

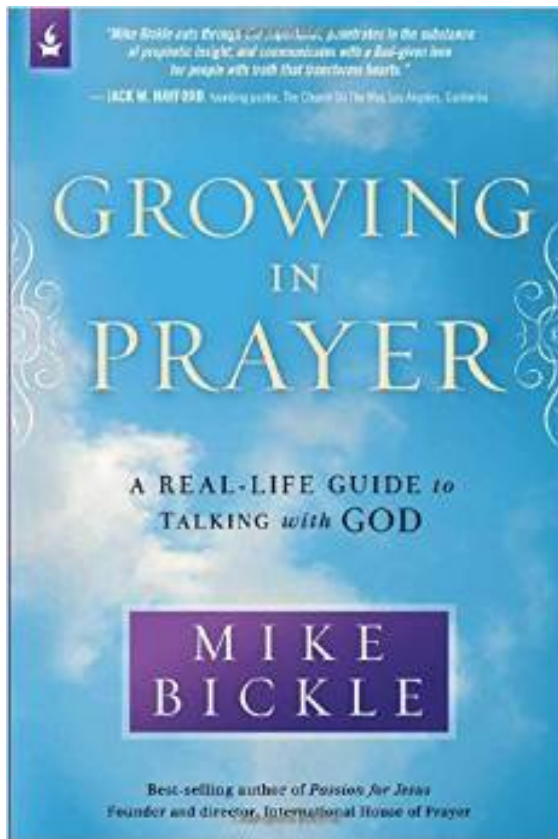
默想

詩

- 1:1 不从恶人的计谋、不站罪人的道路、不坐褻慢人的座位、
- 1:2 惟喜爱耶和华的律法、昼夜思想、这人便为有福。
- 1:3 他要像一棵树栽在溪水旁、按时候结果子、叶子也不枯干
· 凡他所作的、尽都顺利。
- 1:4 恶人并不是这样、乃像糠秕被风吹散。
- 1:5 因此当审判的时候、恶人必站立不住。罪人在义人的会中、
也是如此。
- 1:6 因为耶和华知道义人的道路。恶人的道路、却必灭亡。

Growing in Prayer

成為禱告的人和 在禱告中成長



Mike Bickle 2014

Lesson 1: The Call to Prayer

第一課：禱告的呼召

Lesson 2: The Fellowship of the Burning Heart

第二課：與火熱的心交通

Lesson 3: Characteristics of Effective Prayer

第三課：有效的禱告的特點

Lesson 4: *The Prayer of Faith and the Authority of the Believer*

第四課：有信心的禱告和信徒的權柄

Lesson 5: *Abiding in Christ: Cultivating Union with God*

第五課：住在基督裏：營造與神連接的關係

Lesson 6: *A Practical Plan to Grow in Prayer*

第六課：在禱告中成長的一個具體計劃

Lesson 6b: *A Practical Plan to Grow in Prayer*

第六課：在禱告中成長的一個具體計劃

- I) 簡介
- II) 確定一個禱告時間
- III) 列定一些禱告事項
- IV) 建立對神正確的認識
- V) 太忙沒有時間禱告？
- VI) 給神和人時間
- VII) 注重禱告的人也會建立好的人際關係

1) 簡介

- A. 建立一個愛神的禱告生活需要非常實際的操作。
- B. 將有許多挑戰，但靠著神的恩典，我們可以建立一個好的持久的禱告生活。麥畢可牧師藉個人經歷分享實踐經驗。
 1. 確定一個禱告時間
 2. 列定一些禱告事項（可以有幾個清單）
 3. 建立對神正確的認識
- C. 麥畢可牧師藉個人經歷：操練這三個方面（開始有一位弟兄一直督促）。
- D. 當我們堅持做到第一和第二步，我們就很有可能大大改變我們的禱告生活。

II) 確定一個禱告時間

A. 確定一個禱告時間

1. 任何一個好的習慣的養成是需要固定和持久
2. 短期集訓有幫助，但經不起環境變化等
3. 繁忙的生活中若不確定禱告時間，基本結果是沒有禱告

B. 雖然我們100%堅持，但是有固定時間會大大幫助 我們有禱告生活

C. 不隨便改變固定禱告時間（除非緊急情況）

D. 除了固定禱告時間，一天之內有許多短頻快的禱告。但是， 短頻快的禱告不能代替固定禱告。

E. 時間安排：168小時一周，除去70小時休息／吃等，仍有100 小時。工作40-50小時，還有50小時供我們支配。

III) 列定一些禱告事項

- A. 禱告清單會給我們禱告提供極大幫助
- B. 禱告清單幫助我們上軌道，進入禱告，但是不限制我們的禱告內容。可以依據感動改變
- C. 三個禱告清單：1) 個人；2) 他人／地方；3) 公義
<http://mikebickle.org/resources/series/prayers-to-strengthen-your-inner-man>

