

禱告

作者：羅伯托聖地牙哥

禱告是對渴望之物的懇求或請求，或是向至高無上的存在（例如基督教的上帝）表達敬意、讚美、感激或感恩之情，祂有能力滿足請求並接受愛的表達。有些宗教的祈禱對像是人造的無生命物體，例如木頭、石頭或黃金製成的偶像，他們相信這些偶像對他們的生活有影響力。有些人向特定的人祈禱，例如天主教徒向聖母瑪利亞祈禱。今天的祈禱與早期基督徒的祈禱相同嗎？或者，祈禱只是對個人滿足的陳述或請求，例如健康、財富和幸福？（蘭道夫·鄧恩撰寫）

第一階段語言和文化短語

1. “他毫無勝算。”

我這輩子幾乎每天都能聽到這句話：「他毫無勝算。」我們會在勝算渺茫、事情還沒開始就注定失敗、邏輯告訴我們沒有出路的時候說這句話。通常，說這句話並非出於神學意圖，它只是語言而已。但這的確是一種奇特的語言。

這種表達方式的前提是，祈禱，至少在我們集體記憶的某個角落，代表著一種可能性。如果一個人仍然“心存希望”，那麼某些事情就還沒有完全結束。即使是那些從不認為自己信教的人，也仍然會使用這個短語。這說明了一些問題。

我發現語言能在信仰逐漸消逝之後，依然長久地保存著某些觀念，這很有意思。我們或許不再用教義的語言談論祈禱，但當結果看似無法挽回時，我們依然會求助於它。我們用它來形容不可能，彷彿祈禱是連結現實與虛幻的最後一根細線。

仍然有可能。

還有一句我們幾乎脫口而出的話：「我會為你祈禱。」或者，「我會為你祈禱。」這兩句話我都說過，有時是出於真心，有時是因為我不知道還能說什麼。但當我這麼說的時候，我真正想表達的是什麼？是安慰？是希望？還是…

承認我已經達到我能力的極限了？

耶利米記錄了這樣一段邀請：「你們呼求我，我就應允你們。」這段話沒有解釋，沒有機制，也沒有溝通方式的圖示。

只是這樣一段話。

邀請函。

或許禱告與其說是為了尋求確定性，不如說是為了拒絕過早宣布某件事已經結束。當我們說某人「沒有禱告的餘地」時，我們實際上是在說希望已經破滅。

祈禱是大聲說出希望，那麼或許更深層的問題不在於它如何運作，而在於我們是否仍然為可能性留有空間。

這件事一直縈繞在我心頭。

2. “我們正在祈禱奇蹟發生。”

我們有時會在截然不同的場合聽到截然相反的話：「我們正在祈禱奇蹟發生。」這句話說出口時，語氣就改變了。

醫院、家庭聚會、大家都不願說出心裡話的時刻。

在英語中，這句話聽起來像是正面的祈禱。在西班牙語中，我們常說“Estamos esperando un milagro”，意思是等待奇蹟。前者聽起來像是行動，後者聽起來像是耐心。兩者都蘊含著同樣的張力。

我們這樣說是什麼意思？我們是在要求自然秩序改變嗎？我們是在承認我們已經走投無路嗎？還是我們只是不願意在故事還沒結束前就給它下結論？

即使在那些聲稱只相信可量化事物的人群中，「奇蹟」一詞仍然在日常用語中出現。這種現象值得注意。它表明，我們大多數人，即使是默默地，也為外界的干擾留有一線空間。

並非每次祈禱都會帶來我們所謂的奇蹟。經驗很快就會告訴我們這一點。然而，人們仍然不斷地使用「奇蹟」這個詞。有時我會想，他們所期盼的奇蹟，或許並非總是境遇的逆轉，而是擁有承受苦難而不崩潰的力量。

從表面上看，這種轉變似乎並不劇烈，但實際上卻不容小覷。

這句話之所以流傳至今，是因為我們內心深處有一種抗拒終結的心理。

3. “思念和祈禱。”

在公共悲劇發生後，幾乎立刻就會出現這樣一句話：「我們與你同在，為你祈禱。」這句話意在安慰人心，而且往往確實如此。我曾經收到過這樣的慰問，也從中感受到了支持。我也注意到，隨著時間的推移，這句話的含義發生了變化。對某些人來說，它依然代表著同情。但對其他人來說，它顯得不夠充分，彷彿只是在取代某種更實際的東西。

