

關於家庭祈禱的幾點反省與建議

三年前（2001）舉行的新世紀新福傳大會，其第一項決議：建立信望愛的福傳家庭。為達到此目標，依照大會擬定的辦法，首先要推動家庭祈禱，藉以加強家庭信望愛的生活。福傳推動小組曾用一年的時間積極地到各教區去宣導並做祈禱的示範。這說明本地教會大多數信友家庭並沒有祈禱的習慣，似乎也不知道如何做祈禱。

家庭祈禱的習慣

生自老教友家庭，筆者憶起童年時本家以及大多數教友家庭的祈禱習慣。晨禱、晚禱是每個家庭每天必行的功課，稱之為早課、晚課。早期的傳教士編譯了這些祈禱的經文。從前大多數教友，尤其鄉下教友多為文盲。經由老師講解、教導，不論老幼都能大聲以簡單的曲調背誦，不需祈禱手冊。經文內容包括教會傳統的主要經文，如信莖、天主經、聖母經、聖三光榮頌，十誡等，以及適合於早晨和晚上的經文等。就是藉由此類祈禱，教友得以維持他們的信德，及教友生活。教難時，雖不能再大聲誦念，仍儘可能低聲祈禱，並教導孩童背誦經文。教難一過，他們又恢復舊日習慣，全家大聲祈禱誦經。晚飯後，在有教友的鄉村中，可以聽到此起彼落的家庭祈禱聲。這確實是祈禱的教會！祈禱不應只限於在聖堂中，應該實行在家庭中。

家庭是小型的教會，近代教會許多文件稱之為「家庭教會」、「家庭教堂」(Domestic church)。意思是家庭應是一個侍奉天主，尤其是祈禱的地方。每個家庭成員經由聖洗聖事領受了「普通司祭職」，這主要是舉行禮儀和祈禱的職務。在家庭中可舉行禮儀嗎？以下再予以說明。

祈禱傳統的形成

自宗徒時代以來，初期教會所呈現出來的一項特質：祈禱生活，因此可以說，是祈禱的教會。教會是在祈禱中誕生的（參閱宗一13、14）。從宗徒們的著作，我們知道，早期的基督徒每天祈禱（宗二46），有個人祈禱時，也有團體祈禱時。

在家裡祈禱，也到聖殿或會堂祈禱。無疑的，他們是在效法耶穌祈禱的榜樣，並遵從祂要門徒們祈禱的命令：要恆心祈禱（瑪七7-12；路十一5-13），要常常祈禱（路十八1；二一36）。保祿宗徒在他的書信中常勸告信友們要不斷地祈禱（弗六18；哥四2；得前五17）。

初期教會的一些教父的著作都曾談到祈禱，使我們瞭解當時基督信徒祈禱的情形。為實踐基督要我人常常祈禱的命令，信徒應每天祈禱，在一天中固定的時刻。此固定時刻各地有所不同。有的地區規定七次（起身後，第三、六、九時辰，就寢前，半夜時，雞鳴時），有的五次（晨禱、第九時辰禱、晚禱、半夜禱、雞鳴禱），有的三次（晨禱、午間禱、晚禱）。所用祈禱文多取自聖經，尤其是聖詠集。聖詠集自古以來常用做教會最重要的祈禱手冊。

初世紀以後的世代中，特別由於隱修會的興起，定時祈禱的習慣逐漸形成，祈禱的內容和模式也漸趨制度化。經過各個時代的修訂、增刪，而形成現代所稱呼的日課（Divine Office）。這是很久以來聖職人和修會會士所應該用的祈禱手冊。一般平信徒通常也養成每天定時祈禱的習慣，至少在早晨及晚間，以及飯前、飯後都要祈禱。為這些祈禱時刻，教會也編訂了祈禱手冊，除早晚課經文外，也編入為不同機會、不同意向的禱詞。

教會的祈禱通常採取一種模式或基本結構：首先誦念準備的祈禱文，之後聆聽或誦讀聖經，然後做回應的祈禱文。如此形成跟天主的對話。

教會祈禱的革新

由於時代的變遷，社會生活的轉變，教會發動了多方面的革新或重整。在禮儀祈禱方面也作了全面的革新。對歷代以來整個教會通用的拉丁文日課，進行了徹底的改革，以適應現代的生活方式。其目的之一也是要一般信友能參與日課禮儀的舉行，至少參與其主要部分，晨禱與晚禱。如此，整個教會，不論是聖職人，修會團體或平信徒都用同樣的禱詞向天主祈禱，而且是為全體人類不同的需要而代禱。這是教會要我們用日課經祈禱的主要目的。

