



如何活出豐盛的生命

馮勁元

神在聖裡面，對世人有一個最大的應許，就是祂要賜給我們永生，約翰福音 3 章 16 節：「神愛世人，甚至將祂生的兒子賜給他們，叫一切信祂的，不致滅亡，反得永生。」這個永生就是在天上與祂永遠同住。但是永生是從現在就可以開始的，從現在開始，神希望我們能夠享受一個豐盛的生命。約翰福音第 10 章第 10 節「我來了，是要人得生命，並且得的更豐盛。」

豐盛的生命就是有意義有價值的生命，必須要依照神的旨意才能活得出來，神的旨意是什麼？

大原則都寫在聖經裡面，好像聖經詩篇第一篇：「不從惡人的計謀，不佔罪人的道路，不做褻慢人的座位，惟喜愛耶和華的律法，晝思夜想這人便為有福。」

但是我們個人的生活中有許許多多的事情是聖經上面不曾寫到的，如：1) 我的事業—我要做什麼事最適合我呢，神最清楚，我得問問祂；2) 我的生活—我的思想，我的情感，我為人處世的態度，神是我的生命的主，我所思、所想，都要問問祂的意思，才能了解祂的旨意，才能活出祂的旨意，照祂的意思去行，才能使我的生命能夠活出更加的豐盛。

我們求告神，想要明白祂的旨意就是禱告，禱告有私禱和公禱二種。

私人的禱告，只是我與神之間的溝通，是比較容易的，我每天早起第一件事，就是跪在床邊對神禱告，做靈修的操練；每天早上 6 點，鬧鐘一響，我就起來，用手機選一首詩歌，跟著音樂合唱敬拜，向神獻上感謝讚美和祈求。我所求的就是在神面前有完全的平安喜樂，詩篇 16 章 11 節：「你必將生命的道路指示我。在你面前有滿足的喜樂；在你右手中有永恆的福樂。」我為家人禱告，為親友們禱告，為教會兄弟姐妹們禱告，為國家禱告，我也為世界上發生的災難的禱告。

我曾經很怕公禱，因為公開禱告，不只神在聽，還有人在聽。我的思考很慢，而且常不完全，很怕說了上一句，下一句會接不上，我花了不少時間學習禱告。

下面我分享一下我如何學習禱告：1) 背一些詩篇，背一些聖經金句，背一些詩歌的歌詞，因為它們可以精簡我的禱告，使我的禱告豐富有力。2) 禱告可以讚美神，依照神的屬性讚美神是神所喜悅的一耶和華是全能的神，是聖潔的神，是公義的神，祂是有憐憫的神，祂是賜恩典的神，祂是幫助我們的神，祂也是安慰我們的神，祂是保護我們的神，祂是醫治我們的神，祂也是拯救我們的神。3) 公開的禱告，多半是重要的事，多半是大事，可以寫下來；出口成章的禱告，固然很好，但是，不是每個人都有這種出口成章的能力，開始學習公開禱告，是可以把它先寫下來的，根據寫下來的禱告，記住它的大意，在口頭上對神述說，可以使禱告更有條理，更能全面，更有重點。

讚美神可以使人蒙福，禱告可以使我們常常享受與神之間的甘甜；常常禱告可以使神得著榮耀，可以彼此建造，可以改變人心，可以改變世界。