

要“祈求……寻找……叩门……”（太 7:7-8），也正是在教导我们祷告要恒切（参太 7:7-8 注）。使徒保罗也曾劝勉我们要专心一意地祷告（西 4:2 注；帖前 5:17 注）。事实上，旧约时代的圣徒早已认识并且遵行了这一原则。例如在以色列人与亚玛力人争战时，只有当摩西奋力举手向天不住呼求耶和華的时候，以色列人才得胜（参出 17:11 注）。当以利亚被晓谕大雨将至时，他仍不住地祷告，直至大雨实实在在地降临（王上 18:41-45）。在此之先，这位大先知三次伏在撒勒法寡妇已死的儿子身上，恒心迫切地恳求耶和華再赐生命，结果终于蒙了耶和華的垂听（王上 17:17-23）。

圣经中有功效之祷告的要素和方法

1. 哪些具体的要素才能构成有功效的祷告呢？

(1) 首先应当诚诚实实地赞美敬拜神，只有如此祷告才会大有功效（诗 150 篇；徒 2:47；罗 15:11；参“赞美”一文，页 844）。

(2) 与之密切相关并且同等重要的是感谢神（参诗 100:4；太 11:25-26；腓 4:6）。

(3) 出于信心的祷告也当包括诚诚实实地认罪（雅 5:15-16；比较诗 51 篇；路 18:13；约一 1:9）。

(4) 神还指示我们必须照我们的真实需要求告他，如雅各所写，我们得不到所要的乃是因为我们不求或是妄求（雅 4:2-3；比较诗 27:7-12；太 7:7-11；腓 4:6）。

(5) 我们还应当为他人切切代求（民 14:13-19；诗 122:6-9；路 22:31-32；23:34；参“代祷”一文，页 1322）。

2. 我们应当怎样祷告呢？主耶稣强调必须用心灵和诚实来祷告，因为我们并不能靠许多空洞重复的话语蒙神垂听（太 6:7）。我们可以默祷（撒上 1:13），也可以大声向神呼求（尼 9:4；结 11:13）；我们可以用自己的话，也可用圣经上的言语；我们可以用悟性祷告，也可以用灵祷告（意即用方言祷告，林前 14:14-18）；我们甚至可以不用任何人间的言语，而只用说不出的叹息来祷告（罗 8:26），因为深知圣灵会把我们心灵深处那听不见的呼求传达给神；除此之外的另一种祷告方法就是向神歌唱（诗 92:1-2；弗 5:19-20；西 3:16）；有时我们还需禁食来切切地求告神（拉 8:21；尼 1:4；但 9:3-4；路 2:37；徒 14:23；参太 6:16 注）。

3. 什么样的祷告姿势是合宜的呢？下面这些祷告姿势在圣经上都有记载：站着（王上 8:22；尼 9:4-5）、坐着（代上 17:16；路 10:13）、跪下（拉 9:5；但 6:10；徒 20:36）、躺在床上（诗 63:6）、屈身俯伏（出 34:8；诗 95:6）、躺在地上（撒下 12:16；太 26:39），以及向神举手祷告（诗 28:2；赛 1:15；提前 2:8）。

大有功效的祷告的典范

圣经中记载的大有能力、满有功效的祷告比比皆是。

1. 摩西的多次代求都蒙了神的应允，甚至在神决心已定的时候，也因听了他的祈求而心意回转（参“代祷”一文，页 1322）。

2. 当忧伤痛悔的参孙祈求神再给他一次机会来完成他打败非利士人的使命时，神应允了他的祈求，并且赐他大力，拉倒了托房的柱子，使成千在那里庆贺他