

国际妇女祷告日

2026年3月7日

证道

女性、信心与祷告

座谈会

因着上帝之名祈祷



全球总会妇女事工部编写

华安联合会妇女事工部翻译

亲爱的姐妹们：

全球总会妇女事工部为大家送上衷心的问候！

本年度国际妇女祷告日将于 3 月 7 日进行，其材料由前任全球总会妇女事工部干事雅迪思·斯定伯肯 (Ardis Stenbakken)编写。我们肯定你会从中蒙福！

这次的证道题目是《女性、信心与祷告》，它主要讲述一位腓利叙尼基妇人向耶稣祈求的故事。下午的座谈会将以一种全新的方式来呈现上帝的名，探讨我们如何在祈祷中运用上帝的特质。该材料包括为安息日而设的儿童故事，这有助于我们更好地理解上帝的品格。

这是一个绝佳的机会，你们可以邀请朋友和曾经的教友一同参与这个提倡活动！我们祈求你们能在那安息日感受到上帝的特别祝福！愿祂的同在、恩典和平安与你们相伴！

Stele

加莲娜·斯特勒 (Galina Stele)

全球总会妇女事工部干事

2026 年 1 月 15 日

目 录

作者简介	4
崇拜聚会程序 (建议)	5
儿童故事	6
证道	8
座谈会	15
讲义	19

作者简介

雅迪思·斯定伯肯 (Ardis Stenbakken)

雅迪思于 2004 年从全球总会妇女事工部干事荣休，与丈夫一起搬到美国科罗拉多州，但是她的内心依然热衷于撰写妇女事工灵修文章。她有一段时间仍在 落基山脉 (洛矶山脉)附近的家里编撰年度灵修集。

雅迪思于 1994 年加入全球总会妇女事工部，负责编写和为扫盲及奖学金项目作监督。1995 年，她担任“年度复临女信徒”活动的协调人；妇女事工部于同年刚刚在荷兰乌得勒支的年议会成立，雅迪思也从中被选为副干事。1997 年 10 月，她被选为妇女部干事。

2002 年，雅迪思被安得烈大学选为“世纪一百名杰出女性”之一。

丈夫理查德是一位退休牧师。他在美国陆军担任军牧近 24 年，之后从军队退役。1994 年至 2004 年，他担任本会的牧师事工干事。他们有两个成年子女，均已婚，并有四个孙辈(两个男孙、两个女孙)。

斯定伯肯一家热衷于创作及演绎有关圣经人物的精彩故事。他们带领一支名为“新反思”(New Reflection) 的戏剧团队，该团队位于科罗拉多州洛夫兰市的坎宁安学院 (Campion Academy, Loveland)。雅迪思在家乡坎宁安复临教会 (Campion Adventist Church)积极参与活动，曾经在该堂会担任长老及公关传播负责人多年。

崇拜聚会程序 (建议)

呼召

开会祷告

存心节：〈希伯来书〉4:14-16

我们既然有一位已经升入高天尊荣的大祭司，就是上帝的儿子耶稣，便当持定所承认的道。因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。

开会诗：〈恩友耶稣〉(#340)

牧养祷告

儿童奉献及故事：〈上帝的名〉

奉献

特别音乐 / 奉献诗

证道

回应诗：〈一路引导〉(#424)

散会祷告

儿童故事

上帝的名

我希望你能想象一下：你看着一位牧羊人站在一片长着草，还有些可能是石头的田野里，身边有一大群羊在寻找吃的东西。牧羊人得确保羊群不会走得太远。这或许一开始还挺有趣，不过想象一下：他可在日复一日，周复一周，一连站上好几天，好几周，好几个月，好几年，整整四十年！这是摩西的经历。

摩西也许曾经怀疑上帝是否抛弃了他。他以为自己在完成上帝交付给他的使命，去解救以色列的奴隶，可是已经过去四十年。

有一天，他像往常一样做着无聊的工作，却看到一件不寻常的事情，是一件能打破那种无聊工作的事情。这看起来像一团火。怎么会这样？他仔细地看了又看，那像是一丛在着火的灌木。既没有闪电出来，也没有其他迹象，那么，这丛灌木是怎样着火呢？他自言自语道：“这真奇怪！我要过去看这大异象，这荆棘为何没有烧坏呢？”（出3:3）当他走近那丛燃烧着却烧不毁的灌木时，他则听到一把声音。

耶和华上帝见他过去要看，就从荆棘里呼喊说：“摩西！摩西！”他说：“我在这里。”

