
祷告手册

圣经和宗教书籍中有关祷告的论述

目录

前言	- 2 -
一、祷告的奇妙力量	- 3 -
二、为什么要祷告?	- 4 -
三、有关耶稣与祈祷的经文	- 6 -
四、我们应在何时祷告?	- 7 -
五、我们应该参加祷告聚会吗?	- 8 -
六、我们如何能进入祷告之灵?	- 9 -
七、我们应该祈求什么?	- 10 -
八、耶稣是如何祷告的?	- 14 -
九、我们应该如何祈祷?	- 15 -
十、祈祷的方式	- 19 -
十一、 祷告的姿势	- 20 -
十二、祷告的类型	- 20 -
十三、为他人代祷	- 21 -
十四、上帝垂听和应允我们祈祷的条件	- 22 -
十五、在什么情况下上帝不会应允我们的祷告?	- 25 -
十六、为什么上帝有时迟迟不应允我们的祷告?	- 28 -
十七、祈祷与试炼	- 29 -
十八、以诺是怎么与上帝同行的?	- 31 -
十九、圣经中五个大有能力的祷告	- 33 -
二十、其他伟大的祈祷者	- 34 -

前言

虽然有罪的人很难理解祷告的所有原则，但圣经还是教导我们要祷告，祷告，热切地祷告，不住地祷告。上帝忠心的仆人确实在不断地祷告——祈求医治，为他人代求，祈求自由，祈求饶恕，祈求从狱中得释放。主耶稣凭着他的智慧，按着他的时间和旨意，回应了他们的祷告，正如他今日所做的一样。

主耶稣的一生是祷告的一生。耶稣把祷告放在首位。马可记载了：“……早晨，天未亮的时候，耶稣起来，到旷野地方去，在那里祷告。”（马可福音 1:35）路加见证耶稣“出去上山祷告，整夜祷告上帝。”“无论是谁，都没有耶稣那样密集的工作和那么沉重的责任。但耶稣时常在祈祷！”——（《DA》第 38 章）

如果我们学习耶稣的生活和教导，我们也会像他那样献身祷告。祷告是基督徒的灵魂。没有祷告，我们就没有属灵的生命。

热切持久的祷告是基督徒能力的泉源，要意识到这一点对我们来说是至关重要的。没有祷告，我们一无所有。当一个生灵意识到自己的无助，需要完全地依靠上帝时，此时的恳求能给人带来圣灵的力量。这是人类每日与自我、罪和空中属灵气的魔鬼争战的力量泉源。

一、祷告的奇妙力量

什么是真正的祷告？

真正的祷告是：

1、象与朋友谈心一样与上帝交谈：

“祈祷是人与上帝的倾心交谈，象同知己的朋友谈心一样。……祷告不是使上帝下来见我们，却是把我们带到上帝面前。”——（《SC》）p93）

2、与上帝交谈：

“我们如能常将主显在我们面前，使我们的心不断地向他表示感谢和赞美，我们的宗教生活必经常具有新的气象。我们的祷告会呈现与上帝谈话的方式，如同与朋友谈心一样。他要亲自将他的奥秘启示给我们。我们便会时常获得耶稣与我们同在的甜蜜愉快的感觉。他要时常与我们交谈，如同古时与以诺交谈一样，我们的心就火热起来。一个基督徒如真能获得这种经验，他的生活便要出现一种简朴、谦逊、温柔和内心自卑的风度，使凡与他交往的人都能看出他曾与耶稣同在，并且学了他的样式。”——（《COL》）p129—130）

3、信心手中的钥匙：

“恶魔的黑网，包围着疏于祷告的人。仇敌常用耳语式的试探，诱他们犯罪，这都是因为他们不肯利用上帝所赐祈祷的权利。祈祷是信心手里的钥匙，可以开启天上全能无穷之宝藏的库房，那么上帝的子女为何要疏于祈祷呢？我们若不时刻祈求，时刻儆醒，就有渐渐疏忽，甚至离开正道的危险。”——（《SC》）p94-95）

4、宗教的精粹：

“切莫忽略私人的祷告，因为这乃是宗教的精粹。应当恳切热心祈祷，求主洁净心灵，要诚恳迫切地祷告，如同你在紧急关头为这血肉之体喊求救命一样，直到你心中产生了说不出的渴慕救恩之忱，及得了罪蒙赦免的甜蜜凭据之后，才可从上帝面前起来。”——（《1T》）p163）

5、灵性的呼吸：

“祷告是灵性的呼吸，是属灵能力的秘诀。没有什么别样求恩的方法可以代替祷告，而使灵性的健康仍得以保持。祷告能使人之心与生命的泉源立刻衔接，并使宗教的经验精壮力健。你若忽略祷告，或只看便利与否而间歇无定的祷告，这样就失去对上帝的持守力。”——（《GW》）P254,255 页

二、为什么要祷告？

一、耶稣为什么祷告？

“基督不断地从天父那里得到信息以便与我们交流。” ‘你们所听见的道不是我的，乃是差我来之父的道。’（约 14:24）

“人子来，不是要受人的服侍，乃是要服侍人。”（太 20:28） 他的生活、思想和祈祷都不是为自己，而是为别人。他每天早晨用长时间与天父交往之后， 就出来将天上的光带给世人。他每天重新受到圣灵的洗。每日清晨，天父使他从睡眠中觉醒，并用恩惠膏他的心灵和他的嘴唇， 使他能将之转授与人。”——（《COL》中文版 1 p139）

二、我们为什么祷告？

圣经告诉我们：

“你们祷告，不可象外邦人，用许多重复话，他们以为话多了必蒙垂听。你们不可效法他们，因为你们没有祈求以先，你们所需用的，你们的父早已知道了。”（太 6:7,8）

既然上帝已经知道了我们的需要，我们为什么还要在祷告中祈求呢？

1、 因为上帝说：“求就必得着”。

“祈祷不是为要将上帝所不知道的事告诉他。原来主对于每一生灵的秘密都了如指掌。” ——（《MYP》）P247）

2、 我们若不祈求，他就不赐给我们

“上帝的计划原来是要我们凭着信心祷告，他就必应允；反之，我们若不祈求，他就不赐给我们了。” ——（《GC》）3p525）

3、 有福气为祈求的人存留：

“上帝有全天庭充盈的福气，等待着要赏赐予凡诚心寻求惟有他能赐予的帮助的人。” ——（《SD》中文版”四月二十六日”的灵修课，p123）

4、 祷告是获得力量和智慧的动力：

“你要谨慎，免得因日常繁忙的活动，拦阻你在最需要从祈祷得力之时反而忽略了祈祷。因为过分专注事务，则敬虔大有从人心中被排挤出去的危险。你若不取用那伫候你去请求的力量与属天的智慧，便是一桩自欺的大恶。” ——（《5T》 p560）

“你当照着他所吩咐的去作，也当确信上帝必成全他应许要做的一切。” ——（《OHC》中文版”四月一日”的灵修课，p97）

5、祷告能影响上帝的行动：

“我们既感觉到自己的需要，就要做恳切的祷告，而我们的天父必为我们的呼求所感。”——（《COL》P172）

“惟有在我们恳切祈祷向主呼求之时，上帝才恩准我们的心愿。”——（《GW》）P255）

6、祷告是能力的泉源：

“上帝工作所得的最大胜利，并不是出于苦心的辩论，充裕的设备，雄厚的势力，或丰富的钱财；乃是人在与上帝交往之处……”——（《GW》）P259）

7、祷告能帮助我们在基督徒的生活中长进：

“我们若欲在属灵的生活上有长进，就必须多用时间祷告。当真理的信息初次传开时，我们的祈祷是多么殷切。……我们常常用几小时的光阴诚挚祈祷。……而今危机比当年还要多。”——（《5T》p161-162）

8、祷告使我们与上帝联络：

“你若忽略祈祷，或只看便利与否而间歇无定的祈祷，这样就失去对上帝的持守力了。灵性的功能失了生机，宗教的经验也就缺少健全与活力了。”——（《GW》）P255）

9、祈祷引我们走向天国：

“切勿疏忽密室的祈祷和圣经的研究。这些乃是你的武器，可以用来抵挡那力图拦阻你走向天国的大仇敌。初次对读经的疏忽，就必使第二次的疏忽更容易。”——（《MYP》）p96）

10、祷告是与敌人争战的力量：

（1）“撒但诱使很多人相信祈祷上帝是没有用的，不过是一种形式而已。他深知基督的随从者多么需要默想和祈祷来抵挡他的诡诈和欺骗。”——（《1T》）p295）

（2）“信心的祈祷是基督徒战胜撒但的伟大力量。”——（《1T》）p296）

（3）“仇敌无法胜过那以谦卑之心向基督学习的人，就是那存祈祷之念行在主面前的人。”——（《ML》中文版”11月8日”的灵修课， p316）

（4）经上记着说：“你们要时时警醒，常常祈求，使你们能逃避这一切要来的事，得以站立在人子面前。”（路 21:36）

（5）“要穿戴上帝所赐的全付军装，就能抵挡魔鬼的诡计。”（弗 6:11）

（6）“在与罪恶势力的争战中，有决定性的时刻决定胜利不是属于上帝就是属于这个世界的王子。若参战的人不够警惕，不祈求智慧，不做醒祷告……原能被上帝的军队消灭的撒但反而成为得胜者。”——（《SDA-BC》 vols 6, p1094）

(7)“对我们这一方来说，属灵的警惕是安全的代价。不要向撒但的一方挪半步，以免使他占了上风。”——《《SDA-BC》 vols6 p1094》

(8)“祈祷能使耶稣来到我们身旁，给予昏迷困惑的人以新生的力量去战胜世界、肉体和魔鬼；祈祷能击退撒但的进攻。”——《《COL》》 P250)

(9)“我们正面临着一场战争，——与撒但和他迷人的试探作终身的奋斗。敌人必要利用各种论据，各种骗术来缠住生灵；所以我们为要赢得生命的冠冕，必须作恳挚而恒切的努力。”——《《MYP》》 p104)

