

信心的祷告 战胜祷告中的失望

失望会使人缄默不想祷告。若是你认为他人毁了你的生活，因而感到痛苦和愤怒，就很难开口祷告了。如果你觉得让你失望的是上帝，要想祷告就更难了。

然而，上帝体恤我们的感受。祂已经为我们开了一条出路，使我们可以坦然无惧地来到祂施恩的宝座前。如果你对上帝已经失去了信心，自己也不知道祂是否在垂听你的祷告，作者恩大卫（David Egner）将藉着这本小册子为你提供一些帮助。

狄马汀（Mart DeHaan）

目 录

祷告中遭遇的困难.....	2
回到基础信仰	
1) 藉着中保亲近上帝.....	6
2) 坦承自己的埋怨.....	9
3) 交谈代替独语.....	17
4) 顺从上帝的看法.....	21
5) 在等候中以上帝为乐.....	25
透过圣经来祷告.....	27
你的下一个祷告.....	31

祷告中遭遇的困难

我曾和一群未婚的成人探讨过祷告的课题。在我发给他们的讲义中，开始的那一句话是「说到祷告，我_____。」他们需要填上空白的部分。

你会怎么回答这个问题呢？在你继续阅读之前，请先完成上面的填空，或许能对你有所帮助。

「说到祷告，我_____。
_____。」

他们的答案经过整理后，可归纳为以下三类：

- 「我祷告得不够。」
- 「我不知道要祷告什么。」
- 「我不知道祷告是否有帮助。」

我发现这些回答很普遍。虽然有少数几个人热切地谈到与上帝交谈是件轻而易举的事，但其他人多将祷告视为一种角力，而且总是赢少输多。

祷告并不会油然而生，这是可以理解的。正确地说，祷告不仅是对上帝表达情感，也是信心的一种表现，只是我们的信心常是既小又弱。祷告是属灵争战中藉以得胜的武器，它反映出我们与上帝的关系，这层关系常因我们的无知、冷漠和漫不经心而变得疏离甚或中断。祷告中本应表现出的信心，常被失望的感觉所取代。

当我们刚成为基督徒的时候，我们的祷告常满怀希

望。我们认为上帝必然会我们将我们衷心期盼的赐给我们，而且透过祷告，我们会经历到心中所渴求的亲密与喜乐。因为我们信靠上帝，我们以为没有任何事能难倒我们。

之后，我们向上帝祈求一些对我们而言很重要的事，但却并未得着。我们向患病的朋友保证我们正在为他们的康复代求，然而他们的病情并未好转；我们在家人面前祈求，希望他们的困难得以解决，却只落得日复一日的等待，仿佛被上帝遗忘一般；我们也为挚爱的人灵性复兴而恳求，可是他们对上帝依旧冷漠。

慢慢地，失望产生了。我们失去了祷告的热忱。不久之后，我们只在用餐时才会祷告。因为无法忍受再一次被拒绝，我们不再将自己所在意的事带到上帝面前，我们停止了与上帝的沟通。

想一想你在祷告方面与上帝的关系。你在祷告上停止了长进，是不是因为真正的失望呢？

- 对上帝失望。「我求告上帝，也相信祂会医治我的女儿，然而她还是被癌症击垮了，我感到心碎和困惑。」

- 对人失望。「我无法祷告，因为我对那些毁了我生活的人深感愤怒。」

- 对自己失望。「我很想、很期待，也非常愿意祷告，但我就是无法好好地向上帝祷告。」

修复人与人之间破裂的关系，需要信心和勇气，与

上帝的关系也是如此。首先要承认问题的存在，然后要克服过去的失望，重拾对上帝的信心。这本小册子就是要帮助你重建这样的信心。

在你继续阅读之前，让我先谈一谈个人的经历。在我的生命中曾遭遇一些令人失望的曲折与意外，其中最令我感到困扰的经历，就是上帝允许一些事发生在我挚爱的人身上。其中之一，便是我挚爱的孙子的健康问题。我的孙子拿单的免疫系统天生就有缺陷，他微小的身躯对疾病没有抵抗力。在最初的几年间，我们无助地看着他一次又一次地因为上呼吸道的感染而挣扎。上帝似乎没有回应我们的祷告，住院治疗对他而言是家常便饭。

身为他的家人，我们真的很害怕。如果上帝不回应我们为挚爱之人所作的祷告，我们还能相信祂吗？

医生告诉我们，在患此病的孩子当中，有百分之六十在他们大约三岁时会突然产生免疫能力。这虽然给我们带来一丝希望，却也使我们明白，仍有百分之四十的孩子不会产生预防感染的免疫能力。一次又一次，我看着这个没有免疫力的孩子，并为他祷告。

刚开始，我心中总是担心拿单会有什么「万一」，但随着时间的流逝，我祷告的焦点改变了。我不再像过去一样受困于痛苦之中，我发现我祷告的话语变少了，我经常是静静地为拿单而搏斗。到了最后我只说：「上帝啊，唯有祢知道什么是最好的。我倚靠祢和祢的慈

爱。虽然我迫切希望祢来医治他，然而，愿祢的旨意成就。」

当拿单到了大约三岁时，他遭受感染的次数开始减少。新的化验报告出来了，上帝恩待拿单，让他成为那百分之六十中的一个，使他战胜了免疫系统的缺陷。

经历生活中这种无法掌握的状况，我一直在祷告中学习信靠上帝。有时我会因为上帝的应允而感恩；有时却在祂说「不」的回答中看见了上帝的智慧；有时则在等候上帝回应的过程中，学习以上帝为乐。