上帝说：“不要近前来。当你脚上的鞋脱下来，因为你所站之地是圣地”；又说：“我是你父亲的上帝，是亚伯拉罕的上帝，以撒的上帝，雅各的上帝。”

（出3:4-6）

因此，上帝告诉摩西，祂要摩西去见法老，为奴隶们争取自由。摩西习惯看守羊群，不过这可是一个重大且全新的任务。摩西和上帝交谈一阵子，然后他说：“我到以色列人那里，对他们说：‘你们祖宗的上帝打发我到你们这里来。’他们若问我说：‘他叫什么名字？’我要对他们说什么呢？”（出3:13）。要知道，名字非常重要，因为它不只是用来叫人过来，也表明你是谁——就是你的原样和品格。

“上帝对摩西说：我是.....打发你的。”“**我是**”这名字很奇特，对吗。它向我们说明关于上帝的很多事情：

- 他一直都在那里。
- 他现在就在那里。
- 他将来也会在那里。
- “我是”永远就在当下，就在我们身边，就在这一分钟。

耶稣多次使用这个名字，因为祂是永在。你能想象吗？祂是怎样做到的呢？(停顿一下，让孩子们思考片刻。) 祂对摩西说这话的时候，就在那里。在祂被钉在十字架上，再复活升天后，祂直到现在，其名称依然为“我是”。

有一次，耶稣说：“我就是生命的粮。”(约6:35)。想象一下：你有特别的面包，它永远不会变质或变坏。它永远会是新鲜美味的面包。当你吃下它，它就会成为你的一部分，过去如此，现在如此，将来也是如此。耶稣也是如此，祂是“我是”。

“我是”在河边的小篮子里与摩西同在。“我是”在摩西看守羊群时与他同在。在摩西带领以色列人走过40年，把他们带到应许之地的时候，“我是”也与摩西同在。在摩西与耶稣在山上交谈期间出现登山变像的时候，“我是”都与他同在。现在，“我是”在天上与摩西同在。而且，“我是”也会永远与你同在！

我们将会在今天下午的研讨会进一步探讨“我是”以及上帝的其他名字，并在祈祷时运用这些名字所传达的关于上帝的信息。

现在你们可以去和父母或其他大人坐在一起，你们也要认真听听证道内容，看看可以学到什么，好吗？

证道

女性、信心与祷告

“我们既然有一位已经升入高天尊荣的大祭司，就是上帝的儿子耶稣，便当持定所承认的道。因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。”

〈希伯来书〉4:14-16

序言

试试在你的脑海中想象一群人在一条尘土飞扬的道路上行走。那时天气炎热，他们疲惫不堪。夫子(老师)走在队伍的前列，而其他人则步履艰难地跟在他身后。

其中一名疲惫不堪的男子问道：“你们觉得我们要去哪里？”

有人回答：“我不知道，但我知道我们已经离开加利利很远。”

另一人主动搭话：“那么，我们现在是在异教徒的领土了！”

又有一个人喊道：“我听有人说夫子想要暂时离开这里，让祂能教导我们。我有一些问题想问他。”

还有一个人插话：“周围有那么多人，还有那么多法利赛人一直质疑他。我们几乎没有喘息的机会，更别说提问了。”

就这样，这群门徒和耶稣向北沿着通往推罗和西顿的道路前行。如果你翻开〈马可福音〉7:24，你会读到“耶稣从那里(加利利)起身，往推罗、西顿的境内去”如果你查看地图，就会发现从迦百农到推罗的距离大约为30英里或50公里——这只是步行的距离而已！

我们继续读下来，便了解到“进了一家，不愿意人知道，却隐藏不住。”(24节)。耶稣很可怜。祂来到这里是为了休息，或许也为了教导祂的门徒。然而，当然，祂知道这几乎不可能。

没有休息。我们就不知道他们抵达那个腓尼基人的古老城市之后，便有一位妇人来到耶稣面前。这里存在几个问题。首先，在〈马太福音〉15章中，马太说她是一个迦南人——是外邦人，是异教徒！(见22节)。她是在犹太人眼中不愿与之交往的人。马可进一步说，她是希腊人，出生于叙利腓尼基地区(见可7:26)。其次，女性不应该直接接近丈夫之外的男性。

不过，这位妇人有自己的使命，她有需求，她不会让任何事情阻止她寻求帮助。这位妇人走近耶稣，屈膝，提出她的请求，她的祈祷；她一直“求耶稣赶出那鬼离开她的女儿”。在〈马太福音〉15:22中，她说：“主啊，大卫的子孙，可怜我！我女儿被鬼附得甚苦。”这暗示着她认出耶稣是弥赛亚！她认出祂是正直的王，是大卫的子孙！实际上，耶稣是她的主和主人。