在西班牙語中，我們可能會說「Estamos con ustedes en pensamiento y oración」。它的節奏略有不同，幾乎暗示著存在而不是距離。儘管如此，問題仍然存在。

我們說出這些話時，究竟是在表達什麼？團結？同情？還是承認我們無法控制剛剛發生的事？

在聖經中，禱告很少單獨出現。亞伯拉罕代禱後仍繼續前進；摩西禱告後仍與法老王對抗；尼希米禱告後重建家園。禱告並非取代行動，而是塑造行動。

所以，圍繞著「默禱」的爭議或許並非在於我們是否禱告，而在於我們期望禱告能起到什麼作用。禱告是行動的替代品嗎？是無助的表達嗎？還是說，禱告在改變境況之前，先改變了禱告者本身？

這或許就是不適感的開始。因為如果祈禱毫無作用，那麼這句話就毫無意義。

但是，如果祈禱能改變某些事情，即使改變的是我們自己，那麼這些話語就比我們有時承認的更有分量。

這就引出了下一個問題：當我們說祈禱能改變事物時，我們所說的「事物」指的是什麼？

4. “祈禱能改變一切。”

多年來，我一直在教堂的標語上看到這句話：「禱告能改變一切。」這句話聽起來充滿自信，幾乎像是板上釘釘，彷彿承諾會帶來可衡量的結果。但我常常疑惑，這裡的「一切」究竟指的是什麼。

境遇並非總是能改變，疾病並非總是消失，結果也並非總是能逆轉。任何活得夠久的人都知道，祈禱並非像槓桿一樣，可以隨心所欲地改變現實。那麼，當我們說祈禱能改變事物時，我們究竟在描述什麼呢？

有時我發現，禱告會改變禱告者本身。並非劇烈的改變，而是悄悄重塑思維。它減緩了反應速度，揭示了動機，讓我看清最初祈求之下真正想要的是什麼。有時，我一開始祈求的是某個特定的結果，最後卻發現自己面對的只是自身的急躁。

這算是「改變現狀」嗎？

大衛禱告認罪時，事情在環境改變之前就已經轉變了。約伯抗議時，情況並沒有立即好轉，但談話卻更加深入。耶穌在客西馬尼園禱告，苦杯沒有離開他，但他站起來，走向…

等著他。

或許「祈禱改變一切」並非指扭轉乾坤，而是指在事態發展過程中拒絕固步自封。這或許難以用標語表達，但卻更貼近生活體驗。

這讓我們回到所有這些說法背後不斷湧現的更大問題：如果祈禱不是控制，不是魔法，也不是逃避，那麼它是什麼？

5. “凡事皆有因果。”

我聽過無數次這句話，都是在人們經歷失去親人的時刻。它通常被輕聲細語地說出，帶著一絲保護的意味，彷彿這些話語本身就能減輕剛剛發生的一切帶來的衝擊。有時，我也說過這句話。但我並不總是清楚自己當時究竟是什麼意思。

這是否意味著每件事都是精心安排的？苦難背後隱藏著我們尚未察覺的藍圖？即便感覺極度不公，一切並非偶然？這句話聽起來令人感到安慰，但它也可能過早結束對話，在悲傷有機會傾訴之前，就將其拋諸腦後。

在《約伯記》中，約伯的朋友們堅信一切事物的發生都有其原因。他們早已準備好了各種解釋。苦難必然與過錯有關，混亂必然與後果有關。他們的這套體系之所以顯得穩定，是因為它能解釋一切混亂。

喬布對此並不確定。

他沒有否認上帝，也沒有放棄信仰，但他拒絕墨守成規。他質疑，他辯論，他要求傾聽。他發自內心地訴說痛苦，而沒有事先將其包裝成神學理論。在我看來，這才是真正震撼的。

如果一切都簡單明了，解釋得清清楚楚，那就無需抗議了。然而，約伯祈禱恰恰是因為他認為解釋不夠充分。他的祈禱並非出於清晰，而是出於困惑，並非出於接受，而是出於緊張。

或許，禱告的必要性就在於此——並非當我們理解了原因，而是當我們覺得原因不夠完整時。也許「凡事皆有因」有時是我們試圖平息不安、盡快恢復秩序以便繼續前進的嘗試。而禱告，則可能是當我們無法從確定性中獲得滿足時所採取的行動。

一種方法是關閉文件，另一種方法是保持對話開啟。

我不確定哪個比較容易，但我相當肯定哪個比較誠實。

6. 為什麼要祈禱？

如果上帝無所不知，為何還要祈禱？如果結果的走向與我們所說無關，為何還要開口？如果苦難持續不斷——如果疾病並非總能痊癒，如果不公依然存在，如果真誠的請求也無濟於事——那麼祈禱究竟有何意義？

