

引言:

- (1) 禱告與屬靈生命: 從事牧養教會四十多年，時常聽到信徒詢問如何栽培靈命長進。不少人希望牧師能幫助他們靈命成長。他們認為牧師可能有些竅門或秘訣，能使靈命更豐盛。其實聖經中公開不少建立更豐盛靈命的教導。如果我們肯花時間去認識，實行，必能得到預期的結果。靈命的長進雖然有些途徑，但絕不是能從一個人餵給另一個人，像嬰兒吃奶一樣。乃是要像成年人一樣，自己吃飯菜，咀嚼，吸收，才能得到益處。牧師和教會屬靈長者能夠教導，指引聖經原則，方法，像耶穌教導門徒一樣。但要真正得到屬靈長進，還得自己下功夫，花時間，持之以恆，才能得到。
- (2) 有效禱告的要素: 我們要常常對初信主的人說禱告是件容易作的事，正如我們與好朋友聊天一樣，所不同者是我們是與神說話，原則上這是對的。不過我們亦知道，就算是人與人之間的談話，溝通，必須有條理，有好組織句子，好的表達能力，使溝通融洽，雙方明白，增進友誼認識。向神禱告也是一樣，有些原則我們可以導循，有些要素可以幫助我們作好準備，使我們的禱告更有條理，有功效。在今天的經文中，耶穌教導大堆人群如何更有效地禱告，使我們的靈命更長進，更堅強。

禱告前應有的態度: 禱告的功效與我們禱告的態度大有關係。我們如果將禱告看為與神溝通是件重要的事，期望得到最大果效，我們就必須作好禱告的態度準備。這正如你要去會見一位重要人物一樣。當然神愛我們，是我們的天父，但他也是創造天地萬物的主宰，是一位全能的神。耶穌為我們列出幾點禱告前該有的準備。

- (1) 禱告必須心誠意虔: “你們禱告的時候，不可像那假冒為善的人，愛站在會堂裏，和十字路口上禱告，故意叫人看見。”(6: 5a) 耶穌在這裏教導我們如何禱告，指出假冒為善者的禱告心態，不是為了要與神親近，乃是為了要得人的稱讚。這種毫無心靈誠意的行為，根本就不是向神禱告，乃是一場表演，去引人注意，得人好感或稱讚。一個毫無誠實心地的禱告，肯定沒有屬靈價值，也不會得神喜悅和應允。我們人與人之間的溝通都需要真誠，何況我們是向神禱告溝通。

- (2) 禱告必須專心一志：耶穌說：“你禱告的時候，要進你的內屋，關上門。”（6：6a）他不只是說一個禱告的地方，乃是指一個不受任何干擾，你可以專心一意單獨與神同在的地方，沒有人看見的地方。這叫作專心誠意，只是向神。在一些美滿婚姻指南中，建議夫妻要有“不分心”的時間溝通，在屬靈上也應該這樣；我們若真正追求屬靈生命長進，就必須要有“不分心，沒有干擾”單獨見主的時間，才能安靜專心向主傾心吐意，靜靜讀主的話，聽到主的聲音。禱告若是太隨便，不專心（有人說他是在坐馬桶時候禱告）。這種毫不在意，不尊敬神的心態，禱告只是一個形式，沒有一點屬靈功效。
- (3) 禱告要有充足信心：“你們禱告不要像外邦人，用許多重複的話。他們以為話多了必蒙垂聽。”（6：7-8）耶穌說，禱告的重點不在乎言語，乃在乎信心。有些人會準備漂亮的禱告詞，填滿美麗動聽的字眼，句子，好像一篇詩文，在公眾面前唸出。有些教派還有專家寫成各種各式禱告文，適合各樣不同聚會用，編印成“會眾禱告冊”，聚會時大家一起唸，或是用啟應方式對唸。這種作法雖然會給人方便，不必準備，不必思想要說什麼。但根本全無個人心靈相通，思想準備，只是口中唸唸有詞，就算是已經禱告。這種徒有形式的行為，正是耶穌警告我們要防避的行為。這根本不是禱告，只是聚會的儀式，神怎麼會喜悅，怎會回應？

禱告時應有的認識：（6：9-10）

- (1) 認識神是我們天父：“我們在天上的父。”（6：9）稱神為父是猶太教的特別稱呼，這稱呼完全改變了神與人的關係，也改變了我們向神禱告的態度。將神與人的關係形容為父子關係，是猶太人對人類的貢獻。這關係延伸到基督教所有相信耶穌是神獨生子的人。因此，任何希望他的禱告有功效的人，必先因耶穌去建立與神之間的父子關係。一個人若不相信耶穌，沒有建立與神之間的父子關係，他的禱告是如挑水澆石頭，根本沒有什麼功效。我們必須成為神的兒女，才能坦然無懼到神的面前。許多基督徒沒有這種對神的正確關係，他們將神當成律師或者汽車機械人員，或是醫生。平常與神沒什麼來往，等到有急事需要時方去找神幫忙，我們應改變對神的態度。
- (2) 認識神是完全聖潔：“願人都尊你的為聖。”（6：9b）“為聖”是對神的屬性很重要神性。“聖”表示神絕對純潔，絕對榮耀，誠實，毫無瑕疵。耶穌告訴我們在禱告時必須認識神聖潔的神性。不少人到

