



探索丛书

# 耶稣的 祷告蓝图

—主祷文—

罗宾森博士



# 耶稣的祷告蓝图

---

我们与上帝的关系往往存在着一些重大问题，其中之一是我们自以为可以用自己的方式信靠上帝。我们的祷告往往掩盖不住这种以自我为中心的祷告模式。很多人会祷告，但只有少数人会用上帝的的方式祷告。

这本小册子讨论如何用上帝悦纳的方式祷告。主祷文是每个基督徒耳熟能详的经文，也经常被引用，但很少人能真正了解个中精意。这本小册子的作者是美国丹佛神学院前院长哈顿·罗宾逊（Haddon Robinson）。他的教导一针见血地解开读者的困惑，展现耶稣所赐给我们，在两千多年后的今天依然非常适用的祷告蓝图。

狄马汀（Mart DeHaan）

---

## 目录

---

耶稣的祷告蓝图.....	2
上帝的父性.....	5
上帝的神性.....	7
上帝的计划.....	10
上帝的目的.....	13
上帝的供应.....	16
上帝的赦免.....	19
上帝的保护.....	22
上帝的尊荣.....	25
我们为何要祷告？.....	28
使用祷告蓝图.....	30

# 耶稣的祷告蓝图

**我**十分佩服有些人能够把祷告放在生命中的重要位置。老实说，祷告对我而言是难度极高的一种生命操练。在不同的时期，我会感到祷告紧绷、乏味、受挫，甚至困惑。多年来，我只能维持一种断续而非持续的扎实祷告生活。偶尔以为自己摸到了祷告的窍门，后来却发现完全不是那回事。根据我以往的经验，一个人不能仅仅「说出」祷告。真正的祷告名副其实是一件又深又难的学问。

我不得不承认我一辈子都在祷告中挣扎。综观耶稣的一生，祷告才是祂主要的工作，而事工只不过是主要工作的「奖赏」。我一直以为祷告只是战争前的准备，但是对主耶稣而言，祷告本身就是战争。耶稣祷告后全力展开祂的传道工作，像个荣誉学生去拿取荣誉奖状，或像个马拉松选手全力跑毕全程然后摘金一样。

耶稣是在什么地方流下如血滴般的汗水？不是在彼拉多的庭院里，也不是在前往各各他的路上，而是在客西马尼园！耶稣在那里大声哀哭、流泪祷告，恳求那能救祂免死的主（希伯来书5章7节）。

假如当时我在耶稣身旁目睹祂挣扎的过程，我会替耶稣的未来感到忧心。我也可能会问：「当危机真正来临时，祂会如何面对？祂为什么不能像那三个呼呼大睡的门徒一样，坦然面对这个无法避免的苦难？」然而，当试炼真正来临时，耶稣毫无惧色步向十字架，那三个

门徒反而却逃之夭夭。

---

综观耶稣的一生，祷告才是祂主要的工作，而事工只不过是主要工作的「奖赏」。

---

路加福音11章记载，当耶稣祷告完后，有位门徒说：「求主教导我们祷告，像约翰教导他的门徒。」这位门徒提出的请求有两个重点值得我们注意。首先，施洗约翰门徒训练课程的其中一项就是如何祷告。其次，这是耶稣的门徒对耶稣的请求，他们跟随耶稣已超过两年。耶稣讲道或传道时，他们常坐在第一排。他们虽亲眼见过耶稣所行的神迹，然而，他们却从来没有把耶稣带到一旁，向祂说：「求主教导我们讲道！」或「求主教导我们如何牧养！」他们到祂面前仅说：「求主教导我们如何祷告！」

我们总会请教「专家」给予我们最好的建议。比方说，我们会请教成功的银行家如何投资；知名学者如何做研究；职业高尔夫球员推杆的窍门。耶稣的门徒则请教耶稣：「求主教导我们如何祷告！」

祷告是主耶稣事工的核心，祂希望门徒也同样以祷告为重，因此主耶稣使用信徒通称的「主祷文」来回应祂的门徒。不过，事实上「主祷文」是被误称的，因为主耶稣不可能以此作为祂个人的祷告文。身为无罪之上帝之子，祂不可能做出跟我们一样的请求：「赦免我

们的罪。」或许这个祷告文应该以「门徒的祷文」命名更贴切，因为它本来就是入门秘笈，教导我们如何祷告。「主祷文」引导我们祷告的模式，就像引导牧师证道的大纲，或像引导工程师建造房屋的蓝图，在我们的人生旅途中提供指引！

路加所写的主祷文一开始便以「父啊」来称呼上帝，随后大致可分为两部分。首先，我们跟天父所祷告的内容应该关系到天父的属性、祂的计划和祂的目的：「尊祢的名为圣」、「祢的国降临」、「祢的旨意行在地上，如同行在天上」。然后，我们向天父提到祂的子民、他们所需要的供应、赦免和保护：「我们日用的饮食，天天赐给我们」、「赦免我们的罪，因为我们也赦免凡亏欠我们的人」、「不叫我们遇见试探」。

---

耶稣不可能以此作为祂个人的祷告文。身为无罪的上帝之子，祂不可能做出跟我们一样的请求：「赦免我们的罪。」

---

虽然我还没上完「祷告学校」的课程，但耶稣的「主祷文」模式已调整了我的祷告生活。也许，你在这门课上已取得高分；但如果还没有的话，或许你能从这本小册子里摘取一些祷告秘诀。

