

2026 年 1 月 11 日

雅各伯书

「祈祷的能力」

雅各伯书 5:13-20

你们中间有受苦的吗？他该祈祷；有喜乐的吗？他该歌颂。你们中间有患病的吗？他该请教会的长老来，他们该为他祈祷，因主的名给他傅油；出于信德的祈祷，必救那病人，主必使他起来；他若犯了罪，也必蒙赦免。所以你们要彼此承认过犯，互相祈祷，为得痊愈。义人的祈祷，大有功效，行之必果。厄里亚与我们是性情相同的人，他恳切祈祷，求天不下雨，雨就三年零六个月没有降在地上；他又祈祷，天就降下雨来，地也生出土产。我的弟兄们，你们中间若有人偏离真理，有人使他回转，该知道：使一个罪人从迷路上转回，便救他的灵魂不死，并且遮盖许多的过犯。

雅各伯在书信的结尾呼吁众人热切祈祷。诚然，这样的祈祷大有能力。若我们更坚信祈祷的力量，许多事都能变得更好。祈祷在任何境遇中都有益处，因为它为上主临于我们、我们也走向祂铺平了道路。宗徒提醒我们，当日长为病人祈祷并傅油时，祈祷也具有治愈的能力。他劝勉忧愁的人要祈祷，喜乐的人要歌颂圣咏。

正因祈祷如此重要，值得我们稍作停留，深思这一主题。应当留意，宗徒雅各伯提醒我们，圣厄里亚热切而有力的祈祷所成就的事：天三年零六个月没有下雨，又因他的祈祷而重新降雨。

许多圣人都为我们提供了关于祈祷应有的样式及其对我们应产生的影响的宝贵劝言。圣玛达肋纳·德·帕齐说：「祈祷应当单纯、热切、虔诚、恒切，并怀着极大的敬畏。我们必须意识到自己正站在天主台前，与上主本人交谈——天使们在祂面前也因敬畏而战栗。」

我们一再被提醒，在圣体前祈祷的独特性。教宗若望·保禄二世在其 *encyclical* 《教会来自圣体》(Ecclesia de Eucharistia) 中写道：

「如果在我们这个时代，基督徒最应当以『祈祷的艺术』为标志，我们怎能不感到一种新的需要，即在至圣圣体中的基督面前，花时间进行心灵的交谈、静默的朝拜和由衷的爱慕呢？亲爱的弟兄姐妹们，我曾多次体验到这一点，并从中获得力量、安慰与支持！」

我们的教堂虽然常常空无一人——难道它们不邀请我们领悟圣体柜前耶稣的临在吗？圣体中的上主不正在那里等候我们，以祂甘甜的陪伴祝福我们吗？我们也可以寻找圣体被隆重供奉的地方，与乐于停留在这些神圣场所的天使们一同朝拜上主。

接下来，让我们聆听圣阿尔坎塔拉的伯多禄关于祈祷的论述，愿它激励我们永不忽视祈祷，而是热切地寻求它：

「祈祷是爱的食粮，是信德的坚固，是望德的巩固，是心灵的喜乐。它帮助我们发现真理、

战胜诱惑、克制痛苦、更新决心、克服平庸。祈祷销蚀罪恶的锈迹，点燃爱的火焰。祈祷能够开启天堂之门。」

神秘主义者圣玛蒂尔达·冯·哈克伯恩的以下言论，也能激励我们使祈祷成为生活中不可或缺的一部分：

「人全力以赴所做的祈祷，大有能力。它能使苦涩的心变得甘甜，使忧愁的心变得喜乐，使贫穷的心变得富足，使愚昧的心变得明智，使胆怯的心变得勇敢，使软弱的心变得坚强，使盲目的心灵睁开双眼，使冰冷的灵魂燃起火焰。它将伟大的天主引向渺小的心灵，将饥渴的灵魂提升至满溢的天主面前。」

我们以这一祈祷的邀请结束对雅各伯书的系列默想，这一邀请也适用于书信最后一节所提及的主题——那些走在歧途上的人。我们或许没有机会亲自接触他们，帮助他们回归正途，但我们所能做的，是以信德和信心为他们祈祷。这是我们作为天主教徒能够为所有人提供的宝贵服务，从而帮助他们踏上悔改之路。

在宗徒雅各伯的诸多宝贵劝言中，让我们深刻领悟这一祈祷的劝勉，使它成为全人类的莫大祝福。

当日读经默想：<https://en.elijamission.net/2022/01/09/>

当日福音默想：<https://en.elijamission.net/the-baptism-of-the-lord/>