



三十天

禱告手冊

Who's Your
ONE?
那一人是誰？

Who's Your
ONE?
那一人是誰？

每一個偉大的福音運動都是以 **禱告** 為中心，而每一場運動都是由 **平民百姓** 所組成的。

在接下來的三十天，請使用這份禱告手冊為你所認識的一位需要 **福音** 盼望的人禱告。

第 1 天

耶穌說：「我就是道路、真理、生命；若不藉著我，沒有人能到父那裡去。」

約翰福音 14:6

神啊，我知道通往救恩的道路只有一條。耶穌表明祂是這個失喪沉淪世界的唯一盼望，也是 _____ 的盼望。祂／她的得救在於承認耶穌就是祂自己所宣稱的那一位，而且祂是救恩的唯一源頭。請你今天使用 _____ 生命中的人和環境來告訴祂／她耶穌是誰。當機會來臨時，賜給我勇氣和膽量來呼召人相信耶穌，幫助我表明除祂以外，別無拯救。

第 2 天

我要使他們有合一的心，也要將新靈放在他們裏面，又從他們肉體中除掉石心，賜給他們肉心，使他們順從我的律例，謹守遵行我的典章。他們要作我的子民，我要作他們的神。

以西結書 11:19-20

天父，_____ 需要一顆新心，惟有祢能改變一顆悖逆祢及伏在罪的奴役下的心。除非靠著祢的恩典，否則 _____ 別無盼望來認識祢及跟隨祢。我渴望 _____ 能認識祢是他／她的神，並經歷到祢所白白賜下的恩典。滿有慈愛的神，求祢賜給他／她一顆新心，以新的靈來代替他／她的石心。

第 3 天

凡勞苦擔重擔的人可以到我這裡來，我就使你們得安息。我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們心裡就必得享安息。因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。

馬太福音 11:28-30

主啊，世人被重擔所壓。我知道 _____ 在這破碎、罪惡的世界裡受苦。世人尋尋覓覓，希望能找到盼望與平安，卻不轉眼仰望耶穌，而我知道 _____ 也是如此。他／她為了減輕生活的痛苦及獲得一些安慰，追逐世上的一切事物，卻不轉向祢。天父，我知道惟有在祢裡面才能有真正的安息。求祢使 _____ 認識到在世上的一切事物之中尋找安息只是徒勞，讓這個事實驅使他／她帶著悔改和得救的信心來到祢面前。

第 4 天

有一個賣紫色布疋的婦人，名叫呂底亞，是推雅推喇城的人，素來敬拜神。她聽見了，主就開導她的心，叫她留心聽保羅所講的話。

使徒行傳 16:14

神啊，呂底亞的故事讓我對 _____ 的得救有盼望。求祢讓我像保羅一樣放膽無懼，讓我有勇氣用清晰有力的方式與 _____ 分享福音。幫助我不要因為害怕而避免用愛心說誠實話。祢在呂底亞生命中所成就的事，求祢也在 _____ 的生命中成就。開啟他／她的心，讓他／她能相信福音。求祢使用周圍的環境來軟化他／她的心，使他／她能留心聽，並謙卑地回應耶穌賜下的救恩。

第 5 天

豈不曉得你們獻上自己作奴僕，順從誰，就作誰的奴僕嗎？或作罪的奴僕，以至於死；或作順命的奴僕，以致成義。感謝神！因為你們從前雖然作罪的奴僕，現今卻從心裏順服了所傳給你們道理的模範。你們既從罪裏得了釋放，就作了義的奴僕。

羅馬書 6:16-18

天父，我知道作罪的奴僕是什麼樣子：控制不住地犯罪、深感內疚和羞愧、渴望得到更多。我想到 _____ 仍然与祢隔絕，就感到傷心。我知道世人都在作罪的奴僕，存心蔑視祢純全良善的話語。請祢幫助 _____ 明白自己在作罪的奴僕，藉著痛苦和罪的後果來使 _____ 意識到自己真正的需要，使他／她發自內心地順服祢這位遠大過一切的主。