## 上帝的父性——「我们的天父」

首先，我们应当知道我们祷告的对象是谁。根据耶稣的教导，当我们向创造宇宙万物的上帝祷告时，我们可以称呼上帝为「天父」。「天父」这两个字可说是整个基督教信仰的精要，这也给哲学家雷辛（Lessing）所提出「宇宙是友善的吗？」的问题提供了答案。当基督徒在上帝面前谦卑地降服，并称呼祂为天父时，他们是在承认宇宙中心，不单有至高至终的权柄，还有至高至深的爱！

然而，不是每个人都可以称呼上帝为天父。耶稣如此教导我们，乃是因为唯有祂能保证我们可以与上帝建立关系，成为上帝家中的一分子。上帝成了我们的父，而我们则成为祂的儿女。

有些人抱持着一种观念，即「上帝为众人之父，众人皆为兄弟」，但是圣经并没有如此的教导。当然，由于上帝是万物的造物主，因此我们可以说都是「上帝所生的」（使徒行传17章29节）。然而，被造者与造物主之间的关系并不等同于父亲与儿子的关系。唯有藉着与耶稣基督建立关系，我们才能与上帝建立父子关系。正如约翰福音1章12节所说：

凡接待祂的，就是信祂名的人，祂就赐他们权柄，作上帝的儿女。

能称呼上帝为天父，是一个无与伦比的特权，然而，我们常会把这个「特权」看成是理所当然的。旧约

中，上帝的子民并不个别称呼上帝为天父。以「天父」作为对上帝的称呼在旧约时代非常少见，就算有，也常用来表达上帝与整个以色列民族的关系。据我们所知，旧约中一些举足轻重的圣徒，如亚伯拉罕、约瑟、摩西、大卫、但以理，从不敢在宁静密室跪下祷告时，称呼上帝为「天父」。然而，这个用词在新约中至少出现275次，我们常被教导要这样来称呼上帝。因着耶稣的死与复活，当我们来到宇宙的至高者面前时，我们可以很自然地称呼上帝为「天父」！

---

因着耶稣的死与复活，当我们来到宇宙的至高者面前时，我们可以很自然地称呼上帝为「天父」！

---

主祷文中提到「我们在天上的父」，不仅表明我们与天父之间有着亲密的关系，同时也表明我们来到上帝面前，祷告时应存的敬畏。主耶稣是要指出，我们所亲近的这位天父是统管天上、满有能力和权柄的上帝。

对于早期的犹太基督徒，要求他们敬畏上帝，要比要求他们了解自己与上帝有着亲密的关系来得更容易。不幸的是，时至今日，钟摆又摆到了另一个极端：上帝可以具有各种意义，却万万不能使人生发敬畏。我无法想像诗篇作者会这样说：「也许我不知道答案，但我却知道谁可以解答。」我也无法想像圣经中的男女会以



「那位在上面的大人」来称呼上帝。当我们称呼上帝为天父时，并不表示上帝是一个很大且能让人拥抱的「泰迪熊」。祂不是宠物玩具。

---

我们来到上帝面前祷告时，圣经提醒我们与上帝保持既亲密又敬畏的两种不同关系。

---

我们来到上帝面前祷告时，圣经提醒我们与上帝保持既亲密又敬畏的两种不同关系。希伯来书4章16节写得好：

我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠。

事实上，我们来到上帝的宝座前，本当存着敬畏的心。然而，这也是个充满恩典的宝座，所以容许人们亲近。因为有主耶稣基督的缘故，尊贵全能的上帝让我们能藉着祷告来亲近祂，并且称呼祂为「天父」！

## 上帝的神性——「愿人都尊祢的名为圣」

耶稣教导我们如此祷告：「我们在天上的父：愿人都尊祢的名为圣」（路加福音11章2节）。希伯来人是个很看重名字的民族。父母为儿女取名的时候，并不是考虑这个名字的缩写在行李牌上是否抢眼；当然也不是为了以此纪念他们的叔叔或阿姨。父母为儿女取名的时候，都希望这个名字能包涵儿女生命的品格特质，希望

他们的性格能与名字所附带的期盼吻合。

早期美国的清教徒也是这样，他们为女儿取名为沉默、慈善、希望、爱和耐心，希望孩子长大后人如其名。我们在新约里也可以看到这种做法。当面临危机时，一个人的生命或看法会转变，这个人的名字也随之更改。当彼得最初被耶稣选召时，他的名字叫「西门」。西门是一个摇摆不定、不可靠的人。后来，耶稣改称他为「彼得」，彼得这两个字是「岩石」的意思。耶稣为彼得改了名字之后，他花了好一段时间才活出与名字相称的言行，从而使流沙变为岩石。

改名的做法在近代屡见不鲜。当波兰枢机主教成为教宗时，他希望能效法几位前任教宗（约翰二十三世、保禄六世、约翰保禄一世）的美德，所以将名字改成约翰保禄二世。他改名字是因为他想成为那类型的人。

诗篇9篇10节提到：「认识祢名的人要倚靠祢。」这话并非表示，任何人只要会「说出」上帝的名字，就会倚靠上帝。这乃是表示，认识上帝的神性以及权柄的人，才会倚靠上帝。因此，当我们祷告「愿人都尊祢的名为圣」时，我们应看重的是上帝的神性，以及上帝本身的位格；当我们说「尊祢的名为圣」时，「为圣」这两个字的意思是「予以洁净」、「予以分别」、「予以独特」；它的反义则是「予以污秽」、「予以羞辱」、「予以污蔑」。当我们说「愿人都尊祢的名为圣」时，我们乃是祷告上帝可以成为我们的上帝，我们能在祷告

