

# 孩子無心向學，終日打機玩手機，怎辦？

當我們發覺孩子無心向學，沉迷打機/手機/電腦/電視時，都會勸告或斥責他們。不過，我們的勸告或斥責，不一定收效。原來單靠理智或意志的力量，很難解決無心向學和沉迷的問題。事實上，孩子無心向學，往往是因為他們討厭某些學科。他們沉迷打機/手機，欲罷不能，往往是因為他們已經上了癮。所以，如果我們想幫助孩子，就要對症下藥，消除他們對學科的厭惡，和對打機/手機/電腦/電視的依戀。不過，要怎樣做，才能達到這個目標呢？經過不斷的探索和實踐，我發現了：最有效，最快捷的方法，是教他們用下面這篇禱文向天主求助。

奉主耶穌的名字，  
並因聖母瑪利亞的轉求，天父啊，  
求祢捆綁我心中的一切黑暗勢力（、對所有科目的厭惡）  
（和對手機/打機/電腦/電視的依戀），  
把它們趕到耶穌的十字架下，  
賜給我仁愛、喜樂、平安（、對所有科目的興趣）  
（和抵抗誘惑的力量）。

注意：在上面這禱文中，括號內的字是可唸可不唸的。若孩子厭惡某些科目，就要唸「對所有科目的厭惡」和「對所有科目的興趣」。若有上癮的問題，就要唸「對手機/打機/電腦/電視的依戀」和「抵抗誘惑的力量」。

不過，要記住：在祈禱前，必須先花少許時間，協助孩子做好準備工作：(1) 相信天父的存在。(2) 決心做好人，改掉壞習慣。(3) 寬恕一切對自己不好的人。(4) 還要提醒他們：向天父說的話，必須真誠，句句發自內心。如果他們做好準備，又懷著信心真誠地祈禱，你會驚訝地發現：天父真的會俯聽他們的禱聲，答允他們的祈求。

## 【用這禱文祈求的聖經根據】

- (1) 主耶穌對門徒說：「你們小心，不要輕視這些小子中的一個，因為我告訴你們：他們的天使在天上，常見我在天之父的面。」(瑪 18：10) 由此可見，千萬不可輕視孩子祈禱的效力。
- (2) 主說：「天主是神，朝拜祂的人，應當以心神以真理去朝拜祂。」(若 4：24) 因此，祈禱時必須真誠，句句都要發自內心。
- (3) 主耶穌鼓勵我們向天父祈求。祂說：「你們求，必要給你們；你們找，必要找著；你們敲，必要給你們開……你們縱然不善，尚且知道把好的東西給你們的兒女，何況你們在天之父，豈不更將好的賜與求祂的人？」(瑪 7：7-11) 又說：「不論你們在祈禱時懇求什麼，只要信，就必獲得。」(瑪 21：22)
- (4) 耶穌說：「你們因我的名無論向父求什麼，祂必賜給你們。」(若 15：16) 因此，我們教孩子奉主耶穌的名字來祈求天父。
- (5) 若望福音記載：聖母在加納婚宴中為新人轉求，對耶穌說：「他們沒有酒了。」(若 2：3)。然後耶穌便行了第一個神蹟，把水變為酒，解決了新郎的燃眉之急。因此，我們教孩子請聖母瑪利亞轉求。
- (6) 聖經說：「凡接近天主的人，應該信祂存在。」(希 11：6) 故此，在教導孩子祈禱之前，先勸他們相信天主。
- (7) 在傳教之初，耶穌便說：「你們悔改，信從福音吧！」(谷 1：15) 為此，在祈禱之前，先叫孩子立志做好人，決心把壞習慣改掉。
- (8) 主耶穌教我們這樣向天父祈求：「寬免我們的罪債，猶如我們也寬免得罪我們的人。」(瑪 6：12) 所以，在祈求天父以前，先要寬恕得罪自己的仇敵。
- (9) 主耶穌教我們這樣祈求：「不要讓我們陷入誘惑。」(瑪 6：13) 所以我們教孩子懇求天父，把抵抗誘惑的力量賜給他們。
- (10) 主耶穌也教我們這樣祈求：「但救我們免於凶惡。」(瑪 6：13) 故此，我們教孩子求天父捆綁並趕走心中的一切黑暗勢力，並把它們趕到耶穌的十字架下。
- (11) 聖保祿指出：「仁愛、喜樂、平安……」都是「聖神的效果」(迦 5：22)，因此，我們教孩子祈求仁愛、喜樂、平安的恩賜。

## 【實例】

【1.信主】2019年5月底，我偶然遇到一個唸中三的男孩。由於我知道他是天主教學校的學生，便問他：「你信天主嗎？」他答：「半信半疑。」我說：「別半信半疑，要全信不疑。讓我給你證明天主的存在吧！」

「假如我是建築師，在建造一座大廈之前，一定要畫很多圖，定好計劃，對嗎？可是媽媽在懷孕之前，有沒有把你的樣子畫出來呢？一定沒有！她不知道你是男還是女，怎能把你畫出來呢？她也沒法預測你的樣子，畫出來的圖也不會像你。事實上，媽媽毫無計劃，順其自然，就把你生了出來。然後，在你身上，心、肝、脾、肺、腎、眼、耳、口、鼻，樣樣都不缺少。這是不是個奇蹟呢？當然是吧！媽媽是普通人，為什麼她竟然能夠做出那麼神奇的事？一定是有一位全能的天主暗中幫助她，把你造了出來！證據就是：媽媽不懂得製造攝影機，但你一出生，兩隻眼睛就是攝影機！為什麼科學家做不到的事，媽媽竟然做得到呢？一定是天主幫助了她！」

