spener, 1635–1705)

17 世纪德国敬虔运动的主要人物为施本尔。施本尔于 1635 年生于阿尔塞斯 (Alsace)，35 岁就成为法兰克福路德会的牧师。施本尔认真研究了路德神学，并在这个基础上阅读了强调灵性体验和禁欲主义式敬虔的书籍，成为反对理性主义信仰的灵性敬虔运动始祖。

他曾经走访瑞士，并在那里受到拉巴第信徒的影响。拉巴第 (Labadie) 原为天主教修士，因著看见当时天主教与更正教的败坏，决心回复圣经中初期教会的样式。他认为敬虔生活的能力，源自与神的交通；人只能透过圣灵的光照，才能明白圣经。

另外，施本尔还从约翰·阿恩特 (Johann Arndt) 的神秘主义作品《True Christianity》，英国清教徒著作家理查德·贝克斯特 (Richard Baxter) 的《The Practice of Piety》和刘易斯·贝利 (Lewis Bayly) 的《Praxis Pietatis》等作品中受到许多影响。

由于三十年战争所带来的动乱与灵性低落，施本尔深感教会极需改革。他强调重生的重要，鼓励信徒对基督都有个人的经历，并建立个人祷告、读经等习惯。从 1670 年开始，主日礼拜后他们一直在施本尔家里举行小聚会，讨论主日讲道和编辑文化作品。施本尔在家中召聚信徒读经、祷告、分享，盼望恢复使徒时代人人尽功用、彼此互相的聚会方式。

1675 年以后，他们只使用圣经。努力读经专心祷告，各人在基督内敬虔，结成深厚的友谊，而且彼此更多地学习基督，爱火在他们中间渐渐燃旺起来。

1675 年，当施本尔的《敬虔的愿望》的出版后，进一步掀起了正规的敬虔运动。在他的书中，他提出了六种具体的教会改革方法论。

1) 不要单单依靠牧者，而要在家里的小聚会中用心阅读全部圣经，个人要精读圣经。

2) 所有的信徒可以自己研读圣经，教导劝慰他人，实践敬虔生活，恢复实践信徒皆为祭司的真理。

3) 从单纯的教义知识转化为生活的敬虔实践。信徒不仅有圣经的知识，也要有爱心的行为与生活。

4) 通过悔改和敬虔生活确立真正的教义。读经重点在于寻求真理，不在于教义的辩论。

5) 强调神学教育的改革，不仅是课程，而且是基督徒生活和敬虔的制度改革，强调崇高的道德标准。

6) 主张不是修辞学式的证道，而是回复到培养道德、提高灵命的证道。复兴福音讲台，广传福音。

施本尔的核心信念是强调整个人格的更新，即强调旧人和新人的根本上差异、并世俗生活和灵命生活的根本差异。他也强调从欲望、追求名誉、学识上的骄傲、各样私欲等诱惑中脱离出来的敬虔的生活。

施本尔自始至终都是一位虔敬的路德会员，但是他的改革却受到路德会神学家猛烈的抨击，认为他过分重视灵修，轻忽教义。儘管如此，施本尔的改革还是吸引了许多寻求敬虔的信徒，最终神使用他带动了十七世纪敬虔运动，成为教会复兴的一位重要人物。

# 我想和你



# 一起去服事

熊燕

中文儿童主日学急需老师，先后有几个姐妹来到我的班，想看看这项服事“适合不适合她们”。每次有人来班上，我尽可能准备资料，让来的人了解所要做的服事。人来了，有走了，花开花谢很快。

有个姐妹很有做老师的恩赐，法语不错，信主好多年，圣经知识也不缺，我喜出望外：终于等来一个合适的同工。当我把精心准备的教学材料带到教会，在和她约定时间等她时，她主日学不能到，教会也没来：因为她要修改她的履历，好从明天开始找工作。并说主日学的服事“不适合她”，因为她不能保证星期天可以来教会，她随时有可能有事来不了教会，我谢谢她的直白，她匆匆挂断电话后，我也为她祷告：求神祝福她星期天可以来教会敬拜神，即使不参加服事。至此我开始向神迫切祷告，求神为主日学的孩子们派来好老师。当 H 姐妹来找我，说“我想在主日学，和你一起服事”时，我是高兴的：因为总算还有人来，愿意试试。但我心里没底：她没有任何形式的教学经验，没跟孩子打过交道自己也没有孩子，在教会，也没有服事的经验。



第一次来听课，看到那个最调皮的孩子，不是推椅子，就是推桌子，我是习惯了，包容加方法，不一会儿，这个“调皮鬼”安静下来。我担心吓怕她。下课了，孩子们走了，她对我说：“小孩有这么调皮的？你可真好脾气。”说完，她就走了。我想，她一定被孩子的调皮吓得不敢再来了。我理解“孩子难弄”是一个很大的困

难，但最重要的一点是：这是一个不被重视，没有成就感的角落，但又熬炼人的耐心和谦卑，你听不到来自成人世界的喝采，但是有一位每次，从头到尾，都在关注，每一个出自爱心的，在孩子们面前的谦卑和忍耐，都得到他的喝采，那是主耶稣！

周间，H 姐妹给我打电话，她下周开始，跟我学在主日学的服事。她留了下来，有一年了。她认认真真听每一节课，帮我摆桌子，印资料；我帮她准备教案，陪着她上一节，两节，后来她开始“单飞”。她身体不好，不久要去开刀，可是只要安排了她，从没缺席过。从这位姐妹身上，我学到一个功课：服事主，最重要的不是恩赐，而是忠心和谦卑。



