

# 感謝、讚美、祝福的神效

(刊登於 2018 年 7 月出版的《更新》雜誌)

我很想向大家介紹兩句很有效的禱文。第一句是「感謝主！讚美主！」第二句是「天主，求祢祝福他！」。願人人都懂得以感謝、讚美、祝福的力量，來驅散自己和別人心中的煩惱。以下所說的，就是一個實例。

2017 年 8 月，我在一個青年中心內，偶然看見一個女孩子孤零零地坐著，拿著手機通話，神情有點鬱鬱不樂。她收線後，我主動跟她聊了幾句，知道她曾在教會學校唸完了初中，也知道她雖不是教友，卻相信天主，便邀請她和我一起祈禱。想不到在祈禱後，她叫我不要走。原來她有很多煩惱，想找人訴苦。

她很不幸。父母多年前離了婚，從此之後，她再沒有嚐過父愛的滋味。她和母親的關係不大好，經常發生口角。最近，男友一腳踏兩船，還在別人前說她的壞話，使她十分難受。不過，她並沒有把男友傷害她的事告訴母親。由於外婆和母親的好友都病了，她不願加重母親的精神負擔，便把痛苦藏在心中。晚上睡不著，便走到青年中心消遣，直到深夜才回家。母親很生氣，警告她說：若下次那麼晚回來，便不給她開門。當天凌晨，她再度夜歸，發覺家門真的上了鎖，只好在青年中心裡度過一宵……

我嘗試用聖經的話來開導她，並教她祈禱。我首先說：「爸爸遺棄了你。他這樣做，是不對的。不過，他遺棄你這件錯事，卻是天主所容許的，因為耶穌說過：『兩隻麻雀不是賣一個銅錢嗎？但若沒有你們天父的許可，牠們中連一隻也不會掉在地上。』(瑪 10：29) 既然沒有天父的許可，連一隻麻雀也不會從天上掉下來；所以，如果沒有天父的許可，你的爸爸也不會遺棄你。」

「為什麼天主容許爸爸遺棄你呢？聖經說：『天主是愛。』(若一 4：8) 所以，如果天主允許爸爸遺棄你，一定是因為這事對你有益。雖然你現在不明白這事對你有什麼好處，就如同一個小孩不明白給媽媽丟在幼稚園裡有什麼好處一樣。很多小孩子第一天上幼稚園都嚎啕大哭，因為他們以為母親遺棄他們，不明白母親送他們上幼稚園，其實對他們有利。」

「要信『天主是愛』，要信祂所容許的一切都對你有益。現在就為爸爸遺棄你這件事而感謝天主吧。跟我一起真心唸十次吧：『感謝主！讚美主！』」

女孩子馬上和我一起唸。唸了十次後，我問她：「覺得舒服嗎？」她答：「舒服。」我於是說：「你以後有空，就要這樣為你和爸爸之間的關係祈禱。」

跟著，我又教她以『感謝主！讚美主！』這句禱文，為她和媽媽之間的關係祈禱。她唸了十次後，也同樣地感到舒服。

然後，我說：「要為你的男朋友祈禱了。」

她馬上怒氣沖沖地回答：「不行！他是個壞蛋，利用我！一腳踏兩船！又在別人前說我的壞話！」

我叫她想想天主對她的愛。我說：「耶穌對你多好！祂是天主子，本來只有祂才能叫天父做爸爸；你只是人，並沒有資格叫天父做爸爸，正如一隻貓沒有資格叫你做媽媽一樣。不過，耶穌卻想提高你的地位，祂教你唸天主經，對你說：『你跟我一起叫我的爸爸做我們的天父，讓我的爸爸也做你的爸爸吧！』就這樣，耶穌把祂慈愛的爸爸賜給了你。

「既然天父是你的爸爸，你就是祂的女兒了。天父是誰？是宇宙的君主！既然你的爸爸是君王，你當然就是公主了！想一想，你是公主，地位多高啊！如果別人對不起你，你有難過的理由嗎？沒有！因為你是公主！如果你發覺自己有很多缺點，你有自卑的理由嗎？沒有！因為你是公主！」

「不過，要知道：在世界上，不是只有你才是公主。其他的人都是天父所愛的公主、王子，連你的男朋友也是王子。現在，你可以不可以為了使天父開心，對你的男朋友好一點呢？聽耶穌的話吧！耶穌說：『你們當愛你們的仇人。』(瑪 5：44) 或者你會認為：愛仇人是一件不可能的事。不過，耶穌跟著又用另一句話來解釋剛才這句話。祂說：『當為迫害你們的人祈禱。』(瑪 5：44) 原來只要你為迫害你的人祈禱，就等於愛了仇人了。現在，你就和我一起真心為男朋友唸十次吧：『天主，求祢祝福他！』」

女孩子馬上和我一起唸，唸了十次後，覺得舒服得多了。我再叫她和我一起多唸十次。唸完之後，她喜形於色地對我說：「現在心中什麼煩惱都沒有了。」

### 【後記】

(1) 我們往往以為：先要對自己的遭遇感到滿意，然後才能感謝主，讚美主；先要對別人有好感，然後才能祝福他。不過，這種想法並非事實。真相是：只要我們衷心感謝主，讚美主，心裡不滿的情緒便會煙消雲散；只要我們真心祝福別人，心裡的憤怒和憎恨便會一掃而空。

- (2) 「感謝主！讚美主！」和「天主，求祢祝福他！」這兩句禱文固然有力，但這女孩的態度的重要性。她雖然是個問題少女；卻有一顆像兒童那樣單純的心。她一明白了福音的真理，就爽快地接納，而且馬上付諸實踐。她不但為自己與父母的惡劣關係而感謝主讚美主，求主祝福傷害她的男友，還接納了我的勸告，決定向母親道歉，並且願意佩戴我送給她的聖牌。天主「不輕看痛悔和謙卑的赤心」(詠 51：19)，便悅納了她的禱聲，把恩寵注入她的心中，把她的一切煩惱都驅散了。
- (3) 「感謝主！讚美主！」和「天主，求祢祝福他！」這兩句禱文，是否一定要唸十次呢？當然不是！其實唸多少次都不成問題。只要對方覺得完全舒服，就可以不再唸下去了。