

# 第十二课

## 主祷文

所以，你们祷告要这样说：“我们在天上的父，愿人都尊你的名为圣。愿你的国降临。愿你的旨意行在地上，如同行在天上。我们日用的饮食，今日赐给我们。免我们的债，如同我们免了人的债。不叫我们遇见试探，救我们脱离凶恶。因为国度、权柄、荣耀，全是你的，直到永远。阿们。”[马太福音]6:9-13

### 参考经文

[诗篇]34:3, 103:20-21, 113:2-4;  
[马太福音]6:9-15, 11:25, 26:39;  
[约翰福音]11:41; [使徒行传]17:24;  
[哥林多前书]10:13, 15:24-28;  
[以弗所书]1:5; [腓立比书]4:19

### 中心主题

了解主祷文中每一句经文的真正含义。

### 课程要点

在这一课，学生可以：

1. 了解耶稣教导的主祷文；
2. 明白主祷文各部分的含义；
3. 应用主祷文祷告、赞美、敬拜上帝。

### 整装待发

学生思考自己的祷告经历。

### 同舟共济

初中组——了解自己对主祷文的认识。  
高中组——学生思考自己对主祷文的认识和自己的祷告经历。

### 拨云见日

学生明白主祷文各部分的含义。

### 慧眼识金

学生应用主祷文并思考自己的祷告内容。

### 更上一层楼

学生思考应用主祷文的意义。

### 单元三 关于祷告的其他方面

#### 教师默想

如果请你带领的这些青少年描述主祷文，你可能会听到各种各样的回答。对于常来教会的孩子来说，主祷文是他们非常熟悉的一段经文。但是，他们可能并不清楚主祷文的含义。事实上，不仅是孩子们，就连我们这些成年人，对主祷文的认识可能也并没有多深。

在[马太福音]第六章，耶稣教导门徒：“你们祷告的时候，不可像那假冒为善的人……故意叫人看见……你们祷告，不可像外邦人，用许多重复话……”（参阅[马太福音]6:5-7）耶稣的教导向我们道出了祷告的真谛：祷告不是为了让别人看见，向别人炫耀，给别人留下深刻的印象，也不是重复许多没有意义的话；祷告是真诚地寻求上帝，用心与慈爱的天父交流。我们可以在祷告中敬拜、赞美、感谢上帝，并祈求上帝看顾我们。

“主祷文”是耶稣教导门徒的一篇祷告，其中包括了三个关于上帝国度的祈求和三个关于个人需要的祈求。在准备课程时，你可以祈求上帝帮助你明白这些话语的含义。请认真思考每一节经文，体会内心的感动，想一想：为什么称上帝是“我们在天上的父”？你是否将上帝当得的敬拜、荣耀、尊贵都归给了上帝？你是否为上帝的国度在地上彰显迫切祷告？你是否渴望上帝永恒的旨意和计划能够透过你得以成就？上帝奇妙地供应你每天的饮食和日常生活所需，你对此心存感恩吗？如果你将上帝的旨意放在首位，愿意饶恕别人就像上帝饶恕我们，你的生命会有怎样的改变？你是在祈求天父帮助我们脱离撒但的权势，还是在随波逐流，静享安逸？

祈求圣灵帮助你引导孩子们，在孩子们心中做工，使他们得以明白这奇妙的真理，让耶稣在他们的生命中居首位、掌王权！

## 阶段一 整装待发

### 目标

学生思考自己的祷告经历。

### 过程

您将下面的材料写在黑板上，或复印后发给学生。将学生分组，每组三至四人。请学生完成并在小组内分享。

请选择下面一项与自己祷告经历最相似的描述，并说出理由。

- |                                   |                                     |
|-----------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 像一扇打开的窗户 | <input type="checkbox"/> 像封闭的壁橱     |
| <input type="checkbox"/> 倾听       | <input type="checkbox"/> 交谈         |
| <input type="checkbox"/> 交新朋友     | <input type="checkbox"/> 见老朋友       |
| <input type="checkbox"/> 艰难的任务    | <input type="checkbox"/> 轻松且令人愉悦的时间 |
| <input type="checkbox"/> 在内心与上帝交流 | <input type="checkbox"/> 只是外在的行为表现  |
| <input type="checkbox"/> 有规律的、持续的 | <input type="checkbox"/> 随意的、偶尔为之   |

