opusdei.org

## 祈祷指导我们找到生 活的正确方向

教宗强调耶稣的表扬教导我们 要尽快、常常及在静默中祈 祷,好能找到生活的正确方 向。

## 2020年11月4日

为了遵循预防传染的卫生措施,从11 月4日起,教宗方济各每周三的公开 接见活动恢复在宗座大楼的图书馆内 举行,要理讲授以远程方式进行,即 没有信友在场。11月4日当天,教宗 继续以耶稣的祈祷为题进行要理讲 授。

教宗首先表示,在耶稣的公开生活中,祂不断求助于祈祷的力量。教宗说:"耶稣的祈祷是一个奥妙的事实,我们仅仅能直观地略见一斑,但是,它使我们能够以正确的视角明白耶稣全部的使命。"

接著,教宗把反思的重点放在《马尔谷福音》第一章35到38节的段落中。这段福音记载:日落之后,人们把所有患病的人带到耶稣跟前,耶稣治好了他们。但是在黎明前,耶稣消失了,祂退到一个荒野的地方,在那里祈祷。西满和同他在一起的人都去追寻祂,找到了祂,就向祂说:"众人都找你呢!"耶稣回答说:"我必须到别的村镇去宣讲,因为我是为这事来的"(参阅谷一35-38)。

教宗解释道,祈祷是引导耶稣航向的 舵,指示祂使命行程的不是成就,不 是别人的赞同,也不是"众人都在找 你"这句话。而是一条艰难的路,耶稣在祈祷中聆听并接受了天父的这个启示。教宗引用《天主教教理》的话说,当"耶稣祈祷时,已在教导我们祈祷"(参阅《天主教教理》2607号)。因此,从耶稣祈祷的榜样中我们可以获得基督徒祈祷的特征。

教宗说,耶稣首先教导我们,祈祷"是一天中首要的愿望"。没有祈祷的日子会有使生活变得烦厌或无聊的危险,发生在我们身上的一切可能会变成负担或令人迷失方向。耶稣教导我们聆听,而祈祷主要是聆听和与天主相遇。这样,日常生活中的问题就不会成为障碍,而是天主亲们聆听并与我们周遭的人相遇。这样,生活中的考验便能成为我们增进信德与爱德的良机。祈祷具有打开心智的广阔视野和扩大心灵的力量。

其次,祈祷是一门必须"坚持"实践的艺术。教宗解释,虽然我们所有人

都有偶尔祈祷的能力,但是耶稣教导我们另一种祈祷的方式,就是进行有规律的祈祷,以之为一种操练,使之成为生活的规则。教宗说:"坚持不懈的祈祷会慢慢令人转变,使我们在患难中变得坚强;给予我们恩宠,获得那爱我们并永远保护我们的主的支持。"

教宗接著讲道耶稣的祈祷的第三个特征是"独自"祈祷。教宗说: "在静寂中,隐藏在我们内心深处的许多声音就会呈现出来。天主在寂静中讲话。每个人都需要有自己的一个空间,好能培养内心生活,使行动变得有意义。"

最后,教宗说: "有时,我们人类认为我们是这世界一切的主人,或者恰恰相反,我们失去了所有的自身价值。祈祷帮助我们在与天主、我们的天父及所有受造物的关系中找到正确的方向。"

教宗总结道: "让我们在福音中重新 发现耶稣是祈祷的导师,并接受祂的 培育。我们将会获得喜乐与和平。"

(梵蒂冈新闻网)

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/ zhs/article/qi-dao-zhi-dao-wo-menzhao-dao-sheng-huo-de-zheng-quefang-xiang/ (2025年12月15日)