## 该怎样

## 谦卑

卓君

慕安德烈 (ANDREW MURRAY) 在其“该怎样谦卑”一书中告诉我们，千万不要把骄傲看为仅仅是一种不适当的，失礼的行为；千万不要把谦卑看为一种无关宏旨的美德。事实是，骄傲会带来死亡；而谦卑会带来生命。在依靠神生命的过程中，谦卑是人的第一个要素，是所有美德中的美德。唯有谦卑，才能使我们依靠神。而由于我们缺少谦卑，当今教会受到了重大的亏损。只有当我们倒空自己，一无所有时，神才有地位彰显他的权能。

此书共分为十二章。前六章，作者阐述了谦卑的意义与其对灵性生命的至关重要性；后六章，作者教导我们如何具体实行谦卑这个属灵美德。

作者在说到谦卑时，首先强调了骄傲的危害性。“至于骄傲，或者说是失去谦卑，是一切罪和邪恶的根源”，“骄傲和自高自大，只会打开地狱的门径，招来地狱的咒诅”。而骄傲是与生俱来的，深藏在我们里面，难于根治与拔除，最具危害性。他继而指出：“唯有接受神的能力和生命，即接受神的谦卑的生命能力，才能把撒但和它本性的骄傲给予彻底解决”。

作者强调基督徒要牢记两件事：一，我们的救赎，完全包括拯救我们脱离那天然的自己；二，要效法主的谦卑榜样，走十字架的道路。因为“己”是堕落的天性根源，否认自己是蒙拯救脱离自己的唯一途径，而谦卑就是否认自己的具体表现。“人们是靠着基督那超然的谦卑，才能战胜那种自我崇拜的骄傲天性”。“我们若不谦卑舍己，无法完成基督托付给我们的大使命，把福音传到地极”。

“整个福音的真谛，就是，人向神降服，同意让神在我们里头，作一切的工作。”。作者要我们注意到：即使在非常热心和投身于事奉的基督徒中间，谦卑仍是严重地缺乏。他举了主门徒的例子指出说：“他们确实是舍弃一切，来跟从主。但是在他们的深处，有一个黑暗的，邪恶的天性——骄傲，是他们所忽略的。除非他们把这丑陋的，可憎的天性交于死地，让十字架作治死的工作，他们无法为主作见证，经历主耶稣从死里复活的大能”。作者说：“真正的谦卑来自神的光照，看到自己一无所有，看到自己的不堪和不配，愿意舍己，虚己，好让神作一切的工作”。

作者鼓励读者将谦卑作为基督徒该具有的基本操守，因为谦卑是基督徒蒙恩的唯一根源；谦卑是与基督相交的不可或缺的条件，唯有效法神羔羊的柔和谦卑，才能叫我们的灵命不断长进，荣耀神。



# 采访中的经历

细弟

在这一年，因为我在事奉上与同工的磨擦，意见上的不同，导致我的生命不断的软弱，事奉不断的退后，甚至会气人气神，跟自己过不去，足足有一年的时间不怎么参与事奉，与神和与人的距离越来越远。虽然是人的软弱，但是神不会因此放弃祂所拣选的儿女，祂借着环境和圣灵的帮助来扶持我，光照我，让我为罪为义自己责备自己（约 16：8）圣灵也用说不出的叹息替我祷告（罗 8：26）

今年 9 月牧师要来教会探望弟兄姐妹，我正好这天没有上班，心里想很久没有去探望弟兄姐妹，借此机会和牧师一起去探望，当我有这样意念的时候，圣灵就开始工作。我们先来到教会交流祷告，之后我们就去一位姐妹家，这家有好几个都是基督徒，我们就在一起交流。牧师就问她们最近生活，祷告各方面的情况，大家都很乐意分享，很喜乐。最后牧师鼓励大家操练轮流祷告，为个人的需要，家庭的需要，教会的需要，信心的祷告。当我来到这一家的时候，灵里就开始提升，很平安喜乐。

我们又去另外一家探望，这家是两位姐妹一起住，她们在家休息，原来她们在等待工作的期间，心里很软弱，也不想去教会，也不怎么祷告，其中一位没有开声祷告过，牧师就鼓励她开声祷告，为一件事祷告，无论长短，我们一起操练祷告，神都开了我们每一个人的口向神呼求，向神祷告。当我们这样轮流祷告，轮到我的时候，圣灵就大大的在我身上工作，感动我，让我看到有许许多多弟兄姐妹的需要，有的是在软弱中，有的是在压抑中，有的没有找到工作，有的不想

去聚会，有话没法对人说，也没办法开声祷告，处在各样的处境当中。圣灵就光照我，为什么不去关心他们，为什么不管他们，只管自己的事呢？我就流泪、懊悔、痛哭，愿意在神面前悔改，不要再这样软弱下去，得罪神，亏欠弟兄姐妹，当我祷告完，得到极大的释放，整个人被提升，没有重担，没有捆绑，灵里得到自由。

感谢赞美主，经过这件事，再一次的体会去帮助探望他人，自己得到更大的益处，得到释放，灵里被提升，满心的喜乐与盼望。经过这次的探望，神让我看到，在这一年的软弱与挣扎中，神要我学习一个功课：凡事谦卑，放下自己，有神在我生命中掌权，看别人比自己强。

当我经历属天的释放，也愿意更多的人得到激励，去关怀他人，有时候我们会觉得自己这么软弱，如何走出去关怀他人，但是当我们愿意去关怀他人的时候，就经历刚强，经历圣灵的工作，也许我们都很忙，但当你有愿意的心，神会给你适当的时间和机会。

