

求主教導我們禱告

經文：馬太福音六：1，5-15

馬振龍傳道

【引言】

感謝大家填寫的問卷，對我準備今天的講道內容有很大的幫助。從大家的問卷中，弟兄姊妹關於禱告最常見的兩個問題：一、不知道要用什麼詞來禱告。二、不敢在別人面前禱告。我相信很多人有相同這樣的問題，只是沒有寫出來。我們今天透過耶穌的教導，在這兩方面給我們很大的幫助。今天這一段經文，其實在路加福音(11章)裡記著，耶穌的門徒對祂說：求主教導我們禱告，於是耶穌就用主禱文教他們禱告。事實上，在約翰福音17章那一段耶穌自己的禱告才是真正的主禱文。這個禱告是耶穌教門徒和我們怎麼跟天父互動，所以我們先以禱告的心來到祂面前，求祂自己來教禱我們。

【正文】

一、禱告應避免的事

在我們看主禱文之前，耶穌提醒我們兩件要避免的事：

(一) 要避免故意叫人看見

「你們要小心，不可將善事行在人的面前，故意叫他們看見，若是這樣，就不能得你們天父的賞賜了。」(馬太福音六：1)「你們禱告的時候，不可像那假冒為善的人，愛站在會堂裡和十字路口上禱告，故意叫人看見。我實在告訴你們，他們已經得了他們的賞賜。」(馬太福音六：5)或者換句話說，不要以別人怎麼看我們為準，過度在乎別人怎麼看我們的禱告。所以祂說：「你禱告的時候，要進你的內屋，關上門，禱告你在暗中的父；你父在暗中察看，必然報答你。」(馬太福音六：6)我們這邊大部份人的問題比較不像法利賽人或者假冒為善的人那樣，他們因為太在乎別人怎麼看，所以故意大聲地禱告，證明他們很屬靈。我們因為過度在乎別人怎麼看，就不敢在他們面前開口。當時的房屋很小的隔音並不够好，進到內屋關上門禱告，事實上，是要避免受到干擾而注意力不集中。禱告你在暗中的父，是說祂了解我們最深之處，所以我們可以把最深處向祂敞開。祂察看暗中的事情，必報答我們。我們的對向是祂，所以可以不管別人怎麼看。

(二) 不要用重複的話

「你們禱告，不可像外邦人，用許多重複話，他們以為話多了必蒙垂聽。」(馬太福音六：7)就像我在公園看到佛教徒拿著唸珠唸經一樣，以為講幾句話或者經句就可以取悅神，甚至有一點在「操作神明」。就是說，因為我這樣，你就一定要給我。或是我用這些重複的話，唸很多次這些有特別能力的話，表示了虔誠，神就會聽我的禱告。耶穌告訴我們不是這樣的，祂說：「你們不可效法他們；因為你們沒有祈求以先，你們所需用的，你們的父早已知道了。」(馬太福音六：8)做父親之後，對這個有更深的體驗。我的女兒詠恩有時候拉鍊拉不上來就會挫折、哭鬧，當父親的我可以直接過去幫她解決問題，但是我平常不是，不是因為我要虐待她或對她不耐煩，而是要教她，遇到問題的時候，她可以不用驚慌，有人可以幫助她，她可以請求我的幫助。事實上不是我不知道她需要什麼，而是我要跟她建立關係，要建立她的安全感，讓她知道遇到困難可以找爸爸媽媽。我們的天父也是這樣，不是因為祂不知道，而是祂要我們透過禱告與祂建立關係。祂要我們學習不驚慌、不害怕，而是跟主溝通說不是因為你不知道，而是我需要聽見你的聲音。我說出自己的需要，透過這個溝通，我們自己可以被造就，神也可以施恩給我。有時候透過把事情說出來，我們也可以學到很多。我自己小學考試，考到一半我看不懂題目就開始緊張，我舉手去問老師，當我開口唸出題目的時候，自己就理解了。有時候禱告也像這樣，當我們開口對神說的時候，祂有特別的方法讓我們開竅，讓我們的心可以放鬆、開始了解一些事情。所以事實上禱告不是告訴神我們需要什麼，因為祂早已知道我們的需要。用禱告跟祂溝通，是讓祂引導我們、教導我們、安慰我們、幫助我們成長，這是神給我們的寶貴禱告權利。