多么勇敢啊！她不愿让自己的信心保持沉默。我们知道她一直坚持追问，因为门徒们说她打扰他们，并请求耶稣让她离开。

她祈求的是怜悯，并非询问耶稣是否能够做到。她坚信耶稣能够做到。然后，她向耶稣倾诉自己的问题：她的女儿被鬼附身。她没有告诉耶稣如何解决这个问题。我们常常带着解决问题的办法来到上帝面前，而不仅仅请求祂按照自己的旨意来处理事情。

她来到耶稣面前之前有作出怎样的尝试？我们不知道，可是不知为何，她的其他神明或其他解决办法都不起作用，然后她听说耶稣和祂的医治能力，一有机会就来到祂的面前。我们是第一时间来到耶稣面前，还是视之为最后的手段？这可能是我们在祷告中失去平安的一个原因——我们在错误的地方寻找解决办法。

这位妇人可能也以为自己找错地方；因为当她来到耶稣面前时，只感受到沉默。〈马太福音〉中说：“耶稣却一言不答”(23节)。你是否曾经感到被上帝忽视、不被倾听？有时候，当我们觉得自己的祷告没有被垂听，就很难持守信心。不过，我们的信心必然正在这种时候支撑我们走下去。

信心只有在它成为你全部的依靠时才是真正的心。我再说一遍：信心只有在它成为你全部的依靠时才是真正的心。

〈希伯来书〉11:1说，我们必须确定那些我们无法看到的事物。换言之，我们不应把对上帝的信心建基于下列事情：

- 我们生活情况的结果
- 同在或没有同在的祝福
- 奇迹，或
- 能够帮助我们解决问题的人、事情或计划

我们的信心和信念都源于祂，因为祂圣洁、正直、公正且良善。这就是我们的信仰和信心应当的源头。此外，“我们既有这许多的见证人，如同云彩围着我们，就当放下各样的重担，脱去容易缠累我们的罪，存心忍耐，奔那摆在我们前头的路程，仰望为我们信心创始成终的耶稣。他因那摆在前面的喜乐，就轻看羞辱，忍受了十字架的苦难，便坐在上帝宝座的右边。”(来12：1, 2)。

一位犹太囚犯在二战期间在德国科隆集中营的一个地窖墙上写道：

我相信太阳的存在
即便它没有光芒闪耀
我也相信爱
即便无人相伴
我也相信上帝
即便祂保持沉默

这个迦南妇人并没有让上帝的沉默削弱她的信心。信心就是她所紧紧抓住的全部。

随后，门徒们齐声说道：“把这只害群之马赶走吧！她不配”(见太15:23)。不配？拒绝会怎样带来影响呢？

有人需要帮助的时候，门徒们却为一些小麻烦而烦恼。只不过，我们是否也会如此呢？如果我们感受到被拒绝，我们又会如何回应呢？也许是面对教会领袖？家庭成员？还是上帝本人呢？在24节里，耶稣回答道：“我奉差遣不过是到以色列家迷失的羊那里去。”(主持人可以根据自身所属的地区调整内容。)这就好比是说：

- “我只为基督徒而奉差派过去，不为穆斯林。”
- “我只为白人而奉差派过去，不为有色人种。”
- “我只为富人而奉差派过去，不为穷人。”
- “我只为受过良好教育的人而奉差派过去，不为其他人。”

这与耶稣的本意截然不同！

这位妇女再次被拒绝了，这次是被排斥所拒绝，之前则是因不值得而遭受拒绝。我们常常根据外貌或其他人为的标准来对待他人：外貌、银行账户、种族、才能等等。我们认为这个人不配信奉基督。我们表现得好像我们有一个专属的教会俱乐部。

不过，她的信仰没有被压制。这段话可以帮助我们理解当时的情况，以及耶稣在做的事情：“透过解除她的忧患，他就能将他想给人的教训作个活的说明……那曾有很多机会明白真理的以色列民，不知道周遭人群的需要，也不出力帮助在黑暗里的生灵。犹太人的骄傲造成的隔墙，使门徒也不同情异邦人。这种族的歧视必须消除。”(《上帝的女儿》，原文65页)而打破这些隔墙的，竟是一位女性！！

