

祈禱的時

親愛的弟兄姊妹平安：

相信我們都有過這樣的經驗？我們很努力地禱告，但事情不只沒有改變，有時甚至還變得更艱難。這時，我們的心裡是不是曾經有一個聲音說：「我還要繼續禱告嗎？禱告真的有用嗎？」

有一個故事這樣說，有一位弟兄，他在父親罹患癌症之後，天天禁食禱告，求上帝醫治。他不是偶爾想起，而是每天跪在地上呼求；他認真的讀經、敬拜、靈修、禱告、宣告上帝的應許；即使面對醫生搖頭，他仍然堅持相信，上帝能行上帝蹟。但後來，父親還是走了。

他非常傷心，因為他不明白：「我這麼多禱告，這麼深的信心，上帝為什麼不出手？」後來有一天，他在靈修中突然發現，自己一直在對上帝說：「請改變祢對事情的安排」，卻很少問過：「主啊，祢要我怎麼走過這段路？」

從那天起，他的禱告改變了。他不再只求「上帝做什麼」，而是學習問「上帝要我成為什麼樣的人」。幾個月後，他仍然會懷念父親，仍然會流淚，但他說：「最大的神蹟，不是我爸爸得醫治，而是我在失望中學會敬畏與順服。」

親愛的弟兄姊妹，這就是今詩篇 86 篇所要教導我們的。今天我們就要從這首詩篇來學習一件事，禱告，不只是為了改變外在的困境，更是為了讓我們的生命被上帝改變。

一、誠心呼求

這篇詩篇的作者是大衛，我們都知道他是一位充滿情感、真實表達自己心境的詩人，也是一位常常在危難中轉向上帝的人。

詩篇 86 篇並不是一篇在平順時期寫下的詩歌。這首詩，是在充滿壓力的時候寫的，有敵人、有危險、有掙扎、有壓迫。而大衛的禱告開頭非常直接，**詩篇 86:1**：「**耶和華啊，求你側耳應允我，因我是困苦窮乏的。**」

我們看到，大衛沒有試圖表現自己有多剛強，也沒有說出很多感覺很敬虔的話，反而是非常誠實地來到上帝面前說：「主啊，我很痛苦，我很軟弱，我真的撐不下去了。」

這句話，讓我們看見禱告的第一個重點：不是完美，而是真實。

親愛的弟兄姊妹，禱告的第一個功課，不是「說得多好」，也不是「說得多長」，而是我們說的話到底真不真？誠實，是禱告的根基，不是華麗的用詞，而是一顆誠實的心。

親愛的弟兄姊妹，很多時候，我們也在困難當中禱告，為著家人的關係，為著身體的病痛，為著工作中的重擔，為著生命裡不斷碰到的挑戰。但我們是否還記得，我們可以像大衛一樣，單純地來對上帝說：「主啊，我真的需要祢」？

這句話很簡單，但你知道嗎？要這樣說出口，其實很不簡單。因為我們在禱告中，太習慣說對的話，卻忘記我們要說的是真實的話。

就像我們常說：「主啊，願祢的旨意成就。」但我們心裡想的真的是這樣嗎？還是我們想的是，主啊，拜託按照我計劃的來。

我們會說：「主啊，我信靠祢。」但我們心裡還是很怕，還是很沒把握，甚至我們會不會也同時在想，如果這條路不行，我還有什麼備案？

親愛的弟兄姊妹，這是我們在禱告中真實的掙扎。但是我們要記得，上帝並不因為我們的掙扎而失望。因為祂不是在尋找完美的禱告者，祂在尋找願意說真話的孩子。

所以我們不需要用任何的語言包裝我們的痛苦，我們不需要在上帝面前裝得剛強、撐出信心。因為上帝要的是我們帶著破碎、帶著眼淚，真實地來到祂面前。**如同詩篇 51:17 說：「上帝所要的祭就是憂傷的靈；上帝啊，憂傷痛悔的心，你必不輕看。」這就是誠實的心。**

