第一篇、禱告的意義

周一

詩篇一百一十九篇一百四十七至一百四十八節：『我趁天未亮呼求；我仰望了你的言語。我趁夜更未換，將眼睜開，為要思想你的話語。』
約翰福音十五章七節：『你們若住在我裡面，我的話也住在你們裡面，凡你們所願意的，祈求就給你們成就。』

禱告與讀經的配合

我們在說到禱告的意義之先，先來看一點禱告與讀經的配合。我們剛纔所讀的兩處聖經，都清楚給我們看見，禱告和讀經這兩件事，乃是相輔並行的。在詩篇一百一十九篇那裡，有一個活在神面前追求神的人，他是用他在神面前的呼求，就是禱告，來配合他對神話語的追求。而在約翰十五章，主題到禱告得著答應的應許，卻從另一面說到我們應當如何以讀經來配合禱告。主的話給我們看見，一個能得著祂垂聽的禱告，乃是以兩件事為根據：一件是我們必須住在祂裡面，一件是祂的話也必須住在我們裡面。若有這兩件事作根據，主就應許說，凡我們所願意的，祈求就給我們成就。所以這裡乃是題到用讀經來配合禱告。

弟兄姊妹，對於一個正常的基督徒，讀經和禱告這兩件事乃是生活的兩面，是缺一不可的。我們可以看到，在神的定規裡面，宇宙中的事差不多都是兩面的。譬如上下、左右、陰陽、晝夜、男女，這些都是兩面的。再如我們人的身體，很多的部分也都是兩面的。你們看我站在這裡有兩條腿，站也便當，走也便當；若是只有一條腿，恐怕就站不好，走起路來更麻煩。不僅如此，我們的手、耳朵、眼睛、鼻孔，都是兩隻，都是兩面。基督徒在主面前生活的實行，也有兩面的講究，一面是讀經，另一面就是禱告。我們走路的時候，必須兩隻腳同時並用，並且要保持平衡，不能用右腳走二十步，用左腳只走兩步。我們作基督徒，要活在神面前，讀經和禱告也必須同時並用，保持平衡。

但是很可惜，神所定規的定律，一到了我們的手裡，就常常給我們弄得偏枯了。神定規基督徒的生活要讀經和禱告並重，但有的弟兄姊妹就是單喜歡讀經，不喜歡禱告。他們讀起聖經來能彀從早到晚埋著頭讀，越讀越有味道。他們的聖經每一頁上面都畫了許多線條，粗的、細的、紅的、藍的都有，整本書差不多都畫滿了。有的人得救纔四年，聖經就畫了兩三本。但是希奇得很，他們卻很少禱告，有的時候就是受了聖靈的感動，還是不願意禱告。他們讀起經來，其味無窮；但一要禱告，就像喫苦藥一樣。另一面也有人就是喜歡禱告，一跪下去就感動得落淚，有時候還會說方言，唱靈歌。他們禱告起來，真是味道十足，精神百倍。但你若要他們讀經，他們馬上就打瞌睡。他們寧願天天禱告，就是不願意讀聖經。你看這又是偏到一面去了。

我願意告訴弟兄姊妹，凡是讀經比禱告多的人，屬靈的情形常常會死沉枯寂，落在字句規條裡面；而禱告比讀經多的人，又偏於另一面，會發屬靈的瘋。我們若要有正常的基督徒生活，就必須讀經和禱告同樣並重，就像走路的時候左右腳並用一樣，一直是讀經禱告，禱告讀經。我們每一次禱告都該摸著神的話，而每一次讀經也都該配上禱告。

關於這件事，我們可以找一個例證。在以弗所五章裡面，從十八節一直到二十節，說到要我們被聖靈充滿，底下就說，當用詩章、頌辭、靈歌，彼此對說，口唱心和的讚美主，凡事要奉主的名感謝神。另外在歌羅西三章十六至十七節，說到要我們把基督的話，豐豐富富的存在心裡，底下也說用詩章、頌辭、靈歌歌頌神，並且凡事要奉主的名感謝神。這兩段聖經，都是說到基督徒怎樣讚美神、感謝神，但原因卻不相同：一個是因為裡面滿了聖靈，一個是因為裡面滿了主的話。你把這兩段聖經合起來看，就知道