你们能想象得到耶稣从加利利长途跋涉而来，只为去见这位妇人吗？祂重视那位妇人。祂珍视妇人的女儿。祂珍视妇人的请求、祈祷，并愿意且准备好回应。《圣经》表明耶稣在推罗那里，并没有做其他事情，没有其他的神迹、行为或教导。祂有否花一些时间去教导门徒呢？我们并不知道，但是我们知道就在这件事之后不久，祂前往西顿，前往更要北上的地方，然后带着门徒返回加利利。一切的行程仅仅是为了见这位妇人！耶稣把自己的道路置于她的面前。祂又何尝不是更愿意与我们每一个人相遇吗？！请记住这一点！

信心仍在呼喊：“主啊，帮助我！”（太15:25）。妇人没有说：“帮助我，因为我一直在忠诚地祈祷”——或者缴纳什一或举行洗礼。她没有说：“帮助我，因为我做了许多好事。”她没有说：“帮助我，因为我有个无辜的孩子，这不公平。”她察觉到女儿的困境，并坚信耶稣能够解决她的问题。信心从不放弃。

在同一章26节，耶稣说：“不好拿儿女的饼丢给狗吃。”这话听起来像是：“把我要赐给犹太人（我的儿女）的怜悯和救恩的面包拿去给狗（你们这些异教徒）吃，这太不公平了。”

耶稣似乎在叫她“狗”！“不配”——又是这个词。犹太人认为只有他们自己才配得上。我们有否这样对待别人呢？我们在教会里竖起哪些障碍，去把别人拒之门外呢？是宗族、种族、性别、年龄、财富、教育，还是健康？

在世界上许多地方，狗都受到恶劣的对待，被视为不洁之物。它们只能四处寻找残羹剩饭。在其他地方，狗则几乎被当作孩子一样宠爱。这个故事里的希腊词表明，耶稣所指的狗是那种小型宠物狗，我们可能会想到在桌下吃残羹剩饭的那种；不过，不管这位妇人觉得狗是好是坏，她都愿意接受耶稣给她的任何东西。

很多人不喜欢这个故事。耶稣似乎很粗鲁、很严厉，但是祂只是像犹太人那样对待她。祂知道结果会是怎样，也知道妇人会得胜。祂希望这个故事被人讲述。耶稣也给我们上了宝贵的一课：坚持不懈的祷告、信心，以及我们在祈求自己得着怜悯之余，也顺道学习如何对待别人。我们需要谨慎对待身边的人，注意自己的反应和态度。

“基督没有立刻应允妇人的要求。他照犹太人的习俗来对待这被歧视民族的代表。耶稣要门徒……看出犹太人在同样情形下的冷酷无情作风……”（《历代愿望》，原文400页）当我们看到别人这么做，感觉实在糟糕透顶！

信心从不放弃。在27节里，妇人坚持下来。她并没有忽视关于狗的那句话，反而表示认同：“主啊，不错；但是狗也吃它主人桌子上掉下来的碎渣儿。”她明确表示自己依靠的是上帝的怜悯，而非自身的善行。她坚守着自己的方向。要知道，信心意味着对上帝话语的认同；因此，妇人并不抱着怀疑。没错，孩子必须先得到喂养，但是即使是小狗也能得到碎屑。“也许我不能称祢你父亲，但可以祢称你为主人。求祢给我自己所寻求的怜悯之碎屑吧。”即便是耶稣的碎屑，也能够满足我们的所有需求。

即便是耶稣的碎屑，也能够满足我们的所有需求。想想看：我们即将来到“我是”的面前，就是这位全能的宇宙统治者。对祂而言，没有什么是难成的事，真的没有。我们只要凭着信心去祈求便可。我们在今天下午的研讨会上，将会探讨如何通过上帝的名字来祈祷，包括在儿童故事中提到的“我是”这一名称。

这位妇人有着如此坚定的信心，如此专注于上帝，使她看不到不好的东西，看不到伤害。她紧紧抓住自己的信心！《纽约时报》(New York Times) 畅销书作家兼基督徒卢卡多(Max Lucado) 在其著作《圣经中的十位女性》(Ten Women of the Bible) 学习指南笔记中写道：

“大多数评论家认为[耶稣可能是在考验她]。他们说，也许祂(耶稣)是在等着看她(妇人)对自己的请求有多认真……

“我有另一种看法。我认为祂是在欣赏她。我认为祂看到那种充满活力的信心后感到欣慰。我认为这事情让祂更新意念，看清楚人们请求祂去做祂来此所要做的事情——给那些不配的儿女赐下珍贵的礼物。”

想想看。我们是否愿意向上帝挑战，要求祂赐予祂早已应许给我们的东西？我们会因应真正的需要而来到祂面前，期待祂的回应吗？

最后，在28节，耶稣回应道：“妇人，你的信心是大的！照你所要的，给你成全了吧。”(太15:28)。真正的信心得胜！这情景仿佛是荣耀的主对妇人的信心与祈祷心感佩服而降服于她的手臂面前。

