

### 第三課 -- 傾心吐意的禱告

本課目的：教導初信者明白禱告的意義及內容。禱告的重要性和對個人靈命成長的幫助，如何禱告，並實踐禱告生活、每時每刻可以向神傾訴心事。

課文大綱：

<b>(一) 引言</b> 當你信主耶穌成為神的兒女，你就擁有可以直接與神交談的特權。	
<b>(二) 內容</b>	
<b>(1) 禱告的定義</b>	當你成為基督徒，亦等於成為主耶穌的知己朋友。祂渴慕與你交談，你有沒有渴慕，可以與祂有傾心吐意的交談？ <b>你覺得禱告重要嗎？</b> 我們可以藉禱告與神建立密切關係。 (i) 禱告是基督徒最珍貴的特權，是與神溝通的最佳途徑。 (ii) 禱告是憑信心與神談話，向祂表達你內心的感受，例如：讚美，感恩…。 (iii) 禱告可以將你帶入與神親密的溝通裡，向祂傾訴你極需要祂、倚靠祂，並向祂表達你的需要，神喜歡我們凡事向祂求問。 (iv) 發自內心的禱告，是神所喜悅的。
<b>(2) 禱告的需要</b>	主耶穌在地上的時候，常常向父神禱告。主耶穌 -- 神的兒子都需要禱告，我們就更需要不住的禱告。 (i) <b>表明愛神</b> - 喜歡親近神，與祂談話。 (ii) <b>表示信靠</b> - 承認自己軟弱，需要依賴神的幫助，因為禱告能開啟神智慧的寶庫（雅 1：5）；禱告是得能力的渠道（耶 33：3）。 (iii) <b>表達感恩</b> - 禱告不單是祈求，也是向神感恩和讚美。 (iv) <b>表示關懷</b> - 真誠的代禱是對人、對事，真正關懷的表現。 (v) <b>表示順服</b> - 禱告是主耶穌留下的榜樣，並祂對信徒的命令「要人常常禱告」（路 18：1）。
<b>(3) 禱告應有的態度<sup>1</sup></b>	(i) <b>必須有正確的動機</b> - 誠實（約 4：24；代下 16：9）；敬虔（詩 25：14）；謙卑 - 全心謙卑、單純（代下 7：14-15）。 (ii) <b>必須按神的旨意求</b> - 「我們若照祂的旨意求甚麼…」（約壹 5：14-15） (iii) <b>必須用信心</b> - 要憑信心禱告，深信神垂聽禱告。因為「人非有信，就不能得神的喜悅。」（來 11：6）；「只要憑著信心求，一點不疑惑。」（雅 1：6） (iv) <b>必須有恆心</b> - 「要常常禱告」（路 18：1）主耶穌的榜樣「次日早晨，天未亮

