

40 days of Prayer

停下，禱告，今天與上帝結連

主禱文的每一句都代表了一個信任的關係。

我們在天上的父 -

祢是我的父親，我是祢的孩子，我信任祢的愛。

願祢的國降臨 -

祢是我的王，我是祢的臣僕，我信任祢的權柄。

願祢旨意行 -

祢是我的主，我是祢的僕人。我信任祢的智慧。

我們日用的飲食，今日賜給我們 -

祢是我的供應者，我是祢的眷屬。我信任祢的信實。

赦免我們的罪 -

祢是我的救主，我是個罪人。我信任祢的憐憫。

不叫我們遇見試探 -

祢是我的嚮導，我是朝聖者。我信任祢的指引。

救我們脫離兇惡 -

祢是我的拯救，我是被擄的。我信任祢的能力。

我們在天上的父，

願人都尊你的名為聖。願你的國降臨，願你的旨意行在地上，如同行在天上。我們日用的飲食，今日賜給我們。免我們的債，如同我們免了人的債，不叫我們遇見試探，救我們脫離兇惡。因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。阿們！

馬太福音 6:9-13 (和合本)

反思

你聽到甚麼？

當你閱讀今天的經文，上帝向你說了甚麼？

哪一個字眼或字句對你有特別意義？

你有甚麼想法？

這經文對你有何意義？你會如何應用在生活上？

你有甚麼要禱告？

請把你的想法轉成禱告。可以是感恩或讚美、可以是認罪、悔改或請求上帝幫助。你祈禱的內容由你自己來決定。現請用1分鐘寫下你回應上帝的禱告內容。

40 days of Prayer

停下，禱告，今天與上帝結連

你永遠可以信靠神會赦免你，你只需要向祂祈求。你不用排除萬難、不用繳付費用、不用罰坐、不用償還、不用乞求，也不用討價還價。當中也沒有等候期，神不會說：「先等一下，讓我看看你是否配得我的赦免。」你只需謙卑和誠實，但它會帶來極大的回報。你是立即的、無條件的、完全的、永遠的被赦免和得稱為義。得稱為義，意思就是「如同」我從來沒有犯罪。

如果我們向上帝承認自己的罪，他是信實公正的，必會赦免我們的罪，洗淨我們所有的罪。

約翰一書 1:9 (新普及譯本)

反思

你聽到甚麼？

當你閱讀今天的經文，上帝向你說了甚麼？
哪一個字眼或字句對你有特別意義？

你有甚麼想法？

這經文對你有何意義？你會如何應用在生活上？

你有甚麼要禱告？

請把你的想法轉成禱告。可以是感恩或讚美、可以是認罪、悔改或請求上帝幫助。你祈禱的內容由你自己來決定。現請用1分鐘寫下你回應上帝的禱告內容。

40 days of Prayer

停下，禱告，今天與上帝結連

神不希望你感到內疚，祂希望你自由。從內疚中得釋放的唯一方法，就是認罪。當你向神認罪，你不是將一些祂從來不知道的事告訴祂，祂只想你承認自己真的錯了。而當你這樣做，祂應許當下就赦免你，不再多問，也不再舊事重提。這就是恩典的真義。

曾經叛逆卻得到赦免、罪惡被一筆勾銷的人，多麼有福！犯罪的記錄已被上主清除、生活全然誠實的人，多麼有福！我拒絕認罪的時候，身體消瘦，終日長嗟短歎。你管教的手晝夜重壓著我，我的力量如同盛夏的水蒸發。最後，我向你承認了我所有的罪，不再隱瞞我的過犯。我對自己說：『我要向上主承認我的叛逆』，你就赦免了我！我的罪惡就無影無蹤。

詩篇 32:1-5 (新普及譯本)