耶稣回应得帮助之祷告的时候，祂仅仅使用这句短语两次。许多人曾经祈求征兆和神迹。不过，耶稣对这位外邦女子说：“妇人，你的信心是大的！照你所要的，给你成全了吧。”另外一种景况就是百夫长，他也是一位外邦人。你可以从经上找到这个故事：〈马太福音〉8:10 和〈路加福音〉7:9。阅读一下〈马太福音〉的内容：

耶稣进了迦百农，有一个百夫长进前来，求他说：“主啊，我的仆人害瘫痪病，躺在家里，甚是痛苦。”

耶稣说：“我去医治他。”

百夫长回答说：“主啊，你到我舍下，我不敢当；只要你说一句话，我的仆人就必好了。因为我在人的权下，也有兵在我以下；对这个说‘去！’他就去；对那个说‘来！’他就来；对我的仆人说‘你做这事！’他就去做。”

耶稣听见就希奇，对跟从的人说：“我实在告诉你们，这么大的信心，就是在以色列中，我也没有遇见过。我又告诉你们，从东从西，将有许多人来，在天国里与亚伯拉罕、以撒、雅各一同坐席；……”耶稣对百夫长说：“你回去吧！照你的信心，给你成全了。”那时，他的仆人就好了。

(太8:5-11, 13)

在路加所讲述的这个故事中，犹太领袖们要求耶稣为那位仆人治病，因为那位百夫长是值得接受医治(见路7:3, 4)。然而，耶稣并非因着他的仆人配得而得到医治——而是因为他凭着信。这位百夫长理解权威，并理解耶稣那种从天而来的权威，不过仔细想想，耶稣说正因着他的信心，使得医治成为可能。耶稣还说，不少像来自推罗的迦南妇人一样的人将会从东方和西方来加入上帝的国度，因为他们的信心、祷告以及相信耶稣关心他们、垂听并应允他们的祷告(见太8:11)。

这个故事给我们带来一些教训。首先当然是信心，就是我们从妇人的整个恳求和回应中所注意到的信心。即使没有立即得到回应，这种信心也不会动摇。其次是坚持不懈。她没有让任何事情阻止她，无论是门徒、沉默、可能被视为无礼的轻蔑。无论是文化，还是她周围的人都不能阻止她。她有一个使命，不会让任何事情阻碍她寻求帮助。

即使有人保持沉默，我们也不应停止为自己或他人祈求——祂能听见，也会看顾。卢卡多在他的另一著作《阿们之前：简单的祷告大能》(Before Amen: The Power of a Simple Prayer) 曾说过：“耶稣从不拒绝任何代求。从来没有！彼得为他的患病中的岳母祈求。百夫长为他那位生病的仆人祈求。睚鲁有一个生病的女儿。迦南地的一个妇人有一个被鬼附的女儿。耶稣从清晨到傍晚都不断听到各种请求。”当一个人寻求耶稣的怜悯，祂从不拒绝任何人。福音书中有很多这样的例子。

第三：那事情也给各门徒以及我们上了一课：我们代表他人祈求。我们或许有信心和坚持。然而，我们是否真的相信上帝，也就是说耶稣会关心他们吗？我们的行为甚至是否真的作出关心他人的举止呢？《圣经》中有两个故事，是讲述门徒和一位妇人询问耶稣是否关心他们。一个是加利利的海上风暴故事。在风暴中，门徒叫醒耶稣并问道：“夫子！我们丧命，你不顾吗？”(可4:38)。你们也都记得耶稣和门徒在马利亚和马大家中发生的故事。马利亚坐在耶稣脚下，聆听祂的教诲，马大则要为至少13名男子准备食物而感到压力重重。她便去问耶稣：“主啊，我的妹子留下我一个人伺候，你不在意吗？请吩咐她来帮助我。”(路10:40) 耶稣总是关心他人，不断倾听。不过，祂有时候也会要求我们拥有更多的信心，相信风暴不能击垮我们——或者相信会有更好的结果，比如能像马利亚一样坐在耶稣的脚前聆听教诲。

这位迦南人，这位外邦人，这位生于叙利腓尼基的希腊女子向我们展示如何祈祷，如何祈求怜悯；她没有告诉上帝应该如何回应，而是祈求怜悯并坚守信仰。她满怀信心地祈祷，不愿保持沉默，大声呼喊：“求祢怜悯！”尽管面临重重阻碍，这份信心都从不放弃。这份信心不自以为义，而是紧紧靠着耶稣和祂的公义。这份信心最终会得胜。

