

门徒训练+概要

基督徒生活基要 带领指南

基督徒生命与世界观 第七课：如何祷告

导论

本课是门徒训练概要基督徒生活和世界观单元的一部分。这一系列课程探究的是与基督徒生活息息相关的选择和实践问题。按照神话语所教导的去生活，意味着我们要认识，我们每日作出的选择会如何影响我们的信仰。这也意味着学习祷告、实践神的命令以及学习服事他人。这些对于理解实践出来的基督信仰十分重要。本课也留出时间供大家探讨这些原则，并探讨如何有效地把这些原则应用在你的生活中。

对象

这些课程是针对初信者以及愿意重温救恩基础的人。预备传福音和门徒培训的人可以从讨论中获益。这些课程的设计，是假定参与的人都已决志跟随耶稣，想要进一步探索基督信仰。

带领指南是要帮助组长预备课程，可同时和门徒培训基要的其他材料一起结合运用。请参观我们的网站 www.dechinese.org。



基督徒生命与世界观

第七课：如何祷告

目的

明白祷告的真谛，清楚耶稣教门徒如何祷告。组员们将可以体会祷告是如何能够领他们畅通无阻来到神的面前。

带领指南

祷告是与神连结的生命线，让神可以在生命中动工。每位初信者都要了解的重点，就是任何时候都可以自由自在把心中的所需带到神那里，当他们祷告与读神的话语时，就会以神的心意为重，使祷告的内容与神所渴望的一致。鼓励组员们开始可以在任何时候，用简短的祷告来到神的跟前，但也要养成每天固定播出时间向神祈祷的习惯。在课程中要树立起祷告的榜样，顺服祂、敬拜祂、荣耀祂、尊荣祂。

开场

(选择两或三个问题)

- ❖ 你的祷告生活状况如何呢？多久祈祷一次？为什么事祷告？
- ❖ 耶稣的事奉有很大部分的时间都是在祷告。祂是神的爱子，选择离开众人与天父独处。为什么耶稣会花那么多的时间祷告？从祂的榜样我们可以学到什么宝贵的功课？
- ❖ 能够坦然无惧来到神面前的恩典，是耶稣基督的受死所换来的。对于祷告我们该抱持怎样的态度？该如何来亲近全能神？
- ❖ 你有哪些有关祷告的疑问呢？



研读

教导

- ❖ **什么是祷告?** 就是与神交流沟通, 包括祈求祂给予、认自己的罪、呼求祂施援手、分享心里话、敬拜、赞美和尊崇。可以在心中默默地做, 或者可以大声说出来。也可以独自一人或是整个群体一起。遇到艰难时, 人们可能更会被驱动去求告神, 但祷告应当是基督徒每日生活的一部分。
- ❖ **主的祷告:** 耶稣在世时为祷告生活做了良好的示范。祂离开祂的朋友们去祈祷, 跟他们在一起的时候也祈祷。让祂的门徒知道他们也能直接跟天父祷告, 对主而言这是件非常重要的事。

➤ 耶稣在马太福音 6:5-15 给了门徒有关祷告的指示, 教导他们:

- 不要表里不一
- 祷告不是为了贪图公众的肯定或奖赏
- 祷告是在你与神之间进行
- 不要以空洞的赞美欺哄神
- 听取祷告中的指令

❖ 下面是耶稣教导门徒的祷告文:

➤ “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” 马太福音 6:9-13。

➤ 这篇祷告文的每个部分都有深远的意义。来仔细思想:

- “我们在天上的父, 愿人都尊你的名为圣” (10 节)。当以赞美荣耀主的名为祷告的起点。
- “愿你的国降临, 愿你的旨意行在地上” (11 节)。表示要将自己降服于神的权柄之下, 认识到神的计划与心意的重要性。
- “我们日用的饮食, 今日赐给我们” (11 节)。可以把需要与想要跟神分享(因为你已经顺服于神)。
- “免我们的债, 如同我们免了人的债” (12 节)。这是个发人深思的经文, 它强调神的宽恕是取决于我们有多乐意去原谅他人。
- “不叫我们遇见试探, 救我们脱离凶恶” (13 节)。要不间断求神保守我们, 不受邪恶的伤害。



- ❖ **大卫王的祷告:** 圣经里面有许多耶稣和使徒们的祷告, 但在这里我们要看的是大卫王的。他的祷告大多数是在诗篇里。许多人认为诗篇是诗词或歌曲, 但它们也是大卫对神的祈祷和呼求。
 - 请读诗篇 25。注意有关大卫敬拜神、降服于神、求告神, 最后祈求保守的部分。
 - 读另外几个诗篇。可以见识到大卫王的祷告通常是情感澎湃 (可自己选择, 或者可以读诗篇 63; 143; 121)。

组员问答:

为什么这些诗篇会有多个令人激动之处? 这些诗篇传递出心中什么样的感受? 它们是很直接真实, 还是虚伪做作? 大卫王这样大胆的祷告有没有令你大为惊讶?

