

寫給你心中  
尚未崩壞的地方

陳韋舜 × Charis

02

假如

我食飯

唔祈禱……？

老師：

忘記了是第幾個晚上，我又獨自一人晚餐。

面前是一個杯麵，麵條已有點發脹——我永遠拿捏不好最佳食用時間。

我慣性地合上眼，心裏默默念着：

「感謝天父，賜我飲食，求主潔淨，食後有平安。阿們。」

睜開眼，麵條好像發脹得更厲害了。

我一個勁地把它塞入口，突然想起有些人說吃東西是為了裹腹。

我好像明白了那是怎麼一回事。

我靜靜地把麵吃完。

在往後的日子，我每一次謝飯祈禱，總會記起那個晚上。

起初，我不明白，只覺得有一種異樣的感覺。

後來我知道了那種違和感的由來。

那是我人生中一段比較艱難的日子。

姊姊因患病緣故，暫住中途宿舍。爸爸去世了，媽媽開始要外出工作。哥哥從事飲食業，一直早出晚歸。

本來熱鬧的五口之家，逐漸凋零。偌大的房子終日只剩我像野鬼般遊走。

那年我大概十五、六歲，還未懂得欣賞孤獨的美麗。

我不習慣。

整個人一直被孤單感捆綁，終日籠罩着一層薄薄的灰暗。

於是，當我開口說「謝謝天父」時，我心中冒起的是「不，我一點也不感謝天父」；當我說「賜我飲食」時，我心中所想的是「我沒有為這樣的飲食有半點感恩。我懷念從前的家常小菜和餐枱的熱鬧。」

但我還是年復年，日復日地在飯前作感恩禱告，因為「我們日用的飲食，今日賜給我們。」有食物可吃，似乎本身已是一件該去感恩的事情。

「有很多人，三餐總不溫飽，無奈捱餓。」

我沒有埋怨的資格。

我對自己說。

我有時會領禱，有時並不。

但很多次，我總覺得疑惑。

當我們在打邊爐，吃着炸物，怎能祈禱上帝「賜我有健康的身體」？

當我們在朋友家中，在光鮮乾淨的餐廳，而我們禱告「求主潔淨枱上面的食物」，會不會有點失禮？

當我們在一個很多人的聚餐當中，明知大家也不過輕輕鬆鬆嘻嘻哈哈就過



一晚，我們卻祈求「希望今晚有美好的分享」，算不算虛偽？

我開始減少謝飯禱告（在我並不特別感恩的時候），身邊的朋友總一再驚訝：「咦，你不是信耶穌嗎？為何吃飯不祈禱？」

似乎除了基督徒，非信徒也對於「謝飯祈禱」這印象非常深刻。

在不同聚會當中，總會有人說：「你敢讓人知道你是基督徒嗎？」而緊接着的例子必然是「你敢在跟別人吃飯時祈禱嗎？」

彷彿要人認出自己是基督徒，「謝飯祈禱」就是一個標誌。

為甚麼那標誌卻不是：

「你敢讓人知道你是基督徒，為孤兒寡婦發聲嗎？」

「你敢讓人知道你是基督徒，向強權挑戰嗎？」

「你敢讓人知道你是基督徒，放棄自己所有為上帝獻上嗎？」

究竟基督徒和「謝飯禱告」何以羈絆如此深厚？

假如  
我食飯  
唔祈禱……？

基督徒為甚麼必須在吃飯前祈禱？

這是否有着甚麼屬靈意義？

老實說，我真的不太清楚。

我唯一有印象聖經記載人們吃喝前會祈禱，大概就是主耶穌在逾越節晚上吃的那一餐。

要不然就是獻祭時祭司的禱告。

但除此之外呢？吃飯和祈禱之間究竟有甚麼關係？

老師，我記得當你教懂女兒「謝飯祈禱」後，你很高興。

我記得當我第一次可以鼓起勇氣在家人面前祈禱時，我也很高興。

其實，究竟我們是在高興甚麼呢。

Charis

## 親愛的 Charis..

你問：「基督徒為甚麼必須在吃飯前祈禱？」

又告訴你另一個秘密：其實我自己一人獨自吃飯時，很多時候也沒有「謝飯祈禱」的——至少不是合上手、閉上眼、傳統意義上的祈禱。事實上，一個人，與天父單對單，禱告就沒有必要拘禮於外在的形式。不是嗎？一個人吃飯也合上手、閉上眼睛，情況就等同於獨自一人在家去廁所仍要關門一樣，感覺有點怪怪的。☺。當然，有人仍會堅持上廁所要關門，「關上門」總比「不關門」感覺來得正確，事實上卻沒有這個必要。甚至，我要說，「關門」只是基於一種習慣，不做感覺不好罷了——噢，為甚麼說禱告會說到上廁所的呢。

無論如何，其實我仍會「謝飯禱告」，但我比較喜歡一邊

吃、一邊咀嚼、一邊默默的感謝天父。儘管這感謝只是絲絲的 0.5 秒，但卻是真誠的祈禱。

一、

你其實做對了一件事：禱告與我們的生命相稱。感恩的人感恩地禱告；傷心的人傷心地禱告；懊悔的人懺悔禱告；吃得孤獨的人就會孤獨地禱告。這道理說起來簡單，但是，禱告多了，人們卻往往忘記了這最基本、最直觀的一點。禱告不僅反映我們的生活——禱告根本就是我們的生  
活。因此，若我們的禱告與生活分割，若禱告脫離了自己的現況——勉強的感恩，勉強的認罪，勉強的讚美，我們的禱告就與法利賽人的禱告沒有分別了（路 18:11-12）。因此，要讓「謝飯禱告」變得有意義，信主後不久，我的「謝飯禱告」就出現了以下的變奏。在此不妨給你推介一下：

