第五讲：祷告

一、什么是祷告？

威斯敏斯特小要理问答在第 98 问对祷告做了一个很有帮助的定义：

问：祷告是什么？

答：祷告是奉耶稣基督的名 ，又认自己的罪 ，并诚实感谢神诸般的恩慈 ，向神祈求心中所愿 ，而又合乎神旨意的事 。

祷告是一个行动，祷告同时也是一个态度：一个表明自己需要倚靠神的态度。

二、神期待我们祷告

在耶稣被称为“登山宝训”的教导中，耶稣在马太福音 6:5-8 给我们一段祷告的范本，我们称之为“主祷文”。耶稣期待他的门徒们能够这样祷告：“***你们祷告的时候，不可像那假冒为善的人，爱站在会堂里和十字路口上祷告，故意叫人看见。我实在告诉你们，他们已经得了他们的赏赐。你祷告的时候，要进你的内屋，关上门，祷告你在暗中的父；你父在暗中察看，必然报答你。你们祷告，不可像外邦人，用许多重复话，他们以为话多了必蒙垂听。你们不可效法他们；因为你们没有祈求以先，你们所需用的，你们的父早已知道了。***”

保罗在歌罗西书 4:2 则教导说：“***你们要恒切祷告，在此警醒感恩。***”

我们要让神的话语在我们身上丰丰富富地彰显出来，这意味着说在基督徒生活的各样关系上显明真理的教导。那么，我们该如何持守这样的基督徒生活呢？保罗说我们应当“***恒切祷告、警醒感恩***”。祷告表达了我们对神的性情和神的能力有完全的信靠。

在帖撒罗尼迦前书 5:16-18：“***要常常喜乐，不住地祷告，凡事谢恩；因为这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意***”。在这节经文中，保罗呼吁我们要常常喜乐，持续地祷告，并且在无论何种情况下都有感恩的心。我们之所以应当这样做，因为这是神在基督耶稣里向我们的旨意。

三、祷告需要学习

从一个方面来说，祷告应当是自然的，就像呼吸一样。但是同时祷告也是需要操练的，我们在祷告上应当有成长。透过学习、操练和领受教导，我们会在祷告上越来越合乎圣经。即便是基督的门徒，他们也会问耶稣说，“求主教导我们祷告。”（路加福音 11:1）我们该如何学习祷告呢？这里给大家三个学习祷告的途径：

A. 祷告是借着祷告而学习的

如果这是一门其他学科，你就要学习课本，但是你应该知道，除非你付诸实践，否则你永远不会真正掌握这门学科。

我们应当借着祷告学习祷告，清教徒们也给我们这样的建议，他们认为说，“我们应当祷告到我们真的开始祷告了为止”，什么意思呢？这是说，在一个祷告时间里，我们应当摆上长时间的祷告、真诚地祷告，并且持续地祷告，直到我们的心开始被温暖，我们的思想开始活跃，我们的敬拜和感恩开始变得触及内心，我们的祈求也开始变得紧要。D.A. 卡森指出说：“*要进入祷告的灵，我们必须坚持祷告一会儿。如果我们“祷告，直到我们祷告”，最终我们将会欢喜快乐地经历神的同在，安息在祂的爱里，喜爱祂的旨意。*”

B. 祷告是借着与其他人一起祷告而学习的。

我们可以从其他人敬虔的祷告中学习如何祷告。学习他们在祷告中的热情、急迫感和真切。这里有一些实践的建议可以帮助你从别人的祷告中学习：

1. 建立一个祷告伙伴的关系

   同你信赖的信徒一起祷告，建立祷告伙伴的关系。

2. 有一个祷告的榜样

   我们如何发现好的祷告榜样？好的祷告者会带着严肃认真的态度、有热情地并且真切地祷告。好的祷告者同时也是荣耀神的人、爱神的人、谦卑的人，也是在祷告中勇敢的人。

   我们在哪里可以找到这些祷告的好榜样呢？

   - 圣经
   - 教会的祷告会
   - 好的祷告书，以及基督徒传记（例如司布真传、钟马田传，陶恕，等等）。
   - 其他基督徒

C. 祷告是借着默想圣经而学习的

最重要的是，祷告是借着默想圣经而学习到的。在我们的基督徒生活中，我们应当顺服神的话、歌唱神的话、听到神的话被教导，我们同样应该用神的话祷告。当我们这样祷告时，我们就是在把神的话语和祷告这两个属灵操练联系起来了。