他聽了我這番話後，便確信天主存在，不再懷疑了。接著我問他：「你討厭什麼科目呢？」他答：「英文。」我知道，對香港的學生來說，討厭英文，是件前途攸關的大事，也是精神壓力的來源，因為討厭英文，英文就學得不好。英文不好，就不易升學。不升學，就難以在社會立足。我對他說：「我可以教你一個方法來解決你的問題。不過你要答應我，我幫你解決了你的問題後，你也要幫同學解決他們的問題。你可以答應我嗎？」他向我點點頭。

【2.改過】「這個方法，就是向天主祈求。不過，在求天主之前，你必須先做天主的朋友。所以，你要下定決心，做個好人；如果有壞習慣，就一定要改。你有沒有沉迷打機的壞習慣呢？」他答說：「有。」我向他解釋：「打機會浪費很多天主所賞賜的寶貴時間，所以你要下定決心去改，也要求天主幫你改。」我乘機提醒他，說：「現在社會上有許多色情的誘惑。對這些誘惑，你一定說『不』，因

為順從這些誘惑，就是不尊重佔全世界人口一半的女性。」他點點頭，表示同意。

**【3.寬恕】**「你不但要做好人，而且還要寬恕所有的仇人。在這方面，你有困難嗎？」他說：「有。」我說：「那麼，你在心裡真心地和我一起唸十次吧！『天主，求祢祝福他們！』」我之所以要求他這樣唸，是因為聖保祿曾經說過：「迫害你們的，要祝福；只可祝福，不可詛咒。」(羅 12：14)果然，唸了十次之後，他心中的仇恨和憤怒就完全消失，使他感到舒暢，可以寬恕他所惱恨的人。

**【4.祈禱】**到了這個地步，這孩子已全心信天主，又決定改過，而且寬恕了仇人，他和天主之間，已經沒有障礙了。我便對他說：「現在我會把一篇禱文讀給你聽。我會讀五次。你要一面聽，一面在心裡真心求天主。要知道：天主無所不在，處處都在，祂就在這裡。如果你真心求祂，祂就聽你的祈禱。如果你沒有誠意，心不在焉，祂就當你沒有求過祂，你的祈禱就沒有任何效力。」然後，我把以下的禱文清楚地讀出來：「奉主耶穌的名字，並因聖母瑪利亞的轉求，天父啊，求祢捆綁我心中的一切黑暗勢力、對英文的厭惡和對打機的依戀，把它們趕到耶穌的十字架下，賜給我仁愛、喜樂、平安、對英文的興趣和抵抗打機的誘惑的力量。」唸了五次後，我問他：「你還討厭英文嗎？」他表示仍然有點討厭。於是我再唸五次。一共唸了十次之後，他就完全不討厭英文，也發覺自己有力量去抵抗手機的誘惑了。我問他：「我還需要繼續唸下去嗎？」他搖搖頭。於是我說：「現在讓我們一起唸五次『感謝主！讚美主！』吧。」

**【5.助人】**最後，我把一份叫做《助人為快樂之本，用這方法來幫助你的同學或朋友吧！》的單張送給他，叫他用我的方法去助人。我說：「每個同學都需要你的幫助。很多人都會討厭一兩個科目。不討厭英文的，可能討厭數學。不討厭英文和數學的，可能討厭中文、科學或者通識。甚麼科目都不討厭的人，心裡可能有些難以表達的煩惱。當你求天主捆綁並趕走一切黑暗勢力的時候，天主便把會他們的煩惱拿掉。你每天都抽點時間，用這方法去幫幾個你認識或不認識的同學吧。」

## 【這禱文要唸多少次？】

需要唸多少次，須看情況而定。有的小孩唸三次，已經收效；有的需要唸五次、六次、七次、八次、九次、十次或以上，才有明顯的效果。我一般叫他們唸五次。重要的是，要與他們溝通。舉個例子，有一天我遇到兩個討厭英語的小六男生。唸了五次之後，我問他們：「還討厭英文嗎？」他們表示：仍然有點討厭。我說：「多唸三次吧。」之後，我再問：「還討厭英文嗎？」他們答：「不討厭了。」我又問：「你們現在不討厭英文了，但喜歡英文嗎？」他們表示：尚未到喜歡的地步。我向他們建議：「多唸三次吧。」然後，我問：「現在喜歡英文嗎？」他們不約而同地說：「已經喜歡英文了。」

又有一次，我遇到另一個孩子。唸了五次之後，他已經不討厭任何科目，但抵抗打機誘惑的力量仍然不足。於是我把禱文縮短，多唸五次給他聽：「奉主耶穌的名字，并因圣母玛利亚的转求，天父啊，求祢捆绑我心中对打机的依恋，把它们赶到耶稣的十字架下，赐给我抵抗打机诱惑的力量。」然後我問他：「現在有力量去抵抗打機的誘惑嗎？」他表示有力量了。我說：「要不要把這禱文多唸幾次呢？」他說：「不用了。」