中专一尊崇上帝。

---

我们所采用的各种祷告方式，往往说明了我们  
我们对上帝的认识极度肤浅。

---

有时我们的祷告常出现一种极度侮辱扭曲的状态。祷告时，我们常把上帝当成是聋子，以为要大声喊叫，上帝才能听见；或以为上帝是无知的，须细心解释才能让祂明白；或认为上帝是硬心肠的，须诱使祂才会回应我们的祷告。我们所采用的各种祷告方式，往往说明了我们  
我们对上帝的认识极度肤浅。

有时候，我们的祷告显示出我们把地上的名看得比上帝的名还重要。我们很可能会更尊重雇主、教授、我们所爱的人、朋友或政府官员，胜过我们在天上的上帝。我们对地上的受造之物所生的敬畏和崇敬之情，可能超过我们所要祷告的上帝。

主祷文是祷告的典范，它涵盖了所有祷告的范畴。抑长抑短，我们祷告的范围绝不该超出主祷文所涵盖的范畴。我们常祈求上帝帮助我们提升灵命深度及重视灵修，但主祷文所祈求的完全与个人成圣的事情无关。灵命成长的第一步并不是先祈求内在的感受或改变，而是让上帝能真实地成为我们生命中的主！属灵生命的焦点不是个人经验，而是上帝。

---

福音的精髓是世界各地的人都尊崇主名，愿意让上帝成为他们生命的救主。

---

我们务要圣洁，像上帝圣洁一样。当我们愿意让上帝在我们生命中完全作主——不管是个人、家庭、工作或休闲——我们的属灵生命就由此开始成长，上帝也使我们分别为圣。

定睛专注于上帝不仅适用于个人的内在生命，在为他人祷告时也适合。我们不该只求上帝使人脱离罪的捆绑，更要祈求人能够认识上帝。传福音的终极目标不只是使人归向主，也要让那些羞辱上帝名字的人，能够真正认识到上帝是圣洁、满有恩典和公义。唯有了解之后，他们才会尊崇主的名。福音的精髓是世界各地的人都尊崇主名，愿意让上帝成为他们生命的救主。

## 上帝的计划——「愿祢的国降临」

在主祷文中，我们向天父所祈求的第二件事，仍然与慈爱的上帝有关，而上帝的计划也包括在其中。主祷文中，第二件祈求的事项是「愿祢的国降临」。耶稣是指祂的拯救将要临到全地。综览整本圣经，经文都指向救主耶稣基督的再来，并以公义统治全地。而这个原来属世界的国度，将成为属我们上帝和救主耶稣基督的国度（启示录11章15节）。

---

圣经经文都指向救主耶稣基督的再来，并以公义统治全地。

---

这种上帝统治全地的观点，也正是我们历史的基本观点。史学家约瑟夫·威提（Joseph Wittig）指出，撰写一个人的传记，应当以他的死亡作为起始，而非以他的出生。他强调，要衡量一个人生命的贡献，不是看他如何开始，而是看他如何结束。我们也当以这种观点来看历史。你或许会问，历史的走向会是如何？历史是个轮子，不停在空中打转而始终碰不着地？还是一次又一次地重复，漫无方向，最后落得一场空？有些人把历史当成是由白痴讲述的故事，就像疯人院里墙壁上的涂鸦。英国历史学家爱德华·吉本（Edward Gibbon）认为历史「只不过是一堆关于人类的罪行、愚昧事情以及不幸的记录而已」。美国汽车大王亨利·福特（Henry Ford）认为历史不过是「一堆假话」。美国文学家爱默生（Ralph Waldo Emerson）则轻蔑地说：「历史只不过是少数伟人的传记罢了。」

然而，从圣经的角度来看，历史就是在记述「上帝的作为」，而且历史正走向耶稣基督再来的那日。圣经预言：到了那一天，天上的天使与地上被救赎的百姓将一同歌唱。在我们前面，有一曙光照耀着，时代越是黑暗，那光越显得明亮。

---

从圣经的角度来看，历史就是在记述「上帝的作为」，而且历史正走向耶稣基督再来的那日。

---

所以当我们祷告「愿祢的国度降临」时，我们所期盼的就是旧约圣经中预言的：上帝的国度会在主耶稣第二次降临时建立起来。当我们如此真诚地祷告时，我们坚信到那日，这属世的国度要变成属主耶稣、属上帝的国度。我们何等热切盼望这历史高峰的降临，上帝的旨意将行在地上如同行在天上。

然而，当我们祷告「愿祢的国降临」，我们也别有所求。身处地上国度的一小部分，我们应该将自己的意愿降服于上帝的旨意之下。如果我们渴望未来基督的国度在地上建立起来（我们实在应该为这事虔诚地祷告），那么我们必须愿意放下那些占据我们生命的重要事物。我们若盼望上帝将来统治全人类，就意味着我们希望上帝现在按照祂的旨意来掌管我们的生命。

