

HOW TO: PRAY

祈る方法

1. THE SIMPLE METHOD (簡単な方法)

You can talk to God like you are having a conversation with a friend or family member. You can be open with him and use normal language. He wants to have a close, personal relationship with you. You can also write prayers to him in a journal.

友人や家族と会話をするように、あなたは神と話すことができます。あなたは神の前では素直な自分を出し、また普通の言葉を使って話すことができます。神はあなたと親密で個人的な交わりを持ちたいと思っています。日記に祈りを書くこともできます。

2. USE A PRAYER MODEL (祈りのモデルを使う)

Prayer models are a structured way to pray. They go through the different aspects of prayer. Here is the AWCIPA Prayer Model:

祈りのモデルは祈るための体系的な方法です。それらのモデルでは、さまざまな内容を祈り進みます。下記は AWCIPA という祈りのモデルです。

- | | |
|---|---------------|
| • Appreciate and thank God (Psalm 100:4) | 神に感謝する |
| • Wait on the Lord (Psalm 25:4-5) | 神に耳を傾ける |
| • Confess your sin (1 John 1:9) | あなたの罪を告白する |
| • Intercede for other people (James 5:16) | 他の人のために祈る |
| • Petition God for yourself (Philippians 4:6) | 自分の願いについて神に祈る |
| • Admire the character of God (Matthew 6:9) | 神の御性格を賛美する |

参照聖句：詩篇 100 篇 4 節、詩篇 25 篇 4～5 節、ヨハネの手紙第一 1 章 9 節、ヤコブの手紙 5 章 16 節、ピリピ人への手紙 4 章 6 節、マタイの福音書 6 章 9 節

3. HOW OFTEN DO I PRAY? (どのくらいの頻度で祈りますか。)

PRAY DAILY. Pick a time in your day when you can come before the Lord and seek him in prayer. He wants to be a part of your life. He wants to teach you and help you.

毎日祈りましょう。一日のうちで、あなたが主の御前にいることができる時間を選び、祈りのうちに彼を求めましょう。主はあなたの人生の一部になり、あなたに教えたいと思っています。

PRAY CONTINUALLY. As you go through your day, talk to him and listen to him. He will give you guidance and will remind you of Scripture. He will give you peace.

継続して祈りましょう。あなたが一日を過ごしながら、神と話をし、また神の語られることに耳を傾けましょう。神はあなたに導きを与え、また聖書の句を思い出させてくださることでしょう。神はあなたに平和を与えてくださいます。