第 6 天

此等不信之人被這世界的神弄瞎了心眼，不叫基督榮耀福音的光照著他們。基督本是神的像。我們原不是傳自己，乃是傳基督耶穌為主，並且自己因耶穌作你們的僕人。那吩咐光從黑暗裡照出來的神，已經照在我們心裡，叫我們得知神榮耀的光顯在耶穌基督的面上。

哥林多後書 4:4-6

主啊，願祢榮耀的光照在 _____ 的生命中。我知道在耶穌基督裡面才能最清楚地看見那榮耀。求祢幫助 _____ 清楚地看見耶穌。為此我求祢賜我膽量來傳講耶穌，幫助他／她認識耶穌是誰，祂又為何降世。求祢讓我想起聖經經文和耶穌的故事，幫助我在談論耶穌時讓祢的榮耀得到彰顯。求祢除去撒但的蒙蔽，使他／她看見耶穌的榮美。使用其他人和環境來使 _____ 思考耶穌的真理，我相信祢定會讓光因此照進他／她的黑暗裡。

第 7 天

用溫柔勸戒那抵擋的人；或者神給他們悔改的心，可以明白真道，叫他們這已經被魔鬼任意擄去的，可以醒悟，脫離他的網羅。

提摩太後書 2:25-26

天父，與祢為敵的人唯有真正地悔改，才能夠認識祢。我知道大多數人都不認為自己與祢對立或甚至為敵，但他們確實如此。他們被撒但擄去，撒但要他們按牠的意思行事，而不是按照祢的旨意行事。

_____就是這個現實的典型例子，而只有當他／她悔改認罪，才會意識到自己成了罪的俘虜。求祢讓_____看到自己罪的本質，就是違背了創造他／她的主，並且違背祂完善的律法。求祢賜給他／她真實悔改的心，而不只是為罪的後果感到悲傷。幫助_____承認自己的罪，回轉歸向祢。

第 8 天

就對他們說：「要收的莊稼多，做工的人少。所以，你們當求莊稼的主打發工人出去收他的莊稼。」

路加福音 10:2

神啊，求祢興起 _____ 所認識的基督徒來和我一起向他／她傳福音，尤其是讓他／她信主的朋友、家人或同事抓住每一個機會來與他／她分享福音真理。讓我們所分享的話語能向 _____ 進一步證實福音的真理，促使他／她思索我們所作出的宣稱。拯救 _____，使他／她變成福音禾場上的另一名工人，也與周圍的人分享福音。

第 9 天

你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。

馬太福音 5:16

天父，求賜我信心在各樣事情上順服祢，好讓
_____能親身體驗聖靈改變的生命。求祢賜我謙卑，好讓我不是只為了要有良好的感覺或在人前炫耀，才去做正確的事。賜我智慧知道如何回應祢的呼召來順服祢，好讓我有機會傳講為何我的生命不再一樣。求祢使用聖靈在我裡面產生的獨特生命，以及祢帶領我做的善工，使_____渴慕獲得只有經歷祢救恩的人才有的那種盼望、平安、喜樂和意義。

第 10 天

弟兄們，我心裡所願的，向神所求的，是要以色列人得救。我可以證明，他們向神有熱心，但不是按著真知識；因為不知道神的義，想要立自己的義，就不服神的義了。

羅馬書 10:1-3

主啊，我知道人們有可能在追求今生有意義的事，徒然希望為這些被視為好的事情大發熱心總會使他們永遠得益處。那些遠離祢的人常常以為最後會有好的結果，因為他們這一生都是好人，把時間精力都投入在自己認為好的事情上。可悲的是，很多人就像保羅在這段經文裡所為之代禱的那些人一樣，他們有熱心，卻不認識神在耶穌基督裡所顯的義。求祢喚醒_____來接受祢所賜下的救恩，幫助他／她看清在除祢以外的事物上尋找永生的救恩盼望都是枉然。