呼召

今天，我想向你们许下一个承诺。“所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。”(来4:16) 你如何回应那个故事以及这个承诺呢？

散会祷告

座谈会

因着上帝之名祈祷

对本座谈会主讲人的指引

- 如果可以的话，最好为每位参加者提供一个小型笔记本、纸张和一支笔，以便他们做笔记。
- 在分组讨论时段，如果有人是男性，则为他们单独安排在一个小组，不用把他们隔开，只是不要与女性分在同一组。如果小组中有男性，很多女性可能就无法畅所欲言。
- 在进行分组讨论时，需要控制时间。不要让研讨会超过一个半小时。要让参加者意犹未尽，而不是感到疲惫。

在今早的证道中，有人提到那位迦南妇人在称呼耶稣时使用一个颇具份量的称呼语：“主啊，大卫的子孙”(太15:22)。而在儿童故事中，上帝给摩西起了一个名字，摩西要按照这个名字来称呼上帝，使被奴役的以色列子民知道祂是谁。

严肃的圣经研究有一个有趣的方面，它在于探寻人物和地点名字背后的含义。这对那些名字赋予极大的意义。例如，〈路得记〉1:1提到伯利恒遭遇饥荒。伯利恒这个名字的意思为“面包之家”(见英文网页：Bible Hub，<https://biblehub.com/hebrew/1035.htm>)。因此，作者便正以一点讽刺的心态去使用这词语，暗示这“面包之家”其实没有面包。

但除此之外，当《圣经》提到或书写上帝的“名字”时，它所指的远不止是指出某人所谈论的是哪种个性。这里的“名字”意味着祂的品格——祂的公义、品质、属性、本体。请注意以下几段经文：

(主讲人：如果可以的话，最好请小组中的不同女性站起来大声朗读这些经文。你可以把它们打印出来，再给她们一张写着经文的小纸条。)

“上帝的名是应当称颂的！从亘古直到永远，因为智慧能力都属乎他。”(但2:20)

“就要奉耶和华 - 他上帝的名事奉，像他众弟兄利未人侍立在耶和华面前事奉一样。”(申18:7)

“大卫对非利士人说：‘你来攻击我，是靠着刀枪和铜戟；我来攻击你，是靠着万军之耶和华的名，就是你所怒骂带领以色列军队的上帝。’”(撒上17:45)

“上帝啊，你受的赞美正与你的名相称，直到地极！你的右手满了公义。”(诗48:10)

“凡接待他的，就是信他名的人，他就赐他们权柄作上帝的儿女。”(约1:12)

最后，

“所以，你们祷告要这样说：我们在天上的父：愿人都尊你的名为圣。愿你的国降临；愿你的旨意行在地上，如同行在天上。”(太6:9, 10)

当然，上帝也有很多不同的称谓，这些称谓反映祂品格的不同方面、祂的圣约以及祂为我们的救赎所预备的一切所需的应许。我们在本次座谈会上将会探讨其中一些称谓和属性，并理解它们如何为我们的祷告内容更为丰富。

由于时间关系，我们不会探讨所有可能性，但是你们自己可以运用大约两周时间来尝试使用这些称谓和属性，如果你们想理解更多(我们希望你们会)，在你们的讲义上有一个网站，您可以在那里免费获取为期三十天的课程。

现在，请大家分为不超过五人的小组。

(分组时间)

现在，请在自己的小组轮流介绍自己的名字，按着你们所知道向小组成员提及关于你们名字的含义以及 / 或者你们的父母给你们取这个名字的理由。

(分享时间：4-5分钟)

现在，请看看讲义。

我是

当摩西在燃烧的荆棘中遇见上帝，上帝便指示他告诉以色列人：我是差遣他去的。(见出3:14) 这是一个至高无上、独立自主、完全自足的存在者的称谓。耶稣也多次使用“我是”这样的表述来彰显自己是上帝，比如：“我就是生命的粮。”(约6:35)。我是代表着过去、现在和未来的存在。

正如儿童故事中所提到的，“我是”一直存在。上帝在过去一直存在，现在祂也存在；感谢上帝，未来祂也会与我们同在。有趣的是，〈启示录〉1：4, 8 中也以类似的方式描述了上帝：“昔在、今在、以后永在”。

现在，你们分为小组中，用大约七分钟的时间去讨论一下这个标题对你们有何意义。查阅所建议的经文，以及你想到的任何其他提及“我是”的经文。然后，如果你们觉得自在的话，便轮流用“我是”这个名称和理念来进行祷告。

