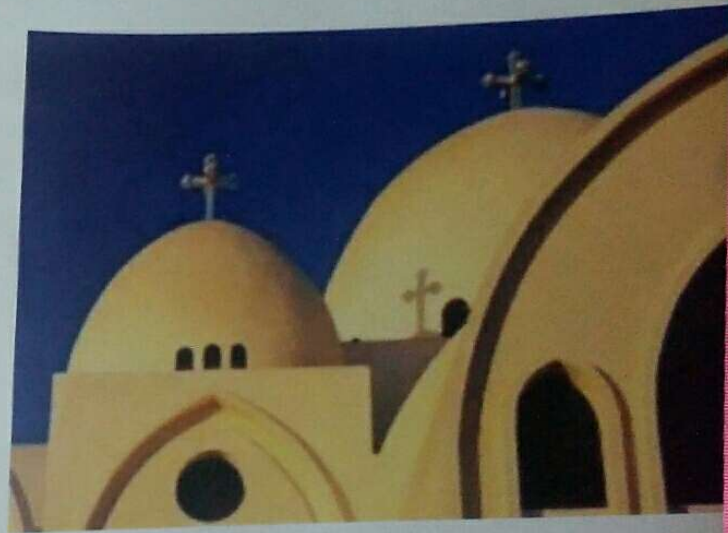


科普特教会简介

Introduction to Coptic Church



我从埃及召出我的儿子来。（何西阿书 11：1， 马太福音 2：15）

科普特教会简介

什么是科普特教会？

科普特教会在西元第一世纪时即已在埃及兴起，是很有历史传统的使徒教会，且是中东地区最大的基督徒族群。居住在埃及的科普特人约有 800 万到 1200 万人，而另有 1 至 2 百万科普特人居住在其他地方，如苏丹、美洲、欧洲和澳洲。

科普特

“科普特”一词来自希腊文的同一个资源埃及”，两者与尼罗河 aigyptos”息息相关。

东正教

希腊文“orthos”意思是直或真心，而“doxa”则是崇拜和信仰的意义。因此，东正教是一个真正信仰基督的教会。

圣家庭与埃及

圣经记载，婴儿耶稣和他的父母逃往埃及以躲避希律王的屠杀（马太福音 2: 13-21），圣马太视此为预言“从埃及召出我的儿子来”的实现（何西阿书 11: 1）。

埃及有许多地方都因圣家庭的拜访而被保存下来，埃及的基督徒对于其土地成为主的避难所感到相当自豪。也许这已是履行旧约预言“赐福给埃及——我的百姓”的开始（以赛亚书 19: 25）。

圣马可时期——西元 42 年

虽然基督教第一次传到埃及很可能是在五旬节时，由犹太人从耶路撒冷返回时所传入（使徒行传 2: 10），但建立教堂则归功于圣马可使徒，第二部福音书的作者（马太，马可，路加和约翰）。他大约在西元 42 年左右开始在埃及亚历山大一带传播福音。根据记载，因圣马可而成为埃及的第一

个信徒是一名鞋匠 Anianus。之后，Anianus 和他的全家人都受洗，而福音也开始蔓延至他的朋友和邻居。

当圣马可离开埃及继续他的传教之旅，他任命 Anianus 管理教会；西元 68 年当圣马可在亚历山大殉教时，Anianus 担任教宗。他是第 2 任教宗，而目前的教宗徐努达三世（Pope Shenud III）则是第 117 任教宗。

科普特教会的信念

科普特教会的信念被保存了近 2000 年都未改变，其特征可以由以下几点描绘出来。

The Creed 信经

科普特教会保存着传统的基督教信仰。这个信念的核心包括了正式的尼西亚大公会议信条（325AD），再加上君士坦丁堡大公会议附加的信条（381AD）。

我信唯一的天主，全能的圣父，天地万物，无论有形无形，都是祂所创造的。

我信唯一的主、耶稣基督、天主的独生子。祂在万世之前，由圣父所生。祂是出自天主的天主，出自光明的光明，出自真天主的真天主。祂是圣父所生，而非圣父所造，与圣父同性同体，万物是借着祂而造成的。祂为了我们人类，并为了我们的得救，从天降下。祂因圣神由童贞玛利亚取得肉躯，而成为人。祂在般雀比拉多执政时，为我们被钉在十字架上，受难而被埋葬。祂正如圣经所载，第三日复活了。祂升了天，坐在圣父的右边。祂还要光荣地降来，审判生者死者，祂的神国万世无疆。