第 11 天

也為我祈求，使我得著口才，能以放膽開口講明福音的奧秘（我為這福音的奧秘作了帶鎖鍊的使者），並使我照著當盡的本分放膽講論。

以弗所書 6:19-20

神啊，我需要有膽量來和 _____ 分享福音。我知道對那些在過犯與罪惡之中迷失的人來說，福音的信息是個奧秘。福音對我來說也曾經是個奧秘。祢的計劃是要藉著那些經歷過耶穌恩典，而如今明白福音是珍寶的人所作的見證，讓人看見及聽見耶穌。求祢使我放膽向 _____ 傳講福音的盼望。我需要堅定不移地相信，祢會使用我卑微的言語來訴說祢的事實。

第 12 天

主所應許的尚未成就，有人以為祂是耽延，其實不是耽延，乃是寬容你們，不願有一人沉淪，乃願人人都悔改。

彼得後書 3:9

天父，祢到目前為止一直都在寬容 _____。

他／她活著的每一天都在見證一個事實，那就是祢渴望所有人都聽見福音，並有得救的信心。求祢繼續施憐憫，讓 _____ 存活。在祢的恩慈中，讓他／她體驗到祢所創造的美好事物，這些事物都彰顯了祢的榮耀。保護他／她免受罪的致命後果，讓他／她所經歷的後果使他／她注意到自己需要藉著相信耶穌基督而得到救恩。

第 13 天

耶和華對亞伯蘭說：「你要離開本地、本族、父家，往我所要指示你的地去。我必叫你成為大國。我必賜福給你，叫你的名為大；你也要叫別人得福。為你祝福的，我必賜福與他；那咒詛你的，我必咒詛他。地上的萬族都要因你得福。」

創世記 12:1-3

天父，當我讀到祢呼召亞伯蘭的故事時，就想起祢總是一心為了地上的萬族萬邦。祢賜福給亞伯蘭，應許地上萬國要因他得福。凡因著耶穌基督得拯救而得以繼承這些應許的人也同樣如此。我們蒙福是為了要成為別人的祝福，最重要的是要向他們指出生死中唯一的盼望，藉此帶給他們祝福。求祢使我成為 _____ 的祝福。當我宣揚及表明救恩的祝福時，幫助我叫祢的名為大，讓 _____ 能因此看見祢的榮耀。

第 14 天

耶和華在他面前宣告說：「耶和華，耶和華，是有憐憫有恩典的神，不輕易發怒，並有豐盛的慈愛和誠實，為千萬人存留慈愛，赦免罪孽、過犯，和罪惡，萬不以有罪的為無罪，必追討他的罪，自父及子，直到三、四代。」

出埃及記 34:6-7

神啊，我知道祢有憐憫與恩典，不輕易發怒，並有豐盛的慈愛與誠實。祢一次又一次地向我顯明祢的這些屬性。我看到無數的男男女女尚未經歷到祢的恩慈，內心就感到悲痛。主啊，我特別為 _____ 禱告，我知道他／她對祢有些概念，但其中有很多可能是不完整或完全錯誤的觀念。我希望他／她能認識祢真正的本質。求祢使 _____ 看見祢是如此偉大的神，並使用我來反映出祢的屬性。

第 15 天

你們要向耶和華唱新歌！全地都要向耶和華歌唱！要向耶和華歌唱，稱頌祂的名！天天傳揚祂的救恩！在列邦中述說祂的榮耀！在萬民中述說祂的奇事！

詩篇 96:1-3

神啊，詩人呼召我來向祢歌唱，並在萬民中述說祢的救恩。求祢使我的生命喜樂滿溢，天天稱謝讚美祢。使我時時想起生命中從祢而來的恩典的有力證據，並讓我在和 _____ 交談時，話語中流露出這些真實情形。讓我為祢在我生命中所行的奇事作見證。當我經歷到祢的祝福，使我不得不作見證說，神是我喜樂的唯一泉源，並是我盼望的唯一根基。