反思

你聽到甚麼？

當你閱讀今天的經文，上帝向你說了甚麼？
哪一個字眼或字句對你有特別意義？

你有甚麼想法？

這經文對你有何意義？你會如何應用在生活上？

你有甚麼要禱告？

請把你的想法轉成禱告。可以是感恩或讚美、可以是認罪、悔改或請求上帝幫助。你祈禱的內容由你自己來決定。現請用1分鐘寫下你回應上帝的禱告內容。

40 days of Prayer

停下，禱告，今天與上帝結連

饒恕一個曾經傷害你的人，看來好像很不公平。但饒恕並非關乎公平，饒恕是關乎恩典。神赦免你的罪，其實也是不公平的，但祂也這樣做了。你已得著赦免，神說：「我希望你饒恕那些曾經傷害你的人，而我會給你恩典去付諸實行。」

你們反而要彼此善待，有溫柔的心，互相饒恕，正如上帝藉著基督饒恕了你們一樣。

以弗所書 4:32 (新普及譯本)

反思

你聽到甚麼？

當你閱讀今天的經文，上帝向你說了甚麼？
哪一個字眼或字句對你有特別意義？

你有甚麼想法？

這經文對你有何意義？你會如何應用在生活上？

你有甚麼要禱告？

請把你的想法轉成禱告。可以是感恩或讚美、可以是認罪、悔改或請求上帝幫助。你祈禱的內容由你自己來決定。現請用1分鐘寫下你回應上帝的禱告內容。

40 days of Prayer

停下，禱告，今天與上帝結連

每次你在腦海中重溫傷害，它就多傷害你一點點。重溫傷害只會加深痛苦，但是放開傷害和饒恕那冒犯你的人，能帶給你內心平安。每一次這個傷害重現在你的腦海，請將它帶到神面前，祈求恩典，放過那傷害你的人，並將你的傷害留在十架前。

(愛)不計較人的過犯。

哥林多前書 13:5下 (新譯本)

反思

你聽到甚麼？

當你閱讀今天的經文，上帝向你說了甚麼？
哪一個字眼或字句對你有特別意義？

你有甚麼想法？

這經文對你有何意義？你會如何應用在生活上？

你有甚麼要禱告？

請把你的想法轉成禱告。可以是感恩或讚美、可以是認罪、悔改或請求上帝幫助。你祈禱的內容由你自己來決定。現請用1分鐘寫下你回應上帝的禱告內容。

40 days of Prayer

停下，禱告，今天與上帝結連

試探不單是關乎做錯事，也關乎沒有去做對的事。世上有蓄犯之罪，也有疏忽之罪。我們的安逸，可能與我們的災禍同等危險。神將你放在世上，不是為了你的安逸；祂將你放在世上，是為了成就祂的使命。你如何服侍神？只有一個方法：透過服侍他人來服侍神，即使它帶來不便。無論你為他人做任何事，神都期待你當作是做在祂身上。

無論你們做甚麼，都要甘心樂意，就像是為主做的，而不是為人做的。要記住，你們服侍的主人是基督。

歌羅西書 3:23-24上 (新普及譯本)

反思

你聽到甚麼？

當你閱讀今天的經文，上帝向你說了甚麼？
哪一個字眼或字句對你有特別意義？

你有甚麼想法？

這經文對你有何意義？你會如何應用在生活上？

你有甚麼要禱告？

請把你的想法轉成禱告。可以是感恩或讚美、可以是認罪、悔改或請求上帝幫助。你祈禱的內容由你自己來決定。現請用1分鐘寫下你回應上帝的禱告內容。

40 days of Prayer

停下，禱告，今天與上帝結連

祈禱的最終目的是讓神得榮耀，無論結果如何。祈禱不是為了讓神依循你的看法；祈禱是為了讓你依循神的國度、能力和榮耀。當你學習尋求神的國、倚靠祂的能力、並且為祂的榮耀而活，神的祝福就會流進你的生命。

**上主啊，榮耀不歸我們，不歸我們；
因你的慈愛和信實，願一切榮耀都歸
於你的名。**

詩篇 115:1上 (新普及譯本)

反思

你聽到甚麼？

當你閱讀今天的經文，上帝向你說了甚麼？
哪一個字眼或字句對你有特別意義？

你有甚麼想法？

這經文對你有何意義？你會如何應用在生活上？

你有甚麼要禱告？

請把你的想法轉成禱告。可以是感恩或讚美、可以是認罪、悔改或請求上帝幫助。你祈禱的內容由你自己來決定。現請用1分鐘寫下你回應上帝的禱告內容。