我信圣神，祂是主及赋予生命者，由圣父~~所~~所共发。祂和圣父圣子，同受钦崇，同享光荣，祂曾藉先知们发言。

我信唯一、至圣、至公、从宗徒传下来的教会。我承认赦罪的圣洗，只有一个。我期待死人的复活，及来世的生命。阿门。

Apostolicity 宗徒所传

科普特教会是一个宗徒教会，它是由主耶稣的 70 位使徒之一圣马可，第二部福音书的作者所设立。他任命牧者在他离开后照顾羊群，他们又再传承下去，如此持续了近两千年。今天的科普特教宗徐努达三世则是第 117 任教宗。

教会很努力地维持如早期使徒般的生活和信念，且高度重视其古老的传统和利益，特别是代代传承下来的信念。在许多方面，东正教教会可说是最接近第一世纪时期的基督教。

使徒圣马可是新月第二部福音书的作者，亦是门徒圣彼得的亲戚，故他从圣彼得哪儿获得很多关于主耶稣的资料。他的遗体被葬于开罗的圣马可大教堂。

Tradition 圣传

圣传是以文字的方式来记录基督教的生活和实践，基督教信仰的实践在新约编制前依靠圣传很长一段时间；事实上，新约圣经本省亦是圣传的一部分。柯布特教会与罗马天主教和其他东正教之教义和实践多建立在圣传中的各种传统，且已保存了几千年；这就是为什么教会机会保有使徒时期的仪式而没有太大的改变。当然在这期间也有一些表面上的变化，例如，祈祷和利益的语言从原来的希腊文和科普特文改为现在的阿拉伯文和英文或其他语言。但是，其信念及教义是没有改变的。

Sacraments 圣礼

圣灵持续在今天的东正教徒上下功夫，特别是通过实行七个圣礼的科普特教会。圣礼的巨型是一个真实的时间，而不仅仅是一个象征。例如圣餐礼，在精神层面上会有一些实际的改变，面包与酒的圣体圣血成为基督的真正身体和血液。

七个圣礼中，前四个的圣礼被认为是每一个科普特基督徒不可或缺的，而最后三个则视情况而定。

1	受洗礼	5	婚礼
2	坚信礼/圣油礼	6	油膏病人礼
3	圣餐礼	7	圣职礼
4	忏悔与告解		

Creationism 神创论

科普特教会、我们的世界、我们的宇宙皆是上帝创造的，虽然关于如何创造仍是个开放的议题：例如教会没有坚持表面上的文字或数字，而限制了创造世界的时间是6个 24 小时的天数，且开放宇宙的起源时间可能追溯到数十亿年前。

科普特教会的实践

信用必须实现在日常生活中，否则它是一个死的信仰。科普特人的方式传达出古老的基督教信仰虽然在近代，有时也可以是很传统的，有时也根据需要做一些调整，以维持与我们今天生活的联系。

Spirituality 精神层面

科普特教会在精神层面上是藐视世俗化及物质上的吸引力，这在修道院生活中可清楚地看到。很多人你变卖财产，从物质的关注中解脱，将全心奉献给上帝，并在实践中享受牺牲。

为了这个特色，科普特人努力地过着精神优先于物质的生活，且更重要的是对天国的渴望远大于对尘世的渴望，所以是精神层面为主导的生活模式。这种态度反映日常生活中，如选择遵守工作道德、慷慨捐助、志愿帮助别人、禁食和祈祷，这些都是基本信念的反射。