(10)“我们必须穿戴上帝的全副军装，准备随时与黑暗的势力斗争。当试探和考验向我们袭击时，我们务要来到上帝面前，在祈祷中与他较力。他决不使我们空手而去，却要赐给我们恩典和能力来得胜并打破仇敌的势力。”——《《EW》》 p46)

(11)“信心的祈祷是基督徒战胜撒但的伟大力量。这就是为什么他（撒但）暗示我们无需祷告。我们的中保，耶稣的名是他所憎恶的；当我们恳切地来到耶稣面前寻求帮助时，撒但的党羽就惊慌失措。如果我们忽略了祷告，就正中了他的计谋，那时他谎言的奇迹将更容易被接受了。”——《《1T》》 p296)

(12)“一位谦卑的圣徒向天庭所发的恳求比君王的法令更令撒但担心。”——《《SDA-BC》 vols2 p1008》

三、有关耶稣与祈祷的经文

- 1.为那些逼迫你利用你的人祷告（太 5:44）
- 2.暗自的祈祷（太 6:6）
- 3.耶稣示范如何祷告（太 6:9-15）（路 11:1-13）
- 4a.耶稣与彼得、约翰和雅各上山独自祈祷（太 14:23）（路 6:12;9:28）
- 4b.他清晨在幽静之处祷告（可 1:35）
- 5.耶稣在他受洗时的祈祷（路 3:21）
- 6.总是凭着信心祈求（路 18:1-8）
- 7.耶稣在拉撒路墓前的祈祷（约 11:41,42）
- 8.耶稣凯旋进耶路撒冷后的祈祷（约 12:27,28）
- 9.耶稣为世人祷告（约 17:1-26）
- 10.耶稣在客西马尼园的祷告（太 26:36-44）（可 14:32-39）（路 22:44）
- 11.耶稣最后的祈祷（路 23:46）

四、我们应在何时祷告？

一、基督在何时祷告

基督花了大量时间祷告：

“他终日做工，整夜祈祷，以便能防御仇敌，并加强力量帮助那些来求助的人。——（《GW》p115）

祷告是他日常生活的一部分：

“他每天早晨用长时间与天父交往之后，就出来将天上的光带给世人。他每天重新受到圣灵的洗。每日清晨，天父使他从睡眠中觉醒，并用恩惠膏他的心灵和他的嘴唇，使他能将之转授与人。——（《COL》p139）

耶稣的祈祷生活使门徒们深受感动：

“那些倾听着的门徒心中深受感动。他们曾注意他是怎样常用很长的时间在幽静之处与他的父交往。……他每日早晨经过长时间与上帝同处以后，就出来将上天的亮光传给世人，门徒们也认清了他的祷告时辰乃和他言行中的能力有关……”——（《MB》p102-103）

“他最快乐的时候，便是放下工作到田野里去，……他常在清晨之时，往隐密的地方沉思凝想，查考圣经，或向天父祈求。他用歌声欢迎晨光。”——（《MH》p52）

二、我们早晨的第一句话应该是什么？

“耶和華啊，求你留心听我的言语，顾念我的心思。我的王我的上帝啊，求你垂听我呼求的声音，因为我向你祈祷。耶和華啊，早晨你必听我的声音；早晨我必向你陈明我的心意并要警醒。”——（诗 5:1-3）

“早晨心灵最先祈求的必须是耶稣的同在。‘离了我’，他曾说：‘你们就不能作什么。’我们所需要的就是耶稣；他的光，他的生命，他的灵，必须常与我们同在。我们时时需要他。我们在晨祷之中应当因太阳如何光耀大地，普照全球，也求那公义的日头照彻我们心灵的内室，使我们在主里面全然光明。我们不可与他片时分离。仇敌知道当我们企图要离开我们的主，他就出现在那里预备用他的恶谋充塞我们的心，使我们从坚定的立场上堕落下来，而主却甚愿我们时刻住在他里面，在他里面得以完全。”——（《ML》p15）

“你的第一件事：每日早上，第一件事，就是献身归于上帝，应当祷告说：‘上帝啊，求你接受我，使我完全属于你。我把所有的计谋，排列在你的足前，愿你今天用我为你服务。求你住在我的心里，使我一切的工作，都能有你主持。’这样的献身，是每天当行的事。每日早晨应当把一天的精力献给上帝，你一切的计划要交给上帝，或实行，或作罢，都要随他的圣旨批准。这样你就天天可以献身给上帝，行事为人，自亦渐渐与基督相同了。在基督里的生活，是安闲恬静的生活。我们不一定要有狂欢大喜的感觉，但必须有稳固安静的信心。”——（《SC》p70）

“我们天天的祈祷应该说：‘主啊，帮助我尽我的力量。教导我做更好的工人。赐给我强大的能力和愉快的精神。帮助我在我的服务上表现救主的慈爱的心肠。’——（《MH》2p474）

“我们若愿养成上帝所能悦纳的品格，必须在我们的宗教生活上养成正当的习惯。每日祈祷是我们在恩典中长进所必须的，也正是维持属灵生命所不可或缺的，有如世上食物之对于身体健康一般。我们应该习于常在祈祷中使思想升达上帝那里。”——（《MYP》）p114-115）

三、我们多长时间需要祷告一次？

圣经告诉我们应该不住地祷告：

“靠着圣灵，随时多方祷告祈求。”（弗 6:18）

“不住地祷告。”（帖前 5:17）

“……是要人常常祷告，不可灰心。”（路 18:1）

“他是个虔诚人，他和全家都敬畏上帝，多多周济百姓，常常祷告上帝。”（徒 10:2）

大卫说：“我要晚上、早晨、晌午哀声悲叹，他也必听我的声音。”（诗 55:17）

“……但以理……就到自己家里（他楼上的窗户开向……），一日三次，双膝跪在他上帝的面前，祷告感谢，与素常一样。”（但 6:10）

讲到上帝会在急难中帮助我们：

“那充满烦扰而几乎被压制的，在繁忙生活中辛劳工作的人，可以向上帝提出恳求以获得神圣的引导。那在海陆旅行的人，遇见极大的危险时也能这样将自己交托上天的保护。在遇见突然的困难或危险时，我们可从心中发出呼吁，恳求那位曾经亲自应许在忠诚相信之人每逢呼求他时，就赐予支援之主的帮助。”——（《PK》）5p631-632）

“要常常祷告，就是常有祷告之灵，这样你才能预备好等候主来。”——（《2SM》p235）

五、我们应该参加祷告聚会吗？

“万物的结局近了，所以你们要谨慎自守，警醒祷告。”（彼前 4:7）

“尽力地找机会往祈祷的地方去。凡切心愿与上帝联络的人，必常赴祈祷的聚会，……他们必利用一切机会，置身于能领受从天而降的亮光之处。”——（《SC》）p98）

“为永生作准备……教养你的心思爱慕《圣经》爱慕祈祷会，及爱慕默想的时辰，尤其是爱慕心灵与上帝交往的时刻。你若要参加天上广厦之间的天庭乐队，就当具有属天的心思。”——（《2T》p268）

公共聚会之目的是什么？

“公共聚会之目的是什么呢？难道是要用祷告来把我们所知道的一切向上帝说明及指教他么？我们相聚一堂，乃是要彼此交换心意情感而互相造就，彼此知悉各人的指望及志愿而互相得力，得光，及得胆量；也本着信心献上我们恳切动心的祷告，使我们从能力之”源”领受奋兴及活力。这些聚会应当是最宝贵的时辰，当使这些聚会对于凡爱慕任何宗教事物的人是生趣盎然的。”——（《2T》 p578）

“我又告诉你们：若是你们中间有两个人在地上同心合意地求什么事，我在天上的父必为他们成全。”（太 18:19,20）

“让一小群的人在晚上，在中午，或在清早聚在一起学习圣经。让他们留有时间让多人献上祷告，以致圣灵能增强他们的信心，启发他们，使他们成圣。基督希望在每一工人心中都能成就这样的工作。”——（《7T》 p195）

六、我们如何能进入祷告之灵？

一、抽出时间来祷告：

“我们如要领受属灵的恩惠，也必须划出时间来作默想和祈祷。他们对于祈祷的效力和功能，没有应有的重视。世上无论什么能力所做不到的事，祈祷和信心能够做到。”——（《MH》）3p509）

二、选择一个祷告的地方：

“当有一个私自祷告的地方。耶稣曾有他所选择与上帝相交之处，我们也当如此。我们需要时常退到一个能独自与上帝同在的地方去，不论这地方是怎样的简陋都可以。”——（《MB》）p84）

“在那惟有上帝的眼能看到，惟有上帝的耳能听见的隐秘祷告处，我们可向无穷慈怜的天父倾吐我们心中最隐秘的愿望和冀求；……”——（《MB》）p84）

三、为祷告预备心灵：

“祈祷的宝贵特权已被何等地忽略！读经为祈祷预备心灵……祈祷是基督徒的力量。”——（《SDA-brief history》 p146）

四、与不想祷告的感觉搏斗：

“当我们最不想与基督交谈的时候，正是我们最需要祷告的时候。如此行，我们必击破撒但的网罗，黑暗的乌云会消失，我们会体验耶稣甜蜜的同在。”——（《SDA-brief history》 p146）

七、我们应该祈求什么？

一、圣经上告诉我们应该祈求以下的事：

- 1、祈求日用的饮食（太 6:11）
- 2、祈求罪得饶恕（代下 7:14;诗 32:5,6;约壹 1:9;5:16）
- 3、祈求圣灵（路 11:13;亚 10:1; 约 14:6）
- 4、祈求主在诱惑与危险中的搭救（太 6:13;约 17:11,15; 箴 3:26;诗 91;太 24:20）
- 5、祈求智慧与理解（雅 1:5;王上 3:9; 但 2:17-19）
- 6、祈求平静祥和的生活（提前 2:1, 2; 赛 26:3）
- 7、祈求医治病人（雅 5:14, 15; 王下 20:1-11）
- 8、祈求传道人和福音的兴旺（弗 6:18,19;西 4:3; 帖后 3:1）
- 9、为那些因真理的缘故受苦的人祈求（来 13:3;徒 12:5）
- 10、为君王，统治者，和一切的掌权者祈求（提前 2:1,2;拉 6:10）
- 11、祈求暂时的富足（林后 9:10;雅 5:17,18）
- 12、为我们的仇敌祈求（太 5:44）
- 13、为基督的再来和上帝的国度祈求（太 6:10;启 22:20）
- 14、祈求明白上帝的旨意（弗 5:17）

