

PRAYER 316

我该如何祷告？

我该如何与神交谈？ 祷告就是与神交谈。圣经就是神对我们说的话。学习圣经关于祷告的教导。“耶稣在一个地方祷告，祷告完了，有个门徒对他说：‘主啊，求你教导我们祷告’” 路加福音 11:1。你也可以如此祷告。圣经关于祷告的教导包括赞美、感恩、认罪和祈求。赞美高举、尊崇和荣耀神，诗篇 34:1-3。

“我们应当靠着耶稣，常常以颂赞为祭献给神，” 希伯来书 13:15。感恩，是因着他所成就的。“称谢耶和华……这本为美事，” 诗篇 92:1。认罪，是因着我们的罪。“我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。” 约翰一书 1:9。向神献上你的祈求，因为他邀请你来求告他。“应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。” 腓立比书 4:6。关于向神祈求属灵和物质需要的内容，可在马太福音 6:9-13 的主祷文中看到。“耶和华的眼目看顾义人，他的耳朵听他们的呼求。” 诗篇 34:15。“凡虔诚人都当趁你可寻找的时候祷告你，” 诗篇 32:6。

我应该在何处祷告？ 在宗教场所和聚会中祷告是好的。然而，耶稣说：“神是个灵，所以拜他的必须用心灵和诚实拜他。” 约翰福音 4:24。有效的祷告并不取决于你身在何处。耶稣说：“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。” 马太福音 6:5-6。有效的祷告并不取决于你在何处祷告，而是取决于你内心的状态。你可以公开祷告，也可以私下祷告。

我是不是该跪着祷告？ 耶稣、保罗和但以理都跪着祷告，路加福音 22:41，使徒行传 20:36和但以理书 6:10。跪着祷告。然而，圣经中也有人站着祷告，有人仰望天空，有人伸出或举起双手，有人俯伏在地，有人面向墙壁。祷告时身体的姿势，唯有在表达你内心的状态时才有意义。

我应该如何祷告？ 如何祷告与祷告什么 同样重要，甚至更为重要。合乎圣经的祷告，就是向神敞开心扉、坦诚倾诉。祷告或交谈时，并没有什么特殊的词语、短语或句子组合，能够迫使神满足你的祈求。圣经中关于祷告的教导和例子包括：

带着感恩的心，帖撒罗尼迦前书 5:18。

真诚，而不是背诵，以赛亚书 29:13。

不用无意义的重复，马太福音 6:7。

敞开、直接、诚实，以赛亚书 37:14-17。

虔诚和坚持，歌罗西书 4:2；路加福音 11:5-10；18:1-8。

持续地，不断地，帖撒罗尼迦前书 5:17。

竭力地，罗马书 15:30。

与其他信徒合一，马太福音 18:19-20；提摩太前书 2:8。

大有信心，雅各书 1:6-7；希伯来书 11:6。

按着神的旨意，约翰福音 15:7；约翰一书 5:14-15。

奉耶稣的名，按着他的旨意并作为他的代表，约翰福音 14:13，15:16。

我应该为什么祷告？在主祷文中，耶稣教导门徒为他们每日的物质和属灵需求祷告。在约翰福音 17中，耶稣为自己、门徒和世人祷告。耶稣应许，凡凭信心奉他的名向父神献上合乎他旨意的祷告，必蒙应允（约翰福音 15:7, 16, 16:23; 约翰一书 5:14-15）。其他圣经中关于祷告事项的教导和例子包括：

智慧，雅各书 1:5; 历代志下 1:7-12。

灵命兴盛，歌罗西书 1:9-12。

那些苦待你的人，路加福音 6:28。

医治，是可能的，雅各书 5:14-15，但并非人人都能得医治（哥林多后书 12:7-9）。

为彼此，以弗所书 6:18，雅各书 5:16。

执政掌权者，提摩太前书 2:1-2。

日用的饮食，马太福音 6:11; 马可福音 6:41; 8:6-7。

需要基督的人，罗马书 10:1。

传扬福音的工人，马太福音 9:37-38。

为福音敞开大门，歌罗西书 4:3-4。

神垂听并回应你的祷告。满足神对祷告所定的条件，他就必应允你神的回应可能为“是”、延迟的“是”或“否”。他可能会将超过你所求所想的赐给你，以弗所书 3:20。神延迟的“是”可能是为了装备你或装备他人来迎接他的回应。或者他的回答可能是最终的“否”。要满怀信心地祷告并完全信靠他的回答。

你的动机很重要。“你们求也得不到，是因为你们妄求，要浪费在你们的宴乐中。”雅各书 4:3。

丈夫，要善待你的妻子。圣经教导丈夫要像基督爱教会那样爱妻子，珍惜她，理解她，尊荣她，视她为与自己同等承受生命恩典的人。“这样，便叫你们的祷告没有阻碍。”彼得前书 3:7。

要饶恕他人。不饶恕会阻碍你的祷告。你饶恕他人也反映出你期望从神那里得到的饶恕（马可福音 11:25; 马太福音 5:23-24; 6:12-15）。要公义。

在神面前保持属灵的洁净，你的祷告就大有功效。“正直人祈祷为他所喜悦。”箴言 15:8。然而，若有人离弃他的律法，“他的祈祷也为可憎。”箴言 28:9。神保守、预备、并使你完全。拒绝和延迟都可能是为了你的益处。

当你不知道自己所求的会伤害自己时神会保护你。神比你更了解你自己。有时，神说“不”，是因为他知道你的未来以及什么对你最好。有时，延迟是为了给你时间预备好接受他的回答。有时，他的拒绝和延迟是为了坚固你的信心。要以信心和感恩的心接受神的回答。神知道他在做什么。与神交谈吧。他在聆听。祷告吧！

“凡事谢恩，因为这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意。”帖撒罗尼迦前书 5:18