在上帝的同在中，任何要求都会显得极不相称。——薛华（Francis Schaeffer）

但我发现自己在一些情况下仍会陷入失望。我会渴望拥有以利亚那样能控制自然现象的能力（雅各书5章16-18节）。然而，随着时间的流逝，我明白了，建立真正的信心，不是将自己的期望硬加在上帝身上。相反，我透过学习一些简单却深刻的祷告原则建立了信心。这些原则不需要我们流利的口才，或深奥的属灵洞见，它简单易学，是我们在向上帝祷告的过程中就可以学习到的。

回到基础信仰

1) 藉着中保亲近上帝

上帝知道我们很难信靠祂，但对我们所做的又无法视而不见，于是便为我们预备了中保。为了跨越存在于我们与祂之间的差距，上帝差派了一位中保来到我们当中，祂能明白并体恤我们的软弱，同时也代表了天父的公义。

这位中保是那么体恤我们，甚至担当了我们的罪，以致末了祂大声呼喊说：「我的上帝！我的上帝！为什么离弃我？」（马可福音15章34节）然而，在那个无法言喻之时刻后的第三天，这位中保显然得了胜利。我们的中保，藉着自己全然的牺牲，拆毁了横亘在我们与上帝之间的阻隔。

如今，虽然我们还会犯罪，也会被自己的私欲和顽梗的骄傲所蒙蔽，心中也会充满懊悔，对于上帝在我们生命中的作为也会感到困惑。但是，我们再也没有理由怀疑天父对我们的爱，再也不能理直气壮地说天父不眷顾我们，对我们的问题漠不关心，或是任凭我们自生自灭。我们可以在祷告中亲近上帝，相信上帝想要与我们交谈，更甚于我们想向祂倾诉。

如果没有这位中保，我们可能会怀疑上帝是否倾听我们的祷告。我们可能会因为自己的处境，而以为上帝对我们根本就漠不关心。但如今，每当忆起这位中保在

十字架上所成就的事，我们藉着祷告来亲近上帝的信心就会得到坚固。我们不必靠自己满是罪孽的臭名到上帝面前来，我们不是靠自己的名，也不是藉着华丽的词藻来亲近祂，乃是靠着上帝爱子主耶稣基督来到祂的面前，因耶稣用自己的宝血为我们所有的罪付上了赎价。

昔日对献祭的信心。上帝一直属意于藉着中保亲近祂的方式。远在我们的中保降临之前，以色列的帐幕和圣殿崇拜就显明了这种亲近上帝的方式。历代以来，上帝清楚指示祂的百姓，凡亲近祂的，必须藉着流血献祭。而唯有在基督降临并受苦之后我们才明白，那些献祭所表明的乃是上帝儿子所要承受的极端痛苦和死亡。

以前，在圣殿里会有一座香坛，是象徵上帝同在的地方。有燃烧的香，带着馨香之气，以及上升的烟，都象徵着蒙上帝悦纳的祷告。值得注意的是，这香是由取自祭坛的火点燃的（出埃及记30章7-10节）。在上帝的心目中，献祭和我们藉以亲近祂的祷告有清楚的关连。

现在，这个关连已由我们的中保为我们成就了，祂献上了蒙上帝悦纳的祭，鼓励我们奉祂的名来到上帝面前。我们会有这样的把握，因希伯来书的作者说：

我们既然有一位已经升入高天尊荣的大祭司，就是上帝的儿子耶稣，便当持定所承认的道。因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱，祂也曾凡事受过试探，与我们一样；只是祂没有犯罪。所以我们只管坦然

无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。（希伯来书4章14-16节）

在这段经文里，到上帝面前被喻为置身于君王的宝殿。在欧洲或中东地区，君王的宝殿常被装饰得精致华丽，而且处处有侍从，一般人会因此觉得卑下而胆怯，这可能正是我们藉着祷告亲近上帝时的感受。然而，由于基督这位中保的怜恤，我们可以坦然无惧地进到上帝面前，而不会觉得自己是个不速之客。靠着基督之名和祂的功劳，我们可以随时亲近上帝。我们拥有一张盖着玉玺的请柬，随时随地都可以为着任何情况或任何需要祷告，因为这是「施恩的宝座」。恩典是人不配得的恩惠，是不劳而获的帮助，这正是我们的中保为我们所成就的。

现今对中保的信心。更重要的是，我们靠着我们的中保，可以来到「施恩的宝座」前，因为祂持续在为我们作工。直到如今，祂仍在上帝的右边为我们代求（罗马书8章34节）。主耶稣藉着献上自己，成了我们的代求者，祂在父的宝殿里替我们说话。使徒约翰曾这么说：

若有人犯罪，在父那里我们有一位中保，就是那义者耶稣基督。祂为我们的罪作了挽回祭。（约翰一书2章1-2节）

那我们为什么还要退缩呢？有耶稣基督在父那里，因着自己的献祭亲自为我们代求，我们为何还迟疑或觉

得不配向上帝祷告呢？

2) 坦承自己的埋怨

上帝喜悦坦诚的表白，祂的本性是真实。祂恨恶黑暗和诡诈，黑暗是祂仇敌的领域。因此，有信心祷告所具备的第二个要素就是学习坦诚。祂有能力处理我们的埋怨、我们的愚昧、我们的恐惧以及我们的失败。我们带着愤怒、困惑或者孩子气的恳求，都不会使祂感到惊讶或受到威胁。