二、以下是摘自灵修材料中的劝勉：

1、祈求圣灵住在我们的心中和家中：

“基督复临安息日会的人，如果要得到并保持洁净，就必须有圣灵在他们心里和家里。……现在正是我们最需要上帝的灵在我们心里和生活中做工的时候，就让我们把握住这神圣的能力，以便有能力做一个圣洁而献身于上帝的人。”——（《9T》p164,166）

“现今需要更多的祈祷。……对于那些祈求的人，我们现在所生活的时代是圣灵沛降的时代。向主祈求福气吧。现在正是我们更热切献身的时候了。……”——（《TM》p511, 512）

“我们所需要的是圣灵的洗。没有圣灵的洗，我们就如主钉十字架后的门徒们一般，还不能到普天下去

传福音。耶稣知道他们的缺乏，吩咐他们先在耶路撒冷等候直到他们从上头得到能力。”——（《评论与通讯》p1890年2月18日。

“我们应该恳切祈求圣灵的沛降，正如使徒们在五旬节祈求一般。如果他们在那时需要，我们在今日更需要。”——（《5T》p158）

2、祈求属灵的复兴：

“在我们中间复兴真正的敬虔乃是我们最大最迫切的需要。追求这种复兴乃是我们首要的工作。……”——（《1SM》p121）

3、祈求他曾应许的一切：

“上帝圣言中的每一个应许，都供给我们以祷告的题材，并提出耶和华的诺言作我们的保证……我们可以将自己属世的事务告诉他，向他求衣索食，如同求取生命之粮和基督的义袍一样。你们的天父知道你们需要这一切的东西，而且你们已蒙邀请，尽可为这些东西向他求取。”——（《MB》）P133）

4、祈求我们个人日常的需要：

“每个人在上帝面前，都有向他陈述自身的特别需要和表示个人对于日常所受恩惠之感激的权力。”——（《9T》p278,279）

5、为上帝的的工作而祈求：

“主的工作是丰富多彩的，这给我们提供了思想的主题和祈祷的灵感。”——（《4T》p459）

6、祈求能力和智慧：

“我们必须从上头寻求智慧，使我们能在这个谬道和欺骗流行的现代站立得住。”——（《EW》）p87-88）

7、祈求理解上帝的话：

“人若忽略祷告，则没有一日一时是安全的。我们特别需要上帝赐智慧，使我们明白他的话。因为《圣经》已将试探者的奸计，以及抵挡他的有效方法都指明了。撒但是善于引用《圣经》的，他常加上自己的解释，希望藉此使他们跌倒。”——（《GC》）3p530）

8、祈求能理解我们所处的时代：

“让我们更加恳切地祈求能明白我们所生活的时代，能更了解主的目的，能更有效地挽救生灵。”——（《2SM》p400）

9、祈求完美：

“上帝喜欢看到我们尽可能地把他的工做得完美。”——（《SDA-BC》vols 一，p1108）

“让今日服事主的工人向他求智慧和远见，使他们能把工作做得完美。”——（《SDA-BC》vols 一，

p1108)

10、祈求能仰望基督：

“但我们如果想进入上帝的圣城，瞻仰荣耀中的耶稣，我们就必须在今世养成借信心的眼睛仰望他的习惯。基督的圣言和圣德应该常作我们思想和言论的主题；而且我们应该每天用相当的时间特别专诚默想这些圣洁的题旨。”——（《MYP》）p114）

11、祈求经常更新我们属灵的生活：

“我们如能常将主显在我们面前，……我们的宗教生活必经常具有新的气象。我们的祈祷会呈现与上帝谈话的方式，如同与朋友谈心一样。”——（《COL》）p129）

12、祈求有信心能信靠主的应许：

“上帝将他的应许放在圣经中，要引导我们信靠他。”——（《ML》中文版”十一月三十日”的灵修课，p338）

13、祈求危急之时的帮助：

“你们奉父、子及圣灵的名受浸，这种事实就是一种保证，如果你们要求他们的帮助，这些能力就要在每次危急之时帮助你们。”——（《6T》p99）

“愿恳切，忧伤痛悔的祈祷能把天庭的助手呼召到我们身旁。眼不能见的光明能力之军会与谦虚、柔和、卑微的人同工。”——（《ISM》p97）

14、祈求保护：

“……他情愿差遣天庭所有的天使去保护他的子民，而决不容一个信赖他的人被撒但所胜。”——（《GC》）4p560）

15、祈求热切爱慕正义的心：

“人对《圣经》真理的认识，并不全赖于智力的运用，而是最需要纯正的宗旨，就是热切爱慕正义的心。”——（《GC》）4p599）

16、祈求圣洁的思想来默想他的爱：

“上帝嘱咐我们要用崇高和纯洁的思想来充实我们的心智。他要我们思念他的仁爱与慈怜，并研究他在伟大救赎计划中所做的奇妙工作。这样，我们对于真理的认识便越来越清晰；我们渴慕心灵清洁和思想纯正的愿望也必日益高尚而圣洁了。心灵如能长久停留于圣洁思想的纯净气氛中，就必藉着研究《圣经》与上帝交通而变化。”——（《COL》）27-p60）

17、祈求变得象基督一样：

“我们思念救主的完善时，就会切望自己得以完全变化更新，好象救主纯洁一样。我们会心里爱慕救

主，如饥如渴的要象他一样。我们的意念越倾向基督，口里也越愿在人面前传扬他，将他显示与世人。”——（《SC》）p89）

18、祈求无私的生活：

“新心的记号是什么呢？——乃是一种改变了的人生。就是每天，每时都要向自私与骄傲死去。”——（《MYP》）p72）

19、祈求谦卑、智慧、胆量和加增信心：

“所以你们祈求就得着，当求谦卑，求聪明，求胆量，求加增信心。凡诚心的祈祷必蒙应允。应允也许不能全照你的心意。也许不是在你所盼望的时候得到；但主应允的方式及时总是最合你需要的。你在孤苦、困乏、试炼之下所献的祈祷，上帝都要应允，虽不能每次都照你的期望，但总是与你有益的。”——（《GW》）168-P258）

20、祈求赦免：

“上帝将悔改的罪人抱在他慈爱的怀中，缠裹他们的创伤，除净他们的罪污，并以救恩的衣袍给他们穿上。”——（《PK》）5p668）

21、祈求与耶稣交往：

“耶稣——天上的至尊者——定意要提拔一切带着他们的重担、软弱和忧患来就他的人，使他们得以与他交往……我们有权日日享受与耶稣同行的宁静、亲密而幸福的人生。”——（《OHC》）p97）

22、祈求医治：

“不论在有病的时候，在健康的时候，他都是我们的避难所。‘父亲怎样怜恤他的儿女，耶和华也怎样怜恤敬畏他的人’……他发命医治他们，救他们脱离死亡。”——（《MH》）P225）

“上帝现在愿意医治患病的人，正如圣灵藉着大卫说以上的话时一样。基督现在也与他从前在世界上为人类服务时一样是慈悲的医师。无论是甚么软弱，在他都有医治的丹方。”——（《MH》）P225-226）

“如果病人能荣耀他，我们就祈求他们能得医治，然而，不要照我们的意思，而是主的旨意。”——（《CH》）p379）

23、祈求主帮助控制心怀意念：

“使徒说：要约束你们的心；因此要控制你们的思想，切勿任其海阔天空地驰骋。藉着你们自己坚毅的努力，便可防护并控制自己的思想。”——（《AH》）p54）

“所以不论一个人所受的属灵光照如何的大，所享的恩典和福惠如何的多，他也必须时刻谦卑地行在耶和华面前，并凭着信心恳求，上帝就要指引每一个思想，管理每一个情感。”——（《PP》）p421）

“惟有基督能正确地引导我们的思想”——（《CT》）p323）

“上帝希望你信靠他的慈爱，他也希望你时常护卫自己的心灵，深锁你思潮的门，免得控制不住你的思想。”——（《SD》p298）

24、祈求明白主的旨意：

“主藉着三种途径将他的旨意启示给我们，引导我们，并使我们能引导他人。……上帝在他的话——《圣经》中启示我们。他的声音也在他的圣手所造之工中显明。……上帝还藉着另一种方法使我们听到他的声音，那就是圣灵的呼吁，在人心中动工，并在品格上彰显出来。”——（《5T》p512）

“真实的信心及真实的祷告是何等的强有力啊！它如同两条臂膀，使祈祷的人可藉以握住那位无穷之爱的大能者。信心就是倚靠上帝，相信他爱我们，也知道什么是与我们最有益的。这样，信心就领我们不随自己的道路而去选择上帝的道路。”——（《GW》）p259）

25、祈求有赞美的心：

“若是我们每次获得上帝的保护，便会思念上帝，时时想念他，又欢喜颂扬他，赞美他。”——（《SC》p102）

“我们常用诗歌来表示我们的感激。在受试探的时候，不要受情绪的制服，乃当以信靠上帝的精神向他唱感谢的歌。歌唱是一种我们常可用以克服灰心的兵器。”——（《MH》）p254）

八、耶稣是如何祷告的？

“耶稣自己在世之日，也常常祷告。他与我们一样为人，一样软弱，一样有所缺乏，所以得时常恳求天父给他新的能力，以致可以担当责任，忍受各种困难。”——（《SC》p93）