很可惜的，在基督教文化裡，耶穌接下來給我們所謂的這一段“主禱文”變成了這種“許多重複話”。在一些人的經驗當中，每個禮拜我們一起唸，根本心不在焉地重複唸那些話，以為會有什麼用。我保證完全沒有用，因為唸的時候心裡沒有在想那是什麼意思。耶穌教導我們，不是要我們重複這些詞句，是要我們了解這些涵義，讓這個架構成為我們禱告的架構。另外一個說重複話的危險，是我們說方言的時候。不是說方言不好，但有時候人覺得禱告不夠久、不知該說什麼，為了要更表示自己熱忱，就說方言讓禱告好像比較久、比較滿，這不是方言的作用。方言的作用是內心深處無法用言語表達的時候，我們的熱忱可以藉這個方式湧流出來，讓聖靈可以幫助我們，聖靈可以用說不出來的嘆息替我們代求。但如果只是為了大聲或禱告比較長，方言這時就變成我們不要用的“許多重複話”的方法。

神已經知道我們的需要，祂也不看我們禱告的長短。祂看我們的心，祂要跟我們溝通，祂要透過禱告跟我們互動，幫助我們了解祂的心意，幫助我們看見祂為我們預備的道路，讓我們接受祂的安慰。有了這樣的了解，我們不要在乎別人怎麼看我們，也不要覺得一定要有特別的詞句，或者禱告多長。

二、主禱文的禱告架構

接下來我們要逐句思想涵義，看耶穌怎樣教我們禱告：

「我們在天上的父」

這一句放在最開頭，要明確我們禱告的對象，宣告我們與神的關係。祂是我們的父親，我們是祂的兒女。以聖經的角度來看，我們都是祂的兒子。題外話：我們都是神的兒子，包括女性，我們都是耶穌的新婦，包括男性，這兩個角色是超越性別範圍的。這是屬靈的真理，因為在重男輕女的社會，男性才能繼承遺產。但在神的家中，無論男女都一樣可以要跟耶穌建立永恆的關係。我們都是神的兒子，因此我們有特別的權利可以到祂施恩寶座前。祂是我們的父親，所以我們有需要的時候，當然可以找祂。祂是我們在天上的父親，我們的父親屬天，我們當然也是屬天的，有一點像我們的國籍一樣。我們在地上的國籍，這些國有一天會毀滅，我們在天上國籍，那個國卻是永恆的。所以這裡也告訴我們，在這地上我們是客旅、是寄居的，我們永恆的家在天上。另外，很重要的，祂說「我們」。所有信靠耶穌的人都是兄弟姐妹，因此是一起來到神的面前。這也是我們不要怕在別人面前開口禱告的另一個關鍵，正如我們在親生兄弟姐妹面前跟爸媽開口，沒什麼好怕的。

對我而言，這是感謝讚美的開頭，我會說：「主啊！感謝你賜我生命。（父親是我們生命的來源）主啊！你是我的源頭，你是全世界人的生命來源。主我感謝你！更感謝你賜我兒女的名份。我本來拒絕你，跟你斷絕這名份，活在罪惡當中。但你還是透過耶穌的犧牲，重心稱呼我為你的兒子，讓我有傳承的權利。主啊！也謝謝你讓我成為你家中的一份子，給我這麼多兄弟姐妹，我們一起屬於你。」

「願人都尊你的名為聖」

這提醒我們，祂完全聖潔、高高在上，祂是超越一切的。因此，先從我自己開始，我要尊重祂，祂是“神”，不是“人”。我們華人傳統信仰很多神明本來都是“人”，因此我們要特別注意這一點。神是一切所有的來源，萬有都是透過祂的話創造出來的，祂是神，因此我們要尊祂的名為聖，祂配得完全的尊重。因有祂的名在我們的身上，我們才叫做“基督徒”。人怎麼看我們，會影響人怎麼看神。人們看見我們的行為不好，會使人無法尊神的名為聖。這也跟十誡中的第三誡「不要妄稱耶和華你神的名」很有關係。最大的“妄稱神的名”就是我們的生活不正。透過我們的態度、生活、行為尊祂的名為聖，我們可以幫助別人尊祂的名為聖。因此我們也可以求神幫助我們，透過我們讓人尊祂的名為聖。這也跟後面幾句很有關係。

對我而言，我會說：「主啊！求你幫助我體會你的全能、你的永恆、你的神聖。主啊！求你幫助我因為看見你這樣的榮美，我就尊重你。主啊！求你幫助我活出一個聖潔的生活，好讓別人看見我，自然而然就尊你的名為聖。」

