

## 課程主題：D4D 基要 4—【恆常向天父禱告】

成長指標：每天藉禱告(包括讚美、感恩、認罪和祈求)與天父建立親密連結的關係。

- \*【I-VII 部份是帶領門訓小組的建議內容和時間分配(1.5-2小時)，個別門訓按當時處境彈性安排。】



### I/ 關懷鼓勵 + II/ 實踐問責 (約 10-15 分鐘)

1. 這個星期生活過得好嗎？能保持兒女的身份去生活嗎？
2. **實踐匯報**：上週向名單內第 1-2 排列的人分享信主見證或福音的情況如何？他們有積極的回應嗎？若有人決志，立刻將第一課內容教導他，同樣鼓勵他向身邊關係網的人作見證。

### III/ 傳遞異象 (約 5 分鐘)

1. 門徒是神向世人報告好消息的代言人：

經文：「惟有你們是被揀選的族類，是有君尊的祭司，是聖潔的國度，是屬神的子民，要叫你們宣揚那召你們出黑暗、入奇妙光明者的美德。」(彼得前書 2 章 9 節)

- a. 藉著信靠主耶穌基督，我們得著獨特而尊榮的身份，是被揀選服事天上大君王的代言人，為要宣揚那能拯救人出黑暗、入光明的好消息，你我要把握時機去拯救沉淪的人。

~福音到底是什麼？ [<https://www.youtube.com/watch?v=ME6RZFe0jXM&t=17s>]

### IV/ 敬拜感恩 (約 15-20 分鐘)

1. **敬拜讚美**：讚美上帝是愛全地的人，不願意一人沉淪，乃願意人人都得著拯救。  
# 選擇合適的詩歌一起敬拜主。
2. **感恩禱告**：感謝主會聽我們的禱告，使我們有能力向身邊所愛的人傳揚主福音。

### V/ 效法基督 (約 30-40 分鐘)

#### A. 耶穌會點做？

經文：「32 天晚日落的時候，有人帶著一切害病的和被鬼附的，來到耶穌跟前，33 合城的人都聚集在門前。34 耶穌治好了許多害各樣病的人，又趕出許多鬼，不許鬼說話，因為鬼認識他。35 次日早晨，天未亮的時候，耶穌起來，到曠野地方去，在那裏禱告。36 西門和同伴追了他去，37 遇見了就對他說：『衆人都找你。』38 耶穌對他們說：『我們可以往別處去，到鄰近的鄉村，我也好在那裏傳道，因為我是為這事出來的。』」(馬可福音 1 章 32-38 節)

分享問題：

1. 經文記載主耶穌晚上做了大量的服事工作？身心靈都甚疲累，但次日早晨卻起來禱告，為甚麼？
  - a. 主耶穌每早先向天父上帝禱告，與祂保持親密的連結，尋求父神的心意和引導。
2. 我如何去學效主耶穌的榜樣，恆常與天父保持緊密的連結，每天按著祂的引導而行？
  - b. 我們所信的是一位永活的真神，時刻可以透過禱告來與祂交往，建立親密同行的關係。

B. 生命實踐：實踐恆常的禱告生活

1. 禱告是甚麼？我們可以如何向天父禱告呢？

禱告就像與家人或好友說話一般，將心裡的話向神訴說就是了：

- a. 稱呼－「親愛的天父...」／「親愛的主耶穌...」／「親愛的聖靈...」
- b. 內容－將心裡的話告訴神。
- c. 結語－奉主耶穌的名祈求。阿們！（【阿們】即按主的心意來成就）

天父盼望我們隨時隨地向祂禱告；但為建立良好的禱告習慣，最好早晚都有固定的禱告。



2. 主在馬太福音 6 章 9-13 節教導門徒如何去禱告呢？

經文：「9 所以，你們禱告要這樣說：『我們在天上的父，願人都尊你的名為聖。10 願你的國降臨，願你的旨意行在地上，如同行在天上。11 我們日用的飲食，今日賜給我們。12 免我們的債，如同我們免了人的債。13 不叫我們遇見試探，救我們脫離兇惡。因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。阿們！』」（馬太福音 6 章 9-13 節）

