

1	禱告
---	----

求神藉着祂的靈指引我們，讓我們意識到祂的同在，並聆聽祂的聲音。
把這一課有關門徒訓練的教導交給主。

2	敬拜（20 分鐘）	【神的特徵】 神是解放者
---	-----------	-------------------------------

默想

敬拜是稱頌和讚美神。

主題：聖經中的神是解放者。

閱讀代下二十：1-23。

閱讀經文，或用你自己的話來解釋。

1. 神在過去的歷史中如何拯救祂的子民。

扼要解釋神如何拯救子民脫離強大敵人的攻擊。

經文強調三點。

- 神的子民受到攻擊時，要一同尋求神的幫助（第 4 節）。
- 向神和彼此承認你沒有能力面對攻擊（第 12 節）。
- 不要以自己的力量對付攻擊者，也不要害怕和灰心。相信神將會為你爭戰，你會得着拯救（第 15 至 17、20）。

2. 神今天如何施行拯救。

讓組員扼要分享神過去如何拯救他們脫離攻擊。

敬拜

輪流敬拜解放者神。三人一組，在小组裏敬拜神。

3	分享（20 分鐘）	【靈修】 出七：14 至十：29
---	-----------	-----------------------------------

輪流簡短地分享（或讀出你的筆記）你在靈修中從所指定的經文（出七：14 至十：29）學到什麼。

聆聽別人的分享，認真地對待他和接受他。不要討論他的分享。

4	講授（70 分鐘）	【禱告】 用聖經中神的話語作禱告
---	-----------	-----------------------------------

教導。閱讀或聆聽聖經中的話語是聆聽神對你說話的方法。禱告是神聆聽你向祂說話。學習禱告時使用聖經，聖經也含有你可向神禱告的禱文。

A. 動機：為何禱告時使用聖經經文

1. 透過聖經中的話語，你將明白要禱告什麼。

閱讀徒四：18-31

特別是當你剛成為基督徒，你不肯定要禱告什麼。在聖經裡，你可以找到許多禱文可以用作你個人與神的禱告，例如詩篇和先知書裡的禱文，或耶穌和使徒的禱文。他們在不同的禱告中指引你的思想、感受和爭扎，也指引你向神提出的問題。

徒四：18-31，我們讀到新約時代的人如何使用聖經的話語作為禱告。他們引用詩篇二的經文，也描述了內心的爭扎。同一方式，我們可以使用聖經中的話語作為禱告，因為它們包含經歷與我們相似的信徒的經驗。

使徒留意到猶太當局如何嘗試停止耶穌執行神委派的工作。他們定下陰謀要害祂（路二十二：47-71）。他們看見羅馬當局如何向耶穌基督（神所膏抹的）動怒和將祂釘死在十字架上（路二十三：1-56）。他們見證猶太

王希律和羅馬巡撫彼拉多如何因為共同敵視基督而重修友好（路二十三：12）。眾使徒醫治一個癱子，這使許多猶太人相信耶穌基督（徒三：1-26）。猶太當局捉拿使徒，將他們收監，在假審判中禁止他們向人傳講和教導耶穌基督（徒四：1-22）。這些威嚇的目的是要使基督徒沉默。但這些威嚇正好驅使那些基督徒禱告，以更大的信心說話！他們祈求神賜予更大的勇氣宣講福音。他們的禱告使用了詩二：1-2的話語。

2. 以聖經中的話語禱告，你將更有勇氣禱告。

閱讀約壹五：14.

