



# 祷告山日营20260309

## 预苦期禁食祷告·读经默想 Prayer Mountain Day Retreat

 时间 2026年3月9日(周一)09:30 – 14:30

 地点: Fasting Prayer Mountain of the World 997 Lockhart Gulch Rd, Scotts Valley, CA

 主题: 预苦期禁食祷告|为因信仰受逼迫的基督徒守望

预苦期(Lent)是教会年历中一段预备心灵、默想基督受难的时期。基督徒在这段时间透过禁食、祷告、悔改与读经,重新思想十字架的意义。这次祷告山日营,也回应华人基督徒的一个倡议:每月9日禁食祷告日,纪念中国及世界各地因信仰受逼迫的基督徒。我们愿意在神面前安静自己,为福音的缘故受苦的肢体祷告,也让自己的生命被主更新。本次读经将以《利未记》为主,思想:神的圣洁;赎罪与献祭;悔改与洁净;神子民如何活出分别为圣的生命。「你们要圣洁,因为我耶和华你们的神是圣洁的。」——利未记 19:2 鼓励大家禁食参加(可按身体情况调整)。

### 09:30 – 10:00 抵达·安静预备

安静进入祷告山环境,让心从忙碌的生活转向神。可以默祷:「神啊,求你鉴察我,知道我的心思;试炼我,知道我的意念。」——诗篇 139:23

### 10:00 – 10:15 开始聚会 | 主题介绍与祷告

简要介绍 ①本次日营主题 预苦期禁食祷告 ②回应倡议 每月9日为中国及受逼迫基督徒禁食祷告 ③今日读经主题 利未记:圣洁与赎罪。「若不流血,罪就不得赦免了。」——希伯来书 9:22 旧约的献祭,最终指向耶稣基督的十字架。

### 10:15 – 10:45 步行灵修 Prayer Walk(30分钟)

在山间步行默想、祷告:不交谈,只与神同行;以一句经文或问题开始(如:「主啊,你要我看见什么?」)  
参考默想经文:  利未记 16章(赎罪日) 思想:人的罪;神的赦免;基督成为我们的赎罪祭

### 10:45 – 12:45 独处读经·默想祷告(2小时) 利未记。

地点:各自找安静处。可自由选择读第16章,或数章,或全卷。参考选择:利未记 1-7章(献祭的意义);利未记 8-10章(祭司的侍奉);利未记 16章(赎罪日);利未记 19章(圣洁生活)等。

默想问题 ①神的圣洁向我显明什么? ②我的生命有哪些需要悔改? ③基督的十字架对我意味着什么? ④神呼召我如何活出分别为圣的生命? 预苦期默想经文:「他为我们的过犯受害,为我们的罪孽压伤。」——以赛亚书 53:5

### 12:45 – 14:00 分享与守望祷告(1小时15分钟)

大家一起聚集。①分享读经亮光 ②分享个人祷告感动 ③为受逼迫基督徒守望  
祷告主题:因信仰受逼迫的基督徒;华人教会复兴;福音在世界传播  
经文:「若一个肢体受苦,所有的肢体就一同受苦。」——哥林多前书 12:26

### 14:00 – 14:15 安静祷告·结束祝福

最后的安静时刻:可以写祷告、默想经文、为自己重新献上生命。最后主祷文结束。