



愿祢的国降临
九天祈祷运动



主祷文

十项教导和一个伟大的希望

Archbishop of York
Stephen Cottrell
斯德望·葛德莱大主教



愿祚的国降临

九天祈祷运动

Thy Kingdom Come: Novena
(Written by Archbishop of York Stephen Cottrell)
Copyright © 2025 Thy Kingdom Come.
Used with permission. All rights reserved worldwide.

Scripture quotations taken from The Holy Bible, New International Version® NIV®
Copyright © 1973, 1978, 1984, 2011 by Biblica, Inc.
Used with permission. All rights reserved worldwide.

New Revised Standard Version Bible: Anglicized Edition, copyright © 1989, 1995
National Council of the Churches of Christ in the United States of America.
Used by permission. All rights reserved worldwide.

Cover photo: Joris Visser (unsplash.com)
Photography provided by unsplash.com and stock.adobe.com.
Photos used with permission.



愿祢的国降临
九天祈祷运动

主祷文

十项教导和一个伟大的希望

Archbishop of York
Stephen Cottrell
斯德望·葛德莱大主教

简介

祈祷为了甚么？

当你聆听人们在教堂里的祷告，可能会认为祈祷是为了改变上帝的心意；又或许是为了让上帝知道这里所发生的事。

但这讲法绝不正确。

在耶稣教导门徒那著名的祷文——即我们所说的〈主祷文〉——之前，祂说过上帝「在你们祈求以前，你们所需要的，你们的父早已知道了。」(马太福音 6:8)。

在这种情况下，「我们为甚么要祈祷？」或再次重复那道问题：「祈祷为了甚么？」

嗯，难道不是为了改变我们的心意吗？

〈主祷文〉是个关于「渴望」的教育进程。上帝知道我们需要甚么，但我们自己却不晓得我们的需要。所以〈主祷文〉教导我们应当「渴求甚么」和「如何生活」，以及到底为了甚么而祈祷。

在最近一次英格兰圣公会 (Church of England) 的主教会议上，一位来自乌干达 (Uganda)、倡议关注气候变化行动的青年，透过视像会议跟我们分享了以下信息：

乌干达是世界上受气候变化影响最严重的地方之一。有人问她从哪里找到了自己的愿景和决心；她透过讲述她的基督教信仰来回答，这信仰所宣告的改变为她带来的希望，以及祈祷的生命。她说，在祈祷中「我们能设想一个我们现时无法用自己双眼目睹的世界。」

祷告是为了上帝；我们是上帝的儿女。我们向上帝献上赞美和崇拜，并宣认上帝的主权。我们寻求上帝的道路，又发现了祂的异象。我们也为他人祈祷，让他们也能得悉这一点。

今年是「愿祢的国降临」祈祷运动十周年。这十年来，我们一直在祈祷中期盼祂的国度降临。具体来说，每年我们都为我们所认识的五个人祈祷，希望他们能认识耶稣。今年，让我们继续在这段朝圣的旅途中，专注于耶稣教给我们的祷告——教导我们如何祈求和如何生活的祷告，因为这祷告带来令人惊奇的盼望：愿祢的国降临！

当我们认识耶稣时，当有新的信徒认识祂时，上帝的国度就会活在他们心中。

The Archbishop of York, Stephen Cottrell



Pray For Five

1

2

3

4

5

我们的天父——上帝是亲密而神圣的

我们在天上的父，愿人都尊祢的名为圣...

马太福音 6:9

耶稣教导我们称上帝为「父」。

尽管我们知道上帝没有性别之分，尽管我们当中有人与父母的关系并不融洽，甚至有人曾被父亲虐待。但耶稣向我们展示的是，尽管人际关系可能会让我们失落，但上帝永不如此。我们与上帝的关系既美好而亲密，有如慈爱的父母深爱他们所珍惜的孩子般的关系。

一切尽在〈主祷文〉的开首的那个字：「父亲」！虽然中文的翻译是「我们在天上的父」，但不论是耶稣所讲的亚兰语(Aramaic)，或记录《新约圣经》所用的希腊文，「父亲」才是这个短语的第一个字，整个词组直译应该是「父亲，我们的」(Father of ours)。

当然，词组的次序并不重要。但关系的次序却十分重要。正如我们念〈主祷文〉时，我们将自己置于与上帝之间这种充满爱的亲密关系的秩序之中。

由于我们经常念〈主祷文〉，就像祷告中的

许多其他内容一样，这为我们带来危机，因为我们大有机会可能将祷文内容视为理所当然，而忽略所念的内容实际意味着甚么。

是的，上帝是全能的，祂是具创意的造物主。

是的，上帝是公正的审判者，在末日祂将为一切事物带来圆满。

是的，上帝是超越我们的，祂既伟大，又是一切的源头、无所不知、也无所不能。

然而，我们称这位上帝为「父亲」，甚至是更亲昵的「爸爸」。在福音书中，耶稣向天父祈祷时使用的词语之一是亚兰语的「阿爸」(Abba，参考《马可福音》14:36)，这是孩子常使用温柔而亲切的亲昵称呼，因为现在已知道我们是上帝的儿女，而上帝的力量就是爱的力量。

除了「父亲」之外，〈主祷文〉也说上帝的名是神圣的。上帝透过耶稣向我们所启示的



自己，是最亲密的，但也是至圣的。我们需要同时理解两者：即上帝是亲近我们的，同时也是充满威严的上帝。

当我们为我们渴望他们认识耶稣的五个人祈祷时，让我们祈祷他们能够亲密而自信地认识上帝，就像孩子认识爱他们的父母一样，认识祂就是万有的起始和终结。

让我们有一段反思的时间：

¹ 当我们称呼上帝是「天上的父亲」，有否想到祂是既温柔又亲切的家人？

² 「天父」既是万物的源头，也是至圣的公平审判者。当你为五位亲友祷告时，期望他们如何认识这位「天父」？

让我们同心祈祷：

全能的天父上帝，感谢祢大能的创造我们、拯救我们，求祢帮助我的五位亲友，他们的名字分别是_____、_____、_____、_____、_____，使

他们接受主，是他们亲切全能的父亲，又是至圣威严、审判万人的主宰，以致他们能心存敬畏天父的心，到主面前，与主复和，此赖我主耶稣的名而求，阿们！

我们是一家——我们属于彼此

我们在天上的父，愿人都尊祢的名为圣...