III) 列定一些禱告事項 (2)

D. 個人

1. F-E-L-L-O-W-S-H-I-P: 常常使用這十個禱告為自己來禱告
2. F-Fear of God; E-Endurance; L-Love; L-Light of Glory; O-One thing life focus; W-Count me worthy; S-Speech; H-Humility; I-Insight into intimacy; P-Peace and joy.

E. 他人／地方

1. 他人，事工，地區／城市
2. 詩122:6 你们要为耶路撒冷求平安。耶路撒冷阿、爱你的人必然兴旺。
3. 賽62:6 耶路撒冷阿、我在你城上设立守望的。他们昼夜必不静默。呼吁耶和华的、你们不要歇息、 62:7也不要使他歇息、直等他建立耶路撒冷、使耶路撒冷在地上成为可赞美的。

III) 列定一些禱告事項 (3)

F. 掌權者

1. 提前 2:1我劝你第一要为万人恳求、祷告、代求、祝谢。 2:2为君王和一切在位的也该如此。使我们可以敬虔端正、平安无事的度日。

G. 公義：社會問題，不義，災害，動盪，等。

H. 禱告的操練與律法主義是不同的

1. 律法主義是通過自己的努力來換取神的喜悅
2. 重點不是外在體現，而是內心的動機／態度

I. 禱告的操練是我們自願把禱告（與神交流）放在重要位置。 禱告的操練不是賺取神的愛，而是我們對神的愛的表達。 加 5:13 弟兄们、你们蒙召、是要得自由·只是不可将你们的自由当作放纵情欲的机会·总要用爱心互相服事。

IV) 建立對神正確的認識

- A. 在禱告中成長需要我們對神建立起一個正確的認識
 - 1. 勤讀聖經能幫助我們對神有一個正確認識
 - 2. 我們會誤認為神常常是 a) 生氣(mad) 或 b) 難過(sad)
 - 3. 神喜悅我們且願意藉禱告與我們交流。祂注重與我們的關係，溫柔／慈悲的父神和有新郎身份的耶穌
- B. 明白父神的溫柔和耶穌的新郎身份能幫助我們享受禱告
 - 1. 惡者不斷攻擊我們與神的關係
 - 2. 誤區1：神愛我但不喜悅我
 - 3. 誤區2：我們的失敗會使我們懷疑神是否仍愛我們，所以我們不會在神那裡得到幫助／解決。

IV) 建立對神正確的認識 (2)

C. 理解神對我們深厚的愛是在禱告中成長的根本

1. 約 17:23 我在他們里面、你在我里面、使他們完完全全的合而為一。叫世人知道你差了我來、也知道你愛他們如同愛我一樣。

D. 阿爸，父：

1. 羅 8:15 你們所受的不是奴仆的心、仍舊害怕。所受的乃是兒子的心、因此我們呼叫阿爸、父。
2. 有尊重，也有親密。幫助我們抵擋惡者的攻擊

E. 這個關於父神的真理幫助我們坦然無懼的來到祂面前

1. 希 4:16 所以我們只管坦然無懼的、來到施恩的寶座前、為要得憐恤、蒙恩惠作隨時的幫助。

IV) 建立對神正確的認識 (3)

F. 關於子神的真理同樣幫助我們

1. 約翰預言：啟 22:17 圣灵和新妇都说来。20 主耶稣阿、我愿你来。
2. 後嗣，得榮：羅 8:17 既是儿女、便是后嗣、就是 神的后嗣、和基督同作后嗣。如果我们和他一同受苦、也必和他一同得荣耀。
3. 新婦：Isa. 54:4-12; Jer. 3:14; 31:32; Hos. 2:14-23; 3:1-5; Mt. 9:15; 22:1-14; 25:1-13; Jn. 3:29; 2 Cor. 11:2; Eph. 5:25-32; Rev. 19:7-9; 21:9; 22:17；啟 19:7 我们要欢喜快乐、将荣耀归给他。因为羔羊婚娶的时候到了、新妇也自己预备好了。