「願你的國降臨」

「願你的國降臨」和「願你的旨意行在地上，如同行在天上」其實是相扣的，我把它們分開來講是有原因的。「願你的國降臨」有一點是說一個基本架構、價值觀、看法及文化。對於手機，我們會比較傾向支持 htc 這個品牌，因為它是台灣公司。或者說，無論王建民在哪個球隊，我們就會希望那個球隊贏，因為他是台灣人。另一方面，

如果有客人來，我們會特別熱情的招待，在美國的人就不會這樣。反過來，台灣的老師相對來說比較不會特別注意學生的創意、獨立，但在美國老師可能會非常看重。就是文化，你看重什麼？重視什麼？你是哪一國就會影響你的看法。所以，願你的國降臨，是要神的價值觀、看事情的角度和態度進到自己的生活中。這些進入到我們家庭、社區、職場、教會，神的國降臨在我們當中。羅馬書 12:2 教我們不要效法世界，我們反而要心意更新變化。我們看世界的眼光要跟世人不一樣，因為我們是屬天國，遠遠超過我們屬於地上任何國家。叫你們察驗何為 神的善良、純全、可喜悅的旨意。想想看你怎樣需要你的價值觀、你的看法更像天國的想法。或者你的家庭，我們的教會、國家、社會，哪裡更需要神的價值觀、看法、做法？這可以成為我們的禱告，願你的國降臨，願你的整個架構、整個文化降臨在我們的生活當中。

「願你的旨意行在地上，如同行在天上」

這裡要先解除一個常見的誤解。我聽到蠻多人為別人禱告說：「主啊！某某弟兄/姊妹生病了，願你的旨意行在地上如同行在天上，願你按你的旨意來待他們。」聖經給我們的教導不是這樣。神會成就祂的旨意，但我們的禱告，是跟神說我們希望什麼、希望看到什麼，我們要向祂求。最明顯的例子，撒母耳記下 11 章，大衛和拔示巴犯姦淫，發現拔示巴懷孕後，把拔示巴的丈夫從前線召回企圖掩飾罪行，不成功後就設法害死拔示巴的丈夫。這事之後，先知拿單就來對大衛說，大衛和拔示巴所生的這孩子會死。從聽到直到孩子死去，大衛禁食不斷的禱告，求神憐憫這個孩子。聖經說，大衛是合神心意的人，詩篇裡許多非常好的禱告都是出自他之手。神已經說孩子會死了，他為什麼還在那裡一直禱告呢？在別處大衛曾經說過，因為他知道神是憐憫的，雖然祂說孩子會死，但或許祂會憐憫恩待，只要還有機會的時候，我就繼續禱告。(撒母耳記下 12:22) 另一個例子是耶穌在客西馬尼園禱告說：「……不要照我的意思，只要照你的意思。」但在那之前，祂就是禱告明知是違反上帝旨意的事情，而且是迫切地禱告，最後，祂將結果交給神。弟兄姊妹，我們可以這樣禱告，求神再給我們另外一個機會、另一個選擇。

願你的旨意行在地上，如同行在天上，不是一個放手不管的禱告。而是當我們迫切向神祈求之後，還是把結果交在祂的手中，相信祂的作為。當臣僕發現孩子死了的時候，不敢跟大衛講，因為他們看見大衛那樣迫切的禁食禱告，怕他會有不好的念頭。大衛知道之後，就起來洗頭整理儀容，恢復正常的生活。他們覺得奇怪，孩子還活著的時候你就禁食禱告，現在過世了你反而沒有特別難過。大衛說：「還有機會的時候我要求神，現在神已行了祂的旨意，我相信祂的恩典、祂的旨意，我就繼續順服祂。」大衛這裡給我們非常好的榜樣。

聖經裡面好多地方告訴我們祂的旨意是什麼，例如以弗所書第 5 章關於愛的教導我們都知道，我們就是要為這些事情禱告。神的旨意是願人人得救，不願任何人沉淪，我們也可以用這來禱告，願我們的親人悔改得救。因為地上有很多罪，我們要禱告不要讓那些罪再發生，願神的旨意行在地上，如同行在天上。我們可以為那些君王、在位的人禱告，為我們的領袖、我們的國家禱告，讓我們可以敬虔、端正、平安的服事，

在地上度日。神的旨意要怎樣行在地上？貧窮的人不要被虐待，審判要公平的對待，我們可以為這些事情禱告，這是神的旨意。現在在你生活範圍裡，這句話有什麼意義，可以成為你的禱告。