英格兰的清教徒们非常重视祷告中默想经文的重要性。托马斯•曼顿这样说："*默想是在读经和祷告之间的一种操练，神的话语为默想提供了原料，默想为祷告提供了原料。这三种操练责任都是必须的，默想必须在聆听之后、在祷告之前。只聆听而不默想就没有结出果子来，只祷告而不默想则是轻率的。当我们这样祷告的时候，我们就是把读经和祷告这两个操练连结在一起了。*"

现在，我们要查考圣经中的一些祷告。这些祷告的例子应当指导我们的祷告。

【问大家对前面的内容有什么问题。】

四、祷告的内容

A. 主祷文

马太福音 6:9-13，"***所以你们祷告，要这样说，"我们在天上的父，愿人都尊你的名为圣。愿你的国降临，愿你的旨意行在地上，如同行在天上。我们日用的饮食，今日赐给我们。免我们的债，如同我们免了人的债。不叫我们遇见试探，救我们脱离凶恶，因为国度，权柄，荣耀，全是你的，直到永远，阿们。***"

1. "我们在天上的父"

我们称呼这位神为"我们在天上的父"。这样的称呼提醒我们，因为基督代替我们所承担的责罚，是基督为我们开辟了到神那里去的道路。所以，我们在祷告中应当有信心，也带着勇敢，因为我们已经是神的儿子。我们借着耶稣基督，靠着圣灵的大能，称呼神为天上的父，所以我们的祷告应当是谦卑的、敬畏的、尊重神的。

2. "愿人都尊你的名为圣"

神的名反映神的属性 --- 也就是神的性情和神的完美。为神的名能够被称为圣而祷告，其实也是为神的名得荣耀和得高举而祷告。我们从神开始我们的祷告，而不是从我们自己开始我们的祷告。我们不

应当是祷告的中心，祷告的中心应当是神。我们当为神的荣耀而祷告，我们的祈求应当是以神的荣耀得着彰显为中心的。

3. “愿你的国降临”

当我们这样祷告的时候，我们的目光也得以注视在永恒的事务上。这样的请求把我们的期待放在将来的事，而不是当下的事上。也表达了我们对基督再临和在新天新地掌权的渴望，以及我们对于主永远同在的渴望。

4. “愿你的旨意行在地上，如同行在天上。”

这句祷告包含了多个请求：

1) 神的旨意：现在在地上就像现在在天上那样得到彰显；
2) 神的旨意：将来在地上就像现在在天上那样得到彰显；
3) 神的旨意：在地上的方式就和现在在天上那样的方式得到彰显

如果我们祷告神的旨意行在地上如同行在天上，我们同时也在承诺承担两个重要的责任：

1) 我们在承诺说我们将尽力学习神的旨意，包括认识圣经。
2) 这也是我们在向神承诺说我们会行在神的旨意当中。

你有没有注意到，主祷文的一开头完全是以神为中心的，焦点是神的名、神的国和神的旨意。认真地照着这主祷文的精神祷告必然迫使我们谦卑地顺服神、荣耀神和委身于神。

5. “我们日用的饮食，今日赐给我们。”

这句话提醒我们，当我们这样祷告的时候，我们在承认我们对神完全的信靠，信靠神会供应我们的需要。这句话也提醒我们，神是唯一的供应者。一切美好的供应都是从天父而来，神永不改变。我们所有的一切都从他而来，我们这样的祷告是向神表示感恩。

6. “免我们的债，如同我们免了人的债。”