上帝所不喜悦的，是那些谄媚的谎言、徒具形式的敬拜，以及只在言语上一再重复，却没有出自内心真实的悔改。我们必须抛弃因恐惧而产生的矫饰行为，弃绝世故的欺瞒，以及一些拘泥于形式的言辞，而把祷告建立在真诚的根基上。

用虚假的宗教言词来祷告是不讨上帝喜悦的，它也无法反应我们真实的内心。正因如此，我们要想进到施恩的宝座前坦然而无畏地祈求，就必须在祷告中说实话。要这么做，我们得花工夫自省和认罪。我们必须向上帝坦承我们对祂的真实感受、对自己的看法、与他人之间的问题，以及我们的需要、困惑、渴望和痛苦的记忆。同时，我们也必须坦白表明我们是否渴望了解并遵从祂的旨意。如果我们不愿意顺从，也必须向上帝敞开心内的感受，好叫我们可以恳求上帝帮助我们胜过自己的悖逆和愚昧。

深信上帝能帮助我们了解自己。上帝深知我们的

内心，只要我们想要真正了解自己，祂就会帮助我们看清自己的生命光景。诗人写道：「耶和华啊，祢已经监察我、认识我」（诗篇139篇1节）。大卫对所罗门说：「耶和华……监察众人的心，知道一切心思意念。」（历代志上28章9节）

自省并结合经文的祷告，能使人明白个人内心的真实光景。圣经向我们揭露我们根深蒂固的感觉和真正的动机，并带领我们进入心中最隐密的角落，那里埋藏着我们陈年的妒嫉、隐密的憎恶和苦毒的怨恨。藉着诚实的祷告，我们可以让它们浮出水面，让我们看到它们本来的面目，从而求上帝帮助我们对付这些问题。

我们必须抛弃拘泥於形式的言辞，而把祷告建立在真诚的根基上。

有件事可以确定，就是我们若求上帝显明我们的内心，祂一定会这么做。也许不是即刻进行，但假以时日，上帝会以祂的方式揭开我们心中否定和压抑的帷幕，好让我们看清自己。当祂这么做时，祂也会好好地看顾我们。

- 祂也许会使我们想起某些陈旧的创伤，好让我们能对付并忘掉它。
- 祂也许会提醒我们某个未曾遵守的承诺，或是尚未清偿的债务。

- 祂也许会让我们感受到多年前我们对别人的伤害，好使我们去弥补改正。
- 祂也许会引导我们澄清某个误会，或是宽恕某人。

对自己心灵的认知是一份使人得释放的美好恩典，你可以藉着在上帝面前诚实的祷告而得到。

自省也可以显明我们生活中所得的恩福，因为上帝一直在我们里面动工。祂向我们施慈爱，以恩典充满我们，帮助我们在逆境中成长，困境中祂扶持我们，为我们开道路避开试探，又将祂的平安赐给我们。然而当我们陷入生活琐事中，被许多责任困扰时，我们有时会忘记上帝的作为。

相信上帝愿意宽恕一颗诚实的心。棒球场上，现在正是第九局的下半场，双方不分胜负。在两人出局满垒的情况下，对方击出了一个偏向游击手右方的强劲滚地球。然而，球却从游击手的手套里弹了出来。对方得分，我们这边输了。他过去曾完成了上千次的防守动作，但这次却不然。

那个球员可以做一件我们都可能会做的事，就是声称是因为球击中了一块石头而反弹了起来。他也可以怪罪阳光太强或草地太湿，但是他没有。在赛后他说：「我搞砸了。都是我的责任，是我的错。」

我们也需要这样的态度来面对罪。当上帝定我们的罪时，我们应该坦白承认自己的罪，并且相信祂愿意宽恕我们。

记得大卫和拿单的故事吗？权力腐化了大卫的心，他将征战之事交给将士们，自己却留在家中。他看见沐浴中的拔示巴，就动了淫念，召她到宫中与她行淫，又使她的丈夫被杀，好掩盖自己的罪。表面看起来大卫可以蒙混过关，却遭到先知拿单那令人无法辩驳的指责：「你就是那人！」（撒母耳记下12章7节）

大卫深陷于自己所招致的黑暗里，在经过一段时日，或许长达几个月之后，最终承认了自己的罪。诗篇51篇记述了他感人的悔改祷告，他向上帝承认：「我知道我的过犯，我的罪常在我面前。我向祢犯罪，唯独得罪了祢」（诗篇51篇3-4节）。大卫恳求能重得救恩之乐，而上帝则以宽恕回应了大卫的祷告。今天，圣经、圣灵以及上帝的子民，都是我们的拿单。

我们生活在一个人心刚硬、良心麻木的无情世界里。律师可以运用技巧，貌似真诚地为明知有罪的被告辩护。犯了可怕罪行的人在接受判决时，没有内疚或痛悔的表示。我们擅长强词夺理，并将过错推给他人。

如何能使我们的心软化呢？我们的心向来冷漠刚硬，怎么才会有蒙上帝悦纳的「忧伤痛悔的心」（诗篇51篇17节）呢？一定要祈求！我们必须恳求：「求祢为我造清洁的心，使我里面重新有正直的灵」（10节）。上帝一定会应允这样的祷告。当我们祷告说「开恩可怜我这个罪人」时，上帝绝不会转离我们（路加福音18章13节）。