马太福音 6:9

〈主祷文〉的第一个字揭示了我们与上帝的关系，而第二个字（译者按：即中文版的第一个字「我们的」），就揭示了彼此之间的关系。

这不是「我的」父亲，或「我的」上帝，而是「我们的」。

当我们祈祷时，我们宣告了彼此间的深度委身。事实上，如果我们将祷文，从第一人称复数（我们）改为第一人称单数（我）时，我们不仅仅是改变了这祈祷，而是摧毁了它。〈主祷文〉之所以美丽，是因为它是我们的祈祷，而不只是我的祈祷。

我不只是为自己的三餐温饱而祈祷；我不只是祈求我的罪被宽恕。这样做太自私了。我确实想为个人需要祈祷，我确实需要被宽恕；但我不能将我的需求与弟兄姊妹的需求割裂出来。〈主祷文〉应当是为了每个人得到温饱，以及每个人都能与上帝和他人复和而祈祷的。因此，「我们的」实在揭示

了基督教信仰的根本核心。在基督里，由种族、民族、性取向、性别、社会阶级、种姓和宗族等阻隔和差别而出现的障碍被重新配置，造成「崭新的人」，正如使徒保罗所说的。（参考《以弗所书》2:15）

基督教信仰，总是挑战我们是否有欢迎陌生人、是否彼此相爱、是否有拆除藩篱。当我们说出〈主祷文〉中的「我们的」时，我们承诺在地上展现上帝彻底的款待与接纳。这并不容易，因为要爱邻舍，也包括要爱敌人。我们无权选择谁入选，谁出局。每位用〈主祷文〉祈祷的，都是我的弟兄和姊妹。

当我们今天为那五位祈祷时，让我们有一刻记起所有其他正在为他们所纪念的五个人祈祷的人。愿祢的国降临，特别是世界各地的人们，他们各有不同的需求和不同的视野。我们在上帝内都是一家人，都是崭新的人。我们是基督里的弟兄和姊妹，我们对彼此都负有责任。



让我们有一段反思的时间：

¹ 在我们的祷告中，会否总是偏向为自己个人需要而求主，有否想到我们(全教会)都是被天父呼召出来的群体，是天父家中的儿女，而多为别人代祷？

² 当你今天为五位亲友祷告时，也记念全世界为五位亲友祷告的弟兄姊妹，为他们

感恩，也求主加添毅力信心。

让我们同心祈祷：

我们在天上的父，多谢祢选召我们普世信徒，作蒙祢慈爱的儿女。求主赐福，使我们虽有各种不同背景，仍能在天父的仁慈感召下，团结一致，为福音齐心努力，使万民都尊主的名。奉主名求，阿们！

愿父国降临——上帝对我们的生命和世界都有其目的

愿祢的国降临...

马太福音 6:10

上帝国不是一个地点，你无法在地图上找到它。它的疆界贯穿人心，并和属世的国度都不一样。上帝国不是由对权能的爱 (love of power) 所驱动，而是由爱的权能 (power of love) 所驱动。

最奇怪的是，上帝的国似乎是一个没有王的国度。当然，我们称耶稣为「万王之王」、「万主之主」，祂是万人都要屈膝跪拜的那位。然而，祂也是弯腰为我们洗脚的人(参考《约翰福音》13:3-5)。祂谦卑自己，并且顺服，以至于死(参考《腓立比书》2:6-8)。祂以仆人的身分来到我们中间(参考《路加福音》22:27)。因此，当我们谈论上帝国并祈求「愿祢的国降临」时，我们指向的是上帝那公义与和平的统治，我们在耶稣身上所看到的「仆人—领导」，有可能是世界领导能力的标记。

因此，耶稣向我们传授关于上帝国的知识，并透过祂自己的生活 and 服事，向我们展示作为活在上帝国度的儿女是怎样的。

我们之所以成为上帝国的子民，是因透过

基督的死亡与复活，而白白赐给我们的恩典；但是作为领受恩典的后设，我们也被呼召要活像耶稣。正如耶稣富有同情心、怜悯人、渴望公义、具有仆人服侍之心一样，我们也当如此。这就是上帝国如何降临，以及它的国界如何拓展。

耶稣亲自教导我们，我们应当像小孩一样接受这个国度，因为在这个国度的，正正就是像孩子的人(参考《马可福音》10:14-15)。

祈求「愿祢的国降临」就是请求圣灵让我们成为属这个国度的孩子。这不是指我们幼稚，而是指我们要像孩子一样纯真地信靠上帝，正如亲子关系一样，而这种仿如亲子关系的联系，是我们与上帝之间关系的关键特征。因此，我们不应寻求自己的途径，或寻求统治他人，而是寻求上帝的途径。

今天，我们不仅为自己祈求，也为我们所爱的人、为国家领导人、为所有对他人负有责任的人，或对世界事务中具有影响力／话语权的人祈求「愿祢的国降临」；以及为我们那五位还未认识耶稣的人祈祷。



让我们有一段反思的时间：

¹ 天国的特征，既是由爱而生的谦卑服侍，因爱心而舍己牺牲的王—耶稣基督而来的「仆人领导」，这对你我的人生态度，有甚么影响呢？

² 要促进主的国临格在我们中间，我们可以怎样为世间有影响力的人祈祷？又可怎样为影响那五位亲友的人祈祷？

让我们同心祈祷：

我主耶稣基督，祢是天国的君王，却竟自甘卑微，以奴仆般的爱心服侍，更以十字架上的牺牲，阐明天国的核心价值，求主怜悯，使世上的领袖，能真诚体验天国的真理，服务世界，又求主赐福给我五位未信主的亲友，使他们能明白天国真理，奉主名求，阿们！

改变与转化——祷告不是试图改变上帝的心意，而是正正相反！

愿祢的旨意成就...