在这里，“罪”被称为“债”。这句话是向神承认自己的罪，并且寻求来自神的赦免。当我们这样祷告的时候，我们是在认识神的圣洁，并且认识自己如何得罪了神。这也是认识到神是满有恩典和怜悯的。因为神在基督里爱了我们，神是信实的、赦免我们的罪，也从一切的不义中洁净我们。

这句话是不是说，只有我们饶恕别人，神才会饶恕我们？不是这样的，这句话是教导我们既然我们得到了神的饶恕，我们也应当饶恕别人。”约翰•斯托得写道 ：“一旦神打开我们的眼睛，让我们看到我

们如何得罪了神，其他人对我们的得罪其实就变成极小的事了。反过来说，如果我们高看了别人对我们的得罪，我们就是轻看了自己的罪。”

这句话同时也表达了我们对其他人的爱，它把人与人的关系也带到了我们的祷告中。这句话提醒我们，相信福音会给我们在基督里如何对待别人带来深远的影响。一个以自我为中心的人是很难用主祷文认真祷告的。事实上，我们应当在和其他信徒交通团契时用主祷文一起祷告，因为主祷文中的第一人称代词是“我们”。卡森这样写道 ：“当然，我们应该有个人的祷告。但是我们的祷告还可以比个人的祷告更宽广。所以，作为基督很多跟随者中的一员，我们需要用‘我们在天上的父’、‘我们日用的饮食’、‘我们的罪’、‘我们的试探’来提醒我们自己，而不是单单为‘我的’而祷告。”

7. “不叫我们遇见试探，救我们脱离凶恶”

这句话是说是神试探我们犯罪吗？不是的！雅各书 1:13-15 说，“***神不能被恶试探，他也不试探人***。”

那么这句话的意思是什么？这里的关键是理解“不叫”我们“陷入试探”。换句话说，这句祷文的意思是“带领我们不要进入试探，而是远离试探、进入公义，进入一个远离试探的处境当中，在那里神可以保护我们、保守我们的纯全。”所以当我们这样祷告的时候，我们是在祈求脱离仇敌的手。

这句话提醒我们，正如我们在物质的食物和需要上仰赖神的供应，我们也需要在品行的果子上和属灵的争战得胜上仰赖神。事实上，不倚靠神必然带来失败，因为不倚靠神这件事情本身就已经揭露了我们的骄傲和自足。基督徒成熟的标记是承认自己的失败，并且为这圣灵所带给我们的果子而欢喜快乐。我们需要常常地看到我们心里的自欺，以及那恶者撒下的种籽。我们需要被提醒说惟有神是我们的力量和倚靠。我们因此而祷告说我们可以在基督里稳固，穿上惟有基督才能提供的属灵的兵器（弗 6:10-18）。

主祷文是我们祷告的一个好榜样。我们并不是要盲目地记住主祷文，而是让主祷文成为我们祷告的框架。保罗的祷告也同样非常地以神为中心、非常荣耀基督。保罗的祷告同样反映了主祷文中的优先次序。现在，让我们来看几个保罗的祷告，从中学习。

B. 保罗的祷告

歌罗西书 1:9-14

- 保罗不住地祷告
  1) 我们需要常常为别人祷告，包括那些从未见过面的人。
  2) 不住地祷告表达了我们对神的倚靠。离了神，我们什么都不是，我们一刻钟都离不开神。

- 保罗祷告说，基督徒应当在属灵的智慧和理解力上得知神的旨意。
  1) 明白神的旨意就是顺服神在祂的话语中已经向我们显明的命令。在罗马书 12:2，保罗呼吁基督徒不要随从世界，而是“心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良，纯全可喜悦的旨意。”保罗为歌罗西的基督徒们祷告，求神使歌罗西的信徒们能够心意更新、经历神的旨意。
  2) 要得知神的旨意，就要有属灵的智慧和理解力。这不仅仅是知识上的“得知”，而是作为神的百姓我们该如何以与世界不同的方式生活。
  3) 我们是否为自己或者别人满心知道神的旨意而祷告？