我曾經不只一次私下問過這個問題。答案不外乎那些耳熟能詳的：關係、順服、信仰、依賴。這些答案本身並沒有錯。但有時它們來得太快，彷彿急於在問題尚未完全成形之前就消除內心的不安。

所以我嘗試從不同的角度思考這個問題。既然無法掌控結果，人類為何還要說話？為何有人會站在墓前，對著一個不會回應的人說話？為何父母會在熟睡的孩子耳邊輕聲細語？為何痛苦的人會在黑暗的房間裡低語？言語本身就是一種關係，即便沒有明顯的回應。我們說話不僅是為了傳遞訊息，更是為了維繫彼此間的連結。

或許禱告正是以這種人性的方式運作的。它或許並非告知上帝未知之事，甚至並非像我們彼此勸說那樣去說服祂。它或許在於拒絕孤立，在於即便沉默暗示一切都已封閉自守，也要保持溝通管道暢通。

在舊約中，亞伯拉罕辯論，摩西懇求，大衛懺悔，約伯抗議。他們都沒有提供新的訊息，而是在進行一場對話。耶穌也禱告——並非儀式性的，而是反覆的。在做決定之前，在行神蹟之後，在精疲力竭之時，在困境之中。如果他不是在更新上帝的認知，那麼就一定有其他的事情在發生。或許是尋求與上帝的契合，或許是尋求力量。誠實。臣服。或許甚至是對絕望的反抗。

或許，祈禱正是我們自給自足的幻覺開始瓦解的地方。或許，正是在禱告中，我們承認掌控力是有限的，即使我們寧願假裝並非如此。或許這只是人類在意識到現實遠比他們所能衡量或掌控的要大時所做出的反應。

祈禱似乎並非因為其有效而得以延續，而是因為沉默令人感到不完整。有時我會想，更深層的問題或許不是祈禱是否能改變結果，而是從未祈禱過的人會變成什麼樣子。

這個問題並非指責，它只是縈繞不去。

第二階段—如果有人人在聽

7. 我們在跟誰說話？

我曾去過一些房間，有人說：“讓我們祈禱吧”，氣氛幾乎立刻就變了。

有些人毫不猶豫地低下頭。有些人停頓片刻，不知該如何擺放姿勢。還有些人則一動也不動，睜大眼睛，注視著。沒有人解釋即將發生什麼事。

人們只是預設有人在偷聽。

但是誰呢？

當我們說「祈禱」時，這些祈禱究竟去了哪裡？當一位母親在病床邊輕聲祈禱，當獨自一人在車裡的人說“上帝，救救我”，當一個壓力之下的人不假思索地向上天低語，究竟是誰在祈禱的另一端？

片刻？

並非每個人都會給出相同的答案。有些人想像一位聆聽者，一位親切的神。有些人則更模糊地談論某種存在、某種力量，或某種超越語言的東西。有些人承認自己不確定，但仍開口說話。還有一些人堅信根本無人傾聽——然而，在某些時刻，話語依然會湧上心頭。

我對此很感興趣。

如果沒有聆聽者，祈禱便會留在祈禱者的心中。它或許能使人心神平靜，或許能使人克服恐懼，或許能幫助人忍耐。數個世紀以來，數十億的祈禱都將消散於寂靜之中，從未被接收，從未被回應。僅僅是人類的氣息釋放到浩瀚無垠、冷漠無情的宇宙中。

另一種可能性是，祈禱是關係性的。當我們祈禱時，我們是在與超越自身的一個真實的「你」對話。這不僅僅是一種內在的應對機制，而是一個真正的傾聽者。如果真是如此，那麼祈禱並不會止於說話者本身。

這兩種可能性之間的差異並不小。如果祈禱是自我傾訴，它就停留在內心深處；如果祈禱是關係性的，它就會向外延伸。我們大多數人生活在這兩種假設之間，卻從未真正檢視自己究竟是遵循哪一種假設。

在問祈禱是否能改變事情，或者一切的發生是否有原因之前，或許在這兩個問題背後都隱藏著一個更簡單的問題。

我們禱告時，是在自言自語，還是在與人交談？

有人嗎？

這個問題不需要倉促回答。

但最終，它還是要求得到明確的答案。

8. 當答案沒有出現時（約伯記）

故事發展到某個階段，約伯不再回應朋友們的勸告，而是開始越俎代庖。他們已經完成了他們的任務。他們解釋了他的苦難，將損失歸咎於過錯，將痛苦與隱藏的錯誤聯繫起來。他們的體系井然有序。如果出了什麼問題，那一定有原因。

