opusdei.org

## 在分辨中離不開祈禱

祈禱戰勝恐懼,天主"從不離棄我們",即使我們有時會離開祂。

## 2022年9月28日

教宗方濟各9月28日上午在聖伯多祿 廣場主持週三公開接見活動,繼續以 靈性分辨為主題進行他的要理講授。 這一次,教宗講解分辨的第一個要 素,即祈禱。教宗說,祈禱"幫助我 們明白內心發生的事、我的情感和想 法,以及我作出的決定"。 教宗表明,"尤其在涉及情感的時候,祈禱能讓我們以自發和親切感轉向天主,好似與一位朋友交談"。這樣一來,我們就能"超越思想,以一種自發的親切感進入與上主的親密關係中"。教宗解釋,聖人們生活的秘訣在於"與天主的那種親密和信任關係,這使他們愈加更容易識別出哪些是天主所中悅的"。

"真正的祈禱是這種自發性和與上主的情感。這種親密感能戰勝恐懼或懷疑,因為這種意志不是為了我們的益處。這是一種有時會貫穿我們思緒的誘惑,使我們心中不安、神魂不定。"

此外,分辨"不奢望一種絕對的確定性",因為這關乎人的生活,"生活並不總是合乎邏輯的,它有許多方面,不能只是納入一種思想的範疇"。教宗解釋道:"我們希望確切地知道應該做什麼,然而事情來了,我們卻並不總是按照意願行事。許多

次我們也有過保祿宗徒描述的經驗: '我所願意的善,我不去行;而我所不願意的惡,我卻去作。' (羅十19)"

教宗繼續解釋,事實上,我們人"不僅有理性,我們不是機器,不能只接到指令就去執行:為下決心跟隨上主,有幫助也有阻礙,這阻礙首先是情感上的"。

教宗提到耶穌行的第一個奇跡乃是驅魔·將魔鬼從一個人身上趕出去,"把他從對天主的虛假想象中解救出來,這是撒旦從一開始就對他暗示的,即天主不希望我們幸福。附魔者知道耶穌是天主,但這並不引導他相信耶穌。事實上,他説出:'祢竟來毀滅我們。'(參閱:谷一21-28)"

許多人,包括基督徒在内,也如此認為,"耶穌也可能是天主子",但他 們對祂是否希望我們幸福持懷疑態 度。教宗解釋說,甚至"有一些人擔 心·要是認真對待耶穌的提議·就意味著毀滅自己的生活·使我們的渴望、我們最大的抱負受到屈辱"。

"這些想法有時會浮現在我們的腦海内:天主對我們的要求過分。祂並不是真的愛我們。相反地,在我們的首次相遇中,我們看到與上主相遇的標記是喜樂。當我在祈禱中遇到上主時,我成為喜樂的人。悲傷,或恐懼,則是遠離祂的標記。"

《瑪竇福音》記述的富少年就是這種情況,因為"一些阻礙使他無法實現心中的願望,那就是更緊密地跟隨'良善的師傅'。教宗提醒道,這是一個對耶穌感興趣的少年,"主動接觸耶穌,但在所愛的人和事上也很分裂,財富對他過於重要"。

耶穌並沒有强迫他作出決定,但聖史 瑪竇描寫這少年"憂悶"地離開了耶 穌。教宗評論說,誰離開上主, "絕 不會歡喜,儘管他擁有極富足的財產 和大好前程"。 "耶穌從不强迫人跟隨他,從來沒 有。耶穌讓你知道祂的意願,祂誠心 誠意讓你明白事理,但給你自由。這 正是祈求耶穌的最美之處:祂讓我們 有自由。"

教宗承認,分辨我們內心所發生的事"並不容易,因為外表有欺騙性,但與天主的親密關係能溫柔地消除疑慮和恐懼,使我們的生活更容易接受聖紐曼所表述的'柔和的光'"。分辨首先需要祈禱,而"祈禱並不是明常不休地念經,不是的。祈禱就是要向耶穌敞開心扉、接近耶穌、讓耶穌進入我的心,讓我們感受到祂的臨在"。

教宗提到聖依納爵·羅耀拉的名言,"活出與上主的友誼關係,像朋友那樣與祂交談"(參閱:《神操》·53號)。教宗最後總結道:"這就是我們在祈禱中必須有的關係:親近、情感上的親近,像兄弟那樣接近耶穌。一個微笑、一個簡單

的手勢,不要誦念一些不進入内心的 話語。"

## (梵蒂岡新聞網)

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zht/article/Zai-Fen-Bian-Zhong-Li-Bu-Kai-Qi-Dao/ (2025年11月21日)