

信仰文章－《禱告指南》

禱告是基督徒生命與生活的一部分，是我們與天父上帝建立及維繫關係的途徑。在聖經中我們會看到不論是舊約時代或新約時代，每位屬神的人都會禱告，福音書記載門徒請耶穌教他們禱告，耶穌也就毫不猶疑地教導他們，可見不論是主耶穌或是門徒都非常看重禱告。向父上帝禱告，表明我們願意與祂結連，想與祂溝通，正如我們想與生命中喜愛和重要的人溝通一樣。沒有禱告，就像彼此沒有溝通，可能是兩人關係出問題了。

禱告既是這麼重要，我們當然要多練習、多實踐。若我們不知道怎樣禱告，或未明白主耶穌關於禱告的教導，可藉以下指引來禱告。禱告的英文是 Pray，這字可以幫助我們禱告。

P for Praise（讚美）：在禱告中讚美天父，讚美祂是獨一真神，讚美祂應許作你的供應者、保護者、醫治者、帶領者，讚美祂以大能更新你的生命，讚美一切祂為你所作的美事。

R for Repent（悔改）：在父神面前承認自己的過錯，求祂赦免你所犯的罪，幫助你回轉，離開罪惡，潔淨你一切污穢。你每天都有犯罪的可能，每天都會面對試探引誘，很多靈裡的爭戰在發生，若是失敗了，就向神悔改，求主叫你遠離惡事，生命必被不斷改變。

A for Ask（祈求）：不單是將你的需要告訴神，祈求祂的供應，更是按着聖經的話祈求。神說祂是你的避難所，所以任何危難來到，你都可以在神裡避難，沒有人與事可以對你造成永遠的傷害；神說祂是我們隨時的幫助，是我們的力

量，所以當擔憂害怕纏繞你，使你軟弱無力時，可以求祂賜力量給你，當你感到害怕和憂慮，神必扶持，使你再站起來；神說祂必與你同在，所以當你感到空虛、寂寞、凍，好像只得自己一個的時候，你可以求祂陪伴你，你必不孤單。

Y for Yield（服從）：求主使你緊貼神的心意，放下自己的心意，凡事都體會主的心思，賜你順服的心。

若你不知怎禱告，這指引可以幫助你。禱告一點也不難，因禱告對信徒而言，是自然而然的行動，重要的是有沒有真誠的心。當你真誠地想向神說話、真誠地想聽祂說話、真誠地希望與神溝通、真誠地相信祂聽禱告，那就不用介意禱告的長短、不用介意禱告的地點和時間、不用想自己禱告得「好不好」，只管來到神面前，將心底的一切娓娓道來。

By Praying , we learn to Pray. （藉着禱告，我們會學懂如何禱告）

讓我們每天禱告。

黎傳道

2023年8月5日星期六