1. 試試不要飯前禱告。改為飯後禱告。吃過覺得好吃，真的嚐過主恩的

滋味後，才真心來一個感恩禱告。

2. 與一班朋友「食好西」，暢快地談天說地之時，不妨真情流露、開懷、帶點霸氣地跟朋友順帶說一句：「God, 這次真要感謝天父啊！」
3. 除了謝飯禱告以外，更要謝藥禱告。不是嗎？若是吃飯要感謝天父，生病時有藥吃就更應感謝天父。
4. 深宵夜闌人靜，一個人走進廚房打開冰箱偷吃零食，那刻的快樂，那刻的笑容，就讓這快樂變成一個感恩的禱告。
5. 一個人吃頹飯，禱告時不妨有話直說：「天父……這餐很頹……」（

说到底，謝飯祈禱是我們作基督徒的生命流露。我想，所謂「要人認出自己是基督徒所以就謝飯祈禱」，大概是把整個邏輯次序倒轉了吧。

## 二、

不過，雖說謝飯禱告不是律法，但是謝飯禱告作為一種「慣常規

矩」卻反映出禱告的另一種本質——禱告是上帝的命令。沒錯，「感謝天父」理應是一種真情流露的表現，但是，需知道，「凡事謝恩」（帖前 5:18）卻從來都是天父的命令。所謂「命令」，就是一些不能按自己心情狀態隨意決定的東西吧。

那麼，我是如何理解這禱告的命令——如何理解這個「基督徒需要謝飯禱告」的規矩呢？我會說，這個「謝飯禱告」，其實是生命突如其來作為一種中斷的小間奏。禱告的命令讓我們從恆常中分別出來，迫使我們離開生命的平淡瑣碎 (trivialization)，再次回到與上帝的獨特 (particularity) 之中——我仍然強調，與上帝的關係不應只是獨特的。但是，「獨特」卻仍有它無可取代的屬靈意義。

舉一個例子。獨自一人吃晚飯，感覺很孤獨。不過，一個外在的、律法的、慣常的謝飯禱告，卻猶如一個鬧鐘般讓我們從生活的庸常中醒悟過來，提醒着自己：我其實不是獨自一人。或者，當我們匆忙地吃着類飯時，這個「被命令」的謝飯禱告往往能夠喚醒一個毫無感恩之情的自

己：其實你應該為自己仍然有飯吃感恩。一個短短幾秒的謝飯禱告，讓我們認清這仍然是天父的供應。

感恩需要出於真誠，但是人就是往往忘記感恩。因此，我想，謝飯禱告就猶如一個沒有律法本質的律法一般，讓我們在九宮格中學習感恩。

最後，你問：「為甚麼我教懂女兒謝飯祈禱後會很高興？」

哈哈，其實沒有為甚麼，我對着女兒甚麼時候都會很高興的。不過，認真的說，其實我不是想教導女兒謝飯禱告，我其實想教導女兒學懂自己凡事禱告上帝——為此，謝飯禱告大概是她學習禱告的第一課吧。

說起她的禱告，跟你分享一下她近來的禱告習慣。最近，每次吃飯前，她的禱告都沒有合上手，沒有閉上眼，她只是一邊拿起餐具一邊對着食物簡潔快樂地說：「謝謝主，有飯飯食，阿們。」

很可愛啊，你說對不對？

陳韋安

神學是粉紅色的秋

## 寫給你心中尚未崩壞的地方

---

出版總監：楊熙楠

作者：陳韋安 洪麗芳

責任編輯：張碧嘉

校對：史曉晴

美術設計：胡敏

出版：明風出版

o/b Institute of Sino-Christian Studies Ltd.

香港新界沙田道風山路 33 號

電話：(852) 2694 6868 傳真：(852) 2601 6977

電郵地址：mingfeng@iscs.org.hk

初版：二〇一七年

© 2017 年版權所有，不得翻印

**Theologia Autumnitas Rosea Est**

## **To The Yet Unbroken Part Of Your Soul**

---

Publishing Supervisor: Daniel H. N. YEUNG

Author: John W. O. CHAN Charis L. F. HUNG

Editor: Rebecca B. K. CHEUNG

Proofreader: Dawn H. C. SZE

Design: Man WOO

Published by: **MING FENG Press**

o/b Institute of Sino-Christian Studies Ltd.

33 To Fong Shan Road, Shatin, N. T., Hong Kong.

Tel: (852) 2694 6868 Fax: (852) 2601 6977

Email: mingfeng@iscs.org.hk

1st Edition: 2017

© 2017 All Rights Reserved

ISBN 978-988-8165-29-2

©2017 by Ming Feng Press  
All Rights Reserved



由飯前是否必須祈禱等小事，到單身、信主配偶和同性戀等人生大事，再到天堂地獄上帝論證等信仰綱領，作者之一的 Charis，作為書中的「問者」，在教會中得到的不是公式的罐頭答案，就是毫不回應別人性的冰冷神學大命題；更遑論在問題解答不到時，得到一個坦白的承認和溫暖的同行。暗黑底的 John 讀到 Charis 的文字，激發了他因信仰而產生的粉紅色愈發粉紅。本書所見的另一半，就是 John 自告奮勇「拯溺」的記錄。

對這本書，無論是 Charis 提出的反省，抑或 John 的回應，我祈願它能成為天路客面對「信心的跳躍」懸崖時，看來是浮在半空卻是紮實的小小安全島。

王少勇牧師

基督教會活石堂（九龍堂）堂主任

ISBN 978-988-8165-29-2



©2017 by Ming Feng Press  
All Rights Reserved