「我們日用的飲食，今日賜給我們」

耶穌教導我們，在開口講我們自己的需要之前，有很多先前的事情，祂的身份、我們和祂的關係，我們對祂的認知、我們對祂的尊重、我們整個價值觀、祂的旨意，我們禱告了這些之後，我們才準確了解自己的需要事什麼。如果我們沒有先了解這些，很多時候我們為自己求的，反而是妄求的。有了前面這些讚美和祈求，我們才進到為自己禱告。在這邊又看到「我們」而不是「我」。我們是一個家庭，都是神的兒女。我們是一個身體。禱告這些需要的時候，不只是為「我」而是為「我們」。我們要看見彼此的需要，在禱告當中彼此扶持、彼此代求。而且，這裡祂說是「日用的飲食」，

如舊約在曠野，神賜嗎哪給他們吃。如果他們一天收了超過那天需要的量，那多出的嗎哪就會發臭壞掉。不是說我們不應該為未來做準備，而是提醒我們不要太擔心將來的事情。該做的策劃、準備應該做，但是禱告只要求神滿足現在的需要，求神供應今天真實的需要，明天可以再禱告求明天的需要。在馬太福音(第六章)記著耶穌說：「一天的難處一天當就夠了」，不需把未來的事扛在肩上成為過重的重擔。我們都記得馬太福音耶穌接著說：「你們看那天上的飛鳥，也不種，也不收，也不積蓄在倉裡……」我們這些人很喜歡“積蓄在倉裡”，當然該有的準備還是要有，但祂說神一天一天會供應我們，事實上這是養成我們向神的仰賴。你們不要向神禱告求主讓你這一年的業績責任在上半年就做完，或者我們常常會想得更遠，其實是不需要的。我們可以說：「主啊！求祢祝福我今天做的工作（我今天讀的書、我今天經營跟家人的關係……等等），求祢祝福我今天需要的。」「我今天會面臨這個客戶，我需要祢幫助。」「我今天要準備這個考試，求祢幫助。」「我今天跟某個親戚有緊張的關係，求祢幫助。」

另外，耶穌對飲食這個詞有些不同的教導。當撒旦在試探祂的時候，耶穌說：「人活著，不是單靠食物，乃是靠神口裡所出的一切話。」(馬太福音 4:4)所以這邊也是在題醒我們也要求神把祂的話語賜給我們。光是讀聖經還不夠，祂需將那些賜給我們的話語在我們心裡動工。所以我們讀經的時後可以求神賜屬靈的糧食，供給我們今天的需要。「求祢透過我今天讀的經文對我說話，讓我聽見祢的聲音。我需要祢的養份在我生命當中，求祢賜給我。」

另外，在約翰福音 4:34，耶穌跟撒瑪利亞婦人講話的時候，門徒進城幫祂買食物回來，耶穌說祂不用了。門徒奇怪耶穌從哪裡得了食物，耶穌跟他們說：「我的食物就是遵行差我來者的旨意，做成祂的工」。所以我們的服事、為神所做的事情，也是一種食物。你有沒有這樣的經驗？當你服事神，不覺得累，反而覺得更有精神，或是，當你給出去的時候，反而覺得得到更多。耶穌的意思就是，我們為祂做事，我們才會得到所需的屬靈養份。所以，不只是看祂的話語，我們要活出來。「主啊！求祢賜祢的話語給我，而且今天求你賜我機會服事祢。無論是做探訪或教會裡的服事，只要是為神

做的事，求主今天給我機會做祢的見證。」任何一個小小的見證，就可能對人心造成很大的影響。例如，很簡單的機會，我們去餐廳吃飯，祝福那些為我們準備餐飲的人，我們一直有這樣的態度看待周圍的人，我們的存在就能怎樣影響他們，這也是做神的工。耶穌去到撒瑪利亞的井邊，其實是祂先開口請婦人給祂水喝，祂就是做在神的工。所以我們禱告求神幫助我們今天看見祂要我們做的工。

「免我們的債，如同我們免了人的債」

耶穌把這放在禱告中是要提醒我們兩件事：1.我今天有哪些事要向神認罪，需要祂的饒恕；2.今天就有別人得罪我，而我需要饒恕他。我今天需要神的饒恕，今天別人也需要我的饒恕。

「不叫我們遇見試探」

平常你在那裡受試探？你的弱點在哪裡？是不是工作偷懶、講人的閒話、上網看不該看的東西……？我們每個人經常會遇見一些試探，求主叫我們不遇見試探，意思是提出來求主幫助你抵擋、躲開，可以成長、克制、勝過。天天也都有我們意想不到的事情會來試探我們，也求神幫住我們有足夠的謹慎、成熟，可以來抵擋這些事。