神面前禱告時，根本沒有想到神聖潔本性的重要，這是我們對神不夠尊敬。我們必須對神有信心，相信神必按他聖潔的本質應允我們的祈求。若神沒有馬上答應，我們要相信他的本性是聖潔，良善的。神聖潔的本質比我們的祈求更美更高，我們必須信任他。看看神沒有照保羅的祈求，除去他身上的刺，原來神在保羅，有更美的旨意，我們必須絕對信任他。

- (3) 我們必須完全順服：“願你的旨意行在地上，如同行在天上。”（6：10）對神的順服從認識神為父開始，認識他的全知全能，聖潔無疵，我們沒有任何理由懷疑神的智慧，比我們的智慧更高更美。（參考以賽亞書 55：8-9）神看得比我們更遠，更清楚，不管神對我們禱告如何回答，我們必須順從神的旨意，決定。

禱告內容必須合適：（6：11-13）

- (1) 為生活所需祈求：“我們日用的飲食，今日賜給我們。”（6：11）在禱告中將生活所需放在前面，不表示是最重要，乃是表示這是絕大多數世人最關心的事。我們需要工作，需要金錢，需要健康，需要食物，衣服，房屋，交通，數不完各種需要。但有人批評將人的需要放在禱告第一項不夠屬靈，這或者有理由。但是主耶穌體貼我們人類，他明白我們的需要。耶穌在第六章結論也告訴我們，我們不該只為吃什麼，穿什麼，應該為神的國和神的義禱告，其他一切，神必會賜給我們。（6：33）為生活需要祈求可以，但為貪婪妄求不可以，記住，耶穌只說：“日常的飲食”，並沒說：我心所想要的。
- (2) 為神的赦免祈求：“免我們的債，如同我們免了人的債。”（6：12）“債”這裏不是指“錢債”，乃是指“罪債”，我們對神對人的虧欠。得罪神，得罪人，破壞了我們與神與人的正常關係。因為人類生下來都是罪人，彼此得罪，共同得罪神是免不了的事。因此，耶穌教導我們要祈求“赦免”，求神赦免我們得罪他的罪；我們也應該為彼此虧欠的罪互相赦免。神如何赦免我們，我們也要一樣去赦免別人。耶穌給我們一個美好赦免榜樣。當他被釘在十字架將近死亡的時候，他為那些兇手禱告說：“父阿，赦免他們，因為他們所作的，他們不曉得。”（路加 23：34）赦免別人和得神赦免，有直接關係。
- (3) 為神的保護祈求：“不叫我們遇見試探，救我們脫離兇惡。”（6：13）Peirasmos,可以譯成“試探”，也可以譯作“苦難”。（雅各書 1：

13) “試探”本身是中性的，有好也有壞，但聖經時常用“試探”在壞方面，指引誘人去行惡犯罪。作為聖潔的神，他絕對不會“引領我們去遇見”試探，他所指的是求神保護我們不要“落入試探”的陷阱以致作惡犯罪。若有人在試探面前已經跌倒，已經被困住，主耶穌要我們祈求神的“拯救”，脫離罪的權勢，網羅，不可以一直活在罪中。這一切都是為“屬靈生命”祈求，這是所有信徒在禱告中常常缺乏的一面，也正是我們必須包括在經常禱告中的內容。耶穌將這些內容，包括在完整的禱告中給我們非常重要的指示。一個有效，有能力的禱告，不能只為自己的需要，特別是物質的需要，我們同時應該為自己的罪禱告，為神的赦免和彼此饒恕禱告，更需要包括生活中，思想中的試探禱告。若已經活在罪中，更必須求神拯救，馬上停止犯罪，從罪中脫離出來。這樣的禱告才是完全。

我們該作的事：

- (1) 必須認真禱告： 有些信徒很注重“危機禱告”的功效，正如徒 4：31 節，信徒們聚在一起禱告，神行神蹟，彼得，約翰得釋放。或者為某人重病禱告，求神醫治蒙垂聽。這些都是好事。但耶穌教導我們更要注重經常的，正常的屬靈操練，才能建立個人靈命的基礎。你覺得靈命軟弱嗎？開始照耶穌的教導，經常禱告，這才是靈命堅固的重要營養。
- (2) 保持與神溝通： 每天有時間與神溝通，讀他的話，向他祈求，留心聽聖靈的聲音，天天如此行，靈命必會增長。不可將神當作“救急救星”，平時不與神溝通，臨危才求神行神蹟。那不是正常基督徒該作的。
- (3) 跟從耶穌方式： 照耶穌的指示，將禱告提升一層，推前一步，包括他所指示的內容，按照他指示的態度求。禱告可以改變自己，改變別人，改變環境。禱告不是打一針“強心劑”，禱告應該像是每天服食的“補品”，不一定馬上見到功效，但日子久了，你會感覺到靈命剛強，信心充足，人生有力量。希望你今晚就開始作。