“在这罪恶的世上，他忍受精神上的种种困苦忧患。他成为人，就使祈祷成为必须之事，及人的一种特权。他从与天父交通之中得到安慰和快乐。”——（《SC》93）

一、他称上帝为天父

在耶稣与天父的交往中，他称上帝为“父”（约 17:1），“圣父”（约 17:11），“公义的父”（约 17:25）。在（路 10:21）中记载了耶稣简短的祷告，他称上帝为“父啊，天地的主。”他在客西马尼园痛苦的祈祷中用亚兰语“阿爸”称呼“天父”（可 14:36），这个词是对“我的父亲”一词的亲密称呼。

一位理想的父亲是慈爱的、关怀的、能保护人的，而且能让孩子去爱、去信靠、去顺从。

我们这些跟随基督的人被接收进了天父的家中（罗 8:15；加 4:5；弗 1:5）。在罗马时代，当一个儿子被人收养，他就在这个新家里得到所有法定的权利与特权。

我们成了 SD 后，也得到了全备的救恩。“你看父赐给我们的是何等的慈爱，使我们得称为 SD”（约壹 3:1）。

这样，称呼上帝为我们的天父会给我们一种归属感。

二、奉耶稣的名祷告

在约 14:12-14,耶稣告诉我们应该奉他的名求。这是我们向天父祈求,我们应该奉耶稣的名求(罗 8:34;提前 2:5)。藉着奉耶稣的名求,我们声称自己承认耶稣在我们生活中的权威与能力。藉着奉耶稣的名求,我们口里承认他为我们个人的救主、救赎主和大祭司,藉着他,我们可以直接到上帝面前来(来 8:1)。

三、按着天父的旨意祈求

耶稣说:“因为我从天上降下来,不是要按自己的意思行,乃是要按那差我来者的意思行”(约 6:38)。即使在他的祷告中,耶稣也给我们做了榜样,他把自己的意思完全顺服于天父的意思。我们祷告时,我们可以肯定某些要求是与天父的旨意相和谐的。例如,我们祈求救恩,耶稣在约 3:16 中曾应许我们,这样的祈求符合上帝旨意的。

在有的情况下,可能很难确定天父的旨意。打个比方,你曾经为病人祷告过吗?你怎么知道上帝对那个人的旨意?圣经告诉我们要为病人祷告并相信上帝会带来医治。但我们既不知道上帝用什么方法医治,也不知道他的时间表。那我们是否就该退缩不为那些软弱有病的人祷告了吗?当然不是。“所以我们祷告当带着这样的口气:‘主呀!你明白心灵中每一秘密,你也认识这些有病的人,耶稣,他们的中保,曾为他们舍命。他爱他们比我们爱他们更甚,所以,如果能荣耀你的名,并使这一些有病的人受惠,我们就奉耶稣的名,求你医好他们。’”——(《CH》p375)

四、为他人祈祷

我们不可能为基督而活却只为自己祷告。当耶稣是你祷告的主,你会与他一起为他人祷告。耶稣为不同的群体祷告(约 17:9,20),也为个人祷告(路 22:31,32)。新约中用了几个希腊文的动词来描述耶稣的祷告,其中一个动词的意思是“乞求”。路 22:32 中用这个动词来描述耶稣为西门彼得献上的代祷。“撒旦对基督充满能力的代祷无能为力。基督为彼得的代祷也是为所有心里谦卑、忧伤和痛悔的人献上的。”——(《SD》p91)

以下的经文能帮助我们为什么我们要为他人祷告:

耶 29:7;可 9:29;罗 15:30,31;雅 5:16

五、把每日的挂虑和需要陈明主前

“耶稣在世之时,曾教导门徒当如何祷告,叫他们把每天的需要以及一切的挂虑,都交托与上帝。他保证上帝必俯听他们的祷告。”——(《SC》p93-94)

九、我们应该如何祈祷?

1、应该热切地祈祷:

“义人祈祷所发的力量是大有功效的。”(雅 5:16)

“人类的救主和上帝的圣子,尚且觉得必须祷告,何况我们软弱负罪必死的人,岂不更当时常切心祷

告吗？”——（《SC》）p94）

“我们的天父，等着要将丰富的恩典赐给我们……但我们偏是这样的不常祈求，岂不可怪？SD，虽是最微小的人，若是诚心祈祷，上帝都愿意听，都肯听……”——（《SC》）p94）

“祈祷是信心手中的钥匙，可以开启天上全能无穷之宝藏的库房，那么上帝的子女为何要疏于祈祷呢？”——（《SC》）p94-95）

2、应该恒久地祈祷：

“上帝没有说你们求一次就可以得着。他嘱咐我们要一直祈求，要不倦地坚持祈祷。这种恒切的祈求能使求的人具有更诚恳的态度，使他更盼望得着他所求的。”——（《COL》）p145）

3、应该诚恳地祈祷：

“我们的祈祷要像那在半夜向邻舍求饼的人那样诚恳迫切，我们愈是诚恳地，坚持地求，我们与基督的属灵的联合就必愈加密切。”——（《COL》）p146）

“当我们以诚恳和热切的心情奉基督的名祈祷时，这种热切的心灵本身就是上帝所赐的保证，说明他将要充充足足地成就一切，超过我们所求所想的。”——（《COL》）p147）

“只要我们容许他，上帝就必贯乎我们之中。我们的倦怠而无诚意的祷告，必不能博得上天的应允，啊，我们真的必须恳切地祈求！要凭着信心祈求，凭着信心等待，凭着信心接受一切，并要在指望中喜乐，因为凡寻找的，就必寻见。……要以极度诚恳的心情，学习如何寻求上帝所应许的诸般丰盛的恩惠，并藉着耐久而坚毅的努力，你就必得着他的光亮，他的真理，和他丰盛的恩惠。”——（《OHC》）p131）

“藉着恳切，持久的祈求，他们（门徒们）得到圣灵的恩赐，然后他们就出去，担负起救灵的重任，满腔热情地把十字架上的胜利带到远方。”——（《7T》）p32）

“难道不是上帝的灵今日来应允恳切恒久的祈祷，来赐给人能力吗？”——（《7T》）p32）

“那发自恳切与信靠之心的祈祷是热切而大有功效的。上帝并不总是照我们所想的应允我们的祈祷，因为我们所求不一定是最好的；他藉着无限的爱和智慧会把我们最需要的赐给我们。”——（《4T》）p531）

4、（1）应该带着痛苦与挣扎向上帝祈求：

“你们要呼求我，祷告我，我就应允你们。你们寻求我，若专心寻求我，就必寻见。”（耶 29:12,13）

“应当迫切，应当诚恳。热切的祷告乃是大有功效的。象雅各那样，在祷告中与上帝较力。又要痛苦迫切。耶稣在园中，汗象大滴的血滴下；你务要下一番大努力才行。”——（《1T》）p158）

“我们需要最渴慕、热切、痛苦的祈祷，就如大卫所献的：‘上帝啊，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。’‘我羡慕你的训词。’‘我切慕你的救恩。’‘我羡慕渴想耶和华的院宇，我的心肠、我的肉体向永生上帝呼吁。’‘我时常切慕你的典章，甚至心碎。’（诗 42:1; 119:40, 174; 84:2; 119:20）这就是诗人所有的角力祷告的精神。”——（《4T》）p534）

（2）应该抛弃自我在主面前痛苦地哀求：

“单是刻苦哀求，流泪挣扎，都不足以使他们得着所希望的福气。他们必须完全抛弃自我……” ——（《9T》 p165）

5、应该坦然无惧地祈求：

“因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱，他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。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。”（来 4:15,16）

“天上的门正敞开听我们的恳求，上帝邀请我们‘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。’我们应该带着信心来到主前，相信能得到我们向他所求的一切。” ——（《SDA-BC》 vols 5, p1078）

“他的呼召是‘到我这里来’。不论你有什么忧虑和试炼，尽可以将它摆在主面前。” ——（《DA》 p329）

6、应该如孩子般地自由自在地祈求：

“我们可以怀着赤子般的天真，向主陈述我们所确切需要的。我们可以将自己属世的事务告诉他，向他求衣索食，如同求取生命之粮和基督的义袍一样。你们的天父知道你们需要这一切的东西，而且你们已蒙邀请，尽可为这些东西向他求取。……那位拥有天上地下所有权柄之主的诸般恩赐，都是为 SD 所储存的，……这些恩赐足以满足心灵深处的渴望，而凡象小孩子一般来就上帝的人，都必须领受并享有这些与永恒共存的恩赐。” ——（《MB》） p133-134）

7、应该奉耶稣的名祈求：

“你们奉我的名无论求什么，我必成就，叫父因儿子得荣耀。你们若奉我的名求什么，我必成就。”（约 14:13,14）

“‘奉我的名求，’基督说：”……这会使你们的祈求大有功效，父也会把丰盛的恩典充充足足地赐给你们。所以你求就必得着，叫你们的喜乐可以满足。” ——（《8T》 p178）

“我们若照他的旨意求什么，他就听我们，这是我们向他所存坦然无惧的心。既然知道他听我们一切所求的，就知道我们所求于他的，无不得着。”（约壹 5:14,15）

“既是这样，你们务要奉耶稣的名向天父迫切地直求。上帝必要尊重这个圣名。” ——（《COL》） p148）

8、应该凭着信心祈求：

“你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；叩门，就给你们开门。”（太 7:7）

“信心并不是感情作用。……真正的信心就是生命。活泼的信心的意思，就是精力的加添，诚心的信靠，藉此心灵就成了得胜的能力。” ——（《GW》） p260, 261）

“但是许多人没有活泼的信心。这就是他们不能得见上帝能力更多表现的原因。……他们作计划搞设计，却很少祈祷，对上帝也很少有真心的信赖。他们以为自己有信心，其实那不过是一时的冲动。他们没有看到自己的需要或上帝的乐意施恩，所以不坚持在主前陈述自己的要求。” ——（《COL》） p145-146）

“耶稣是真的吗？他说到做到吗？是的，我们应该果断地回答。你若已做到这一点，就凭信心求主成就他的每一应许，并接受福气；因为凭着信心的领受就给人带来生命。虽然你觉得你是他软弱的微不足道的儿女，但是你仍然可以相信耶稣是真实可信的。”——（《TM》p517）