，無論是讀經，還是禱告，都是人在靈裡頭的故事。你沒有辦法把聖經和聖靈分開，因為聖經就是聖靈的化身，而聖靈就寄託在聖經裡面。

周二

以弗所書五章 18b-19 乃在靈裡被充滿，用詩章、頌辭、靈歌，彼此對說，從心中向主歌唱、頌詠，
歌羅西書三章 16 當用各樣的智慧，讓基督的話豐豐富富的住在你們裡面，用詩章、頌辭、靈歌，彼此教 導，互相勸戒，心被恩感歌頌神；

在正常的情形中，你每一次有了聖經的話充滿在你裡面，你就得著了聖靈充滿在你裡面。而你一有了聖靈的充滿，你就沒有辦法不禱告。禱告有多種不同的方式，感謝神是禱告，讚美神是禱告，歌唱稱頌神也是禱告；在神面前流淚呼求是禱告，向神禁食祈求也是禱告。這些禱告都是聖靈在人裡面的故事。當你摸著聖經的話，你裡面定規有聖靈的同在。你一有聖靈的同在，

就沒有辦法不禱告，因為你若不禱告，你就是一個抹煞聖靈的人。所以我們一直要用禱告來配合讀經。另一面，若是你光禱告而沒有讀經，沒有摸著主的話，你的禱告就難免是出於你自己的意思、想法、眼光、見地和傾向。你要有一個不是出於自己，而是出於靈的禱告，就必須有主的話。因此你纔能領會，為甚麼主耶穌在約翰十五章七節先說，你們住在我裡面，我的話就住在你們裡面；然後再說，凡你們所願意的，祈求就給你們成就。這話第一給我們看見，人若學習一直和主交通，活在主裡面，主的話就住在他裡面。一個正確讀經的人，應該是一個住在主裡面的人。一個住在主外面的人，聖經定規讀得不彀屬靈，他最多只能用頭腦懂得聖經，卻不能用靈來摸著聖經。但是一個住在主裡面的人，就很容易得著主的話住在他裡面。主的話既是這樣住在他裡面，他就沒有辦法不摸著聖靈，因為主的話就是靈。主的靈一充滿在他裡面，他也就沒有辦法不禱告。主就應許說，凡這樣的人，祈求就給他成就。因為到了這時候，這一個住在主裡面的人，心裡所願意的都不是出於自己，乃是由於主的話，由於主的靈，也就是由於主自己。所以要有正確的禱告，必須先有正確的讀經。

所以弟兄姊妹，好的讀經定規隨著禱告，好的禱告定規出於讀經，這兩件事都同樣重要，不能偏重任何一面。並且這兩件事也沒有辦法定規，該那一個在先，那一個在後，兩者必須是並行的。我們讀約翰十五章七節，主的話好像是要先讀經而後禱告，但是在詩篇一百一十九篇那裡說，我趁天未亮呼求；我仰望了你的話，卻好像是先禱告而後讀經。所以兩者不必呆板定規，只要完全聽其自然。

常有人問我說，李弟兄，晨更的時候是先讀經後禱告好呢？還是先禱告後讀經好？我說，這很難答。我活到今天已經幾十年了，但是我每次走路的時候，到底是先起右腳呢，還是先起左腳？我不清楚。我問大家，你們清楚不清楚？你今天早上起來走路，是先起右腳呢，還是先起左腳？若是有一個人，每一次要開步走，都先想一想，到底是先用左腳呢，還是先用右腳，你們一定要說，這個人大概有精神病。我們每一次走路，很自然的就是這樣走了，從來沒有管牠是先起右腳，還是先起左腳。請大家記得，你每天早晨在主面前，也不必定規是先讀經後禱告，還是先禱告後讀經。你就是很自然的停留在主面前，有的時候是先讀經後禱告，也有的時候是先禱告後讀經。你不需要立一個死的規律。有的時候你早晨一起來，就是那樣先禱告幾句，再來讀幾節聖經。有的時候裡頭卻要翻開聖經，先讀牠幾句；讀過之後，感覺來了，然後纔禱告。這兩件事的次數，常常是同樣的多，時間也是同樣的長。

我想近一百年內，要找一個示範的榜樣，要找一個又讀經又禱告，又禱告又讀經的人，這人就是在英國辦孤兒院的慕勒弟兄。他的自傳告訴我們，他天天早晨都有一段時間親近神。你不能說他光是在那裡讀經，也不能說他光是在那裡禱告，你只能說他是在那裡又禱告又讀經，又讀經又禱告。他每天早晨在主面前的生活，讀經和禱告是並重的，也是平衡的。所以在近一個世紀裡面，差不多的人都承認，在讀經禱告的實行方面，慕勒是一個最正常的榜樣，他一點沒有偏枯的毛病。他是一個用頭腦來領會聖經，也

