第四课 - 祷告生活

祷告是发自内心，这种发自内心的祷告，是神所喜悦的。

神喜欢我们亲近祂和凡事向祂求问，同时，祷告是向神表达内心的感受，例如：赞美，感恩…等。

（一）「祷告」的定义

祷告是基督徒最珍贵的特权，是与神交谈，表达心声的最佳途径。

祷告是凭信心与神谈话，让祂知道您的心声。

祷告可以将您带入与神亲密的相交里，向祂倾诉您极需要祂、倚靠祂，并向祂表达您的需要。

主耶稣透过（太 7：7-11）教导和鼓励门徒祷告和寻求神，因为神要善待祷告和寻求祂的人。以祈求、寻找和叩门，这三个词语来学习祷告祈求，因为包括了祷告祈求的整个范畴。

（1）**祷告就是祈求和得着** - 是指普通、一般的祷告。

（2）**祷告就是寻找和寻见** - 是指专一的求问，在祷告里寻找神对这个旨意的意思，直到寻见。

（3）**祷告就是叩门和开门** - 是指进一步迫切的祈求神，不断叩门，直到神开门。

根据主耶稣在（太 7：7-11）的教导，祷告应该是恒切、多次、多方，直到得着神的答应。因为当我们愿意恒切和逼切的祈求、寻找、叩门时，许多事情都会有可能和改变的。

但神是无所不知，无所不能，无所不在，祂亦知道我们的心思意念，我们的好处也不在祂之外等，为何还要祈求？

神是无所不知，无所不能，无所不在，祂知道我们的心思意念等，但我们仍要祈求的原因：

（1）有些东西、事物等是神早已预备给我们的，我们祈求与不祈求，神都会赐给我们的，例如：阳光、空气、水、花草树木等；但我们不祈求就不知道是神赐给我们的，我们就会将它们当作理所当然的，因此是让我们学会有感恩的心；

（2）但有些额外的东西、事物等，我们不祈求表示我们认为不重要或认为自己有能力可以应付，神就等我们向祂祈求，例如：读书、工作求神赐聪明智慧、生病求神医治等，目的是让我们知道不是靠自己，仍是神所赐的恩典。

（3）更加体会神真实的同在、同工、同行。

（二）「祷告」的需要

主耶稣在地上时，常常向父神祷告。并祂对信徒的命令「要人常常祷告」（路 18：1）。

主耶稣 - 神的儿子都需要祷告，我们就更需要不住的祷告。

（1）表明爱神	喜欢亲近神，爱慕神，与祂谈话。
（2）表示信靠	承认自己软弱，需要依赖神的帮助，因为 祷告要救您脱离一切患难（诗 34：6）； 祷告能开启神智慧的宝库（雅 1：5）； 祷告是得能力的渠道（耶 33：3）。
（3）表达感恩	祷告不单是祈求，也是向神感恩和赞美。
（4）表示关怀	真诚的为别人、社区的治安、世界的局势等代祷，真正关心和关怀的表现。
（5）表示顺服	祷告是主耶稣留下美好的榜样（太 26：39 、 42）。

（三）如何「祷告」？

门徒对主耶稣说：『求主教导我们祷告，像约翰教导他的门徒。』（路 11：1 下）

主耶稣就给了门徒，这个祷告的模范（太 6：9-13）

（1）先为神的国祷告

「所以你们祷告，要这样说：

（i）我们在天上的父，愿人都尊祢的名为圣 - 我们要为人人都懂得尊神的名为圣祷告，因为祂是全能、全智和全在的神，更是万王之王、万主之主；祂是配受所有一切的敬拜和尊重，世人被撒但和自己的私欲蒙蔽，不懂将神应得的尊贵和荣耀归给祂；

（ii）愿祢的国降临 - 我们要为神的国降临在人心里祷告；

（iii）愿祢的旨意行在地上，如同行在天上 - 我们要为神的旨意得以成就在地上，如同成就在天上祷告；

（2）然後为世人和自己祷告

（i）我们日用的饮食，今日赐给我们 - 我们要为日用的需要仰赖神的供应祷告。

（ii）免我们的债，如同我们免了人的债 - 我们要为神已经赦免我们的罪感谢神，并要学习和操练饶恕别人祷告。

（iii）不叫我们遇见试探，救我们脱离凶恶〔恶者〕- 我们要求主带领我们脱离凶恶祷告；因为国度，权柄，荣耀，全是祢的直到永远，阿们（诚心所愿）。」

「你们要先求祂的国，和祂的义这些东西都要加给你们了。」（太 6：33）

（四）「祷告」的内容[1]

