

在困頓中也能讚頌天主，因為祂的愛永不減弱

即使處於人生的黑暗時刻也要讚頌天主，因為上主是忠實的朋友，祂從不遺棄我們。

2021年1月13日

祈禱不只是懇求上主，也蘊含了讚頌的層面。教宗方濟各元月13日在週三公開接見的要理講授中闡述了這一點。在活動開始之際，在場眾人聆聽了《聖詠》第145篇的讚頌：「我的

天主，君王，我要頌揚你，歌頌你的名，世世代代不止。」隨後，教宗從福音出發，省思了耶穌在生活和使命的艱難時刻對天父的讚頌（參閱：瑪十一）。

當時，洗者若翰在監獄中疑惑耶穌是不是默西亞；耶穌在各村行了許多奇跡，卻遇到敵意。教宗指出，恰恰是在失望之際，《瑪竇福音》提及「一個著實令人驚訝的事實：耶穌並未向天父抱怨，卻獻上了讚頌」，因為祂向小孩子啟示了自己（參閱：瑪十一25）。耶穌為什麼獻上讚頌呢？教宗指出，首要原因是祂感到自己是至高者的兒子、是天地主宰的兒子。

至於第二個原因，教宗說：「耶穌讚頌天父，因為天父特別垂顧弱小卑微的人。耶穌在村子裡宣講時，親身體驗到這一點：智慧和明達的人心存疑慮、自我封閉、有所盤算，但是小孩子卻向訊息敞開、予以接納。這必然是天主的旨意，耶穌為此歡欣鼓舞。

我們也應該滿懷喜樂並讚頌天主，因為謙遜又單純的人接納福音。在世界的未來和教會的希望裡有著弱小卑微的人：他們不認為自己比別人更好，他們知道自己的侷限和罪過，他們不願意掌控他人，卻在天父內承認人人互為弟兄姊妹。」

耶穌的舉動有助於我們以不同的方式來看待自身的挫敗或黑暗的時刻。耶穌沒有祈求，卻讚頌天父。教宗表示，「這似乎有所矛盾，但真理就在其中」。那麼，讚頌對誰有益呢？教宗回答道：天父不必靠著讚頌來增進祂的偉大。

「讚頌的祈禱對我們有益。教理定義說：『此種祈禱分享心地純潔者的福分，因他們在享見光榮的天主之前，已在信德中愛慕祂。』與常理不同的是，我們不僅該在生活幸福快樂時讚頌天主，更要在艱難時刻、黑暗時刻，在艱辛地走上坡路時這麼做。那也是讚頌的時辰。耶穌在黑暗中讚頌

天父。願我們學會經由那段上坡路、那難走的小徑，那費勁的路程，抵達那能看見新景色的地方，擁有更遼闊的視野。」

接著，教宗提及聖方濟各和聖人在臨終前撰寫的《萬物頌》。這篇禱詞留給我們重要的教導。教宗指出，聖方濟各「沒有在喜樂幸福的時光裡，卻是在困頓中寫下這篇禱詞。當時，聖方濟各幾乎失明，感覺到他的心靈裡出現了孤獨的重擔，一種他之前從未體嘗過的滋味：從他開始宣講以來，世界沒有改變，依然有人飽受爭執的折磨，而且他覺察到死亡的步伐在一步步靠近。那或許是個失望透頂的時刻、是感受到自身挫敗的時候。然而，在那憂傷的一刻，聖方濟各仍在祈禱，他是怎麼祈禱的呢？『我主，願祢受讚頌……』他作出讚頌的祈禱」。

教宗最後總結道，聖方濟各、諸位聖人聖女和主耶穌向我們展現出「時時

刻刻都能讚頌，因為天主是忠實的朋友」。「這是讚頌的基礎：天主是忠實的朋友，祂的愛永不減弱」。

(梵蒂岡新聞網)

pdf | document generated automatically
from <https://opusdei.org/zht/article/zai-kun-dun-zhong-ye-neng-zan-song-tian-zhu-yin-wei-ta-de-ai-yong-bu-jian-ruo/> (2026年2月5日)