马太福音 6:10

上帝的旨意就像一个统一音符，在整个宇宙中回响着，使一切事情、我们每个人和所有的被造物都必须与之协调，才能找到我们渴望的和谐。它既神秘又美丽，以致我们一听到它时，就令人信服。我们寻求它，就如寻求最大的宝藏或价值连城的珍珠一样（参考《马太福音》13:44-45）。

就像管弦乐团在调音时，乐团的首席小提琴师登上舞台并拉出一个音调，然后其他人就跟随这个音来调较自己的乐器。耶稣也是一样，祂来体现和启示上帝的旨意，并祂选择成为人的道路，以及祂拯救世界使我们得以与上帝复和的使命。

我们所要做的，就是透过听从耶稣并从祂身上学习，调整自身来配合上帝。因此，当我们祈祷时，虽然我们在向上帝祈求事物，并将一切都带到上帝面前倾诉（毕竟上帝是我们的慈父），但祈祷的本质，其实是让我们的心思和意念，都与上帝的意向保持一致。

我们很难知道甚么对我们最好，更遑论知

道甚么是对世界最好。

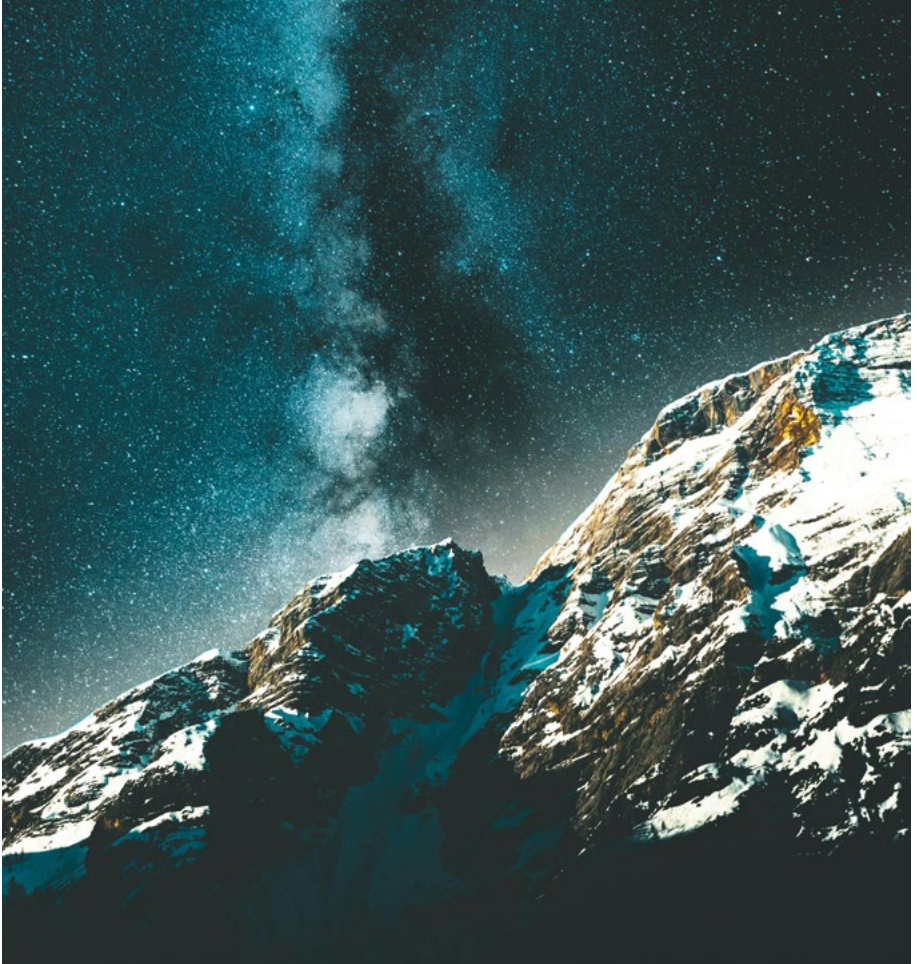
我们可以依照自己的意愿，走自己的路，建立属于自己的国度。

我们以为自己最了解自己。因此，我们的祷告听起来，就像是在试图让上帝与我们同一阵线，又试图改变上帝的心意！

但事实却恰恰相反。上帝想要陶造改变我们。这个改变是藉着祈祷，将自己调至与上帝的意向同调。透过住在我们心中的圣灵，体现出我们在耶稣身上所发现上帝的旨意，我们就会被改变。

我们需要让心思和意念都与上帝的意向一致。对我们的生命来说，这不仅仅是个好消息，也是找到持久的喜乐和平静的唯一方法。

对于这个令人混淆而充满乱象的世界来说，这也是一个绝佳的好消息。因为强权者和复仇者都试图建立自己的国度，并将自己的意志强加于人。只有我们在耶稣身上



所看到和领受的真理,才能拯救我们,这就是我们为何要祈求「愿祢的国降临,愿祢的旨意成就」的原因。

因此,我们祈祷,希望我们今天祷告所纪念的人们,能够与耶稣相遇,并领悟祂所揭示的上帝旨意,然后与之相协调。或者更准确地说,让他们对上帝的恩典开放,以致上帝能将他们调入祂乐韵悠扬的国度之中。

让我们有一段反思的时间：

¹ 你我日常的祷告,会否大多是以自己需要为重?「愿父的旨意成就」,在我们的心态

和祷告目标上,有何彻底改变?

