

如何禱告

黃玉燕

禱告就是與神說話，也聆聽神的聲音。我們既然呼叫神為阿爸父，很自然的也會盼望與祂有親密的關係。但是如何禱告呢？

一、以信心親近神

「人非有信心，就不能得上帝的喜悅；因為到上帝面前來的人必須信有上帝，且信祂賞賜那尋求祂的人。」（來十一·6）

可能有很多人不相信上帝垂聽禱告，所以他們不禱告。聖經告訴我們，上帝垂聽有信心禱告。

二、懇切向神祈求

「你們得不着，是因為你們不求。」（雅四·2）我們有時間吃飯、睡覺、娛樂，卻沒有時間禱告。神樂意我們多花時間向祂祈求，好使祂可以將各樣的福氣傾倒給我們。

三、認罪求赦悔改

「我若心裡注重罪孽，主必不聽。」（詩六十六·18）用言語向上帝承認我們的罪，且求祂的赦免，這樣才能與上帝有甜美的交通。

四、禱告的內涵

禱告是人與神的交往。神藉着祂的話語，

以及在我們心裡的聖靈，向我們說話。信徒能透過敬拜、認罪、祈求、代禱和感恩回應神。

敬拜：用心靈來敬拜讚美神的尊貴、榮耀、全能、恩典。敬拜可以使我們與神更親近，使我們能穩行高處，充滿神的喜樂與平安。詩篇是引導信徒進入敬拜讚美的好例子。

認罪：「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。」（約壹一·9）

如果我們沒有看見自己的罪污，就不能讚美神的聖潔。聖經說承認自己過犯的，神就滿有恩典的赦免他。

祈求：很自然的，人會為着自己各種需要向神禱告，但是主的教導，就是首先要求的是「神的國、神的義」（太六·33）。主也應許我們說：「向來你們沒有奉我的名求甚麼，如今你們求，就必得着，叫你們的喜樂可以滿足。」（約十六·24）

代禱：為着各種事情代禱，是信徒無可推諉的責任。舉凡教會的事工、團契、教牧、長

執、同工、慕道友、家人、親戚、同學、宣教士、國家、世界和平等，都需要我們的代禱。為別人代求，可以看見神的福氣臨到別人，也使我们學習愛心的功課。先知撒母耳告訴以色列人：「至於我，斷不停止為你們禱告，以致得罪耶和華。」（撒上十二·23）

感恩：向神禱告要常常帶着感恩的心。保羅說：「要常常喜樂，不住的禱告，凡事謝恩；因為這是神在基督耶穌裡向你們所定的旨意。」（帖前五·16，18）

信徒與神交談、向神禱告、感謝祂的垂聽，就必經歷神所賜的喜樂。

五、禱告的難處

在實行禱告時，可能會遇見的難處：
不敢禱告：知道神是聖潔的，而自己不過是一個罪人，因此不敢藉着禱告親近神。其實，神愛我們，只要我們誠心悔改，祂必悅納我們的禱告。

不會禱告：不知道怎樣禱告的人，可以從詩篇着手學習詩人的禱告。多學習，禱告就會有進步。

不能專心：出聲禱告，可以幫助我們集中思想，更能有專一的心。盡量找適合的時間與地點，使禱告不受打擾。

不想禱告：不想禱告，越要禱告，因為這可能是出於魔鬼的攪擾，不要我們親近神。不要憑感覺，要憑信心，捉着神的應許：「你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。」（太七）

六、實踐禱告的建議

禱告簿：鼓勵用一本禱告簿，記下你的禱

告。如果沒有禱告簿，就很容易忘記了代禱事項，及他不知道神聽了禱告。看見神應許我們的禱告，會幫助我們更認真尋求神。

禱告同伴：求神賜下一位或兩位同性禱告伙伴，常常聚在一起禱告、分享、激勵、指正。禱告同伴是神賜下最寶貴的禮物。

參加禱告會：除了個人的禱告，也參加教會的禱告會。聖徒相聚在一起禱告，就彷彿許多枝柴火燃在一起，熊熊的烈火，推動了教會復興的輪子。

「充實的學問，不能抵償禱告的怠忽，熱心的工作、學識、才幹，也不能補償禱告的虧欠。」慕安得烈說：「基督徒不好好的禱告，不是軟弱，也不是虧欠，乃是沉重的罪。」禱告是體驗神恩典的方法，不禱告受虧損的是我們自己。願我們一起向主禱告說：「求主教導我們禱告！」（作者係大馬保福堂教士）

小人物大信心（二十八）

迦南婦人的信心（三）

宋華忠

骨肉處危境，慈母心焦愁；
虛心祈求主，耶穌賜應許。

我們教會主日聚會崇拜之後，弟兄姊妹有一些時間，聚集在一起，聚餐交通，思想在主日崇拜時所讀的，所講的經文。

上主日我用路加福音廿二章中的迦南婦人所表示信心來勉勵會眾，盼望大家向她學習，她怎樣在三方面表彰的信心。她是我們今天的

基督徒所當表示的信心，我們必須要：第一，相信主耶穌是「大衛的子孫」，如同保羅在羅馬書一章3節所說的：「按肉體說一耶穌基督