親愛的弟兄姊妹，我們要學習像大衛一樣，用誠實的靈來禱告，用真實的語言來傾訴，用破碎的靈來親近祂。因為禱告的第一步，不是學會禱告，而是願意誠實。

接下來，我們要問一個很實際的問題，為什麼大衛可以這麼誠實地來到上帝面前？為什麼他可以坦然無懼地承認自己的軟弱與困苦？

答案在第 5 節，大衛這樣說，**詩篇 86:5-7**：「**主啊，你本為良善，樂意饒恕人，有豐盛的慈愛賜給凡求告你的人。**」

我們看到大衛沒有說：「主啊，我知道祢很嚴厲、祢會發怒、祢可能不耐煩。」他說的是：「主啊，祢是良善的，祢是樂意饒恕的，祢是慈愛豐盛的。他知道，他所面對的上帝，是良善的、是樂意饒恕人的、是滿有慈愛的，因為他認識這位上帝的性情，所以即使在患難中也敢禱告，這是大衛禱告的信心基礎。

親愛的弟兄姊妹，我們的信心不能建立在感覺上，因為感覺會變；我們的信心要建立在上帝性情的認識上，因為無論我們的感覺如何，上帝永遠不改變。

上帝不是因為你有把握、有能力，才垂聽你；祂垂聽是因為祂是良善的上帝，祂是慈愛的父親，祂是愛與憐憫的主，所以不管我們怎麼來到祂面前，祂都在那裡。

詩篇 86:6 - 7 大衛接著說：「耶和華啊，求你留心聽我的禱告，垂聽我懇求的聲音。我在患難之日要求告你，因為你必應允我。」

我看到大衛說：「因為你必應允我。」不是「也許會、可能會」，也不是「如果我禱告得夠好你才會」而是「你必應允我」。這是一種信靠，不是信靠禱告的內容，也不是信靠自己信心的大小，而是信靠上帝信實不變的慈愛。

親愛的弟兄姊妹，也許我們正面對病痛，也許我們在工作中焦慮，也許我們家中關係緊張，也許我們靈裡非常枯乾。我們禱告，但感覺沒有回應；我們呼求，但似乎上帝沒有垂聽。

在這樣的時刻，我們最需要抓住的，不是環境會不會馬上改變，而是這位上帝是怎樣的一位上帝。祂不是根據我們的表現來對我們說話。祂是良善的，是樂意垂聽的，是豐盛慈愛的，是憐憫的天父，是隨時等候用笑臉幫助我們的上帝。我們的上帝祂樂意垂聽，祂樂意赦免，祂樂意擁抱每一個來尋求祂的人。

二、真正的禱告，是「願祢改變我」

在詩篇 86 篇的前半段，我們看到大衛在困苦中誠實地呼求上帝，他訴說自己的軟弱，也堅定地倚靠上帝的慈愛與憐憫。但接下來，在第 11 節，我們看見大衛的禱告出現了極深的轉折。**詩篇 86:11：「耶和華啊，求你將你的道指教我；我要照你的真理行；求你使我專心敬畏你的名！」**這句經文我們可以分成兩個部分來看：

一、求你將你的道指教我

這句禱告非常特別，原本大衛呼求：「主啊，救我！」「主啊，聽我！」但在這裡，卻變成：「主啊，教我！」「主啊，塑造我！」

這句話所呈現的，是從人掌控到上帝掌權的信仰轉折，是生命的轉向。因為大衛所說的不是，主啊，把我想走的路加添祝福。而是主啊，我願意走祢的道路，請祢指教我。這是一個願意被上帝塑造、被上帝糾正的心。

這樣的禱告，其實很不容易。因為這代表我們要承認，我們的判斷有限，我們的選擇可能有錯，我們的方式不一定是最好的。這也是一個信心極深的禱告，表示我們相信，上帝的道路必定高過我們的道路。如同**以賽亞書 55:9：「天怎樣高過地，照樣，我的道路高過你們的道路；我的意念高過你們的意念。」**