² 请你为祷告中纪念的五位亲友祈祷,使他们能与主相遇,明白主的心意,谦卑自己,与主建立顺服的关系!

让我们同心祈祷：

天父,祢是宇宙的主宰,历史的根源!求主教导我们、陶造我们,使我们依靠圣灵,凡事寻求主的旨意,信靠顺服,又帮助我们的五位亲友,亦能谦卑亲就主的旨意,而活出丰盛的生命,奉主耶稣的名而求,阿们!

此时与此地——地球应当是天堂

愿祢的旨意行在地上，如同行在天上...

马太福音 6:10

〈主祷文〉的第一部分以一个恳求作结。这恳求呼应了《圣经》中关于新的创造、崭新的人和崭新地地的宏大愿景(参考《启示录》21:1-2)。

但这常常被误解。福音的承诺实际上并不是将我们升到天堂去，而是让天堂降临到人间，或者如《启示录》所描述的——一个新的创造。

因此，我们祈祷的一切都总结为「在地上如同在天上」这句话。

愿上帝的名在地上被尊为圣，如同在天上一样。

愿上帝的国降临在地上，如同在天上一样。

愿上帝的旨意行在地上，如同在天上一样。

〈主祷文〉的第二部分告诉我们身为天国的子民，我们应该为自己祈求甚么。

在韩德尔的《弥赛亚》神曲中，有非常著名的「哈利路亚」合唱部分，止于胜利的乐章，即宣告「这个世上的国，已成了我们上帝和祂所立的基督的国」(启示录11:15)。正如韩德尔《弥赛亚》的其他片段，这句圣经章节同样是引自《启示录》。这是基督教盼望的伟大宣告；是对天国的渴望，这天国我们现在得悉是根据上帝仁慈旨意的指引下，对整个创造的新创造和重新排序。在这个新创造中，上帝的管治永无穷尽。在这里无须有日月光照，因为耶稣就是那皓光；在这里无须有圣殿，因为透过耶稣我们就能到上帝那里去。我们在基督内并透过基督来崇拜祂(参考《启示录》21:22-23)。天国的大门永不关闭(启示录21:24)。

当我们祈求「愿祢的国降临」时，我们是祈求地上变得像天国一样，并使人间得以看见天上的事物。我们祝愿那五位我们所祈祷的人，也能抵达那个地步，与我们一起唱「哈利路亚」并崇拜那位仆人君王。这一切都是因为他们能瞥见新的创造，并期待它



确立在人间。我们也为自己祷告：愿人得以在我们身上看见上帝的国；愿上帝的真光透过我们照遍人间；愿我们的生命能成为在地若天的见证，并使我们成为指向上帝活生生的路标。

让我们有一段反思的时间：

¹ 你有否想过福音的承诺是天国降临人间，这与我们日常以为福音重点是「升上天堂」有何分别？

² 要让别人在我们身上看见上帝的国，我们可以怎样为自己及亲友祷告？

让我们同心祈祷：

天父上帝，多谢祢使我们藉主耶稣在世间作仆人君王，彰显天国的荣耀！求主赐恩，使我们今天在此时此地，也能以爱心牺牲服侍，显明天国的荣耀，使我们的亲友能感受主的真光大爱。奉主名求，阿们。

日用的饮食——这就是「足够」的意思——以及它的重要性

我们日用的饮食, 今日赐给我们...

马太福音 6:11

我花了很长时间才明白〈主祷文〉中第一个具体的「请求」实际上意味着甚么。从某种意义上来说, 这「饮食」可以代表永生之粮。当我们在领受圣餐前念这句话时, 它的确具有这个含义, 正如大部份的教会传统所说的。然而, 「饮食」这字的基本意义, 其实异常简单, 但又难以实行:

就是说「给我今天所需要的东西, 并让我停止期望着想要得到超出我应份有的」。

在这情况下, 这请求才是对我们最重要, 但极具挑战的祈祷。特别在现今的世界和经济体系不断训练我们去渴求更多——不仅是今天的「饮食」, 还有明天的。

在西方社会, 许多人所拥有的都过于自己所需。我们似乎不在意别人是否挨饿, 或者地球整体变得更炎热难耐, 只因为我们每天都想买到便宜的肉类, 或在圣诞节时能享用草莓。

我认为全人类都有迫切需要去学习甚么叫

「足够」。这样, 不单世界每个角落的人都得温饱, 同时也能拯救地球。

这些话语所带来的挑战, 既巨大又令人不安。每当我们说「我们日用的饮食, 今日赐给我们」时, 我们都致力在这个世界活得比他人非凡: 除了认识到我们的需要, 也认识到我们与世界各地的兄弟姐妹, 甚至我们和地球本身, 都存在相互依赖的关系。

在西方, 许多人担心现时我们的教会越来越少年轻人, 这是否因为他们知道信仰种种对他们来说太具挑战性呢?

我的看法恰恰相反, 我认为现时的挑战性仍不足够。当年轻人(也许就是我们祈祷所记念的那五位)看到人们跟随耶稣和活像耶稣时的清纯和挑战, 他们或会为福音呼召了他们而感到振奋, 勇于接受〈主祷文〉的挑战并决意努力实践。

因为, 如果我们诚心地作这祈求并实践出来, 生命就可以转化改变。



因此,今天我们为那些没有每日温饱的人,和富足得过剩的人祈祷。求主帮助我们改变:为我们在生活中的所有妥协而祈祷,也为那些我们祈祷中记念的那五位能遇到福音中带来的根本挑战的人祈祷。

让我们有一段反思的时间:

¹ 在物质、钱财丰厚储蓄,才令我们感到平安保障的社会,每天靠主「知足常乐」,「我必不至缺乏」的态度,有何意义?