当我们祷告「愿祢的国度降临」，我们深信上帝有掌管全人类的主权，这当然也包括我们在内。除非我们真的愿意让上帝在我们的生命中完全掌权，而我们每日的生活目标是引领人归向主，降服在祂面前；否则，以上的祷告并不是出于真心。除非我们真的希望上帝在我们生命中掌权；否则，我们没有资格祷告祂也在其他人生命中掌权。

---

除非我们真的希望上帝在我们生命中掌权；否则，我们没有资格祷告祂也在其他人生命中掌权。

---

在我二十多岁的时候，常常听到一些鼓励我们渴慕基督再来的讲道。我渴望祂再来，但不要马上来。在祂来临之前，我还有其他事要做。我想结婚生子，还想建立一些事工。当这些事都完成后，祂就可以来了。最近我在思索这个问题时，心里已没有这个念头了。现在，没有任何一件事比主耶稣的再来更重要。我们的生命应以主耶稣的再来为中心，这也是我们祷告「愿祢的国降临」的真正意义。

## 上帝的目的——「上帝的旨意成就」

我们向拥有各样属性的上帝祷告，愿人「尊祂的名为圣」；为着上帝的计划祈求，愿「祂的国降临」；同时也为上帝的目的祷告，愿「祂的旨意行在地上，如同行在天上」。

我们祈求上帝的旨意能够成就，这句话成了我们祷告的基础。基本上，我们祈求上帝的旨意能够行在我们的生命中以及在这地上。然而，我们在祷告中却犯了严重的错误，本末倒置了。我们常以为，由于我们已向上帝呼求，便期望上帝能改变祂管理宇宙的方式。更糟的是，我们甚至把上帝当成神灯里面的灯神。我们只须擦

一擦神灯，许一个愿，就认为上帝会改变这世界以达成我们的心愿。

---

我们常以为，由于我们已向上帝呼求，便期望上帝能改变祂管理宇宙的方式。

---

我们必须明白我们的意愿与上帝的旨意相符合的重要性。有时候，我们为某些事情祷告，在结束时会说：「如果这是祢的旨意。」假若我们口是心非，就不该如此祷告。人们习惯在祷告结束时，补上这么一句，免得上帝一旦不按照我们的祷告成就时，我们会感到尴尬。祷告从来就不是叫上帝听从人的意思；祷告是祈求上帝的旨意能在我们的生命、家庭、事业以及我与他人的关系中得到成就，就像上帝的旨意行在天上一样。

当圣经让人一窥天堂的奥秘时，我们看到众天使准备妥当，预备执行上帝的命令。在天上，众天使都顺服上帝的旨意；宇宙所有的星系均按照上帝的设计运转。然而，只有在这三流星球、这个像肮脏网球般的地球，充满着许多悖逆的人。

---

如果我们希望上帝的旨意能够行在地上，如同行在天上的话，我们就必须对抗这世界的洪流。

---

若我们要在地上遵行上帝的旨意，如同上帝的旨意



实行在天上，我们所要面对的其实是个与上帝为敌的世界。活在一个由撒但控制的世界，我们必须知道这世界与上帝是敌对的。如果我们希望上帝的旨意能够行在地上，如同行在天上的话，我们就必须对抗这世界的洪流。当我们祷告说：「愿祢的旨意行在地上，如同行在天上」时，我们是在为朋友、家人，以至社会而如此祷告。当然更重要的是，这也是在为自己祷告。

当贝多芬的尸体在死后42年被挖掘出来时，他双手举起，紧握双拳成抵抗状。显然，埋葬他的人刻意显露他生前的姿势。贝多芬在30岁时失聪，此后又活了26年。他认为上帝使他陷入困境，因此带着怒气和忧愁郁郁而终。即使他真的祷告祈求上帝的旨意成就，也是在他十分不情愿之下祷告的。人会在怨恨上帝的同时，却又祈求祂的旨意。许多人憎恶上帝，认为上帝并没有容许他们成为自己命运的主人、灵魂的指挥官及命运的统治者。然而，我们这些称上帝为天父且与祂有亲密关系的人都知道，天父不单有公义圣洁，且有恩典慈爱。我们确信万事都互相效力，叫爱上帝的人得益处。

---

许多人憎恶上帝，认为上帝并没有容许他们成为自己命运的主人、灵魂的指挥官及命运的统治者。

---

因此，我们祷告愿人都尊祂的名为圣，祂是我们的

上帝，愿祂的国降临。万膝要跪拜，万口要承认主耶稣基督是主，祂的旨意行在地上，如同行在天上。

## 上帝的供应——「赐给我们日用的饮食」

当耶稣教我们祷告时，祂提供了一个完整的蓝图，让我们有所依循。前三项乃祈求上帝的荣耀；后三项则为我们的家庭代求。我们向天父所祈求的是关于「祢的名」、「祢的国」、「祢的旨意」，而后三项则是为自己祈求：「赐给我们」、「赦免我们」、「引导我们」。

德国神学家帝立克（Helmut Thielicke）指出，这一连串祈求可以概括我们生命的一切内容：「大事、小事，属灵或属世的事，内在、外在的事——没有一样不包括在这个祷告内。」

美国政治家阿德莱·史蒂文森（Adlai Stevenson）有句名言：「对于满足人类的需要，若仅止于了解的话，那只不过是解决了问题的一半。」或许，另一半涉及满足这些需要的能力。这两方面上帝都能做到。因为上帝知道我们的需要，而且能够真正解决我们的问题。耶稣说我们可以为自己的需要向上帝求。在为有关宇宙以及永恒的事物做了祷告后，我们也可以为短暂的需要向上帝祈求。