这一切的背后，最重要的是人与上帝的关系。而驱使如此艰困生活的动机尝试在心中经历了上帝无限的爱，这爱满溢出来而产生了这些行动。随着时间的转变，这些行动可能成为习惯，或是无法深植内心而沦为表象。每一个科普特人奋斗一生，努力在一个名副其实的神人关系中培育和成长。以下是科普特人的基本生活理念：

Prayer 祈祷式

圣保禄告诫他的读者“不住的祷告”（贴撒罗尼迦前书 5: 17），为了努力实现这一训诫，科普特人使用各种形式的祈祷，以保持与上帝的联结。

其做法分正式和非正式的祈祷。正式的祈祷有其特定的时刻或 Agpeya，其形式是来自礼拜仪式或圣体祈祷，其中的赞美诗用的是古老的传统曲调。“Agpeya”来自科普特文“agp”，意为“小时”。Agpeya 祈祷式包含七个典型的祈祷时刻。这些时间是：

Prayer 祈祷式	Time 时间	Commemorates 象征 意涵
第一时（晨祷）	清晨起床或上午六点	主耶稣复活及新生
第三时（上午的祈祷）	上午九点	圣灵的降临
第六时（午祷）	中午十二点	主耶稣受难被钉于十字架上
第九时（下午的祈祷）	下午三点	主耶稣受难死于十字架上
第十一时（晚祷）	太阳下山或下午五点	主耶稣圣体从十字架上移下
第十二时（晚祷）	睡前或下午六点	埋葬主耶稣圣体，提醒我们自己不可避免的死亡
午夜祈祷式	午夜十二点	主耶稣在客西马尼园内的祷告及主耶稣的再次降临

每个祈祷式包含前祷，诗篇（通常为 12 篇），福音阅读，沉思祈祷，圣颂，吟诵 41 次“主啊，怜悯我们吧”（Kyrie eleison）和总结。

非正式祈祷多为自发性的祈祷，在任何情况下皆可透过祷告与上帝对话。人们可以透过这些祈祷与上帝分享每天的喜悦和奋斗、献上感谢、乞求怜悯和宽恕或向上帝乞求需要。理想情况下，我们会觉得上帝确实是“我们的生活、动作、留存，多在乎他”的那位。（宗徒大事录 17: 28）

当东正教祈祷时，总是面对东方。其象征意义是提醒我们是从伊甸园哪里跌下来的，我本向往天堂，因为经上记载伊甸园是“东方”（创世纪 2: 8），且基督再次降临，“闪电从东边发出，直照到西边”（马太福音 24: 27）。这也是太阳升起的方向，将光明和生命带入黑暗，成为寒冷世界中的曙光。主耶稣就如同我们的“太阳”，将光明和生命带进我们的黑暗灵魂中。

Bible 圣经

圣经与圣传被认为是作为基督徒的生活基础。但是科普特教会还认为，圣经是神的真道，得自圣灵的启示，所以是正确的理解和解释，是决无谬误的。为了表达对圣经的尊重，圣经不能放在地上，因为有人可能不小心踩到。而在许多教会仪式中，圣经是由神父高举在手中，或是由神父和会众虔诚地亲吻。当在读福音时，应全体起立以表达对神的话语之尊敬。

Tradition 圣传

东正教和天主教在信仰和实践上被形容为传统教会，因其立基除了圣经外，还包含了从主耶稣传给使徒，再由使徒们一代一代传下来的圣传。这与大多数新教只遵循圣经是一大对比。

事实上，圣传完成的时间远比圣经早。各部经书所记载的圣传较圣经的书写及结集成册（西元第四世纪）还早。基督教刚开始的数十年，大多基督徒只能靠圣传来引导他们。

圣传不是博物馆展品，而是活生生的信仰。东正教的核心原则永远不会改变，但圣传依时代的演变，让每一世代的人依着自己的情况来应用其原则。然而，为了防止创新及偏离核心原则的信念，教会是决定保存或去除背离于圣传的最后仲裁者。任何传统如与圣经不符，皆别教会排除在圣传外。