「救我們脫離兇惡」

如果我們誠實，每個人自己會發現心裡面有邪惡的念頭、不好的習慣想法，我們要求神救我們脫離我們自己裡面的邪惡。這一句也可以翻譯成：「救我們脫離那惡者」，這提醒我們，我們並不是與屬血氣的爭戰，而是跟那些在屬靈界掌權的爭戰。這也提醒我們，就算我們受人的逼迫，我們爭戰的對象不是那個人，而是背後那惡者的能力。所以我們求神救我們脫離那惡者的攻擊，要在靈裡面跟那些邪惡的權威爭戰。耶穌已經為我們贏了這個勝仗，但是我們要實行在我們的生活當中，求神救我們脫離這些。

「因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。阿們！」

這個部份可能不是在最早的手稿裡面，但它完全是個事實，而且在這個地方再次提醒說國度、權柄、榮耀全是祂的，這很重要。當我們面臨惡者的攻擊，的確需要提醒說“牠不是神的競爭對手，牠是神容忍的，但牠是完全在神的掌控之下，是完全被鎖住在神容忍牠的範圍之內。神的能力是完全的，國度、權柄、榮耀全是祂的。

【結論】

最後，耶穌發現有一點我們很有困難，需要再提醒我們。剛才說「免我們的債，如同我們免了人的債」，為什麼呢？因為「你們饒恕人的過犯，你們的天父也必饒恕你們的過犯；你們不饒恕人的過犯，你們的天父也必不饒恕你們的過犯。」(馬太福音 6:14-15) 每次看到這裡，我就很害怕，因為我不容易饒恕別人，但是我非常清楚我需要神的饒恕。所以這也是一個求告：「主啊！我需要你的饒恕，所以求你賜我能力能饒恕這個人」我發現有一點給我非常大的幫助，就是，那個人無論得罪我什麼事情，耶穌在十字架上已經買單了。祂的寶血足夠饒恕一切的罪，無論他們虧欠了我們什麼。這不是說要繼續讓他傷害我們，重點是我們要知道，那個罪耶穌已經買單了，我如果不饒恕那個人，就表示我輕看耶穌的寶血，就表示我不相信耶穌已經買單了。在馬太福音 18 章耶穌講了一個比喻，有一個僕人欠了主人很多債，完全沒辦法還。他哀求主人，主人就免了這個人的債。他從主人家出來之後，看見另一個欠他債的人，金額不多，過一段時間應該可以還的。他就逼著那人還他。主人聽見了非常傷心，就處罰他，把他下到監牢裡，說：「等你完全還了那個還不完的債才可以出來！」這就是一個永恆的審判。

弟兄姊妹，神已經免了我們的債，遠遠超過任何人可以欠我們的。耶穌已經為那傷害得罪我們的人買單了，那件事情你也不用一直擔在自己的心上。你可以釋放，可以交給耶穌，祂已經解決了、已經付清了，老早在十字架上祂已經擔當了。我們不要一直背在身上苦待自己，求主幫助我們。

我要提醒大家，不是每一次都要用主禱文的架構來禱告。謝飯的時候、需要停車位求神幫助你找到，可以有很多臨時的禱告，不需要這麼豐富。但是神這邊給我們一個寶貴的方向、一個基本架構，無論面臨什麼事情，我們先從認出神是誰？我們跟祂的關係是什麼？我們跟彼此的關係是什麼？我們真正的身份在天上。我們尊重祂，也願一切的人也尊重祂。我們自己的思想調整成天國的文化、天國的看法。我們求祂的旨意行在地上如同行在天上。接下來，我們求祂滿足我們現在最真實的需要，無論是物質上、屬靈上的，求神滿足。也求神赦免我們，因為我們今天得罪了祂，今天別人也需要我們來饒恕。我們今天也會面臨試探，我們知道的一些事情可以先求神幫助我們，我們不知道的也可以求神幫助。也可以求神加添我們力量，救我們脫離那惡者的一切攻擊。因為國度、權柄、榮耀全是祂的，直到永遠。✠

基督教台灣信義會台北蒙恩堂

地點：臺北市松山區光復南路 32 巷 3 號

傳道人：鄭文選牧師

網址：[http:// www.gnglc.org.tw](http://www.gnglc.org.tw)

電話：(02)2570-0564 傳真：(02)2570-0565 E-mail：gngchurch@so-net.net.tw