祷告是与神交谈，因此可以无所不谈。

祷告的内容可以用（**ACTS**）的形式来表达：

（1）敬拜 Adoration	为神的属性和作为，赞美神，称颂神（代上 29：10-13；诗 95：1-7） 「耶和华阿，尊大，能力，荣耀，强胜，威严都是祢的。凡天上地下的，都是祢的，国度，也是祢的；并且祢为至高，为万有之首。丰富尊荣都从祢而来，祢也治理万物，在祢手里有大能大力，使人尊大强盛都出於祢。我们的神阿，现在我们称谢祢，赞美祢荣耀之名。」（代上 29：11-13）
（2）认罪 Confession	为我们自己的过犯，求神赦免（诗 51 篇） 「…神阿，求祢按祢的慈爱怜恤我，按祢丰盛的慈悲涂抹我的过犯。求祢将我的罪孽洗除净尽，并洁除我的罪。」（诗 51：1-2） 「神所要的祭，就是忧伤的灵。神阿，忧伤痛悔的心，祢必不轻看。」（诗 51：17）
（3）感恩 Thanks-giving	为神的恩典，感谢神（太 11：25；路 17：11-19；诗 50：14） 「你们要以感谢为祭献与神，又要向至高者还你的愿。」（诗 50：14） 「…内中有一个见自己已经好了，就回来大声归荣耀与神。又俯伏在耶稣脚前感谢祂…。」（路 17：15-16）
（4）祈求 Supplication	为别人和自己的需要，恳求神（腓 4：6-7；弗 6：18-19；雅 5：16；诗 86：6） 「应当一无挂虑，只要凡事藉着祷告，祈求，和感谢，将你们所要的告诉神。神所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里，保守你们的心怀意念。」（腓 4：6-7） 「靠着圣灵，随时多方祷告祈求，并要在此儆醒不倦，为众圣徒祈求。也为我祈求…。」（弗 6：18-19）

[1] 卢宏博，《茁苗：初信栽培手册》（香港：天道书楼有限公司，2006），页 77。

	「所以你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。义人祈祷所发的力量，是大有功效的。」（雅 5：16）

祈祷结束时，为何说「**奉主名求**」？

「**奉主名求**」意思是因为只有藉着主耶稣的恩典，我们才能来到神面前祈求（约 14：6 、13）。「所以我们只管坦然无惧的，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）

「**阿们**」或「**诚心所愿**」- 「**阿们**」是译音，意思就是诚信真实（启 3：14）。

（五）「祷告」的态度：[2]

（1）必须先处理自己的罪 - 「我若心里注重罪孽，主必不听。」（诗 66：18）

（2）必须有正确的动机 - 错误的动机就是妄求「你们求也得不着，是因为你们妄求。」（雅 4：2-3）；因此必须有正确的动机和态度：诚实（约 4：24；代下 16：9）；敬虔（诗 25：14）；谦卑（代下 7：14-15）。

（3）必须按神的旨意求 - 「我们若照祂的旨意求甚麼，祂就听我们，这是我们向祂所存坦然无惧的心。既然知道祂听我们一切所求的，就知道我们所求於祂的无不得着。」（约一 5：14-15）

（4）必须用信心 - 要凭着信心祷告，因为「人非有信，就不能得神的喜悦。」（来 11：6）；「只要凭着信心求，一点不疑惑。」（雅 1：6）

（5）必须有恒切的心 - 「要常常祷告」（路 18：1）主耶稣的榜样「次日早晨，天未亮的时候，耶稣起来，到旷野地方去，在那里祷告。」（可 1：35）

<u>祷告的姿态</u>

没有特定的姿态，只要适合当时的场合，以下是圣经里的一些祈祷姿态作为参考：

（1）跪下（路 22：41；拉 9：5；但 6：10）；

（2）站着（路 18：13）；

（3）坐着（代上 17：16）；

（4）行走（徒 3：8-9）；

（5）躺卧（王下 20：1-3；诗 4：4）等。

（六）「祷告」的实践[3]

（1）养成随时、随地祷告的习惯

[2] 同上，页 77-78。

[3] 同上，页 80-81。

（2）计划每天定时、定点的祷告

（i）<u>时间</u>：灵修时祷告，或指定一段时间祷告

（ii）<u>地方</u>：灵修时的地方，或固定一个地方

（3）<u>方法</u>：思想一下怎样分配祷告事项 - 例如：每日专为一类事情祷告。

（七）「祷告」的障碍

当您发觉自己对祷告没有兴趣或提不起劲时，就要在神面前坦诚自己的问题，透过神的话语省察自己，有没有以下的原因：

（1）心里注重罪孽、自私或妄求，会阻碍祷告（赛 59：1-2；诗 66：18；雅 4：2-3）

（2）心存骄傲，会阻碍祷告（路 18：9-14；雅 4：8；诗 10：17）。

（3）不肯宽恕人或与人不和，会阻碍祷告（太 5：22-24）。

（4）不信或缺乏信心，会阻碍祷告（雅 1：6-8；来 11：6）。

（5）没有和谐的夫妻关系，会阻碍祷告（彼前 3：1-7）。

相信神会帮助您，因为「神的道是活泼的，是有功效的，比一切两刃的剑更快，甚至魂与灵、骨节与骨髓，都能刺入剖开，连心中的思念和主意，都能辨明。」（希 4：12）

（八）「祷告」的回答[4]

祷告的回答，有以下几种情况：

（1）有时是即时的「答应」（Yes）。

（2）有时是会「迟延」（Wait），神的时间未到，但不是拒绝。

（3）有时是会「不」（No），可能是不合神的旨意（约一 5：14；雅 4：3）。但当神给您「不」的回答，祂通常会以平安和恩典随着那个回答。

（4）神回答您的祷告，有时与您所想的不同，不是按您的时间、心意，而是按祂完美的旨意。

实践应用

在神面前祷告：

（1）要全心谦卑、单纯、热切地祷告，深信神垂听祷告。

（2）求神启示在您心中，任何不讨祂喜悦的事，立刻求祂赦免，并立刻纠正、更改。

（3）若神已经指示您，祂的旨意後，便应立刻按神的旨意遵行。

[4] 同上，页 77。