除了聖經記載的禱告，神也在聖經中就人生多個方面顯明祂的旨意。祂給予指引、智慧和應許。你在禱告中若使用這些有關指引、智慧和應許的經文，就會更常為一些討神喜悅的事情禱告。你會更容易和帶着更大勇氣作出與祂所顯明的旨意一致的祈求。這使你肯定神真的會聆聽你的禱告，給你更多期望，相信你許多的禱告會蒙回應！

B. 方法：如何在禱告中使用聖經的話語

教導。 你禱告時有四個特別實用的方法使用聖經中的話語。

1. 與神靈修時在禱告中使用聖經中的話語。

閱讀一段聖經經文，自這段經文選擇一個喜歡的真理，默想這個真理。最後，以你對這個真理的想法向神禱告。以你對這個真理的想法作為禱告，*如同對神的一個回應*。為你自己、家中某人、附近的人和遙遠的人以這個真理禱告。你與朋友一同禱告時，也可為你的朋友以這個真理禱告。

2. 在研經時禱告中使用聖經中的話語。

研讀聖經一段經文。最後，以這天神教導你聖經中重要的真理作禱告，*作為對神的一個回應*。特別為神如何想你將這段經文其中一個真理應用在生命中禱告。

3. 在你個人禱告時間時使用聖經中的話語。

閱讀經文，嘗試理解真理。最後以每節經文的真理禱告，一節接一節，*作為對神的一個回應*。以聖經作者的思想、感受、提問和請求來表達你對神的思想、感受、提問和請求。

4. 在你與其他禱告時使用聖經中的話語。

與一班基督徒一同閱讀一段聖經經文，嘗試明白當中的真理。將學員分為兩至三人的小組，各小組為經文的真理禱告，一節接一節，作為對神的一個回應。每次輪流為一節經文的真理禱告，例如，第一個組員簡短地為第 1 節的真理禱告，之後第二個組員簡短地為第 2 節的真理禱告，如此類推。這個方法不錯，因為所有初信的基督徒會知道為什麼事情祈禱（即是聖經經文寫什麼），以及每個組員有多次禱告的機會。通常與另一個人禱告，較在大組內禱告容易。

C. 以聖經中的話語作為禱告的例子

詩篇是一卷包含許多禱告的書。這些禱告可以分為三大類：

- 為了滿足個人的需要而向神禱告。
- 為了回復或加深與神的關係而向神禱告。
- 為了滿足別人的需要而向神禱告。

1. 為了滿足個人的需要而向神禱告。

聖經的作者像你和我一樣是普通人。有時，他們覺得離神很遠，另一些時候，覺得與神親近。他們有時為自己的罪哀痛，另一些時候，為着神的作為歡呼。他們有時受罪惡的人壓迫和迫害而受苦，有時為着敵人的所作所為忿怒。他們有時禱告求神指引他們，另一些時候，禱告求神改變他們的生命。

在白板上寫上以下 6 個禱告的名稱和經文出處，扼要解釋每個禱告。將組員分為兩至三人一組，彼此以詩十五：1-5逐節禱告。

(1) 當你感到被遺棄時禱告。詩十三：1-4；詩七十七：6-9。

當你感到被神遺棄，要為這種被遺棄的感覺禱告。你可使用聖經中這個禱告來表達你被遺棄和拒絕產生的忿怒。神在適當的時候會再次與你非常親近。

(2) 當你因被壓迫或迫害而受苦時禱告。詩三十一：2-4、9-20。

當你面對敵人（或被某種形式的罪惡包圍），使你飽受壓迫或迫害，或面對困境，你可以此禱告，表達你的焦慮和痛苦感受，也別忘記你的境況在神的手中。你將會認同作者，說：“敬畏你投靠你的人，你為他們所積存的……所施行的恩惠是何等大呢！你必把他們藏在你面前的隱密處，免得遇見人的計謀；你必暗暗地保守他們在亭子裏，免受口舌的爭鬧。”（第 19 至 20 節）

(3) 自我審視的禱告。詩一百三十九：1-7、23-24。

當你知道或感受到你的生命在神眼中並不純正，可作自我審視的禱告，找出你隱而未見的動機和不良的行為。求神遮蓋你的恐懼、受傷和冒犯的行為。神已經知道你的心思意今隱藏着什麼，但祂想你將這些隱藏的東西找出來。耶穌說：“你們必曉得真理，真理必叫你們得以自由。”（約八：32）即使有關你本性黑暗一面的真理也能使你得自由！