第 16 天

加增虛浮的事既多，這與人有甚麼益處呢？人一生虛度的日子，就如影兒經過，誰知道甚麼與他有益呢？誰能告訴他身後在日光之下有甚麼事呢？

傳道書 6:11-12

主啊，傳道書的智慧一致地指出，離開了祢，今生一切都徒勞無用，沒有任何智慧、財富或享樂能叫人得到滿足。那些像 _____ 一樣的人用一生來追求這些事物，結果卻發現它們給了太多承諾，又無法完全兌現。這世上沒有任何事物能提供永恆的意義，只有祢能。求祢憐憫，讓 _____ 明白沒有祢的人生是一片虛空。在他／她明白時，不要使他／她絕望，而是引導他／她歸向祢。求祢藉著今生的虛空讓他／她看到唯一的盼望在於祢。唯有祢的救恩和從耶穌而來的盼望永遠不會讓他／她失望。

第 17 天

耶和華說：「這蓖麻不是你栽種的，也不是你培養的；一夜發生，一夜乾死，你尚且愛惜；何況這尼尼微大城，其中不能分辨左手右手的有十二萬多人，並有許多牲畜，我豈能不愛惜呢？」

約拿書 4:10-11

天父，祢是仁慈的神，祢看顧失喪和走向滅亡的人。我們的世界跟古老的尼尼微城一樣，充滿著不能分辨左手右手的人。那些像 _____ 一樣的人過著罪惡、悖逆祢的生活。祢已任命男男女女在向下沉淪的世界上成為祢的代言人，就像約拿一樣。求祢讓 _____ 免於遭到毀滅，使用我的言語呼召他／她悔改。讓我清楚地放膽講說地獄的現實及祢永遠的忿怒，並呼召 _____ 趁早悔改。

第 18 天

認識耶和華榮耀的知識要充滿遍地，好像水充滿洋海一般。

哈巴谷書 2:14

神啊，祢曾應許有一天全地都會看見及認識祢的榮耀。現在，_____並不認識祢的榮耀，他／她仍迷失。我知道祢的榮耀已充滿全地，在那奇妙的日出、強烈的暴風雨及孩童的歡笑聲中都可看到。我目光所及的一切，都使我要來讚美祢。_____的眼睛被蒙蔽，看不見祢的榮耀。他／她看到美好的事物，卻不歸功於祢。他／她經歷喜樂，卻不知道是從祢而來。求祢改變他／她的心意，使他／她能認識今生一切美善的唯一源頭。

第 19 天

耶穌上了船，渡過海，來到自己的城裡。有人用褥子抬著一個癱子到耶穌跟前來。耶穌見他們的信心，就對癱子說：「小子，放心吧！你的罪赦了。」

馬太福音 9:1-2

天父，聖經述說許多未具名的信徒帶領朋友來到耶穌面前的故事。我也很想把 _____ 帶到祢面前。就像這個故事裡的癱子，我知道祢不僅僅能解決他／她外在的需要。祢知道他／她的內心，也唯有祢能赦免他／她的罪。_____ 可能此刻還未意識到自己需要得到赦免，但我知道世人都死在過犯罪惡之中，若沒有祢賜下的赦免，就會絕望無助。當我努力帶領 _____ 來到祢面前，求祢做那唯有祢才能做的事，求祢拯救他／她。

第 20 天

祂救了我們脫離黑暗的權勢，把我們遷到祂愛子的國裡；我們在愛子裡得蒙救贖，罪過得以赦免。

歌羅西書 1:13-14

主啊，我想到祢在我生命中所行的大工，就覺得希奇。如同保羅所說，祢救了我脫離黑暗的權勢，把我遷到祢愛子的國裡。我不配得到這樣的恩典，沒有人配得。祢為祢的子民所做的一切，是他們無法靠自己做到的，如今我放膽懇求祢也為 _____ 這麼做。他／她仍然生活在黑暗權勢底下，儘管他／她自己可能不知道。求祢因著祢偉大的慈愛，賜救恩給 _____，把他／她遷到祢愛子的國裡。