Fasting 禁食斋戒

禁食在旧约和新约中是一种惯例。科普特人遵从基督的话，在一年中有数次的斋戒：“新郎和陪伴之人同在的时候，陪伴之人岂能哀恸呢？但日子将到，新郎要离开他们，那时候他们就要禁食。”（马太福音 9：15）

禁食斋戒的几个目的：

- ◆ 禁食帮助人们减少对物质需求的重视，转而更注重精神上的需求。
- ◆ 它帮助我们同情在这世上没有选择，只能吃简单和廉价食品的穷人。科普特人喜欢将花费在事务上的钱存起来捐给慈善机构；在过去，庆祝节日的方式多是由富裕者盛筵款待他们不太富裕的弟兄。
- ◆ 这是一个时间自我控制的机会，可以籍此提高自我约束力，对于日常生活很有帮助。
- ◆ 禁食常常与圣经中的祈祷连结在一起（如马太福音 17：21）。在禁食斋戒时，不应该太关注俗世，应将更多的时间用来祈祷及沉思。

古文献记载，从第一世纪的基督教开始，基督徒便于星期三和星期五禁食。星期三的禁食是为了纪念基督被犹大背叛，提醒我们对主时时保持忠诚；而星期五的禁食则是纪念主耶稣基督的受难，为我们的罪付出宝血。而星期天则没有禁食斋戒，因为我们纪念基督的复活。而复活节后的五十天也没有任何形式的斋戒，因为这期间我们庆祝复活后的基督与我们同在。

“你们禁食的时候，不可像那假冒为善的人，脸上带着愁容；因为他们把脸弄得难看，故意叫人看出他们禁食。我实在告诉你们，他们已经得了他们的赏赐。你禁食的时候，要梳头洗脸，不叫人看出你禁食来。只叫你暗中的父看见；你父在暗中查看，必然报答你。”

（马太福音 6：16-18）

除了星期三和星期五的禁食外，一年中另有五个斋戒期，详列如下：

禁食斋戒名称	时间	斋戒形式	象征意涵
基督降临节	11/25 ~ 1/6(43天)	素食及海鲜	摩西禁食40天以呈接十诫，而我们则是为了迎接主耶稣的诞生。往前加了3天是为了纪念搬移 Mukattam 山的奇迹。
约拿日	四旬斋前的2个星期，星期一至三(3天)	素食	约拿在鱼腹中禁食3日后重回旱地；我们则是为了四旬斋(复活节斋戒)做准备，以迎接永生。
四旬斋	复活节前55天，星期一开始(55天)	素食	主耶稣在旷野禁食了40天才开始他的布道，我们以禁食的方式与主共享，也为自己做准备。我们往前加了7天为准备周，往后延长8天为耶稣受难周。
使徒日	圣灵降临节次日至7/12	素食及海鲜	使徒们开始布道前会禁食，我们一直禁食至圣彼得及圣保禄日。
圣母升天节	8/7 ~ 8/21 (14天)	素食及海鲜	使徒们因圣母升天而禁食2周，我们则是为了纪念天主之母而禁食。许多埃及的回教徒也因圣母之故而禁食。

Cofession 忏悔/告解

科普特教会的忏悔圣礼是自我检讨和反省后向神父告解，之后神父会为告解者祈祷赦罪。这圣礼是基督于复活后传承其使徒的，“说了这话，就向他们吹一口气，说：你们受圣灵！你们赦免谁的罪，谁的罪就赦免；你们留下谁的罪，谁的罪就留下了。”（约翰福音 20: 22~23）

科普特人一般都会选择一个神父或主教来为他们的忏悔者，通常也是他们的精神导师或顾问，虽然也可以另择他人来做咨询的角色，不一定是神父。在理想的状况下，应每个月或每两个月告解一次。忏悔和告解是领圣餐前不可少的准备动作。

Ascetism / Non-Materialism 苦行者/非物质主义者

沙漠中的修道院文化在科普特人的生活中扮演着重要的角色。除了长期的禁食外，虔诚的基督徒应独立于物质财富之外。这并不意味着富有是错误的，但千万不要被财富给拥有或奴役了。正如圣保禄所指的：“我并不是因缺乏说这话：我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了。我知道怎么处卑贱，也知道怎么处丰富；或饱足，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。”（腓立比书 4： 11~12）虔诚基督徒的知足，快乐与平静并不仰赖于金钱或财产，而是与上帝及其他人之间的关系。