- 参考经文：出3:13-15；约10:7-11; 14:6
- 祷告：祢是伟大的“我是”，是唯一完全自足的存在。感谢祢让我能在祢这里找到我所需要的一切。

(在七分钟讨论结束的时候，主讲人把各小组召集回原位，然后询问有没有任何问题或者提问从祈祷及“我是”有没有新发现。)

现在，请你们看看讲义的下一部分。

全能者

上帝是无所不能。祂言出即成，万物皆由祂创造，而万物——每一种微生物、每一次呼吸——都是依靠祂而存在。对祂而言，没有什么是难成的事。

- 参考经文：诗 33:6-9；耶32:17；西1:17

- 祈祷：祢是全能的上帝。愿祢赐予我有信心和信念，使我信靠你的无限大能，深知在祢面前是没有难成的事。

我们希望你们能像对待“我是”这个名字那样去做这件事。这使你加以实践，更深入地理解如何透过上帝的名字祈祷来增加你们的祷告时间。这个可能会更加容易，因为它使人容易想到上帝的全能。不过，你又会如何把其融入到你们的祷告中呢？或许能否在赞美时间里进行？

(视乎剩余时间的长度而定，这可以让各个小组先自行决定选择上帝的名字/属性，然后进行讨论和祷告。要时刻停止讨论，让主讲人询问各小组所发现的成果，并让参加者去思考：他们自己在个人祷告中如何继续运用这个想法。

请让各小组提出他们有使用或能够想到的上帝名字或祂的某些属性，以此来构想他们自己的祷文，或许可以建议一些与这些名称相配的经文。主讲人强调这并不意味着这就是他们唯一的祈祷方式。这只是为他们提供一种方法，以便在需要时为自己的祷文增添多样性和意义。告诉女士们：这个项目来自导航者国际组织 (Navigators International)，她们可以参考讲义里列出的网站，以理解更多有关如何使用这些名称和建议的信息。这次研讨会只是一个介绍。)

讲义

祷告上帝的名

我是

当摩西在燃烧的荆棘中遇见上帝，上帝便指示他告诉以色列人：我是差遣他去的。(见出3:14) 这是一个至高无上、自足存在的上帝之名称。耶稣也多次使用「我是」这样的表述来彰显自己是上帝，比如：“我就是生命的粮。”(约6:35)。我是代表着过去、现在和未来的存在。“

- 参考经文：出3:13-15；约10:7-11；14:6
- 祈祷：祢是伟大的“我是”，是唯一完全自足的存在。感谢祢让我能在祢这里找到我所需要的一切。

全能者

上帝是无所不能。祂言出即成，万物皆由祂创造，而万物——每一种微生物、每一次呼吸——都是依靠祂而存在。对祂而言，没有什么是难成的事。

- 参考经文：诗33:6-9；耶32:17；西1:17
- 祈祷：祢是全能的上帝。愿祢赐予我有信心和信念，使我信靠你的无限大能，深知在祢面前是没有难成的事。

伟大的创造主

上帝创造一切，把光和暗、水和地、日与夜分隔开。祂是超然的、伟大的、刚强的。祂与你立约建立关系的时候显出祂那至高的大能、主权与忠心。

- 参考经文：创1, 2；赛40:28；约1:1-5
- 祈祷：伟大的创造主，祢创造太阳、月亮与星宿，使我感到惊奇，也渴望与我建立关系，感谢祢！愿祢每天帮助我从四周注意到祢的荣美。

爱

上帝的爱是如此伟大，祂甚至献出自己的独生子，使我们得以与祂建立亲密的团契。上帝的爱不仅包容整个世界，也紧紧拥抱着你们每个人。

- 参考经文：诗13:5；约3:16；约一4:7-10, 19
- 祈祷：亲爱的主，祢的爱无边无际，并带着牺牲的精神。恳求祢帮助我信靠祢那份永不止息的爱，尤其是在我试图将那份爱建立在我的表现之上的时候。愿祢教导我学习如何像祢一样去爱他人，如同祢先爱我一样。

父上帝

耶稣教导说，祈祷始于把上帝尊称为“父”（见太6:9）。圣灵提醒我们，我们是上帝的儿女，可以像“阿爸”（意思是“父亲”）一样去向祂倾诉，这是一个与“爸爸”的含义相似的亲密性亚兰词语。宇宙创造者会看顾你们。

