

第四課 禱告

初信主的人，常常感覺在禱告上有困難，不大敢禱告。甚至有人會覺得禱告是一件很神祕的事，輕易不肯禱告。原因是人對禱告沒有清楚的認識，以致心有懼怕和膽怯。

禱告是甚麼？

- 禱告就是與 神談話，如同我們與人談話一樣。
- 我們禱告可以純粹是爲了與 神溝通，也可以是爲了向 神求幫助。
- 跟人交談沒有一定的形式、詞彙，同樣地，向 神禱告也沒有一定的形式、詞彙，一切按其自然，由心而發。
- 談話不是一種社交儀式，禱告也不是一種宗教儀式。
- 有些人根本和 神沒有關係，或者不是向 神禱告，即使他們在「禱告」，也跟對著空氣說話無異， 神不會理會他們的「禱告」。

禱告的對象是 神——我們在天上的父

- 禱告是對 神說的話，不是對人或對自己說的話。
- 神聽我們的禱告，就如同父親聽兒女說話一樣。既然兒女跟父親之間的交談是一件何等無拘無束的事，那麼我們跟 神之間的禱告也理當是一種自由、一種釋放、一種享受。
- 有些基督徒會因爲自己不懂如何禱告，說話少、張口結舌，擔心 神沒有耐性聽這種禱告，以致不敢放膽向 神禱告。其實禱告的功課就如同一個小孩子牙牙學語一樣，他們最初學講話時，都是語音單調，也很少內容。長大一點，話就漸多，及至長大成人，說話就有分量、有內容。我們開始學禱告也是一樣，一定會經過生硬的階段，慢慢操練就會成熟起來。
- 因此，不要太在意信主日子長的人怎樣禱告，只要認定自己是不變的兒女身分，跟天父傾心吐意，我們就不會感到有難處。

爲何要禱告？

基督徒需要時刻禱告，主要有以下三大原因：

- 禱告是屬靈生命的呼吸
- 禱告是對抗魔鬼攻擊的必勝武器
- 禱告能解決難處與應付需要

(1) 屬靈生命的呼吸

- 一個初生嬰孩一出母腹就需要吃奶——但在吃奶之前，這嬰孩必須首先能夠呼吸，才能生存下去。同樣地，一個人在 神裡重生得救，也必須時刻活在屬靈生命的呼吸中。
- 「不住的禱告。」（《帖撒羅尼迦前書》5：17）
古希臘人喜歡用原文的「不住」，去形容一個人連續乾咳的情況——換言之，雖然人確實不可能每一秒鐘都在禱告，但 神鼓勵我們盡可能禱告得頻密一點，如同連續乾咳一樣。
- 不住的禱告，就是不間斷地有屬靈生命的呼吸，多親近 神。

(2) 對抗魔鬼攻擊的必勝武器

即使我們已重生得救，魔鬼仍要花盡千方百計去攻擊我們，使我們對 神失去信心。即使是耶穌，祂在地上期間也多次受到魔鬼攻擊、試探——這時候，我們需要懇切向 神禱告，求神幫助我們勝過罪惡的攻擊，因為 神應許過，祂絕不將人所不能承受的挑戰加在人身上。（《哥林多前書》10：13）

(3) 解決難處與應付需要

- 我們向 神禱告，祂聽禱告，也應允禱告，我們可藉此經歷到 神的恩典及信實。
- 「你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。」（《馬太福音》7：7）
我們只要向 神祈求，那不管有多大的難處與需要， 神都能為我們解決，為我們成全。

使禱告蒙 神應允的四大原則

(1) 誠實

- 「耶和華所恨惡的……就是……撒謊的舌……」（《箴言》6：16-17）
禱告內容不能虛假，不在乎文詞的美麗，不在乎長短，最重要是誠實。
- 「主啊，救我！」（《馬太福音》14：30）
這是全本《聖經》中所記載最短的一個禱告，當時彼得快要在水上沉下去。不過耶穌並沒有因為這個禱告太短而忽視彼得，因為這是彼得心中真實的呼求，所以祂救了彼得。
- 不可因為覺得其他人的禱詞美麗而胡亂模仿， 神看重的是我們內心的誠實。

(2) 根據心中的負擔

- 「 神是個靈，所以拜祂的必須用心靈和誠實拜祂。」（《約翰福音》4：24）
除了誠實以外，我們也需要用自己的心靈向 神禱告，而非單按自己頭腦的理智去禱告。
- 「我們本不曉得當怎樣禱告，只是聖靈親自用說不出來的歎息替我們禱告……因為聖靈照著 神的旨意替聖徒祈求。」（《羅馬書》8：26-27）
神常藉著聖靈，把祂要我們禱告的事情放在心中，於是我們的心就有了「負擔」、有了「重」的感覺。我們若照著負擔禱告，負擔就會頓時有被卸下的感覺。
- 禱告是根據心中的負擔，經過心思的整理，再用言語表達出來。
- 若然沒有負擔，單憑思想想出來的話，即使有很完善的道理和屬靈的知識，卻是空洞的、沒有實質的。
- 「你在 神面前不可冒失開口，也不可心急發言；因為 神在天上，你在地下，所以你的言語要寡少。」（《傳道書》5：2）
我們必須學習根據 神的負擔來禱告，不要胡亂地想到甚麼就說甚麼，因為 神不喜歡人對祂冒失開口。
- 我們若然不感到有禱告的負擔，可以向 神求， 神必定願意使我們有禱告的負擔。