## 阶段二 同舟共济（初中组）

### 目标

思考自己对主祷文的认识。

### 过程

您将“我和主祷文1”写在黑板上，或复印后发给学生。请学生选择与他们自己的情况相似的描述。您需要告诉学生，选择没有对错之分，只是为了帮助他们了解自己对于主祷文的认识。

### 单元三 关于祷告的其他方面

#### 我和主祷文 1

- ( ) 我从未听说过主祷文。
- ( ) 我听说过主祷文，但不知道具体内容是什么。
- ( ) 我在教会里听人们读过主祷文，但是没有记住。
- ( ) 我会背诵主祷文，但是不太明白它真正的含义。
- ( ) 我会背诵主祷文。每次背诵主祷文时，我都不断思考主祷文的含义，这对我很有意义。
- ( ) 我认为一遍遍不停复述主祷文，是件枯燥并且乏味的事情。
- ( ) 有时，我很好奇人们为什么花那么多心思研读主祷文。
- ( ) 经常复述主祷文应该没有什么坏处，或许能引起上帝的注意。
- ( ) 我认为主祷文简明扼要，但我不知道该如何将它应用到生活中。

学生们完成后，邀请学生分享他们的想法。可以请他们自愿发言，不要勉强。同时，您也可以与学生分享您以前对主祷文的认识和现在对主祷文的认识。

## 阶段二 同舟共济（高中组）

### 目标

学生思考自己对主祷文的认识和自己的祷告经历。

### 过程

您将“我和主祷文 2”写在黑板上或复印后发给学生。请学生根据自己的祷告经历选择恰当的描述。请学生单独完成，并在小组内讨论各自的祷告经历。然后，您和学生分享您自己的祷告经历，并鼓励学生在祷告中不断成长。

### 我和主祷文 2

1. 敬拜——“我们在天上的父，愿人都尊你的名为圣。”上帝是至高无上的主、宇宙万物的管理者，他创造了我们，也非常爱我们、关心我们。

在祷告中，我（常常、有时、很少、从不）赞美上帝。

2. 代祷——“愿你的国降临。愿你的旨意行在地上，如同行在天上。”我们要常常以上帝的方式看这个世界，并为世界上那些还不认识耶稣的人祷告。

在祷告中，我（常常、有时、很少、从不）为世界上还不认识耶稣的人代求。

3. 祈求——“我们日用的饮食，今日赐给我们。”我们要为每天的生活所需向上帝祷告，要承认在生活的各个方面都需要他的帮助。

在祷告中，我（常常、有时、很少、从不）为日常的生活所需向上帝祈求。

4. 饶恕——“免我们的债，如同我们免了人的债。”在生活中，有时我们受到伤害；有时我们伤害别人。因此，我们要在祷告中，祈求上帝饶恕我们，也帮助我们饶恕别人。

在祷告中，我（常常、有时、很少、从不）祈求上帝饶恕我，也帮助我饶恕别人。

5. 试探——“不叫我们遇见试探，救我们脱离凶恶。”每一位信徒都是撒但特别攻击的对象。因此，我们必须不断祷告，祈求天父帮助我们脱离撒但的权势和计谋。

在祷告中，我（常常、有时、很少、从不）祈求上帝帮助我远离并胜过试探。

## 阶段三 拨云见日：主祷文

### 目标

学生明白主祷文各部分的含义。

### 过程

下面这些问题能够帮助学生认真思考主祷文中的每一句话。请学生完成经文查考，并在空白处写出答案。

#### 我们在天上的父

1. 耶稣怎样称呼上帝？（参阅[马太福音]11:25）耶稣教导我们怎样称呼上帝？（参阅[马太福音]6:9）

### 单元三 关于祷告的其他方面

2. 当我们像耶稣那样称呼上帝时，我们与上帝是怎样的关系？
3. 为什么我们可以这样称呼上帝？（参阅[以弗所书]1:5）
4. 我们为什么称上帝为“天上的父”？（参阅[使徒行传]17:24）

