

《跟祢脚踪》第四单元：祷告 第 14 讲：儆醒主前

要义：金句

总要警醒祷告，免得入了迷惑。你们心灵固然愿意，肉体却软弱了。（太 26:41）

精义：撮要

祷告能让人保持儆醒，祷告使人心灵有力量。

引子：例证

传播焦点

1. 身体软弱，真理软弱的生活

言说满天飞，何处现清泉？

甘甜的水是从极远的，安静的地方，缓流而来的。

这本书积聚着古今圣徒的属灵经历，其中有安慰的话语，

复兴的信息，生活的指引，真理的亮光；可作基督徒

每日的灵修手册，能供给渴慕者的需要。

（灵修小品《远溪清流的序言》，霖芳）

2. 祷告——成全灵魂，尚能觉醒

祷告——得使你我，心灵有力

觉醒与转变 刘进图，2015 年 12 月 14 日

去年五月，我在麦理浩复康院时，看潘霍华的一本小书，叫《耶稣的祈祷书——潘霍华谈诗篇》，是关于诗篇与祈祷的。潘霍华在书中分享到自己灵修的经验，他说诗篇是整本圣经里一卷很特别的书卷，诗篇每一篇都是祈祷文，而且是耶稣基督常用的祈祷文。耶稣基督在十字架上的祈祷和说话，很多都是来自诗篇的。潘霍华说，我们可以用祈祷的心情来阅读诗篇，并将其变成为自己的祈祷文。

我看完这本书后，亦尝试在每早灵修后，看一段诗篇并祈祷。诗篇最特别的地方是全部的内容都是诗歌，不能用理性分析来阅读诗歌，一定要用感情、想象，聆听上帝想透过诗歌向你表达什么信息。

去年五月，我开始这个阅读的练习不久，有次有位海外的朋友回港探望我，他是读心理学的，他担心我有创伤后遗症，因他见我心境平静，就跟我说：“你平静得很奇怪，我担心你有创伤后遗症。虽然警察已经抓了两个行凶者，但还没有抓到幕后主谋，为何你没有丝毫惊慌和害怕？”我也不知怎样回应他这个专业分析，惟有与他分享我在读诗 37:5-8：“当将你的事交托耶和华，并倚靠他，他就必成全。他要使你的公义如光发出，使你的公平明如正午。你当默然倚靠耶和华，耐性等候他，不要因那道路通达的和那恶谋成就的心怀不平。当止住怒气，离弃愤怒，不要心怀不平，以致作恶。”

我跟朋友说：“我作为基督徒，只有两个选择，信或不信。我选择相信，这是唯一能解释这些日子为何我能心境平静地走过来。”我从小就知道自己不是一个坚强、刚硬的

人，小时候看医生，第一个问题就是请求医生可否不用打针，因为我怕痛。因此，我能平安地走过来，完全相信是上帝，并弟兄姊妹很多的祈祷托住我。

3. 等候容易吗？

《等待的意义》Oct 28, 2015 孙崇铭

等待浪费时间？

等候公交车时，留意身边人，留意自己；

等待食物时，更能感受饥饿感，更珍惜尝味的食物；

等待朋友时，会埋怨对方，却能从埋怨看出对方重要。

生命变化反映出等待意义，人的成长也是一种等待，

父母亲从你还在腹中时已期待着你的成长……不离不弃。

从小孩到长大成人要支持整个家庭……这个过程难道不费时吗？

但父母没抱怨嫌弃你？给你最大支持，没认为是浪费仅余光阴。

有目的等待就不是浪费，漫无目的等待就不算是等待，才算是浪费时间。

等待品尝甘甜！

这种等待后的甘甜与没有经过等待的甘甜是不一样的。

在烹调过程中，需等待肉变得入味，最后成为佳肴，但若然没等待过程，过程中你就没有那一丝期待，当食物烹调出来的时候，成功感便因此大降。

等待文凭试到来也如是，其中过程是教人煎熬的，但就因为这个等待，你会为成功付上努力；

等待磨砺耐性！

都市人最讲快捷效率：每分、每刻都渴望不要浪费，因为人生苦短，要用尽一分一秒。

可是就因这种追求“快”都市人对于等待，尤其是长时间等待，并没丝毫耐性，盼望的总是事情的一步到位。然而，等待就能使我们的耐性有所增长，而耐性的增长能使人的心理素质提升

《琵琶记》：“十年苦读无人问，一举成名天下知。”

古代儒士的命运就是等待，三年又三年，三年才一次乡试，五年才一次会试，十年才一次科举。漫长的等待，却让他们的决心更盛，耐性有所增长：那怕无名无声，无利无财，也坚持要努力读书，坚信自己会出人头地。

反之，现代人却失去了等待的心志，失去了耐性，遇上许多事情就很容易知难而退，纵然胸怀大志，却难于实践理想。

4. 圣经中的打盹——十童女的比喻

聪明的拿着灯，又预备油在器皿里。新郎迟延的时候，她们都打盹睡着了。半夜有人喊着说：“新郎来了，你们出来迎接他！”（太 25:4-6）

5. 胜过肉体软弱

许多信徒不能接受自己软弱，可耶稣的经历并如此。成圣不是一蹴而就的，其间会经历很多挣扎，即便是耶稣祂成为人，也要如此学习顺服。接受自己软弱，不等于放纵，或以自己软弱为借口。接受是正视自己的软弱，同时又不放弃理想。耶稣的经历就是最大鼓励。我们的神真非常特别，耶稣基督是唯一曾经历软弱、饱受伤痛的神！祂嘱咐我们祈祷，警醒祷告就可以。当耶稣面对软弱时，祂亦找门徒陪伴。你软弱时也可这样，一个人独自挣扎是挺困难的。我们软弱时，有人陪一起面对问题，原来十分重要。

生活应用

1. 忙碌是现代人的迷惑，祷告真能使人清醒吗？
2. 你如何保持自己灵性上儆醒？

反思问题

1. 主耶稣曾面对考验，但祂能胜过，门徒所缺的是什么？
2. 生活面对多方冲击时，使我们能胜过软弱的是什么？

听众回馈

1. 若有人对你说：“祷告何须如此认真？”你会如何回应？
2. 你曾因等候什么而疲乏？当把焦点转向神，就能重新得力么？