(3) 信心

「所以我告訴你們，凡你們禱告祈求的，無論是甚麼，只要信是得著的，就必得著。」（《馬可福音》11：24）

我們禱告時不但要誠實，更要用心相信 神必會應允我們的禱告。

(4) 同心

「我又告訴你們，若是你們中間有兩個人在地上同心合意的求甚麼事，我在天上的父必為他們成全。」（《馬太福音》18：19）

如果我們跟其他信徒同心為某一件事禱告的話，就會產生極大的力量， 神必定願意成就。

禱告不蒙 神應允的四大原因

有時候，我們禱告雖然已按著負擔，既誠實，亦相信，也同心，但卻遲遲未得 神應允，主要原因如下：

(1) 罪惡

「耶和華的膀臂並非縮短，不能拯救，耳朵並非發沉，不能聽見，但你們的罪孽使你們與神隔絕；你們的罪惡使祂掩面不聽你們。」（《以賽亞書》59：1-2）

罪惡能隔絕人與 神之間的親密關係，因此我們必須時刻察驗自己，遠離罪惡。

(2) 妄求

「你們求也得不著，是因為你們妄求。」（《雅各書》4：3）

妄求就是超過實際需要、出於自私的祈求，例如向 神求發一筆橫財、不勞而獲等，這些禱告都不會被 神悅納。

(3) 與人間隔

「所以，你在祭壇上獻禮物的時候，若想起弟兄向你懷怨，就把禮物留在壇前，先去同弟兄和好，然後來獻禮物。」（《馬太福音》5：23-24）

我們祈禱時，若心中責備我們與人間隔，就得先嘗試跟人和好，我們跟其他人的關係常反映出我們跟 神之間的關係。

(4) 學習等候 神

神有時並非不成就禱告，卻是故意延遲，因為 神有自己的計劃及時間——這時候，我們惟有專心等候，並繼續相信 神的應許、信實。

實踐每天禱告的具體方法

如同穿衣吃飯等必要時務一樣，我們必須每天騰出一些時間安靜禱告(可能十至數十分鐘時間不等，因應個人情況而定)，而這段時間必須是我們跟 神個人之間的溝通時間。如有需要，可以將禱告事項用記事本摘下，方便時刻記住。

以下有一個可供參考的祈禱事項範疇樣式(ACTS，或「敬認感祈」)：

- **Adoration** (敬拜)：敬拜就是崇拜和讚美 神，欣賞 神的美善，如 神的慈愛、公義、聖潔等，並將一切榮耀頌讚歸給祂。
- **Confession** (認罪)：我們很多時都會犯罪、出錯，這些事情都不得 神喜悅。因此我

們要在禱告中向 神認罪並且悔改， 神應許過必定會赦免我們。

「我們若認自己的罪， 神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。」（《約翰壹書》1：9）

- **Thanksgiving (感恩)：** 神給我們的經歷，無論事大事小都好，都有祂的美意在當中，所以我們要感謝祂。

「凡事要奉我們主耶穌基督的名常常感謝父 神。」（《以弗所書》5：20）

- **Supplication (祈求)：**除了為自己的需要祈求，也要關心別人，為他人的需要代求，更要為 神的國度祈求。

「你們需用的這一切東西，你們的天父是知道的。你們要先求祂的國和祂的義，這些東西都要加給你們了。」（《馬太福音》6：32-33）

「我勸你，第一要為萬人懇求、禱告、代求、祝謝；為君王和一切在位的，也該如此，使我們可以敬虔、端正、平安無事的度日。」（《提摩太前書》2：1-2）

為甚麼禱告結束時總要「奉主名求」？

因為人有罪，必須靠著主耶穌才能親近 神。主耶穌曾吩咐門徒，只要奉祂的名祈求甚麼，神都必定成就。「奉主名求」本身並不是一個咒語，但卻是我們對主耶穌信心的表現。（《約翰福音》14：14，16：24）

「阿們」是甚麼？

「阿們」是希伯來語，意即「誠心所願」，表明禱告是出於真心摯誠。

結論

神豐富的恩典，早已為兒女預備好，禱告就是幫助我們得著 神恩典的方法。因此，不禱告確實是對我們很大的屬靈損失。我們信主後，不單要好好地學習禱告，還要好好地追求長進，作一個禱告的人。

「多禱告，多有能力；少禱告，少有能力；不禱告，沒有能力——我們要常常禱告。」（童謠）

思考

一、背誦以下有關信主後要多禱告的《聖經》經文：

「你們若常在我裡面，我的話也常在你們裡面，凡你們所願意的，祈求，就給你們成就。」（《約翰福音》15：7）

二、試分享你最近蒙 神應允的兩個禱告。

本教材編修全取錄自王國顯所著、《海外校園》雜誌社及《大使命中心》共同出版之《中國學人培訓材料：信仰系列·長進之路》，許秀濤所著、香港青年歸主協會出版之《初信成長八課·更新版：栽培員手冊》，肢體交通雜誌社出版之《讀經手冊、禱告手冊》，鄭天福著、神的教會書室出版之《生命的道路》，以及由美國達拉斯神學院(Dallas Theological Seminary)神學系博士 Thomas L. Constable 所著之《聖經》查經筆記。所有中文《聖經》經文均引自《新標點和合本》，版權屬於漢語《聖經》協會有限公司，蒙允准使用。