² 我们有否为自己及没有每日温饱的人祷告?请也为那五位亲友能够倚靠天父供应的信心祷告。

让我们同心祈祷:

天父啊,祢是创造我们、保全我们、养育我们的主。求主施恩,加给我们一颗信靠天父的心,以致不论我们物质处卑贱或富足,都能明白自己的软弱,以致真心每天仰赖主,知足常乐,慷慨与人分享,奉主名求,阿们!

寻找失丧的——有时我们都会迷失方向

饶恕我们的罪...

马太福音 6:12¹

「罪」(sin)是个棘手的用字,从旧有的「侵犯/过犯」(trespass) 更新过来。许多人和教会至今仍沿用「侵犯/过犯」的〈主祷文〉版本,而不是「罪」的版本。

现在,我们已很少在日常对话中使用「侵犯/过犯」这个词,但有些例外,而这例外可能有助我们了解〈主祷文〉这个请求的实际含义。

「请勿闯入草坪」(Don't trespass on the grass)和「非法闯入者会被起诉」(Trespassers will be prosecuted)仍然是我们惯用语。

因此,「过犯」意味着非法闯入,即我们去了不该去的地方。

这其实也是对「罪」的绝妙解释。

这意味着我们走上了错误的方向,或身处错误的地方,或发现自己待在不该的地方,或迷路了。

因此,罪不仅仅是我们做错事或说错话(尽管是这样!),它也包括错误的、可恶的和自私的想法,即使我们并未按照我们所想的去实际行动,但这些想法仍会辖制我们,引领我们走上歪路,并荼毒我们的的心灵。

罪,是比我们只做了坏事,更危险而深刻。因为它,我们彻底失丧,远远偏离了上帝为我们所规划那条善良而和平的道路。当你迷失了方向,而身处的地方又黑暗、又危险、令人难以忍受时,你真正需要的是有人能指引你回家的路,并光照着你,让你找到正确方向。

整个基督教信仰就是关于上帝的爱是何等长阔高深,使祂让耶稣基督来到人间——来到我们这些走在黑暗里、走在歪路上的人中间,并以皓光照亮我们!祂死在十字架上,承担了我们所有「过犯」的后果,祂击溃了罪恶、死亡和黑暗。

如同被钉的强盗向十字架上的耶稣呼喊着「耶稣,求祢记念我」(路加福音 23:42),〈



主祷文》同样地教导我们：「求祢赦免我们的罪，帮助我们找到正确的方向，向我们展示透过耶稣得以通往生命的道路，又帮助我们跟随祂。」

对上帝令人惊讶的宽恕，正确的回应就是我们的忏悔。我们需要怀着谦卑和感恩的心走祂的道路。

因此我们祈求有忏悔的心；因为我们知道，顽梗地拒绝忏悔又刚硬的心，常常妨碍人们认识和接受基督。所以我们为那些我们祈祷所纪念的人，希望他们能够停下来，检视自己的生活是否走上了错误的方向，得以华丽转身去寻求基督的道路。

让我们有一段反思的时间：

1. 你和你正代祷的亲友，最易在甚么情况下，走了错误的方向？
2. 基督信仰，怎样能光照我们，通往天父为我们预备的「生命之道」？

让我们同心祈祷：

慈爱的天父上帝，我们本性软弱，易如迷路的羊，得罪别人，也得罪了祢，但祢却知道我们的过犯，以祢最仁慈的大爱拥抱我们、宽恕我们的罪，谢谢祢！求祢也引领我的亲友能有忏悔之心。奉主名求，阿们！

¹ 本篇章原文是英文，作者引用了英文《主祷文》的常用译本，即旧版常用「侵犯/过犯」(trespass)而新版常用「罪」(sin)。但《主祷文》圣经原文实际上是用「债」(debt)这个字。

丰盛和施予——我们把所得到的丰盛奉献给别人

... 如我们饶恕得罪我们的人。

马太福音 6:12

耶稣说：「怜悯人的人有福了，他们会得到怜悯。」(马太福音5:7)我们也可以补充说：「蒙怜悯的人有福了，他们也要怜悯他人」，因为这是〈主祷文〉的祈求之一，它附带条件：「饶恕我们的罪，如我们饶恕得罪我们的人」。

这很难办到。我们喜欢我们的罪过被抹掉的想法，但我们通常不太愿意施予同样的怜悯给别人。无论如何，这是否意味着受害者应该原谅压逼者或施虐者呢？如果这些人没有表现出任何悔意，又可以怎么办？我不知道我是否能办到这点；再者，宽恕那些没有悔意的人，似乎使「宽恕」变得廉价。

然而，保罗提醒我们：耶稣在「我们还作罪人的时候」(参考《罗马书》5:2)为我们受死，使我们得以与上帝复和。在那一刻，我们仍不知悔改，仍未晓得上帝的恩典和良善，遑论说我们去寻求祂了。