用心靈來接觸聖經的人。不僅如此，他也是一個同時配上禱告的人。所以他在主面前，非常活潑新鮮，又非常穩定堅固。這個是我們在說到禱告的課程之先，首先要請弟兄姊妹注意的。

周三

創世記一章 26 神說，我們要按著我們的形像，照著我們的樣式造人，….
創世記二章 7 耶和華神用地上的塵土塑造人，將生命之氣吹在他鼻孔裏，人就成了活的魂。
以弗所一章 22-23 將萬有服在祂的腳下，並使祂向著召會作萬有的頭；召會是祂的身體，是那在萬有中充滿萬有者的豐滿。

禱告的意義

現在我們來看禱告功課的第一課，禱告的意義。

我請問弟兄姊妹，甚麼叫作禱告？禱告到底是怎麼一回事？或者說，禱告的意義是甚麼？許多人一聽見禱告這一個辭，馬上就領會說，禱告就是人來求告神，禱告就是因為人這裡有了缺乏，需要物質的供應；或者有了疾病，需要醫治；或者有了其他的難處，需要解決，所以就到神面前去求告，求神供應，求神醫治，求神解決。人以為說，這些就叫作禱告。從表面看來，好像連聖經裡也有類似的例子，譬如路加十八章的那一個寡婦，就是因為有了冤屈，所以到審判官面前一直求官給她伸冤。但是請弟兄姊妹記得，這些並不是聖經裡面所說，關乎禱告正確的意義。這個定義雖然不敢說錯，但是太淺顯，不彀深刻，也不彀準確。我們今天要真認識禱告，反而要肯定的說，禱告並不是人因著自己有需要，而向神發出來的求告。

我們要知道，聖經中任何一個真理，都不能單憑一處，單憑一面來斷定。如同一棟房子，你不能憑著一個角落，一個平面，來斷定牠是甚麼樣子。你必須從各方面整體的來看，纔能有一個準確的斷定。同樣的原則，我們若是把整本聖經裡所有講到禱告的地方，統統集合起來，用一個整體的眼光來看，我們就看見，禱告並非人在神面前有了甚麼需要，而向神求告，這一個最多只是禱告一部分的意義，並不是禱告整體的意義。我們若是有時間，能把聖經中從舊約一直到新約，所有具體禱告的榜樣，都集合起來，好好的看一下。比方在舊約裡有亞伯拉罕的禱告，摩西的禱告，大衛的禱告，所羅門的禱告，尼希米的禱告，以利亞的禱告，以賽亞的禱告，但以理的禱告，其他先知的禱告；還有在新約裡主耶穌的禱告，使徒們的禱告。我們若把這些禱告一一都看過，就等於把聖經裡頭的禱告統統彙集在一起，組成一棟房子，那時候就能清楚，禱告到底是怎樣一回事。當然我們現在沒有充分的時間，不能這樣詳細的來看；我們只能用一點簡單的話，來說到禱告的定義。

一　禱告是人和神彼此的接觸

禱告不光是人來接觸神，禱告乃是人和神彼此的接觸。神人接觸的這一件事是聖經裡一個太大的題目。我們常常說，人活著乃是為著作神的器皿。在宇宙中，神是人的內容，人是神的器皿。若是沒有人，神就沒有地方安放祂自己，神就是一位無家可歸的神。我不懂得為甚麼這樣，我只知道事實是這樣。在宇宙中神最需要的就是人。就著神自己來說，祂本身是完全的；但是就著神在宇宙裡的故事來說，祂自己還需要人來配合。

在這裡你纔懂得以弗所一章末了一句話的意思；那裡說，教會是基督的身體，是基督的豐滿。豐滿這一個辭非常難繙，牠不光是指著基督的豐滿，也含有完滿的意思。所以教會一面是基督的豐滿，一面也是基督的完滿。換一句話說，若沒有教會，基督好像就不彀完滿。

大家必須小心領會這一句話，因為這在神學上會引起很大的爭執。我不是說，神還不完全，必須加上人纔完全。我乃是說，神的本身絕對是完全的，可是沒有人，神在宇宙中還不彀完滿。哦，弟兄姊妹，這

