

opusdei.org

祈祷的基督徒一无所惧

教宗表明，坚毅、勇气和谦逊是每个与天主的对话中必备的要素：「我们要是不祈祷，就没有力量在人生中前行。」

2020年11月11日

「我们继续以祈祷为题的要理讲授。有人对我说：『您谈祈祷谈得太多了，没必要。』」教宗方济各11月11日在周三公开接见活动开始之际，顺口提起了这件事。他接著说：「确实

有必要，因为我们要是不祈祷，就没有力量在人生中前行。祈祷有如生命的氧气。祈祷是让圣神临在于我们身上，祂始终引领我们前进。因此，我多多谈论祈祷。」

「在静默中收敛心神，与天父的持续交谈，乃是耶稣整个使命的支柱。」教宗指出，耶稣坚持不懈地祈求，为我们树立了祈祷的榜样。《天主教教理》引用了《路加福音》的三个比喻，借以阐述祈祷的特征（参阅：2613号）。

首先是「令人讨厌的朋友」半夜不停地敲门，迫使人爬起来给他开门。这告诉我们，祈祷必须坚忍不拔：「凡怀著信德和坚毅敲响祂心门的人，必定不会失望。天主必然回应、总是如此。我们天父深知我们需要什么；坚持的目的不在于告诉祂或说服祂，而是为了在我们内滋养渴求与期待。」

第二个比喻讲述了一名寡妇不断恳求不义的法官替她申冤。教宗表示，

「这个比喻让我们明白，信德绝非一时冲动，而是勇敢呼求天主的态度，甚至是在邪恶与不义前，也毫不认命地与祂『据理力争』」。

第三个比喻是在圣殿祈祷的法利塞人和税吏。前者自得其满，后者自觉不配，但是天主却俯听了后者。这比喻告诉我们，「缺少谦逊的精神，就没有真正的祈祷。恰恰是祈祷引领我们祈求、祈祷」。

「福音的教导很清晰：人必须时时祈祷，即使一切看似枉然，天主仿佛对我们充耳不闻、不发一语，我们似乎在浪费时间。即使天色黯淡，基督徒也不放弃祈祷。基督徒的祈祷与信德并肩同行。在我们生命中的许多日子里，信德会看似幻影、徒劳无功。在我们人生中的诸多黑暗时刻，祈祷似乎是竹篮打水一场空。然而，实践祈祷也意味著接受这份辛劳。『父啊！我前来祈祷，我感到心灵枯

竭……。」而我们必须带著黑暗时刻的这份辛劳向前迈进。」

此外，教宗也提及许多圣人圣女的芳表，「他们体尝到信仰的黑夜与天主的寂静」，却始终坚定不移。然而，就算是在这样的时刻，也没有人是孤立无援的，因为耶稣与我们一同祈祷，「在祂的祈祷中接纳我们，好使我们能在祂内、并藉著祂祈祷。这是圣神的工程」。诚如《天主教教理》所阐释的：「我们所以确信有求必得，是以耶稣的祈祷为基础。」

(2614号)

随后，教宗诵念了《圣咏》第91篇中充满信心的话语：「他以自己的羽毛掩护你，又叫你往他的翼下逃避：他的忠信是盾牌和铠衣。你不必怕黑夜惊人的颤栗，也不必怕白天乱飞的箭矢，黑暗中流行的瘟疫，正午毒害人的痲疾。」（4-6节）

教宗说：「在基督内，这令人惊讶的祈祷得以实现，在祂内祈祷圆满成

真。少了耶稣，我们的祈祷恐怕会缩减为人的努力，注定会一而再地失败。然而，祂亲自承担起每个疾呼、每个呻吟、每个欢腾、每个恳求，以及每个人的祈祷。而我们别忘了圣神。圣神在我们内祈祷，是祂带领我们祈祷、引领我们到耶稣身边：祂是天主的恩赐。」

正因如此，教宗表明，「祈祷的基督徒一无所惧」。教宗最后祈求说：「愿圣神、祈祷的导师，亲自教导我们祈祷的道路。」

(梵蒂冈新闻网)

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/qi-dao-de-ji-du-tu-yi-wu-
suo-ju/](https://opusdei.org/zhs/article/qi-dao-de-ji-du-tu-yi-wu-suo-ju/) (2026年4月10日)