(4) 降服的禱告。詩二十五：4-5、7-15。

當你試圖以**自己的叛逆方式**處事，可作出降服的禱告。使用聖經中這個禱告，將自己降服於神對你完美的安排。這樣你同樣會經歷作者於第 12 和 14 節的經歷，即“耶和華必指示他當選擇的道路”和“耶和華與敬畏他的人親密”。當你向神降服，將會經歷神的憐憫、慈愛和信實！

(5) 尋求改變的禱告。詩十五：1-5。

當你想作出改變，心裡無愧時，可作尋求改變的禱告。使用聖經中這個禱告來表達你想在神的同在裡活出無愧的生命，獻身以愛說出真理，做對的事，恨惡貪污。或許你有其他想改變的地方，那麼向神禱告（腓四：6-7 的渴望）。求神改變你，祂將會改變你！與神同在的天使說：“出於神的話，沒有一句不帶能力的。”（路一：37）

(6) 尋求指引的禱告。詩一百四十三：8-10。

當你需要**人生方向**的指引，或困難時做什麼，可作尋求指引的禱告。使用聖經中這個禱告來表達你渴望知道神想你做什麼。這樣你同樣會經歷神在詩三十二：8 所說的話：“我要教導你，指示你當行的路；我要定睛在你身上勸戒你。”

2. 回復或加深你與神關係的禱告。

聖經中的作者也是一班在與神個人關係中成長的人。他們有時會在與神的關係中掙扎，有時感到罪疚或羞愧，因為生命中的罪，之後向神認罪。他們有時懷疑神是否存在，或沒有經歷祂的同在和親近。之後，他們熱心地尋求神的面。其他時間，他們想感謝神的作為，於是讚美神，將自己獻給神。你可使用這些禱告來回復或加深你與神的關係。閱讀屬於這些禱告的經文。

在白板上**寫上**以下 5 個禱告的名稱和經文出處，扼要**解釋**每個禱告。將組員**分為**兩至三人一組，彼此以**詩一百零三：1-14** 逐節禱告。

(1) 認罪的禱告。詩五十一：1-16。

當你**知道得罪了神**，或得罪了其他人，或得罪了自己，或**當你的罪支配你**，可作認罪的禱告。請使用聖經中這個禱告來表達你的罪疚和羞愧，求神寬恕，請求潔淨和更新。沒有什麼比**罪**更能令你感到罪疚或羞愧，沒有什麼比**罪**更能令你感到被神遺棄，更加的絕望，沒有什麼比**罪**更能摧毀你（失去神對你生命的目標）！因此，你永不要延遲認罪。作這個認罪的禱告，祈求恢復過來。你之後將會經歷第 17 節的經歷：“神阿，憂傷痛悔的心，你必不輕看。”

(2) 實踐神同在的禱告。詩十六：2、8-11；詩七十三：23-26。

當你沒有經歷神親密的經驗，可作實踐神同在的禱告。請使用聖經中這個禱告來默想你離開神沒有好處這個真理（詩十六：2）。在你做任何事時都將神視為在你面前，刻意進入神的同在。你要明白神在你的右邊，保守你不絆倒，因為我們人類本性不屬靈，需要不斷重複練習，刻意進入神的同在和親密中。背誦詩十六：2、8 和詩七十三：23-26。你每次覺得與神失去接觸時以此禱告，這樣你也將經歷在神同在中完全的喜樂（第 11 節）！

(3) 讚美的禱告。詩一百零三：1-14。

當你記着神為你所作一切美好的事情，思想神的所有特性，可作讚美的禱告。請使用聖經中這個禱告來讚美神的特性（屬性），以及神為你所作美妙的作為。此外，你要以禱告或詩歌表達你對神的崇拜。告訴別人神是誰，以及祂對敬畏祂的人所作的美事。你越是閱讀聖經，就將會越認識神；你越認識神，就將會越加讚美祂！

