

兒子在看 2012 年的奧運轉播，我忙完了家事坐下休息，順便也看看這熱門節目，發現就在我看的這短短十來分鐘的轉播中，至少有三位上場的選手，在開始做動作前虔誠地畫了十字聖號。於是我對兒子說：「你看！你看！有些選手在賽前畫十字聖號祈禱。」沒想到他回答說：「那又不保證天主會讓他得第一。」我說：「不！他祈求的是這一刻天主和他在一起，給他信心、力量、和勇氣。」

原來，祈禱只是身為天主兒女的我們，想和天主建立關係的一種方法。

\* \* \*

黃昏時，照例出去走路。每次走到空曠處，總會被遙遠天邊的漫天彩霞吸引，層層疊疊不同的顏色在光中一點一點地變動著，搭配著各式各樣的雲，總想數出到底有多少種不同的色彩，被天主如此完美地調染在一起，卻總也數不完。最後只有在心中長嘆一聲：「父啊！真美！謝謝祢。」

原來，當我有意識地感受到天主所創造的一切時，這就是在祈禱。

\* \* \*

好多年前，有一次和一位神父、幾位兄姐一起吃飯。通常都是神父或兄姐作飯前禱，我只要在結束時一起答「阿們」就行了。沒想到那天神父對我說：「妳帶祈禱。」我當場愣住，囁嚅著說：「我不會……。」神父溫和地笑著說：「沒關係的。」我只好硬著頭皮說了，「慈愛的天父，謝謝祢賜給我們如此豐盛的晚餐，願將我們今天所做的一切都奉獻給祢，我們這樣的祈求是因主耶穌的名，阿們！」神父對我說：「祈禱得很好。」

原來，祈禱一點也不難，只要打開心向主表露我自己就好。

\* \* \*

晚上睡不著，本想數羊，轉念一想，前一次學到「耶穌禱文」，這是東方教會最古老也最傳統的基本祈禱文。東方教會認為在感恩祭中領了聖體，耶穌在我內了，但是離開聖堂後，需要一直不斷地唸「耶穌禱文」才能保持與耶穌的結合，如同領聖體的延續。據班上一位姐妹說還可以讓人入睡……於是決定試看看，定下心來虔誠地說：「主，耶穌基督，天主子，可憐我！主，耶穌基督，天主子，可憐我！主，耶穌基督，天主子，……。」

原來，祈禱是讓我與天主結合，安寧地躺在主懷裡，享受祂的愛。

\* \* \*

「Why Catholic？」中有關祈禱的課程已進入尾聲，我覺得自己的「內在心境」在面對祈禱時已和往日不同。從以往的「希望耶穌基督和自己在一起」轉變成「希望自己和耶穌基督在一起」。說真的，很滿意自己的轉變，但也知道一切都是在主的愛中才能達到。

（洛杉磯東區《野聲》月刊 234 號）