当主耶稣说：「赐给我们今日的饮食」，祂当然不是叫我们开车到超级市场买一个大面包回家。主乃是

说，我们为每天的需要祷告是恰当的。毕竟，我们得填饱肚子才有力量事奉上帝，遵循祂的旨意。所以，向上帝祈求一份工作，用收入购买食物都是合理的。我们购买衣服为了上班需要、上班为了赚取生活费，因此，向上帝求衣服也是恰当的。同样，为了工作的缘故，向上帝求交通工具也没错。上帝知道我们的需要，也关心我们的需要。

我们很少为着食物这类的小事去麻烦上帝。我们会坚持「不要为超级市场购物的琐事祷告！」「靠自己努力，出去赚就有！」事实上，有些牧师运用属灵的角度把主祷文中所说的「饮食」（英语直译「面包」）解释成圣餐的「饼」。毕竟这样的想法不难理解，前半段，祷告的主题是环绕着上帝的荣耀；下半段，要一下子把祷告的焦点转到一些日常生活的东西，直觉上仿佛有点世俗。

然而，主祷文所提到的「日用的饮食」，确实是指日用的饮食而已。这里所指的饮食，是那维持我们生命的食物。广义看，「饮食」可以泛指我们赖以维生的各种东西。我们的天父关心我们所列在购物清单上的每一项物品，就是我们每餐所需用的食物祂也关心。

这个祈求的重点在于日用的饮食。日用这词的真正涵义一直困扰着圣经学者多个世纪。这个词的原文在圣经中只出现过一次，圣经以外的典籍全无这种用法。几年前，一位考古学家挖掘到一张古抄本的片段，内容

包含一位家庭主妇所列的购物清单，她在所需的几项物品旁写下日用。这可能表示「足够未来一天所需」，因此这段话的翻译应该是：「今天给我们明天所需的食物。」早上祷告是为今日所需祈求；傍晚祷告则是为明日所需祈求。当然我们可以引申为：上帝会供应我们的需要，以显明祂的旨意并荣耀祂的名。

---

早上祷告是为今日所需祈求；傍晚祷告则是为明日所需祈求。

---

在我们的生活文化中，每家每户都有冰箱等冷藏设备，因此我们常常会购买多天的食物，并习惯大量贮存食物。虽然我们每天仍为丰富的饮食喃喃自语祷告，但这种祷告已变成不经意的感谢，我们会很难想到日用的衣、食都是上帝的供应。

当然，主耶稣不会希望我们为追求奢华物质而祷告，或求取一辆名贵汽车，或追逐某双意大利名牌皮鞋。祂乃是希望我们为每天生活的必需品祈求，而非奢侈品。向上帝求「面包」，而非「蛋糕」。当然，我们不须为未来的需要祷告，我们只须为足以维持今天直到明天的生活所需祷告。

此外，当我们祈求主「赐给我们日用的饮食」，我们也理当为上帝家里其他成员的需要代求。我若真能做到诚心为别人代求，就能救自己脱离自私与自我积累的

心态。如果上帝给我两块面包，而我的弟兄姐妹连一块都没有的话，我知道上帝真的回应了我们的祷告。上帝多给我的这一块，不是要我储存起来，而是要我与他人分享。

上帝不要我们为明天忧虑。我们能将微小的需要带到上帝的面前。我们可以向上帝祈求我们所需要的东西，如饮食、一件大衣或一双鞋。如果这些东西真的是我们的需要，我们的天父也同样会看重这些需要。

## 上帝的赦免——「赦免我们的罪」

表面上看来，世人并不担心自己所犯的罪。华特·侯顿（Walter Horton）在他所写的一本书《人类文化所面临的挑战》中，这样描述了人类的情境：「现代人常常会为某些事情担心，有时候甚至担心得要死。而且根据人类行为的分析可以得知，当一个人不敢正视上帝的目光时，这人一定是做了一些见不得上帝的事，以致于害怕在那件事上与上帝面对面。」有份报纸画了一幅漫画，有位心理医生对病人说：「老包，我想我知道你为什么会有罪恶感了，因为你有罪！」

---

现代人常常会为某些事情担心，有时候甚至担心得要死。——华特·侯顿（Walter Horton）

---

在我们向上帝祈求供应一切需要之后，我们向上帝

求赦免：「赦免我们的罪。」「赦免」紧随在「赏赐」之后。耶稣将两个祈求——「赐给我们日用的饮食」与「赦免我们的罪，如同我们也饶恕凡亏欠我们的人」连结在一起。如此，当我们想到所需要的饮食时，我们同样就会想到我们也需要被赦免。同时，当我们向上帝认罪时，也可思想自己怎样处理与他人的关系。

奥古斯丁（Augustine）认为这样的请求是「极糟的请求」，因为如果我们祷告：「赦免我们的罪，如同我们也饶恕凡亏欠我们的人」，但却存着不肯饶恕人的心，那我们其实是要求上帝不要赦免我们。

卫斯理（John Wesley）到美国殖民地担任宣教士时，他与当地的一位将军詹姆士·奥格尔索普（James Oglethorpe）常有磨擦。这位将军非常自傲与严苛，有一回他说：「卫斯理！我从不原谅别人。」卫斯理便回答说：「这样的话，将军，我希望你从来没有犯过罪！」