#### 愿人都尊你的名为圣

5. “尊你的名为圣”是什么意思？（参阅[诗篇]34:3）
6. 我们可以怎样尊上帝的名为圣？

#### 愿你的国降临

7. “你的国”是什么意思？（是上帝亲自掌权作王的国度；上帝来到这个世界，彰显大能、荣耀和权柄，摧毁撒但的权势。）
8. 上帝的国降临时是什么样的？（参阅[哥林多前书]15:24-28）

#### 愿你的旨意行在地上，如同行在天上。

9. 上帝的旨意怎样行在天上？（参阅[诗篇]103:20-21）
10. 当上帝的旨意行在地上如同行在天上时，人们会有哪些改变？

#### 我们日用的饮食，今日赐给我们。

11. 我们可以祈求上帝供应我们什么？
12. 上帝是怎样供应我们日常生活所需的一切？（参阅[腓立比书]4:19）

#### 免我们的债

13. 我们可以用哪些词表示“免”和“债”？
14. 因着耶稣，上帝饶恕了我们所有的罪。这是否意味着我们可以任意而为？
15. 我们既然已经成为了上帝的孩子，为什么还要常常祈求上帝的饶恕？

#### 如同我们免了人的债

16. 我们常常不能够饶恕伤害我们的人。你认为我们不能饶恕别人的原因是什么？

17. 耶稣教导我们要乐于饶恕别人，请说说我们为什么要饶恕别人？（参阅[马太福音]6:14-15）

不叫我们遇见试探，救我们脱离凶恶（或作：脱离恶者）

18. 关于试探，上帝对我们有何应许？（参阅[哥林多前书]10:13）

因为国度、权柄、荣耀，全是你的，直到永远。阿们。

19. 这一句经文表明什么？（参阅[诗篇]113:2-4）

20. “阿们”是什么意思？（“阿们”的意思为“是的，的确如此”。）

完成后，您带领学生模仿主祷文的每一部分，作一个祷告。祷告时，您可以请几位志愿者轮流祷告，您也可以增加一些与主祷文各部分相关的内容，如：“慈爱的天父，我们赞美你！你的创造奇妙可畏，我们愿尊你的名为圣。”；“亲爱的上帝，感谢你供给我们每日的所需。请你帮助我们当中有需要的人，也请你帮助××的爸爸（妈妈）找到工作。”

## 阶段四 慧眼识金

### 目标

学生应用主祷文并思考自己的祷告内容。

### 问题

1. 上帝是你的天父，他已经饶恕你的罪并赐给你永生。当你向上帝祷告时，你会如何向上帝表达你的感恩？

2. 你怎样在你的生命中尊上帝的名为圣？当你想到所有的权柄、荣耀都是上帝的，这将如何改变你的祷告？

3. 在生活中，有需要你饶恕的人吗？请将这些人的名字写出来，并祈求上帝帮助你饶恕他们。同时，不要忘记祈求上帝饶恕你自己的过犯。

4. 你有过被试探而跌倒的经历吗？如果有，是在哪方面呢？你在祷告中，怎样祈求上帝帮助你远离并胜过试探？

### 单元三 关于祷告的其他方面

#### 阶段五 更上一层楼

##### 目标

学生思考应用主祷文的意义。

##### 问题

1. 主祷文可以帮助我们记住什么？可以怎样改变我们的祷告？
2. 祷告在耶稣的生活中非常重要。那么耶稣会为哪些事情祷告？（参阅[马太福音]26:39；[约翰福音]11:41）这对我们的祷告有什么帮助？