

17-禱告

禱告是透明的對話。這是我們與宇宙的創造者、以及我們生命的救贖者之間的親密談話，祂深切渴望與我們共處。禱告意謂我們在一個極安全之處，可用不經修飾的方式傾吐我們的心聲，正像對一位完全接納我們的親密朋友傾談一般。

禱告是件「照你本相」而做的事，也是神歡迎我們進入祂的心扉。傅士德(Richard Forster)以睿智的邀請，開始他那本美好的著作《禱告真諦：尋找心靈真正歸宿》(Prayer: Finding Your Heart's True Home)：主正邀請你和我回家，回到我們所屬的家，回到我們原來被造之處。祂的雙臂大大張開要迎接我們，祂的心地寬廣要接待我們。我們在遙遠他鄉佇留太久了——在一個充滿噪音、忙亂和擁擠人羣的他鄉，一個充滿挫敗、恐懼和威脅的他鄉。祂歡迎我們回家：回到一個充滿寧靜、平安和喜樂的家；一個有著友誼、肢體相交和坦誠的家；一個給予親密、接納和肯定的家。

禱告是與那位宣稱我們是祂所愛的子女，並願與我們親近的神建立關係。那麼，我們在禱告中該說些甚麼呢？正如與好友談話有個話題一樣，我們也可與主對話。這是禱告最主要的內容。我們用採用英文第一個字母縮寫方式的 ACTS，來討論禱告的四個基本部份：敬拜(Adoration)、認罪(Confession)、感恩(Thanksgiving)、祈求(Supplication)。

敬拜 (Adoration)

禱告時，內心的第一個行動是進入敬拜。區分敬拜與感恩的不同，有助於了解敬拜的意義。敬拜是對神本身的讚美、尊崇；而感恩則是為了神對我們所做的事感謝祂。哈列斯比 (Ole Hallesby) 捕捉住二者之間的些微差異，他說：感恩時，我的心思環繞着自己打轉。但讚美時，我的靈魂上升到一種忘我的敬拜中目睹並讚美神的尊貴及大能、祂的恩典與救贖。

敬拜提升我們超越自己，只看見神的奇妙與榮美。詩篇這卷聖經的敬拜教科書，滿溢及清楚地表露著對神的讚美。“我的神我的王啊、我要尊崇祢，我要永永遠遠稱頌祢的名。我要天天稱頌祢，也要永永遠遠讚美祢的名。耶和華本為大、該受大讚美，其大無法測度。” (詩一四五 1-3)

神要我們一切的心思意念充滿對祂的思想。祂是否太自我中心了？如果我們以為讚美只是恭維稱讚祂，那是誤解天天讚美的本質。在讚美中，自然湧流出令人享受之感。讚美不僅表達我們的喜樂，也令我們的喜樂得以完滿！為甚麼神要我們讚美祂？不單因為祂配得讚美，也為我們能從讚美中有所獲得。神能給我們最崇高的東西是甚麼？是更多祂自己。

「讚美是因神自己的偉大奇妙，在祂子民的心中引起的甜蜜共鳴與回應。」

認罪(Confession)

當我們心中充滿神的榮耀，並且如耶穌所教導向神禱告說：「願人都尊祢的名為聖」，我們的心就自然轉向祂，並在祂的榮光中看見我們生命中的黑暗。我們老家牆面的顏色是「古董白」(antique white) 它們原本在我眼中看來非常白，直到我將純白的漆放在它旁邊，才對比出那古董白是多麼晦暗不潔。一旦我們將自己的生命與神完美的品格相比，即開始看見自己的內心是何等污穢敗壞。

希臘文中「認罪」一字代表「與……贊同」，向神認罪是表示我們同意神的觀點。因著將認罪當作是我們與神正常談話的一部份，表示同意祂向我們所顯示、在祂眼中所看到的生命現象。故此，我們的禱告是：「主啊，主啊，讓我能像祢所見到的我那般看清自己。」認罪是要勇敢而誠實地承認我們違反神所定的律法，並且極度需要祂的赦免。大衛王與拔示巴犯了姦淫罪，並且他使用奸計濫用權力使她的丈夫遇害，之後，他逃躲神有一年之久。終於先知拿單揭發大衛的欺騙面具，他說：「你就是那個人」（撒下十二7）。大衛認罪之後，因此得到潔淨。詩篇五十一篇是他的懺悔錄："神阿、求祢按祢的慈愛憐恤我、按祢豐盛的慈悲塗抹我的過犯……因為我知道我的過犯，我的罪常在我面前。我向祢犯罪、惟獨得罪了祢、在祢眼前行了這惡。"（詩五十一 1、3-4）