- a. 祈禱是以神為中心的，祈求神的名、神的國、神的旨意為優先，而人生活上各樣需要為次位。

3. 禱告可以有何內容和方向？

- a. 讚美：神是配得讚美和尊崇（詩篇 135 篇 3 節），讚美的內容包括：



例如：神的本性－崇高、聖潔、公義、慈愛、信實、良善、永在、全能、全在、全知等；  
神的作為－創造萬有、統管宇宙、救贖人類、神的引導、神的國度、審判受造等；  
神的名字－基督、永恆主、以馬內利、萬王之王、萬主之主、好牧人、奇妙策士等。

- b. 感謝：為神做在我們身上的作為，和應允我們的祈求向神表示謝意。（以弗所書 5 章 20 節，詩篇 103 篇 2-5）

例如：神供應所需、赦免罪孽、引導抉擇、醫治疾病、賜生命平安喜樂等。



- c. 認罪：為我們在生活中所犯的罪向神認罪求赦免，回轉過來不繼續犯。（約翰一書 1 章 9 節）  
例如：思想上、說話上、行為上的罪。

- d. 祈求：為自己個人、別人、國家或教會的需要向神祈求。（提摩太前書 2 章 1-2 節）

例如：生活供應、身心健壯、合適決定、和睦關係、家國興盛、世人信主、教會工作等。

#### 4. 禱告是與神相向 – 有來有往的交流

禱告是一雙向溝通的行動，當你禱告，要留空間來聆聽神對你說話。祂有時會透過在你腦海中的一個『意念』、『感動』、『信息』、『圖畫』、『經文』、『說話』或『回憶』等來回應你的禱告。

#### 5. 如何分辨是主或是自己的聲音呢？

- 非自己刻意想出來；
- 有主的感動；
- 與聖經的原則吻合；
- 越操練越純熟分辨。



~神會聽我的禱告嗎？ [<https://www.youtube.com/watch?v=a6g8qVX01eM>]

### VI/ 實踐錦囊(約 25-30 分鐘)

- 與你的同行者輪流以禱告 4 個重點內容(讚美、感謝、認罪和祈求)來禱告。
- 分享在向關係網內的名單分享見証的挑戰，互相鼓勵代禱，求主幫助和改變人心。
- 與你的同行者繼續練習分享信主見証，務求能熟練和自然向人分享你得救的故事。

### VII/ 設定目標 (約 5-10 分鐘)

- 建立恆常的禱告習慣，經常與神保持緊密連繫。開始每天早晚的祈禱生活(約 5-10 分鐘)：早上將一天生活交託給神；晚上回顧當天生活，感謝神的帶領。
- 下次上課前(1-2 週內)向名單內第 3-4 排列的人分享信主見証或福音。若有人決志，立刻將第一課內容教導他，同樣鼓勵他向身邊關係網作見証。

#### 背誦金句：

「...我們在天上的父，願人都尊你的名為聖。願你的國降臨，願你的旨意行在地上，如同行在天上。我們日用的飲食，今日賜給我們。免我們的債，如同我們免了人的債。不叫我們遇見試探，救我們脫離兇惡。因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。阿們！」(馬太福音 6 章 9-13 節)

#### 門訓者須知

- 禱告是意識與天父保持連結的基礎，鼓勵門徒要固定早晚禱告，隨時禱告，停留與主同在狀態中。
- 鼓勵門徒以讚美和感恩去禱告神，藉與他們禱告作示範，帶動生命維持在積極信靠神的向導中。
- 積極跟進門徒向關係網作見証，更多禱告倚靠神，離開安舒區，領人信主，建立門徒轉化世界。