第 21 天

應當稱謝耶和華；因祂本為善，祂的慈愛永遠長存！

歷代志上 16:34

天父，感謝祢恩待我，我知道祢的慈愛永遠長存。祢從來沒有撇下我，祢一直在我生命中彰顯恩典，儘管我如此容易忘記祢的仁慈或違背祢的權柄。

_____ 需要認識祢的愛。他／她不只需要在理性上知道祢的存在，更需要經歷祢在我生命中彰顯的慈愛。求祢突破他／她剛硬的心，使他／她真正體驗到祢改變生命的慈愛，並且能夠與我一起為祢和祢所做的一切來稱謝祢。

第 22 天

你們既聽見真理的道，就是那叫你們得救的福音，也信了基督，既然信祂，就受了所應許的聖靈為印記。

以弗所書 1:13

神啊，我知道祢將所應許的聖靈賜給凡已得救的人。祢的聖靈是屬祢子民的印記。我祈求 _____ 也能經歷救恩，領受祢所賜下的聖靈。我知道是祢的靈在那些像 _____ 一樣的世人心裡動工，使他們相信自己有罪，並知道自己需要耶穌。求祢的聖靈在 _____ 的生命中作工，當他／她聽見祢的話語並相信福音真理時，求聖靈充滿他／她的心，並作出印記。

第 23 天

「你們聽啊！有一個撒種的出去撒種。撒的時候，有落在路旁的，飛鳥來吃盡了；有落在土淺石頭地上的，土既不深，發苗最快，日頭出來一曬，因為沒有根，就枯乾了；有落在荊棘裏的，荊棘長起來，把它擠住了，就不結實；又有落在好土裡的，就發生長大，結實有三十倍的，有六十倍的，有一百倍的」；又說：「有耳可聽的，就應當聽！」

馬可福音 4:3-9

天父，求祢使撒在 _____ 生命中的種子能結出果子來。我知道仇敵最喜歡見到日頭曬死或荊棘擠死撒在他／她心中的福音種子。求祢耕耘他／她心靈的土壤，好讓福音的信息能夠進入其中。我知道祢有能力改變最堅硬的心，就像祢翻轉使徒保羅的生命一樣。在祢沒有難成的事。求祢再次施展大能，使 _____ 結出越來越多的果子。

第 24 天

耶穌看著他，就愛他，對他說：「你還缺少一件：去變賣你所有的，分給窮人，就必有財寶在天上；你還要來跟從我。」他聽見這話，臉上就變了色，憂憂愁愁地走了，因為他的產業很多。

馬可福音 10:21-22

神啊，這世上有太多事物阻擋人們來信靠祢，並反對他們捨命作祢的門徒，其中最大的攔阻大概就是財物與金錢。祢曾說，財主進神的國是何等地艱難。雖然_____可能不認為自己很有錢，但我知道所擁有的財物或對財物的追逐都會使人拒絕祢。求祢讓看見，追逐世上的一切盡是枉然，這一切可能一瞬間就灰飛煙滅，求祢使他／她開始思考永恆的現實。讓他／她在思考的時候，看見祢才是比今生一切都更寶貴的財富。

第 25 天

眾人聽見這話，覺得扎心，就對彼得和其餘的使徒說：「弟兄們，我們當怎樣行？」彼得說：「你們各人要悔改，奉耶穌基督的名受浸，叫你們的罪得赦，就必領受所賜的聖靈。」

使徒行傳 2:37-38

天父，我渴望 _____ 能問這個問題：我該怎麼做才能得救？他／她現在滿足於過著與祢的愛隔絕的生活，但我知道這一切在一瞬間都能改變。求祢使他／她清楚地意識到自己需要福音，賜我勇氣來呼召 _____ 悔改，並賜我看見他／她受浸的喜樂，讓我能看見他／她藉著浸禮公開見證自己已相信耶穌基督。我知道祢赦免罪孽，並賜下聖靈給得救的人。祈求祢帶領他／她在信主之後與祢的教會連結，並接受造就作門徒，邁向長大成熟的生命。

第 26 天

這必朽壞的既變成不朽壞的，這必死的既變成不死的，那時經上所記「死被得勝吞滅」的話就應驗了。死啊！你得勝的權勢在哪裡？死啊！你的毒鉤在哪裡？死的毒鉤就是罪，罪的權勢就是律法。感謝神，使我們藉著我們的主耶穌基督得勝。

