

# 敬拜、讚美與感謝的禱告

王道仁

## 一、禱告的內容

1. 敬拜、讚美、感謝
2. 認罪
3. 祈求
4. 代求
5. 傾聽尋求

## 二、敬拜、讚美與感謝

1. 敬拜的禱告：著重來到上帝面前尊主為大
2. 讚美的禱告：著重讚美上帝不變的本質
3. 感謝的禱告：著重感謝上帝的作為
4. 這三種禱告其實不用強求分清楚：我們亦可讚美上帝的作為、感謝上帝的本質與愛

三、敬拜的重要：禱告的時候若忘記尊主為大，就可能專注自己的想法、陷在自己的情緒和軟弱當中，忘記思考和追求上帝的心意和計劃。但當我們全心放下自己、追求上帝心意的時候，我們會發現這是一種恩典和釋放

**可 12:28-31** 有一個文士來，聽見他們的辯論，知道耶穌回答得好，就問他說：「誠命中哪一條是第一呢？」<sup>29</sup> 耶穌回答：「第一是：『以色列啊，你要聽，主—我們的上帝是獨一的主。<sup>30</sup> 你要盡心、盡性、盡意、盡力愛主—你的上帝。』<sup>31</sup> 第二是：『要愛鄰如己。』再沒有比這兩條誠命更大的了。」

**太 6:31-34** 所以，不要憂慮，說：『我們吃甚麼？喝甚麼？穿甚麼？』<sup>32</sup> 這都是外邦人所求的。你們需要這一切東西，你們的天父都知道。<sup>33</sup> 你們要先求上帝的國和他的義，這些東西都要加給你們了。<sup>34</sup> 所以，不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮；一天的難處一天當就夠了。」

**太 16:24-27** 於是耶穌對門徒說：「若有人要跟從我，就當捨己，背起自己的十字架來跟從我。<sup>25</sup> 因為凡要救自己生命的，要喪失生命；凡為我喪失生命的，要得着生命。<sup>26</sup> 人若賺得全世界，賠上自己的生命，有甚麼益處呢？人還能拿甚麼換生命呢？<sup>27</sup> 人子要在他父的榮耀裏與他的眾使者一起來臨，那時候，他要照各人的行為報應各人。」

四、讚美的重要：順境的時候忘記讚美，會讓我們驕傲並忘記上帝的恩典和帶領；逆境的時候忘記讚美，會讓我們忘記上帝的愛與大能已經超越一切，上帝已掌管萬事且要使我們得到益處。在困難痛苦當中要讚美有時會感覺做不到，但其實讚美對我們是很好的提醒，知道上帝仍然掌權，帶來困難痛苦中的安慰

**來 13:15-16** 我們應當藉着耶穌，常常以頌讚為祭獻給上帝，這是那宣認他名的人嘴唇所結的果子。<sup>16</sup> 只是不可忘記行善和分享，因為這樣的祭物是上帝所喜悅的。

**詩 57:1-11** 大衛逃避掃羅，藏在洞裏；那時，他作這金詩。交給聖詠團長，曲調用「休要毀壞」。上帝啊，求你憐憫我，憐憫我，因為我的心投靠你。我要投靠在你翅膀蔭下，直等到災害過去。<sup>2</sup> 我要求告至高的上帝，就是為我成全萬事的上帝。<sup>3</sup> 那踐踏我的人辱罵我的時候，上帝必從天上施恩救我，（細拉）他必向我施行慈愛和信實。<sup>4</sup> 至於我的性命，我好像躺臥在吞噬人的獅子當中；他們的牙齒是槍、箭，他們的舌頭是快刀。<sup>5</sup> 上帝啊，願你崇高過於諸天！願你的榮耀高過全地！<sup>6</sup> 他們為我的腳設下網羅，壓迫我；他們在我面前掘了坑，自己反掉在其中。（細拉）<sup>7</sup> 上帝啊，我心堅定，我心堅定；我要唱詩，我要歌頌！<sup>8</sup> 我的靈啊，你當醒起！琴瑟啊，當醒起！我自己要極早醒起！<sup>9</sup> 主啊，我要在萬民中稱謝你，在萬族中歌頌你！<sup>10</sup> 因為你的慈愛高及諸

天，你的信實達到穹蒼。11 上帝啊，願你崇高過於諸天！願你的榮耀高過全地！

**羅 8:26-30** 同樣，我們的軟弱有聖靈幫助。我們本不知道當怎樣禱告，但是聖靈親自用無可言喻的嘆息替我們祈求。27 那鑒察人心的知道聖靈所體貼的，因為聖靈照着上帝的旨意替聖徒祈求。28 我們知道，萬事都互相效力，叫愛上帝的人得益處，就是按他旨意被召的人。29 因為他所預知的人，他也預定他們效法他兒子的榜樣，使他兒子在許多弟兄中作長子。30 他所預定的人，他又召他們來；所召來的人，他又稱他們為義；所稱為義的人，他又叫他們得榮耀。

五、感謝的重要：記得感恩(甚至見證出來)會幫助我們記得上帝確實聽了我們的禱告，可以增加我們的喜樂、平安以及對上帝的信心，也幫助我們持續堅持禱告。困境中的感謝和讚美一樣，並非要成為壓力，而是要上帝要給我們的力量與幫助

**詩 103:1-5** 我的心哪，你要稱頌耶和華！凡在我裏面的，都要稱頌他的聖名！2 我的心哪，你要稱頌耶和華！不可忘記他一切的恩惠！3 他赦免你一切的罪孽，醫治你一切的疾病。4 他救贖你的命脫離地府，以仁愛和憐憫為你的冠冕。5 他用美物使你的生命得以滿足，以致你如鷹返老還童。

**腓 4:4-7** 你們要靠主常常喜樂。我再說，你們要喜樂。5 要讓眾人知道你們謙讓的心。主已經近了。6 應當一無掛慮，只要凡事藉着禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴上帝。7 上帝所賜那超越人所能了解的平安，必在基督耶穌裏，保守你們的心懷意念。

**帖前 5:16-18** 要常常喜樂，17 不住地禱告，18 凡事謝恩，因為這是上帝在基督耶穌裏向你們所定的旨意。

六、禱告的時間

七、作業

1. 請在這個禮拜練習在禱告中注重敬拜、讚美與感謝，並寫下心得。