(4) 感恩的禱告。詩一百零七：4-8。

當你想就神對你的所有憐憫和慈愛說“感謝”時，可作感恩的禱告。請使用聖經中這個禱告來幫助你感謝神。你可加入所有你想特別向神感恩的事項。

(5) 委身的禱告。詩一百零一：1-4。

當你渴望將自己或某方面向神委身，可作委身的禱告。請使用聖經中這個禱告來表達你承諾過無可指摘而純潔的生命。你也可以第3和4節禱告，對神說：“邪僻的事，我都不擺在我眼前。”和“彎曲的心思，我必遠離。”

3. 滿足別人需要的禱告。

聖經的作者有時禱告祝福別人。在舊約，人們有時呼告神向他們的敵人進行審判。新約也有一些美妙的禱告，讓你可以此為別人代禱。讓我們來看看你為別人禱告時可用的一些禱告。

於白板上只寫下以下三段禱告的名稱和經文出處。扼要解釋每段禱告，將組員分為2至3人一組，一同以詩二十：1-5禱告。

(1) 祝福的禱告。詩二十：1-9。

當你想祝福別人，可以作祝福的禱告。你可使用聖經中的禱告來祝福別人。這些禱告當然是為了那些相信和信靠聖經中的神的人而作的。“有人靠車，有人靠馬，但我們要題到耶和華我們神的名。”（第7節）

(2) 公義的禱告。詩十：1-15；詩九十四：1-11；詩五十五：9；詩一百零九：8；路六：27-28。

當你看見軟弱和受迫害的人經歷明顯的不公平，可用聖經中的禱告就那些惡者、墮落者的不道德和當權者對人的壓迫表達你的憤慨。當你看見、聽到或閱讀到不公義的事情，你可使用這些禱告的一些字眼為此禱告。基督徒相信聖經中的神是全能的，是這個世界唯一的統治者。公義對神是十分重要的，不公義的將受懲罰。神對一切罪惡皆忿怒，憎惡所有犯錯和愛好暴力的人（詩五：5-6；詩十一：5）。不僅只有神憐憫的救恩，祂的公義審判對世界同樣重要！

可是：新約聖經命令基督徒做舊約時代仍然未知的事情：基督徒不可咒詛或審判人（太七：1）！基督徒永不可採取報復！基督徒受命要為罪惡的人禱告，好使他們會悔改，回轉歸向聖經中的神，接受神的憐憫和恩典。

但當這些人不肯悔改，而是繼續他們的罪惡，那麼基督徒可以禱告求神對付他們。基督徒應該禱告求神“吞滅他們”和“變亂他們的舌頭”（詩五十五：9），以及“願別人得他的職分”（詩一百零九：8）！基督徒不應審判教會以外的人，但可審判教會那些犯下嚴重罪行、行為不像基督徒的會友（林前五：11-13）。基督徒不可報復（羅十二：17-21），變成恐怖分子。基督徒必須記着“憐憫原是向審判誇勝”（雅二：13）！

(3) 求情的禱告。西一：9-12。

當你為其他基督徒禱告，你可使用聖經中這個禱告為他們向神提出具體的請求。你可“願他們在一切屬靈的智慧悟性上，滿心知道神的旨意”，或祈求他們“行事為人對得起主”，或祈求他們“凡事蒙神喜悅”，或祈求他們“在一切善事上結果子”，或祈求他們“漸漸的多知道神”，或祈求他們“得以在各樣的力上加”，或祈求他們“忍耐寬容”，或祈求他們“凡事歡歡喜喜”。