想想看，承认自己的罪可带来什么果效。如果我诚心地祈求赦免，我就不会再自视过高，进而学会放下身段，承认自己的罪。如果我能够先看清自己是一个不洁的罪人，我就会以不同的眼光来看待他人所犯的罪。若不这样，我会变得不可一世，认为自己既尊贵又高尚。如果有人胆敢冒犯像我这么公义正直的人，要我原谅他简直是不可思议的事。这便是典型的自以为义。要叫一个自以为义的人去原谅别人，简直比登天还难。这种人

的本性是不可能原谅别人的。

一个不肯原谅人的人，当他祷告说：「赦免我的罪，如同我饶恕别人的罪」时，他其实是在向上帝说：「主啊！求祢照我对付别人的方式对付我！」肯特·休斯（Kent Hughes）在研读主祷文之后，他写道：「主啊，我恳求祢，照我对付我邻舍的方式对付我。他对我忘恩负义（虽然不及于我对上帝忘恩负义的百分之一），但我绝不会原谅这不知感恩的家伙。噢，主啊！照我对付他的方式来对付我。」

又或者是这样：「她对我不好的每件小事我都铭记在心。主啊，照我对付她的方式来对付我。」

又或者是：「我等不及要向他报仇！主啊，照我对付他的方式来对付我。」

如果你认定上帝是天父，那么你就是活在这赦免的关系之中。也许你会发现要原谅那些严重伤害你的人是何等地困难，但人家冒犯你的罪相对于你得罪上帝的罪可谓微不足道，而你却祈求上帝能够原谅你。我这个罪人，怎么能够一方面奉主圣洁的名求祂原谅我，而一方面却又拒绝原谅别人呢？我们能得着上帝的赦免，并不是因为我们原谅别人。不过我们可以确信，因着懂得原谅他人，我们已经得着上帝的赦免。因为凡得蒙上帝赦罪之恩的人，比较容易原谅那些伤害他们的人。

---

当我们因主耶稣的缘故，而完全原谅那些得罪我们的人时，我们才能学习更像上帝。

---

人皆犯罪；而宽恕乃圣人之举。当我们认罪并呼求上帝的赦免时，我们才能得着上帝的恩典；当我们因主耶稣的缘故，而完全原谅那些得罪我们的人时，我们才能学习更像上帝。

## 上帝的保护——「不叫我们遇见试探」

一位年轻女孩在百货公司炫耀她身上穿的T恤，上面写着：「不要领我遇见试探，我自己会找到！」她希望吸引旁人的注意，但是这句话也发人深省：当我们祷告「不叫我们遇见试探」时，真正的含义是什么？

为什么我们需要求上帝不叫我们遇见试探？求祂让我们远离试探似乎比较合理。卡森（D. A. Carson）教授认为主耶稣是使用一种叫做间接肯定法的修辞表达方式，也就是用双重否定的方式来表示肯定。例如我说：「这可不是一件小事！」我的意思是这是件大事。当我们祷告「不叫我们遇见试探」，其实真正的意思是「让我们远离试探」。再说得明白一点，就是「不要让撒但有机会突袭我们，不要让我们掉入灵魂的仇敌所设下的陷阱」。我们体认到全能的上帝能保守我们脱离任何足以引诱我们犯罪的事物，我们的祷告就是：「如果



犯罪的机会出现在我面前时，保守我没有犯罪的意念与冲动。如果犯罪的意念不断地在我心中出现，求上帝让我没有犯罪的机会。」

老实说，我们可真不想脱离试探。有时候它确实带给人不少欢乐。有人居然打趣说：「不要抗拒试探，它可能会离开而不再回来！」试探会使人血脉澎湃，点燃幻想。如果说试探会令人感到厌恶，那根本就不是试探。偶尔我们能洞悉试探所导致毁灭性的恶果，以致我们需要呼求上帝拯救我们脱离这个捆绑。然而，一般来说，试探表面上看起来并不会很糟糕，因此我们也不介意试着跟它玩一会儿，或是调调情，之后再邀请它进驻我们的生活。所以，当我们为自己的罪祷告时，并不是试探使我们感到困扰，我们乃是希望上帝能赦免我们的不顺服所带来的后果。

---

老实说，我们可真不想脱离试探。有时候它确实带给人不少欢乐。

---

论到这段祷告文，我们并不只是祈求上帝不要使我们成为调皮捣蛋的孩子而已。撒但所作的是要产生更致命的后果。我们被各式各样，叫我们远离上帝的环境重重包围。我们胸怀大志并成功在望时，往往耐不住高举自己的名声，建立自己的王国，为能自食其力而自我吹嘘，并拒绝上帝所赐赦罪的恩典。我们灵魂的敌人也

常渴望我们远离上帝。只有上帝才能使我们认清罪的真面目。假如试探是拿着锁链要来捆绑我们，我们可能会死命抵抗。然而，试探是以鲜花和香水的诱惑出现在人前，令人无比振奋、欢呼喝彩，并打着要给人美好和幸福的旗号。试探用财富与名利贿赂我们，并以各样的富贵和无限的自由来诱惑我们。只有上帝能保守我们远离它的诱惑。