G. 子神新郎的身份體現祂對我們的全備心意

H. Mike Bickle 的個人見證：“Hephzibah” (The Lord delights in me)

1. 賽 62:4 你必不再称为撇弃的、你的地也不再称为荒凉的、你却要称为我所喜悦的、你的地也必称为有夫之妇。因为耶和华喜悦你、你的地也必归他。 62:5 少年人怎样娶处女、你的众民〔民原文作子〕也要照样娶你。新郎怎样喜悦新妇、你的 神也要照样喜悦你。

V) 太忙沒有時間禱告？

A. 我們越忙越需要禱告

1. 我們每一個角色和每一個責任都需要藉著禱告與神連接
2. 不論我們的角色 + 責任，我們不是為神工作，而是與神同工。這需要我們不斷與神交流。

B. 擔心在禱告上花時間減少了服侍家人，他人，教會和工作時間；其實恰恰相反

C. 在禱告上成長是對家人，他人，工作和教會最好的服侍。禱告生活和服侍生活相輔相成不矛盾。

D. 耶穌特別注重禱告

1. 路5:16 耶穌却退到旷野去祷告。 可6:46 他既辞别了他们、就往山上去祷告。路6:12 那时、耶稣出去上山祷告。整夜祷告 神。

VI) 給神和人時間

- A. 與神建立深的關係和與人建立好的關係不矛盾
 - 1. 不要走兩個極端
 - 2. 與神和與人的關係從不矛盾，而是相輔相成
 - 3. 需要檢驗自己的閒暇，娛樂時間
- B. 需要定意在禱告上成長，不要被現世的繁忙和嘈雜淹沒
- C. 若我們不分別時間出來禱告，別的人+事會奪走這個時間
- D. 多年後：許多時間浪費，“重要／緊急”的事其實不然
- E. 要有長遠眼光，信心和耐心
- F. 願意過簡單，簡樸生活；考慮少承擔事情
- G. 求聖靈顯明最好的路

VI) 給神和人時間 (2)

H. 保羅的忠告：

1. 弗 5:14 所以主说、你这睡着的人、当醒过来、从死里复活、基督就要光照你了。 5:15 你们要谨慎行事、不要像愚昧人、当像智慧人。 5:16 要爱惜光阴、因为现今的世代邪恶。
2. “光照”：神的同在來觸動我們的心
3. 最實際的方法：愛惜光陰，要非常小心。許多人的成長很有限因為我們沒有認真愛惜我們的時間

I. 建立禱告時間是一種最佳投資

J. 作家 David Thoreau: “人不可能殺害時間而不傷害永恆”

K. 我們每天其實有不少可以好好支配的時間

L. 聖經呼召我們有“安靜”時間來幫助我們在主裡成長，是我們能長久服侍／成長的祕訣

VI) 給神和人時間 (3)

M. 智慧支配時間：閒聊，電視／電腦，網路，休閒，社交

N. 學習說“不”

O. 馬大和馬利亞

1. 路 10:41 耶穌回答說、馬大、馬大、你為許多的事、思慮煩擾
 . 10:42 但是不可少的只有一件。馬利亞已經選擇那上好的福分、是不能奪去的。
2. 耶穌不是說“禱告”比“做事”重要，
3. 耶穌強調人心的狀態（與神連接）是一切行為的根本
4. 最實際的方法：愛惜光陰，要非常小心。許多人的成長很有限因為我們沒有認真愛惜我們的時間

P. 需要關掉／防止干擾

Q. 我們的文化被各種信息充斥，來阻擋我們安靜與神連接

VII) 注重禱告的人也會 建立好的人際關係

- A. 我們需要雙方麵：好的與神和好的與人的關係
- B. 期望與神和與人建立好的關係的人期望知道如何愛和如何持久來愛。他們會期望有好的禱告生活
- C. 禱告不是不與人交往。相反的，好的禱告生活幫助我們學習什麼是愛，而且持守這個操練
- D. 越與神花時間的人越願意繼續與神和與人花時間建立關係
- E. 注重與人的關係不等同于不加選擇的參與一切活動
- F. 我們若沒有與神好的關係，許多人為建立的與人的關係難以深入長久，容易帶來傷害
- G. 與人建立好質量的關係，基礎在於與神有好關係
- H. 好的禱告關係幫助我們處理害怕，羞愧的情緒