

# 新教理卷四——基督徒的祈禱

## ——教學示範

彭育申

宗旨：幫助學員認識祈禱不是許多活動之一，而是信友的整個生活；是信友在信仰宣誓中、在禮儀敬拜中、在口禱、默禱、心禱以及在生活見證中與上主的聯繫。

對象：成人（已有信仰基礎的信友或求道者）

時間：60分鐘

課前準備：標題海報、蠟燭、祈禱卡片、聖歌：「禱」

設計人：彭育申修女

### 引起興趣

我們的修會有一位很具音樂稟賦的修女，她是我們合唱時的指揮，彈得一手好吉他，也編寫了許多聖歌；她的會名是Sister Catherine Marie，一個相當長的名字。入會前這位修女的名字是Catherine，但是當她入會時，修會已有一位名叫Catherine的修女，爲了區別她們兩位，我們叫這位後入會的修女爲Sister Catherine Marie。

初學時，Sister Catherine Marie是一位容易緊張的修女；後來她向我們解釋，每當我們叫她名字時，她都感到緊張，因爲從小大家都叫她Kati，偶爾，她的父母會叫她Catherine，那是當她父母親生氣時，而當她的父母把她聖洗與堅振的聖名—Catherine

Marie一併叫出時，她知道挨打的時候到了。

別人對我們的稱呼多會隨他們與我們關係的不同而異。在兩個人開始相識時，多半是以對方的姓稱呼彼此，如李小姐，王先生。當成了朋友之後，就開始叫名字了。而當成爲知己時，兩人更會以親密的小名彼此稱呼。當一位深愛我的人呼叫我時，他呼喚的那分親切，只有那與他有密切關係的我能深深地體會。

從小，我的母親就叫我「妹妹」(ㄇㄟˋㄇㄟˋ)。做了修女後，我的母親仍叫我「妹妹」。我母親去世後一年，我再度被修會派回台灣從事福傳的工作。當我第一次聽到我嫂嫂叫我「妹妹」時，我真忍不住想哭呢！那呼喚聽起來真像我母親的呼喚，是那麼直接地觸及了我的深處，一個我心深愛的呼喚，一個我心立即響應的呼喚，那個體會讓我瞭解什麼是祈禱。

## 發揮主題

### 什麼是祈禱

祈禱是天主對我們的呼喚，以及我們對天主呼喚的回應。從起初，天主以呼喚的方式，從無有中，將人帶入這世界。因此從開始，天主的呼喚就爲人所知，也是人心靈深處所體會的最親切的呼喚。即使當人犯了罪，辨別不出呼喚的天主時，人的心仍嚮往、仍尋求時時呼喚人的上主。

所有的宗教都爲人這種響應與追求的心作證：嚮往造物主是人性上的需求。所以，祈禱的起點是天主對我們的呼喚；聽到上主的呼喚，我們的內心發出直覺的響應。天主對我們的渴望因而與我們內心對祂的渴望起了共鳴。猶如這根蠟燭（把一支六角形的蠟燭舉起），雖然是一根蠟燭，卻有許多面。祈禱也是多面的。祈禱是我們口中信仰的表達與宣誓、是我們默想時對上主的思念、是我們

心禱時對上主的愛慕、是我們崇敬上主時禮儀的慶祝，也是我們在生活中為上主作證的言行。所以，任何與上主結合的活動都是祈禱。簡單的說，祈禱是人與天主的聯繫。又如這根蠟燭的光是由蠟燭中央發射出的，祈禱發自人的內心。祈禱是天主在人心中的呼喚，以及人在內心對天主呼喚的響應；這呼喚與響應使人與天主結合。

要更確切地了解什麼是祈禱和如何祈禱，讓我們來看看舊約裡幾位祈禱的人，他們是如何密切地與天主結合。然後，我們也要看看當天父的唯一子，耶穌，來到我們中時，耶穌是如何以祂與天父的聯繫教導我們祈禱。最後，我們要看新約教會的祈禱生活。

### 舊約中的祈禱人

舊約裡第一位我們要看的祈禱的人是亞巴郎，我們的信仰之父。亞巴郎一聽到天主的召喚，就遵照天主的吩咐，立刻動身。這是祈禱：聆聽天主，當聽到天主的召喚時，立刻把天主的吩咐付諸於行動。創世紀又告訴我們，亞巴郎的信德遭受過嚴厲的考驗。天主在亞巴郎年老時，賜給了他一個兒子，可是天主卻又要亞巴郎把他唯一的獨生子獻出。亞巴郎聽從上主，願意獻出獨子。因他的信德，亞巴郎成了天父為救贖衆人不惜犧牲唯一聖子的寫照（參羅八32）。人在犯罪後，不再肖似天主了；可是聽從上主，使亞巴郎成了天父的寫照。祈禱使失去天主肖像的我們重新肖似天主。