約伯聽著。然後，情況發生了變化。他沒有和他們爭論，而是把話題轉移到了別處。他說話時彷彿房間裡還有另一個人。「我要傾訴我內心的痛苦，我要控訴我靈魂的苦澀。」他絲毫沒有試圖讓自己聽起來鎮定，也沒有努力緩和語氣。他的聲音聽起來受傷、沮喪、執拗。

讓我印象深刻的不是他痛苦的程度，而是他痛苦的方向。

他並非在對著空無一人的內心傾訴。他渴望有人傾聽。「哦，但願我知道在哪裡能找到他。」這句話一直縈繞在我心頭。它並非哲學式的，而近乎一種具體的感受。彷彿他可以走到某個地方，站在那裡，直到有人傾聽他的聲音。

隨之而來的沉默並沒有阻止他，反而延長了談話的時間。損失依舊，疑問依舊。沒有立即出現解釋來穩定局面。但他仍然繼續說下去。

如果祈禱只有在迅速得到回應時才有意義，那麼約伯早該停止祈禱了。

相反，他的言論變得更加直接，更加坦率，幾乎帶有對抗性。他不再辯論上帝是否存在，而是以上帝存在的態度說話，並要求這段關係解釋所發生的一切。

這種祈禱中蘊含著某種真誠。它拒絕粉飾痛苦的本質。或許，這正是這個故事得以流傳至今的原因之一。

這表明祈禱並非總是平靜的。有時它聽起來像抗議。有時它聽起來像有人在敲門，但門並沒有立即打開。

這就引出了問題的另一個層次。

如果我們假設有人在聽，當這個人保持沉默時，我們該怎麼辦？

9. 當禱告帶來歸屬感（亞伯拉罕）

在靜下心來思考約伯的抗議之後，我發現自己又回到了另一個場景。這裡的基調發生了轉變。

亞伯拉罕站在城外，俯瞰著一座即將被毀滅的城市。結局似乎已成定局。

然而，他卻開始說話了。

現在讀來，我聽不出任何反抗之意，反而覺得熟悉而親切。「你們要把義人與惡人一同毀滅嗎？」這個問題問得很謹慎，幾乎是經過深思熟慮的。然後，他降低了數字

五十、四十五、四十，緩慢而恭敬地進行著。交流繼續進行，沒有絲毫緊張。

真正讓我印象深刻的並非談判本身，而是亞伯拉罕說話時那種歸屬感。他認識他所面對的那一位，他明白那位存在的意義。

他依然問。他的語氣中帶著敬畏，但也十分沉穩。他並非試圖掌控結果。他身處一段足夠牢固的關係之中，足以承受這樣的提問。

他年輕時並非如此。亞伯拉罕的故事是一段漫長的旅程——離開、流浪、等待、學習。當他最終屹立於那座城之上時，他的內心已然沉澱下來。

他說話的語調不像一個對上帝不熟悉的人，而像一個與上帝同行足夠久，足以信賴他所面對的那一位的人。

這座城市也未能倖免。這場對話並不能像數字所暗示的那樣改變歷史。但亞伯拉罕並沒有因為提出這個問題而被沉默。對話仍在繼續。

當我靜下心來思考這個問題時，我對祈禱的看法改變了。它不再像是一種緊急避險的語言，也不再像是一種儀式性的義務。它更像是一種歸屬感，就像一個人知道自己有權發言，因為這種關係是隨著時間的推移而逐漸建立起來的。

這讓我不由自主地回到了縈繞在这一切背後的問題上。

為什麼要祈禱？

如果祈禱並非為了掌控——這座城市也未能倖免——那麼或許它的意義在於面對權力而不退縮。或許它的意義在於，即使未來並非如他所願，也要以一個深知自己歸屬其中的人的身份去發聲。

這並沒有完全回答這個問題。

但這能保證它的真實性。

仍在努力解決這些問題

第三部分—超越自我的祈禱

10.彼此代禱

共同承擔責任和參與

11.獨處時（耶穌祈禱）

節奏、撤退和調整

12.如果可能（客西馬尼園）

慾望、臣服與緊張

13.你為什麼離棄我？

在寂靜邊緣的祈禱

第四部 它把我帶到何方

14.聖徒的祈禱言語會消失嗎？

15.我仍然祈禱。