家庭祈禱可用日課經文嗎？當然可以，這也是教會的意願（參閱日課總論27、32）。因此各地方教會也編譯了特為一般信友用的日課經文，包括全年每天的晨禱、晚禱、夜禱等經文。我國禮儀委員會特編譯了《每日禮讚》供信友採用。為了更方便使用，尤其為旅行時攜帶方便，更編印了一本，袖珍型《每日禮讚》。仍有人嫌此種祈禱有些複雜，筆者依據教會傳統祈禱基本結構，按照禮儀節期編寫了一本更簡單的祈禱手冊《家庭祈禱》，為每個季節提供晨禱與晚禱模式及飯前、飯後祈禱文。手冊中也針對前輩傳教士留給我們的寶貴遺產，文言文的早晚課經文，做了革新的建議，以迎合現代的

需要。

家庭祈禱多元化

祈禱的主要目的在聖化自己、裝備自己，爲了人類的得救，而爲基督的福音作生活的見證。除了教會提供的祈禱方式，個人或個別家庭有充分自由採取自己喜歡的模式，但要注意不要忽略誦讀聖經。重要的是達到與天主交談、共融的目的，促進個人信望愛三德的成長。

梵二祈禱革新也要求我們的祈禱應與禮儀慶節配合。十年前的福傳大會中曾有推行家庭禮儀生活的決議，有「禮儀家庭化」，「家庭禮儀化」的要求。家庭祈禱不應僅限於口禱，多次可配以某種儀式。換句話說，在家庭中可舉行某種禮儀，我們不是把家庭視爲教堂/教會嗎？家庭成員不是藉由洗禮而領受了（普通）司祭職務嗎？其實禮儀本身也是祈禱，是藉由記號語言或象徵語言所做的祈禱。

爲回應大會的要求，筆者陸續編寫了《家庭禮儀》及《家庭敬禮》。前者主要目的：使家庭生活禮儀化，意思是，使家庭生活中的重要事件以及社會上或民間的大慶節，藉由某種祈禱儀式的舉行予以慶祝或紀念，並藉此予以聖化。比如生日、結婚週年、父親節、母親節等的慶祝，以及端午節、中秋節、新年、春節等節日的慶祝。全書共提供了十八個主題，亦即十八個簡短儀式，用以慶祝每一事件。每一儀式通常包括準備性導言及禱詞，然後讀一端相關聖經章節，之後是代禱及祝福或與主題相關的儀式。

後者《家庭敬禮》，主要目標是使禮儀家庭化，意思是使在聖堂舉行的禮儀，以另一種方式延續在家庭中。也就是說，如何在家庭中善度教會的禮儀年。書中爲每個禮儀季節、主日、大慶節等提供簡短祈禱儀式，以及某些教會習俗或熱心敬禮的推行建議。期能幫助信友，使家庭生活配合禮儀年的節拍，在教會領導下，跟隨著耶穌，以聖人、聖女爲榜樣，在人生的旅途上行進。全書包括五十幾個單元或祈禱模式，結構大致與前者相同，提供給家庭祈禱豐富的參考資料，使祈禱多元化，而不是每天都誦念同樣的經文。

此外主教團禮儀委員會也編訂了一本袖珍型《家庭敬禮手冊》，是爲響應主教團〈家庭共融與福傳年〉牧函（1993年）所編的。書中包括簡短的晨禱、晚禱，常用經文，新房屋祝福儀式，幾項熱心敬禮，如家庭玫瑰經，新式聖母禱文，以及信友的〈成年禮〉等。是一本攜帶方便的祈禱手冊。

結語

希望這種多元化的祈禱能補充我們家庭宗教教育的普遍的不足或缺乏，藉以加強對自己信仰的認識與深化，而使之鍛鍊成戰勝世界的武器（參閱若望一書五4）。爲了福傳，家庭祈禱應著重信仰的陶成。

教會自古以來就是祈禱的教會。但是祈禱不僅侷限於主日在聖堂中的禮儀、祈禱，應是整個教會，包括家庭及信友個人的祈禱。福音的廣傳，教會的發展與成長有賴於祈禱的力量。近年來福傳的工作成果不彰，是否由於我們祈禱不足，沒由培養出祈禱的家庭，信仰堅強的家庭？推行建立信望愛的福傳家庭，任重道遠。希望能建立起一種持久性的家庭祈禱傳統，真正遵從救主的訓誨：「你們要常常祈禱！」