主祷文提醒我们要防避撒但的策略。多年前，帝立克如此形容战后德国的状况：「有一个黑暗、神秘，而且被咒诅的势力正支配着德国。试探的背后存在着魔鬼；谎言的背后存在着说谎者；死亡和血腥的背后存在着『起初就有的刽子手』。」

---

假如试探是拿着锁链要来捆绑我们，我们可能会死命抵抗。然而，试探以各样的富贵和无限的自由来诱惑我们。只有上帝能保守我们远离它的诱惑。

---

当我们祷告说：「救我们脱离凶恶」时，我们是要认清撒但的威力，承认自己的软弱，并祈求全能上帝的帮助。

## 上帝的尊荣——「国度、权柄、荣耀」

我们经常背诵的主祷文，最后是以得胜、赞美的欢呼作结束：「因为国度、权柄、荣耀全是祢的，直到永远，阿们！」用这句话作结束，看起来是很恰当的。然而，早期保存完好的马太福音或路加福音中，并没有记载这些字句。很明显，这些赞美的字句并非出自主耶稣教导门徒祷告文的原有部分。这句话似乎是在主后第二、三世纪才出现。

当然，祷告总要有个结尾，不然，我们祷告的结尾将会是人遭遇试探及恶者要设计陷害我们的警告。初代教会的基督徒以主祷文向天父祷告时，他们不希望祷告是以冷峻、带有威吓的字句作结束，于是他们在结尾处加上赞美的字句。

虽然这句祷词可能不是耶稣所说的，但它仍合乎圣经真理。当年，大卫王为筹建未来圣殿，在准备好各类建材后，他向上帝祷告说：

耶和華啊，尊大、能力、榮耀、強勝、  
威嚴都是祢的……國度也是祢的。（歷代志  
上29章11節）

在启示录5章13节，也有类似相同的呼应，在上帝宝座前的四活物说：

但愿頌贊、尊貴、榮耀、權勢都歸給坐  
寶座的和羔羊，直到永永遠遠！

主祷文用这句话作结尾则显得非常合宜：

因为国度、权柄、荣耀，全是祢的，直到永远。阿们！（马太福音6章13节）

但这是真的吗？国度真的是属于上帝的吗？这当然不是报纸上说的，这个世界的首都是在华盛顿、伦敦或莫斯科，而不是在天上。权柄真的属于祂吗？当然不会像库希纳拉比（Rabbi Harold Kushner）所著的书《当好人遇上坏事》所认为的：上帝虽然全然爱人，但仍有一些邪恶的事情超出祂所能控制的范围。荣耀真的属于祂吗？当然不会像建筑界、科技界的人这样自我吹嘘道：「当我们目睹这些高耸入云的顶尖建筑物，愿荣耀归与地上这些建筑界巨子。」

---

要知道，不是因为相信这些赞美的句子，我们才能向上帝祷告。相反地，当我们持续祷告时，我们才会对主祷文的结尾宣告更深信不疑。

---

要知道，不是因为相信这些赞美的句子，我们才能向上帝祷告。相反地，当我们持续祷告时，我们才会对主祷文的结尾宣告更深信不疑。当我们将上帝的国度和上帝尊名视为生命中的首要大事，金钱或其他事情便不再使我们感到惶恐不安。也只有真正体会这点以后，当我们祈求日用的饮食时，我们才能体会到，如果远离了上帝，即使填饱了肚子，心灵却仍是空虚。透过祷告，我们经历上帝真正赦免我们的罪，而非只是闭上眼睛无

视我们的悖逆；祂赐我们力量去原谅他人，并保守我们脱离撒但的陷阱。透过祷告生活，我们能够体验天父的丰富、慷慨，以及祂永不止息、超乎我们想像的一切作为，因为国度、权柄、荣耀全是祂的。

---

这些昨日的王朝，不过是今日历史的教材，以及明日考古学家的挖掘对象而已。

---

当我们见证上帝如何垂听祷告，我们不单可以尊荣上帝，也可以赞美上帝。因着祷告，我们可以凭信心瞥见上帝将如何成就祂的旨意。我们在永恒的光中祷告，以长远的眼光，我们发现，虽然恶人抵挡基督统管全地，然而上帝的国度仍在等候，如同朝阳等候乌云与黑暗的消逝。耶稣降生在马槽，最后被挂在罗马人执行死刑的十字架上所彰显的大爱，乍看之下，仿佛是脆弱且不堪一击；然而，从永恒的观点看，我们却看到那默默承受并最终得胜的大能。当世上的君王想展示自己的荣耀时，他们会举行盛大的游行。这些昨日的王朝，不过是今日历史的教材，以及明日考古学家的挖掘对象而已。

上帝的荣耀显现在这些由人类统管、渺小不堪的王朝所留下的废墟之上。当我们按照应有的法则祷告时，我们乃是确信上帝的尊贵，宣扬祂的权柄，而且透过上帝垂听我们的祷告，来彰显祂的荣耀。

# 我们为何要祷告？

面对祷告的挣扎时，一个懂得思考的人会问：「为何要祷告？」祷告的基本目的，仅是为了能从上帝那里支取一些东西而已吗？圣经告诉我们，上帝听我们祷告，并回应我们，供给我们一切所需。然而，这难道就是主耶稣所教导我们的基本目的吗？