是太榮耀的一件事。

在神永遠的計畫裡，祂就定規要人來作祂的器皿，或者說，要人來作祂的完滿；因此創世記頭二章給我們看見，當神創造人的時候，就為人作了兩種的準備。第一種的準備，是祂照著祂自己的形像和樣式來造人。人是照著神來造的，所以人今天有許多地方都與神相像。就如人的喜、怒、哀、樂、愛好、揀選等等，無論是情感、意志、性情，各方面都能相當彰顯神，都是神裡頭故事的小影。

還有一種準備，就是神在人的深處給人造了一個靈。在宇宙中，生物雖有千千萬萬，形形色色，多得不可勝數，但是除了人之外，沒有一種生物裡頭有靈。（天使是靈，那是另一個問題。）萬有中有一種受造者不是靈而有靈，這就是人。神為甚麼在人的深處給人造一個靈呢？我們都知道，就是要叫人能接受祂這位是靈的神。這正如神要人接受食物，就給人造一個胃一樣。請你想想看，假使神不給人造一個胃，我們怎樣能接受食物呢？食物所以能接受到我們裡面，給我們享受，並且消化作我們的成分，就是因為我們有一個胃。同樣，神為著要我們接受祂這個靈，就為我們造了一個靈。我們裡頭有了一個靈，所以就能把神接受到我們裡面，吸取神作我們的成分。

創世記頭兩章裡面，神創造人，要人作祂的器皿，就是作了這兩步的準備。一步是叫人像祂，一步是叫人裡頭有一個靈來接受祂。等這兩步都準備好了，祂就把自己以一棵生命樹的方式擺在人的跟前，好叫人接受祂，得著祂作生命。弟兄姊妹，就在這裡需要一個神、人接觸的故事。神、人一接觸，神就進到人裡面作人的內容，人也就作了祂的一個器皿，在外面彰顯祂，神永遠的心意在人身上就達到了。

請大家記得，真實的禱告，就是神人二者互相的接觸。禱告不光是人來接觸神，也是神來接觸人。任何一個禱告，若沒有人碰著神和神接觸，也沒有神碰著人和人接觸，這一個禱告就不是一個搆得上水準的禱告。每一個搆得上水準的禱告，定規是神人二者交流，互相接觸的禱告。神和人就如同電流一樣，是彼此交流的。你很難說禱告是單方面的神在人裡面，或者是單方面的人在神裡面。按著事實和經歷說，禱告就是神人交流。一個真實搆得上水準的禱告，定規會有一種光景，神人二者互相交流，叫人觸著神，也叫神觸著人；叫人和神有聯結，叫神也和人有聯結。所以禱告最高、最準確的一個定義，就是神人互相接觸。

周四

約翰福音七章三十七至三十八節：『節期的末了，就是最大之日，耶穌站著高聲說，人若渴了，可以到我這裏來喝。信我的人，就如經上所說，從他腹中要流出活水的江河來。...』
詩篇三十六篇八至九節：『他們必因你殿裏的肥甘，得以飽足；你也必叫他們喝你樂河的水。因為在你那裏，有生命的源頭；在你的光中，我們必得見光。』

二　禱告乃是人呼吸神，得著神，而給神得著

一個真實的禱告，也是人來呼吸神，如同呼吸空氣一樣。當你這樣呼吸神的時候，自然的就得著神，如同呼吸空氣，得著空氣一樣；結果不光神作了你的享受，給你得著，並且你的全人也都降服神，歸向神，讓神完全得著。你禱告越多，你充滿神就越多；同時你降服神，歸向神，給神得著也就越多。倘若你一個禮拜不禱告，甚至一個月不禱告，你這個人離神就相當遠了。甚麼叫離神遠？就是你得不著這位神，神也得不著你這個人。你若要再得著神，並且再給神得著，除了禱告之外沒有別的路。你禱告三兩分鐘還不彀，必須禱告再禱告，一直禱告到呼吸著神，這個人給神得著了，神也給你得著了。所以弟兄姊妹，一個真實的禱告，對基督徒的屬靈生活是太重要了。