想要即刻无误，就用心灵说诚实话吧！

深信上帝有能力包容我们的埋怨。我们的人际关系充满了争执、挣扎和冲突。倘若不是这样，表示他只不过是在压抑，将不愉快的情形往后拖延。朋友和情侣会坦率地表达对彼此的负面感觉，并处理彼此间的差异，我们和上帝的关系也当如此。我们在祷告中可以恭敬地向上帝提出异议、怀疑，甚至与祂争辩。

犹太拉比约瑟·特拉史金（Joseph Telushkin）讲到犹太人的一个传统，就是诚实地向上帝提出疑问。他在《犹太人的知识》（Jewish Literacy）一书中写道：

「人类与上帝争辩的首宗案例，成了希伯来圣经和犹太教的典型特徵。在亚伯拉罕逝世数百年之后，有诗人在愤怒和痛苦中向上帝呼喊：『主啊，求祢睡醒，为何尽睡呢？……祢为何掩面，不顾我们所遭的苦难和所受的欺压？』（诗篇44篇23-24节；请参考哈巴谷书1章2节，及整卷约伯记有关先知或义人质询上帝作为的内容）。这种对全能上帝的质问，是出自一种信念，认为上帝像人一样有责任，并且要为未尽职责而受批评。一个立足于这一传统的犹太人艾莉·温索（Elie Wiesel）声称：『犹太人可能会爱上帝，也可能会和上帝争辩，但不会忽视上帝。』」

这就像亚伯拉罕对上帝的态度。正当上帝准备摧毁

邪恶之城所多玛之际，亚伯拉罕向上帝求情，要求城中若有五十个义人就不要毁灭那城。然而，城中找不着这么多义人。于是，亚伯拉罕又一步一步地将数目降低到十个。当十个义人也找不出时，所多玛便被毁灭了（创世记18章23-33节）。

摩西也曾向上帝提出异议。上帝曾一次又一次地施行神迹，将以色列百姓从埃及为奴之地救出，又在旷野供应他们的所需。然而，当摩西在西乃山上领受上帝颁赐的律法时，百姓们却正在离弃将他们从埃及地救出来的上帝。他们造了一个金牛犊，让自己在异教祭祀中放纵情欲，因而违反了上帝颁给摩西的第一条诫命。上帝对摩西说：「你且由着我，我要向他们发烈怒，将他们灭绝」（出埃及记32章10节）。上帝甚至说祂要从新开始，使摩西的后裔成为大国。

摩西并不想放弃。他恳求上帝饶恕以色列：「为什么使埃及人议论说：『祂领他们出去，是要降祸与他们，把他们杀在山中，将他们从地上除灭？』求祢转意，不发祢的烈怒；后悔，不降祸与祢的百姓」（出埃及记32章12节）。于是上帝便怜悯他们，不降祸于百姓（出埃及记32章14节）。

亚伯拉罕和摩西是我们的榜样，我们也可以消除对上帝的误解。我们可以带着对上帝敬畏且崇敬的心，尝试：

- 问祂为什么耽延那么久不救我们所爱的人。
- 向祂表明我们因孩子的失丧而感到气愤和伤痛。

- 向祂倾诉我们还未找到工作的挫折感。
- 向祂大声呼求，因我们仍无子嗣。

这些埋怨并不会使上帝受到威胁。祂知道我们无法在祂身上找出任何道德上的弱点。祂鼓励我们向祂坦诚，好使我们能明白自己内心的思想情感。一旦我们不再隐藏自己的内心感受，我们便能求上帝帮助我们来对付它们。

我们为何会那么犹豫而不向上帝坦诚呢？或许是因为我们是那种要避免任何冲突的人，我们甚至不会将任何负面的感受告诉我们所爱的人或朋友。或者我们认为向上帝提出异议是缺乏信心的表现。

我们很多人都接受社会上的一种观念，认为冲突和爱不应该并存。我们以为只有平静祥和的关系才是好的。然而事实证明，因为我们在乎，才会在关系中挣扎。一切的关系，正是透过我们勇于面对挣扎、冒险及对抗，才得以强化及加深。我们与上帝的关系也是如此。正如雅各在雅博渡口与上帝摔跤，我们也可偶尔为之。这会为我们带来上帝的赐福（创世记32章24-32节）。

祷告的重点不是要从上帝那里得到答案；而是要达到与上帝全然的合一。——章伯斯

深信上帝对我们的计划。耶稣基督的门徒，要达到

的目标就是在心思意念上与上帝合一。当我们藉着祷告来到上帝面前时，我们需要诚实地审视自己，看看自己内心所愿是否和祂一致，意念是否和祂相同，我们的要求是否符合祂的要求。

如何在与上帝「合一」这方面成长呢？当然，我们永远无法像祂一样对一切事物无所不知、了解透彻，然而，当我们为每日所需、为配偶、孩子及朋友、为得医治、为找工作、为指引方向等等需要而祷告时，我们的心态应该如耶稣教导门徒向天父祷告时的心态。祂教导门徒要祷告说：「愿祢的旨意行在地上，如同行在天上。」（马太福音6章10节）

耶稣自己在上十字架前不久，也表现出了同样的态度。祂在客西马尼园的痛苦祷告中，甚至一度要求父免去祂十字架的苦杯，最后却这样说：「不要成就我的意思，只要成就祢的意思」（路加福音22章42节）。虽然祂的心中有剧烈的挣扎，但祂始终愿意降服于上帝，这使祂在灵里能与上帝保持合一。