麦乔治（George MacDonald）阐述祷告的要诀，他说：「假如上帝知道祷告是我们最需要，也是最重要的事，那会如何？假如上帝认为祷告最主要的目的是提供我们最大且永不止息的需要，就是上帝本身，那又会如何？……一个离家的小孩，可能会因饥饿而回家。即使他回家后不一定立刻有饭吃，但是，此刻他需要吃饭更甚于需要父母。与上帝契合，没有一项需要比这更大。祷告是与上帝沟通的始点，是与上帝相契合的开始，和上帝合而为一则是祷告的最终目的……我们必须先祈求而有所得，但是，上帝要我们向祂祈求的目的不是为那些较次要的需求。上帝本可以在我们祷告前先就赐予我们一切所需，然而，为了引领我们来到祂的面前，祂并没有这样做，而是让我们可以向祂祷告。」

上帝希望得着我们；祂希望与我们沟通。上帝要我们祷告的目的，并非要人乖乖地向祂祈求。祂盼望我们认识祂，而祷告就是认识祂的好方法。

---

上帝本可以在我们祷告以先就赐予我们一切所需，然而，为了引领我们来到祂的面前，祂并没有这样做，而是让我们可以向祂祷告。

---

在我两个孩子年幼时，我常与他们玩一种游戏。我将几个硬币放在手掌心里握紧，然后让他们设法扳开我的手指，好拿走硬币。我的儿女便会坐在我的大腿上，奋力地扳开我的指头好拿到钱。当他们终于拿到时，他们便欢喜大叫，并跳下来拿着手中的钱离开。其实，那几块钱实在算不得什么，我只是很喜欢他们坐在我身上玩耍。

---

上帝要我们祷告的目的，并非要人乖乖地向祂祈求。祂盼望我们认识祂。

---

当我们祷告时，我们常常专注上帝手中的礼物，却忽略了上帝的手。我们常迫切地为寻找新的工作或者重获健康而祷告。一旦得到礼物，我们会十分高兴。之后，我们似乎就跟上帝没有什么关系了。如果我们所渴慕的只是上帝手中的硬币，那么上帝的手便只是用作支付房租、医治病痛，或应急这些用途而已。一旦这些需要获得满足，我们便不再重视上帝的手了。

诚然，上帝本着自己丰盛的恩典，乐意赏赐各样好

东西给祂的儿女；然而，祂赐给我们的远远超过这一切——祂把自己也给了我们。那些只满足于上帝手中一两个小硬币的人，将错失祷告所给予的最好回报，那就是与创造宇宙万物的上帝沟通与团契。

## 使用祷告蓝图

**要**学习如何祷告，你必须祷告，每天拨出一些时间来认真祷告。耶稣给我们一个祷告的蓝图，我们能够以它作为蓝本。我们的祷告以「我们在天上的父」开始，专注思想并与宇宙中独一的真神，我们的天父对话。然后，为着天父的事情向天父祈求，为着祂的位格祈求：「愿人都尊祢的名为圣」；为着祂的计划祈求：「愿祢的国降临」；为着祂的旨意祈求：「愿祢的旨意行在地上，如同行在天上。」

之后，为我们的家庭向天父祈求，为我们日常所需祈求：「我们日用的饮食，天天赐给我们」；为上帝给予赦免祈求：「赦免我们的罪，因为我们也饶恕凡亏欠我们的人」；为上帝给予保护祈求：「不叫我们遇见试探，救我们脱离凶恶。」

如果你让这篇主祷文成为你的蓝图，你会发现它具备净化祷告的功效。你不会祈求高举自己、扩张自己的王国，或成全自己心意的事情。过着悖逆的生活却又祈求日用的饮食，就好像叛国者祈求背叛国家的力量一样。如果你不肯原谅他人，你就无法祈求上帝赦免你。



如果你常常纵容试探滋长，那你就是与求上帝让你不要遇见试探的祷告相违。

---

祷告是件困难的工作。然而，与上帝沟通对我们的属灵生命，就像呼吸对我们的肉体生命一般，不可或缺。

---

祷告是件困难的工作。然而，与上帝沟通对我们的属灵生命，就像呼吸对我们的肉体生命一般，不可或缺。

---

谨致读者：

这本小册子是从哈顿·罗宾逊先生的《耶稣谈成功生活》（What Jesus Said About Successful Living）所节录出来。哈顿·罗宾逊先生是美国丹佛神学院前任院长，也是享誉盛名的圣经教师、讲员，他曾是RBC每日广播节目「圣经研读」的主持人。



# 耶稣的祷告蓝图

*"Jesus' Blueprint For Prayer"* (HJ891)

作者：哈顿·罗宾逊 (Haddon Robinson)

译者：马长生

审稿：陈君立、林嘉宏、叶秀敏、林哲奇

设计：苏其忠、林淑美

2000年初版

2014年第二版

版权所有·请勿翻印·非卖品







**Our Daily Bread  
Ministries®**

我们的使命是让改变生命的圣经智慧，  
变得易懂、易得。

探索丛书以温和、生活化和容易理解的方式带出耶稣基督的真理，让我们知道圣经的教导适用于生活的各个层面。所有的探索丛书都是以不收费的方式提供给读者，可作为个人研经、小组查经材料或是布道工具。

若你想要与我们一同将上帝宝贵的话语分享给更多的人，可以点击以下的连结，以奉献支持探索丛书和灵命日粮事工。

我们衷心感谢许多人支持灵命日粮事工，即使是小额奉献也能聚沙成塔，帮助我们将改变生命的圣经智慧带给他人。

[点击奉献](#)