“我们的信心太小了。我多么希望能引领众信徒对上帝有信心啊！他们无需觉得他们必须达到高度兴奋的状态才能操练信心。上帝已在圣经上对我说话，他必实现他的应许。……你的天父是可信可靠的。”——（《ISM》p83,84）

9、应该带着谦卑等候的心祈求：

“惟有那些谦卑等候上帝，并注意他的领导和恩典的人，才能得到圣灵。上帝的能力在等着他们请求和领受。”——（《DA》）p672）

“我曾耐性等候耶和華，他垂听我的呼求。”（诗 40:1）

“我们都希望我们的祈祷能立刻得到回应，如果没有，我们就很容易变得灰心丧气。……这种耽延乃是为了我们的益处。……我们必须用信心与慈爱的绳索把自己绑到上帝的祭坛上，让耐心成就完美的工。”——（《CH》p380,381）

10、应该带着谦卑恭敬的态度祈求：

“他在圣者的会中，是大有威严的上帝，比一切在他四周的更可畏惧。”（诗 89:7）

“凡到上帝面前来的人，态度必须谦卑恭敬。”——（《PP》）2p252）

“祈祷的时辰与地点都是圣洁的；我们若能在态度及举止上显出恭敬来，那激发恭敬之念，也就更深刻了。作诗的人说，‘他的名圣而可畏’（诗 111:9）。天使说这名的时候都遮着脸。我们这些堕落犯罪的人，更当何等恭敬的提到他的圣名呢！”——（《GW》）p178）

11、应该带着信靠的心祈求：

“上帝所应许的，他能随时实现，他所委派给他子民的工作，他能藉着他们完成。”——（《CH》p378）

“上帝没有按我们的愿望，我们期望的方式应允我们的祈祷，对我们反而更好。”——（《CH》p378）

12、应该以代祷的形式祈求：

“我们的祈祷不能以命令的形式，而应以代祷的形式祈求他成就我们期望他做的事。”——（《CH》p379）

13、祈求时应该等候聆听主的声音：

“我们必须独自聆听他对我们心灵说话。当万籁俱寂，我们安静地在他面前等候时，心灵的静默就会使上帝的声音显得格外清晰。他吩咐我们：‘你们要休息，要知道我是上帝！’”——（《DA》）3p363）

“凡听着基督声音的人，基督是时刻在那里传信息给他们的。”——（《MH》p509）

14、应该大声祈求：

“他（耶稣）在幽静的山上彻夜祷告。……他流泪大声地向天父祈求乃是为我们而求的。”——（《3T》p379）

15、应该跪在上帝面前祈求：

“我们无论是参加公众或个人的礼拜，在向上帝献祷时双膝跪在他的面前，乃是我们的特权。”——（《PK》）p48）

“我们做为恩典的领受者和慈悲座前的恳求者，应屈膝来到上帝的面前。”——（《2SM》p315）

16、应该用简明的话语祈求：

“高深的言词不论是在讲台上，或家庭中，或密室中，都不合于祷告之用。尤其是作公众祷告的人，更当用简明的话语，使人人都能了解他所说的话，而可与他同心祈求。”——（《GW》）P177）

“只有那由衷而出的信心之祈祷能达于天，而在地上蒙应允。”——（《GW》）p177）

“我们用简单的话向主陈述我们的需要，并本着信心求主成就他的应许，这样，那些听众就可看出我们已学会了怎样祈求上帝而有功效。”——（《GW》）p177）

17、在公众场合的祷告应该简短：

“在公众面前所奉献的祷告，应当简短切题。”——（《GW》）P175）

“无论什么公众的祷告，通常只用几分钟就足够了。”——（《GW》）P175）

“冗长乏味的讲论和祈祷，无论何处均不相宜；尤其是在祷告与见证聚会中，更是如此。他们的祷告也是冗长而机械式的；足使天使和听见的人感到厌倦。我们的祷告应当简短而中肯。”——（《4T》p70-71）

18、我们祈求就象今天是今生最后一天一样：

“我们应当儆醒，作工，及祈求，并把今天看作是赐给我们今生为人的最后一天。这样，我们的生活就要变成何等的热切！我们也要在一切的言行上，多么亲切跟从耶稣啊！”——（《5T》p200）

19、应该在暗中祷告

“你祷告的时候，要进你的内屋，关上门，祷告你在暗中的父。你父在暗中察看，必然报答你”（太6:6）

十、祈祷的方式

1. 许愿 创 28:18-22

2. 默祷 撒上 1:12-15

3. 恳求 诗 25:1-22
4. 忏悔 诗 51:1-19
5. 简单地与上帝交通 可 1:35-45
6. 赞美与感恩 路 1:46-55
7. 哭泣 耶 31:9
8. 自卑 代下 7:14
9. 悔改 王上 8:33
10. 认罪 尼 1:4, 7
11. 长时间的恳求 约 17:1-26

十一、 祷告的姿势

1. 脸伏于地 民 16:22
2. 站立 王上 8:22
3. 跪下 代下 6:33
4. 高举双手 诗 28:2;提前 2:8
5. 屈身 诗 95:6
6. 伸出双手 赛 1:15
7. 躺下 赛 38:21,22

十二、 祷告的类型

1. 私人的祈祷 诗 25:1-5;太 6:6
2. 在公众场合的祈祷 书 7:6-9

3. 为他人所献上的祈祷 弗 6:18;路 22:31,32

十三、为他人代祷

很多时候他人在遇到困难和试炼时请我们为他们代祷。有时候我们感到自己似乎要被压倒，因为需要我们代祷的要求太多了。然而，圣经上例举了许多上帝忠心的仆人为他人代祷的事例。祷告所带来的能力只有那些用心灵和诚实祈祷的人才能体会。

1、“所以你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。义人祈祷所发的力量是大有功效的。”（雅 5:16）

2、为亲戚朋友祈祷：

“但愿凡欲为上帝作工的人，都从近处着手，先在自己的本家，在左邻右舍，在亲戚朋友间工作，他们会发现这些地方是一个良好的布道园地。”——（《6T》 p428）

“在私下的祷告中，各人有特权要祷告多长就多长，也可随心所欲反复陈辞。他们可以为自己的亲戚朋友代祷。”——（《2T》 p578）

3、为灰心绝望的人祈祷：

“有许多人已陷入绝望之中，务要让阳光重新照在他们身上。许多人已丧失勇气，应当向他们说鼓励的话，并为他们向上帝祈求。”——（《COL》） p418）

4、为心灵受伤害的人祈祷：

“当约伯不仅为自己祈求，而且为那些反对他的人祈求时，上帝减轻了约伯的苦难。当他迫切地渴望那些反对他的人能得到帮助时，他自己得到了帮助。让我们不仅为自己祷告，而且要为那些曾伤害过我们的和正在伤害我们的人祷告。要不断地祈祷，特别要在心里祈祷。不要让主休息，当我们的心在他面前谦卑时，他的耳就敞开垂听真诚持久的祈祷。”——（《SDA-BC》 vols 3, p1141）

5、为他人的灵魂得救祈祷：

“得救的子民也要分享这快乐，因为他们要见到在这些蒙福的人中，有一些是由于他们的祷告，劳苦和仁爱的牺牲而归向基督的。”——（《GC》 p647）

“上帝已应许要赐智慧给那些凭信心祈求的人，他必成就他所应许的。他喜悦我们对他的话有信心。奥古士丁的母亲为她儿子的改变而祈祷。她没有看到上帝的灵已降在他儿子身上的任何凭据，但她不灰心。她手指圣经经文，把上帝的话陈明在上帝面前，用一种只有母亲才能做到的方式恳求。她的谦卑，她的恳切强求，她毫不动摇的信心得了胜，上帝赐给她心里所渴望的。今天，上帝也同样随时垂听他儿女的恳求。”——（《5T》 p322-323）

十四、上帝垂听和应允我们祈祷的条件

来自圣经的教训：

1、我们必须感到需要他的帮助

他应许我们：“因为我要将水浇灌口渴的人，将河浇灌干旱之地”（赛 44:3）。

人的心灵必须敞开接受圣灵的感化，否则就得不到上帝的福惠。

2、我们必须悔改

如果我们心里恋慕罪恶，如果我们明知故犯，主就不会倾听，只有痛悔的心所发的祈求才蒙垂听。当所有已知的错误得到纠正，我们就可以完全相信上帝会应允我们的恳求。（诗 66:18,51:17）

3、我们必须有信心

耶稣对他的门徒说：“凡你们祷告祈求的，无论是什么，只要信是得着的，就必得着（可 11:24）。”“当我们所求的没有在我们所定的时间得到回应，我们仍要相信主已垂听，他必应允我们的祈求。我们常犯错误，而且眼光短浅，我们有时祈求的对我们并不是一种福惠，我们的天父在爱中应允我们的祷告，把对我们最有益的赐给我们，这是我们有了属灵的眼光才会看清才会渴求的福惠。当我们的祷告未蒙应允时，我们应该抓住这个应许，因为应允的时刻必会到来，我们必得到我们最需要的福惠。”

4、我们必须恒切地祷告

恒切的祷告是蒙应允的前提。我们要“恒切祷告”，“在此警醒感恩”（罗 12:12;西 4:2）。

5、我们必须殷勤祷告

我们应该在家中祷告，更不能忽略隐秘的祷告，因为这是灵性的生命。当我们与主如此亲近，当任何意料不到的试炼临到时，我们的心怀意念就自然而然地转向主，就向花朵转向太阳一样。

6、我们必须要有痛悔的心

“他们尚未求告，我就应允；正说话的时候，我就垂听。”（赛 65:24;但 9:23）

7、我们必须饶恕人

“你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯；你们不饶恕人的过犯，你们的天父也必不饶恕你们的过犯。”（太 6:14,15;可 11:25,26）

“并要以仁慈相待，存怜悯的心彼此饶恕，正如上帝在基督里饶恕了你们一样。”（弗 4:32）

8、我们必须在生活中有所改变

“所以你们当悔改归正，使你们的罪得以涂抹。这样，那安舒的日子就必从主面前来到。”（徒 3:19）

二、来自灵修著作中的教训：

1、我们必须除去一切障碍

“撒旦最害怕的就是上帝的子民除去一切的障碍，使主能将圣灵倾降在灵性衰退的教会和不思悔悟的会众中……当圣灵的道路被预备妥当时，福惠就随之而来……”——（《ISM》p124）

