

第三課 建立禱告生活

【以弗所書六18】

靠著聖靈，隨時多方禱告祈求；並要在此警醒不倦，為眾聖徒祈求。

禱告是上帝給他兒女的一個很特別的權柄。透過禱告可以支取所有屬天的恩典。對主的門徒來說，我們都期待所有的禱告都蒙主垂聽並成就，但上帝更希望我們透過禱告與他建立親密的關係。明白他的旨意，體貼他的心腸，並且操練成為充滿信心與力量的門徒。

因此，我們不能讓禱告只停留在膚淺的表面形式，而應該要讓它成為我們的生活習慣、生命不可或缺的重要部份。

建立禱告的生活，最理想的方式就是以聖經的經文，作為我們禱告的基礎，把上帝的話，經由禱告，融化入生命中，使他的話，成為我們每一天的能力之源。

【課程目標】

引導門徒不只是禱告，更是養成規律的禱告生活，一生成為禱告的人。

一、 什麼是禱告生活？

1. 禱告生活是→規律

【詩篇一四五2】

我要天天稱頌你，也要永永遠遠讚美你的名！

2. 禱告生活是→互動

【詩篇六十六19】

但上帝實在聽見了；他側耳聽了我禱告的聲音。

3. 禱告生活是→改變

【詩篇一一九 59】

我思想我所行的道，就轉步歸向你的法度。

4. 禱告生活是→實踐

【詩篇一一九33】

耶和華啊，求你將你的律例指教我，我必遵守到底！

二、 以上帝的話建立禱告生活

1. 上帝的話充滿能力

【路加福音一37】

因為，出於上帝的話，沒有一句不帶能力的。

2. 以禱告內化上帝的話

【以西結書三1-3】

他對我說：人子啊，要吃你所得的，要吃這書卷，好去對以色列家講說。於是我開口，他就使我吃這書卷，又對我說：_____。我就吃了，口中覺得其甜如蜜。

3. 用禱讀法禱告

【詩篇一一九103】

你的言語在我上膛何等甘美，_____！

三、 禱告生活帶來的祝福？

1. 享受與上帝親密的關係

【雅歌一2-4】

_____。你的膏油馨香；你的名如同倒出來的香膏，所以眾童女都愛你。_____。

2. 得著勝過罪與試探的能力

【詩篇五十一10】

上帝啊，求你為我造_____，使我裏面重新有_____。

3. 經歷昌盛的生命

【約翰三書2】

親愛的兄弟啊，_____，正如你的靈魂興盛一樣。

4. 修復破碎的關係

【馬太福音五23-24】

所以，你在祭壇上獻禮物的時候，若想起弟兄向你懷怨，就把禮物留在壇前，先去同弟兄和好，然後來獻禮物。

5. 擴張生命的格局

【歷代志上四10】

雅比斯求告以色列的上帝說：_____，常與我同在，保佑我不遭患難，不受艱苦。上帝就應允他所求的。

四、 成為代禱者

1. 耶穌是我們的代禱者

【羅馬書八34】

誰能定他們的罪呢？有基督耶穌已經死了，而且從死裏復活，現今在上帝的右邊，也替我們祈求。

2. 聖靈是我們的代禱者

【羅馬書八26】

況且，我們的軟弱有聖靈幫助；我們本不曉得當怎樣禱告，只是聖靈親自用說不出來的歎息替我們禱告。

3. 代禱是主的命令

【雅各書五16】

所以你們要彼此認罪，互相代求，使你們可以得醫治。_____。

4. 我要成為代禱者

【提摩太前書二1-2】

我勸你，_____。為君王和一切在位的，也該如此，使我們可以敬虔、端正、平安無事地度日。

5. 為BEST 代禱的主要方向

1) 石心變為肉心

【以西結書三十六26】

我也要賜給你們一個新心，將新靈放在你們裏面，又從你們的肉體中除掉石心，賜給你們肉心。

2) 禱告蒙應允

【馬太福音二十一22】

你們禱告，無論求甚麼，_____。

3) 綑綁魔鬼的作為

【使徒行傳五16】

還有許多人帶著病人和被污鬼纏磨的，從耶路撒冷四圍的城邑來，全都得了醫治。

4) 被聖靈觸摸

【使徒行傳十44】

彼得還說這話的時候，_____。

討論題目：

1. 我禱告生活的現狀是如何？請分享。
2. 為要建立禱告的生活，我需要做哪些改變？

《禱讀法練習》

【詩篇二十三1】

耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。

[讀]

「耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。」「耶和華、耶和華」「耶和華是」「是我的牧者」「我的牧者」「是我的牧者」「牧者」「耶和華是我的牧者」

[禱]

「耶和華啊，我的主啊，謝謝祢是我的牧者，祢樂意成為我的牧者，我一生都是祢的小羊，謝謝祢以牧者的心來看顧我的人生，祢永遠是我的牧者。」

[讀]

「我必不致缺乏」「我」「我必、我必」「我必不致、我必不致」「不致缺乏」「不缺乏」「我必不致缺乏」

[禱]

「我的牧者，我的牧者是耶和華，我必不缺乏，我的生命沒有缺乏、我的財務沒有缺乏、我的愛心沒有缺乏、我的信心沒有缺乏，我在耶和華的手中，就沒有缺乏，不會遇見缺乏，我的牧者使我凡事豐盛，感謝耶穌，我是滿有恩典，沒有缺乏的人。」