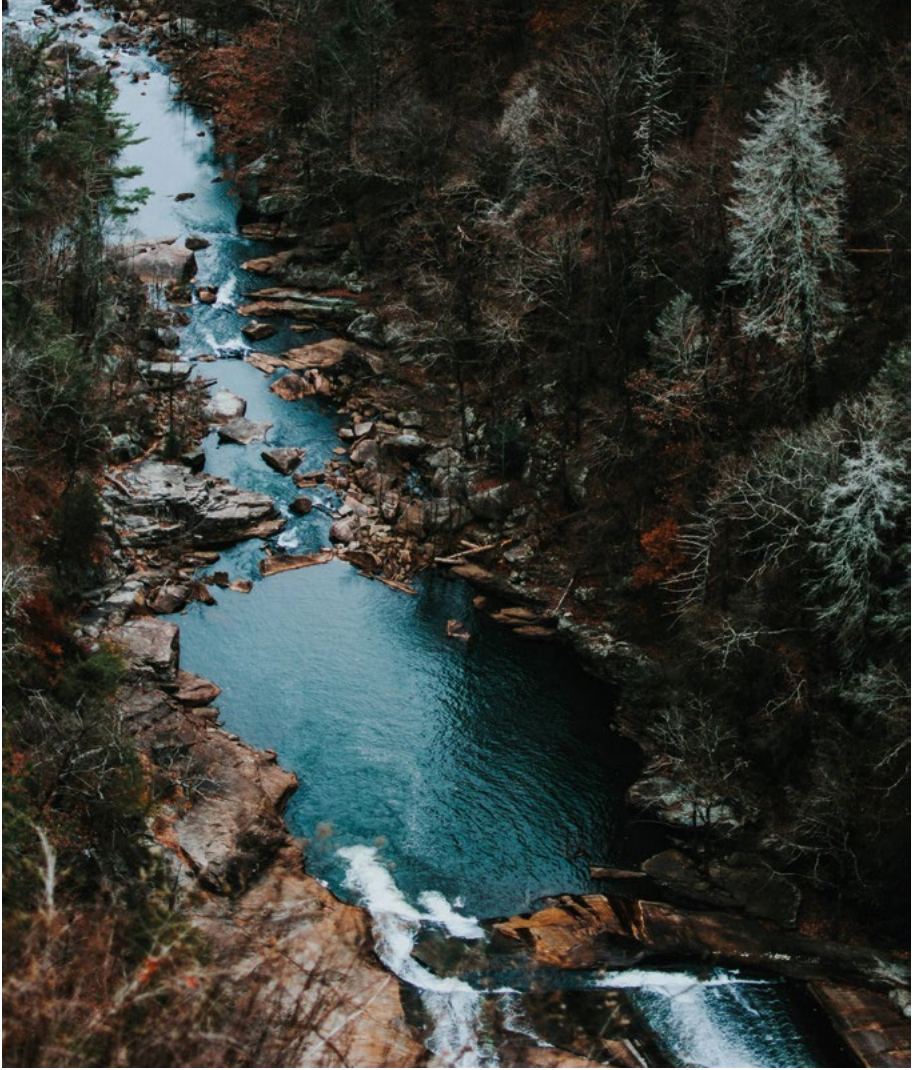
因此，事实就是，耶稣为每个人都提供了厚

礼，就是使人得解放的宽恕。对于〈主祷文〉这祈求，也许确保我们随时准备好自己去提供宽恕，随时准备好寻求真理与和解的道路，就是对这项挑战最好而最诚实的响应，并能带来真诚、互相理解和忏悔。这样，我们就准备好自己并且有能力去怜悯他人，因为我们深知自己亟需这怜悯，并曾心怀感激地领受过。报复和仇恨的恶性循环加剧了世界上的冲突和征战，使人们彼此敌对，并产生更多的苦难和暴力。除了准备好自己怜悯他人外，没有其他更好的方法足以打破这恶性循环。

因此，我们不能只寻求宽恕，而不祈求上帝赐下恩典使我们能宽恕别人。彼得曾问耶稣：「要宽恕多少次？七次吗？」耶稣说：「不，是七十个七次。」(参考《马太福音》18:21-22)

因此，我们要继续寻求宽恕。

让我们也要继续做好随时宽恕他人的准备。



慷慨而宽容的上帝，求祢洁净我们的心灵，宽恕我们的罪过，并让我们准备好宽恕他人。为了让更多的人能够认识祢，并接受祢宽恕的礼物，我们特别为他们祈祷，也为我们祷告所纪念的五个人祈祷。

让我们有一段反思的时间：

1. 宽恕别人困难吗？为甚么困难？
2. 基督徒宽恕别人的动力源自何方？

让我们同心祈祷：

天父啊！在我们还作罪人时，祢竟藉圣子耶稣基督为我们的罪，死在十架上！求主的爱激励我们，使我们既知道主不计较我们的过犯，我们也能宽恕他人！求主帮助我的五位亲友，亦能如此！奉主名求，阿们！

生命的方向——上帝一直在我们身边

不叫我们陷入试探；救我们脱离那恶者。

马太福音 6:12

越深入探究〈主祷文〉，我们就越发现它的挑战性，越明白善度上帝所指示我们的生活是何等困难；这样，我们也就越容易跌倒放弃，变得只为自己而活。这就是为甚么〈主祷文〉的结尾是「不要让我们陷入诱惑」（在某些版本中是「拯救我们免于试探」）和「拯救我们脱离那恶者」。

「上主是我的牧者，我必不致缺乏」这是《诗篇》第23篇的开头，另一段非常著名和优美的文字是：「我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；你的杖、你的竿，都安慰我。」

当我们祈求「不叫我们陷入试探；拯救我们脱离那恶者」，就像我们必须每天祈祷时那样，我们正在寻求上帝的保护——祂是我们的牧人，祂与我们同行，在我们面对生活所有陷阱和诱惑时陪伴我们。