談到認罪，通常會引來一件令人困惑的事：我如何區別撒但的控告與神的定罪？我們常會忘記有一個名叫「控告弟兄」的仇敵，牠要我們陷溺於罪疚中。這個仇敵有無數的彈藥可用來攻擊，牠的目標是要打擊我們與基督正在建立的關係，牠可能藉着嘮叨不停地說：「你總是無法勝過同樣的一些毛病，你還敢說自己是基督徒？算了吧，你在跟誰開玩笑？」於是，我們開始做出結論：我們不配作神的兒女。這沉重的氣餒不是來自神，而是仇敵用來擊敗我們的方法。然而神那責備人令人信服的聖靈是鋒利、準確又能刺透人心的寶劍。聖靈的探照燈顯露一些具體的罪，引導我們進入敬虔的懊悔中，那是因為我們破壞與心所歸屬的神之間的關係而哀傷，於是，聖靈引導我們進入悔改，以及行為上的改變。最後，主即刻洗淨我們的靈魂，於是內心深處能感受到像第一場春雨之後的新鮮空氣，那樣地清澈與更新。撒但使我陷溺在無名的罪疚中，但是神的責備卻明確清楚，為要引領我們進入復興。任何貶抑的信息或貶低的行為都不是從主而來，乃是出於我們過度敏感的良心，或是那要我們聽信牠謊言並以此來看自己的仇敵。在耶穌基督裏的就不再被定罪了。

感恩(Thanksgiving)

當我們真正了解神所施行的拯救，乃是救我們脫離從罪而來的罪疚和定罪，就會了解基督徒生活的最基要動力乃是感恩。保羅說，聖靈充滿的記號之一就是「凡事要奉我們主耶穌基督的名，常常感謝父神。」（弗五 20）

一位老人提着一桶蝦單獨在佛羅里達的海灘上行走，他一直走到防波堤的盡頭。瞬間，一大羣舞動的黑點佈滿了天空，這羣尖叫的鳥兒劃破黃昏的寧靜。半小時之後，這老人站在羣鳥圍繞之中直到水桶成空。雖然食物已吃完了，海鷗們仍棲息在他的帽上，流連不去。每週一次來餵食海鷗是他表達感恩的方式。這人就是理肯貝克(Eddie Rickenbacker) 1942年10月他架著B-17型飛機出任務，傳達信息給麥克阿瑟(Douglas MacArthur)將軍，途中飛機失事墜落太平洋中，全體八位機員逃生坐進救生筏，八天之後，所有的口糧都用完了，所有可用以求生的方法都用盡了，身體已經極衰弱的他，剛在午後的靈修聚會中分享信息，正想休息。理肯貝克以帽子遮著眼睛小睡時，他覺得有東西落在他的頭上，他知道是海鷗，也就是說食物來了，於是全體機員得以存活。神從百哩外的海岸送海鷗來拯救他們，而理肯貝克從未忘記要說聲謝謝。

我們常很容易就失去感恩之心，因為忘記神為我們所做的美事。感恩是在我們的記憶中培養的；感恩是在虔誠中，列出出現在生命中的各種美好，

祈求(Supplication)

祈求的意思是指強烈、誠摯地和堅忍持久的請求，一再請求，不停地請求。耶穌所提有關禱告的上下文中說：「祈求就得着，尋找就尋見，叩門就給你開門。」（路十一 9）祈求又可分為別人代求與為我們自己懇求兩類。

代求是指站在兩者之間，為一方的案情向另一方請求。此處經文乃是說：站在神與另一人之間，代表那人向神祈求。代求可能是最不自私之愛的表露，因為通常那蒙受神祝福的人，並不清楚有誰在為他禱告。神賜給我們特權，得以透過禱告將人帶進神的同在，猶如馬可福音二 1-12 所記載，那四個朋友將癱子抬進去見耶穌。

我們應該如何做「為人代求的禱告」？從比較的觀點來說，我們可以比照保羅在以弗所書一章 16-19 節、三章 16-19 節以及歌羅西書一章 9-12 節等處的代求，來做為禱告內容。我們通常專注於物質上的需要，譬如：病得醫治、工作上的問題、或者財務上的事情；然而保羅則關注在使人能找到神，以及對神旨意的認識充滿我們的生命，使我們能深深沉浸在神的愛中。我們不祈求是因不夠認識耶穌。耶穌對井旁的撒瑪利亞婦人說：「你若知道神的恩賜和對你說給我水喝的是誰，你必早求祂，祂也必早給你活水了！」（約四 10）派博（John Pipe）說，一個不禱告的基督徒，就像一位巴士司機獨力想將巴士推出卡住輪胎的凹洞裏，因為他不知道超人正坐在車上。否則，一定會懇求也幫忙的。

這使我們回到最初的起點。禱告是一份要我們進入天父心中的邀請。耶穌說，就算不好的父親，當兒女請求時，尚且知道拿好的東西給兒女，有哪一個父親會當兒子求魚時，拿蠍子給他呢？「豈不更將聖靈給求祂的人嗎？」（路十一 3）禱告並不需要使用特殊的宗教用語，我們是受邀來認識祂，並以坦誠的對話，與照著本相接納我們的神交談。讓我們以敬拜、認罪、感恩、祈求的方式與對談。

默想、分享問題：

1. 何謂敬拜？使神配得我們敬拜的原因是甚麼？
2. 何謂認罪？為甚麼它跟隨在敬拜之後？
3. 為何禱告這麼困難？

背誦經文：

（馬太 6:9-13）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，救我們脫離凶惡。因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。阿們。』