对于「愿祢的旨意成就」这样的祷告，我们可能会有一些疑问。这是不是表示我们悄悄地放弃了我们的刚刚所祈求的？我们是不是觉得这样的祷告，表明我们失去信心，也不知道是否合宜，而且也不一定会蒙上帝应允？努力不拿小事麻烦上帝，在祷告未蒙上帝应允时说：「没关系，我了解！」这难道不是假谦卑吗？如果这么想，那我们可是大错特错了。

谈到这样的想法，德国神学家帝力克（Helmut Thielicke）曾写道：「这些都不是『愿祢的旨意成就』的意思。其真正的意思是『祢比我自己还了解我的祷告（罗马书8章26节）。祢最知道我是需要挨饿还是需要面包。』无论发生何事，我仍要说『是的，主！』（参阅马太福音15章27节）因我知道祢必叫我在凡事上得满足，远超过我所求所想。」

当我们祷告「愿祢的旨意成就」时，我们就选择了与上帝一致。我们所说的正是耶稣对门徒所说的话：「我的食物就是遵行差我来者的旨意」（约翰福音4章34节）。我们是在附和主在客西马尼园里的祷告。无论祂是否给我们面包、工作、配偶或孩子，上帝按照祂的方式所成就的旨意必然最好。

然而，倘若我们不能先诚实地面对自己心中的想法和情绪，我们将不会有信心与上帝步调一致。只有怀着一颗诚实的心，我们才能战胜对上帝的失望，并在祷告中建立起对上帝的信心。

3) 交谈代替独语

要满怀信心地祷告，最常见的障碍就是觉得自己的祷告不蒙垂听。就像一个妻子试图跟正在阅读体育新闻的丈夫说话，或是一个父亲对正在听音乐的青少年说话。没有反应，没有回答，甚至连偶尔的「嗯！嗯！」两声都没有。

当这样的情况出现时，我们便会开始将祷告视为一种仪式。我们看不到这样一个事实，即上帝对我们关怀备至，也倾听我们每一句的祷告。祷告，是为了让我们与上帝有活泼的交流，我们与祂有日益亲密的关系，祂是既真实又慈爱的天父。陶恕在《渴慕上帝》一书中写道：「我们几乎忘了，上帝有位格，因此我们可以与祂培养关系，正如与其他人一样。」当我们觉得上帝并未倾听时，我们便需要留意祷告的两个重要层面。

以信心聆听上帝的声音。祷告不只是我们对上帝说话，也是谨慎地回应祂透过圣经对我们的话，这包括祂曾说过的，以及如今仍继续地对我们所说的话。因此，圣经在我们与上帝的对话中扮演着重要的角色。

当我们滔滔不绝时，很难聆听上帝的声音。

要想开始与上帝对话，一种方法就是翻到诗篇或使徒书信中的一段内容。仔细阅读，看看这段经文关于上帝的思想、情感和价值观讲了些什么。存敬畏的心聆听启示这些话语之上帝的声音，求祂帮助你去发现祂的期望和心意，然后由衷地以对话的方式回应你所听到的一切。当你这么做时，你就会开始有信心了解上帝所看重的事，也会开始发现上帝在你心中所作的工。

例如，当一个丈夫为回应哥林多前书13章的教导而祷告时，他就会知道上帝对于爱的看法，并将之应用

在他与妻子的关系当中。可能是「爱是恒久忍耐」这句话，令他察觉到自己对待妻子不够耐心，这会使他在行为和态度上，做出迫切需要的改变。

芬乃伦（Francois Fenelon）写道：「要安静！并要倾听上帝的声音。让你的心处于预备的状态，使圣灵能够清楚地让你知道什么是讨上帝喜悦的美德。如果我们要听到上帝的声音，外在世俗情感和我们里面的思绪都需要安静下来，这非常重要。」

那不是一种听得见的声音。但当圣经的真理对你的情况及挂虑发出温柔、关爱，却又刚强有力的话语时，你就会知道那是圣灵的声音。

有一晚，我的孙子拿单病情严重，我起身为他祷告。我在上帝的面前存祷告的心安静等候，我就意识到过去我一直轻忽我妻子雪莉的需要。我看到自己的态度，与主的话语以及祂的心意并不一致。

我意识到雪莉的生命里有一个需要，我多年来一直都视而不见，于是我恳求上帝的饶恕和帮助。第二天，我开始适度地改变对待她的态度。这带来了很大的不同！我相信，这就是上帝在我们静默时对我们说话的方式。

以信心回应上帝。聆听上帝的话会带来行动和言语上的回应，不过言语只是起点。举例来说，假设我们读到哥林多前书15章，我们会赞颂主复活的伟大得胜，及其带来的盼望。然而，我们的回应不会仅止于此。当我们面对被击败的属灵仇敌时，就会得着更大的信心。这

也会帮助我们对病入膏肓的病人说出适当的话，给我们力量应对日常生活中的混乱，也会让我们弃绝犯罪的态度或习惯。

当我们祷告时，也必须随时准备有所行动。祷告愈是符合圣经、合乎上帝的心意，所带出的行动就愈彻底。这行动或是要我们进入某人家里分担其重担；或是带领我们处理那些至今仍未解决的伤痛，甚至是曾对他人所造成的伤害；或是大幅改变我们的计划；或是让我们去一个陌生的地方，去做自己未曾想过或做过的事。这都是因为我们祷告的对象是上帝，祂并不是静止而无生命的，祂是永活的上帝。当我们回应祂的时候，祂便带着惊人的权能介入我们的生活，以测不透的奇妙方式改变我们。或者祂要我们原地不动，那也不必担心，因为祂是上帝！