弟兄姊妹，千萬不要以為禱告僅僅是向神求一件事。比方你需要找房子，你就求神替你豫備。禱告之後

，你得著主的一句話說，你所求的給你成就了罷。到第二天，一個弟兄來了，一見面就說，你需要房子罷？正好我隔壁有兩間房子出租，地點適中，租錢也便宜。你馬上感謝讚美主說，阿利路亞，主實在是又真又活的神，祂聽了我的禱告。我不敢說這不是禱告，但是這個不彀。我告訴弟兄姊妹，你若真的學會了禱告的功課，當你去禱告的時候，實在說房子找得著找不著還是其次的，你首要關心的，還是你到底有沒有因著這一個禱告，更多的得著神，也更多的讓神得著。若是一個禱告的結果只是得著一件事的成就，而沒有得著神，也沒有讓神得著，這個禱告就是不及格的禱告，就是流產的禱告。一個搆得上禱告的禱告，雖然可能求一件事也得到成全，但最終的後果乃是叫這一個祈求的人更摸著神，也讓神更得著他。

請大家想看，你禱告的經歷是不是這樣？許多時候雖然我們不認識這個禱告的意義，還是為著事務向神禱告，但神還是藉著我們求事求物，把我們帶到祂裡面去。比方一個作母親的姊妹最愛她的孩子，卻不太愛主，你怎樣帶領她都不追求。但是有一天孩子病了，中西醫都請遍了，孩子的病還是不好。她沒有辦法，只好投靠到主面前來。當她來求主的時候，她完全是求主醫治她的孩子，她一點沒有意思要主自己。那知道她這樣一求反而給她碰著了主、接觸了主、享受了主。很自然的，這一個多年不讓主得著的人，現在因著這一個禱告，她進到神裡面去了，同時也給主得著了。但是她仍然不懂這一個。過三天孩子的病果然好了，她就到交通聚會來作一個見證說，神是怎樣信實，怎樣聽她的禱告，怎樣醫治了她孩子的病。雖然她已經得著禱告裡頭真實的東西，可是她還不知道。我們自己多少時候也是這樣。當我們看見教會荒涼，到主面前去為教會禱告的時候，在我們覺得是為著教會荒涼禱告，但在神那裡來說，這個禱告乃是叫我們碰著祂自己，吸取祂自己，得著祂自己，也讓祂得著我們這個人。

我信在末了這些年間，神會在祂兒女中間叫大家越過越清楚，真實的禱告不是求事，不是求物，也不是求人。真實的禱告乃是來吸取神自己，得著神自己，而讓神得著我們。所有在神之外求那些人事物的，都不是禱告的本質，不過是禱告的外皮，或者說是禱告的附屬品。真實的禱告，本質的禱告，都是你在那裡觸著神、呼吸神、享受神、得著神、充滿神，而讓神得著你這個人。神的兒女若看見了這一點，就會更認識禱告真實的意義。

周五

羅馬八章 26-27 ”況且，那靈也照樣幫同擔負我們的軟弱；我們本不曉得當怎樣禱告，只是那靈親自用說不出來的歎息，為我們代求。那鑒察人心的，曉得那靈的意思，因為祂是照著神為聖徒代求。”
雅各書五章 17-18 ”以利亞是與我們性情相同的人，他懇切禱告，求不要降雨，雨就三年零六個月不降在地上。他又禱告，天就賜下雨水，地也生出土產。”

三　禱告乃是人與神合作同工，讓神藉著人發表祂自己和祂的心意，而成功祂的旨意

一個弟兄或是姊妹，若真學會了前兩點禱告的祕訣，自然就產生一個結果，他這一個禱告的人定規是和神合作，與神同工的，也定規讓神從他裡面，藉著他把神自己和神的心意發表出來，最終成功了神的旨意。這就是羅馬八章二十六至二十七節所說的，我們本不曉得當怎樣禱告，乃是聖靈在我們裡面照著神的旨意來祈求。真的，我們本不知道當怎樣禱告。我們頂多只懂得人平常所說的求告，聖經裡頭所說的禱告我們一點不懂得。當我初次讀到羅馬八章這兩節聖經的時候，我心裡很不以為然，我覺得當我有病的時候，豈不是禱告過求神醫治我麼？當我落在缺乏的時候，豈不是禱告過求神供給我麼？怎麼說我們本不曉得當怎樣禱告呢？但慢慢的主就讓我看見，神所要求的那種禱告，我們實在一點不知道。那些不彀水準，一般人所以為的禱告，我們懂得；而彀水準，摸著神心意的禱告，我們卻不曉得，這就是我們的軟弱。感謝神，在這件軟弱的事上，有聖靈來幫助，親自用說不出來的歎息，替我們禱告。