Saints & Intercession 圣人及代祷

正如大多的基督徒往往会为对方祈祷，科普特教会认为这种关系对彼此的爱和祈祷并不会因某人的离世而结束。特别是那些过得非常圣洁的生命，他们非常接近神，其祈祷可能比其他人更有影响力，如圣雅各所说：“义人祈祷所发的力量是大有功效的。”（雅各书 5： 16）这概念是“说情”，或叫一个圣人代表我们求情或祈祷。一个圣人的代祷并不表示我们因此得到救恩，救赎唯有通过基督。清楚区分这两种类型的不同是很重要的。

许多科普特人与某些圣人有特别的情愫，可能是因为崇拜他们的生活方式或是美德，因而努力效仿他们。这种关系与和上帝的关系是有所区别的：我们信奉上帝，没有其他；但是我们崇敬圣人——也就是说，我们尊敬他们如同我们尊敬我们之间那些值得尊重者。

在开罗郊区 Zeitoun 的科普特教堂与 1968 年至 1970 年约两年半期间展现圣母显灵的奇迹。数百万来自不同背景的人目睹了这项圣迹：年轻人和老年人、埃及人和非埃及人、不同教派的基督徒、穆斯林和无神论者。在国际媒体的报道，埃及（穆斯林）政府和科普特教会的调查，证实此为真实的圣迹。有些人升值拍摄到圣母显灵的照片。

Clergy 圣职

科普特教会是有教宗和主教所领导，目前教宗是徐努达三世。他是为修士，未婚，其圣召始自与埃及沙漠中的修道院。所有的科普特主教其实皆选自修士，因此皆未婚。神父则可以由修士或已婚神父。

传统迎接科普特神父或主教的方式是亲吻他手上的十字架及手背。十字架是象征基督，亲吻则是表达对基督及神职人员的爱和尊重。然而有许多神父因为前辈而可能撤回他们的手。除此之外，问候主教或教宗时，传统上先屈膝跪拜（弯曲膝盖或鞠躬）以示尊重，之后在亲吻十字架。在任何情况下应先脱帽再问候，结束再戴回。

Church 教堂

科普特教堂的祭坛朝向东方设立，如此，祈祷或弥撒的进行皆面向东方。教堂建筑本身通常是十字形或长方形，后者象征诺亚方舟，正如诺亚和他的家人进了方舟而得救，而我们则是因为进入教堂而从世上的罪恶和死亡的洪流中得救。

科普特教堂是一个神圣的地方，充满了圣人、天使和基督的图腾及接连不断的祈祷。因此，我们必须学着以适当的行为方式来尊重及崇敬教会。科普特教会长在仪式中使用乳香。乳香象征性地提醒我们牺牲在十字架上的基督；乳香透过焚烧而产生美好的香气供我们享受，如同基督为我们奉献自己的生命，让我们可以获得救赎。乳香所产生的烟也是我们感到如同置身在天堂般。

领圣餐前的准备工作包括从午夜起或九个小时的禁食（食物和水）（以时间较长者为准），及忏悔并在圣餐礼仪前告解（最多两个月内）。领圣餐前一晚最好用合适的祈祷来准备自己的心灵。

在仪式进行中，有时站，有时坐或屈跪在地上。这些动作力求做的无声及崇敬。事实上，在科普特教堂内的祈祷必须力求静默，而在唱圣诗或团体祈祷时则可提高音量。带着崇敬的心进入或离开教堂。聊天则被认为是最不敬的。