- 参考经文：诗68:5, 6；路11:1-4；罗8:15-17
- 祈祷：亲爱的天父，感谢祢称我为祢的子民。请帮助我领会祢作为父母关爱孩子的那种方式。无论我的属世父亲如何向我诠释祢，愿祢也教导我怎样以祢的孩子和继承者的身份去度过人生。

医治人的上帝

上帝独自通过祂的儿子耶稣基督，为人类的堕落提供补救之法。福音是针对所有人而言，它在物质、道德和精神层面上都是一种补救措施。

- 参考经文：出15:22-26；诗103:1-5；太8:16, 17
- 祈祷：上帝，感谢祢成为我一位医治人救主。恳求祢显示我需要医治的地方，并领我去按照祢的最终医治计划迈出下一步。请祢向我展示如何能够与祢一起为世界，甚至是我们所在的社区带来医治的大能。

真理的灵

耶稣向祂的门徒们讲道：当祂离开后，天父会差派圣灵降临于世上，它会引领他们领悟一切真理。

- 参考经文：约14:16, 17; 15:26；约一5:6
- 祈祷：真理之灵，感谢祢作为一切真理的源头。愿祢继续倾听我的心声，在我困惑之时为我指引方向，祈求祢让我明白祢的指引有多么清晰。恳求祢提醒我祢是谁，以及祢所称的“我是”。

作出供应的主

祂现在会继续应许，正如祂过去所应许的一样，明日亦然。祂救赎人们脱离罪，赐予人以喜乐油代替使之悲哀的灰尘（见赛61:3），并为所有被接纳进入祂国度之门的人赐下永恒国度的公民身份。

- 参考经文：创22:9-14；太6:28-30；腓4:19
- 祈祷：作出供应的主，祢既是施行神迹的主，也是赐予日常所需的主。我把我的忧虑交托于祢，也在思考我的需求如何能得到满足。请祢提醒我祢过去是如何的供应我。

圣洁

上帝的圣洁并非仅仅是人类心目中对完美状态的最佳描绘。上帝是绝对且至高无上，未被玷污的。祂的圣洁是独一无二且无限的。

- 参考经文：赛6:1-3；彼前1:13-16；启4:8-11
- 祈祷：神圣的上帝，祈求祢藉着祢宝血的功德来使我变得圣洁，并凭祢的公义来护庇我。

全知者

上帝无所不知。祂的知识涵盖所有可行的信息，包括当前存在的、过去曾经存在的以及未来将会存在的一切事物。

- 参考经文：诗103:14; 139:1-6；约一3:20
- 祈祷：亲爱的上帝，祢理解我，知晓我的人生、过去、现在和未来。愿祢帮助我即便身处当前的困境，也依然能够信靠祢。

上帝是老师

所有信奉上帝的人应当承认自己是祂的仆人。祂有权作为我们生命的主宰并统治我们。

- 参考经文：撒下7:18-20；诗16:2；约13:12-17
- 祈祷：祈求祢告诉我如何成为人们的仆人式领袖。

无所不在者

上帝无处不在——祂与每个人都很亲近。

- 参考经文：诗139:7-12；耶23:23, 24；太28:20
- 祈祷：感谢上帝，祢与每个人都很亲近，因为祢是无所不在，祢是“我们在患难中随时的帮助。”(诗46:1)

全能上帝

上帝全然充足、慷慨无比，是一切福份的泉源。有祂在，一切皆有可能。

- 参考经文：创17:1, 2；诗8；太19:26
- 祈祷：上帝，我很感恩；在祢没有难成的事！

始和终

耶稣表明自己就是阿拉法和俄梅戛，这分别是希腊字母表中的第一字母和最后字母。祂表示自己在创造世界之初就说出第一个词语(见创 1:1)，并在世界更新之时说出最后一个词语。在两者之间每一刻，耶稣都在我们的生命和世界中动工。

- 参考经文：赛48:12；腓1:6；启22:13
- 祈祷：(以你们的母语说出第一个字母和最后一个字母。) 亲爱主，祢是_____，祢是_____！我的生命在祢的手中，祢在我的生命中会说出最后一句话！

如欲理解更多关于上帝的名称及相关信息，可以浏览导航者国际组织网站(只有英文版)：<https://www.navigators.org/disciplenaming/adm1/names-and-attributes-of-god/>。

其他参考材料：

怀爱伦，《耶稣：我们唯一能求告的名》；美国：太平洋出版社，2020

全球总会妇女事工部，《上帝的名：每天与上帝同行》(只有英文版)，<https://women.adventist.org/the-names-of-god?searchsite=women.adventist.org&ref=on-site-search&searchterm=Names+of%20God>