

路 11:1-4

有一次，耶穌在一個地方祈禱，祈禱完畢，他的一個門徒對他說：「主，請教我們祈禱，如同若翰教了他的門徒一樣。」耶穌對他們說：「你們祈禱時要說：父啊！願你的名被尊為聖！願你的國來臨！我們的日用糧，求你天天賜給我們！寬免我們的罪過，因為我們自己也寬免所有虧負我們的人；不要讓我們陷入誘惑。」——上主的話。

反省

耶穌的祈禱充滿吸引力，顯示他跟天父的關係，因此他的門徒也想學習「像耶穌那樣祈禱」。耶穌就以「天主經」作為祈禱的模範，教導門徒怎樣祈求。

「天主經」簡潔有力，教導我們應當先祈求天主的尊威與光榮，祈求他的國在人心裡和生命中不斷加強，直到耶穌再來時能完全實現；接下來是祈求天父賜給我們每日的需要；祈求罪過的赦免，這是維持與天主的關係所必需的，不但求天主的赦免，天主也要求我們寬赦別人；最後是祈求戰勝魔鬼的勢力。

同時，「天主經」亦確立我們與天主的關係。耶穌一開始稱天主為「父」，清楚定位人是天主的子女，他是每個人在天上的父親，這是若翰洗者或法利塞人都不敢如此教導的。我們與天主的關係情同父親與子女，是一種親密的關係，因此，祈禱並非向遙不可及的天主說話，而是如同孩子與父母之間的對話。天主好比一位關心我們、保護我們，並顧及我們溫飽的父親，他比我們自己更清楚知道自己的需要是什麼。

實踐

祈禱為基督徒來說，好像呼吸一樣重要。耶穌透過天主經教導我們，祈禱不是滿足自己的慾望，而是祈求天主的名被尊為聖，祈求他的國來臨，祈求他的旨意得以奉行；祈禱讓我們的心與天主更加親近，明白他的心意，行他所喜悅的事。當我們祈求天主的赦免時，別忘了要與人重新修和。因此，耶穌提醒我們祈禱時，要以天主為中心，一切都只是為了彰顯天主的光榮，以及天主國度的擴展，體現人的謙卑和對天主的信靠，確信天主給我們的都是最好的，是操練我們的信心。

是日金句

「求你使你僕人的心靈歡欣；上主，我向你舉起我的心靈。」（詠 86:4）

聆聽講道：<https://www.youtube.com/watch?v=whKFnczhqFY>