不要用祷告作为藉口，而不去做该做的事。

——章伯斯

当我们带着需要和请求俯伏在上帝面前时，我们以为自己是先采取行动的。但事实上，所有的祷告都是对上帝的回应。这是挪威的哈列斯比（Ole Hallesby）在其经典之作《祷告》一书中的教导。他认为，耶稣的话「看哪，我站在门外叩门」，其实是开启祷告之钥。而基督如何叩门呢？祂透过我们的境遇和环境来驱使我们

向他祷告。当我想到这里时，我就知道我拿单的祷告其实是个回应。藉着我孙子身体上的需要，耶稣不断地在我的生命中叩门。

4) 顺从上帝的看法

我敢说，你一定遇过这样的事。就是当你打电话给汽车经销商的服务部门时，电话中传来令人愉悦的声音：「请您稍候。」几秒钟后，响起了千篇一律的音乐，并且时常播出一段录音，向你保证很快就会有人回答你的电话。你等了又等，并猜想八成是有人在闲聊昨晚的球赛，或是某个电视节目而不接电话。经过了一段时间，你终于挂断电话。如果跳上车直接驶往该地，所花的时间可能还少一些呢！

有时上帝好像也让我们这样等候。祂或许正在我们的生命中行某些大事，但我们最深、最期待的恳求却未蒙允许。我们知道祂仍在那儿，只是祂没有回答。

旧约的哈拿就尝过被上帝拒绝的滋味（撒母耳记上1章1-18节）。她是以利加拿的两个妻子之一。另一个妻子昆尼拿已生儿育女，哈拿则无。当时，无子嗣被视为是上帝不喜悦的标记。更糟的是，每年全家上耶和华的殿献祭时，昆尼拿都会嘲弄哈拿的不孕。

即使哈拿是个敬虔又忠心的妇人，她的愁苦仍延续了许多年。她祷告又祷告，却不见上帝的回答。有一年上耶和华的殿，「哈拿心里愁苦，就痛痛哭泣，祈祷耶

和华」（10节）。

但这不是哈拿故事的结局。上帝按祂自己所定的时间，也就是在最适当的时候，赐给哈拿一个儿子。她成了撒母耳的母亲（撒母耳记上1章19-20节），撒母耳后来则成为祭司和先知，改变了历史的进程。

哈拿觉得不被上帝悦纳的感受，在上帝所定的时间里变成了喜乐。哈拿在欢欣无比的颂赞中表明，她最深的渴望并不是要得到一个儿子，而是要知道她是上帝所悦纳的人（撒母耳记上2章1-10节）。时候到了，哈拿的愁苦变成了喜乐。她的经历告诉后来的世世代代：上帝是否立即回答我们的祷告并非最重要，重要的是我们是否谦卑地等候上帝的智慧与时候的到来。

将哈拿的经历与圣经其它的教导结合后，我们就会明白，要顺从上帝的智慧而非自我情感的部分原因。

相信上帝的观点。我们的观点犹如以管窥天，无法得知全貌。否则，我们就会明白，我们所渴望的对自己或对我们所爱的人可能并无益处。我曾多次为上帝未应允我所要求的每件事而感谢祂。如果我在祷告中能早点体认到，唯有到天上我们才能得见全貌，我的光景可能会好得多。到那时，我们就会「全知道，如同主知道我一样」（哥林多前书13章12节）。富希士（P. T. Forsythe）写道：「有一天我们在天上会心存感激地发现，上帝断然拒绝我们的祈求，有时正是祂最真实的回答。」

有一天我们……会心存感激地发现，上帝断然拒绝我们的祈求，有时正是祂最真实的回答。

——富希士 (P. T. Forsythe)

相信上帝的智慧。上帝知道我们最深处的需求。一位单亲妈妈祈求能有两千元来解除她财务上的困境。但上帝拒绝了，并未按着她的请求供应金钱，不过祂却给了她一份可以胜任的工作。接着，又使她的一位朋友帮助她学习管理她的财务。日后在她回顾时，她明白上帝的确回答了她的祷告，但上帝所用的方式反映出了祂的智慧。最棒的是，她对上帝的信心因而增长了。

相信上帝的时间。无论是房子的出售迟于我们的预期，或是婴儿提早了两个礼拜出生，上帝的时间总是最好的，因为祂有能力统管我们生活中的各种境况。

相信上帝的良善。我们可能为妻子或丈夫能更尊重我们而祷告多时，但只有等到我们顺服上帝的带领，不再当众贬低我们的配偶之后，效果才会出现。

如果我们拒绝饶恕别人，或陷入于某种困扰，或因在怒气中翻腾而使我们的圣洁被玷污，或者我们妄求要放纵情欲（雅各书4章3节），在这些情况下，上帝的回答就不会出现。祷告蒙垂听之前，我们需要做省察的工作，并要认罪悔改。

章伯斯 (Oswald Chambers) 认为，等候是祷告的

一部分。关于「常常祷告，不可灰心」（路加福音18章1节）这句经文，他写道：「耶稣教导门徒祷告要有耐心。假如你与上帝的关系健全，而祂延迟回答你的祷告，不要误以为祂像个刻薄的朋友，或像个不近人情的父亲，或是不公义的审判者，只要继续祷告，你的祷告一定会得到回答，因为『凡祈求的，就得着』。祷告吧！不要退后。你在天上的父有一天会解明一切。祂现在没有回答，是因为祂正在塑造你的品格。你说：『别管什么品格，我要祂应允我的祈求。』而祂说：『我所做的远超过你所见所闻。相信我。』」