然而，有些人觉得这请求十分奇怪，因为上帝从不引领我们陷入诱惑（这倒是其他人会做的！）。也许最大的诱惑是，我们想象自

己不再需要上帝，我们可以自己照顾自己，以致于我们将信靠放在己身，最后不再相信上帝，而是相信自己。

噢，但这就是导致各种邪恶的歪路。相反，〈主祷文〉不断地要求我们在上帝面前保持绝对而一丝不苟的真诚。所以〈主祷文〉的真正意思是，当我受到诱惑时，请上帝帮助我，因为这情况反复发生。

你还有各种生活方式可以过人生，或选择走上不同的路。〈主祷文〉的最后几句话中，我们祈求上帝引导我们走上生命之路，我们用耶稣教导我们的祷文去祈祷，因为祂告诉我们祂自己就是那道路（参考《约翰福音》14:6）。

坚定的上帝，在生命的所有陷阱和诱惑中引导我走上永生的道路，拯救我脱离邪恶，当我偏离那道路时，求祢寻找我并引领我回家。噢，善良的牧人，请保护我，还有所有我所爱的，以及我今天祈祷所纪念的人。



让我们有一段反思的时间：

¹ 有甚么诱惑, 是你我最易遇到的? 怎样才不致「陷入」其中?

² 「那恶者」是谁? 牠最诱惑的陷阱是使我们偏离天父永生之道路! 我们最重要像〈主祷文〉的祷告, 谦卑求主让我们脱离那恶者的诱惑!

让我们同心祈祷：

天父啊! 我们都如羊走迷, 各人易受恶者诱惑试探, 偏行己路, 求善良的牧人保护我及我今天为他们祈祷的亲友, 引领我们回父的家, 走在真理永生的道路上, 奉主名求, 阿们!

参与的责任——上帝邀请 我们参与

因为万有都是本于他、倚靠他、归给他。愿荣耀永远归给他！阿们。

罗马书 11:36

当我们诵读〈主祷文〉，几乎总是以这样的句式作结：「因为国度、权柄、荣耀，全是你的，直到永远，阿们。」

虽然这些话并没有出现在耶稣实际教导门徒的〈主祷文〉之中，但正如上面所引述保罗写给罗马教会的信中所说，它是建基于大量将权柄和荣耀归于上帝的《圣经》文本，并总是以「阿们」作结。

「阿们」的意思是「我同意」，因此，这个词可能是整篇〈主祷文〉中最挑战我们的字眼。因为，这就像我们在这篇祷文的末端签下自己的名字，承诺表示同意，并委身去采取行动。

但实际上，我们真的这样吗？

我们是否确实地让〈主祷文〉塑造了我们的生命？

我们真的同意了吗，还是我们只是「念口簧」地响应「阿们」，但实际上并不打算按照〈主祷文〉所指示我们的方向去改变我们的生活模式？

正因如此，我曾在不同的场合说过，也许我们应当在〈主祷文〉后附上「温馨提示」：除非你已准备好改变，否则你要三思是否以〈主祷文〉来祈祷。

当我说出「阿们」时，我确实同意了我对我的邻舍负有责任；我同意了我要寻求上帝的国和上帝的旨意，而不是自己的国和旨意；我同意了我需要刹停无止境的物欲；我同意了我是个需要上帝恩典来覆庇的罪人，我必须准备好自己随时给与他人恩惠和宽恕。我同意了放弃权力欲和追逐荣誉，反而谦卑地跟随耶稣的脚踪。祂教我这篇祷文，好让我知道如何祈祷，并如何生活。



让我们有一段反思的时间：

¹「愿祢的国降临」与〈主祷文〉结尾「因为我们国度、权柄、荣耀全是祢的」前后呼应，表示我们天国的忠心子民，甘心顺从天父旨意的儿女，分享天国光辉！你甘心吗？

²「阿们」是甚么意思？当〈主祷文〉结束，我们同读（或同唱）「阿们」时，是表示我们同意怎样生活？

让我们同心祈祷：

慈爱的天父，求祢教我祷告。帮助我与祢以及我的邻舍和平共处，并了解祢在我生命的旨意。开我双唇，使我能宣告对祢的赞美。让我们能与所爱的人在一起，特别是我今天祈祷所记念的人，希望他们也能认识祢。帮助我真心诚意地答「阿们」——诚心所愿。

圣灵来临吧——来临吧！圣灵！

今天是五旬节，亦即圣灵降临节。

圣保罗说：「凡被圣灵引导的，都是上帝的儿女」（罗马书8:14）。在圣灵内，我们被上帝所收养，因此当我们呼叫「阿爸，父！圣灵自己与我们的灵一同见证我们是上帝的儿女」（罗马书8:15下-16）。