第二位我們要看的雅各伯。雅各伯為了準備與起紛爭的哥哥——厄撒烏會晤，整夜與不肯透露自己名字的一位搏鬥，直到天明得到了祝福才作罷。我們可以把祈禱看作搏鬥，要有恆心，在得不到上主的祝福前決不罷休。

第三位我們要看的梅瑟。梅瑟在與上主密切的交往中，知道上主的心事。梅瑟知道上主渴望救贖人類。梅瑟因此與上主合作，

參與上主救世的工程。梅瑟上山聆聽上主的聖言，下山給子民傳述上主的聖言並領導子民。祈禱使梅瑟忠心執行天主賦予他的使命。在與上主密切的交往中，梅瑟認識了天主，知道上主是慈愛、是正義、是忠誠；因此，梅瑟敢在天主前為子民求情、為子民代禱。祈禱讓我們認識上主、知道上主賦予我們的使命、讓我們能忠心執行上主的使命。

第四位我們要看的是達味。達味的一生都以歌頌上主回應上主對他的召喚。當犯罪時，達味痛悔、誠心地請求上主的寬恕。

第五位我們要看的是撒羅滿。撒羅滿不但為自己祈禱，也為全體人民和後代子孫祈禱：祈求罪過的赦免、祈求上主賜予子民每日的需求、也為全世界祈禱，願天下萬邦都承認上主是唯一的真天主。

最後我們要看的是祈禱人是厄里亞和先知們。厄里亞和先知們一再地教誨人民說，祈禱不能只是一種外在的形式或表現；祈禱必須是內心的皈依；祈禱必須達到信德培育的功效。

### 耶穌教導我們祈禱

人和天主的聯繫，在天主聖子耶穌基督降生成人上達到完滿的境界。出自父，並且認識父的聖子，親自教導了我們如何祈禱。耶穌看見聖母為響應聖父救世的意願，將自己完全奉獻出來，與聖父合作。因此，成為童貞女之子的天主子，從祂母親那裡學習如何以祂的人性祈禱。耶穌在12歲時就表明祂與天父的關係超過祂與人的關係：「你們為什麼尋找我？你們不知道我必須在我父親那裡嗎？」（路二49）每當執行天父使命的決定性時刻來到時，耶穌都祈禱（谷一12~13 路六12~16 路廿三46）。耶穌常在夜晚、在偏僻處獨自祈禱；祂為眾人的得救祈禱。耶穌的祈禱常以感恩開始（瑪十一25~27 若十一41~42），也就是當所求的恩惠還沒有實現時，

祂的心已接受了天父的旨意。耶穌深知天父是慷慨的；天父才是人真正要尋求的寶藏；天主賜予了人的恩惠只是附加的贈品。從耶穌完成救贖人類使命最後時刻中的祈禱與奉獻，我們看見耶穌祈禱的深度——耶穌的祈禱與奉獻是合一的。「父啊！照你的意願成就罷！」（路廿二42）；又「父啊！我把我的靈魂交托在你手中。」（路廿三46）。

耶穌教導我們，祈禱與內心的悔改是不可分的。只有當我們願意與他人和好、願意愛我們的敵人，並為迫害我們的人祈禱時，我們才真正地能與天父結合。耶穌教導我們，祈禱時首先要求的是天國、是信德，不只是在口裡說：「主呀，主呀。」而是從內心尋求天父的旨意、願意與天父合作、在生活中承行天父的旨意，以實現天父救世的願望。當我們面對天主時，我們要有子女的心情和膽量；不論求什麼，都要相信我們已經得到了，因為對信者來說，一切都是可能的。因此，我們要像福音中那恬不知恥的朋友一樣地求（路十一5~8），要像那求情於不義判官的寡婦那樣地求（路十八1~5），也要像那稅吏般謙遜地求（路十八9~14）。我們要醒悟祈禱，才不至陷入誘惑。

最後，在回父家之前，耶穌告訴我們要因祂的名而向父求。我們若因祂的名而求，耶穌必垂允我們，為的是叫父在子身上獲得光榮（若十四13）；而且祂會把最好的賜給我們——天主聖神（路十一13）。

### 新約教會的祈禱生活

在耶穌復活後的第五十天，也就是五旬節那天，聖神降臨在等待的門徒身上。聖神幫助門徒回憶耶穌所說的一切，並培育教會的祈禱生活。在聖神的帶領中，教會學習祝福並崇敬天主；教會學習如何祈求：先祈求天主寬恕我們的罪過，接著祈求天國的來臨，以

## 複習與結論

以「禱」這首歌向上主獻上我們的身心，結束今天的聚會。

（教理傳授人可參考新教理第四部分——基督徒的祈禱，以「主的禱文」、「聖母經」或「口禱」、「默禱」、「心禱」……等為主題設計一系列的祈禱個案，藉教理傳授，幫助學員進一步更認識什麼是祈禱，過更充實的基督徒的祈禱生活。）