诗人亚萨得到提醒，认识到上帝宏大的看法，因而学会了克服失望。他在诗篇73篇里说：

上帝实在恩待以色列那些清心的人。至于我，我的脚几乎失闪，我的脚险些滑跌。我见恶人和狂傲人享平安，就心怀不平。他们死的时候没有疼痛，他们的力气却也壮实。他们不像别人受苦，也不像别人遭灾。……我实在徒然洁净了我的心；徒然洗手表明无辜。因为我终日遭灾难，每早晨受惩治。我若说：「我要这样讲」，这就是以奸诈待祢的众子。我思索怎能明白这事，眼看实系为难。等我进了上帝的圣所，思想他们的结局。祢实在把他们安在滑地，使他们掉在沉沦之中。他们转眼之间成了何等的荒

凉！他们被惊恐灭尽了。人睡醒了，怎样看梦，主啊，祢醒了，也必照样轻看他们的影像。因而我心里发酸，肺腑被刺。我这样愚昧无知，在祢面前如畜类一般。然而我常与祢同在，祢挽着我的右手。祢要以祢的训言引导我，以后必接我到荣耀里。除祢以外，在天上我有谁呢？除祢以外，在地上我也没有所爱慕的！我的肉体和我的心肠衰残，但上帝是我心里的力量，又是我的福分，直到永远。（诗篇73篇1-5节、13-26节）

5) 在等候中以上帝为乐

诗人亚萨让我们看到，除了顺从上帝的看法之外，信靠上帝还有其他的层面。另一种在祷告中增进信心的方法，就是在等候上帝满足你的需要之时，学习以祂为乐。我们所等候的任何事物，都不足与认识祂的殊荣相比。没有什么会比上帝本身对我们更为重要。

当然，我们也会遇上被艰难困扰、被失望和忧伤压垮的时候。正如哈拿，我们有时会因事与愿违而无法自己。然而也有很多时候，我们会因上帝为我们所成就的事而欢喜快乐。

相信你对祂的认识。我们学习等候上帝，开始时可以因我们对祂既有的认识而喜乐。我们可以接受诗人的邀请，以感谢进入祂的门，以赞美进入祂的院，并称颂

祂的名（诗篇100篇4节）。

感谢祂。上帝已为你做了许多，要是你的上司或父母为你做了其中的十分之一，你必定会感激到五体投地。对上帝也如此行吧！

耶和華我的上帝啊，我要稱謝祢，直到永遠！（诗篇30篇12节）

耶穌感謝天父（路加福音10章21节）；保羅的禱告充滿着感恩的言詞（以弗所書5章20节）；我們也該向主獻上喜乐的感恩。

讚美祂。我們要因上帝的名讚美祂，因祂為我們所做的稱謝祂。聖經中洋溢着對上帝的讚美之辭。

你們要讚美耶和華！耶和華的僕人哪，你們要讚美，讚美耶和華的名！耶和華的名是應當稱頌的，從今時直到永遠！從日出之地到日落之處，耶和華的名是應當讚美的！（诗篇113篇1-3节）

其他稱頌上帝的經文包括诗篇146篇1-2节、希伯來書13章15节以及啟示錄4章11节。在禱告中向主獻上讚美，藉着讚美表示你對祂的敬拜和尊崇。「祂是你所讚美的」（申命記10章21节）。

相信祂所應許的。另一種以上帝為樂的方法，就是為着上帝所賜關於禱告的應許而歡欣。保羅在以下論禱告的經典段落中提到了三條應許：

應當一無挂慮，只要凡事藉着禱告、祈

求和感谢，将你们所要的告诉上帝。上帝所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里，保守你们的心怀意念（腓立比书4章6-7节）。

上帝赐平安的应许。祷告是对付焦虑的解药。上帝承诺我们若将重担卸到祂的肩头上，祂就会将平安赐给我们。许多基督徒可以见证，在令人恐惧的黑夜，当他们将重担交给主时，主就赐给他们平安，让他们可以安然入睡（诗篇4篇8节）。因此，我们可以欢喜地知道，当我们将挂虑、重担以及心中的牵挂带到主的面前时，祂必会赐下平安。

上帝保守的应许。我们若祷告，上帝便会保守我们的心思意念。祂是我们的保障，我们遭到仇敌攻击时，祂会看顾（诗篇31篇1-3节）。因此我们可以欢欣，因为知道祂必保守我们。

上帝同在的应许。保罗这么说：「赐平安的上帝必与你们同在」（腓立比书4章9节）。当我们经历暴风雨，走过低谷，感受到前所未有的孤单时，祷告可以提醒我们上帝与我们同在。祂应许随时随地都与我们在，我们可以为此欢喜快乐。

透过圣经来祷告

又 圣经的作者和我们一样，有同样的渴求和失望。他**主**们有时也会因环境而惊慌，有时向上帝哀求而祂

却沉默不语，体会过走投无路的感受，也尝过情绪失控的滋味。然而，圣经的作者之所以对我们如此重要，就是因为他们能在有生之年恢复在主里的喜乐与信心。

当我们在自己的恐惧和失望中挣扎时，我们可以把圣经作者们的想法，当作我们自己心灵和祷告的反思，从而得到新的盼望。诗篇42篇是个很好的范例。作者带着一颗干渴、消沉的心，来到主面前倾心吐意，迫切呼求，直到重新发现自己所遗忘的真理。