親愛的弟兄姊妹，我們今天也一起來思想，我們是如何來禱告，我們是希望環境被改變，還是我們被上帝塑造？我們有沒有太忙著改變別人，卻忘了對上帝說：「主啊，請先改變我。」求主幫助我們，讓我們的禱告的禱告，不只是求上帝賜福，而是求上帝帶領；不只是求上帝修復，而是求上帝重新建造我們。

二、求你使我專心敬畏你的名

我們剛才講到，大衛在禱告中求上帝指教他的道路，他願意被引導、願意順服，並且他要照上帝的真理行。接下來，大衛又說：「求你使我專心敬畏你的名。」

這句話，看起來簡單，卻是整篇詩篇 86 篇最深刻、最核心的禱告。我們一聽到專心，往往會直覺聯想到集中注意力、不要分心。這樣的理解沒有錯，因為專心在希伯來文確實有單純、不分裂的意思。

但是原文裡面這個字還有一個更深、更關鍵的意思，就是聯合、加入、結合。所以大衛這句禱告的意思，不只是主啊，讓我能專注在祢身上，他在說的是，主啊，讓我的心能與祢的心聯合，讓我與祢的心意結合，不再對抗、不再拉扯、不再左右搖擺，單單與祢對齊，以至於我能照祢的真理行，獨獨敬畏祢的名。

這樣的專心，不是一種自我訓練的意志力，而是一種深刻的屬靈連結，當我們與主的心合一，敬畏祂，遵行祂的真理就成為我們自然的回應。

親愛的弟兄姊妹，大衛不是只求上帝將真理的路指示他，他更是在求一個更新的心。因為我們的問題，不只是我該走哪一條路，更是我為什麼要走這條路？我憑什麼能一直走下去？我們都知道方向很重要，但我們的動機更根本，我們要怎麼樣才能往那個方向走？要怎麼樣才能持續走下去？我們都知道就算路再清楚，如果心是分裂的，是不在意的，我們沒有辦法往那個方向去，就算走上去了，也走不長久。

親愛的弟兄姊妹，相信我們都有過這種經驗？我們都知道上帝要我們選擇寬恕，但我們心裡仍然不願意；

我們都知道上帝呼召我們來服事祂，但我們心裡總是想著代價太大；我們都知道祂的路是正直的，是最好的，但你的心常常想著，有沒有更簡單的方法？這就是我們的分裂，外表敬虔，內心動搖。

但這一切的原因，不是上帝沒有將祂的道路指示我們，也不是我們不知道要走哪一條路，而是因為我們的心還沒有與上帝的心聯合。

當我們的心還是分裂的，我們就會一邊走，一邊猶豫；一邊說：「主啊，我願意」，一邊又說：「但可不可以不要這樣？」所以大衛非常清楚的禱告說：「主啊，求祢使我專心敬畏祢的名。」因為他知道，若沒有這樣一個合一的心、一個歸屬的心、一個單純的心，他無法走完上帝所指教的路。

親愛的弟兄姊妹，我們敬畏上帝不是因為我們怕被擊打，那個叫恐懼。敬畏是因為我們與上帝親近到一個地步，知道祂的聖潔、祂的慈愛、祂的真實，祂的憐憫、祂的信實，我們的心被上帝的性情所吸引和降伏，所以我們敬畏。我們敬畏上帝，是因為我們與祂有關係，是因為我們渴望祂一直住在祂的同在而不想失去。這就是敬畏，是愛、是信靠、是聯合。

親愛的弟兄姊妹，今天我們都需要問自己一個問題，我們是專心地敬畏祂？還是三心兩意的跟隨祂？我們是否外在敬虔，內心卻還沒有真正加入上帝那一邊？

如果我們是，請不要自責，因為大衛也是這樣。但大衛選擇做一件事，把自己的心交在上帝的手中，求上帝來調整、來對準、來潔淨。今天你就可以這樣禱告說：「主啊，求祢使我專心，讓我裡面的動機重新和祢聯合，讓我走的路，是敬畏你、討祢喜悅的路。」