“若 SD 愿意藉着顺服，痛悔的心，承认并离弃他们的罪，凭着信心领受他的应许，恶人和魔鬼决不能阻碍上帝的工作，或使他的儿女与上帝隔绝。”——（《ISM》p124）

2、我们必须谦卑等候主

“惟有那些谦卑等候上帝，并注意他的领导和恩典的人，才能得到圣灵。”——（《DA》）p672）

“圣灵沛降在这班祈祷等候着的门徒身上，充满了各人的心。……并且在圣灵的感动之下，就有得蒙赦罪的颂赞歌声与悔罪改过的话语调和。感恩和预言的话也听到了。全天庭对于这出自无与伦比而不可思议之爱的智慧……结果怎样呢？那新近以能力磨快并受天上电光浸润的圣灵宝剑，刺透了不信的心。于是一日之间有数千人悔改了。”——（《AA》）p38）

3、我们必须无私地为主做工

“那些为上帝的工作而无私奉献的人，上帝已委派天使应允他们的祈祷。天庭中最高级别的天使要开始工作来应允那些为推进圣工所献的祷告。每一位天使都有各自的工作岗位，不可随意离开。”——（《SDA-BC》vols4, p1173）

4、我们必须有忧伤痛悔的灵

“那些每时每刻仰望耶稣，警醒祷告的会与耶稣越来越亲近。天使展开翅膀等候把他们忧伤痛悔的祷告带到上帝那里，并记录在天上的名册上。”——（《SDA-BC》vols 四, p1184）

5、我们必须恳切地祈求

“服役的天使正在宝座旁等候待命，随时准备服从耶稣基督的命令去回应每一恳切与信心的祈祷。”——（《2SM》p377）

6、我们必须诚心

“你们在清晨起床之时，是否觉得软弱无助，需要上帝的力量呢？……若果这样，天使就要记下你们的祷告。如果这祷告并未出于诡诈的嘴唇，而你们在不知不觉之中有了行非作错的危险，并且影响所及，将使别人也行非作错，这时，那监护你们的天使，就要在你们旁边，鼓励你们采取更佳的道途，为你们选择辞句，并感化你们的行动。”——（《3T》p363-364）

“凡诚心的祈祷必蒙应允。应允也许不能全照你的心意。也许不是在你所盼望的时候得到；但主应允的方式及时总是最合你需要的。你在孤苦、困乏、试炼之下所献的祈祷，上帝都要应允，虽不能每次都照你的期望，但总是与你有益的。”——（《GW》）168-P258）

7、我们必须有悔过的心

“何时 SD 达到施恩座前，他就成为那位大中保的当事人了。在他初次表示悔过并要求饶恕的时候，基督就将他的案件当作他自己的，并将他的恳求当作他自己的请求，呈达天父面前。——（《6T》 p364）

8、我们必须感觉到我们的需要

“上帝垂听我们的祈求，是有相当条件的；第一就是我们自己必须觉得需要他的扶助。”——（《SC》）p95）

9、我们必须顺从

“若是我们只听他一半的话，用半个心顺从他，那么他的应许也决不为我们成就。”——（《MH》）P227）

“祈祷决不能代替尽本分……人若一方面向上帝提出自己的要求，并愿意承受他的应许，但同时却不履行蒙允的条件，这便是辱慢了耶和華。这等人提说基督的名字作为承受应许的根据，却不实行那足以表现信靠基督并热爱他的事。”——（《COL》）p143）

“上帝是一切福惠的赐予者，他要从我们所有的财物中索回一部分。……但我们若扣留上帝所指定是属他自己的一部分，我们又怎能向他求福呢？我们若在属世的财物上不做忠心的管家，又怎能希望上帝将天国的财物托付给我们呢？或许祈祷之所以不蒙应允，原因就在此。”——（《COL》）86-p144）

10、信心是祷告蒙应允的一个重要条件

“有效的祈祷第二个条件，就是信心。……我们信他的话吗？”——（《SC》）p96）

“我们的信心太小了……要在行动上表明你的天父是可以信靠的。”——（《ISM》）p84）

11、我们必须饶恕人

“我们在上帝面前求恩之时，自己心里当存仁爱宽恕的意念。若是我们自己没有宽恕别人的心，如何可以向上帝祈求说：‘免我们的债（罪恶），如同我们免了人的债’呢？（太 6:12）若是我们盼望上帝听我们的祷告，我们必须赦免人的罪，好象自己要得上帝赦免一样。”——（《SC》）p97）

“你如果得罪了朋友或邻舍，就当向他认错，他的本分就是欣然饶恕你。此后你还得祈求上帝赦免你的罪；因为你所伤的弟兄，是属乎上帝的，伤了他，就是得罪了造他及救赎他的主。”——（《SC》）p37）

“诚实的认罪，必定是确切的，必是承认一种指定的罪。所犯的罪，或只须向上帝承认就可以了；或是须在受损的人面前承认的；有的是开罪于大众，应当在大众面前承认的。但无论如何，认罪时务要确实指定所犯之罪为何，爽直的承认出来。”——（《SC》）p38）

12、我们必须完全抛弃自我：

“现在有许多人竭力要得到特别的胜利和恩赐，以求大有成就。……单是刻苦哀求，流泪挣扎，都不足以使他们得着所希望的福气。他们必须完全抛弃自我。”——（《9T》p165）

13、我们必须坚守上帝的应许

“在祷告似乎未蒙允准时，我们须以信心坚守上帝的应许，因为时候一到，上帝必将亟需的恩典给我们。……上帝是全智全能的，必不差误；他是至善的，决不将好东西留住不赐给行为正直的人。所以你的祈求虽一时未得应允，却不可疑惧；当倚靠他，专心信主确切的应许，因为《圣经》说，‘你们祈求，就给你们。’”——（《SC》）p96）

14、我们必须奉耶稣的名祈求：

“他们要奉他的名向天父祈求，就必得蒙允准。……凡在他国里被认可的，没有一样不是具有他名号的。”——（《AA》）p28）

十五、在什么情况下上帝不会应允我们的祷告？

1、当我们的祷告以自我为中心时

“你们求也得不到，是因为你们妄求，要浪费在你们的宴乐中。”（雅 4:3）

“你的骄傲预示了你的堕落……你的祷告……也发自骄傲与自私的心。”——（《2T》p176）

“上帝不能嘉纳些微的贪心或自私，所以他憎厌一切放纵这些邪情恶欲之人的祷告和勉言。”——（《EW》）P268）

“在法利赛人和税吏的比喻中，自满的祈祷”上帝啊，我感谢你，我不象别人”，与那忏悔者所求“开恩可怜我这个罪人。”——（《DA》）4p495）

“但法利赛人那种骄傲自夸自以为义的祈祷，适足显明他们的心门是关闭着，不受圣灵感化的。……他既不觉得缺少什么，就得不到什么。”——（《SC》）21-p31）

2、当我们信靠自己（或自以为义）时

“我们必须仰望基督，人之所以如此因自己的义而自高自负，就是因为不认识基督。”——（《COL》）p159）

“税吏祈祷蒙了应允，是因他显出倚靠的心，尽力把握住全能者。”——（《COL》）p159）

“那使彼得跌倒，并拒绝了法利赛人，与上帝交往的罪，乃是今日千万人的祸根。在上帝看来，再没有比骄傲自满更为可憎的；就人类而言，也再没有比这更危险的罪了。”——（《COL》）p154）

3、当我们信心动摇时

“你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人，也不斥责人的上帝，主就必赐给他。只要凭着信心求，一点不疑惑的人，……这样的人不要想从主那里得什么。”（雅 1:5-7）

“上帝满心的爱怜我们，愿意将我们所求不到想不到的恩典赐给我们，而我们仍是信心微弱，很少祈祷；你想天上的天使，对于我们这穷苦软弱，易受诱惑的人，作何感想呢？”——（《SC》）p94）

4、当我们妄求时

“擅作主张的人也能提出上帝的应许。但他们只是象撒但所作的一样，要利用这些应许来原谅罪恶。但他们却擅作主张，以致违犯了他的律法，还指望他的大爱会救他们脱离犯罪的后果。”——（《DA》）p126）

“有人说，信了基督可以不必顺从上帝的诫命，这乃是妄想，不是信心。”——（《SC》）p61）

“但若说上帝必照我们的意思应许我们所求的事，就是妄想，是轻慢主。”——（《SC》）p96）

5、当我们忽略上帝的律法时

“转耳不听律法的，他的祈祷也为可憎。”（箴 28:9）

“所以你不要为这百姓祈祷，不要为他们呼求祷告，也不要向我为他们祈求，因我不听允你。”（耶 7:16）

“他（巴兰）并没有真心努力遵行上帝的旨意，只是先拣选了自己的道路，然后试图取得耶和华的许可而已。现今有千万的人也在采取同样的方针。若是他们的本分是合乎自己心意的，他们就不难看出这本分来。……然而正因为这些指示与他们的心愿和嗜好相反，他们就往往置之不理，反倒擅敢再向上帝求问自己的本分来。”——（《PP》）p440-441）

“面对上帝积极的律法，很多男女仍要随从自己的喜好，还敢为此事祷告，想战胜上帝，使他同意他们去做与他旨意背道而驰的事。上帝不喜悦这种祷告。”——（《3T》）p72-73）

6、当我们过着假冒为善的生活时

“不敬虔的人虽然得利，上帝夺取其命的时候，还有什么指望呢？患难临到他，上帝岂能听他的呼求？”（伯 27:8,9）

7、当我们活在罪中时

“但你们的罪孽使你们与上帝隔绝，你们的罪恶使他掩面不听你们。”（赛 59:2）

8、当我们离弃上帝时

耶和华对这百姓如此说：“这百姓喜爱妄行，不禁止脚步，所以耶和华不悦纳他们”；……耶和华又对我说：“不要为这百姓祈求好处，他们禁食的时候，我不听他们的呼求……”（耶 14:10-12）