在大多数教区，人们穿鞋进入教堂，但在接受圣餐时会将鞋留在自己座位下方而去领圣餐。在某些教堂和大多数修道院，人们将他们的鞋子留在起门口，无论他们是领圣餐与否。这亦是一个象征性的传统，提醒我们在迎接上帝：正如摩西与上帝在燃烧的荆棘丛相遇时，“神说：‘不要近前来。当把你脚上的鞋脱下来，因为你所站之地是圣地。’”（出埃及记 3: 5）此外，女信徒在教堂内戴着头巾以示尊重，而男信徒则不准戴帽子或任何形式的头罩；这是为了服从圣保禄在格林多前书第 11 章的指示。

在领圣餐时，神父会直接将圣体放入受领者口中，受领者会以一块小布盖住嘴巴以防止小面包屑掉在地上。而在领圣血时，神父会用一个小勺子直接将圣血送入受领者的嘴巴。

后 记

东正教会鼓励大家研读圣经，理解上帝对我们需求的承诺：因为圣经是我们的精神食粮，可以帮助我们更了解上帝。如我们在教会里所学的，试着每天依序研读圣经；读前可以向上帝祷告，祈求祂能打开我们的心及眼，去了解祂的慈爱与荣耀。如同大卫所言：“求你开我的眼睛，是我看出你律法中的奇妙（诗篇 119: 18）”。亦如撒母耳对上帝说“耶和華啊，请说，仆人敬听”般的服从看哦哦是精辟圣经内的话语（撒母耳记上 3: 9）。当我们心中常有上帝的真言，我们会了解祂对我们所有的美好旨意，且会避免得罪祂。如大卫说的：“我将你的话藏在心里，免得我得罪你。”（诗篇 119: 11）

读经时如果遇到困难或不解，请不要放弃，试着做记号及搜寻解答，想您信任的人寻求忠告。如果您需要任何协助，请与我们联系，我们很乐意协助您。

以下是圣经章节可正对不同情况来研读或祷告：

- 当您害怕恐惧时

- ◎ 惟有听从我的，必安然居住，得享安静，不怕灾祸。

（箴言 1: 33）

- ◎ 忽然来的惊恐，不要害怕；恶人遭毁灭，也不要恐惧。因为耶和華是你所依靠的；他必保守你的脚步陷入网罗。（箴言 3: 25-26）

- ◎ 小子们哪，我们相爱，不要只在言语和舌头上，总要在行为和诚实上。（约翰一书 3：18）
- ◎ 雅各啊，创造你的耶和华，以色列啊，造成你的那位，现在如此说：你不要害怕！因为我救赎了你。我曾提你的名召你，你是属我的。（以赛亚 43：1）

- 当你想寻求心灵平静时

- ◎ 耶和华必赐力量给他的百姓；耶和华必赐平安的福给他的百姓。（诗篇 29：11）
- ◎ 耶和华如此说：我要使平安延及她，好像江河，使列国的荣耀延及她，如同涨溢的何。你们要从中享受（原文作啜）：你们必蒙抱在肋旁，摇弄在膝上。（以赛亚 66：12）
- ◎ 愿那喜悦冤屈得申的（冤屈的申：原文是公义）欢呼快乐；愿他们常说：当尊耶和华为大！耶和华喜悦他的仆人平安。（诗篇 5：27）
- ◎ 我留下平安给你们、我将我的平安赐给你们。我所赐的、不像世人所赐的。你们心里不要忧愁、也不要胆怯。（约翰福音 14：27）
- ◎ 神所赐出人意外的平安、必在基督耶稣里、保守你们的心怀意念。（腓利比书 4：7）

- 当您软弱或是面临试探时可以以此向上帝祷告

- ◎ 耶和华阿，求你侧耳应允我，因我是困苦穷乏的。
主阿，诸神之中没有可比你的；你的作为也无可比。
求你向我转脸，怜恤我，将你的力量赐给仆人，救你婢女的儿子。
我在患难之日要求告你，因为你必应允我。（诗篇 86：1，8，16，7）
- ◎ 耶和华阿，求你为你的名将我救活，凭你的公义，将我从患难中领出来。（诗篇 143：11）