保罗继续说：「我们的软弱有圣灵帮助。」（罗马书8:26）当我们不知怎样祷告时，同一位圣灵「用无可言喻的叹息替我们祈求。」（罗马书8:26）

这是何等令人惊奇，和解放人心的事。

上帝是我们的父亲。上帝造出这奇妙的多元性，即使我们拥有不同的语言和文化风俗，我们都是上帝的儿女。

特别当我们难以作出祷告时，圣灵在我们心内与我们一同祷告。圣灵给我们的第一句话就是〈主祷文〉的开场白——「我们的天父」！

因此，我们在这纪念圣灵的伟大日子，当我们完成〈主祷文〉的旅程时，我们须谦卑地记住，我们能祷告始终因为圣灵在我们心内动工。

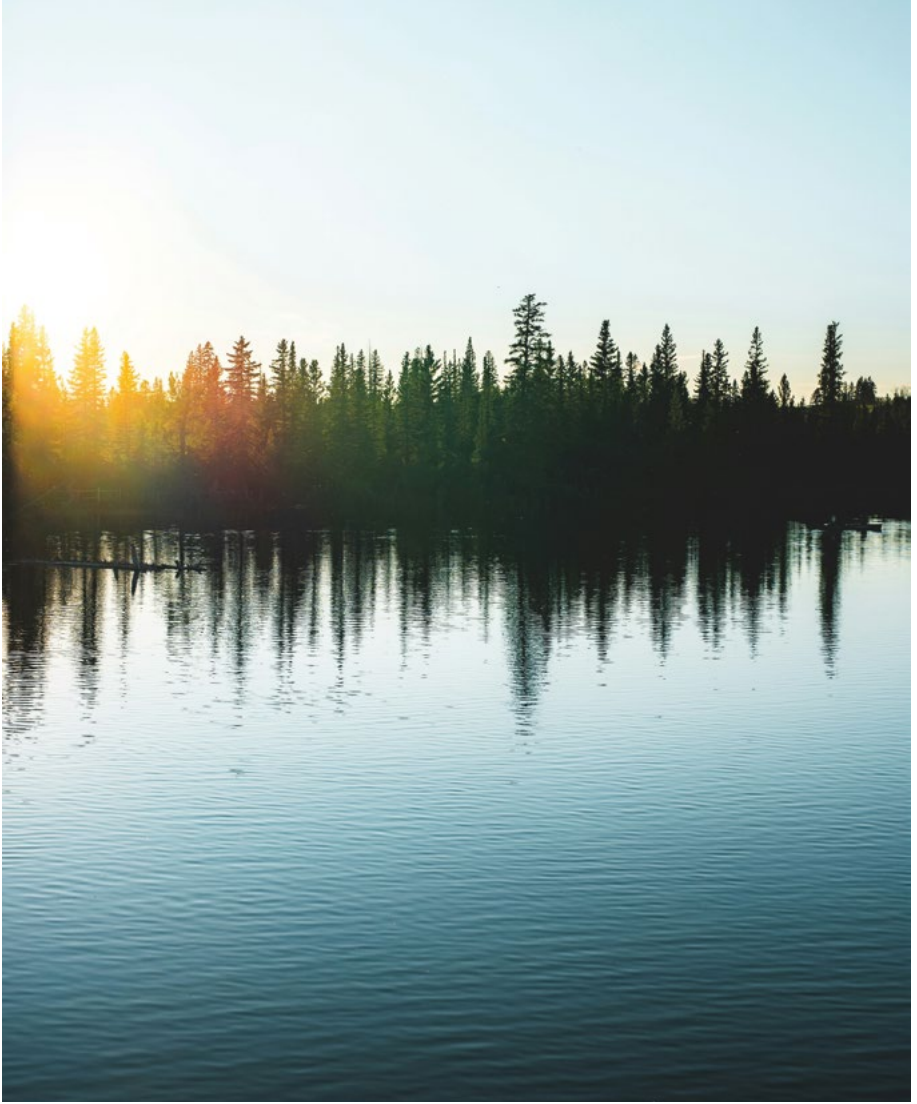
圣灵引领和指导我们，开启我们的心灵和思想，使整个教会得以用各国各族的语言，使世上万民，不论任何地方、背景和文化，都能听信这缔造和平的福音。

这就是与不同语言和文化的人一起崇拜是如此美妙的原因，尤其我们常以各自的母语一起诵念〈主祷文〉——这是初尝五旬节的滋味。虽然我们内心用着不同的语言，但却诉说着同样的话，以致不同的音籁汇聚如一。

这就是福音真理的伟大之处：所有以〈主祷文〉祈祷的，都是我的弟兄和姊妹。对于那些还未认识〈主祷文〉的人，并我们在「愿祢的国降临」九天祈祷运动中记念的人，我们深切盼望他们能够认识耶稣，并把祂的道铭记于心。

我们这样祈祷，因为我们深知这对所爱的人来说是最好的，并且对世界有帮助。圣灵总是将人们带到耶稣面前，叫人将福音翻译成世界各地的语言以适切当地文化，以此来扩展天国的疆界。使众人都能相信，教会和世界将可以同归于—。

圣灵，噢，来吧！向我内心说话，与我一起祈祷，并使用我在世上建立上帝国度。



让我们有一段反思的时间：

- ¹ 上帝圣灵主动寻找我们，让我们清楚自己是天父的儿女！当我们软弱，不想祷告时，〈主祷文〉对我们有帮助吗？为甚么？
- ² 圣灵降临既能帮助我们与上帝和好，也能恢复不同背景、文化的人彼此复和！求圣灵在普世教会中工作，引领教会流泪撒种、欢呼收割！

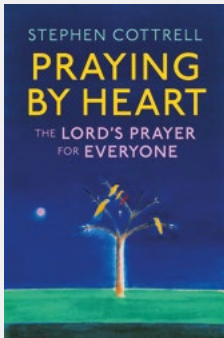
让我们同心祈祷：

三位一体的上帝，多谢祢的圣灵降临，让我们可认识主耶稣基督，更能呼叫祢是「阿爸！父！」，祢是「我们在天上的父」！求主充满我们，帮助我们同心祷告，遵行主道，广传福音，愿祢的国降临！阿们！

Postscript

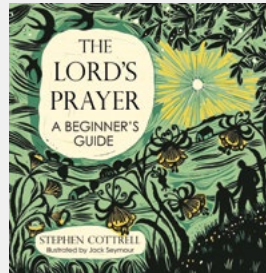
The Lord's Prayer is the most well-known and most said prayer in the world, but maybe the least understood. We say it, but do we mean it?

If you have enjoyed exploring the Lord's Prayer over the past ten days, I have written two other books that you might find helpful:



Praying by Heart, the Lord's Prayer for Everyone

is a book for adults and contains study material for small groups.



The Lord's Prayer, A Beginner's Guide

is a fully illustrated picture book for children and families explaining the meaning of the Lord's Prayer in a friendly and accessible way.



thykingdomcome.global