

祈禱的態度測驗

你想測驗一下自己對祈禱所持態度是否正確嗎?請填寫下列各項意見，如果同意的，在同意的□內，加上✓號；不同意的，在不同意的□內，加上✓號。

1. 祈禱時需要寧靜的環境，電視和收音機要關上。 同意□ 不同意□
2. 人比任何財富更珍貴。 同意□ 不同意□
3. 祈禱中有思考活動是容許的，但祈禱本身並不需要很多活動。 同意□ 不同意□
4. 世界上美好的事物是多過醜惡的事物。 同意□ 不同意□
5. 祈禱時不一定要多言，聆聽也很重要。 同意□ 不同意□
6. 無論遇到多少問題和困難，天主也會愛我們和幫助我們。 同意□ 不同意□
7. 坐著(站著或臥著)欣賞周圍美好的事物都可以祈禱。 同意□ 不同意□
8. 能專注自己所做的一切事情，是好的。 同意□ 不同意□
9. 犯錯是人性的軟弱，耶穌也會諒解我們。 同意□ 不同意□
10. 人有喜、怒、哀、樂等各情感，這並沒有甚麼過錯。 同意□ 不同意□
11. 我不可能解決所有的困難，有時我需要別人的幫助。 同意□ 不同意□
12. 面對將來，人不一定能夠防範未然，我要學習信賴天主和別人的幫助。 同意□ 不同意□
13. 我不能完全控制自己的命運，有時需要隨遇而安，讓天主去造就和照顧。 同意□ 不同意□

計分方法：數一數你有多少個「同意」的答案，再配合下列的組合。

10個或以上：表示你正在邁向一個健康的祈禱生活。

6-9個：表示你的祈禱生活一般。你可提升自己的態度，在你表示不同意的項目裡，嘗試去接受以上的看法。在祈禱中請求天主幫助你。

5個以下：表示你的祈禱有一個錯誤的態度，但並不表示你不好，只是說，如果你想有一個比較快樂的人生，就要嘗試去接受以上的看法，但亦可能表示你對周遭所生的事情和你所做過的事情感到憤怒和悲哀。如果，屬實的話，請嘗試和你相信的神父談談。