總結。你個人向神禱告時使用聖經中的禱告，使用舊約聖經詩篇或先知書的禱告，以及新約聖經耶穌和門徒的禱告來表達你個人的思想和感受，以他們的禱告作為你的禱告。

D. 你禱告時使用聖經中的教導

除了聖經中的禱告，你禱告時也可使用聖經中的教導、應許和智慧。不僅在你教導聖經前，也在你於禱告中使用聖經中的話語前，你當然必須正確解讀聖經。

你若聚集一班人研讀聖經或禱告，在使用經文禱告前，可讀一段經文，解釋難解的字眼和解答組員的提問。你使用經文禱告前要清楚明白經文的內容。將組員分為兩至四人一組，將整段經文逐段禱告（參看 B 方法 4）。

1. 禱告中使用有關神特性和作為的教導。

使用聖經中有關神是誰、祂個性的特點和神在過去、現在和將來為你做的事的指引、知識、智慧和應許。以下是神的關顧和救恩的兩個例子。

(1) 關於神的關懷的禱告。詩二十三：1-6。

這篇詩篇描述神如何關顧你，就像牧人關顧他的羊。你可使用這篇詩篇向神禱告，求神關顧你，使你一無所缺。求神關顧你的飲食、衣著和住屋，求祂指引你正確的道路，你旅行時保守你，在你困難時幫助你。求祂在敵人錯誤指控的面前為你辯護，尤其是奉獻自己一生活在神的同在裡。

(2) 關於神的拯救的禱告。詩三十四：1-22。

這篇詩篇描述神的拯救，使用這篇詩篇向神禱告，求神拯救你脫離恐懼、罪疚、羞愧和困難，求祂在你傷心時親近你，在你靈性痛悔拯救你（詩三十四：18）。

2. 禱告中使用有關基督徒的教導。

使用聖經中有關你如何活得像基督徒的指引、知識、智慧和應許。

(1) 關係的禱告。羅十二：9-21。

這段經文教導我們基督徒應該如何彼此相處，在你的禱告中使用這些指引，求神賜你對鄰舍真誠的愛，賜你一顆定睛在美善的心，真誠關懷別人的需要，好客、有同情心、討人歡喜和謙虛。

(2) 關懷教會會眾需要的禱告。帖前二：1-12。

這個教導講述教會領袖應該如何關懷教會會眾。在你的禱告中使用這個教導，求神也賜你勇氣在強大壓迫中傳福音，而你將不會尋求人的讚賞。求神在你處理會眾問題時，幫助你溫柔如同母親，勉勵人如同父親。

(3) 勸勉教會會眾改變的禱告。多二：1-10。

這個教導講述教會領袖應該如何勸勉教會會眾。在你的禱告中使用這個教導，求神幫助你只根據清晰的教義進行教導。求神使資歷較深的基督徒為資歷較淺的基督徒樹立榜樣，教導他們如何過敬虔的生活。

總結。在你個人的禱告中使用聖經中的教導。在小組禱告中，首先閱讀一段經文，以這段經文禱告前要明白經文內容。詢問組員他們是否有任何關於這段經文的問題，然後將組員分為兩人一組，每兩人一組以這段經文逐節禱告，每次輪流禱告一節經文。

5	禱告（8分鐘）	〔代求〕 使用聖經禱告
----------	---------	----------------

閱讀羅十二：9-21，然後解釋經文。最後將組員分為兩人一組，輪流逐節以整段經文禱告（參看 B 方法 4）。

6	準備（2分鐘）	〔習作〕 準備下一課
----------	---------	---------------

（**組長**。寫下並分派此家中備課事項給組員，或讓他們抄下來）。

1. 立志。立志使人作門徒。
與另一個人或群體傳講、教導或研習“用聖經中神的話語作禱告”的教導。
2. 與神相交。每天在靈修中從出十一：1至十四：31閱讀半章經文。
採用提問的靈修方法。記下筆記。
3. 研經。在家裏準備下一次研經。弗四：1-16。主題：教會的目標。
採用五個研經步驟的方法研經，記下筆記。
4. 禱告。這個星期為某人或特定的事情禱告，並看看神的作為（詩五：3）。
5. 更新你關於使人作門徒的筆記簿。包括敬拜筆記，教學筆記和這次準備的習作。