弟兄們，真實的禱告都是聖靈在人裡頭，藉著人發表神的心意。換句話說，真實的禱告，都是雙層人物

的禱告。甚麼是雙層人物的禱告？那就是說，不是人自己在那裡禱告神，乃是聖靈調在人裡頭、穿著人、帶著人、和人一起來禱告。從外面看是人禱告，從裡面看卻又是聖靈禱告。這就是兩層的人物在同一個時候發表同一個禱告。請大家記得，這一個纔是聖經裡頭所說的禱告。

我們常常題起以利亞的禱告，在雅各書五章十七節裡面，有這樣的話說，以利亞與我們是一樣性情的人，他懇切禱告，求不要下雨，雨就三年零六個月不下在地上。這裡的懇切禱告，希臘原文的意思是他用禱告來禱告，或者說他在禱告裡來禱告。這是聖經裡一個很特別的說法。請大家記得，這就是我們所說雙層人物的禱告。當以利亞在那裡禱告的時候，他是用一個禱告來禱告，或者說他是在一個禱告裡來禱告。換句話說，他是用聖靈在他裡面的那個禱告來禱告。因此以利亞的禱告，可以說就是神在以利亞裡面求告祂自己。慕安得烈弟兄曾說過，一個真實的禱告，乃是住在我們裡面的基督，禱告那坐在寶座上的基督。這句話聽起來很特別，好像是基督求告基督自己，但在我們的經歷中的確是這樣。

請我們再來看羅馬八章二十七節，那裡有一句話說，聖靈照著神祈求，（中文聖經是說照著神的旨意祈求，但原文沒有旨意這個辭，）意思就是聖靈在我們裡面照著神來禱告，也就是神藉著祂的靈在我們裡面來禱告，所以這一個禱告定規是發表神自己，當然也發表神的心意。

從這些例證我們都能看見，真實的禱告，定規是叫我們這個人和神完全調和，成為一個雙層的人物。你禱告就是祂禱告，祂禱告也就是你禱告。祂在你裡面禱告，你就在外面禱告。祂和你裡外完全合一，並且還同時禱告。在這時候你和神二者不能分開，已經調成一個了。結果你不光是與神合作，還是和神同工，叫神的自己和祂的心意藉著你發表出來，最終叫神的旨意得著完成。這就是聖經中要有的真實禱告。

因此猶大書二十節那裡又說，要在聖靈裡禱告。意思就是你不能在你自己裡面禱告。換一句話說，也就是要有雙層人物的禱告。還有以弗所六章十八節說，靠著聖靈，隨時多方禱告。這一句話原文的意思，是要在靈裡隨時多方禱告。這個靈很難說是專專指著聖靈。所有正統讀經的人都承認，這裡的靈不光指著聖靈，也包括我們的靈。我們禱告的時候必須是在這樣的靈裡來禱告。

我信現在弟兄姊妹能看見，聖經是神把祂自己呼出來，禱告是我們把神吸進來。我們讀經禱告，就是在神面前呼吸，而把神吸進來。因此你不能光讀經而沒有禱告。你若光有讀經，只是讓神呼出來，還沒有把神吸進來，所以還得加上禱告。而在禱告上，那些對於人、事、物的祈求都不過是附屬品。真實的禱告乃是配合聖經，在神面前一呼一吸，叫我們和神，神和我們彼此接觸，互相得著，結果我們和神就得以完全合作，完全同工，神就藉著我們發表祂的自己，和祂的心意，最終成功祂的旨意。這就是聖經裡所說禱告簡要的定義。

周六

以弗所書六章十八節：『時時在靈裡禱告，並盡力堅持，在這事上儆醒，且為眾聖徒祈求。』
詩篇三十六篇八至九節：『他們必因你殿裏的肥甘，得以飽足；你也必叫他們喝你樂河的水。因為在你那裏，有生命的源頭；在你的光中，我們必得見光。』
操練在靈裡禱告15分鐘:

1. 呼求主名 (出聲) 三分鐘
2. 照著里面的引導有認罪, 向主敞開, 禱告
3. 禱讀今日的經節
4. 為未得救的親人, 福音朋友, 聖徒代求
5. 為主在地上的行動-召會的擴展代求, 在北美各主要城市建立金燈臺