

# 祷告操练第一课

## 祷告概要

不平安：

烦恼，烦躁，忧愁，忧伤，忧郁，焦虑；自责，自卑，  
自恨，自怨，自怜……

失落，遗憾，失望，后悔，不满，委屈，愤怒，愤恨，  
愤愤不平……

伤心，伤痛，伤感，伤悲，悲伤，悲哀，悲痛，悲凉，  
悲愤，哀伤，哀怨，哀痛，哀愁，……

害怕，惊恐，惊慌，羞愧，羞耻，挂念，担心，担忧  
无来由的郁闷，闷闷不乐

# 希伯来书

4:10 因为那进入安息的，乃是歇了自己的工，正如神歇了祂的工一样。

11 所以我们**务必竭力进入那安息**（Let us, therefore, make **every effort** to enter that rest）。

# 歌罗西书

3:15 又要叫**基督的平安**在你们心里**作主** (Let the peace of Christ **rule** in your hearts)

# 什么是祷告？

- . 祷告是藉话语或默想到神面前向神倾心吐意。
- . 这个过程包括称呼(祷告对象)，赞美，认罪，感恩，代祷，为自己祷告。我们之所以可以到神面前来祷告都是靠着耶稣基督，因此我们祷告结束要说奉主耶稣基督的名。
- . 祷告最后的目的是借着用信心与神交通，使基督耶稣在我们心里**作主**，我们可以越来越活出神的形象。

# 为什么要祷告？

1. 是神的旨意，神的命令

马太福音26: 41 ， 帖撒罗尼迦前书5: 16-17

马太福音26: 41 **总要做醒祷告**，免得入了迷惑。  
你们心灵固然愿意，肉体却软弱了。

帖撒罗尼迦前书5:16 要常常喜乐。

17 **不住地祷告**。

18 凡事谢恩。因为这是神在基督  
耶稣里向你们所定的旨意。

# 为什么要祷告？

1. 是神的旨意，神的命令
2. 我们有对头（魔鬼撒旦）

路加福音18：1-8

## 路加福音18：1-8

- 路加福音18：1 耶稣设一个比喻，是要人**常常祷告，不可灰心。**
- 2 说，某城里有一个官，不惧怕神，也不尊重世人。
- 3 那城里有个寡妇，常到他那里，说，我有一个**对头**，求你给我伸冤。
- 4 他多日不准。后来心里说，我虽不惧怕神，也不尊重世人。
- 5 只因这寡妇**烦扰**我，我就给她伸冤吧。免得她常来**缠磨**我。
- 6 主说，你们听这不义之官所说的话。
- 7 神的选民，昼夜呼吁祂，祂纵然为他们忍了多时，岂不终久给他们伸冤吗？
- 8 我告诉你们，要快地给他们伸冤了，然而人子来的时候，遇得见世上有信德吗？

# 为什么要祷告？

1. 是神的旨意，神的命令
2. 我们有对头（魔鬼撒旦）
3. 我们要有服事的能力

路加福音11：1-13

## 路加福音11章

1 耶稣在一个地方祷告。祷告完了，有个门徒对他说，求主教导我们祷告，像约翰教导他的门徒。

2 耶稣说，你们祷告的时候，要说，我们在天上的父。愿祢的国降临。愿祢的旨意行在地上，如同行在天上。

3 我们日用的饮食，天天赐给我们。

4 赦免我们的罪，因为我们也赦免凡亏欠我们的人。不叫我们遇见试探。救我们脱离凶恶。

## 路加福音11章

5耶稣又说，你们中间谁有一个朋友，半夜到他那里去说，朋友，请借给我三个饼。

6因为我有一个朋友行路，来到我这里，我没有什么给他摆上。

7那人在里面回答说，不要搅扰我。门已经关闭，孩子们也同我在床上了。我不能起来给你。

8我告诉你们，虽不因他是朋友起来给他，但因他**情词迫切的直求**，就必起来照他所需用的给他。

## 路加福音11章

9我又告诉你们，**你们祈求就给你们**。寻找就寻见。叩门就给你们开门。

10**因为凡祈求的就得着**。寻找的就寻见。叩门的就给他开门。

11你们中间作父亲的，谁有儿子求饼，反给他石头呢？求鱼，反拿蛇当鱼给他呢？

12求鸡蛋，反给他蝎子呢？

13你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女。何况**天父**，岂不更将**圣灵**给**求祂**的人吗？

# 为什么要祷告？

1. 是神的旨意，神的命令

马太福音26: 41      帖撒罗尼迦前书5: 16-17

2. 我们有对头（魔鬼撒旦）

路加福音18: 1-8

3. 我们要有服事的能力

路加福音11: 1-13

4. 神造人最深的心意

箴言8: 30-31

创世记3: 23-24

出埃及记29: 44-46

约翰福音1: 14

启示录21: 3

## 箴言8：30-31

.8：30 那时，我在祂那里为工师，日日为祂所喜爱，常常在祂面前踊跃，

31 踊跃在祂为人预备可住之地，也喜悦住在世人之间。

## 创世记3章

23 耶和华神便打发他出伊甸园去，耕种他所自出之土。

24 于是把他赶出去了。又在伊甸园的东边安设基路伯和四面转动发火焰的剑，要把守生命树的道路。

## 出埃及记29：44-46

44 我要使会幕和坛成圣，也要使亚伦和他的儿子成圣，给我供祭司的职分。

45 我要住在以色列人中间，作他们的神。

46 他们必知道我是耶和华他们的神，是将他们从埃及地领出来的，为要住在他们中间。我是耶和华他们的神。

## 约翰福音1: 14

道成了肉身住在我们中间，充充满满的有恩典有真理。  
我们也见过祂的荣光，正是父独生子的荣光。

## 启示录21：3

我听见有大声音从宝座出来说，看哪，神的帐幕在人间。**祂要与人同住**，他们要作祂的子民，神要亲自与他们同在，作他们的神。

# 怎样祷告

- . 称呼：我们在天上的父
- . 赞美
- . 认罪
- . 感恩
- . 代祷
- . 为自己祷告
- . 奉主耶稣基督的名