哥林多前書 15:54-57

神啊，復活是我的盼望。我相信耶穌已從死裡復活，戰勝了撒但、罪及死亡，而且祂的復活是所有信祂之人初熟的果子。我們有一天也將復活！

_____ 還不認識這樣的盼望。求祢讓他／她想到自己必將朽壞，意識到自己需要永恆的盼望。求祢使用今生的破碎和死亡的現實，將 _____ 從自滿中喚醒，並使用那些認識祢的人來為復活的盼望作見證。

第 27 天

所以不用我們說甚麼話。因為他們自己已經報明我們是怎樣進到你們那裡，你們是怎樣離棄偶像，歸向神，要服事那又真又活的神，等候祂兒子從天降臨，就是祂從死裡復活的那位救我們脫離將來忿怒的耶穌。

帖撒羅尼迦前書 1:8b-10

主啊，保羅獻上感恩，因為教會裡那些人離棄偶像，轉而事奉祢這位又真又活的神。這正是 _____ 需要做的事。雖然他／她可能不會承認自己在事奉偶像，但情況正是如此。他／她在事奉金錢、權力、財富、名望，唯獨不事奉祢。求祢使 _____ 看到這些事物的本相，它們脆弱、易損壞，根本不值得敬拜。我祈求將來能在回顧 _____ 的一生時，見證到他／她離棄了偶像，轉而信靠祢這位獨一真神。

第 28 天

親愛的弟兄啊，有一件事你們不可忘記，就是主看一日如千年，千年如一日。主所應許的尚未成就，有人以為祂是耽延，其實不是耽延，乃是寬容你們，不願有一人沉淪，乃願人人都悔改。
彼得後書 3:8-9

天父，感謝祢一直寬容 _____。我知道他／她活著的每一天，都證明了祢長久忍耐，渴望人人都認識和親身經歷因信耶穌基督而得著的盼望。我也知道祢隨時會再來，那時候，對那些還未為罪悔改及信靠祢的人來說，就為時已晚了。祈求這個現實能在我生命中產生迫切感，使我放膽與人分享。求祢的恩慈引領 _____ 為自己的罪悔改，並經歷永遠有祢同在的生命。

第 29 天

他們唱新歌，說：你配拿書卷，配揭開七印；因為你曾被殺，用自己的血從各族、各方、各民、各國中買了人來，叫他們歸於神。

啟示錄 5:9

神啊，祢配得萬民的讚美。祢為自己的榮耀創造這個世界，使凡有氣息的都來宣揚祢的美德，對 _____ 來說也是如此。當我讀到使徒約翰所描寫的各族、各方、各民、各國的人在天上敬拜祢的情景，就想像著 _____ 也在其中。求祢拯救他／她，好讓他／她一同讚美祢是配得的。當我尋找機會跟 _____ 分享福音時，求祢使我內心對世上所有還不認識祢的人感到有負擔。求祢拯救 _____，也使用他／她在萬邦中宣揚祢的榮耀。

第 30 天

我聽見有大聲音從寶座出來說：「看哪，神的帳幕在人間。祂要與人同住，他們要作祂的子民。神要親自與他們同在，作他們的神。神要擦去他們一切的眼淚；不再有死亡，也不再有悲哀、哭號、疼痛，因為以前的事都過去了。」坐寶座的說：「看哪，我將一切都更新了！」又說：「你要寫上；因這些話是可信的，是真實的。」祂又對我說：「都成了！我是阿拉法，我是俄梅戛；我是初，我是終。我要將生命泉的水白白賜給那口渴的人喝。」

啟示錄 21:3-6

主啊，我渴望著祢將一切都更新的那一天。這個世界支離破碎，我知道祢必再來重造一切。我知道祢已定好了主耶穌再來的那日子，祢再來時，就必如此行。懇求祢在那大日子來臨之前拯救_____。求祢使他／她渴慕祢所白白賜下的生命泉水。使用祢子民的見證，指引他／她靠著耶穌基督得著救恩。我知道祢是初，祢是終，是萬民得救的唯一盼望。因此，求祢賜給_____在基督裡的新生命。



由聯合宣教獻金及安妮莊復活節獻金所支持的美南浸信會機構。如需一般資訊，請致電 770-410-6000 或瀏覽 namb.net。