9、当我们敬拜偶像时

“……在耶和华的殿门口、廊子和祭坛中间，约有二十五个人，背向耶和华的殿，面向东方拜日头。……我眼必不顾惜，也不可怜他们，他们虽向我耳中大声呼求，我还是不听。”（结 8:16,18）

十六、为什么上帝有时迟迟不应允我们的祷告？

“我们若求世上的福乐，上帝或者不会立刻应允我们的祈求；……” ——（《MH》）p70）

1、上帝的耽延考验我们的信心

“圣经上有很多宝贵的应许要给那些等候主的人。我们都希望我们的祈祷能立刻得到回应，如果没有，我们就很容易变得灰心丧气。……这种耽延乃是为了我们的益处。我们有机会看到自己的信心是真实、诚恳，还是象海上的波涛一样变化不定。我们必须用信心与慈爱的绳索把自己绑到上帝的祭坛上，让耐心成就完美的工。” ——（《CH》p380-381）

2、上帝根据他的时间答应我们的祈求

“在撒迦利亚的婚姻生活中，他一直祈求上帝赐给他一个儿子。他和他的妻子都已年纪老迈，但他们的祈求仍然未得到应允；但他不悲伤。上帝没有忘记他们的祈求。他在他指定的时间应允了这个祈求，在人看来毫无希望时，撒迦利亚的祈祷蒙了应允……上帝没有忘记他仆人的祷告。他在他的记录册上记下了这个祈求，在他认为最好的时间应允这个祈求。” ——（《SDA-BC》vols5, p1114）

3、上帝的耽延给我们机会自我省查：

“很多时候上帝没有在我们求第一次就应允我们的祷告；他若如此行，我们可能就会把领受上帝福惠的权利用为当然。我们就不会省查自己心中是否有罪，是否在纵容罪，我们就会变得满不在乎，也意识不到对上帝的依靠和需要上帝的帮助。”

4、上帝的耽延是为了我们的益处：

“基督听见拉撒路病了，而仍耽延了两天，这并非是他的疏忽或拒绝。……这一件事情对于我们应该是一大鼓励。……我们的祈求必能如我们所希望的那样迅速得蒙垂允；而且我们所得的，也未必完全是我们所求的；但那位原已知道甚么对于他的儿女才最合适的主，只要我们不灰心，不失信心的话，他赐给我们的，将比我们所求的更好。” ——（《SD》p92）

5、上帝的耽延正是我们坚守上帝应许的原因：

“在祷告似乎未蒙允准时，我们须以信心坚守上帝的应许，因为时候一到，上帝必将亟需的恩典给我们。上帝是全智全能，必不差误；他是至善的，决不将好东西留住不赐给行为正直的人。所以你的祈求虽一时未得应允，却不可疑惧；当倚靠他，专心信主确切的应许，因为《圣经》说，‘你们祈求，就给你们。’” ——（《SC》）p96 页

十七、祈祷与试炼

试炼能帮助我们铸造品格

“然而他知道我所行的路，他试炼我之后，我必如精金。”（伯 23:10）

“因为知道你们的信心经过试验，就生忍耐。”（雅 1:3）

试炼能加强我们与上帝之间的关系

“谁能使我们与基督的爱隔绝呢？难道是患难吗？是困苦吗？是逼迫吗？是饥饿吗？是赤身露体吗？是危险吗？是刀剑吗？……然而，靠着爱我们的主，在这一切的事上已经得胜有余了。”（罗 8:35,37）

“试验乃是基督学校中所施教育的一部分，要炼净 SD 除去一切属世的渣滓。SD 之所以遭遇艰苦的经验，正是因为他们有上帝引领他们。”——（《AA》）p524）

“这些事临到他们，正是因为有上帝领导他们之故。艰难和困苦，是上帝特选的训练人的方法，是他所指定的成功的条件。……主耶稣基督使我们遭受试炼，正是因为他看出我们里面，有些贵重的质料，要加以造就加以提炼之故。……惟有贵重的矿石，他才加以锻炼。”——（《MH》）p471）

“每当不幸的事或灾祸临到时，我们就立即归咎于上帝的疏忽或残忍。倘若他认为适宜要剥夺我们在某一方面的效用，我们就感到悲伤，而不停下来想一想上帝这样作可能是为了我们的好处。我们需要知道：管教乃是他的伟大计划中的一部分，而且一个基督徒有时在苦难的杖下为主所作的事，可能比他从事积极活动时所做的更多。”——（《AA》）p481）

“世人不能明白上帝之道，他们只看到表面的事，以为上帝所容许临到他们的种种困难、考验和试炼，都是与他们不利，而只能令他们败亡的。……”——（《PP》）p672）

“不论你有什么忧虑和试炼，尽可以将它摆在主面前。主必振奋你的精神，使你能坚持下去。他必为你开路，使你得以脱离窘迫和艰难的处境。”——（《DA》）p329）

“每当我们遭遇莫名其妙的试炼时，切不可惊慌失措。不论人怎样虐待我们，总不可意气用事。我们若怀有报复的心意，就必损害自己，也必破坏自己对上帝的信靠，并使圣灵担忧。”——（《COL》）p171-172）

“在世人日趋邪恶的情况下，我们休想幸免遭受艰难。好在正是艰难促使我们到至高者面前，我们可以向那无穷智慧者求得指导。”——（《COL》）p172）

“天父的慈容，围着基督；除了无穷的爱所允许之有益于世界的事之外，甚么都不能临到他头上。基督的安慰之源，就在于此。”——（《MH》）p488-489）

“耶稣不为自己的权利斗争。他甘心克己，不发怨言，故此他的工作往往被弄得过于艰辛。然而他不灰心，也不丧胆。他能超越于这些困难之上，犹如在上帝圣颜的照耀之下。人虐待他，他不报复，总是耐

心地忍受着侮辱。”——（《DA》）p89）

“主必为那些为正义而坚立的人施行大事；……他的门徒无论置身何处，那位与希伯来三杰同在火窑中游行的主也必与他们同在。他的永久同在必给予安慰与支持。”——（《PK》）p513）

“上帝把我们放在试炼中，是要使我们得益处。”——（《DA》）p126）

“……藉着忠心遵守他的训言，我们可以在试验的时候，于世人和天使的面前，证明耶和华可以在困难的境遇中，信任我们能实行他的旨意，尊荣他的圣名，并使他的百姓得福。”——（《PP》）p622）

“天使随时在需要他们帮助的地方，帮助那些与自我作斗争而处于不利环境下的人。”——（《DA》）p440）

“当你被试探袭击时，不要注意周围的环境，也不要注意自己的软弱，只要注意上帝话的能力，其中的力量都是你的。”——（《DA》）p123）

“他就在他大自然的威权和千古不更的镇定之下发令，行使他的旨意。”——（《MH》）p417）

“我们的天父，有千种方法，能替我们安排一切，我们一点也不知道。人若抱着专以上帝的服务为尊的主义，就必能忧虑全消，在脚前看出一条清楚平坦的大道来。”——（《MH》）p481）

“如果我们献身为他服务，就不至于落到上帝未曾为我们所作好安排的地步。”——（《COL》）p173）

“当试探和考验向我们袭击时，我们务要来到上帝面前，在祈祷中与他较力。他决不使我们空手而去，却要赐给我们恩典和能力来得胜并打破仇敌的势力。”——（《EW》）p46）

“在与罪恶势力的争战中，有决定性的时刻决定胜利不是属于上帝就是属于这个世界的王子。若参战的人不够警惕，不祈求智慧，不儆醒祷告……原能被上帝的军队消灭的撒但反而成为得胜者。”——（《SDA-BC》 vols 六, p1094）

“对我们这一方来说，属灵的警惕是安全的代价。不要向撒但的一方挪半步，以免使他占了上风。”——（《SDA-BC》 vols6, p1094）

“我们常用诗歌来表示我们的感激。在受试探的时候，不要受情绪的制服，乃当以信靠上帝的精神向他唱感谢的歌。歌唱是一种我们常可用以克服灰心的兵器。”——（《MH》）p254）

“上帝本乎他的大爱，力图在我们心中培养他圣灵的珍贵美德。他容我们遭遇阻碍、逼迫、和艰难，并不是祸患，却是我们人生中最大的福惠……”——（《MB》）p117）

“他衡量每一试炼，他监视着那必须考验每一生灵的炉火。”——（《MB》）p121）

“我们的一切境遇和经历，都是上帝的工具，要使我们藉以获益。”——（《MH》）p489）

“往往人的脑筋因为受痛苦，就被遮暗了。在这种时候最好不要思想什么。你知道基督爱你。他明白你的软弱。只要靠在他臂上安息，就可遵行他的旨意了。”——（《MH》）p251）

“在诱惑向你施行攻击，疑惧、挂虑和黑暗似乎要包围你心灵的时候，你当举目向你以前见过光明的

地方仰望，去到基督的爱中求安息，在他的慈爱之下受保护。”——（《MH》p250）

“笼中的小鸟，在白日的光亮之中听到别鸟参杂的鸣声，就学不会主人所要教它唱的歌调。它或能学会这一节，那一段，但终不能把一个曲子整个单独地学会。然而主人把笼子遮起来，放在另外一处，使它只听见自己所要唱的歌，于是小鸟在黑暗中学了又学，练习了又练习，直到完全学会，就引颈高歌，音调极其和美。从此小鸟就从黑暗中出来，以后可以一直在光明中唱它的歌曲了。上帝对于他的儿女也是如此。他有一曲诗歌要教我们唱：我们在苦难的幽暗中学会了以后，就可以永久在光荣里高歌。”——（《MH》p489）