- 当您身在困境时

- ◎ 我将这些事告诉你们，是要叫你们在我里面有平安。在世上，你们有苦难；但你们可以放心、我已经胜了世界。（约翰福音 16：33）
- ◎ 他虽失脚也不至全身仆倒，因为耶和华用手搀扶他。（诗篇 37：24）
- ◎ 神必不丢弃完全人，也不扶助邪恶人。（约伯记 8：20）

当您需要慰藉时

- ◎ 神是我们的避难所，是我们的力量，是我们在患难中随时的帮助。（诗篇 46：1）
- ◎ 我虽行在患难中，你必将我救活。我的仇敌发怒，你必伸手抵挡他们；你的右手也必救我。（诗篇 138：7）
- ◎ 你要把你的重担卸给耶和华，他必抚养你；他永不叫义人动摇。（诗篇 55：22）
- ◎ 凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。（马太福音 11：28）
- ◎ 我将这些事告诉你们，是要叫你们在我里面有平安。在世上你们有苦难；但你们可以放心，我已经胜了世界。（约翰福音 16：33）

当你需要支持与鼓励时

- ◎ 要等候耶和华！当壮胆，坚固你的心！我再说，要等候耶和华（诗篇 27：14）
- ◎ 因为，耶和华喜爱公平，不撇弃他的圣民；他们永蒙保佑，但恶人的后裔必被剪除。（诗篇 37：28）
- ◎ 因为你是我的岩石，我的山寨；所以，求你为你名的缘故引导我，指点我。（诗篇 31：3）
- ◎ 所以你要知道耶和华——你的神，他是神，是信实的神；向爱他、守他诫命的人守约，施慈爱，直到千代。（申命记 7：9）

关于给予/付出

- ◎ 眷顾贫穷的有福了！他遭难的日子，耶和华必搭救他。耶和华必保全他，使他存活；他必在地上享福。求你不要把他交给仇敌，遂其所愿。（诗篇 41：1-2）
- ◎ 他施舍钱财，赍济贫穷；他的仁义存到永远。他的角必被高举，大有荣耀。（诗篇 112：9）
- ◎ 怜悯贫穷的，就是借给耶和华。他的善行，耶和华必偿还。（箴言 19：17）
- ◎ 眼目慈善的，就必蒙福，因他将食物分给穷人。（箴言 22：9）
- ◎ 你摆设筵席，倒要请那贫穷的、残废的、瘸腿的、瞎眼的、你就有福了！（路加福音 14：13）
- ◎ 你们要变卖所有的赍济人，为自己预备永不坏的钱囊，用不尽的财宝在天上，就是贼不能近、虫不能蛀的地方。（路加福音 12：33）

- 关于宽恕
 - ◎ 你不要说，我要以恶报恶。要等候耶和华，他必拯救你。（箴言 20: 22）
 - ◎ 这样，就可以作你们天父的儿子；因为他叫日头照好人，也照歹人；降雨给义人，也给不义的人。（马太福音 5: 45）
 - ◎ 你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯。（马太福音 6: 14）
 - ◎ 你们站着祷告的时候，若想起有人得罪你们，就当饶恕他，好叫你们在天上的父也饶恕你们的过犯。（马可福音 11: 25）
 - ◎ 所以，你的仇敌若饿了，就给他吃；若渴了，就给他喝。因为你这样行，就是把炭火堆在他的头上。（罗马书 12: 20）

- 关于希望

- ◎ 所以我告诉你们，凡你们祷告祈求的，无论是甚么，只要信是得着的，就必得着。（马可福音 11: 24）
- ◎ 我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神，因为我还要称赞他。他是我脸上的光荣（原文作帮助）、是我的神。（诗篇 42: 11）
- ◎ 是为那给你们存在天上的盼望；这盼望就是你们从前在福音真理的道上所听见的。（歌罗西书 1: 5）
- ◎ 神愿意叫他们知道，这奥秘在外邦人中有何等丰盛的荣耀，就是基督在你们心里成了有荣耀的盼望。（歌罗西书 1: 27）
- ◎ 愿颂赞归与我们主耶稣基督的父神！他曾照自己的大怜悯，借耶稣基督从死里复活，重生了我们，叫我们有活泼的盼望，（彼得前书 1: 3）