親愛的弟兄姊妹，當我們願意這樣禱告，不只是求道路，而是求一個與上帝聯合的心，我們的信仰就會越來越真實，越來越有根基。這樣的禱告，會讓我們能面對人生中那些「尚未解決的問題」，卻仍然能夠站立、敬拜與信靠。

三、感恩回應（詩篇 86:14-17）

當我們走到詩篇 86 篇的最後一段，大衛的禱告也進入了最後的高峰。我們可能會想，大衛的問題解決了嗎？敵人退去了嗎？他的環境有改變嗎？答案是沒有。

詩篇 86:14-15：「上帝啊，驕傲的人起來攻擊我，又有一黨強橫的人尋索我的命；他們沒有將你放在眼中。主啊，你是有憐憫有恩典的上帝，不輕易發怒，並有豐盛的慈愛和誠實。」

在經文中我們看到，敵人還在，危機還在。那群驕傲的人、強橫的人，仍然在威脅大衛的生命，但是大衛的眼光，已經不在那些敵人身上。他不是描述敵人的強大，而是述說上帝的慈愛與恩典，他的眼光從身邊的環境，轉向那位他所認識、所信靠的上帝。

親愛的弟兄姊妹，這就是禱告所帶來的轉變，雖然問題還在，但信心已經回來了。這不是外在的改變，而是內在的更新。當一個人願意在禱告中讓上帝管教、讓他的心跟上帝聯合，他的整個人就會不一樣。即使問題還在，他的心已經安穩；即使敵人仍多，但是他已經有了力量。

有時候我們會以為，只要一切都順利，我們就會平安。但真正的平安，從來都不是因為我們心想事成而來，而是來自我們願意照上帝所指示的路走。上帝聽我們禱告，不表示祂會立刻除去一切難處，因為上帝最常做的第一件事，是改變我們的眼光與心態，將我們的目光，從眼前的可怕轉向上帝的可靠。祂讓我們重新看見祂是誰，讓我們想起祂的慈愛與信實，讓我們在困難中依然能敬拜、感恩、相信。

接下來，大衛繼續說，**詩篇 86:16-17：「求你向我轉臉，憐恤我，將你的力量賜給僕人，救你婢女的兒子。求你向我顯出恩待我的憑據，叫恨我的人看見便羞愧，因為你一耶和華幫助我，安慰我。」**

我們看到大衛稱自己是僕人、婢女的兒子，這是他在上帝的面前謙卑他自己，在上帝的面前他不是王、不是戰士，而是一個單單倚靠上帝的孩子。接著他不是求上帝讓他得勝、報仇，來證明自己，他只求上帝顯出恩待他的憑據，讓上帝的作為能被看見。這是何等令人感動的禱告，大衛盼望他的生命成為上帝恩典的記號，讓那些嘲笑、攻擊他的人，能看見上帝的幫助與安慰，不是看見大衛的厲害，而是看見上帝的恩典是何等真實。

主禮：李昱宏牧師
聖經：詩篇 86 篇
講道：祈禱的時
宣召：啟應文 4
聖詩：27、343、389

主後 2025 年 7 月 13 日 主日講道資料

親愛的弟兄姊妹，詩篇 86 篇不是一首問題解決之後的讚美詩，而是一首過程中的禱告詩。困難還在，壓力還在，敵人還在，但大衛的禱告讓我們看見了一條恩典的路。從求上帝出手，到願上帝引導；從改變環境，到更新自己；從困苦哀求，到感恩敬畏，這正是我們在信仰裡所走的路。

親愛的弟兄姊妹，在詩篇 86 裡面，我們看見**大衛禱告的三個階段**：1.誠實地說：「主啊，我很困苦」，2.謙卑地說：「主啊，請祢指教我，請祢改變我」，3.到最後，我們能感謝的說：「主啊，我知道祢的恩典夠我用，讓我成為祢恩典的記號。」

願主幫助我們，成為活在敬畏與信心中的人，讓我們所走的每一步，都成為見證上帝恩典的腳蹤。