教导

- ❖ **对神坦率真诚:** 大卫王的祷告是在神面前赤裸敞开的完美范例。像他那样把祷告写下来, 是把心中的话跟神诉说的好方法。如果你怒火中烧, 或者是有好事临到而满怀感恩, 不然就是对于处境一头雾水, 想要跟神求救。在种种背景下都可以读诗篇, 记录下类似的祷告内容。
- ❖ **该如何祷告:** 跟神说话时应该要记住自己是来到全能君王的宝座前。圣经里有些与祷告有关的原则是我们该深入探讨的。
 - **什么时候该祷告?** 任何时候都要, 但较长的祷告则需拨出特定的时间 (帖撒罗尼迦前书 5:17; 以弗所书 6:18)。
 - **该如何祷告?** 不需要有特定的姿势或特定的地点, 虽然有些人觉得在适合自己的地方比较有助益。就算是神自己邀请我们来跟祂交流, 我们还是该怀着谦卑的心 (约翰福音 9:31; 历代志下 7:14; 腓立比书 4:6)! 可以用圣经来祷告, 或者用自己所知最佳的方式来表明我们的需要 (罗马书 8:26)。
 - **该祈求什么?** 圣经指示我们把需要交托给神 (马太福音 21:22)、要替他人代求, 不管他们是不是基督徒 (提摩太前书 2:1-4), 在受苦时要祷告 (雅各书 5:13-18; 诗篇 145:18-19), 凡事要喜乐赞美神 (帖撒罗尼迦前书 5:18; 以弗所书 5:20)。
 - **祷告会蒙应允吗?** 可以确信的是若我们属于主, 祂必聆听祂百姓的祈祷。神要把最上等的福分给我们, 在生命中动美善的工 (路加福音 11:9-13; 约翰一书 5:14-15), 但往往我们并不清楚最美好的旨意是怎么一回事。神心中所怀的都是对我们最好的意念, 不过有时对祷告的回应却是不行或稍等。圣经要我们不间断地奉耶稣的名祈求, 这个名是强大有威力! 祷告不被应允的原因, 有时是因着不信、不顺服, 不然就是不符合神的心意 (雅各书 4:3; 约翰一书 3:22; 诗篇 145:18-19; 罗马书 8:28)。
- ❖ **更加认识神:** 借着祷告和将自己的需求交托给神时, 奇妙的事情发生了! 神会改变我们, 心中渴望的会是最上等的福分, 知晓神要指派我们该做的事。愈花时间与神沟通, 静候祂



的回应，就愈能领悟祂真正的旨意。那时就会清楚晓得该为什么祷告，以及该如何度日（耶利米书 33:3；耶利米书 29:11-13；马太福音 6:33）。

研讨

- ❖ 主祷文有哪些部分是可以包含在我们每日的祷告中？
- ❖ 你依靠神的供应吗？有没有经历神在你祷告后满足你的所需？
- ❖ 什么事物会拦阻祷告？你对人怀有怨恨吗？你的心不愿意饶恕他人的过犯吗？是否需要神赦免你的过失？你完全顺服神的旨意吗？
- ❖ 从大卫王的祷告可以学到什么功课？在神面前需要谨慎控制情绪，还是可以坦率真诚？

祈祷

以祷告结束本课程，以主祷文的形式帮组员们祷告。将组员或群体的名字放入其中，例如：(这群体)所需的饮食，今日赐给(这群体)。免(这群体)的债，如同他们免了人的债。

家庭作业

小组定期聚会的话，可以指派家庭作业，在下次聚会前完成。如果时间允许的话，也可以在教导的阶段，进入讨论前来完成。

1. 以诗篇的风格写下你的祷告。思想你生命的遭遇，把他下下来交给神。记住神监察人心肺腑，隐藏对祂一点用处都没有。这种做法可以帮助你整理思绪，清楚祷告该有什么内容。
2. 请读马太福音 6:9-13的主祷文。使用主祷文的形式，用你心中的字句将祷告写下来。