	的時候，耶穌起來，到曠野地方去，在那裡禱告。」（可 1：35）
(4) 禱告的內容 <sup>ii</sup>	<p>禱告是與神溝通，因此可以無所不談。一般禱告內容包含四樣，可以用（敬認感求 <b>ACTS</b>）作提示：「敬認感求」代表甚麼？就是敬拜、認罪、感恩、祈求。</p> <p>(i) <b>敬拜 (Adoration)</b> - 為神的本性和作為，表示崇拜和讚美，欣賞神的美善，例如：祂的慈愛、公義、聖潔等，並將一切榮耀頌讚歸給神。</p> <p>(ii) <b>認罪 (Confession)</b> - 為自己的過犯，求神赦免（詩 51 篇）。許多時，我們都會犯錯，有時得罪人，有時思想錯誤，這些都是神所不喜悅的，所以我們要在禱告時向神認罪並且悔改，神應許必會赦免。（約壹 1：9）</p> <p>(iii) <b>感恩 (Thanksgiving)</b> - 為神的恩典，感謝神（太 11：25）。神給我們的經歷，無論大事小事，都有祂的美意，所以要感謝祂。</p> <p>(iv) <b>祈求 (Supplication)</b> - 為別人和自己的需要，祈求神。除了為自己的需要禱告，更應多關心和為別人祈求。（提前 2：1-2）</p> <p><b>為何祈禱結束時，要說「奉主名求」？</b></p> <p>「奉主名求」的意思 -- 因為人有罪，只有透過主耶穌才能到神面前祈求。這是主耶穌的吩咐，凡奉主名發出來的祈求，神必應允。（約 14：13-14；16：24）</p> <p>「阿們」表示「誠心所願」-「阿們」是譯音，意思禱告是出於誠信真實（啟 3：14）。</p>
(5) 禱告的障礙	<p><b>有時神不會聽我們的禱告，你知道是甚麼原因？</b>當你發覺自己對禱告沒有興趣或提不起勁，就要在神面前坦誠，透過神的話提醒自己。（希 4：12）求神啟示在您生命中，有甚麼不討祂喜悅的事，並立刻求祂赦免。</p> <p>(i) 心裡注重罪孽、自私或妄求會阻礙禱告（詩 66：18；雅 4：2-3）。</p> <p>(ii) 心存驕傲會阻礙禱告（路 18：9-14；雅 4：8；詩 10：17）。</p> <p>(iii) 不肯寬恕人或與人不和，會阻礙禱告（太 5：22-24）。</p> <p>(iv) 不信或缺乏信心會阻礙禱告（雅 1：6-8；來 11：6）。</p>
(6) 禱告的回答 <sup>iii</sup>	<p>(i) 回答有時是即時的（是）。</p> <p>(ii) 回答有時會是遲延（等），神的時間未到，但不是拒絕。</p> <p>(iii) 回答有時會是「不」，可能是不合神的旨意（約壹 5：14；雅 4：3）。但當神給你「不」的回答，祂通常會以平安和恩典隨着那個回答。</p> <p>(iv) 神回答你的禱告，有時不是按你的時間、你的意思，而是按祂完美的旨意。</p>
(7) 禱告的實踐 <sup>iv</sup>	<p>(i) 養成隨時隨地禱告的習慣</p> <p>(ii) 計劃每天定時、定點的禱告</p> <p>(a) <b>時間</b>：靈修時禱告，或指定一段時間禱告</p>

	<p>(b) <b>地方</b>：靈修時的地方，或固定一個地方</p> <p>(iii) <b>方法</b>：思想一下怎樣分配你的禱告事項 - 例如：每日專為某一類事情禱告。</p> <p>(iv) <b>記錄代禱事項及蒙應允的經過</b>。</p> <p>現在讓我們嘗試一起用上述四方面的內容向神禱告。可用一本部，記下禱告事項。</p>
<p><b>(三) 結束及約見</b></p> <p>(1) 鼓勵每天靈修和記錄靈修心得</p> <p>(2) 鼓勵背誦經文</p> <p>(3) 詢問初信者的代禱事項</p> <p>(4) 確定下星期見面的時間和地點。</p>	
<p><b>(四) 常遇的困難<sup>v</sup></b></p>	
<p><b>(1) 初信者不願開聲禱告，怎辦？</b></p>	<p>可盡量鼓勵他/她，說明開聲禱告的好處是幫助集中精神，及使別人聽到可以和應。</p> <p>若仍不敢開聲祈禱（可能因性格問題），不要過分勉強，日後慢慢幫助他，例如：製造更多二人祈禱的機會或帶領他參加祈禱會等。</p>
<p><b>(2) 敬拜和感恩的混淆</b></p>	<p>敬拜和感恩的意思經常引起混淆，可區分清楚：</p> <p>敬拜 = 尊崇、敬畏、讚美、頌揚，像演唱會中歌迷讚美歌手唱得好聽，鼓掌。</p> <p>感恩 = 感激、多謝的說話，例如：感激父母養育之恩，多謝別人送的禮物。</p>

<sup>i</sup> 盧宏博，《茁茁：初信栽培手冊》（香港：天道書樓有限公司，2006），頁 77-78。

<sup>ii</sup> 同上，頁 77。

<sup>iii</sup> 同上，頁 77。

<sup>iv</sup> 同上，頁 80-81。

<sup>v</sup> 許秀清醫生，《初信成長八課》（香港，九龍：香港青年歸主有限公司，2003），頁 35-36。