我们将先引述一节经文，然后指明如何根据这节经文的内容来祷告：

上帝啊，我的心切慕祢，如鹿切慕溪水。我的心渴想上帝，就是永生上帝；我几时得朝见上帝呢？（诗篇42篇1-2节）

「主啊！这些话真是表达出我所感受到的虚空！我因忙碌奔波而觉得干渴、困倦、软弱。我的力气消散，不知自己还能支撑多久。如果祢不帮助我，我就无法坚持下去。

我知道，有一天我会站在祢面前，但我渴望现在听到祢的声音。祢对我的旨意是什么？祢希望我做什么？」

我昼夜以眼泪当饮食，人不住地对我说：「你的上帝在哪里呢？」（3节）

「父啊，我真想知道祢到底在哪里，为何不帮助我！过去我在众人面前见证祢的信实与可靠，而如今，我却在他们面前感到羞愧。」

我从前与众人同往，用欢呼称赞的声音
领他们到上帝的殿里。（4节）

「主啊，这真是今非昔比！我曾在祢圣民面前以祢为乐，我们一同欢喜祷告。如今我感到那么孤单，过去的欢乐时光似乎极其遥远。」

我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面
烦躁？应当仰望上帝……我还要称赞祂。

（5节）

「父啊，是的，我也有了更好的认识。在我聆听自己的抱怨时，我里面深知祢是值得信靠的。我确信坚定倚靠祢是对的。如同诗人一样，我全然相信祢必在适当的时候以祢的智慧帮助我。我知道将重拾欢笑，赞美祢的日子必将来临。主啊！我多么渴望那日快到来。」

白昼，耶和華必向我施慈愛；黑夜，我
要歌颂祷告赐我生命的上帝。（8节）

「我真的相信，使我再次经历祢慈爱的日子将要来到。我相信，祢必重新使我在夜里歌颂祢。」

我要对上帝我的磐石说：「祢为何忘记
我呢？我为何……时常哀痛呢？」（9节）

「父啊，虽然我知道祢会帮助我，恐惧仍如潮水般不断地袭击我。尽管我相信祢，我知道祢是我的磐石、我的避难所，我仍然觉得被遗忘，感到孤单。为何祢要让祢的孩子耗时悲伤，而非以赞美度日呢？」

我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面

烦躁？应当仰望上帝，因我还要称赞祂。祂是我脸上的光荣，是我的上帝。（11节）

「是的，主，我还是要称赞祢！祢是我唯一的盼望，因祢的慈爱我赞美祢，求祢赦免我的不信。我要等候祢，我要等候祢使我的喜乐失而复得！」

用于不同境遇的祷告经文：

- 危险中：诗篇91篇
- 被罪困扰时：诗篇51篇
- 沮丧时：诗篇34，139篇
- 忧虑时：腓立比书4章
- 面临危机时：诗篇121篇
- 孤单时：诗篇27篇
- 灰心时：诗篇23，42篇
- 喜乐时：诗篇100篇
- 感恩时：诗篇136篇
- 怀疑时：希伯来书11章
- 需要勇气时：约书亚书1章
- 寻求饶恕时：诗篇32篇
- 受试探时：诗篇1篇；雅各书1章13-17节
- 为爱困惑时：哥林多前书13章
- 需要安慰时：哥林多后书1章
- 需要确据时：约翰福音3章
- 为恶人的成功而愁烦时：诗篇73篇
- 难以信靠时：马太福音6章28-33节

你的下一个祷告

你的下一个祷告可以改变你的一生。请回到本书的第2页，你在空格中填了什么？第3页中提到的失望有没有哪一种正在影响你？

该是采取行动的时候了。求上帝帮助你下定决心，跨越那些障碍、克服拦阻，并开始用你自己的方式祷告。不要让灰心和失望阻止你。清教徒有句格言：「要祷告到你愿意祷告为止。」继续祷告，你很快就能在祷告中重获信心。

另一方面，你可能需要从最基本的步骤开始。也许，在你读了这本小册子之后，你觉得自己没有把握是否已经和上帝建立了关系。你明白自己是一个罪人（罗马书3章23节），但你还需要知道：

- 你无法拯救你自己（以弗所书2章8-9节）。
- 耶稣——无罪上帝之子，活出了我们永远也无法活出的完美生活（彼得前书2章22节）。
- 耶稣死在十字架上，为我们所有的罪付了赎价（哥林多前书15章3-4节）。
- 基督的复活证明，祂献上的祭已蒙上帝的悦纳（启示录1章4-6节）。
- 藉着信，我们接受耶稣基督作我们的救主（约翰福音3章16节）。

求上帝拯救你，脱离因罪所当受的刑罚。要相信祂

的拯救。你会发现，这个祷告将是你所有祷告中最最重要的一个。正是这个关乎救恩的祷告，为你献给上帝的其他祷告奠定了无法动摇的根基。



信心的祷告

战胜祷告中的失望

"Praying With Confidence" (QF0712)

作者： 恩大卫 (David Egner)

翻译： 蒋晓群

主编： 陈安妮

审稿： 林嘉宏、陈华昌、陈君立、
简晓亮、苏凤娇

设计： 苏其忠、谢葆真

2003年初版

2007年第二版

2013年第三版

版权所有 · 请勿翻印 · 非卖品