“天使经常在这明光闪耀的梯子上上去下来，将穷苦受难之人的祈祷送到天上的父那里，又将福惠与希望、勇气和援助带给世人。”——（《AA》p153）

“上帝藉着耶稣基督已经预备了能力与恩赐，可由那些服役的天使赐给每个相信的人。”——（《SC》p53）

“因为我遭遇患难，他必暗暗地保守我；在他亭子里，把我藏在他帐幕的隐密处，将我高举在磐石上。”（诗 27:5）

“当撒但把罪恶的建议印在我们心中时，如果我们心中想到‘耶和華如此说’这句话，我们就会被引到至圣者的隐密处。”——（《6T》p393）

“凡上帝之受过试炼的百姓，都可以从出埃及记三十一章十二至十八节所载的证据上得着力量。‘经上记着说’，这句充满生命力的话是唯一安全的立身根基。”——（《9T》p16）

“耶稣在地上的时候，曾借藉诗歌抵挡试探。往往遇人向他说尖刻刺激的话，或在有沉重的幽暗、不满、不信，或恐怖的气氛包围他的时候，就听到他吟唱那满有信心与圣洁快乐的诗歌。”——（《教育论》p166）

“基督的教会或基督徒个人最大的胜利，并不是那些由于才干、教育、财富或人的同情而得的胜利，乃是当他们以恳切坚定的信心握住全能者的膀臂，并在密室中谒见上帝时所得的胜利。”——（《PP》p203）

十八、以诺是怎么与上帝同行的？

“以诺与上帝同行……”（创 5:24）

1、工作时默默地祈祷

“我们在从事日常工作之时，应当藉着祈祷将心提向天上。这些无声的祈求如香上升到施恩座前，就挫折了仇敌。……以诺就是这样与上帝同行；上帝也与他同在，作他每次需要之时的随时帮助。”——（《GW》p254）

2、不停地祈求

“我盼望我能向上帝的每一工人强调我们多么需要恳切而持续不断的祈祷。他们不能持续不断地屈

膝，但他们能把他们的心提向上帝。以诺就是这样与上帝同行的。” ——（《5T》 p596）

“以诺与上帝同行，并不是在梦境或异象中，乃是在他日常生活的各种职责。……他在家庭中以及在与世人的交往上，无论是作丈夫，作父亲，作朋友，作平民，他总是——一个坚定不移的上帝的仆人。” ——（《PP》） p85）

“这位先知敬虔的品格，代表基督复临时那些从‘地上买来的’人（启 14:3）所必须达到的圣洁标准。……但是上帝的子民要像以诺一样，追求内心的纯洁，努力符合上帝的旨意，直到他们能反照基督的形像。他们也要像以诺一样，将基督的复临，以及他在犯罪之人身上所要施行的审判，警告世人。” ——（《PP》） p88-89）

3、专注于天国

“但以诺的心是在永恒的财宝上。他曾目睹天上的圣城，曾在锡安城中看见王的荣美。……世人的罪孽越大，他渴慕上帝之家的心也越切。” ——（《PP》） p87）

“清心的人有福了，因为他们必得见上帝。（太 5:8）。以诺追求心灵的圣洁有三百年之久，以期与上天和谐。他与上帝同行三世纪，天天追求更密切的联络，终于他与上帝的交往越来越亲密，直到上帝将他取去。他早已站在那永恒之世界的门口了，只差一步便可进入福地，如今天门大开，那在地上这么多年与上帝同行的经验现在还要继续下去，于是他便穿过圣城的门……” ——（《PP》） p87）

“以诺这样与上帝交往，就越来越反照上帝的形像。他脸上发出圣洁的光辉，就是照耀在耶稣脸上的光辉。自他作这样的神圣交往之后，连不敬虔的人看到他脸上所表现的天上的特征，也表示敬畏。” ——（《PP》） p87）

十九、圣经中五个大有能力的祷告

圣经中有许多事例描述上帝的仆人所发的大有能力的祷告。这些人都不是十全十美的，他们的生活也不是完全纯洁无罪的，他们中没有一个义人。他们和我们一样都是罪人，需要上帝的恩典，需要基督的义和我们的祈祷，使他们能蒙上帝的悦纳（启 8:3）。然而，当他们有极大需要之时，在他们意识到自己的景况和上帝的能力时，他们向他们的创造主、救赎主和天父发出呼求。

祷告是意识的表达；意识到自己无能为力，意识到很多事情超越了我们的控制，意识到我们要倚靠比我们自己和这个物质世界更大的力量。

希西家王祈求——“延长我的寿命”（王下 20:1-21）

希西家登上王位后下定决心，倾其所能挽救犹大脱离因背道被北国吞并的命运。他很快在南国进行了必要的改革，恢复了被长久遗忘的圣殿祭祀。然而意想不到的疾病来临了，正如经常所发生的一样。“那时，希西家病得要死。”（王下 20:1）事实上，他从主那里得到一个信息：他不能活了。希西家祈求能得医治。上帝用奇妙的方式应允了希西家的祷告。

摩西祈求——“救我的百姓！”（出 32:7-35）

当摩西从山上下来，为以色列民代求后，他的脸发光。“摩西时代的光辉乃是预表基督时代的荣耀，摩西是看得见的中保，是预表那一位真正的代求者。”——（《PP》p330）

2、但以理祈求——“使你的民归回。”（但 9:1-19）

但以理——健康促进者，解梦者，才华横溢的作家，精明的政治家以及文字解密家，他从始至终是一个勤于祷告的人。

当他的国家被掳，圣殿被毁时，他为他的国家代求（但以理第九章）。这是圣经中记载的最有能力，最光辉的祷告。

除了勤于祈祷之外，但以理研究上帝的话。藉着读经，他知道该祈求什么，当时求的是他的民族与国家的复兴。这告诉我们祷告与读经非常必要，两者相辅相成。

大卫祈求——“赦免我的罪。”（诗 51 章）

诗篇 51 章被称为是痛悔的诗篇，是大卫与拔士巴犯了奸淫后又犯了谋杀的罪后写下的。这首诗是在痛苦与自责中写的，是他向上帝敞开心扉后在圣灵能力的感化下写的。

虽然悔改本身无法救我们。但这是我们所能献给上帝的。这是承认我们的罪，祈求赦免。同时也是承认我们需要上帝为我们成就我们自己不能做到的事。

4、教会祈求——“让彼得出狱。”（徒 12:1-17）

根据圣经，彼得奇迹般地从狱中出来是教会祷告的直接结果。彼得当时迫切地需要祷告，原因有三：

第一，这个希律王刚刚用刀杀了雅各（徒 12:2），所以彼得的前途似乎非常暗淡。

第二，彼得不仅被囚在监里，而且“被两条铁链锁着，睡在两个兵丁当中。”（第 6 节），所以逃跑的机会相当小。

第三，希律王准备“要在逾越节后把他提出来，当着百姓办他”（第 4 节），提他出来的时间马上就到了（第 6 节）。

彼得相信上帝的拯救——并没有期望像这样的拯救。只等到天使把他带出监狱到了街上，他才醒悟过来，意识到刚才发生的不是见异象。（徒 12:9-11）

二十、其他伟大的祈祷者

- | | |
|---------------------|------------------|
| 1. 亚伯拉罕为所多玛和蛾摩拉代求 | 创 18:22-33 |
| 2. 大卫的感恩 | 撒下 7:18-29 |
| 3. 所罗门祈求智慧 | 王上 3:4-15 |
| 4. 在殿中安放约柜的祷告 | 王上 8:12-53 |
| 5. 以赛亚的异象和呼召 | 赛 6:11 |
| 6. 以赛亚认罪和恳求的祷告 | 赛 63:15-19 |
| 7. 耶利米购置在亚拿突的田地时的祈祷 | 耶 32:16-25 |
| 8. 哈巴谷祈求复兴与怜悯 | 哈 3:1-19 |
| 9. 约书亚为以色列人的祷告 | 书 7:6-9 |
| 10. 大卫赞美并祈求心灵正直的祷告 | 代上 29:10-19 |
| 11. 所罗门为以色列人的祷告 | 代下 6:1-42 |
| 12. 使徒们持续不断的祷告 | 徒 2:46 |
| 13. 彼得和保罗上圣殿去祷告 | 徒 3:1;16:16 |
| 14. 以撒为利百加祈求怀孕 | 创 25:21 |
| 15. 哈拿祈求生育 | 撒上 1:10-17,26-27 |
| 16. 哈拿信心的祈祷 | 撒上 2:1-10 |

17. 以利亚为以色列民祷告 王上 18:36, 37
18. 希西家王祈求上帝在他与亚述战争中施行拯救 王下 19:15-19
19. 大卫有关建造圣殿的祷告 代上 17:16-27
20. 尼希米为以色列民认罪并求怜悯的祈祷 尼 1:5-11
21. 尼希米向有恩典的上帝所发的忧伤祈祷 尼 9:5-37
22. 大卫祈求怜悯 诗 4:1
23. 上帝藉着以赛亚给希西家的信息 赛 38:5
24. 但以理代以色列民祈求宽恕 但 9:3-23
25. 约拿在痛苦中的祈求和许愿 拿 2
26. 但以理恳求上帝的怜悯与饶恕 但 9:4-19

“我们的天父，等着要将丰富的恩典赐给我们。上帝的儿女，虽是最微小的人，若是诚心祈祷，上帝都愿意听，都肯听；但是我们往往很明显的不愿将我们的缺欠禀告上帝，上帝满心的爱怜我们，愿意将我们所求不到想不到的恩典赐给我们，而我们仍是信心微弱，很少祈祷；你想天上的天使，对于我们这穷苦软弱，易受诱惑的人，作何感想呢？”——（《SC》）p93）

“恶魔的黑网，包围着疏于祷告的人。仇敌常用耳语式的试探，诱他们犯罪，这都是因为他们不肯利用上帝所赐祈祷的权利。祈祷是信心手里的钥匙，可以开启天上全能无穷之宝藏的库房，那么 SD 为何要疏于祈祷呢？”——（《SC》 p94）

上帝对你的人生有特别的应许。他在太 7:7-8 中应许我们：

你们祈求，就给你们；

寻找，就寻见；

叩门，他就会为你打开他能力和福气的仓库，丰丰富富地倾福在你的生活中！

太奇妙了！不是吗？

今天他正在等候你向他祈求。