- 保罗祷告说，基督徒应当“行事为人对得起主，凡事蒙他喜悦”。
  1) 什么叫做“行事为人对得起主”呢？这意味着说，要凡事蒙主的喜悦。这时候你就明白为什么要在属灵的智慧和悟性上认识神的旨意了吧？除非我们知道神的旨意，否则我们不能够蒙神的喜悦。
  2) 保罗祷告的目的是基督徒能够顺服他们的主，并且荣耀神。我们带有基督的名，我们的生活应当和我们所宣称的身份是一致的。这是为什么保罗为歌罗西人祷告。我们这样为自己和别人祷告吗？
  3) 蒙神喜悦的生活包括四件事情：
     a. 在每一件善事上结果子。
     b. 增长对神的认识和知识。
     c. 从神得力，能够坚韧和有耐心。
     d. 带着喜乐常常感恩，因为神蛮有恩典地在祂的爱子里拯救了我们。

保罗其他的祷告 ：

- 以弗所书 1:15-23
- 以弗所书 3:14-21
- 腓立比书 1:9-11
- 帖撒罗尼迦前书 1:3-12

【看大家有什么样的问题或思考】

五、祷告带来的帮助

A. 神回应祷告

耶稣在马太福音 7:7-8 这样告诉我们："***你们祈求，就给你们。寻找，就寻见。叩门，就给你们开门。因为凡祈求的，就得着。寻找的，就寻见。叩门的，就给他开门。***"

约翰壹书 5:14-15 这样写道："***我们若照他的旨意求什么，他就听我们。这是我们向他所存坦然无惧的心。既然知道他听我们一切所求的，就知道我们所求于他的无不得着。***"

常常祷告，在祷告上坚持，记得耶稣在路加福音 18:1-17 所打的那个有关寡妇和不义法官的比方吗？

耶稣设一个比喻，是要人常常祷告，不可灰心。说："某城里有一个官，不惧怕神，也不尊重世人。那城里有个寡妇，常到他那里，说：'我有一个对头，求你给我伸冤。'他多日不准。后来心里说：'我虽不惧帕神，也不尊重世人；只因这寡妇烦扰我，我就给他伸冤吧，免得她常来缠磨我！'"主说："你们听这不义之官所说的话。神的选民昼夜呼吁他，他纵然为他们忍了多时，岂不终久给他们伸冤吗？"。这是一个比喻，更加表明神是听祷告的神，而且一定会听。

B. 神是完全掌权的神

但以理书 9:2-3 说："***就是他在位第一年，我但以理从书上得知耶和华的话临到先知耶利米，论耶路撒冷荒凉的年数，七十年为满。我便禁食，披麻蒙灰，定意向主神祈祷恳求。***"

祷告并不会与神的主权互相冲突。从圣经的开始到圣经的结尾，神的主权和人的责任一直都是两条平行的主线，它们是互相成全而不是互相矛盾的。神有主权，人有祷告的责任和权利。神在祂完全的主权里设定了我们是成全他旨意的器皿，而他给我们成全他旨意的工具之一就是祷告。

我们祷告，因为神是全权的神。神有能力使祂的旨意能够成全。如果我们按着神的旨意求，神就必定答应我们的祷告，正如约翰壹书 5:14 所说的：

我们若照他的旨意求什么，他就听我们。这是我们向他所存坦然无惧的心。

六、结论：一些对祷告有帮助的建议

首先，有一个祷告的计划。

- 建立祷告的习惯。
- 设定祷告的时间。

- 宁可有规律地、简短地祷告，而不要偶尔地、长长地祷告。
- 利用时间（走路、开车、坐车时……）

其次，找到注意力集中的方法。

- 出声地祷告。
- 用经文祷告（主祷文、保罗的祷告、诗篇等）
- 根据读经的看见而祷告。
- 用诗歌祷告。
- 做祷告的记录。

第三，建立祷告的系统。

- 参加教会的祷告会。
- 按照成员名单为成员们祷告。
- 列出和记录需要代祷的事情。
- 根据一个礼拜七天的节奏安排祷告的大类。

【看大家有什么样的问题或者感动。】

【为这个献上感恩的祷告】

========== 本课完 ==========