2023年12月生活聖言

「應常歡樂，不斷祈禱，事事感謝：這就是天主在基督耶穌內對你們所有的旨意。」（得前5：16-18）

「應常歡樂，不斷祈禱，事事感謝：這就是天主在基督耶穌內對你們所有的旨意。」

（得前5：16-18）

保祿寫信給得撒洛尼人時，許多與耶穌同時代的人還活著，他們見過祂、聽過祂講道，見證了祂死亡的悲劇，以及祂令人驚訝的復活和升天。他們承認耶穌所行的事跡，並期待祂即將再來。保祿熱愛得撒洛尼的教會團體，他們在基督徒的生活、見證和成果方面堪稱典範，保祿給他們寫了這封信，懇請他們向所有人宣讀這封信（5:27）。他在信中提出了一些建議，讓他們能保持成為「效法我們和效法主的人」（1:6），並總結如下：

「應常歡樂，不斷祈禱，事事感謝：這就是天主在基督耶穌內對你們所有的旨意。」

這些迫切勸告的主旨不僅是要指出天主對我們的期待，還要指出它的時間性，即不間斷、一直、恒常。

喜樂是可以控制的嗎？生活處處充滿困難和焦慮，痛苦和憂愁，社會現實呈現出無情和冷淡，這是我們所有人經歷過的。然而，對於保祿來說，有一個理由可以使他所提到的「那種歡樂」變成恆常的。他談話的對象是基督徒，所以他勸告他們要認真地度一個基督徒的生活，好使耶穌能夠滿全地生活在他們中間，就像耶穌在復活後所許諾過的那樣。有時候我們也能夠體驗到，耶穌生活在那些實踐仁愛的人身上。任何人都可以踏上愛的道路，超越自我，無償地愛別人，甚至接受朋友的幫助，保持著「愛戰勝一切」的信念。[1]

「應常歡樂，不斷祈禱，事事感謝：這就是天主在基督耶穌內對你們所有的旨意。」

不同宗教的信徒和不同信仰的人之間的對話，使人們更加深刻地認識到祈禱是十分人性的一種行為。祈禱可以塑造一個人，並提升他的修養。

那麼如何不間斷地祈禱呢？東正教神學家葉夫多基莫夫（Evdokimov）寫道：「……只有頌經、守規則、培養好習慣是不够的，我們有必要變成祈禱，成為祈禱的化身，讓自己的生活成為一種宗教禮儀，利用平日最慣常的事物去祈禱。」[2] 盧嘉勒强調：「一個人像子女一樣去愛天主，因為聖神讓他的心充滿對自己天父的愛和信任，這份信任引導我們經常與祂交談，告訴祂我們所有的事情、我們的志向和我們的計劃。」[3]

此外，有一種為所有人都可行的方法來常常祈禱：那就是在每一個行動之前停下來，專注且有意向地說出一句短頌「這是為祢的」。這是一個簡單的練習，可以將我們的行為和整個生活轉化為內在持續不斷的祈禱。

「應常歡樂，不斷祈禱，事事感謝：這就是天主在基督耶穌內對你們所有的旨意。」

你們應事事感謝。這種態度是從對天主的那份感恩之情，自由且真誠地湧現出來的。這位天主默默地支持和陪伴每一個人、每一個民族、人類的歷史和整個宇宙。應對與我們同行的人懷有感恩之情，這會使我們意識到我們並不是自給自足的。

喜樂、祈禱、感恩，這三種行為使我們更接近在天主心目中對我們的看法和要求，因而加強我們和祂的關係。我們堅信「賜平安的天主會親自完全聖化我們」。[4]

通過這種方式，我們將準備好自己，且更深入地體驗聖誕節的喜悅，以便讓世界變得更美好，並從我們的內心、我們的家庭、我們的工作場所以及社會中，成為締造和平的人。今天，沒有什麼比這更必要和緊迫的了。

本文由維多利亞・戈麥斯（ *Victoria Gómez*）和生活聖言小組撰寫

[1] 古羅馬詩人維吉爾《牧歌集》（P. Vergilius Maro/Virgilio/Virgil, Ecloga） X.69

[2] 保祿·葉夫多基莫夫（P. Evdokimov），《聖神的新穎性（La novità dello Spirito）》中耶穌的禱文（天主經），Ancora 出版社，米蘭，1997年

[3] 盧嘉勒（Chiara Lubich）《對話集》552頁，羅馬新城出版社，2019年

[4] 得撒洛尼前書5：23